

رئیس‌جمهور:

از هر اقدامی برای بازدارندگی رژیم صهیونیستی و آمریکا از جنایت در غزه حمایت می‌کنیم

سید ابراهیم رئیسی، رئیس‌جمهور در نشست مطبوعاتی مشترک با محمد شیاع السودانی، نخست‌وزیر عراق با قدردانی از تلاش‌های نخست‌وزیر و دولت عراق در مسیر...



معاون اول رئیس‌جمهور:

فصل جدیدی از روابط تجاری ایران و چین آغاز شده است

محمد مخبر، معاون اول رئیس‌جمهور در جریان سفر به شانگهای در همایش تجاری ایران و چین که در هتل پرموس و با حضور تجار و فعالان اقتصادی دو کشور برگزار شد، اظهار داشت: سفر تاریخی آیتا... رئیسی...



وزیر صنعت، معدن و تجارت:

روابط ایران و چین بیش از هر زمان دیگری فرصت رشد دارد

عباس علی‌آبادی، وزیر صنعت، معدن و تجارت ضمن اشاره به اینکه روابط ایران و چین امروز بیش از هر زمان دیگری فرصت رشد دارد، گفت: روابط دیرینه ایران و چین به چند قرن می‌رسد که همیشه در فضای مثبت...



رهبر انقلاب اسلامی در دیدار نخست وزیر عراق تأکید کردند:

آمریکا شریک جنایت‌ها در غزه

کردند و گفتند: کشور عراق به عنوان یک کشور مهم در منطقه، می‌تواند در این زمینه نقش ویژه‌ای داشته باشد و یک خط جدید را در دنیای عرب و جهان اسلام به وجود بیاورد. ایشان با اشاره به اوضاع رقت‌بار غزه و چریحه‌دار شدن دل‌های همه انسان‌های آزاده از این جنایات و قساوت‌ها خاطر نشان...

صفحه ۲

حضرت آیتا... خاتمی، رهبر معظم انقلاب اسلامی در دیدار محمد شیاع السودانی، نخست‌وزیر عراق و هیئت همراه، با قدردانی از مواضع خوب و قوی دولت و ملت عراق در حمایت از مردم غزه، بر لزوم افزایش فشارهای سیاسی دنیای اسلام به آمریکا و رژیم صهیونیستی برای توقف کشتار مردم غزه تأکید

ورود به محدوده قرمز مشروط شد
دودزاها و خودروهای باری بدون پروانه جریمه می‌شوند

صفحه ۳



در بازدید رئیس‌واعضای کمیسیون عمران، حمل‌ونقل و ترافیک شورای اسلامی شیراز از پروژه منطقه در شهرداری مطرح شد:

آبادانی و ارتقای خدمات ارمغان مدیریت شهری



نایب‌رئیس و ناظر شورا در سطح منطقه دو تصمیم کرده: منطقه دو بر ریل پیشرفت و آبادانی

رئیس کمیسیون عمران و حمل‌ونقل و ترافیک: ارتقای زندگی شهروندان با اجرای پروژه‌های محرومیت‌زدایی

شهردار منطقه دو عنوان کرده: فعال بودن ۵۱ پروژه عمرانی در سطح منطقه

صفحه ۳



مدیرعامل شرکت گاز استان فارس:
نیمی از مصارف گاز فارس مربوط به نیروگاه‌ها است



شهردار منطقه سه شیراز:
بیش از ۱۰۰ پروژه در سطح منطقه تعریف شده است



مدیر کل دفتر هماهنگی امور اقتصادی استانداری فارس:
میز روسیه در فارس فعال شد



عضو شورای شهر شیراز خبر داد:
مساعدت ۴۵۰ میلیون تومانی مدیریت شهری شیراز به ورزشگاه حافظیه

از سوی رئیس قوه قضاییه مطرح شد:

ضرورت بازنگری در موضوع مراکز بازپروری معاندان

ایستنا- غلامحسین محسنی‌آزاهای رئیس قوه قضاییه طی سخنانی در نشست شورای عالی قوه قضاییه با اشاره به احیاء ناگسوار و تلخ رخ داده در یک کمپ ترک اعتیاد در لنگرود، ضمن اشاره به صدور دستورات مقتضی برای پیگیری ابعاد مختلف این رخداد، بر ضرورت بازنگری در مقوله ناظر بر مراکز بازپروری معاندان و مواد ۱۵ و ۱۶ قانون مبارزه با مواد مخدر تأکید و اظهار کرد: در قبال حادثه رخ داده در لنگرود علاوه بر اقدامات حقوقی و امدادی که انجام می‌گیرد، باید دست‌انگشاها و بخش‌های ذیربط از جمله ستاد مبارزه با مواد مخدر در مقولات ناظر بر مراکز ترک اعتیاد و بازپروری معاندان و شناسایی و رفع آسیب‌هایی که ممکن است از ناحیه این مراکز عمدتاً خصوصی بوجود آید، بررسی‌ها و بازنگری‌های لازم را انجام دهند.

کشت هرگونه محصول تراریخته در کشور ممنوع می‌شود

فارس- با تصویب نمایندگان مجلس، کشت هرگونه محصول تراریخته تولید شده در داخل و یا خارج از کشور در اراضی کشور ممنوع می‌شود؛ همچنین واردکنندگان و تولیدکنندگان فرآورده‌های غذایی و آشامیدنی که از مواد اولیه تراریخته استفاده می‌کنند مکلف به درج برچسب بر روی این محصولات هستند. نمایندگان مجلس در جریان ادامه بررسی موارد ارجاعی از کمیسیون تلفیق، بند الحاقی ۲ با تصویب ماده ۲۴ لایحه برنامه هفتم با تصویب نمایندگان مجلس، کشت هرگونه محصول تراریخته تولید شده در داخل و یا خارج از کشور در اراضی کشور ممنوع می‌شود؛ همچنین واردکنندگان و تولیدکنندگان فرآورده‌های غذایی و آشامیدنی که از مواد اولیه تراریخته استفاده می‌کنند مکلف به درج برچسب بر روی این محصولات هستند. همچنین وزارت اقتصاد موظف شد سالانه نیم درصد از ارزش محصولات کشاورزی و غذایی پراپسبر صادراتی خلاف الگوی کشت را اخذ کند که درآمد حاصل برای اجرای پروژه‌های آبخیزداری و الگوی کشت و نصب کنتورهای هوشمند چاه‌های آب کشاورزی در اختیار وزارت‌خانه‌های کشاورزی و نیرو قرار می‌گیرد.

ثبت‌نام مرحله تکمیل ظرفیت آزمون استخدامی آموزش و پرورش آغاز شد

ایستنا- سازمان سنجش آموزش کشور اعلام کرد؛ به اطلاع متقاضیان مرحله تکمیل ظرفیت آزمون استخدامی وزارت آموزش و پرورش ویژه رشته شغلی دبیری و هنرآموز سال ۱۴۰۲ می‌رساند که پذیرش در این مرحله از امروز دوشنبه ۱۵ آبان آغاز شد و تا روز پنجشنبه ۱۸ این ماه ادامه خواهد یافت. راهنمای انتخاب شغل محل آزمون حاوی شرایط و ضوابط، اطلاعات شغل محل‌ها هم‌زمان با شروع مرحله تکمیل ظرفیت از طریق درگاه اطلاع‌رسانی سازمان سنجش آموزش کشور قابل دسترس خواهد بود.

سخنگوی وزارت امور خارجه:

چند کشور غربی زنجیر رژیم وحشی صهیونیستی را باز گذاشتند



حقوق بین‌المللی ذره‌ای ارزش قائل نیست، این تهدید نشان می‌دهد که رژیم صهیونیستی بیش از هر زمان دیگری یک تهدید واقعی برای صلح و امنیت بین‌المللی است. وی ادامه داد: مایه تأسف است که چند کشور غربی زنجیر این رژیم وحشی را باز گذاشتند و طبعاً مسئول هرگونه جنایات رژیم هستند. سخنگوی وزارت امور خارجه تأکید کرد که سازمان ملل در این خصوص به طور فوری اقدام کند. ایران حتماً در این ارتباط برنامه دارد، در این خصوص با دبیرکل سازمان ملل رایزنی کند. این موضوع به طور جدی تهدیدی برای صلح بین‌المللی است و باید مورد توجه سازمان ملل باشد.

موضوع غزه از جمله محورهای سفر نخست‌وزیر عراق بود

سخنگوی وزارت امور خارجه درباره هدف سفر سوادنی به تهران گفت: اطلاعاتی دقیقی ندارم، اما تحولات غزه اهمیت دارد و طبیعتاً این موضوع یکی از موضوعات در دستور کار مقامات ایران و عراق خواهد بود. کنعانی ادامه داد: اینکه ایشان حامل پیامی هستند اطلاع ندارم، اما در خصوص امکان گسترش دامنه جنگ در منطقه این احتمال وارد است. با حجم جنایات رژیم و با سابقه‌ای که از جنگ علیه دیگر کشورها وجود دارد و اینکه این رژیم در طول تاریخ تاسیس نامشروع خودش بیش از بیست جنگ را در منطقه راه اندازی کرده و همچنان بخش‌هایی از خاک سوریه و لبنان را تحت اشغال قرار داده و اینکه پشتوانه بسیاری از تحرکات توریستی است، قابل پیش‌بینی است که همه دولت‌ها، رژیم‌ها، تهدیدی علیه

مسئول سیاست خارجی اتحادیه اروپا:

فاجعه انسانی در غزه بی‌سابقه است

دخیل شومیم، این (مشارکت) نباید فقط محدود به امدادرسانی شود بلکه باید در راحل با دوام مشارکت داشته باشیم. این یک امتحان بزرگ برای اعتبار ما بشمار می‌رود. وی اضافه کرد: در کوتاه مدت اولویت باید توقف چرخه خشونت (در غزه) باشد و تحقق آن سنده نخواهد بود. فاجعه انسانی در غزه بی‌سابقه است. همانطور که شورای اروپا اعلام کرد حق اسرائیل برای دفاع از خود، باید مطابق با قوانین بین‌المللی باشد.

وی تحولات اخیر در فلسطین را یک فرصت برای تحقق صلح نامید و با تأکید بر اینکه این درگیری راحل نظامی ندارد تصریح کرد: هیچ‌کدام از طرفین مناقشه بدون راهبردی سیاسی نمی‌توانند پیروز شوند؛ آن‌ها می‌توانند مردم را نابود کنند، اما باید راحل سیاسی تحت اشغال قرار داده و اینکه پشتوانه بسیاری از تحرکات توریستی است، قابل پیش‌بینی است که همه دولت‌ها، رژیم‌ها، تهدیدی علیه

تسنیم- ناصر کنعانی، سخنگوی وزارت امور خارجه ایران در نشست خبری هفتگی درباره تحولات فلسطین گفت: فهرست و تعداد جنایات صهیونیست‌ها در یک ماه اخیر علیه غزه قابل شمارش نیست. با کمال تأسف این نسل‌کشی و بربریت به‌طور روزانه مقابل دیدگان همه جهانیان و با حمایت چند کشور غربی خصوصاً آمریکا در حال انجام است. وی با بیان اینکه «فهرست بلندبالای جنایات قابل طرح نیست، اما طبق آخرین آمار تا دیروز شمار شهدای غزه ۹۷۷۰ نفر بوده که ۴۸۰۰ نفر کودک و ۲۵۵۰ نفر زن بودند»، اظهار داشت: بر اساس همین آمار ۲۶۶۰ نفر هنوز زیر آوار قرار دارند، یک عدد و رقم غیرقابل تصویری است. طبق اطلاعات و آمار وزارت بهداشت فلسطین ۱۶ بیمارستان به‌دلیل حملات رژیم صهیونیستی از خدمت‌رسانی خارج شدند، ۱۷۵ نفر از کادر درمان و ۳۴ نفر از امداد‌رسانان به شهادت رسیدند. سخنگوی وزارت امور خارجه ادامه داد: همچنین آمار شهدای خبرنگاران رشید و روایان نشان‌دهنده نقش اثرگذاری است که رسانه‌ها در روایتگری درست و واقعی از صحنه جنگ در حال ارسال هستند و تاکنون ۴۶ نفر به شهادت رسیدند. کنعانی نکته دردی دیگر در این خصوص را میزان مواد منفجره استفاده‌شده در غزه خواند که قدرت انفجاری آن یک‌ونیم برابر بمب استفاده‌شده آمریکا در هیروشیما است و گفت: این عدد و رقم‌ها نشان می‌دهد چه جنایت اسفناکی در غزه و با حمایت چند کشور مشخص غربی از جمله آمریکا در حال رخ دادن است و متأسفانه آمریکا با سوءاستفاده از قدرت مانع انجام وظیفه شورای امنیت سازمان ملل شده است. وی درباره تهدید به استفاده از بمب اتم توسط رژیم صهیونیستی گفت: از دیروز این خبر منتشر شد که یکی از وزرای کابینه رژیم صهیونیستی تهدید کرده است، این با توجه به رفتار وحشیانه این رژیم مسلح به بمب اتم حتماً باید مورد توجه قرار گیرد. سخنگو ادامه داد: این تهدید، تصعیف‌کننده رژیم منع به‌کارگیری سلاح‌های هسته‌ای است، مایه تأسف است که چند کشور غربی زنجیر رژیم وحشی صهیونیستی را باز گذاشتند.

کنعانی با ابراز اینکه «سکوت مدعیان غربی‌ها را ما رصد می‌کنیم و مایه تأسف است که کسانی هستند سال‌ها درباره تهدیدهای موهوم واکنش نشان می‌دهند»، افزود: تهدید رژیم برای به‌کارگیری سلاح هسته‌ای چند وجه مهم دارد؛ اولاً نشان‌دهنده اولت رژیم در مقابل ملت فلسطین است. ثانیاً این رژیم هیچ حد و مرزی را قائل نیست و برای

وزیر امور خارجه اظهار کرد:

دریافت پیام از آمریکایی‌ها به ایران در سه روز اخیر

ایستنا- حسین امیرعبداللهیان، وزیر امور خارجه در حاشیه دیدار نخست‌وزیر عراق و رئیس‌جمهور ایران در کاخ سعدآباد در جمع خبرنگاران در پاسخ به سؤالی در مورد سفر وزیر خارجه آمریکا به بغداد با جلیقه ضدگلوله گفت: این واقعیت نقش آمریکا در منطقه است. وی تأکید کرد: آمریکایی‌ها در سه روز گذشته از طرفی به ما پیام داده‌اند که ما به دنبال آتش بس هستیم و اقداماتی را در این ارتباط انجام داده‌ایم اما در عمل آنها فقط از کشتار جمعی و نسل‌کشی در غزه حمایت می‌کنند. امیرعبداللهیان ادامه داد: ما میدورایم آمریکا هر چه زودتر سیاست خود را تغییر دهد و از طرف اشغالگر حمایت نکند.

جزییات طرح‌های آموزش و پرورش در زمینه فرهنگ عفاف و حجاب اعلام شد

ایرنا- حجت الاسلام والمسلمین محمدحسین پورثانی، مدیرکل فرهنگی هنری، اردوها و فضای پرورشی وزارت آموزش و پرورش در سومین جلسه ستاد عفاف و حجاب آموزش و پرورش با اشاره به اینکه ۲۱ بند در موضوع عفاف و حجاب، براساس مصوبه شورای عالی انقلاب فرهنگی بر عهده آموزش و پرورش است به تشریح طرح‌ها و برنامه‌های آموزش و پرورش درباره توسعه و ترویج عفاف و حجاب پرداخت.

وی افزود: در حوزه رسانه، بخش برنامه‌تولیدیونی با موضوع عفاف و حجاب از روز گذشته در شبکه صدا و سیما با عنوان «آرمانیوم» شروع شد و این برنامه‌ها به سطح مدارس خواهد رسید. این مسابقه تلوویزیونی یک پیوست رسانه‌ای دارد که به زودی در سطح مدارس اجرا می‌شود.

پورثانی گفت: طرح اردویی «مهر و ماه» نیز با الگوی عفاف و حجاب آماده شده است که تا ۲۴ ساعت‌دوچهار در یک اردو شرکت می‌کنند. سه چهارم این اردو بازی و یک چهارم جلسه پرسش و پاسخ با محوریت سؤالاتی است که خود دانش‌آموزان انتخاب می‌کنند. وی اضافه کرد: طرح «تربیت مربی زیست عقیفانه» نیز از دیگر برنامه‌هاست؛ در این طرح از هر استان چهار نفر متناسب با شاخص‌های اعلام شده به تهران می‌آیند و دوره‌ای برگزار می‌شود تا این افراد مدرس طرح زیست عقیفانه شوند همچنین طرح تقدیر از دانش‌آموزان دختر محجبه با هدف الگوسازی نیز از دیگر اقدامات است که در زمینه توسعه فرهنگ عفاف و حجاب اجرا می‌شود. مدیرکل فرهنگ هنری، اردوها و فضای پرورشی وزارت آموزش و پرورش اظهار داشت: طرح «جت» با عنوان جهاد تبیین و با موضوع دختران اجرا می‌شود؛ دانش‌آموزان در این طرح کتاب بی‌برده با حجاب را در مدرسه مطالعه می‌کنند تا با یکدیگر به یک اثر هنری برسند و یک هسته و گروه ویژه در مدارس ایجاد شود تا نسبت به مسئله حجاب در مدارس اقدام شود.

گروه خبر- لیلا غضنفری

جلسه کمیسیون عمران، حمل‌ونقل و ترافیک شورای اسلامی شهر شیراز روز گذشته در شهرداری منطقه دو برگزار شد تا ضمن بررسی لوایح این کمیسیون بازدیدی از پروژه‌های عمرانی این منطقه صورت بگیرد.

محمد تقی تذروی، نایب‌رئیس و ناظر شورا در سطح منطقه با اشاره به پیشرفت مناسب پروژه‌های عمرانی در سطح منطقه

دو اظهار کرد: حسن بازدید از

پروژه‌های عمرانی آن استست که نواقص پروژه‌ها مشاهده و رفع آنها در دستور کار قرار می‌گیرد.

وی افزود: یکی از مشکلاتی که در سطح منطقه دو با آن مواجه هستیم تمرکز ۴ ملک در بلوار

مأذون قشقای است که در صورت رفع مشکل این املاک، مسیر دسترسی به بلوار ابوذر غفاری باز خواهد شد.

او ادامه داد: با توجه به اینکه تملک برخی از املاک در گذشته انجام شده است، رضایت نسبی را از شهردار و پرسنل منطقه دو داریم و امید است در آینده وضعیت بهتری را شاهد باشیم. تذروی افزود: با توجه به اینکه پروژه سرمایه‌گذاری بنکداران شماره دو در سطح منطقه دو با اعتبار ۴۵۰۰ میلیارد تومان فاز اول آن در فضایی به مساحت ۱۸ هزار متر مربع طراحی شده است، پیش‌بینی می‌شود بیش از دو هزار میلیارد تومان آورده برای شهرداری شیراز داشته باشد.

👉 **بهره‌برداری پروژه‌های اثر گذار در دهه فجر**

رئیس کمیسیون عمران و حمل‌ونقل شورای شهر شیراز در جلسه این هفته کمیسیون که به میزبانی شهرداری منطقه ۲ برگزار شده بود، با تقدیر از فعالیت‌های این منطقه شهرداری در پیش‌برد پروژه‌های سطح منطقه گفت: منطقه ۲ پیشرفت خوبی در پروژه‌های عمرانی دارد. پروژه‌های خوبی در این منطقه تعریف شده و هفته حمل‌ونقل، دهه فجر و هفته شیراز شاهد رونمایی از تعداد زیادی پروژه در سطح منطقه خواهیم بود. رضا محمدیان تصریح کرد: علاوه بر این از ابتدا سال آینده نیز عملیات اجرایی بالغ بر ۲۰ پروژه عمرانی در منطقه آغاز می‌شود.

وی تصریح کرد: یکی از این پروژه‌های مهم حوزه سرمایه‌گذاری بازار بنکداران شماره ۱در بلوار مآذون قشقای است که عملیات اجرایی آن باید قبل از پایان سال آغاز شود. این پروژه با ۴۰ هزار متر مربع زیر بنا یک پروژه منطقه‌ای برای جنوب کشور و استان‌های مجاور است.

محمدیان گفت: یکی از مهم‌ترین مسائل این منطقه اجرای پروژه‌های محرومیت‌زدایی است که اهمیت زیادی دارد، در این راستا پروژه‌های خوبی تعریف و تحول خوبی در منطقه به وجود آمده و با اجرای این پروژه‌ها وضعیت زندگی و رفاه اجتماعی در این منطقه بهبود یافته و قیمت املاک مردم ارزش افزوده خوبی خواهد داشت.

وی تصریح کرد: این اقدامات باعث ایجاد انگیزه برای سرمایه‌گذاری و افزایش ساخت‌وساز می‌شود. پیشنهاد می‌کنم سرمایه‌گذاران بخش مسکن توجه ویژه‌ای به منطقه داشته باشند؛ چراکه پروژه‌های خوبی در اینجا در حال اجراست و این مناطق آینده خوبی برای سرمایه‌گذاری دارند.

رئیس کمیسیون عمران خواستار تقویت اطلاع‌رسانی حوزه نه شد و گفت:بهارها اعلام کرده ایم که چرا فعالیت‌های شهرداری تبیین

در بازدید رئیس و اعضای کمیسیون عمران، حمل‌ونقل و ترافیک شورای اسلامی شیراز از پروژه منطقه دو شهرداری مطرح شد؛

آبادانی و ارتقای خدمات ارمغان مدیریت شهری

نایب‌رئیس و ناظر شورا در سطح منطقه دو تصریح کرد:

منطقه دو بر ریل پیشرفت و آبادانی

نمیشود، در این جلسه قرار شد برنامه ریزی میان حوزه عمران، حمل‌ونقل، مناطق شهرداری و روابط عمومی صورت گیرد تا در کنار حرکت شتابان حوزه عمرانی شهر اطلاع رسانی بهتری در زمینه فعالیت‌های شهرداری صورت گیرد. وی ادامه داد:در طی ۸ماه نخست امسال به اندازه دو سال پیش از آن مصالح مصرف شده و این به معنای این است که شهردار فعالیت خوبی در حوزه عمران شهر دارد و به همین میزان باید این موارد به مردم اطلاع رسانی شود و باید تقدیر کرد هم از شهردار و هم مدیران شهرداری که



توانسته اند این مقدار پروژه را اجرا کنند. وی در خصوص اجرای باغ بانوان نیز گفت: امروز اجرای باغ بانوان در برخی مناطق کارایی ندارد و در آنجا بیشتر دنبال باغ خانواده هستند و باید برای این کار مطالعه اجتماعی شود، این در حالی است که منطقه یک ما یک باغ میثانیو را سه بار افتتاح کردیم اما هنوز هم در آن بسته است.

👉 **اجرای ۷ پروژه عمرانی محرومیت‌زدایی**

سیده مریم حسینی، رئیس کمیته محرومیت‌زدایی و سامان‌دهی حاشیه‌نشینی شورای اسلامی شهر شیراز با اشاره به اجرای ۷ پروژه عمرانی- محرومیت‌زدایی در سطح منطقه دو گفت: با توجه به نوع بافت محلات منطقه و شکل‌گیری این بافت از گذشته و عدم برخورداری برخی از زیرساخت‌ها شاهد مشکلاتی از جمله آب‌گرفتگی معابر در زمان بارندگی‌ها و تجمع آب‌های سطحی در معابر بودیم.

حسینی با بیان اینکه کانیواگذاری و لوله‌گذاری برای هدایت و جمع‌آوری آب‌های سطحی، عمده پروژه محرومیت‌زدایی تعریف شده در سطح منطقه دو شهرداری است، خاطر نشان

رئیس کمیسیون عمران و حمل‌ونقل و ترافیک:

ارتقای زندگی شهروندان با اجرای پروژه‌های محرومیت‌زدایی



کرد: از جمله پروژه‌های عمرانی-محرومیت‌زدایی کانیواگذاری، جدول‌گذاری و آسفالت در معابر گود شیری و دباغی است که از محروم‌ترین و کم‌برخوردارترین محلات سطح منطقه است.

رئیس کمیته محرومیت‌زدایی و سامان‌دهی حاشیه‌نشینی شورای اسلامی شهر شیراز اظهار داشت: اجرای پروژه‌های عقب مانده در سطح این منطقه در گذشته بسیار زیاد بوده است و توجه شهروندان در خصوص محرومیت‌زدایی به طور خاص دیده شده است. به گفته حسینی یکی از پروژه‌ها لوله‌گذاری، آسفالت و جدول‌گذاری با اعتبار حدود ۵ میلیارد و ۵۰۰ میلیون تومان تنها در یکی از محلات در نظر گرفته شده و در حال اجرا است.

عضو هیئت‌رئیس‌ه شورای اسلامی شهر شیراز تصریح کرد: دومین پروژه لوله‌گذاری به‌صورت دو فاز در مرحله شیخ علی چوپان است که با اعتبار ۲میلیارد و ۶۰۰ میلیون تومان نیز در منطقه دو در حال اجر است. حسینی عنوان کرد: همچنین اجرای خطوط هدایت و جمع‌آوری آب‌های سطحی کوچک‌های شهید کدیور با اعتبار حدود ۷ میلیارد و ۷۰۰ میلیون تومان نیز در لیست پروژه‌های در دست اجرای منطقه دو است. حسینی با تأکید بر این مطلب که به گفته شهردار منطقه تمام پروژه‌های محرومیت‌زدایی در دست اجرا تا پایان سال به اتمام و به بهره‌برداری می‌رسد، عنوان کرد: با حضور شهردار کنونی در سطح این منطقه و دارا بودن روحیه جوان‌گرایی، خوش‌فکر و تفکر عمرانی- فرهنگی شاهد بهره‌برداری از پروژه‌های متعدد خواهیم بود. او با بیان اینکه یکی از لایحه‌های بسیار مهم در کمیسیون عمران، حمل‌ونقل و ترافیک شورای شیراز این هفته که به میزبانی شهرداری منطقه ۲ برگزار شد عنوان کرد: به منظور تخلیه هیجانات جوانان و نوجوانان که متأسفانه با حرکت‌های نمایشی موجب بهم ریختگی نظم ترافیکی شهر

عضو شورای شهر شیراز خبر داد:

مساعدت ۴۵۰ میلیون تومانی مدیریت شهری شیراز به ورزشگاه حافظیه

تصریح کرد: ساخت سالن سرپوشیده ورزشی چند منظوره در ۱۱ منطقه شهر شیراز در دستور کار قرار گرفته و درنظر داریم در مناطقی که از سرانه کمتر ورزشی برخوردار هستند دو سالن ورزشی احداث شود که اکنون در مرحله منفاصه و ساخت است. رئیس کمیسیون فرهنگی، گردشگری و سومین حرم اهل‌بیت (ع) شورای شهر شیراز در خصوص تکمیل ورزشگاه پارس این کلان‌شهر نیز گفت: در جلسه استاندارد فارس با اعضای شورای شهر برای کمک در تکمیل ورزشگاه ۶ هزار نفره شهید سلیمانی و ورزشگاه چندمنظوره پارس شیراز اعلام آمادگی کردیم که مدیریت این دو ورزشگاه را شهرداری به



شهردار منطقه دو عنوان کرد:

فعال بودن ۵۱ پروژه عمرانی در سطح منطقه

گردیده است، نیازمند پیست اتومبیل‌رانی و موتورسیکلت‌رانی در سطح مناطق مختلف شهرداری هستیم.

حسینی تصریح کرد: در این جلسه کمیسیون عمران و حمل‌ونقل و ترافیک جانمایی طراحی چنین پیست‌های پارک محله‌ای شهرک ولیعصر در آبان‌ماه سال جاری آغاز شده و با ۲۰ درصد پیشرفت در تلاش هستیم تا در ماه‌های آینده به بهره‌برداری برسند. در همین راستا احداث پارک محراب فاز دو و بوستان جوان در مرحله انعقاد قرارداد قرار دارند و با بهره‌برداری از آن سرانه فضای سبز منطقه افزایش محسوسی خواهد یافت.



موضوع نیز مورد بررسی قرار گرفت.

محمد مقدس‌زاده، شهردار منطقه دو با اعلام این خبر که تعداد ۵۱ پروژه عمرانی در سطح منطقه ۲ کلان‌شهر شیراز فعال است، اظهار داشت: با توجه به بررسی‌های کارشناسی و نیازهای احصا شده بیشترین سهم از پروژه‌ها مربوط به نهضت آسفالت با ۴۲ درصد است و پس از آن نوبت به طرح‌های فعال عمرانی (۲۷درصد)، پروژه‌های ترافیکی (۲۱درصد) و پروژه‌های محرومیت‌زدایی با سهم ۱۰ درصدی می‌رسد.

او در ادامه با تشریح برخی از پروژه‌های عمرانی فعال در سطح منطقه ۲ شهرداری شیراز اظهار داشت: عملیات احداث ۴۵ متری محراب در آذرماه سال گذشته آغاز شده و با توجه به گستردگی و وسعت پروژه، هم‌اکنون در مرحله ۳۵ درصد پیشرفت است. همچنین پروژه کفسازی ضلع شرقی احمد بن موسی (ع) با ۹۶ درصد پیشرفت فیزیکی در ستانه بهره‌برداری قرار دارد. وی با اشاره به این موضوع که عملیات پیاده‌روسازی محور کوئ زهرا داری ۹۵ درصد پیشرفت فیزیکی است، اظهار داشت: عملیات

عدهه بگیرد با به صورت هیئت‌امانیی اداره شود، اما پس از مدتی با اعلام معاونان وزارت ورزش و جوانان بنا شد اعتبارات را تأمین و ورزشگاه‌ها را تکمیل کنند.

وی با انتقاد از خلف وعده مسئولان و مدیران وزارتی برای تکمیل این دو ورزشگاه، تأکید کرد: به دلیل عدم تحقق وعده‌های مدیران پس از گذشت مدت زمان زیادی هیچ اقدامی در عمل انجام نشده است که این رویه موجب اثر بد بر روی اذهان شهروندان می‌شود. هاجری ادامه داد: شیراز به عنوان یکی از شهرهای مهم جنوب کشور نیازمند ورزشگاهی درخور و مجهز برای میزبانی

زیرسازی، کانیواگذاری، جدول‌گذاری و آسفالت معابر شهرک بهار دارای ۸۰ درصد پیشرفت است و به زودی به بهره‌برداری خواهد رسید. در همین زمینه اجزای عملیات بهسازی جدول در محور شاه‌داعی... در آبان‌ماه سال جاری آغاز شده و در تلاش هستیم تا در مدت زمان برنامه‌ریزی شده به پایان برسد.

شهردار منطقه دو کلان‌شهر شیراز با اشاره به خدماتی که

در حوزه ایمن‌سازی شهر و کاهش سوانح رانندگی در دستورکار

قرار گرفته اظهار داشت:نیمی از عملیات اجرایی پل عابر پیاده در بلوار رحمت (شهید زارعی) انجام شده و با احداث پایگاه چندمنظوره مدیریت بحران گام

بلندی برای ارتقای آمادگی شهری در سوانح برمی‌داریم.

👉 **افزایش سرانه فضای سبز منطقه**

مقدس‌زاده در بخش دیگری از سخنانش از اجرای طرح‌های بازآفرینی و بهسازی خیبر داد و افزود: عملیات بهسازی پارک محله‌ای شهرک ولیعصر در آبان‌ماه سال جاری آغاز شده و با ۲۰ درصد پیشرفت در تلاش هستیم تا در ماه‌های آینده به بهره‌برداری برسند. در همین راستا احداث پارک محراب فاز دو و بوستان جوان در مرحله انعقاد قرارداد قرار دارند و با بهره‌برداری از آن سرانه فضای سبز منطقه افزایش محسوسی یافت.

وی در بخش دیگری از سخنانش نقش پروژه‌های محرومیت‌زدایی در ارتقای کیفیت زندگی شهروندان را ارزنده ارزیابی کرد و بیان داشت: پروژه‌های زیادی در محور دباغی، شیخ علی چوپان، کوجه‌های شهید کدیور، محله ابوالفضل، بلوار رحمت و سایر محورهای منطقه ۲ در حال انجام است که با بهره‌برداری از آنها شاهد ارتقای کیفیت زندگی شهروندان و ایمن‌سازی شهر در برابر سیلاب و آب‌گرفتگی و مواردی از این دست هستیم.

او همچنین یکی از نیازهای اصلی منطقه ۲ شهرداری شیراز را در حوزه پروژه‌های ترافیکی دانست و پیرامون اقداماتی که در این حوزه در دست انجام است، خاطر‌نشان کرد: یازده پروژه ترافیکی مشتمل بر نصب بلوار در پیاده

رو، مناسب‌سازی ایستگاه اتوبوس و گذرگاه عابرپیاده، آرام‌سازی و نصب سرعت‌گیر، ترمیم و رنگ‌آمیزی پل‌ها، ایمن‌سازی خروجی پارکینگ‌ها، جانمایی معابر با پل میخ در دست انجام است که با بهره‌برداری از آنها شاهد کاهش سوانح ترافیکی و ایمنی شهروندان خواهیم بود.

محمد امین، معاون عمرانی شهرداری شیراز هم گفت: از ابتدا سال تا کنون ۲۰هزار تن مصالح در پروژه‌های ما مصرف شده که به اندازه ۳سال پیش از آن است. رضا جاویدی، مدیرکل ارتباطات و امور بین‌الملل و سخنگوی شهرداری شیراز هم در این نشست با اشاره به برخی فعالیت‌ها در حوزه اطلاع‌رسانی گفت: ما اولین کلان‌شهر در کشور هستیم که در دوره ششم به دلیل اهمیت اطلاع‌رسانی پروژه‌های مصوبه‌ای داریم که بر طبق آن حداکثر تا نیم‌درصد بودجه برای تبلیغ، تبیین و آموزش از طریق رسانه‌ها و صدا و سیما دیده شده، اما در این زمینه مناطق انتفاعی ندارند که تقاضا داریم که برای هر منطقه بودجه‌ای برای این کار تعریف و ردیف بودجه آن تعریف شود.

این کار تعریف و ردیف بودجه آن تعریف شود.

این کار تعریف و ردیف بودجه آن تعریف شود.

این کار تعریف و ردیف بودجه آن تعریف شود.



مسابقات و تمرین تیم‌های فوتبال این شهر دارد لذا با توجه به بودجه‌های دیگر، استفاده از ظرفیت صنایع و کارخانه‌های استان می‌توان این ورزشگاه‌ها تکمیل کرد.

به میزبانی بنیاد مسکن فارس کلید خورد؛

دوره آموزش ملی اصول و مبانی تدوین و اجرای منظومه‌های روستایی



دوره آموزش ملی اصول و مبانی تدوین و اجرای آبادانی و پیشرفت منظومه‌های روستایی کشور به میزبانی بنیاد مسکن استان فارس کلید خورد.

مسعود صف‌شکن، معاون عمران روستایی بنیاد مسکن استان فارس در مراسم افتتاح این دوره آموزشی، برنامه منظومه‌های روستایی را رویکردی برای شتاب‌بخشی به اجرای عمران و آبادانی روستاها دانست و گفت: اجرای فعالیت‌های آموزشی زمینه‌ساز افزایش بنیه علمی کارشناسان و توان تخصصی آنها است.

👉 **کشف استعدادها و ظرفیت‌های باتوره روستایان، هدف منظومه‌های روستایی**

صف‌شکن با اشاره به اینکه طرح منظومه‌های روستایی با هدف کشف استعدادها و ظرفیت‌های بالقوه روستایان در این استان برنامه‌ریزی شده است، ادامه داد: منظومه‌های روستایی تمام امکانات و ظرفیت‌های یک منطقه را از نظر اقتصادی، گردشگری، اشتغال و سایر موارد به‌ه صورت متمرکز اجرایی می‌کند. معاون عمران روستایی بنیاد مسکن استان فارس اضافه کرد: منظومه‌های روستایی با محوریت اداره کل بنیاد مسکن اجرایی می‌شود، این منظومه‌ها هم‌اکنون در مرحله مطالعه قرار دارد و پس از تعیین مشاور و اعتبارات دولتی کارهای عملیاتی آن در روستاها اجرایی خواهد شد.

👉 **رویکردهای جدیدی در نوسازی روستایی حاکم شده است**

همچنین امیر برومند، معاون پشتیبانی بنیاد مسکن استان فارس با اشاره به اینکه دوره دو روزه ملی منظومه‌های روستایی به میزبانی استان فارس برگزار گردید، ادامه داد: برنامه آبادانی و پیشرفت منظومه‌های روستایی در قالب رویکرد آمایشی و در برنامه‌ریزی‌های روستایی در حالی در دستور کار متولیان و دست‌اندرکاران امر در استان‌های کشور قرار گرفته است که رویکردهای



گزارش خبری- لیلا غضنفری

ورود مشروط به محدوده مرکزی شهرها به شرط داشتن معاینه فنی خودرو و دودزا نبودن و داشتن پروانه فعالیت برای خودروهای باری،

به عنوان اولین کلان‌شهر کشور در شیراز از جمله خیریهایی است که برای تردد در

مرکز شهر باید مالکان خودروها از آن مطلع باشند.

اما در مورد برخورد با خودروهای بدون معاینه فنی، معاون عملیات ترافیک پلیس راهور فراجا از اجرای طرح تشدید برخورد با خودروهای فاقد معاینه فنی و دودزا در سراسر کشور خبر داد. سردار محمدباقر سلیمی اظهار کرد: در طرح تشدید برخورد با خودروهای بدون معاینه فنی و دودزا، که از روز گذشته در سراسر کشور آغاز شد، خودروهای بدون معاینه فنی ۵۰ هزار تومان جریمه می‌شوند و پلاک خودروهای دودزا و دارای نقص فنی اخذ و پلاک تعمیری به آن‌ها داده خواهد شد.

در شهرهای کشور حدود ۳ هزار دوربین ثبت تخلف وجود دارد، ۷۰ درصد این دوربین‌ها فعال است و قابلیت کنترل و ثبت معاینه فنی خودروها را دارد. معاون عملیات ترافیک پلیس راهور فراجا تصریح کرد: در طرح تشدید برخورد با خودروهای بدون معاینه فنی و دودزا، خودروهایی که بدون معاینه فنی باشند، برابر کدی که در جدول جرایم پیش‌بینی شده است ۵۰ هزار تومان جریمه می‌شوند و خودروهایی که نقص فنی آن‌ها در حدی است که در آلایندگی هوا تأثیر گذارند، با نظر افسران و کارشناسان پلیس پلاک آن‌ها اخذ و به آن‌ها پلاک تعمیرگاه نصب و به تعمیرگاه‌ها اعزام شوند.

وی گفت: در این طرح خودروهای بی معاینه فنی دارند و به دلایلی بعد از اخذ

تسنیم– محمود کریمی بیرونند، معاون اشتغال وزارت کار گفت: اصلی‌ترین چالش بازار کار در حال حاضر نرخ بیکاری فزاع التحصیلان است. یک کمیته برای هم‌افزایی تمام دستگاه‌های دولت تحت عنوان اشتغال فارغ التحصیلان شکل گرفته است.

معاون اشتغال وزارت کار درباره اینکه عده‌ای در قالب اقتصاددان گزارش‌های آماری اشتغالزایی و بیکاری دولت را نقد می‌کنند گفت: مرکز آمار مطابق سازمان بین‌المللی کار (ilo) گزارش گیری می‌کند. در سال‌های گذشته هم همین‌طور بوده است. بنابراین نباید مرجعت آمار رسمی را در هیچ دولتی زیرسؤال ببریم. اگر مرجعت زیرسؤال برود نمی‌توانیم سیاست‌گذاری کنیم. عده‌ای آمار مرکز آمار را زیرسؤال می‌برند در حالی که خودشان با همین آمار گزارش می‌دادند این رفتار نه حرفه‌ای و نه اخلاقی است.

کریمی بیرونند گفت: براساس آمار مرکز آمار ایران، از تابستان ۱۴۰۱ تا تابستان ۱۴۰۲، نرخ بیکاری ۱ درصد نسبت به سال آماری گذشته کاهش داشته است. خالص اشتغالی ایجادی ۹۰۷ هزار فرصت شغلی یا شغل جدید، نرخ بیکاری کاهش پیدا کرده و نرخ

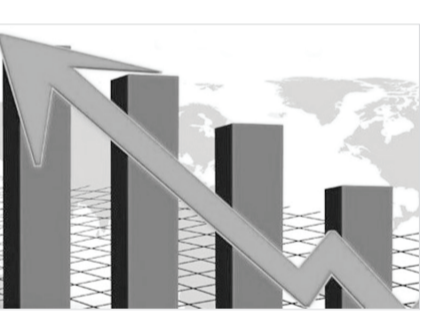


تسنیم– فیروز قاسم‌زاده، سخنگوی صنت آب گفت: در برنامه منابع و مصارف آب امسال بنابر این داریم که با توجه به افق روشنی که در پیش‌بینی‌ها پیش روی ما قرار دارد، در کشت پاییزه محدودیتی را به بخش کشاورزی وارد نکنیم.

سخنگوی صنعت آب ایران اظهار داشت: کشور تاکنون ۱۲ میلیمتر بارش داشته که نسبت به بلند مدت ۵۱۹درصد کاهش داشته است. این میزان بارش نسبت به مدت مشابه سال گذشته ۳۰_ ۴۰ درصد افزایش داشته است. وی افزود: براساس ایستگاه‌های مبنای وزارت نیرو، ۱۸ استان زیرنرمال بارش داشته، ۶ استان در محدوده نرمال و ۷ استان بالای

بورس

افزایش ۱۴ هزار و ۱۴۳ واحدی شاخص بورس



فارس– شاخص کل بورس اوراق بهادار در پایان معاملات روز گذشته با افزایش ۱۴۱۴۳ واحد همراه شد.
بورس اوراق بهادارروز گذشته هم مانند روز یکشنبه روند رو به رشد به خود گرفت بگونه‌ای که شاخص کل ۰/۷ درصد نسبت به روز قبل افزایش یافت و با رشد ۱۴۱۴۳ واحد به رقم ۲ میلیون و ۳۰ هزار و ۸۷۸ واحد رسید.
همچنین شاخص هموزن با افزایش ۵ هزار و ۹۱۸ واحد به رقم ۶۸۴ هزار و ۸۳۷ واحد رسید.
ارزش بازار در بورس تهران به بیش از ۷ میلیون و ۵۳ هزار میلیارد تومان رسید.
معامله‌گران روز گذشته بیش از ۶/۷ میلیارد سهام و اوراق مالی در قالب ۳۲۱ هزار فقره معامله و به ارزش ۴ هزار و ۴۱۶ میلیارد تومان داد و ستد کردند.
شاخص کل و شاخص قیمت با معیار وزنی –ارزشی روز گذشته ۰/۷ درصد افزایش یافتند. این دو شاخص با معیار هموزن ۰/۸۷ درصد افزایش یافتند.
شاخص آزاد شناور ۰/۶۸ درصد رشد کرد، شاخص بازار اول بورس ۰/۸۳ درصد افزایش یافت و شاخص بازار دوم بورس ۰/۵۶ درصد رشد کرد.

شت‌واژرئی

فارس– شرکت دولتی نفت عربستان طی بیانیه‌ای اعلام کرد، قیمت رسمی نفت سبک خود برای فروش به مشتریان آسیایی در ماه دسامبر تغییر نخواهد داد.

آرامکو، شرکت دولتی نفت عربستان طی بیانیه‌ای اعلام کرد، قیمت رسمی نفت سبک خود برای فروش به مشتریان آسیایی در ماه دسامبر را نسبت به ماه پیش از آن تغییر نخواهد داد و روند افزایش ۵ ماهه را متوقف می‌کند.

قیمت نفت سبک عربستان برای فروش در ماه نوامبر ۵ دلار بالاتر از شاخص عمان- دبی و همانند قیمت ماه نوامبر فروخته شده است. تغییرات قیمتی نفت پرچمدار عربستان با انتظارات بازار تنظیم می‌شود زیرا پالایشگاه‌ها انتظار حاشیه سود ضعیف برای پالایش نفت و بی ثباتی در عرضه انتشار دارند.

عربستان و روسیه تأیید کردند که به کاهش

معاون وزیر کار:

آمار کاهش نرخ بیکاری واقعی است



مشارکت اقتصادی افزایش داشته است.

وی گفت: نرخ بیکاری جوانان ۲/۹ درصد کاهش و نرخ بیکاری فارغ التحصیلان ۱/۲ درصد کاهش، اشتغال ناقص یا اشتغال پاره وقت ۱/۳ درصد کاهش و سهم اشتغال فارغ التحصیلان ۰/۳ درصد افزایش داشته است.

همچنین اشتغال تمام وقت، ۳۱درصد افزایش داشته و نرخ مشارکت اقتصادی زنان ۰/۹ درصد افزایش و نرخ بیکاری زنان هم ۱/۸

فرصت شغلی جدید برای زنان بوده است. بیرونند گفت: تفاوت اساسی ساختار اقتصادی کشورهای دیگر با ساختار اقتصادی در کشور ما این است که اقتصادمان منطبق بر کارخانه‌های بزرگ و زنجیره‌های بزرگ نیست. تقریباً ۸۰ درصد از ایجاد اشتغال ما در کسب و کارهای خرد است. ساختار اقتصادی غرب منطبق بر سرمایه‌داری است و این امر مستلزم این است که همه مردم به مثابه یک ابزار در کارخانه‌های بزرگ قرار بگیرند و عملاً به عنوان یک ابزار هستند نه مولد.

معاون اشتغال بیان کرد: توزیع اشتغال و توزیع پیشرفت‌های اقتصادی در کشور ما متوازن نیست و این مسئله به دلیل یک عملکرد ۴۰ ساله در دولت‌های مختلف ما بوده است. ما در دولت سیزدهم برای اولین بار در حوزه بازار کار به ویژه استان‌های محروم و مرزری تمهیدی اندیشیدیم که پیش از پایان سال محاسبه می‌کنیم که هر استانی برای اینکه یک نرخ بیکاری معقول در سال آینده داشته باشد چه مقدار شغل باید ایجاد شود تا توازن حوزه بازار کار انجام شود.

وی افزود: اصلی‌ترین چالش بازار کار در حال

حاضر نرخ بیکاری فارغ التحصیلان است. یک کمیته برای هم‌افزایی تمام دستگاه‌های دولت تحت عنوان اشتغال فارغ التحصیلان شکل گرفته است. در طی این مدت دو اتفاق خیلی خوب افتاده است، سازمان فنی حرفه‌ای در داخل دانشگاه‌ها مراکز فنی و حرفه‌ای ایجاد می‌کند که دانشجویو در کنار تحصیل مهارت مورد نظر بازار کار یاد بگیرد. دوم اینکه بسیاری از رشته‌ها و سرفصل‌های درسی که بازار کار ندارند توسط وزارت علوم حذف شده است و بورس تحصیلی بخش خصوصی را در خیلی از استان‌ها فعال کردیم.

معاون اشتغال وزارت کار درباره اینکه چرا نرخ مشارکت اقتصادی زنان در کشور پایین است گفت: مطابق استاندارد بین‌المللی زنان خانه‌دار و آن دسته از افرادی که بیان می‌کنند نمی‌خواهیم کسب درآمد بیرون از خانه داشته باشیم در جمعیت غیرفعالیت قراردارد.

وی ادامه داد: ممکن است زنان تولیدات خانگی به معنی فروش نداشته باشند. کشور ما خانواده محور است. باید نامد مطابق استاندارد بین‌المللی باشیم، اما در تحلیل دچار خطا نشویم.

کشاورزی

محدودیت کشت پاییزه نداریم

۶۰درصد ظرفیت مخازن سدها خالی است

قاسم‌زاده با بیان اینکه کل حجم آب موجود در مخازن سدهای کشور در تاریخ ۱۲ آبان ۱۴۰۲ حدود ۲۰ میلیارد مترمکب بوده است، گفت: این میزان، در مدت مشابه سال گذشته ۱۷/۸ میلیارد متر مکعب بوده است.

وی خاطر نشان کرد: این میزان، معادل ۴۰ درصد پرشدگی است و نشان می‌دهد که حجم آب موجود در سدهای کل کشور ۱۲ درصد نسبت به سال گذشته بیشتر است.

سخنگوی صنت آب کشور با اشاره وضعیت سدهای برخی حوضه‌های آبریز بیان داشت: ۱۳ سد مهم حوضه آبریز دریاچه ارومیه حدود ۲۵ درصد پرشدگی دارد که نسبت به سال گذشته ۱۲ درصد کاهش داشته است.

وی با بیان اینکه حوضه آبریز زاینده‌رود وضعیت بهتری نسبت به سال گذشته دارد، گفت:

مجموع ۵ سد تهران نیز در کل ۱۸ درصد پرشدگی دارند که نشانگر ۲ درصد افزایش نسبت به سال

گذشته است.

راه

معاون وزیر راه و شهرسازی:

۷۰ درصد مسائل فنی راه‌آهن رشت – آستارا از

سوی روسیه نهایی شده است



باقی مانده و در این مدت مطالعات منطقه‌ای و بازدیدهای محلی برای ارائه طرح نهایی و قیمت نیز انجام می‌شود تا در صورت تأیید ایران، عملیات اجرایی آغاز شود. معاون وزیر راه و شهرسازی افزود، همچنین نقشه راه به همراه اصلاحات ویژه برای افزایش سرعت و ظرفیت مسیر تهیه و توافقات انجام شده به امضای طرفین رسیده است. وی ادامه‌داد: تاکنون دو کشور درباره مسائلی مثل نقاط اجباری، تعداد پل‌های مسیر ریلی، شرایط و طول ایستگاه و محوطه آن‌ها و همچنین شرایط بارگذاری به نتیجه رسیده اند و ۷۰ درصد مسائل فنی این پروژه حل شده است.
خدمی اظهار داشت: در جلسه اخیر برنامه زمان‌بندی برای ۳۰درصد باقی مانده و کارهای اولیه و امور فنی از سوی روسیه تهیه و تحویل شده است تا در مدت ۶ ماه تعیین شده تعهدات خود را اجرا کنند.

وی تأکید کرد: به‌منظور بررسی روی‌اسی مختلف این همکاری در حوزه هزینه‌های اجرایی در محل اجرای این پروژه، می‌توان از تخصص و توان شرکت‌های ایرانی برای اتمام هرچه سریعتر این بخش نیز استفاده کرد.

خبراله خدمی، معاون وزیر راه و شهرسازی گفت:

۷۰ درصد مسائل فنی راه‌آهن رشت – آستارا از جمله تعسداً پل‌ها در طول مسیر، مسائل مربوط به بارگذاری و … میان ایران و روسیه نهایی شده است.

معاون وزیر راه و شهرسازی درباره روند پیشرفت مراحل مربوط به طراحی و ساخت راه‌آهن رشت – آستارا گفت: توافقات‌نامه‌ای با روسیه امضا شده است تا این کشور برای احداث و تکمیل راه‌آهن رشت – آستارا وام دولتی در اختیار ما قرار دهد.

وی خاطر‌نشان کرد: این توافق‌نامه شامل شرایط عمومی و خصوصی موافقت‌نامه، الزامات کارفرما و ساختار همکاری در حوزه هزینه‌ها، برنامه زمان‌بندی اجرا و … است. مدیرعامل شرکت ساخت و توسعه زیربناهای کشور، همچنین از امضای نقشه‌های اجرایی راه آهن رشت – آستارا خبر داد و گفت: پس از نشست‌های فنی و تخصصی فراوان توسط کارشناسان دو کشور، نقشه راه به همراه اصلاحات ویژه برای افزایش سرعت و ظرفیت مسیر تهیه و توافقات انجام شده به امضای طرفین رسید.

وی تأکید کرد: برنامه‌هایی پیش‌بینی شده که در صورت تأخیر روس‌ها، هزینه‌های این خط ریلی از طریق منابع داخلی تأمین شود و تکمیل آن وابسته به مشارکت روس‌ها نباشد.

خدمی بیان‌داشت: دولت روسیه یک شرکت برای اجرای پروژهٔ عمرانی کرده و ایران نیز برای نهایی کردن مباحث طراحی و فنی و همچنین برآورد قیمت‌ها و به توافق رسیدن دو کشور درباره آن‌ها، ۶ ماه به روسیه فرصت داده است.

وی یادآور شد: از این‌ فرصت ۶ ماهه، ۲/۵ ماه

اقتصادکالاج

بانک جهانی:

تورم مواد غذایی در ایران کاهش یافت

تسنیم– بانک جهانی از کاهش تورم مواد غذایی در ایران طی ۱۲ماهه منتهی به شهریور ۱۴۰۲ به ۳۷/۴درصد خبر داد.

بانک جهانی در گزارشی با موضوع تورم مواد غذایی در جهان نرخ تورم ۱۲ماهه مواد غذایی در ایران منتهی به سپتامبر ۲۰۲۳ (شهریور ۱۴۰۲) را ۳۷/۴درصد اعلام کرده است.

تورم مواد غذایی ایران در این ماه نسبت به ماه قبل کاهش و نسبت به یک سال قبل کاهش قابل توجه داشته است. در ۱۲ماهه منتهی به اوت ۲۰۲۳ (مرداد ۱۴۰۲) نرخ تورم مواد غذایی در ایران ۳۸ درصد اعلام شده بود که این رقم در ماه سپتامبر به ۳۷/۴ درصد کاهش یافته است.

همچنین طی یک سال گذشته نرخ تورم مواد غذایی در ایران تقریباً نصف شده است. در اکتبر ۲۰۲۲ برابر با مهر ۱۴۰۲ نرخ تورم مواد غذایی در ایران به ۷۱/۴ درصد رسیده بود. پس از حذف ارز ترجیحی کالا‌های اساسی قیمت مواد غذایی در ایران افزایش قابل‌توجهی یافت و نرخ تورم ای‌ن مواد در اوج خود به ۸۰/۳ درصد رسید اما از ماه می ۲۰۲۳ (اردیبهشت‌امسال) شاهد روند نزولی تورم مواد غذایی در ایران بودیم.

میان کشورهای جهان، ونزوئلا رکورددار نرخ تورم مواد غذایی بوده است، نرخ تورم ۱۲ماهه مواد غذایی منتهی به ماه سپتامبر در این کشور به ۳۱۸ درصد رسیده که بیشتر از هر کشور دیگری در جهان بوده است.

لبنان با تورم ۳۳۹درصدی و آرژانتین با تورم ۵۰درصدی به‌رتبیب در رتبه‌های دوم و سوم و این نظر قرار داشته‌اند. نرخ تورم مواد غذایی در ترکیه نیز ۷۵/۷ درصد برآورد شده است و ترکیه با این نرخ تورم در رتبه چهارم جهان قرار گرفته است.

تجارت

وزیر صنعت، معدن و تجارت:

روابط ایران و چین بیش از هر زمان دیگری فرصت رشد دارد

ایبسننا– عباس علی‌آبادی، وزیر صنعت، معدن و تجارت ضمن اشاره به اینکه روابط ایران و چین امروز بیش از هر زمان دیگری فرصت رشد دارد، گفت : روابط دیرینه ایران و چین به چند قرن می‌رسد که همیشه در فضای مثبت‌اندیشانه دنبال شده است.

وزیر صنعت، معدن و تجارت در همایش تجاری ایران و چین، گفت: تفاهمنامه بین ایران و چین که در بالاترین سطح طرح و تصویب شد، زمینه را برای رشد سریع تعاملات فراهم کرده است.

علی‌آبادی همچنین عنوان کرد: طرح کمربند-جاده چین فرصت‌های متعددی در برای توسعه زیرساخت‌های ایران مانند بنادر، راه آهن و… ارائه می‌دهد که می‌تواند بیشتر از رشد اقتصادی دو کشور را تسهیل کند.

وزیر صنعت، معدن و تجارت با اشاره به اینکه باید در جهت توسعه تجارت ایران- چین گام‌های اساسی برداشته شود، گفت: در سال ۲۰۲۲ واردات غیرنفتی چین از ایران ۶/۳۵ میلیارد دلار بوده که عمده آن فرآورده‌های پتروشیمی، معدنی و فلزات، دارو، کشاورزی و شیلات بوده است.

وی ادامه داد: صادرات چین به ایران ۹/۴۴ میلیارد دلار بوده که عمده آن تجهیزات ماشین‌آلات الکترونیکی، برقی و نیروگاهی، حمل‌ونقل، انواع کالا و تجهیزات صنعتی و فلزی، محصولات شیمیایی، کالا و محصولات پلاستیکی و منسوجات بوده است.

علی‌آبادی همچنین عنوان کرد: ایران در زمینه محصولات پتروشیمی و پالایشگاهی و برخی محصولات دانش‌بنیان تجریبات و دستاوردهای قابل توجهی دارد که می‌تواند برای بازرگانان چینی جذاب باشد.

کشاورزی

ضرغامی تأکید کرد:

لزوم توجه به مسئله بسته‌بندی در معرفی محصول انار

ایبسننا– وزیر میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی گفت: برای معرفی محصول انار باید به مسئله بسته بندی توجه ویژه داشت. عزت ا… ضرغامی ۱۵ آبانماه ۱۴۰۲ در دومین جشنواره ملی تولید و صادرات انار که در مسجد جامع ساوه برگزار شد، بیان کرد: مسجد جامع ساوه دارای قدمتی هزارساله است و برای مرمت آن برنامه‌ریزی ویژه‌ای خواهیم داشت.

وی با اشاره به وسعت شهرستان ساوه، گفت: درست است که نام انار، برند این شهرستان است، اما سواوه تاریخیچه فرهنگی، تمدنی، ارزش‌ها و توانمندی‌های خاصی دارد که آن را در میان شهرهای کشور برجسته کرده است.

ضرغامی با بیان اینکه یک محصول خاص، یک شهر را به نماد تبدیل می‌کند و چه محصولی بهتر از انار که میوه‌ای بهشتی است، افزود: انار به عنوان یک نعمت چندبعدی بسیار مورد اهمیت است و حتی در روایاتی از معصومین درخصوص ارزش آن سخن گفته شده است. انار زیبا و پرخاصیت و سرشار از آنتی اکسیدان و عامل شفای بیماری‌هاست.

وزیر میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی با تأکید بر اینکه شهرستان ساوه این نعمت الهی را به خوبی پاسداری کرده است، افزود: رتبه اول تولید انار در کشور متعلق به ساوه است و ۱۰ هزار هکتار از باغات این شهرستان به تولید انار اختصاص دارند. حتی به گفته استاندار مرکزی، ساوه در تولید انار در جهان نیز رتبه نخست را در اختیار دارد.

ضرغامی بیان کرد: به دلیل مدیریت خوب مردم ساوه در پرورش انار، ارقام مختلفی از این محصول در این شهرستان تولید می‌شود و فرآوری و انسار و محصولات جانبسی مورد توجه است. بنیه صنعتی، تولیدی، تاریخی، کشاورزی و … این شهرستان، ساوه را در دنیا برجسته کرده است، البته هنوز در حوزه بسته‌بندی این محصول با چالش روبه‌رو هستیم و باید از افراد توانمند در این عرصه استفاده کرد.

وی با اشاره به اینکه بسته‌بندی مسئله مهمی است و شاید در کشور نیاز به وزارت بسته‌بندی باشد گفت: در بخشی از تبلیغ و ترویج این محصول نیازمند تبلیغات صدا و سیما هستیم، در کنار آن باید بسته‌بندی مناسبی داشته باشیم تا این محصول خاص به خوبی معرفی شود.

کشاورزی

واقعی‌سازی قیمت آرد و گندم راهکار جلوگیری از تخلفات احتکار نان خشک

عطاا… هاشمی، رئیس بنیاد ملی گندمکاران گفت: با واقعی‌سازی قیمت نان و پرداخت یارانه مستقیم به دهک‌های ضعیف، از تخلفات برخی افراد مبنی بر احتکار نان و آرد جلوگیری می‌شود.

هاشمی گفت: هوشمندسازی نان مسکن مقطعی جلوگیری از احتکار نان خشک است و تا زمانی‌که مشکل آرد و نان و گندم به صورت ریشه‌ای و اساسی حل نشود، این تخلفات ادامه دارد.

به گفته وی، واقعی‌سازی قیمت نان و پرداخت یارانه نقدی به دهک‌ها و اقشار ضعیف راهکار اساسی جلوگیری از تخلفات احتکار نان خشک و آرد یارانه‌ای محسوب می‌شود.

هاشمی ادامه داد: هم اکنون میزان مصرف آرد و گندم در کشور واقعی نیست و به عبارتی ضایعات پخت نان به سبب استفاده خوراک دام و طیور هدفدار انجام می‌شود. رئیس بنیاد ملی گندمکاران با بیان اینکه جلوی احتکار نان و خشک با هوشمندسازی گرفته می‌شود، گفت: دولت به جای پرداخت یارانه به کارخانه‌های آردساز و نانوایان باید به مصرف‌کننده یارانه دهد.

او افزود: امسال دولت هرکیلو گندم را با نرخ ۱۷ هزارتومان از کشاورزان خریداری کرده است که با سایر هزینه‌های تبیی برای دولت ۲۰ هزارتومان تمام می‌شود، درحالی‌که به طور متوسط هرکیلو آرد با نرخ هزارتومان در اختیار واحدها قرار گرفته که در نهایت به دلیل اختلاف معنادار قیمت بدبخی است که تخلف در حوزه آرد و نان رخ دهد.

هاشمی با اشاره به تأثیر نوسان قیمت نهاده‌های دامی در تخلفات حوزه آرد و نان گفت: در مواقعی که قیمت نهاده دامی گران نبود، تخلفات در حوزه آرد و نان وجود نداشت و با افزایش قیمت‌ها موضوع تخلفات تشدید شده است.

ادبیات

چند روایت معتبر از زندگی و زمانه شاهی که روحش شاد نیست!

نشر شهید هادی اخیراً کتاب متفاوتی را به بازار نشر فرستاده است که به زندگی یک صدق‌پرمان واقعی می‌پردازد کسی که در سال‌های اخیر رسانه‌های خارج از کشور و معاند با جمهوری اسلامی، سعی در تطهیر این چهره و قهرمان نشان دادن او دارند. این کتاب «رضاشاه روح شاد مبادا» نام گرفته و چند برش خواندنی از آن را با هم می‌خوانیم:

◆ **جانور زمین‌خوار!**
چهارم آبان ۱۲۹۸ محمدرضا پهلوی به دنیا آمد. رضاحان در آن سال‌ها با وجود قدرتی که پیدا کرده بود، هنوز نتوانسته بود خانه‌ای بخرد و ولیعهد را در خانه‌ای اجاره‌ای در تهران به دنیا آورد.

اما همین موجود، چند سال بعد، با دیکتاتوری خاص خود، هرچه زمین مرغوب در ایران بود را به نام خود ثبت کرد. ۴۲۰۰۰ سند مالکیت که برخی از آنها شامل چند روستا می‌شد به نام رضاحان ملعون گردید. او به قدری در جمع کردن ثروت و ملک تلاش کرد که روزنامه‌های غربی به او لقب جانور زمین‌خوار دادند. بعد از مرگ رضاحان، بیش از چهل هزار شکایت از او ثبت شد، کسانی که زمین‌هایشان بدون پرداخت وجهی به نفع شاه مصادره شده بود و البته بسیاری از زمین‌داران و مالکین بزرگ به دست رضاحان به قتل رسیدند. این زمین‌ها در دست فرزندان رضاحان بود و شکارگاه‌های سلطنتی و تفریح گاه‌ها در آنها ساخته شد.

◆ **دوستان رضاشاه که کشته و زمین‌هایشان تاراج شد**
تمام خوبی‌ها و خدماتی که از رضاحان نقل می‌کنند، به واسطه چند نفر بود؛ تیمورتاش کسی که تاج شاهی را برای رضاحان آورد و در راه به قدرت رسیدن او همه گونه تلاش کرد. او قبل‌ها هم وزیر بود و بعدها چندین وزارت خانه و مسئولیت امور مالی و... را داشت و به تعبیری دست راست رضاحان بود. علی‌اکبر داور، دانش‌آموخته اروپا بود و در جایگاه وزیر، بنیان‌گذار سیستم قضایی و نظام اداری کشور شد و خدمات بزرگی به رضاحان کرد. نصرالدوله فیروز، یکی دیگر از یاران رضاحان بود که خدمات مهمی به او کرد و وزیر خارجه بود. سردار اسعد هم در جریان مشروطه مطرح شد. فرمانده نظامیان بود و در دوره قاجار وزیر شد و برای رسیدن رضاحان به قدرت همه گونه تلاش کرد.

یکسرو شاه‌رخ، نماینده زرتشتیان در مجلس بود. در دوره قحطی او بود که برای رسیدن ارزاق به تهران همه گونه تلاش کرد. شهید مدرس می‌گفت در مجلس ما یک مسلمان وجود دارد و آن هم شاه‌رخ زرتشتی است. او اولین رئیس راه آهن ملی بود. همان که بزرگ‌ترین افتخار رضاحان می‌دانند. تمام این افراد از رجال دوره قاجار بودند و برای انتقال سلطنت به پهلوی تلاش بسیار کردند و به خاطر خدماتشان به ایران، تاریخ از آنها به نیکی یاد کرده. رضاحان نیز مزد زحمات آنها را به خوبی داد. مقام و منصب، ملک و املاک و... هیچ‌کدام را که به آنها نداد هیچ. تمامی این افراد به پنهان‌های مختلف به دست رضاحان به قتل رسیدند البته بیشترشان مجبور شدند، قبل از مرگ سند انتقال املاشان را به رضاحان امضا کنند.

◆ **دوری از شاهنشاه علت زنده ماندن!**
سید حسن تقی‌زاده که عامل کشف حجاب و کارهای ضدفرهنگی رضاحان بود و نفوذ زیادی در دربار داشت، علت زنده ماندن خودش را این می‌دانست که سفیر ایران در فرانسه شد و نتوانست از خشم شاهنشاه دور باشد. او زمانی به ایران برگشت که رضاحان تبعید شده بود.

همچنین اسد... علم در خاطراتش می‌نویسد: «سر ناهار (خدمت محمدرضا شاه) رفتم که وزیر خارجه انگلیس شرفیاب بود. صحبت‌های متفرقه شد. مردیکه احقر شروع کرد به تعریف کردن از من و از خانواده من و کاردانی من و بالاخره طرف اعتماد بودن من، از طرف ذات اقدس همایونی شاهنشاه هم تأیید فرمودند. اگر در زمان اعلیحضرت رضاشاه کبیر چنین پیش‌امدی می‌شد، یقیناً طرف هفته‌های آینده کلک من کنده بود!»
می‌گویند کسانی که با کودتا به قدرت می‌رسند، تمام کسانی که احتمال دارد محبوب یا قدرتمند شوند را از بین می‌برند تا احتمال کاری که خودشان کردند از بین برود. این برای آنها که از آزادی و امنیت رضاحانی، بدون سند معتبر افسانه‌سرای می‌کنند.

◆ **پهلوی‌ها در رأس دزداهای اموال عمومی در جهان!**
فاینشال تایمز وقتی در سال ۲۰۰۹ دارای دیکتاتورهای جهان را بررسی می‌کند، محمدرضا پهلوی را در رأس قرار می‌دهد و میزان زردی او را ۳۵ میلیارد دلار اعلام می‌کند. اردشیر زاهدی، داماد، وزیر امور خارجه و آخرین سفیر شاه در آمریکا، در خاطراتش نوشت: «دادستان تهران در زمان نخست‌وزیری شریف‌امامی معتقد بود اعلی‌حضرت ۳۱ میلیارد دلار ارز از کشور خارج کرده است.» حالا می‌توان فهمید که این همه دشمنی با جمهوری اسلامی با کدام بودجه انجام می‌شود.

پیامبر اکرم (ص):
«خواند عز و جل، برای مؤمن بر مؤمن، هفت حق واجب کرده است: او را به چشم بزرگ بدارد، او را به دل دوست بدارد، از مال خود به او ببخشد؛ غیبتش را حرام شمارد، به هنگام بیماری به عیادتش برود، در تشییع جنازه‌اش شرکت کند و پس از مرگش جز به نیکی از او یاد نکند.
من لایحضره الفقیه: ج ۴، ص ۳۹۸، ح ۵۸۵»

فن آوری

برای جلوگیری از عود بیماری؛ تست خانگی ردیابی تومور مغزی از راه رسید

محققان مشغول توسعه نخستین تست جریان جانبی یا آزمایش سریع (LFT) برای ردیابی تومورهای مغزی هستند.
هدف از این پژوهش توسعه آزمایشی ساده است که بیماران می‌توانند در خانه از آن استفاده کنند. تحقیق مذکور تومورهای تهاجمی را هدف می‌گیرد که عود می‌کنند. این نوع تومور سالانه به مرگ ۲۰۰ هزار نفر در سراسر جهان منجر می‌شود.
هرچند گاهی اوقات بازگشت تومور پس از درمان اصلی اجتناب‌ناپذیر است اما زمان غریقابل پیش‌بینی

محققان مشغول توسعه نخستین تست جریان جانبی یا آزمایش سریع (LFT) برای ردیابی تومورهای مغزی هستند. هدف از این پژوهش توسعه آزمایشی ساده است که بیماران می‌توانند در خانه از آن استفاده کنند. تحقیق مذکور تومورهای تهاجمی را هدف می‌گیرد که عود می‌کنند. این نوع تومور سالانه به مرگ ۲۰۰ هزار نفر در سراسر جهان منجر می‌شود. هرچند گاهی اوقات بازگشت تومور پس از درمان اصلی اجتناب‌ناپذیر است اما زمان غریقابل پیش‌بینی

◆ **سلامت روده شما بهبود می‌یابد**
اگر سبویی پر از سبزیجات درست کنید، سلامت روده خود را تقویت خواهید کرد.

مصرف سوپ با سبزیجات از چند جهت برای روده شما عالی است. فیبر بیشتری به رژیم غذایی اضافه می‌کند که برای هضم و سیری عالی است و بسیاری از سبزیجات که معمولاً در سوپ‌ها مانند تره‌فرنگی و پیاز یافت می‌شوند حاوی فیبر بری پروتیک هستند که می‌تواند به تغذیه باکتری‌های خوب روده کمک کند. همچنین علاوه بر فیبر، مصرف انواع سبزیجات در سوپ می‌تواند به تنوع باکتری‌های خوب در روده کمک کند که مطالعات نشان داده‌اند به سالم ماندن روده کمک می‌کند.

◆ **می‌توانید پروتئین بیشتری دریافت کنید**
بسیاری از دستورالعمل‌های سوپ فرصت‌های خوبی برای دریافت برخی از مواد مغذی مهم مانند پروتئین را فراهم می‌کنند. سوپ‌هایی مانند مرغ، سوپ گوشت، رامسن، کاری، فاهیتا مرغ یا لوبیا همگی نمونه‌هایی از سوپ‌های سرشار از پروتئین هستند.
سوپ می‌تواند منبع مهمی از پروتئین باشد، به‌خصوص اگر به جای آب‌نمکی که اغلب در سوپ کنسرو شده دریافت می‌کنید، از آب استخوان سالم و طبیعی تهیه شود. شما می‌توانید به راحتی با افزودن کمی مرغ یا پروتئین نیاز روزانه خود به این ماده ارزشمند را تأمین کنید. همچنین ترکیب منابع پروتئین بدون چربی مانند مرغ، ماهی یا توفو می‌تواند سبوری را نیز افزایش دهد.

دریافت پروتئین کافی در هر وعده غذایی می‌تواند چالش برانگیز باشد، به‌خصوص اگر در دست کردن غذاهای قدیمی‌خسته شده آید. با سوپ، می‌توانید یک وعده غذای متنوع همراه با پروتئین بالا میل کنید که به شما کمک می‌کند احساس سبوری و انرژی بیشتری داشته باشید.
◆ **برخی از سوپ‌ها دارای خواص دارویی هستند**
آیا تا به حال به این فکر کرده‌اید که آیا سوپ رشته مرغ واقعاً می‌تواند به شما کمک کند در هنگام بیماری احساس بهتری داشته باشید؟ برخی تحقیقات از داشتن اثرات ضدالتهابی سوپ حمایت می‌کنند.
محققان ثابت کرد که سوپ مرغ خانگی حاوی فواید بی‌شماری است که همه مربوط به سبزیجات و مرغ درون آن است و با هم ترکیبی



محتوای آب با بالاتر

طرح روز

وام مسکنی که مُسکین هم نیست!

۱۹۴۱ میلیاردی
مکن داریم ماهی ۳۷ میلیون قطعه!

آه دلت به قوتون
نزنیم ۴ ماه یلبار
می‌تونیم به قط بربکم

منبع: تسنیم

عکس خبر

در حاشیه سفر نخست‌وزیر عراق به ایران



بیشتری دارید.

◆ **با کلاری کمتر، مواد مغذی بیشتری دریافت می‌کنید**
حتی مطالعات نشان داده است که سوپ یک عامل کمک کننده در کاهش وزن، حفظ اهداف وزن و کاهش خطر چاقی است. سوپ پتانسیل این را دارد که یک منبع عالی برای تغذیه باشد. اگر یک سوپ بر پایه آب‌گوشت است که سبزیجات و لوبیا زیادی دارد، راهی فوق‌العاده برای دریافت فیبر، ویتامین‌های آنتی‌اکسیدان A و C و بتاسیم است.
سوپ‌های بر پایه آب‌گوشت برای شما ارزش غذایی بسیار خوبی دارند. وقتی از سوپ‌های خامه‌ای صرف نظر می‌کنیم و از آب‌گوشتی استفاده می‌کنیم که حاوی غذاهایی مانند سبزیجات، لوبیا یا عدس است، بدن خود را با مواد مغذی و فیبر پر می‌کنیم، اما کلاری زیادی دریافت نمی‌کنیم.
سوپ‌ها به راحتی آماده می‌شوند، مخصوصاً اگر از شعله کم یا زودپز استفاده کنید.

◆ **گرسنگی شما ممکن است همیشه برطرف نشود**
بسیار توجه به آنچه گفته شد، مهم است که توجه داشته باشید که گاهی اوقات، خوردن انواع خاصی از سوپ به عنوان غذای اصلی می‌تواند باعث شود بعداً احساس گرسنگی بیشتری کنید.
این بستگی به این دارد که چه موادی را انتخاب می‌کنید و چه مقدار مواد مغذی در هر کل وعده غذایی مصرف می‌کنید. اگر سوپ را به تنهایی و بدون هیچ چیز دیگری می‌خورید، مهم است که مطمئن شوید سوپ دارای مواد مغذی است.
یکی ماده مغذی اصلی (مانند پروتئین، کربوهیدرات پیچیده و غیره) باشند، خیلی سیرکننده نیستند. بنابراین، خوردن سوپ برای یک وعده غذایی می‌تواند بعداً منجر به کمبود انرژی و خوردن میان‌وعده‌های زیاد دیگر شود.
پس برای جلوگیری از احساس گرسنگی و پرخوری، سوپ‌های خود را پس از مواد مغذی پر کنید. سوپ‌های حاوی آب‌گوشت کم سدیم را که حاوی مواد مغذی مانند سبزیجات، سبزی‌ها، ادویه‌ها و غلات پر فیبر، لوبیا، نخود و عدس هستند، میل کنید.

◆ **زودتر احساس سبوری خواهید داشت**
بسته به نوع سبویی که می‌خورید، خوردن یک کاسه سوپ قبل از غذای اصلی ممکن است به شما کمک کند احساس رضایت بیشتری داشته باشید. در واقع، محققان دریافته‌اند که سوپ می‌تواند باعث افزایش سبوری پس از یک وعده غذایی جامد شود.
غذاهای با محتوای آب بالاتر



محتوای آب با بالاتر

سواد زندگی

قبل از دعوا کردن کودکان، علت رفتار اشتباه او را کشف کنید

«کودکان ما آن گونه می‌شوند که ما هستیم، نه آن گونه که دلمان می‌خواهد بشویم.» این جمله نشان می‌دهد که کودکان به‌ویژه در سنین کودکی که ذهنی تحلیل‌گر ندارند، هرآنچه که از والدینشان می‌بینند و می‌شنوند را در ذهنشان ثبت و ضبط می‌کنند. از این رو، والدین تأثیرگذارترین الگوی کودکان هستند و خواسته و ناخواسته، از رفتارها و کلام والدین خود تأثیر می‌پذیرند.
شیرین ولی‌زاده، متخصص روان‌شناسی تربیتی در پاسخ به این سؤال که آیا دعوا و پرخاشگری والدین ممکن است تأثیر نامطلوبی بر کودک داشته باشد یا خیر، می‌گوید: قبل از هرگونه پرخاشگری، ابتدا باید علت آن رفتار را کشف کنیم. کودکی که هنگام مشق نوشتن خواهرش سروصدا می‌کند یا وارد اتاق او می‌شود و لجبازی می‌کند، از نظر خانواده یک رفتار اشتباه است و باید تنبیه شود، اما شاید انرژی زیاد کودک و نیاز به شاد بودن، او را به دنبال یافتن همبازی به اتاق خواهر بزرگش کشانده باشد. پس به‌جای پرخاشگری، مادر یا پدر باید برنامه‌ای برای فرزند کوچک‌تر خود در نظر بگیرند.
کودکی که بددعنی می‌کند به دنبال جلب‌توجه است، چون در فلان فیلم کسی این کلمه را گفته و همه خانواده خندیده‌اند؛ بنابراین، وقتی تعریف درستی از علت رفتار کودک خود داشته باشیم، راه‌حل‌های منطقی‌تری نسبت به دعوا و پرخاشگری خواهیم یافت.
◆ **کاستی‌های فرزندان را در خلاهای خود جست‌وجو کنید**
به اعتقاد ولی‌زاده، کودک سالم و باهوش در خانواده سالم رشد می‌کند. از این‌رو، او به والدین توصیه می‌کند که قبل از اقدام برای رفع مشکلات کودکان، خودشان را ارزیابی کنند: مراجعی داشتیم که مادر وسواس داشت و از پسرش که بی‌نظم و کثیف بود، شکایت می‌کرد و دنبال راهکار برای او بود؛ وقتی وسواس مادر درمان شد، رابطه او با فرزندش نیز بهبود یافت. پس اولین قدم این است که خودمان را به‌عنوان

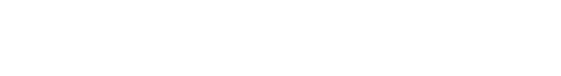
الگوی کودک بررسی کنیم. این روان‌شناس تربیتی گام دوم برای تربیت کودک سالم و باهوش را شناخت کودک می‌داند و می‌گوید: شناخت به معنای توجه به این مسائل است که کودک در هر سنی به چه نوع توجهی نیاز دارد، به چه میزان و با چه کیفیتی باید توجه و مراقبت را مبذول داشت و در دوره سنی کودک باید چه میزان و در چه زمینه‌هایی استقلال داشته باشد. همچنین قرار کودک در هر دوره سنی چه تغییراتی می‌کند و چه چیزهایی برای او از اهمیت زیادی برخوردار است.
او تصریح می‌کند: برای پرورش کودک باهوش می‌بایست محیطی فراهم کنیم که کودک بتواند آزمایش و تجربه کند اما این آزمون و تجربه نباید به روان و جسم کودک آسیب بزند و از طرفی نباید از ترس آسیب دیدن، کودک را در محدودیت‌هایی قرار دهیم که نتواند کشف کند، یاد بگیرد، شکست بخورد و دوباره یاد بگیرد.
ولی‌زاده در پایان تأکید می‌کند: کودک یک انسان منحصربه‌فرد است، پس او را عاشقانه بپذیرید و بدانید که او معدل شما والدین عزیز است؛ بنابراین، کاستی‌های او را در خلاهای خود جست‌وجو کنید و آن‌ها را درمان کنید تا کودکان شاد و سالم زندگی کنند.



کاخ اردشیر بابکان

قاب امروز

کاخ اردشیر بابکان



کاخ اردشیر بابکان