

یادداشت

از عوامل موفقیت اقتصاد یک کشور است. اما در کنار این موارد به این نتیجه مهم رسیدند که به سیستم های حمل و نقل خوب نیز احتیاج دارند تا محصولاتشان را به بنادر و یا فرودگاه ها برسانند یعنی اصل صادرات منوط به راههای ایمن سریع و حمل ونقل ارزان برای رغایت کردن با رغیا سر قیمت نهایی است.

بزرگراهها و پل های آلمان در حال فروریختن بودند و به گفته کارشناسان برای بازسازی جاده های آلمان در آن زمان بر اساس استانداردهای قابل قبول مبلغ هفت میلیارد یورو نیاز داشتند. و این برای یک کشور جنگ زده خیلی زیاد بود و تامین این مبلغ اعتبار کاری ناممکن بود ولی اینکار را کردند چون به این نتیجه رسیدند که راههای دسترسی ایمن و سریع در حمل ونقل ارزان تاثیر بسزایی دارد و آلمان شد آلمان امروزی چهارمین قدرت اقتصادی جهان.

البته طبق گزارشات مجمع جهانی اقتصاد، کشورهای هنگ کنگ، سنگاپور و هلند میزان بهترین زیرساخت های حمل و نقل در جهان هستند. آلمان را از این باب مثال زدیم که بعد از جنگ جهانی دوم تبدیل به یک کشور ویرانه شده بود.

کشور و استان مانیز از این رویه مستثنی نیست ما هم برای پیشرفت وتوسعه نیاز به زیرساخت های حمل و نقل داریم.

در سال ۱۳۹۱ مقام معظم رهبری در سفر خود به خراسان شمالی این استان را باب الرضا نامیدند ایشان با تحلیل درست از شرایط جغرافیایی و قرار گرفتن بین دو منطقه زیارتی و توریستی را پتانسیلی برای رشد اقتصادی استان دانستند ولی متأسفانه به دلیل نا این بودن این کریدور به جاده مرگ لقب گرفته است و اکثر زائرین امام رثوف از مسیر کویری سمتان به مشهد مقدس مشرف می شوند مسیر شمال به خراسان رضوی با توجه به شرایط اقلیمی و جاده های مسطح یکی از زیبا ترین و پرتردد ترین جاده های کشور می باشد مشروط به اینکه جاده مرگ ایمن شود که این ایمن سازی به خوبی خود تاثیر به سزایی در جذب گردشگر(تنها صنعتی که با کمترین سرمایه گذاری بیشترین سود را در پی دارد) و رشد اقتصادی استان محروم خراسان شمالی دارد. رهبر انقلاب صنعت را یکی دیگر از شاخه های پیشرفت خراسان شمالی دانستند.

ما در استان صنایع مادی چون سیمان محصولات پتروشیمی، آلومینیای جاجرم، فولاد گستر اسفرا این داریم که صنایع پایین دست آن فعال نشده که نیاز به جذب سرمایه گذار دارد، عمده دلیل بی رزیت سرمایه گذاران ذوقانفاده بودن استان و نداشتن زیرساخت حمل و نقل ایمن، ارزان و آسان می شود دانست.

اگر توجه کرده باشید در حوزه استحفاظی خراسان رضوی جاده اصلی از استانداردهای لازم برخوردار است دقیقا از ابتدای حوزه استحفاظی خراسان شمالی اشکالات وارده هر چه به سمت جنوب و در به سمت استان گلستان می روییم بیشتر و بیشتر می شود.

اکثر جاده های ارتباطی مرکز استان با سایر شهرهای استان دوطرفه فاقد استانداردهای لازم برای عبور بار ترافیکی با حجم پایین است که زمانی است که تعداد خودروهای عبوری از این جاده ها در هر ساعت به تعداد انگشتان دست هم نمی رسد متأسفانه نیمی از سوانح جاده ای به خاطر باریک بودن جاده ها عرض کم شانه جاده (حوزه های و مسلمان) گاهها کشته اند که تعداد و سرعت عبور از این جاده ها در هر ساعت به تعداد بالای سوانح ایمن سازی جاده های باریک را امری اجتناب ناپذیر کرده است. در قسمت هایی که جاده ها یکره ای و ایمن سازی نشده اند نیز از استانداردهای لازم برخوردار نیستند بطور مثال می شود گفت :

– همه دور برگردانها چپ گرد و در سمت لاین سرعت بدون ایجاد لاین ایمن برای مطابقت دادن سرعت خودرو با خودروهای عبوری ایجاد گشته اند
– از آنجاییکه دوربرگردان های تهیه شده در جاده های استان، شبها فاقد روشنایی و علامت هشدار می باشند و همچنین قریب به اتفاقا دور برگردانها در نزدیکی به تقاطع های اصلی به فرعی ایجاد گردیده اند و چون همه دوربرگردان ها چپ گرد هستند فاصله و زمان کاهش برای خودروهای که قصد خارج شدن به جاده فرعی را دارند وجود ندارد، بنابراین در بسیاری از موارد که روستاها در حاشیه جاده قرار گرفته اند برای عبور و مرور روستائیان و احشام آنها چاره اندیشی نشده است (حوزه مانه و مسلمان) گاهها کشته شده های که هنوز یکسال از عمرشان می گذرند دچار راشی یا نشست می شوند، غلش این است که در مناطق کوهستانی مشرف به دره های عمیق زیرسازی بصورت فنی و درست انجام نگرفته است، عرض کم دامنه بستر جاده مزید بر علت رانش و نشست جاده است.

در تقاطعی که زیرگذر به عنوان دور برگردان تهیه شده است چاره اندیشی برای زمانهای بارندگی شدید و آبگرفتگیها نشده است و سام مشکلات فنی ریز و درشت که در اینجا فرصت بیان آن نیست.

سهالمت راههای یا ایمن خراسان شمالی جان هزاران نفر از استانها و هم میهنان ما را می گیرد و اما هنوز مسئولین با شیوه خاطر و به کندی ایمن سازی راههای استان را پیگیری می کنند. در جایی که در تمام دنیا نیروی کار سالم، با ارزش ترین سرمایه های کشور محسوب می شود ما به راحتی از کنار این مسئله عبور میکنیم و هر از چند گاهی با شنیدن اخبار سوانح و فوت انسانها در جاده های ناایمن سری به معنای تاسف نکان می دهیم و به زندگی روزمره خود ادامه می دهیم. حال اگر دولت و مجلس میدانستند که برای آماده به کار شدن نیروی انسانی چقدر دولت حاضر می کند و میدانستند که با هزینه یکسوم قربانیان جاده های ناایمن استان می توانست همه راههای استان را ایمن سازی کند لحظه ای درنگ نخواهند کرد انتالله....

با این تفاسیر بنده بارها و بارها خدمت همه عزیزان گفته ام ایمن سازی جاده ها از نان شب هم برای مردم خراسان شمالی واجب تر است.

وی در پایان مزیم میبینم که از آقای دکتر ریسی رئیس جمهور محترم این خواهش را داشته باشم که در سفر خود به استان خراسان شمالی نگاه ویژه ای به ایمن سازی راههای استان خراسان شمالی را داشته باشند، زیرا همه نواقص و مشکلات راههای استان ریشه در کمبود اعتبارات دارد.

رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی خراسان شمالی مطرح کرد؛

رتبه ۲۹ خراسان شمالی در پرداخت تسهیلات



اختصاص داده. رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی خراسان شمالی با تاکید بر اینکه میزان بیکاری استان در حدود میانگین کشور است، گفت: با این

رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی خراسان شمالی با اشاره به رتبه ۲۹ استان در پرداخت تسهیلات بانکی، گفت: سرانه تولید ناخالص داخلی خراسان شمالی کمتر از نصف میانگین کشور است.

حسن پارسی پور در کارگروه اقتصادی، اشتغال و سرمایه گذاری خراسان شمالی که در سالن جلسات استانداری برگزار شد، اظهار کرد: تولید ناخالص داخلی خراسان شمالی تنها ۶ دهم درصد کشور است که وضعیت خوبی نیست.

رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی خراسان شمالی ادامه داد: سرانه تولید ناخالص داخلی در خراسان شمالی ۴۴ میلیون ریال و در کشور ۹۷ میلیون ریال است که نشان می دهد در این شاخص کمتر از نصف میانگین کشور هستیم. وی افزود: سهیم معدن خراسان شمالی از معادن کل کشور کمتر از یک درصد است.

پارسی پور خراسان شمالی دومین نرخ مشارکت اقتصادی را با ۵ درصد رشد به خود

انقراض گیاهان دارویی، گنج برباد رفته خاک در استان



هر چند ۷۲ درصد از گستره ۲ میلیون و ۸۳۲ هزار هکتاری خراسان شمالی منابع طبیعی تجدید شونده است اما، خشکسالی ها این منابع را با مخاطره مواجه کرده است به طوری که اکنون ۴۵ گیاه دارویی با خطر انقراض مواجه هستند.

اکنون در روزهای نخست زمستان در شهرستان هایی مانند شیروان و جاجرم شاهد کشت باریجه هستیم و کشاورزان و بهره برداران در کنار کارشنان این بخش تلاش دارند تا برای بهره برداری اصولی و علمی، حفظ و احیای گیاهان دارویی فرهنگ سازی کنند تا در خطه سبزی که در هر گوشه آن گیاهان دارویی رویشگاه دارند شاهد از بین رفتن و انقراض ده ها گونه از این گیاهان باشیم.

در عین حال حدود نیمی از جمعیت خراسان شمالی در ۹۰۰ روستایی زندگی می کنند که با پراکنش نامناسب در هر گوشه ای شکل گرفته و توجه به این نکته لازم است که بخشی از اقتصاد روستائیان با گیاهان دارویی گره خورده است.

اما خشکسالی ها، وضعیت نامناسب اقتصاد روستایی، نبود کارخانه های فرآوری گیاهان دارویی در استان و سوء استفاده برخی از دلالتان از این وضعیت موجب شد تا در ۱۰ سال اخیر برداشت بی رویه گیاهان دارویی صنمات جبران ناپذیری به رویشگاه ها وارد کند و به همین علت چندین سال است که ممنوعیت برداشت برخی گیاهان دارویی در استان اجرا می شود اما گویا با این گام های آهسته نمی توان هم پای تخریب های گسترده گیاهان دارویی حرکت کرد و باید برای حفظ و احیای گیاهان دارویی چاره گیری کرد.

پای خشکسالی بر جان گیاهان دارویی

یک کارشناس و محقق دارویی در این مورد گفت: خشکسالی وضعیت جدایی ناپذیر از اقلیم هر منطقه هست که فراوانی و شدت وقوع آن در مناطق خشک و نیمه خشک بیشتر است.

محمد کریمی با بیان این که نیمی از مراتع استان کم بارزه و فقیر و در مناطق خشک و نیمه خشک قرار دارند افزود: بخش قابل توجهی از بهره برداران دام هایشان از این مراتع استفاده می کنند، که بدیهی است هرگونه خشکسالی که به مراتع وارد شود ناگزیر به این بهره برداران نیز منتقل خواهد شد.

وی با بیان این که در سال های اخیر به دلیل بهره برداری اشتباه، مراتع از حالت طبیعی خود خارج شده است افزود: سطح رویشگاه های گیاهان دارویی نیز به تبع به طور فزاینده ای کاهش یافته است.

کریمی خاطرنشان کرد: متأسفانه در دوره خشکسالی علاوه بر کاهش کمیت گیاهان دارویی از کیفیت آنها نیز کاسته می شود و این مسئله موجب رشد نامناسب و به تدریج خشک شدن آن ها می شود.

وی با اشاره به این که با خشک شدن مراتع تعادل چرای دام و مرتع به هم می خورد افزود: در دوره خشکسالی رقابت برای جذب آب افزایش یافته و گیاهان با سیستم ریشه های عمیق و توانایی ذخیره آب در ساقه های خود می توانند در شرایط کمبود آب در ساقه های خود آب را ذخیره کنند و در صورت کمبود آب در ساقه های خود خشکسالی را تحمل کنند.

تغییر نحوه تکثیر گیاهان دارویی

این کارشناس و محقق گیاهان دارویی گفت: به این شکل فرصت زالدآوری گیاهان هم مرغوب از بین می رود و بنابراین تکثیر گیاهی مرتع تغییر کرده و گیاهان نامرغوب و غیر خوشخوفاک جایگزین گیاهان خوشخوفاک می شوند.

کریمی اظهار داشت: این گونه است که حتی تکثیر گیاهان تحت تاثیر خشکسالی تغییر می کند و برای حفظ و احیای گیاهان دارویی باید تنابیری مانند کاشت آن ها را به کار گرفت. وی با اشاره به شرایط فعلی کشاورزی و کم آبی موجود افزود: تغییر الگوی کشت محصولات زراعی آب بر به سمت گیاهان دارویی، نیز راهکاری است که علاوه بر حفظ منابع پایه از منظر ارزش افزوده بالا نیز حایز اهمیت است.

این دانش آموخته تولید و بهره برداری گیاهان دارویی افزود: گیاهان دارویی از سیستم ریشه ای گسترده ای برخوردار هستند که نشان دهنده سازگاری این گیاهان به کاهش قابلیت دسترسی به آب و عناصر غذایی است.

وی گفت: کاشت گیاهان دارویی به دلیل نیاز نایز و کم شرایط خشکسالی و قابلیت تولید در زمین های کم بارزه می تواند در افزایش بهره وری از منابع آب و خاک موثر باشد.

وی افزود: از دیگر سو کاشت این گیاهان در عرصه های کم بارزه و حاشیه ای، ضمن تامین نیازهای اقتصادی روستائیان و صنایع مختلف غذایی و دارویی،

حال خراسان شمالی با ۱۸۵ درصد دومین استان در اشتغال ناقص می باشد که نشان می دهد بیکاری واقعی مردم خراسان شمالی زیاد است.

وی افزود: سهم کشاورزی، خدمات و صنعت در اشتغال خراسان شمالی به ترتیب ۲۴، ۲۸ و ۲۷ درصد است.

پارسی پور بیان داشت: میزان تولید در استان پایین بوده لذا از طریق افزایش بهره وری و تمرکز بر سرمایه گذاری باید متوسط تولید را افزایش دهیم.

رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی خراسان شمالی با اشاره به رشد ۲۰ درصدی پرداخت تسهیلات در حوزه کشاورزی طی ۵ سال اخیر، گفت: رتبه استان در پرداخت تسهیلات بانکی بیست و نهم است که جایگاه خوبی نیست. وی تصریح کرد: در شاخص کسب و کار رتبه هفدهم و در شاخص امنیت سرمایه گذاری رتبه نوزدهم کشور را داریم.

خبر

استاندار خراسان شمالی: با اعتبارات قطره چکانی عمرانی، تحول ایجاد نمی شود



استاندار خراسان شمالی گفت: تحولی در استان با تکیه بر اعتبارات قطره چکانی ایجاد نمی شود و باید به صورت هدفمند به سمت ایجاد اشتغال حرکت کنیم. محمد رضا حسین نژاد، در کارگروه اقتصادی، اشتغال و سرمایه گذاری استان که در اینکه تحول اشتغال و افزایش برگزار شد، با تاکید بر اینکه تحول اشتغال و افزایش ظرفیت های اقتصادی باید بیشتر مورد توجه قرار گیرد، اظهار کرد: راه رسیدن به خودکفایی اشتغال، استفاده از پتانسیل و ظرفیت های استان به ویژه در حوزه کشاورزی است.

وی با اشاره به دو دیدگاه برای ایجاد اشتغال در استان، افزود: ایجاد واحدهای بزرگ اما محدود و پر هزینه با اشتغال بالا و همچنین ایجاد واحدهای خرد کم هزینه با اشتغال کمتر دو دیدگاه ایجاد اشتغال است که اکنون دیدگاه دوم مورد تاکید کشور در تمام استان ها قرار دارد.

حسین نژاد با بیان اینکه نباید به سمت مشاغل که سبب افزایش وابستگی ما به خارج از کشور می شود حرکت کنیم، تاکید کرد: صنایع بزرگ و کارگاه های خرد از عوامل اصلی ایجاد اشتغال به شمار می رود اما نباید این حوزه ها منجر به وابستگی شدید اقتصادی شود لذا تنها راه، خودکفایی در اشتغال است.

وی با بیان اینکه اشتغال باید هدف دار باشد، تصریح کرد: تمام نقاط ضعف و قوت حوزه اشتغال باید شناسایی شده تا گام های بعدی از به وجود آمدن آسیب های احتمالی جلوگیری شود.

نماینده عالی دولت در خراسان شمالی با بیان اینکه اشتغال در خراسان شمالی باید به شکلی هدفدار انجام شود، گفت: با اعتبارات قطره چکانی عمرانی نمی توان توقع آنجانی برای پیشرفت داشت؛ لذا باید به شکلی هدفمند با تشکیل تیم های اقتصادی و حرکت در مسیر درست، تحول اقتصادی ایجاد کنیم.

حسین نژاد بیان کرد: باید هوشمندانه محصولات را تولید کرد که به نحوی که وابستگی به بیگانگان به حداقل برسد لذا برای جلوگیری از این کار راهنامایی و مشاوره از سوی بنده حاکمیت ضروریست.

وی با تاکید بر اینکه درمان بانک ها باید در خود استان هزینه شود، گفت: در صورت این اتفاق، شاهد رشد و تحول اقتصادی خواهیم بود.

رزمنده مدافع حرم شروانی: حاج قاسم، در میدان نبرد با صلابت و در سنگرها مایه دلگرمی بود



عرفان عبداللهی با اشاره به اینکه سردار حاج قاسم سلیمانی وجودش پراز انرژی و دلگرمی بود، خاطرنشان کرد: وی در عین حال که مثل کوه محکم، با صلابت و قوی در جبهه های نبرد حضور داشت، آرامش خاصی به همراه داشت و این آرامش را به بقیه نیروها منتقل می کرد.

عرفان عبداللهی، یکی از رزمندگان مدافع حرم اهل شهرستان شیروان در گفتگو با عصرآنرک در شیروان اظهار داشت: در زمان مقابله با داعش در کشور سوریه، حال و هوای خاصی داشت، همه نیروهای نظامی و مدعی برای رفتن به سوریه و دفاع از حرم در برابر داعش سر از پا نمی شناختند.

وی ادامه داد: این اشتیاق اعزام رزمنده به گونه ای بود که انگار برای شهادت رقابت داشتند و با اینکه می کار نباشد اما با چشم بستن بر تمام تعلقات دنیوی این سفر را در پیش گرفتند.

این رزمنده مدافع حرم اضافه کرد: چندین ماه در شهرهای دمشق، لاذقیه و حلب حضور داشتم و در این مدت چندین مرتبه سردار سلیمانی را ملاقات کردم. وی با اشاره به اینکه سردار حاج قاسم سلیمانی وجودش پراز انرژی بود، خاطرنشان کرد: وی در عین حال که مثل کوه محکم، با صلابت و قوی در جبهه های نبرد حضور داشت، آرامش خاصی به همراه داشت و این آرامش را به بقیه نیروها منتقل می کرد.

این همزم سردار سلیمانی یادآور شد: شهادت سردار برای تمام مدافعان حرم بسیار دردناک بود، باور کردن شهادتش سخت بود.

وی با بیان اینکه حیف مردان خداست که در بستر جان دهند، گفت: در مراسم تشییع ایشان حضور داشتم و حجم حضور جمعیت غیرقابل توصیف و حیرت انگیز شهادتش سخت بود.

این رزمنده مدافع حرم گفت: هم اکنون بخاطر شرایط جسمی که دارم، از کار فاصله گرفته ام و با دوستان قدیمی یک گروه جهادی برای کمک به محرومان شهر ایجاد کرده ام.

هزار و ۲۳۶ کیلوگرم باریجه در این استان از سطح طرح های اجرا شده گیاهان دارویی برداشت شد. مهرداد فلاحی افزود: با توجه به شناسایی بیش از ۴۰۰ گونه گیاه دارویی در استان تحقیقات همه جانبه و بهره برداری صحیح از این نوع گیاهان ضروری است و به همین دلیل بهره برداری بی رویه از برخی از گونه ها ممنوع است.

وی با بیان این که گیاهان دارویی صنعتی طبق دستورالعمل ها سازمان جنگل ها از نظر بهره برداری به گروه مجاز مشروط و غیر مجاز و ممنوعه تقسیم می شوند گفت: هر گونه بهره برداری از گونه های مرئی و جنگلی مانند ریشه شیرین بیان، پیازهای مانند لاله سربگون و انواع پیازها مانند موسیر ممنوع است.

رییس اداره امور مراتع اداره کل منابع طبیعی و انبیزداری خراسان شمالی افزود: در عین حال بهره برداری و برداشت باریجه، زرشک وحشی و کنیرا در قالب کتلیجه های طرحی که به تصویب کمیته فنی می شوند گفت: هر گونه بهره برداری از گونه های مرئی و جنگلی مانند ریشه شیرین بیان، پیازهای مانند لاله سربگون و انواع پیازها مانند موسیر ممنوع است.

رییس اداره امور مراتع اداره کل منابع طبیعی و انبیزداری خراسان شمالی افزود: در عین حال بهره برداری و برداشت باریجه، زرشک وحشی و کنیرا در قالب کتلیجه های طرحی که به تصویب کمیته فنی می شوند گفت: هر گونه بهره برداری از گونه های مرئی و جنگلی مانند ریشه شیرین بیان، پیازهای مانند لاله سربگون و انواع پیازها مانند موسیر ممنوع است.

وی با بیان این که اسامال سهه طرح احیا و توسعه گیاهان دارویی در استان اجرا شد خاطرنشان کرد: این طرح ها با ریجستان های خمی شهرستان جاجرم و در فاروق اجرا شده است.

وی مساحت این طرح ها را نیز در مجموع بیش از پنج هزار و ۷۳۰ هکتار اعلام کرد و گفت: مساحت مفید این سه طرح نیز در مجموع ۷۷۹ هکتار برآورد شده است. فلاحی گفت: در راستای توسعه و احیای گیاهان دارویی، جریان طرح های بهره برداری از گیاهان دروی درممت زمانی که اجرای طرح ها را بر عهده دارند ملزم به رعایت دستورالعمل های سازمان جنگل ها مبنی بر چگونگی برداشت و میزان برداشت هستند

و از دیگر سو در تعهداتشان گنجانده شده که هر یک از مجریان ۱۰۰ هکتار کیلوه باریجه را نیز انجام دهند که بر همین اساس امسال این افراد در ۳۰۰ هکتار از مراتع احیا و توسعه گیاهان دارویی را اجرا کردند.

وی با اشاره به برنامه ای به نام اقدام ملی اظهار داشت: تعهد امسال استان برای توسعه و احیای گیاهان دارویی سه هزار هکتار است و این طرح هم اکنون در شهرستان های اسفراغین و شیروان با همکاری بهره برداران بومی و سازمان های مردم نهاد و علاقه مندان درحال انجام است.

فلاحی گفت: کاشت بارندگی ها و نزولات جوی موجب شده تا ممنوعیت برداشت گیاهان دارویی همچنان ادامه داشته باشد.

وی افزود: با توجه به گزارش اداره کل هواشناسی خراسان شمالی در سال جاری میزان بارندگی استان به نسبت دوره بلند مدت ۳۷ درصد و به نسبت سال قبل ۵۰ درصد کاهش دارد که منجر به کاهش عملکرد درختان و بومی و سازمان های مردم نهاد و علاقه مندان درحال انجام است.

فلاحی گفت: کاشت بارندگی ها و نزولات جوی موجب شده تا ممنوعیت برداشت گیاهان دارویی همچنان ادامه داشته باشد.

وی با بیان این که گیاهان دارویی عمدتا چند ساله هستند افزود: با کاشت گیاهان دارویی علاوه بر این که هزینه های شخم کاهش می یابد چون این گیاهان آفت و بیماری ندارند هزینه های مانده سم پاشی و آفت کشی نیز وجود ندارد و آلودگی و خاک بر اثر سموم نیز دیده نخواهد شد.

وی با بیان این که تولید بذر به حفظ گیاهان در معرض خطر انقراض کمک می کند افزود: حتی اگر گیاه از بین رود بذر آن باقی خواهد ماند تا در مزارع کشت شود.

باز خاطرنشان کرد: متأسفانه گیاهان دارویی استان در حالی که منصرف به فرد نیز هستند به صورت خام به استانهای دیگر می روند و در این استانها فرآوری می شوند در حالی که درخراسان شمالی صنایعی ایجاد شده است که می توان با ایجاد لینک بین صنایع و بهره برداران گیاهان دارویی به ایجاد زنجیره ارزش افزوده در بخش گیاهان دارویی کمک کرد.

هشدار نسبت به برداشت های غیر اصولی

رییس اداره امور مراتع اداره کل منابع طبیعی و انبیزداری خراسان شمالی اظهار داشت: امسال، ۲ هکتار

هشدار نسبت به برداشت های غیر اصولی

رییس اداره امور مراتع اداره کل منابع طبیعی و انبیزداری خراسان شمالی اظهار داشت: امسال، ۲ هکتار

نامه میر کاظمی به رئیس جمهور

سید مسعود میر کاظمی، رئیس سازمان برنامه و بودجه کشور در رابطه افزایش حقوق کادر درمان و اصلاح و متناسب‌سازی ضرایب فوق‌العاده جذب اعضای هیات علمی بخش بهداشت و درمان به رئیس جمهور نامه نوشت.

رئیس سازمان برنامه و بودجه از کمبود منابع برای پرداخت افزایش حقوق کادر درمان و مصوبات گذشته در مورد هیات علمی دانشگاه‌های علوم پزشکی خبر داده و عنوان کرده است: پرداخت حقوق آذر ماه برخی دانشگاه‌های علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی (منجمله ساهو، سرامه، ایلام، گیلان، همه گلستان، خوی، اردبیل، کاشمر، مسیح دانشوری و سازمان اورژانس) در سقف اعتبارات مصوب قابل انجام نیست و می‌بایست با اجازه قانونی افزایش ۱۰درصد اعتبار مصوب، برای تامین حقوق آذرماه اقدام گردد. همچنین عمده دانشگاه‌های علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی از دی ماه و تمامی آنان در دو ماهه آخر سال با مشکل عدم امکان پرداخت حقوق به‌دلیل کافی نبودن اعتبار حتی در صورت افزایش ۱۰ درصدی مواجه خواهند بود.» علاوه بر این مسئله میرکاظمی تأکید کرد «در خصوص همسان سازی حقوق اعضای هیات علمی دانشگاه‌های وابسته به وزارت علوم، تحقیقات و فناوری با حقوق اعضای هیات علمی غیرایالتی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی که مطابق جز (۲) بند (و) تبصره (۲) قانون بودجه سال ۱۴۰۰ می‌بایست از محل فروش اموال مازاد تامین می‌شد لیکن تاکنون متخف نشده‌است. ولی در احکام کارکنان اجرا شده و اعتبار آن از محل منابع عمومی تامین شده است.»

ارزش سهام عدالت چقدر شد؟

در پایان معاملات دیروز بازار سهام، ارزش سهام عدالت به ۱۰ میلیون و ۸۱۸ هزار و ۵۶۰ تومان رسید که نسبت به روز معاملاتی گذشته ۳.۱ درصد مازاد ۳۲۵ هزار و ۹۸۱ تومان افزایش داشت. با احتساب این موضوع، ارزش ۶۰ درصد قابل فروش سبد ۵۳۲ هزار تومانی سهام عدالت به ۶ میلیون و ۴۹۱ هزار و ۱۳۶ تومان رسیده است.

عرضه اولیه سهام سرخآبی‌ها تا بهمن ماه

رئیس کل سازمان خصوصی سازی با اشاره به ارزش تقریبی یک‌هزار و ۸۰۰ میلیارد تومانی هر یک از باشگاه‌های استقلال و پرسپولیس، گفت: پیشنهاد ما این است که تا بهمن ماه سال جاری، پذیره نویسی این دو باشگاه با عرضه ۲۰ درصدی انجام و پول آن نیز به خود باشگاه‌ها پرداخت شود.

طرح وزیر اقتصاد برای افزایش حقوق باز نشستگان

وزیر امور اقتصادی و دارایی از طرح این وزارتخانه برای افزایش حقوق بازنشستگان از طریق تعریف محصولات بیمه ای جدید خبر داد. سید احسان خاندوزی در پایان جلسه امشب خود با رئیس کل بیمه مرکزی جمهوری اسلامی و مدیران عامل بزرگ ترین شرکت های بیمه ای کشور در محل وزارت اقتصاد، با بیان اینکه در این نشست، نکات بسیار خوبی در وقت حضور در زمینه صنعت بیمه مطرح مورد بررسی قرار گرفت، اظهار داشت: این محورها و به واقع، توقعات دولت برای ایجاد تحول در صنعت بیمه، متکی بر سند تحول دولت سیزدهم است. وزیر اقتصاد یکی از طرح‌های مورد نظر را حرکت به سمت نظارت «حرجط» بیمه مرکزی بر شرکت های بیمه ای عنوان کرد که به گفته وی، متأسفانه، در حال حاضر خیلی با شرایط مطلوب در این خصوص فاصله داریم. وی با بیان اینکه متأسفانه گزارش‌های نظارتی بیمه مرکزی در حال حاضر، گزارش‌هایی با «فواصل زمانی» و در بعضی مواقع «با دقت کم» است، گفت: رئیس کل بیمه مرکزی پذیرفت به سرعت در مورد برخی مشن نظارت های این نهاد ناظر، تدبیری بیندیشد.

تسهیلات بانک‌ها به اقتصاد ۶۰ درصد زیاد شد

تسهیلات پرداختی بانک‌ها طی هشت ماهه سال ۱۴۰۰ به‌بخش‌های اقتصادی، مبلغ ۱۷ هزار و ۲۷۴ هزار میلیارد ریال است که در مقایسه با دوره مشابه سال قبل معادل ۵۹.۲ درصد افزایش داشته است.

بانک مرکزی اولتیماتوم داد

بانک مرکزی در بخشنامه ای بر لزوم رعایت نرخ سود علی الحساب سپرده های سرمایه گذاری مصوب شورای پول و اعتبار توسط شبکه بانکی تأکید کرد. بر اساس این بخشنامه و با اشاره به ابلاغ مصوبات یک‌هزار و دویست و نود و هفتمین جلسه مورخ ۱۳۹۹.۴.۲۴ شورای پول و اعتبار و تأکیدات انجام شده در جلسات ریاست کل بانک مرکزی با مدیران شبکه بانکی، نرخ سود علی الحساب سپرده‌های سرمایه گذاری مدت دار مابین ۱۰ تا ۱۸ درصد سالیانه تعیین شده است و بانک‌ها موظف به رعایت نرخ‌های مذکور هستند. بر اساس این بخشنامه، بررسی‌ها حاکی از است که نرخ‌های سود علی الحساب پرداختی به سپرده‌های سرمایه‌گذاری مدت‌دار اشخص و اشخص حقوقی و موسسات سرمایه‌گذاری از سوی برخی از بانک‌ها و موسسات اعتباری رعایت نمی‌شود، به طوری که با استناد از روش‌های متفاوت، نرخ سود موثر سپرده‌ها فراتر از موارد مطرح در ضوابط ابلاغی بانک مرکزی است؛ بنابراین، بانک مرکزی از شبکه بانکی خواسته است اقدامات اصلاحی لازم به منظور رعایت موازین قانونی و مقرراتی ذی ربط را انجام دهند.

دبیرکل کانون نهادهای سرمایه‌گذاری ایران با تأکید بر اینکه مداخله دولت و نهاده‌ها در همه بازارها از جمله بازار سرمایه خلاف اصول بازار است، اظهار کرد: هر مداخله ای که در زمینه عرضه و تقاضا خارج از قواعد باشد، در بلند مدت آثار مخرب خواهد گذاشت. او همچنین تأکید کرد که قاعدا زمانی که تصمیم اشتباهی رخ دهد، دولت دست در جیب مردم می‌کند؛ مهمترین محلی هم که این برداشت رخ می دهد، بازار سرمایه است.

سعید اسلامی بیدگلی در گفت و گو با ایسنا، با اشاره به قیمت گذاری دستوری در کشور، اظهار کرد: تجربه قیمت گذاری دستوری را به اندازه کافی در کشور داشته‌ایم. درحال حاضر هم مجددا در بازار فولاد مداخله‌صورت میگیرد، اگر همه جوانب در آن در نظر گرفته نشود و کل زنجیره دیده نشود، قطعا این تجربه هم در آینده مانند تجربه‌های گذشته موفق نخواهد بود.

این کارشناس بازار سرمایه با بیان اینکه مداخله های دستوری باعث عدم شفافیت، ایجاد رانت برای یک گروه و ناعدالتی در سهم‌گیری از حلقه‌های مختلف زنجیره ارزش خواهد شد، گفت: ممکن است درحال حاضر یک مفضل را با یک تصمیم یا یک مداخله حل و فصل کنیم، ولی اگر همه جانبه و منطبق برقاعده بازار نباشد، در بلند مدت گرفتاری ایجاد می‌کند و در نهایت اعتماد عمومی را در بازار سرمایه خدشه دار و ایجاد نگرانی و نارضایتی خواهد کرد. قاعدتا دولت وظیفه رگولاتوری و تنظیم‌گری دارد، ولی بازیگری و نفع آن را باید به بازیگرهای خود و ذینفعان بسپرد؛ نه اینکه تعدادی از نفرات که مشکلات را لمس کرده‌اند دستورالعمل بنویسند و ابلاغ کنند و فکر کنیم که مشکلات حل می‌شود. اسلامی بیدگلی ادامه داد: یکی از مشکلات فعلی در کشور به علت وضعیت رکود تورمی این است که خیلی از این سرمایه‌ها به جای اینکه صرف توسعه بنگاه و رقابت پذیری شوند، به بخش غیر مولد می رود و این خلاف است؛ چرا که همه جای دنیا برای جلوگیری از خروج سرمایه از بنگاه تولیدی، یک قاعده کلی وجود دارد و آن اینکه اگر ارزش افزوده‌ای یا مازاد سرمایه ای دارند، آن را در راستای تکمیل و توسعه زنجیره‌شان مجددا به عرصه تولید برمی گردانند؛ نه اینکه به عنوان سپرده بدون ریسک در بانک بگذارند

دوشنبه ۱۰/۰۶/۱۴۰۱ سال یازدهم - دور جدید - شماره ۲۴۵۸ - مسلسل ۲۴۴۸

دبیرکل کانون نهادهای سرمایه‌گذاری ایران:

زمانی که تصمیم اشتباهی رخ دهد، دولتها دست در جیب مردم می‌کنند



تا مثلا بهره بالا دریافت کنند.

بررسی تاثیر لایحه بودجه بر بازار سرمایه

وی در ادامه درمورد تاثیر لایحه بودجه ۱۴۰۱ بر بازار سرمایه گفت: اگر بازار سرمایه امروز گرفتار مشکلاتی شده بیشتر بر اثر جنبه اقتصادی و سیاسی موضوع و مداخلاتی است که از ناحیه افراد غیرمرتبط صورت گرفته است. همیشه هم یک بخش از آن خود دولتها بوده اند؛ به عبارت دیگر دولت به واسطه کسری بودجه ای که دارد، همیشه بخشی از بار آن را، با فروش اوراق یا

دیگر مداخلات، به بازار سرمایه تحمیل کرده است.

دبیرکل کانون نهادهای سرمایه‌گذاری ایران لایحه بودجه را حاوی برخی ابهامات دانست و اظهار کرد: در بودجه‌ای که دولت بسته کسری محتمل است زیرا تامین و تحقق منابع آن مبتنی بر پیش فرض‌هایی است که تحقق آن آسان نیست و قاعدتا زمانی که تصمیم اشتباهی رخ دهد، دولت دست در جیب مردم می‌کند؛ مهمترین محلی هم که این برداشت رخ می دهد، بازار سرمایه است.

در بیانیه اتحادیه کسب و کارهای مجازی مطرح شد

اشکالات طرح «صیانت» چیست؟



طرح در ششون مختلف زندگی مردم، ایهام و عدم شفافیت در مفاد و فرآیند تقنین طرح منجر به ایجاد بی‌اعتمادی به نظام حکمرانی، عدم پیش‌بینی شرایط تحت از اجرای طرح (ناکارآمدی، ساختار داخلی، اختلال از جمله انتقاداتی بود که پیش از این اتحادیه کسب‌وکارهای مجازی نیز در بیانیه خود تأکید کرده بود و امروز تأیید آنها را فاصله و شکاف حاکمیت و مردم می‌شود.

بیانیه اتحادیه کشوری کسب و کارهای مجازی

در این راستا اتحادیه کشوری کسب‌وکارهای مجازی پیرامون نامه مرکز پژوهش‌های مجلس شورای اسلامی در خصوص طرح صیانت بیانیه‌ای صادر کرد. در این بیانیه آمده است: اکنون که بیش از شش ماه از مطرح شدن طرح صیانت در صحن علنی مجلس شورای اسلامی می‌گذرد، بیش از پیش حقانیت منتقدان طرح ثابت شده است و نامه قاطعانه مرکز پژوهش‌های مجلس شورای اسلامی در تاریخ ۳۰ آذر ۱۴۰۰ خطاب به ریاست محترم کمیسیون مشترک طرح صیانت نیز نشان داد انتقادات کارشناسان دلسوز، فعالان صنفی و احاد ملت در رابطه با این

کهی مزایده نوبت اول

در مورد پرونده اجرائی کلاسسه ۰۰۰۰۵۲۳ در ۲ اجرای احکام مدنی بجنورد، فی مابین محکوم لهم محسن محمدی و یعقوب ندیمی و محکوم علیه ضفر علی خان زاده یا موضوع مطالبه وجه بابت ثمن معامله به شرح مشخصات ذیل الذکر توقیف شده است: مشخصات خودرو: به شماره انتظامی ایران ۵۳۹-۳۳ با ۷ مشخصات ذکر شده به شرح ذیل می باشد
• نوع و کاربری: یک دستگاه وانت پیکان ۱۶۰۰ به شماره موتور ۱۱۴۸۷۰۴۲۳۶۸ و شماره شاسی ۱۱۴۸۷۰۴۲۳۶۸
• به رنگ سفید روغنی مدل ۱۳۸۷
منطق به اقای صفی علی خان زاده فرزند فرج و سسر کار خانم ماه خانم غلام نیا فرزند رمضان (مسبوق به سابقه در سامانه شماره گذاری ناچا)

وضعیت خودرو: اتاق و بدنه : درب موتور ، گلگیر سمت چپ عقب ، گلگیر سمت راست جلو ، درب سمت راست خسارت دارد و از نظر موتوری نیز روغن ریزی دارد. موتور : باطری فرسوده شده بایستی تعویض شود و خودرو روشن نشد. گیربکس : سالم شیشه ها : سالم سپرها : سالم وضعیت بیمه : فاقد بیمه شخص ثالث ديفرانسیل سالم صندلی و جلو داشبورد : سالم جلو پنجره : سالم لاستیک ها، ضعیف چراغ ها : سالم اینه و برف پاک کن : سالم وضعیت اصالت خودرو : دارد با توجه به شرایط ظاهری ، فنی و مدل خودرو قیمت تقریبی آن به شرح ذیل تعیین می گردد.
قیمت پایه کارشناسی ۶۲۰۰۰/۰۰۰ریال (شصت و دو میلیون تومان)
ساعت ۰۱/۰۰۰ ساعت ۱۴۰۰/۰۱۴۰۰، به رتگ سفید روغنی احکام مدنی دادگستری بجنورد به فروش برسد ، بنابراین متقاضیان شرکت در جلسه مزایده میتوانند پنج روز قبل از موعد مقرر در این اجرا حاضر و از کم و کیف موضوع مطلع و در صورت تمایل از مورد مزایده بازدید نمایند .
بدیهی است مزایده از قیمت کارشناسی شروع و به بالاترین قیمت پیشنهادی واگذار خواهد شد و ده درصد مبلغ پیشنهادی فی المجلس (که باید به حساب سپرده دادگستری واریز و فیش آن تحویل شود) از برنده مزایده اخذ و مابقی مبلغ نیز ظرف یک ماه وصول خواهد شد و در صورت عدم پرداخت الباقی(نود درصد) در مهلت مقررملغ تودعی پس از کسر هزینه مزایده به نفع دولت ضبط و مزایده تجدید میگردد.

دادورز شعبه دوم اجرای احکام مدنی شهرستان بجنورد- پوئس خانی

اسلامی بیگدلی با بیان اینکه بسیاری از سهام ارزنده هستند افزود: البته همچنان شاهد ابهام در سیاست‌های دولت نسبت به بازار سرمایه هستیم و انتظار این است که مردم و فعالین بازار سرمایه بتوانند در افق حداقل یک یا ۲ سال آینده سیاست‌های دولت را شفافتر ببینند تا اعتماد سهامداران به این بازار تقویت شود. این در حالی است که برخی مداخلات همچنان به شرکت‌های سرمایه گذاری آسیب می‌زند.

وی در ادامه به تأثیر نرخ خوراک بر صنعت فولاد و پتروشیمی و به تبع آن در بورس اشاره و تصریح کرد: اگر قرار است هرگونه افزایش قیمتی اتفاق بیفتد، باید طبق ضابطه باشد و کلیت آن در زنجیره دیده شود؛ به عبارت دیگر ما نمی‌توانیم انتظار داشته باشیم صنعت ساختمان سازی رشد کند، بی آنکه برای سنگ‌آهن و تکنولوژی و تامین مالی آن فکر نکنیم؛ ضمن اینکه قیمت‌ها باید رقابتی و فعالیت‌ها شفاف تر شوند.

لزوم مشورت دولت با کارشناسان

این کارشناس بازار سرمایه ادامه داد: واقعیت این است که صنعت و کسب و کار در کشور به خاطر تحریم‌های ظالمانه‌ای که وجود دارد، از حضور در بازارهای جهانی و تکنولوژی روز محروم است. به ویژه که در شرایط رکود تورمی نیز بی سر می بریم و رشد سرمایه‌گذاری در چند سال گذشته کاهش یافته بوده است، اگر سیاست هایی که اعمال میشود دقیق و صحیح نباشد، باعث می‌شود بخشی از این سرمایه خارج شود یا به بازارهای غیر مولد و واسطه‌ای برود. بر این اساس ضمن اینکه معتقد هستیم قیمت‌ها باید رقابتی شود، ملاحظاتی دیگری هم باید برای کسب و کارها دیده شود؛ مثلا اگر قرار است قیمت گاز فولاد را افزایش دهیم باید تاثیر این عامل در دیگر صنایع مرتبط و همین طور محصول نهایی را هم ببینیم. اسلامی بیدگلی تأکید کرد: در کل توصیه ما این است که هر پیشنهادی می‌شود دولت با فعالین آن حوزه مشورت کند، نظر بگیرد و بعد دستورالعمل یا سیاست که می خواهد را اعمال کند. اگر این همراهی نباشد، نهایتا یا تصمیم درست اجرا نمی‌شود یا اینکه ممکن است در اجرا همراهی لازم را نداشته باشد.

خبر

قطعی برق میلیون‌ها نفر در قلب اروپا در پی بحران انرژی

راشناوتدی: کشورهای اروپایی هم اکنون درگیر یکی از بزرگ‌ترین بحران‌های حوزه انرژی در تاریخ اتحادیه اروپا هستند. شرکت خدمات توزیع نیروی کوزوو اعلام کرده که پس از آنکه بارها از مردم خواسته تا آنجا که می‌توانند در مصرف انرژی صرفه‌جویی کنند حالا همچنان با مصرف بیش از حد مواجه بوده و مجبور است برق میلیون‌ها مشترک را قطع کند. در بیانیه این سازمان آمده، مشترکین باید به بهینه‌ترین شکل ممکن از برق استفاده کرده تا امکان تامین نیرو برای آنها در ساسیه بحران انرژی فراهم شود. اوایل ماه جاری شرکت تولید نیروی برق کوزوو اعلام کرد بود، بزرگ‌ترین نیروگاه ذغال سنگی این کشور به خاطر مشکلات فنی از مدار خارج شده است. این مسأله همچنین باعث شد تا تأسیسات مرکزی گرمایشی پایتخت کوزوو از دسترس خارج شده و این کشور مجبور شود برق را با قیمت بالا وارد کند. دولت کوزوو حالا تصمیم گرفته تا مقطعی برق دو میلیون خانوار را قطع کند. دو هفته پیش هم صربستان از تصمیم خود برای قطع برق مشترکین خبر داده بود؛ البته از مشکل فقط مربوط به کوزوو و صربستان است، چون شرکت توزیع برق انگلیس هم نخستین هشدار زمستانه خود را نسبت به بالا بودن مصرف برق در این کشور اعلام کرده است. هفته گذشته شرکت برق فرانسه هم اعلام کرد، چهار راکتور هسته‌ای این کشور، که ۱۰ درصد کل برق فرانسه را تامین می‌کرد،اند از مدار خارج شده است. آلمان هم می‌خواهد تا پیش از سال ۲۰۲۱ نیمی از ظرفیت تولید برق هسته‌ای خود را برای همیشه خاموش کند که همه این موارد در کنار هم در حال تشدید کردن بحران کمبود انرژی در سطح اروپاست. شرکت تراقی‌گورا هشدار داده که در صورت بروز زمستان سخت اتحادیه اروپا ممکن است با قطعی گسترده برق مواجه شود.

حکم دولت هلند علیه شرکت سازنده آیفون

به نقل از رویترز، شورای رقابت هلند اعلام کرده است که شرکت اپل آمریکا در استفاده از نرم‌افزار اپ‌استور و روش پرداخت در آن قوانین رقابت را نقض کرده است، در صورتی که اپل نرم‌افزارش را با قوانین رقابتی همگام نسازد با جریمه ۵۶۶ میلیون دلاری در هلند مواجه خواهد شد. شورای رقابت هلند اعلام کرد، اقدام اپل در الزام شرکت‌های تولیدکننده نرم‌افزار برای استفاده از نرم‌افزار درون‌برنامه‌ای خود اپل، قوانین رقابت و ضدانحصار را نقض می‌کند. طی سال گذشته به خاطر قرار گرفته و شرکت‌های توسعه نرم‌افزار به شدت نسبت به این اقدام شامی هستند، از سوی دیگر، به دلیل استفاده از نظام پرداخت درون‌برنامه‌ای اپ‌استور، شرکت‌های توسعه‌دهنده نرم‌افزاری را ۱۵ تا ۲۰ درصد فروش خود را به اپل بدهند. تحقیقات در این زمینه از سال ۲۰۱۹ در هلند در جریان است و این نخستین بار است که شرکت آمریکایی در هلند به خاطر سوء استفاده از جایگاه خود در بازار نرم‌افزار تحت پیگرد قرار می‌گیرد. در چندین شرکت دیگر نیز شاهد شکایت از شرکت اپل بوده‌ایم.

کاهش ارزش سهام شرکت خودرو الکتریکی چینی

شرکت خودروسازی دایملر آگ (ایرشرکت خودروسازی آلمانی چندملیتی) ارزش سهام شرکت خودروهای الکتریکی چینی BYD (بی‌وای‌دی)، شرکت خودروسازی جمهوری خلق چین) را کاهش داد. به نقل از بلومبرگ، دایملر پس از سال‌ها فروش ضعیف برای این برند، سهام خود را در سرمایه‌گذاری مشترک خودروهای الکتریکی دنزا با شرکت صنعت خودروی بی‌وای‌دی (BYD) چین کاهش خواهد داد. شرکت سازنده مرسدس بنز گفت: پس از انتقال سهامی که شرکت‌ها قصد دارند در اواسط سال ۲۰۲۲ تکمیل کنند، بی‌وای‌دی، ۹۰درصد از کسب‌وکار و دایملر ۱۰ درصد را مالک خواهند شد. سرمایه‌گذاری مشترک نصف نصف (۵۰/۵۰) در مارس ۲۰۱۲ آغاز شده است. دایملر در بیانیه‌ای گفت: دایملر و بی‌وای‌دی همچنان به همکاری طولانی‌مدت موفق خود متعهد هستند. برند دنزا مدل‌های جدیدی را در سال آینده معرفی خواهد کرد و به دنبال فرصت‌های رشد بیشتر است. سال‌ها تقاضای اندک برای خودروهای دنزا و سوآوری ضعیف این سرمایه‌گذاری حتی با وجود افزایش فروش خودروهای لوکس مرسدس در چین، یکی از نگرانی‌های دایملر بوده است.

روزنامه اقتصادی سیاسی و فرهنگی استان خراسان شمالی

WWW.ETEFAGHYEH.IR

صاحب امتیاز : حسین رفیعی
مدیرمسئول : حسین رفیعی

آدرس دفتر مرکزی: خراسان شمالی، بجنورد
سازمان استقلال – نبش چهارراه نگارستان
پلاک ۱۰۰ طبقه سوم
روابط عمومی : ۰۵۸۳۲۲۵۵۴۱۱
شماره فکس : ۰۵۸۳۲۲۵۵۶۷۷

نکات طلایی در باشگاه



مسعود مهدی زاده

کارشناس ارشد حرکات اصلاحی و آسیب شناسی مری بدنسازی و آمادگی جسمانی و مقام اور

مدیر کانون حرکات اصلاحی و پایگاه قهرمانی تربیت بدنی آموزشگاه‌های بجنورد و رئیس هیات بدنسازی و

پرورش اندام شهرستان بجنورد

در این یادداشت به زبان ساده به نکاتی کلی از تمرین در باشگاه اشاره می کنم که متأسفانه عده ای از ورزشکاران در حین انجام تمرینات به آن ها توجه خاصی ندارند، در حالی که توجه و پیگیری این نکات تأثیرات چشمگیری برای ورزشکاران در پی خواهد داشت .

لویت تمرین عضلات بزرگ و کوچک:

توجه داشته باشید که در یک روز از تمرین خود در صورتی که برنامه ی تمرینی شما تک عضله ای نیست، ابتدا عضلات بزرگ تر را در بخش اول تمرین دهید، سپس به سراغ عضلات کوچک تر بروید؛ بطور مثال تمرین دادن سرشانه ها در ابتدا قبل از عضلات زیر بغل یا پا اشتباه است گرچه بهتر است عضلات بزرگ یا بیشتر به تنهایی تمرین داده شوند.

عضلات کوچک مانند عضلات سه سر بازو، عضلات سرشانه، عضلات ساعد و مچ دست، ساق باید در قسمت دوم تمرین تخت تنش قرار بگیرند مگر اینکه عضله ای در بدن شخص بنا به تشخیص مری نیازمند به پیش خستگی و تکنیک های تخصصی دیگری باشد.

نوع سیستم تمرینی، ست ها و حرکات:

یکی از اساسی ترین نکته ها که باید به آن دقت کرد، نوع سیستم تمرینی با توجه به ساختار و ترکیب بدن هر فرد می باشد.

میز خبر

نماینده مجلسی که معناد و تزریقی بود

«سلیمی» عضو هیات رئیسه مجلس در برنامه دستخط در پاسخ به سوالات درباره حضور یک نماینده معناد در مجلس گفت: در دوره هشتم نماینده مجلسی نامندیده که اعتیاد داشت و تزریق می کرد؛ا برای استخدام در هر شرکتی تست عدم اعتیاد می گیرند، چرا در مجلس تست اعتیاد نمی گیرند؟

سیاست‌های اشتباه و زیر صمت درباره صنعت خودرو، هزینه‌های بسیار و کم‌توسعه‌بودن

عضو ناظر مجلس در شورای رقابت با انتقاد از سیاست اشتباه وزیر صمت درباره صنعت خودرو، گفت: خودروسازان هیچ برنامه‌های برای کاهش صحت سوخت خودرو ندارند، حال آنکه شرکت‌های خودروساز در دنیا در حال تولید خودروهای برقی و کم مصرف هستند.مجتبی رضاخواه درباره سیاست وزارت صمت مبنی بر افزایش قیمت کارخانه‌ای خودرو، گفت: روش فعلی وزارت صمت نادرست است، چراکه اصرار بر افزایش قیمت خودرو با وجود انحصار در بازار و عدم تمهد خودروسازان به ارتقای کیفیت، موجب ناکارآمدی صنعت خودرو شده است، به گونه‌ای که در شرایطی که مردم از این شرکت‌ها راضی نیستند، خودروسازان نیز مستمیر به دنبال کردن صرف محصولات خود هستند. رضاخواه گفت: روش فعلی وزارت صمت نادرست است، چراکه اصرار بر افزایش قیمت خودرو با وجود انحصار در بازار و عدم تمهد خودروسازان به ارتقای کیفیت، موجب ناکارآمدی صنعت خودرو شده است، به گونه‌ای که در شرایطی که مردم از این شرکت‌ها راضی نیستند، خودروسازان نیز مستمیر به دنبال گران کردن محصولات خود هستند.

پرخورد با عاملان توهمین به حجاب اسلامی در یک دامپزشکی

به دنبال انتشار ویدیوی از توهمین به حجاب اسلامی از سوی افرادی در یکی از دامپزشکی‌های تهران در فضای مجازی، رئیس پلیس فتای پایتخت از برخورد با عاملان این ویدیوی موهن خبر داد. مدتی پیش، ویدیویی موهن در فضای مجازی منتشر شد که در جریان آن فردی اقدام به قرار دادن تک‌های پارچه بر سر یک سگ کرده و با بیان القاطی نامناسب به حجاب اسلامی توهمین کرده بود. این موضوع باعث ناراحتی بسیاری از شهروندان شده و واکنش‌های زیادی را در پی داشت. در همین راستا سرهنگ داود مظلمی گودرزی، رئیس پلیس فتای تهران بزرگ گفت: به دنبال انتشار ویدیویی از یک دامپزشکی در فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی مبنی بر اقدام نامتعارف افراد حاضر در ویدئو و تمسخر حجاب اسلامی،در پی در خواست‌های مکرر مردمی از پلیس پس از انتشار این ویدیوی توهمین آمیز و جریحه دار شدن افکار عمومی، بلافاصله بررسی موضوع در دستور کار این پلیس قرار گرفت و افراد مرتبط با موضوع پس از شناسایی توسط کارشناسان پلیس فتای فرماندهی انتظامی تهران بزرگ، در پلیس فتا حاضر شدند.

پیشنهاد زاکانی برای انتقال دانشه‌هایشان به کشورهای دیگر

علیرضا زاکانی؛ شهردار تهران با تأکید بر اینکه باید نگاه به داخل شهرداری و امکانات آن داشته باشیم گفت: در این میان بخشی دیگر از مسئولیت‌ها نظارت بر دیگر دستگاه‌ها است تا بتوانیم از این طریق و با ایجاد پیوستگی در مدیریت بحران موفق باشیم. اظهار نظر او می‌توان شهرداری تهران قرار داد که بتوانیم با لکه گذاری به سمت ایجاد بافتی جدید برویم که برای شهر نه تنها زیان ندارد بلکه آورده نیز دارد. وی اده داد: داشته‌های ما بسیار بالاست و این داشته‌ها را می‌توان در اختیار دیگر کلانشهرها و حتی کشورهای دیگر نیز قرار داد. در بخش بین الملل باید

نقشه دقیقی احصا شود که آغز آن کلانشهرهای ایران است، کشورهای هستند که نیازمند تجارب ما هستند و ما چه در بخش استفاده از تجارب، چه در بخش ارایه تجارب بحران نباید خساست به خرج دهیم.

طالبان پخش موسیقی در داخل خودروها را ممنوع کرد

طالبان پخش موسیقی در داخل خودروها و همچنین سوار کردن زنان بی‌حجاب را ممنوع اعلام کرد.خبرگزاری کابل در صفحه توئیتر خود نوشت: «وزارت امر در بخش و نهی از منکر در کابل به رانندگان توصیه کتبی کرده که از پخش موسیقی خودروی کنند و زنان بی‌حجاب را سوار نکنند». طالبان در بیانیه‌ای که وزارت ارشاد اسلامی در دیدار با نمایندگان آرایشگاه‌های مردانه شهر لشکرگاه مرکز استان هلمند کشور افغانستان توصیه کرده‌اند که از حالت دادن به موها و تراشیدن ریش‌ها خودداری کنند. پیشتر روزنامه اطلاعات افغانستان گزارش داده بود که طالبان وزارت امور زنان در افغانستان را لغو و «وزارت امر به معروف و نهی از منکر» را جایگزین کرده است.

افزایش شش برابری قیمت در انتظار نرخ مرغ

رئیس هیات مدیره اتحادیه مرغ تخم گذار استان تهران در واکنش به گرانی غیرقانونی تخم مرغ گفت: برای جلوگیری از ایجاد شک و شبهه و اثر روانی منفی در بازار لازم است که دولت رسماً تکلیف مرغداران را مشخص و حذف پاران ۴۲۰۰ از اول دی را تکذیب کند. در حالی که هنوز ارز ۴۲۰۰ تومانی نهاده‌های دامی حذف نشده، در پی اعلام اخبار غیررسمی شکل‌های حوز مرغ و دام در این باره، قیمت تخم مرغ طی دو سه روز اخیر غیرقانونی افزایش یافته است. ناصر نبی پور رئیس هیات مدیره اتحادیه مرغ تخم گذار استان تهران درباره دلایل این اقدام غیرقانونی اظهار داشت: قیمت تخم مرغ به طور رسمی تغییر ی نکرده است. اما با توجه به اینکه مدتی مسئولان نهاده‌های دامی، قیمت‌ها را کمی گویند که از اول دی نهاده‌ای به مرغداران داده نمی‌شود و قیمت‌ها آزاد می‌شود و از طرفی دولت نیز رسمی و قطعی اعلام نمی‌کند که قرار است، قیمت نهاده‌ها دامی از دی ماه حذف شود یا خیر، بر این صحت تاثیر گذاشته است. وی افزود: مرغداران نیز مطمئن هستند که ارز ۴۲۰۰ تومانی نهاده‌های دامی، قیمت‌ها را کمی گویند که از اول شش برابر می‌شود و به شدت روی قیمت تمام شده تخم مرغ تاثیر می‌گذارد.

نماینده تهران: حقوق نماینده مجلس ۱۸ میلیون تومان است

محمد اسماعیل کوثری نماینده تهران، درباره حقوق دریافتی نمایندگان گفت: یا ۱۶ تومان است و یا ۱۸ تومان. اما اینکه بخواهد حاشیه داشته باشد، آن حاشیه‌اش ملاک نیست. بالاخره شما هم در خانه‌ای که هستیید بالاخره عیدی به بچه می‌دهید، اینجا هم شاید چنین کاری بکنند. یا مثلا اگر ماشینی اینجا را استفاده کنید یا نکنید، آن حاشیه که می‌گویید همین‌هاست. اما حقوق مشخص است و چیز پنهانی نیست.

کریمی قدوسی: در ۱۲۰ روز مشکل‌مان یا هسایه‌ها ۱۰۰

نژدستی حل شد و در بهترین شرایط هستیم

جوادکریمی قدوسی، عضو کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی مجلس با تمجید از دولت سیزدهم گفت: روابط و مناسبات

ایران با کشورهای همسایه در ماه‌های اخیر در بهترین شرایط در سال‌های اخیر قرار دارد. گفت: در ۱۲۰ روز اخیر مسائل کشور در رابطه با افغانستان، قرقیزستان، ارمنستان، جمهوری آذربایجان، پاکستان و افغانستان حل شد و امروزه در بهترین شرایط هستیم و روز به روز هم روابط بهتر می‌شود. او گفت: به وزارت خارجه پیشنهاد دادم در رسانه ملی، معاون اقتصادی و دیپلماسی وزارت خارجه بعنوان نفر دوم وزارت امور خارجه با مردم صحبت کنند.دولت قبل چاره‌های خود را انجام می‌دهد.

یعنی مذاکره: الان مذاکره چیز مهمی نیست؛ شد که شد، نشد هم کارمان را انجام می‌دهیم.

وزیر آموزش و پرورش: تجمع معلمی در «در مقابل نظام»، تلقی نکنید

یوسف نوری وزیر آموزش و پرورش در نخستین نشست خبری با اصحاب رسانه، با اشاره به اینکه در سند تحول بنیادین ارکان فرایند تربیتی غیرتندی از خانواده، حکومت، رسانه و نهادها و سازمان‌های غیردولتی، اظهار کرد: با توجه به نقش رسانه، کارهای که تاکنون اجرا شده است را با اصحاب رسانه مطرح می‌کنیم، چون معقدیم قدرت ارتباطات در تحکیم مبانی دولت‌ها و اداره حکومت نقش بی‌بدیلی ایست.وی درباره تجمعات فرهنگیان عنوان کرد: معلمان خواسته صنفی دارند و این را تجمعی که معلم در مقابل نظام است تلقی نکنید، معلمان وقتی مشاهده کردند به حرف‌هایشان توجهی نمی‌شود، این اتفاق افتاده است بنابراین باید سازمانی ایجاد کنیم تا حرف و اعتراض معلم را بشنویم، و امشب جلسهای با معلمان داریم تا حرف‌های آنها را بشنویم. وزیر آموزش کرد: دستور ادامه داد: تشکیل‌ها و سازمان‌های غیردولتی امروزه سازمان مردم نهاد هستند نقش‌شان تسهیل‌گری دولت و معلمان است و اگر تشکیل‌ها این کار را انجام ندهند، کارایی خود را از دست دادند.

امام جمعه اهواز: از پذیرش بالای جوانان در دانشگاه جلوگیری کنید

کنید تا آمار بیکاران افزایش پیدا نکند

نماینده ولی فقیه در خوزستان با بیان اینکه خروجی دانشگاه‌ها باید متناسب با نیاز جامعه باشد، گفت: آمار ورودی به دانشگاه‌ها بالاست اما خروجی آن بر اساس نیاز جامعه نیست.حجت‌السلام سید محمد نبی موسوی‌فرد جمعه شب در جریان دیدار معاون وزیر علوم، تحقیقات و فناوری در بیت نماینده ولی فقیه در استان، اظهار داشت: یکی از مسائل مهم که باید جدی به آن توجه شود خروجی موثر دانشگاه‌هاست. باید با بازار کار را برای جوانان فراهم و یا از پذیرش بالا جلوگیری کرد تا آمار بیکاران افزایش پیدا نکند. امام جمعه اهواز بیان کرد: امروزه تعداد قابل توجهی از جوانان با وجود تحصیلات عالی بیکار هستند که نشان می‌دهد میزان ورودی و خروجی به دانشگاه‌ها با آمار اشتغال و بازار کار تفاوت زیادی دارد.

بنابیان: ایجاد انگیزه ازادباد نسل باید در روزه‌های خانگی شکل بگیرد

پناهیان، نایبرئیس قراقره‌ها عمار با بیان اینکه یکی از شاخص‌های سطح معنوی جامعه برگزاری روزه‌های خانگی است، عنوان کرد: امام سجاده(ع) و امام باقر(ع) در خانه خود روزه می‌گرفتند و امام سجاده(ع) به شیعیان امر می‌کردند که در خانه‌های خود روزه بگیرند. وی با اشاره به اینکه حضرت زهرا(ع) فتاهای یک بار برای حضرت حمزه سیدالشهدا(ع) روزه می‌گرفتند، ادامه داد: وقتی برای شهادت جعفر طیار خانواده‌اش در خانه گریه می‌کردند

رقاتب در ورزشکار افزایش یافته و خستگی ناشی از تمرین را از ذهن ورزشکار پاک می‌شود!البته صحبت های متفرقه و حاشیه‌ای را به بعد از باشگاه موکول کنید،چون باعث اتلاف وقت و عدم تمرکز میگردد) شاید بهترین مکمل برای افزایش قدرت و توانایی، یک حرف تمرینی باشد!!!!

در آخر ست‌ها که عضلات به مرز ناتوانی می رسند از حرف تمرینی خود کمک بگیرید، دقت کنید به هیچ عنوان بخاطر ناتوانی ، یک ست را نصف و نیمه رها نکنید.

نکاتی از تمرین عضلات شکم، گردن، فیله کمر، ساعد و ساق

شکم: متأسفانه باور غلطی که بین عامه شایع شده است، تمرین دادن هر روز شکم می باشد. درست است که عضلات شکم جزء عضلات کوچک محسوب شده و به ریکاوری کمتر احتیاج دارد، اما به این نکته باید توجه نمود که حتی عضلات کوچک را نیز باید حداقل ۴۸ ساعت استراحت داد (بجز شرایط تمرینی در دوران مسابقات) و انجام دارزنشتست مستقیما باعث رفع چربی های موضعی آن ناحیه نمیگردد. بهترین کار برای کاهش دور کمر و چربی شکمی، انجام تمرینات مناسب مقاومتی و استقامتی در کنار تمرینات تقویتی عضلات شکم و پهلو است.

عضلات گردن: گردن به نوبه خود یک عضو زیا

محسوب میشود ولی در بسیاری از مواقع بی توجه از کنار آن میگذریم!!! اما بهتر است در پایان تمرینات سرشانه حداقل در ۳ ست با تکرار های ۲۰تا۳۰نایی بدون وزنه، به آرامی و تحت نظر مربی مجرب انجام شود. فیله کمر: یکی از محبوب ترین عضلات بدنسازان حرفه ای بوده که باعث تقارن و استقامت کمر می شود. تمرینات عضلات راست کننده ستون فقرات یا همان فیله کمر بهتر است در هفته ۲ بار و به صورت تمرکی انجام شود. عضلات ساعد و ساق پا: جزء زیباترین عضلات بدن محسوب شده که با هفته ای ۲ بار تمرین می توان به حجم دلخواه و مناسب این دو گروه عضله دست یافت، در تمرین این عضلات داشتن خلاقیت در تمرین از مهمترین نکات می باشد.

کسانی که وقت زیادی جهت تمرین ندارند از سیستم HIT کمک گیرند و در یک جلسه تمرین کوتاه مدت برای هر قسمت بدن حداقل یک حرکت داشته باشند که در هفته ۲ جلسه نیز مناسب است و یا بدن را ۲ قسمت کنند و در هر جلسه قسمتی از بدن را تمرین دهند.

از حس کردن هوا هنگام تمرین پرهیز کنید. سیستم تنفسی بخش هواگیری است و از این روش اکسیژن را که در خون تجزیه شده و به همه بافت ها منتقل شده است ، را استخراج می کند. تنفس صحیح به هنگام تمرین می تواند ذخیره اکسیژن را بهتر به مغز

و عضلات برساند.

کمبود اکسیژن به هنگام تمرین و شیوه نادرست آن در دراز مدت باعث حملات قلبی و مغزی و بی هوشی و ضایعات مغزی می شود.

حرکات تک دست ، جلو بازو و تک دمبل ، زیر بغل تک دمبل خم نیز در رشد عضلات شما مفیدند. نه اینکه شما فکر کنید تمام حرکات را جفت انجام دهید. زیرا محققان دریافته اند که برآیند نیروی تولید شده در تک دست، تک یا ۱۸ درصد بیشتر از جفت است.

به منظور موفقیت بیشتر ، تمرین شما باید طوری طراحی شود که به مرور زمان عضلات تحت فشار و اضافه بار قرار گیرند. زیرا عضلات را باید با مقاومت هایی بیش از آنچه در شرایط عادی با آنها روبروست تمرین کند ، همزمان با سازگاری بدن با این فشار مضاف به مقدار قدرت و مقاومت افزوده می شود و با تغییر در شدت و زمان جلسات تمرین بار اضافی مشخص می شود.

متبدان بدنسازی یک سال به این فکر نباشند که برنامه تمرینی آنان بایستی مثل حرفه ای‌ها برپار و سنگین باشد رعایت اعتدال در تمام امورعلی الخصوص در تمرینات بدنسازی راز موفقیت طولانی و پایدار است. تمرینات را در چارچوب خاصی انجام دهید. زیاده روی در ورزش و تمرین و هر ورزشی باعث دل زدگی و درجا زدن ورزشکاران می شود.

فردی آمد و به این ن‌سوع گریه کردن برای فرد از دست رفته اعتراض کرد ولی پیامبر(ص) فرمودند برای فردی مثل جعفر باید کرد و دستور دادند که خانم‌ها غذا نپزند و آقایان غذا را آماده کنند تا بانوان عذاری کنند. پناهان بسا بیان اینکه مادری که روزه می‌گیرد فرزندان خود را بیمه کرده است، خاطرنشان کرد: بسیاری از سیاست‌ها می مانند ایجاد انگیزه ازبباد نسل باید در روزه‌های خانگی شکل بگیرد و این پروژه هم عسای عراقچی بود

می‌تواند در ترویج مباحث فرهنگی بسیار مؤثر باشد.

گفت‌وگوی پوتین و السیسی برای احداث نیروگاه هسته ای

«ولادیمیر پوتین-» رئیس جمهوری روسیه با «عبدالفتاح السیسی» رئیس جمهوری مصر درباره موضوع هایی همچون احداث نیروگاه هسته ای در مصر تلفنی گفت و گو کرد. به گزارش دفتر مطبوعاتی کاخ کرملین، گفت‌وگوی تلفنی پوتین و السیسی شبیه انجام گرفت و دو طرف درباره مسائل مهم روابط روسیه و مصر از جمله ساخت نیروگاه هسته ای با مشارکت شرکت دولتی روس اتم تبادل نظر کردند.

سران روسیه و مصر سطح همکاری های دو کشور در حوزه های مختلف از جمله احداث نیروگاه الضویه که نخستین نیروگاه هسته ای در مصر است و نیز ایجاد منطقه صنعت ویژه روسیه در این کشور را عالی ارزیابی کردند. میلغ اعتبار ۲۵ میلیارد دلار اعلام شده است. این نیروگاه اتمی از چهار واحد به قدرت ۱۲۰۰ مگاوات تشکیل شده و مصر انتظار دارد که اولین واحد نیروگاه اتمی در این کشور در سال ۲۰۲۴ راه اندازی شود.

درخواست از کنگره آمریکا برای تصویب قانونی علیه عربستان به گزارش رويترز، دا مارکی، سناتور دموکرات آمریکا، عضو کمیته روابط خارجی مجلس سنا در توئیتر نوشت: گزارش‌های خبری اخیرا اشاره داشتند، عربستان برنامه موشکی باستیک خود را با کمک چین توسعه داده که امری بسیار نگران‌کننده است تا غیرمنتظره باشد.

مارکی افزود: کنگره باید لایحه سلاح‌های کشتار جمعی ویژه عربستان را که ارائه کرده‌ام تصویب کند تا برنامه نظامی غیرقانونی سعودی را متوقف کند، زیرا منجر به دامن زدن به رقابت تسلیحاتی در این منطقه می‌شود.

وعده اردوغان برای تبدیل کردن ترکیه به یکی از ده اقتصاد برتر جهان

رئیس‌جمهور ترکیه روز شنبه وعده داد که ترکیه از طریق سرمایه‌گذاری و تولید به رشد خود ادامه دهد. به نوشته وبگاه «حوال» «رجب طیب اردوغان» رئیس‌جمهور ترکیه در سخنان خود مدعی شد، دولت وی این کشور را به یکی از ده اقتصاد برتر جهان تبدیل می‌کند. سخنان رئیس‌جمهور ترکیه در حالی مطرح می‌شود که این کشور در بحران اقتصادی با تورم شدید و افت ارزش لیر ترکیه برابر دلار در سال جاری مواجه بود.اردوغان در سخنانش خود گفت: «ما بیش از هر زمان دیگری به هدف خود برای تبدیل ترکیه به یکی از ده اقتصاد برتر جهان نزدیک هستیم، تنها چیزی که می‌خواهیم این است که اطمینان حاصل کنیم کشورمان از طریق سرمایه گذاری، اشتغال، تولید، صادرات و مازاد حساب جاری به رشد خود ادامه می‌دهد و این طریق به اهداف خود در اسرع وقت دست یابیم.» اردوغان روز شنبه سیاست‌های مالی خود را تکرار کرد و گفت که این سیاست برابر کسانی که منتظر سقوط اقتصاد ترکیه هستند،

