

راه نو در اصلاحات اقتصادی

ساعت ۲۴ - خوشبختانه هنوز رقابت میان گروه‌های سیاسی با دیدگاه‌ها و راهبردهای گوناگون یک راه برای کارشناسان و فعالان اقتصادی برای طرح و بررسی و آرایه دیدگاه در مسائل اقتصاد ایران را باز گذاشته است. بیان واقعیت‌های اقتصادی کشور از سوی مقام‌های ارشد دولت فعلی و نیز دفاعیه دولت پیشین همان راهی است که بازمانده و کاستی‌ها و کجی‌های سیاست‌گذاری اقتصادی، صنعتی، تجاری و پولی و بانکی را نشان می‌دهد. حقیقت و کانون و هسته مرکزی و نقدهای نوشته و گفته شده درباره اقتصاد ایران از سوی آگاهان این است که اداره کشور نیاز به اصلاحات دارد.

جدا از اینکه نقش و سهم تحریم‌های اقتصادی در تخریب اقتصاد ایران چقدر بوده و هست، بیشتر کارشناسان باور ژرف دارند که سیاست‌گذاری‌های ناکارآمد همه دولت‌های پیشین در هر حوزه از جمله سیاست‌های ارزی و پولی و تجاری و نیز سیاست‌های صنعتی نقش و سهم پررنگ و بالایی دارند. چرا چنین است؟ واقعیت غیرقابل انکار این است که با آمد و شد هر دولت با هر تمایل سیاسی و برنامه اقتصادی کارشناسان، مدیران ارشد و مدیران میانی سیاسی و اقتصادی تازه‌های برای وزارتخانه‌ها و صدها سازمان، موسسه و شرکت و سازمان دولتی تغییر می‌کنند. این دگرگونی گسترده موجب می‌شود دولت‌ها حتی با نیت خیر به این دلیل که گروه تازه آمده فاقد تجربه اجرایی و تخصصی در بخش‌های گوناگون است راه‌های طی شده را کنار گذاشته و می‌خواهند از اول طرح تازه بریزند.

این وضعیت از یکسو به کنار گذاشتن تجربه‌های پیشین منجر می‌شود و از سوی دیگر طرح‌های خام بر روی میز اجرا گذاشته می‌شود. اینگونه شده است که اکنون مدیران مستقر با انبوهی از تنگناها در بخش‌های صنعت و کشاورزی و تجارت روبه رو شده و به مخصصه افتاده‌اند. راه‌گریز از این تکرارهای زاینبار چیست؟ یک راه این است که برنامه‌های دراز مدت با حضور همه کادرهای ورزیده در هر بخش تهیه و به عنوان سند بالادستی به تصویب بالاترین نهادها برسد و هیچ دولتی نتواند از این سند بالادستی عبور یا عدول کند البته تجربه سند بیست ساله توسعه تا ۱۴۰۴ نشان داد این راه باید سفت و سخت‌تر از چیزی باشد که بوده است.

یک راهبرد دیگر که تجربه و دانش نشان داده است و می‌توان آن را با نشانه‌های روشن در بسیاری از کشورهای کامیاب اقتصادی دید ایجاد تعادل و توازن قوای واقعی میان نهاد دولت و نهادهای خصوصی و غیردولتی در بخش‌های گوناگون فعالیت‌های اقتصادی است. نهادهای خصوصی انباشتی ارزشمند از تجربه و دانش برای اداره هر فعالیت دارند که شوربختانه از سوی نهادهای دولتی به عمد یا به سهو نادیده گرفته شده است. در حالی که مدیران تشکلهای خصوصی و نهادهای مدنی در ایران بارها و بارها تصریح کرده‌اند که نمی‌خواهند در مسائل حاکمیتی وارد شوند و قصد آنها در اصرار برای حضور در نهادهای تصمیم ساز و تصمیم‌گیر آسان‌سازی فعالیت‌ها و کارآمدسازی تصمیم‌ها است اما دیدگاه‌های دولت‌گرا این را قبول نکرده‌اند. نهاد دولت و سایر نهادهای اصلی اداره‌کننده کشور باید با استفاده از کامیابی کشورهای دیگری که در آنها از نیروی دانش و تخصص و تجربه مدیران و صاحبان صنعت و بنگاه‌های اقتصادی برای پیشبرد امور استفاده کرده‌اند، راه را برای مشارکت واقعی تشکلهای بازرگانی کنند. این یک حقیقت تلخ است که راه کارساز و کم‌دردسر مشارکت تشکلهای کارفرمایی در انتخاب بهترین راهبردها برای هر صنعت و فعالیت در ایران روندی واژگونه را سپری می‌کند. دولت‌ها با وعده مشارکت دادن تشکلهای در تصمیم‌سازی و تصمیم‌گیری رأی می‌آورند و هنگامی که به قدرت می‌رسند زیر قول خودشان می‌زنند. باید قانون بهبود مستمر فضای کسب و کار که یک قانون مادر به حساب می‌آید و نیز ماده ۷۶ قانون برنامه چهارم که در برنامه‌های توسعه دیگر نیز باقی مانده و در هردو قانون تصریح شده است دولت نمی‌تواند درباره یک فعالیت اقتصادی بدون حضور نمایندگان تشکل تخصصی مربوطه تصمیم بگیرد را اجرا کنیم.

بهمن دانایی - دبیر انجمن صنفی کارخانه‌های قند و شکر

آشنایی با خواص معجزه‌گر گیاه بن سور کوهی

بن سور کوهی، گیاه بسیار خوش بو بوده و از خانواده پیاز می‌باشد و شباهت بسیار زیادی به تره دارد. نام علمی این گیاه، **Allium jesdanum** می‌باشد و دارای نام‌های رایج دیگری نیز می‌باشد که می‌توان به نام‌های بن سور، بن سرخ، پیاز یزدی، لپو و سوره بنه اشاره کرد.

این گیاه در کوه‌ها به وفور یافت می‌شود و از گیاهان پایا بوده و بسیار مقاوم می‌باشد و در شرایط بد نیز رشد می‌کند. این گیاه، اغلب در عراق و نواحی غربی ایران بسیار زیاد رشد می‌کند و شما می‌توانید در این ناحیه، این گیاهان را به وفور یافت کنید.

برگ‌های این گیاه، شبیه به تره می‌باشد و از خانواده لیلیاسه است. رشد آن، حدوداً ۵۰ سانتی متر می‌رسد و اگر در ارتفاعات رشد نماید، به نوع وحشی شهرت پیدا می‌کند و می‌تواند در ارتفاع ۱۸۰۰ تا ۲۶۰۰ متری نیز رشد نماید.

بسیاری از افراد قبل از این که از گیاهان به عنوان دارو استفاده کنند، به دنبال طبع آن می‌باشند؛ زیرا، بسیاری از افراد هستند که نمی‌توانند از طبع‌های گرم و یا حتی سرد استفاده کنند و جالب است بدانید، این گیاه، دارای طبع گرم می‌باشد.



سپیده حیدری
محقق و پژوهشگر
طب سنتی

خواص گیاه بن سور کوهی:

● این گیاه، دارای مقادیر بسیار زیادی از ترکیبات سولفیدی می‌باشد و بخش اصلی اسانس این گیاه را همین ترکیبات تشکیل داده‌اند. این گیاه، همچنین دارای مواد معدنی و ویتامین‌هایی می‌باشد که می‌تواند برای درمان بیماری‌ها و مشکلات بسیار مفیدند. از مهم‌ترین ویتامین‌هایی که در این گیاه یافت می‌شود، می‌توان به ویتامین A و ویتامین C اشاره کرد.

● استفاده از این گیاه، می‌تواند روزانه ۳۰ درصد از ویتامین‌های گفته شده و مفید برای بدن را تامین نماید. در واقع، این گیاه دارای آهن نیز می‌باشد و می‌تواند سیستم ایمنی بدن را تقویت نماید. تقویت سیستم ایمنی این امکان را به بدن شما می‌دهد تا با بیماری‌ها بهتر مبارزه کرده و در نهایت، از بروز یک سری از بیماری‌ها، مانند انواع سرطان‌ها پیشگیری نماید.

● خاصیت ضد درد و مسکن آن، از مهم‌ترین خواص آن می‌باشد. همچنین، این گیاه دارای فواید ضد عفونی‌کنندگی بوده و می‌تواند از رشد باکتری‌ها میکروب‌ها پیشگیری کرده و مشکلات عفونی درون بدن را بهبود می‌بخشد. از این گیاه می‌توانید به عنوان آنتی‌بیوتیک‌های شیمیایی استفاده کنید و نتیجه‌ای بهتر نیز دریافت نمایید.

نحوه استفاده از این گیاه بن سور کوهی:

یکی از روش‌های استفاده از بن سور و خواص آن، به صورت دمنوش، راه دیگر به صورت ادویه درون غذا و سومین روش استفاده از این گیاه، به صورت عرق‌های گیاهی می‌باشد.

خواص درمانی گیاه بن سور کوهی در انواع بیماری‌ها:

● **بن سور کوهی و درمان مشکلات گوارشی:** این گیاه می‌تواند برای مشکلات بسیار متفاوتی مفید واقع شود.

از این رو، نیاز است تا یک سری اطلاعاتی را در این زمینه بدست آورید و با آگاهی بیشتر از این گیاه برای درمان استفاده نمایید.

● مراقبت از کبد:

کبد، یکی از مهم‌ترین عضوهای بدن می‌باشد. از این رو، مراقبت از آن امری ضروری می‌باشد. بسیاری از غذاهایی که امروزه استفاده می‌شود، می‌تواند تاثیرات منفی بر روی سلامت کبد داشته باشد و آن را به مرور از بین برد. در واقع، امروزه به دلیل نداشتن رژیم غذایی مناسب، چاقی و اضافه وزن، کبد بسیاری از افراد تحت خطر قرار دارد و شما می‌توانید با استفاده از خواص بن سور کوهی کبد خود را تقویت نمایید.

● بهبود التهابات بدن:

این گیاه، دارای مقادیر بسیار زیادی از آنتی‌اکسیدان‌ها بوده و می‌تواند با رادیکال‌های آزاد مبارزه کرده و از آسیب زایی آن‌ها بکاهد و میزان التهابات را کاهش داده و نوعی درمان طبیعی برای مشکلات اکسیداتیو ناشی از مواد شیمیایی سمی باشد.

● درمان دردهای روماتیسمی:

روماتیسم، یکی از بدترین بیماری‌های التهابی می‌باشد و می‌تواند دردهای بسیاری را با خود به همراه داشته باشد. برای درمان دردهای این بیماری، از مواد گیاهی و روغن‌های خاصی استفاده می‌شود و بن سور کوهی نیز، از گیاهان مفید در درمان دردها می‌باشد.

● دفع سنگ کلیه:

سنگ کلیه، می‌تواند علل متفاوتی داشته باشد و

درمان‌های گیاهی زیادی برای این مشکل وجود دارد، ولی شما می‌توانید از دمنوش این گیاه برای دفع سنگ‌های کلیه خود استفاده کنید و سریع‌تر این مشکل را حل نمایید.

● بهبود سرماخوردگی:

با شروع پاییز و زمستان، معمولاً افراد زیادی دچار سرماخوردگی می‌شوند. این گیاه، مانند آویشن می‌تواند در برابر سرماخوردگی مفید بوده و این بیماری را در کم‌ترین زمان ممکن، درمان می‌کند. ویتامین C و آنتی‌اکسیدان‌های موجود در این گیاه، در این موارد بسیار مفیدند.

● درمان استفراغ و تهوع:

مشکلات بی‌شماری هستند که می‌توانند منجر به ایجاد تهوع و استفراغ شوند. شما می‌توانید با استفاده از این گیاه و خاصیت‌هایی که دارد، این مشکلات را کاهش داده و آن‌ها را از بین ببرید. در واقع، این گیاه دارای خاصیت آنتی‌باکتریال بوده و تمام بدن را ضد عفونی می‌کند.

● درمان دردهای شکمی:

از دیگر خواص بن سور کوهی، می‌توان اشاره کرد که در تسکین دردهای شکمی بسیار موثر بوده و آن را تسکین دهد. در واقع، بهتر است این دردهای را جدی بگیرید؛ زیرا، بسیاری از آن‌ها می‌توانند نشانه‌ای از بیماری‌های جدی باشند و اگر می‌دانید که این دردها جدی نیستند و هیچ بیماری زندگی شما را تهدید نمی‌کند، می‌توانید برای تسکین دردهای خود از دمنوش این گیاه استفاده کنید.



پاک‌سازی بدن با رویکرد سینا درمانی

در طب ایرانی، پاک‌سازی از اصول شش‌گانه ضروری برای حفظ سلامتی محسوب می‌شود و به طرق مختلفی صورت می‌گیرد. بدن‌های بسیاری از افراد جامعه، پر از مواد زائد و بد انباشته‌هایی است که روزانه آن را با خود حمل می‌کنند؛ بد انباشت، به تجمع مواد زائد در بدن بین اجزای اعضا و بافت‌ها گفته می‌شود، مواد مزاحمی که همبستگی بین سلول‌ها را از بین می‌برند و سبب ایجاد اختلال در کار و عملکردهای بدن و ارتباطات بین سلولی می‌شوند. در واقع، این مواد زائد، نوعی اختلال در بودجه رسانی به مملکت بدن پدید می‌آورند که باید به روشی اصولی و صحیح پاک‌سازی و دفع شوند. سینا درمانی (SINA therapy)، رویکرد خاصی از پاک‌سازی و درمان است که براساس اصول طب ایرانی پایه ریزی شده است. پاک‌سازی به این روش، سبب اصلاح تولید خون، افزایش خون‌رسانی به تمامی اعضا و سلول‌های بدن و خروج مواد زائد و بد انباشت‌ها می‌شود. در حقیقت، نوعی سونادمانی است که مبتنی بر شرایط افراد تنظیم شده است تا عوارض کمتر و اثرات درمانی بیشتری داشته باشد.

دکتر فاطمه عزیزاده و قاصلو

پزشک و پژوهشگر
طب ایرانی



هدف از سینا درمانی

از بدن را پیدا کنند. این مواد بد انباشت شده، قبلاً بین بافت‌ها و سلول‌ها گیر افتاده بودند و مانع تبادلات می‌شدند؛ نضح، در اصل، تغییر در پیوندهای بین مولکولی یک ماده است که با افزایش خون رسانی و رساندن حرارت به بافت، می‌تواند اتفاق بیفتد. در حقیقت، رویکرد سینا درمانی، با ایجاد نضح گسترده و سطحی در بدن، بد انباشت‌ها و مواد زائد بدن را آماده می‌کند تا قابل دفع شوند.

هدف این است که خون و حرارت، به تمامی نقاط بدن برسد. این حرارت، در حقیقت آن چیزی است که سبب هضم شده، باعث رشد و تکثیر و نضح و سپس، دفع می‌شود؛ نضح، به معنی پخته شدن ماده است که از حالتی به حالت دیگر تغییر شکل پیدا کند. در واقع، به معنی آماده سازی مواد زائد بد انباشت شده است که یا مجدد بازیافت شده، به مصرف سلول‌ها برسند و یا قابلیت دفع

راز و رمز قحطی

با بودن دریایی از پول

چند روز پیش بود که بانک مرکزی اعلام کرد تسهیلات پرداختی بانک‌ها در ۷ ماه منتهی به ابان امسال مبلغ ۲۳۳۱ هزار میلیارد تومان بوده است که در مقایسه با دوره مشابه سال قبل مبلغ ۷۴۸ هزار میلیارد تومان یا معادل ۴۷،۲ درصد افزایش داشته است. به رغم انتشار خبرهایی از این دست و خبرهایی که دولت از توزیع منابع تبصره‌های بودجه می‌دهد خبرهای پرشماری منتشر می‌شود و مدیران بنگاه‌های اقتصادی اعلام می‌کنند نقدینگی ندارند و بانک‌ها نیز می‌گویند بیشتر از این رقم اعلام شده نمی‌توانسته‌اند وام و اعتبار بدهند.

این درحالی است که هرروز خبرهایی هم می‌شنویم که نقدینگی و پایه پولی با شتاب در حال رشد‌های بالا هستند. به عبارت ساده‌تر ماشین چاپ پول به شکل‌های پیدا و پنهان در حال فعالیت پرشتاب هست و این یک معما شده و شهروندان و فعالان اقتصادی و سیاستمداران می‌پرسند چگونه است که هم پول فراوان در بازار هست و هم بنگاه‌ها گلایه دارند که پول نیست.

داستان پیچیده نیست و برای جواب دادن به این پرسش باید چند نکته را در کانون توجه قرار دهیم که به آنها اشاره می‌شود:

۱- درحالی که نرخ بهره وام‌های بانکی به گیرندگان منابع بانکی به ویژه شرکت‌ها و بنگاه‌ها در بدترین حالت ۲۵ درصد و نرخ تورم رسمی نزدیک ۴۱ درصد است چرا مالکان کارخانه یا مدیران کارخانه یا بنگاه اقتصادی و از همه مهم‌تر دولت همه نیرویشان را برای دریافت وام نگذارند. یکی از این کوشش‌ها هم گفت‌وگوی روزانه با رسانه‌ها درباره بی‌پولی در کشور و خسیس بودن بانک‌ها است.

۲- بانک مرکزی نیز در ارزیابی آمارهای پرداخت تسهیلات یک طرفد کهنه را سال‌هاست به کار می‌گیرد و درباره وام‌ها و اعتبارات به‌طور دقیق توضیح نمی‌دهد. علی‌طینیا وزیر اقتصاد دولت اول روحانی شاید از صادق‌ترین مدیران ارشد دولت‌ها بود که یک با ربا صراحت گفت: «برآوردها نشان می‌دهد چیزی حدود ۷۰ درصد تسهیلاتی که سیستم بانکی ارایه می‌کند از جنس استمهال است.» به عبارت دیگر بانک مرکزی هنگامی که می‌گوید در ۷ ماه منتهی به پایان مهر ۱۴۰۱ رقمی برابر با ۲۳۳۱ هزار میلیارد تومان تسهیلات پرداخته باید توجه کرد بخش اصلی این وام‌ها استمهال بدهی‌های قبلی است. به این ترتیب در حالی که آمارها نشان می‌دهد پول هست اما پشت پرده نشان می‌دهد پولی در کار نیست.

۳- واقعیت تلخ این است که نهاد دولت و شرکت‌های تابعه دولتی خود را به عمد به بیماری پول‌خواری مفت و آسان زده و از تفاوت نرخ بهره بانکی که خود تعیین می‌کنند و نرخ تورم بیشترین سود را می‌برند. در ماه‌های تازه سپری شده تصمیم‌های پولی و مالی دولت گونه‌ای اجرا شده که منابع بانک‌ها را زیر تیغ قرار داده است. انتشار حدود ۱۰۵ هزار میلیارد تومان و فروش ۸۰ هزار میلیارد تومان اوراق از ابتدای سال تا پایان آبان‌ماه طبق گزارش سازمان بورس و خزانه که ارزش مانده این اوراق دولتی را در بورس به ۴۳۷ هزار میلیارد تومان رسانده است از حجم انبوه این اوراق حکایت دارد که منابع در دسترس بخش غیردولتی را محدود می‌کند. گزارش مدیریت بدهی‌های عمومی خزانه نیز نشان می‌دهد در پایان خرداد ۱۴۰۱ بدهی‌های دولت به رقم ۱۳۷۶ هزار میلیارد تومان و بدهی‌های شرکت‌های دولتی به رقم ۱۴۵۱ هزار میلیارد تومان رسیده است؛ یعنی جمع بدهی‌های دولت ۲۸۲۷ هزار میلیارد تومان شده که حدود ۴۰ درصد تولید ناخالص داخلی است.

نکته - با توجه به سه نکته در بالا نگاشته شده می‌توان به این چیستان جواب داد که چرا هم پول هست؛ هم پول نیست.

خودروسازی در گرداب

گفت: حل مساله سهام تودلی که گره در حوزه مدیریتی و مالکیتی صنعت خودرو ایجاد کرده باید در اولویت قرار بگیرد. براساس بررسی انجام شده امیدوارم ظرف هفته‌های آینده وزارت صنعت مدل نهایی پیشنهادی خود را قطعی کند و ورود به واگذاری سهام خودروسازها، یک ورود دوراندیشانه تخصصی و بلندمدت با دل‌نگرانی نسبت به سرنوشت این صنعت در آینده باشد. رییس سازمان خصوصی‌سازی نیز درباره آزادسازی سهام وثیقه خودروسازان گفت: در شورای عالی اصل ۴۴ در ماه گذشته با دسترسی که رییس‌جمهوری ابلاغ کرده، مقرر شده سهام شرکت‌هایی که در فهرست واگذاری هستند آزاد شود. ظرف یک ماه باید این کار انجام شود و اگر این کار صورت نگیرد این اجازه به وزارت اقتصاد داده شده است که از محل سایر سهام موجود در فهرست واگذاری آنها جایگزین شوند. حسین قربان‌زاده ادامه داد: جلسات نهایی بین وزارت اقتصاد و وزارت صنعت تشکیل می‌شود و این وزارتخانه یک سند مشترک را به‌صورت شفاف اعلام می‌کند تا شاهد اقدام عملی برای واگذاری سهام شرکت‌های خودروسازی باشیم. او در مورد واگذاری سهام شرکت‌های زیرمجموعه یا تودلی شرکت‌های خودروسازی نیز گفت: سهم دولت در ایران خودرو ۵ درصد و در سایپا ۱۷ درصد است که ملاک نیست بلکه باید نگاه جامع‌تری به این داشت و زیرمجموعه‌های کل این دو شرکت به‌نحوی واگذار شود که هم نقدینگی داخل شرکت بیاید و هم شرکت‌ها به بهره‌وری و کارایی برسند.

سهام دولت در ایران خودرو و ۱۸ درصد در سایپا به‌طور کامل در وثیقه است؛ بنابراین ابتدا باید این وثیقه‌ها آزاد شود تا امکان واگذاری آن فراهم شود. بر همین اساس ماه گذشته رییس‌جمهور در نشست شورای عالی اصل ۴۴ دستور داد، سهام شرکت‌هایی که در فهرست واگذاری هستند ظرف یک ماه از وثیقه خارج و آزاد شود تا امکان واگذاری سهام این شرکت‌ها فراهم شود. طبق مصوبه شورای عالی اصل ۴۴ اگر این کار در این مدت انجام نشود وزارت اقتصاد مجاز است این سهام را از محل سایر سهام دولت جایگزین کند. با این دستور عملاً مسیر واگذاری سهام شرکت‌های خودروسازی هموار شد. حالا یک ماه بعد از صدور این دستور آنطور که وزیر اقتصاد در جریان سومین نشست بررسی نحوه واگذاری سهام خودروسازان اعلام کرد: ظرف هفته‌های آینده سهام وثیقه شرکت‌های ایران خودرو و سایپا آزاد خواهد شد و این به‌معنای فراهم شدن امکان واگذاری سهام این دو شرکت است. آنطور که وزیر اقتصاد در نشست هم‌اندیشی واگذاری سهام خودروسازان خبر داده است: در هفته‌های آینده سهام وثیقه خودروسازها با سهام‌های دیگر از سوی دولت که در نوبت واگذاری‌های فوری وجود ندارد، جایگزین خواهد شد. احسان خاندوزی افزود: با دسترسی که به رییس سازمان خصوصی‌سازی دادم طی هفته‌های آینده سهام وثیقه خودروسازها با سهام شرکت‌های دیگر دولتی که در نوبت واگذاری‌های فوری نیستند، جایگزین خواهد شد. او در مورد واگذاری سهام تودلی شرکت‌های خودروسازی نیز

با وجود آنکه آزادسازی سهام در وثیقه شرکت‌های خودروسازی هم‌اکنون مهم‌ترین مانع در برابر خصوصی‌سازی سهام شرکت‌های ایران خودرو و سایپا است با این حال واگذاری سهام این شرکت‌ها با چالش‌های دیگری با عنوان قیمت‌گذاری دستوری نیز مواجه است. در شرایطی که در وثیقه بودن سهام شرکت‌های خودروسازی به مانع بزرگی بر سر خصوصی‌سازی در این صنعت تبدیل شده روز گذشته وزیر اقتصاد گفت: در هفته‌های آینده سهام وثیقه خودروسازها با سهام‌های سایر شرکت‌های دولتی که در نوبت واگذاری‌های فوری نیستند، جایگزین خواهد شد. با این کار امکان واگذاری سهام خودروسازان در روزهای آینده فراهم می‌شود.

سیدابراهیم ریسی، رییس‌جمهور در جریان بازدیدی که اسفند ماه پارسال از شرکت‌های خودروسازی داشت با صدور یک فرمان ۸ ماده‌ای از وزیر صنعت خواست تا ظرف ۶ ماه مقدمات واگذاری سهام این شرکت‌های خودروسازی به بخش خصوصی را فراهم کند. با وجود اینکه مهلت تعیین شده از سوی رییس‌جمهور ۲ ماهه قبل به پایان رسید اما هنوز امکان واگذاری سهام شرکت‌های سایپا و ایران خودرو فراهم نیست. علت این است که بخشی از سهام دولت در این دو شرکت در وثیقه بانک‌هاست. در گذشته شرکت‌های خودروساز به‌دلیل مشکلات مالی بخشی از سهام خود را برای دریافت تسهیلات بانکی در وثیقه گذاشته‌اند، بنابر این تا زمانی که سهام وثیقه شده آزاد نشود امکان واگذاری سهام این دو شرکت وجود ندارد. هم‌اکنون ۵ درصد از

اساس درمان در طب سنتی

همه می‌دانیم که در طب سنتی ایران، اساس درمان‌ها بر پایه‌ی شناخت مزاج و سوء مزاج‌ها بیان شده است. لازم به ذکر است، پاکسازی و اصلاح خونسازی، مقدم بر اصلاح مزاج و استفاده از درمان‌های دارویی است. گاهی بدن افراد، چند نوع مزاج از خود نشان می‌دهد. خیلی از افراد جامعه نیز سوء مزاج دو تکه دارند. شخص دست‌ها و پاهایش سرد است، ولی از درون به شدت گرم است. در این اشخاص، حرارت وجود دارد ولی درون احشاء و دستگاه گوارش حبس شده است و سبب ایجاد عوارض می‌شود. از طرفی، حرارت به انتها نمی‌رسد و دست و پاها سرد است. در این افراد، نه می‌توان تدابیر سوء مزاج سرد را به کار برد (سردی اندام‌ها بدتر می‌شود و دچار کرختی و سنگینی بدن می‌شوند) و نه می‌توان تدابیر سوء مزاج گرم را به کار برد (نفخ و یبوست و گرگرفتگی بدتر می‌شود). مشکل در این افراد، اختلال خونسازی است؛ قلب، خون کافی

تولید نمی‌کند و خون کافی را به نقاط دوردست بدن نمی‌فرستد و بر سر راه خون رسانی، موانعی هست که مانع از رسیدن خون و حرارت به انتهای ترین سلول‌ها می‌شود؛ این انتهای ترین سلول، می‌تواند ناخن دست یا پوست پا و یا سلول خاکستری قشر مغز باشد. در حقیقت، خون مانند برق بدن است؛ برق باید به درستی تولید شده و به درستی توزیع شود و به همه‌ی قسمت‌های بدن برسد تا دستگاه‌های مختلف، احشا، اعضا و تمامی سلول‌ها بتوانند درست کار کنند. اگر تولید برق دچار مشکل شود و یا این که به درستی توزیع نشود، عملکرد دستگاه‌ها از حالت طبیعی خارج می‌شود. براساس همین اصل، اگر خون رسانی بیشتر شود، حرارت خون به قسمت‌های مختلف بدن می‌رسد و سبب اصلاح عملکرد بدن خواهد شد. ایجاد خونسازی بهتر، یعنی آن که مواد غذایی، آئیم‌ها، سلول‌ها، انرژی، حرارت، رطوبت و تمام مواد لازم برای رشد و نمو و ایضاً دارو به بافت‌ها و سلول‌ها برسد.

فقر در ایران مزمن نشود

شهروندان ایرانی از بس هر روز تهیدست‌تر می‌شوند توانایی فریاد کردن را نیز ندارند یا اینکه با بردباری و مدارای شگفت‌انگیز خود نظام سیاسی را گمراه می‌کنند تا رئیس‌جمهور با تحلیلی اشتباه در سفر تازه‌اش بگوید مردم در برابر تحریم‌ها خم به ابرو نمی‌آورند. این رخداد شگفت‌انگیزی که در دهه تازه سپری شده شتاب گرفته و ایرانیان در آتش تورم غیرقابل مهار می‌سوزند بی‌چون و چرما به نقطه ناشناس و با ریسک بالا می‌رسد. در روزهای تازه سپری شده سه اقتصاددان ایرانی با استناد به آمارهای کارشناسی هر کدام به زبانی این داستان تلخ فقیرتر شدن شهروندان را بازگو کردند.

دکتر سیدهادی موسوی نیک اقتصاددان جوان و رییس دفتر مطالعات فقر در دولت دوم روحانی در وزارت کار نوشته است «طی دهه گذشته به‌طور متوسط ۳۴ درصد از درآمد سرانه ایرانیان کاسته شده است؛ این در حالی است که درآمد سرانه جهانی طی این دوره دست‌کم ۱۳ درصد رشد داشته است. به عبارت دیگر هر ایرانی جدا از جدا روزانه برای امرار معاش، زندگی‌اش را حدود ۵۰ درصد از آنچه فاصله خود با جهان در ده سال قبل تصور می‌کرد عقب‌تر می‌بیند.» پیش از این اقتصاددان جوان مسعود نیلی استراتژیست اقتصاد ایران نیز نوشته بود که ایرانیان ۳۷ درصد از قدرت خرید خود را از دست داده‌اند و سال‌ها طول می‌کشد اگر تازه تولید ناخالص داخلی سالانه ۸ درصد رشد کند به جایی برسد که در اوایل دهه ۱۳۹۰ بوده است. در همین روزهای تازه سپری شده فرهاد مومنی در یک میزگرد اقتصادی به همین ارقام اشاره و تصریح کرد همین که شهروندان ایرانی برای جلوگیری از فقر بیشتر اعتراض نمی‌کنند باید هراسناک باشیم.

پرسش این است: آیا شایستگی و سهم شهروندان ایرانی فقیرتر شدن بیشتر است؟ هیچ آدم شرافتمندی نمی‌تواند این را بگوید اما شوربختانه اداره کشور گونه‌ای شده است که این اتفاق تلخ رخ داده و تا چشم کار می‌کند روشنی نیز دیده نمی‌شود. چگونه است که پس از جنگ ۵ دولت با گرایش‌های سیاسی گوناگون بر سر کار آمده‌اند و در برآیند کارشان فقیرتر شدن مردم است. پرسش بعدی این است که روند خطرناک فقرسازی در ایران تا کجا و تا چه زمانی ادامه دارد؟ اصولاً آیا توانایی فنی و اندیشه‌ای برای جلوگیری از این روند وجود دارد؟ کاش کسی چیزی بگوید، کاش کسی کاری کند، کاش دلسوزی پیدا بود که جلوی این روند را بگیرد. شایسته نیست ایرانیان این میزان آسیب ببینند.

روش‌های مختلف پاک سازی در سینادرمانی

از نوع لباس‌های بادگیر، نوع خاصی از تعریق ایجاد می‌شود که سبب باز شدن منافذ بدن و افزایش خون رسانی می‌شود. سینادرمانی ۵؛ در سینای ۵، از آب‌زن آب گرم و نمک استفاده می‌شود، با اصول و شرایط خاص که البته، هر کدام دستورالعمل و اصول خاصی داشته و پزشک معالج، بسته به شرایط فرد ممکن است تجویز کند. در این رویکرد درمانی، قلب و تقویت آن، نقش اصلی در درمان را دارد.

پاک سازی در سینادرمانی، به روش‌های خاصی صورت می‌پذیرد و بسته به مقدار بد انباشته، علایم سلامت، سن و شرایط افراد، رویکرد درمان نیز متفاوت است. سینادرمانی ۳؛ برای مثال سینای ۳ که اغلب برای کودکان تجویز می‌شود، به صورت روغن مالی دست و پاها با روش خاص است. سینادرمانی ۶؛ در سینای ۶، با استفاده از لباس مخصوص

اهمیت ورزش کردن



درمانی دیگری ایجاد عرضه کند و یا کم فایده باشد. در حقیقت، باید بگوییم در رویکرد سینادرمانی، پزشک خادم طبیعت است؛ طبیعت در بدن فعالیت می‌کند و پزشک به آن کمک می‌کند تا به فعالیت خود به نحو احسن عمل کند.

در کنار پاک سازی‌ها، ورزش‌های خاص و مناسب هر فرد توسط پزشک متخصص سینادرمانی تجویز می‌شود و مقدار و زمان ورزش، طوری تنظیم می‌شود که خون رسانی در بهترین حالت رخ بدهد و عروق باز بمانند و قلب تقویت شود. شرایط و علایم بالینی هر فرد است که نوع ورزش و تعداد دفعات و زمان ورزش‌ها را تعیین می‌کند.

در سینادرمانی سعی بر آن است که دارو به ندرت تجویز شود؛ در نتیجه، هزینه درمان‌ها و البته عوارض، به نسبت سایر درمان‌ها بسیار کمتر و ناچیز است و تجربه دیده شده است که اثر بخشی آن بالاست. در این روش، فرد به راحتی می‌تواند در منزل از درمان‌ها استفاده کند و نیاز به مراجعه مکرر به مرکز درمانی نیست. البته، لازم به ذکر است که بسته به نوع علائم و نوع بدانباشت‌ها، زمان رسیدن به نتیجه در افراد مختلف، متغیر است.

در سینا درمانی با اصول درست، اصل بر این است که سلامتجو به هیچ عنوان در طول درمان، ضرری نبیند؛ در نتیجه، توصیه می‌شود حتماً طبق اصول و جزییاتی که پزشک متخصص طب ایرانی آشنا به سینادرمانی برایتان توضیح داده است اقدام کنید، در غیر این صورت، می‌تواند مثل هر روش

و مقام‌های مسوول درباره آن اتفاق نظر دارند و باید درباره آن چاره‌اندیشی کرد. وزیر اقتصاد در این باره توضیح داد: نکته مهم این است که همه بر لزوم تغییر در نظام قیمت‌گذاری‌های غلطی که در صنعت خودرو وجود داشت، تأکید دارند و حرکت به سمت شفافیت و رقابت و حذف دلالی‌ها و واسطه‌ها مورد توجه است.

دارند، تمایلی ندارند که یک شرکت زیان ده را خریداری کنند. طبق آخرین اطلاعات هم‌اکنون جمع کل زیان انباشته شرکت‌های خودروسازی از مرز ۱۵۰ هزار میلیارد تومان فراتر رفته و بخش عمده آن ناشی از قیمت‌گذاری دستوری است. آنطور که وزیر اقتصاد دیروز اعلام کرد این موضوعی است که کارشناسان

اقتصاد و سازمان خصوصی‌سازی تا زمانی که قیمت محصولات شرکت‌های خودروسازی به‌صورت دستوری تعیین می‌شود خریداران به خرید سهام این شرکت‌ها تمایل چندانی نخواهند داشت؛ زیرا قیمت‌گذاری یکی از عوامل اصلی زیان ده بودن شرکت‌های خودروسازی است و مالکانی که قصد خرید سهام این شرکت‌ها را

با وجود آنکه آزادسازی سهام در وثیقه شرکت‌های خودروسازی هم‌اکنون مهم‌ترین مانع در برابر خصوصی‌سازی سهام شرکت‌های ایران خودرو و سایپا است با این حال واگذاری سهام این شرکت‌ها با چالش‌های دیگری با عنوان قیمت‌گذاری دستوری نیز مواجه است. به زعم کارشناسان و تأیید وزارت



ورزش از منظر طب سنتی

فوائد ورزش کردن، خارج نمودن این سموم از ماهیچه‌هاست. حجم ماهیچه‌ها در اثر ورزش کردن افزایش می‌یابد و گنجایش لازم را برای سوخت و ساز بهتر پیدا می‌کنند. یکی از اثرات ورزش کردن، تقویت ماهیچه‌هاست که به وسیله افزایش جریان خون، این امر صورت می‌گیرد. معمولاً کل غذایی که می‌خوریم، جذب بدن نمی‌شود و از هر غذایی، فضولاتی باقی می‌ماند که از طریق مدفوع، ادرار، عرق و... دفع می‌شود؛ اما همیشه مقداری از آن در بدن باقی می‌ماند که در اثر گذشت زمان، بیشتر و بیشتر نیز می‌شوند و جسم را دچار بیماری‌های مختلف می‌کنند. ورزش کردن، فضولات دفع نشده از طریق رقیق کردن، به صورت تعریق نمودن دفع می‌گرداند. ورزش، با از بین بردن رطوبت بدن که سبب سستی می‌شود، موجب استحکام عضلات، اعصاب، و ترها و رباطها می‌شود.

انواع ورزش در طب اسلامی:

ورزش عام: ورزش‌هایی است که تمام اعضای بدن را درگیر می‌کنند، مانند: ورزش دو، کشتی و... ورزش خاص: ورزش‌هایی است که عضو خاصی از بدن را درگیر می‌کنند، مانند «آواز خواندن» که سبب دفع فضولات سر می‌شود.

بهترین زمان برای ورزش:

بهترین زمان برای ورزش کردن، پس از خروج غذا از معده و کامل شدن هضم غذاست. در واقع، ورزش کردن در زمان گرسنگی و زمانی که تازه غذا میل شده است، مضر است.

چنان چه می‌خواهید پس از غذا ورزش

کنید، بعد از هر غذایی، زمانی حدود ۳

ساعت نیاز است تا بدن به حالت

مناسب خود برای ورزش

برسد. چنانچه می‌خواهید

به صورت ناشتا ورزش

کنید، حتماً مقداری غذای

لطیف میل کنید؛ مثلاً یک عدد

محمد ملک

پژوهشگر طب سنتی

در علم طب سنتی و اسلامی، ورزش کردن یکی از ارکان تدابیر سلامتی است و کلاً به هر فعالیت بدنی ورزش گفته می‌شود. ورزش کردن در هر سنی لازم و ضروری است و در همه سال‌های زندگی، حداقل ۳۰ درصد از سلامتی بدن، وابسته به ورزش کردن است. توصیه می‌شود، هر کس بنا بر نیاز جسم خود، ورزش مناسب را انتخاب کند. البته، علاوه بر نیاز جسم، علاقه و انگیزه روحی هم باید نسبت با آن ورزش، لحاظ شود. اما، ورزش پیاده‌روی برای هر مزاجی مناسب است. این ورزش، جزء ورزش‌های عام است و خواص بسیار زیادی نسبت به هر کدام از اعضا و اندام بدن دارد. به طور کلی، پیاده روی سودا زدا بوده و سبب تعدیل اخلاط می‌شود. لازم به ذکر است، پیاده‌روی در شیب ملایم به سمت بالا، برای ماهیچه‌های بالا برنده، و شیب ملایم به پایین، برای ماهیچه‌های پایین برنده مناسبند. همچنین، توصیه می‌شود هر روز، حداقل نیم ساعت نرمش در خانه و نیم ساعت متوالی، پیاده روی در برنامه روزانه خود قرار دهید و گاهی اوقات، با پای پرهنه یا کفش کف نازک روی قله‌های سنگ‌ها راه بروید؛ این کار، سبب خروج سودا از مغز می‌شود.

اثرات مهم و حیاتی ورزش کردن بر روی جسم انسان عبارتند از:

وقتی سموم در ماهیچه‌ها رسوب می‌شوند، موجب بیماری‌های مختلف می‌شوند. یکی از مهم‌ترین

دکتر طبیبیان: تورم‌سازی

همان دزدی مال مردم است

درباره پیامدهای نرخ‌های بالای تورم در ایران بارها و بارها گفته و نوشته شده و تأکید اقتصاددانان این است که افزایش نرخ تورم به معنای چپاول دسترنج حقوق و مزد بگیران است و تنها دولت و برخی گروه‌های رانت‌خوار از این افزایش بهره می‌برند. دکتر محمد طبیبیان در سایت تلگرامی‌اش با استفاده از یک نوشته طنزآلود در شبکه‌های اجتماعی درباره پیامدهای غارتگرانه نرخ تورم فزاینده نوشته و تصریح کرده است، در تورم گروهی مال خود را از دست می‌دهند و گروه پرشماری مالیخته به زیان دولت و رانت خوارانی که شاید در اوپا باشند باشند منتفع می‌شوند. به نوشته وی در زیر توجه کنید:

دزد آن سی و پنج راس گوسفند

مطلب زیر را در شبکه‌های اجتماعی دیدم که فرد خوش ذوق و تیزبینی نوشته‌اند. این نوشته بسیار بیان تمثیلی جالبی درباره تورم و آثار آن دارد. مطلب را ملاحظه بفرمایید پاسخ مختصر اینجانب هم در انتها آمده است. سال ۱۳۹۲ پدرم را تشویق کردیم به علت کهولت سن گوسفندان خود را فروخته و پول آن را نزد بانک سپرده بلندمدت بگذارند. تعداد چهل راس دام به قیمت روز هر راس دویست هزار تومان. کل پول حاصل از فروش مبلغ هشت میلیون شد که آن را نزد یکی از بانک‌ها سپرده بلندمدت با سود تقریبی بیست درصد سپرده نمود. طی هشت سال گذشته حدود دوازده میلیون و هشتصد سود گرفته که با جمع سپرده خودش بیست میلیون و هشتصد می‌شود.

حالا پدرم تا حدودی دچار کهولت سن شده و ایراد گرفته که من سود نمی‌خواهم لطفاً گوسفندانم را پس بدهید. با کل پول حاصل از سپرده خودش و سود حاصل ما فقط حداکثر پنج راس گوسفند می‌توانیم برایش خریداری کنیم. یعنی تعداد ۳۵ راس گوسفند کم می‌آوریم. این موضوع فرزندمان را دچار چالش عجیبی کرده و خواستار به کار گرفته شدن بهترین کارآگاهان پلیسی شده‌اند که دزد آن تعداد ۳۵ راس گوسفند را مشخص کند و یک قاضی عادل و آگاه نیز حکم عادلانه صادر کرده و علاوه بر تعداد ۳۵ راس گوسفند سود حاصل از شیر و پشم و زاد و ولد آن را محاسبه و به پدر برگرداند و اگر نه پدر به فرزندانش شک نموده و آنها را دزد گوسفندان خود قلمداد خواهد نمود. لذا از حادق‌ترین کارآگاهان حوزه اقتصاد و عادل‌ترین قضات حاضر در کشور خواهشمند است این موضوع را مورد بررسی و این مرد پیر کم شنوا را به حقوق خویش برسانند. به راستی چه کسی گوسفندان پدرم را دزدیده است؟

اما پاسخ من

پاسخی که هر کس می‌تواند به این پرسش بدهد این است که آن ۳۵ راس گوسفند را تورم دزدیده اما همه آن مال عاید ایجادکننده تورم نشده. بخشی نصیب دولت (به معنی کلی کلمه) که ایجادکننده تورم است شده و البته بخشی از آن بخش هم ممکن است صرف کار مفیدی شده باشد (داستان دخو را هم در پایین ملاحظه کنید). بخشی هم عاید رانت‌خوارها و بهره‌مند شوندگان از تورم مداوم شده که ممکن است هم‌اکنون در کانادا یا استرالیا و اروپا باشد (این که گوسفند مسروقه چطور می‌تواند از اقیانوس بگذرد سوال بس بی‌موردی است. به این رانت‌خوارها بدهید تا کره ماه می‌برند). بخش سوم هم ضایع شده یعنی ضایعه اقتصادی که تورم‌های بالا و تصمیم‌های بعدی برای کنترل دستوری قیمت ایجاد می‌کند. این از نوعی است که در اقتصاد به هزینه مرده مشهور است. یعنی جامعه پرداخت می‌کند و اما کسی دریافت نمی‌کند، مثل اینکه دود می‌شود. به همین دلیل هم کینز گفته بود، کاهش ارزش پول (که ناشی از تورم است)، چنان نیروهای تخریب اقتصاد را به کار می‌اندازد که حتی یک نفر از میلیون هم متوجه آن نمی‌شود. مردم فقط در مقطعی از زندگی متوجه می‌شوند که هر چه با زحمت و تلاش در فعالیت اقتصادی و زحمت کشی طی سالیان رسته‌اند پنبه شده (مثل تنزل ارزش و قدرت خرید حقوق بازنشستگی و پس‌انداز بانکی...) بدون اینکه متوجه شده باشند. و چنین است که گاهی هم خشمگین می‌شوند. و اما یادی کنیم از عبید ذاکانی قرن هشتم که طنزهایش گاهی مصداق می‌یابد. می‌فرماید دخو (یک شخصیت طنز داستانی) شب‌ها گوسفندی می‌دزدید و فردا گوشت آن را به فقرا صدقه می‌داد. به او گفتند این چه کاری است که تو می‌کنی؟ پاسخ داد صواب خیرات به گناه دزدی در، پوست و دنبه و سر گوسفند هم مفت چنگ خودم.

مصیبت‌های تلخ صنعت شکر

در هر دو بازار چه بازار خرید انحصاری توسط دولت و چه بازار فروش مستقیم شرکت‌های قندی به صورت یکسان و توسط دولت تعیین می‌شود؛ بنابراین در عمل تغییر این قانون، سود چندانی عاید شرکت‌های قندی نکرد. حتی وضعیت نقدینگی آنها را بدتر کرد؛ چراکه دولت فقط ۵۰ درصد شکر را پیش خرید می‌کرد و اقساطی که در طول سال پرداخت می‌کرد تنها برای ۵۰ درصد محصولات بود. لذا در صورتی که مشتری دیگری به موقع شکر را پیش خرید نمی‌کرد شرکت‌های قندی با کمبود نقدینگی مواجه می‌شدند. این اقدام اولین گام بود که شکر از قانون ماده واحده سال ۱۳۵۳ مجلس شورای ملی خارج می‌کرد. در اوایل دهه هشتاد قند و شکر از خرید انحصاری دولت خارج شد.

تحویل می‌شد این مساله به گونه‌ای بود که صاحب کارخانه قند و کارگر آن حتی اجازه نداشتند چای صبحانه خود را با شکر تولیدی خودشان شیرین کنند. نتیجه این قانون چه بود؟ به مدت ۳۰ سال هیچ کارخانه قند و شکر در ایران تاسیس نشد و فقط در اوایل دهه هشتاد شمسی چند کارخانه نیشکر با سرمایه دولتی و نه خصوصی افتتاح شد. قانون مصوب ۱۳۵۳ هم‌اکنون اعمال نمی‌شود اما بعد از گذشت ۴۶ سال توسط هیچ قانون جدیدی اصلاح یا ابطال نشده و هنوز عامل فرار سرمایه‌گذار از این صنعت است.

در اوایل دهه هفتاد تصمیم گرفته شد ۵۰ درصد شکر به صورت انحصاری توسط دولت خریداری شود و ۵۰ درصد دیگر با نرخ مصوب دولتی توسط شرکت‌های قند فروخته شود. قیمت

صنعت قند، قدیمی‌ترین صنعت مدرن کشور است. اولین کارخانه قند کشور در سال ۱۲۷۴ در جنوب تهران تأسیس شد؛ اما در این بازه یکصد و بیست و شش ساله همواره واردکننده شکر بوده‌ایم. بررسی تجربه پاکستان در همسایگی ما در صنعت قند و شکر، نشان می‌دهد توسعه این صنعت در ایران نیز امکان پذیر است. در مدت ۱۰ سال تولید سالانه شکر در پاکستان، رشد خیره‌کننده‌ای داشته است. در حالی که در ایران شرایط متفاوت بوده و عوامل مختلفی موجب سرکوب تولید شده است. برای مثال در سال ۱۳۸۵ واردات شکر بدون دلیل مشخص و کارشناسی شده چندین برابر شد و شرکت‌های قند و کشاورزان متحمل ضرر بسیاری شدند تداوم این نوع سیاست‌گذاری طی ۸ سال به صنعت قند کشور آسیب فراوانی

وارد کرد؛ به طوری که در اوایل دهه ۹۰ تولید به میزان ۱۰ سال قبل بازگشت. گرچه در دهه ۹۰ به‌طور متوسط تولید شرکت‌های قند در وضعیت مناسب‌تری قرار داشت ولی هنوز با شرایط جهش تولید فاصله زیاد دارند. در دوره بعد از انقلاب اسلامی وجود قانون مصوب ۱۳۵۳ در کنار قیمت غیر کارشناسی و دستوری شکر و همچنین خرید تضمینی چغندر قند، از موانع مهم رونق تولید بوده است. قیمت خرید تضمینی در سال‌های متمادی با نیازهای بازار و نظر کشاورزان و صنعت قند متفاوت بوده و حتی در زمان مقرر اعلام نشده است.

در سال ۱۳۵۳ قانون توزیع قند و شکر تولیدی کارخانجات کشور در مجلس شورای ملی تصویب شد. به موجب آن، همه قند و شکر تولید کشور به صورت انحصاری در اختیار دولت قرار می‌گرفت هر سال کل شکر تولیدی کارخانه‌ها با نرخ مصوب به دولت

قانون نحوه توزیع قند و شکر تولیدی

کارخانه‌های کشور

مصوب ۲۹/۱/۱۳۵۳

ماده واحده - کلیه کارخانه‌های قند و

تصفیه شکر کشور مکلفند قند و شکر تولیدی

را با نرخ مقرر دولتی برای توزیع در سراسر

مملکت منحصرأ در اختیار سازمان غله و قند

و شکر و جای کشور وابسته به وزارت تعاون

و امور روستاها بگذارند. مدیران و مسوولان

کارخانه‌های قند و تصفیه شکر که از مقررات

فوق تخلف نمایند همچنین اشخاصی که به

نحوی از انحاء در معاملات قند و شکر که

به‌طور غیرمجاز از کارخانه‌های مزبور خارج

شود با علم به آن دخالت نمایند علاوه بر

ضبط عین کالا مرتکب به حبس جنحه‌ای از

سه ماه تا یک سال و جزای نقدی معادل دو

برابر بهای کالا محکوم خواهد شد.

به جرایم موضوع این ماده در مراجع





دلار مهار ناشدنی و بیچارگی دولت

ساعت ۲۴ - ترندهای سیاسی از سوی مدیران نظام جمهوری اسلامی برای عادی نشان دادن وضعیت سیاست در کشور به ویژه سیاست خارجی با راهبرد مهار قیمت دلار و حتی راهکارهای درپیش گرفته شده بانک مرکزی توانایی مهار کردن دلار سرکش را ندارند. در سه ماه تازه سپری شده قیمت دلار بیست درصد افزایش را تجربه کرده است و به همین میزان اثر تورمی داشته یا در ادامه خواهد داشت. نافرمانی دلار در بازار ایران نشان می‌دهد باید راه بنیادین برای جلوگیری از ضعیف‌تر شدن ریال و نیز فقیرتر شدن مردم پیدا شود. دولت سیزدهم در برابر افزایش قیمت دلار مستاصل است.

قیمت هر دلار در بازار آزاد به دامنه ۳۸-۳۹ هزار تومان رسیده و یک جهش دیگر آن را تا مرز هر دلار ۴۰ هزار تومان می‌رساند. خیزش قیمت دلار و دیگر ارزهای معتبر در شرایطی رخ داده که رییس بانک مرکزی و نیز دولت دلار می‌گویند ذخایر اسکناس بانک مرکزی بیشتر از همیشه است و تأکید زیادی دارند برای کسری بودجه خود پول چاپ نکنند اما سرکشی دوباره دلار موجب شد شایعه استغای علی صالح‌آبادی، رییس بانک مرکزی سر زبان‌ها بیفتد. مهر سال گذشته گزارشی غیررسمی منتشر شد که در آن پیش‌بینی شده بود در صورت تداوم تحریم، نرخ دلار در سال ۱۴۰۱ به ۳۵ هزار تومان و در سال ۱۴۰۲ به ۴۶ هزار تومان برسد. این گزارش به سازمان برنامه‌بودجه منتسب شده بود و البته این سازمان هم گزارش نشست کرده به فضای مجازی را انکار نکرد و توضیح داد که گزارش منتشرشده در شبکه‌های اجتماعی در مرحله اولیه یک مطالعه بوده است. این سازمان در ادامه تأکید کرد که گزارش منتشرشده با فرض ادامه سیاست‌های گذشته تهیه و برای آگاهی از نظرات کارشناسی درون سازمان تهیه شده بود و هیچ‌گونه قابلیت انتشار و استناد ندارد. اما اکنون سال ۱۴۰۱ به پایان نرسیده و قیمت دلار از نرخ پیش‌بینی شده سازمان برنامه‌بودجه عبور کرده است.

به گزارش روزنامه شرق فعالان بازار ارز توضیح می‌دهند که تعیین سقف قیمت ۶۰ دلاری برای نفت روسیه، احتمالاً فروش نفت ایران را دشوارتر می‌کند و همین مساله می‌تواند منجر به کاهش درآمدی نفتی شود. اشاره این دسته از فعالان بازار ارز به خبری است که اخیراً رویترز منتشر کرده و بر مبنای آن گروه هفت و استرالیا اعلام کردند که برای فروش نفت روسیه سقف قیمت ۶۰ دلار قائل شده‌اند. بنا بر این گزارش علاوه بر اتحادیه اروپا، آمریکا، کانادا، ژاپن و انگلیس هم به این سقف قیمت پایبند خواهند بود و در ازای آن چنانچه روسیه نفت خود را با نرخ زیر ۶۰ دلار بفروشد می‌تواند نفت خود را با نفت کاشا، شرکت‌های بیمه، بیمه‌های انکابی و موسسه‌های اعتباری گروه هفت و اتحادیه اروپا به کشورهای ثالث ارسال کند.

ترنجبین و خواص درمانی آن

منظور، آن را با زیره ی سیاه مخلوط و دم کنید، سپس با صافی مشبک آن را جدا کرده و بنوشید.

● گل‌های ترنجبین در طب سنتی درمان بواسیر نیز می‌باشد.

● برای رفع عطش مفید است و تسکین سرفه و دل درد و مشکلات گوارشی است.

● عرق ترنجبین طبیعی که با آب چشمه درست شده باشد، اگر مدتی کم کم خورده شود، برای دفع سنگ کلیه و مثانه تا حدی مفید و موثر است.

● نوشیدن جوشانده ترنجبین و خاکشیر منجر به درخشان و شاداب شدن پوست بدن می‌گردد و جای جوش و انواع لک و کک و مک صورت را درمان می‌کند، به شرطی که طرف طبع سودا نداشته باشد.

● اگر مشکل بوی بد دهان دارید از شربت مخلوط ترنجبین و خاکشیر استفاده کنید. هر روز عصر یک لیوان از شربت ترنجبین و خاکشیر بنوشید.

● طرز تهیه ی شربت ترنجبین و خاکشیر: ابتدا ترنجبین را به مدت ۵ ساعت درون آب خیس کرده و پس از صاف کردن ۱ الی ۲ قاشق خاکشیر به آن اضافه و میل شود. نوشیدن این

آید برای افراد سرد مزاج، بسیار مفید است و برای افراد دیابتی نیز، در صورت خالص بودن، ضرری ندارد و حتی، درمان زخم‌های دیابتی و عفونت‌های بدن است.

فواید و خواص ترنجبین:

● هر روز صبح ۱۲ تا ۳۰ گرم (بستگی به سن و جنس افراد) از آن را در آب ولرم جوشیده حل کرده و میل نمایید. خاصیت محرک روده دارد و برای اجابت مزاج و افراد دارای یبوست، مفید است.

● تشنگی را بر طرف می‌کند و درد سینه را کاهش می‌دهد.

● برای دفع اخلاط کهنه و سوخته در بدن مفید بوده و مشکلات مزاجی را حل می‌کند. بدین منظور، ترنجبین را در آب پنیر محلی حل کرده و بنوشید.

● هر روز ۳۰ گرم از آن را در یک لیوان شیر گاو محلی تازه حل کرده و میل کنید.

نوشیدن مداوم آن، سبب تقویت نیروی جنسی می‌گردد، به شرطی که اصلاح طبع نیز، صورت گیرد.

● صدهای گوارشی و غر غر شکم را درمان می‌کند و برای تب نیز مفید است. بدین



محمد اسکندری

کارشناس و پژوهشگر طب اسلامی و مروج خام گیاهخواری در استان قزوین

مشخصات ظاهری:

ترنجبین یا ترنگبین، ماده ای شیرین است که به صورت شبنم بر روی گیاه حاج، خارشتر می نشیند که این شیرابه‌های قندی، بر اثر استفاده ی برخی حشرات مانند شپشک‌ها بر روی این گیاه مفید ایجاد می‌شود که به علت ایجاد شکاف به خارج تراوش می‌کند. در فصل گرما، روی برگ‌ها و شاخه‌های این گیاه قطرات آن در شب ظاهر می‌شود و بهتر است قبل از طلوع آفتاب آن را جمع آوری کرد. ترنجبین، دارای ترکیبات طبیعی قندی مانند فروکتوز، ساکاروز و تری ساکارید است که به راحتی در آب حل می‌شود.

موارد مصرف گیاه ترنجبین:

زنبور عسل علاقه زیادی به ترنجبین و شهد آن دارد و در مزارع خارشتر، در زمان مناسبی از این ماده ی شیرین می نوشند. لازم به ذکر است عسلی که از ترنجبین به دست می

قیمت‌گذاری دستوری فولاد را هم ذوب کرد

اما مانند مسکنی عمل می‌کند که به شرط اقدامات ممتد دیگر به موازات این راهکار می‌تواند اثر خود را در میان مدت نشان دهد. راهکار کوتاه‌مدت، نظام توزیع مناسب است. برحسب سابقه تاریخی شرکت فولاد مبارک به عنوان بزرگ‌ترین شرکت تولیدکننده فولاد. برای ظرفیت سنجی اقدام می‌کرد و بر اساس نیاز و با توجه به عملکرد شرکت‌هایی که نهاده‌های تولید آنها فولادهای فولادی است. سهمیه‌ای به آنها تخصیص داده می‌شد. کشف قیمت این محصولات نیز با عرضه بیست درصد محصولات به بورس کالا انجام شده و بر اساس آن قیمت فروش به شرکت‌های سهمیه گیر مشخص می‌شد. سپس فرایند مچینگ صورت می‌گرفت. از سال ۱۳۹۷ به دلیل ایرادهای مبنی بر عدم نظارت دولت بر عرضه محصولات، فرایند مچینگ حذف شد و وزارتخانه سهم شرکت‌ها را مشخص می‌کند و خریداری در بورس کالا به صورت عرضه اختصاصی یا عرضه عمومی صورت می‌گیرد.

ایراد این مدل این است که این بازار سهمیه با کارشناسی دقیق صورت نگرفته و سهمیه‌ها پایش نشده‌اند. لذا بازار سیاهی با حجم انبوهی از رانت تشکیل شده است. از این رو بهتر است جهت رفع این مشکل در کوتاه‌مدت فرایند مچینگ مجدداً اعمال گردد. البته این بهترین پاسخ در کوتاه‌مدت است و چنانچه برنامه‌های دیگری به موازات طرح شکل گیرد علی‌القاعده انتظار داریم در چند سال آینده این مشکل مرتفع شود و عرضه اختصاصی از بین برود. به‌طور کلی فرایند مچینگ در کوتاه‌مدت با اولویت‌بندی میان کارخانجات مختلف راهکار کوتاه‌مدت است. تولیدکنندگان ورق سرد، صنعت خودرو و لوزام خانگی در رده نخست اولویت مچینگ ورق گرم قرار می‌گیرند. بقیه صنایع در عرضه عمومی نیاز خود را برطرف می‌کنند. دقت شود که این دخالت در قیمت‌گذاری بازار اتفاق نمی‌افتد و در کوتاه‌مدت

می‌کنند سودهای هنگفتی برده و از طرفی بسیاری کارخانجاتی که فرآورده‌های فولادی جزئی از نهاده‌های آنهاست و از رانت و لابی بهره‌نمی‌برند دچار ضررهای شدیدی شده‌اند. متأسفانه قیمت‌گذاری دستوری بستر فسادهای سیستمی را فراهم کرده و تأثیر قیمت‌گذاری بر اساس مکانیزم بازار را در از بین رفتن رانت‌های اطلاعاتی نمی‌توان کتمان کرد.

راهکارها

در گام اول مهم‌ترین اقدام تفکیک سیاست‌های تعبیه شده در بخش فولاد تخت از طولی است. همانطور که اشاره شد. مکانیزم عرضه و تقاضا در این دو بخش با یکدیگر متفاوت بوده و نباید با یک دید به رفع مشکل این دو بخش نگاه کرد. در مقاطع طولی همان‌گونه که مطرح شد مکانیزم بازار به سبب مزاد عرضه سبب تعادل بازار خواهد شد و تنها اقدام مهم دولت دخالت نکردن در بازار و عرضه محصولات در بورس کالا بدون شروط محدودکننده برای تولیدکنندگان و خریداران است. این امر سبب به تعادل رسیدن بازار خواهد شد. سپردن مقاطع طولی به بازار ممکن است این نگرانی را ایجاد کند که کارخانجات با انگیزه صادرات بیشتر سبب کمبود این مقاطع در بازار داخل شوند، اما از آنجا که سهم ما از بازار جهانی مشخص است و با توجه به رقبایی که وجود دارند کشور ما نهایتاً قادر است سهم خود از بازار جهانی را ۱ الی ۲ درصد افزایش دهد و توانایی صادرات بیشتر از این وجود ندارد لذا مکانیزم بازار درست عمل خواهد کرد و تقاضای داخل بدون پاسخ نخواهد ماند.

اما در خصوص مقاطع تخت که مشکل اصلی صنعت نیز می‌باشد. راهکارهای پیشنهادی به دو سطح کوتاه‌مدت و بلندمدت طبقه‌بندی می‌شود راهکارهای کوتاه‌مدت راهحل بهینه حل مشکلات نیست

است که دولت در دستور کار قرار داده است. ریشه این مشکلات را باید در دولت‌های قبل جست‌وجو کرد چرا که پیشتر لایه‌های مختلف سیاسی در این کارخانه‌ها شکل گرفت و ظرفیت زیادی در این محصولات ایجاد شد. به‌طور مثال در پیک مصرف تقاضای میلگرد در کشور حدود ۱۰ میلیون تن و در حالت عادی میزان نیاز داخل کشور به میلگرد حدود ۷ الی ۷.۵ میلیون تن بود. اما برای مقاطع طولی که نهایتاً ۱۰ میلیون تن مصرف داخلی داریم حدود ۳۰ میلیون تن ظرفیت ایجاد شد. در پروفیل که وضعیت به مراتب بدتر است و حدود ۲ میلیون تن میزان مصرف داخلی کشور است و حدود ۲۰ میلیون تن مجوز گرفته شده و کارخانه احداث کرده ند. اینها گوشه‌ای از سیاست‌های سالیان پیش است که آثار خود را هم‌اکنون نشان می‌دهد. وقتی ظرفیت ایجاد شده مزاد وجود دارد. همیشه صنایع پایین دستی از وزارتخانه، تقاضای مواد اولیه دارند و به طبع آن وزارتخانه‌ها درصد روش‌های دستوری برای حل این مشکل خواهند بود.

مشکل بعدی قیمت‌گذاری دستوری در نحوه تولید خودش را نشان می‌دهد نرخ دستوری و بدون پیروی از بازار حامل‌های انرژی، سبب شده است گاز و برق را با قیمتی کمتر از قیمت تعادلی دریافت کنند و دولت در ازای این کار شرکت‌ها را موظف به استخدام نیروی کار در حدود سه برابر ظرفیت مورد نیاز می‌کند. این در حالی است که فولاد جزو صنایع انرژی‌بر و سرمایه‌بر تلقی می‌شود و تحمیل نیروی کار بیش از نیاز سبب افزایش هزینه‌های این شرکت‌ها می‌شود. اما مهم‌ترین مشکل ایجاد شده رانت و لابی‌گری است که منافع آن برحسب اعمال قیمت‌گذاری دستوری، به دلالت می‌رسد. در چند سال اخیر همواره کسانی که از رانت اطلاعاتی افزایش‌های قیمتی مطلع بوده یا با لابی‌گری از سهمیه‌های مختلف استفاده

پس از آنکه دولت با هدف جلوگیری از رشد قیمت‌ها و به دلیل افزایش نرخ ارز اقدام به دخالت در بازار و اعمال قیمت‌گذاری دستوری و اتخاذ برخی سیاست‌ها مانند جلوگیری از صادرات نمود همان‌گونه که پیش‌بینی‌های به عمل آمده مبتنی بر طبق تجربه‌های گذشته تصریح داشتند هیچ اتفاق مثبتی رخ نداد. این سیاست‌ها نه تنها جلوی افزایش قیمت‌ها را نگرفت. بلکه مسبب پرش‌های قیمتی متعددی نیز شد. در اواخر سال ۹۶ قیمت میلگرد ۳۵۰۰ تومان بود. در حالی که این قیمت در شهریور ۱۴۰۰ به حدود ۱۵۷۰۰ تومان رسیده است. همین مثال برای شکست پروژه قیمت‌گذاری دستوری به منظور جلوگیری از قیمت‌ها کفایت تا به ناکفایتی این سیستم پی ببریم سیاست قیمت‌گذاری که در خصوص جلوگیری از پرش‌های قیمتی اعمال شده قیمت تمام شده به‌علاوه مقداری سود است که تمامی کارشناسان صنعت فولاد اتفاق نظر دارند این شیوه تأثیری بر رفع کمبودهای داخلی نخواهد گذاشت.

برای ارایه شواهدی در خصوص ایجاد کمبودها در حالتی که قیمت‌گذاری دستوری اعمال گردد با تحلیل زنجیره فولاد شروع می‌کنیم. در ابتدای زنجیره ورق اسلب وجود دارد. ورق اسلب فولادی تبدیل به ورق گرم فولادی می‌شود و سپس ورق گرم به ورق سرد تبدیل می‌شود و نهایتاً ورق سرد به ورق گالوانیزه تبدیل می‌شود. در کشور ما مزاد ورق گالوانیزه وجود دارد و در شهریور ۱۴۰۰ حدود دو برابر نیاز داخلی تولید اتفاق می‌افتد. اما نکته تعجب برانگیزتر قیمت محصولات این زنجیره است. قیمت ورق گالوانیزه در بازار ۳۲۰۰۰ تومان و قیمت ورق گرم ۳۱۰۰۰ تومان است. به دلیل تقاضای زیاد و عرضه کم، قیمت ورق سرد بالاتر است و حدود ۳۴۰۰۰ تومان. یعنی محصولی که یک پله فرآوری می‌شود باید با قیمت کمتری در بازار از محصول قبلی خود فروخته شود و این حاصل قیمت‌گذاری دستوری

درمان آبریزش دهان کودکان

در طب سنتی

کوتاه، مفید، خواندنی

حکیم خیراندیش

علت آبریزش دهان: علت آبریزش دهان، می‌تواند ناشی از رطوبت و سردی معده باشد. همچنین، به احتمال قوی، کبد گرم هست که رطوبات معده را تبخیر کرده و موجب تصاعد بخارات شده و به سمت سر حرکت می‌کنند؛ یعنی حرارت تصرف می‌کند بر رطوبتی که در معده وجود دارد و بخش لطیف آن، تبخیر شده و به سمت سر حرکت می‌کند و پس از منعقد شدن در سر، به صورت آبریزش بینی و دهان دفع می‌شوند.

دلیل این که در شب این آبریزش بیشتر می‌شود، این است که در موقع خواب، حرارت به سمت داخل بدن می‌رود و این روند، بیشتر و زودتر انجام می‌گردد.

درمان آبریزش دهان:

برای درمان، بایستی معده و کبد، اصلاح شوند؛ یعنی، حرارت کبد تعدیل شده و رطوبت و سردی معده را نیز درمان نمود و این اصلاح، مستلزم تغییر سبک زندگی و اصلاح تغذیه می‌باشد که با توجه به شرایط و مزاج افراد می‌تواند گوناگون باشد. با این وجود، راهکارهای عمومی که می‌توان ذکر نمود به شرح ذیل می‌باشد:

- از زیر جناق سینه تا بالای ناف را با روغن بادام تلخ یا روغن سیاهدانه، روغن مالی نمائید و بادکش بگذارید و آن ناحیه را گرم نگه دارید.
- از مصرف غذاهای سرد و حتی گرم، پرهیز شود و غذای معتدل میل کنید؛ بهترین غذای معتدل، آبگوشت و حریره بادام می‌باشد.
- ملین (یا مسهل) و لطیف کننده باشد تا باعث دفع انگل شود.
- دارای طبع گرم و خشک باشد تا رطوبت‌های زائد را دفع کند.
- به تجویز طبیب حاذق باشد.



شربت، به دفع اخلاط بدن و رفع بلغم اضافه نیز، کمک کرده و احساس بهتری به شما دست می‌دهد و سبب کاهش بوی بد دهان خواهد شد. نوشیدن ۲ الی ۳ لیوان از شربت خاکشیر و ترنجبین (یا مخلوط عرق طبیعی ترنجبین به همراه یک قاشق چایخوری خاکشیر) به صورت روزانه و مداوم، سبب درمان شوره و خارش سر می‌شود. خوردن مداوم آن برای افراد مختلف با این ترکیب خوب است، مگر در برخی موارد خاص که بهتر است با طبیب طب اسلامی یا سنتی قبل از مصرف مداوم و روزانه آن مشاوره و مشورت صورت گیرد.

خواص ترنجبین برای نوزادان :

یکی از بهترین داروها برای زردی، دل پیچه، شکم درد و رفلكس نوزادان، استفاده از ترنجبین است که واقعا معجزه می‌کند. جهت درمان: حدود یک قاشق مرباخوری ترنجبین را در یک چهارم استکان آب جوش حل کرده و پس از صاف شدن و ولرم کردن، آن را به نوزاد خوراند. میزان مصرف ترنجبین، باید آن قدر باشد که با ایجاد اسهال ملایم، جرم‌های رسوبی و چسبیده به جداره ی روده ی نوزاد، پاک شود و دل درد و دل پیچه ی او تسکین یابد. بهتر است ترنجبین را صبح ناشتا به کودک خوراند و برای رفع زردی نوزاد، این کار را چند روز، به مدت هر چند ساعت یک بار انجام داد. دادن چند قطره در روز دم کرده برگ سنای مکی نیز برای زردی کودک بسیار مفید و تجربه شده است (دقت شود فقط روزی چند قطره). همین کار را با تخم گشنیز نیز، می‌توان برای رفع این مشکلات، انجام داد.

نکته :

ترنجبین، به علت طبع گرمی که دارد، مصرف زیاد آن برای افراد گرم مزاج، به صلاح نیست، چرا که سبب بالا رفتن حرارت و تب بدن آن‌ها می‌شود. لازم به ذکر است، برای افرادی که مشکل طحال دارند و افرادی که جوش‌های ابله مانند به همراه تب دارند و همچنین، کسانی که بیماری حصبه و اسهال خونی یا خون در ادرار و عفونت‌های حاد دستگاه تناسلی دارند نیز، مضر است .



آخوندی: رفتار چین در پشت کردن به ایران تعجب ندارد

بحث موضع‌گیری چین برای من هیچ تازگی نداشت. چین این رویه را سال‌هاست که اتخاذ کرده است. لیکن، گروهی در تهران به هر دلیلی نمی‌خواستند که نشانه‌های آن را ببینند. شاید هم به دلیل حجم فساد فوق‌العاده‌ای که پیرامون قراردادهای چینی وجود داشت و دارد. تا حد دو نمونه را برایتان ذکر کنم. یکی کلی و دیگری جزئی. ۱- چین سرمایه‌گذاری بسیار بزرگی در توسعه کریدور دریای عمان- بندر گوادر تا چین انجام داده است. پروژه‌ای که به گفته‌ای بیش از ۴۲ میلیارد دلار ارزش آن است. عبور از کوه‌های هندوکش با تمام نامنی‌های آن و کشور پاکستان از حیث مهندسی در مقایسه با عبور از یک مسیر موازی نسبتا مسطح از چابهار تا چین، و تا حد زیادی آماده بهره‌برداری و نیازمند سرمایه‌گذاری یک دهم آن پروژه به هیچ‌وجه قابل توجه نیست. بخش جاده‌ای آن تا حد زیادی موجود است و تنها نیاز به ارتقای سطح سرویس داد و بخش ریلی آن نیز تا حد زیادی اجرا شده است. تنها چیزی که این پروژه را با معنی می‌کند، دور زدن ایران است. در همان موقع من به چینی‌ها پیشنهاد کردم که شما بیاید روی این پروژه سرمایه‌گذاری کنید و اگر می‌خواهید وارد خاک افغانستان شوید، از طریق خواف-هرات و سپس تاجیکستان و قرقیزستان اقدام نمایند که کمترین هزینه را دارد. به قرقیزستان رفتم و با رییس‌جمهور آنجا صحبت کردم. ایشان گفت من نیز موضوع را با چینی‌ها طرح خواهم کرد. قرقیزها به شدت نیازمند این کریدور بودند. همین پیشنهاد را با تاجیک‌ها نیز در میان گذاشتم. چندین مکاتبه انجام دادم. لیکن، دریغ از کوچک‌ترین پاسخ. معلوم بود که آنها تصمیم گرفته‌اند ایران را دور بزنند، تا از حیث استراتژیک هیچ گونه وابستگی به ایران برای اتصال به دریای عمان و خلیج فارس نداشته باشند.

۲- پروژه برقی کردن راه آهن نهران-مشهد را با هدف سرعت ۲۰۰ کیلومتر در ساعت و با ظرفیت حدود ۴۰ میلیون مسافر در سال با مبلغی در حدود ۲ میلیارد دلار قطعی کردم. در سفری که آقای شی چین پینگ به تهران داشت، تنها قراردادی که امضا شد، همین یک قرارداد بود که خود او هم قبل از سفرش به تهران بر آن تاکید کرده بود که می‌خواهم این قرارداد در حضور من امضا شود. دقت کنید، قرار داد. نه یادداشت تفاهم. قرارداد یعنی همه مذاکرات درباره مسیر، مشخصات فنی، قیمت و جزئیات به نتیجه رسیده و همه چیز قطعی شده و دو طرف متعهد به اجرای پروژه شده‌بودند. پس از آن ما می‌بایست ۱۵٪ مبلغ پروژه را به صندوق پروژه تودیع کنیم. علیرغم تنگنای ارزی دولت، با هماهنگی مجلس شورای اسلامی، بلافاصله این کار انجام شد و امروز که این مطلب را می‌نویسم، این مبلغ در صندوق پروژه موجود است. یعنی چیزی در حدود ۳۰۰ میلیون دلار. برای شروع فعالیت، طرف چینی می‌بایست یک ضمانتنامه پیش‌پرداخت به طرف ایرانی می‌داد تا قرارداد فعال گردد. ضمانتنامه پیش‌پرداخت کمترین ریسک را دارد. چون در برابر آن، طرف قرارداد کل مبلغ را برداشت می‌کند. از آن تاریخ تاکنون، هنوز چینی‌ها این ضمانتنامه را در اختیار طرف ایرانی قرار ندادند و قرارداد امضا شده متوقف است.

وقتی که حضرات سیاست نگاه به شرق را مطرح کردند، من در موقع مسوولیت نبودم. لیکن، به دلیل وظیفه ملی از تعدادی از دوستان که فکر می‌کردم در تصمیم‌گیری‌ها یا دست‌کم در توجیه قضایا موثرند از جمله آقایان مصباحی مقدم، احمد توکلی و مرتضی نبوی وقت گرفتم و خدمتشان رسیم و گفتم، داستان از این قرار است. این اتکا به چین، امری موهوم است. لیکن، گوش اگر گوش تو و ناله اگر ناله من/آنچه البته به جایی نرسد فریاد است. و امروز باید شاهد پرده افتادن از چنین سیاستی باشیم. چه کسی باور می‌کند که سیاست‌مداران ایران تا این حد در امور اهرودی واقعیت‌گریز باشند. البته من هم چنان معتقد به همکاری با چین هستم. لیکن از روی هوشیاری و با حفظ منافع ملی.

صفحه واتساپ عباس آخوندی

نشده در بازار مالی است. در این حالت، پاره خط AD نشان‌دهنده مازاد تقاضای ایجاد شده است. از سوی دیگر مبادله در بازار سیاه در نرخ بهره بالاتری نسبت به نرخ بهره تعادلی صورت خواهد گرفت. این وضعیت در عمل به سازوکارهایی مثل سهمیه‌بندی وام و با تشکیل بازار سیاه (مانند فروش وام با نرخهای بالاتر منجر می‌شود. از دیگر امکان‌های تخصیص وام ممکن است فعال شدن سازوکارهای رانت‌جویی در کنار قدرت چانه‌زنی بنگاه‌ها در گرفتن وام باشد. در این شرایط گرچه نرخ بهره بانکی کمتر از نرخ بهره تعادلی است اما در عمل هزینه دسترسی به وام بالا رفته است. بنگاهی که در سهمیه‌بندی وام نگرفته است. در صورت مبادله آزاد در بازار در نرخ بهره‌های بالاتر از نرخ بهره تعادلی امکان مبادله دارد. پاره خط BC تفاوت نرخ بهره در این مبادله با نرخ بهره تعادلی را نشان می‌دهد. هر چه نرخ بهره دسترسی پایین‌تر از نرخ بهره تعادلی باشد. هزینه دسترسی به وام افزایش یافته و در مجموع نیز هزینه وام نسبت به حالت تعادلی افزایش می‌یابد. در صورتی که امکان مبادله مجدد وام وجود نداشته باشد. بنگاهایی که در سهمیه‌بندی وام بهره مند نشده‌اند عملا با هزینه دسترسی بی‌نهایت و در نتیجه هزینه بی‌نهایت اخذ وام مواجه خواهند بود.

اقتصاد مجموعه به هم پیوسته‌ای از بازارها است و اصلاحات اقتصادی باید با توجه به تعادل تواسمان این بازارها صورت بگیرد. به همین منظور در کنار اصلاح قیمت در بازار کالاها و خدمات اصلاح قیمت حامل‌های انرژی) اصلاحات در بازار سرمایه و بازار کار و اصلاح نرخ ارز نیز ضروری است. در مورد اصلاحات در بازار مالی با توجه به توضیحات ذکر شده افزایش سرمایه‌گذاری در صنایع نیازمند این است که در کنار اصلاح نرخ بهره، هزینه دسترسی به وام نیز کاهش یابد. هزینه دسترسی به وام در بازار مالی داخلی در صورتی که نرخ بهره از تعادل عرضه و تقاضا تعیین شود. به حداقل می‌رسد، اما هزینه دسترسی شامل هزینه دسترسی به انواع وام‌های خارجی نیز می‌شود.

استفاده از انرژی در صنایع در تولید صنایع تولید زغال کک و فلزات اساسی است. پس اصلاح قیمت انرژی دریافتی در فولاد به مراتب اهمیت بیشتری نیز پیدا می‌کند. اما به موازات این اقدامات بهبود سرمایه‌گذاری به یک بازار مالی با منابع کافی نیاز دارد. تا زمانی که نرخ بهره به صورت دستوری پایین‌تر از نرخ تعادلی آن نگه داشته شود منابع مالی به اندازه کافی تامین نمی‌شوند. در نتیجه، بهبود سرمایه‌گذاری در بلندمدت وابسته به سیاست‌های اصلاحی در مورد نرخ بهره است. در غیر این صورت، گرچه کارگاه‌های صنعتی به سوی سرمایه‌گذاری بیشتر روی سرمایه‌های با انرژی بری پایین جهت‌گیری کرده‌اند. ولی در عمل به علت محدودیت بازار مالی قادر به سرمایه‌گذاری بیشتر نخواهند بود. در نتیجه سیاست‌گذار با این مساله روبرو است که چگونه نرخ بهره تا نرخ تعادلی آن افزایش پیدا کند و در عین حال، هزینه‌های احتمالی این اصلاح کمینه شود.

هزینه وام از دو جزو تشکیل شده است. جزو اول نرخ بهره بانکی و جزو دوم هزینه دسترسی به وام است. اگر نرخ بهره به صورت دستوری پایینتر از نرخ بهره تعادلی تعیین شود. گرچه جزو اول کاهش یافته ولی جزو دوم افزایش پیدا کرده است. در این صورت به علت ایجاد مازاد تقاضای وام (یا کسری عرضه (وام در عمل سهمیه‌بندی وام روی می‌دهد. نتیجه اینکه برای برخی شرکت‌های فولادی دسترسی به وام ممکن نیست. در این صورت برای این صنایع هزینه دسترسی به وام بی‌نهایت است. در نتیجه اعمال نرخ بهره دستوری نه تنها به سرمایه‌گذاری بیشتر در این صنایع کمک نمی‌کند بلکه در عمل آنها را از دسترسی به وام محروم می‌نماید.

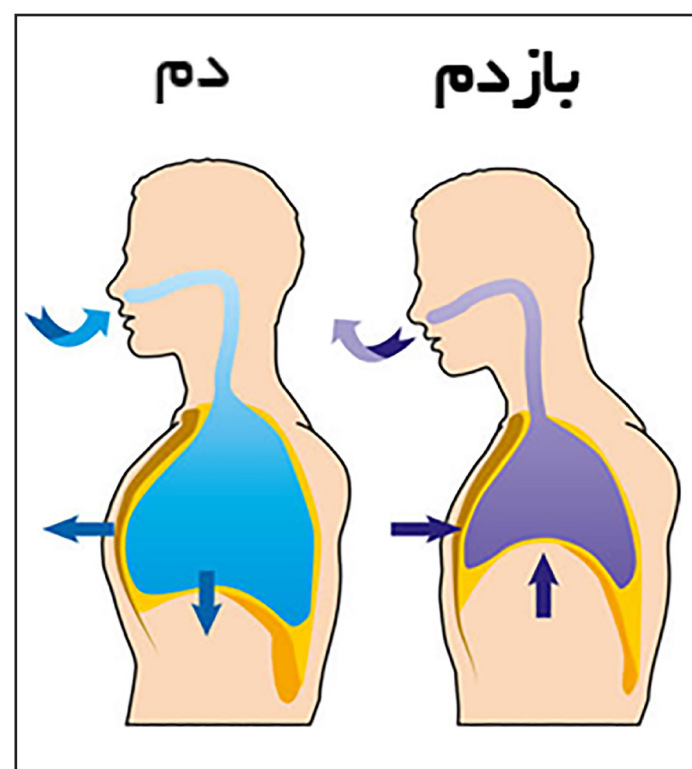
بدون دخالت دولت در تعیین نرخ بهره تقاطع منحنی عرضه و تقاضا در نقطه E تعادل مشخص‌کننده مقدار مبادله شده و نرخ بهره تعادلی است. در این نقطه نه مازاد تقاضا و نه مازاد عرضه وجود دارد. اگر دولت نرخ بهره را به صورت دستوری پایین‌تر از نرخ بهره تعادلی قرار دهد تقاضای وام افزایش می‌یابد اما چون منابع محدود می‌شود عرضه وام کاهش می‌یابد و نتیجه ایجاد تقاضای پاسخ داده

هم از طریق فرایند بورس کالا و بدون دخالت دولت انجام خواهد شد. تنها در کوتاه‌مدت تخصیص کارشناسانه سهمیه‌ها به منظور رفع مشکلات صنایع مختلف باید صورت گیرد. راهکار اصلی بلندمدت در مقاطع تخت افزایش ظرفیت‌هاست. به موازات افزایش ظرفیت‌ها باید حذف تدریجی سهمیه‌ها صورت گیرد و این سیاست نباید بصورت دفعی اتفاق افتد و وجود شیبی ملایم در اجرای آن ضروری است. در حوزه ظرفیت‌سازی با راه‌اندازی فولاد گل گهر تا حدودی این مشکل در سال‌های آینده حل می‌شود و به‌علاوه به تدریج با حذف سهمیه‌ها مکانیزم بورس کالا تماما می‌تواند بازار فولاد را مدیریت کند کما اینکه در حال حاضر هم شرکت‌های فولادی بیشتر تولیدات خود را در آن عرضه می‌کنند جدول ۶ میزان تولید و میزان عرضه به بورس را برای سه تولیدکننده اصلی فولاد در ۶ ماهه نخست سال ۱۴۰۰ نشان می‌دهد.

همانطور که مشخص است در ۶ ماهه نخست تمامی شرکت‌ها دست‌کم ۶۰ درصد تولیدات خود را در بورس کالا به فروش رساندند و برای دوره یکماهه شهریور ماه نیز ذوب‌آهن اصفهان حدود ۶۰ درصد فولاد مبارکه اصفهان حدود ۶۳ درصد و فولاد خوزستان حدود ۳۱ درصد از این مکانیزم بهره‌برده‌اند. لذا می‌توان ادعا کرد که سپردن تمام محصولات فولادی به بورس کالا در بلندمدت به هیچ عنوان دور از دسترس نیست.

راهکار بعدی اصلاح قیمت برق و گاز است. همانطور که در گزارش‌های پیشین حذف قیمت‌گذاری دستوری نیز به کرات تکرار شده که اصلاح قاعده قیمت‌گذاری انرژی مهم‌ترین رکن حذف قیمت‌گذاری دستوری است. در صنعت فولاد نیز باید این اصلاح صورت پذیرد. نمودار ۴ اطلاعات مصرف انرژی کارگاه‌های صنعتی با بیشتر از ده نفر کارگر و شدت مصرف انرژی در صنایع مختلف که در ادامه آمده‌اند نشان می‌دهند که کدام صنایع بیشتر از میانگین صنعت به‌طور سرنانه انرژی مصرف می‌کنند و کدام صنایع پایین‌تر از میانگین هستند. همانطور که مشخص است بیشترین

در کشمکش دم و بازدم



دکتر مجید انوشیروانی؛ متخصص طب سنتی ایرانی در گذشته، همه جا از هوای پاک پُرنشان بود گرچه نام نداشت؛ حالا هوای پاک در تقویم نام دارد، ولی نشانش نیست جز به کوهستان‌ها و دشت‌های دور... از ابوالحسن سهل پوشنجی از عارفان قرن چهارم هجری قمری نقل شده است: «تصوف، امروز نامی است بی‌حقیقت و پیش از این، حقیقتی بود بی‌نام؛ یعنی اندر وقت صحابه و سلف، این اسم نبود و معنی اندر هر کسی موجود بود، اکنون اسم هست و معنی نی».

اینک چهار نکته:

۱. هوا، نخستین امر از ششگانه گریزناپذیر (سته ی ضروریه) در مکتب طب حکمت بنیاد ایرانی است که سلامت غایی در قلب و مغز و پیوستار نفس - بدن به آن وابستگی تمام دارد و هوای آلوده ی کلان‌شهرها، این هر سه رکن وجود را در ساحات زیستی و روانی و اجتماعی و معنایی دگرگون می‌کند. تمثیل خوشایندی نیست، ولی گویی خود ما داریم این دُخان سوءمزاج‌آور بسیار گزند رسان را در وجود خودمان و فرزندانمان می‌دمیم و می‌دمیم.

۲. آلاینده‌های هوای ما، از آسمان به زمین نازل نمی‌شوند؛ بلکه از زمین به آسمان می‌روند؛ یعنی از همین جایی که همه ما ایرانی‌ها هستیم و رفتار می‌کنیم؛ جایی که در آن، برای بهبود هوا اولویت پژوهشی و تحقیق حقیقی داریم یا نداریم، جایی که دانش‌آموز و معلم و دانشجو و استاد خلاق و گره‌گشا می‌پروریم یا نمی‌پروریم، بودجه و اعتبارات کافی برای بهبود هوا تخصیص می‌دهیم یا نمی‌دهیم، آن بودجه را درست به کار می‌بریم یا نمی‌بریم، خودروی خوب می‌سازیم یا نمی‌سازیم و رفتارهای شخصی و جمعی برای بهبود هوا را تکرار می‌کنیم یا نمی‌کنیم.

۳. فقط و فقط بخشی کوچک از حل مساله بخرنج آلودگی هوا در حیطه طب و تدابیر پزشکی است. نگارنده پیش‌تر و پیش‌تر از نقل‌ها و گفته‌های کنونی، درباره تدابیر آلودگی هوا مطلب نوشته است اما در جایگاه یک شهروند ایرانی باید پرسیم که چرا و چگونه هوا هر سال آلوده‌تر می‌شود؟ چرا برای کاهش آلاینده‌ها کار موثری رخ نمی‌دهد؟ راه دور نرویم و به اگزوز اکثر اتوبوس‌های شهری نگاه کنیم که در اختیار یک سامانه مدیریت متمرکز است و ربطی به دستگاه موازی ندارد. آیا بهسازی ناوگان شهری اهمیتی در بهبود هوا ندارد؟ آیا گسترش وسایل حمل و نقل برقی یکی از راه‌های کارآمد نیست؟

۴. حفظ الصحه، فقط اندرزهایی نیست که ما پزشکان در مطب به بیماران سفارش کنیم. حفظ صحت مردمان این سرزمین کهن، وابسته به کوشش هم‌آهنگ سیستمی ملت دولت است و تا وقتی همه اجزاء به این موضوع اهتمام جدی نکنند، کار از سوی پزشکان سنتی یا مدرن، حتی با حضور ابن‌سینا و بقراط و جالینوس از سویی و رودلف ویرشو و لویی پاستور از سوی دیگر به سر و سامان نمی‌رسد.

رژیم غذایی رنگین کمانی، رژیم غذایی مناسب برای تقویت سیستم ایمنی بدن برای مقابله با آنفلوانزا

غذاهای آبی، نیلی و بنفش:

خوراکی‌های خشک، مانند خرما و انجیر خشک شده و آلو بخارا، گزینیهایی خوبی برای اضافه کردن به رژیم غذایی هستند، چرا که با وجود حجم کم خود، مقدار زیادی مواد مغذی دارند. دلیل این امر آن است که با حذف آب از خوراکی‌ها مواد مغذی و فیبر بیشتری در ماده غذایی تجمع می‌یابد. برای مقایسه، نیمی از یک فنجان زردآلوی خشک حاوی ۴.۷ گرم فیبر است اما نیمی از همان فنجان زردآلوی تازه تنها ۱.۶ گرم فیبر دارد. میوه‌های خشک، هم‌چنین منابعی غنی از آنتی‌اکسیدان‌ها و ویتامین B فولات هستند. اما نکته‌ای که نباید فراموش کرد، آن است که قندهای طبیعی نیز به همین میزان بیشتر در میوه‌های خشک تجمع یافته‌اند. گیاهانی چون اسفناج، سیب، جو، توفو، نخود و آجیل‌ها حاوی فیبر زیادی هستند. بنا بر گزارش سی ان ان، به طور حتم خارج از رژیم غذایی راه‌های دیگری نیز برای حفظ سلامت به ویژه در فصل آنفلوانزا وجود دارد. از جمله این راه‌ها می‌توان به نوشیدن کافی آب، داشتن خواب کافی، دریافت واکسن آنفلوانزا، شستن مرتب دست‌ها و اجتناب از تماس دست‌ها با صورت اشاره کرد.

مواد غذایی قرمز رنگ:

میوه‌هایی نظیر انگور قرمز، گیلاس، انار، هندوانه و سبزیجاتی مانند پیاز قرمز، چغندر، گوجه رنگی و ربواس که سرشار از لیکوپن‌ها هستند، مانند مواد غذایی با رنگ بنفش، سبب افزایش سلامت قلب، بینایی و تقویت سیستم ایمنی بدن می‌شوند. هم‌چنین، این مواد احتمال ابتلا به سرطان را کاهش می‌دهند که البته، در صورتی که به صورت کنسروی مصرف شوند، جذب لیکوپن آن‌ها افزایش پیدا می‌کند که این دسته از مواد، سبب افزایش اشتها نیز خواهند شد.

مواد غذایی با رنگ سفید و قهوه‌ای:

مواد غذایی با رنگ قهوه‌ای مانند موز، خرما و سبزیجاتی نظیر شلغم، قارچ و سیر، حاوی آلیسین هستند که سبب کاهش چشمگیر ابتلا به سرطان می‌شوند و خواص آنتی‌باکتریال و ضد عفونی دارند. باید توجه داشت که رژیم غذایی سالم و متعادل، رژیمی است که شامل تمامی میوه‌ها و سبزیجات از تمامی رنگ‌ها و مواد مغذی مختلف بوده و سلامت جسمی و روانی شما را تضمین کنند؛ بنابراین سعی کنید در سفره‌ی خود رنگین کمانی از مواد غذایی را جای دهید.

ایمنی بدن و سلامت روده‌ها مفید باشند.

غذاهای قرمز و ویتامین C دارند و شامل:

در رژیم غذایی، فلفل‌های دلمه‌ای قرمز و سبزی مقدار زیادی ویتامین C دارند. این خوراکی‌ها حاوی مقادیر زیادی آنتی‌اکسیدان و فیتوکمیکال هستند. به طور کلی خوراکی‌های نارنجی و زرد نیز، حاوی این ویتامین هستند که به تقویت سیستم ایمنی بدن کمک می‌کنند. مرکبات، گوجه‌ها و آب گوجه رنگی نیز حاوی ویتامین C هستند.

توت فرنگی، کیوی، کلم بروکسل و گل کلم نیز، منابع خوبی برای ویتامین C محسوب می‌شوند. اگر چه پختن مواد غذایی حاوی ویتامین C موجب از بین رفتن ویتامین موجود در آن‌ها می‌شود، اما خوشبختانه بیشتر منابع ویتامین C مانند میوه‌ها و سبزیجات به صورت خام مصرف می‌شوند.

برگ‌های سبز حاوی مواد مغذی و مقوی هستند:

تمام سبزیجات سبز رنگ، حاوی ویتامین D به تقویت سیستم ایمنی بدن کمک می‌کنند. مطالعات بسیاری نقش مهم ویتامین D را در بهبود عملکرد سیستم ایمنی بدن تأیید کرده است. گروهی از سبزیجات که با نام کروسیفرس شناخته می‌شوند و شامل کلم بروکلی، کلم بروکسل، کلم برگ و کلم کالی هستند، سبزرنگ بوده و سرشار از مواد مغذی مختلفی از جمله ویتامین‌های E، C، K، کاروتنوئیدها، اسید فولیک و مواد معدنی هستند. بنا به گفته متخصصان، آن چه که گروه سبزیجات کروسیفرس شامل موارد فوق را متمایز و بسیار مقوی می‌کند، این است که علاوه بر فیتوکمیکال‌ها، ویتامین‌ها، مواد معدنی و منیزیم حاوی نوعی ترکیب شیمیایی ارگانیک موسوم به ایندول هستند که به طور خاص در این گروه از سبزیجات یافت می‌شود.

مواد غذایی نارنجی و زرد رنگ:

مواد غذایی زرد رنگ، شامل میوه‌هایی مانند گلابی، انبه، گریپ فروت، پرتقال، سیب زرد، انبه، آناناس و سبزیجاتی نظیر سیب‌زمینی، فلفل زرد، ذرت و کدو تنبل هستند که سرشار از بتاکاروتن و ویتامین ث می‌باشند و سبب افزایش کارایی قلب، سیستم ایمنی بدن و بهبود عملکرد قلب می‌شوند. بر اساس مطالعات، مصرف سبزیجات کروسیفرس به دلیل دارا بودن ایندول ۳- کاربینول در کنار دیگر ایندول‌ها، سبب کاهش خطر ابتلاء به انواع سرطان می‌شود.



سیمما محمدی
محقق و پژوهشگر
طب سنتی

در این فصل و با شیوع آنفلوانزا، توصیه می‌شود در مورد رژیم غذایی مناسب که سیستم ایمنی بدن را تقویت و از سرفه، عطسه و آبریزش بینی پیشگیری می‌کند، بیشتر بدانید. سیستم ایمنی بدن به تمامی مواد غذایی نیاز دارد تا به درستی عمل کند و این مواد غذایی، شامل ویتامین‌ها، مواد معدنی، چربی‌ها، کربوهیدرات‌ها، پروتئین و مواد شیمیایی گیاهی است.

رژیم‌های غذایی که حاوی گوشت فرآوری شده، غذاهای سرخ شده، فست فود، هله و هوله، شیرینی و نوشابه است، خطر بیماری‌های مزمن را افزایش می‌دهد، چرا که سیستم ایمنی بدن به دلیل دریافت نکردن مواد غذایی مورد نیاز، ضعیف می‌شود. بنا به گفته یکی از متخصصان تغذیه و طب داخلی در آمریکا، برای تقویت سیستم ایمنی بدن، باید از رژیم غذایی رنگین کمانی یا غذاهای رنگارنگ استفاده کرد. البته، باید توجه داشت غذاهای غیررنگی زیادی نیز مانند سیر و فندق برزلی وجود دارند که به دلیل این که منبع ماده‌های معدنی به نام سلنیوم هستند، سیستم ایمنی را تقویت می‌کند و به بدن کمک می‌کند پروتئین‌های خاصی به نام آنزیم‌های آنتی‌اکسیدان که نقش مهمی در جلوگیری از آسیب سلولی دارند، تولید کند. هم‌چنین، توصیه می‌شود از گیاهان و ادویه‌جاتی مانند زردچوبه و زنجبیل غافل نشوید، چرا که مانند ماست برای تقویت ایمنی بدن بسیار مفیدند. ماست با حفظ میکروبیوم‌های روده به سلامتی فرد کمک می‌کند. جالب است بدانید روده محل تجمع ۷۰ تا ۸۰ درصد از سلول‌های ایمنی بدن است.

بررسی سیستماتیک ۲۳ آزمایش تصادفی صورت گرفته روی ۶۲۶۹ کودک نشان داده است، مصرف پروبیوتیک‌ها و باکتری‌های مفید، راه حلی عملی برای کاهش عفونت‌های تنفسی کودکان است. با این حال، بسیاری از غذاهای رنگارنگ هستند که می‌توانند برای سیستم

صاحب امتیاز: موسسه سایه سرافراز عشق
مدیرعامل: سروناز بیهانی
سردبیر: سروناز بیهانی
دبیر تحریریه: مصطفی رفعت
امور مالی: طاهره میرزاتی
امور آگهی ها: خدیجه محمدی
نشانی: خیابان ستارخان، خیابان شادمهر، بعد از چهارراه صالحان، پلاک ۳۷
چاپخانه: شاخه سبز - امیرفاضل پارسیان

حرفه ای روزنامه نگاری در سایت روزنامه
www.sayeh-news.com
Email: sayehnewspaper@gmail.com & sayeh.advertise@gmail.com
instagram.me/sayehnews

دوشنبه ۲۰ آذر ۱۴۰۲ | ۲۷ جمادی الاولی ۱۴۴۵ | ۱۱ دسامبر ۲۰۲۳ | سال بیستم | شماره ۲۹۵۴ | ۸ صفحه



روزنامه سراسری

خواندنی های اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی
ورزشی، هنری، سیاسی، ادبی

تحریریه روزنامه سایه در مراکز استان ها و شهرستان ها
akbarbabai54@gmail.com
sayehnews@gmail.com
sayehnews@gmail.com
mehrtalaban@gmail.com
Shirazimohsen40@gmail.com
ziedghifahme@yahoo.com
amir361a@yahoo.com
naghmestabad@gmail.com
faraz_kavir@yahoo.com
sayeh.news.sari@gmail.com
arash.murady@gmail.com
mona.mohamadi6440@gmail.com
koshyarmohamadi1358@gmail.com
Hamid.salmaani@gmail.com
khabarvarzesbi_lorestan@yahoo.com
press.nasirmanesh@gmail.com
niyazmand66@yahoo.com
yasavatanpor@yahoo.com

با حمایت استاد منوچهر صاحبی پیشکسوت تکواندو شهرستان ری

آیین تجلیل از قهرمانان تکواندو شهر کهریزک برگزار شد



آسیایی و المپیک کنیم. مصطفی پورنگ گفت: از همه مسئولان و هیئت تکواندو شهرستان کهریزک از توابع شهرستان ری که در مسابقات قهرمانی استان تهران با اقتدار مقام نخست را کسب و در سکوی اول با شایستگی درخشیدن با همت خیر و پیشکسوت تکواندو شهرستان ری، استاد منوچهر صاحبی و با حضور ورزشکاران تکواندو، مسئولین ورزش و خانواده های آنان برگزار شد. به گزارش خبرنگار روزنامه سراسری سایه: اکبر شهبازی، رئیس هیئت تکواندو شهر کهریزک و مربی تکواندو ورزشگاه شهید کربلی این شهر و رئیس هیئت تکواندو سیاه ناحیه حضرت عبدالعظیم (ع) و دبیر کمیته فرهنگی استان تهران با اشاره به اینکه مسابقات قهرمانی تکواندو استان تهران به میزبانی شهرستان اسلامشهر برگزار شد، خاطر نشان کرد: این رقابت ها با حضور ۲۲۰ ورزشکار از مناطق ۲۲ گانه شهر تهران در اوزان مختلف خردسالان، نونهالان و نوجوانان برگزار شد که ۱۱ تکواندوکار از شهرستان ری موفق به کسب رتبه های برتر شدند، وی افزود: ورزشکاران شهرستان ری در این رقابت ها صاحب مدال های رنگارنگی شدند که سه مدال طلا، سه نقره و پنج برنز حاصل تلاش ورزشکاران ما در این رقابت ها بود. رئیس هیئت تکواندو شهر کهریزک اظهار داشت: در راستای تقدیر از این قهرمانان، روز ۱۴ آذر مراسمی با همکاری استاد منوچهر صاحبی در کهریزک برگزار و با اهدای لوح و هدایای نقدی از طرف ایشان به قهرمانان اهدا شد. اکبر شهبازی در پایان با قدرانی از استاد منوچهر صاحبی گفت: برگزاری این مراسم موجب خوشحالی و دلگرمی بچه ها شد و امیدواریم ورزشکاران و جوانان شهرمان همیشه از وجود این استاد بهره مند شوند.

رئیس هیئت تکواندو شهرستان ری:

تکواندو شهر کهریزک در روز سال گذشته پیشرفت خیلی عالی داشته است

حسن کاظمی، رئیس هیئت تکواندو شهرستان ری گفت: خوشبختانه در دوسال گذشته در بخش کهریزک موفق شدیم تکواندو شهر کهریزک را راه اندازی کنیم که در این مدت ورزش تکواندو پیشرفت خیلی عالی داشته است. وی ادامه داد: استعداد های بسیار خوبی در این شهر داریم که می توانند در آینده رتبه ها و جایگاه های بالایی تکواندو را از آن خود کنند. کاظمی افزود: هیئت تکواندو شهرستان ری در سال ۱۴۰۰ هیئت برتر استان شده است. سال ۱۴۰۱ هم یکی از هیئت های برتر استان انظر عملکرد بودیم و در سال ۱۴۰۲ هم تلاش می کنیم وظایفی را که بر دوش هیئت است به خوبی اجرا کنیم تا جایگاه های برتر را حفظ کنیم. وی با اشاره به اینکه برنامه های خوبی برای تکواندو شهری در کار دیده ایم، گفت: در نظر داریم برنامه های تشویقی و تجلیل

ورزشکاران و فرهیختگان در کهن بوم ری را معرفی کرد و اظهار داشت: از سوی خیر استاد منوچهر صاحبی پیشکسوت اخلاق تکواندو شهرستان مأموریت دارم در این مراسم باشکوه از قهرمانان تکواندو شهرستان که مقام اول در سطح استان تهران را کسب کردند قدرانی کنیم. وی افزود: جا دارد از طرف کلبه عشق پیشکسوتان، ورزشکاران و فرهیختگان کهن بوم ری از استاد منوچهر صاحبی ریزاده، بنیان گذار تکواندو شهری که همیشه حمایت و پشتوانه ورزشکاران بخصوص نونهالان هستند تشکر و قدرانی کنیم. شایان ذکر است: خیر استاد منوچهر صاحبی که همیشه همراه و دلسوز ورزش است از نونهالان نابغه و آینده داران فرزندان شهرستان ری با اهدای لوح تقدیر و بنر تبریک و جوایز نقدی اهدا کرده و از صمیم قلب برای این عزیزان آرزوی موفقیت

و سرپلندی در میادین معتبر را داشته اند؛ همچنین این مراسم باشکوه با حضور مسئولین ورزش شهر کهریزک مربیان و اساتید و همچنین ریاست هیئت تکواندو شهری استاد حسن کاظمی، استاد علی جعفری مربی ارشمند تکواندو، داود خوش منظر داور بین المللی ریاست کمیته داوران کشتی تهران و با حضور اساتید و پیشکسوتان فوتبال سید احمد جعفری، صفر نادری، تیمسار حسن جوادی نژاد و با مدیریت و برنامه ریزی پیشکسوت کشتی عبدالکریم محمودی خادم کلبه عشق پیشکسوتان و با هماهنگی پهلوان جوانمرد و بخشایشگر منوچهر صاحبی جوایز این مراسم به دست بزرگان حاضر در مراسم فوق با بیانات ارزشمندشان به ورزشکاران تکواندو اهدا شد.



عبدالکریم محمودی پیشکسوت کشتی شهری



علی اکبر جعفری: پیشکسوت تکواندو سید احمد جعفری: پیشکسوت فوتبال شهری



حسن کاظمی رئیس هیئت تکواندو شهرستان ری



مصطفی پورنگ رئیس اداره ورزش و جوانان شهر کهریزک



اکبر شهبازی رئیس هیئت تکواندو شهر کهریزک

رئیس اداره ورزش و جوانان شهر کهریزک:

سالن ورزش های رزمی و کشتی در مجاورت متروی کهریزک راه اندازی می شود

مصطفی پورنگ، رئیس اداره ورزش و جوانان شهر کهریزک تأکید کرد: باید بستر مناسب برای جذب جوانان به سمت سالن های ورزشی را مهیا کنیم و با بهره گیری از مربیان خوب جوانان مستعد شهرستان را آماده حضور در مسابقات قهرمانی استانی، کشوری،



کمیته پیشکسوتان هیات تکواندو استان تهران

پهلوانان و جوانمردان و عبارات همچون گلستانی هستند که فضای شهر از وجود آن ها با طراوت و دلپذیری می شود و تنفس در چنین فضایی برای انسان دلنشین و فرح بخش است؛ پهلوان منوچهر صاحبی از جمله مردان نیک است که عمر خود را صرف کمک به دیگران و دستگیری از نیازمندان کرده است. با خیر شدیم پهلوان منوچهر صاحبی با توجه به اینکه در خارج از کشور است اما، دغدغه هموطنان را دارند و به طور خاص پیگیر مراحل درمانی یکی از هموطنانمان است. پهلوان منوچهر صاحبی خیر و پیشکسوت کشتی ایران و پیشکسوت کشتی شهری در گفتگوی تلفنی با خبرنگار روزنامه سراسری سایه گفت: به همسر خود سفارش و تأکید کرده که وضعیت درمان این هموطن

را که در یکی از شهرهای دور افتاده و کم برخوردار کشور بستری است تا سلامتی و بهبود کامل او پیگیری و تمام هزینه های درمانش را پرداخت کند. پهلوان منوچهر صاحبی یکی از کشتی گیران پیشکسوت شهر عزیزمان بوده و در حال حاضر عضو فعال پیشکسوتان کشتی ری و پیشکسوتان تکواندو تهران است. او می گوید: همه تلاش خود را برای رونق ورزش و اعتلای شهر و سرپلندی مردم خوب وطنم ری انجام می دهم. وی

مهربانی مرزمنی شناسند:

قهرمان پیشکسوت کشتی و تکواندو خارج از کشور هم پیگیر درمان هموطن خود است تعدادی از فرزندان کار هر روز صبحانه میهمان پهلوان «صاحبی» جوانمردی از دیاری هستند



پیشکسوت کشتی و تکواندو شهری، خیر نیکوکار پهلوان منوچهر صاحبی

رایگان

#من هم کارت اهدای عضو دارم
دریافت سریع و آسان کارت اهدای عضو
با ارسال کد ملی به شماره ۳۴۳۲
و یا
شماره گیری کد دستوری #۳۴۳۲*
www.donors.org.ir

