

۲۴۲ طرح نیمه‌کاره صنایع تبدیلی در همدان

مدیر صنایع تبدیلی و غذایی سازمان جهادکشاورزی استان: بانک‌ها و شرکت شهرک‌های صنعتی همکاری کنند

رئیس کمیسیون فرهنگی، اجتماعی شورای اسلامی شهر همدان تأکید کرد:

لزوم نوسازی تجهیزات رصدخانه ابن‌صلاح همدانی

مدیرکل بیمه سلامت استان همدان خبر داد

پرداخت ۹۴۰ میلیارد ریال برای درمان رایگان کودکان زیر ۷ سال

شنبه ۲۲ دی ماه ۱۴۰۳

۱۰ رجب ۱۴۴۶ • ۱۱ ژانویه ۲۰۲۵

شماره ۵۸۰۵ • سال سی و پنجم

روزنامه قیمت ندارد • بهاء چاپ: ۲۵۰۰۰ تومان

اولین روزنامه همدان مرکز ارزش‌های تمدنی ایران
www.hegmataneh-news.ir



هگمتانه

با تداوم پارک خودروها در منطقه ثبت جهانی هگمتانه

مخاطرات برای هگمتانه جهانی



پیگیری‌ها برای رفع مشکلات راه‌های همدان

قول معاون وزیر راه برای ارتقا ایمنی جاده همدان - علیصدر



کشف ۱۰۳ کیلوگرم مخدر در همدان



دستگیری باند مزاحمان خیابانی در همدان



انهدام باند سارقان منزل در تویسرکان



جشنواره‌های بسیج هنرمندان همدان در ایستگاه آخر



انار میوه شگفت‌انگیز

هگمتانه گزارش می‌دهد:

معجزه انار از منظر طب ایرانی در درمان بیماری‌ها



کبد چرب در صورت غفلت به نارسایی کبد ختم می‌شود

یک متخصص بیماری‌های داخلی در همدان گفت: مراقب باشیم بیماری کبد چرب به مرحله نهایی نارسایی کبد نرسد. طوس کیانی در گفت‌وگو با خبرنگار هگمتانه سبک زندگی سالم را در کاهش ابتلا به بیماری کبد چرب مهم دانست و اظهار کرد: کبد چرب یکی از شایع‌ترین بیماری‌ها است که تمام جوامع بشری با آن سروکار دارد.

در نشست کمیسیون حمل و نقل داخلی، بین‌المللی و لجستیک اتاق بازرگانی همدان تأکید شد:

رفع ابهام از معافیت شرکت‌های حمل و نقل از مالیات بر ارزش افزوده

در نشست کمیسیون حمل و نقل داخلی، بین‌المللی و لجستیک اتاق بازرگانی همدان بر رفع ابهام از معافیت شرکت‌های حمل و نقل از مالیات بر ارزش افزوده تأکید شد. به گزارش هگمتانه، در نشست کمیسیون حمل و نقل داخلی، بین‌المللی و لجستیک اتاق بازرگانی موضوعاتی همچون ارزش افزوده شرکت‌های حمل و نقل و صدور بازنامه در شرکت‌های بزرگ مقیاس مطرح و مورد بررسی قرار گرفت.

تولیدات کشاورزی همدان از ۵ میلیون تن گذشت

رئیس سازمان جهاد کشاورزی همدان با بیان اینکه این استان از قطب‌های کشاورزی غرب کشور است، گفت: تولید انواع محصولات کشاورزی در همدان از مرز پنج میلیون تن در سال عبور کرد. به گزارش هگمتانه، رضا بهراملو افزود: ۳۰ درصد از خاک این استان حاصلخیز و مرغوب است از این رو نباید در حفاظت از خاک غفلت کرد. وی با اشاره به مخاطرات حوزه خاک، ادامه داد: بخش عمده خاک کشاورزی با محدودیت‌هایی برای کشت همچون کمبود مواد آلی خاک و قلیایی شدن روبه‌رو است.



• از لامپ‌های LED به خاطر مزایایی نظیر طول عمر، مقاومت در برابر ضربه‌های مکانیکی، بازده نوری بالا و مصرف بسیار کم استفاده کنیم.

پیام شهروندی



شرکت توزیع نیروی برق همدان

شنبه ۲۲ دی ماه ۱۴۰۳ • شماره ۵۸۵

استان

هگمتانه

خبر

افزایش دما و آلودگی در هفته جاری

هگمتانه، گروه خبر همدان: کارشناس اداره کل هواشناسی همدان گفت: از نظر تغییرات دمایی تا اواسط هفته دمای هوا در نقاط

مختلف استان به تدریج افزایش می‌یابد.

به گزارش هگمتانه، محمدحسن باقری‌شکیب اظهار کرد: با توجه به آخرین خروجی الگوهای پیش‌یابی هواشناسی، تا روز یکشنبه آسمان استان صاف تا قسمتی ابری است و در برخی نقاط شاهد مه صبحگاهی هستیم.

وی افزود: به دلیل پایداری جو، غلظت آلاینده‌ها در مناطق شهری و صنعتی افزایش می‌یابد.

کارشناس اداره کل هواشناسی همدان بیان کرد: روزهای یکشنبه و دوشنبه با فعالیت سامانه بارشی، بارش برف و باران در اکثر نقاط استان پیش‌بینی می‌شود.

باقری‌شکیب ادامه داد: روز گذشته پیشینه دما از فامنین با شیب درجه سانتیگراد و دمای کمینه از رزن و شیرین‌سو با منفی هفت درجه سانتیگراد گزارش شد.

وی همچنین دمای هوا در همدان را طی ۲۴ ساعت اخیر بین پنج و منفی ۶ درجه سانتیگراد در نوسان عنوان کرد.

تولیدات کشاورزی همدان از ۵ میلیون تن گذشت

هگمتانه، گروه خبر همدان: رئیس سازمان جهاد کشاورزی همدان با بیان اینکه این استان از قطب‌های کشاورزی غرب کشور است،گفت: تولید انواع محصولات کشاورزی در همدان از مرز پنج میلیون تن در سال عبور کرد.

به گزارش هگمتانه، رضا بهراملو افزود:۳۰درصد از خاک این استان حاصلخیز و مرغوب است از این رو نباید در حفاظت از خاک غفلت کرد.

وی با اشاره به مخاطرات حوزه خاک، ادامه داد: دما از قطب خاک کشاورزی با محدودیت‌هایی برای کشت همچون کمبود مواد آلی خاک و قلیایی شدن روبه رو است.

رئیس سازمان جهاد کشاورزی استان همدان با بیان اینکه احداث صنایع و تغییر کاربری‌ها باید در اراضی غیر کشاورزی و نامرغوب انجام شود، اضافه کرد: برای احداث شهرک سیر نیابان اراضی مرغوب کشاورزی به این موضوع اختصاص داده شود، در همین رابطه و با لحاظ این مساله پیشنهاد تخصیص زمین داده در اراضی غیرمرغوب داده شده است.

وی با اشاره به ضرورت افزایش تولید محصولات کشاورزی و بهره‌وری از خاک با هدف حفظ امنیت غذایی،گفت: در این راستا ۵۲۰ هزار هکتار از اراضی استان برای اجرای طرح جهش تولید در دیم زارها اختصاص یافته است.

بهراملو ادامه داد: هم‌زمان با اجرای طرح جهش تولید طرح‌ها و برنامه‌های زیادی در بخش کشاورزی همدان تدارک و به مرحله اجرا گذاشته شده است که ارتقای بهره‌وری در منابع آب و خاک، پایداری و تقویت فعالیت‌های کشاورزی و رشد قابل توجه تولید محصولات در این استان را به همراه خواهد داشت.

وی بیان کرد: همدان با برخورداری از زمین‌های حاصلخیز و همچنین زیرساخت‌های مناسب در بخش کشاورزی سالانه پنج درصد محصولات کشاورزی ایران را تولید می‌کند.

رئیس سازمان جهاد کشاورزی استان همدان ادامه داد: هم‌زمان با اجرای طرح جهش تولید و تدوین نقشه ۴۰ ساله کشاورزی، برنامه‌ریزی برای حفظ و ارتقای قابلیت‌های کشاورزی، اجرای سیاست‌سازی با کم آبی، افزایش تولید محصولات راهبردی، توسعه مکانیزاسیون و تجهیز اراضی به سامانه‌های آبیاری نوین و توسعه ذخیره گياهان دارویی و افزایش ظرفیت ذخیره سازی نهاده‌های دامی به عنوان نیاز حیاتی صنعت دام و طیور قدم‌های بلندی برای تحقق آن برداشته شده است.

به نقل از ایسنا، وی اضافه کرد: پنج جلد کتاب برای نقشه راه کشاورزی تدوین شده و همدان آزمون‌ه اجرای نقشه راه است.

خط‌آزاد
رئیس‌ سعید دهقانی‌آزاد با کسب ۱۹ رأی برای دومین دوره متوالی به عنوان رئیس جدید هیات بوکس همدان انتخاب شد.

رسانه رژیم صهیونیستی گزارش داد که نخست‌وزیر این رژیم در مراسم تحلیف رئیس‌جمهور منتخب آمریکا که ۲۰ ژانویه برگزار می‌شود، شرکت نمی‌کند.این اظهارات در شرایطی مطرح می‌شود که پیشتر رئیس‌جمهور منتخب آمریکا ویدیویی علیه نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی منتشر کرد که در آن به «عقد» او برای ایجاد جنگی بین آمریکا و ایران اشاره شده بود.

آغاز نمایشگاه مدرسه انقلاب هم‌زمان با عید مبعث

هگمتانه، گروه خبر همدان: مسؤول اتحادیه انجمن‌های اسلامی دانش‌آموزان استان همدان گفت: امسال سیزدهمین دوره نمایشگاه مدرسه انقلاب در ۱۸۰ مدرسه استان برگزار می‌شود.

به گزارش هگمتانه، محمدصالح زارعی در نشست با معاونین پرورشی مناطق نوزده‌گانه در اداره آموزش و پرورش استان اظهار کرد: امسال سیزدهمین دوره نمایشگاه مدرسه انقلاب به عنوان

پیگیری‌ها برای رفع مشکلات راه‌های همدان

قول معاون وزیر راه برای ارتقا ایمنی جاده همدان- غلیصدر

هگمتانه، گروه خبر همدان: روز پنجشنبه به دنبال پیگیری‌های استاندار همدان برای تعیین تکلیف طرح‌های مربوط به جاده‌های همدان، استاندار با معاون وزیر راه دیدار داشت.

به گزارش هگمتانه، معاون وزیر راه و شهرسازی و مدیرعامل شرکت ساخت و توسعه زیربناهای حمل و نقل روز پنجشنبه در نشست با حمید ملانوری استاندار همدان، گفت: جاده گردشگری همدان- غار غلیصدر به عنوان یکی از مسیرهای مهم گردشگری نیازمند توجه بیشتری است تا ضریب اطمینان ایمنی آن افزایش یابد و از وقوع حوادث جلوگیری شود. هوشنگ بازوند افزود: استان همدان در برخورداری از جاده‌های ارتباطی کشور ظرفیت بی‌نظیری دارد تا بتواند به عنوان مسیر ارتباطی اصلی در منطقه غرب کشور عمل کند.

وی خاطرنشان کرد: با توجه به تلاش‌های ۲ ماه گذشته، پیگیری‌های زیاد توسط استاندار همدان در رابطه با راه‌های استان صورت گرفته است. بازوند با بیان اینکه در این مدت، حدود سه جلسه در تهران پیرامون این موضوع برگزار شده است که جلسه آن با حضور استاندار و معاون وی بوده است خاطرنشان کرد: تلاش‌های زیادی برای برطرف شدن

امام جمعه همدان:

هنگام تصویب قوانین مصلحت عموم مردم مورد توجه باشد

هگمتانه، گروه خبر همدان: نماینده ولی فقیه در استان و امام جمعه شهر همدان گفت: هنگام تصویب قوانین باید مصلحت عموم مردم نه خواص مورد توجه باشد که این موضوع مورد تأکید امیرالمومنین علی(ع) نیز است.

آیت‌ا... حبیب الله شعبانی موقفی در آئین عبادی سیاسی مردم از تأمین کفالت و ممانعت از خروج شهر همدان افزود: قانون با هدف تأمین و تحقق منافع مردم و نه یک عده خاص، نوشته و مصوب می‌شود بنابراین چنانچه مسؤولی دید که قوانینی منفعتم مردم را تأمین نمی‌کند و مانع تولید و توسعه است باید برای رفع و اصلاح آن اقدام کند.

وی تأکید کرد: علت رای مردم به دولت و نمایندگان مجلس، دادن وکالت به این افراد برای تأمین منافع مردم و شکران اوست.

امام جمعه همدان با عنوان اینکه پاسخ‌گویی تلازم با عمل به قانون مداری و عمل به قانون دارد تصریح کرد: گاهی مواقع مسؤول یک نهاد و کارشناس مربوطه قانون را نمی‌شناسند و موجب بروز مشکل برای مردم می‌شود.

رئیس کمیسیون فرهنگی، اجتماعی شورای اسلامی شهر همدان تأکید کرد:

لزوم نوسازی تجهیزات رصدخانه ابن صلاح همدانی

هگمتانه، گروه خبر همدان: رئیس کمیسیون فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شورای اسلامی شهر همدان بر توجه به نوسازی تجهیزات رصدخانه ابن صلاح همدانی تأکید کرد.

به گزارش هگمتانه، علی رضایی در بازدید اعضای کمیسیون فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شورا به همراه رئیس و مدیران سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری از پروژه‌ها و مراکز فرهنگی شهر افزود: فرهنگسراهای شهرداری به‌ویژه رصدخانه ابن صلاح همدانی از ظرفیت‌های خوب علمی و فرهنگی هستند که باید مورد توجه ویژه مدیریت شهری قرار گیرند.

وی اضافه کرد: با توجه قرار گرفتن در فصل بودجه‌بندی سال ۱۴۰۴ شهرداری، لازم بود از مراکز فرهنگی، ورزشی شهرداری بازدید صورت پذیرد تا ضمن بررسی میدانی وضعیت آنها، بودجه و اعتبارات لازم برای این مراکز در نظر گرفته شود.

رئیس کمیسیون فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شورای اسلامی شهر همدان بر اجرای مصوبات شورا در حوزه ورزشی و فرهنگی تأکید کرد و یادآور شد: ضروری است تجهیزات باشگاه ورزشی شهرداری در کوی شهید مدنی و رصدخانه ابن صلاح نوسازی شوند که این امر نیازمند توجه ویژه در اختصاص

هگمتانه، گروه خبر همدان: یک متخصص بیماری‌های داخلی در همدان با بیان اینکه تغذیه ناسالم، عدم تحرک، نوع زندگی ماشینی باعث ایجاد و تشدید بیماری کبد چرب می‌شود افزود: دیابت خصوصاً دیابت نوع دو شخص را مستعد کبد چرب می‌کند و ژنتیک، چاقی و... در پیدایش این بیماری تأثیر دارد. وی با تأکید بر اینکه باید بیماری کبد چرب به مراحل نهایی نارسایی کبد منجر نشود و مراقبت‌های لازم صورت گیرد گفت: در مراحل نارسایی کبد که به عنوان سیروز کبد شناخته می‌شود، تقریباً درمانی برای کبد چرب وجود ندارد، مگر اینکه پیوند کبد صورت گیرد و باید در مراحل اولیه این بیماری درمان انجام شود. کیانی با اشاره به نحوه درمان بیماری کبد چرب

اصلی‌ترین اتفاق دانش‌آموزی در دهه فجر و پیرامون مبعث انقلاب اسلامی در بیش از ۱۸۰ مدرسه استان برگزار می‌شود.

وی با اشاره به لزوم دانش‌آموزی بودن فعالیت‌ها در ایام دهه فجر، نمایشگاه مدرسه انقلاب را اقدامی همراه با خلاقیت و ابتکارات متفاوت دانست.

مسؤول اتحادیه انجمن‌های اسلامی دانش‌آموزان استان همدان



حمید ملانوری افزود: طرح‌های مسیر و ایستگاه راه آهن همدان و فامنین، طرح سه راهی نهاوند- فیروزان، جاده غار غلیصدر، کنارکدر و گردنه اسدآباد مورد بررسی قرار گرفت.

وی عنوان کرد: در جلساتی که در تهران با اعضای مجمع نمایندگان استان، مدیران و وزیر راه و شهرسازی برگزار شد، بحث‌های مفیدی انجام شد. ملانوری ادامه داد: وزیر راه و شهرسازی با نگاه دقیق

و برنامه‌ریزی مناسب، پروژه‌های اولویت‌دار استان را پیگیری کرده و در تلاش‌است تا این پروژه‌ها با سرعت بیشتری پیش بروند.

استاندار همدان تأکید کرد: همچنین با همکاری نمایندگان، مدیران و سایر مسؤولان، تصمیماتی در جهت بهبود وضعیت زیرساخت‌ها و پیشبرد حوزه سلامت گرفته شده است.

مطلوب دینی باید مسؤولان و کارگزاران پاسخ‌گوی مردم باشند و پاسخ‌گو بودن به مسؤولیت‌پذیری وایسته است. وی با بیان اینکه پاسخ‌گو بودن، مسؤولان را به عدالت نزدیک می‌کند اظهارکرد: البته در این راستا مسؤولان ابتدا باید قانون مدار و قانون محور باشند نه اینکه دنبال منافع شخصی باشد. امام جمعه همدان در بخش دیگری از سخنانش گفت: برخی مواقع در حق روحانیان جفا می‌شود که نمونه آن بی‌احترامی به یک طلبه در فرودگاه است که پیش از این به متانت، صبر، تحمل و بزرگواری نقشه‌های رسانه‌ای دشمن را بر باد دادند.

آیت... شعبانی موقفی با قدردانی از زحمات تبلیغی طلاب اظهار کرد: دغدغه اصلی روحانیان و حوزه علمیه در جلسات و گفت و گوها حل مشکلات مردم است.

وی گفت: در آستانه اعتکاف هستیم که در قالب دانشجویی، دانش‌آموزی، مادر فرزندی و پدر فرزندی در حال برگزاری است و استقبال خوبی شاهد هستیم.

ادامه داد: شرایط منطقه و همهج شدید رسانه‌ای دشمن به دانش‌آموزان، اهمیت برپایی این نمایشگاه‌ها وتبیین مسائل راچند برابر کرده است. وی اضافه کرد: در این نمایشگاه‌ها، دانش‌آموزان با پرداختن به دیروز، امروز و فردای دستاوردهای انقلاب اسلامی در موضوعاتی مانند فرهنگ، علم و فناوری، صنعت، ورزش و نظامی تلاش خواهندکرد کلیدواژه امید را به دیگر دانش‌آموزان ارائه کنند.

زارعی با اشاره به لزوم پرداختن به چالش‌های حال حاضر کشور،

بستر گفت‌وگو و بحث را یکی دیگر از ظرفیت‌های مدرسه انقلاب



گفتنی است در این نشست که امیررضا یوسفیان معاون هماهنگی امور عمرانی استاندار و جمعی از مدیران دستگاه‌های اجرایی مرتبط نیز حضور داشتند، وضعیت پروژه‌های حمل‌ونقل جاده‌ای و ریلی استان مورد بررسی قرار گرفت و تدابیر لازم برای پایان و بهره‌برداری آنها گرفته شد.

به نقل از کانال اطلاع‌رسانی استانداری همدان،

با تداوم پارک خودروها در منطقه ثبت جهانی هگمتانه

مخاطرات برای هگمتانه جهانی

هگمتانه، گروه خبر همدان: معاون میراث فرهنگی اداره کل میراث فرهنگی همدان به دنبال انتشار مطالبی در فضای مجازی با موضوع توقف خودروها در محوطه باستانی هگمتانه و احتمال خطر لغو ثبت جهانی این مجموعه از سوی یونسکو توضیحاتی ارائه کرد.

به گزارش هگمتانه، حمیدرضا حیدری اظهار کرد: در بیرون از محوطه هگمتانه و انتهای پیاده راه

اکباتان متاهی به میدان هفتم تیر و بعد از معبر باستان، پیش از این به وسیله بلوک بسته شده بود اما کسبه پیاده‌راه اکباتان چندی پیش به دلیل نداشتن پارکینگ خودرو به فرمانداری مراجعه کردند به به دنبال این درخواست تصمیم گرفته می‌شود که بلوک‌ها به طور موقت برداشته شود تا زمانی که پارکینگ خودروهای کسبه تعیین تکلیف شود.

وی ادامه داد: جانمایی یک پارکینگ بزرگ برای تأمین نیاز کسبه پیاده‌راه اکباتان در دستور کار قرار دارداما به صورت موقت کسبه بازار خودروهای خود را در پیاده راه اکباتان پارک می‌کنند که تردد ندارد.

مدیرکل بیمه سلامت استان همدان خبر داد

پرداخت ۹۴۰ میلیارد ریال

برای درمان رایگان کودکان زیر ۷ سال

هگمتانه، گروه خبر: مدیرکل بیمه سلامت استان همدان گفت: بیمه سلامت استان همدان از ابتدای سال جاری تاکنون بیش از ۹۴۰ میلیارد ریال برای هزینه‌های درمان رایگان کودکان زیر ۷ سال به مؤسسات و مراکز درمانی استان پرداخت کرده است.

به گزارش هگمتانه، فریبرز نیاستی اظهار کرد: در راستای اجرای قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت و باتوجه به اجرای طرح رایگان شدن هزینه‌های درمانی کودکان زیر ۷ سال در مؤسسات و مراکز درمانی دولتی، از ابتدای سال جاری تاکنون بیش از ۹۴ میلیارد تومان برای درمان ۵۹ هزار و ۹۶۰ کودک زیر ۷ سال استان بابت هزینه‌های درمانی بستری و سربایی این گروه از بیمه شدگان توسط بیمه سلامت همدان پرداخت شده است.

نیاستی با اشاره به پرداخت مبلغ ۸۸۲ میلیارد ریال بابت هزینه‌های بستری ۱۱ هزار و ۲۴۴ کودک زیر ۷ سال در بیمارستان‌های دولتی استان از ابتدای سال جاری افزود: به طور میانگین هزینه پرداخت شده برای هر کودک زیر ۷ سال در بخش بستری بیش از ۷۸ میلیون ریال بوده است.

مدیرکل بیمه سلامت استان همدان اظهار کرد: با توجه به آمارهای سامانه تحلیل اطلاعات قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت سازمان بیمه سلامت ایران و بر اساس اطلاعات خروجی از سامانه نسخه نویسی و نسخه پیچی الکترونیکی سازمان بیمه سلامت از ابتدای سال جاری تا اکنون ۴۸ هزار و ۷۱۶ کودک زیر ۷ سال به صورت سربایی خدمات تشخیصی درمانی دریافت کرده‌اند که مبلغ ۵۸ میلیارد ریال در این خصوص به مؤسسات و مراکز درمانی استان پرداخت شده است.

مدیرکل بیمه سلامت استان همدان گفت: افزایش حمایت مالی از بیماران خاص و سخت درمان، رایگان شدن هزینه رادیوتراپی بیماران سرطانی استان، رایگان شدن خدمات تشخیصی

اعلام کرد. وی در ادامه برپایی کاردوهای شهرستانی را دیگر عملیات مهم مجموعه بیان کرد و گفت: در این برنامه‌ها که قالب آن کار و اردو است، شهرستان به شهرستان دانش‌آموزان را نسبت به برپایی نمایشگاه‌ها توجیه خواهیم کرد.

به نقل از فارس، مسؤول اتحادیه انجمن‌های اسلامی دانش‌آموزان استان همدان عنوان کرد: هشتم بهمن ماه مصادف با عید مبعث افتتاحیه نمایشگاه‌های مدرسه انقلاب و ۲۵ بهمن ماه نیز پایان کار این برنامه‌ها در مدارس خواهد بود.



تعیین تکلیف طرح‌های کنارگذر اسدآباد، مسیر دسترسی و ایستگاه راه آهن همدان، ایستگاه‌های راه آهن فامنین و کوريجان، جاده همدان -گل تپه - غلیصدر و سهرای نهاوند - فیروزان از مهمترین مصوبات نشست استاندار همدان با معاون وزیر راه و شهرسازی و مدیرعامل شرکت ساخت و توسعه زیربناهای حمل و نقل کشور بود.

شنبه • ۲۲ دی ماه ۱۴۰۳ • شماره ۵۸۰۵



مجازی گردی

کالیفرنیا کنار اقیانوس است اما آب برای مهار آتش ندارد!

یک فعال رسانه به لحنی کنایه‌آمیز در توییتر نوشت:

کالیفرنیا کنار اقیانوس است اما آب برای مهار آتش ندارد!

منطقه بوده است.

لس‌آنجلس صفر مطلق بوده! اگر آن پولی که صرف جنگ رسانه‌ای بلاوقفه علیه ایران و خراشیدن روح ایرانی‌ها می‌کنید را خرج تجهیزات آتش‌نشانیتان کرده بودید، لس‌آنجلس خاطره‌انگیز را از دست نمی‌دادیم!

حمله ایلان ماسک به تروود

بیک فعال رسانه در توییتر نوشت:

تروود: امکان نداره کانادا بخشی از آمریکا بشه ایلان ماسک: به تو چه؛ تو دیگه فرماندار کانادا نیستی.
“جنگل واقعی” اینه؛ انگار نه انگار دارن درباره کشور و تمامیت ارضی صحبت می‌کنند!

تلگرام اطلاعات هزاران کاربر را در اختیار مقامات آمریکایی قرار داد

یک فعال رسانه در توییتر نوشت:

تلگرام اطلاعات هزاران کاربر را در اختیار مقامات آمریکایی قرار داد این پیام‌رسان طی سال ۲۰۲۴، در ۹۰۰ مورد درخواست جداگانه از سوی مقامات آمریکایی، اطلاعاتی نظیر شماره تلفن و آئی‌پی‌ی(IP) کاربران را در اختیار قرار داده که تعداد کاربران تحت تأثیر از این اقدام به ۳۲۵۳ کاربر تلگرام می‌رسد.

ریشه کاناداخواهی ترامپ در چیست؟

حسن عابدینی، معاون سیاسی صداوسیما در توییتر نوشت:
ترامپ بارها گفته کانادا باید پنجاه و یکمین ایالت آمریکا شود.
این موضوع ریشه در جنگ سال ۱۸۱۲ با هدف تصرف کانادا دارد.
مرشایمر اسناد برجسته روابط بین‌الملل گفت: دلیل اینکه به جای تورنتو، اتاوا پایتخت کاناداست ناشی از انتظار آنها برای حمله دوباره ما به آنهاست.

اول از همه جنگ در ذهن‌ها آغاز خواهد شد

مهدی محمدی، مشاور رئیس مجلس در امور راهبردی در توییٹی نوشت:
خدا رحمت کند شهید مغنیه را که اساس نبرد را مسأله روحی می‌دانست. وقتی با آوردگاه جدید مواجه شویم،به زودی، خواهیم دید که روحیه سرنوشت سازترین عامل تعیین کننده نتیجه است.
کاملا طبیعی است: اول از همه جنگ در ذهن‌ها آغاز خواهد شد.

بزرگ‌ترین جنایت رسانه وارونه کردن حقیقت در افکار عمومی است

یکی از فعالان رسانه در توییٹی نوشت:

بزرگ‌ترین هنر و در عین حال بزرگ‌ترین جنایت رسانه وارونه کردن حقیقت در افکار عمومیمست! تا جایی که جامعه متأثر از موج‌های رسانه‌ای، بدیهیات یک جامعه را غیرعادی می‌بیند!
جنگ ما دقیقاً همین نقطه است.
در همین نقطه به اذهان ما القا می‌شود که دشمن کار را تمام کرده و ما نمی‌توانیم!



عراق حمایت از مردم غزه و لبنان و مقاومت در تهران، روابط دو کشور را بیش از پیش گسترش و

السودانی همچنین با اشاره به تحولات سوریه و نقش بیگانگان دراین تحولات، خاطرنشان کرد:موضع عراق همواره حمایت از اراده مردم سوریه و حفظ استقلال و تمامیت ارضی این کشور و تشکیل حکومتی فراگیر بوده است.

کرد، این مذاکرات و توافق‌های انجام شده در تهران، روابط دو کشور را بیش از پیش گسترش و تعمیق دهد.

نخست وزیر عراق مردم، حشد الشعبی، وحدت

و انسجام ملی و مرجعیت را از مؤلفه‌های قدرت در عراق برشمرد و با اشاره به تجاوزگری‌های رژیم صهیونیستی در غزه و لبنان تأکید کرد؛ موضع اصولی



نگاه دقیق هم این مشکلات را به رخ می‌کشد، اظهار کرد: فضا و امکانات و طبیعت خدادادی این منطقه بسیار زیبا و جذاب است و باید از این نعمات خدا حداکثر استفاده را برد. اینجا یکی از راه‌های ارتباطی اصلی ما با جهان است و چرا باید جاده و راه‌آهن را طوری بسازیم که پاسخگو توسعه منطقه نباشد. اگر می‌خواهیم اینجا مطابق سند چشم‌انداز توسعه یابد، به این شکل که تا به حال عمل شده به نتیجه نخواهیم رسید.

رئیس جمهور با بیان اینکه بدون اتکا به مردم مطمئن باشید کاری از پیش نخواهیم برد، ادامه داد: برای توسعه سیستم و بلوچستان باید به دنبال نقشه راه مطمئن و درست باشیم؛ در طرح‌های توسعه‌ای درست عمل نمی‌کنیم و هزاران مشکل از این بابت برای مردم درست کرده‌ایم.

پزشکیان با بیان اینکه این منطقه بهترین مکان برای اجرای طرح‌های توسعه‌ای آینده‌نگر است، تصریح کرد: راه ارتباط ایران با تمام دنیا از سیستم و بلوچستان می گذر لذا باید تمام زیرساخت‌ها متناسب با چشم‌انداز باشد و الکی وعده نمی‌دهم.



داشتن یاد امام خمینی (ره) و بنیادمستضعفان در مناطق محروم را تأمین آمبولانس برای خدمت‌رسانی به محرومین دانست و گفت: دانشگاه‌ها می توانند در مورد مناطق مورد نیاز برای این آمبولانس‌های اهدایی کمک کنند.

وی اجرای طرح جامع مراقبت از مادران باردار و شیرده توسط مؤسسه سلامت علوی را بسیار ارزشمند دانست و گفت: این کار باید بیشتر گسترش پیدا کند و در جهت جذب علاقه مندان به کار جهادی در این زمینه، اقدام و با اطلاع‌رسانی شایسته، زمینه لازم برای جذب این متخصصان فراهم شود.

وزیر بهداشت ارتقای سواد سلامت در جامعه را بسیار مهم ارزیابی و عنوان کرد؛ ارتقای سواد سلامت باید در همه مناطق به ویژه مناطق محروم و کمتر برخوردار مورد توجه قرار گیرد.

امام خامنه‌ای در دیدار نخست وزیر عراق تأکید کردند:

حشدالشعبی یکی از مؤلفه‌های مهم قدرت در عراق است که باید حفظ و تقویت شود

رهبر معظم انقلاب اسلامی حضور نیروهای اشغالگر آمریکایی در عراق را غیرقانونی و برخلاف منافع مردم السودانی نخست وزیر عراق با قدردانی از اقدامات خوب السودانی در جهت آبادانی و امنیت گفتند: عراق هر مقدار که آبادتر و همراه با امنیت بیشتر باشد به نفع جمهوری اسلامی ایران نیز خواهد بود.

ایشان با اشاره به ارتباط خوب میان دولت و ملت عراق، وحدت و انسجام میان مذاهب و قومیت‌های مختلف عراق را بسیار ضروری و مهم برشمردند و خطاب به السودانی افزودند: همان‌گونه که جنابعالی

تصریح کردید، حشدالشعبی نیز یکی از مؤلفه‌های مهم قدرت در عراق است که باید در جهت حفظ و تقویت بیش از پیش آن اهتمام داشت.

رئیس جمهور:

الکی وعده نمی‌دهم

سند چشم‌انداز را اجرا نکردیم

هگمتانه، گروه ایران و جهان: رئیس جمهور با بیان اینکه تلاش دارم تا جایی که می‌توانم از دادن قول‌های بدون عمل دوری کنم، گفت: به دنبال کار هشتم و دوست ندارم سخنرانی کنم.

مسعود پزشکیان در ادامه برنامه‌های بخش دوم سفر دولت وفاق ملی به استان سیستان و بلوچستان، در نشست بررسی مسائل جنوب استان که پیش از ظهر روز جمعه برگزار شد، با بیان اینکه اساسا خیلی اهل سخنرانی کردن و وعده دادن نیستم، اظهار کرد: به نظر بنده دادن وعده‌ای که نتوان به آن عمل کرد، یکی از بدترین گناهان است.

رئیس جمهور افزود: به قول‌های خود پایبند هستم. دلمان می‌خواهد مشکلات را حل کنیم، در حد توان و امکانات و آنچه به آن باور دارم مردم هستند که اگر به ما کمک مشکلات را حل خواهیم کرد اما اگر مردم صبر کنند که ما مشکلات را حل کنیم مشکلی حل نخواهد شد، ما به عنوان دولت آمده‌ایم که مشکلات را حل کنیم و حتی حاضریم که اینجا کارگری کنیم تا مشکلات را حل کنیم.

رئیس جمهور با تأکید بر اینکه سفر ما به استان‌ها به معنای آن است که تلاش داریم در حد توان و امکانات مشکلات را حل کنیم، افزود: باور بنده این است که اگر مشارکت مردم باشد، می‌توانیم مشکلات را حل کنیم و اگر مردم همراهی و مشارکت نکنند، دولت به تنهایی نمی‌تواند مشکلات را حل کند.

پزشکیان با بیان اینکه پس از احصای مشکلات با استاندار و وزرا درباره راهکارهای رفع آنها گفت‌وگو و مذاکره می‌کنیم، تصریح کرد: اینکه گفته می‌شود برای رفع مشکلات آموزش و بهداشت و درمان در سه فار کار را پیش ببریم، مورد قبول بنده نیست و باور دارم که می‌شود در یک مرحله این مشکلات

وزیر بهداشت:

در شاخص مرگ‌ومیر مادران باردار و نوزادان جزو کشورهای برتر هستیم

بهداشت و درمان کشور که هسته اولیه آن در سال ۵۵ در ارمیه شکل گرفته، مقداری فرسوده است و نیاز به نوسازی و بازسازی دارد. ظفرقندی با بیان اینکه کنترل جمعیت با استفاده از ظرفیت‌های شبکه بهداشت کشور محقق شد، افزود: یکی از راه‌های درست برای جوانی جمعیت، استفاده از ظرفیت این شبکه گسترده است و برای به‌رورزان باید آموزش‌های مرتبط با سواد سلامت و مشوق‌هایی تعریف کنیم که البته این مشوق‌ها هم می‌تواند با کمک بنیاد مستضعفان تأمین شود.

ظفرقندی توانمندی‌های حوزه بهداشت در کشور را بسیار مناسب دانست و گفت: دستیابی به شاخص‌های مناسب حوزه سلامت با تمرکز بر حوزه بهداشت بوده است.

شاخص‌های مرگ و میر مادران باردار و نوزادان با تکیه بر شبکه و نیروهای بهداشتی، وضعیت بسیار مطلوبی دارد و جزو کشورهای برتر دنیا هستیم. وی از سازماندهی و رویکرد علمی به مشکلات و به عنوان دو مشخصه دهقان، رئیس بنیاد مستضعفان یاد کرد و گفت: هدف مشترک وزارت بهداشت و بنیاد مستضعفان، خدمت‌رسانی به

هگمتانه، گروه ایران و جهان: وزیر بهداشت با بیان اینکه تحقق جوانی جمعیت نیاز به عزم ملی و رویکرد علمی دارد، گفت: شاخص‌های مرگ و میر مادران باردار و نوزادان وضعیت بسیار مطلوبی دارد و جزو کشورهای برتر دنیا هستیم.

محمدرضا ظفرقندی اظهار کرد: شبکه بهداشت ارزشمند و گسترده‌ای در کشور داریم که با هم افزایی می‌توان برای جلوگیری از سالمندی جمعیت و از دست دادن نیروهای مولد و جوان کشور در آینده‌ای نزدیک، اقدام کرد.

وی با تأکید بر اهمیت مشارکت همه دستگاه‌ها و برداشتن موانع موجود در جوانی جمعیت، گفت: وزارت بهداشت به تنهایی قادر به تحقق سیاست‌های جمعیتی نیست و همه دستگاه‌ها اعم از صدا و سیما و وزارتخانه‌های مختلف باید در این زمینه با رویکرد علمی کار کنند.

وزیر بهداشت تأکید کرد: در حال حاضر حتی پیشرفته‌ترین کشورها از جمله ژاپن و کره جنوبی در چاه جمعیتی افتاده‌اند و هر قدر تلاش می‌کنند، نمی‌توانند نرخ رشد جمعیت و فرزندآوری را با وجود ارائه مشوق‌ها افزایش دهند. شبکه گسترده

خبر کوتاه

خسارت ۵۰ میلیارد دلاری آتش سوزی لس‌آنجلس

آتش‌سوزی لس‌آنجلس؛ خسارت ۵۰ میلیارد دلاری، مهار صفردرصدی برآوردها حاکی است آتش‌سوزی ویرانگر که در حال پیش‌روی در لس‌آنجلس است بالای ۵۰ میلیارد دلار خسارت خواهد داشت اما تاکنون مهار نشده است. گزارش شرکت رسانه‌ای اکیوودر که در زمینه پیش‌بینی آب و هوا در سراسر جهان خدمات ارائه می‌دهد حاکی است این آتش‌سوزی پرهزینه‌ترین آتش‌سوزی در تاریخ این ایالت است. آتش‌سوزی در حال حاضر در پنج منطقه جریان دارد که میزان گران‌قیمت‌ترین ساختمان‌ها در آمریکا است. برخی گزارش‌ها حاکی است میناره ارزش ساختمان‌ها در مناطقی که آتش‌سوزی در آن در جریان است بالای ۲میلیون دلار است. برآورد شرکت اکیوودر حاکی است میزان خسارت آتش‌سوزی‌ها در لس‌آنجلس می‌تواند به بین ۵۲ تا ۵۷ میلیارد دلار برسد. این آتش‌سوزی به دلیل نرخ صفر درصدی مهار آن به موضوعی برای انتقاد از دولت فدرال تبدیل شده است. این آتش‌سوزی به کشته شدن دست‌کم ۵ نفر و تخریب نزدیک به ۲هزار ساختمان منجر شده است.

لزوم تسریع در ثبت سفارش روغن نباتی برای تنظیم بازار

عضو هیات مدیره انجمن صنایع روغن نباتی ایران از کاهش ۲۲درصدی واردات روغن به کشور خبر داد و خواستار اقدامات فوری دستگاه‌های مسؤول از جمله وزارت جهاد

کشاورزی در این حوزه شد.

عضو هیات مدیره انجمن صنفی صنایع روغن نباتی ایران با بیان اینکه تا پایان آذرماه امسال ۵۰هزارتن کاهش واردات روغن نباتی داشتیم، گفت: این مسأله در توزیع و عرضه روغن نباتی در بازار مصرف تأثیرگذار بوده است ضمن اینکه مسؤولان وزارت جهاد کشاورزی تلاش خود را به کار گرفته‌اند تا اختلالی در کار بازار پیش نیاید ولی تصمیم‌گیری‌ها و اقدامات باید با سرعت بیشتری انجام شود تا شاهد تعادل در کار بازار باشیم.

وی تأکید کرد: ۳۲درصد کاهش واردات در کالایی که وابستگی زیادی در حوزه واردات به آن داریم نشان می‌دهد که لازم است مسؤولان در سیاست‌های خود تغییر رویه دهند. البته اقدامات اصلاحی داشتیم اما کافی نبوده است.

جدیدترین پهپاد پرسه‌زن انتحاری با نام «رضوان» رونمایی شد

جدیدترین پهپاد پرسه‌زن انتحاری نیروی زمینی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی با نام «رضوان» و برد ۲۰کیلومتر رونمایی و عملیاتی شد.

در جریان رزمایش اقتدار پیامبر اعظم(ص)۱۹ نیروی زمینی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی، جدیدترین پهپاد پرسه‌زن انتحاری این نیرو با نام «رضوان» رونمایی و عملیاتی شد.

پهپاد رضوان ۲۰ کیلومتر برد دارد و مداومت پرواز آن ۴۰ دقیقه است.

دوربینی که در جلوی این پهپاد نصب شده است پس از پرتاب از لانچر استوانه‌ای‌شکل خود، تصاویر را به کاربر ارسال می‌کند و به کاربر این امکان را می‌دهد تا هدف موردنظر را انتخاب و به آن حمله کند.

به کارگیری آسان و سریع این پهپاد قابلیت‌های جدیدی را به یگان‌های واکنش سریع نیروی زمینی برای مقابله با گروهک‌های تروریستی به‌خصوص در جغرافیای پیچیده کوهستانی می‌دهد.

مهمات پرسه‌زن به دسته‌ای از تسلیحات اسلایق می‌شود که پس از پرتاب، توسط سامانه‌های اپتیکی و حرارتی، به‌سمت هدف روانه می‌شود و با گشت‌زنی در آسمان، هدف موردنظر را پیدا و سپس آن را منهدم می‌کند.

این دسته از تسلیحات کاربرد در رزم زمینی و به‌خصوص عملیات‌های ضدکمین دارند و با توجه به ابعاد کوچک و قابل حمل بودن توسط نفر به سلاخی مناسب برای نیروهای زمینی بدل شده‌اند.



یادواره شهدای عملیات کربلای پنج

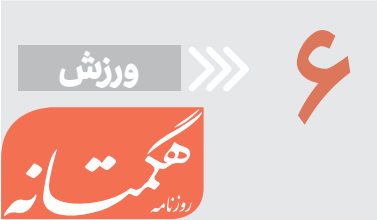


برداشت کل ترنس در کارزون



مرحله نهایی رزمایش پیامبر اعظم ۱۹ نیروی زمینی سپاه

شنبه ۲۲ دی ماه ۱۴۰۳ • شماره ۵۸۰۵



چهارگوشه ورزش

قضاوت داور همدانی در ۲ رویداد مهم بسکتبال آسیا



کنفدراسیون بسکتبال آسیا از داور بین‌المللی همدان برای قضاوت در ۲ رویداد قاره کهن دعوت کرد.

رئیس هیات بسکتبال همدان افزود: هادی سالم پرافتخارترین داور استان و کشور در ۲ رویداد سوپرلیگ غرب آسیا و جام قهرمانی آسیا قضاوت خواهد کرد.

مجید درویشی اظهار کرد: سالم برای قضاوت در سوپرلیگ آسیا از هفته آینده به سه کشور عمان، عربستان و کویت سفر خواهد کرد.

وی بیان کرد: این داور بسکتبال کشورمان که جزو بهترین داوران برتر فدراسیون بین‌المللی بسکتبال است، اسفندماه امسال برای قضاوت در مسابقات کاپ قهرمانی آسیا به دو کشور اردن و لبنان سفر می‌کند.

درویشی اضافه کرد: سالم از داوران بین‌المللی بسکتبال کشورمان است که سابقه قضاوت در مسابقات جهانی و آسیایی را دارد.

وی یادآور شد: این داور بسکتبال هم اینک در لیگ برتر کشور قضاوت می‌کند.

مراسم تجلیل از ۳۰۰ قهرمان، پیشکسوت، داور و مربی برتر ورزش استان

مراسم تجلیل از بیش از ۳۰۰ نفر از قهرمانان ورزشی، پیشکسوتان ورزشی، مربیان، داوران و هیات‌های ورزشی شهرستان همدان برگزار شد.

این مراسم که برای نخستین بار در همدان برگزار می‌شد، چهره‌هایی را مورد تجلیل قرار داد که سال‌ها در گوشه و کنار ورزش دیار هگمتانه فعالیت داشتند.

مهم‌ترین بخش برنامه که نگاه همگان را به خود جلب کرد، اقدام معنوی زهر نجاتی عارف ملی پوش والیبالی‌نشسته کشور بود. زهر نجاتی عارف بانوی نایب قهرمان مسابقات پاراآسیایی ۲۰۲۳ انگشتی را که در آخرین دیدار ورزشکاران و نشان‌آوران با مقام معظم رهبری از ایشان هدیه گرفته بود را در مراسم تجلیل از قهرمانان برای آزادی زندانیان به مزایده گذاشت.

اقتصاد گره گشا ورزش

کشاورزی، تاریخی و گردشگری خود، می‌تواند به یکی از قطب‌های توسعه در کشور تبدیل شود.

ملانوری شمسی اظهار کرد: گردشگری یکی از محورهای مهم توسعه استان است و گردشگری ورزشی، کشاورزی، و فرهنگی می‌توانند درآمدزا و اشتغال‌زا باشد.

وی گفت: سه ماه اخیر، جلسات متعددی با سرمایه‌گذاران داخلی و خارجی داشته‌ایم و هدف این است که با جذب سرمایه‌گذاری، زیرساخت‌ها را توسعه دهیم.

استاندار همدان با تأکید بر اینکه نباید وقت خود را صرف حواشی کنیم گفت: اگر بخواهیم فقط به مسائل حاشیه‌ای بپردازیم، کارهای اصلی به تعویق می‌افتد و پیشرفتی حاصل نمی‌شود.

ملانوری شمسی افزود: مدیریت باید به گونه‌ای باشد که نتایج ملموسی داشته باشد باید اشتغال ایجاد کنیم، رفاه را افزایش دهیم و آسیب‌های اجتماعی را کاهش دهیم.

وی افزود: استان همدان با منابع غنی خود می‌تواند در مسیر توسعه گام‌های بلندی بردارد و ورزش، هنر و سایر ظرفیت‌های می‌توانند نقش مهمی در این پیشرفت ایفا کنند.

حمایت از بخش خصوصی در ورزش

مدیر کل اداره ورزش و جوانان استان همدان اشاره به ساماندهی باشگاه‌های خصوصی و صدور مجوزها و تمدید مجوزها، گفت: این فعالیت‌ها نشان از پویایی حوزه بخش خصوصی در دوسال گذشته در استان است.

علی حقیقی اظهار کرد: در تعیین زیرساخت‌های ورزشی و سرانه ورزشی که براساس جمعیت هر استان محاسبه می‌شود، خداروشکر استان همدان شرایط خوبی در این حوزه دارد.

وی با بیان اینکه برای افتتاح پروژه‌های متعدد ورزشی مسوولان استانی همراهی خیلی خوبی داشته‌اند، عنوان کرد: از اوایل سال ۱۴۰۰ که سرانه ورزشی با ۶۴ سانتی‌متر به ازای هر نفر جمعیت یک میلیون و ۹۰۰ هزار نفری استان بود که به ۸۰۰ سانتی‌متر رسیده است.

مدیر کل اداره ورزش و جوانان استان همدان ادامه داد: براساس طرح‌نامه‌های کشور و دستوری که برای نقشه راه و توسعه استان ترسیم شد، باید بتوانیم بین‌المللی شرکت می‌کنند، باید به طور جدی حمایت شوند.

استاندار همدان افزود: این استان با ظرفیت‌های

درخشش شطرنج‌بازان شهرداری همدان در المپیاد کارکنان شهرداری‌های کشور



همچنین تیم بانوان شهرداری همدان نیز در این

مسابقات موفق به کسب نشان برنز تیمی شدند. این تیم متشکل از نگین کریمی نور، شیما رحیمی، مرضیه قره خاتلو و زهرا وصال طلب به سرپرستی خانم کاووسی بر سکوی سوم تیمی دست یافتند.



استان شرایط خوبی ایجاد شده، تأکید کرد: در حوزه ورزش قهرمانی و بازی‌های آسیایی و پاراسیایی در دو سال گذشته ورزشکاران همدانی نیز شرکت کردند که آرزو داریم در بازی‌های آسیایی دو سال آینده و المپیک چهار سال آینده هم شرکت کنند.

وی خاطرنشان کرد: ورزشکارهای خیلی خوب و مستعدی در سراسر نقاط استان داریم که در خیلی از رشته‌ها از جمله کشتی، قایقرانی جانبازان و معلولین، هندبال، وزنه‌برداری، تیراندازی و ناشنوایان در حقیقت به عنوان قهرمانان آسیا شناخته شده‌اند. مدیر کل اداره ورزش و جوانان استان همدان با اشاره به اینکه ما در استان ۳۷۰ هیأت ورزشی داریم، خاطرنشان کرد: تلاش ما بر این است که بتوانیم همه این فضاها را برای خدمت به مردم داشته باشیم.

حقیقی اضافه کرد: در حوزه جوانان هم به صورت همزمان با تلاشی که همکاران خودم در حوزه فرهنگی و جوانان داشتند میزبانی‌های خیلی خوبی را داشتیم و با همت استاندار توانستیم اعتبارات خوبی هم برای اجرای برنامه‌ها داشته باشیم.

وی با اشاره به ساماندهی باشگاه‌های خصوصی و صدور مجوزها و تمدید مجوزها، بیان کرد: این فعالیت‌ها نشان از پویایی حوزه بخش خصوصی در دوسال گذشته در استان است.

لزوم حمایت کارخانجات و صنایع از ورزش

رئیس هیات کاراته استان نیز گفت: لازم است که یک برنامه‌ای داشته باشیم تا توسط صنایع و کارخانجات استان به ورزش حرفه‌ای توجه ویژه شود و به‌عنوان سرمایه‌گذار از ورزشکاران ما حمایت کنند.

سیدمهدی وفایی اظهار کرد: استان همدان یکی از پرتانسیل‌ترین استان‌های کشور در حوزه ورزش است.

وی با بیان اینکه در طی سال‌های اخیر در حوزه ورزشی به روند خوبی رسیده‌ایم، عنوان کرد: پروژه‌های نیمه تمامی و خوبی را داریم که با همت استاندار امیدواریم به بهره‌برداری برسد.

رئیس هیأت کارته استان ادامه داد: ما در ورزش باید از حوزه استان و ملی فراتر رفته و ورزش استان باید روند جدیدی را پیش‌روی خود داشته باشد.

وفایی با اشاره به پشت‌سر گذاشتن دو مسابقه ملی در ماه‌های اخیر با حضور بیش از چهار هزار و ۲۰۰ ورزشکار در اردیبهشت‌ماه و سه هزار ۵۰۰ ورزشکار در آبان‌ماه، بدون وجود کوچکترین مشکل در این حوزه، بیان کرد: برای اینکه ورزش استان را به سطح ملی فراتر ببریم نیازمند مجتمع‌های بزرگ ورزشی هستیم.

وی همچنین افزود: این مجتمع‌ها در کنار سالن‌های

معاون ورزشی سازمان فرهنگی اجتماعی ورزشی شهرداری:

شهرداری بازوی توانمند در توسعه ورزش همدان است



گرفته است.

وی یادآور شد: هیأت همگانی همدان این آمادگی را دارد که در محله ایستگاه ورزش صبحگاهی را در پارک و بوستان ها فعال کند و حضور در این برنامه رایگان است.

وی با قدردانی از شهرداری همدان در همکاری همه جانبه در توسعه ورزش‌های همگانی گفت: خوشبختانه مدیریت شهری همدان نگاه حمایتی به توسعه ورزش همگانی دارد و تاکنون با همکاری این مجموعه به دستاوردهای مهم دست یافته‌ایم.

وی خواستار ایجاد فضای روباز برای اجتماع ورزشکاران صبحگاهی در یک مکان در شهر شد و افزود: شهرداری در ساخت و ساز بوستان‌ها و پارک‌ها، می‌تواند فضایی را برای اجتماع ورزشکاران صبحگاهی ایجاد کند.

کاهش ۵۰ درصد مصرف انرژی در مکان‌های ورزشی

نشست الگوی مصرف انرژی با حضور مرادی رفعت معاون توسعه منابع انسانی اداره کل ورزش و جوانان برگزار شد .

مرادی رفعت معاون توسعه منابع انسانی اداره کل ورزش و جوانان استان همدان گفت: مصرف منابع انرژی دستگاه‌های اجرایی باید تا ۵۰ درصد طبق دستورالعمل کاهش یابد.

مرادی رفعت افزود: بعد انسانی هم که نگاه کنیم به خاطر ناترازی که در مصرف انرژی در شرایط فعلی که در سطح کشور هست باید ما نیز در اداره کل ورزش و جوانان استان همدان و هیات‌های ورزشی در تعدیل این ناترازی کمک نماییم. معاون توسعه منابع انسانی اداره کل گفت : ما مکلف به مدیریت مصرف انرژی هستیم و از واحدهای ذی‌ربط خواستار مدیریت در بخش‌های مختلف اداره کل در سطح استان همدان هستیم .اگر امروز نکات را رعایت نکنیم کشور دچار چالش خواهد شد. وی گفت :همه ما در زمینه مصرف انرژی نقش داریم و باید در این بحران ناترازی در کشور کمک کنیم.

همدان، تمامی سالن‌های ورزشی زیرمجموعه این اداره کل از ساعت ۶ الی ۸ در اختیار ورزشکاران صبحگاهی قرار گرفته است.

وی بیان کرد: ایستگاه‌های ورزش صبحگاهی در شهرها که زیر نظر هیأت ورزش‌های همگانی استان همدان فعالیت دارند، از این سالن‌ها استفاده می‌کنند.

سبزواری اضافه کرد: ۲۰۰ ایستگاه ورزش صبحگاهی در استان همدان به صورت روزانه فعال هستند و طی ساعات ۶ الی ۸ صبح ورزشکاران به صورت سازمان یافته در این

ایستگاه‌ها حضور می‌یابند.

رئیس هیأت ورزش‌های همگانی همدان خاطرنشان کرد: هم اکنون همدان برترین استان در برگزاری ورزش صبحگاهی است و از سوی فدراسیون همگانی نیز الگوی سایر استان‌ها قرار

بانوان فوتبال پاس در خطر عدم صعود!

هفته هشتم لیگ دسته یک فوتبال بانوان در ورزشگاه درفش فر تهران برگزار شد.

در حساس‌ترین دیدار هفته هشتم لیگ دسته یک فوتبال بانوان، تیم پرسپولیس توانست در تهران مقابل میهمانش پاس همدان با نتیجه ۲ بر صفر پیروز شود و صعود خود به دور بعدی را قطعی کند. در این دیدار فاطمه قاسمی و زهرا امیدی برای پرسپولیس گلزنی کردند.

طبق گفته مسوولان برگزاری لیگ دسته اول، از هر گروه دو تیم به مرحله بعد صعود می‌کند که در این مرحله به صورت ضربدری باید به مصاف هم بروند. در نهایت دو تیمی که به فینال می‌رسند، تیم‌هایی می‌شوند که به لیگ برتر زنان صعود خواهند کرد.

بانوان پاس هم اکنون وضعیت حساسی در جدول رده بندی مسابقات دارند و اگر دو بازی آتی خود را با برد پشت سر نگذارند، از صعود باز خواهند ماند.

هگمتانه گزارش می‌دهد؛

معجزه انار از منظر طب ایرانی در درمان بیماری‌ها

هگمتانه، گروه پزشکی و سلامت: انار میوه‌ای که در پاییز و زمستان وجود دارد، از منظر طب ایرانی خواص بسیاری دارد که می‌توان حتی از آن در درمان برخی بیماری‌ها به عنوان مکمل استفاده کرد. به گزارش خبرنگار هگمتانه، انار سلطان میوه‌های پاییزی است و دارای فوائد زیادی است که می‌توان به برخی از آنها اشاره کرد، انار قابض، ملین، ادرار آور، تصفیه کننده خون، تقویت کننده کبد است و برای کم خونی، تقویت کبد، لاغری، بواسیر، تورم لوزه، تاختک، چشم، ضد خارش پوست و آگزری، و کلونید مفید است.

انار را به طور کلی بر اساس مزه، به سه نوع تقسیم‌بندی می‌کنند: شیرین، ترش و میخوش (ترش و شیرین)، همه انواع آن غذائیت کمی دارند؛ یعنی انرژی زیادی در بدن تولید نمی‌کنند ولی خون تولیدی از آنها صالح است. در واقع انار جزو غذاهای دوابی یا دواهای غذایی است. از منظر طب ایرانی انار دارای خواص ضد سرطان بوده و در درمان بیماری‌ها مانند بزرگی پروستات می‌توان از آن استفاده کرد.

یک پزشک و متخصص طب ایرانی در گفت‌وگو با برنامه انارستان، با بیان اینکه برای درمان پروستات، خوردن این میوه با کمی فلفل سیاه قبل از خواب توصیه می‌شود، گفت: مصرف این میوه بهشتی، مولد خلط صالح و خون پاکیزه است و مجاری بسته و عروق ریز بدن و مجاری ریز کبد را باز می‌کند.

دکتر معجزه‌خیزی اظهار کرد: انار برای تصفیه و تقویت کبد و کلیه، تقویت حنجره و صدا و تقویت معده مؤثر است.

وی ادامه داد: برای قوای عمومی بدن، رفع خارش، التیام جراحات مزمن درونی و بیرونی به ویژه زخم‌های دیابتی، رب انار تهیه شده در ظرف مسی توصیه می‌شود؛ ضماد رب انار ترش در ترکیب با عسل، می‌تواند برطرف کننده گویشت‌های زائد به جا مانده از جراحی‌های سخت باشد.

این متخصص طب ایرانی با بیان اینکه قدمت انار به زمان حضرت آدم(ع) می‌رسد که به فرزندانش توصیه کرد " در هر حال انار بخورید"، گفت: به روایت از امام صادق(ع)، به هنگام گرسنگی انار بخورید که باعث قوت بدن و سیری می‌شود و بعد از غذا هم به ویژه غذاهای گوشتی که حاوی آهن و پروتئین هستند انار بخورید تا باعث هضم و جذب بهتر غذا در بدن شود.

انار کاهنده قند و چربی خون



هگمتانه، گروه پزشکی و سلامت: یک کارشناس طب ایرانی گفت: انار کاهش دهنده قند خون و چربی خون و تنظیم‌کننده دیابت است.

به گزارش هگمتانه، سیدجواد علوی درباره تدابیر غذایی بیماران دیابتی اظهار کرد: از دیدگاه طب ایرانی غذاهایی با طبع گرم، چرب و شیرین باعث افزایش تولید صفرا در بدن می‌شود که این مسأله در بیماران دیابتی که غلبه صفرا دارند مخطرآمیز است.

به گفته وی افراد دیابتی بهتر است از غذاهای سریش‌الهم مانند گوشت چوجه مرغ یا چوجه خروس، گوشت بره جوان که با زرشک، سرکه، آغوره یا آلبیمو مخلوط شده باشد استفاده کنند.

این کارشناس طب ایرانی بیان کرد: بهتر است این بیماران از مریاهایی مثل مریای بالنگ و شربت‌هایی مانند شربت آلبیمو، انار و سکنجبین استفاده کنند.

علوی ادامه داد: بالنگ لطیف‌کننده و تسویه کننده خون از صفرا و مانع ریختن صفرا به معده می‌شود که در تقویت معده، کبد و تسکین حرارت آنها و برطرف شدن تشنگی نقش عمده‌ای برعهده دارد.

وی گفت: زرشک قاطع صفرا و مسکن تشنگی و کاهش دهنده حرارت معده و کبد است و از این رو برای بیماران دیابتی که با غلبه صفرا مواجه هستند مفید است.

این کارشناس طب ایرانی افزود: آلبیمو تازه؛ جوشش خون و صفرا را فرو می‌نشاند و مقوی معده و کبد از نوع گرم است. همچنین، انار ملس مسکن جوشش خون و کاهش دهنده صفراست و شربت آن با شکر مقوی معده است. همچنین، سکنجبین برطرف‌کننده تشنگی، مقوی معده و قاطع صفرای بیماران دیابتی است.

به نقل از تسنیم، از منظر طب جدید انار کاهش دهنده قند خون، تنظیم‌کننده چربی خون و ضد فشار خون بالا در افراد دیابتی است و اثرات ضد دیابتی و کاهش دهنده کلسترول خون در افراد دیابتی با مصرف لیমوترش بسیار دیده شده است. همچنین، در برخی از مطالعات طب جدید اثرات کاهش دهنده قند خون ناشی از مصرف زرشک نیز بیان شده است.

هگمتانه، گروه پزشکی و سلامت: انار حاوی بسیاری از ویتامین‌ها و مواد مغذی است که به جلوگیری از بروز سرطان‌ها و کاهش قند خون و تقویت دستگاه ایمنی کمک می‌کند و در درمان بسیاری از بیماری‌ها مؤثر است. در این مطلب به خواص انار برای پیشگیری از بیماری‌ها و درمان آنها پرداخته‌ایم.

به گزارش هگمتانه، انار میوه‌ای با دانه‌هایی اغلب قرمز و گاهی سفید است که رنگ پوست آن نیز اغلب قرمز و گاه سیاه یا تقریباً زرد است. انار درخت کوچکی است که ارتفاع آن حداکثر به ۶متر می‌رسد و در مناطق گرمسیری مریود و گل‌های آن درشت، به رنگ قرمز اناری ولی بدون بو هستند.

▪ کشت انار در جهان

خاستگاه انار ایران بوده است و بعد از آن به تدریج از مدیترانه تا شمال هند گسترش یافته است. این میوه در اواخر قرن ۱۹ وارد آمریکا شد و امروزه در کشورهای مختلف کشت می‌شود. ایران بزرگ‌ترین تولیدکننده انار دنیا و هندوستان دومین کشور است.

▪ قسمت‌های قابل استفاده گیاه

قسمت‌های مختلف این گیاه از میوه و گل گرفته تا پوست درخت و ریشه آن کاربرد درمانی دارند که در ادامه به آنها می‌پردازیم.

▪ انواع انار

انار از نظر رستنگاه به دو دسته بری و بُستانی تقسیم می‌شود و از نظر مزه به سه دسته تقسیم می‌شود: نوع اول انار شیرین است نوع دوم انار ترش و شیرین یا میخوش است و نوع سوم انار ترش است.

▪ ویتامین‌ها و مواد موجود در انار

هر ۱۰۰گرم انار حاوی ۷۷گرم آب، ۸۳کیلوکالری انرژی، ۵/۸گرم پروتئین، ۵/۸گرم چربی، ۱۸گرم کربوهیدرات و ۴گرم فیبر، ۱۳گرم قند و ویتامین‌ها و مواد معدنی نظیر کلسیم، آهن، منیزیم، پتاسیم، فسفر، زینک، فولیک اسید، برخی انواع ویتامین ب، ویتامین کا، ویتامین ای، ویتامین ا، ویتامین سی و سدیم است.

▪ خواص انار برای پیشگیری از سرطان‌ها

از جمله خواصی که مورد توجه فراوان دانش پزشکی امروز است خاصیت ضد سرطانی و ضد التهابی انار است؛ مطالعات زیادی درباره اثرات درمانی و پیشگیری‌کننده انار روی سلول‌های سرطانی انجام شده است. سرطان‌هایی که بیشتر مورد مطالعه قرار گرفته‌اند شامل سرطان پستان، پروستات،

دکتر عزیزخانی متذکر شد: کتاب‌های مرجع طب ایرانی زیادی داریم به ویژه در حوزه غذا و میوه‌جات و فرمول‌های غذایی که کتاب "مخزن‌الادویه" مرحوم عقیلی خراسانی حکیم معروف طب ایرانی با شهرت جهانی از آن جمله است اما هدف ما این است که باید روی این کتاب‌ها کار شود یعنی با نشر این گنجینه‌ها و حفظ اصالت محتوا، متون عفونت‌های بدن می‌شود و برای درمان بیماری‌های زنان، دهان، دندان و لثه می‌توان از آب جوشانده گلنار یا گل انار که قابض هست استفاده کرد؛ انار باعث سرحالی فرد و درمان رفع خماری، کسلی، غلظت خون و خواب‌آلودگی می‌شود؛ آب انار در ترکیب با شکر و نشاسته و صمغ عربی، تقویت‌کننده ریه و درمان سرفه، تنگی نفس و درد سینه‌های کرونایی است.

وی در خاصیت انواع انار گفت: انار ترش، طبع سرد و خشک دارد و قابض است؛ برای گرم‌مزاجان و کسانی که حرارت کبد و صفرای زیاد دارند مفید است اما برای سردمزاج‌ها به عکس عمل می‌کند و باعث تصفیع جگر و معده فرد سردمزاج می‌شود؛ البته مصرف ناشتای آن را توصیه نمی‌کنم؛ انار مز یا میخوش، نوع دیگر انار است که طعمی ترش و شیرین و طبع سرد و تر معتدل دارد و برای صفراومزاج‌ها که جوشش و غلظت خون بالای دارند، مفید است؛ انار میخوش چون خواص عمومی انار را دارد تمامی افراد معتدل، گرم‌مزاج و سردمزاج‌ها می‌توانند استفاده کنند؛ انار شیرین هم بهترین نوع انار است که با درجه سردی و تری کمتر، خواص بیشتر و جامع‌تری نسبت به بقیه انارها دارد؛ در طب ایرانی همچنین رب انار ترش، ترش و شیرین و شیرین داریم که رب انار شیرین بیشتر از همه توصیه می‌شود.

عزیز خانی تصریح کرد: با پختن انار آنتی‌بیوتیک خیلی قوی به وجود می‌آید که می‌تواند هر عفونت ناشی از سرماخوردگی مثل گلودرد، گوش درد و عفونت‌های ریوی را درمان کند.

وی توضیح داد: انار را روی شعله پخش کن با حرارت خیلی کم قرار دهید. اجازه دهید به مدت ۲۰ دقیقه حرارت ببیند و از درون پخته شود. فقط دقت کنید که نسوزد برای همین باید گاهی آن را بپرخانید. پس از پخته شدن پرده‌ها و رگه‌های داخل آن را با دانه‌های انار میل کنید.

این متخصص طب ایرانی ادامه داد: فراموش نکنید که شب، قبل از خواب این کار را انجام دهید و بعد از آن چیزی نخورید. انار پخته برای سرماخوردگی فوق‌العاده است. در صورت ابتلا به عفونت‌های خیلی شدید بهتر است از این روش درمانی به مدت سه شب استفاده کنید. در صورتی که از بیماری خاصی رنج نمی‌برید، این روش درمانی سرماخوردگی را امتحان کنید و از معجزه آن بهره‌مند شوید!

دکتر حسینی متخصص طب ایرانی، درباره خواص انار گفت: انار سرشار از آنتی‌اکسیدان است و به همین دلیل در پیشگیری از ابتلا به انواع سرطان‌ها مانند این میوه را می‌توانیم به عنوان یک آنتی سرطان به خصوص در سرطان‌های پروستات و سینه معرفی کنیم.

این متخصص طب ایرانی ادامه داد: این میوه همچنین باعث کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی می‌شود چرا که به کاهش کلسترول خون

انار میوه شگفت‌انگیز

▪ خواص ضد میکروبی انار

مطالعات علمی نشان داده که فنولیک اسید موجود در عصاره گل انار باعث جلوگیری از رشد بسیاری از باکتری‌ها می‌شود و می‌تواند در جلوگیری از بروز مسمومیت‌های غذایی مؤثر باشد. از آنجا که پوست انار هم حاوی ترکیبات فنولیک است می‌توان از عصاره پوست انار به عنوان نگهدارنده مواد غذایی استفاده کرد.

▪ خواص انار برای سلامتی چشم

انار حاوی انواع آنتی اکسیدان‌ها و ویتامین‌هاست و به همین دلیل نتایج تحقیقات نشان داده که مصرف انار به صورت ۲۰درصد در رژیم غذایی روزانه بیماران مبتلا به آب سیاه چشم، به مدت دو هفته می‌تواند باعث کاهش فشار چشم و بسیار سودمند باشد. در طب ایرانی نیز برای افرادی که دچار ورم ملتحمه چشم می‌شوند، در اعصاره انار نارس پخته با گلاب را روی پلک قرار می‌دادند که باعث بهبود بیمار می‌شد.

▪ اثر انار روی دستگاه تنفسی

انار اثرات فراوانی روی برونش‌ها و دستگاه تنفسی افراد دارد. انار اگر خورده یا مکیده و یا لیسیده شود و یا پخته آن خورده شود یا دانه انار در آب، خیس خورده شود و آب آن خورده شود، در بهبود مشکلات تنفسی نقش پررنگی ایفا می‌کند.

طب جدید علت ترشحات پشت حلق را ناشی از عفونت یا آلرژی می‌داند و مطالعات زیادی اثرات ضد آلرژی و ضد میکروبی انار را اثبات کرده‌اند بنابراین مصرف این میوه باعث رفع مشکلات تنفسی افراد می‌شود. همچنین اثرات مفید متابولیت‌های انار در آسیب حاد ریه نشان داده که مصرف انار در بارداری باعث پیشگیری از آسیب مغزی نوزادان می‌شود.

کمک می‌کند.

دکتر حسینی بیان کرد: افرادی که به دنبال کاهش وزن هستند مصرف انار را در برنامه خود قرار دهند چرا که مصرف انار به حفظ وزن مناسب و کاهش وزن کمک می‌کند. از آن جا که انار سرشار از ویتامین سی(C) و پتاسیم است علاوه بر سلامت و تحکیم دندان‌ها و لثه‌ها برای افرادی که به اسهال دچار شده‌اند مفید است.

وی اظهار کرد: مصرف روزانه آب انار به کاهش بیماری فشار خون کمک می‌کند و جریان خون‌رسانی را به قلب بهبود می‌بخشد همچنین آنتی‌اکسیدان‌های موجود در آن از لخته شدن خون جلوگیری می‌کنند.

دکتر حسینی درباره انار ترش تصریح کرد: در کاهش قندخون و قطع سکسه می‌توان از انار ترش استفاده کرد و از انار شیرین در درمان سرماخوردگی، تقویت معده و ریه، رفع حساسیت و مسمومیت، بهبودی درد گوش و گرفتگی صدا و برطرف کردن آبریزش چشم، خارش پوست، خون‌ریزی رحم و کم خونی استفاده نمود.

وی در پایان خاطرنشان کرد: به ندرت می‌توان میوه‌ای مانند انار را یافت که خواص بسیار داشته باشد با وجود تمام این خواص خوردن انار برای کسانی که به زخم معده و روده دچار شده‌اند مضر است و زیاده‌روی در خوردن آن باعث ایجاد پیوست، ناراحتی‌های معده و گلودرد می‌شود بنابراین افرادی که به ناراحتی‌های ریوی دچارند در مصرف آن باید احتیاط کنند.

شنبه • ۲۲ دی ماه ۱۴۰۳ • شماره ۵۸۰۵



خبر

سیب معجزه الهی



هگمتانه، گروه پزشکی و سلامت: خواص بی‌نظیر سیب در یکی دو خبر نمی‌گنجد اما یکی از مهمترین فواید آن درمان ریفلاکس و ترش کردن معده است. اگر بلافاصله پس از غذا، سیب رسیده شیرین خوب جویده و میل شود به راحتی ریفلاکس را درمان می‌کند البته با پرهیز از منوعات عمومی و نیز خوراک‌های تشدید کننده ریفلاکس.

سیب پخته سرفه خشک را برطرف می‌سازد. خواب‌آور بوده و برای درمان سرماخوردگی و ریزش آب از چشم و بینی نافع می‌باشد. سیب از فشار خون و سکنه‌های قلبی جلوگیری می‌نماید. آب سیب به طعمی که در جهت بازسازی قلب و معده و کبد و دفع و سواس و مسموم گیاهی و به عطر بسیار مؤثر و مسکن حرارت اضافی بدن انسان است. امام صادق علیه‌السلام می‌فرماید: «اگر مردم می‌دانستند چه خواص در سیب وجود دارد بیماران خود را فقط با سیب درمان می‌کردند. سیب از هر چیزی سریع‌تر به قلب قایده می‌بخشد به ویژه آن که پاک‌کننده قلب و رگ‌های آن می‌باشد».

منبع: (کتاب طب الائمّه، صفحه ۱۳۵)

خبر

مادران حتما بخوانند

هگمتانه، گروه پزشکی و سلامت: کودکانی که شیر نخوردن زود به زود مریض می‌شوند کودکانی که حیویات نخوردن دچار پیوست می‌شوند!

کودکانی که سبزیجات نخورند دچار استرس می‌شوند!

کودکانی که زیاد چای سیاه می‌خورند دچار کم‌خونی می‌شوند!

کودکانی که چیپس می‌خورند، دچار کوتاهی قد می‌شوند!

کودکانی که نوشابه می‌خورند دچار استخوان درد می‌شوند!

کودکانی که عسل بخورند دچار بیماری و مریضی نمی‌شوند!

کودکانی که اسمارتیز رنگی می‌خورند دچار ترک دندان می‌شوند!

کودکانی که سردی بدون مصلحات بخورند دچار شب ادراری می‌شوند!

کودکانی که لعاب برنج بخورند دچار لاغری بی‌اشتهایی و کمبود وزن نمی‌شوند!

خبر

آناتومی مو

هگمتانه، گروه پزشکی و سلامت: مو از نظر آناتومی از سه قسمت تشکیل می‌شود: ساقه موخارج از پوست است و دیده می‌شود، ساقه مو از سلول‌های قشرده شده و شبیه به پولک ماهی تشکیل شده است که این امکان را به مو می‌دهد که حالت خم شدن و گرّه خوردن داشته باشد).

پیازچه مو(در داخل سر و به رگ خون و عصب‌های حساس وصل است و با کوچک‌ترین دست زدن تحریک می‌شود و حس دارد).

فولیکول مو(مخروطی شکل است، در انتهای آن عضله‌ای است که در مواقع ترس، تعجب، سرما و... باعث می‌شود مو از حالت خوابیده به ایستاده تغییر شکل بدهد). در روایات ماده تشکیل دهنده مو به داء(بیماری) که در خون جاریست مربوط شده است، با خارج شدن مو از سوراخ‌هایش بیماری‌ها و دردها از بدن خارج می‌شوند(دردهایی همچون کمر درد، زانو درد، سردرد و...)، اگر موها زود به زود کوتاه شوند سریع‌تر رشد کرده و دردها هم سریعتر از بدن خارج شده و سبب پیشگیری از بیماری‌هاست، ولی اگر مو ناخن بلند شد و کوتاه نشد رشد آنها متوقف شده و درد در بدن محبوس می‌ماند، مفاصل نیروی خود را از دست داده سست و ضعیف می‌شوند و آسمان لاغر و بیمار می‌شود(بهترین زمان کوتاه کردن هر هفته پنجشنبه‌هاست).

به همین سبب در اسلام دستور استفاده از نوره ره سه روز آمده است و تأکید شده کسی که ۴۰ روز از نوره غافل شود مؤمن و مسلمان نیست. طبق روایات ژن مو، گوشت و خون از مادر است(چیزهای نرم)، در مقابل ژن استخوان، عصب و رگ‌ها از پدر است(چیزهای سخت و سفت).

