

صاحب امتیاز و مدیرمسئول: پویا وکیلی

اعضای شورای سیاستگذاری: دکتر مصطفی مسجدی و حسن وکیلی

دفتر مرکزی: یوسف آباد، خیابان اسدابادی، بین خیابان ۱۹ و ۲۱ پلاک ۲۰۷، واحد ۵ تلفن: ۰۲۱۸۸۹۸۲۱۳۷ - ۰۲۱۸۸۳۹۶۱۴۹

پست الکترونیک: etchademelat.ir / ایمیل: etchademelat.ir@gmail.com

سازمان آگهی‌ها: ۰۲۳۹۰۵۴۳۹۰ - ۰۲۱۸۶۰۵۴۱۱۸ - ۰۲۱۸۶۰۵۴۱۱۸ / سازمان شهرستان: ۰۲۱۸۶۰۵۴۱۱۸ / چاپ: شاخه‌سبز

تشییع ۳۰۰ شهید گمنام

تابوتهای بی‌نام، پل بین گذشته و آینده



بزرگداشت شهدای گمنام، فرصتی است تا ملت ایران با احترام و ارادت، تجدید پیمانی با آرمان‌های شهدا و ارزش‌های انقلاب داشته باشد. شهدای گمنام هر یک نماینده هزاران جوانی هستند که در جبهه‌ها جان خود را فدای میهن کردند، آنان همچون شاخه‌هایی گمنام از درخت پربار انقلاب با سکوت و گمنامی خود، درس ایثار و شجاعت را به نسل‌های بعد منتقل می‌کنند، حضور مردم در مراسم تشییع نه تنها تجدید احترام به شهدا بلکه تداوم پیوند نسل‌ها با ارزش‌های دفاع مقدس است.

حسین خوش‌اقبال فرماندار تهران در پیامی به مناسبت فرا رسیدن هفته بسیج ضمن اشاره به مراسم تشییع شهدای گمنام به فرمان تاریخی امام خمینی (ره) برای تشکیل بسیج مستضعفین، تاکید کرد و گفت: ملت ایران امروز جلوه‌های این تصمیم الهی را در عرصه‌های دفاع از میهن، خدمت‌رسانی و حل مسائل جامعه به روشنی مشاهده می‌کند، بسیج‌نهادی با تفکر مجاهدانه و

ایمانی است که در برهه‌های حساس تاریخ انقلاب مسیر حوادث را دگرگون ساخته و امروز نیز، به تعبیر مقام معظم رهبری (گنجی بی‌نهایت) برای کشور است. بر اساس اطلاعیه شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی، امروز ۳۰۰ شهید گمنام در سراسر کشور تشییع می‌شود که ۱۰۰ شهید آن در تهران آرام خواهند گرفت، این شهدای گمنام، به رغم ناشناخته بودن هویت‌شان، نمایندگان هزاران انسانی هستند که در عملیات‌های دفاع مقدس حضور داشتند و حیات خویش را فدای اعتلای نهال انقلاب اسلامی کردند.

پیوند معنوی و روحی شهدا با مظلومیت شهدای جبهه مقاومت نشانگر اتحاد مقدس ملت ایران با آرمان‌های مقاومت و پایداری است، تجدید میثاق با این شهدا استهکام‌بخش عزم ملی برای تحقق افق‌های آرمانی کشور خواهد بود، مردم با حضور پرشور خود، پیام روشنی از پابندی به ارزش‌های ملی، دینی و انقلابی ارسال می‌کنند و یادآور

روز دوشنبه سوم آذرماه، ایران میزبان مراسم تشییع ۳۰۰ شهید گمنام دفاع مقدس است، آیینی همزمان با سالروز شهادت حضرت فاطمه زهرا (س) و روز ملی بزرگداشت شهدا که ارادت مردم به شهدای گمنام را به نمایش می‌گذارد. به گزارش ایرنا، در هوای آمیخته با بغض و اشک، مردم آرام آرام گرد هم آمده‌اند، پرچم‌های سه رنگ ایران در دست‌ها می‌لرزد و نوای «لا اله الا الله» فضا را پر کرده است، تابوتهای ساده و بی‌نام، بر دوش جوانان و پیران، سنگینی می‌کند، اما این سنگینی نه از چوب و پارچه که از عظمت ایثار و غربت سال‌ها بی‌خبری است، هر قدمی که برداشته می‌شود، گویی تاریخ دوباره ورق می‌خورد، مادران چشم به تابوته‌ها دوخته‌اند، شاید نشانی از فرزندشان بیابند، جوانان با چشمانی اشکبار، عهدی تازه می‌بندند که راه این شهدای بی‌نام را ادامه دهند.

بوی خاک و عطر گل، در هم آمیخته است، صدای گریه با زمزمه دعا همراه می‌شود، دعایی برای ۳۰۰ شهید گمنام که ۱۰۰ شهید آن در تهران آرام خواهند گرفت، اینجا، تشییع شهدای گمنام تنها یک مراسم نیست، تجدید پیمانی است میان نسل‌ها، میان گذشته و آینده، گویی این تابوته‌ها، پله‌هایی هستند که ما را به گذشته می‌برند و یادآوری می‌کنند که آزادی و آرامش امروز نتیجه رشادت همان‌هایی است که امروز بی‌نام و نشان بر شانه‌های خود حمل می‌کنند. وقتی پیکرهای مطهر در خاک آرام می‌گیرند، دل‌ها آرام نمی‌گیرند چرا که هر شهید گمنام، چراغی است که در تاریکی تاریخ می‌درخشد و راه را نشان می‌دهد، شهدای گمنام نماد ایمان و ایثار هستند، شجاعانی بی‌نام و نشان که ستون‌های استوار انقلاب اسلامی به شمار می‌روند، آنان با فداکاری و جانفشانی، امنیت ملت ایران را تضمین کردند و یادشان همیشه در قلب جامعه زنده است، فرا رسیدن هفته بسیج و روز ملی

آمادگی تامین اجتماعی برای جایگزینی «قانون الزام» با «بیمه تکمیلی» بازنشتگان

مدیرعامل سازمان تامین اجتماعی از آمادگی این سازمان برای جایگزینی قانون الزام با بیمه تکمیلی بازنشتگان خبر داد و با اعلام اینکه افزایش غیرمتعارف حق بیمه تکمیلی باعث شده کانون عالی بازنشتگان نتواند طی چند روز گذشته بیمه تکمیلی چند میلیون نفر از هموطنان را تمدید کند گفت: سازمان تامین اجتماعی آماده اجرایی کردن قانون الزام است.

به گزارش ایسنا، مصطفی سалری مدیر عامل سازمان تامین اجتماعی با بیان اینکه دو فرض پیشرو است گفت: یا قیمت متعارف و منطقی توافق می‌شود و در این صورت قرارداد مشابه سال گذشته با نرخ تعدیل شده ادامه پیدا می‌کند و بین کانون عالی بازنشتگان و شرکت بیمه‌گر منعقد می‌شود یا اینکه قیمت نامتعارف است. وی افزود: درمان کامل مطلوب در بخش بستری طبق قانون الزام جایگزین

کوناکون

سه‌شنبه ۴ آذر ۱۴۰۴

شماره ۲۰۹۱

۴ جمادی‌الثانی ۱۴۴۷

۲۵ نوامبر ۲۰۲۵

زندگی بهتر

در این هوای بد چه بخوریم؟



تقویت سیستم ایمنی و کاهش التهاب ناشی از آلودگی داشته باشد.

افزایش مصرف آنتی‌اکسیدان‌ها

به گفته حکمت‌دوست؛ افزایش مصرف میوه‌ها و سبزیجات رنگی مانند پرتقال، انار، کیوی، انواع کلم، فلفل دلمه‌ای و هویج می‌تواند به خنثی‌سازی رادیکال‌های آزاد کمک کند و مصرف لبنیات کم‌چرب نیز به دلیل وجود کلسیم، به کاهش جذب برخی فلزات سنگین کمک می‌کند.

نوشیدن مایعات کافی را جدی بگیرید!

این متخصص تغذیه توصیه کرد نوشیدن آب و دمنوش‌های ساده به دفع سموم و حفظ رطوبت مجاری تنفسی کمک می‌کند و مصرف مغزها و دانه‌های خام مانند گردو، بادام و تخمه آفتابگردان به دلیل دارا بودن ویتامین E و اسیدهای چرب مفید برای کاهش التهاب مؤثر است.

جایگزینی غذاهای سبک به‌جای وعده‌های سنگین

حکمت‌دوست اظهار داشت: سوپ‌ها و غذاهای سبک می‌توانند فشار متابولیکی بدن را کاهش دهند و گزینه مناسب‌تری برای روزهای آلودگی محسوب شوند و غذاهای چرب و سرخ‌کرده از نظر این متخصص با افزایش التهاب و ایجاد سنگینی دستگاه گوارش، باید در این روزها کمتر مصرف شوند؛ زیاده‌روی در نوشابه، شیرینی و خوراکی‌های قندی اثرات منفی آلودگی هوا را تشدید می‌کند.

وی تأکید کرد: مصرف بیش از حد نوشیدنی‌های کافئین‌دار موجب دفع آب از بدن شده و خشکی مجاری تنفسی را افزایش می‌دهد و تنقلات شور و پرتمک نیز با افزایش التهاب و احتباس آب شرایط بدن را نامناسب‌تر می‌کنند.

ضرورت توجه بیشتر گروه‌های حساس

حکمت‌دوست در پایان گفت: تغذیه سالم می‌تواند تا حد زیادی اثرات منفی آلودگی هوا را کاهش دهد و سالمندان، کودکان، زنان باردار و بیماران تنفسی باید در روزهای آلوده با دقت بیشتری اصول تغذیه‌ای را رعایت کنند.

کتابخانه

رونمایی از ۴ مجموعه شعر سعید سلطانی طارمی



مراسم رونمایی از چهار مجموعه شعر سعید سلطانی طارمی برگزار می‌شود.

به گزارش ایسنا، مراسم رونمایی از مجموعه شعرهای «آب تشنه بود»، «خاطره‌های ازلی»، «ترجمه شعرهایی که خواب دیده‌ام» و «به جای هر حرفی شعر» سروده سعید سلطانی طارمی، از شاعران نیمایی روز دوشنبه، ۳ آذرماه از ساعت ۱۸ در شهرکتاب مرکزی به نشانی

خیابان شریعتی، بالاتر از مطهری، نبش کوچه کلاته برگزار می‌شود. کوروش آقامجیدی، کامیار عابدی، طه حجازی، محسن حسینی (طه) و سعید سلطانی طارمی از سخنرانان این مراسم هستند. سعید سلطانی طارمی متولد سال ۱۳۳۳ در طارم زنجان است. تحصیلات ابتدایی و متوسطه را در طارم و زنجان گذرانده و فارغ‌التحصیل رشته زبان و ادبیات فارسی از دانشگاه تهران در سال ۱۳۵۷ است. از او تاکنون چندین مجموعه شعر منتشر شده است.

اینفوگراف

ساعات کاری در کشورهای مختلف

