



فرمانده سپاه حضرت قزويني هاشم(ع):
تقويت روحيه ايشار و مقاومت هدف از
برگزاري كنگره شهدا

صفحه ۲



رئيس بنياد نخبگان چهارمحال و بختياري:
رؤساي ادارات و دستگاههاي اجرايي نقش
مهمي در فرآيند جذب نخبگان دارند

صفحه ۳

سیاسی - اجتماعی - فرهنگی و اقتصادی • سال سی و پنجم • ۵۰۰۰ تومان

چهارشنبه ۱۵ اسفند ماه ۱۴۰۳ • ۵ مارس ۲۰۲۵ • ۴ رمضان ۱۴۴۶ • شماره پيوسته ۲۸۸۵

استقبال شرکت آب منطقه‌ای چهارمحال وبختیاری از انتقادهای سازنده اصحاب رسانه

سرپرست شرکت آب منطقه‌ای چهارمحال و بختیاری با تاکید بر استقبال این مجموعه از انتقادهای سازنده اصحاب رسانه، گفت: رویکرد شرکت آب منطقه‌ای استان تعامل سازنده با تمامی بخش‌ها و مجموعه‌ها به ویژه اصحاب رسانه است.

به گزارش روابط عمومی شرکت آب منطقه‌ای، جمعی از خبرنگاران و اصحاب رسانه چهارمحال و بختیاری ضمن حضور در دفتر مسلم صادقی، سرپرست شرکت آب منطقه‌ای استان با ایشان دیدار و گفت‌وگو کردند.

سرپرست شرکت آب منطقه‌ای چهارمحال و بختیاری در این نشست با تاکید بر استقبال این مجموعه از انتقادهای سازنده اصحاب رسانه، اظهار کرد: رویکرد شرکت آب منطقه‌ای استان تعامل سازنده با تمامی بخش‌ها و مجموعه‌ها به ویژه اصحاب

رسانه است. وی افزود: ما در شرکت آب منطقه‌ای چهارمحال و بختیاری انتظار داریم اصحاب رسانه و خبرنگاران به عنوان بازوان پرتوان استان یاری‌گر حوزه آب باشند.

◀ متن کامل در صفحه ۲

روز درختکاری: سرمایه‌گذاری برای آینده، تعهد به محیط زیست

روز درختکاری، صرفاً یک روز برای کاشتن چند نهال نیست. این روز، یک نماد است؛ نمادی از تعهد ما به زمین، به آیندگان و به بقای یک اکوسیستم سالم و پایدار. روز درختکاری، تلنگری است برای بیدار کردن حس مسئولیت‌پذیری در قبال محیط‌زیست و یادآوری این نکته که هر کدام از ما می‌توانیم نقشی مؤثر در حفظ و بهبود سیاره‌مان ایفا کنیم. در بعد زیست‌محیطی، درختان ریه‌های زمین هستند. آن‌ها با انجام فتوسنتز، دی‌اکسید کربن را جذب و اکسیژن تولید می‌کنند. این فرآیند، نه تنها هوای پاکیزه برای تنفس ما فراهم می‌کند، بلکه به کاهش اثرات گازهای گلخانه‌ای و تعدیل آب و هوا نیز کمک می‌کند. ریشه‌های درختان، مانند شبکه‌ای در هم تنیده، خاک را در بر می‌گیرند و از فرسایش آن جلوگیری می‌کنند. این امر، به‌ویژه در مناطق شیب‌دار و در معرض خطر سیل، اهمیت بسزایی دارد.

▶ متن کامل در صفحه ۳

اتصال بیش از ۲۳۰ هزار فروشگاه به کالابروگ

درحالی طرح کالابروگ الکترونیک پس از گذشت حدود ۱۰ ماه، مجدداً از بعدازظهر ۱۱ اسفندماه با واریز اعتبار به حساب سرپرستان خانوار تحت پوشش سازمان‌های حمایتی بهزیستی و کمیته امداد به اجرا درآمده که بلافاصله بعد از آن، دهک‌های ۱ تا ۳ مشمول طرح خواهند شد و تقریباً حدود ۱۰ روز بعد این تاریخ، دهک‌های ۴ تا ۷ نیز می‌توانند با مراجعه به فروشگاه‌ها خرید خود را انجام دهند. چندی پیش به دنبال دستور رئیس جمهور، سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی بودجه‌ای را برای اجرای طرح کالابروگ الکترونیک اختصاص داد تا بر این اساس، این طرح که در اردیبهشت سال ۱۴۰۳ متوقف شده بود، مجدداً

پس از گذشت ۱۰ ماه به مرحله اجرا درآمد. از همین رو، مقرر شد که اجرای این طرح توسط وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی صورت گیرد و بر این مبنا، طبق اعلام احمد میدری، وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی، طرح کالابروگ الکترونیکی به ۷ دهک درآمدی ارائه می‌شود که براساس آن به سه دهک اول به ازای هر نفر ۵۰۰ هزار تومان و برای باقی دهک‌ها به ازای هر نفر ۳۵۰ هزار تومان پرداخت می‌شود.

در همین راستا، یک روز پیش از شروع ماه مبارک رمضان، این طرح در مرحله اول با واریز اعتبار به حساب سرپرستان خانوار تحت پوشش سازمان‌های حمایتی

(بهزیستی و کمیته امداد) آغاز به کار کرد که این اعتبار اعلام شده براساس دهک‌درآمدی و بعد از آن، شامل اقلامی از گروه‌های لبنیات، پروتئین و خواربار اختصاص یافته است. البته اعتبار سرپرستان خانوار شارژ شده و پول نقد به حساب واریز نشده، بنابراین اگر افراد به حساب‌های بانکی خود مراجعه کنند، این اعتبار را مشاهده نمی‌کنند اما با هر کدام از کارت‌های سرپرست خانوار اگر به فروشگاه‌های طرف قرارداد مراجعه کنند، می‌توانند اقدام به خرید کنند.

در همین راستا، احد رستمی، رئیس مرکز مطالعات و اطلاعات رفاه ایرانیان با بیان اینکه طرح

کالابروگ الکترونیک در مرحله اول در سه بازه زمانی انجام خواهد شد، اعلام کرد که در مرحله اول، افراد تحت پوشش نهادهای کمیته امداد و سازمان بهزیستی مشمول طرح شده‌اند که در این مرحله، ۵ میلیون خانوار و تقریباً ۱۲ میلیون نفر تحت پوشش قرار گرفته‌اند که ۲۰ درصد از جامعه هدف را تشکیل می‌دهند.

طبق اعلام رستمی، قرار است، بلافاصله بعد از آن، دهک‌های ۱ تا ۳ مشمول طرح شوند و تقریباً ۱۰ روز بعد، دهک‌های ۴ تا ۷ می‌توانند به فروشگاه‌ها مراجعه کنند.

این درحالیست که احتمالاً مرحله دوم طرح کالابروگ الکترونیک در عید اجرا می‌شود.

چندی پیش نیز به دنبال اجرای این طرح، مرجان دبیری، سخنگوی طرح کالابروگ در تشریح ویژگی‌های طرح کالابروگ الکترونیک، به نکاتی اشاره کرد: - مشمولان طرح کالابروگ الکترونیکی می‌توانند متناسب با نیازشان کالاهای تعیین‌شده را (حداقل سه نوع کالای مختلف) خریداری کنند. محدودیتی در مقدار خرید هر کالا وجود ندارد، در صورت خرید بیش از سقف اعتبار تخصیصی، مابه‌التفاوت هزینه باید توسط خریدار پرداخت شود.

- در صورت استفاده نکردن کامل از اعتبار مرحله اول، مانده اعتبار به دوره بعد منتقل خواهد شد. - اعتبار کالابروگ الکترونیک تا

پایان خردادماه ۱۴۰۴ قابل استفاده است. - در صورت استفاده نکردن کامل از اعتبار مرحله اول، مانده اعتبار به دوره بعد منتقل خواهد شد.

- مشمولان می‌توانند خریدهای خود را در چند نوبت انجام دهند و نیازی به استفاده از کل اعتبار در یک مرحله نیست. خریداران می‌توانند محصولات تولیدکنندگان مختلف را از گروه‌های کالایی

مانظر انتخاب کنند. - اعتبار کالابروگ الکترونیک تا پایان خردادماه ۱۴۰۴ قابل استفاده است.

لازم به ذکر است که طرح کالابروگ الکترونیکی در بیش از ۲۳۰ هزار فروشگاه عمده، خرد و ۱۳ فروشگاه زنجیره‌ای (افق کوروش،

اتکا، ترقی، جانبو، دلیلی مارکت، رفاه، گندم، محسن، مینومارت، هایپرستار، هایپر فامیلی، هفت و وال‌مارکت) اجرا می‌شود. علاوه بر این، خرید اینترنتی از طریق «اسنپ‌مارکت» و «دیجی‌کالا» نیز امکان‌پذیر است. مشمولان این طرح می‌توانند برای مشاهده فروشگاه‌ها و اطلاع از مانده اعتبار خود، اپلیکیشن «شما» را



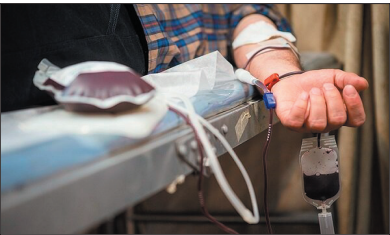
از خدمات‌دهندگانی چون «بازار»، «مارکت» و سایت shoma.ir دریافت و نصب کنند. همچنین امکان استعلام مانده اعتبار از طریق کد دستوری *۱۴۶۳*۵۰۰۰ فراهم شده و مرکز تماس ۱۳۶۹ - ۰۲۱ آماده پاسخگویی به سوالات و درخواست‌های مشمولان طرح است.

درخشش همکار رسانه ای در جشنواره بلندای همت



ویدئویی) داوری شدند. حسین بهادرائی ادامه داد: در آثار رسیده به دبیرخانه، آثاری از رسانه‌های خارج از استان نیز از جمله تهران، قم، ایلام، مرکزی، سمنان، کردستان و آذربایجان شرقی ارسال شده بود.

در نخستین جشنواره رسانه ای بلندای همت «وحید حاج سعیدی» روزنامه نگار گلستانی و ستون نویس این رسانه نیز در بخش تیتز حائز رتبه اول شد.



کاغذ هم چنان در تب ارز می‌سوزد



افزایش قیمت‌ها در بازار کاغذ و مقوا همچنان ادامه دارد، افزایش قیمتی که ناشی از نوسان نرخ ارز است و قیمت هر بند کاغذ تحریر را به بندی یک میلیون و ۶۸۰ هزار تومان رسانده است.

در روزهای پایانی سال، ظهیرالاسلام همچنان شاهد افزایش قیمت است، انواع کاغذ و مقوا بیش از یک ماه است که تحت تاثیر افزایش نرخ ارز، رو به گرانی گذاشته است.

بر این اساس هر بند کاغذ چاپ و تحریر حالا و پس از چند مرحله افزایش قیمت به بندی یک میلیون و ۶۸۰ هزار تومان رسیده است، کاغذ گلاسره از ۷۵۰ هزار تومان به بالای ۱۰۰ هزار تومان و هر بسته کاغذ ۸۴ بین ۱۷۰ تا ۱۸۰ هزار تومان شده است.

هر کیلو مقوای پشت طوسی داخلی ۵۵ هزار تومان و کرمای ۷۰ هزار تومان قیمت‌گذاری شده است،

وی افزود: اداره کل انتقال خون چهارمحال و بختیاری در ماه رمضان بعد از افطار از ساعت ۱۹:۳۰ تا ۲۳:۳۰ آماده پذیرش اهداکنندگان خون است.

مدیرکل انتقال خون چهارمحال و بختیاری ادامه داد: پایگاه اقماری شهرستان بروجن در ایام ماه مبارک رمضان صبح‌ها از ساعت ۸ تا ۱۳ و پایگاه

حمید نیکدل رئیس اتحادیه فروشندگان کاغذ و مقوا در این زمینه به تسنیم می‌گوید: با وجود اینکه افزایش قیمت داشتیم، اما چون در ایام پایانی سال هستیم، خرید و فروش در بازار کاهش نداشته و حتی نسبت به قبل افزایش نیز داشته است. وی ادامه می‌دهد: بعید است تا پایان سال افزایش قیمت خاصی را در بازار شاهد باشیم، اما این احتمال وجود دارد با توجه به روند فعلی در سال جاری افزایش قیمت شدیدتر باشد. نیکدل با انتقاد از طولانی شدن روند اختصاص ارز گفت: متأسفانه اکنون روند تخصیص ارز برای واردات کاغذ به بیش از ۵ ماه رسیده است، قطعاً اگر

با این روند پیش رویم و در تخصیص ارز با مشکل مواجه باشیم، کمبود کالا پیش خواهد آمد. وی در پاسخ به این پرسش که آیا تعزیرات ورودی به بازار برای کنترل قیمت‌ها داشته است، گفتک ما انتظارمان از تعزیرات ایت است که از اعضای اتحادیه برای ورود به این مسائل استفاده کند، متأسفانه تاکنون چیزی در زمینه ورود تعزیرات به ما ابلاغ نشده است.نیکدل هم‌چنین روند فعلی افزایش قیمت در بازار کاغذ را چندان غیرطبیعی ندانست و گفت: وقتی قیمت دلار افزایش پیدا می‌کند، از آنجا که ۸۰ درصد محصولات بازار کاغذ وارداتی است، طبیعتاً ما نیز دچار افزایش قیمت خواهیم شد.

استقبال شرکت آب منطقه‌ای چهارمحال و بختیاری از انتقادهای سازنده اصحاب رسانه

عنوان کرد: رسانه‌ها نقش بسیار مهمی در فرهنگ‌سازی و آگاه‌سازی در جامعه دارند بنابراین ما انتظار داریم اصحاب رسانه استان به موضوع اطلاع‌رسانی در حوزه آب ورود پیدا کنند و اهمیت و لزوم مدیریت مصرف آب را به افراد جامعه یادآور شوند.

وی اضافه کرد: وابستگی شدید به منابع آب‌های زیرزمینی، این منابع ارزشمند را ضعیف کرده و همین امر موجب شده امروز اغلب دشت‌های استان چهارمحال و بختیاری با پدیده فرونشست درگیر باشند و این امر لزوم مدیریت مصارف و جایگزینی منابع آب سطحی با آب‌های زیرزمینی را نمایان می‌کند.

صادقی با تأکید بر اهتمام شرکت آب منطقه‌ای چهارمحال و بختیاری در تکمیل پروژه‌های آبرسانی نیمه تمام در استان، تصریح کرد: جذب سرمایه‌گذار یکی از مهم‌ترین موضوعاتی است که می‌تواند در کوتاه شدن زمان اجرای پروژه‌های آبرسانی موثر باشد و به همین جهت نیز حرکت به سمت طرح‌های مشارکتی در دستور کار این شرکت قرار گرفته است.



رکورددار دار خشکسالی است درحالی که چهارمحال و بختیاری سرچشمه رودخانه‌های مهمی به شمار می‌آید.

سرپرست شرکت آب منطقه‌ای چهارمحال و بختیاری

صادقی با اشاره به وقوع خشکسالی در چهارمحال و بختیاری، ادامه داد: این استان بیش از یک دهه با خشکسالی درگیر است اما طی دو سال گذشته این موضوع شدت بیشتری پیدا کرده و این استان در کشور

سرپرست شرکت آب منطقه‌ای چهارمحال و بختیاری با تأکید بر استقبال این مجموعه از انتقادهای سازنده اصحاب رسانه، گفت: رویکرد شرکت آب منطقه‌ای استان تعامل سازنده با تمامی بخش‌ها و مجموعه‌ها به ویژه اصحاب رسانه است.

به گزارش روابط عمومی شرکت آب منطقه‌ای، جمعی از خبرنگاران و اصحاب رسانه چهارمحال و بختیاری ضمن حضور در دفتر مسلم صادقی، سرپرست شرکت آب منطقه‌ای استان با ایشان دیدار و گفت‌وگو کردند.

سرپرست شرکت آب منطقه‌ای چهارمحال و بختیاری در این نشست با تأکید بر استقبال این مجموعه از انتقادهای سازنده اصحاب رسانه، اظهار کرد: رویکرد شرکت آب منطقه‌ای استان تعامل سازنده با تمامی بخش‌ها و مجموعه‌ها به ویژه اصحاب رسانه است.

وی افزود: ما در شرکت آب منطقه‌ای چهارمحال و بختیاری انتظار داریم اصحاب رسانه و خبرنگاران به عنوان بازوان پرتوان استان یاری‌گر حوزه آب باشند.

فرمانده سپاه حضرت قمر بنی هاشم(ع):

تقویت روحیه ایثار و مقاومت هدف از برگزاری کنگره شهدا

فرمانده سپاه حضرت قمر بنی هاشم(ع) گفت: هدف اصلی کنگره ملی شهدا تأثیرگذاری در زندگی افراد و تقویت روحیه ایثار و مقاومت در میان نسل‌های جدید است.

سردار علی محمد اکبری در دومین نشست دبیران کنگره ملی ۲۵۰۰ شهید چهارمحال و بختیاری ضمن تبریک حلول ماه مبارک رمضان، این ماه را فرصتی مغتنمی برای خودسازی و خانه‌تکانی دل از ذرائع

اخلاقی دانست و با اشاره به برگزاری رزمایش اقتدار بسیجیان استان تحت عنوان پیامبر اعظم ۱۹ اظهار کرد: علی‌رغم بروزت هوا شاهد حضور حداکثری مردم استان و بسیجیان رانگرد در این رزمایش بودیم.

وی بیان داشت: حضور گسترده مردم و بسیجیان در رزمایش پیامبر اعظم ۱۹ نشان دهنده تعهد و حمایت مردم از نیروهای از آرمان‌های انقلاب و شهدا می‌باشد.

اول دفتر

سه رخداد یک پیام

ادامه از صفحه نخست

سوم آنکه گروسی مدیر کل آژانس بین‌المللی انرژی اتمی دیروز در نشست فصلی بار دیگر به تکرار اتهامات علیه ایران پرداخته و دروغ‌پردازی‌ها و توهمات گذشته را تکرار کرد. او بار دیگر خواستار دسترسی‌های بیشتر و فراپادمانی به تأسیسات هسته‌ای ایران و در عین حال برچیده شدن ذخایر غنی‌سازی ۶۰ درصدی ایران شد.

سخنان او بار دیگر نشان داد که اراده‌ای در آژانس برای تعامل و گفت‌وگو وجود ندارد و این نهاد به اصطلاح جهانی به ابزاری برای پیگیری اهداف سلطه طلبانه دارندگان سلاح هسته‌ای مبدل شده است چنانکه گروسی از یک سسو ایران را که فاقد تسلیحات هسته‌ای است تهدید معرفی می‌کند و از سوی دیگر در برابر سخنان مکسرون رئیس جمهور فرانسه که رسماً خواستار چتر هسته‌ای بر فراز اروپا می‌شود و می‌تواند رقابت هسته‌ای به همراه داشته باشد سکوت می‌کند.

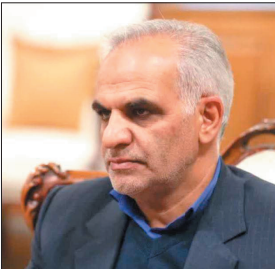
مجموع این سه رخداد یک پیام دارد و آن اینکه آمریکا، اروپا و آژانس ظرفیت‌های لازم برای گفت‌وگو را ندارند و ورود به مذاکره با آنها برای کشور جز تکرار دور باطل مذاکره و شرطی شدن بازار نتیجه‌ای به همراه ندارد. هر سه بازیگر نشان داده‌اند که رفتارهای غیر منطقی و غیر عقلانی بر آنها حاکم است و دیپلماسی و گفت‌وگو نیز در اندیشه‌های آنان هیچ جایگاهی ندارد.

در این شرایط به نظر می‌رسد تهران به جای دلبستن و تأکید بر رویکرد مذاکره‌ای در قبال آنها، باید مسیری دیگر را در پیش گیرد که کاهش مراودات با آژانس و افزایش سطح و میزان غنی‌سازی و نیز تکیه بر داشته‌های درونی و مناسبات همسایگی برای حل مشکلات اقتصادی از جمله این اقدامات می‌تواند باشد.

نکته اساسی آن است که تفکرات لیبرالیستی و سرمایه‌دارانه افقی است که تا به امروز اقتصاد کشور را از شکوفایی باز داشته است چنانکه در ماه‌های اخیر تکرار اشتباه محاسباتی اصرار بر بازار آزاد و حذف ارزهای پایه زمینه ساز شوک‌های اقتصادی و به‌ضفا ایجاد توهم در دشمن مبنی بر افزایش آسیب‌پذیری بیشتر ایران و در نهایت رویکرد گسترده‌تر به فشار حداکثری شده است.

معاون استاندار:

میوه شب عید چهارمحال و بختیاری تامین شد



شده است. وی اظهار داشت: این ذخیره‌سازی‌ها تنها بخشی از نیاز استان و همچنین با هدف تنظیم بازار است که تامین شده است.

معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری چهارمحال و بختیاری گفت: براساس برنامه‌ریزی انجام شده از امروز خرماي تنظیم بازار شب عید با قیمت مصوب در محل‌های عرضه مستقیم کالا، بازارچه‌ها و نمایشگاه‌های بهاره توزیع می‌شود.

قریب‌پور ادامه داد: برای ایجاد فضای رقابت و همچنین تامین نیاز طبقات مختلف جامعه قیمت میوه شب عید (سیب و پرتقال) درصدی از قیمت بازار کمتر است.

معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری چهارمحال و بختیاری همچنین در خصوص تامین کالای مورد نیاز مردم از مزرعه تا سفره گفت: براساس این طرح کالاهای مورد نیاز مردم باید از مزرعه تا سفره به صورت مستقیم و بدون واسطه تامین شود.

وی ادامه داد: ساماندهی تامین

معاون هماهنگی امور اقتصادی استاندار چهارمحال و بختیاری گفت: براساس برنامه‌ریزی‌های ستاد تنظیم بازار و پایش انجام شده از میزان مصرف مردم در ایام عید و ماه مبارک رمضان، میوه شب عید مردم استان به اندازه کافی تامین شده است.

ملک محمد قربان‌پور در حاشیه نشست اقدام مشترک تنظیم بازار و بازدید از انبارهای ذخیره‌سازی میوه شب عید چهارمحال و بختیاری با تأکید بر اهتمام دستگاه‌های اجرایی استان برای ذخیره‌سازی و تامین میوه شب عید افزود: به غیر از ذخیره‌سازی سیب، پرتقال و خرما اقدام دیگری هم ذخیره‌سازی



مبلغ با توجه به باز بودن سایت مربوطه نیز وجود دارد.

حجت‌الاسلام حمید باقرزاده افزود: این مبلغان نسبت به اجرای طرح زندگی با آب‌ها دوره‌های آموزشی و توجیهی را سپری کرده و امید می‌رود با حضور آنها بتوان در اجرای هرچه بهتر این برنامه گام برداشته شود.

وی برگزاری محافل قرآنی را از دیگر برنامه‌های شاخص ماه مبارک امسال در استان عنوان کرد و گفت: افرادی که درصدد برگزاری محفل قرآنی هستند در سایت زندگی با آب‌ها می‌توانند ثبت‌نام کنند که تاکنون ۷۸۰ نفر با عنوان سفیر

آب‌ها در این سایت ثبت‌نام کرده‌اند. معاون فرهنگی، پژوهشی و آموزشی اداره‌کل تبلیغات اسلامی چهارمحال و بختیاری یادآور شد: طبق آمار موجود پیش‌بینی می‌شود بیش از ۲۰ هزار محفل قرآنی در استان در طول ماه مبارک رمضان در نقاط مختلف استان اجرا شود.

باقرزاده ادامه داد: هر کدام اقتشار جامعه حتی بانوان خانه‌دار نیز می‌توانند در سایت زندگی با آب‌ها مراجعه کرده و به دریافت محتواهای مربوط به اقدام به برگزاری محفل قرآنی در خانه خود بکنند. چهارمحال و بختیاری با ۱۲ شهرستان، جمعیتی بیش از یک میلیون نفر دارد و ماه مبارک رمضان از دیرباز جایگاه ویژه‌ای در سنت و فرهنگ این استان داشته است.

مدیرکل اوقاف و امور خیریه چهارمحال و بختیاری:

بقاع متبر که استان میزبان طرح ضیافت الهی

رییس مرکز رسیدگی به امور مساجد چهارمحال و بختیاری نیز در گفت‌وگو با خبرنگار ایرنا با اشاره به غبارروبی و عطرافشانی مساجد استان برای ورود به ماه مبارک رمضان اظهار داشت: با اعزام مبلغانی از شهرهای قم، اصفهان و مشهد به استان به مناسبت ماه مبارک رمضان مشکل کمبود روحانی و امام جماعت در استان برطرف و در هر سه وعده صبح، ظهر و عشاء نماز جماعت در مساجد استان اقامه می‌شود.

حجت‌الاسلام مصطفی ریسی افزود: اتفاق جدیدی که امسال در حوزه مساجد استان رخ داده است تشکیل قرارگاه‌های پشتیبانی مساجد است که در قالب آن تمام تصمیمات مربوط به برنامه‌های فرهنگی و اجتماعی در قالب این قرارگاه انجام می‌گیرد.

وی با اشاره به وجود بیش از یک‌هزار و ۱۰۰ مسجد در استان تصریح کرد: از این تعداد ۲۵۰ مسجد دارای امام جماعت هستند و در ماه مبارک رمضان در هر سه وعده نماز با حضور امام جماعت اقامه می‌شود.

رییس مرکز رسیدگی به امور مساجد چهارمحال و بختیاری افزود: همچنین در تعدادی از مساجد استان سفره‌های افطاری ساده برای افسراد بی‌بضاعت و نیازمند پهن می‌شود.

وی افزود: همچنین با هماهنگی‌های انجام شده برنامه جزء خوانی قرآن کریم با محوریت تفسیر آیات برگزیده با همکاری تبلیغات اسلامی اجرا می‌شود.

● اعزام ۷۰۰ مبلغ به مناطق شهری

و روستایی چهارمحال و بختیاری معاون فرهنگی، پژوهشی و آموزشی اداره‌کل تبلیغات اسلامی چهارمحال و بختیاری نیز در گفت‌وگو با خبرنگار ایرنا از اعزام ۷۰۰ مبلغ به نقاط مخالف استان خبر داد و گفت: از این تعداد حدود ۱۸۰ مبلغ غریبومی است و امکان افزایش تعداد

ماه مبارک رمضان فرصت مناسبی برای ترویج و تعمیق آموزه‌های قرآن کریم است از همین رو ویژه‌نامه‌های چهارمحال و بختیاری امسال در ماه مبارک رمضان با محوریت برنامه‌های قرآنی اجرا می‌شود. با حلول این ماه با شور و اشتیاق و دادن اطعام و افطاری به نیازمندان، شب‌زنده‌داری و عبادت، تلاوت قرآن، دعا، استغفار، دادن صدقه و روزه‌داری روح و جان خود را از سرچشمه فیوضات باری تعالی سیراب کرده و توشه آخرت را ذخیره می‌کنند.

مدیرکل اوقاف و امور خیریه چهارمحال و بختیاری نیز از اجرای طرح ضیافت الهی در امامزادگان و بقاع متبرکه استان همزمان با ماه مبارک رمضان خبر داد و گفت: در قالب این طرح خیمه‌های معرفت در بقاع متبرکه برپا شده و به ارائه مشاوره‌های دینی و حوزه خانواده پرداخته می‌شود.

حجت‌الاسلام حسن امیری افزود: این طرح در ۳۰ امامزاده و بقعه متبرکه شاخص استان اجرا می‌شود و با اعزام مبلغانی از قم، محافل قرآنی در استان برپا می‌شود.

وی ادامه داد: جزء خوانی قرآن کریم، برپایی محافل قرآنی، تجلیل از چهره‌های قرآنی و برگزیدگان چهل و هفتمین دوره قرآن کریم، برپایی غرفه کودک و چندرسانه‌ای در قالب خیمه‌های معرفت و برپایی سفره‌های ساده افطاری و ایستگاه صلواتی از افطار تا سحر از جمله برنامه‌های پیش‌بینی شده برای ماه مبارک رمضان به میزبان امامزادگان و بقاع متبرکه شاخص استان است.

مدیرکل اوقاف و امور خیریه چهارمحال و بختیاری افزود: همچنین در قالب طرح قرار دوازدهم مواد غذایی و برخی اقلام معیشتی جمع‌آوری و در اختیار نیازمندان قرار داده می‌شود.

● اعزام امام جماعت به مساجد

استان

میوه شب عید را بر عهده دارند. حسین برزگر افزود: قیمت میوه تنظیم بازار پایین‌تر از قیمت بازار عرضه می‌شود.

چشم تیزبین گشت‌های نظارتی برای جلوگیری از گران‌فروشی

مدیرکل تعزیرات حکومتی چهارمحال و بختیاری گفت: نظارت بر تنظیم بازار شب عید از طریق دستگاه‌های نظارتی و با حضور گشت‌های مشترک تعزیرات حکومتی فعال هستند.

سعید فلاح افزود: طرح نظارتی و گشت‌های نظارتی با هدف پیشگیری از هر گونه گران‌فروشی از پنجم اسفندماه آغاز و تا ۱۴ فروردین ماه ادامه دارد.

وی تأکید کرد: مردم چنانچه در خصوص عرضه خارج از شبکه میوه شب عید تخلفاتی مشاهده کردند می‌توانند شکایت خود را برای رسیدگی از طریق سامانه ۱۲۴ مطرح و یا در سامانه تعزیرات حکومتی بارگذاری کنند. چهارمحال و بختیاری با ۱۲ شهرستان دارای یک میلیون نفر جمعیت است.

سرعت رصد و پلاک خوانده شده و برای پلیس ارسال می‌شود، گفت: دوربین‌های ثبت تخلف به پیدا کردن مقصر تصادف کمک بسیاری می‌کنند. رئیس مرکز مدیریت راه‌های چهارمحال و بختیاری خاطرنشان کرد: گاهی راننده با مشاهده دوربین از سرعت لحظه‌ای خود می‌کاهد، درحالی‌که دوربین‌های ثبت تخلف میانگین سرعت در محور مربوطه را ثبت می‌کنند.

و توزیع گوشت قرمز در سامانه رهتاب در دستور کار قرار دارد و تلاش می‌شود به عنوان پایلوت دام زنده در این سامانه تامین شود و آموزش‌های لازم در این خصوص به قصابان و عرضه کنندگان گوشت ارائه می‌شود.

قربان‌پور با اشاره به اجرای طرح نظارت نوروزی بر بازار اضافه کرد: با توجه به افزایش میزان خرید مردم در آستانه عید نوروز و ماه مبارک رمضان و احتمال وجود برخی نارضایتی‌ها و شکایت‌ها در خصوص جنس و کیفیت کالاها مردم می‌توانند شکایت خود را افزون بر سامانه ۱۲۴ به نیروهای بازرسی و تعزیرات حکومتی که تا ۱۵ فروردین ماه در مرکز شهر مستقر هستند به صورت حضوری ارائه کنند.

پیش‌بینی ۵۰ غرفه عرضه میوه

در چهارمحال و بختیاری رییس سازمان جهادکشاورزی چهارمحال و بختیاری گفت: براساس برنامه‌ریزی انجام شده ۵۰ غرفه میوه شب عید در مناطق مختلف استان پیش‌بینی شده است که کار توزیع

فعالیت ۲۰ دستگاه ترددشمار بر خط در جاده‌های چهارمحال و بختیاری

تمام تصاویر را به صورت ویدئو ضبط کرده و این امر سبب افزایش ایمنی رانندگان در جاده خواهد شد، گفت: همچنین در فصل بارندگی و سرما اگر لغزندگی در محورهای مواصلاتی ایجاد شود، توسط دوربین‌های نظارتی دیده شده و اکیپ مورد نظر جهت رفع مشکل اقدام می‌کنند. وی با بیان اینکه ۳۴ دوربین ثبت تخلف نیز در محورهای استان مستقر است و توسط آن‌ها

رصد آنلاین قرار می‌گیرد. رئیس مرکز مدیریت راه‌های چهارمحال و بختیاری در خصوص کاربردهای دیگر دوربین‌های نظارتی ادامه داد: در صورتی‌که لاشه‌ای در جاده افتاده باشد، قبل از وقوع حادثه، توسط همکاران مرکز مدیریت راه‌ها که به صورت ۲۴ ساعته در حال فعالیت هستند، دیده شده و اکیپ مورد نظر برای جمع‌آوری اقدام می‌کنند.

اشرفی با اشاره به اینکه این دوربین‌ها

رئیس مرکز مدیریت راه‌های چهارمحال و بختیاری گفت: ۷۰ دستگاه ترددشمار بر خط در محورهای مواصلاتی استان وجود دارد که علاوه بر شمارش خودروهای عبوری، قابلیت اندازه‌گیری ایجاد وسیله نقلیه (کلاس خودرو) عبوری را دارد.

لاله اشرفی اظهار کرد: ۲۸ دوربین نظارت تصویری در محورهای سراسر استان فعال است که جاده توسط این دوربین‌ها مورد ارزیابی

“آموزش همگانی، محیط زیست پایدار”

۱۵ اسفندماه، روز درختکاری و آموزش همگانی حفظ محیط زیست گرامی باد.



روز درختکاری: سرمایه‌گذاری برای آینده، تعهد به محیط زیست



وژن رئیس

روز درختکاری، صرفاً یک روز برای کاشتن چند نهال نیست. این روز، یک نماد است؛ نمادی از تعهد ما به زمین، به آیندگان و به بقای یک اکوسیستم سالم و پایدار. روز درختکاری، تلنگری است برای بیدار کردن حس مسئولیت‌پذیری در قبال محیط‌زیست و یادآوری این نکته که هر کدام از ما می‌توانیم نقشی مؤثر در حفظ و بهبود سیاره‌مان ایفا کنیم.

در بعد زیست‌محیطی، درختان ریه‌های زمین هستند. آن‌ها با انجام فتوسنتز، دی‌اکسید کربن را جذب و اکسیژن تولید می‌کنند. این فرآیند، نه تنها هوای پاکیزه برای تنفس ما فراهم می‌کند، بلکه به کاهش اثرات گازهای گلخانه‌ای و تعدیل آب و هوا نیز کمک می‌کند. ریشه‌های درختان، مانند شبکه‌ای در هم تنیده، خاک را در بر می‌گیرند و از فرسایش آن جلوگیری می‌کنند. این امر، به‌ویژه در مناطق شیب‌دار و در معرض خطر سیل، اهمیت بسزایی دارد. درختان با حفظ خاک، از تخریب زمین‌های کشاورزی و جاری شدن سیلاب‌های مخرب جلوگیری می‌کنند. جنگل‌ها و درختزارها، زیستگاه‌های ارزشمندی برای انواع گیاهان، جانوران، حشرات و میکروارگانیسم‌ها

هستند. درختان، غذا، پناهگاه و محل تولید مثل برای بسیاری از گونه‌های جانوری فراهم می‌کنند. از بین رفتن جنگل‌ها، منجر به کاهش تنوع زیستی و انقراض گونه‌های گیاهی و جانوری می‌شود. درختان، با جذب آلاینده‌های هوا مانند ذرات معلق، گازهای سمی و گرد و غبار، به تصفیه هوا کمک می‌کنند. کاشت درختان در شهرها، می‌تواند به طور قابل توجهی کیفیت هوا را بهبود بخشد و از بروز بیماری‌های تنفسی جلوگیری کند. درختان، با جذب آب باران و جلوگیری از رواناب سطحی، به مدیریت منابع آب کمک می‌کنند. آن‌ها آب را در خاک ذخیره می‌کنند و به تدریج آن را آزاد می‌کنند، که این امر به تغذیه سفره‌های آب زیرزمینی و تأمین آب مورد نیاز گیاهان و جانوران کمک می‌کند.

در بعد اقتصادی، درختان، منابع تجدیدپذیری از چوب، میوه، صمغ، رزین و سایر محصولات جنگلی هستند. این محصولات، در صنایع مختلفی مانند ساختمان‌سازی، کاغذسازی، داروسازی و غذایی کاربرد دارند. مدیریت پایدار جنگل‌ها، می‌تواند یک منبع درآمد پایدار برای جوامع محلی فراهم کند. جنگل‌ها و پارک‌های جنگلی، مقاصد گردشگری محبوبی هستند. آن‌ها فرصت‌هایی برای تفریح، پیاده‌روی، کمپینگ، تماشای حیات وحش

رئیس بنیاد نخبگان چهارمحال و بختیاری: رؤسای ادارات و دستگاه‌های اجرایی نقش مهمی در فرآیند جذب نخبگان دارند

مجید برخوردی‌ایان، خبرنگار زردکوه: رئیس بنیاد نخبگان چهارمحال و بختیاری به بررسی و توضیح طرح‌ها و برنامه‌های بنیاد ملی نخبگان برای شناسایی و حمایت از نخبگان و استعداد‌های برتر پرداخت. یعقوب طادی در جمع خبرنگاران، در نشست تخصصی طرح‌ها و برنامه‌های بنیاد ملی نخبگان اظهار داشت: بنیاد ملی نخبگان با هدف شناسایی و حمایت از نخبگان و استعداد‌های برتر در حوزه‌های مختلف تأسیس شده است. این بنیاد به شناسایی و هدایت استعداد‌های برتر دانش‌آموزان و دانشجویان می‌پردازد و طرح‌های متعددی برای حمایت از آن‌ها دارد. وی افزود: یکی از بزرگترین طرح‌ها در حوزه دانش‌آموزان، طرح شهاب است که به شناسایی و هدایت استعداد‌های برتر دانش‌آموزان کمک می‌کند. این طرح با همکاری وزارت آموزش و پرورش اجرا می‌شود و از طریق فرم‌های خاصی که معلمان به دانش‌آموزان ارائه می‌دهند، استعداد‌های آن‌ها شناسایی می‌شود. این شناسایی تنها به نمرات تحصیلی محدود نمی‌شود و به استعداد‌های خاص در زمینه‌های مختلف توجه دارد. طادی در ادامه به حوزه دانشجویان اشاره کرد

و گفت: در طرح مهم در این حوزه وجود دارد: یکی طرح توسعه فعالیت‌های علمی و فرهنگی دانشجویان و طلاب، که از طریق آن دانشجویان مستعد شناسایی و حمایت می‌شوند، و دیگری طرح شهید احمدی روشن که به حمایت از هسته‌های علمی پژوهشی می‌پردازد. این هسته‌ها به حل مسائل واقعی جامعه می‌پردازند و از حمایت‌های مالی و آموزشی برخوردار می‌شوند. وی همچنین به طرحی برای جذب نخبگان در دستگاه‌های اجرایی اشاره کرد و افزود: این طرح به فارغ‌التحصیلان این امکان را می‌دهد تا در بدنه دولت مشغول به کار شوند. این طرح با هدف استفاده از ظرفیت نخبگان برای ایجاد تغییرات مثبت در دستگاه‌های دولتی طراحی شده است. در سال‌های اخیر، فراخوان‌هایی برای جذب نخبگان برگزار شده که در آن‌ها تعداد زیادی از فارغ‌التحصیلان ثبت‌نام کرده و ارزیابی می‌شوند. رئیس بنیاد نخبگان چهارمحال و بختیاری تأکید کرد: رؤسای ادارات و دستگاه‌های اجرایی نقش مهمی در فرآیند جذب نخبگان دارند و باید با تهران رایزنی کنند تا سهمیه‌های استان‌ها برای جذب نخبگان مشخص شود.

وی به وضعیت جذب نخبگان در دستگاه‌های اجرایی پرداخت و گفت: برخی دستگاه‌ها به دلیل غفلت یا عدم آگاهی از روش‌ها، نتوانسته‌اند از سهمیه‌های تعیین شده برای جذب نخبگان استفاده کنند. در سال گذشته، حدود ۳۳ درخواست اجرایی ثبت شده که ۳۱ نفر در حال جذب هستند. امیدواری وجود دارد که در سال‌های آینده، تعداد نخبگان بیشتری جذب دستگاه‌های اجرایی شوند و این امر به کاهش مهاجرت نخبگان به استان‌های دیگر کمک کند. طادی به فعالیت‌ها و حمایت‌های بنیاد نخبگان در زمینه‌های علمی و پژوهشی اشاره کرد و اظهار داشت: در سال گذشته، حدود ۱۵ نفر از دانشجویان مستعد در طرح‌های توسعه هسته‌های مسئله‌محور پژوهشی پذیرفته شده‌اند. این طرح‌ها شامل پنج هسته علمی پژوهشی، که دو مورد آن‌ها دانشجویی بودند، می‌باشد. درخواست‌ها از سوی اساتید و گروه‌های مختلف به سامانه سینا ارسال و مورد ارزیابی قرار می‌گیرند. وی با اشاره به اینکه به نخبگان دو نوع حمایت ارائه می‌دهد گفت: حمایت مسئله‌محور که نیازمند تعریف یک مشکل خاص است و حمایت اولویت‌محور که به کل طرح‌ها

تعلق می‌گیرد. در مجموع، هشت هسته استاد محور و مسئله محور در حال فعالیت هستند. برخی از این هسته‌ها به حوزه‌های پزشکی و دامپزشکی مربوط می‌شوند و حمایت‌های مالی و تجهیزات لازم برای آن‌ها تأمین می‌شود. طادی اظهار داشت: هشت هسته علمی فرهنگی نیز در حال فعالیت هستند که شامل دانشجویان برتر از دانشگاه‌های مختلف استان می‌باشند. برنامه‌های فرهنگی متعددی از جمله اردوهای آموزشی و تربیتی برگزار شده است. در سال جاری، ۳۳ نفر ظرفیت استخدام در دستگاه‌های اجرایی ایجاد شده که ۳۱ نفر در حال جذب هستند. وی ادامه داد: بنیاد نخبگان به دنبال حل مشکلات واقعی استان است و در این راستا از اساتید دانشگاهی برای مشارکت در پروژه‌های پژوهشی حمایت می‌کند. با این حال، درخواست‌های مسئله‌محور در حوزه دانشجویی کم است و بنیاد تلاش دارد تا با حمایت‌های مالی و تجهیزات، نخبگان را درگیر حل مسائل واقعی کند. طادی در نهایت به تشکیل هیئت‌های اندیشه‌ورز در سه حوزه اقتصادی، عمران و محیط زیست اشاره کرد و افزود: هدف از

فعالیت ۵۰۰ مبلغ در نقاط تبلیغی چهارمحال و بختیاری همزمان با ماه رمضان

معاون تبلیغ و امور فرهنگی حوزه علمیه چهارمحال‌و‌بختیاری از فعالیت ۵۰۰ مبلغ خادم و آقا در نقاط مختلف استان در ایام ماه مبارک رمضان خبر داد. حجت‌الاسلام والمسلمین محمدحسین مردانی با تبریک فرارسیدن ماه مبارک رمضان و تبریک با اشاره به آغاز اعزام مبلغان به مناطق مختلف استان همزمان با حلول ماه رمضان، اظهار کرد: ۱۲۰ مبلغ مدعو از قسم در این ایام به کارهای تبلیغی و ترویجی در مساجد سراسر استان مشغول می‌شوند. معاون تبلیغ و امور فرهنگی حوزه علمیه چهارمحال و بختیاری ادامه داد: همچنین ۸۸ مبلغ بومی چهارمحال و بختیاری در طول ماه مبارک رمضان در شهرها و روستاها به کار تبلیغی خواهند پرداخت که جمعا بالغ بر ۲۰۰

مبلغ بومی مشغول امر تبلیغ خواهند بود. همچنین بالغ بر ۲۶۰ مبلغ خادم به مناسبت ماه مبارک رمضان در مساجد و مدارس فعالیت می‌کنند. مردانی از به کارگیری ظرفیت طلاب سطح شش و بالاتر در ایام تبلیغی ماه رمضان خبر داد و افزود: این طلاب به نقاط تبلیغی اعزام خواهند شد که محتوای تبلیغی ویژه ماه رمضان در اختیار همه مبلغان و مبلغات قرار گرفته است. مردانی با اشاره به برگزاری نشست هماهنگی نهضت قرآنی «زندگی با آیه‌ها»، تصریح کرد: این نشست چندی پیش با حضور مدیر حوزه علمیه، مدیرکل تبلیغات اسلامی استان و مدیران ادارت شهرستان‌ها، معاونت تبلیغ استان و شهرستان‌ها برگزار و تأکید شد که این طرح قرآنی ملی در سطح

خبر

مدیرکل غله چهارمحال‌و‌بختیاری خبر داد: ساعت فعالیت نانوائی‌ها در ماه مبارک رمضان مدیرکل غله و خدمات بازرگانی چهارمحال و بختیاری گفت: همزمان با ماه مبارک رمضان ساعت کار نانوائی‌های استان چهارمحال و بختیاری تغییر می‌کند. به گزارش روابط عمومی اداره غله چهارمحال و بختیاری، یزدان یگانگی اظهار کرد: به مناسبت فرارسیدن ماه مبارک رمضان ساعت کار نانوائی‌های استان چهارمحال و بختیاری تغییر می‌کند و نانوائی‌ها از ساعت ۹:۰۰ تا ۱۲:۳۰ و عصر از ساعت ۱۵:۳۰ تا ۱۹:۳۰ اقدام به پخت نان خواهند کرد. وی تصریح کرد: این تغییر ساعات به منظور تسهیل دسترسی شهروندان به نان تازه و گرم در زمان افطار و سحر انجام می‌شود.

زنگ قانون در شهرستان سامان به صدا در آمد

دبیر شورای پیشگیری از وقوع جرم شهرستان سامان گفت: با محوریت معاونت اجتماعی و پیشگیری از وقوع جرم دادگستری چهارمحال و بختیاری، طرح کشوری قاضی مدرسه با نام «زنگ قانون» با محوریت افزایش دانش حقوقی و قضایی دانش آموزان و با هدف کاهش آسیب‌های اجتماعی با حضور دادسرای عمومی و انقلاب شهرستان سامان و رئیس آموزش و پرورش شهرستان در دبیرستان دخترانه معلم زاده شهر سامان برگزار شد. ابراهیم مالک در این ایین اظهار کرد: در این طرح، قضات دادگستری در مدارس، خاصه مدارس مقطع دوم متوسطه حضور پیدا می‌کنند و تخلفات و نابه‌هنجاری‌های مبتلا به و عواقب ناشی از آنان را برای دانش‌آموزان تشریح می‌کنند. داستان عمومی و انقلاب شهرستان سامان بیان کرد: برخی از تخلفات و نابه‌هنجاری‌ها همچون نزاع، درگیری، جرایم مرتبط با فضای مجازی، جرایم مرتبط با رانندگی و ... ممکن است بیشتر توسط جوانان و نوجوانان صورت گیرد و لازم است دانش‌آموزان به اینگونه رفتارها آگاه باشند.

مالک با بیان اینکه «نگاه دستگاه قضایی ایجابی است»، تصریح کرد: قضات دادگستری شهرستان سامان، آموزش‌های لازم، مفاهیم حقوقی و فرآیندهای قضایی را ارائه می‌دهند تا دانش‌آموزان با حقوق و وظایف قانونی خود آشنا شوند. وی اضافه کرد: آشنایی دانش‌آموزان با مشاغل مرتبط با رشته‌ی حقوق همچون قضاوت و ... از دیگر اهداف این طرح است. این مقام قضایی با بیان اینکه «اجرای مستمر این طرح در پیشگیری از وقوع جرم و کنترل و کاهش آسیب‌های اجتماعی مؤثر است»، می‌شود، گفت: به منظور اثربخشی بیشتر این طرح، همه‌ی دستگاه‌های خاصه اداره آموزش و پرورش یاری‌رسان دستگاه قضایی در اجرای این طرح باشد.

محفل بزرگ خانوادگی انس با قرآن دانشگاهیان و نخبگان در شهرکرد برگزار شد

محفل بزرگ خانوادگی انس با قرآن دانشگاهیان و نخبگان از سوی بسیج ناحیه دانشجویی با همکاری دانشگاه شهرکرد، جهاد دانشگاهی و ... در محل سالن شهید آوینی دانشگاه کشاورزی دانشگاه شهرکرد برگزار شد. حجت‌الاسلام والمسلمین سید ابوالحسن فاطمی شامگاه ۱۳ اسفند در این مجلس با بیان اینکه حضور در محفل قرآن مایه مباحثات است، اظهار کرد: ماه مبارک رمضان ماه بندگی و عبادت است، هر کس را خداوند بخواد هدایت کند به او شرح صدر و نور به قلبش می‌دهد، یعنی ظرفیت پذیرش حقیقت در او بالا می‌رود. نماینده ولی‌فقیه در چهارمحال و بختیاری افزود: علامت تابش نور در قلب مومن بی‌اعتنایی به زرق و برق دنیا، علاقه‌مند شدن به بهشت برین و آخرت و آماده شدن برای مرگ و رفع کاستی‌ها است. وی خاطرنشان کرد: کسی که شرح صدر ندارد و توفیق هدایت ندارد، حرف حق و حقیقت را می‌شنود، اما به آن بی‌اعتنایی می‌کند و قدرت به آسمان رفتن را از دست می‌دهد. فاطمی با تأکید اینکه در قرآن کریم تأکید شده که آیا باور ندارید که در قیامت می‌توانیم استخوان‌های انسان را جمع کنیم، بلکه ما می‌توانیم سرانگشت شما را درست کنیم، گفت: اما اکنون با پیشرفت علم تدبر در این موضوعات آسان شده است و این عظمت خداوند را نمایش می‌دهد. نماینده ولی‌فقیه در چهارمحال و بختیاری با بیان اینکه هر کس در جستجوی علم است باید به قرآن رجوع و جستجو کند، بیان کرد: این مسئله تنها مختص علما نیست، بلکه به دانشجویان نیز توصیه می‌شود، تفسیر قرآن را بخواند و علم‌آموزی کند.

● چهارشنبه ۱۵ اسفند ماه ۱۴۰۳ ● سال سی و پنجم ● شماره ۲۸۸۵ ●	روزنامه کثیرالانتشار زرد کوه (سیاسی، اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی)
نشانی دفتر شهر کرد: خیابان شریعتی - کوچه ۵۵- پلاک ۱۲ همزده: ۰۹۱۳۳۸۱۳۳۳۳ (۵) نمابر: ۳۲۲۲۳۱۰۱ تلفن: ۳۲۲۲۰۸۵۲ و ۳۲۲۲۰۸۵۰ پ م: ۱۹۸	* زیر نظر شورای سردبیری صفحه آرایی: مرضیه نافیان
E-mail : zardkoo1@yahoo.com E-mail : zardkooabhakhtiyari@yahoo.com Site: www.zardkooohnews.com Telegram: https://telegram.me/zardkooohnewspaperw	چاپ و لیتوگرافی / قم/ شاخه سبز تلفن: ۰۹۱۹۲۵۲۸۶۶۵

بلاگرها با فرهنگ ازدواج ایرانی چه کردند؟



● نقدی بر تأثیر بلاگرهای لایف استایل بر ازدواج و روابط عاطفی

در نهایت می‌توان گفت یکی از حوزه‌هایی که تحت تأثیر این تغییرات قرار گرفته، فرهنگ ازدواج ایرانی‌ها است. این تغییرات تمامی جوانب یک ازدواج و زندگی مشترک را هدف قرار داده است. از پست‌های "داستان آشنایی"، اقتصاد توجه را رونق می‌بخشد. برخی کارشناسان معتقدند که بسیاری از این روایت‌ها ساختگی است، حتی در صورت صحت، محتوای این بلاگرها اغلب یک مسیر عاشقانه کلیشه‌ای را تبلیغ می‌کند و روش‌های معمول آشنایی، مانند معرفی از سوی خانواده یا دوستان، را نادیده می‌گیرد. این نوع نگاه می‌تواند باعث ایجاد انتظارات غیرواقع‌بینانه از روابط عاشقانه شود.

رشد روزافزون بلاگرهای اینستاگرامی و نمایش سبک زندگی تجملاتی آن‌ها، نگرش جوانان ایرانی را نسبت به ازدواج و خانواده دستخوش تغییر کرده است. به گزارش ایسنا، به نقل از تبیان، در سال‌های اخیر، شبکه‌های اجتماعی به‌ویژه اینستاگرام به بخش جدایی‌ناپذیری از زندگی روزمره خیلی از ما تبدیل شده‌اند. در این میان، بلاگرها و اینفلوئنسرها نقش قابل توجهی در شکل‌دهی به نگرش‌ها و سبک زندگی مردم ایفا می‌کنند.بسیاری از بلاگرهای لایف استایل بدون داشتن تخصص در حوزه‌ای مشخص، خود را صاحب‌نظر در موضوعات مختلف معرفی کرده و بدون مرز شخصی در اینستاگرام فعالیت می‌کنند. این عدم مهارت سودمند باعث شده که محتوای آن‌ها بیشتر به عوام‌فریبی شباهت داشته باشد تا

راهکارهای تغذیه‌ای برای غلبه بر تشنگی در ماه رمضان

ماه رمضان، فرصتی برای تزکیه روح و جسم، با چالش‌هایی نیز همراه است. یکی از مهم‌ترین این چالش‌ها، احساس تشنگی است که می‌تواند روزه‌داران را آزار دهد. اما نگران نباشید! با اتخاذ تدابیر تغذیه‌ای مناسب و هوشمندانه، می‌توانید به راحتی بر این مشکل غلبه کرده و از فیوضات این ماه پربرکت بهره‌مند شوید.

برای پیشگیری از تشنگی در ماه مبارک رمضان به چند نکته باید توجه کرد. مسئله اول این است که مصرف نمک را در کل ایام سال به ویژه در ماه مبارک رمضان به حداقل ممکن برسانیم.

نیاز بدن ما به نمک یک قاشق چای‌خوری در طول روز است. البته کل نمکی مصرفی نه فقط نمکی که از طریق نمکدان مورد استفاده قرار می‌دهیم. ما به مقدار زیادی نمک را به صورت نمک پنهان با مصرف نان، پنیر و انواع دیگر غذاها دریافت می‌کنیم، پس هر قدر نمکدان را سر سفره نریم، بیشتر به سلامت بدنمان کمک کرده‌ایم.

اگر هنگام پخت غذا از مقدار کمی نمک استفاده کنیم اشکالی ندارد اما بهتر است نمکدان را از سفره حذف کنیم به ویژه در وعده غذایی سحری نمک را حذف کنیم؛ این کار می‌تواند به کنترل تشنگی کمک زیادی کند.

استفاده از سبزیجاتی مثل کاهو و سبزی خوردن با توجه به اینکه به حفظ آب در بدن کمک می‌کند، می‌تواند جلوی تشنگی را بگیرد. همچنین استفاده از انواع میوه‌ها نیز می‌تواند به تأمین آب بدن کمک و از بروز تشنگی جلوگیری کند.

خوردن غذاهای پروتئینی زیاد هم منجر به تشنگی می‌شود. افرادی که وعده سحری فقط مرغ، کباب و استیک می‌خورند، چون پروتئین زیاد منجر به دفع آب بیشتری از بدن می‌شود، در طول روز تشنگی آنها تشدید می‌شود.

نباید مصرف پروتئین را صفر کنید، اما می‌گوییم غذای پسر از پروتئین نخورید. پروتئین در اندازه متعادل و معمول مشکل چندانی ایجاد نمی‌کند؛ پس سعی کنید زیاده‌روی در مصرف پروتئین در وعده سحری نداشته باشید چراکه منجر به تشنگی در طول روز می‌شود. همچنین از انجام حرکات زیاد در زمان روزه‌داری اجتناب کنید. تحرک برای سلامت بدن لازم است اما بهتر است تحرک را به زمان نزدیک افطار و یا بعد از افطار موکول کنیم تا بروز تشنگی را در ما تشدید نکند.

ایام ماه مبارک رمضان و ایام نوروز اسمال با هم تلاقی پیدا کرده‌اند بنابراین در استفاده از آجیل‌های شور احتیاط کنید و بدانید اگر طی دید و بازدید شبانه از آجیل و تغلات شور استفاده کنید، در طول روز نیاز بدن شما به آب بیشتر خواهد بود.

براساس وبگاه دفتر بهبود تغذیه جامعه منبع، چای، قهوه، نسکافه و ... نوشیدنی‌های مدر هستند و به دلیل بیرون‌روی زیاد، نیاز بدن به آب را بیشتر می‌کنند و بهتر است در استفاده از این نوشیدنی‌های زیاده روی نکنیم و برای تأمین مایعات بدن فقط و فقط از آب استفاده کنیم.لایرنا

روزنامه کثیرالانتشار زرد کوه (سیاسی، اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی)



صاحب امتیاز و مدیر مسئول: علی یوسف پور

* مطالب و نوشته های زردکوه لزوماً دیدگاه گردانندگان آن نمی باشد.

رئیس هیات بیماران خاص و پیوند اعضای چهارمحال و بختیاری:

دعوت ورزشکار چهارمحال و بختیاری به اردوی تیم ملی پیوند اعضا

رئیس هیات بیماران خاص و پیوند اعضای چهارمحال و بختیاری گفت: فدراسیون ورزش بیماران خاص و پیوند اعضا از ورزشکار دو و میدانی کار استان، برای حضور در دومین مرحله اردوی انتخابی تیم ملی دعوت کرد.



عباس کریمی‌بی بیان اینکه دومین مرحله اردوی انتخابی تیم ملی دو و میدانی پیوند اعضا از ۱۹ اسفند در اهواز آغاز می‌شود، اظهار کرد: فدراسیون ورزش بیماران خاص و پیوند اعضا از الهام نجفی، ورزشکار دو و میدانی کار چهارمحال و بختیاری برای حضور در دومین مرحله

اردوی انتخابی تیم ملی دعوت کرد. رئیس هیات بیماران خاص و پیوند اعضای چهارمحال و بختیاری با اشاره به اینکه اردوی تیم ملی دو و میدانی پیوند اعضا برای ۶ روز و تا ۲۴ اسفندماه ادامه دارد، گفت: هماهنگی‌ها برای میزبانی این استان از اردوی متصل به

اعزام تیم ملی دو و میدانی به رقابت‌های بین‌المللی با فدراسیون مربوطه انجام شده است.

وی خاطرنشان کرد: تیم ملی دو و میدانی پیوند اعضا، خود را برای حضور در رقابت‌های جهانی این رشته در آلمان آماده می‌کند.

توصیه‌های یک متخصص طب ایرانی درباره نوشیدن چای در سحر و افطار جای در ماه رمضان؛ همراه روزه‌داران یا دشمن پنهان؟



● چای و رفلاکس معده؛ یک هشدار مهم

وی در ادامه به نکته‌ای مهم درباره مصرف چای اشاره کرده و گفت:«چای اگر زیاد مصرف شود، می‌تواند باعث رفلاکس معده شود. در ایام روزه‌داری که معده ممکن است ضعیف‌تر شود، این موضوع می‌تواند منجر به ترش کردن و ناراحتی‌های گوارشی شود، به‌ویژه اگر چای بعد از سحری نوشیده شود.»

● جایگزین‌های سالم برای چای در ماه رمضان

یارقلی پیشنهاد کرد که روزه‌داران برای کاهش تشنگی و بهبود وضعیت بدنی خود، به‌جای چای در وعده سحری از دمنوش‌های گیاهی استفاده کنند: «کسانی که به چای وابسته‌اند، معمولاً نمی‌توانند به راحتی جایگزینی برای آن پیدا کنند. با این حال، اگر کسی بخواهد نوشیدنی متفاوتی مصرف کند، دمنوش‌هایی

مناسب یا عامل تشنگی؟

علیرضا یارقلی، دکتری تخصصی طب ایرانی گفت: «چای یک نوشیدنی خوب است و به دلیل گرم بودن و تأمین بخشی از آب مورد نیاز بدن، می‌تواند انتخاب مناسبی برای ماه مبارک باشد. اما باید توجه داشت که چای ادرارآور است و ممکن است باعث کاهش آب بدن شود. به همین دلیل، برای شروع افطار، مصرف چای کم‌رنگ مناسب‌تر است. همچنین، می‌توان یک تا دو لیوان چای کم‌رنگ را حدود یک تا یک و نیم ساعت بعد از افطار نوشید، اما در وعده سحری توصیه نمی‌شود، به‌ویژه چای پررنگ که می‌تواند منجر به افزایش دفع مایعات بدن و تشنگی در طول روز شود.» یارقلی افزود: «با وجود اینکه در هوای خنک، احساس تشنگی ممکن است کمتر باشد، اما برای افرادی که به روزه‌داری عادت ندارند، مصرف چای در سحر می‌تواند شرایط را دشوارتر کند.»

مانند بادرنجویه و به‌لیمو گزینه‌های مناسبی هستند که هم نشاط‌آورند و هم به آرامش و خواب بهتر کمک می‌کنند. به‌عنوان مثال، می‌توان یک قاشق غذاخوری از هرکدام را دم کرد و نوشید. از سوی دیگر، نوشیدنی‌هایی مانند جلاب (ترکیب گلاب و زعفران) نیز انرژی‌بخش هستند، البته به شرطی که خیلی شیرین نشوند. انواع سکنجبین‌ها نیز می‌توانند انتخاب خوبی باشند؛ برای افطار، سکنجبین گرم توصیه می‌شود و در ساعات بین افطار تا سحر، می‌توان از سکنجبین‌های خنک مانند سکنجبین عنابی، زرشکی یا سماقی استفاده کرد که به‌ویژه در فصل بهار بسیار مفیدند.»

● نکته طلایی برای کاهش تشنگی در روزه‌داری

این متخصص طب ایرانی توصیه کرد: «چه چای و چه هر نوشیدنی یا غذایی که در سحر مصرف می‌شود، بهتر است پس از آن حداقل تا یک تا دو ساعت از دراز کشیدن و خوابیدن پرهیز شود. خوابیدن بلافاصله بعد از سحری می‌تواند منجر به بوی بد دهان، هضم نامناسب غذا، کوفتگی و کاهش انرژی در طول روز شود. اگر کسی می‌خواهد در طول روز احساس خستگی، گرستگی و تشنگی نداشته باشد و سرحال بماند، بهتر است پس از سحری تا طلوع آفتاب بیدار بماند.»

در نهایت، یارقلی تأکید کرد که رعایت این نکات ساده می‌تواند تأثیر بسزایی در تجربه بهتر روزه‌داری داشته باشد و به حفظ سلامتی بدن در طول ماه رمضان کمک کند.لایرنا