



**معافیت از پرداخت مالیات
بر ارزش افزوده**

صفحه ۵



**اختصاص ۹۰ درصد
درآمد دهک‌های
پایین به مسکن و
خوراک**

- ۱ کافه شهر باروک
- ۲ دو کلمه حرف ورزشی
هوای دیگر در فضای تکواندو
- ۳ تاثیرات فوق العاده نگهداری گیاهان خانگی
- ۴ بهترین کتاب‌های داستانی ۲۰۲۱
- ۵ تکه‌ای از من تکه‌ای از زمین
گردشگری شرق آسیا (کره جنوبی)
- ۶ سلامت باشیم
همه چیز درباره حلیم
- ۷ اتصال ریلی ایران - عراق
- ۸ استرداد اضافه وجوه دریافتی بانک‌ها از مردم

ده هاهزار میلیارد ریال خسارت، تلفات دام، تخریب اماکن و جان باختن انسان‌های بی پناه؛ بازمانده سیلی که می‌شد با برنامه ریزی از صدماتش کاست!






دربا، دریا باران بر زمین تشنه جنوب... بی حاصل و پریزبان!

قانون پیش فروش مسکن قفل‌ی راباز نکرد



از وقوع جرم در پیش فروش است. این رویکرد جرم انگاری در تدوین قانون پیش فروش مسکن موجب شده است به جای تسهیل پیش فروش، عملاً مردم به سمت قراردادهای غیر رسمی و خارج شدن از مسیر قراردادهای رسمی پیش فروش سوق داده شوند که خلاف اهداف مد نظر قانون است.

اصلاحی در خصوص تلاش‌های وزارت راه برای اصلاح قانون پیش فروش گفت: از اوایل سال ۹۵ دفتر اقتصاد مسکن وزارت راه به حوزه پیش فروش ورود کرد و تلاش کرد شرایط را برای بهبود شرایط پیش فروش مسکن فراهم کند. در سال ۹۶ وزارت راه یک پیش نویس جدید برای تصویب در هیأت وزیران آماده کرد ولی تصویب آن به تعویق افتاد و مجبور شدیم از مسیر کمیسیون عمران جلو برویم و بعد از تصویب در این کمیسیون برای تأیید به کمیسیون قضائی ارسال شد. همزمان با این روند، در تعامل با پژوهشکده قوه قضائیه، اصلاحاتی در پیش نویس اعمال شد و این نسخه برای تأیید نهایی به کمیسیون قضائی مجلس ارسال شده است. در عین حال وضعیت این پیش نویس همچنان نامعلوم است و هیأت دولت و مجلس اقدامی برای تصویب آن نمی‌کنند.

۸۹ که در حال حاضر جاری است هم بیشتر بر حمایت از حقوق پیش خریدار متمرکز است ولی نقص‌هایی دارد که باید برطرف شود و در پیش نویس وزارت راه این مساله دیده شده است.

وی ضمن انتقاد از قانون مصوب مجلس در خصوص پیش فروش افزود: این قانون نه تنها نتوانست قفل‌ی را از بحث پیش فروش مسکن باز کند، بلکه موانع جدید و جدی دیگری نیز به این فرایند افزود. دلیل اول این مساله ضوابط پیچیده موجود در متن قانون بود که موجب شد پیش فروش به شکل غیر رسمی مورد استفاده قرار بگیرد و از چارچوب نظارت خارج شود. علاوه بر این پیش فروش قرار بود گره تأمین مالی ساخت مسکن را باز کند و بار تأمین مالی ساخت مسکن که امروز بر دوش نظام بانکی است را کم می‌کند.

مدیرکل دفتر اقتصاد مسکن وزارت راه و شهرسازی ادامه داد: قانون جاری عملاً توسط قوه قضائیه نوشته شده است و وزارت راه در آن همکاری داشته است. علاوه بر این چه در مرکز پژوهش‌های مجلس و چه در کمیسیون‌های دولت، عموماً کمیسیون‌های قضائی در تدوین قانون فعلی نقش داشته‌اند. به همین دلیل رویکرد قانون فعلی جلوگیری

مدیرکل دفتر اقتصاد مسکن وزارت راه و شهرسازی گفت: قانون پیش فروش مسکن نه تنها نتوانست قفل‌ی را از بحث پیش فروش مسکن باز کند، بلکه موانع جدید و جدی دیگری نیز به این فرایند افزود.

پروانه اصلاتی در نشست «پیش فروش مسکن: الزامات و سازوکارها» که با حضور جمعی از استادان و صاحب‌نظران و فعالان این حوزه در وزارت راه و شهرسازی برگزار شد با اشاره به این که رویکرد قانون فعلی پیش فروش مسکن جلوگیری از وقوع جرم است نه تسهیل پیش فروش ساختمان، گفت: این مساله موجب شده عملاً مردم به سمت قراردادهای غیر رسمی و خارج شدن از مسیر قراردادهای رسمی پیش فروش سوق داده شوند که خلاف اهداف مد نظر قانون است.

پروانه اصلاتی مدیرکل دفتر اقتصاد مسکن وزارت راه و شهرسازی در این نشست گفت: یکی از مسائل مهم حوزه تأمین مالی و بازار مسکن موضوع پیش فروش مسکن است. پیش فروش به خریدار و سازنده کمک می‌کند و می‌تواند مسیری برای تعادل بخشی به بازار مسکن باشد و علاوه بر این، برکاتی همچون افزایش شفافیت و تسهیل تأمین مالی ساخت مسکن دارد.

وی افزود: پیش فروش مسکن مزیت‌های متعددی برای خریدار و پیش فروش کننده هم دارد که مهمترین آن خرید مسکن با قیمت کمتر از قیمت روز و هم چنین تأمین مالی ارزان قیمت منابع مورد نیاز با هزینه کمتر از منابع بانکی برای سازنده است.

اصلاتی در ادامه با اشاره به این که سابقه پیش فروش مسکن در کشور به سال ۵۸ برمی‌گردد، گفت: آئین‌نامه‌های متعددی برای تسهیل روابط خریدار و پیش فروش کننده مسکن تصویب شده است. قانون سال

سرمقاله اخطار؛ مطبوعات در حال نزاع!



تنظیم کنند و هزینه و درآمد را بنویسند. سپس مدارک و دفتر و دست خواستند و البته هر جا که مطبوعات ضعیف امکان انجام این دستورات را نداشتند مالیات را علی‌الرأس بستند!

در این میان مطبوعات کارتلی، رانتی و گلخانه‌ای که هزینه‌هایشان از درآمدهای پنهان و آشکار عموماً بیت‌المالی تأمین می‌شود به خاطر این که امکان انجام این فرمایش‌های مقرراتی سازمان مالیاتی کشور را دارند با افتخار از معافیت‌های قانونی لازم بهره می‌برند ولی این مطبوعات محروم از منابع لایزال مذکور هستند که چون توان لازم برای انجام خواسته‌های مقررات تازه را ندارند مشمول علی‌الرأس می‌شوند و استدلال شیرین سازمان مالیاتی هم آنست که: ما دیگر معافیت مالیاتی نداریم بلکه مالیات مطبوعات "صفر" منظور می‌شود و اگر "فلان و فلان" را نداشته باشید... این هست که چوب مالیات به کمک افزایش تصاعدی هزینه آمده و مطبوعات بخش خصوصی را تقریباً دارد از صحنه عمل بیرون می‌اندازد!

اکنون زیر سایه ما مبارک شرایط ضیق در همه زمینه‌ها، اکثر مطبوعات کشور رمقی برای حرکت و نفسی برای عرض وجود ندارند.

اگر فکر عاجلی برای رفع مشکلاتی که حلشان ممکن هست نشود، شاید به زودی ناگزیر شویم برای مرگ اندوهبار رسانه‌های مردمی در بخش خصوصی، مراسم ترحیم گروهی برگزار کنیم. حضور این رسانه‌ها زینت جامعه است نگذاریم با مرگشان جامعه از این زینت محروم شود!

«مدیر مسوول»

در حال حاضر مطبوعات کشور با تیغ کند و ناثرای اعمال متناقض مقررات از سوی سازمان‌های دولتی و شبه دولتی و نیز نظام جاری بر اقتصاد و فرهنگ جامعه، در حال نزع رنج‌آور است! یعنی راحت نمی‌میرد بل جان می‌کند، می‌رود تا پای مرگ و برمی‌گردد و این دور نامطبوع مدام در حال تکرار است!

در شماره قبل معیار به بخشی از فشارهایی که از سوی مقررات بیمه‌ای و نانوشته‌های سلیقه‌ای در این زمینه، بر مطبوعات وارد می‌شود اشاره شد و لازم است از طنز درد آورد یگری نیز در این زمینه یاد و پرده برداری! شود... موضوع و مورد دیگری که علاوه بر هزینه‌های روزافزون و سرسام آور ملزومات چاپ -- در کنار نبود آگهی و فروکش سهمگین شمارگان فروش نشریات -- گریبان ضعیف مطبوعات را گرفته و هر سال -- با استمداد از تعبیر گویای "دریغ از پارسال" -- سخت‌تر فشار می‌آورد، معضل مالیات بریدن برای نشریات است!

طنز قضیه در آن هست که سالیان است بر پایه قانون؛ مطبوعات از مالیات معاف هستند ولی چند سالی است که با تعبیر جدید، سازمان مالیاتی کشور این قانون را دور می‌زند! (البته دور زدن قانون یک شیوه مرسوم در بسیاری از جاهاست که این چند سال به سازمان مالیاتی هم سرایت کرده است)

این موضوع یقه‌گیری از مطبوعات برای بی‌خاصیت کردن قانون معافیت چندان هم خلق‌الساعه نبود... یک بار گیر به درآمد آگهی‌ها دادند، بعد فشار آوردند که؛ درست است مطبوعات از مالیات معاف هستند اما لازم است هرساله اظهارنامه

باروک



کافه شهر
حمید مزرعه
بخش شصت و هشتم

تاریخ‌نویسان امروزی آن را فقط برای اشاره به شیوه‌ای خاص در هنر به کار می‌برند. توصیفی ساده اما مفید از شیوه باروک آن است که هنر باروک، چارچوب اثر (بوم، سنگ یا صدا) را از کنش و حرکت انباشته می‌کند. هنرمندان باروک در آثارشان در پی خلق جهان‌هایی سراسر ساختارمند یافته بودند.

چنین شیوه‌ای، کاملاً باب طبع اشراف بود که به ساختارهایی کامل و یک‌پارچه می‌اندیشند. سبک باروک، به سبب نیازهای کلیسا که کیفیت‌های هیجان‌انگیز و نمایشی هنر را برای جذاب‌تر ساختن آداب نیایش به کار می‌گرفت، نیز شکل گرفت. طبقه متوسط نیز بر رشد و گسترش سبک باروک تأثیر گذاشت. برای نمونه، در هلند بازرگانان ثروتمند و نیز پزشکان، پرده‌هایی واقع گرایانه از چشم‌اندازها و صحنه‌های روزمره را به نقاشان سفارش می‌دادند.

مهم‌ترین خصوصیت معماری باروک، ساختن فضاهای منحنی و استفاده فراوان از تزئینات معماری بود. هنرمندان با این کار، به بناها، شکوه و عظمت خاصی می‌بخشیدند. در طراحی کاخ‌های بزرگ نیز از این شیوه استفاده می‌شد. باغ کاخ ورسای که در شکارگاهی در نزدیکی پاریس و در دهکده ورسای ساخته شده‌است، نمونه‌ای از کاربرد این شیوه است که استفاده منظم از درخت گل و آب‌نما، عظمت و شکوهی وصف‌ناشدنی به بنا می‌بخشید.

ایجاد فضاهای مفید و ایجاد فضاهایی که امکان تفکر را فراهم کند دو هدفی بود که معماری در قرن هفدهم اساس خود را بر آن نهاده بود. (ادامه دارد)



کلیسای جامع میلان سبک معماری باروک

تدریجی پزشکی، استخراج معادن، دریانوردی و صنعت در دوره باروک شد. شیوه باروک آمیزه خردگرایی و نفس‌پرستی، آمیزه‌ای از ماده‌گرایی و معنویت است.

ویژگی‌های سبک باروک

اگرچه پیرامون واژه باروک صفت‌های مختلفی هم چون نامانوس، پرزرق و برق، و مجلل وجود دارد، اما

و ثبات آن، معترض بودند و می‌خواستند در آفرینش هنری آزاد باشند. بررسی سبک باروک با در نظر گرفتن کشف‌های علمی سده هفدهم نیز ثمربخش است. دست‌آوردهای گالیله و نیوتن نمایان‌گر گرایشی نو به علم بود؛ گرایشی مبتنی بر یگانگی ریاضیات و تجربه. این دو قوانین ریاضی حاکم بر اجسام متحرک را کشف کردند. این کشف‌ها راه‌گشای اختراع‌های نو و پیش‌رفت

باروک کلمه ای فرانسوی است و روشی است درهنر معماری، نقاشی، موسیقی و مجسمه‌سازی که از اواخر سده ۱۶ میلادی در ایتالیا آغاز شد و تا اواخر سده ۱۸ میلادی در اروپا رواج داشت و سپس در آمریکای مرکزی و جنوبی مورد توجه قرار گرفت. آزادی در طراحی، شمار زیاد شکل‌ها و درآمیختگی آن‌ها از ویژگی‌های این سبک است. ریشه این کلمه از واژه پرتغالی بارکو به معنی مروارید صیقل نیافته بوده‌است. گروهی نیز بر این عقیده‌اند که معنای این واژه، پوچ، زشت، مضحک و عوضی است. این واژه در آغاز برای تمسخر این شیوه استفاده می‌شد. زیرا منتقدان معتقد بودند هرگز نباید بنایی ساخت که از اصول و عناصر بناهای یونانیان و رومیان پیروی نکند؛ بناهای کلاسیک باید بر این اصول ساخته شوند و انحراف از آن را کژسلیقگی اسفانگیز می‌دانستند. اما پس از آن‌که این شیوه مورد توجه قرار گرفت، به معنای شکوه‌مند و پرتجمل استفاده شد.

به وجود آمدن شیوه باروک در اروپا را می‌توان به سه دلیل عمده نسبت داد: اول، جنبش دین‌پیرایی، رهبران کلیسای کاتولیک را واداشت تا از جذابیت‌های هنری برای تبلیغ دین استفاده کنند و به این ترتیب، موقعیت متزلزل خود را بهبود بخشند. به همین دلیل از هنرمندان می‌خواستند کلیساها را مجلل و باشکوه بسازند. دوم، شاهان اروپا، در پی استقلال یافتن و ثبات قدرت شان، می‌خواستند با قصرهای باشکوه خود، قدرت خود را به همگان نشان دهند و سوم این که، هنرمندان نسبت به شیوه هنری رنسانس و نظم

لحظاتی با شعر

به انتخاب نیما موسوی



"حمید مصدق"

وقتی تو نیستی
خورشید تابناک
شاید دگر درخشش خود را
و کهکشان پیر گردش خود را
از یاد می برد
و هر گیاه
از رویش نباتی خود
بیگانه می شود
و آن پرنده ای
کز شاخه انار پریده
پرواز را
هر چند پر گشوده فراموش می کند
آن برگ زرد بید که با باد
تا سطح رود قصد سفر داشت
قانون جذب و جاذبه را در بسط خاک
مخدوش می کند
آنگاه نیروی بس شگرف مبهم نامرئی
نور حیات را
در هر چه هست و نیست
خاموش می کند
وقتی تو با منی
گویی وجود من
سکر آفرین نگاه تو را نوش می کند
چشم تو آن شراب خلر شیرازست
که هر چه مرد را مدهوش می کند

"فروغ فرخزاد"

آن روزها رفتند
آن روزهای خوب
آن روزهای سالم سرشار
آن آسمان های پر از پولک
آن شاخساران پر از گیلان
آن خانه های تکیه داده در حفاظ سبز پیچک ها
به یکدیگر
آن بام های بادبادک های بازیگوش
آن کوچه های گنج از عطر افاقی ها
آن روزها رفتند
آن روزهایی کز شکاف پلک های من

در پای گلدان های خشک یاس
گنجشک های مرده ام را خاک می کردم

آن روزها رفتند
آن روزهای جذبه و حیرت
آن روزهای خواب و بیداری
آن روزها هر سایه رازی داشت
هر جعبه ی سرسته گنجی را نهان می کرد
هر گوشه ی صندوقخانه ، در سکوت ظهر ،
گویی جهانی بود
هر کس ز تاریکی نمی ترسید
در چشم هایم قهرمانی بود

آن روزها رفتند
آن روزهای عید
آن انتظار آفتاب و گل
آن رعهه های عطر
در اجتماع ساکت و محبوب نرگس های
صحرائی

که شهر را در آخرین صبح زمستانی
دیدار می کردند
آوازهای دوره گردان در خیابان دراز لکه های
سبز

بازار در بوهای سرگردان شناور بود
در بوی تند قهوه و ماهی
بازار در زیر قدم ها پهن می شد ، کش می آمد
، با تمام لحظه های راه می آمیخت
و چرخ می زد ، در ته چشم عروسک ها
بازار مادر بود که می رفت با سرعت به سوی
حجم های رنگی سیال
و باز می آمد
با بسته های هدیه ، با زنبیل های پر
بازار بود که می ریخت ، که می ریخت ،
که می ریخت

آن روزها رفتند
آن روزهای خیرگی در رازهای جسم
آن روزهای آشنایی های محتاطانه با زیبایی
رگ های آبی رنگ
دستی که با یک گل
از پشت دیواری صدا می زد

یک دست دیگر را
و لکه های کوچک جوهر ، بر این دست
مشوش ،
مضطرب ، ترسان
و عشق ،
که در سلامی شرم آگین خوشتن را بازگو می کرد
در ظهر های گرم دود آلود
ما عشقمان را در غبار کوچه می خواندیم
ما با زبان ساده ی گل های قاصد آشنا بودیم
ما قلب هامان را به باغ مهربانی های معصومانه
می بردیم
و به درختان قرض می دادیم
و توپ با پیغام های بوسه در دستان ما می گشت
و عشق بود، آن حس مغشوشی که در تاریکی
هشی
ناگاه
محصورمان می کرد
و جذبه‌مان می کرد، در انبوه سوزان نفس ها و
تپش‌ها و تبسم‌های دزدانه

آن روزها رفتند
آن روزها مثل نباتاتی که در خورشید می پوسند
از تابش خورشید ، پوسیدند
و گم شدند آن کوچه های گنج از عطر افاقی ها
در ازدحام پر هیاهوی خیابان های بی برگشت.
و دختری که گونه هایش را
با برگ های شمع‌دانی رنگ می زد ، آه
اکنون زنی تنهاست
اکنون زنی تنهاست

"مهدی اخوان ثالث"

اگرچه حالیا دیربست کان بی کاروان کولی
ازین دشت غبار آلود کوچیده ست
و طرف دامن از این خاک دامنگیر برچیده ست
هنوز از خویش پرسم گاه
آه

چه می‌دیده ست آن غمناک روی جاده نمناک؟
زنی گم کرده بویی آشنا و آزار دلخواهی؟
سگی ناگاه دیگر بار
وزیده بر تنش گمگشته عهدی مهربان با او
چنان چون پاره یا پیرار؟
سیه روزی خزیده در حصاری سرخ؟
اسیری از عث بیزار و سیر از عمر
به تلخی باخته دار و ندار زندگی را در فناری سرخ؟



دو کلمه حرف ورزشی

هوای دیگر در فضای تکواندو

❖ یکی از ورزش‌های پرافتخار در چهل سال گذشته در کشور ما، ورزش تکواندو است. گرچه به طور سنتی اوج این ورزش در سرزمین‌های شرق آسیا هست، اما جوانان ایرانی نشان دادند که می‌توانند از ورزشکارانی که تکواندو و بومی آن‌هاست پیشی بگیرند. ورزش تکواندو در کشور ما دوران باشکوهی را سپری کرده است و پس از یک دوره طولانی که یکی از پرورندگان این ورزش مدیریت آن را به‌عهده داشت، اکنون سکان اداره آن به پروده پرآوازه دیگری واگذار شده است. بی‌اغراق این ورزش بی‌نام هادی ساعی شکوهی ندارد، باشد که مدیریت او نیز چونان قهرمانی‌هایش ماندگار شود.

■ پایان دوره ۲۱ ساله پولادگر



هادی ساعی در مجمع انتخاباتی فدراسیون تکواندو ریاست این فدراسیون را عهده دار شد.

مجمع انتخاباتی فدراسیون تکواندو صبح روز چهارشنبه ۱۵ دی ماه در محل سالن فارسی آکادمی المپیک برگزار شد و در پایان رأی‌گیری، هادی ساعی با اخذ ۲۹ رأی از ۵۶ رأی، به عنوان رئیس چهار سال آینده فدراسیون تکواندو انتخاب شد.

در ابتدای جلسه حسین حسین زاده، محمد جمشیدی و سیروس رضایی از حضور در انتخابات انصراف دادند تا رقابت بین هادی ساعی و محمد پولادگر باشد که در پایان سید محمد پولادگر ۲۷ رأی کسب کرد و پس از ۲۱ سال ریاست در این فدراسیون، در این انتخابات از هادی ساعی شکست خورد.

■ اعضای هیات رئیسه فدراسیون تکواندو مشخص شدند

پس از انتخاب ساعی به عنوان رئیس فدراسیون تکواندو، اعضای هیات رئیسه این فدراسیون مشخص شدند. به نقل از فدراسیون تکواندو، انتخابات فدراسیون تکواندو صبح روز چهارشنبه برگزار شد و در پایان هادی ساعی با کسب ۲۹ رأی از مجموع ۵۶ رأی مآخوذه برای مدت ۴ سال به عنوان رئیس فدراسیون تکواندو انتخاب شد.

پس از برگزاری مجمع انتخاباتی، هادی ساعی که در ابتدا ۵ نفر را به عنوان اعضا هیات رئیسه معرفی کرده بود خواستار تغییر در یکی از نواب رئیس و کارشناس خبره خود شد که با موافقت رئیس مجمع قرار شد برای این دو پست سرپرست معرفی شود و انتخابات برای رأی اعتماد به عضو دیگر هیات رئیسه برگزار شود.

مسعود لشکری و عشرت شاه‌محمدی کاندیدای نایب رئیسی، آخوندی کاندیدای خزانه‌داری، غلامحسین ذوالقدری و مینو مداح به عنوان کاندیدای کارشناس خبره، پنج عضو هیات رئیسه پیشنهادی ابتدایی ساعی بود که پس از موافقت رئیس مجمع رأی‌گیری برای رأی اعتماد شاه‌محمدی، ذوالقدری و مینو مداح برگزار شد.

عشرت شاه‌محمدی به عنوان کاندیدای نایب رئیس دومی در نهایت ۲۶ رأی کسب کرد، اما با توجه به نرسیدن به تعداد ۲۹ رأی موفق به اخذ رأی اعتماد مجمع فدراسیون تکواندو نشد تا هادی ساعی، رئیس فدراسیون تکواندو برای پست نایب رئیس دومی خود نیز سرپرست مشخص کند. غلامحسین ذوالقدری و مینو محمدی کاندیدای کارشناس خبره به ترتیب با ۳۸ و ۳۷ رأی به عضویت هیات رئیسه در آمدند.

حسین حسین زاده، فیض الله نجفم و حامد علیخانی سه نفر از رئیس‌ان هیات‌های استانی هستند که به عنوان عضو هیات رئیسه نامزد شده بودند که در مرحله دوم حسین‌زاده از ۵۱ رأی مآخوذه ۳۱ رأی کسب کرد.هم چنین محمد کهندل هم با ۳۶ رأی نماینده باشگاه‌ها شد.

■ کنار ساعی هستیم اما دنبال مسوولیت نیستیم



کاپیتان اسبق تیم ملی تکواندو گفت: با تمام وجود کنار

«هادی ساعی» رئیس جدید فدراسیون هستیم، اما هیچ وقت دنبال مسوولیت نبودم.

یوسف کرمی روز چهارشنبه در حاشیه مجمع انتخاباتی فدراسیون تکواندو در جمع خبرنگاران اظهار داشت: قبل از هر چیزی باید از زحمات جانانه «محمد پولادگر» تشکر کنیم، چون در این سال‌ها که ریاست فدراسیون تکواندو را بر عهده داشت زحمات زیادی کشید. اگر تکواندوی ایران در جایگاه خوبی در سطح بین‌المللی قرار دارد و همه از این رشته انتظار دارند، به دلیل حضور پولادگر بوده است و ما قدردان وی هستیم.

وی ادامه داد: به هر حال خانواده تکواندو خواستند تغییراتی ایجاد شود و خوشبختانه این اتفاق رخ داد. کار از اینجا به بعد شروع خواهد شد. همه باید دور هم جمع شوند تا تکواندو به روزهای خوبی بازگردد.

کاپیتان اسبق تیم ملی تکواندو خاطرنشان کرد: رئیس جدید عضوی از خانواده تکواندو است و به طور قطع خودش اذعان دارد که همه ما باید با هم کار کنیم و کسی به تنهایی نمی‌تواند کاری از پیش ببرد.

کرمی در مورد این که گفته می‌شود احتمال دارد با حضور ساعی کادر فنی تیم ملی هم تغییر کند، گفت: این موضوع را باید از رئیس جدید سوال کنید.

وی در رابطه با این که آیا او قرار است سرمربی تیم ملی شود، گفت: با تمام وجود اینجا حضور داشته‌ام که ثابت کنیم که همیشه در کنار خانواده تکواندو هستیم. الان هم به عنوان همراه در کنار هادی ساعی هستیم و دنبال هیچ مسوولیتی نبوده و نیستیم.

■ برای ساعی آرزوی موفقیت می‌کنم

رئیس [پیشین] فدراسیون تکواندو برای رئیس جدید این فدراسیون آرزوی موفقیت کرد و گفت: تکواندو برای پولادگر و ساعی نیست و امانت مردم دست ماست.

محمد پولادگر پس از انتخابات فدراسیون تکواندو اظهار داشت: پس از ۲۱ سال حضور در فراز و نشیب‌های تکواندو از همه رؤسای هیات‌ها و خانواده‌های بزرگ تکواندو تشکر کنم. فکر می‌کنم در این سال‌ها تنها رمز موفقیت همدلی و همرنگی بود که باعث شد هیچ وقت شاهد هیچ حاشیه‌ای در این رشته نباشید و مراقبت کنید حواشی سال‌های اخیر که از خانواده این رشته بود، تکرار نشود.

وی گفت: در ارزیابی نهادهای بین‌المللی و فدراسیون جهانی همواره فدراسیون تکواندو موردتقدیر بوده است. برخی به دنبال منافع شخصی و قطع شدن منفعت‌شان در این سال‌ها حاشیه‌هایی ایجاد کردند، چه انتخاب می‌شدیم و چه انتخاب نمی‌شدیم. تکواندو برای پولادگر و ساعی نیست و امانت مردم دست ماست. از جیب مردم برای تکواندو هزینه شده است و کسی نباید به خاطر لطف به من ساز جدایی بزند و از همه درخواست دارم به تکواندو کمک کنند.

پولادگر تأکید کرد: همه می‌دانند چقدر برای هیات‌ها ارزش قائل بودم و دلم می‌خواهد به‌عنوان بازوان اجرایی به این رشته کمک کنند. از همه عذرخواهی می‌کنم اگر کوتاهی داشتیم. از همه عذرخواهی می‌کنم به خصوص خانواده من که در این سال‌ها اذیت شدند و امروز خیلی خوشحال خواهند شد. اتفاقات خوبی در پیش خواهد بود و ما میزبانی چهار رویداد بین‌المللی را در پیش داریم. با تمام تبلیغات سوء توسط عوامل آمریکا و اسرائیل روز گذشته کوکی وان، ما را به‌عنوان مقرر خاورمیانه انتخاب کرد. امیدوار اتفاقات خیلی خوبی بیفتد و برای ساعی آرزوی موفقیت می‌کنم.

وی در ادامه افزود: تکواندو پتانسیل فوق‌العاده بالایی دارد که سال‌های سال می‌تواند در عرصه‌های جهانی برای ما افتخار کسب کند. امیدوارم از همه نیروهای بالقوه‌ای که در تکواندو وجود دارد بهره‌برداری شود و این مسیر رو به جلو با سرعت و قدرت بیشتری ادامه پیدا کند. پولادگر راجع به بحث حضورش در پست معاونت وزارت ورزش عنوان کرد: از یک پست انتصابی است و از من نباید بپرسید و من هیچ نقشی ندارم. به هر حال من خادم

مردم هستم و هر جایی که بتوانم کمک کنم در خدمت مردم هستیم.

رئیس پیشین فدراسیون تکواندو در واکنش به طرح این موضوع که بعد از ۲۱ سال از تکواندو دور می‌شود، گفت: خیلی سخت است. به هر حال این اتفاقی است که همیشه می‌افتد و باید تحویل دیگران بدهیم. این بحث که مسوولیت را اگر به‌عنوان شأنیت در نظر بگیریم وقتی از روی دوش‌مان برداشته می‌شود باید احساس شادمانی هم بکنیم این امانتی بود که توسط نماینده‌های مردم به بنده سپرده شده بود و با رأی و نظر خودشان تحویل دیگری شد.

پولادگر در واکنش به این موضوع که با ستمی که در آسیا دارد چقدر به رئیس جدید کمک می‌کند، گفت: هر اندوخته‌ای که داریم برای ما نیست و با تمام وجود در خدمت تکواندو هستیم، مگر این که خودشان نخواهند. کیکاووس سعیدی دبیرکل کمیته ملی المپیک نیز گفت: امروز شاهد یک اتفاق خوب بودیم، روح مشارکت و خردجمعی را دیدیم و فرهنگ دموکراتیک بر انتخابات حاکم بود. از زحمات مخلصانه و مدیرانه پولادگر از طرف کمیته المپیک تشکر می‌کنم. کسی که عمر خود را سال‌ها صرف تکواندو کرد و ساعی بارها به من گفت که محصول مدیریت پولادگر است. به هادی ساعی تبریک می‌گویم و امیدوارم جامعه تکواندو با حضور این قهرمان به روزهای خوب خود برسد.

■ «ساعی» از تمام ظرفیت‌ها برای توسعه تکواندو استفاده کند

مدیرکل دفتر برنامه ریزی و نظارت وزارت ورزش و جوانان گفت: رئیس جدید فدراسیون تکواندو از تمام ظرفیت‌ها برای توسعه این رشته استفاده کند.

علی رغبی در حاشیه برگزاری مجمع انتخابات فدراسیون تکواندو در گفت و گو با خبرنگاران ضمن بیان مطلب فوق اظهار داشت: در اساننامه جدید نایب رئیس از جایگاه قانونی برخوردار شده است و پست محسوب می‌شود.

وی درباره انتخابات فدراسیون تکواندو و ریاست هادی ساعی در این فدراسیون گفت: انتخابات برگزار و هادی ساعی رئیس فدراسیون شد و رئیس منتخب باید از تمام ظرفیت‌ها برای توسعه این رشته استفاده کند.

مدیر دفتر برنامه ریزی نظارت وزارت ورزش و جوانان درباره شایعه انتخاب پولادگر به عنوان معاون ورزش حرفه‌ای و قهرمانی وزارت ورزش و جوانان خاطرنشان کرد: این در حیطه وظایف من نیست و به زودی وزیر ورزش در این باره تصمیم می‌گیرد.

■ از پولادگر خواهش می‌کنم همچنان در کنار ما باشد

هادی ساعی رئیس جدید فدراسیون تکواندو ابراز امیدواری کرد، لیاقت اعتماد خانواده تکواندو را داشته باشد.

هادی ساعی پس از برگزاری انتخابات فدراسیون تکواندو و انتخاب به‌عنوان رئیس این فدراسیون اظهار داشت: به نوبه خودم به خاطر زحمات پولادگر از ایشان تشکر می‌کنم. ما تمام روزهای خوش و افتخارات‌مان را با پولادگر داشتیم.

وی تأکید کرد: قدردان زحمات پولادگر بوده، هستیم و خواهیم بود و از همه خانواده تکواندو می‌خواهم دور هم باشیم. تکواندو برای ما اصل است و کار نبود ما امروز دور هم نبودیم. از پولادگر خواهش می‌کنم همچنان در کنار ما باشد و کمک‌مان کند. تجربیات پولادگر را با هیچ پولی نمی‌شود خرید. امیدوارم نماینده خوبی برای تکواندو باشم. «قرار نیست کسی را از مجموعه تکواندو بیرون کنم»،

ساعی با بیان این جمله گفت: انتخابات سختی بود و رقابت سخت و سنگینی برگزار شد، ولی در نهایت اعضای خانواده تکواندو تصمیم‌گیری کردند. امیدوارم که لیاقت اعتماد خانواده تکواندو را داشته باشم. تمام تلاش‌م را خواهم کرد تا خانواده تکواندو دور هم جمع شوند. من اعتقاد دارم که هر کسی در تکواندو توانایی‌هایی دارد و من امیدوارم از این توانایی‌ها به نحو احسن بتوانیم استفاده کنیم. رئیس جدید فدراسیون تکواندو در مورد برنامه‌های



خود برای خروج این رشته از رکود فعلی اظهار داشت: ما برنامه‌های کوتاه مدت، میان مدت و بلند مدتی را در نظر گرفته‌ایم و مهمترین بحث ما المپیک است. ما حدود دو سال و نیم وقت داریم که زمان کمی برای المپیک به حساب می‌آید. ما زمان کمی در اختیار داریم و باید هرچه سریع‌تر کسب سهمیه کنیم. ملی‌پوشان باید در تورنمنت‌های مختلف شرکت کنند و از طریق رتینگ، سهمیه به دست بیاورند. به نظر من کمی عقب هستیم و باید سریع‌تر شروع کنیم تا از دنیا عقب نمانیم. ساعی ادامه داد: ما مجبور هستیم که تیم امید را هرچه سریع‌تر راه‌اندازی کنیم تا پشتوانه خوبی برای تیم بزرگسالان باشد. ما در رده نوجوانان و نونهالان، پتانسیل خوبی داریم ولی فاصله‌ای بین رده نوجوانان و بزرگسالان وجود دارد. نوجوانان ما وقتی وارد رده بزرگسالان می‌شوند، نمی‌توانند با این رده سنی رقابت کنند و کم کم محو می‌شوند. برای برطرف کردن این خلأ باید تیم امید را راه‌اندازی کنیم. در حال حاضر تعدادی از پتانسیل‌های تکواندو بیرون از گود هستند که باید از آن‌ها استفاده کنیم.

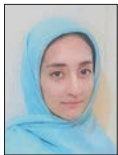
قهرمان پیشین المپیک در مورد گرفتن سهمیه المپیک برای بانوان گفت: کسب سهمیه برای بانوان دور از دسترس نیست و ما تمام تلاش خود را به کار خواهیم گرفت. ما همه را به یک چشم نگاه می‌کنیم، چون معتقدیم که بانوان نیز توانمند هستند. تیم بانوان از نظر ما هیچ فرقی با تیم آقایان ندارد.

وی راجع به انتخاب گزینه نایب رئیسی فدراسیون گفت: هنوز در این مورد تصمیم نگرفته‌ام و باید بررسی‌های لازم را در مورد نایب رئیسی بانوان انجام دهم. ساعی درباره تغییرات احتمالی کادر فنی تیم‌های ملی تصریح کرد: زمانی که مدیر فنی تیم‌های ملی بودم، سعی می‌کردم از تمام پتانسیل مربیان استفاده کنم. در آن سه سال حدود ۲۰ مربی را در رده‌های مختلف مورد استفاده قرار دادیم. من اعتقاد دارم باید از مربیانی که در لیگ هستند و بازیکن‌سازی می‌کنند استفاده کنیم. برنامه ما این است که اگر یک مربی بتواند چند بازیکن را به تیم ملی معرفی کند، حتماً در کادر فنی تیم ملی حضور داشته باشد. مربیان سایر استان‌ها نیز به صورت تصادفی در تیم ملی حضور خواهند یافت تا با تکواندو روز دنیا آشنا شود.

رئیس فدراسیون تکواندو در خصوص این که رضا صالحی امیری سرپرستی او در کاروان ایران برای بازی‌های کشورهای اسلامی را تکذیب کرده است، اظهار داشت: نخستین رویداد پیش روی ما مسابقات کشورهای اسلامی در قونیه خواهد بود که من رئیس کاروان هستم و باید در مورد زمان برگزاری اردوها تصمیم‌گیری کنیم. دوستان در هیات اجرایی کمیته ملی المپیک دو بار به ریاست من در این کاروان رأی دادند یک بار به صورت کتبی و یک بار به صورت شفاهی دست بلند کردند. نگران این مورد نباشید. وی درباره این که آیا با حضور شما می‌توان حضور رضا مهماندوست در تیم ملی باشیم، گفت: همانطور که گفتیم ما از تمام پتانسیل‌های تکواندو استفاده خواهیم کرد. در مورد آقای مهماندوست هم ایشان فعلاً مشغول هستند، ولی اگر فرصتی پیدا شود حتماً در خدمت ایشان خواهیم بود.

ساعی در پایان یادآور شد: پولادگر سال‌ها تجربه در اختیار دارد و من به‌عنوان یک مدیر جوان از این تجربه نخواهم گذشت و از آن استفاده خواهم کرد. من از ایشان خواسته‌ام در کنار ما باشند و به ماکمم کنند.ایشان زحمت زیادی برای خانواده تکواندو کشیدندوقدردان ایشان خواهیم بود. منابع: ایرنا، تسنیم، ایسنا، ایلنا، مهر، باشگاه خبرنگاران

گرد آورنده
سیاوش بهبودی



گرد آورنده
مونا ییلتن عراقی
بخش دوم

خانه یا محل کار می‌تواند باعث ایجاد آرامش، راحتی و حس حضور در طبیعت شود. در این تحقیق از افراد خواسته شد تا بین دو فعالیت مختلف یکی را انجام دهند، یکی از گزینه‌ها تعویض گلدان یک گیاه خانگی و دیگری کامل کردن یک فعالیت کامپیوتری بود. پس از انجام هر کدام از این فعالیت‌ها، محققان اقدام به اندازه‌گیری پارامترهای بیولوژیکی مرتبط با استرس، مانند ضربان قلب یا فشار خون در هر گروه کردند. آن‌ها متوجه شدند گروهی که باغبانی کردند، نسبت به گروهی که فعالیت کامپیوتری داشتند، سطح استرس کمتری را تجربه کرده‌اند و سطح فشار خون و ضربان قلب در گروهی که فعالیت کامپیوتری کرده بودند، نسبت به گروه باغبان بالاتر بود.

۵) افزایش رضایت شغلی

شاید اگر محیط کاری شما منظره‌ای عالی رو به طبیعت داشته باشد، چشم‌اندازی از پارک و فضای سبز در محیط کار، می‌تواند رضایت از شغل را در کارکنان افزایش دهد. البته یک گلدان در محیط کار هم می‌تواند تأثیر مشابهی داشته باشد محققان طی مصاحبه با ۴۴۰ کارمند سالیات آمازون در هند و ایالات متحده آمریکا، دریافتند افرادی که عناصر و گیاهان طبیعی در محیط‌های شغلی آن‌ها وجود دارد، رضایت شغلی و وفاداری بیشتری نسبت به کارشان دارند و از حضور در محیط کاری خود لذت بیشتری را کسب می‌کنند، در نتیجه کارایی بهتری نیز دارند.

چند نکته مهم

— گیاهی را انتخاب کنید که از نظر اندازه متناسب با اتاق شما باشد و اگر ساکن منازل آپارتمانی هستید، بهتر است گیاهانی کوچک که نگهداری از آن‌ها آسان است را انتخاب کنید.
— گیاهان را در قسمتی مناسب از خانه خود قرار دهید که مزاحم فعالیت‌های مختلف شما نشود.
— مراقب آفت‌زدگی باشید.
— گیاهان آپارتمانی را تمیز نگه دارید.
— به گیاهان تغذیه مناسب دهید.

سخن پایانی

داشتن گل و گیاه در خانه و در محل کار می‌تواند منبع خوشی و آرامش شما باشد. فواید نگهداری گیاهان آپارتمانی در خانه شامل کاهش استرس، افزایش خلاقیت، افزایش تمرکز و بیشتر شدن بهروری افراد است و بهبودی از بیماری را تسریع می‌دهد. شواهد زیادی وجود دارد که نشان می‌دهد نگه داشتن گل و گیاه در فضای بسته، باعث تصفیه‌ی هوای محیط از مواد مضر می‌شود. اما مهم است که بدانید با توجه به شرایط زندگی‌تان، کدام گل و گیاه را نگه دارید. بعضی از گیاهان برای حیوانات خانگی و کودکان، سمی و مضر هستند و بعضی گیاهان می‌توانند علائم آسم و آلرژی را در افراد مستعد، شدیدتر کنند. اگر با دقت انتخاب کنید، هم‌زیستی با این موجودات سرزنده، یک محیط زندگی شاد برایتان فراهم می‌کند تا زندگی سالم‌تر و آرام‌تری داشته باشید.

تاثیرات فوق العاده نگهداری گیاهان خانگی



دهند و این امر به این دلیل است که گیاهان خانگی، هوای داخل منزل را از ذرات آلوده و ویروس‌ها تصفیه می‌کنند.

۳) بهبودی سریع‌تر از بیماری

شاید تعجب کنید ولی یکی از فواید نگهداری از گیاهان آپارتمانی این است که باعث می‌شود سریع‌تر از بیماری‌ها بهبود پیدا کنید. تماشا کردن گیاهان و گل‌ها می‌تواند سرعت بهبودی از بیماری، جراحی و جراحت را افزایش دهد. نتایج یک تحقیق در سال ۲۰۰۲ نشان داده است که افرادی که در دوره‌ی بهبودی از بیماری از انواع جراحی‌ها، با گل‌ها سر و کار داشته‌اند، نسبت به سایر افراد که تماسی با گل و گیاه نداشته‌اند، به داروهای مسکن کمتری نیاز پیدا کرده‌اند و دوره‌ی بستری آن‌ها کوتاه‌تر بوده است. البته این نکته را هم در نظر داشته باشید که بیشتر این تحقیقات با تمرکز بر گیاهان و فضای سبز موجود در بیمارستان‌ها انجام شده است.

۴) ایجاد حس خوشحالی و کاهش استرس در فرد

برگ‌های سبز و رنگ‌های مختلف گیاهان خانگی، توجه ما را به خود جلب می‌کنند و باعث ایجاد آرامش و خوشحالی می‌شوند. نگهداری کردن از گیاهان در منزل باعث جلوگیری از بروز احساس افسردگی و تنهایی در فرد می‌شود و با ایجاد احساس شادی در فرد به او در تعیین اهداف جدید در زندگی کمک می‌کند. یک گیاه آپارتمانی سالم به سلامت ذهن شما کمک می‌کند. خاک گیاه شامل میکروب‌هایی است که موجب انجام واکنش‌های شیمیایی شده و اندروپین آزاد می‌کنند بنابراین موجب خوب شدن حال شما می‌شود. هم چنین دیدن یک گلدان گل زیبا نیز به شما احساس آرامش می‌دهد و استرس را دور می‌کند. طبق تحقیقی که در ژورنال انسان‌شناسی روانشناختی منتشر شده، وجود گیاهان خانگی در محیط

که ورود جریان هوای پاکیزه به مغز شما را هموار می‌کند. هم چنین کمبود اکسیژن موجود در مغز باعث بروز سردرد می‌شود که سردرد آزار دهنده است و ممکن است بهره‌وری ما را کاهش داده و فعالیت روزانه ما را مختل کند. گیاهان خانگی از طریق فتوسنتز اکسیژن موجود در فضای خانه را افزایش می‌دهند و از بروز مشکلات ناشی از کمبود اکسیژن جلوگیری می‌کنند.

۲) جلوگیری از بیماری

زمانی که گیاهان در بیرون از خانه زندگی می‌کنند، با کمک ریشه‌های خود آب‌های زیرزمینی را جذب کرده و طی فرآیندی آنرا از طریق برگ‌های خود تبخیر می‌کنند، به این فرآیند ترادش گفته می‌شود. تحقیقات نشان می‌دهد حدود ده درصد از رطوبت اتمسفر از این طریق تامین می‌گردد. این فرآیند در گیاهان داخل خانه نیز رخ می‌دهد، فقط دیگر در این مورد آب‌های زیرزمینی وجود ندارند.

گیاهان با این کار باعث افزایش رطوبت فضای داخل خانه می‌شوند. شاید این فرآیند در ماه‌های گرم اثر چندانی نداشته باشد، اما در ماه‌های سرد و مناطق خشک یک هدیه محسوب می‌شود. مطالعات نشان می‌دهد استفاده از گیاهان در داخل خانه‌های خشک، باعث افزایش رطوبت می‌شود که وجود این رطوبت از خشک شدن پوست، سرماخوردگی، گلودرد یا سرفه‌های خشک جلوگیری می‌کند. هم چنین افزایش رطوبت باعث کاهش سرعت انتقال ویروس‌ها از جمله آنفولانزا نیز می‌شود. بیشتر سرماخوردگی‌ها در اثر ذرات و ویروس‌های که از طریق هوا وارد بدن انسان می‌شوند ایجاد می‌شوند و مطالعات نشان می‌دهند که گیاهان خانگی می‌توانند خطر ابتلا به سرماخوردگی‌ها و بیماری‌های دیگر را تا ۳۰٪ کاهش

از بدو آفرینش زمین، گیاهان از اهمیت بالایی برخوردار بودند. آن‌ها مواد غذایی، مصالح ساختمانی، فیبر، سوخت و دارو را برای انسان‌ها و حیوانات فراهم می‌کنند. از هزاران سال پیش، بشر از گیاهان به منظور تزئین منازل خود استفاده می‌کرد و هم چنین گل و گیاهان در مراسمات مختلف استفاده می‌شد. نگهداری از گل و گیاهان در فضای خانه علاوه بر زیبایی که به اطراف می‌بخشد، فواید بسیار زیادی برای سلامت روح و جسم انسان دارد. گیاهان از مزایای بی شماری در سلامتی روحی و جسمی انسان برخوردارند و بسیاری از افراد به پرورش آن‌ها می‌پردازند و از این بابت احساس رضایت فراوانی دارند.

نگهداری و انتقال گیاهان به داخل خانه به دوران روم و یونان باستان برمی‌گردد. در دوران ویکتوریا نیز، اشراف نخل‌های خود را در داخل گلدان قرار می‌دادند و به درون کاخ‌هایشان منتقل می‌کردند. در واقع آن دوران عدم وجود سرخس و گندمی‌ها در خانه‌ها بی‌معنا بود. مزیت وجود گیاهان در داخل خانه چیزی بیشتر از یک وسیله دکوری است. گیاهان خانگی می‌توانند تأثیر بسزایی در عملکرد و سلامت موجودات اطراف خود بگذارند. بهترین گیاهان آپارتمانی، گیاهانی هستند که علاوه بر زیبایی، مقاومت بالا و فواید زیادی برای ما داشته باشند. برای مثال بعضی گیاهان آپارتمانی هوا را تصفیه کرده و باعث کاهش مشکلاتی مانند: سردرد، خواب‌آلودگی، سرماخوردگی و... می‌شود. بعضی گیاهان نیز با خاصیت اکسیژن سازی بالا می‌توانند سبب افزایش بازده و کارایی کارمندان در یک شرکت بشوند، از این رو نگهداری انواع گیاهان آپارتمانی در شرکت‌ها و ادارات نیز توصیه می‌شود.

پنج مورد از فواید مهم نگه داری گیاه در خانه و آپارتمان

۱) کمک به تنفس بهتر

انسان‌ها در زمان تنفس، اکسیژن را از هوا می‌گیرند و سپس آن را به صورت دی‌اکسید کربن خارج می‌کنند، اما گیاهان در طول فرآیند فتوسنتز این پروسه را برعکس انجام می‌دهند. یعنی آن‌ها دی‌اکسید کربن را جذب می‌کنند و سپس به صورت اکسیژن خارج می‌کنند. این پروسه باعث می‌شود گیاهان و انسان‌ها تبدیل به جفت‌هایی بسیار مناسب برای یکدیگر شوند. در واقع ما هوای مورد نیاز گیاهان را تامین می‌کنیم و گیاهان نیز در عوض سطح اکسیژن محیط را برای ما افزایش می‌دهند. نکته‌ای که باید به آن توجه کرد این است که برخی گیاهان در شب فتوسنتز را متوقف می‌کنند. در این زمان آن‌ها اکسیژن را جذب و دی‌اکسید کربن را رها می‌کنند. اما برخی گیاهان خاص مانند ارکیدها، ساکولنت‌ها و گیاهان هوازی حتی در این شرایط نیز دی‌اکسید کربن را جذب و اکسیژن را منتشر می‌کنند. در واقع شما می‌توانید از این گیاهان در اتاق خواب خود استفاده کنید و خوابی عالی را تجربه کنید. گیاهان آپارتمانی، مواد سمی را از هوای محیط می‌گیرند و آن را اکسیژنه می‌کنند، یک تصفیه کننده هوای طبیعی

گرد آورنده

بهار سادات موسوی

بخش دوم



«زندگی ذهن» کریستین اسمالوود

عرصه داستان معاصر مملو از قهرمانانی نظیر «دوروتی» کریستین اسمالوود است: زنان سفیدپوستی از نسل هزاره که با امتیازات و وجود خود در دنیایی دست و پنجه نرم می‌کنند که احساس می‌شود پیوسته در آستانه فروپاشی است. طرح داستان در مقابل هر چیزی که در سر این زنان می‌گذرد، نقشی فرعی دارد. اما دوروتی، استادیار زبان انگلیسی که ششمین روز سقط جنین خود را سپری می‌کند، متمایز از سایرین است. این راوی جذاب و در عین حال عمیق در اولین اثر اسمالوود، مشاهدات سرگرم‌کننده‌ای از جهان همواره در حال فروپاشی خود نقل می‌کند.

دوروتی که اشتیاق خود را نسبت به محیط آکادمیک از دست داده، در این فکر است که چطور اهدافی که زمانی دست‌یافتنی بودند حالا به نظر غیرممکن می‌رسند و پراکنده‌گویی‌هایش که هرگز آزاردهنده یا خسته‌کننده نیستند و در عوض طنزآمیز و عجیبند — جای خود را به راستی‌آزمایی لذت‌بخشی از جاه‌طلبی، آزادی و قدرت می‌دهند.

«ترانه‌های عاشقانه دابلو. ای. بی. دیو بوس»، آناری فنون جفرس

اولین رمان آناری فنون جفرس شاعر که در فهرست بلند جایزه کتاب ملی قرار گرفت، حماسه‌ای سوزناک است که داستان یک خانواده آمریکایی از زمان تجارت برده تا امروز را دنبال می‌کند. در هسته اصلی آن «یلی پل گارفیلد»، یک زن سیاه‌پوست که در دهه‌های ۸۹۱ و ۰۹ به بلوغ رسیده، مصمم است تا درباره تاریخچه خانوادگی‌اش اطلاعات بیشتری به دست آورد. آنچه ایلی درمی‌یابد، به درگیری او با هویتش می‌انجامد، به‌ویژه وقتی به رازهای نیاکانش پی می‌برد. جفرس در ۰۰۸ صفحه تحسین‌برانگیز گزارشی جامع از طبقه اجتماعی، رنگ‌گرایی و آسیب‌های بین‌نسلی ارائه می‌دهد. داستان دردناکی که با ظرافت و شفقت گفته می‌شود و هزینه‌ای را که برای بقا پرداخت می‌شود آشکار می‌کند.

«تغییر نکن عزیزم»، توری پیترز

ریس یک زن ترنس ۰۳ ساله است که به شدت دوست دارد بچه‌دار شود. ایمز، دوست سابق او که اخیراً عمل معکوس کردن گذار جنسیتی را انجام داده، تازه متوجه شده که مشغوق جدیدش از او باردار است. ایمز، ریس را با فرصتی رویارو می‌کند که انتظارش را می‌کشید: شاید هر سه نفر بتوانند با هم این بچه را بزرگ کنند. توری پیترز در اولین رمان خود داستان این شخصیت‌ها

بهترین کتاب‌های داستانی ۲۰۲۱

می‌کنند و به یکدیگر پناه می‌برند، تا آن که یکی از آن‌ها پس از پذیرفتن اعتقادات مذهبی اربابش، به اعتماد دیگری خیانت می‌کند. رابرت جونز جونیور در «پیامبران»، فینالیست جایزه کتاب ملی، رابطه این نوجوانان و هم چنین زندگی زنی که آن‌ها را بزرگ کرده و تا نسل‌ها رکن اصلی مزرعه بوده به تصویر می‌کشد. جونز در حرکت بین داستان‌هایش، سلسله مراتب اجتماعی پیچیده‌ای را آشکار می‌کند که با عدم پذیرش رابطه مردان جوان از تعادل خارج شده است.

«دایره بزرگ»، مگی شیپستید

آغاز رمان مبهوت‌کننده مگی شیپستید، از فینالیست‌های بوکر امسال، شامل مجموعه‌ای از پایان‌هاست: دو هواپیما سقوط می‌کنند، یک کشتی غرق شده و چندین نفر مرده‌اند. بدشانسی زمانی ادامه پیدا می‌کند که یکی از بازماندگان جوان حادثه کشتی، ماریان، بزرگ شده و خلبان می‌شود، تا حین کار ناپدید شود. شیپستید گره روایت‌های موازی، داستان ماریان و زن دیگری که زندگی‌اش با داستان ماریان عوض می‌شود، را با جزئیاتی تحسین‌برانگیز باز می‌کند. هر شخصیت، چه یک بار و چه ۰۵ بار در داستان آمده باشد، حضوری ویژه و ضروری دارد. داستان این کتاب بی‌انتهای و رضایت‌بخش است.

را در حالی که در شبکه‌های درهم و احساسی گرفتار آمده‌اند دنبال می‌کند و به‌طور همزمان به تفسیرهای تامل‌برانگیزی از جنسیت و روابط می‌پردازد.

«مونتچولی من»، جاسلین نیکول جانسون

مجموعه داستان کوتاه درخشان جاسلین نیکول جانسون از آن دست مجموعه داستان‌هایی است که باید به ترتیب خوانده شود. روایات این کتاب امریکای فعلی را تشریح می‌کند که به نظر می‌رسد به هیچ عنوان از گذشته خشونت‌آمیز این کشور جدا نیست. یکی از قطعات دلهره‌آور داستان گروهی از همسایگان را دنبال می‌کند که در فرار از سفیدپوستان برتری‌گرا به مزرعه توماس جفرسون پناه می‌برند. راوی جانسون دانشجوی کالج دانایشا، از نوادگان سیاه‌پوست جفرسون است که رابطه‌اش با این سرزمین را انکار می‌کند. داستان به همان اندازه که واقع‌گرایانه است، آخرالزمانی است. تصویری به‌یادماندنی از جامعه‌ای که در تلاش است تا در میان ملتی که دامن‌ها موجودیت او را تضعیف می‌کند، دوام بیاورد.

«پیامبران»، رابرت جونز جونیور

در مزرعه‌ای در جنوب، پیش از جنگ داخلی آمریکا، نوجوانان اسیر، اشیاء و ساموئل در یک انبار غله کار



تکهای از من
تکهای از زمین
مریم سادات موسوی
قسمت اول

گردشگری شرق آسیا (کره جنوبی)



محرك رشد اقتصادی این کشور شد. در سال ۱۹۸۶ صنایع تولیدی تقریباً ۳۰٪ از تولید ناخالص داخلی کره را تأمین می‌کردند و ۲۵٪ از نیروی کار این کشور را به کار گرفته بودند. مشوق‌های دولتی و کمک‌های خارجی باعث شد تا صنعتگران سئول با سرعت زیاد فناوری‌های نوین را جایگزین تأسیسات کهنه کنند. این مساله باعث شد تا تولید کالاها (به خصوص آن‌ها که قرار بود به بازارهای خارجی صادر شوند) افزایش یافته و درآمدهای حاصل از آن صرف گسترش بیشتر همان صنایع شود. در نتیجه صنعت باعث تغییر دورنمای کشور شد و میلیون‌ها کرایه‌ای را به مراکز صنعتی در شهرها کشاند.

طبق آمار جدید، جمعیت کره سال گذشته برای اولین بار در تاریخ خود کاهش یافته است. این روند نگران‌کننده‌ای را نشان می‌دهد که انتظار می‌رود تنها در سال ۲۰۲۱ در میان بیماری همه‌گیر ویروس کرونا بدتر شود. اقتصاد کره جنوبی یازدهمین اقتصاد بزرگ جهان و چهارمین اقتصاد بزرگ آسیا است. اقتصاد مختلط کره جنوبی در تسلط چند شرکت خوشه‌ای خانوادگی است که در زبان کره‌ای به آن‌ها چایبول می‌گویند. در طول چند نسل، کره جنوبی توانست از کشوری که در میان ملل فقیر عالم رده‌بندی می‌شد به کشوری توسعه‌یافته با درآمد بالا تبدیل شود. برخی این رشد اقتصادی را به یک معجزه تشبیه کرده‌اند و نام آن را «معجزه رود هان» گذاشته‌اند. این معجزه باعث شده کره جنوبی در میان کشورهای عضو سازمان همکاری و توسعه اقتصادی و هم چنین گروه ۲۰ قرار گیرد. این کشور پس از رکود بزرگ مالی همچنان یکی از سریع‌ترین نرخ‌های رشد را در میان کشورهای توسعه‌یافته در اختیار دارد. جیم اونیل اقتصاددان بریتانیایی، کره جنوبی را یکی از یازده کشوری می‌داند که در میانه‌های سده ۲۱ میلادی بر اقتصاد جهانی تسلط خواهند یافت.

آنچه نوشته شد خلاصه‌ای از موقعیت کلی کشور کره جنوبی و تاریخ، جغرافیا، اقتصاد و وضعیت جمعیتی آن بود. در یادداشت بعدی به جاذبه‌های گردشگری این کشور اشاره خواهیم کرد.

ادامه دارد...

جنوبی ۲۶٪ از تولید ناخالص داخلی کشور را به نگهداری و بهبود ارتش خود اختصاص دهد و ارتش این کشور، در رده‌های برتر قدرت نظامی جهان جای دارد. کره جنوبی با ۹۸۴۸۴ کیلومتر مربع وسعت (صد و سومین کشور جهان) در نیمکره شمالی، نیمکره شرقی در شرق قاره آسیا در کنار دریای زرد (در مغرب) ژاپن (در مشرق) و چین شرقی (در جنوب) و در همسایگی کشور کره شمالی در شمال واقع شده‌است. کره جنوبی کشوری نیمه کوهستانی بوده و ارتفاعات آن عمدتاً در نواحی مرکزی و شمال شرقی واقع شده‌است (از جمله کوه‌های تیسماک). جلگه‌ها در آن وسعت فراوانی داشته و مهم‌ترین رودهای آن عبارت‌اند از: سومجینوکوم، هان پوکهان و ناکتئونگ. دارای جزیره‌های فراوانی بوده و جنگل‌ها در آن وسعت زیادی دارند. آب و هوای آن گرم و مرطوب و پرباران است.

در بیسایت پارس مهاجرت می‌خوانیم که با وجود این که جمعیت کره جنوبی در سال ۲۰۲۱ رشد خوبی داشته است، اما همچنان نرخ زاد و ولد در این کشور کم می‌باشد. موسسه حقوقی سفیران سروش سعادت درباره جمعیت کره جنوبی و جمیت‌شناسی این کشور اطلاعاتی جمع آوری کرده است. در ژوئن ۲۰۱۲، جمعیت کره به ۵۰ میلیون نفر رسید و در پایان سال ۲۰۱۶، جمعیت کره از ۵۱ میلیون نفر فراتر رفته بود. از سال ۲۰۰۰، کره با کاهش نرخ زاد و ولد دست و پنجه نرم می‌کند. به همین دلیل برخی محققان معتقدند که اگر روندهای فعلی جمعیت ادامه یابد، جمعیت این کشور در پایان قرن بیست و یکم به ۲۸ میلیون نفر کاهش می‌یابد. در سال ۲۰۱۸، باروری در کره پس از به دنیا آمدن فقط ۲۶۵۰۰ نوزاد در ماه اکتبر و حدود ۳۲۵۰۰ نوزاد در سال، دوباره موضوع بحث بین المللی قرار گرفت، و این باعث شد که این کشور کمترین میزان تولد را در جهان داشته باشد. کره جنوبی پس از جنگ کره تا بیش از یک دهه جزو فقیرترین کشورهای دنیا به حساب می‌آمد. در سال ۱۹۶۰ میلادی سرانه تولید ناخالص داخلی کره جنوبی ۷۹ دلار بود که در همان زمان پایین‌تر از برخی کشورهای جنوب آفریقا بوده‌است. رشد بخش صنعت اصلی‌ترین

از میلاد یک سردار فراری چینی به نام ویمین قدرت را در این منطقه به دست گرفت. ولی چندی نینجامید که دودمان "هان" در چین، حکومت وی را سرنگون ساخت و کره جزئی از امپراتوری چین شد. کره در ۱۰۸ پیش از میلاد به چهار مستعمره مجزای چین تقسیم شد. در حدود سال‌های ۵۰ پیش از میلاد تا ۶۶۰ میلادی سه دولت سلطنتی در شبه جزیره کره تشکیل یافت. در همین ایام آئین بودائی رواج پیدا کرد. بعدها دولت شیلا اقتدار را به دست آورد و موفق شد به کمک چین، باکجه را در سال ۶۶۰ و گوگوریو را در سال ۶۶۸ به خاک خود ضمیمه کند. در سال ۶۷۶ میلادی کشور متحد جدید توانست قوای چین را از خاک کره بیرون رانده و کنترل کامل شبه جزیره کره را در دست گیرد.

از سال ۱۹۱۰ تا پایان جنگ جهانی دوم در سال ۱۹۴۵، کره تحت کنترل ژاپن بود. بیشتر کره‌ای‌ها کشاورزی می‌کردند. در دهه ۱۹۳۰، ژاپن معادن، سدهای برق آبی، آسیاب‌های فلزی و کارخانه‌های تولیدی در کره شمالی و منچوری را توسعه داد. طبقه کارگر صنعتی کره به سرعت گسترش یافت و بسیاری از کره‌ای‌ها به کار در منچوری رفتند. جنبش چریکی کره‌ای در فضای داخلی کوهستان و منچوری ظهور کرد. تقسیم کره به کره شمالی و جنوبی از پیروزی متفقین در جنگ دوم جهانی در سال ۱۹۴۵ و پایان ۳۵ سال سلطه ژاپن بر کره نشأت گرفت.

کره جنوبی که با نام رسمی جمهوری کره نیز شناخته می‌شود، کشوری در بخش جنوبی شبه‌جزیره کره در شرق آسیا و پایتخت آن شهر سئول است. این کشور تنها با کره شمالی مرز خاکی دارد.

سئول پایتخت کره جنوبی و یک شهر نوین و صنعتی است. این شهر در سال ۱۹۴۸ م، پایتخت کشور شد. جمعیت این شهر بالغ بر ۱۰ میلیون نفر و بزرگترین شهر کشور کره جنوبی است. این کلان‌شهر یکی از بزرگترین شهرهای دنیا به حساب می‌آید. این کشور، با قوانینی که برابری اقتصادی و فرصت‌های برابر برای تمام مردم را تضمین می‌کند، میزبان شرکت‌های بزرگ و بین‌المللی است که اقتصاد آن را توانمند می‌سازند.

تنش پیوسته با کره شمالی بانی آن شده‌است که کره

گردشگری در کره جنوبی به صنعت گردشگری در جمهوری کره اطلاق می‌شود. در سال ۲۰۱۲، حدود ۱۱.۱ میلیون گردشگر خارجی از کره جنوبی بازدید کردند و این کشور را به عنوان بیستمین کشور پربازدید در جهان و ششمین کشور پر بازدید در آسیا تبدیل کردند. بیشتر گردشگران غیر کره‌ای از مناطق دیگر آسیای شرقی مانند ژاپن، چین، تایوان و هنگ کنگ می‌آیند. محبوبیت اخیر فرهنگ عامه کره‌ای که اغلب به آن موج کره‌ای می‌گویند، در این کشورها ورود گردشگران را افزایش داده‌است. سئول مقصد اصلی گردشگری برای بازدیدکنندگان است. مقاصد گردشگری محبوب خارج از سئول شامل شهر ساحلی بزرگ بوسان، پارک ملی Seorak-san، شهر تاریخی گیونگجو و جزیره نیمه گرمسیری ججودو است. سفر به کره شمالی به‌طور معمول بدون اجازه ویژه امکان‌پذیر نیست، اما در سال‌های اخیر توره‌های گروهی سازمان‌یافته به گروه‌های شهروندان کره جنوبی اجازه بازدید از کوه گمانگک را داده است.

به گزارش دنیای اقتصاد، چند سالی هست که تب کره شایع شده و هر روز هم به طرفداران فرهنگ و موسیقی و سریال کره‌ای در جهان اضافه می‌شود؛ تپی که البته در ایران هم بشدت واگیر شده؛ این که یک موزیک ویدئوی کره‌ای ظرف ۲۴ ساعت ۱۰۱ میلیون و در یک ماه ۴۰۹ میلیون بازدید داشته باشد، یعنی چشم‌ها از سمت غرب دارد به سمت شرق می‌چرخد.

همه ما یا تجربه دیدن سریال‌های کره‌ای را داشته‌ایم و یا در اطرافمان کسانی هستند که با جدیت این سریال‌ها را دنبال می‌کنند. علاوه بر آن، فیلم‌ها و موسیقی کره هم در حال معروف‌شدن در دنیا است. ممکن است این سال‌ها بیشتر شنیده باشیم که کسی به کره سفر می‌کند و یا برای سال‌های طولانی در این کشور درس می‌خواند. البته تمرکز ما به دلیل توضیحی که بالاتر داده شد روی کره جنوبی است. چرا که گردشگری آزاد در کره شمالی وجود ندارد. در این یادداشت کمی به تاریخ، فرهنگ، اقتصاد، جغرافیا و جمعیت این کشور می‌پردازیم و در ادامه به جاذبه‌های گردشگری آن.

تاریخ کره به عصر برنز برمی‌گردد. در سال ۱۹۴ پیش

کمک به ارزآوری در حوزه گردشگری و صنایع دستی



وی تصریح کرد: بر خلاف صنایع بزرگ، صنایع فرهنگی برای شروع به کار نیاز کمی به سرمایه و ارز دارند، صنایع دستی و گردشگری به ایجاد شغل نیز کمک فراوانی می‌کند.

صفری درباره صنعت گردشگری گفت: برای این کار باید فعالان و خبرنگاران کشور خارجی را به ایران دعوت کنیم تا آن‌ها پس از بازدید از ایران، مردم کشور خود را برای سفر به ایران تشویق کنند.

صفری در ادامه، گردشگری سلامت را یکی دیگر از ظرفیت‌های ایران دانست و گفت: ایران، ظرفیت پذیرش بیماران از کشورهای منطقه را دارد، اما باید جلوی دلالان در این حوزه گرفته شود تا هزینه‌ها برای بیماران زیاد نشود؛ در این کار نیز دیپلمات‌های وزارت خارجه می‌توانند کمک کنند.

معاون دیپلماسی اقتصادی وزارت خارجه گفت: وزارت خارجه برای کمک به ارزآوری در حوزه گردشگری و صنایع دستی آمادگی کامل دارد.

مهدی صفری هشتم دی ماه در نشست معاونان وزارتخانه میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی با رایزنان اقتصادی وزارت خارجه که در موزه فرش برگزار شد، با اشاره به این که وزارت خارجه ایران آمادگی کامل برای همکاری با وزارت میراث فرهنگی دارد، گفت: یکی از وظایف اصلی وزارت خارجه ارزآوری برای کشور است.

معاون دیپلماسی اقتصادی وزارت خارجه با اشاره به کمک وزارت خارجه برای کمک به صنایع دستی و جذب گردشگر گفت: اگر دیپلمات‌های وزارت خارجه تلاش کنند بازار فروش صنایع دستی ایران در سایر کشورها تقویت شود تعداد فعالان صنایع دستی از ۲ میلیون (هنرمند صنعتگر) کنونی به چهار میلیون فعال افزایش می‌یابد.

صفری با بیان این که چین، هند و اندونزی می‌توانند بازارهای خوبی برای صنایع دستی ایران از جمله فرش ایران باشند، گفت: ممکن است برخی از کشورهای دیگر از طرح فرش‌های ایران استفاده کرده باشند اما اصالت فرش ایران برای آن‌ها اهمیت دارد و خارجی‌ها علاقه‌مند به فرش ایرانی هستند.

معافیت از پرداخت مالیات بر ارزش افزوده



مقصد خدمات داخل باشد یا خارج از کشور، در صورتی که مستقیم یا غیرمستقیم ارز حاصل و وارد کشور بشود صادرات محسوب می‌شود. لذا از پرداخت مالیات و عوارض معاف هستند و مالیات و عوارض خرید نهاده‌های آن‌ها مسترد می‌شود. او افزود: بر همین اساس درآمد حاصل از جذب گردشگران ورودی به کشور صادرات تلقی شده و این معافیت مشمول آن‌ها می‌شود. این موضوع یکی از چالش‌هایی بود که از سال‌های گذشته به علت تفاسیر گوناگون، فعالان این حوزه را با چالش روبه‌رو کرده بود که با تصویب و اجرایی شدن قانون جدید مالیات بر ارزش افزوده مرتفع می‌شود.

شالالیفان در پایان بر هماهنگی با دستگاه‌های ذیربط تاکید کرد و گفت: برای تسهیل در اجرای این فرایند، نیاز به هماهنگی با سازمان امور مالیاتی است که بر اساس تصمیمات متخذه ضمن برگزاری نشست‌های مشترک، مسیر بهره‌مندی فعالان هموار شود.

فرهاد فلاح مدیرکل دفتر حمایت از تولید معاونت صنایع دستی وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی نیز روز گذشته اعلام کرد: بر اساس قانون، صنایع دستی نیز هم مشمول معافیت مالیات بر ارزش افزوده می‌شوند و این قانون از ۱۳ دی ۱۴۰۰ اجرا می‌شود.

معاون گردشگری کشور از اجرایی شدن معافیت مالیات بر ارزش افزوده برای تمامی مراکز اقامتی دارای مجوز از وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی به غیر از هتل‌های ۴ و ۵ ستاره هم چنین دفاتر خدمات مسافرتی که در جذب گردشگران ورودی فعالیت دارند، از قانون مالیات بر ارزش افزوده، جزو مطالبات به جای بخش گردشگری بوده است.

به گزارش میراث آریا، علی اصغر شالالیفان با اعلام این خبر گفت: معافیت تأسیسات گردشگری و دفاتر خدمات مسافرتی که در جذب گردشگران ورودی فعالیت دارند از قانون مالیات بر ارزش افزوده، جزو مطالبات به جای بخش گردشگری بوده است. شالالیفان به بند ۱۵ قسمت «ب» ماده ۹ قانون مالیات بر ارزش افزوده اشاره کرد و گفت: در این بند به صراحت اشاره شده است که خدمات اقامتی هتل‌های ۳ ستاره و پایین‌تر، هم چنین مهمان‌پذیرها و سایر مراکز اقامتی دارای مجوز از وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی مشمول این معافیت می‌شوند.

در ادامه معاون گردشگری کشور با اشاره به تبصره ۳ ماده ۱۰ قانون مالیات بر ارزش افزوده بیان کرد: بر اساس این تبصره خدماتی که توسط اشخاص مقیم ایران (اشخاص حقیقی یا حقوقی ایرانی و یا شعب شرکت‌های خارجی مقیم ایران) ارائه می‌شود و محل مصرف خدمات و یا

همه چیز درباره حلیم



فیبر موجود در گندم سبوس‌دار با کاهش کلسترول خون، کاهش فشارخون، کنترل قندخون و کاهش احتمال لخته شدن خون باعث سلامت بهتر قلب و کاهش بیماری‌های قلبی می‌شود.

حلیم یک غذای پرکالری محسوب می‌شود. ۱۰۰ گرم حلیم ۱۹۰ کالری انرژی دارد و حاوی ۶ گرم پروتئین، ۱۰ گرم چربی، ۲۰ گرم کربوهیدرات، ۱ میلی‌گرم آهن و ۹ میلی‌گرم کلسیم است.

حلیم به دلیل داشتن گندم، علاوه بر خاصیت سیرکنندگی بالا منبع بسیار خوب روی، منیزیم، آهن و نیاسین است. البته اگر در تهیه این غذا از گندم سبوس‌دار که فیبر زیادی دارد استفاده شود، در بهبود برخی از بیماری‌های دستگاه گوارش، سرطان روده و سینه نیز موثر خواهد بود.

فیبر موجود در گندم سبوس‌دار با کاهش کلسترول خون، کاهش فشارخون، کنترل قندخون و کاهش احتمال لخته شدن خون باعث سلامت بهتر قلب و کاهش بیماری‌های قلبی می‌شود. هم چنین برای پیشگیری از یبوست و سرطان مثل سرطان روده بزرگ مفیداست. هم چنین گندم سبوس‌دار دارای خاصیت ضدانگلی است و از بروز حساسیت‌ها و عدم تحمل غذایی مثل سندرم روده تحریک‌پذیر، التهاب مفاصل و بیماری‌های عصبی جلوگیری می‌کند.

نخود هم که در پخت برخی انواع حلیم به کار می‌رود غنی از فولات، ویتامین B6 و ویتامین C و روی است.

۱۰ نکته در ارتباط با مصرف حلیم

۱- در خوردن حلیم مراقب وزن خود باشید یک پیاله حلیم تقریباً ۱۵۰ کالری انرژی دارد که اگر با یک قاشق شکر، یک کف دست نان و روغن مصرف شود، ۳۵۰ تا ۳۰۰ کالری انرژی دارد.

۲- حلیم یک غذای سالم و بسیار مقوی است، اما اگر دچار افزایش قند یا چربی خون هستید باید توجه داشته باشید که شکر و روغن با آن استفاده نکنید یا در حداقل ممکن مصرف کنید.

۳- اگر می‌توانید، حلیم را در منزل و با استفاده از جوانه گندم یا حداقل گندم سبوس‌دار تهیه کنید.

و نوشیدنی‌های سرد جبران می‌کنند. این کار باعث رقیق شدن شیره معده و تاخیر هضم غذا می‌شود. عاقبت این رفتار نفخ شکم و سایر ناراحتی‌های گوارشی است.

۸- حلیم به علت داشتن گندم و گوشت منبع خوب آهن بوده و برای زنان، دختران جوان و افرادی که در معرض کم‌خونی هستند، توصیه می‌شود.

۹- پس از خوردن حلیم بلافاصله دراز نکشید، زیرا این غذا دیر هضم است و باعث می‌شود دچار سوزش و ناراحتی معده شوید.

۱۰- در ماه رمضان سر هر کوچه دیگ حلیم برپا می‌شود، اما به آنان اعتماد نکنید و حلیم را فقط از واحدهای صنفی مجاز به عرضه حلیم خریداری کنید. زیرا برخی سودجویان در محل‌های غیربهداشتی حلیم‌های غیربهداشتی و بی‌کیفیت طبخ کرده و محصول را به همه جا توزیع می‌کنند و فروشنده نیز آن‌را به قیمت غذاهای سالم و بهداشتی به فروش می‌رساند. برای حفظ سلامت خود از این امکان حلیم نخرید.

مدیر مرکز درمان ناباروری پژوهشگاه ابن‌سینا؛

نرخ ناباروری در ایران ۲۰ درصد است



مدیر مرکز درمان ناباروری پژوهشگاه ابن‌سینا، نرخ ناباروری در کشور را ۲۰ درصد عنوان کرد.

علی صادقی تبار، با بیان این که نزدیک به ۴ میلیون زوج نابارور در کشور داریم، گفت:

بر اساس آخرین بررسی‌ها، میانگین ناباروری در کل کشور ۲۰.۲ درصد است.

وی افزود: ناباروری به ۴ شیوه سرپایی، آی یو آی (IUI)، آی وی اف (IVF) و استفاده از رحم جایگزین قابل درمان است.

صادقی تبار گفت: حدود ۹۰ مرکز درمان ناباروری در بخش‌های دولتی، عمومی غیردولتی و خصوصی در سطح کشور داریم. وی با اشاره به اختصاص ۷۰۰ میلیارد تومان بودجه برای درمان ناباروری، افزود: این میزان بودجه تأمین‌کننده هزینه‌های ۱۰۰ هزار سیکل درمان ناباروری در کشور خواهد بود.

صادقی تبار گفت: یک پسیج عمومی، همیاری و همدلی در تمامی مراکز درمان ناباروری لازم است تا این اعتبار در اختیار زوجین قرار گیرد و بتواند برای سال‌های بعد پایدار و بیشتر شود.

۶ اصل زندگی سالم

سیدمهدی غنصفری مشاور توسعه طب ایرانی با بیان این که در طب ایرانی ۶ اصل ضروری برای داشتن زندگی سالم داریم که بنیان بهداشت در طب سنتی را تشکیل می‌دهند، اظهار داشت: یکی از مهم‌ترین آن، آب و هوا و ارتباط آن با مزاج افراد است و توصیه ما این است که افراد مزاج خود را شناسایی کرده و تا حد امکان سبک زندگی خود را بر پایه آن قرار بدهند.

وی افزود: منظور از مزاج خصوصیات جسمی و روحی هر فرد است که در دیدگاه طب ایرانی چند نوع است و با کلماتی همچون گرم، سرد، خشک و تر شناخته می‌شود، اگر افراد بتوانند بر مبنای مزاج خود محل زندگی خود را انتخاب کنند، کمتر به بیماری دچار می‌شوند.

مشاور توسعه طب ایرانی، با بیان این که امروز آلودگی هوا در کلان‌شهرها به معضل جدی تبدیل شده و سلامت افراد را تهدید می‌کند، گفت: برای کاهش صدمات ناشی از آلودگی هوا، می‌توان با توجه به مزاج افراد توصیه‌هایی بر مبنای اصلاح سبک زندگی داشت.

وی در ادامه به برخی از راهکارهای مؤثر در کاهش اثرات آلودگی هوا اشاره کرد و گفت: در روزهایی که هوا آلوده است تا حد امکان از منزل بیرون نروید و غذاهای سبک میل کنید چرا که در شرایط آلودگی هوا، به دلیل

ضعیف‌تر شدن سیستم گوارش بدن، غذاهای سنگین و پرچرب به خوبی هضم نمی‌شود و خون‌رسانی به ریه‌ها کاهش یافته و در نهایت سبب افزایش مشکلات تنفسی می‌شود. هم چنین افراد اگر مبتلا به یبوست هستند باید آن را درمان کنند؛ زیرا یبوست دلیل اصلی تجمع سموم در بدن است و به آلودگی هوا اضافه شده و سبب ضعف و بدحالی افراد می‌شود.

میر غنصفری افزود: افراد به خصوص کسانی که دارای مزاج خشک هستند روزانه مایعات بیشتری مصرف کنند. این مایعات می‌تواند آبمیوه‌ها از جمله آب لیمو شیرین، پرتقال، گریپ فروت، سیب و هویج باشد. افرادی که مشکلات ریوی، آسم یا برونشیت دارند می‌توانند دمنوش‌های برگ آویشن، گل بابونه، برگ مرزنجوش، برگه نانخن را به صورت جداگانه یا کمی عسل و لیمو ترش تازه مصرف کنند. هم چنین می‌توانند با آن‌ها بخور بدهند. این دمنوش‌ها خلط‌آور هستند و باعث باز شدن مجاری هوایی می‌شوند.

مشاور توسعه طب ایرانی اظهار کرد: اگر شخص با هیچ‌یک از این دمنوش‌ها مشکلی نداشت، می‌تواند با هم ترکیب کرده و در دو لیوان آب بجوشاند و سپس میل کند. به خاطر داشته باشید که در ترکیب، از هر گیاه یک قاشق غذاخوری استفاده کنید.

آگهی تغییرات شرکت فلات صنعت ایده سهامی خاص به شماره ثبت ۳۷۰۵۴۴۵ و شناسه ملی ۱۰۳۲۰۲۰۵۰۴۸ به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۴۰۰/۰۲/۱۵ تصصیمات ذیل اتخاذ شد : حمیدرضا چرمچی به کد ملی ۰۹۴۳۲۹۳۴۷۲ به سمت مدیر عامل و عضو هیئت مدیره سعید خادمی به کد ملی ۰۵۷۹۶۳۰۳۹۶ به سمت رئیس هیئت مدیره روشنک تقربی به کد ملی ۰۳۲۵۵۲۵۶۸۲۸ به سمت نایب رئیس هیئت مدیره شادی جمال به کد ملی ۰۱۰۰۹۸۲۰۱۲۶۲۰۱ به سمت عضو هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب گردیدند. کلیه اسناد بانکی و مالی و کلیه اسناد و اوراق بهادار و تعهدآور شرکت از قبیل چک ، سفته ، بروات و قراردادهای عقود اسلامی با امضای مشترک مدیرعامل و رئیس هیئت مدیره همراه با مهر شرکت معتبر می‌باشد

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران
آگهی انحلال شرکت تعاونی مصرف کارگران شرکت سهامی ایران چاپ موسسه اطلاعات به شماره ثبت ۴۶۳۵ و شناسه ملی ۱۰۱۰۰۲۵۰۹۱۱ به استناد نامه شماره ۰۳۴۹۰۳۴۰۱۱ مورخ ۱۴۰۰/۰۸/۲۶ اداره کل تعاون کار و رفاه اجتماعی استان تهران و در اجرای بند ۴ از ماده ۵۴ قانون بخش تعاونی اقتصاد جمهوری اسلامی ایران شرکت مذکور در تاریخ فوق متحل اعلام گردید

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران
آگهی تغییرات شرکت حمل و نقل طاووس ترابر وحدت با مسئولیت محدود به شماره ثبت ۲۸۵۱ و شناسه ملی ۱۰۱۰۰۱۹۱۱۴۰ به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۰/۰۸/۲۴ و طبق مجوز ۱۱۰۵۰۷۲۲ مورخ ۱۴۰۰/۰۹/۱۶ اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای استان تهران تصصیمات ذیل اتخاذ شد :- به موضوع شرکت : واردات انواع کامیون و کشنده و تجهیزات و قطعات وابسته به آن الحاق گردید در نتیجه ماده مربوطه اساسنامه اصلاح گردید (ثبت موضوع فعالیت به منزله اخذ و صدور پروانه فعالیت نمی‌باشد

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان تهران مرجع ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری رباط کریم

آگهی تغییرات شرکت پیک تجارت ابریشم با مسئولیت محدود به شماره ثبت ۵۴۸۸۴۶ و شناسه ملی ۰۹۸۵۸۶۰۸۶ به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۰/۰۷/۲۷ تصصیمات ذیل اتخاذ شد:- موارد ذیل به موضوع شرکت الحاق و ماده مربوطه اساسنامه اصلاح گردید: قفل کتابی، قفل آویز، قفل حیاطی، قفل آف، قفل کمدری، قفل ماشین، سیلندر، توپی و سیلندر قفل، در صورت لزوم پس از اخذ مجوزهای لازم از مراجع ذیصلاح ثبت موضوع فعالیت مذکور به منزله اخذ و صدور پروانه نمی‌باشد.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران
آگهی تغییرات شرکت سازنده صنعتگران امید آریا شرکت سهامی خاص به شماره ثبت ۴۳۸۳۵۹ و شناسه ملی ۰۸۷۸۴۳۵۰۳۲ به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی فوق العاده مورخ ۱۴۰۰/۰۹/۰۱ تصصیمات ذیل اتخاذ شد : محل شرکت در واحد ثبتی تهران به آدرس استان تهران ، شهرستان تهران ، بخش مرکزی ، شهر تهران، محله شهرک راه آهن، همت - خ گلهای - م اتیریش ، خیابان گلغام، خیابان بنفشه دهم غربی ، پلاک ۱۹ ، مجتمع مجتمع تجاری و اداری باران ، GF1F02، طبقه همکف، واحد ۱۴۶ پستی ۱۴۹۴۸۷۱۷۵۷ تغییر یافت و ماده مربوطه در اساسنامه بشرح فوق اصلاح گردید.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران

آگهی تغییرات شرکت آذران رایانه سهامی خاص به شماره ثبت ۲۰۷۲۳۳۳ و شناسه ملی ۰۲۴۸۸۴۳۹۰۱۰۱ به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۰۷/۰۲/۱۳۹۸ تصصیمات ذیل اتخاذ شد: خانم مریم خاوازی به شماره ملی ۰۳۹۱۳۹۸۸۲۷ به عنوان رئیس هیئت مدیره و خانم مونا خیرآوران به شماره ملی ۰۶۷۴۸۱۷۶۰ به عنوان عضو هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب گردیدند خانم مژده رودگرمی به شماره ملی ۰۱۷۱۵۶۳۱۴ به سمت بازرس اصلی و آقای جعفر جلالی به شماره ملی ۰۲۳۸۸۲۳۸۵۷۴۵۲ به سمت بازرس علی البدل برای مدت یک سال مالی انتخاب شدند. تر از نامه و حساب سود و زیان سال مالی منتهی به سال ۱۳۹۷ به تصویب رسید.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران

زنگ تفریح { جسارت نباشه...فقط برای انبساط خاطر شما! }

مشورت با شیرین عقل

دوستان شیرین عقل در کنار رودخانه ای گردش می کردند که یک قورباغه را دیدند. چون هیچ کدام آن را نمی شناختند، یکی گفت: «این بچه ماهی است.»

یکی گفت: «این جوجه اردک است.»

دیگری گفت: «نه بابا، این یک جفجغه است که مدام صدا می دهد.»

آن ها بالاخره فهمیدند که باید از کسی کمک بگیرند، برای همین، قورباغه را گرفتند و پیش شیرین عقل بردند و سوال کردند: «آیا تو این جانور را می شناسی که قور قور می کند؟»

شیرین عقل نگاهی به قورباغه کرد و دستی به سر خود کشید و گفت: «من فکر می کنم این یک قناری است.»

پرسیدند: «پس پرهایش کو؟...»

شیرین عقل با خنده گفت: «از قناری بودن آن مطمئن هستم. ولی یا هنوز بچه است و پر در نیاورده یا خیلی پیر شده و پرهایش ریخته است!»

تدبیر پدرانه

یک روز پدری کوزه ای به دخترش داد و بلافاصله یک سیلی جانانه هم به صورتش زد و گفت: «برای آوردن آب، به کنار رودخانه برو و مراقب کوزه هم باش که نشکند.»

دختر با چشم گریان از خانه بیرون رفت.

مادرش که شاهد این اتفاق بود، با ناراحتی به پدرگفت:



اوج توجه مدیر هنگام تحت نظر داسل در لژ

«برای چی بچه را می زنی؛ مگر خطایی از او سر زده؟»

پدر جواب داد: «ای زن! تو عقلت کجا است. من این سیلی را زدم که مراقب باشی؛ چون اگر کوزه را بشکنند، دیگر کتک زدنش بی فایده است.»

زرنگی مرد تازه وارد

مرد تازه واردی با خود یک چراغ قوه به شهردیوانگان آورد و بود و چون مردم تا آن روز با چنین چیزی رو به رو نشده بودند، همه با تعجب و حیرت به چراغ قوه نگاه می کردند.

هوا که تاریک شد، تازه وارد به بازار شهر رفت و چراغش را روشن کرده و نور آن را روی سقف بازار انداخت. بعد به دیوانه ای که با تعجب به او و نور روی سقف نگاه می کرد، گفت: «اگر بتوانی آن بالا روی نور چراغ قوه بایستی، ده ریال به تو جایزه می دهم.»

دیوانه نگاهی به ارتفاع سقف بازار کرد و گفت: «خیلی زرنگی. می خواهی وقتی من آن بالا روی نور چراغ ایستادم، نور چراغ را خاموش کنی که من پرت شوم پایین و دست و پایم بشکنند.»

ادب کردن ماده گاو

روستایی تصمیم گرفت گوساله اش را که تازه به دنیا آمده بود، برای چرا به صحرا ببرد.

گوساله با دیدن فضای باز صحرا، یکباره شروع به دویدن کرد و از آن جا دور شد. روستایی هر چه تلاش کرد موفق نشد حیوان را بگیرد و مجبور شد بدون گوساله به خانه برگردد.

وقتی به خانه رسید، با عجله به طویله سراغ مادر رفت و بی رحمانه با چوب به جان آن حیوان افتاد، طوری که ناله گاو به هوا بلند شد.

روستایی در حال زدن به گاو می گفت: «تو را می زنم تا ادب شوی و دیگر فرار کردن را به بچه ات یاد ندهی!»

یکی از بهترین احساس های دنیا :

از خواب بیدار بشی و نگران این باشی که الان وقت بیدار شدنت بوده

ولی ببینی که هنوز ۲ ساعت مونده و می تونی بازم بخوابی ...

خداییش بد میگم ؟!



هربار از بیرون میام بابام می پرسه کجا بودی منم هر بار میگم بیرون بودن

بعدش دیگه هیچی نمی پرسه ...

دوست داره فقط مطمئن شه خونه نبودم!!!

داشتیم فیلم آدمخوارها رو نگاه می کردیم که من جیغ کشیدم!!!

بابام گفت: نترس پسر گلم، اینا آدم خوارند با تو کاری ندارند!!!

کاری که عینک آفتابی با قیافه پسرا میکنه! یک کیلو مواد آرایشی با صورت دخترا نمی کنه لامصب عینک آفتابی رو که برمیدارند کاخ آرزوهات تبدیل میشه به یه همکف چهل متری!!!

زمانی که اخلاق شوهراتون خوب میشه ۲ راه دارین: یا بهشون تافت بزیند که همون حالتی بمونن یا پیف پاف بزیند که در اوج بمیرن و آخرین خاطره ای که ازشون براتون باقی می مونه خوب باشه ... !!!

مریض اونی نیست که تو سی سی یو افتاده،

مریض ماییم که بیست و چهار ساعت رو کاناپه با گوشی تو کما رفتیم!!!

متاسفانه تو این جامعه تنها قشری که دارن کارشون درست انجام میدن مراقبای امتحانای من هستن!!

دوست معمولی = کسی که خیلی خوبه ها ولی ماشین و پول زیاد نداره...

گرد آورنده

خدیجه فدایی زاده



دستگیری باند حفاری غیر مجاز

◀ دادستان عمومی و انقلاب شهرستان فیروزکوه از دستگیری ۱۱ نفر در حین حفاری غیرمجاز جهت کشف اشیای تاریخی خبر داد.

دادستان فیروزکوه درباره شیوه فعالیت این باند متخلف گفت: با مشاهده حفاری انجام شده و کلیپ های تهیه شده از داخل مشخص شد متهمان به صورت کاملاً حرفه ای با ایجاد تونل های زیرزمینی گسترده، عمیق و پیچیده در حال حفاری بوده اند.

وی بیان کرد: تحقیقات انجام شده بیانگر آن است که این اقدامات به صورت باندی بوده و متهم اصلی که تمامی این اقدامات با هدایت و رهبری وی صورت گرفته متواری است و متهمان دیگر به لحاظ سکونت در این حوزه قضایی با دستور جلب صادر شده توسط بازپرس، تحت تعقیب اند.



بازداشت بزن بهادرهای سینما کوروش

◀ به گزارش پایگاه خبری پلیس پایتخت عوامل درگیری در پردیس کوروش شناسایی و دستگیری آن ها در دستور کار پلیس پایتخت قرار گرفت. گفتنی است؛ مدتی قبل ویدیوی در فضای مجازی منتشر شد که از درگیری و چاقوکنشی میان چند نفر در یکی از سالن های پردیس سینمایی کوروش حکایت داشت، درگیری که واکنش علی سرتیپی، مدیر این پردیس سینمایی را نیز در پی داشت و او با اعلام این این اتفاق در روز سه شنبه یعنی روز نیم بها بودن بلیط سینما رخ داده؛ گفت: «متاسفانه سه شنبه، حوالی ساعت ۲۳ در سالن سینما کورش، دو تماشاگر که در حالت عادی نبودند و چاقو هم داشتند، هنگام تماشای فیلم شروع به سیگار کشیدن می کنند، چند نفر از تماشاگران به آن ها اعتراض می کنند و بین آن ها درگیری پیش می آید و خاطیان با کمک حراست به بیرون برده می شوند و بعد نیروی انتظامی آن ها را دستگیر کرد، امروز هم به دادسرا اعزام شدند تا هم به خاطر حمل سلاح سرد هم شرایط غیر طبیعی محاکمه شوند.»

شماره ۱۹۶

جدول و سودوکو ---

افقی:

۱- از دیدنی های تاریخی کردستان ۲- زینهاری- نام ها- ریشه دار و نجیب ۳- اسباب زندگی- واحدی دروزن- تندرست- جایز ۴- کافی و مکفی- نمونه و الگو- پول پرست- سازشاک ۵- شهری در شمال کشورمان- به پاخاستن ۶- اکسیدمس- شیربیشه- پرونده ۷- شهری نزدیک تهران- نصف- از سبزی ها- فیلم رسول ملاقلی پور ۸- از پسوندها- عروس شهرهای گیلان- فرزند ۹- محل مشورت- پست و ناکس- نقبی در دل کوه- مایه حیات ۱۰- آتش گوسفند جنگی- منسوب به شرح و تفسیر ۱۱- روزهای عرب- جنون مردم آزاری ۱۲- پوستین- احصائیه- دشمن مار- دشنام دادن ۱۳- حاجت و نیاز- شریف و گرامی- علامت مفعولی- دورویی ۱۴- سمبل- مقابل شهر- در حال دودین ۱۵- اثری از ابراهیم یونسی نویسنده معاصر کشورمان

عمودی:

۱- از اساتید آواز و موسیقی کشورمان ۲- ورم- کربلای سابق- شال و نوعی پارچه ۳- قسمتی از پا- تخم مرغ انگلیسی- از گستره های آبی پسوند نگهدارندگی ۴- درخت زبان گنجشک- سهل و ساده- نژاد ما- مروراید ۵- ضد عفونی شده- دشت و بیابان ۶- ناشایست- از ساکنان اولیه رشته کوه زاگرس- پیشامد و واقعه ۷- از چاشنی ها- بانگ جانوردرنده- خورشید- سرها ۸- واحدشمارش گوسفند- خو گرفتن- بند و سد ۹- رهبر و پیشوا- صندوقچه- جام قهرمانی- حرف فاصله ۱۰- مقابل قشلاق- بوستان- زمانه ۱۱- طولانی وادامه دار- روشن دل ۱۲- عدد ستون قبلی- سخن بیهوده- در گیاه شناسی به رشته ای از یاخته های همانند می گویند- عدد ورزشی ۱۳- یاری نمودن- آراد گذاشته شده مادر عرب- فلز رخسار ۱۴- شتر تندرو- سرزمین فلاسفه- دیپلمات ۱۵- اثری از احمد محمود

سودوکو شماره ۱۶۷

							۵
			۸		۲	۶	۱
			۶		۷		۴
۶		۸	۱		۷	۵	۴
				۴			
		۱	۹		۲	۳	۶
					۴	۱	۲
۳		۹			۴	۵	۹
۱	۶			۲		۴	۵
۸	۲			۹	۶		۳

جواب شماره قبل

۵	۲	۶	۱	۳	۴	۹	۸	۷
۱	۳	۹	۷	۸	۵	۶	۲	۴
۴	۸	۷	۶	۲	۹	۱	۵	۳
۷	۵	۳	۲	۹	۶	۸	۴	۱
۹	۶	۱	۴	۵	۸	۳	۷	۲
۸	۴	۲	۳	۷	۱	۵	۶	۹
۳	۹	۴	۵	۶	۲	۷	۱	۸
۲	۷	۵	۸	۱	۳	۴	۹	۶
۶	۱	۸	۹	۴	۷	۲	۳	۵

استرداد اضافه وجوه دریافتی بانک‌ها از مردم



گردآورنده
علیرضا گودرزی

حداکثری بوده، ولی بانک بر خلاف مصوبات شورای پول و اعتبار نرخ بالاتری از حداکثر تعیین شده را در محاسبات خود اعمال و سود مازاد مطالبه کرده است، نرخ مذکور باید به نرخ حداکثر مصوب شورای پول و اعتبار تعدیل شود.

بدیهی است در صورتی که بانک عامل با تکیه به اسناد قابل قبول، مدعی تحقق میزان سود واقعی بیش از سقف سود مورد انتظار باشد، موضوع مستلزم توافق فیما بین یا رسیدگی توسط مرجع قضائی خواهد بود.

۳- تسهیلات گیرنده در صورتی که دارای بدهی غیر جاری باشد، می‌بایست نسبت به تعیین تکلیف آن اعم از بازپرداخت بدهی یا امهال براساس ضوابط تعیین شده در دستورالعمل امهال مطالبات مؤسسات اعتباری و آئین‌نامه وصول مطالبات تا پایان خرداد ۱۴۰۱ اقدام کند.

۴- گزارش‌های دال بر عدم مصرف مبالغ پرداختی در خارج از موضوع قرارداد تسهیلات یا واگذاری موضوع قرارداد به شخص ثالث بدون اذن بانک وجود نداشته باشد.

۵- چنانچه تسهیلات گیرنده، دعوایی را نزد محاکم قضائی درخصوص نرخ سود بانکی (علیه بانک) مطرح نموده است، اعمال نهایی مفاد این بخشنامه و اعطای گواهی تسنویه تسهیلات منوط به تنظیم گزارش اصلاحی و استرداد دعوای مذکور می‌باشد.

بدیهی است، هر گونه موضوع خارج از شرایط فوق الذکر، مطابق ضوابط قانونی مربوط و در صلاحیت مراجع قضائی خواهد بود.



عامل بانک‌ها، باید اجرای مفاد رأی وحدت رویه مبنی بر تعدیل نرخ سود قراردادی یا استرداد وجوه مازاد دریافتی (اعم از سود و وجه التزام مازاد) از تسهیلات گیرندگان بدون نیاز به طرح دعوا در محاکم قضائی و صرفاً با درخواست مشتری و رعایت قوانین و مقررات و از جمله ضوابط زیر مورد رسیدگی و اقدام قرار گیرد:

۱- تمام یا بخشی از تسهیلات در زمان درخواست مشتری تسنویه نشده باشد (اعم از این که در طبقه جاری باشد یا غیرجاری).

۲- قرارداد تسهیلاتی بین بانک و مشتری از نوع عقود میدالهای باشد.

لازم به ذکر است، در خصوص عقود مشارکتی، در سال‌هایی که شورای پول و اعتبار نرخ سود مورد انتظار را به صورت حداقلی تعیین کرده است، مشمول رأی وحدت رویه ۷۹۴ و بخشنامه حاضر نیست، ولی در سال‌هایی که نرخ مذکور دارای سقف

به گزارش وزارت اقتصاد، سید عباس حسینی معاون امور بانکی وزارت اقتصاد طی بخشنامه‌ای به مدیران عامل بانک‌های دولتی و بانک‌هایی که دولت در آن‌ها سهام دارد، شرایط و چگونگی اجرایی شدن دستور وزیر اقتصاد مبنی بر استرداد وجوه اضافه دریافت بانک‌ها از تسهیلات‌گیرندگان را ابلاغ کرد.

در بخشنامه صادره از سوی معاون امور بانکی، بیمه و شرکت‌های دولتی وزارت امور اقتصادی و دارایی خطاب به ۱۲ بانک ملی، سپه، ملت، تجارت، صادرات، رفاه کارگران، توسعه صادرات، کشاورزی، مسکن، پست بانک، توسعه تعاون و صنعت و معدن آمده است: همانگونه که عنایت دارند، علیرغم تأکید بانک مرکزی بر لزوم اعمال نرخ سود مصوب شورای پول و اعتبار در قراردادهای تسهیلاتی، این موضوع در سالیان گذشته موجب طرح دعوی متعدد علیه بانک‌ها شده که رسیدگی به آن‌ها افزایش حجم پرونده‌های دعاوی بانکی و تحمیل هزینه‌های متعدد دادرسی، کارشناسی و حق الوکاله به طرفین دعوا را به دنبال داشته است.

متعاقب این امر، رأی وحدت رویه مورخ ۲۱ مرداد ۱۳۹۹ هیات عمومی دیوان عالی کشور مبنی بر ابطال شرط مندرج در قراردادهای اعطای تسهیلات بانکی نسبت به سود مازاد بر مصوبات مذکور، صادر شد.

از این رو، برای اجرای قانون، حمایت از تولید، جلوگیری از اطلاله دادرسی و تحمیل هزینه‌های غیرضرور به بانک‌ها و هم چنین پیرو توافقات صورت گرفته در جلسه وزیر اقتصاد با مدیران

ایلنا - عضو شورای عالی مسکن اظهار داشت: در حال حاضر ۹۰ درصد درآمد دهک‌های پایین به دو بخش مسکن و خوراک اختصاص دارد و تنها ۱۰ درصد دیگر به بخش‌های آموزش و تفریحات اختصاص پیدا می‌کند.

احمد دنیامالی، عضو کمیسیون عمران درباره بررسی‌های مجلس از توان پرداخت اقساط دهک‌های کم درآمد در طرح نهضت ملی مسکن اظهار داشت: چیزی که در مجلس، کمیسیون عمران و شورای عالی مسکن مورد بحث است، این هست که؛ پروژه نهضت ملی مسکن بتواند دهک‌های کم‌درآمد را پوشش دهد. و به دنبال این هستیم که پروژه نهضت ملی مسکن در بحث تسهیلات و اقساط با پروژه مسکن ملی متفاوت باشد.

وی با بیان این که اقساط نهضت ملی مسکن باید به گونه‌ای تنظیم شود که دهک‌های پایین بتوانند از تسهیلات آن استفاده کنند، ادامه داد: دو بحث بسیار مهم در پروژه نهضت ملی این است که اولاً نرخ سود آن برای متقاضیان واجد شرایط پایین باشد و دوم این که اقساط برای دهک‌های کم درآمد قابل تحمل باشد و به طور قطع میزان نرخ سود و اقساط تسهیلات این طرح را پایین تر از اعداد موجود در سبد

اتصال ریلی ایران - عراق

سرمایه‌گذاری دارد؛ البته ما هیچ حساسیتی نداریم که کدام کشور چقدر در این شرکت مشترک سهم داشته باشد.

قاسمی هم چنین به این نکته که هنوز مطالعات پل تکمیل نشده است، اشاره کرد و گفت: باتوجه به ساخت پل بر روی رودخانه‌ها به‌عنوان اصلی‌ترین بخش کار، پیش‌بینی می‌کنیم که ساخت راه‌آهن و اتصال مسیر ریلی دو کشور دو سال زمان ببرد.

به گفته وزیر راه و شهرسازی، صادرات به عراق از طریق راه‌آهن بسیار ایمن و ارزان است؛ اکنون تا شلمچه دارای راه‌آهن هستیم. یعنی از راه دریا کالاهایی که عراق نیاز دارد حمل می‌شود و از طریق راه‌آهن به هر نقطه‌ای از کشور عراق می‌تواند منتقل شود. هم چنین با ساخت این راه‌آهن، ایران به دریای مدیترانه دسترسی پیدا می‌کند چون راه‌آهنی بین عراق و سوریه به این دریا متصل است که در زمان داعش دچار آسیب‌هایی شده بود و نیاز به بازسازی دارد. هم چنین باتوجه به وجود مسافرت‌ها و تردهای بسیار زیاد ایرانیان در کربلا و نجف، وجود این مسیر ریلی می‌تواند بسیار موثر باشد. ضمن این که عراقی‌ها نیز می‌توانند از این امکان بهره‌مند شوند؛ زیرا عراق با اتصال به این جریان ریلی می‌تواند از طریق راه‌آهن به تمام کشورهای اطراف ایران متصل شود.

حالا رستم قاسمی وزیر راه و شهرسازی جزئیات تازه‌ای از سفر خود به عراق و این توافق برای اتصال ریلی ایران با این کشور همسایه ارائه کرده است. به گفته وی، مهم‌ترین و طولانی‌ترین بخش ساخت این مسیر ریلی، ایجاد پل میان دو کشور است؛ بنابراین توافق شد ابتدا پل را شروع کنیم. حتی پذیرفتیم تا قبل از تشکیل شرکت پروژه مشارکتی، طرف عراقی، منطقه پل را به ما تحویل دهند تا مطالعات و سپس عملیات اجرایی آن را آغاز کنیم.

وزیر راه و شهرسازی با بیان این که دو طرف پل در کشور عراق قرار دارد، افزود: بر این اساس در یک ماه آینده بناسات که نیروهای متخصص در دو سوی پل برای شروع عملیات مطالعاتی و اجرایی مستقر شوند. البته نیازمند دریافت استعلام‌های لازم هستیم به‌ویژه این که بخشی از مسیر نیاز به پاکسازی مین دارد. بر این اساس مقرر شده است که در چند روز آینده گروهی را برای پاکسازی مسیر از مین اعزام کنیم. وی با اشاره به این که طرف عراقی باید ظرف شش ماه مسیر را به ایران برای اجرای عملیات احداث ۲۳ کیلومتر راه‌آهن تحویل دهد، ادامه داد: مجموع هزینه پیش‌بینی شده برای اجرای این مسیر ریلی ۲۳ کیلومتری بین ۰۰۱ تا ۰۲۱ میلیون دلار است. هر کشوری سهم ۰۵ درصدی در این

بر اساس اظهارات وزیر راه و شهرسازی تا دو سال آینده مسیر ریلی ۲۳ کیلومتری بین ایران و عراق در حد فاصل شلمچه تا بصره برقرار خواهد شد که حدود ۰۲۱ میلیون یورو اعتبار می‌خواهد.

هفته گذشته رستم قاسمی، وزیر راه و شهرسازی به همراه هیاتی به عراق سفر و با الکاظمی نخست‌وزیر عراق دیدار و گفت‌وگو کرد. یکی از محورهای این نشست توافق درباره احداث خط ریلی شلمچه-بصره بین دو کشور بود.

عباس خطیبی معاون ساخت و توسعه راه‌آهن، بنادر و فرودگاه‌های شرکت ساخت و توسعه زیربنای حمل‌ونقل کشور درباره این توافق و قرارداد امضاء شده اظهار کرد: قرارداد اخیر امضاء شده با عراق با همه تفاهم‌نامه‌های گذشته فرق دارد و آن این که در این قرارداد زمان بندی مشخصی وجود دارد که مقرر شده تا طرفین نسبت به آن پایبند باشند تا به نحوی درست، عملیات اجرایی آغاز شود. وی افزود: بر اساس این قرار داد، راه‌آهن شلمچه — بصره با مشارکت شرکت ایرانی و عراقی وارد فاز مطالعاتی و اجرایی خواهد شد و تا کنون در تفاهم‌نامه‌های قبلی با عراقی‌ها چنین جزئیات و زمان‌بندی وجود نداشت که نشان از عزم طرفین دارد.

کاهش سهمیه ارز مسافرتی

❖ معیارپرس - بانک مرکزی تغییراتی را در سرفصل فروش ارز مسافرتی انجام داده و سهمیه فروش ارز برای سفرهای زمینی، دریایی و بدون نیاز به روادید را به ۳۰۰ یورو کاهش داده است.



براساس اطلاعیه منتشر شده در سامانه سنا، سهمیه ارز مسافرتی تغییراتی پیدا کرده و طبق آن، میزان فروش ارز مسافرتی توسط صرافی‌ها برای کشورهای نیازمند به روادید ۲ هزار یورو و برای کشورهای بدون نیاز به روادید معادل ۳۰۰ یورو تعیین شده است.

این اقدام بانک مرکزی در راستای ساماندهی وضعیت فروش ارز مسافرتی است؛ پیش از این و براساس دستورالعمل بانک مرکزی برای همه مسافران اعم از سفر هوایی، زمینی و دریایی، برای سفر به کشورهای نیازمند به دریافت روادید یا غیر از آن به طور یکسان ۲ هزار و ۲۰۰ یورو یا ۲ هزار و ۴۰۰ دلار بود. با این حال، بازرسی‌های صورت گرفته توسط دستگاه‌های نظارتی و گزارش‌های مردمی حکایت از برخی تخلفات در این زمینه داشت و براساس تصمیمات اتخاذ شده در نهاد ناظر پولی مقرر شد براساس تکلیف دولت، بانک مرکزی در سرفصل‌های مسافرتی تغییراتی اعمال کند. براین اساس؛ سرفصل‌های ارز مسافرتی به سه طبقه تقسیم شده‌اند که به سفرهای هوایی با روادید ۲ هزار یورو، سفرهای هوایی بدون روادید ۳۰۰ یورو و سفرهای زمینی، ریلی و دریایی ۳۰۰ یورو ارز مسافری تعلق می‌گیرد.

بانک مرکزی تأکید کرده است که این اقدام در راستای ساماندهی وضعیت فروش ارز مسافرتی انجام گرفته و هیچ‌گونه کمبود ارزی از این نظر وجود ندارد.

تداوم سیاست افزایش تولید اوپک پلاس

❖ ۲۳ کشور عضو سازمان کشورهای صادرکننده نفت و متحدانش (اتلاف اوپک پلاس) در بیست‌و‌چهارمین نشست خود، بر سر افزایش ۴۰۰ هزار بشکه‌ای تولید روزانه در ماه فوریه (بهمن — اسفند) به توافق رسیدند.



به گزارش وزارت نفت، براساس تصمیم ۱۴ دی‌ماه نشست وزیران نفت و انرژی اوپک پلاس، تولید نفت خام کشورهای عضو این ائتلاف بدون توجه به آزادسازی ذخایر نفت خام راهبردی ازسوی آمریکا و چین و شیوع سویه امیکرون، ۴۰۰ هزار بشکه افزایش می‌یابد.

اوپک و متحدانش در نوزدهمین نشست خود در ماه ژوئیه توافق کردند هر ماه تولیدشان را در مجموع ۴۰۰ هزار بشکه در روز افزایش دهند تا به محدودیت عرضه ۵ میلیون و ۸۰۰ هزار بشکه در روز پایان بخشند، این تصمیم از ماه اوت اجرایی شده است.

اوپک پلاس در واکنش به فروپاشی تقاضا در اوج بحران شیوع ویروس کووید ۱۹-، تولید خود را از ماه مه سال ۲۰۲۰، ۹ میلیون و ۷۰۰ هزار بشکه در روز معادل حدود ۱۰ درصد از تقاضای جهانی محدود کرد، اما پس از آن زمان با بهبود تقاضا، محدودیت عرضه را به مرور تسهیل کرده است.

اعضای این ائتلاف تصمیم گرفتند بیست‌و‌پنجمین نشست مشترک ائتلاف اوپک پلاس دوم فوریه (۱۳ بهمن‌ماه) برگزار شود.