

<p>روزنامه خراسان شمالی: گروه چهارم نشریات روزنامه‌سازی اقتصادی،فرهنگی،اجتماعی خراسان شمالی سه شنبه ۱۵ مرداد ۱۳۹۸ ۲ دی الحجه ۱۴۴۰ شماره ۳۰۵۹</p>	<p>صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی هنری خراسان مد بر مسئول: محمد سعید ابدیان سردبیر: علی ولیزاده دفتر مرکزی: مشهد،بلاک شهیدصادقی(سازمان آب)</p>	<p>صندوق پستی: ۵۱۱-۹۱۷۳۵ تلفن: ۰۵۱-۳۷۶۳۰۰۰۰ فکس: ۰۵۱-۳۷۶۲۳۹۵ نماینده: چاپ شهرآرپا خراسان</p>	<p>آدرس: بخورد، خیابان طالقانی غربی،خیابان سسده به لیاف، سسده به لیاف ۱۶، کوچه دوم، پلاک ۹ تلفن اشتراک: ۲۲۲۴۰۰۷۱ صندوق پستی: ۹۴۵۵۵/۱۲۷۷ دفتر مرکزی پذیرش انجمنی ۳۲۲۴۵۰۰۵</p>	<p>تحریریه: ۳۲۲۴۷۲۲۲-۳۲۲۴۲۲۱۱ شماره: ۳۲۲۴۷۲۲۲-۳۲۲۴۷۲۲۱۱ تلفن و شماره سرپرست: ۳۲۲۴۳۰۰۱۴</p>	<p>اخبار</p>
--	---	--	--	--	---------------------

رشد ۱۱۷۰ واحدی شاخص بورس

به گزارش صدا و سیما، شاخص بورس با ۱۱۷۰ واحد رشد در پایان معاملات دیروز، به کانال ۲۵۶ هزار و ۶۹۸ واحد رسید.در معاملات روز گذشته، دو میلیارد و ۸۰۷ میلیون سهم در ۲۸۸ هزار و ۲۸۲ دفعه معامله شد.ارزش معاملات در بازار دیروز، ۱۰ هزار و ۷۰۴ میلیارد ریال و ارزش بازار نهصد و چهل و دو هزار میلیارد تومان بود.

تابلوی ۵ بانک نظامی- ادغامی تا پایان امسال واحد می‌شود

مدیرعامل بانک سپه با بیان این که مراحل اصلی ادغام پنج بانک نظامی در این بانک را پشت سر گذاشته‌ایم، افزود: تا پایان امسال، تابلوهای بانک‌های مشمول ادغام می‌شوند. به گزارش ایرنا، «چغازردی» افزود: مهم‌ترین طرح بانکی کشور هم اکنون مربوط به ادغام بانک‌ها و موسسه‌های اعتباری در بانک سپه است.وی ادامه داد: چنین ادغامی در سال‌های پس از پیروزی انقلاب اسلامی بی‌سابقه بوده و در عرصه جهانی تنها یک یا دو تجربه مشابه وجود و البته نوع و مدل آن‌ها تفاوت داشته است.

قیمت گوشت گوساله بیش از کیلویی ۷۵ هزار تومان حباب است

معاون امور دام وزارت جهاد کشاورزی در گفت‌وگو با فارس، در پاسخ به این که وضعیت تولید گوشت در کشور چگونه است و آیا قیمت گوشت کاهش بیشتری می‌یابد؟ اعلام کرد: میزان تولید گوشت در کشور بسیار خوب است، گوساله‌های پروار شده در دامداری‌ها انباشته شده‌اند و آرام‌آرام به بازار عرضه می‌شوند و باید شاهد کاهش بیشتر قیمت‌ها باشیم. مرتضی رضایی با بیان این که قیمت گوشت متاثر از دام زنده است، افزود: اکنون دام زنده کمتر از کیلویی ۳۰ هزار تومان و حتی در برخی مواقع کیلویی ۲۷ هزار تومان عرضه می‌شود بنابراین قیمت گوشت گوساله در بازار نباید بیش از کیلویی ۷۵ هزار تومان باشد و هر قیمتی بالاتر از این نشان از حباب قیمتی است.

نفت ۶۱ دلاری شد

قیمت نفت در بازارهای جهانی با نگرانی در مورد کاهش تقاضا برای آن، ۸۸ سنت کاهش یافت و به بشکه‌ای ۶۱/۰۱ دلار رسید.به گزارش گروه اقتصاد بین‌الملل فارس به نقل از رویترز، در بحبوحه نگرانی‌ها در مورد رشد اقتصادی جهان پس از تشدید جنگ تجاری میان واشنگتن و پکن با اعمال تعرفه‌های جدید از سوی ترامپ که احتمالاً تقاضا برای سوخت در این دو کشور را کاهش می‌دهد، در معاملات دیروز قیمت نفت کاهش یافت. هر بشکه نفت برنت ۸۸ سنت کاهش یافت و ۶۱/۰۱ دلار فروخته شد. هر بشکه نفت خام آمریکا با ۶۸ سنت کاهش ۵۴/۹۸ دلار معامله شد.

۶۰ درصد ناوگان اتوبوسرانی کشور فرسوده است

معاون عمران و توسعه امور شهری و روستایی وزیر کشور و رئیس سازمان شهرداری‌ها و دهیاری‌های کشور در گفت‌وگو با باشگاه خبرنگاران جوان، با اشاره به این که در زمینه تولید و تحویل اتوبوس ۲ سال است که با مشکل مواجه هستیم، افزود: ناوگان حمل و نقل کشور ما پیر است و اکنون ۶۰ درصد اتوبوس‌های ایران فرسوده هستند. جمالی‌نژاد افزود: این که گاهی اوقات شاهد هستیم یک اتوبوس دچار آتش سوزی یا واژگونی می‌شود، به خاطر پیری ناوگان است.

رشد ۲۰ درصدی واردات برنج

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، مسیح کشاورز، دبیر انجمن واردکنندگان برنج درباره آخرین وضعیت واردات این محصول اظهار کرد: بنابر آمار گمرک تا ۵ مرداد، میزان واردات نسبت به مدت مشابه سال قبل ۲۰ درصد رشد داشته که بیش از ۱۰ درصد افزایش واردات مربوط به دولت و ۹ درصد مربوط به بخش خصوصی است.

نامه ۲ هزار استاد دانشگاه خطاب به رئیس‌جمهور درباره دوری از اروپا و آمریکا

به گزارش تسنیم، ۲۰۰۰ نفر از استادان دانشگاه‌های سراسر کشور در نامه‌ای به رئیس‌جمهور و وزیر امور خارجه نوشتند: حال که مذاکره کنندگان امین ایرانی به عمق بدعهدی آمریکا و اروپای همدست اوپی برده‌اند، لازم است دوری از اروپا و آمریکا را به‌عنوان پیشران توسعه و پیشرفت ملی در صدر برنامه‌های خود قرار دهند.

ظریف:

اروپایی‌ها به هیچ یک از تعهدات خود عمل نکردند



وزیر امور خارجه کشورمان در نشست خبری با خبرنگاران رسانه‌های داخلی و خارجی در پاسخ به سوال خبرنگار خبرگزاری صدا و سیما گفت: اروپایی‌ها در برجام یک تعهداتی دارند، ماده‌های یک، دو و سه ضمیمه دو برجام است که معطوف به اقدام نیست، معطوف به نتیجه و این بسیار مهم است. به گزارش صدا و سیما، ظریف افزود: اروپایی‌ها نمی‌توانند ادعا کنند ما در کتابچه‌های مان تحریم‌ها را بر داشتیم و باید شرایط را فراهم کنند که شرکت‌های شان بتوانند در ایران فعالیت کنند، جالب است که تعهدات آمریکا از پاراگراف چهار به بعد است و تعهدات اروپایی‌ها موقوف به تعهدات آمریکا نیست.

وی گفت: بعد از خروج آمریکا از برجام آن‌ها ۱۱ تهدد کردند که هنوز به هیچ کدام عمل نکرده‌اند؛ عادی سازی روابط اقتصادی ایران با کشورهای اروپایی یکی از تعهدات اروپایی‌ها در برجام است اما از آن وقت که فهمیدند آمریکا در برجام نیست به ۱۱ تهدد خود عمل نکردند که شامل فروش عادی نفت ایران، بازگشت در سرمایه گذاری خطوط هوایی، بیمه، کشتیرانی و انواع همکاری هاست که تعهدات اروپا بعد از برجام است و هنوز شروع نکرده اند و نمی‌توانند بگویند

از میان خبرها

دست اندر کاران امور اجرایی و نظارتی انتخابات حق ندارند به نفع یا ضرر جریانات سیاسی اظهار نظر کنند

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، سامانی، سخنگوی وزارت کشور در صفحه شخصی خود در توئیتر نوشت: مطابق قانون انتخابات مجلس، دست اندرکاران امور اجرایی و نظارتی انتخابات نمی‌توانند به نفع یا ضرر نامزدها و جریانات سیاسی اعلام نظر کنند.وی در بخش دیگری از این توثیت تأکید کرد: برای تضمین بی‌طرفی، هیئت بازرسی انتخابات وزارت کشور مکلف شد متخلخان از این قانون را در هر رده و جایگاهی به دستگاه قضایی معرفی کند.

واکنش پلیس به حکم صدور گواهی نامه موتورسیکلت برای زنان

معاونت اجتماعی پلیس راهور درخصوص رأی شعبه ۳۱ دیوان عدالت اداری مبنی بر صدور گواهی نامه موتورسیکلت برای زنان، اطلاعیه‌ای را صادر کرد و از درخواست تجدیدنظر درباره این حکم خبر داد.به گزارش ایسنا، در این اطلاعیه آمده است: به استناد تبصره ماده ۲۰ قانون رسیدگی به تخلفات رانندگی مصوب سال ۱۳۸۹، صدور گواهی نامه رانندگی موتورسیکلت برای مردان بر عهده نیروی انتظامی جمهوری اسلامی ایران است.رأی بدوی شعبه ۳۱ دیوان عدالت اداری صرفاً برای اشکایه محترم صادر شده و طبق ماده ۶۰ قانون دیوان عدالت اداری قابل تفسری به عموم نیست و به عبارت دیگر رأی صادر شده جنبه فردی دارد.باتوجه به وجود رأی متناقض در این مورد از شعبه دیگر در دیوان عدالت اداری، نسبت به رأی صادر شده تجدیدنظرخواهی شده تا مطابق با موازین و قوانین بررسی های لازم و قانونی معمول گردد.بنابراین، پلیس راهور مجری قانون بوده و تصمیمات قطعی و نهایی شده قانونی را مورد اجرا خواهد گذاشت.

اهمیت شیر مادر و روش های مطلوب تغذیه

تاچند بار در شبانه روز و به چه مدت شیرخوار نیاز نآآیا در هر وعده تغذیه باید از هر دو پستان شیر به شیر خوردن دارد؟

•تغذیه شیرخوار نباید برحسب ساعت تنظیم شود بلکه باید بر حسب میل و تقاضایش به پستان گذاشته شود. وقتی جریان شیر برقرار شد، معمولاً شیرخوار ۸ تا ۱۲ بار در شبانه روز و بعضی روزها بیشتر، نیاز به شیرخوردن دارد که شامل تغذیه شبانه هم می‌شود.
•در تغذیه با شیر مادر دفعات تغذیه و مدت مکیدن در هر وعده نباید محدود شود. در این صورت تولید شیر هم بیشتر می‌شود. اجازه بدهید تا هر مدتی که کودک تمایل دارد، به مکیدن پستان ادامه دهد مشروط بر آن که پستان را خوب گرفته باشد.
•شیرخواران از لحاظ مدت تغذیه از پستان در هر وعده بسیار متفاوت هستند. در سنین مختلف مکیدن بین ۵ تا ۴۰ دقیقه معمول است به طوری که معمولاً نوزاد هر پستان را حداقل ۱۵-۱۰ دقیقه می‌مکد(اگر تغذیه شیرخوار مرتباً بیش از ۴۰ دقیقه طول می‌کشد، ممکن است نشان دهنده وضعیت نادرست پستان گرفتن او باشد. این وضعیت را با کمک کارکنان بهداشتی کنترل کنید).

•در هر وعده مدت تغذیه از هر دو پستان شیر را هر دو پستان باید از یک یا هر دو پستان استفاده کرد. در این صورت باید در شیردادن به تناوب از پستان ها استفاده شود. مثلاً اگر شیرخوار در یک وعده، از پستان چپ شروع کرده و با پستان راست ختم کرده و در وعده بعدی باید از پستان راست شروع کند.
•در هر وعده به شیرخوار فرصت دهید به مدت دلخواه به تغذیه از یک پستان ادامه دهد تا قسمت آخر شیر را که سرشار از چربی است، دریافت کند. شیرخوار با رهاکردن پستان، به خواب رفتن و یا توقف مکیدن نشان می‌دهد که تغذیه از پستان اول را تمام کرده است.
•سپس در صورت تمایل کودک، می‌توانید پستان دوم را به او عرضه کنید. اگر مایل به گرفتن آن نیست، نگران نباشید. می‌توانید در نوبت بعدی ابتدا از آن پستان شیر بدهید. به این ترتیب هر دو پستان ها به یک اندازه تحریک خواهند شد.

لَیْسَ لِلصَّبِيِّ لَبَنٌ خَيْرٌ مِّنْ لَّبَنِ اُمِّهِ

هیچ شیرک برای نوزاد بهتر از شیر مادر نیست.

پیامبر اکرم (ص)

توانمندسازی والدین، تقویت تغذیه با شیر مادر؛ حال و آینده!

لاریجانی با ظریف دیدار کرد

تسنیم: علی لاریجانی رئیس مجلس شورای اسلامی صبح دیروز با حضور در ساختمان وزارت امور خارجه با محمدجواد ظریف وزیر امور خارجه کشورمان دیدار کرد.

هند خودمختاری کشمیر را لغو کرد

مهر: در پی تشدید بحران در کشمیر، هند اقدام به لغو وضعیت خودمختاری این منطقه کرد.این تصمیم در شرایطی گرفته شده که در یک هفته اخیر وضعیت امنیتی کشمیر بسیار بحرانی شده است.

دادگاه نیجریه مجوز آزادی شیخ زکراکی و همسرش را برای مداوا در خارج صادر کرد

فارس: دادگاهی در نیجریه مجوز آزادی شیخ زکراکی رهبر جنبش اسلامی این کشور و همچنین همسر ایشان را برای درمان در خارج از کشور صادر کرد.

از گوشه و کنار

مسابقات غواصی نظامی در کیش

صدا و سیما: مسابقات نظامی بین‌المللی ۲۰۱۹ روسیه در رشته غواصی عمق به میزبانی نیروی دریایی ارتش و همکاری سازمان منطقه آزاد کیش با حضور ۱۶۰ غواص از ۱۰ کشور در جزیره کیش و آب‌های خلیج فارس برگزار شد.

شاخص اهدای عضو در ایران ۶۰ برابر شد

ایرنا: مهدی شادنوش، رئیس مرکز مدیریت پیوند و درمان بیماری‌های وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: شاخص اهدای عضو (pmp) در ایران طی ۱۹ سال گذشته ۶۰ برابر افزایش داشته است.

ترانزیت ۶۰هزار دام‌زنده ترکیه‌ای به‌قطر از خاک ایران

تسنیم: نامدار، مدیر گمرک بازرگان از ترانزیت ۶۰هزار رأس دام زنده ترکیه‌ای از خاک ایران به قطر خبر داد و گفت: فاز اول توسعه پایانه مرزی بازرگان به اتمام رسید.

افزایش ۳برابری حملات سایبری در سال جاری میلادی
اینا: IBM در گزارشی جدید به حملات سایبری روی شبکه‌های تجاری پرداخت و اعلام کرد که این حملات نسبت به سال گذشته سه برابر شده‌است.بر اساس آمار، این گزارش رشد ۲۰۰ درصدی حملات مخرب روی شبکه‌های تجاری را در نیمه اول سال ۲۰۱۹ نسبت به نیمه اول سال ۲۰۱۸ نشان داده است.

سازمان بازرسی بر عملکرد دستگاه‌ها در زمینه حجاب نظارت کند

مهر: آیت ا... رئیسی، رئیس قوه قضاییه در جلسه شورای عالی قضایی با بیان این که بی دقتی در رعایت حجاب لزوماً به معنای مخالفت با ارزش‌ها نیست، افزود: سازمان بازرسی بر عملکرد دستگاه‌ها در زمینه حجاب نظارت کند.

هفته جهانی ترویج تغذیه با شیر مادر
۱۵ تا ۱۶ مرداد ۱۳۹۸

سازمان بهداشتی
گروه سلامت، جمعیت، خانواده و مدارس

چرا شیرخوار را باید مکرر تغذیه کرد؟

- با تغذیه مکرر، جریان شیرمادر زودتر و راحت‌تر برقرار می‌شود.
- کودک سریع‌تر افزایش وزن پیدا می‌کند.
- مشکلات کمتری نظیر احتقان پستان‌ها برای مادر به وجود می‌آید.
- مهمترین عامل در افزایش شیرمادر، مکیدن مکرر و تخلیه مرتب پستان‌ها بر حسب میل و تقاضای شیرخوار در شب و روز می‌باشد. چون شیرمادر بر اساس عرضه و تقاضا تولید می‌شود. یعنی هرچقدر شیرخوار پستان‌ها را بیشتر بمکد، شیر بیشتری در پستان‌های مادر تولید می‌شود.
- اگر مادری دو قلو داشته باشد و هر دو قل را برای مکیدن به پستان بگذارد پستان‌ها شیر بیشتری تولید می‌کنند.

تاچند بار در شبانه روز و به چه مدت شیرخوار نیاز نآآیا در هر وعده تغذیه باید از هر دو پستان شیر به شیر خوردن دارد؟

- تغذیه شیرخوار نباید برحسب ساعت تنظیم شود بلکه باید بر حسب میل و تقاضایش به پستان گذاشته شود. وقتی جریان شیر برقرار شد، معمولاً شیرخوار ۸ تا ۱۲ بار در شبانه روز و بعضی روزها بیشتر، نیاز به شیرخوردن دارد که شامل تغذیه شبانه هم می‌شود.
- در تغذیه با شیر مادر دفعات تغذیه و مدت مکیدن در هر وعده نباید محدود شود. در این صورت تولید شیر هم بیشتر می‌شود. اجازه بدهید تا هر مدتی که کودک تمایل دارد، به مکیدن پستان ادامه دهد مشروط بر آن که پستان را خوب گرفته باشد.
- شیرخواران از لحاظ مدت تغذیه از پستان در هر وعده بسیار متفاوت هستند. در سنین مختلف مکیدن بین ۵ تا ۴۰ دقیقه معمول است به طوری که معمولاً نوزاد هر پستان را حداقل ۱۵-۱۰ دقیقه می‌مکد(اگر تغذیه شیرخوار مرتباً بیش از ۴۰ دقیقه طول می‌کشد، ممکن است نشان دهنده وضعیت نادرست پستان گرفتن او باشد. این وضعیت را با کمک کارکنان بهداشتی کنترل کنید).
- در هر وعده مدت تغذیه از هر دو پستان شیر را هر دو پستان باید از یک یا هر دو پستان استفاده کرد. در این صورت باید در شیردادن به تناوب از پستان ها استفاده شود. مثلاً اگر شیرخوار در یک وعده، از پستان چپ شروع کرده و با پستان راست ختم کرده و در وعده بعدی باید از پستان راست شروع کند.
- در هر وعده به شیرخوار فرصت دهید به مدت دلخواه به تغذیه از یک پستان ادامه دهد تا قسمت آخر شیر را که سرشار از چربی است، دریافت کند. شیرخوار با رهاکردن پستان، به خواب رفتن و یا توقف مکیدن نشان می‌دهد که تغذیه از پستان اول را تمام کرده است.
- سپس در صورت تمایل کودک، می‌توانید پستان دوم را به او عرضه کنید. اگر مایل به گرفتن آن نیست، نگران نباشید. می‌توانید در نوبت بعدی ابتدا از آن پستان شیر بدهید. به این ترتیب هر دو پستان‌ها به یک اندازه تحریک خواهند شد.

لَیْسَ لِلصَّبِيِّ لَبَنٌ خَيْرٌ مِّنْ لَّبَنِ اُمِّهِ

هیچ شیرک برای نوزاد بهتر از شیر مادر نیست.

پیامبر اکرم (ص)

توانمندسازی والدین، تقویت تغذیه با شیر مادر؛ حال و آینده!