

حمله سگ ولگرد
به کودک خردسال در محله
حمودآباد اصفهان

۰۰۸

صفحه نهم

اصفهان من، شهر زندگی

ایران از نگاه
راهنمایان

سه روایت شخصی از
سه راهنمای گردشگری

۰۰۲۰

Vol. 18 No. 4245 Wednesday 23 Feb صفحه

سال هجدهم شماره ۴۲۴۵ چهارشنبه ۴ اسفند ۱۴۰۰

بررسی ۳۰ اولویت در میز فرهنگ شهرداری

رئیس کمیسیون فرهنگی اجتماعی ورزشی شورای اسلامی شهر اصفهان
اولویت های حوزه فرهنگی و اجتماعی را تشریح کرد

۰۰۳

بازار مسکن در شوک پیش از وین

چه آینده ای در انتظار قیمت ها در بازار مسکن اصفهان است؟

۰۰۴

وقت اصلاح قانون اساسی رسیده است؟

گزارش اصفهان زیبا درباره مباحث اخیر
در خصوص قانون اساسی و تشکیل جمهوری دوم

با باهنر، نایب رئیس سابق مجلس و دبیرکل جامعه مهندسين، اخيرا از بازنگری در قانون اساسی با توجه به ایراد های
در بحث قانون گذاری صحبت کرده و معتقد است باید خود را برای جمهوری دوم آماده کنیم که برای این منظور به
ساختاری نیاز داریم. اشاره او به بازنگری در قانون اساسی است که آخرین بار، در سال ۱۳۶۸ مورد بازنگری قرار گرفته
تحمدرضا باهنر فعال سیاسی اصول گرا اخیرا از لزوم اصلاحات ساختاری سخن گفته و از جمله از راهکار ایجاد ...

۰۰۲



نبرد شیرها و گاندوها در نقش جهان

هموارد هفتادم فوتبال اصفهان
امروز برگزار می شود

دربی با زهم دربی است؛ تفاوتی هم ندارد دو تیم
قبل این بازی در بهترین وضعیت باشند یا مثل
این روزهای سپاهان و ذوب آهن حال و روز خوبی
نداشته باشند. فاصله سپاهان با صدر جدول
رده بندی ۱۱ امتیاز شده و تساوی برابر هوادار به
نوعی وداع این تیم با قهرمانی در لیگ بیست و یکم
محسوب می شود. در آن سوی میدان تیم ذوب آهن
هم باخت دیگری را متحمل شد تا فاصله اش با
تیم های قهرنشین کمتر از فاصله اش با تیم های
بالای جدولی باشد. در بازی رفت، سپاهان در
قامت یک مدعی قهرمانی به ذوب آهن باخت؛
اما در آن زمان هنوز هواداران طلایی به ادامه
لیگ امیدوار بودند و آن باخت را چندان جدی
نگرفتند؛ باین حال، برای بازی برگشت شرایط
به طور کلی متفاوت است؛ هیچ کدام از دو تیم
انتظارات هواداران را برآورده نکرده اند...

۰۰۶

برای نمایش فیلم
مربوط به این خبر،
بارکد را اسکن کنید



عیدانه اصفهان زیبا

با تخفیف شگفت انگیز



با ما جلوتر از دیگران حرکت کنید

مجری تبلیغات شما هستیم

۳۲۲۲۹۵۱۲ ۳۲۲۱۸۱۸۲

«آگهی مزایده»

سازمان میادین میوه و تره بار و ساماندهی مشاغل شهری شهرداری اصفهان در نظر دارد واحد ۲۳۷ کارگاهی فروشگاهی مجتمع تجاری کارگاهی قصر صنعت واقع در خیابان زینبیه، کیلومتر دو جاده اصفهان - حبیب آباد و تعدادی از مستحقات خود شامل واحدهای کارگاهی شهرک کارگاهی نیک اندیش (پینارت) واقع در خیابان ارغوانیه، نرسیده به سه راهی پینارت، جنب کانال آب، شهرک نیک اندیش را با شرایط مورد نظر سازمان جهت واگذاری به صورت نقد یا نقد و اقساط از طریق مزایده به فروش رساند. لذا متقاضیان می توانند از تاریخ ۱۴۰۰/۱۲/۰۷ تا پایان وقت اداری مورخ ۱۴۰۰/۱۲/۱۵ به دبیرخانه سازمان واقع در کنار گذر غربی بزرگراه شهید صیاد شیرازی، حدفاصل خیابان های هشت بهشت و رکن الدوله، نبش کوچه احسان، پلاک ۵ یا ساختمان اداری شهرک کارگاهی امیرکبیر واقع در خیابان امام خمینی، خیابان عطاء الملك مراجعه نموده و اسناد مزایده را دریافت نمایند. تلفن تماس ۳۳۸۶۶۰۰۰ و ۳۳۸۶۶۰۲۹

- ۱- ارائه سپرده شرکت در مزایده طی فیش بانکی یا ضمانت نامه بانکی به شرح و میزان مندرج در اسناد الزامی است.
- ۲- مهلت ارسال پیشنهادها تا پایان وقت اداری مورخ ۱۴۰۰/۱۲/۱۶ به حراست سازمان می باشد.
- ۳- پیشنهاد دهندگان باید اسناد و مدارک لازم به همراه تضامین مربوطه را در پاکت الف و بهای پیشنهادی را از حیث مبلغ مشخص و معین و بدون ابهام در پاکت ب قرار داده و هر دو پاکت را لاک و مهر شده تسلیم نمایند.
- ۴- پیشنهادها در تاریخ ۱۴۰۰/۱۲/۱۷ توسط کمیسیون عالی معاملات بازگشایی می شود.
- ۵- سازمان در رد یک یا تمام پیشنهادها مختار است در این صورت سپرده ها مسترد خواهد شد.
- ۶- شرکت در مزایده به منزله قبول تمام شروط و مقررات می باشد.
- ۷- سایر شرایط و نحوه واگذاری و مشخصات کاملاً در اسناد مزایده اعلام گردیده که پیشنهاد دهندگان باید یک نسخه از آن را دریافت و با قید قبولی امضاء کرده و به همراه سایر مدارک و مستندات اعلامی به پیشنهاد خود ضمیمه و تسلیم نمایند.

سازمان میادین میوه و تره بار و ساماندهی مشاغل شهری شهرداری اصفهان



esfzibanews

مادر کنارتان هستیم...

انعقاد ۱۴ سند همکاری ایران و قطر

روز دوشنبه (۲ بهمن) رئیس‌جمهور ایران به دعوت رسمی امیر قطر و شرکت در ششمین اجلاس سران اوپک گازی عازم دوحه شد.
دراین سفر که همزمان با بحران اوکراین و مذاکرات وین صورت گرفت، آیت‌الله سید ابراهیم رئیسی باشیخ تمیم‌بن حمد آل ثانی، امیرقطردیدار کرد. دیداری که بر طبق خبرها خروجی آن امضای ۱۴ سند همکاری مختلف بین ایران و قطر در حوزه‌های مختلف اقتصادی، سرمایه‌گذاری و گردشگری (هواپیمایی، تجاری، کشتی‌رانی، رادیو و تلویزیون، سیاست خارجی، برق و فرهنگی و آموزشی) بوده است. قطر از جمله متحدان نزدیک ایالات متحده در منطقه خلیج فارس است و هم‌زمان با این سیاست خود منافع مشترکی نیز با ایران در بخش گاز دارد و از سوی دیگر از مذاکرات هسته‌ای جاری دروین هم حمایت کرده است. موضوعی که رئیس‌جمهوری ایران در نشست خبری مشترک با امیر قطر به آن اشاره داشت و گفت: «ایالات متحده باید تمایل خود را برای لغو تحریم‌های اصلی نشان دهد. برای دستیابی به توافق، ضروری است که درباره حفظ منافع مردم ایران به ویژه لغو تحریم‌ها اطمینان یابیم و در این باره تضمین‌های معتبری داده شود.»
در ادامه این نشست رئیسی گفت: «دو کشور از ظرفیت‌ها و فرصت‌های موجود برای گسترش همکاری‌ها و تعمیق مناسبات در عرصه‌ها و حوزه‌های مختلف بهره‌مند شوند.»
طرفین با توجه به قرابت سرزمینی و همسایگی و منافع و مزیت‌های مشترک اقتصادی تصمیم گرفتند با افزایش روابط و تنوع بخشی به زمینه‌های همکاری گام‌های جدی و جدیدی برای تقویت روابط بردارند. رئیس‌جمهور-خاطر نشان کرد: «توافق کردیم در حوزه‌های اقتصادی، انرژی، زیرساختی، تجاری، سرمایه‌گذاری، امنیت غذایی، سلامت و فرهنگ همکاری‌هایمان را به صورت جدی افزایش دهیم.»
او با اشاره به همکاری‌های دو کشور در حوزه‌های مختلف اظهار داشت: «مزیت‌های بی‌نظیر ایران در حوزه‌های مختلف از جمله جغرافیایی، زیست محیطی، تاریخی، اقتصادی، علمی و به خصوص نیروی انسانی جوان و تحصیل کرده زمینه تبدیل شدن هرگونه همکاری دو یا چند جانبه به رشد اقتصادی و امنیت منطقه‌ای را تضمین می‌کند.»

رئیس‌جمهور تأکید کرد: «جمهوری اسلامی ایران به دنبال تحول و جهش در روابط منطقه‌ای است و این سفر فصل نوینی در روابط ایران و قطر ایجاد خواهد کرد. البته این سفر یکی از گام‌های تحول‌آفرین در روابط با کشورهای همسایه خاطرنشان کرد: «سطح همکاری‌های موجود بین کشورهای منطقه متناسب با ظرفیت‌های عظیم موجود نیست و جمهوری اسلامی ایران به دنبال آن است که در چارچوب سیاست‌های امنیتی و تقویت و ارتقای روابط منطقه‌ای کمک کند.»
در این نشست خبری همچنین شیخ تمیم بن حمد آل ثانی امیر قطر با ابراز خشنودی از امضای چند توافق نامه و یادداشت تفاهم بین قطر و جمهوری اسلامی ایران گفت: «این مسئله بسیار مهمی است و باید اجرای آن‌ها پیگیری شود.»
در عین حال رئیس‌جمهور ایران با شرکت در نشست مشترک هیئت‌عالی رتبه دو کشور تأکید کرد که مسئولان اجرایی و رؤسای کمیسیون مشترک همکاری‌های اقتصادی و در طرف باید برای گسترش تعاملات و همکاری‌های دو کشور اهدافی مشخص با زمان تحقق دقیق تعیین داشته و برای عملیاتی کردن این اهداف تلاش مضاعف داشته باشند.
رئیس‌ی بایان اینکه اشتراکات فرهنگی و اعتقادی همواره زمینه‌ساز تقویت روابط و ملت و دولت بوده است، گفت: «سطح روابط تهران و دوحه باید در همه زمینه‌ها به خصوص اقتصادی و سیاسی ارتقا یابد.»
او خاطرنشان کرد: «تعیین اهداف و زمان‌مبن برای رسیدن به این اهداف، در مسیر گسترش تعاملات دو جانبه و پیگیری مجدانه این اهداف از سوی مسئولان مربوطه در دو کشور، به ویژه رؤسای کمیسیون‌های مشترک همکاری اقتصادی ایران و قطر، راهکار مؤثری برای ارتقای روابط دو کشور در همه زمینه‌ها خواهد بود.»
رئیس‌جمهور ایران با بیان این‌که تقویت تعاملات دو جانبه ایران و قطر باید به همکاری‌های منطقه‌ای و نقش‌آفرینی بین‌المللی دو کشور نیز تسری یابد، افزود: «جمهوری اسلامی ایران همواره همسایه‌ای صديق و دوستی واقعی برای همه کشورهای منطقه و از جمله قطر بوده و بارزترین مصداق برای اثبات این ادعا، حمایت همیشگی ایران از حقوق ملت مظلوم فلسطین است.»
امیر قطر نیز در این جلسه با اشاره به تأثیر همه‌گیری کرونا در برگزار شدن نشست‌های برنامه‌ریزی شده کمیسیون مشترک همکاری‌های اقتصادی ایران و قطر در دو سال اخیر گفت: «قطر مصمم است که روابط خود با ایران را بر بستر تعاملات تاریخی و ریشه دار و ملت، در زمینه‌های مختلف گسترش دهد و دیگر اجازه نخواهیم داد هیچ مسئله‌ای از جمله همه‌تقاضای ژاپلیتی، مانع پیشبرد این هدف شود.»
تمیم بن حمد آل ثانی نیز بایان اینکه از وزرا و مقامات دو کشور می‌خواهیم که در جلسات خود برای توسعه روابط دو کشور به طور دقیق هدف‌گذاری کرده و درباره جزئیات و ارقام مدنظر به توافق برسند، افزود: «مسئولان اجرایی در ایران و قطر، در جلسات مشترک ضمن تعیین نصاب مشخص و قابل تحقق برای توسعه روابط اقتصادی دو کشور، ملزومات رشد روابط دو کشور برای سال آینده را تعیین و برای تحقق آن تلاش مضاعفی داشته باشند.»

از دیگر اهداف سفر آیت‌الله رئیسی به قطر شرکت در ششمین مجمع کشورهای صادرکننده گاز (GECF) بود که روز گذشته (سه شنبه ۳ بهمن) با حضور رؤسا و نمایندگان کشورهای عضو با سخنرانی امیر قطر، با محوریت «امنیت انرژی در جهان» رسماً آغاز به کار کرد. رئیس‌جمهور کشور است این نشست با اشاره به رویکرد ایران در این مجمع گفت: «رویکرد ما به عنوان اعضای مجمع کشورهای صادرکننده گاز، برای عرضه بیشتر گاز طبیعی به بازار جهانی، رویکردی با جنبه‌های انسان دوستانه است.»
برگزاری شش دوره اجلاس سران مجمع کشورهای صادرکننده گاز در طول عمر این سازمان بین‌الدولی نوپا، بیش از هر واقعه‌یتی، نشانه‌ای قوی از هم‌گرایی، هم‌بستگی و عزم اعضای آن برای پیگیری اهداف جمعی است که پایه‌های اولیه آن با ابتکار تهران در سال ۲۰۰۸ بنا گذاشته شد.
رئیس‌ی تأکید کرد: «ما به عنوان کشورهای دارای ذخایر عظیم و صادرکننده گاز در راستای ارتقای سیاست تقاضای ژاپلیتی، با پیگیری اهداف و رسالت مجمع کشورهای صادرکننده گاز، می‌توانیم پیامی شفاف را برای تضمین و تأمین پایدار انرژی در کوتاه‌مدت و بلندمدت به جهان اعلام کنیم.»
/ **گروه سیه‌سیاست**

صفهان زیبا

سیاست *

 	بگاه ظاهری
 	گروه سیاست

۱۰ محمدرضا باهنر، **نایب‌رئیس سابق مجلس‌و دبیرکل جامعه‌مهندسين**، **اخيرا از بازنگری در قانون اساسی با توجه به ایرادهای ساختاری در بحث قانون‌گذاری صحبت کرده و معتقد است باید خود را برای جمهوری دوم آماده کنیم که برای این منظور به اصلاحات ساختاری نیاز داریم**. **اشاره او به بازنگری در قانون اساسی است که آخرین بار، در سال ۱۳۶۸ مورد بازنگری قرار گرفته است**. **۱**

محمدرضا باهنر فعال سیاسی اصول‌گرا اخیراً از لزوم اصلاحات ساختاری سخن گفته و از جمله از راهکار ایجاد دو مجلس سخن گفته است؛ دو مجلس که یکی، فارغ از هیجانات طبیعی مجلس دیگر، منافع ملی را در مصوبات مراعات کند. او گفته است: «کشور ما در بحث قانون‌گذاری ایرادات ساختاری دارد. خاستگاه تمامی مجلس‌های شکل گرفته تاکنون، منطقه‌ای، قومی، صنفی، جنسیتی و حزبی است و فکر و ذکر اغلب نمایندگانی که به مجلس می‌روند، قومیت و صنف خودشان است. منافع ملی در مجلس ما متولی ندارد. حضرات آقا، بیش از ۱۰ سال پیش بر اقتصاد مقاومتی تأکید کردند؛ اما این اقتصاد گه‌گاه در مجلس و دولت شکل نمی‌گیرد. از سوی دیگر در غیاب احزاب نیرومند و مجرب، نمایندگان بدون آمادگی وارد مجلس می‌شوند و میانه رو مهیا شود تا نامزد‌های دارای برنامه معرفی کنند و مردم متناسب با میزان دستاورد‌هایشان در انتخابات بعدی به نامزد‌های آنان، رأی آری یا نه بدهند.»
با این حال جدای از دشواری‌های بسیاری از لحاظ زیرساختی در این باره، طبق قانون اساسی کشورمان، اجرایی شدن جمهوری دوم و تحقق این طرح مشروط به اذن و اراده مقام معظم رهبری است و باید ایشان قانع به این امر شوند و به این جمع‌بندی برسند که ایران نیازمند اصلاحات ساختاری در کشور است. همان‌طور که مقام معظم رهبری نیز در سال ۹۰ در کرمانشاه به این موضوع اشاره فرمودند که این امکان وجود دارد نظام سیاسی به سمت پارلمانی برود و فقط وحی الهی رانمی‌شود تغییر داد. قانون اساسی که دست‌ساز انسان است و حتماً به جز دو اصل اسلامیت و جمهوری‌ت نظام که در قانون اساسی ذکر شده است، بقیه موارد قابل اصلاح هستند. از سویی همان‌گونه که اشاره شد، اصل ۱۷۷ قانون اساسی، موارد اصلاح قانون اساسی را مشخص کرده است و با اذن رهبری، می‌توان مجلسی را به نام بررسی مجدد یا بازنگری در قانون اساسی تشکیل می‌شود. قانون اساسی حتی ترکیب این مجلس را هم مشخص کرده است. مجلس تشکیل شده، موارد مرتبط با اصلاحات ساختاری را کارشناسی می‌کند و به تصویب نهایی می‌رساند؛ سپس این مصوبات باید به فرمان‌دوم گذاشته شوند و اگر اکثریت ملت ایران آن را در همه پرس‌ی تأیید کردند، تبدیل به قانون لازم‌الاجرا می‌شود. شروطی که باهنر نیز در گفته‌های خود به آن‌ها اشاره داشته و امیدوار است

که با طرح بحث در سطح فعالان سیاسی و تبدیل آن به مطالبه نخبگان و مردم، شرط مهم قانع‌شدن رهبری، محقق و مجوز فرمان‌دوم اصلاح قانون اساسی با هدف رفع کاستی‌های ساختاری نظام صادر شود.

* نظرات مطرح‌شده در رابطه با رویکرد تشکیل جمهوری دوم

موضوع اصلاح قانون اساسی و تشکیل جمهوری دوم بعد از سخنان باهنر نظرات بسیاری را به دنبال داشت و سوالاتی را مطرح کرد که آیا در صورت تأیید اصلاح قانون اساسی، تشکیل نظام پارلمانی حذف رئیس‌جمهوری به نفع نظام جمهوری اسلامی خواهد بود؟ آیا اصلاح‌کشور ظرفیت ایجاد دو مجلس و بازنگری قانون اساسی را دارد؟

امیررضا واعظ آشتیانی، عضو شورای مرکزی حزب مؤتلفه در گفت‌وگو با سایت خبری فردا اصلاح قانون اساسی را یک فرصت برای رفع نقایص می‌داند. او می‌گوید: «اکنون لازم است که در قانون اساسی اصلاحاتی انجام شود و ایرادی ندارد. رهبر معظم انقلاب هم به درستی به نام بررسی مجدد یا بازنگری در قانون اساسی تغییراتی را در قانون اساسی ایجاد کرد؛ از جمله سخنرانی ایشان در سال ۹۰ در کرمانشاه که اشاره فرمودند این امکان وجود دارد نظام سیاسی به سمت پارلمانی برود. به نظر من پیش‌نیاز نظام پارلمانی، تحزب واقعی در کشور است. باید احزاب قوی‌ای وجود داشته باشند تا بتوانند به مجلس بروند و سپس دولت تشکیل دهند. مشکل ما این است که اساساً نیرویی تربیت نمی‌کنیم و همه مدیران

که روی کار می‌آیند، تازه می‌خواهند چرخ را اختراع کنند. اپس لازم‌ه شکل‌گیری نظام دو اصل ولایت فقیه و جمهوری بودن عزت‌الله یوسفیان ملا، نماینده پیشین مجلس و فعال سیاسی اصول‌گرا نیز در واکنش به مصاحبه اخیر باهنر طی گفت‌وگویی اظهار کرد: «مسئله مورد اتفاق نظر در شرایط فعلی کشور، داشتن دو مجلس است. قانون اساسی هم ۱۷۷ اصل و ۱۴ فصل دارد. باید دید که منظور آقای باهنر ایجاد تغییر در کدام بخش و فصل است. کدام قوه بیشتر مدنظر است؛ بنابراین قبل از آن‌که جزئیات بیان نشود، نمی‌توان گفت که لزوماً با گذاشت به دوران نخست‌وزیری مدنظر است. آن‌چه همه احساس می‌کنند این است که یک مجلس در کشور پاسخ‌گو نیست. در دنیا هم اغلب کشورها دو یا سه مجلس دارند. البته ما هم مجلس خبرگان را داریم اما وظیفه خاصی دارد و کار عمومی و اجرایی نمی‌کند. این

مجلس خبرگان را داریم اما وظیفه خاصی دارد و کار عمومی و اجرایی نمی‌کند. این موضوعی است که به نظر من اکنون از سوی خیلی‌ها مطرح است و ممکن است به سوی دومجلسی‌شدن بریم.»
در عین حال حجت‌الاسلام غلامرضا مصباحی‌مقدم، عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام نیز نظر خود را در خصوص موضوع بازنگری در قانون اساسی، نظام پارلمانی و حذف جایگاه ریاست جمهوری طی مصاحبه‌ای این‌گونه عنوان می‌کرد: «هرگونه تغییر در قانون اساسی نیازمند دستور رهبر معظم انقلاب اسلامی است. با دستور رهبر معظم انقلاب، مجلس بازنگری در قانون اساسی شامل اعضای متنها تشخیص مصلحت نظام، رؤسای قوا، اعضای شورای نگهبان و سایر افراد

ذکرشده در قانون اساسی تشکیل می‌شود تا برخی اصول مورد بازنگری قرار گیرد. دو اصل ولایت فقیه و جمهوری بودن نظام در قانون اساسی امکان تغییر ندارند؛ بنابراین سایر اصول قابل اصلاح و قابل تغییر هستند. اما اینکه چه اصولی تغییر کند، بستگی به نظر رهبر معظم انقلاب دارد. احتمال می‌دهم یکی از مسائلی که قابل اصلاح و تغییر است، مسئله ساختار اجرایی کشور است.»

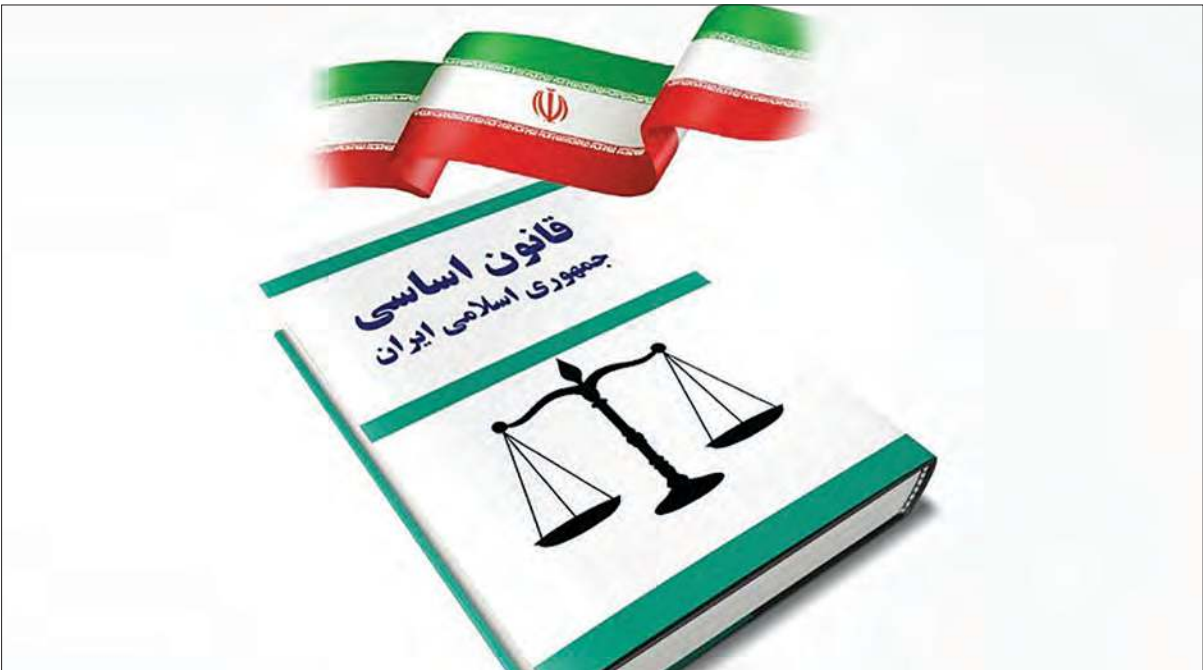
* در شرایط فعلی کشور اصلاح قانون اساسی به صلاح نیست

اکثر اظهارنظرها از سوی مسئولان و سیاستمداران در رابطه با بازنگری قانون اساسی و نظام پارلمانی با این محوریت مطرح می‌شود که با اجرایی‌شدن این طرح از ظرفیت‌های مغفول مانده در کشورمان رونمایی خواهد شد و این موضوع به نفع نظام جمهوری اسلامی ایران است. آن‌چه که البته به گفته حسین میرزایی، نماینده مردم اصفهان در مجلس شورای اسلامی نیاز به فضای مناسب برای اجرایی‌شدن دارد و هم اکنون کشورمان در این شرایط نیست.

این نماینده اصول‌گرا در خصوص اصلاح قانون اساسی، ساختار کلی نظام و تشکیل جمهوری دوم به «اصفهان زیبا» می‌گوید: «حضرت امام (ره) جمله مشهوری دارند که می‌گویند، مدل نظام ما، جمهوری اسلامی است؛ نه یک کلمه کمتر و نه یک کلمه بیشتر. بنابراین ساختار نظام ما باید شامل هم اسلام باشد و هم جمهوری. منتها تشخیص مصلحت نظام، رؤسای متوعی نیز داشته باشد. یک مدل، همان

محمدرضا باهنر، نایب‌رئیس سابق مجلس و دبیرکل جامعه‌مهندسين، اخیراً از بازنگری در قانون اساسی با توجه به ایرادات ساختاری در بحث قانون‌گذاری صحبت کرده و معتقد است باید خود را برای جمهوری دوم آماده کنیم که برای این منظور به اصلاحات ساختاری نیاز داریم.

PDF Compressor Free Version



وقت اصلاح قانون اساسی رسیده است؟

گزارش اصفهان زیبادرباره مباحث اخیر در خصوص قانون اساسی و تشکیل جمهوری دوم

شکلی است که هم اکنون در قانون اساسی ماطراحی شده و موجود است. از سوی دیگر می‌توان شکل‌های دیگری هم از جمهوری اسلامی داشته باشیم که ضمن حفظ اصل ولایت فقیه و جایگاه و حیثیت شرعی نظام تغییر هستند. اما اینکه چه اصولی تغییر او در خصوص نظام پارلمانی در ایران می‌افزاید؛ «نظام پارلمانی نیز از جمله مدل‌هایی است که می‌توان آن را بر اساس یک‌سری قوانین و شئونات در نظام جمهوری اسلامی و قانون اساسی بررسی کرد. آن‌چه در سال ۹۰ حضرت آقا به

اکثر اظهارنظرها از سوی مسئولان و سیاستمداران در رابطه با بازنگری قانون اساسی و نظام پارلمانی با این محوریت مطرح می‌شود که با اجرایی‌شدن این طرح از ظرفیت‌های مغفول مانده در کشورمان رونمایی خواهد شد و این موضوع به نفع نظام جمهوری اسلامی ایران است. آن‌چه

که البته به گفته حسین میرزایی، نماینده مردم اصفهان در مجلس شورای اسلامی نیاز به فضای مناسب برای اجرایی‌شدن دارد و هم اکنون کشورمان در این شرایط نیست. این نماینده اصول‌گرا در خصوص اصلاح قانون اساسی، ساختار کلی نظام و تشکیل جمهوری دوم به «اصفهان زیبا» می‌گوید: «حضرت امام (ره) جمله مشهوری دارند که می‌گویند، مدل نظام ما، جمهوری اسلامی است؛ نه یک کلمه کمتر و نه یک کلمه بیشتر. بنابراین ساختار نظام ما باید شامل هم اسلام باشد و هم جمهوری. منتها تشخیص مصلحت نظام، رؤسای متوعی نیز داشته باشد. یک مدل، همان

محمدرضا باهنر، نایب‌رئیس سابق مجلس و دبیرکل جامعه‌مهندسين، اخیراً از بازنگری در قانون اساسی با توجه به ایرادات ساختاری در بحث قانون‌گذاری صحبت کرده و معتقد است باید خود را برای جمهوری دوم آماده کنیم که برای این منظور به اصلاحات ساختاری نیاز داریم.

محمدرضا باهنر، نایب‌رئیس سابق مجلس و دبیرکل جامعه‌مهندسين، اخیراً از بازنگری در قانون اساسی با توجه به ایرادات ساختاری در بحث قانون‌گذاری صحبت کرده و معتقد است باید خود را برای جمهوری دوم آماده کنیم که برای این منظور به اصلاحات ساختاری نیاز داریم.

محمدرضا باهنر، نایب‌رئیس سابق مجلس و دبیرکل جامعه‌مهندسين، اخیراً از بازنگری در قانون اساسی با توجه به ایرادات ساختاری در بحث قانون‌گذاری صحبت کرده و معتقد است باید خود را برای جمهوری دوم آماده کنیم که برای این منظور به اصلاحات ساختاری نیاز داریم.

محمدرضا باهنر، نایب‌رئیس سابق مجلس و دبیرکل جامعه‌مهندسين، اخیراً از بازنگری در قانون اساسی با توجه به ایرادات ساختاری در بحث قانون‌گذاری صحبت کرده و معتقد است باید خود را برای جمهوری دوم آماده کنیم که برای این منظور به اصلاحات ساختاری نیاز داریم.

محمدرضا باهنر، نایب‌رئیس سابق مجلس و دبیرکل جامعه‌مهندسين، اخیراً از بازنگری در قانون اساسی با توجه به ایرادات ساختاری در بحث قانون‌گذاری صحبت کرده و معتقد است باید خود را برای جمهوری دوم آماده کنیم که برای این منظور به اصلاحات ساختاری نیاز داریم.

محمدرضا باهنر، نایب‌رئیس سابق مجلس و دبیرکل جامعه‌مهندسين، اخیراً از بازنگری در قانون اساسی با توجه به ایرادات ساختاری در بحث قانون‌گذاری صحبت کرده و معتقد است باید خود را برای جمهوری دوم آماده کنیم که برای این منظور به اصلاحات ساختاری نیاز داریم.

محمدرضا باهنر، نایب‌رئیس سابق مجلس و دبیرکل جامعه‌مهندسين، اخیراً از بازنگری در قانون اساسی با توجه به ایرادات ساختاری در بحث قانون‌گذاری صحبت کرده و معتقد است باید خود را برای جمهوری دوم آماده کنیم که برای این منظور به اصلاحات ساختاری نیاز داریم.

محمدرضا باهنر، نایب‌رئیس سابق مجلس و دبیرکل جامعه‌مهندسين، اخیراً از بازنگری در قانون اساسی با توجه به ایرادات ساختاری در بحث قانون‌گذاری صحبت کرده و معتقد است باید خود را برای جمهوری دوم آماده کنیم که برای این منظور به اصلاحات ساختاری نیاز داریم.

محمدرضا باهنر، نایب‌رئیس سابق مجلس و دبیرکل جامعه‌مهندسين، اخیراً از بازنگری در قانون اساسی با توجه به ایرادات ساختاری در بحث قانون‌گذاری صحبت کرده و معتقد است باید خود را برای جمهوری دوم آماده کنیم که برای این منظور به اصلاحات ساختاری نیاز داریم.

آن اشاره کردند که صحبت مفصل درباره آن زمان دیگری را می‌طلبد.»
میرزایی با اشاره به اصلاح قانون اساسی در شرایط کنونی کشورمان نیز می‌گوید: «این‌که قانون اساسی ما احتیاج به یک بازنگری دارد، حرف درستی است. در طول سی‌و دو سال گذشته، رؤسای جمهور ما سخنان و گفته‌های رهبر معظم انقلاب به عنوان محور و ستون نظام جمهوری اسلامی ایران را کمابیش گوش ندادند و راه خود را رفتند؛ آن‌چه هم اکنون به عنوان یکی از ایرادات قانون اساسی مطرح است و باید اصلاح شود که ما بتوانیم طعم شیرین نظام ولایی را به مردم خود بچشانیم. بهترین زمان برای تغییر و تحولات در نظام این شرایط است.»

او ادامه می‌دهد: «هم اکنون دست‌زدن به قانون اساسی کار درستی نیست. در واقع اصل موضوع ایرادی ندارد، اما زمان، زمان مناسبی نیست. علاوه بر اینکه تغییر قانون اساسی ربطی به مجلس، دولت، قوه قضائیه و نیروی انتظامی و ... نیز ندارد. اصل این کار به رهبر معظم انقلاب و تصمیم ایشان برمی‌گردد؛ چرا که در اصل آخر قانون اساسی تغییر و تحول پیش‌بینی شده و یک بار هم این موضوع در سال ۶۸ اتفاق افتاده است. بنابراین با اختیار رهبر معظم انقلاب و ولی فقیه ممکن است بار دیگر هم رخ دهد.»

آن اشاره کردند که صحبت مفصل درباره آن زمان دیگری را می‌طلبد.»

میرزایی با اشاره به اصلاح قانون اساسی در شرایط کنونی کشورمان نیز می‌گوید: «این‌که قانون اساسی ما احتیاج به یک بازنگری دارد، حرف درستی است. در طول سی‌و دو سال گذشته، رؤسای جمهور ما سخنان و گفته‌های رهبر معظم انقلاب به عنوان محور و ستون نظام جمهوری اسلامی ایران را کمابیش گوش ندادند و راه خود را رفتند؛ آن‌چه هم اکنون به عنوان یکی از ایرادات قانون اساسی مطرح است و باید اصلاح شود که ما بتوانیم طعم شیرین نظام ولایی را به مردم خود بچشانیم. بهترین زمان برای تغییر و تحولات در نظام این شرایط است.»

او ادامه می‌دهد: «هم اکنون دست‌زدن به قانون اساسی کار درستی نیست. در واقع اصل موضوع ایرادی ندارد، اما زمان، زمان مناسبی نیست. علاوه بر اینکه تغییر قانون اساسی ربطی به مجلس، دولت، قوه قضائیه و نیروی انتظامی و ... نیز ندارد. اصل این کار به رهبر معظم انقلاب و تصمیم ایشان برمی‌گردد؛ چرا که در اصل آخر قانون اساسی تغییر و تحول پیش‌بینی شده و یک بار هم این موضوع در سال ۶۸ اتفاق افتاده است. بنابراین با اختیار رهبر معظم انقلاب و ولی فقیه ممکن است بار دیگر هم رخ دهد.»

آن اشاره کردند که صحبت مفصل درباره آن زمان دیگری را می‌طلبد.»

میرزایی با اشاره به اصلاح قانون اساسی در شرایط کنونی کشورمان نیز می‌گوید: «این‌که قانون اساسی ما احتیاج به یک بازنگری دارد، حرف درستی است. در طول سی‌و دو سال گذشته، رؤسای جمهور ما سخنان و گفته‌های رهبر معظم انقلاب به عنوان محور و ستون نظام جمهوری اسلامی ایران را کمابیش گوش ندادند و راه خود را رفتند؛ آن‌چه هم اکنون به عنوان یکی از ایرادات قانون اساسی مطرح است و باید اصلاح شود که ما بتوانیم طعم شیرین نظام ولایی را به مردم خود بچشانیم. بهترین زمان برای تغییر و تحولات در نظام این شرایط است.»

او ادامه می‌دهد: «هم اکنون دست‌زدن به قانون اساسی کار درستی نیست. در واقع اصل موضوع ایرادی ندارد، اما زمان، زمان مناسبی نیست. علاوه بر اینکه تغییر قانون اساسی ربطی به مجلس، دولت، قوه قضائیه و نیروی انتظامی و ... نیز ندارد. اصل این کار به رهبر معظم انقلاب و تصمیم ایشان برمی‌گردد؛ چرا که در اصل آخر قانون اساسی تغییر و تحول پیش‌بینی شده و یک بار هم این موضوع در سال ۶۸ اتفاق افتاده است. بنابراین با اختیار رهبر معظم انقلاب و ولی فقیه ممکن است بار دیگر هم رخ دهد.»

آن اشاره کردند که صحبت مفصل درباره آن زمان دیگری را می‌طلبد.»

میرزایی با اشاره به اصلاح قانون اساسی در شرایط کنونی کشورمان نیز می‌گوید: «این‌که قانون اساسی ما احتیاج به یک بازنگری دارد، حرف درستی است. در طول سی‌و دو سال گذشته، رؤسای جمهور ما سخنان و گفته‌های رهبر معظم انقلاب به عنوان محور و ستون نظام جمهوری اسلامی ایران را کمابیش گوش ندادند و راه خود را رفتند؛ آن‌چه هم اکنون به عنوان یکی از ایرادات قانون اساسی مطرح است و باید اصلاح شود که ما بتوانیم طعم شیرین نظام ولایی را به مردم خود بچشانیم. بهترین زمان برای تغییر و تحولات در نظام این شرایط است.»

آن اشاره کردند که صحبت مفصل درباره آن زمان دیگری را می‌طلبد.»

میرزایی با اشاره به اصلاح قانون اساسی در شرایط کنونی کشورمان نیز می‌گوید: «این‌که قانون اساسی ما احتیاج به یک بازنگری دارد، حرف درستی است. در طول سی‌و دو سال گذشته، رؤسای جمهور ما سخنان و گفته‌های رهبر معظم انقلاب به عنوان محور و ستون نظام جمهوری اسلامی ایران را کمابیش گوش ندادند و راه خود را رفتند؛ آن‌چه هم اکنون به عنوان یکی از ایرادات قانون اساسی مطرح است و باید اصلاح شود که ما بتوانیم طعم شیرین نظام ولایی را به مردم خود بچشانیم. بهترین زمان برای تغییر و تحولات در نظام این شرایط است.»

آن اشاره کردند که صحبت مفصل درباره آن زمان دیگری را می‌طلبد.»

میرزایی با اشاره به اصلاح قانون اساسی در شرایط کنونی کشورمان نیز می‌گوید: «این‌که قانون اساسی ما احتیاج به یک بازنگری دارد، حرف درستی است. در طول سی‌و دو سال گذشته، رؤسای جمهور ما سخنان و گفته‌های رهبر معظم انقلاب به عنوان محور و ستون نظام جمهوری اسلامی ایران را کمابیش گوش ندادند و راه خود را رفتند؛ آن‌چه هم اکنون به عنوان یکی از ایرادات قانون اساسی مطرح است و باید اصلاح شود که ما بتوانیم طعم شیرین نظام ولایی را به مردم خود بچشانیم. بهترین زمان برای تغییر و تحولات در نظام این شرایط است.»

آن اشاره کردند که صحبت مفصل درباره آن زمان دیگری را می‌طلبد.»

میرزایی با اشاره به اصلاح قانون اساسی در شرایط کنونی کشورمان نیز می‌گوید: «این‌که قانون اساسی ما احتیاج به یک بازنگری دارد، حرف درستی است. در طول سی‌و دو سال گذشته، رؤسای جمهور ما سخنان و گفته‌های رهبر معظم انقلاب به عنوان محور و ستون نظام جمهوری اسلامی ایران را کمابیش گوش ندادند و راه خود را رفتند؛ آن‌چه هم اکنون به عنوان یکی از ایرادات قانون اساسی مطرح است و باید اصلاح شود که ما بتوانیم طعم شیرین نظام ولایی را به مردم خود بچشانیم. بهترین زمان برای تغییر و تحولات در نظام این شرایط است.»

آن اشاره کردند که صحبت مفصل درباره آن زمان دیگری را می‌طلبد.»

میرزایی با اشاره به اصلاح قانون اساسی در شرایط کنونی کشورمان نیز می‌گوید: «این‌که قانون اساسی ما احتیاج به یک بازنگری دارد، حرف درستی است. در طول سی‌و دو سال گذشته، رؤسای جمهور ما سخنان و گفته‌های رهبر معظم انقلاب به عنوان محور و ستون نظام جمهوری اسلامی ایران را کمابیش گوش ندادند و راه خود را رفتند؛ آن‌چه هم اکنون به عنوان یکی از ایرادات قانون اساسی مطرح است و باید اصلاح شود که ما بتوانیم طعم شیرین نظام ولایی را به مردم خود بچشانیم. بهترین زمان برای تغییر و تحولات در نظام این شرایط است.»

آن اشاره کردند که صحبت مفصل درباره آن زمان دیگری را می‌طلبد.»

میرزایی با اشاره به اصلاح قانون اساسی در شرایط کنونی کشورمان نیز می‌گوید: «این‌که قانون اساسی ما احتیاج به یک بازنگری دارد، حرف درستی است. در طول سی‌و دو سال گذشته، رؤسای جمهور ما سخنان و گفته‌های رهبر معظم انقلاب به عنوان محور و ستون نظام جمهوری اسلامی ایران را کمابیش گوش ندادند و راه خود را رفتند؛ آن‌چه هم اکنون به عنوان یکی از ایرادات قانون اساسی مطرح است و باید اصلاح شود که ما بتوانیم طعم شیرین نظام ولایی را به مردم خود بچشانیم. بهترین زمان برای تغییر و تحولات در نظام این شرایط است.»

آن اشاره کردند که صحبت مفصل درباره آن زمان دیگری را می‌طلبد.»

میرزایی با اشاره به اصلاح قانون اساسی در شرایط کنونی کشورمان نیز می‌گوید: «این‌که قانون اساسی ما احتیاج به یک بازنگری دارد، حرف درستی است. در طول سی‌و دو سال گذشته، رؤسای جمهور ما سخنان و گفته‌های رهبر معظم انقلاب به عنوان محور و ستون نظام جمهوری اسلامی ایران را کمابیش گوش ندادند و راه خود را رفتند؛ آن‌چه هم اکنون به عنوان یکی از ایرادات قانون اساسی مطرح است و باید اصلاح شود که ما بتوانیم طعم شیرین نظام ولایی را به مردم خود بچشانیم. بهترین زمان برای تغییر و تحولات در نظام این شرایط است.»

آن اشاره کردند که صحبت مفصل درباره آن زمان دیگری را می‌طلبد.»

میرزایی با اشاره به اصلاح قانون اساسی در شرایط کنونی کشورمان نیز می‌گوید: «این‌که قانون اساسی ما احتیاج به یک بازنگری دارد، حرف درستی است. در طول سی‌و دو سال گذشته، رؤسای جمهور ما سخنان و گفته‌های رهبر معظم انقلاب به عنوان محور و ستون نظام جمهوری اسلامی ایران را کمابیش گوش ندادند و راه خود را رفتند؛ آن‌چه هم اکنون به عنوان یکی از ایرادات قانون اساسی مطرح است و باید اصلاح شود که ما بتوانیم طعم شیرین نظام ولایی را به مردم خود بچشانیم. بهترین زمان برای تغییر و تحولات در نظام این شرایط است.»

آن اشاره کردند که صحبت مفصل درباره آن زمان دیگری را می‌طلبد.»

میرزایی با اشاره به اصلاح قانون اساسی در شرایط کنونی کشورمان نیز می‌گوید: «این‌که قانون اساسی ما احتیاج به یک بازنگری دارد، حرف درستی است. در طول سی‌و دو سال گذشته، رؤسای جمهور ما سخنان و گفته‌های رهبر معظم انقلاب به عنوان محور و ستون نظام جمهوری اسلامی ایران را کمابیش گوش ندادند و راه خود را رفتند؛ آن‌چه هم اکنون به عنوان یکی از ایرادات قانون اساسی مطرح است و باید اصلاح شود که ما بتوانیم طعم شیرین نظام ولایی را به مردم خود بچشانیم. بهترین زمان برای تغییر و تحولات در نظام این شرایط است.»

آن اشاره کردند که صحبت مفصل درباره آن زمان دیگری را می‌طلبد.»

میرزایی با اشاره به اصلاح قانون اساسی در شرایط کنونی کشورمان نیز می‌گوید: «این‌که قانون اساسی ما احتیاج به یک بازنگری دارد، حرف درستی است. در طول سی‌و دو سال گذشته، رؤسای جمهور ما سخنان و گفته‌های رهبر معظم انقلاب به عنوان محور و ستون نظام جمهوری اسلامی ایران را کمابیش گوش ندادند و راه خود را رفتند؛ آن‌چه هم اکنون به عنوان یکی از ایرادات قانون اساسی مطرح است و باید اصلاح شود که ما بتوانیم طعم شیرین نظام ولایی را به مردم خود بچشانیم. بهترین زمان برای تغییر و تحولات در نظام این شرایط است.»

آن اشاره کردند که صحبت مفصل درباره آن زمان دیگری را می‌طلبد.»

۱ نقل قول ا



عباس مقتدایی، **عضو کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس شورای اسلامی**: غربی‌ها باید بداند که اگر همچنان بر طبل اقدامات یکجانبه و صرفاً دریافت منفعت برای خودشان بکوبند و حاضر نباشند منافع ملی ایران را در نظر بگیرند، به توافق نخواهیم رسید. عزم جمهوری اسلامی ایران هم در سطح حقوقی و هم سیاسی بر آن است که در مذاکرات به نتیجه برسیم و هم منافع ملت ایران در سطح مطلوب مورد توجه قرار گیرد. اروپایی‌ها باید تکلیف خودشان را در جریان مذاکرات مشخص کنند و تصمیم سیاسی مورد نیاز را بگیرند. اگر غربی‌ها به سرعت تصمیم بگیرند، می‌توانیم به مجموعه نتایجی برسیم. لغو کامل تحریم‌ها، راستی‌آزمایی لغو تحریم‌ها و اخذ تضمین‌های لازم از غربی‌ها برای ما بسیار مهم است. در دوره‌های جدید مذاکراتی که پس از روی کار آمدن دولت سیزدهم انجام شده است، تیم مذاکره‌کننده کشورمان به ویژه مذاکره‌کننده ارشد کشورمان یعنی علی باقری بسیار حرفه‌ای ظاهر شده‌اند. **۱ ایرنا**

حجت الاسلام والمسلمین محسنی اژه‌ای، **رئیس قوه قضائیه**: ممکن است در قوانین موجود آشکالاتی وجود داشته باشد که قطعا قابل ترمیم هستند؛ اما آنچه که مهم است استفاده همه جانبه و مدبرانه از ظرفیت‌های قانونی فعلی در حوزه اجراست و در این زمینه نیز نیروی انتظامی می‌تواند با ارائه بررسی‌های تخصصی و علمی در حوزه تفکیک جرائم و تعیین جرائم قابل گذشت، دستگاه قضایی را یاری رساند. امروزه بسیاری از پیرونده‌های مهم مقابله با جرائم اقتصادی و مواد مخدر که در دستگاه قضایی مطرح است، توسط نیروی انتظامی مورد پیگیری و تعقیب قرار گرفته‌اند و باید از این باب تا فرماندهی و افسران این نیرو که مال قدر دانی را داشته باشیم. نیروی انتظامی در عین اقتدار باید عظمت و سعه صدر نیز داشته باشد و با تلفیق و ترکیب این امور در راستای تحکیم امنیت و آسایش مردم گام بردارد و دستگاه قضایی نیز در تحقق این مهم کمک‌کار نیروی انتظامی خواهد بود. **۱ ایستنا**

پیش بینی بازار مسکن در ۱۴۰۱



کارشناسان بازار مسکن معتقدند تغییرات بازار مسکن در سه ماه ابتدایی سال آینده وضعیتی مشابه سه ماه پایانی امسال (زمستان ۱۴۰۰) خواهد داشت؛ به عبارتی، میزان معاملات تغییرنسیبی نخواهد کرد. به گزارش مهر، در پی شنیده‌شدن خبرهای خوبی از مذاکرات کشورمان با طرف‌های خارجی در وین، رفته رفته بازارهای مختلف در حال احیا هستند؛ کاهش قیمت ارز و سکه و طلا در روزهای گذشته، نوید تسری ثبات در این بازارها به بازارهای مواری خصوصا بازار مسکن و حتی کاهش قیمت‌ها را می‌دهد.

هرچند برخی کارشناسان با تأثیرپذیری بازار مسکن از کاهش قیمت در بازارهای مواری موافق نیستند و «چسبندگی قیمت‌ها در بازار مسکن» در کنار «نامتوازن بودن عرضه و تقاضا» را که ناشی از مقاومت نهاد سیاست‌گذار بخش مسکن دولت‌های یازدهم و دوازدهم در برابر افزایش تولید مسکن بود، از عوامل مخالفت خود با ادعای کاهش شدید قیمت مسکن» در ماه‌های آتی عنوان می‌کنند.

*** کاهش شدید قیمت مسکن کسی را ورشکسته نمی‌کند**

نایب‌رئیس اتحادیه مشاوران املاک استان تهران، بازار مسکن در سال جاری را به طور کلی یک بازار رکودی عنوان و اظهار کرد: در قیمت‌های مسکن شاهد کاهش نبودیم؛ در فصل پاییز یک رشد نسبی در مقایسه با ماه‌های قبل از آن رخ داد؛ اما یا ورود به زمستان، این رشد دوباره متوقف شد و بازار مسکن در یک وضعیت رکودی در بخش خرید و فروش به سر می‌برد، قیمت‌ها نیز تا حدودی در ثبات به سر می‌برند. حسام عقیبایی افزود: پیش‌بینی من از بازار مسکن در سال آینده این است که در سه ماه ابتدایی، بازار مسکن وضعیتی مشابه سه ماه پایانی امسال (زمستان ۱۴۰۰) خواهد داشت؛ به عبارتی، میزان معاملات تغییرنسیبی نخواهد داشت و بهار آرام و بی‌تلاطمی را در بازار مسکن در پیش داریم. این کارشناس اقتصاد مسکن، احتمال افزایش معاملات در اواخر بهار و اوایل تابستان سال آینده را محتمل دانست و گفت: با توجه به یک رکود چند ماهه، احتمالاً این توقف معاملات در تابستان ۱۴۰۱ شکسته می‌شود؛ لذا تعداد معاملات در اواخر خرداد بیشتر به قشود. او در خصوص اثرگذاری نوسانات ارزی یا دستیابی به توافقات بین‌المللی در بازار مسکن تصریح کرد: دستیابی به توافقاتی بین‌المللی در قیمت مسکن مؤثر است و نرخ‌ها را به قیمت واقعی آن برمی‌گرداند؛ اما اینکه مردم را نگران کنیم و بگوئیم برخی ممکن است ورشکسته شوند، قبول ندارم؛ بازار مسکن یک بازار مقارومی است و تا زمانی که توازن میان عرضه و تقاضا برقرار نشود، به تلاطمی که در وضعیت اقتصاد کلان و همچنین وضعیت مردم اثر منفی بگذارد، دچار نخواهد شد؛ اما حباب قیمت‌ها که به صورت نامتعارف ایجاد شده، تزکیده خواهد شد و قیمت‌ها به قیمت واقعی نزدیک‌تر شده و قدرت خرید مردم بالا می‌رود.

*** کاهش قیمت دلار در کاهش قیمت مسکن مؤثر است؟**

عقبایی درباره تأثیر کاهش قیمت دلار بر بازار مسکن نیز یادآور شد: کاهش دلار نیز در کاهش قیمت مسکن بی‌تأثیر نیست؛ اما به تنهایی عامل تغییر قیمت مسکن نیست و عوامل متعددی در ایجاد تغییر در قیمت بازار مسکن مؤثر است. قیمت‌ها در مسکن یک مقوله بلندمدت است که بعضاً تغییرات در سایر بازارها، شش ماه تا یک سال زمان می‌برد تا در بازار مسکن تأثیرگذار باشد و مانند دلار و طلا در کوتاه‌مدت اثرپذیر نیست.

نایب رئیس اتحادیه مشاوران املاک استان تهران گفت: با توجه به اینکه دولت سیزدهم شعار احداث چهار میلیون مسکن را سر داده و باید از نیمه دوم سال آینده شاهد آغاز احداث و حتی بهره‌برداری از تعدادی از این واحدها باشیم، مطمئناً در کنترل قیمت مسکن، ایجاد بازار رقابتی و حتی کاهش قیمت مسکن هم نقش مثبتی ایفا کند.

*** بازار مسکن در برابر کاهش قیمت‌ها مقاومت می‌کند**

کشایار باقرپور، کارشناس اقتصاد مسکن نیز درباره پیش‌بینی بازار مسکن در سال آینده و تأثیر توافقات بین‌المللی و نوسانات ارزی بر این بازار اظهار کرد: با توجه به کند ی بازار مسکن و همچنین چسبندگی قیمت‌ها، این بازار در برتین تأثیرات را از بازار ارز چه کاهشی و چه افزایشی خواهد داشت.

او افزود: تجربه سال‌های گذشته نشان می‌دهد هیچ وقت کاهش ارز بر روی کاهش قیمت مسکن اثری نداشته است؛ در همین دو سه سال اخیر، در مقطعی قیمت دلار تا ۱۹ هزار تومان افزایش یافت و سپس به کانال ۱۳ هزار تومان کاهش یافت و مدت‌ها در همین دامنه باقی ماند؛ اما دیدیم که قیمت مسکن در همین مقطعی که از دلار ۱۸ تا ۱۹ هزار تومانی به ۱۳ تا ۱۴ هزار تومان کاهش یافت، قیمت مسکن که پیش از آن به دلیل افزایش نرخ دلار رشد داشت، به قیمت‌های سابق بازنگشت.

*** مسئولان بخش مسکن سیگنال غلط به مردم ندهند**

او با اشاره به شنیده‌شدن خبرهای خوبی از مذاکرات بین‌المللی و کاهش قیمت دلار در روزهای اخیر، بیان کرد: مسئولان سیگنال غلط به مردم ندهند و مانند آبان سال گذشته اعلام نکنند که مردم خانه نخرند و قرار است ارزان شود؛ این شعارها نه پشتوانه علمی دارد و نه سابقه تاریخی در بازار مسکن؛ این سیگنال‌ها جزاینکه به بازار مسکن لطمه بزند و سبب فشرده‌شدن فتر قیمت‌ها شود تا یک جایی ناگهانی ببرد، هیچ اثر دیگری ندارد و عملاً به تعمیق رکود بازار مسکن و تعطیلی معاملات مسکن و کاهش شدید گردش مالی در بخش مسکن می‌انجامد.



ایجاد روزه‌هایی از امید برای موفقیت شرایطی را برای بازار مسکن ایجاد کرده که می‌توان آن را به سردرگمی و بلاتکلیفی تعبیر کرد؛ به طوری که خریدار و فروشنده هر دو از ترس ضرر و زیان، معاملات خود را به تعویق انداخته‌اند و بازار مسکن در شوک قبل از امضای برجام قرار دارد.

*** گمانه‌زنی‌ها در بازار مسکن ادامه دارد**

امضای برجام چه تأثیری بر بازار مسکن می‌گذارد؟ آیا ملک ارزان می‌شود؟ هنوز پاسخ دقیقی برای این پرسش‌ها وجود ندارد و در شرایط فعلی دو دیدگاه درخسوص وضعیت آتی بازار مسکن مطرح است. عده‌ای معتقدند امضای برجام منجر به کاهش قیمت مسکن می‌شود و خانوارهای زیادی پس از توافقات صاحب ملک خواهند شد. به گزارش ایسنا، مصطفی قلی‌خسروی،

فرزند می‌شوند، در کنار وام مسکن معمول،

۱۲۰ میلیون تومان وام مسکن دیگر هم دریافت کنند. دولت سیزدهم به منظور تعادل بخشی قیمت‌ها و تأمین بخشی از هزینه واحد مسکونی، سقف تسهیلات ساخت مسکن را افزایش داد که این رقم در شهرهایی با جمعیت بالای یک میلیون نفر مانند اصفهان ۴۰۰ میلیون تومان است. در نتیجه یک زوج اصفهانی می‌تواند علاوه بر ۲۰۰ میلیون تومان وام مسکن، به ازای تولد هر فرزند ۱۲۰ میلیون تومان دیگر هم وام مسکن دریافت کنند و این یعنی تسهیلات خرید مسکن یک خانواده دارای سه فرزند در اصفهان معادل ۷۶۰ میلیون تومان است. به گزارش اقساطی نیز، امیرحسین بانکی پورفرز، رئیس کمیسیون مشترک طرح جوانی جمعیت از پرداخت تسهیلات فرزندآوری وام فرزند سوم از سال آینده خبر داد. تسهیلاتی که با پرداخت آن دولت سیزدهم موفق به زدن یک تیرو دو نشان خواهد شد: ابتدا افزایش جمعیت و فرزندآوری و سپس سامان گرفتن نسبی بازار مسکن.

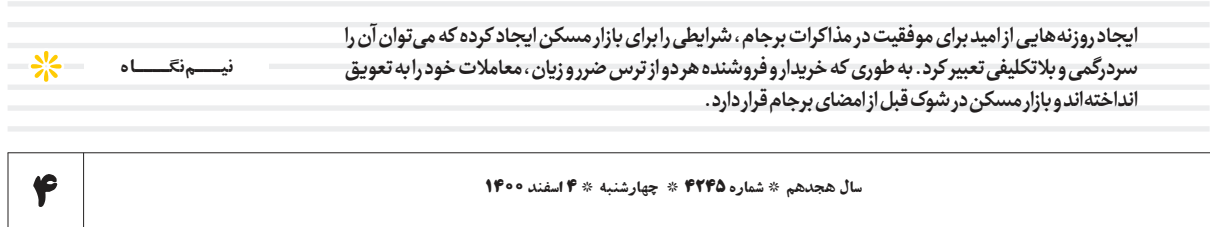
*** ۹۱۰ میلیون تومان تسهیلات مسکن پر جمعیت‌ها**

خانواده‌های پر جمعیت از وام ودیعه مسکن با مبلغ بالاتری بهره خواهند برد. به گزارش ایسنا، رحیم زارع، سخنگوی کمیسیون فرزند بودجه سال ۱۴۰۱ با بیان این مطلب گفت: «به کسانی که بیشتر از سه فرزند دارند، مبلغ ۱۵۰ میلیون تومان وام ودیعه مسکن یا خرید مسکن داده می‌شود. «مدت بازپرداخت وام ودیعه مسکن فرزند سوم ۲۰ ساله است که در دسته وام‌های قرض الحسنه قرار می‌گیرد و سود آن چهار درصد با مبلغ اقساط ۹۰۰ هزار تومان است. با این وجود بررسی جزئیات این طرح در دهه ابتدایی اسفند ماه در صحن علنی مجلس شروع می‌شود. همچنین وام مسکن ۱۲۰ میلیون تومانی یکی دیگر از طرح‌های مسکن برای خانوارهای دارای سه فرزند است؛ به عبارت دیگر خانوارهایی که صاحب

خود را بالا می‌برند. او درباره تأثیر برجام بر بازار مسکن توضیح می‌دهد: «الان بازار مسکن تحت تأثیر مذاکرات هسته‌ای با افت قیمت مواجه شده است. هرچند عده‌ای املاک خود را با قیمت بسیار زیادی در سایت‌ها آگهی می‌کنند، ولی در عمل مشتری وجود ندارد و اگر مذاکرات به توافق برسد، انتظار افت بیشتر قیمت خانه وجود دارد.»

در مقابل گروه دیگری از فعالان بازار معتقدند برجام بر بازار مسکن تأثیری ندارد. قاسمی، یکی از این افراد، در این باره می‌گوید: «برجام افت قیمت دلار و طلا را به دنبال دارد. ولی بازار مسکن، بازار وابسته به ارز و طلا نیست بلکه این عرضه و تقاضاست که قیمت ملک را تعیین می‌کند. اگر مسکن ارزان شود، مالکان از فروش خودداری خواهند کرد تا کسری عرضه، مانع کاهش قیمت مسکن شود. با این حال باید در این بازار با احتیاط عمل کرد.» به گزارش ایسنا، فرشید پورحاجت، دبیر کانون انبوه‌سازان با اشاره به تجربه سال ۱۳۹۴ اظهار می‌کند: «در آن مقطع با امضای برجام، ثبات بر بازار مسکن حاکم شد. اما قیمت‌های موجود در بازار مسکن از اقتصاد کلان نشئت گرفته است؛ چرا که مسکن یک کالای تولیدی است و

ایجاد روزه‌هایی از امید برای موفقیت در مذاکرات برجام، شرایطی را برای بازار مسکن ایجاد کرده که می‌توان آن را سردرگمی و بلاتکلیفی تعبیر کرد. به طوری که خریدار و فروشنده هر دو از ترس ضرر و زیان، معاملات خود را به تعویق انداخته‌اند و بازار مسکن در شوک قبل از امضای برجام قرار دارد.



سال هجدهم * شماره ۴۲۴۵ * چهارشنبه * ۴ اسفند ۱۴۰۰	نیم نگاه	۴
--	----------	---

PDF Compressor Free Version

بازار مسکن در شوک پیش از وین

چه آینده‌ای در انتظار قیمت‌ها در بازار مسکن اصفهان است؟

قیمت مسکن را به دنبال نداشت و مطابق گزارش‌های بانک مرکزی و مرکز آمار شد قیمت مسکن در آن سال ادامه پیدا کرد. طبق گزارش مرکز آمار ایران قیمت زمین و مسکن در زمستان ۹۴ نسبت به پاییز هفت درصد رشد داشت. روند صعودی قیمت مسکن در سال ۹۵ و ۹۶ هم ادامه یافت و گزارش مرکز آمار ایران نشان می‌دهد قیمت ملک در بهار سال ۹۵ در مقایسه با زمستان ۹۴ حدود ۲،۵ درصد و در زمستان ۹۶ نسبت به زمستان ۹۵ حدود ۳۲،۲ درصد افزایش یافت. صابری، یکی از فعالان بازار مسکن اصفهان با اشاره به قیمت ملک در سال ۹۴ تا ۹۶ می‌گوید: «سقوط شدید قیمت‌ها در بازار مسکن واقع‌بینانه به نظر نمی‌رسد. شاید در ابتدا بازار تحت تأثیر هیجانات کمی روند نزولی به خود بگیرد؛ ولی این شرایط تداوم نخواهد یافت. قیمت زمین و به تبع آن قیمت مسکن با رکود تومی همراه می‌شود و قیمت‌ها بالا می‌رود.» با وجود تمامی این گمانه‌زنی‌ها واسطه‌ها و حتی فروشندگان همه منتظر نتیجه‌نهایی برجام هستند تا شاید این توافق مرهمی بر درد گرانی بازار ملک نصف جهان باشد!

برجام افت قیمت دلار و طلا را به دنبال دارد. ولی بازار مسکن، بازار وابسته به ارز و طلا نیست؛ بلکه این عرضه و تقاضاست که قیمت ملک را تعیین می‌کند



افزایش قدرت خرید مردم در ماه‌های آینده



واحد مسکونی شده است که با حضور سرمایه‌گذاران به تدریج و در بازه زمانی ۱۰ ساله جبران خواهد شد. به اعتقاد این فعال بخش ساختمان، تحرک در بازار ملک به ایجاد ارزش افزوده در بازارهای پولی منجر می‌شود و هرسازان مسکن به حرکت درآید، تولید ناخالص ملی هم تقویت می‌شود. مرتضوی با اشاره به اجرای طرح جش تولید مسکن نیز گفت: طبعاً در این برنامه هم سرعت حرکت به سمت تولید مسکن خواهد بود و در ذیل اجرای این طرح با نرم‌افزاری قابل قبولی روبه‌رو خواهیم شد.

این فعال بخش ساخت و ساز ادامه داد: دستگاه‌های خدمات‌رسان و دستگاه‌هایی که در امر مسکن در کنار انبوه‌سازان ذخیل هستند هم می‌توانند با استفاده از ثبات و شرایط جدیدی که به وجود می‌آید به برنامه‌ریزی‌های مؤثر خود به صورت عملیاتی ورود جدی‌تری داشته باشند.

عضو هیئت مدیره کانون سراسری انبوه‌سازان گفت: در اثر لغو تحریم‌ها تغییر قیمت مصالح ساختمانی را خواهیم داشت؛ ضمن اینکه بسیاری از تکنولوژی‌هایی که در صنعت ساخت‌وساز استفاده می‌کنیم می‌توان به روزرسان شود.

ایجاد تلاطم و تشنج نشوند، انتظار افت بیشتر قیمت خانه وجود دارد. مصطفی قلی‌خسروی گفته است: در ماه پایانی سال شاهد ثبات در قیمت‌ها هستیم و پیش‌بینی ما نیز این است که نه تنها با افزایش قیمت روبه‌رو نخواهیم بود، بلکه حجم معاملات افزایش خواهد داشت و قدرت خرید مردم نیز با کاهش انتظار سودهای غیرمعمول فروشندگان از مسکن، افزایش خواهد داشت.

در همین رابطه سیدمحمد مرتضوی عضو هیئت مدیره کانون سراسری انبوه‌سازان نیز گفت: رونق ساخت‌وساز و خروج از دوران رکود و ثبات قیمت‌ها در بازار مسکن که از جهات مهمی ارزشمند است، همه حاصل مذاکرات رفع تحریم‌ها است.

او ادامه داد: با رفع تحریم‌های بین‌المللی، ریسک سرمایه‌گذاری در بخش مسکن کاهش خواهد داشت

و شاهد حضور بیشتر سرمایه‌گذاران در بخش مسکن خواهیم بود و کسری بزرگی که در سال‌های گذشته ناشی از ترک فعالیت انبوه‌سازان در امر تولید مسکن داشتیم، جبران خواهد شد. کسری ساخت‌وساز منجر به عقب‌ماندگی ساخت شش میلیون

هم‌زمانی مذاکرات رفع تحریم‌ها و شروع کلنگ‌زنی نهضت ملی مسکن در سراسر کشور با هدف بازگشت تعادل به بازار عرضه و تقاضا، بازار مسکن پایتخت را در روزهای پیش‌رو با کاهش قیمت‌ها و افزایش قدرت خرید مردم همراه کرده است.

به گزارش ایرنا، سقوط حباب قیمتی در بازارهای مالی ناشی از اخبار مثبت مذاکرات رفع تحریم‌ها روی بازار مسکن هم تأثیر گذاشته است و کارشناسان بر چشم‌انداز مثبت بازار مسکن در اتر رفع تحریم‌ها امیدوار هستند.

کارشناسان بازار مسکن، گشایش تحریم‌ها را بر معاملات ملک نیز بسیار مثبت ارزیابی می‌کنند و در این میان ایجاد تعادل در عرضه و تقاضا را که می‌تواند حاصل برنامه‌های درازمدت دولت با ساخت چهارمیلیون واحد مسکونی باشد، منجر به ثبات قیمت‌ها و افزایش قدرت خرید مردم می‌دانند.

رئیس اتحادیه مشاوران املاک نیز به تازگی گفته است: با بازار مسکن تحت تأثیر مذاکرات هسته‌ای با افت قیمت مواجه شده است و اگر سایت‌های فروش مسکن، مراکز آمار ی و برخی غیرکارشناس‌ها باعث

طرح‌های دولت برای فرزندآوری محسوب می‌شود. به گزارش فارس، رستم قاسمی، وزیر راه و شهرسازی با تأکید بر اهمیت مسئله افزایش جمعیت، بیان داشت: «خانواده‌هایی که فرزند چهارم به دنیا بیاورند، قطعه زمینی در شهرهایی که دولت زمین دارد، دریافت می‌کنند.» بررسی جزئیات این طرح نشان می‌دهد دولت یک قطعه زمین از املاک خود به خانواده‌هایی با چهار فرزند به همراه مجوز ساخت مسکونی اهدا می‌کند. حداکثر متراژ این زمین‌ها ۲۰۰ مترمربع است. طبق توضیحات وزیر راه و شهرسازی این زمین مطابق با ضوابط حداثاب تفکیک به صورت مشترک و با ملئانه‌ها به پدر و مادر در شهر محل سکونت و اگذار کند.

قیمت زمین‌های و اگذاری در این طرح براساس روز کارشناسی می‌شود و بدون اعمال تخفیف و سود به صورت اقساطی به فروش می‌رسد. همچنین خانواده‌ها باید در عرض ده سال اقساط این زمین ۲۰۰ مترمربعی را به حساب دولت واریز کنند.

براساس ضوابط مورد عمل در وزارت راه و شهرسازی خانوارهای مشمول این طرح باید خود را از دو سال واحد مسکونی در زمین مدنظر احداث کنند و در غیر این صورت زمین توسط دولت مسترد خواهد شد. فاقد واحد مسکونی بودن خانواده‌ها در زمان درخواست و ثبت‌نام این طرح، سبب شدن حداقل پنج سال از زمان استفاده خانوار از امکانات دولتی مربوط به تأمین مسکن برای بار اول،

سابقه سکونت خانوار در شهر محل تقاضا براساس دستورالعمل‌های ابلاغی وزارت راه و شهرسازی و لزوم تولد فرزند چهارم مسکونی ۲۰۰ مترمربعی به خانواده‌ها از سال ۱۴۰۱ است. البته تمامی خانواده‌های چهارفرزندی مشمول این طرح نمی‌شوند و زمان تولد فرزند سوم با چهارم باید پس از تصویب قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت یعنی آبان ۱۴۰۰ باشد.

در نتیجه اجرای این طرح مسکن در سال آینده نه تنها در راستای کاهش هزینه خانواد‌های فاقد مسکن تأثیر مثبتی می‌گذارد، بلکه بر سامان‌دهی بازار مسکن و کاهش قیمت زمین در شرایط فعلی تأثیر مطلوبی دارد.



عوارض پساکرونایی

هشدارها و توصیه‌هایی که پس از بهبودی باید به آن‌ها توجه کرد



لیلا کهلانی
گروه سلامت

۱۴ بعضی از مادر حد افراط از شویونده‌ها، الککل و ماسک استفاده می‌کنیم و بعضی دیگر هم کاملاً بی خیال سلامت خود و اطرافیان، رعایت بهداشت را کنار گذاشته‌ایم؛ حق الناس هم بماند! تلاشی نیز برای تقویت سیستم ایمنی و فعالیت بدنی خود مان نمی‌کنیم: حالا هم که با شایع شدن بی خطری اومیکرون! بی خیال‌تر از قبل شده‌ایم و براین باوریم که ویروس فعلی خطری ندارد و با این اعتقاد از عوارض آینده آن غافلیم؛ اما شاید با خواندن متن زیر که حکایت از عوارض تمام ویروس‌های قبلی و فعلی کروناست و با نظر دکتر ساحل جوانبخت، پزشک عمومی و مسئول طرح کووید خفیف و بی علامت پژوهشکده قلب و عروق اصفهان ارائه شده است، تجدید نظر کنید. این شما و این هم هشدارها و توصیه‌های کرونایی. ۱

* ضعف وخستگی

یکی از شایع ترین عوارض پس از ابتلا به کووید ۱۹ یا بعضا پس از دریافت واکسن آن، ضعف و خستگی است؛ اما ضعف از پیامدهای رایج بسیاری از بیماری‌های عفونی است؛ چرا که خستگی پاسخ طبیعی بدن به جنگ با ویروس است و طبق مطالعه‌های انجام شده، ضعف و خستگی در ۱۳ تا ۳۳ درصد مبتلایان پس از گذشت حدود ۱۶ تا ۱۰ هفته از ابتلا به بیماری بروز می‌کند.

در مطالعه‌های دیگر نیز بینان شده است که حدود ۴۶ درصد از مبتلایان هفته‌ها تا ماه‌ها پس از بهبودی احساس ضعف و خستگی دارند. گوناگون همچون تمایل بیشتر به خوابیدن، عدم توانایی ایستادن و راه رفتن به مدت طولانی و بعضا عدم تعادل هنگام ایستادن سرپا و از سوی دیگر کاهش قدرت تمرکز و اختلال حافظه بروز می‌کند؛ البته اگر پس از گذشت مدتی از ابتلا به بیماری، همچنان ضعف و خستگی دارید، نگران نباشید.

در این موقعیت بهتر است با خود مهربان باشید و فعالیت هایتان را آرام آرام و بدون عجله و با در نظر گرفتن زمان استراحت میان انجام آن‌ها برنامه ریزی و اجرا کنید تا جستم‌تان کم‌کم به حالت طبیعی بازگردد.

مصرف غذاهای مقوی و مکمل‌های دارویی مانند ویتامین‌های ب و نیز فعالیت‌های ورزشی سبک مانند پیاده‌روی نیز در باری رساندن به شما بی تأثیر نخواهد بود.

* گیجی، احساس سبکی سر و سردرد

طبق پژوهشی که در کشور چین صورت گرفت، گیجی شایع ترین علامت عوارض نورولوژی (مغز و اعصاب) ناشی از کرونا است. از عوارض شایع دیگر نیز می‌توان به احساس سبکی سر اشاره کرد.

یکی از دلایل این علائم، مکانیسم التهابی ویروس کرونا است که باعث کاهش عملکرد گوش داخلی می شود.

اما برخی از نکته‌های زیر به شما کمک می‌کند تا کمتر به گیجی و سردرد پس از کرونا دچار شوید و آن را از سر بگذرانید؛ هنگام تغییر وضعیت از حالت خوابیده به نشسته یا هنگام بلند شدن، آهسته تغییر وضعیت دهید، سر و گردن و چشمان خود را جداگانه و به آرامی مانند ورزش تکان دهید. این کار به مرور زمان می‌تواند کمک‌کننده باشد؛ در ضمن حواستان به میزان مایعات دریافتی‌تان در طول روز باشد و از مصرف بیش از اندازه کافئین پرهیز کنید.

از سوی دیگر، افرادی پس از بهبودی ذکر می‌کنند که به رغم داشتن سابقه سردرد، اکنون به سردردهای خفیف تا شدید مبتلا می‌شوند یا افرادی که پیش از این با تشخیص سردرد مثلا میگرن درمان شده و کاملاً بهبود یافته بودند، مجدد دوره‌های سردرد میگرنی‌شان را تجربه می‌کنند.

طبق تحقیق ها ۴۷ درصد بیماران یک ماه و ۱۰ درصد بیماران دوتا سه ماه پس از ابتلا از سردرد شکایت

داشتند.

در کل، بیشتر سردردهای گزارش شده، به صورت سردردهای میگرنی بوده است که برای بهبود آن بهتر است حواستان به خواب و تغذیه کافی و منظم باشد.

در صورت بروز سردردهای مشابه سردردهای قدیمی‌تان، داروهای مصرفی خود را از سر بگیرید و در صورت بروز سردرد جدید و خفیف، آن را با تنفس عمیق و آرام و مسکن‌هایی مانند استامینوفن کنترل کنید.

فراموش نکنید اگر سردرد یا گیجی شما شدید یا مکرر است، حتما با پزشک مشورت کنید.

* دردهای عضلانی اسکلتی

بیشترین تظاهر عضلانی اسکلتی عوارض پس از کووید ۱۹، درد و ضعف عضلانی، کم‌درد و خشکی و درد مفاصل است. در این میان دردهای عضلانی بیشتر در شانه و کمر و دردهای مفاصل در هر کدام از مفصل‌های بدن ممکن است احساس شود؛ البته در برخی دردها و علائم عضلانی اسکلتی که پیش از ابتلا درد وجود داشته است، با ابتلا به این ویروس و حتی مدت‌ها پس از بهبودی نیز تشدید می‌شود. در برخی دیگر اما این دردها به صورت دردهای نوظهور پیش می‌آید.

دوره‌های بستری یا استراحت زمان بیماری، همگی سبب کاهش تحرک فرد می‌شود که خود در بروز این علائم بی‌تأثیر نیست.

شروع یک فعالیت بدنی مناسب و منظم و همچنین انجام ورزش‌های مربوط به فصل یا عضله درگیر زیر نظر پزشک می‌تواند کارساز باشد. از سوی دیگر، مصرف مکمل‌های کلسیم، منیزیم و ویتامین D را فراموش نکنید.

اگر دردهای شما رو به بدتر شدن رفت یا توانایی حرکت قسمتی از بدن خود را نداشتید یا دردهایتان طی سه ماه از شروع رو به بهبود نرفت، با پزشک خود مشورت کنید.

* ریزش مو

روی سر انسان حدود ۱۰۰هزار تا ۲۰۰هزار مو وجود دارد و هر مو به‌طور معمول هر روز عمر می‌کند و بعد، وارد مرحله استراحت می‌شود و پس از سه ماه ریزش می‌کند؛ اما در حالت نرمال موها حالت موزاییک دارند؛ به‌طوری‌که وقتی یک مو وارد مرحله ریزش می‌شود، موی کناری وارد مرحله رشد می‌شود. به‌طور کل رشد مو سه مرحله دارد: آن‌اژن یا رشد مو، مرحله‌ای است که در طول آن مو هر روز به میزان معینی رشد می‌کند؛ تا زمانی که رشد متوقف

شود. این دوره معمولاً دوتا شش سال طول می‌کشد. در مرحله کاتازن یا استراحت مو رشد موه به حداکثر خود رسیده و دیگر رشد نمی‌کند و موها پس از مدت کوتاهی استراحت، شروع به ریختن می‌کنند.

به‌طور میانگین مدت زمان دوره میانی دوتا سه هفته است. در مرحله تلوزن یا مرحله ریزش مو، موها شروع به ریزش می‌کنند و جای خود را به موهای جدید می‌دهند. طول مدت این فاز، به‌طور میانگین سه ماه است. به‌طور کلی ریزش موی موقت پس از دوره‌های تب امکان‌پذیر است و با توجه به اینکه تب از علائم شایع کووید ۱۹ است،

ریزش مو پس از این بیماری نیز بسیاری محتمل است. در این میان نباید تأثیر استرس‌های جسمی و روانی را نیز نادیده گرفت.

پس از بهبودی کووید ۱۹ در برخی افراد موهای بیشتری نسبت به حالت نرمال وارد فاز تلوزن می‌شود و می‌ریزد؛ تا حدی که هنگام حمام یا شانه‌کردن موها پاشان متوجه می‌شوند دست‌هایشان از مو پر شده است.

این حالت ممکن است شش تا ۹ ماه طول بکشد؛ اما نگران نباشید؛ زیرا موها پس از گذشت زمان، مجدد با همان کیفیت قبلی درمی‌آید.

اگر دچار ریزش مو شدید، نگران نباشید. سعی کنید تغذیه مناسب داشته باشید. بهداشت موها را رعایت کنید و استرس و اضطراب‌تان را نیز مدیریت کنید. استفاده از مکمل‌هایی مانند ویتامین‌های ب و روی نیز به شما کمک می‌کند.

* قلب وعروق

تپش قلب، درد قفسه سینه و کم‌آوردن نفس از علائم شایع پس از ابتلا به کووید ۱۹ است؛ حتی پس از بهبودی، می‌تواند منشأ قلبی داشته باشد؛ هرچند ممکن است علل دیگر و عدم تحرک هم مسبب آن‌ها باشد. درد قفسه سینه ممکن است ناشی از گرفتگی و دردناک شدن عضلات این ناحیه باشد که درمان‌های ذکر شده در بخش عضلانی اسکلتی برایشان بی‌اثر نخواهد بود.

این درد همچنین ممکن است منشأ ریوی داشته باشد و مثلاً به دنبال التهاب پلور (پلور بافت‌های نازکی هستند که در دیواره قفسه سینه و ریه‌ها قرار دارند) ایجاد شود که در این صورت دردی تیز و نقطه‌ای است.

اما درد قفسه سینه ممکن است منشأ قلبی داشته و عللی مانند لخته خون، التهاب عضله قلب، گرفتگی عروق و... منجر به آن شده باشد.

برخی مشکلات گوارشی مانند ریفلاکس (برگشت) اسید معده نیز که به دنبال ابتلا به کرونا احتمال بروز آن بیشتر می‌شود، نیز ممکن است درد قفسه سینه ایجاد کند (مصرف آب جوش و غسل صبحگاهی، کاهش کافئین مصرفی در طول روز و فاصله کافی میان مواد غذایی مصرفی و خواب می‌تواند به بهبود آن کمک کند).

معمولاً دردهایی که چند ثانیه تا چند دقیقه طول می‌کشند، با تنگی نفس و تهوع و تعریق سرد همراه هستند، با فعالیت بدتر و با استراحت و قرص زیربانی بهتری می‌شوند، به فک یا کتف و دست و... انتشار می‌یابند و دردهای قلبی هستند.

تپش قلب نیز ممکن است بر اثر عوارض روانی یعنی به هنگام اضطراب، هیجان، عصبانیت و... باشد یا منشأ جسمی مانند علل قلبی داشته باشد که خوب است پزشک خود را در جریان بگذارد.

همچنین اگر تپش قلب شما گاه‌گاه بی‌علت رخ می‌دهد و در واقع نامنظمی ضربان قلب است، با پزشک خود مشورت کنید. تغییر و نامنظمی فشارخون نیز ممکن است پس از بهبودی رخ دهد که باید توسط پزشک بررسی شود. اما تحقیق‌ها نشان می‌دهند که ارتباط مستقیمی میان رژیم غذایی و سلامت قلب وجود دارد. با دریافت یک رژیم غذایی سالم می‌توان سلامتی قلب و دستگاه گردش خون را حفظ کرد.

برای تقویت قلب بهتر است از انواع کلم، شلغم، چغندر، اسفناج، مارچوبه، لوبیاسبز، نخود سبز، انواع لوبیا، نخود و عصاره مخمر که دارای ویتامین‌های گروه ب (به خصوص اسید فولیک

* سلامت

هستند) استفاده کنید.

ضمناً در جوامعی که مصرف‌کننده مقادیر فراوانی از ماهی‌های روغنی هستند، مشاهده شده است شیوع بیماری‌های کروئر قلبی کمتر از جوامعی است که مقدار خیلی کمی ماهی مصرف می‌کنند.

از این رو مصرف ماهی برای افرادی که دارای سابقه بیماری قلبی و همچنین افرادی که مایل به پیشگیری از ابتلا به این بیماری هستند، توصیه می‌شود. ماهی‌های روغنی از قبیل ماهی آزاد و سایر ماهی‌ها از قبیل قباد، حلوا، شیر، کیلکا، و اوزون برون دارای اسیدهای چرب مفید هستند؛ از این رو ماهی‌ها نقش مهمی در سلامت قلب دارند.

دانشمندان معتقدند که این مواد ضمن کمک به سلامت قلب، باعث کاهش خطر انعقاد خون و همچنین ممانعت از افزایش چربی‌های مضر خون می‌شوند.

* ریه

تنگی نفس و سرفه نیز از عوارض شایع بعد از ابتلا به ویروس کووید ۱۹ و حتی در برخی از افراد پس از بهبود است. یک انسان به صورت عادی تنفس خود را که همیشه در حال رخداد است، متوجه نمی‌شود.

تنگی نفس به حالتی اطلاق می‌شود که فرد نفس کشیدن خود را احساس کند. شرایطی مانند عدم امکان نفس عمیق کشیدن، نفس کم‌آوردن، به نفس افتادن به دنبال فعالیت‌های سبک و... از مثال‌های تنگی نفس هستند.

تنگی نفس نیز ممکن است زمینه جسمی یا روانی داشته باشد. این عارضه در افرادی که سابقه مشکلات تنفسی مانند آسم داشتند، اما بهبود یافته بودند، منجر به تشدید مجدد بیماری شده یا افراد بدون پیش‌زمینه را درگیر می‌کند.

اگر تنگی نِفستان رو به بهبود نرفته یا تشدید و طولانی شده است، با پزشک خود مشورت کنید.

سرفه نیز می‌تواند به صورت شایع تا مدتی پس از بهبودی از کرونا ادامه یابد. بعضاً سرفه‌ها منشأ جدی و قابل‌بررسی دارند یا به دنبال آلرژی و بیماری‌ی سختی که فرد از سر گذرانده است، رخ می‌دهند یا کلاً منشأ غیرریوی (برای مثال، گوارشی) دارند.

در نظر داشته باشید سرما و آلودگی هوا هم ممکن است علائم ریوی را تشدید کند.

اما به هر حال برای تقویت ریه بهتر است تنفس عمیق به صورت روزانه داشته باشید؛ تنفسی که با دم و بازدم آهسته انجام شود. ترجیحاً مکان‌هایی مثل دشت و طبیعت را برای تمرین‌های نفس عمیق انتخاب کنید تا هوای پاک استنشاق کنید.

توجه داشته باشید که تمرکز بر بهبود ظرفیت ریه، به مدت متوسط‌های طبیعی پاک‌سازی دستگاه تنفسی از طریق تمرین‌های تنفسی ساده باشد؛ چرا که تمرین‌های تنفسی بیش از اندازه می‌تواند به شما آسیب برساند. نباید در زمان تمرین، به مدت طولانی نفس خود را نگه دارید؛ به خصوص اگر به دلیل کرونا در بیمارستان بستری شده‌اید. باید تمرین‌های ساده انجام دهید و به مرور نفس عمیق‌تری بکشید.

* سایر علائم شایع

* تعریق

تغییر و نامنظم شدن موقت دوره قاعدگی در بانوان

کاهش حس بویایی و چشایی یا داشتن حس بو و شدت‌های عجیب؛

مانند خون، آهن و...

در نهایت لازم به ذکر است عوارضی که مطرح شد، بخشی از عوارض متنوعی است که پس از بهبود از کووید ۱۹ می‌تواند رخ دهد و شدت آن خفیف تا شدید باشد.

ضمناً سویه‌های مختلف کووید ۱۹ و شدت بیماری در میزان و نوع و شدت عوارض آن تأثیر بسزایی ندارد و فرد ممکن است ابتلای خفیف اما عوارض شدید تجربه کند.

گفتنی است که به‌طور کل می‌توان شش‌ماه تا یک سال به عوارض کرونا زمان بهبودی داد؛ اما موارد هشدار و اورژانس‌ها را فراموش نکنید و سریع به پزشک مراجعه کنید.

اندرستی

اصلاح ناهنجاری‌های فیزیکی با حرکت‌های ورزشی



دوری از تحرک فیزیکی و تمرین‌های صحیح و حساب‌شده ورزشی، به تدریج باعث ناهنجاری‌هایی چون گودی کمر، گوزپشتی، شانه نامتقارن و... می‌شود که البته تمام این عوارض را می‌توان با انجام حرکات ورزشی بهبود بخشید و اصلاح کرد.

* شانه‌های نامتقارن

پایین‌بودن یک شانه نسبت به شانه دیگر، به افتادگی شانه یا شانه نامتقارن مرسوم است. این ناهنجاری که بین دختران ایرانی شیوع چشمگیری دارد، بر اثر عواملی چون ضعف عضلات بالابرنده کتف‌ها، وضعیت نادرست هنگام نشستن، حمل کیف و کتاب سنگین با یک دست، استاندارد نبودن میز و نیمکت و در نتیجه خم شدن بیشتر به یک سمت بروز می‌کند. خارج شدن شانه‌ها از حالت طبیعی، درد کتف‌ها و درد در ناحیه پشت و اطراف گردن از جمله عوارض این ناهنجاری است.

*** روش‌های اصلاحی:** تلاش کنید هنگام کار، استراحت، نشستن و راه رفتن شانه‌هایتان را در یک سطح نگه دارید. سعی کنید کیف و کتاب را به‌طور متناسب با هر دو دست حمل کنید. در حالت نشسته یا ایستاده، دست سمت شانه پایین افتاده را بالا ببرید. در حالت نشسته یا ایستاده، شانه سمت پایین افتاده را بالا ببرید. در حالت نشسته یا ایستاده وزنه‌ای را در دست سمت پایین افتاده بگیرید و شانه آن سمت را بالا ببرید. در حالت نشسته یا ایستاده، هر دو شانه را بالا بیاورید. این تمرین را مقابل آینه انجام دهید تا از هم‌سطح‌بودن شانه‌ها مطمئن بایید.

* گوزپشتی

تحذب بیش از اندازه مهره‌های پشتی، به گوزپشتی موسوم است. قراردادن تنه در وضعیت غلط، ضعف عضلانی، افزایش گودی کمر و برخی بیماری‌ها علل اصلی بروز این ناهنجاری است. درد، افتادگی سینه، کاهش انعطاف‌پذیری، تخریب مهره‌ها، ایجاد شانه‌های گرد و بروز عارضه سربه‌جلو از جمله عوارض گوزپشتی است. *** روش‌های اصلاحی:** همیشه وضعیت صحیح بدن‌تان را حفظ‌ا ه‌ر د، شاد در آب را فراموش نکنید. از میله بارفیکس آویزان شوید. در حالت ایستاده دست‌ها را به سمت بالا بکشید و در حالت ایستاده کتف‌ها را از پشت به یکدیگر نزدیک کنید. (۱) روی شکم بخوابید و تشکی زیر شکم قرار دهید. (۲) دست‌ها را پشت سر بگذارید و سر و سینه و بالاتنه را از زمین بلند کنید. (۳) روی شکم بخوابید و تشکی زیر شکم قرار دهید. (۴) دست‌ها را پشت سر بگذارید و فقط سر و سینه را بلند کنید. (۵) روی شکم بخوابید و تشکی زیر شکم قرار دهید. (۶) دست‌ها را به سمت جلور امتداد سر بکشید و سر و سینه را بلند کنید. (۷) توجه داشته باشید باید پس از کسب توانایی در ورزش شماره ۵، ورزش شماره ۶ را انجام دهید و بعد به سراغ ورزش شماره ۷ بروید.

* گودی کمر

افزایش بیش از اندازه گودی کمر بر اثر چاقی، کوتاهی عضلات خم‌کننده ران، ضعف عضلات شکمی، زامان‌های مکرر و جابه‌جایی مهره‌ها به سمت جلو علل اصلی بروز این ناهنجاری هستند. این عارضه باعث افزایش فشار بر مهره‌های تحتانی کمر و کم‌درد در فرد مبتلا می‌شود.

*** روش‌های اصلاحی:** به پشت بخوابید و از فردی بخوابید زانو و ران یک پای شما را کاملاً خم کند. اگر ران پای مقابل از زمین بلند شود، نشان‌دهنده کوتاهی عضلات خم‌کننده ران یا است. این آزمایش را برای پای مقابل نیز تکرار کنید و برای اصلاح ران‌ها، مرتب این حرکت را انجام دهید. روی شکم بخوابید، زانو‌ها را خم کنید و یک پا را باز کنید تا شکم بخوابد، زانو‌ها را خم کنید و پای مقابل خم‌کننده ران کشیده شود. این حرکت را برای پای مقابل نیز انجام دهید. در حالت ایستاده و درحالی‌که برای حفظ تعادل با یک دست سنبلی را گرفته‌اید، زانوی پای سمت مقابل را خم کنید، با دست دیگر مچ پا را بگیرد و ضمن خم کردن بیشتر زانو، ران را به عقب ببرید. این حرکت را با پای مقابل نیز انجام دهید. دو زانو بنشینید و به سمت عقب پل بزنید. این حرکت موجب اعمال کشش زباد روی عضلات خم‌کننده ران می‌شود (اگر کم‌درد دارید این حرکت را انجام ندهید).

اگر گودی کمر شما ناشی از ضعف عضلات شکمی است، به پشت بخوابید و دست‌ها را کنار گوش‌ها یا روی شکم بگذارید. تا جایی که زاویه تحتانی کتف‌ها از زمین بلند شود، بالاتنه را از زمین جدا کنید. این وضعیت را تا پنج ثانیه حفظ کنید. مدت زمان کشش در تمرین‌های کششی قبلی، ۳۰ ثانیه است که باید به مرور افزایش یابد.

* زانوی ضربه‌داری

زانوی ضربه‌داری یکی از انواع تغییر شکل‌های زاویه‌دار زانو است که بر اثر ان، ران‌ها به هم نزدیک شده، قوزک‌های داخلی از هم فاصله گرفته و به پاهای شکلی شبیه ضربه‌داری دهد. برای تشخیص این عارضه، فرد باید به پشت بخوابد و دو پایش را کنار هم قرار دهد. اگر در حالتی که زانو‌ها به هم چسبیده، قوزک‌های داخلی از یکدیگر دور می‌شوند، نشان‌دهنده عارضه است. چاقی، زود راه افتادن در سن طولیت، صافی کف پا و کوتاهی عضله دوسر رانی از جمله عوارض این ناهنجاری است.

سمیراثبات راسخ کارشناس تربیت بدنی



نبرد شیرها و گاندوها

در نقش جهان

هماورد هفتادم فوتبال اصفهان امروز برگزار می شود

مهری مصور

دربی بازمهم دربی است؛ تفاوتی هم ندارد دو تیم قبل این بازی در بهترین وضعیت باشند یا مثل این روزهای سپاهان و ذوب آهن حال و روز خوبی نداشته باشند. فاصله سپاهان با صدر جدول رده بندی ۱۱ امتیاز شده و تساوی برابر هوادار به نوعی وداع این تیم با قهرمانی در لیگ بیست و یکم محسوب می شود. در آن سوی میدان تیم ذوب آهن هم باخت دیگری را متحمل شد تا فاصله اش با تیم های قعرنشین کمتر از فاصله اش با تیم های بالای جدولی باشد. در بازی رفت، سپاهان در قامت یک مدعی قهرمانی به ذوب آهن باخت؛ اما در آن زمان هنوز هواداران طلایی به ادامه لیگ امیدوار بودند و آن باخت را چندان جدی نگرفتند؛ با این حال، برای بازی برگشت شرایط به طور کلی متفاوت است؛ هیچ کدام از دو تیم انتظارات هواداران را برآورده نکرده اند. بر اساس برنامه سازمان لیگ، تیم سپاهان میزبان دیدار امروز محسوب می شود و در ورزشگاه نقش جهان از تیم ذوب آهن پذیرایی می کند. با توجه به نیاز میرم دو تیم به کسب سه امتیاز، دربی امروز یکی از حساس ترین دربی های تاریخ فوتبال اصفهان است و باید دید کدام تیم برنده از این مسابقه بیرون می آید؛ چرا که تساوی به درد هیچ کدام از دو تیم در کورس قهرمانی و کورس تیم های فائوس به دست لیگ نمی خورد. ذوب آهن و سپاهان تاکنون ۶۹ بار در دیدارهای رسمی برابر یکدیگر قرار گرفته اند که ۲۶ بار سپاهان و ۱۹ بار ذوب آهن پیروزی را به نام خود ثبت کرده اند؛ همچنین ۲۴ دیدار با نتیجه تساوی به پایان رسیده است. از ۶۹ هماوردی دو تیم، ۴۱ بازی در لیگ برتر بوده که سپاهان ۱۹ برد و ذوب آهن ۱۲ برد در کارنامه دارد و ۱۰ بازی با نتیجه تساوی به پایان رسیده است. برای بازی امروز هم هر دو تیم امتیازهای کامل آن را می خواهند؛ زیرا تساوی به حال هیچ کدام تفاوتی نمی کند. در آستانه دربی امروز فوتبال اصفهان، مروری بر چهره های ویژه این بازی خواهیم داشت.



محرم نوید کیا

شاید اگر محبوبیت زیاد او بین هواداران نبود، امروز برای دربی وضعیت سخت تری پیدا می کرد؛ اما او فعلا به حمایت هواداران امیدوار است؛ هر چند که نسبت به فصل گذشته کم رنگ تر شده است. نوید کیا در زمان بازی یکی از ارکان اصلی تیمش برای برد بود و در فصل اول مربیگری هم در دو دیدار رفت و برگشت به پیروزی رسید؛ اما در بازی رفت این فصل در رقابت با مهدی تارتار بازنده شد تا امروز برای جبران مافات تیمش را به میدان بفرستد. تیم سپاهان در دور برگشت به حتم شرایط دشوارتری نسبت به دور رفت را تحمل خواهد کرد و پیروزی در دربی اصفهان می تواند هواداران این تیم را کماکان به کسب سهمیه آسیایی امیدوار نگه دارد.



مهدی تارتار

همین که چند روز یک بار روابط عمومی باشگاه ذوب آهن ناچار به تکذیب شایعات منتشر شده در خصوص قطع همکاری باشگاه با مهدی تارتار می شود، یعنی اینکه جایگاه او روی نیمکت سبز چندان مطمئن نیست. تارتار در بازی رفت موفق شد یاران نوید کیا را با شکست مواجه کند و برای بازی برگشت هم امیدوار به تکرار آن نتیجه است تا چند هفته ای آرامش مهمان این تیم شود. ذوب آهن اگر در بازی امروز بازنده شود و تیم های تراکتور و فجر سپاسی برنده شوند، خطر سقوط را به خود نزدیک تر می بیند؛ از این رو به جز نتیجه گرفتن در بازی امروز چاره ای ندارد؛ ضمن اینکه پیروزی در دربی سنتی می تواند به محکم کردن جایگاه تارتار روی نیمکت کمک کند.

محمد نژاد مهدی



این بازیکن هم با پیراهن ذوب آهن و هم با پیراهن سپاهان سابقه بازی در دربی اصفهان را داشته و به خوبی می داند برای هواداران دو تیم پیروزی در این مسابقه حیثیتی چه اهمیتی دارد. نژاد مهدی اگر در ترکیب تیم سپاهان برای بازی امروز قرار بگیرد، باید سد محکمی را در مقابل مهاجمان و خط هافبک تیم رقیب ایجاد کند؛ زیرا همان طور که در بازی رفت ذوبی ها پیروز شدند، در بازی برگشت هم می توانند از تک موقعیت ها استفاده کنند.



آرمان قاسمی



سابقه چند فصل همکاری با مهدی تارتار باعث شده او شناخت کاملی از آرمان قاسمی داشته باشد و وقتی برای تیم ذوب آهن هم او را در لیست گذاشت، یعنی برای استفاده از او برنامه دارد. قاسمی که تا بدین جای لیگ یکی از بازیکنان خوب ذوب آهن بوده، در دربی اصفهان و مقابل مهاجمان سپاهان به همراه هم بازیانش در خط دفاعی، وظیفه مهمی برای بسته نگه داشتن دروازه دارند؛ ضمن اینکه در ضد حمله ها هم می تواند به کمک هم تیم هایش بیاید.



حبیب فرعیاسی



با جدایی شهاب گردان و عدم جذب دروازه بان، فرعیاسی فعلا سنگربان شماره یک ذوبی هاست؛ اما او هم می داند اگر جایگاهش را به خوبی حفظ نکند، ناچار باید دروازه را به دروازه بان جوان تر تیم بسپارد. فرعیاسی در بازی رفت، دروازه اش را بسته نگه داشت و یکی از عوامل پیروزی بود؛ اما برای بازی برگشت باید دید او چه رویه ای را در پیش می گیرد.

رشید مظاهری



بازی امروز به نوعی تقابل رشید با تیم سابقش محسوب می شود؛ البته با این تفاوت که مظاهری پس از جدایی از ذوب آهن، مسیر چند تیم را پیمود تا امروز مقابل تیمی که از آن به فوتبال ایران معرفی شد و به تیم ملی رسید، بازی کند. سپاهانی ها با توجه به ضعفی که درون دروازه احساس می کردند، مظاهری را به خدمت گرفتند و در بازی امروز هواداران برای برد تیمشان چشم به هنرنمایی مظاهری دوخته اند.

شوریار مغانلو



وقتی سپاهان نمی تواند موقعیت هایش را به گل تبدیل کند، اشکال متوجه مهاجمان این تیم می شود و در این وضعیت، مغانلو نسبت به شهباززاده، تحت فشار بیشتری است. مغانلو در بازی با هوادار پس از تعویض صحبت هایی را خطاب به محرم نوید کیا که کنار زمین ایستاده بود انجام داد که بینندگان تلویزیونی آن را گلایه در خصوص تعویض دانستند؛ اما یکی از سایت های ورزشی مدعی شده مغانلو می خواسته بیشتر در زمین بماند تا بیشتر دوندگی کند.



سعید باقرپسند



ضعف ذوب آهن در گلزنی و نبود یک تمام کننده شش دانگ، کادرفنی گاندوها را به این نتیجه رساند که در نیم فصل برای تقویت تیمشان یک مهاجم به خدمت بگیرند. باقرپسند که سابقه لژیونری در لیگ آذربایجان را دارد، در دو هفته اخیر در ترکیب تیم ذوب آهن به میدان رفت تا نشان دهد که مهدی تارتار از تلاش او در تمرینات راضی است؛ اما برای اینکه از عملکرد او در زمین مسابقه هم رضایت داشته باشند، نیاز به تیزهوشی و قدرشناسی موقعیت هاست.

محمد خدابنده لو



این بازیکن که محصول تیم های پایه پیکان است، با نظر مهدی تارتار برای لیگ بیست و یکم راهی اصفهان شد و در این مدتی هم که از لیگ سپری شده، عملکرد چشمگیری نداشته است. هر چند وقتی یک تیم خوب نتیجه نمی گیرد، بازیکنانی هم که به وظایفشان درون زمین عمل می کنند، چندان شانس دیده شدن ندارند. خدابنده لو در دربی امروز و در میانه میدان ذوبی ها می تواند برگ برنده تارتار برای تکرار برد دور رفت باشد.



امید نورافکن



در روزهایی هم که سپاهان خوب نتیجه نمی گیرد، هواداران از امید نورافکن رضایت دارند و او را جزو آن دسته بازیکنان کم کار تیم به حساب نمی آورند. نورافکن که برای قرار گرفتن در ترکیب تیم ملی برای جام جهانی پیش رو، نیازمند دیده شدن در تیم سپاهان است، برای دیدار امروز وظیفه مهمی را بر عهده دارد؛ زیرا اگر روز خوب نورافکن باشد، طلایی پوشان هم می توانند امیدوار باشند یک روز خوب را به پایان ببرند.

ایران از نگاه راهنمایان

سه روایت شخصی از سه راهنمای گردشگری



نقیسه حاجانی گروه میراث و گردشگری

✽ **«پیشانی گردشگری» هستند یا سفیران معرفی مقصد و... برای راهنمایان گردشگری**
عناوین مختلفی طی این سال ها ذکر کرده‌اند. به هر حال حالا ۲۲ سال است که هر سال ۲۱ فوریه (امسال مصادف با ۲ اسفند) در سراسر دنیا روز جهانی راهنمای گردشگری (International Tourist Guide Day) را جشن می گیرند. بگذارید تاکید کنم که در این روز من بیشتر به اهمیت «روایت» در «گردشگری» فکر می کنم و اینکه حلقه گمشده گردشگری ایران هم همین است: کمبود روایت های صحیح، به روز، شخصی و اثرگذار و هو شنمندان. چیزی که می تواند یک مقصد گردشگری را از خاک بلند کند و مقصد دیگری را با خاک یکسان / راهنمایان گردشگری هم راویان مقصد هستند و هم تجربه ملاقات آدم های گوناگون باعث می شود روایت های نابی در خاطر داشته باشند که نه فقط شنیدنش برای همه ما جذاب است که برای مسئولان و برنامه ریزان گردشگری هم می تواند دسینه ای ارزشمند محسوب شود. به همین مناسبت چند روایت جذاب از چند راهنمای گردشگری کشورمان را انتخاب کرده ایم. ✽

✽ محرابی که اشک گردشگر سونئیس را دآورد!

مهسا مطهر، یکی از راهنمایان گردشگری شناخته شده ایران، است که البته به جز این شغل

تخصص های دیگری هم دارد؛ از جمله مشاور گردشگری و مدیر محتوای سایت آوایار. او در یکی از پست هایش که نزدیک به روز جهانی گردشگری منتشر کرده، خاطره قابل تأملی را تعریف کرده است. مطهر در پست با عنوان «به یاد مونا از ژنو» نوشته: «روزی مسافری داشتم که به ما [ایران] سرزمین سفال لقب داد. او بعد از ده روز سفر در ایران به من گفت: شما با خاک جادو می کنید و چه راست می گفت. مونا و پسرش التون سونئیس بودند و خیلی وقت ها من سکوت می کردم و آن ها باهم درباره اثر هنری که می دیدند بحث می کردند. نگاهشان به هنر تحلیلگرانه بود. مونا عاشق زرشک است. هر وقت از او می پرسم چیزی از ایران لازم داری؟ زرشک می خواهد. با مونا و التون به موزه ملی رفته بودیم و من این زیبارو را توضیح می دادم. یادم هست مونا بغضش از زیبایی این محراب تریکد.» به روایت مهسا مطهر «محراب در بهشت» عمری حدود ۷۰۰ ساله دارد و «با آن رنگ های آبی دلبرانه اش که در معماری و تزیینات ما نماد آسمان است. معجزه ای از سفال زرین فام» محسوب می شود. سفال زرین فام به نوعی از لعاب و پخت لعاب سفال گفته می شود که با اینکه در آن طلایی به کار نرفته ولی درخششی مانند طلا دارد. مطهر این طور ادامه داده: «متخصص

ساخت این سفال خانواده ای اهل کاشان بوده اند که به مرور دیگر این سفال را نساخته اند، همیشه تصور می کنم یکی از نواده های خانواده یک روز خودش را لوس می کند که برود دنبال آرزوهایش مثلا و بشود تاجر زعفران یا کاروان سالار و دنیا را بگیرد، این طور تکنولوژی ساخت این سفال احتمالا از بین می رود. نمی دانم! این آخری را در تصورات خودم همیشه می سازم و جرئت گفتنش را به مسافر ندارم؛ چون استاد تاریخی که ندارد هیچ، واقعا کسی نمی داند به چه دلیلی ساخت

این سفال در این خانواده ادامه پیدا نکرده است. امروز هم تلاش هایی برای احیای این لعاب شده؛ اما هنوز به این درجه از درخشندگی نرسیده است. این محراب ظاهر جزو آخرین آثار باقی مانده از این خانواده است؛ مثلاً قبیل آرانکه آن پسرک یا دخترک هوس تعطیلی کسب وکار از اجدادی به سرش بزند.» او در انتهای این پست که به همراه عکس محراب منتشر کرده، نوشته: «محراب در بهشت از معدود محراب هایی است که برایمان باقی مانده، بقیه را لطف کرده اند و به ممالک غربی برده اند. این یکی هم درامازده ای در قم منتظر بوده تا به موزه هنرهای اسلامی راه پیدا کند. البته هر بار نگاهش می کنم می گویم چچوری جلوش نواز می خوانند؟ این خودش یک پا

خیم ابروی پاراست که یاددانش دل و دین از دست می رود و سه رکعت و چهار رکعت قاتی می شود و آدمی کثیرالشک می شود. به جزئیات شگفت انگیزش نگاه کنید؛ به خط های درهم تنیده که نگاه را به سمت بالا می برد. این محراب واقعا در بهشت است. نگاه کردنش بصرا رجلا می دهد و در یک کلام در طلب زهره رخ ماه روز / می نگردد جانب بالا دلم.»

✽ وقتی متصدی ایزی جت ایران دوست از آب درآمد!

میثم امامی در بیوگرافی خودش نوشته: «علاقه مند دستباف ها و عشایر ایران»؛ اما او فراتر از این حرف هاست و به عنوان یک راهنمای گردشگری بر مطالعه و علاقه مند و البته مدرس شناخته می شود. او که امسال تورهای خروجی مختلفی به مقصد سونئیس و چند کشور دیگر اجرا کرده در مطلبی به یکی از تجارب اخیرش اشاره و روایت کرده: «دیشب تا ساعت ۲ برای تکمیل فرم ورود به اسپانیا و بارسلون تهران بیدار بودم. صبح هم ساعت ۴ بیدار شدم و او مدیم فرودگاه ژنو که بریم بارسلونا. سردرد و بی خوابی و تشوش ذهنی از اینکه می گویم چچوری جلوش بسازه. تو فرودگاه برامون گرفتاری بسازه. برگه های تست هم ۴۸ ساعتش

صحفان زیبا

✽ میراث و گردشگری ✽

و... بهیو شروع کرد به فارسی جواب دادن! امیلی نازنین انگلیسی ایرلندی بود و دوران دانشگاهش رو کانادا گذرونده بود و به واسطه علاقه به شعر و ادبیات فارسی، یک سال زبان فارسی هم گذرونده بود و الان در ایرلین ایزی جت به عنوان سوپروایزر مشغوله. با محبت هرچه تمام بارهای گروهِ رو تحویل گرفت و به اندازه بار و اضافه بار هیچ کس هم ایرادی نگرفت. الان همه اون استرس ها تمام شده و نشستمیت گیت ۸۱ فرودگاه ژنو و آماده برای سوار شدن به هواپیما.»

✽ راهنمای «دوست گم شده پیداکن» در سه سوت!

مریم کریمی، راهنمای مسلط به زبان ایتالیایی، است که البته جهانگرد و روایتگر سفر هم محسوب می شود. او خاطره جالبی را از یکی از گردشگرانی که برای او تور ایران را اجرا کرده، نقل می کند: «مانوریتزیو هشتاد سالش بود و از هشت سالگی رفته بود ونزوئلا و بعد هم برای تحصیل آمریکا. الان هم پنج سالی بود که بازن ونزوئلایی اش برگشته بود ایتالیا زندگی می کرد. زن مانوریتزیو دیالیزی بود و نمی توانست سفر کنه. مانوریتزیو از لحظه به لحظه سفر فیلم می گرفت تا بیره به زنش نشون بده.»

او در ادامه می نویسد: «به شب تو راه شیراز به یزد بهم گفت: مریم من یک دوست ایرانی دارم که پنجاه ساله ندیدمش. باهم تو هاوارد دکنتری ژنتیک گیاهی می خوندیم. وقتی داشت برمی گشت گفت می ره که تو دانشگاه تهران کار کنه. ولی من هرچی به دانشگاه شلوغی فرودگاه و اضافه بار بعضی از همسفر او... رو هم پesh اضافه کنید. رسیدیم اینجا و رفتیم برای تحویل بار ایزی جت. خدا خدا می کردم به کارت های واکسن گیر ندن.»

امامی این طور ادامه می دهد: «رفتم به این خانم گفتم که ما گروهیم کار کنه. ولی من هرچی به دانشگاه تهران ای میل زدم، کسی جوابمو نداد. گفتم: اسمشوده تا بارت آمار بگیرم. مانوریتزیو جانم با ناامیدی تمام گفت: «بهمن صدی یزدی». اسمو که گوگل کردم، فهمیدم استاد صدی یزدی یکی از چهره های ماندگار علم ژنتیک گیاهی ایران است و از قضا، «هادی سسنعلی» از دوستان خیلی دور زمان دانشگاه، تهیه کننده فیلم مستندی بر اساس زندگی ایشون بوده به نام «سفر دانه».

آن طور که مریم کریمی روایت می کند، با دو مکالمه تلفنی به استادی که دوست گم شده گردشگر ایتالیایی بود، رسیده و همان شب در لابی هتل سفاییه یزد مانوریتزیو با رفیق گم شده تلفنی صحبت می کند و بعد، آن قدر هیجان زده می شود که در لابی هتل بلند بلند به همه می گوید که بهترین راهنمای دنیا نصیبش شده است.

کریمی در انتهای منتش می گوید:

«چیزی که فوم عاشق این شغل کرده، این هست که می تومم با

کمترین هزینه و با صرف تنهاتوجه،

محبت و انسایت، بهترین حس ها

رو به مردمانی بدم که دارن هزاران

کیلومتر ا و رنتر از من زندگی می کنن

و دوستی های نابو رو رقم بزنم که

هیچ یکدیگه ای تو من هیچ شغلی

نمی تونه تجربه شون کنه.»

ا دیدبان

موارد تفویض شده حوزه صنایع دستی تشریح شد



مدیرکل دفتر حمایت از تولید صنایع دستی وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی موارد تفویض شده به استان ها در این حوزه را تشریح کرد. به گزارش مهر، فرهاد غلامعلی فلاح با اشاره به برگزاری همایش مدیران کل استان ها و اعلام تفویض اختیار از سوی ضرغامی به مدیران کل میراث فرهنگی ۳۱ استان کشور، گفت: باهدف تسهیل در ارائه خدمات به هنرمندان صنایع دستی در استان های مختلف، مواردی از سوی این وزارتخانه در حوزه صنایع دستی به ادارات کل استانی تفویض اختیار شد.مدیرکل دفتر حمایت از تولید صنایع دستی وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی افزود: از جمله موارد تفویض شده به استان ها در حوزه صنایع دستی می توان به تسهیلات تبصره ۱۸، تسهیلات اشتغال پایدار روستایی و تسهیلات مشاغل خانگی اشاره کرد. به همین منظور به تازگی سامانه ای برای ارائه تسهیلات به صنعتگران و متقاضیان طراحی شده است. فلاح اضافه کرد: متقاضیان دریافت تسهیلات با مراجعه به این سامانه وارد کارنابلی که برای آن ها تعریف شده می شوند و می توانند برای ثبت تسهیلات مورد نیاز خود اقدام کنند.مدیرکل دفتر حمایت از تولید صنایع دستی وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی، ادامه داد: البته پیش ترینز موارد مهمی در این حوزه به استان ها تفویض شده که می توان به پروانه تولید انفرادی و کارگاهی، پروانه تولید چند رشته ای متمرکز و غیر متمرکز، مجوز تأسیس، مجوز مشاغل خانگی و صدور کارت شناسایی اشاره کرد. تمام این موارد به استان ها تفویض شده و مادرستاد، وظیفه هماهنگی و نظارت بر حسن اجرای آن ها را داریم.

یک گردشگریاه ۳ بشکه نفت؟



مدیر یک دفتر خدمات مسافرتی گفت: صنعت گردشگری نیازمند تغییر نگاه دولتمردان به این حوزه است و آن ها باید بپذیرند که درآمد ورود گردشگر به کشور تقریباً معادل فروش ۳۰ بشکه نفت است. مجتبی احمدی در گفت وگو با ایسنا به تأثیرات شیوع ویروس کرونا بر روند کار دفاتر خدمات مسافرتی پرداخت و اظهار کرد: اصولاً صنعت گردشگری را می توان به عنوان ترسوترین صنعت در جهان قلعدا کرد که دلیل آن شاید مسائل مرتبط با حفظ جان مسافران باشد. به همین دلیل با شروع کرونا و به وجود آمدن مشکلات زیاد، تمام سفرها به جز سفرهای ضروری متوقف شدند. او ادامه داد: متأسفانه بر خلاف پشتیبانی بیشتر دولت ها در سراسر جهان، دست اندرکاران این صنعت در کشور ما پس از گذشت ماه ها اعلام کردند که تحت برخی شرایط خاص، وامی با بهره ۱۲ درصد پرداخت خواهند کرد. هیچ گونه بخشودگی در زمینه مالیات، بیمه و مسائلی از این قبیل صورت نگرفت و تنها با به تعویق انداختن، سعی بر آن داشتند تا وصولی های خود را دریافت کنند. این مدیر آژانس هواپیمایی در خصوص میزان خسارت های وارد شده به این صنعت خاطرنشان کرد: خسارت های وارد شده در مدت دو سال با توجه به عدم تعدیل پرسنل، پرداخت ها و گردش مالی کم، بسیار زیاد بود و برای رفع صدمات ناشی از آن توانستیم تا حدودی با تدابیر داخلی، دریافت وام و داشتن دفتر ملکی بخشی از آن را جبران کنیم. احمدی در خصوص عملکرد مدیران متولی در این حوزه اضافه کرد: اگرچه همیشه تمام بخشنامه ها و ارائه دستورات از طریق مرکز صورت می گیرد؛ اما در هر صورت عملکرد مدیران میانی و استانی با توجه به سطح اختیارات خوب بوده است. البته به عقیده من پس از اتمام این آییند می چیزی حدود ۴ تا ۵ سال زمان نیاز است تا صنعت گردشگری بتواند خود را بازیابی کند. او در خصوص حمایت های صورت گرفته برای رفع مشکلات عنوان کرد: شاید تعداد مسئولان قصد حمایت داشته باشند؛ اما با توجه به شرایط و نگاه حاکمیتی موجود، آن طور که باید حمایتی صورت نگرفته است و در نگاه بعدی نمی توان اولویت بودن صنعت گردشگری را احسان کرد.

✽ موضوع پول ساز بودن صنعت گردشگری

برای بیشتر کشورها ثابت شده است

احمدی با اشاره به اینکه مسئولان متولی گردشگری در دیگر کشورها می دانند که گردشگری صنعتی پول ساز است و باعث اشتغال و درآمد بیشتر می شود، گفت: دولت ها از هیچ تلاشی جهت سرپا نگاه داشتن گردشگری دریغ نمی کنند، برای مثال با پرداخت وام های بلاعوض یا با بهره پایین به شرکت های هواپیمایی، هتل ها و دیگر مشاغل مرتبط با حوزه، سعی در حمایت از دست اندرکاران این صنعت دارند.

✽ ورود هر گردشگر به کشور

دست کم ۱۸ شغل فعال ایجاد می کند

او برای برون رفت از این بحران راهکارهایی را پیشنهاد و تشریح کرد: به عقیده من در ابتدا باید نگاه دولتمردان به صنعت گردشگری تغییر کند و باید بپذیرند که درآمد ورود گردشگر به کشور معادل تقریباً فروش ۳۰ بشکه نفت است و ورود هر گردشگر دست کم ۱۸ شغل فعال ایجاد می کند. این مدیر دفتر خدمات مسافرتی ادامه داد: در ادامه با تغییر نگاه دولتمردان، بخش خصوصی می تواند با استفاده از دانش، تجربه و سرمایه مشکلات را برطرف کند؛ البته شرط بر آن است که دستگاه های ذی ربط در حوزه گردشگری فعالیت های نظارتی خود را حفظ کنند. احمدی اضافه کرد: گردشگری پسا کرونا نیاز به برنامه ریزی خاصی ندارد؛ چرا که همگان تشنه سفر هستند و بخش خصوصی می تواند با توجه به امکانات خود تمهید برنامه ها را تنظیم و اجرا کند.



سبک زندگی |

روزی حلال و تربیت

درآیین مقدس اسلام، برخلاف بسیاری از آیین‌های دیگر، بدن آدمی تحقیر نمی‌شود؛ زیرا بدن انسان ابزار تکامل روح اوست. تحقیر بدن در حقیقت تحقیر شخصیت آدمی است و کسی که مرتکب این عمل شود، مستوجب کیفر و قصاص است. عبدالله بن عمر از پیامبر(ص) نقل می‌کند: بدن تو بر تو حقی دارد و حق آن این است که آن را سالم، نیرومند و مقاوم در برابر شدائد و سختی‌ها و در کمال نشاط نگه داری. بدن وسیله‌ای برای به جا آوردن فرایض دینی و عبادت است. در واقع، نماز، روزه، جهاد و انواع خدمت‌ها به خلق خدا با توانایی بدن و سلامت آن میسر می‌شود. دربینش اسلامی، میان بدن و روح، تأثیر وارتباط متقابل و انفکاک ناپذیر وجود دارد. سلامت یا ضعف و بیماری بدن در نشاط و فعالیت یا افسردگی و ناتوانی روح اثر مستقیم دارد. خوردن غذایکی از اصلی‌ترین نیازهای بدن است که تأمین‌کننده نیروی حیات‌بخش آن است.

در حقیقت، غذای طیب، حلال و عاری از هرگونه شبهه به انسان بصیرت، نیرو و قدرت عجیبی می‌دهد و انرژی‌های مثبت در وجود او افزایش می‌یابد؛ همچنان که از جسمی سالم، قوی و نیرومند پرخوردار می‌شود؛ این جسم، ظرف و مکانی است برای روح. با مصرف غذای حلال، نور خداوند در دل انسان تجلی پیدا می‌کند و گرایش به حق و حقیقت در او شعله‌ورتر می‌شود و عمل صالح انجام می‌دهد. خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: «از غذاهای پاکیزه حلال تناول کنیدو به نیکوکاری و اعمال صالح پردازید» (مؤمنون/۵۷). بنابراین عمل انسان و غذایش با هم قرین هستند؛ به عبارتی دیگر، عمل صالح در گروه مصرف غذای پاک و سالم است. اگر والدین این مسئله مهم را رعایت کنند، مطمئن باشند که فرزندان‌ها درآینده، فردی بی‌نظیر خواهند شد؛ مفید به حال مردم جامعه و مؤثر و نافذ در دیگران و همگان از مصاحبت با اولدت می‌برند و مایه آرامش و امنیت جامعه‌است. در مقابل، غذای ناپاک، باطن و سرمدت آدمی آلوده می‌کند و اندیشه‌و طرز فکر او را درگرونی می‌سازد و او را به ورطه هلاکت می‌افکند؛ چنین غذایی انسان را از درون تخریب کرده می‌پوساند. اصول تربیتی قرآن در سه عنوان کلی دسته‌بندی شده که به شرح ذیل است:

❖ **هدف‌مندی تربیت:** تربیت نیز همانند هر فعالیت ارادی دیگر انسان دارای هدف است؛ هدفی که متناسب با هدف آفرینش و اهداف مرییان بشریت، انبیای عظام است که عبارت است از: عبادت و عبودیت، پرورش فضایل اخلاقی و کسب علم و آگاهی.

❖ **روش‌مندی تربیت:** جنسیت و سن ازجمله خصوصیت‌هایی هستند که در زندگی حال و آینده فرزندان تأثیر بسزایی دارد و والدین برای حصول اطمینان از تربیت صحیح فرزندان خود باید به آن خصوصیت‌ها و شرایط توجه کنند.

❖ **جامعیت تربیت:** والدین همیشه باید توجه داشته باشند کسی درآینده موفق است که در همه ابعاد و زمینه‌ها رشد و پرورش یافته باشد و آگاهی‌ها و مهارت‌های کافی را در زمینه‌های لازم برای زندگی سعادت‌مند داشته باشد.

يك كتاب |

ازدواج عقلاانه

«ازدواج عقلاانه» کتابی گردآوری و ترجمه شمس الدین حسینی (۱۲۵۱) و الهام آرام‌نیا (۱۲۵۳) است. درمباحث این کتاب از نظریات دکتر باربارا دی آنجلیس، دکتر نیل کلارک وارن و دکتر پاتریسیا لویا استفاده شده است. این اثر در دوازده فصل به‌طور گام‌به‌گام به شما کمک می‌کند که ابتدا خود و نقاط مثبت و منفی خود را بشناسید و سپس به شناخت دیگران و کسی که قرار است شریک زندگی شما درآینده باشد بپردازید. در ادامه موضوع عشق و مراحل عاشق شدن را مطرح می‌کند و توضیح می‌دهد و بعد از آن به آسیب‌شناسی ازدواج از جمله دلایل اشتباه ازدواج، اشتباهات رفتاری همسران و موضوع تفاهم و تعهد می‌پردازد و در فصل انتهایی نیز از چند واقعیت در رابطه با ازدواج و زندگی مشترک سخن می‌گوید.

بخشی از کتاب که درباره عشق و شیفتگی سخن می‌گوید:

بسیاری از زوج‌ها در ابتدا و به هنگام عاشقی، احساسات شدید و مهارناپذیری دارند؛ اما پس از گذشت چند ماه این احساسات فروکش می‌کنند. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که ورود به حالت خنثی اغلب بین شش ماه تا دو سال از زمان ازدواج رخ می‌دهد. عصب‌شناسان معتقدند که مغز نمی‌تواند تا ابد و به‌طور همیشگی این حالت اشتیاق و شور و هیجان بسیار بالا را حفظ کند؛ زیرا گیرنده‌های عصبی موجود در مغز به میزان محرک عادت می‌کنند و سطح ترشح هورمون‌های مولکول عشق نیز اافت پیدا می‌کند. شیفتگی موجب بالا رفتن سطح هورمون‌ها می‌شود؛ اما پس از مدتی گیرنده‌های مغز به میزان آن عادت می‌کنند. علت کاهش شیفتگی هرچه باشد، همه ما دیر یا زود با آن روبه‌رو می‌شویم و نشاط و رضایت فوق‌العاده‌مان به آشکار شدن واقعیت و درک آن تبدیل می‌شود. اگرچه ورود به این مرحله می‌تواند تهدیدآمیز و ناامیدکننده باشد، زمان تصمیم‌گیری برای جدایی نیست؛ بلکه فرصتی برای برطرف‌کردن موانع است.

این کتاب شامل ۲۷۱ صفحه از انتشارات نسل نواندیش است.

«من» خسته‌کننده‌ترین واژه است



عشق و حمایت خانواده و دوستان در زندگی، موفقیت‌های مادی، خیلی لذت بخش نخواهد بود. با ایجاد تعادل در ملاک‌های برتری و ارزش‌های خود، از ثبات زندگی بیشتری بهره خواهید برد.

❖ چیزهای بی‌ارزش را رها کنید

این بدان معنی است که خیلی از مردم خود را درگیر استرس و به انجام رساندن کارهای بی‌ارزش می‌کنند که در نهایت در مقابل اهداف اصلی زندگی، هیچ ارزشی ندارند. وقتی آنقدر خود را درگیر این مسائل کوچک می‌کنید، دیگر جایی برای رسیدن به آرزوهایتان باقی نگذاشته‌اید و از لحظات خود هیچ لذتی نمی‌برید.

❖ غریز خودتان، هیچ‌کس دیگر نمی‌تواند شما را رضی کند

رضایت و راحتی ذهن شما تنها به عهده خودتان است! به، روابط

| اخبار جهان |

گردن بندی برای تشخیص گفتار بی صدا

گردن بندی برای تشخیص گفتار بی صدای کاربر طراحی و ساخته شده است. در این گردن بند، یک دوربین برای زیر نظر گرفتن کاربر استفاده شده و قادر است زمزمه‌های او را تشخیص دهد.

پروفسور چنگ ژانگ و رویدونگ ژانگ دانشجوی دکترا از دانشگاه کرنل توسعه این گردن بند را برعهده داشتند.

به گزارش تکنا، طرح اولیه این گردن بند از تک‌فیس پیش از این رونمایی شده بود و تنها قادر به زیر نظر رفتن حالات صورت کاربر بوده است.

این گردن بند می‌تواند زمانی که کاربر در جلسه کاری یا در محیطی مانند کتابخانه حضور دارد و باید سکوت را رعایت کند، امکان استفاده از دستیار هوشمند صوتی را برای او فراهم می‌کند. علاوه بر آن افراد بدون قدرت گفتاری نیز می‌توانند از این گردن بند استفاده کنند.

فناوری اسپیکچین به همراه یک دوربین فرورسرخ در این گردن بند استفاده شده؛ همچنین یک ریزپروازنده، مازول بلوتوث و باتری نیز وجود دارد که هر کدام از آن‌ها عملکرد جداگانه‌ای در تشخیص سکوت کاربرد خواهد داشت.

الگوریتم‌های مبتنی بر یادگیری ماشینی حرکات چانه کاربر را زیر نظر گرفته و آن را تشخیص می‌دهد. سپس این دستورات شناسایی شده را به گوشی هوشمند منتقل می‌کند.

| عکس روز |



❖ دریافتی ❖

| سخن روز |

طلب دنیا با عفت نفس

پیامبر گرامی اسلام صلی الله علیه و آله و سلم: مَنْ طَلَبَ الدُّنْيَا خَلَّأَ فِي عَقَافٍ كَانَتْ فِي ذَرَجَةِ الشَّهَدَاءِ. کسی که دنیای خود را با عفت نفس و ازراه حلال تأمین می‌کند، مقام و منزلت شهیدان را خواهد داشت.

المحجّة البيضاء

| دانستنی‌های سلامت |

بعد از خوردن غذا مسواک نزنید

تادندان‌هایتان قوی بمانند

همیشه به ما یاد داده‌اند که فوراً بعد از خوردن غذا مسواک بزنیم تا خرده‌های غذا از دندان‌ها بماند پاک شده و دندان‌ها سالم بمانند؛ اما فراموشا که زدن دندان‌ها آن‌ها را ضعیف می‌کند؛ زیرا خوردن غذا، مخصوصاً غذاهای اسیدی مانند گوجه‌فرنگی، پرتقال، قهوه، جای و نوشابه، مینای دندان را نرم می‌کند و اگر فوراً بعد از خوردن این مواد غذایی مسواک بزنید، تأثیر اسیدی آن‌ها بر دندان بیشتر شده و می‌تواند لایه‌ای از آن را تحلیل ببرد و منجر به مشکلاتی چون حساس شدن دندان‌ها، تغییر رنگ آن‌ها یا ترک خوردنشان شود. دندان‌پزشکان توصیه می‌کنند بعد از خوردن غذا دست‌کم ۳ تا ۶ دقیقه صبر کنید و سپس مسواک بزنید.

| خبر آخر |

حمله سگ ولگرد به کودک خردسال

در محله محمودآباد اصفهان

رئیس اداره خدمات شهری منطقه ۱۲ شهرداری اصفهان از حمله یک سگ ولگرد به کودک خردسال اصفهانی در محله محمودآباد خبر داد و گفت: هم‌جواری این محله با منطقه صنعتی محمودآباد، استفاده کارگاه‌های صنعتی از سگ‌های نگهبان و بی‌ضابطه بودن زادوولد این سگ‌ها در منطقه صنعتی، موجب شده است امنیت ساکنان محله‌های مجاور در شهر اصفهان، مورد تهدید قرار بگیرد. مجتبی‌اکبری با بیان اینکه تنها در ماه گذشته ۳۵ قلابه سگ ولگرد توسط شهرداری منطقه ۱۲ جمع‌آوری شده که ۱۰ قلابه از آن‌ها در محله محمودآباد رها بوده‌اند افزود: تا زمانی که مدیریت شهرک‌ها و شهرهای مجاور اقدام به کنترل و عقیم‌سازی سگ‌ها نمی‌کنند و برخی نیز با انتخاب رویه‌ای غلط، به‌طور مداوم به تغذیه سگ‌های ولگرد با پسماندهای غذا می‌پردازند، قادر به پیشگیری از وقایعی این‌چنین نخواهیم بود. اکبری با بیان اینکه سگ‌های نگهبان مورد استفاده در منطقه صنعتی محمودآباد به سادگی زادوولد می‌کنند و توله‌های آن‌ها برای یافتن غذا روانه محله مسکونی محمودآباد و محله‌های هم‌جوار می‌شوند، تصریح کرد: به‌رغم آنکه این محله یکی از نقاط محوری برای زنده‌گیری سگ‌های ولگرد به‌شمار می‌رود، تا زمانی که مشکل به شکل ریشه‌ای حل‌وفصل نشود، قادر به تأمین امنیت کامل ساکنان این محل نخواهیم بود. به گفته او، این حادثه آسیب جدی به همراه نداشته و وضعیت جسمی کودک مورد حمله، مساعد است. روزانه ۱۴۰ میلیون ریال برای نگهداری، درمان و انگل‌زدایی سگ‌های فاقد سرپرست هزینه می‌شود. مدیرکل هماهنگی و نظارت بر خدمات شهری شهرداری اصفهان نیز از تأسیس «مرکز و پناهگاه سگ‌های فاقد سرپرست» در شهر اصفهان از سال ۱۳۹۲ خبر داد و گفت: در این مرکز، سگ‌های بدون سرپرست، پس از زنده‌گیری مورد معاینه، شست‌وشو، انگل‌زدایی و درمان قرار می‌گیرند و با گذشت ۱۵ الی ۲۰ روز از دوران نقاهت و قرنطینه آن‌ها، رهاسازی می‌شوند.

امیرحسین خسروی با اشاره به اینکه مطابق با قانون ابلاغ‌شده از سوی وزارت کشور، مدیریت مرکز نگهداری از حیوانات فاقد سرپرست، وظیفه گروه‌های مردم‌نهاد حامی حیوانات است، افزود: وظیفه قانونی شهرداری اصفهان تنها نظارت بر عملکرد این مرکز است؛ اما با این وجود، مدیریت شهری روزانه بیش از ۱۴۰ میلیون ریال برای تأمین غذا، دارو، استخدام دامپزشک، خودروهای جمع‌آوری، حق‌الزحمه مسئولان نگهداری و... هزینه می‌کند. او با بیان اینکه فلاز دوم مرکز نگهداری از حیوانات فاقد سرپرست با ۱۲ هزار متر زیربنا در حال ساخت است، تصریح کرد: سگ‌های ولگرد، پس از ورود به این مرکز و معاینه توسط سه دامپزشک حاضر در مرکز، برای کاهش ازدیاد این حیوانات، عقیم‌سازی و پلاک‌گذاری شده و مطابق با قانون، به همان مکانی که زنده‌گیری شده‌اند، بازگردانده می‌شوند که البته برخی از کارشناسان درخصوص مناسب‌ودن این پروتکل، شبهاتی را وارد می‌کنند؛ چراکه عقیم‌سازی سگ‌ها مانع از حمله آن‌ها به انسان نمی‌شود. خسروی با اشاره به بروز حوادث مشابهی در محله سگ‌ها به انسان در دیگر شهرهای کشور خاطرنشان کرد: لازم است پروتکل‌های موجود مورد بررسی قرار گرفته و تمامی دستگاه‌های متولی امر همچون سازمان دامپزشکی، صداوسیما و به این عرصه ورود پیدا کنند تا معضل موجود به شکل منطقی حل‌وفصل شود.