

رئیس سازمان تجاری سازی فناوری و اشتغال دانش بنیان خبر داد:

آمادگی شبکه ملی جهاد دانشگاهی برای پاسخگویی به نیازهای فناوریانه صنایع

صفحه ۲

رهبر انقلاب اسلامی در پیامی به مناسبت هفته قوه قضائیه:

مردم باید آثار تحول قضایی را در زندگی روزمره خود مشاهده کنند



حذف تیم ملی فوتبال ایران با سه شانس



پیش بینی تابستان داغ تر در جنوب کشور



فرصت ویرایش حوزه امتحانی در آزمون دستیاری آغاز شد

صفحه ۲

محققان گزارش دادند: ارتباط پیری و افزایش خطر سرطان در جوانان

ادامه در صفحه ۳

اعلام برنامه انتخاب واحد دوره تابستان دانشگاه آزاد اسلامی

ادامه در صفحه ۲

اردوغان: مبارزه ما با صهیونیسم برای حفظ موجودیت کشور و دفاع از ملت ترکیه است

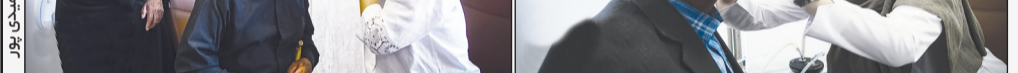
ادامه در صفحه ۵

فواد حسین: روابط ایران و عراق تاریخی و راهبردی است

ادامه در صفحه ۵



اردوی جهادی پزشکی به روستائیان و عشایر اشرافین



اردوی جهادی پزشکی با حضور جمعی از پزشکان گروه سفرهای مهربانی از استان تهران در منطقه عشایری میالانو و روستای اردوغان از توابع شهرستان اصفهان برگزار شد و خدمات درمانی مثل دندانپزشکی به صورت رایگان به مردم روستا و عشایر منطقه ارائه گردید.

گرانی های پیوسته و جهش های تصاعدی



در سالهای اخیر، یکی از معضلات اساسی اقتصادی کشور ما، گرانی های پیوسته و جهش های تصاعدی قیمت ها بوده است. این وضعیت به ویژه در مورد اقلام مصرفی روزمره، نظیر مواد غذایی، دارو و کالاهای اساسی، به شدت احساس می شود. با نگاهی به بازار، شاهد افزایش قیمت ها به طور مداوم و حتی روزانه هستیم؛ به طوری که برخی اقلام مصرفی در عرض چند روز چندین برابر گران تر می شوند. این افزایش قیمت ها نه تنها فشار زیادی بر روی خانواده ها وارد می کند، بلکه باعث ایجاد بی اعتمادی و ناامیدی در جامعه می شود. مردم دیگر نمی توانند با اطمینان برنامه ریزی مالی کنند و این مسئله به نوبه خود بر کیفیت زندگی و سلامت روانی آنها تأثیر منفی می گذارد. دلایل این جهش های قیمت به عوامل متعددی بستگی دارد؛ از جمله نوسانات ارزی، عدم ثبات اقتصادی، سیاست های ناکارآمد دولتی و همچنین سوءمدیریت در تأمین و توزیع کالاها. در بسیاری از موارد، دلالت و واسطه ها نیز به این وضعیت دامن می زنند و با خرید و فروش های غیرمنصفانه، قیمت ها را به شکل تصاعدی افزایش می دهند. برای مقابله با این بحران، نیازمند راهکارهای فوری و مؤثر هستیم. دولت باید با اتخاذ سیاست های اقتصادی مناسب، نظارت بر بازار و کنترل قیمت ها، زمینه را برای کاهش فشارهای اقتصادی فراهم کند. همچنین تقویت تولید داخلی و حمایت از کشاورزان و تولیدکنندگان می تواند به تأمین نیازهای اساسی جامعه کمک کند. در نهایت، تنها با همکاری تمامی ارکان جامعه و اتخاذ تصمیمات منطقی می توانیم از این بحران عبور کنیم و ثبات اقتصادی را به کشور بازگردانیم.

ثبت سفارش کتاب های دانش آموزان پایه های ورودی تا ۱۰ شهر یور

صفحه ۲

خبر

قالیباف با جدیت پیگیر خاتمه جنگ در لبنان هستیم

قالیباف و نیبه بری در این گفتگوی تلفنی بر برگزاری سریع تر نشست "واحد کنترل منازعه" برای کنترل و خاتمه جنگ در لبنان تأکید کردند. به گزارش تابناک؛ محمدباقر قالیباف رئیس مجلس در گفتگوی تلفنی با رئیس مجلس لبنان بیان داشت: پایان جنگ در لبنان و حاکمیت و تمامیت ارضی این کشور، جزء مهمی از بند اول تفاهم نامه اسلام آباد بین ایران و آمریکا است.

هدف ما خاتمه جنگ در لبنان، بازگشت آوارگان به خانه و کاشانه خود و رفع اشغالگری و خروج رژیم صهیونیستی از سرزمین لبنان است و ما با جدیت پیگیر این موضوع هستیم.

در گفتوگوهایی سؤنیس پس از اشاره جدی هیات مذاکره کننده ایران به موارد نقض این ماده مقرر شد یک واحد کنترل منازعه بین ایران، آمریکا و لبنان تشکیل شود و این واحد روند اجرای این ماده در لبنان را پیگیری کند. نیبه بری، رئیس مجلس لبنان با قدردانی از مواضع جمهوری اسلامی ایران و هیات مذاکره کننده ایران تصریح کرد:

آنچه شما در سؤنیس پیگیری کردید در جهت منافع مردم لبنان است، اما دشمن صهیونیستی تلاش می کند موضوع اعاده حاکمیت و تمامیت ارضی لبنان در چارچوب تفاهم اسلام آباد را از طریق دیگری دور بزند

تداوم نقض آتش بس لبنان؛ پرواز جنگنده های اسرائیلی بر فراز بیروت

منابع خبری از پرواز جنگنده های اسرائیلی بر فراز بیروت و حومه آن و نیز بقاع خبر دادند.

به گزارش خبرگزاری مهر به نقل از نشریه این منابع به پروازهای ابتدایی در الهرمل از سوی جنگنده های اسرائیلی نیز اشاره کردند. همزمان پهپاد اسرائیلی شهرک النبطیه الفوقا در جنوب لبنان را هدف قرار داد. همچنین منابع خبری از حمله هوایی رژیم صهیونیستی به شهرک دیرسران-الطیبه خبر دادند.

الشرق الاوسط: ۳۸ نفر از جمله نمایندگان پارلمان و استانداران در عراق بازداشت شدند

روزنامه الشرق الاوسط به نقل از یک مسئول عراقی نوشت در عملیات نیروهای امنیتی عراق مبارزه با فساد، ۳۸ نفر از جمله شماری از نمایندگان پارلمان و استانداران به ظن ارتباط با فساد بازداشت شدند. به گزارش ایمنایک مسئول عراقی گفت که نیروهای امنیتی عراق بر اساس اعترافات معاون بازداشت شده وزیر نفت، عملیاتی گسترده را برای مبارزه با فساد در بغداد و چند استان دیگر عراق اجرا کردند. یک مسئول عراقی تعداد بازداشت شدگان تاکنون را ۳۸ نفر اعلام کرد.

نماینده دموکرات کنگره آمریکا: ترامپ باید جنگ را سریعاً متوقف کند

«روخانا»، نماینده دموکرات کنگره آمریکا، گفت حملات ارتش این کشور به ایران «نقض آشکار قطعنامه اختیارات جنگی» است که کنگره تصویب کرد. به گزارش الجزیره، وی افزود: «ترامپ باید همین حالا این جنگ را متوقف کند. در غیر این صورت ما او را به دادگاه می کشانیم تا مجبور به انجام این کار شود.» قطعنامه اختیارات جنگی روز سه شنبه در کنگره آمریکا با رای ۵۰ به ۴۸ در سنا تصویب شد.

مدیر کل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت تأکید کرد:

مصرف مداوم آب و مایعات، مهم ترین راه پیشگیری از گرمازدگی

ساده همچنان بهترین گزینه برای جلوگیری از کم آبی بدن است.

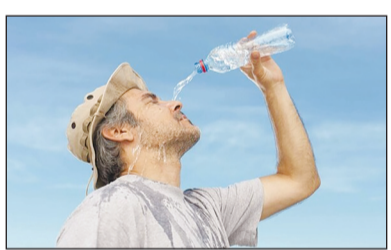
◆ **میوه ها و سبزیجات آبدار را فراموش نکنید**

اسمعیل زاده با اشاره به نقش تغذیه در کاهش خطر گرمازدگی اظهار کرد: میوه ها و سبزیجات علاوه بر آب فراوان، حاوی ویتامین ها و املاح معدنی مورد نیاز بدن هستند و مصرف آن ها در فصل گرما توصیه می شود.

وی، هوندانه، طالبی، گرمک، خربزه، گوجه فرنگی، کاهو، هویج و آب هویج را از جمله مواد غذایی مناسب در روزهای گرم دانست و افزود: البته مصرف این مواد جایگزین نوشیدن آب نیست و هر دو باید در کنار یکدیگر مورد استفاده قرار گیرند.

◆ **غذاهای آبدار انتخاب مناسبی برای روزهای گرم هستند**

مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت گفت: در وعده ناهار بهتر است از غذاهای آبدار و انواع سوپ، آش و همچنین غذاهایی مانند آب دوغ خیار استفاده شود، زیرا این غذاها علاوه بر تأمین بخشی از آب بدن، به دریافت الکترولیت ها نیز کمک می کنند.



◆ **آب: نخستین راهکار پیشگیری از گرمازدگی**

مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت با تأکید بر اینکه نوشیدن مکرر آب مهم ترین اقدام برای پیشگیری از گرمازدگی است، گفت: افرادی که در محیط های گرم فعالیت می کنند باید همواره آب همراه داشته باشند و در فواصل زمانی کوتاه آن را مصرف کنند تا بدن دچار کم آبی نشود.

وی ادامه داد: در صورت امکان، افزودن مقدار اندکی عسل و مقدار بسیار کمی نمک به آب می تواند بخشی از قند و سدیم مورد نیاز بدن را تأمین کند، اما اگر چنین نوشیدنی در دسترس نبود، مصرف آب

مدیر کل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت با هشدار نسبت به افزایش خطر گرمازدگی در روزهای گرم سال، بر مصرف مداوم آب، تأمین الکترولیت های بدن، استفاده از میوه ها و سبزیجات آبدار و پرهیز از حضور طولانی مدت در معرض نور مستقیم خورشید تأکید کرد و گفت: در صورت بروز علائم گرمازدگی باید بدون تأخیر با اورژانس تماس گرفته شود.

به گزارش ایسنا، دکتر احمد اسمعیل زاده با اشاره به افزایش دمای هوا اظهار کرد: افرادی که به دلیل شرایط شغلی یا فعالیتهای ورزشی ناچارند ساعت های طولانی در فضای باز و زیر نور مستقیم خورشید حضور داشته باشند، بیش از سایرین در معرض گرمازدگی قرار دارند و باید توصیه های پیشگیرانه را با دقت رعایت کنند.

وی افزود: هنگام قرار گرفتن در محیط های گرم، بدن از طریق تعریق مقدار قابل توجهی آب و الکترولیت هایی مانند سدیم و پتاسیم را از دست می دهد و در صورت جریان نشدن این مواد، احتمال بروز عوارضی مانند افت فشار خون، سردرد، سرگیجه، تهوع، ضعف، بی حالی و گرفتگی عضلات افزایش می یابد.

یک کارشناس حوزه آب با اشاره به وضعیت منابع آبی کشور اعلام کرد ۹ استان از جمله خراسان ها، کرمان، یزد، اصفهان و سیستان و بلوچستان در آستانه تنش شدید آبی قرار دارند.

به گزارش ایسنا، صادق زاده، کارشناس حوزه آب گفت: استان های خراسان رضوی، خراسان جنوبی، سمنان، یزد، کرمان، سیستان و بلوچستان، اصفهان، قم و قزوین در آستانه تنش شدید آبی قرار گرفته اند.

در کلانشهرهایی مانند تهران، کرج، اصفهان و مشهد، منابع آب های سطحی و زیرزمینی با افت ذخایر مواجه شده اند. همچنین استان های جنوبی و شرقی از جمله سیستان و بلوچستان، هرمزگان و بوشهر بیش از گذشته به آبشیرین کن های دریایی وابسته شده اند. گفتنی است اکنون بین ۲۰ تا ۳۰ درصد آب شرب در شبکه های انتقال و توزیع به دلیل فرسودگی شبکه هدر می رود.

هدار کارشناسان: تنش آبی در این ۱۹ استان شدید است

سکوی فرایندی P۴ میدان «رشادت» به عنوان یکی از بزرگترین سکوهای فرایندی نفت کشور با همت و تلاش متخصصان و سازندگان داخلی، با وزن حدود ۶ هزار ۲۰۰ تن، با موفقیت در آب های خلیج فارس نصب شد.



مدیریت کشور نباید به عوامل بیرونی گره زده شود. ما باید با داشته های موجود خود، بهترین نتیجه را بگیریم. این نیازمند یک برنامه ریزی دقیق، استراتژیک و آینده نگر است. اگر به تاریخ نگاهی بیندازیم، متوجه می شویم که کشورهایی که نتوانسته اند در مشکلات خود غلبه کنند، همواره به ظرفیتهای داخلی خود تکیه کرده اند. آنها با شناسایی منابع و استعدادهای موجود، تلاش کرده اند تا با بهره برداری از این منابع، راه حل هایی برای مسائل خود پیدا کنند.

در فوتبال نیز، تیم ها نمی توانند تنها به نتایج تیم های دیگر وابسته باشند. موفقیت در این حوزه نیازمند کار گروهی، تمرین مستمر و برنامه ریزی دقیق است. تیم ملی ما باید بر روی نقاط قوت خود تمرکز کند و با استفاده از استعدادهای داخلی، یک ساختار منسجم و قوی بسازد.

در همین ترتیب، در مدیریت کشور نیز باید بر روی ظرفیتهای و منابع داخلی تمرکز کنیم و به جای نگاه کردن به عوامل بیرونی، راهکارهایی برای حل مشکلات پیدا کنیم.

مدیریت کارآمد نیازمند شناخت دقیق از وضعیت موجود و توانمندی های داخلی است. باید به جوانان و نخبگان کشور اعتماد کنیم و فضای را فراهم کنیم که ایده ها و نوآوری های آنها بتواند به کار گرفته شود. همچنین، ایجاد زیرساخت های لازم برای بهره برداری از منابع طبیعی و انسانی کشور بسیار حائز اهمیت است.

در نهایت، اگر بخواهیم کشور را به سمت پیشرفت هدایت کنیم، باید با وابستگی به عوامل بیرونی رهایی یابیم و با اتکا به ظرفیتهای داخلی، مسیر توسعه را هموار کنیم. این امر نیازمند عزم جدی مسئولان و همکاری تمامی اقشار جامعه است. تنها در این صورت است که می توانیم به موفقیت های پایدار دست یابیم و آینده ای روشن تر برای نسل های آینده بسازیم.

به یاد داشته باشیم که مدیریت مؤثر نه تنها به برنامه ریزی نیاز دارد بلکه مستلزم اراده ای قوی برای اجرای این برنامه هاست. اگر نتوانیم با اتکا به داشته های خود، بهترین نتیجه را بگیریم، قطعاً می توانیم در عرصه های مختلف، از جمله ورزش و اقتصاد، موفقیت های چشمگیری کسب کنیم.

تداوم عملیات جستجو و امدادرسانی در وزونلای زلزله زده ادامه دارد و شمار قربانیان دو زمین لرزه شدید اخیر به ۱۴۳۰ نفر رسیده است؛ همچنین طبق گزارش ها، هنوز حدود ۵۰ هزار نفر مفقود هستند.

سکوی فرایندی P۴ میدان «رشادت» به عنوان یکی از بزرگترین سکوهای فرایندی نفت کشور با همت و تلاش متخصصان و سازندگان داخلی، با وزن حدود ۶ هزار ۲۰۰ تن، با موفقیت در آب های خلیج فارس نصب شد.