



ت پروتکل‌های بهداشتی (شستن دست‌ها قبل از تماس با کودک، استفاده از سک و...) مستقیماً از شیر مادر تعذیه کنند. این کارشناسی بالشاره به شعار مان جهانی بهداشت بیان کرد: سازمان بهداشت جهانی شعار امسال را «های سالم با حمایت از تعزیه با شیر مادر» نامگذارد؛ که است.

تمربخشی مدیریت حداقل ۹ سال زمان نیاز دارد

ز فرصلت تحریم غافل نشویم

گفته دکتر طبی شرایط تحریم‌های جوانمردانه فرصتی برای باور به تولید اخلاق فراهم کرد. این باور موجب نهادهای فناوارهای مانند جهاد انشکاهی نیز فعال تراز قبیل باشند. وی را دادمه توضیح می‌دهد: «کرجه براساس اورهای انقلابی ما (عزت، حکمت و صلح) ارتباطات بین المللی باید وجود اشته باشد. اما این شرایط کمک کرد سؤولان به باوری اجباری در خصوص محصولات ساخت ایران بررسند».

ای با اشاره به این که بسیاری از کشورها برای توسعه تولیدات ملی خود به سوრت هوشمندانه ارزش پول ملی شان کاهش می دهند توضیح می دهد: شرایطی که اکنون در خصوص ارزش پول ملی مایه وجود آمده، شرایطی است که بسیاری از کشورها به صورت آگاهانه برای توسعه تولیدات ملی خود ایجاد رده‌اند. به عنوان مثال زمانی در زبان مرد لار معادل شش هزارین بود در حالی که اکنون هر لار معادل ۱۶ این پن شده است. آنها این کار را کردن را راهde ملی را افزایش دهن و از طرفی بتوانند اخالی را افزایش دهند و فناوری‌های فناوران شان برای تولید محصولات ملی حمایت کنند. زاپن امروز کشوری وسعته یافته با اقتصادی قوی است. شکل ماین است که هنوز آن اراده ملی برای توسعه دانش و فناوری در ماسکل گرفته است.» به عقیده رئیس جهاد انشگاهی، اختلافات سیاسی عامل مهمی در شکل نگرفتن وفاق ملی است.

برخلاف بسیاری از مدیران، دکتر طبیبی سابقه طولانی در هدایت جهاد دانشگاهی از ابتدای تأسیس این نهاد تا کنون دارد و در هفت سال گذشته نیز به صورت پیوسته مدیریت این نهاد را بر عهده داشته است. ازاو پرسیدیم آیا این تداوم و یکپارچگی تأثیر واضحی در روند فعالیت‌های جهاد دانشگاهی داشته است؟ وی در پاسخ گفت: «براساس تجربه من، در کشور ما به دلیل نبود برنامه و ساختارهای مورد نیاز که مدیریت و تواند بلا افاضله پس از انتساب در مسیر انجام کارقرار بگیرد و نه اثبات خودش، حداقل ۹ سال پیاپی زمان نیاز خواهد داشت تا بتواند در جایگاهش اثرباره داشته باشد.» تعبیر کردم از این دلیل گفت و گویی که دو سال پیش داشتیم این زمان را شش سال مطرح کرده بود. علت این تغییر نظر راجویا شدیم و در پاسخ توضیح داد: «با شرایطی که در سال‌های اخیر شاهد بودم به نظر حداقل ۹ سال زمان نیاز است. زیرا تا زمان از پیش سال کارها و تلاش‌های یک مدیر شروع به نتیجه‌دادن می‌کند. در جهاد دانشگاهی نیز از سال گذشته که شش سال پیاپی از مدیریت و تلاش‌های شبانه‌روزی و جهادی مان گذشت کم کم بخشن، از تلاش‌های ثمر نشست. بخشی از به ثمر رسیدن خبرالموجود را برای مدیریت انتخاب کنم.»

شود نباید دستخوش این گرددش‌های سیاسی شود و برآسas بنامه ریزی درازمدت در قالب ساختاری که برای آن مشخص شده است فارغ از این که چه جنابی در سرکار باشد به مسیرش ادامه دهد.

**چه پیشنهادی برای شکل‌گیری این وفاق ملی دارید؟**

سیاست‌بیان ارشد کشور باید در این زمینه بحث‌کنند باشد نخبگان سیاسی و علمی کشور بتوانند بین توسعه کشور و انقلابی بودن ارتباط برقرار کنند و راهکار مناسب برای برقراری این ارتباط را نیز ارائه دهند. در این حالت در بدترین شرایط، حتی در همین دوران تحريم‌های ظالمانه نیز بر بنامه متوافقان پیشرفت کنیم، به شرط آن که پیش از هرجیز به یک وفاق ملی دست یابیم و کارهای کارداران بسپاریم.

ماحتی در انتخاب مدیران مان هم شاخصی نداریم بالآخر کشوری که قرار است به توانمندی‌های خودش اتکا کند باید مدیران خودیاب و کارداری نیز داشته باشد که حداقل مسیر را بشناسند. در صورتی که بسیاری از مدیران کنونی ما هنوز به تولید ملی باور نداشند.

در حمایت مالی رامشخص نکرده‌ایم تا سیاست‌گذاری تولید علم و دراد ام آن پیدایش فناوری تابعی تبدیل فناوری به تولید حرفه‌ای محصول و صادرات و... به صورت روان انجام شود.

**علت رادرجه می‌بینید؟**

بخش عده‌ای از آن به دلیل اختلاف نظرهای سیاسی است که در بین ما وجود دارد و اجازه شکل‌گیری فرصت گفت و گو و توافق را نمی‌دهد. امیدوارم هرچه زودتر این اختلافات کنار گذاشته شود، زیرا اگر ما بخواهیم واقعاً این اهداف تحقق پیدا کند باید برای آن بنامه ریزی بلندمدت حداقل ۲۰ ساله انجام دهیم و به صورت سالانه آن را بازبینی کنیم. امادر کشور هر چهار سال یا هر هشت سال یکبار حداقل یک گرددش سیاسی در دولت داریم، هر چهار سال یک بار ممکن است گرددش سیاسی در مجلس داشته باشیم. با هر بار گرددش کلیه خط‌مشی‌های کشور تغییری مکنند و گروه مخالف هم باتمام انرژی در مسیر گروهی که برس کار هستند سنگ‌اندازی می‌کند. این در حالی است که اگر قرار باشد اهداف پیشبرد علم و فناوری کشور محقق شود آوری برای عده‌ای خاص فراهم شود. آیا این طریق راه حلی که از آن هم می‌کنید وجود ندارد؟

آن من در اسناد ملی ای که در طراحی شان دخیل ام چنین چیزی را ندیدم، به عنوان عضو شورای عالی اب فرهنگی در تدوین نقشه‌جامع علمی کشور ورداشتیم، بقیه سندها نیز عمدتاً در دیرخانه ای عالی انقلاب فرهنگی تصویب می‌شود به همین در جریان سندها قرارداداشتم اما با چنین موردی رضونکردند.

ای که در این زمینه وارد می‌دانم این است که طیک به یکی بین شورای عالی انقلاب فرهنگی امه‌اجرامی کشور وجود ندارد. لزوماً همان سند سیم‌اندازی که به تصویب می‌رسد مورد استفاده ننمی‌گیرد. این مشکلی است که من با رهابه آن که کرده‌ام که یک برابرای همیشه نظام ملی علم، ری و نوآوری را به درستی تعریف نکرده‌ایم. نقش سمت‌گذار، بنامه ریز اجرایی، مجریان حوزه علم و ری ارامشخص نکرده‌ایم، وظیفه بنگاه‌ها در تولید، که قانون‌گذار در حمایت قانونی و وظیفه بالکه

A crossword grid with black squares forming a pattern. The top row has black squares at columns 1, 2, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 14, and 15. The bottom row has black squares at columns 1, 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 15, and 16. The middle section contains several black squares in a staggered pattern.

س و چشی استرالیایی- آزاد(۱۱) گاری-	سرگردان- اصل هرجیز(۲) تلخ- دور	در آفریقا- رسول- شکلک(۱۰) دویار
جنگ افزار(۱۲) طریقه- یاقوت سرخ- از سبک های شعری ادبیات ایران(۱۳) مقابل سردی- شهرداری قدیم- نایب السلطنه	نهایی مسابقه پرش بالا- شهری در اسکاتلندر(۳) جهان پهلوان کشتنی ایران- دلپیسند- قسمتی از گوش(۴)	هم- قد- جدید- باقی مانده- پروردگار(۱۲) دهان کوچک- ابزار پهن کردن خمیر- پیش غذا(۱۴) گیاه رنگرزی- صدای پیشه کامل نشده- مراقبت برای اطمینان ز درستی کاری- تزئین صحنه نمایش
قطع طریق- روشنایی ها- لنگه بار (۱۴) حس بویایی- رمان معروف محمد دولت آبادی- عنصری که برعی از خواص فلزات و غیرفلزات را دارد.	اقامتگاه تابستانی- دسته جمعی- دهان کوچک(۵) بالاتر- ساقه خوارکی (۶) قوم مغول- پرسزی پاروی بهشتی- راست روده(۷) گیاهی خودرو با مصرف دارویی- غربال کردن- مادر لر(۸)	دویار- کاملاً نشده- مراقبت برای اطمینان ز درستی کاری- تزئین صحنه نمایش (۱۵) چیره شونده- جشممه زاینده است دویار- دللت پاینده- علم به احکام شرع.
<b>عمودی:</b> (۱) لعل کبود- جلو- ازیابی ذهنی (۲) بعضی- به وجود آمدن- ایدئولوژی(۳) متن پیام اسلامی توسط تلگراف- همسر امام علی(ع)	شیرکوهی- چراغ خوارک پزی قدم- شهر اصلی گردشگری ایتالیا(۹) حرف دهن کجی- شعری که در وصف جنگ سروده می شود- قدغن(۱۰) شنیدن-	<b>جدول ویژه</b> <b>فقی:</b> (۱) ازیاران باوفای امام رضا(ع)-

## جدول ویژه

لارج: بیزنت کورانی

## جدول شماره ۵۷۱۵

### جدول عادی

**فقی:** ۱) معادل فارسی کاتالوگ- پرندۀ  
معدایت پنیر از راه دور- گله مداوم (۲)  
منڈای رقق- بسیار، فراوان- چارخونه  
بیست (۳) زیبا و دلفریب- از الفبای  
بوانی- شیرینی سنتی تبریز (۴)  
قامتمکا در تاسیستانی- پانی- آخرین  
سوره‌ای که بر پیامبر (ص) باز شد (۵)  
شهری در لینان- خیاز (۶) کاشتن بوته  
رنج- مدخل- محتاج غذا (۷) صورتی  
ماپیل به تازنچی- نوعی قلم رسم- کمان  
(۸) آمرزندۀ گناهان- درونی- بی چیز  
(۹) یادداشت- پشیمانی- بی بابا (۱۰)  
هر پرسنده توپیس- مرض قند- دومن حرف  
لفبای بوانی (۱۱) ازانام های خداوند-  
طبیعی و معمولی (۱۲) در آن... که بمیرم  
رازروی تو باشم- شاعر نابینا- پدر علم  
لارج (۱۳) از میاحت ریاضی- تهدیدست-  
منطقه فرقیحی شمال تهران (۱۴) از  
مشتقات آمونیاک- افراطی- تعجب  
بانه (۱۵) مگابایت- ازانام های بهشت-  
نسان آرامی و تاریخ ساز-

**مودی:** (۱) جو هر قهقهہ کے محرک  
صبی است۔ گوسفند عربی-  
سخن چین (۲) صلح۔ تعجب و حیرت-  
تفنگ پر ترب می شود (۳) میوه  
شته آوار- صداقت (۴) سبزی خوشبو-  
سرخ مایل به قهقهہ ای- جرعہ (۵) بالا  
مدن آب دریا۔ کلیہ- قضی ورزشی-  
مساوی (۶) قبیله- رمان مشهور پانولو  
توتیلو- ماسک (۷) آش هفت دانه-  
ز انواع مساقبہ های تیمی سرعتی  
(۸) عرصہ، میدان- طرحی برای قالی  
پریانی- از لقب اشرافی زبان اروپا (۹)  
یامبر مدفعون در شوش- یون منفی  
(۱۰) پایخت کشور جزیرہ ای کیپ ورد

ذوہبی

نظم مهم است

<p>۱۴) قطع طریق- روشنایی‌ها- لنگ-</p> <p>۱۵) حس بویایی- رمان معروف مح- دولت آبادی- عنصری که بخش از خو- فلات و غیرفلات را در.</p>	<p>اقامتگاه تابستانی- دسته جمعی-</p> <p>دهان کوچک (۵) بالاتلاق- ساقه خوارکی</p> <p>۶) قوم مغول- پرسزیاروی بهشتی-</p> <p>راست روید (۷) گیاهی خودرو با مصرف</p> <p>دارویی- غربال کردن- مادر لر (۸)</p> <p>شیرکوهی- چراخ خوارک پزی قدیم-</p> <p>شهر اصلی گردشگری ایتالیا (۹) حرف</p> <p>دهن کجی- شعری که در وصف جنگ</p> <p>سروده می شود- قدغن (۱۰) شنیدن-</p>
<p>۱۴) کامل نشده- مراقبت برای اطمینان</p> <p>از درستی کاری- تزئین صحنه نمایش</p> <p>مساوی (۷) قیلله- رمان مشهور یانولو</p> <p>کوئیلو- ماسک (۲) اش هفت دانه-</p> <p>از انواع مسابقه‌های تیمی سرعتی</p> <p>(۸) عرصه، میدان- طرحی برای قالی</p> <p>ایرانی- از القاب اشرافی زنان اروپا (۹)</p> <p>پیامبر مدنون در دوشش- یون منفی</p> <p>(۱۰) پایاخت کشور جزیره‌ای کیپورد</p>	<p>سرخ مایل به قهوه‌ای- جرعه (۵) بالا</p> <p>آمدن آب دریا- کلیه- قاضی ورزشی-</p> <p>چیره‌شونده- چشمۀ زاینده است</p> <p>و دولت پایینه- علم به احکام شرع.</p>

طريق تغذیه با شیر مادر مشکل کودک را تضمین می‌کند، پسر از شیر خود تغذیه کنند. وی خوب است و تهابان، ماقبل	کارشناس شبکه بهداشت و درمان گناوه گفت: با توجه به مواد اینمنی بخشی که در شیر مادر وجود دارد و کودک را در برابر سیسایر از بیماری‌ها مصون می‌کند لذم است در زمان ایدمی کرونا کودکان از شیر مادر محروم نشوند.
---	--

بد به اولویتی در طرح های اجرایی تبدیل شود. امادر شتر موارد مانچین کارهای را فرع می دانیم و به دنبال نشرفت در حوزه های اصلی هستیم. در حالی که این عزیز ساخت موردنیاز برای پیشرفت در اصل های بت که منظمانم، است.

پس چرا بعد از این همه مدت هنوز اقدامی برای این موضوع صورت نگرفته است؟  
کی از همین ترین مسائلی که هنوز دست به گیریان  
لید کشیده است این است که معاوادت به ازبیدون  
دسر نفتی داشتیم. از طرفی علاقه به خرید خارجی  
منافع حاصل از آن که نصیب عده‌ای می‌شده نیز  
وضویعی بوده که همیشه نفس تولید را گرفته است.  
تأسیساتی برخورد جدی ای با چنین افرادی صورت  
کی گیرد. به عبارت دیگر هزینه خلاف کردن در کشور  
نمی‌باشد. شاید صحبت زیادی درخصوص برخود با این  
خلوفان بشود، اما برخود مؤثر و بازدارنده به معنای  
قیچی صورت نمی‌گیرد.

تنه دیگراین که هنوز واقعاً تصمیم جدی برای شرفت دانش بنیان در کشور نگرفته‌ایم. زیرا اگر مسالم براین باشد، حداقل باید سیاست‌سازی مادربرخی مسائل به تفاوچ ملی برای پیشرفت کشور بررسند و از آن برنامه‌ریزی بلندمدتی براساس اولویت‌های برای سعه دانش در کشور داشته باشند. بعد هم تکیکی ن مدیریت اجرایی و سیاسی کشور ایجاد شود. یکی اتفاقات بدی که در کشور مارخی مدهد این است که هر چرخش مدیریت سیاسی در کشور بسیاری از بیرون تاسوطه پایین به صورت کامل عوض می‌شوند. صورتی که باید این دو گروه از هم مجزا شوند و اگر قرار است چرخش نیز اتفاق بیفتد فقط در سطح مدیران سیاسی کشور باشد و مدیران اجرایی، مسؤول اجرای ممان طرح‌های بلندمدت باشند که در مردم توافق نده و در مورد آن دیگر دعوا بیش نشود. در دنیا نیز هر شوری که پیشرفت کرده است، روزی این مسیر را طی نموده است. اما شاید ما به دلیل علاقه به قدرت این وارد را مشخص نمی‌کیم.

A black and white photograph of a man with glasses and a suit, sitting in a chair and looking to the side. The image is framed by a green border.

چطور



سیستم ایمنی قوی نیاز داریم. به این دلیل که بدن پاید بتواند با بیماری‌های فصلی و بیماری دهید، دلزده می‌شوید. بنابراین سعی کنید در یکنواخت و تکراری، ورزش‌های تکراری هم انجام دهید.

<p>اصلی یعنی کرونا مقابله کند. ورزش از راهکارهای تقویت عملکرد آن است.</p> <p><b>مکاتب ارشادی:</b> مکاتب ارشادی از دو نوع هستند:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>مکاتب ارشادی معمولی: این مکاتب ارشادی معمولی مبنی بر این است که افراد باید از این روش استفاده کنند.</li> <li>مکاتب ارشادی مخصوص: این مکاتب ارشادی مخصوص مبنی بر این است که افراد باید از این روش استفاده کنند.</li> </ul>	<p>این باره هم تنوع را علی کنید. به عنوان مثال از هواهوب، بارفیکس، حلقه‌ها، وزنه‌ها و توپ‌های متفاوت پیش از اینکه مانع از تفاوت باشید.</p>
--	--

<b>سترن استرس و اضطراب:</b> همه ما از این محنکت و روسی... استفاده نمی‌کنیم.	<b>بازی پاها:</b> این کار علاوه بر کمک به ورزش نایحه مشخصی از این انجراف دارد.
روزهایی که سر و کله این بیماری شروع شد، دچار استرس و اضطراب شده‌ایم؛ هرجند باشد تهای متفاوت. ورزش از راهکارهای برطرف کردن	بدن، به تنویر ورزش هم کمک می‌کند.
استرس و اضطراب شده‌ایم؛ هرجند باشد تهای متفاوت. ورزش از راهکارهای برطرف کردن	حالات برای ورزش آستین بالا زده‌ایم، خوب است
استرس و اضطراب شده‌ایم؛ هرجند باشد تهای متفاوت. ورزش از راهکارهای برطرف کردن	بدن اتفاق نمی‌افتد.

<b>برای تغییر عادت های غذایی ممکن است در اینجا دیده شود.</b>
<b>انجام دهد و بعد</b>
<b>به عنوان مثال برای پر کردن اوقات فراغت، به جای کباب و شیرینی و تارت و... دستور پخت غذاهای سالم مانند انواع سالاد و غذاهای تهیه شده با سبزیجات فصل و تازه را یاد بگیرید. به جای انواع نوشیدنی های ناسالم، شیوه آماده کردن ا نوع دمنوش های سرد و گرم و آبمیوه های تازه را یاد بگیرید.</b>
<b>همین حکمت</b>
<b>حلوگیری از اضافه وزن: لازم به توضیح نیست</b>

- فراموش نکنید اضافه وزن، یکی از دلایل افسردگی و عصبانیت است و اینها زمینه ساز پرخوری است. بنابراین اگر به دلیل شیوه کرونا وارد چرخه نامطلوب شده‌اید، آن را بشکنید.
- اندازه جسم بهتر است  
برینامه ورزش چانید. اینها به تحرک بدنی مهم است و در دوره کرونا، مهم‌تر. چرا؟ به چند دلیل مهم:
- تقویت عملکرد سیستم ایمنی: ما به داشتن شرایط زندگی