

# اخبار اصفهان

روزنامه اقتصادی استان اصفهان

چهارشنبه ۷ دی ۱۴۰۱ | ۲۸ دسامبر ۲۰۲۲ | ۴ جمادی الثانیه ۱۴۴۴ | سال سوم | شماره ۱۲۳۴ | صفحه اول

قیمت ۵۰۰۰ تومان

## 7 Health Benefits Of Falafel: Recipe, Side Effects, And More



اخبار اصفهان  
ISFAHAN NEWS

سر مقاله  
رضا اخلاقی پور

تحلیل بر روند میان مدت بازار سرمایه

### بورس در زمستان سردتر است!

می شوند، به مباحث تعمیرات اساسی سالانه و اورهال می پردازند و کاهش میزان تولید را به نوعی پوشش می دهند. بنابراین نباید با این مسئله - به شرطی که این محدودیت برای شرکتها کمتر از یک ماه باشد - احساسی برخورد کرد، بلکه باید به جای رفتار هیجانی، با بررسی میزان تولید شرکتها در ماههای مشابه سال قبل، تأثیر قطعی گاز را بر سوددهی و بازدهی سالانه شرکتها تحلیل کرد.

...ادامه در صفحه ۸

شاخص بورس تهران در آخرین روز کاری هفته پیش با رشد ۳ هزار و ۱۰۵ واحدی به یک میلیون و ۴۹۶ هزار و ۲۰۰ واحد رسید و در مرز ۱.۵ میلیون واحد قرار گرفت. در این روز، شاخص هموزن هم با رشد ۳۳۲۲ واحدی به ۴۴۵ هزار و ۷۲۱ واحد رسید. در حال حاضر برخی مسائل از جمله نگرانی از قطعی گاز خانه ها در فصل زمستان، نرخ بهره، نوسان نرخ ارز در بازار و همچنین نامشخص بودن متغیرهای اقتصادی تأثیرگذار در بودجه سال آینده مانند نرخ انرژی، نرخ حقوق مالکانه معادن،

### داستان دنباله دار قطعی گاز

در روزهای گذشته، خیر قطعی گاز صنایع بروی سامانه کدال قرار گرفت و بازار سهام را تحت تأثیر قرارداد. اما به نظر می رسد نباید مسئله قطعی گاز را بسیار حساس دنبال کرد. چرا که بسیاری از شرکتها در مدت زمانی که با قطعی گاز مواجه

جلسه مشترک کمیسیون سرمایه گذاری و توسعه زیرساخت استان اصفهان تشکیل و مقرر شد؛

## ایجاد آژانس سرمایه گذاری و جذب سرمایه گذار



معاون اداره کل میراث فرهنگی استان اصفهان:

### کندی نت عامل کساد بازار گردشگری

چهارشنبه



استادار اصفهان در جلسه شورای گفت و گوی دولت و بخش خصوصی استان:

### فرصتی فوق العاده برای بازار صادراتی ایران به روسیه باز شده است

استادار اصفهان با بیان اینکه فرصت فوق العاده پیش روی بازار صادراتی ایران به سوی روسیه باز شده است، گفت: با پستی اصفهان را به عنوان الگویی موفق در کشور در زمینه صادرات به روسیه تبدیل کنیم...

برگزاری مراسم تشییع شهدای گمنام دوران دفاع مقدس در اصفهان:

### عطر بهشتی لاله های زهرایی در دیار نصف جهان

نماینده مردم نیریز، تیران و کرون در مجلس شورای اسلامی خیر داد:

### صدور کارت ملی برای اتباع خارجی با تصویب طرح تشکیل سازمان ملی مهاجرت

خواص شگفت انگیز نارگیل که بدنیست بداند!

### دنیایی از خواص درون توده های محکم جریان

وزارت اقتصاد زمین ها از تخلیق توسعه همکاری ها با ایران خیر داد:

### جریان نبرد پنهان

### آگهی تجدید مزایده عمومی

نوبت دوم

در اجرای ماده ۱۳ آیین نامه مالی شهرداری ها، شهرداری رزوه در نظر دارد به استناد مصوبه شماره ۶۵ مورخ ۱۴۰۱/۱۰/۱۵ شورای محترم اسلامی شهر رزوه نسبت به فروش یک قطعه پلاک زمین مسکونی از اراضی کلسانه واقع در شهر رزوه از طریق تجدید مزایده به شرح ذیل اقدام نماید. لذا از کلیه متقاضیان دعوت به عمل می آید جهت اخذ اسناد مزایده به واحد مالی شهرداری مراجعه یا جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۰۳۱۵۷۷۰۳۰۲ تماس حاصل فرمایند.

۱- پلاک شماره ۲۲ به متراژ ۲۰۸/۷۸ متر مربع ۱۵۰۰۰۰۰ ریال طبق نظریه کارشناسی رسمی دادگستری

۲- دادن سپرده تضمین که از ۵٪ (پنج درصد) مبلغ کارشناسی کمتر نباشد، به عنوان سپرده شرکت در مزایده به صورت نقد یا اسناد خزانه یا ضمانت نامه بانکی

۳- برنده اول، دوم و سوم مزایده هر گاه حاضر به انعقاد قرارداد با شهرداری نباشند سپرده آنها به ترتیب به نفع شهرداری ضبط خواهد شد.

۴- سایر اطلاعات و جزئیات مربوط به معامله در اسناد مزایده مندرج است.

۵- مدت قبول پیشنهادات از تاریخ چاپ و نشر آگهی مزایده نوبت دوم به مدت ۱۰ روز می باشد.

۶- شهرداری در رد یا قبول هر یک از پیشنهادات مختار است

۷- تاریخ بازگشایی پیشنهادات ساعت ۸ صبح روز شنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۰/۱۷ در محل دفتر شهرداری می باشد.

شناسه آگهی: ۱۴۲۹۹۷۲

جعفر یاد کاری - شهردار رزوه

### آگهی مناقصه (چاپ اول)



شهرداری خمینی شهر در نظر دارد:

۱- مناقصه خرید و نصب تجهیزات کارت بلیت (AFC) و مدیریت ناوگان (AVL) اتوبوس های خمینی شهر ثبت در سامانه تدارکات دولت به شماره ۲۰۱۰۹۳۲۹۸۰۰۰۰۳۹ مورخه ۱۴۰۱/۹/۲۴ را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید.

کلیه مراحل برگزاری فراخوان از دریافت و تحویل اسناد فراخوان تا بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس [www.setadiran.ir](http://www.setadiran.ir) انجام خواهد شد.

متقاضیان شرکت در فراخوان در صورت عدم عضویت در سامانه نسبت به ثبت نام و دریافت گواهی امضای الکترونیکی (به صورت برخط) برای کلیه صاحبان امضای مجاز و مهر سازمانی اقدام لازم را به عمل آورند.

مواعد زمانی: تاریخ انتشار فراخوان: ۱۴۰۱/۱۰/۷ مهلت دریافت اسناد فراخوان: ۱۴۰۱/۱۰/۱۴ مهلت ارسال پیشنهادات: ۱۴۰۱/۱۰/۲۴ زمان بازگشایی پاکت ها: ۱۴۰۱/۱۰/۲۵ نوع و مبلغ تضمین شرکت در فرایند اجاع کار: ضمانتنامه بانکی یا سپرده نقدی اطلاعات تماس و آدرس دستگاه: خمینی شهر میدان قدس شهرداری مرکزی ۳۳۶۴۱۴۱۵

شناسه آگهی: ۱۴۳۲۹۸۳

علی اصغر حاج حیدری - شهردار خمینی شهر

### آگهی مناقصه عمومی



شهرداری گز بر خوار در نظر دارد:

به استناد مجوز شورای محترم اسلامی شهر گز بر خوار، اجرای عملیات فاز اول پیاده روسازی معابر با اولویت بلوار شهید اشراقی شهر گز بر خوار را به اشخاص حقوقی واجد شرایط واگذار نماید. متقاضیان می توانند جهت دریافت اسناد و مدارک مناقصه تا پایان وقت اداری روز شنبه به تاریخ ۱۴۰۱/۱۰/۱۷ به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به نشانی [www.setadiran.ir](http://www.setadiran.ir) مراجعه نمایند. ضمناً اطلاعات تکمیلی مناقصه فوق از طریق وب سایت شهرداری به نشانی [www.gazborkhar.ir](http://www.gazborkhar.ir) در دسترس می باشد. همچنین اداره عمران و شهرسازی شهرداری با شماره تلفن ۴۵۷۲۱۹۶۱-۰۳۱ داخلی ۱۰۷ در ساعات اداری آماده پاسخگویی به سوالات احتمالی می باشد.

شناسه آگهی: ۱۴۳۲۸۱۸

شهرداری گز بر خوار

تلفن سفارش آگهی:  
۰۲۱-۸۸۳۵۳۳۰۸-۸۸-۱۶۶۴۹  
۰۲۱-۳۲۲۷۴۶۹۴

[pwa.agahinaslefarda.ir](http://pwa.agahinaslefarda.ir)

قابل توجه شهروندان گرامی آیا می دانید با مقفود شدن مدارک شناسایی خود ممکن است شما به عنوان مجرم شناخته شوید؟

اخبار اصفهان نوشتن روزانه









نماینده مردم صیغ آباد، تیران و کرور در مجلس شورای اسلامی خیر داد.

## صدور کارت ملی برای اتباع خارجی با تصویب طرح تشکیل سازمان ملی مهاجرت

پلنگ ایرانی که از نظر جته بزرگترین زیر گونه پلنگ است در فهرست جانوران در معرض خطر انقراض قرار دارد و هر روز زیستگاه طبیعی این گربه‌سان کوچک‌تر می‌شود.ایران مهم‌ترین زیستگاه پلنگ ایرانی در غرب آسیا به‌شمار می‌رود و جمعیت پلنگ ایرانی در دهه‌های اخیر در گستره پراکنش تاریخی خود به شدت کاهش یافته به گونه‌ای که این زیر گونه از پلنگ‌های آسیایی در برخی مناطق ناپدید شده است. ایران با داشتن مناطق وسیعی از زیستگاه‌های مطلوب برای زیست پلنگ، به‌عنوان آخرین پایگاه برای پلنگ ایرانی در منطقه غرب آسیا شناخته می‌شود و گمان می‌رود تنها بین ۶۰۰ تا ۷۰۰ قلابه از این گربه‌سان زیبا در کشورمان وجود داشته باشد. ۵ آذر امسال بود که رئیس اداره حفاظت محیط‌زیست اردستان، از وجود پلنگ ایرانی در مناطق حفاظت شده و غیر حفاظت شده این شهرستان ابراز اطمینان کرد و گفت «با توجه به اینکه در فصل جفت‌گیری این حیوان وحشی قرار داریم در تلاشیم تا مستندات حضور پلنگ ایرانی را در مناطق حفاظت شده اردستان به ثبت برسانیم.»
برای بررسی بیشتر این موضوع و احتمال وجود پلنگ ایرانی در مناطق طبیعی اردستان و همچنین آگاهی از قلمرو این گربه‌سان بزرگ در استان اصفهان، ایسنا با علی‌رضا خانی، فعال محیط‌زیست و میراث فرهنگی، حمید خانی، رؤیت کننده پلنگ ایرانی در منطقه «چاه ریسه» اردستان، و حسین اکبری، معاون محیط زیست طبیعی و تنوع زیستی اداره کل حفاظت محیط زیست استان اصفهان به گفت‌وگو پرداخت که در ادامه می‌خوانید:

### گزارش رؤیت پلنگ را به محیط زیست ارائه دادیم

علیرضا خانی، اظهار کرد: چاه ریسه جنوبی‌ترین روستای شهرستان اردستان است که از دیرباز این منطقه کوهستانی، گردشگرها و محل زیست گونه‌های مختلف گیاهی و جانوری و از جمله پلنگ بوده است. حدود ۱۸ ماه پیش گزارش رؤیت پلنگ در منطقه چاه ریسه را به محیط زیست شهرستان و استان اصفهان اعلام کردیم. وی افزود: در گویش محلی به دهانه بین دو کوه «لا» گفته می‌شود که معمولاً انتهای این «لاها» بسته نیست که به یکی از این لاها، «لا پلنگ» گفته می‌شود که دقیقاً در این ناحیه معدن سرب و روی فعال است. در این ناحیه مومیایی‌های معروف اصفهان نیز کشف شد. کارشناسان محیط زیست این منطقه و به خوبی بررسی و تأیید کردند می‌تواند زیستگاه پلنگ باشد و چون شماع زیستی این گربه سان بزرگ می‌تواند تا ۳۰۰ کیلومتر باشد به راحتی می‌تواند به کوهستان کرکس نیز برود. این فعال محیط زیست، تصریح کرد: مدتی قبل یک فعال محیط زیست با تلاش و صرف هزینه در ناحیه قصر توانست با دوربین تله‌ای تصویر پلنگ ایرانی را ضبط کند.

### قرق شخصی کردن «چاه‌ریسه» درست نیست

خانی گفت: از محیط زیست درخواست دوربین تله‌ای کردیم، اما اصرار دارند این ناحیه را قرق شخصی کنند که معتقدیم قرق شخصی کردن ناحیه‌ای مانند چاه ریسه، تیغ دولبه است. قرق شخصی به این معنا است که یک ناحیه را به چند نفر از افراد محلی که درخواست پروانه قرق می‌کنند واگذار کنید و حفظ و نگهداری از گونه‌های مختلف گیاهی و جانوری را به این افراد واگذار می‌کنید. سپس این افراد باید با هزینه خود آن ناحیه طبیعی را اداره کنند و بعد حتی با نظارت می‌توانند

نماینده مردم در مجلس یازدهم، از صدور کارت ملی و امکان افتتاح حساب بانکی، خرید و فروش ملک، خودرو، ثبت نام در مدارس و بهره‌مندی از بیمه درمانی به عنوان امتیازات مندرج در طرح تشکیل سازمان ملی مهاجرت برای ساماندهی اتباع خارجی ساکن ایران یاد کرد. ابوالفضل ابوترابی در تشریح جزئیات طرح تشکیل سازمان ملی مهاجرت، گفت: بر اساس برآورد صورت گرفته حدود ۵ میلیون نفر اتباع خارجی در کشور زندگی می‌کنند که جمعیتی برابر با ۷۳ کشور دنیا را تشکیل می‌دهد

برای آنکه برنامه‌های برای ساماندهی آنها ارائه نشده و رها شده‌اند. نماینده مردم نجف آباد، تیران و کرور در مجلس شورای اسلامی، ادامه داد: در این طرح آمده است که اتباع خارجی که در ایران زندگی می‌کنند باید انگشت نگاری و چهره نگاری شوند و اطلاعات مربوط به محل زندگی، مالکیت و کارفرمایان آنها در سامانه‌ای درج شود. وی تصریح کرد: طرح تشکیل سازمان ملی مهاجرت امتیازاتی نیز به افرادی که در این بستر ساماندهی شوند اختصاص داده می‌شود و یک سری تکالیفی هم

قلمرو پلنگ ایرانی در استان اصفهان را بشناسیم

# در جست و جوی بزرگ‌ترین زیر گونه پلنگ

دوربین‌های شکاری دنیا این پلنگ زیبا را دیدم. خانی تصریح کرد: چند روز بعد از این رویت، پسرعمویم همین پلنگ را لب چشمه آب رویت کرد و حتی کارگران معدن نیز این پلنگ را دیده بودند و حتی عکس هم از آن گرفته بودند که البته عکس واضحی نبود. بعد به محیط زیست رؤیت پلنگ را گزارش دادیم. وی خاطرشان کرد: چند بار درخواست دوربین تله‌ای از محیط زیست کردیم و حتی ابشخور مخصوص در این ناحیه ایجاد کردیم که محیط زیست دوربین در اختیارمان قرار نداد. هر هفته یک گوسفند از گله گوسفندان پسر عمویم کم می‌شد که تصورشان حمله گرگ بود در حالی که اگر گرگ به گوسفندان حمله کند تقریباً تمام گوسفندان را می‌کشد، اما پلنگ این گونه حمله نمی‌کند و هر هفته یک گوسفند را می‌کشد.

### رؤیت پلنگ در چاه ریسه می‌تواند صحت داشته باشد

حسین اکبری نیز درباره گزارش‌های منتشر شده مبنی بر رؤیت پلنگ در منطقه «چاه‌ریسه» اردستان، اظهار کرد: منطقه چاه‌ریسه یک ناحیه کوهستانی و دشتی است که از نظر زیستگاهی و گذشته تاریخی زیستگاه پلنگ بوده است و در سه سال اخیر هم صحبت‌هایی از سوی جامعه محلی مبنی بر رؤیت پلنگ بوده است و حتی عکسی هم از این گربه سان گرفته شده که خیلی واضح نیست.

وی افزود: به هر حال با توجه به ظرفیت بالای زیست‌محیطی منطقه چاه ریسه و از نظر بوم‌شناختی، گزارش‌های رؤیت پلنگ می‌تواند درست باشد. این منطقه همچو‌با کوهستان کرکس نظف و قصر و برزک و کوهستان «مارشان» است. این نواحی در گذشته دارای پلنگ بوده و اکنون هم در منطقه حفاظت شده قصر و برزک و کوه کرکس پلنگ وجود دارد و چون پلنگ برای تأمین نیازهای زندگی خود مرتب در حال حرکت است می‌تواند از این نواحی به منطقه چاه ریسه هم برود که البته این موضوع نیاز به مطالعات تکمیلی و مطالعات بیشتر دارد.

معاون محیط زیست استان اصفهان، تصریح کرد: بنابراین کلیت گزارش رؤیت پلنگ در چاه ریسه را تأیید می‌کنیم که البته نیاز به بررسی بیشتر دارد.

### بعد از شناسایی مسیر تردد پلنگ، دوربین تله‌ای نصب می‌کنیم

اکبری درباره انتقاد محلی‌های چاه ریسه از اداره محیط زیست مبنی بر ندادن دوربین تله‌ای به آنان برای ثبت تصویر پلنگ، گفت:تعداد دوربین‌های تله‌ای محدوداست و اداره محیط زیست هم برای ثبت تصاویر گونه‌های مختلف جانور در مناطق حفاظت شده با محدودیت ابزار مورد نیاز روبرو است. به علاوه منطقه چاه ریسه جز مناطق حفاظت شده نیست و دامداران در این ناحیه گوسفندان خود را به چرا می‌برند به همین دلیل نمی‌توان با اطمینان خاطر دوربین تله‌ای نصب کرد. معاون محیط زیست طبیعی و تنوع زیستی اداره کل حفاظت محیط زیست استان اصفهان، ادامه داد: موضوع رؤیت پلنگ در منطقه چاه ریسه اردستان را از نظر علمی بررسی می‌کنیم و زمانی که به اطمینان بیشتری از حضور پلنگ در این ناحیه برسیم با توجه گستردگی منطقه به دنبال نصب دوربین تله‌ای می‌شویم. تعداد دوربین‌های تله‌ای محدود بوده و منطقه هم بسیار گسترده است. از نظر تجربی و علمی باید پیگیری بیشتری انجام دهیم تا کردیدورهای اصلی تردد پلنگ را شناسایی کرده و سپس از دوربین تله‌ای استفاده کنیم.

### پلنگ، گوسفندانمان را شکار می‌کرد

این رویت کننده پلنگ، تصریح کرد: بعد از اینکه از کوه پایین آمدم خودم را به پسرعمویم رساندم و به او گفتم گوسفندانی که یکی‌یکی از گله ناپدید می‌شوند و خیال می‌کنی این گوسفندان را گرگ می‌خورد در واقع پلنگ این چهارپایان را می‌گیرد و می‌خورد. پسرعمویم اول استدلال کرد پلنگی که من دیدم احتمالاً کفتار بوده است که البته چنین نبود چراکه با یکی از بهترین

تاکتون برنامه‌های برای ساماندهی آنها ارائه نشده و رها شده‌اند. نماینده مردم نجف آباد، تیران و کرور در مجلس شورای اسلامی، ادامه داد: در این طرح آمده است که اتباع خارجی که در ایران زندگی می‌کنند باید انگشت نگاری و چهره نگاری شوند و اطلاعات مربوط به محل زندگی، مالکیت و کارفرمایان آنها در سامانه‌ای درج شود. وی تصریح کرد: طرح تشکیل سازمان ملی مهاجرت امتیازاتی نیز به افرادی که در این بستر ساماندهی شوند اختصاص داده می‌شود و یک سری تکالیفی هم

برای آنها تعیین کرده است. این نماینده مردم در مجلس یازدهم، در بیان امتیازاتی که در این طرح برای اتباع خارجی ساماندهی شده در نظر گرفته شده است، یادآور شد: اعطاء کارت ملی مختص اتباع خارجی از امتیازاتی است که در این طرح در نظر گرفته شده است که از این طریق می‌توانند برای افتتاح حساب بانکی، خرید و فروش ملک، خودرو و … ثبت نام در مدارس و بهره مندی از بیمه درمانی اقدام کنند.

## شهرستان جهرشبه دی ۱۴۰۱ | شماره ۱۳۳۴

# ISFAHAN NEWS

برای آنکه برنامه‌های برای ساماندهی آنها ارائه نشده و رها شده‌اند. نماینده مردم در مجلس یازدهم، در بیان امتیازاتی که در این طرح برای اتباع خارجی ساماندهی شده در نظر گرفته شده است، یادآور شد: اعطاء کارت ملی مختص اتباع خارجی از امتیازاتی است که در این طرح در نظر گرفته شده است که از این طریق می‌توانند برای افتتاح حساب بانکی، خرید و فروش ملک، خودرو و … ثبت نام در مدارس و بهره مندی از بیمه درمانی اقدام کنند.

### وجود جمعیت زادآورِ پلنگ در منطقه عباس‌آباد

وی در پاسخ به این سؤال که منطقه‌ای در استان اصفهان وجود دارد که به طور صد درصد وجود پلنگ در آن تأیید شده باشد، افزود: در پناهگاه حیات وحش عباس‌آباد در شهرستان ناینج که تنوع زیستی فراوانی دارد جمعیت قابل توجه و زادآور از پلنگ داریم که بارها از این گربه سان بزرگ فیلم‌برداری و عکس‌برداری شده است. پیشینه ثبت پلنگ در عباس‌آباد به ۷ سال قبل باز می‌گردد که با تلاش‌های مانوم و برقراری امنیت و احیای زیستگاه و طعمه‌ها، خطر انقراض پلنگ در این ناحیه مرتفع شده است. اکبری گفت: پلنگ از نظر حفاظتی گونه بسیار حساسی است و همیشه باید

تعمیر یک قلابه پلنگ توسط دوربین تله‌ای ثبت شده حفاظتی که انجام شده تصویر پلنگ در سال ۱۴۰۰ ثبت و فیلم‌برداری شده‌است که امیدواریم در این ناحیه نیز پلنگ را به شکل زادآور داشته باشیم.

### رؤیت پلنگ در کلاته خور و بیابانک معلون محیط‌زیست طبیعی و تنوع زیستی اداره کل حفاظت محیط زیست استان اصفهان اظهار کرد:

دو ماه پیش در منطقه شکار ممنوع کلاته خور و بیابانک در منطقه کلاته هم پلنگ رؤیت شده است. دومین احتمال این است که کوه‌های کلاته در خور و بیابانک که زیستگاه مناسبی برای گونه‌های مختلف جانوری است دارای پلنگ باشد که این دو احتمال در حال بررسی است. وی با بیان اینکه برای تأمین دوربین‌های تله‌ای در حال تلاش هستیم، ادامه داد: در مناطق دیگر استان اصفهان مانند منطقه حفاظت شده کرکس و کوهستان‌های جنوب غرب استان مانند ناحیه ونک مسیرم احتمال بالایی از زیست پلنگ وجود دارد که برای اثبات این موضوع در حال تحقیقات بیشتر هستیم. منطقه شکار ممنوع کرکس در گذشته بیشتر پلنگ بوده، اما اخیراً تصویری از پلنگ در این ناحیه ثبت و ضبط شده است. کرکس یک ناحیه وسیع با ارتفاعات زیاد بود که از نظر زیستی برای پلنگ بسیار مناسب است و برای اثبات آن نیازمند نصب دوربین تله‌ای هستیم.

«**قرق شخصی» یک فرایند حفاظتی با مشارکت بخش خصوصی است**
اکبری در پاسخ به این سؤال که برخی این انتقاد را مطرح می‌کنند که اداره محیط زیست تعامیل دارد منطقه چاه ریسه را قرق شخصی کند، گفت: یک فرایند حفاظتی دیگر علاوه بر ایجاد مناطق حفاظت شده وجود دارد که قرق شخصی بوده که در قانون هم به آن اشاره شده است. قرق شخصی با مشارکت بخش خصوصی و تعاونی‌ها است به این معنا که به جای اینکه دولت از ناحیه مورد نظر حفاظت کند مردم و سرمایه‌گذاران بخش خصوصی و جوامع محلی امر حفاظت را بر عهده بگیرند و پس از احیای آن منطقه، بهره‌بردارانی تنها و اصولی داشته باشند.

معاون محیط زیست طبیعی و تنوع زیستی اداره کل حفاظت محیط زیست استان اصفهان، تصریح کرد: ایجاد قرق شخصی به توسعه گردشگری نیز کمک زیادی می‌کند که اگر این امر برنامه‌ریزی شده باشد

### مشارکت بخش خصوصی است

اکبری در پاسخ به این سؤال که برخی این انتقاد را مطرح می‌کنند که اداره محیط زیست تعامیل دارد منطقه چاه ریسه را قرق شخصی کند، گفت: یک فرایند حفاظتی دیگر علاوه بر ایجاد مناطق حفاظت شده وجود دارد که قرق شخصی بوده که در قانون هم به آن اشاره شده است. قرق شخصی با مشارکت بخش خصوصی و تعاونی‌ها است به این معنا که به جای اینکه دولت از ناحیه مورد نظر حفاظت کند مردم و سرمایه‌گذاران بخش خصوصی و جوامع محلی امر حفاظت را بر عهده بگیرند و پس از احیای آن منطقه، بهره‌بردارانی تنها و اصولی داشته باشند.

معاون محیط زیست طبیعی و تنوع زیستی اداره کل حفاظت محیط زیست استان اصفهان، تصریح کرد: ایجاد قرق شخصی به توسعه گردشگری نیز کمک زیادی می‌کند که اگر این امر برنامه‌ریزی شده باشد

ارتباط دو جلسه با مشاور طرح نیزبرگزارشده و طرح اولیه با اصلاح اینکه حدود ۹۰ هکتار از اراضی پارک ملی کلاه قاضی آزاد و پروژه آزاده به منتهی الیه محدوده مرز پارک ملی منتقل شد شرایط انجام کار گرفته است. درهمین زمینه مدیرکل حفاظت محیط زیست استان اصفهان درباره آخرین تصمیمات اتخاذ شده برای پارک ملی کلاه قاضی در گفتگو با ربیع با اشاره به عقب نشینی طرح آزادراه اصفهان- شیراز از داخل پارک ملی کلاه قاضی به مرز منطقه گفت: اگر ما ورود نمی‌کردیم مجری طرح آزادراه، پروژه را درهمان مسیر پیشنهادی اول اجرا می‌کرد؛ حتی روی طرح پیشنهادی اول خیلی کار شده بود ولی یافشاری محیط‌زیست سبب شد که پروژه آزادراه از داخل منطقه عقب نشینی کند و به نزدیکی خط لوله گاز برود و باید توجه داشت که بیش‌تر از این عقب نشینی طرح امکان پذیر نیست زیرا باید حریم ۴۰۰ متری خط لوله گاز نیز رعایت شود.

**پرونده آزاد راه کنارگذرشرق با ۲ گزینه به شورای عالی محیط‌زیست رفت**
احمدرضا لاهیجان زاده، درباره احداث تونل به این نکته اشاره داشت: احداث تونل تبعات عبور آزادراه از کلاه قاضی را تعدیل می‌کند، در خصوص ارتقاعی که

# اخبار اصفهان



در دیدار فعالان اقتصادی و صاحبان صنایع با مسئولان مطرح شد؛

### برگزاری اولین رویداد کارآفرینی «ایده تا پدیده» در ناینج

رئیس کمیته امداد خمینی (ره) شهرستان ناینج گفت: اولین رویداد کارآفرینی تحت عنوان همایش ایده تا پدیده در اسفندماه امسال در ناینج برگزار می‌شود. محمد جواد شفیعی در جلسه هماهنگی برگزاری رویداد، گفت: این رویداد کارآفرینی تحت عنوان همایش ایده تا پدیده در اوایل اسفند ماه در شهرستان ناینج برگزار می‌شود.انتظار می‌رود که از همه ایده‌ها، صاحبان ایده و نخبگان شهرستان و ظرفیت آنها استفاده کنیم تا بتوانیم خوراک مورد نیاز به صورت هدفمند دریافت و در امور لازم، اجرا کنیم .

وی به بهره‌گیری از ظرفیت‌های مراکز دانشگاهی، فنی حرفه‌ای و آموزش و پرورش در حوزه اشتغال اشاره و تصریح کرد: با توجه به اینکه میحث اشتغال، یکی از مباحث اصلی کشور و دغدغه دولت مردان بوده است، کمیته امداد خمینی ره با استفاده از ظرفیت‌های مراکز دانشگاهی، فنی حرفه‌ای و آموزش و پرورش و دستگاه‌های متولی که در جهت ریل‌گذاری اشتغال فعالیت دارند، تفاهم نامه مشترکی تنظیم کرده است تا از ظرفیت‌های این دستگاه‌ها در جهت آموزش مددجویان از دوران ابتدایی، دبیرستان، هنرستان و ظرفیت دانشگاه‌ها در جهت تربیت نیروی کار توانمند و حرفه‌ای برای ورود به صنعت استفاده شود.

رئیس کمیته امداد خمینی (ره) شهرستان ناینج ادامه داد: طی یکسال گذشته در نقشه راه اشتغال کمیته امداد خمینی ره، برنامه‌های تحت عنوان رویدادهای کارآفرینی یا فعالیت‌های دانش بنیان برنامه‌ریزی شد تا بتوانیم از ظرفیت هر منطقه و شهرستان در جهت توانمند سازی، ایجاد انگیزه و آشنایی مخاطبان زیر مجموعه کمیته امداد با توجه به اینکه تعداد قابل توجهی از جمعیت شهرستان ناینج، زیر مجموعه کمیته امداد امام خمینی ره هستند، استفاده کنیم .

مهران جمشیدی، رئیس دانشگاه آزاد اسلامی واحد ناینج ضمن بیان ارتباط دانشگاه با صنایع و طرح پوشش و آسیب شناسی این طرح در مجموعه شهرستان ناینج، گفت: تقاضا داریم که صاحبان صنایع و مدیران کارخانجات در طرح همایش ایده تا پدیده حضور داشته باشند. مرکز رشد ما در شهرستان ناینج، خروجی مطلوبی نداشته است و در تلاش هستیم به وسیله هم افزایی با صنعت، این مرکز رشد را در ناینج تقویت و به خروجی مطلوب برسانیم. حجت الاسلام و المسلمین محمد

مطهرخو، امام جمعه شهرستان ناینج ضمن استقبال از طرح همایش ایده تا پدیده و تشکر از دست‌اندرکاران و مدیران، اظهار کرد: برگزاری همایش ایده تا پدیده و حضور شرکت‌های دانش بنیان در جلسات این چنینی و تلاش برای خلق اشتغال اقتصادی و صاحبان صنایع، شیوه‌ای از پوشش شعار سال و تحقق آن است.

مطهرخو افزود: طرح همایش ایده تا پدیده به گونه‌ای برنامه‌ریزی بشود که دارای خروجی مطلوب باشد البته اگر برنامه‌ریزی به درستی انجام شود، ایده‌های بسیار خوبی شناسایی و به کارگیری می‌شود.

آقایان مدیر خدمات، اعضا و تشکل‌ها و دفاتر منطقه‌ای اتاق بازرگانی استان اصفهان نیز در جلسه حضور داشت و گفت: مایه خوشحالی و خرسندی است که یکی از ویژگی‌های متمایز مردم سخت‌کوش شهرستان ناینج در میان دفاتر شهرستان‌ها، وجود ممدلی و همراهی درمیان فعالان بخش خصوصی و دستگاه‌های اجرایی و نهادهای حاکمیتی است.

منبع: پایگاه خبری ربیع

گزارش

# کابوسی برای پارک ملی کلاه قاضی

گونه‌های جانوری و حیات وحش آن کم کرد.

### تعمیلات زیست محیطی را برای پارک ملی کلاه قاضی لحاظ خواهیم کرد

اما قرآن و شواهد حاکی از آن بود که کنارگذر شرق اصفهان بعنوان یک طرح ملی که قطعه سوم آن به طول حدود چهار کیلومتر با پارک ملی کلاه قاضی تداخل دارد قراراست به صورت روگذر از پارک ملی عبور کند؛ این در حالی است که ساخت و ساز در محدوده‌های تحت مدیریت سازمان حفاظت محیط زیست به ویژه پارک‌های ملی ممنوع و غیرقانونی است.

با این همه آیا مان امسال بود که مجری طرح‌های زیربنایی وزارت راه و شهرسازی استان اصفهان درباره بخشی از طرح کنارگذر شرق اصفهان که در محدوده کلاه قاضی قرار دارد، گفت: کنارگذر شرق اصفهان به طول ۹۳ کیلومتر به‌عنوان بخشی از کردیدور شمال وجود آورده است، در این میان اگر چه هزینه‌ک ازدمیریان در سطحی به این مسئله و رفع دغدغه‌های مردمی و زیست محیطی پاسخ داده‌اند، اما آنچه از دید مسترداران محیط زیست مسلم است آنکه شاید تنها با زدن تونل در این مسیر بتوان کمی از خسارت وارده و بعد



## Iran should step up efforts to improve position in global transit: ICCIMA head

The head of the Iran Chamber of Commerce, Industries, Mines and Agriculture (ICCIMA) has stressed the need to increase efforts for improving the country's transit infrastructure in order to benefit from the recent developments in the region, the ICCIMA portal reported.

Speaking at a meeting of the Mashhad Chamber of Commerce and Industry's Transport Committee on Sunday, Gholam-Hossein Shafeie mentioned the competitiveness of the transit market in the region, saying: "Competitors are creating alternative routes by spending huge amounts of money to replace Iran in the transit market."

Stating that Turkey has made several efforts to strengthen the Trans-Caspian Corridor for transiting goods between East and West, he added: "With the integration of the Trans-Caspian Corridor in the Silk Road Project, this corridor will be connected with the China-Central Asia-West Asia corridor that passes through Iran."

Shafeie further referred to the recent changes in the world including the war between Russia and Ukraine, saying: "In this period, due to the change in the global transport routes, new opportunities have been provided for Iran and we should take full advantage of such opportunities."

The Islamic Republic has been taking serious measures for the development of its railway network as well as its ports and shipping infrastructure in order to encourage more countries to join the project.

Using the capacities of the International North-South Transit Corridor (INSTC), Iran will be able not only to expand the volume of trade with Russia and the countries of the region, it can also gain a huge share of the mentioned countries' annual transit.

Currently, Russia has proposed to take part in some railway projects in Iran in order to accelerate the development of the Islamic Republic's railway network along the mentioned route.

The row between Europe and Russia over the Ukraine war, which resulted in harsh sanctions being imposed on the country made Russia look for new ways for distributing its goods across the world, especially in Asia and mainly through the INSTC.

According to official data, one of the major advantages of INSTC is that the cost of transporting goods through this corridor is cheaper by 30 percent. It also halves the time it takes to transport Indian goods to Russia via the Suez Canal.

Iran can use this transit route to distribute European commodities in the shortest possible time and at a lower cost than other routes to the Indian Ocean and the Persian Gulf.

## Iran 90% self-sufficient in electricity industry

The Iranian Energy Ministry's Spokesman for the electricity sector Mostafa Rajabi Mashhadi has said the country is currently 90 percent self-sufficient in the electricity industry, IRNA reported.

Pointing to the allocation of 26 trillion rials (about \$67.9 million) of credit to knowledge-based companies active in the electricity industry, Rajabi Mashhadi said: "Passing through the difficulties created by the sanctions and the current 90 percent self-sufficiency in the electricity industry is owed to the efforts of knowledge-based companies."



## Specialized Megan repair shop in Tehran



In this article, we intend to talk about the features of a specialized Megan repair shop and tell you which factors can help you to choose the best service provider.

Megan is one of the most popular cars of the Renault brand, which is used all over the world, especially in Iran. This car has good technical and comfort features that have made it find many fans around the world. In addition to using a powerful engine, the beauty and the existence of various options have affected the popularity of this car. If you are interested in Megan and want to use the amazing features of this product, you should get information about the specialized Megan repair shop.

In this situation, you can take the necessary actions as soon as possible in case of a problem. In the rest of this article, we intend to talk more about the features of a specialized Megan repair shop and tell you which factors you can use to choose the best and highest quality service provider in this field. No matter how high-quality and powerful Megan is, it may still have many defects in some cases. In this situation, you are the one who should try to prevent more serious problems by acting wisely and going to the best Megan repair shop in Tehran.

Megan is a foreign car and its production process does not take place in Iran. This is exact-

ly the reason why you should go to the best service provider in this field so that you can more easily solve your car's problems. There are indeed various dealerships across the country to provide Megan repair services, but anyway, the process of finding different parts for foreign cars is challenging. It is precisely for this reason that the process of repairing foreign cars in different countries is very important and sensitive. Repair shops that have a work commitment, have good experience, get help from expert technicians, have a sales department of original spare parts, and are also honest with the customer, are good choices. According to these simple factors, you can find a specialized Megan repair shop easily and as soon as possible and use its services to fix the problems in your car. **How can we find the specialized Megan repair shop in Tehran?**

Several things can help you choose the best and most specialized Megan repair shop. Each of these factors is useful in certain areas and can help you find the best repair shop from a different point of view. Let us not waste time and talk about these important factors for you.

### Choose a repair shop that is active online

One of the most important points that can help you in choosing a specialized Megan

repair shop is checking the virtual platforms of the service provider. As you all know, the Internet and the virtual communication space are very important now. According to this point, as a rule, the repair shop that has enough expertise tries to attract customers with proper information in the virtual space. Usually, the service providers who operate on the site are more reliable. You can choose the desired service provider among the available options by checking the site of these service providers and searching in the service section, comments as well as available offers or various articles. Of course, some specialized repair shops may communicate with their customers through various applications. You can get the information you need by checking the virtual pages of the service providers.

### Easy access to specialized Megan repair shop

Another thing that can help you when finding a specialized repair shop is easy to access to the desired service provider. Due to the popularity of the Megan car, there are specialized Megan repair shops for this car all over the world. You should go to the repair shops that are closer to you and have easy access. Repair shops should be located in a place where you can easily access them from different parts of the city by public transporta-

tion. When your car breaks down, you won't have a vehicle to get between the repair shop, your workplace, or your home. In this situation, it is better to choose a repair shop that has easy access so that you can refer to it as soon as possible and perform the necessary actions if needed. This point may not seem very important at first, but in the long run, its importance becomes fully apparent.

### High work experience

One of the most important factors when choosing a specialized Megan repair shop is to refer to service providers who have high repair experience. Megan and other Renault brand cars are relatively old cars. Specialized repair shops were able to have high expertise and experience in the field of repairing these cars during these long years. You can measure the level of expertise of service providers in this field with a little inquiry and research and choose your desired repair shop among them.

### Checking the equipment in the repair shop

Examining suitable and high-quality equipment is another way to identify a specialized Megan repair shop. Currently, various pieces of equipment have been put on the market for repairing foreign cars, and each of these pieces of equipment, in addition to making the repair process easier and faster,

can also increase the quality of services. As a rule, the specialized service provider tries to provide quality services to its customers by using different types of this equipment. You can get to know all kinds of professional tools in the field of car repairs with just a little search. In the next step, you can choose the best and most professional ones among the options in front of you by checking the equipment available in the desired repair shop so that you can use the repair services with peace of mind.

### Attention to the name and brand of the repair shop

It may be a little strange to consider this point, but branding is not limited to production. In some cases, providing appropriate services and performing various actions can also lead to branding. Providing repair services is not an exception. As a rule, the more popular and famous the repair shop you are looking for, the more specialized it will be. For example, Iranreno repair shop is one of these service providers that has been able to be recognized as a specialist repairer throughout Iran by providing good quality services. Iranreno repair shop has enough expertise in the field of repairing different types of foreign cars, including Megan, and can satisfy the needs of customers by using the available equipment.

## 600 hectares to be added to area under greenhouse cultivation in Lorestan

As announced by a provincial official, 600 hectares of land will go under greenhouse cultivation in Lorestan province.

Mohammad-Hassan Kiani, the director of the gardening department of the province's Agriculture Department, emphasized the need to develop controlled greenhouse cultivation in Lorestan and stated that the development of greenhouse cultivation, which has high value and importance for various reasons, is very effective in terms of economy and sustainable employment, especially in Lorestan province, which has a good capacity in this sector.

"In this regard, one of our work priorities in the province is this field, which we must try to learn and develop", the official stressed.

In recent years, the water crisis has caused serious challenges in Iran's agriculture sector.

To solve this problem, several solutions, including the implementation of pressurized irrigation projects and greenhouse cultivation, have been emphasized by experts and officials in this sector.

Iranian Agriculture Ministry's Greenhouse Development Program is one of the priority projects of this ministry which aims at increasing productivity, effi-

ciency, and water consumption management in the agriculture sector.

The program was approved in the Iranian calendar year 1395 (ended on March 20, 2017) under the framework of the National Resilient Economy Plan.

The development of the country's agricultural parks and greenhouses not only is going to create new job opportunities but also increases the country's non-oil exports and helps preserve the environment and the national water and soil resources.

In last August, Darioush Salempour, the director of the Agriculture Ministry's Greenhouse Development Program, had mentioned the ministry's plans for the modernization and renovation of the country's traditional and old greenhouses, saying: "Our plan in the 10-year horizon is to improve and renovate more than 5,000 traditional, wooden and worn-out greenhouses across the country."

"We have planned to renovate about 650 to 700 hectares of traditional and worn-out greenhouses each year," he added.

Due to the growing need of the market for flowers and ornamental plants, as well as off-season vegetables and summer crops, greenhouse cultivation has be-

come one of the most profitable agricultural sectors today.

Cultivation in the controlled space of the greenhouse will have an average of 10 times higher yield per unit area than outdoor cultivation due to suitable environmental conditions.

Significant reduction in water consumption in modern greenhouses is in fact the major advantage of greenhouse cultivation.

In greenhouse cultivation, due to the closed environment, water loss through various evaporation ways is greatly reduced. Also, through mechanized irrigation methods such as irrigation canvas and irrigation tape, water consumption is minimized.

Increased control over pests, weeds and diseases is the other advantage of greenhouse cultivation.

In greenhouse cultivation, due to accurate monitoring and control of pests and diseases, especially the use of biological control methods and a sharp reduction in the use of chemical pesticides, we will see an increase in product quality, that will lead to the popularity of the product in the market and increase export capability.

As a result, along with preserving the soil and environment, we will see good foreign currency income.

## NICIC conducts 130,000m of explanatory excavation in 9 months

The managing director of the National Iranian Copper Industries Company (NICIC) has said his company managed to conduct 130,000 meters of explanatory excavation in the first nine months of the current Iranian calendar year (March 21-December 21).

According to Ali Rostami, the excavation conducted in the mentioned nine months is equal to the total figure for the previous year, IRIB reported.

Rostami noted that considering the current trend in exploration projects, it is expected that by the end of the current Iranian calendar year (March 20, 2023) NICIC's total explanatory excavation operations reach 200,000 meters which is an unprecedented record for the last 50 years.

The official said the conducted discovery excavations have added two billion tons to the country's copper reserves to improve Iran's place among the world's top countries in terms of copper reserves from seventh to fifth place.

Rostami put the country's current total copper reserves at 19 billion tons, saying that these reserves are enough to supply NICIC's feed for the next 200 years at the current production level.

"We have started production development plans and hope to increase the NICIC's production capacity from 250,000 tons to more than one million tons in the next few years, in which case the current reserves will supply our products for more than 60 years," he added.

Back in September, Rostami announced the discovery of one billion tons of new copper reserves in Iran.

He put the value of the discovered reserves at over \$50 billion, saying that the company is taking the necessary measures to begin executing development operations in the newly discovered reserves.

Back in April 2021, NICIC's former Managing Director Ardeshir Sa'd-Mohammadi announced the discovery of yet another one billion new copper reserves across the country.

The official put the country's total copper reserves at 40 billion tons, saying that Iran currently has the world's seventh-largest copper reserves. Having 81 different types of minerals, Iran is one of the top 10 mineral-rich countries across the globe. In this regard, the Iranian government has been seriously pursuing several programs for promoting the mining sector as a major contributor to the country's economic growth. The total proven reserves of Iran's mines are estimated at about 60 billion tons, which is expected to reach more than 100 billion tons with the implementation of the Industry, Mining, and Trade Ministry's exploration programs over 500,000 square kilometers of new mineral zones.



**NIORDC inks MOUs worth \$50m with knowledge-based firms**

National Iranian Oil Refining and Distribution Company (NIORDC) has signed 17 memorandums of understanding (MOUs) worth \$50 million with domestic knowledge-based companies on the occasion of the Research and Technology

Week. Held on Saturday, the ceremony for the signing of the mentioned MOUs was attended by NIORDC Head Jalil Salari and the representatives of the mentioned knowledge-based companies, Shana reported.

## Iran Army inaugurates electronic warfare training center

The Iranian Army has inaugurated an electronic warfare training center with the purpose of strengthening its electronic warfare capabilities.

The inauguration ceremony was attended by the chief commander of the Iranian Army Major General Abdolrahim Mousavi, according to the IRIB News Agency.

Speaking at the ceremony, the senior commander said, "The field of electronic warfare in the army is beyond a branch and it is referred to as a power. Because any force that does not have the necessary strength in this area will be weak in many areas. On the other hand, electronic warfare will be decisive and effective as a separate force in battles."

He also said that progress in electronic warfare requires special attention and effort. "With the opening of the Army electronic warfare training center, the basic infrastructure has been provided. By using the ability of young people and the experiences of the top masters of the Air Force, this center will be upgraded to a power-enhancing complex in the field of electronic warfare," General Mousavi explained.

"Our point of view is that this center should become a consultant in the field of electronic warfare for the army," he said. The opening of the center comes amid escalation of tensions between Iran and Israel. General Mousavi on Thursday starkly warned Israel and countries helping it pose a threat to Iran, asserting that the Islamic Republic will give a devastating response to any hostile move.

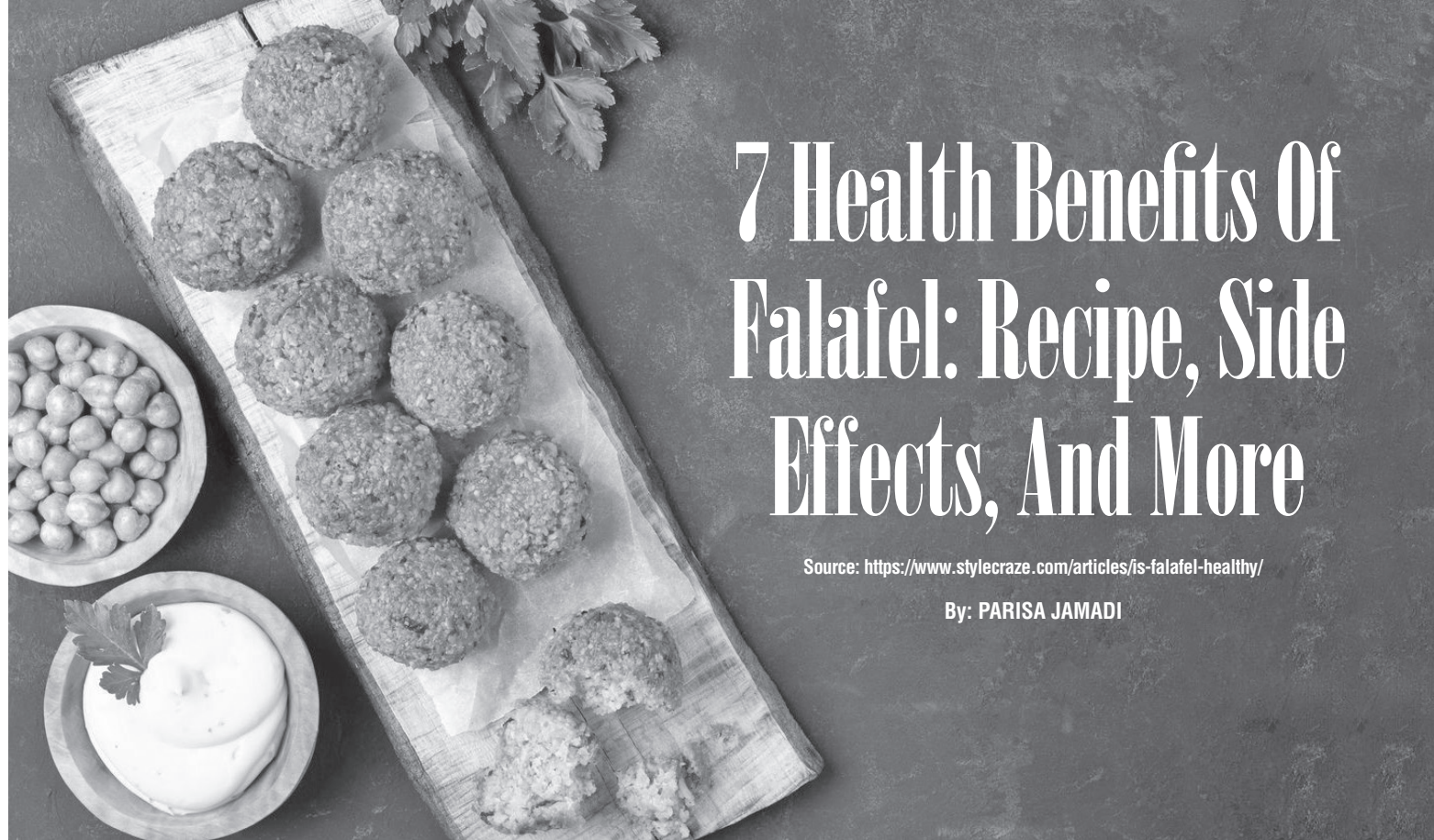
Speaking before a group of top Army commanders, Mousavi said the hollow threatening rhetoric from the Zionist regime's officials reveals their fear, according to Tasnim.

The army chief said the intensification of political feuds in Israel on the one hand and Israeli officials' sense of insecurity in the region on the other has caused them to resort to ranting.

The Zionist regime's officials are well aware that they won't afford to stand against Iran's crushing response if they take any hostile action, the general warned.

He also cautioned that Iran's devastating response awaits any origin from where the interests of the Islamic Republic are violated or which offers any assistance to the Zionist regime.

The Iranian Army is constantly and carefully monitoring the enemy's moves and is well prepared to counter hostile actions firmly and at lightning speed, the commander added. Dismissing the comments by the Israeli officials as utter nonsense that result from the escalation of political discord within the Zionist regime and the outbreak of domestic legitimacy crisis in Israel, Major General Mousavi said the Israeli regime is plagued by political and security crises, experiences intense internal and external pressures, is grappling with scourge of financial and moral scandals and corruption, and is suffering from insecurity caused by the empowered Palestinian fighters.



## 7 Health Benefits Of Falafel: Recipe, Side Effects, And More

Source: <https://www.stylecraze.com/articles/is-falafel-healthy/>

By: PARISA JAMADI

Falafel is a deep-dried food made of mashed chickpeas. This traditional Middle Eastern snack is rich in fiber and a wide variety of vitamins and minerals essential for your health. The benefits of falafel can be attributed to its rich nutrients. It can be eaten alone or served with salads, veggies, or pickles. This gluten-free snack is popular among vegans and vegetarians. This article explores falafel nutrition profile, its health benefits, and some recipes. Keep reading.

It is prepared with dried ground chickpeas or fava beans or a mix of both. The legumes are soaked in water, crushed, kneaded, seasoned, and then fried in hot oil. Traditional recipes also contain ingredients like onion, garlic, parsley, paprika, and sesame seeds. Sometimes, baking soda is added to

make the batter airier (1). Mitri adds, "Overall, falafel is a healthy vegetarian food. It is primarily made of chickpeas, fava beans, or a combination of the two. These beans are high in protein, soluble fiber, and complex carbs to provide energy and enhance satiety." Since falafel is fried, its oil content is high, which may be a cause for concern. However, there are a few other cooking methods to minimize the oil content and make it healthier.

Geiger continues, "The health aspects of falafel may be questioned because of the preparation methods. If deep-fried in oil, they may be higher in fat and calories. Instead, choosing to bake falafel increases the nutritional benefits." Here is the easiest and tastiest way to bake crispy falafel at home.

How To Make Healthy Falafel

What You Need

- 1 can of chickpeas (drained and rinsed)
- ½ cup of white onion (finely diced)
- 1 cup of fresh parsley
- 1 cup of fresh cilantro
- ¼ teaspoon of black pepper (freshly ground)
- 1 teaspoon of garlic powder
- 1 teaspoon of coriander
- 2 teaspoons of cumin
- 2 teaspoons of baking powder
- 2 tablespoons of ground flaxseed
- 1 tablespoon of vegetable oil
- 1 teaspoon of salt or as needed

How To Prepare

1. Preheat the oven to 400°F.
2. Coarsely blend chickpeas, onions, parsley, and cilantro in a mixer.
3. Add salt, pepper, garlic powder, coriander, cumin, baking powder, and

flaxseed. Blend until smooth.

4. Grease a large baking sheet.
5. Roll the falafel mixture into balls and place them evenly on a baking sheet. Flatten each ball into a disc (or any shape you want).
6. Bake for 20 minutes. Flip the patties and bake for 10-15 minutes or until golden brown.
7. Serve with pita bread or salad.

Health Benefits Of Falafel

**1. Rich In Proteins**

Chickpea-based falafels are a good source of protein, and the body readily absorbs chickpea proteins than proteins from other beans. They can be a good substitute for non-vegetarian protein. Also, chickpeas contain dietary fiber, folate, beta carotene, and other healthy fatty acids (3).

**2. May Help Control Weight**

Legumes like chickpeas and fava beans are considered low-GI foods (a glycemic index of 55 or less).

**3. May Promote Heart Health**

A study showed that chickpea supplementation could reduce the total serum cholesterol levels and low-density lipoprotein cholesterol (LDL-C), two biomarkers of cardiovascular diseases. Legume-rich diets also help lower systolic blood pressure and may help reduce the risk of cardiovascular conditions (7).

**4. Good Source Of Vitamins**

Chickpeas contain important vitamins, such as riboflavin, niacin, thiamin, folate, and beta-carotene, a precursor of vitamin A. They also contain tocopherols, vitamin B complex, and folic acid.

**5. May Prevent Anemia**

Chickpeas are rich in vitamin B12 and folate, two crucial nutrients required for making red blood cells (erythropoiesis). A low red blood cell count may cause anemia, leading to circulation issues in the body (3), (11). While falafels are not proven to prevent anemia, consuming chickpea-based falafels may help maintain the folate and vitamin B12 levels in your body.

**6. Is Gluten-Free**

Traditional falafel is made with chickpea flour or fava beans, or both. These legumes are gluten-free and rich in dietary fiber. It is also good for people with celiac disease (a digestive disorder triggered by gluten) (12), (13).

**7. May Improve Bowel Movement**

The dietary fiber in chickpeas helps smoothen the bowel movement, increases the frequency of defecation, and softens the stool composition to prevent constipation (7).

## Commodities worth over \$3b traded at IME in a month



During the past Iranian calendar month Azar (ended on December 21), 10,931,107 tons of commodities worth over \$3 billion were traded at Iran Mercantile Exchange (IME).

As reported by the IME's Public Relations and International Affairs Department, the exchange traded on both domestic and export rings of its oil and petrochemical trading floor 1,791,743 tons of commodities valued at nearly \$991 million. The IME's customers purchased on this floor 526,000 tons of vacuum bottom, 491,023 tons of bitumen, 419,853 tons of polymeric products, 157,696 tons of chemicals, 120,500 tons of lube cut, 41,000 tons of sulfur, 23,788 tons of oil, 9,632 tons of petroleum products, 1,200 tons of insulation and 1,050 tons of feedstocks.

Furthermore, the exchange saw trade of 9,133,701 tons of commodities worth

more than \$2 billion on its metals and minerals trading floor.

Items traded on this floor included 4,592,219 tons of cement, 2,199,000 tons of iron ore, 1,784,395 tons of steel, 340,000 tons of sponge iron, 131,650 tons of zinc, 31,175 tons of aluminum, 24,731 tons of copper, 2,000 tons of cast iron, 750 tons of molybdenum concentrate, 100 tons of lead, 36 tons of precious metals concentrate and 272 kg of gold bars.

It's worth noting that the IME also traded 13,686 vehicles on its automobile trading floor.

Last was the IME's side market on which the exchange traded 5,649 tons of commodities

The value of trades at Iran Mercantile Exchange rose 102 percent, and the volume of trades at the exchange increased 128 percent in the past Iranian calendar

year 1400 (ended on March 20), which was the highest level of growth in the history of the exchange since its establishment.

Statistical data show that in the past year, in addition to new records in the volume and value of trades of different products, 10 major records in total value and physical market trades were registered. In a way that besides the total value of trades, the volume and value of physical market trades, the volume, and value of industrial products and petrochemicals trades, the value of oil products trades and the volume and value of side market trades all hit records.

IME is one of the four major stock markets of Iran, the other three markets are Tehran Stock Exchange (TSE), Iran's over-the-counter (OTC) market known also as Iran Fara Bourse (IFB), and Iran Energy Exchange (IRENEX).

## TEDPIX rises 25,500 points on Sunday

TEDPIX, the main index of Tehran Stock Exchange (TSE), gained 25,563 points to 1.563 million on Sunday.

As reported, over 12.714 billion securities worth 70.813 trillion rials (about \$244 million) were traded at the TSE.

The first market's index rose 19,861 points, and the second market's index climbed 47,943 points.

TEDPIX climbed 24,000 points to 1.496 million in the past Iranian calendar week (ended on Friday).

As reported, the index has risen 87,603 points (6.22 percent) to 1.496 million points in the previous Iranian calendar month Azar (ended on December 21).

Head of Iran's Securities and Exchange Organization (SEO) has said that the country's stock market has been passing through a challenging time but considering the government's support, the future of the market is going to be bright.

"The capital market has gone through a challenging period and in the past two and a half years, various issues occurred in the market that led to the creation of a heavy psychological atmosphere," Majid Eshqi told the press on November 29.

According to the official, various plans have been implemented by the government and SEO since last October in three major axes and extensive efforts have been made to achieve the goals set for the market.

Mentioning a support package unveiled by the government, Eshqi noted that 10 strategies were considered in order to protect

the rights of investors with an emphasis on long-term benefits, increasing the role of the capital market in the financing of development projects, and improving the effectiveness and smartening of the market's regulatory system.

Back in February, the government's economic coordination headquarters had unveiled a support package for the capital market, which included measures such as reducing the price of petrochemical feed, reducing taxes on manufacturing companies, defining new regulations for the mining sector, increasing the capital of the Stock Market Stabilization Fund, controlling the release of government bonds, and determining the exchange rate of the banks; but this package, despite the temporary positive effects, was not able to change the general trend of the market and prevent the continuous fall of the stock prices.

Also, the SEO has unveiled a comprehensive support package to encourage activities in the capital market as shareholders were getting reluctant to invest in the market.

As announced by the SEO Office of Public Relations, one of the major measures considered in this package is the insurance of shareholders' capital and dividends over the next year.

The comprehensive support package of the capital market, which was designed in late October and has been reviewed by the country's economic authorities, was put in effect since October 29.





معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری اصفهان گفت: به دلیل اهمیت شرکت های دانش بنیان و فناوری، امسال شاهد رشد چهار برابری پرداخت تسهیلات به این شرکت ها از طریق تبصره ۱۶ و تبصره ۱۸ در استان هستیم.

امیر رضا نقش افروز: با توجه به توانمندی استان اصفهان در عرصه دانش بنیان، در این دوره از فعالیت مدیریت استان تلاش شده است روز به روز شرایطی فراهم شود تا شاهد رشد و توسعه شرکت های دانش بنیان و فناوری در استان باشیم. وی در رویداد ملی «تا ثریا» در شهرک علمی و تحقیقاتی اصفهان، افزود: یکی از چالش های شرکت های دانش بنیان، تأمین مالی است و نگاه ما برای حل این چالش، گره نزدن آن به تسهیلات بانکی و استفاده از روش های تأمین مالی مختلف است.

نقش ادامه داد: به دنبال تدوین روش هایی هستیم که به تأمین مالی شرکت های دانش بنیان و فناوری کمک کند.

معاون هماهنگی امور اقتصادی استاندار اصفهان با بیان اینکه امروز چالش های شرکت ها در کشور وجود دارد که تنها به دست سرمایه های انسانی موجود قابل حل است، اظهار کرد: در فناوری ارزش آفرین، جامعه محور بودن و خدمت آن به جامعه اهمیت دارد و حرکت فناوری به سمت نیاز بازار اتفاق خوبی است که امروز شاهد هستیم.

وی، شهرک علمی و تحقیقاتی اصفهان را سرآمد زیست بوم فناوری کشور دانست و گفت: در تلاش هستیم با احصا مشکلات شرکت های دانش بنیان و فناوری برای آن ها گام برداریم.

احسان یزدیان، معاون توسعه فناوری شهرک علمی و تحقیقاتی اصفهان نیز در این رویداد گفت: یکی از موتورهای محرک فضای کار آفرینی و فناوری کشور، سرمایه گذاری در شرکت های دانش بنیان و فناوری است.

وی افزود: شبکه سازی و تسهیل حضور سرمایه گذاران یکی از وظایف شهرک علمی و تحقیقاتی اصفهان است و به همین دلیل اقدامات مختلفی را در راستای تسهیل و توسعه سرمایه گذاری انجام می شود.

معاون توسعه فناوری شهرک علمی و تحقیقاتی اصفهان تصریح کرد: کمتر از پنج درصد سرمایه گذاری انجام شده در شهرک توسط بخش دولتی بوده و بیش از ۹۵ درصد آن توسط بخش خصوصی انجام شده است.

یزدیان اضافه کرد: شهرک علمی و تحقیقاتی اصفهان به دنبال ایجاد اتاق سرمایه گذاری به منظور تسهیل سرمایه گذاری در شرکت های دانش بنیان و فناوری است.

رویداد ملی و مسئله محور «تا ثریا» با هدف شبکه سازی و تسهیل سرمایه گذاری در راستای تقویت تولید دانش بنیان و اشتغال آفرین در شهرک علمی و تحقیقاتی اصفهان برگزار شد.

در این رویداد توانمندی شرکت های دانش بنیان و فناوری ارائه و ۵۰ طرح نیازمند سرمایه برای تجاری سازی معرفی شد.

استاندار اصفهان در جلسه شورای گفت و گو دولت و بخش خصوصی استان:

## فرصتی فوق العاده برای بازار صادراتی ایران به روسیه باز شده است

استاندار اصفهان با بیان اینکه فرصت فوق العاده روشی برای بازار صادراتی ایران به سوی روسیه باز شده است، گفت: باستی اصفهان را به عنوان الگویی موفق در کشور در زمینه صادرات به روسیه تبدیل کنیم. سیدرضا مرتضوی در جلسه شورای گفت و گو دولت و بخش خصوصی استان در استانداری افزود: فرصت فوق العاده پیش روی بازار صادراتی ایران به سوی روسیه باز شده، اما بستگی به همت ما دارد که چگونه از امکانات و یضاعت های کشور جهت این رسیدن به این راهبرد اساسی استفاده کنیم. وی ادامه داد: باستی بتوانیم سهم قابل توجهی از درخواست و نیاز کشور روسیه را پاسخ دهیم و توسعه صادرات به عنوان یک الگوی جدی دنبال شود.

جلسه مشترک کمیسیون سرمایه گذاری و توسعه زیرساخت استان اصفهان تشکیل و مقرر شد:

## ایجاد آژانس سرمایه گذاری و جذب سرمایه گذار



### اخبار اصفهان

جلسه مشترک کمیسیون سرمایه گذاری و توسعه زیرساخت و کارشناسی شورای گفتگوی دولت و بخش خصوصی استان اصفهان تشکیل شد.

در جلسه مشترک کمیسیون سرمایه گذاری و توسعه زیرساخت و کارشناسی شورای گفتگوی دولت و بخش خصوصی استان اصفهان مقرر شد، در راستای تسهیل روند و جذب سرمایه گذاری در استان، آژانس سرمایه گذاری تشکیل شود. در این جلسه مهدی طیفانی نماینده اصفهان در مجلس با بیان اینکه تسهیل فرآیند سرمایه گذاری در کشور بر عهده حاکمیت و بخش خصوصی است افزود: نباید اصفهان را با هیچ

استان دیگری مقایسه کرد و باید علاوه بر تبیین چارچوب ها در حوزه سرمایه گذاری، خلأ های این امر و حلقه های مفقوده شناسایی و مشوق های لازم برای تشویق سرمایه گذاران به این امر در نظر گرفته شود که پیش زمینه این امر داشتن نگاه فعال به حوزه سرمایه گذاری و ورود فعالان به عرصه سیاست گذاری در این حوزه توسط حاکمیت است. وی

با تأکید بر اینکه باید اقدامات کارشناسی، محور اجرای پروژه ها قرار گیرد تصریح کرد: لازم است بخش خصوصی به ایجاد آژانس سرمایه گذاری به منظور پیگیری مسائل بخش خصوصی در این حوزه از حاکمیت بپردازد.

عضو هیئت نمایندگان اتاق بازرگانی اصفهان در ادامه سخنان خود افزود: توسعه خدمات، رمز توسعه و اشتغال اصفهان است و باید دستگاه های اجرایی استان برای تسهیل امور مربوطه وارد عمل شده و افکار ضد سرمایه گذاری را مرتفع کنند.

### باید برنامه های مشخص به سرمایه گذاران ارائه شود

رئیس کمیسیون سرمایه گذاری و توسعه زیرساخت اتاق بازرگانی اصفهان نیز هدف از برگزاری این جلسه را احصاء چالش های سرمایه گذاری در استان و هم اندیشی بخش خصوصی و دولتی برای ارائه برنامه های مشخص به سرمایه گذاران در حوزه های مختلف عنوان و تصریح کرد: بنابراین خروجی این جلسه در شورای گفتگوی استان به منظور مکلف کردن تمامی دستگاه ها به تسهیل فرآیند سرمایه گذاری و رفع موانع موجود ارائه خواهد شد.

احمد خورشید ضمن ابراز تأسف از اجرای نشدن پروژه های شهرک پوشاک، طلا و بندر خشک در اصفهان علی رغم پیگیری مکرر پارلمان بخش خصوصی اصفهان گفت: باید تمامی تلاش خود را برای سرآمد شدن اصفهان در حوزه سرمایه گذاری بکار

### باید از سرمایه های خرد برای رونق سرمایه گذاری استفاده کرد

در ادامه مشاور عالی رئیس اتاق بازرگانی اصفهان نیز ضمن اشاره به اینکه حوزه های گردشگری و دانش بنیان محور های توسعه استان هستند، بر ضرورت تبیین چشم انداز ظرفیت های سرمایه گذاری و توسعه استان در چارچوب محور های توسعه و آمایش سزمین برای سرمایه گذاران تأکید کرد.

علی کرباسی زاده سخنانتش چالش های سرمایه گذاری، توجه به تمامی جزئیات

استاندار اصفهان اظهار کرد: مدت قابل با سفر هیئت روسیه به اصفهان مذاکرات ما آغاز و گام بعدی در سفر هیئت تجاری لاسیاسی اصفهان به ۲ استان مسکو و سن پترزبورگ برداشته شد تا شاهد توسعه مبادلات و تجارت از اصفهان به کشور روسیه باشیم. وی خاطر نشان کرد: طبق برنامه بهار سال آینده میزبان تجار و بازرگانان مسکو و سن پترزبورگ خواهیم بود تا ارتباط میان اصفهان و روسیه قوام یابد و به نتایج قابل توجهی دست پیدا کنیم. مرتضوی افزود: هفته گذشته جلسه ای با مدیران و مسئولان سازمان توسعه تجارت در حوزه توسعه بازار در روسیه داشتیم که در آن نشست مقرر شد تعدادی از محصولات کلیدی مورد نیاز روسیه را معرفی

منظور رفع موانع موجود در حوزه سرمایه گذاری شد.

### برنامه های واحد در حوزه سرمایه گذاری وجود ندارد

احسان شهپیر، مدیرکل دفتر هماهنگی امور اقتصادی استانداری نیز در این جلسه از برگزاری جلساتی در خصوص مناطق ویژه اقتصادی استان خبر داد و افزود: محل های این مناطق قطعی شده و به هیئت دولت ارائه شده است.

وی تصریح کرد: نحوه واگذاری منطقه ویژه اقتصادی شاهین شهر نیز در این جلسه از برگزاری جلساتی در خصوص مناطق ویژه اقتصادی استان خبر داد و افزود: محل های این مناطق قطعی شده و به هیئت دولت ارائه شده است.

شهپیر عدم وجود برنامه های واحد در حوزه سرمایه گذاری در استان اصفهان را یکی از موانع موجود در این حوزه دانست و تصریح کرد: بر اساس مقرر شد اداره کل امور اقتصادی و دفتر سرمایه گذاری استانداری طرف مدت یکماه به تهیه این برنامه بپردازند.

وی با تأکید بر اینکه استاندار ورود جدی به حوزه سرمایه گذاری را متذکر شده اند، گفت: اتفاقات خوبی در این زمینه در حال رقم خوردن است.

مدیرکل دفتر هماهنگی امور اقتصادی استانداری در پایان سخنان خود بر استفاده از پتانسیل دانشجویان ایرانی خارج کشور و دانشجویان خارجی، کمیته شهرستان ها و اولویت بندی طرح ها را از جمله ارکان آژانس سرمایه گذاری استان نام برد و گفت: در ابتدای سال آینده رویداد اصلی حوزه سرمایه گذاری برگزار خواهد شد و در سال جاری نیز پیش رویدادهایی در این زمینه برگزار می شود.

مدیرکل دفتر هماهنگی امور اقتصادی استانداری در پایان سخنان خود بر استفاده از پتانسیل دانشجویان ایرانی خارج کشور و دانشجویان خارجی، کمیته شهرستان ها و اولویت بندی طرح ها را از جمله ارکان آژانس سرمایه گذاری استان نام برد و گفت: در ابتدای سال آینده رویداد اصلی حوزه سرمایه گذاری برگزار خواهد شد و در سال جاری نیز پیش رویدادهایی در این زمینه برگزار می شود.

معاون اداره کل میراث فرهنگی استان اصفهان:

## کندی نت عامل کساد بازار گردشگری

دستی گذاشته است زیرا اکثر فعالان این عرصه چه کسانی که فروشگاه دارند و چه کسانی که در قالب مسافله فعالیت می کنند، بدلیل کند شدن سایت های اینترنتی و بسته شدن پلتفرم های فضای مجازی، با مشکل فرس محصولات خود مواجه شدند.

وی خاطر نشان کرد: فروش صنایع دستی در دوران کرونا از نصف هم کمتر شد اما پس از پشت سر گذاشتن دوران همه گیری کرونا، شرایط برای هنرمندان این عرصه تا حدی امیدوار کننده بود که دوباره با توجه به شرایط پیش آمده، به سر خانه اول برگشتیم.

عبداللهی با بیان اینکه هنوز برآوردی از میزان خسارت وارد شده در سه ماهه اخیر برآورد نشده است، گفت: در زمان حاضر وضعیت صنایع دستی اصفهان مطلوب نیست زیرا رابطه صنایع دستی و گردشگری



معاون صنایع دستی اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان اصفهان گفت: از اول مهر امسال بدلیل شرایط نامشی از ناآرامی ها، کندی اینترنت و نبود گردشگر،



کنند تا برای تأمین و صادرات آنها نیز تخصصی در اصفهان تشکیل دهیم. وی ادامه داد: لازم است متناظر با این هدف برنامه ریزی کنیم و شرکت های مرتبط را بیابیم. تا پایان اردیبهشت سال آینده مبادلاتی میان اصفهان و برخی شرکت های روسیه انجام می شود تا در نهایت در سفر تجار و بازرگانان سن پترزبورگ و مسکو به اصفهان بتوانیم با انعقاد قرارداد به نتایج مورد نظر دست بیابیم.

استاندار اصفهان خاطر نشان کرد: مسیری که برای توسعه صادرات به کشور روسیه باز شده به تلاش و همت ما باز می گردد و ضمانت موفقیت در این مسیر استمرار و پیگیری مجاهدانه ما خواهد بود.

### گزارش

معاون توسعه فناوری شهرک علمی و تحقیقاتی اصفهان:

## ۵۶ ایده نو آورانه در رویداد «تا نا» اصفهان ارائه شد

معاون توسعه فناوری شهرک علمی و تحقیقاتی اصفهان گفت: ۵۶ ایده نو آورانه برای رفع چالش های استان در زمینه های آب، محیط زیست و امنیت غذایی در رویداد تا نا (توسعه و ارتقای زیست بوم نوآوری استان) ارائه شد.

احسان یزدیان، افزود: رویداد تا نا امسال برای نخستین بار و با هدف رفع چالش ها و نیازها و توسعه و ارتقای زیست بوم نوآوری استان برگزار می شود و ایده های برتر ارائه شده در مراسم پایانی آن در دی جاری، معرفی و تحلیل خواهند شد.

وی با بیان اینکه در نخستین رویداد تا نا در اصفهان، چالش های دستگاه های اجرایی و شرکت های دولتی و خصوصی از زمینه آب، محیط زیست و امنیت غذایی مورد بررسی قرار می گیرد، اظهار داشت: تیم های دانشجویی و فناوران، ایده های نوآورانه خود را برای رفع این چالش ها ارائه کردند که ایده های منتخب علاوه بر دریافت جوایز به سرمایه گذاران، شرکت های دانش بنیان و صنایع مرتبط معرفی خواهد شد.

یزدیان با بیان اینکه فراخوان این رویداد از خرداد امسال اعلام شد، اضافه کرد: ۲۶ ایده نوآورانه در بخش امنیت غذایی، ۱۸ ایده در زمینه محیط زیست و ۱۲ ایده در زمینه آب در این رویداد ارائه شد که از بین آنها ۱۸ ایده منتخب در مراسم پایانی معرفی و از بین آنها در هر بخش، سه ایده برتر انتخاب می شود.

معاون توسعه فناوری شهرک علمی و تحقیقاتی اصفهان گفت: برای معرفی چالش های استان در سه بخش آب، محیط زیست و امنیت غذایی، برنامه پیش رویداد تا نا ۷ هفته در اصفهان برگزار شد و در آن مسوولان و کارشناسان دستگاه های اجرایی و شرکت های مختلف، چالش های خود را مطرح کردند.

وی افزود: پس از برگزاری پیش رویداد تا نا، دوره توانمندسازی تیم های شرکت کننده در رویداد و کارگاه آموزشی مدل کسب و کار و نحوه ارائه طرح ها برگزار شد تا تیم ها و ایده پردازان از توانایی بالاتری برای ارائه راهکار بمنظور رفع چالش های موجود برخوردار شوند.

یزدیان با بیان اینکه تیم های دانشگاهی شامل دانشجویان و استادان و همچنین کارشناسان شرکت های دانش بنیان و فناوری استقبال خوبی از رویداد تا نا در اصفهان کردند، تصریح کرد: یکی از نمرات برگزاری این رویداد، شبکه سازی و برقراری ارتباط بین ایده پردازان و فناوران و سازمان ها و شرکت های دارای چالش و مساله است که به ارائه راهکار برای رفع نیازهای استان کمک بسیاری می کند.

وی با تأکید بر لزوم برگزاری چنین رویدادهایی در کشور و استان اصفهان گفت: هر چه چنین فضاهایی توسعه یابد، فضای امید و کار آفرینی در بین ایده پردازان و فناوران نیز بیشتر می شود.

محور چالش های معرفی شده در رویداد تا نا در اصفهان در حوزه آب، افزایش بهره وری آب در مصارف کشاورزی، پایش کیفی و میزان آلودگی در مخازن سدها، پایش کمی سفره های آب زیر زمینی و کشاورزی با آب های شور و لبشور، در بخش محیط زیست، کاهش فلزات سنگین در آب و خاک، تصفیه تکمیلی انواع فاضلاب، مبارزه با بیولوژیک با آفات بیماری ها، حذف آلاینده های سفره های آب زیر زمینی و در بخش امنیت غذایی شامل فرآوری محصولات غذایی، افزایش زمان نگهداری مواد غذایی و تجارت آن، کاهش مصرف واکسن ها و آنتی بیوتیک با دامی و همچنین کاهش مصرف سموم کشاورزی است.

اصفهان بعنوان استان پیشرو در راه اندازی مراکز رشد و پارک های علم و فناوری که نخستین زمینه های رسمی شکل گیری شرکت های دانش بنیان را بوجود آورد حدود ۱۰ درصد از واحدهای فناوری و دانش بنیان کشور را در خود دارد و دومین استان کشور در این زمینه است. سه پارک علم و فناوری، بیش از ۱۰ مرکز رشد فناوری و بیش از ۷۰۰ شرکت دانش بنیان در این استان چالش و مساله است که به ارائه راهکار

زیاد است و گرفتن وام برای آنها مثل یک مسکن است و مشکلی از بار مشکلات آنها حل نمی کند.

به گزارش ایرنا، اصفهان بعد از جیپور هند، عنوان دومین شهر جهانی صنای دستی را در دنیا دارد. از ۲۰۰۶ رشته صنایع دستی شناسایی شده در دنیا ۲۹۹ مورد مربوط به ایران و از این تعداد ۱۹۸ رشته مربوط به استان تاریخی و هنرپرور اصفهان است. تاکنون ۹۰ هزار نفر در این بخش ساماندهی شده اند.

استان اصفهان از لحاظ حجم ۶۰ درصد تولید صنایع دستی کشور را به خود اختصاص داده که از جمله این رشته ها زری دوزی، قلمکاری، ترمه و نقره کاری، تذهیب و تحریر انواع کتاب، قطعات نگارگری و نقاشی است

در خاتم کاری، مینا کاری، مینت و قلمزنی و در انواع فلزات، شهرت جهانی دارد. امروزه از ۱۶۶ محصول صنایع دستی ایران حدود ۳۵ هنر، بیشتر باقی مانده است.





افزایش ورود و صدور پول رایج کشور توسط هر مسافر اعلام شد؛

## سقف ورود و خروج ریال: ۵ میلیون تومان

بر اساس بخشنامه بانک مرکزی، ورود و صدور پول رایج کشور توسط هر مسافر -اعم از اتباع ایرانی و خارجی- از حداکثر ۵۰۰ هزار تومان به پنج میلیون تومان افزایش پیدا کرده است. به گزارش اکویپران، اداره بررسی‌های حقوقی بانک مرکزی در بخشنامه‌ای خطاب به اداره نشر اسکناس و خزانه این بانک، اعلام کرد:

«بارگشت به نامه شماره ۰/۲۳۳۵۰ مورخ ۲۲/۹/۱۴۰۱ در خصوص بررسی و اظهار نظر رایج به ورود ریال همراه مسافر بیش از سقف مجاز به اطلاع می‌رساند دستورالعمل اجرایی ضوابط ناظر بر نحوه ورود و خروج ریال همراه «مسافر» موضوع نامه شماره ۰/۱۱۹۰۳۰ مورخ ۲۲/۱/۱۴۰۱ معاون محترم حقوقی و امور مجلس تاکنون

علمی

## توقف خونریزی های میدان جنگ با هیدروژل گرمایی

یک هیدروژل جدید می تواند جان انسان ها را نجات دهد. میادین جنگ، بلکه در جهان غیر نظامی نیز نجات دهد.

به گزارش ایسنا و به نقل از نیوپالس، هنگامی که سربازان در میدان نبرد مجروح می شوند، کنترل خونریزی یکی از مهم ترین اقدامات نجات دهنده‌ای است که پزشکان می‌توانند انجام دهند. با این حال، با توجه به نیازهای خاص طبابت در این مورد، این کار می‌تواند یک چالش مهم باشد. اکنون یک هیدروژل تزریقی جدید که توسط دمای بدن فعال می‌شود، ممکن است راهکاری مؤثر ارائه دهد. هیدروژل‌ها زنجیره‌ای از مولکول‌ها هستند که می‌توانند مقادیر قابل توجهی آب را درون خود ذخیره کنند و چیزی شبیه به یک ماده شگفت‌انگیز مدرن هستند. آزمایش‌ها نشان داده‌اند که هیدروژل‌ها می‌توانند به عنوان یک زره عمل کنند و آب آشامیدنی را از هوای رقیق بیرون بکشند یا به عنوان پوشش پنجره‌ها عمل کنند تا ساختمان‌ها را از خشک‌تر نگه‌دارند.

به دلیل محتوای بالای آب هیدروژل‌ها، اغلب از آنها در زمینه پزشکی نیز استفاده می‌شود و کارهایی مانند پر کردن دیسک‌های آسیب دیده مهره‌ها و ساخت ایمپلنت‌های مغزی بهتر یا آنها انجام می‌شود.

هیدروژل‌ها به عنوان بانداژ نیز به طور گسترده مورد مطالعه قرار گرفته‌اند، از پروتئین‌های برای کشتن باکتری‌ها در محل زخم، کمک به مهر و موم کردن زخم‌ها در دستگاه گوارش و حتی اتصال به پوست مرطوب از طریق استفاده از سونوگرافی استفاده می‌کنند.

با این حال، به گفته پژوهشگران موسسه ناساکی مستقر در لس آنجلس، باند‌های هیدروژل تاکنون قادر به ارائه درمان سریع و حساس به دما برای خونریزی به روشی قابل کنترل نوده‌اند. پژوهشگران برای اصلاح این وضعیت، یک ماده منبسط کننده خون را با یک پلیمر حساس به دما به نام poly (N-isopropylacrylamide) مخلوط کردند.

سپس دو آزمایش انجام دادند که در یکی، جریان خون را با استفاده از یک سرنگ و لوله که در همان دمای خون انسان در بدن نگهداری می‌شوند، شبیه‌سازی کردند و سپس یک زخم در لوله ایجاد کردند.

در آزمایش دیگر، کبد موش‌ها را برای ایجاد خونریزی زخم کردند. در هر دو مورد، هیدروژل پس از قرار گرفتن در محل زخم (چه واقعی و چه شبیه‌سازی شده) سریع جامد شد و در مهار جریان خون بسیار موفق بود.

علاوه بر این، این هیدروژل را می‌توان به راحتی با استفاده از شستشوی سرد نمکی که باعث از سرگیری خونریزی نمی‌شود، پاک کرد.

بر اساس تجزیه و تحلیل زخم‌های ایجاد شده در میدان نبرد بین سال‌های ۲۰۰۱ و ۲۰۱۱، حدود ۸۷.۳ درصد از کل مرگ و میرها در میدان جنگ قبل از رسیدن سربازان به مرکز درمانی رخ داده است و ۹۰.۹ درصد از قربانیان به دلیل خونریزی جان خود را از دست داده‌اند. بنابراین یک راه حل مؤثر و آسان برای جلوگیری از خونریزی می‌تواند به وضوح بر کاهش مرگ و میر سربازان تأثیر بگذارد.

پژوهشگران می‌گویند مزایای استفاده از این هیدروژل شامل هموستاز (کنترل خونریزی) سریع و کافی در طیف وسیعی از صدمات و زخم‌ها، کنترل خونریزی پایدار برای چندین ساعت در شرایط اضطرابی، برداشتن آسان بدون باقی ماندن هیچ گونه باقیمانده در جراحات با زخم، آماده برای استفاده و تجویز آسان توسط یک فرد غیر متخصص بدون نیاز به آموزش، ساخت آسان و قابل استریل شدن با هزینه کم، پایداری طولانی مدت حتی در شرایط آب و هوایی نامساعد و سازگاری زیستی خوب بدون عوارض جانبی است.

پژوهشگران همچنین خاطر نشان کردند که این هیدروژل را می‌توان نه فقط برای زخم‌هایی که در میدان نبرد ایجاد می‌شوند، بلکه برای درمان هر نوع زخمی استفاده کرد و همچنین می‌تواند با داروهای دیگر برای افزایش روند بهبودی ترکیب شود.

این پژوهش در مجله Biomaterials Science منتشر شده است.

مورد تصویب شورای پول و اعتبار قرار نگرفته و قابل استناد نمی‌باشد. علی ارحال حسب مصوبه جلسه یکپنجاه و دوم و چهل و یکم شورای پول و اعتبار مورخ ۱۳۹۶/۹/۲۷، ورود و صدور پول رایج کشور توسط هر مسافر اعم از اتباع ایرانی و خارجی حداکثر تا مبلغ پنجاه میلیون ریال (۵۰۰۰۰۰۰۰) بلامانع است و به موجب تبصره (۵) ماده (۲) مکرر قانون مبارزه با قاچاق کالا و ارز "وارد کردن خارج کردن و یا اقامت به خارج کردن و چه رایج ایران بدون رعایت ضوابط تعیینی شورای پول و اعتبار که در حدود اختیارات قانونی این شورا تعیین شده است به شرط احراز علم و عمد در مراجع ذی صلاح با استناد به قوان و امارات موجود نیز مشمول جریمه تخلف اخیر می‌شود."

خواص شگفت‌انگیز نارگیل که بد نیست بدانید؛

## دنیایی از خواص درون توده‌های محکم



۵. از بین بردن چربی‌های شکم

چربی‌های شکم از جمله خطرناک‌ترین چربی‌های بدن هستند که می‌توانند باعث ایجاد بیماری‌های زیادی شوند؛ و نارگیل می‌تواند به از بین بردن این چربی‌ها کمک کند. این مقاله همراه باشید.

۶. بهبود سلامت کلی

طبق نتایج حاصل از تحقیقات، افرادی که بیشتر در رژیم غذایی خود از نارگیل استفاده می‌کنند از سلامت کلی بیشتری برخوردارند.

۷. افزایش سطح انرژی

نارگیل چربی‌ها را سوزانده و آنها را به انرژی تبدیل می‌کند. اگر قصد کاهش وزن دارید، نارگیل یک گزینه عالی است.

۸. درمان سریع

رژیم کم‌کالری به رژیم کم کربوهیدرات گفته می‌شود که به منظور درمان اختلالات مختلف مورد استفاده قرار می‌گیرد. رایج‌ترین کاربرد این رژیم درمان سرخ در کودکان دارد باعث حفظ هیدراتاسیون می‌شود. آب نارگیل باعث جایگزین الکترولیت‌های از دست رفته، هیدراتاسیون و افزایش پاسخ ایمنی می‌شود. می‌تواند به جای آب از نارگیل استفاده کنید، چرا که

علاوه بر طعم خوبی که دارد بسیار مغزی می‌باشد.

۱۱. جلوگیری از عفونت مجاری ادرار

نارگیل به دلیل افزایش طبیعی ادرار، به درمان عفونت‌های دستگاه ادرار کمک می‌کند.

۱۲. بهبود سطح کلسترول خون

نارگیل به دلیل بهبود سطح کلسترول خون، به جلوگیری از ایجاد بیماری‌های قلبی کمک می‌کند. چربی‌های اشباع شده موجود در نارگیل باعث افزایش کلسترول خوب

۹. مبارزه با سرطان

نارگیل به مبارزه با سرطان، به خصوص سرطان روده بزرگ و سینه کمک می‌کند.

۱۰. کمک به هیدراته ماندن

آب نارگیل به دلیل الکترولیت‌های حیاتی که دارد باعث حفظ هیدراتاسیون می‌شود. آب نارگیل باعث جایگزین الکترولیت‌های از دست رفته، هیدراتاسیون و افزایش پاسخ ایمنی می‌شود. می‌تواند به جای آب از نارگیل استفاده کنید، چرا که

در آستانه یک تصمیم بزرگ و تاریخی؛

## فوتبال روسیه یک هفته دیگر آسیایی می‌شود!

رئیس اتحادیه فوتبال روسیه از تمایل تمام باشگاه‌های فوتبال این کشور به انتقال به آسیا خبر داد. تصمیم نهایی در خصوص انتقال احتمالی اتحادیه فوتبال روسیه از اتحادیه فوتبال اروپا (یوفا) به کنفدراسیون فوتبال آسیا (آی‌اف‌سی) روز سه‌شنبه هفته آینده اتخاذ خواهد شد. الکساندر دیوکوف بعد از نشست کمیته اجرایی اتحادیه فوتبال روسیه (RFU) این خبر اعلام کرد. تصمیم نهایی کمیته اجرایی RFU بعد از ویدئو کنفرانس روز سه‌شنبه اعلام خواهد شد. این اتفاق قرار بود امروز رخ دهد اما در جلسه روز جمعه، به چهار روز بعد موکول شد.

اسفند سال گذشته بود که فدراسیون جهانی فوتبال (فیفا) و اتحادیه فوتبال اروپا تمامی تیم‌های ملی و باشگاهی روسیه را به

یک اقتصاد در حال رشد است و پتانسیل‌های تجاری خاصی در آن وجود دارد. اگر به کشورهای شرکت کننده نگاه کنید، متوجه می‌شوید که کلاً قادر به ساختن منابع مالی هستند.» دیاکوف با بیان جملات فوق افزود: اکنون در حال بررسی نهایی هستیم. ما ۳۱ دسامبر (یک هفته) فرصت داریم، از مقدماتی جام جهانی ۲۰۲۶ اروپا با صرف دهیم. اگر اکنون این کار را نکنیم، هیچ شانس نخواهیم داشت. چشم انداز ورود ما به مسابقات اروپایی در بازی سال ۲۰۲۷ خواهد بود. به همین خاطر اکثر قریب به اتفاق باشگاه‌ها از انتقال به کنفدراسیون فوتبال آسیا استقبال می‌کنند. به هر حال بازی کردن بهتر از بازی نکردن است!

منبع: ورزش سه

باشگاه گل گهر محلی برای احیای چهره‌های کم فروغ لیگ برتر؛

## ژنرال ستاره‌های کم فروغ را در خشان کرد!



گل‌گیری‌ها محقق نشد و او توانست مسافر دوحه شود. مدافع ۲۷ ساله گل‌گهر در حالی از حضور در فهرست نهایی تیم ملی برای جام جهانی بازماند که به جز موفقیت در فاز دفاعی، در واپسین هفته‌ها مانده به جام جهانی، نقش کلیدی در فاز تهاجمی گل‌گهر پیدا کرد، به طوری که او در هفته دهم گل ۳ امتیازی تیمش را به ذوب‌آهن زد و در هفته یازدهم در نقش بازی‌ساز درخشید. سهرابی‌ان در شروع دوباره مسابقه لیگ برتر، زنده گل برتری گل‌گهر مقابل هوادار بود تا نشان بدهد در بهترین دوران فوتبالی خود سپری می‌کند و فرم ایده‌آل دارد.

• رضا شکاری

مهاجم ۲۴ ساله بعد از تجربه ناموفق حضور در فوتبال

دوازدهم، ۳ بار در نقش گلزن در ترکیب گل‌گهر درخشیده و ۲ بار هم سازنده گل بوده تا آمادگی فنی بالای خود را نشان بدهد. مهاجم گل‌گهری‌ها که پیش از تعطیلات فیفادی موفق شده بود به فولاد گل بزند، در اولین هفته بعد از تعطیلات فیفادی هم در نقش گلزن در ترکیب گل‌گهر درخشید و توانست دروازه هوادار را باز کند تا نشان بدهد بار دیگر به روزهای اوج فوتبال خود بازگشته است.

• آرمن سهرابی‌ان

سهرابی‌ان رویای حضور در جام جهانی را داشت و دعوت کارلوس کی‌روش از او برای حضور در اردوی ملی باعث شد تا شانس او برای اضافه شدن نامش به فهرست تیم ملی افزایش پیدا کند اما در نهایت رویای مدافع باتجربه

نشان می‌دهد که بازیکنانی مثل مرتضی تبریزی و آرمن سهرابی‌ان که دوره ناموفقی را در استقلال گذرانند و یا رضا شکاری که در فوتبال روسیه توانست روزهای خوبی را تجربه کند، نقش اصلی را در مدعی شدن گل‌گهر در لیگ بیست‌ودوم ایفا کرده‌اند.

• مرتضی تبریزی

مهاجم ۳۱ ساله سیرجانی‌ها بعد از آن که فصل گذشته با اعتماد امیر قلم‌نویسی به مهاجم اول گل‌گهر تبدیل شد و توانست ۷ گل بزند و ۲ پاس گل بدهد، در لیگ بیست‌ودوم در تلاش بوده تا روند درخشان خود در جمع سرمایه‌یوشان سیرجانی را حفظ کند و در انجام این مأموریت توانست سربلند باشد. تبریزی تا پایان هفته

سعید واعظ گل‌گهر سیرجان یکی از مدعیان قهرمانی لیگ بیست‌ودوم است و توانسته پایاپای سرخابی‌های پایتخت در کورس تیم‌های بالای جدولی قدم بردارد و امیر قلم‌نویسی قصد دارد بعد از ۹ سال دوری از رسیدن به جام قهرمانی، با شگفتی‌سازی و کنار زدن استقلال و پرسپولیس، جام قهرمانی لیگ بیست‌ودوم را بالای سر ببرد. نکته جالب درباره گل‌گهر لیگ بیست‌ودوم، تلاوم سرمایه‌گذاری قلم‌نویسی روی بازیکنانی است که شاید روزگاری در بازار نقل و انتقالات از آن‌ها به عنوان بمب یاد می‌شد اما در حد و اندازه یک بمب نتوانستند عملکرد فنی خوبی داشته باشند. سرمربی باتجربه گل‌گهر نشان داده راه و رسم کار کردن با این نوع ستاره‌گان فوتبال ایران را به خوبی می‌داند و گاهی به عملکرد فنی سیرجانی‌ها در هفته‌های اخیر

# اخبار اصفت

اخبار اصفت ISFAHAN NEWS

محیط زیست

خاک ایران

در خطر است!

معاون دفتر آب و خاک سازمان حفاظت محیط‌زیست ایران گفت: پدیده ریزگردها بر اثر میزان ذخایر مواد معدنی، روش‌های استخراج معدن کاری به‌ویژه در مناطق روباز و افزایش بالای مقیاس و عرصه‌های تحت تأثیر فعالیت‌های معدنی، می‌تواند سبب تشکیل کانون‌های عظیم و تخریب آلودگی خاک شود.

توجه فوری در گشت‌و‌گوبا خبرنگار ایما، با بیان اینکه گاهی آلودگی خاک ناشی از فعالیت‌های معدن کاری در حد خیزش گردوغبار بوده و بعضی شرایط آلودگی‌ها متأثر از تخلیه فاضلاب‌ها، پساب و باطله‌های سمی و خطرناک است، اظهار کرد: در هر موقعیتی بر اثر مقیاس معدن کاری، تأثیر این عرصه می‌تواند بر محیط‌زیست، شدید، متوسط یا ضعیف باشد.

وی با اشاره به اینکه خاک یکی از عناصر ارزشمند طبیعت است، افزود: در اثر معدن کاری، پروقیل خاک که لایه زنده‌ای از محیط‌زیست است و در هر سانتی‌متر کمب آن بسته به نوع آب و هوا و اقلیم هر منطقه هزاران تا میلیون‌ها موجود زنده درین‌ی دنیا، نابود خواهد شد.

معاون دفتر آب و خاک سازمان حفاظت محیط‌زیست ایران، ادامه داد: در مباحث محاوروی و عامیانه، برای خاک ارزشی قابل نیستیم، درحالی که تمام فعالیت‌های آسانی از تولید محصولات کشاورزی و منابع غذایی از بستر خاک آغاز می‌شود، بنابراین منظور حیات‌و‌زندگی باید در حفاظت این لایه خاک اقدامات زیست‌محیطی اساسی انجام شود.

وی تصریح کرد: با توجه به اقلیم هر منطقه‌ای وقتی حاکی رانابود یا تخریب می‌کنیم، تولید لایه خاک به زمانی در مقیاس زمین‌شناسی نیاز دارد تا آن خاک دوباره احیا شود. در مناطقی با آب و هوای خشک مانند کشور ما که در کمربند خشکی قرار گرفته، به چندصد هزار تا چند میلیون سال زمان نیاز است تا یک سانتی‌متر یا چند سانتی‌متر خاک بدون هیچ‌گونه فعالیت‌انسانی در زمین زایش شود.

فوتی با اشاره به اینکه در ایران برخلاف مناطق مانند حاره‌ای استوایی و دیگر مناطق گرمسیری که فعالیت فراوری خاک به لحاظ طبیعی سرعت بیشتری دارد، گفت: اگر منابع حاکی راه‌واسطه استخراج، تولید ماده معدنی و باطله برداری فعالیت‌های معدن کاری نابود کنیم، زایش خاک با توجه به شرایط سرعت اندک تولید آن در کشور ما غیر قابل بازگشت است.

وی در پاسخ به این پرسش که معدن کاری تا چه میزان می‌تواند موجب رخ دادن پدیده ریزگرد شود، اظهار کرد: پدیده ریزگردها بر اثر میزان ذخایر مواد معدنی، روش‌های استخراج معدن کاری به‌ویژه در مناطق روباز و افزایش بالای مقیاس و عرصه‌های تحت تأثیر فعالیت‌های معدنی می‌تواند سبب تشکیل کانون‌های عظیم و نیز تخریب و آلودگی خاک شود.





مناصب امتیاز و مدیر مسئول: رضا محزونیه  
سر دبیر: مرصیه ربیعی  
قائم مقام مدیر مسئول: محمد حسین محزونیه  
دفتر اصفهان: میدان احمدآباد، ابتدای خیابان شهیدمفتح (بهرام) ساختمان حورا  
تلفن: ۰۳۱-۳۲۲۷۴۵۰۰  
روابطعمومی:تلفن: ۰۳۱-۳۲۲۷۴۵۰۴  
سازمان آگهی‌های اصفهان: ۰۳۱-۳۲۲۷۴۵۱۸  
فاکس بازرگانی اصفهان: ۰۳۱-۳۲۲۷۴۵۰۷  
چاپ: صنیم  
امور مشترکین اصفهان: ۰۳۱-۳۲۲۷۴۵۰۸  
امتیاز: ۳۸/۵

عضو هیات رئیسه مجلس:

یارانه فعلی مردم به دلیل تورم آب شده است

خانۀ ملت: عضو هیات رئیسه مجلس گفت: مابه‌التفاوت قیمت قبل و بعد از حذف ارز ترجیحی، به ازای سبدی شامل ۱.۵ کیلوگرم مرغ، ۱ کیلوگرم گوشت قرمز، یک شانه تخم مرغ، ۸ کیلوگرم لبنیات و ۷۰۰ گرم روغن در انتهای خرداد، ۱۸۵ هزار تومان بود که اکنون به ۲۶۰ هزار تومان رسیده است؛ یعنی ۴۰ درصد آب‌رفتن یارانه نقدی. رییس فراکسیون اقتصاد دانش بنیان ادامه داد: یارانه نقدی، جبران‌کننده مناسبی برای سبد کالاهای اساسی خانوار بود اما با گذشت زمان و تورم، یارانه مردم آب شده و دیگر پاسخگوی نیاز ۷ ماه پیش نیست. دهنوی در پایان گفت: لذا معتمد دولت باید با کالابرج الکترونیک یا یارانه نقدی مبتنی بر سبد کالا، طبق مصوبه مجلس از کاهش ارزش یارانه مردم جلوگیری کند.

خانۀ ملت: عضو هیات رئیسه مجلس گفت: مابه‌التفاوت قیمت قبل و بعد از حذف ارز ترجیحی، به ازای سبدی شامل ۱.۵ کیلوگرم مرغ، ۱ کیلوگرم گوشت قرمز، یک شانه تخم مرغ، ۸ کیلوگرم لبنیات و ۷۰۰ گرم روغن در انتهای خرداد، ۱۸۵ هزار تومان بود که اکنون به ۲۶۰ هزار تومان رسیده است؛ یعنی ۴۰ درصد آب‌رفتن یارانه نقدی. سیدمحسن دهنوی با اشاره به حذف ارز ترجیحی از ابتدای امسال، تجمیع و افزایش یارانه‌ها را گام مهمی برای برقراری عدالت و کاهش فساد دانست و گفت: یارانه‌های نقدی برای سه دهک اول تا ۴۰۰ هزار تومان و برای ۶ دهک دیگر تا ۲۰۰ هزار تومان به ازای هر نفر در ماه افزایش یافت. نماینده مردم تهران، ری، شمیرانات، اسلامشهر و پردیس

وزارت اقتصاد ژرمن‌ها از تعلیق توسعه همکاری‌ها با ایران خبر داد؛

جریان نبرد پنهان



**رضا امینیان** / وزارت اقتصاد آلمان روز جمعه با اشاره به تعلیق توسعه همکاری‌ها با ایران عنوان کرد که این تصمیم به دلیل آنچه «رفتار ایران با مترضان در این کشور» می‌خواند، اتخاذ شده است.

این خبر چند روز بعد از خبر مجلسی‌ها اعلام شد، خبری که یکی از نمایندگان تهران داد بود مبنی بر قطع روابط با آلمان. «ما در مجلس ضمن اینکه پیگیری‌های لازم را برای اجرای قانون کاهش روابط با انگلیس خواهیم داشت، بحث تجدیدنظر در روابط با فرانسه و آلمان را نیز مورد بررسی و پیگیری قرار می‌دهیم». اسماعیل کوری با اشاره به مصوبه مجلس درباره کاهش روابط ایران با انگلیس در سطح کاردار گفت: این موضوع در مجلس یازدهم و از جایگاه نظارتی مجلس به ویژه توسط اعضای کمیسیون امنیت ملی باید مورد پیگیری قرار گیرد.

وی با بیان این که نمایندگان در دوره هشتم مجلس شورای اسلامی قانونی را به تصویب رساندند که بر اساس آن روابط ایران با انگلیس باید تا سطح کاردار کاهش یابد، گفت: «کشورهای اروپایی، آلمان، فرانسه و انگلیس نشان دادند که خبر خواه ملت ایران نیستند و همواره اقدامات ضد ایرانی آن‌ها را شاهد بوده ایم.»

کوتری خاطر نشان کرده است: «ما در مجلس ضمن اینکه پیگیری‌های لازم را برای اجرای قانون کاهش روابط با انگلیس خواهیم داشت، بحث تجدیدنظر در روابط با فرانسه و آلمان را نیز مورد بررسی و پیگیری قرار می‌دهیم.» این موارد و اظهار نظرها در مجموع سوالی شد از رئیس اتاق بازرگانی مشترک ایران و سوئیس؛ پامی دارد؟

رئیس اتاق بازرگانی مشترک ایران و سوئیس می‌گوید با توجه به نقش مهم آلمان در اقتصاد اروپا تصمیم این دولت برای توقف توسعه

همکاری‌ها با ایران می‌تواند برای اقتصاد ما نتایجی داشته باشد. شریف نظام مافی در گفت‌وگو با ایسنا، اظهار کرد: بررسی عملکرد تجاری ایران و اروپا در سال‌های گذشته نشان می‌دهد که آلمان همواره به عنوان شریک اصلی اروپایی اقتصاد ایران مطرح بوده و در سال‌های گذشته چه در حوزه سرمایه‌گذاری و چه در صادرات کالا نقشی مهم در این عرصه ایفا کرده است. وی اضافه کرد: در کنار آن آلمانی‌ها در بخش‌هایی از صنعت فعال هستند که جایگزین کردنیان با سایر کشورها دشوار است. از سوی دیگر با توجه به گستردگی اقتصاد این کشور در اروپا بسیاری از اعضای این اتحادیه نیز تصمیمات خود را بر مبنای برنامه‌های آلمان پیگیری می‌کنند. از این رو خبری که روز گذشته منتشر شد بسیار تاسف‌برانگیز بود و امیدواریم

تغییراتی در این رویه اجرایی شود. رئیس اتاق بازرگانی مشترک ایران و سوئیس درباره تصمیمات احتمالی دولت سوئیس در زمینه نیز گفت: سوئیس اساساً کشوری مستقل به شمار می‌رود که سیاست‌های خود را نیز بر مبنای تصمیمات داخلی پیگیری می‌کند با این وجود در صورتی که اتحادیه اروپا در این زمینه تصمیمی بگیرد احتمال آن وجود دارد که سوئیس آن را پیگیری کند با این وجود اگر بخش قابل توجهی از واردات ما از سوئیس به مواد غذایی و دارو مرتبط است، نمی‌توان انتظار داشت که در این حوزه لااقل در کوتاه مدت تغییر بزرگی به وجود یابد.

نظام مافی درباره چگونگی پیگیری سیاست توسعه روابط تجاری با اروپا در شرایط تحریم نیز توضیح داد: در این سال‌ها این طور نشان داده

گزارش اتاق بازرگانی و صنایع ایران و آلمان به نقل از اداره آمار فدرال آلمان، اعداد و ارقام منتشرشده نشان می‌دهد که صادرات ایران به آلمان شیب نزولی به خود گرفته و در اوت ۲۰۲۲ به پایین‌ترین مقدار خود از ژانویه ۲۰۲۱ رسید. بر اساس اداره آمار فدرال آلمان، تجارت بین ایران و آلمان از ژانویه تا اوت ۲۰۲۲ میلادی، ۱۳۳۱ میلیون یورو بوده است که به نسبت مدت مشابه در سال گذشته ۷ درصد رشد داشته است (۱۱۵۰ میلیون یورو). از این مقدار ۱۰۳۴ میلیون یورو سهم صادرات آلمان بوده است که در مقایسه با مدت مشابه در سال گذشته ۹ درصد رشد داشته است (۹۴۱ میلیون یورو). اما سهم صادرات ایران از تبادلات تجاری میان دو کشور ۲۰۷ میلیون یورو بوده است که در مقایسه با ۸ ماهه نخست سال گذشته یک درصد کاهش داشته است.

در اوت ۲۰۲۲ نیز حجم تجارت میان دو کشور ۱۵۸ میلیون یورو بوده که در مقایسه با اوت ۲۰۲۱، معادل ۳۸ درصد رشد داشته است (۱۱۴ میلیون یورو). از این رقم آلمان ۱۳۸ میلیون یورو کالا به ایران صادر کرده است که به نسبت به ماه مشابه سال قبل ۶۲ درصد رشد داشته است (۸۵ میلیون یورو) و ایران نیز ۲۰ میلیون یورو صادرات به آلمان داشته است که در مقایسه با اوت ۲۰۲۱ کاهش ۳۰ درصدی را نشان می‌دهد (۲۹ میلیون یورو).

اما بررسی ماهیانه صادرات ایران به آلمان نشان می‌دهد که از فوریه ۲۰۲۲ حجم صادرات ایران به آلمان روند کاهشی داشته و در اوت امسال به کمترین مقدار خود از ژانویه ۲۰۲۱ (۲۰ میلیون یورو) رسیده است.

همین بررسی ارقام نشان می‌دهد که اگر بنا باشد بر اساس روش و پیشنهاد نماینده تهران در مجلس عمل شود عملاً کشور درگیر یک خودتخریمی تازه خواهد شد، خودتخریمی که در نهایت نیز به ضرر شرایط اقتصادی کشور و بحران بیشتر برای ایران خواهد شد.

میوه‌هایی که باعث کاهش وزن می‌شوند:

۵ گزینه خوشمزه برای لاغری

**پریسا جمدی** میوه یک میان وعده سالم، سرشار از ویتامین‌ها، فیبر و سایر مواد مغذی است. میوه‌ها به دلیل فیبر بالا و کالری کمی که دارند، می‌توانند به کاهش وزن کمک کنند. مصرف میوه باعث کاهش وزن، کاهش خطر ابتلا به دیابت، فشار خون بالا، سرطان و بیماری قلبی می‌شود. در این مقاله به معرفی چند نوع میوه که به کاهش وزن کمک می‌کنند پرداخته‌ایم.

**گریپ فروت**  
گریپ فروت ترکیبی از پوملو و پرتقال می‌باشد که به کاهش وزن کمک می‌کند. گریپ فروت شاخص گلیسمی (GI) پایینی دارد، یعنی قند را آهسته‌تر وارد جریان خون می‌کند. طبق نتایج حاصل از تحقیقات (هرچند محدود)، یک رژیم غذایی با شاخص گلیسمی پایین می‌تواند باعث کاهش وزن شود. گریپ فروت میوه‌ای بسیار کم کالری بوده و حاوی مقدار زیادی ویتامین‌های A و C می‌باشد.

**سیب**  
سیب میوه‌ای کم کالری با فیبر زیاد است و به کاهش وزن کمک می‌کند. میوه‌های کم کالری مانند سیب باعث افزایش احساس سیری در فرد می‌شود و به همین دلیل فرد تمایل زیادی به خوردن خوراکی‌های بیشتر در طول روز ندارد.

**ریواس**  
ریواس در واقع جزو سبزیجات به حساب می‌آید، اما در اروپا و آمریکای شمالی به عنوان میوه مورد استفاده قرار می‌گیرد. ریواس حاوی مقدار کمی کالری، فیبر و ویتامین K می‌باشد. بعلاوه، فیبر موجود در ریواس می‌تواند باعث کاهش کلسترول بالا (مشکلی که اغلب افراد دارای اضافه وزن با آن روبرو هستند) شود.

**پرتقال**  
پرتقال نیز مانند دیگر مرکبات حاوی کالری کم و سرشار از ویتامین C و فیبر بوده و بسیار سیرکننده است. طی مطالعات انجام شده، مصرف خود میوه (به جای آب آن) علاوه بر داشتن کالری کمتر، سیرکننده‌تر است.

**موز**  
اکثر افرادی که قصد کاهش وزن دارند، به دلیل میزان قند و کالری بالای موجود در موز، از مصرف آن اجتناب می‌کنند. اگرچه موز نسبت به بسیاری از میوه‌های دیگر حاوی کالری بیشتری است، اما حاوی مواد مغذی‌تر از جمله پتاسیم، منیزیم، منگنز، فیبر، آنتی‌اکسیدان‌های متعدد و ویتامین‌های B6 و A و C می‌باشد. موز شاخص گلیسمی پایین تا متوسطی دارد که باعث کنترل سطح انسولین و تنظیم وزن به خصوص در افراد دیابتی می‌شود. طبق نتایج حاصل از تحقیقات، خوردن یک موز در روز به کاهش قند خون و کلسترول در افراد مبتلا به کلسترول بالا کمک می‌کند.

https://www.healthline.com/nutrition/best-weight-loss-fruits#TOC\_TITLE\_HDR\_13



**ترجمه شاهنامه فردوسی برای کودکان به صورت ۳ بعدی در ایتالیا چاپ شد. مترجم کتاب کریستوفر تی دربارہ شاهنامه فردوسی گفت: ترجمه شاهنامه فردوسی یک زبان ایتالیایی نیز در نگاهکار به شمار می‌رود.**

منبع: خبرفوری

سرمقاله

... ادامه از صفحه ۱

اقتصاد کلان و ارزش‌گذاری سهام شرکت‌ها اقدام نمایند. **روند میان مدت بورس، صعودی است**  
همان‌طور که در مقاله هفته قبل پیش‌بینی شد، شاخص کل در هفته گذشته توانست تا محدوده یک میلیون و ۵۰۰ هزار واحدی رشد کند، اما پس از برخورد با این سطح از مقاومت، به دلیل حاشیه‌ها و ریسک‌های پیرامون بازار سرمایه از جمله شایعاتی در خصوص عرضه خودرو در بورس کالا و مسائلی از این دست، با حرکات نوسانی روبرو شد و در نهایت در محدوده یک میلیون و ۵۰۰ هزار واحدی متوقف گردید. در شرایط فعلی واکنش شاخص کل به محدوده یک میلیون و ۵۰۰ هزار واحدی تعیین‌کننده حرکت بعدی شاخص خواهد بود و در صورت شکسته شدن این محدوده، انتظار حرکت به سمت محدوده مقاومتی بعدی یعنی یک میلیون و ۵۵۰ هزار واحدی وجود دارد. البته در شرایط فعلی با توجه به رفتار شاخص در تایم فریم روزانه، احتمال اصلاحی کوتاه‌مدت وجود دارد، که در این صورت، شاخص در محدوده یک میلیون و ۴۷۰ هزار تا یک میلیون و ۵۱۰ هزار واحدی حرکت خواهد کرد.

کارشناس بورس و بازار سرمایه

جامعه، تورم را کنترل و کاهش دهد تا از ورود یکباره و مقطعی نقدینگی‌های مازاد جامعه، به یکی از بازارهای مالی جلوگیری کنند. در حال حاضر، نقدینگی‌های مازاد مردم به‌جای سپرده‌گذاری در بانک‌ها و یا سرمایه‌گذاری در بخش‌های مولد کشور، به سمت سایر بازارهای مالی و سرمایه‌گذاری‌ها می‌روند و این مسائل در کنار سایر ابهام‌های موجود در بازار سرمایه باعث می‌شود بهره‌رغم از رنده بودن بورس، اقبالی به آن صورت نمی‌گیرد و شاخص کل نمی‌تواند در مسیر صحیح خود حرکت کند. لذا ضرورت دارد تا سیاست‌گذاران اقتصادی هر چه زودتر نسبت به تعیین تکلیف نرخ بهره و متغیرهای اقتصادی تأثیرگذار در لایحه بودجه سال ۱۴۰۲ کشور از جمله نرخ ارز، نیامای، نرخ خوراک پتروشیمی‌ها، حقوق دولتی معادن و همچنین برنامه‌ها و سیاست‌های کاهش و مهار تورم و مسائلی از این دست، اقدام نمایند تا سرمایه‌گذاران بتوانند به‌طور دقیق‌تری نسبت به تحلیل وضعیت

هر چه زودتر، رقم نرخ خوراک پتروشیمی را شفاف‌سازی کنند تا سهامداران و تحلیلگران بتوانند بر اساس آن نسبت به ارزش‌گذاری دقیق سهام شرکت‌های صنعت پتروشیمی اقدام نمایند.

**ضرورت شفاف‌سازی سیاست کنترل تورم**  
بسیاری از بانک‌های مرکزی کشورهای مهم اقتصادی جهان از جمله آمریکا، در ماه‌های گذشته، نرخ بهره خود را افزایش دادند تا با تورم مقابله کنند، اما اکنون سیاست‌گذاران اقتصادی کشور، برنامه مشخصی برای کنترل تورم ارائه ندادند. این در حالی است که نرخ تورم کشور بالاتر از ۵۰ درصد است، و به نظر می‌رسد در کشوری که چنین تورم بالایی دارد، افزایش نرخ بهره به‌تنهایی نمی‌تواند راه‌حل مناسبی برای حل معضل تورم باشد، زیرا افزایش نرخ بهره از یک‌سو، نقدینگی‌ها را به‌جای سرمایه‌گذاری‌های مولد، جذب بانک‌ها می‌کند، و از سوی دیگر، هزینه تمام‌شده تأمین مالی شرکت‌ها را افزایش می‌دهد. لذا در چنین شرایطی به نظر می‌رسد سیاست‌گذاران اقتصادی باید به روش‌های مختلف از جمله کاهش ریسک سیاسی از طریق بازگشت به مذاکرات و احیای برجام و اعمال سیاست‌های اقتصادی به‌موقع و متناسب با شرایط اقتصادی