

#### اخبار

### جمع آوری معنادان متجاهر از فردا

دبیر شورای هماهنگی مبارزه با موادمخدر استان تهران گفت: از روز دوشنبه ۸ اردیبهشت جمع‌آوری معنادان متجاهر با شیب ملایم آغاز می‌شود. مصطفی هادی‌زاده در گفت‌وگو با فارس، درباره جمع‌آوری معنادان متجاهر در استان تهران اظهار داشت: از روز دوشنبه ۸ اردیبهشت جمع‌آوری معنادان متجاهر در استان تهران با همکاری پلیس آغاز می‌شود. وی گفت: ما برای جمع‌آوری معنادان متجاهر منتظر ابلاغ پروتکل‌های بهداشتی بودیم و در این زمینه باید سلسله مراتب طی می‌شد. دبیر شورای هماهنگی مبارزه با موادمخدر استان تهران گفت: در حال حاضر تمام هماهنگی‌ها جهت جمع‌آوری معنادان متجاهر از ۸ اردیبهشت با شب ملایم انجام شده است. هادی‌زاده گفت: این معنادان در مراکز نگهداری ماده ۱۶ نگهداری خواهند شد و تست کرونا هم از آنها گرفته می‌شود. ■■■

### اتصال خطوط ۲ و ۳ متروی تهران با احداث ایستگاه جدید

مدیرعامل شرکت متروی تهران از اتصال خطوط ۲ و ۳ مترو در تقاطع خیابان‌های ولیعصر(عج) و امام خمینی(ره) با احداث یک ایستگاه جدید خبر داد.
به گزارش فارس، علی امام در این‌باره اظهار داشت: اتصال خطوط ۲ و ۳ متروی تهران در تقاطع خیابان‌های ولیعصر(عج) و امام خمینی(ره) با احداث یک ایستگاه تقاطعی انجام می‌شود. وی با اشاره به اینکه این ایستگاه به G3 معروف است، خاطر نشان کرد: نقطه مورد نظر یکی از نقاط حائز اهمیت از نظر ترافیکی است، لذا راه‌اندازی ایستگاه در این بخش از شهر یکی از ضرورت‌های مهمی است که شرکت مترو در دستور کار خود قرار داده است. وی تأکید کرد: تبادل بین خطوط باعث می‌شود که مترو بتواند نقش شبکه‌ای خود را ایفا کند اما متأسفانه به دلایل مختلف هنگام احداث خط ۳، ساخت این ایستگاه مغفول مانده است. ■■■

### عوارضی برای ورود به طرح ترافیک اخذ نمی‌شود

معاون عمرانی استانداری تهران با اشاره به لغو طرح ترافیک تهران گفت: محدودیت‌های طرح ترافیک و زوج و فرد تا اطلاع ثانوی برداشته شده است و طرح ترافیک جدیدی هم نداریم. محمد تقی‌ی‌زاده در گفت‌وگو با فارس، در پاسخ به این پرسش که آیا طرح ترافیک جدید در تهران اجرا می‌شود، اظهار داشت: بر اساس تصمیم ستاد ملی مقابله با کرونا و شرایط فعلی کشور محدوده‌های طرح ترافیک و زوج و فرد در تهران لغو شده است و هیچ‌گونه طرح ترافیک جدیدی در تهران نخواهیم داشت. وی گفت: با توجه به شرایط فعلی این محدویت‌ها باید برداشته می‌شد تا تجمع انسانی در حمل و نقل عمومی نداشته باشیم و مردم از وسایل نقلیه شخصی خود بیشتر استفاده کنند تا بتوانیم جلوی شیوع کرونا را بگیریم. ■■■

### احتمال بازگشایی مدارس از نیمه شهریور

دبیرکل شورای عالی آموزش و پرورش از بررسی محتوا و مدل ارزشیابی پایان سال دانش‌آموزان در این شورا خبر داد و گفت: یکی از سناریوهای در دست بررسی، بازگشایی مدارس از نیمه شهریور است. مهدی نویدادهم در گفت‌وگو با فارس، درباره نگرانی خانواده‌ها و دانش‌آموزان درباره نحوه برگزاری امتحانات آخر سال، اظهار کرد: تلاش می‌کنیم در یک فضای آرام و بانشاط، هم سال تحصیلی را به پایان برسانیم و هم امتحانات را برگزار کنیم. نویدادهم اضافه کرد: یکی از سناریوهای در دست بررسی ما این است که در صورتی که بحران کرونا تمام نشود و ستاد ملی مقابله با کرونا اجازه دهد، سال تحصیلی جدید از نیمه شهریور آغاز شود. وی افزود: در ابتدای هر سال معلمان ۲ هفته اول را به مرور دروس سال گذشته می‌گذرانند. این مدت زمان به علاوه ۲ هفته نیمه دوم شهریور، فرصت خوبی است تا دروس سال گذشته مرور شود و معلمان اطمینان حاصل کنند که دانش‌آموزان محتوای لازم برای ورود به سال تحصیلی جدید را یلد هستند. ■■■

### شناسایی متقاضیان اشتغال توسط تسهیل‌گران بنیاد برکت

مدیرعامل بنیاد برکت گفت: شبکه ۵۰۰ نفری مجری‌ای در مناطق روستایی و محروم کشور در حال شناسایی متقاضیان اشتغال‌زایی و ایجاد فرصت‌های کسب‌وکار برای آنها هستند. به گزارش مهر، امیرحسین مدنی افزود: ۹ هزار شغل از ۱۸۰ هزار شغلی که بنیاد برکت در سال جاری ایجاد می‌کند، به کولبران ۳ استان مرزی کرمانشاه، کردستان و آذربایجان غربی اختصاص خواهد داشت. مدنی با تأکید بر برگزاری رزمایش همدلی برکت به دعوت مقام معظم رهبری تصریح کرد: بنیاد برکت سال گذشته ۴۰ هزار طرح اشتغال‌زایی را در مناطق محروم و کمتر برخوردار کشور راه‌اندازی کرد که ایجاد ۱۲۰ هزار شغل را به دنبال داشت. مدیرعامل بنیاد برکت ادامه داد: برای امسال نیز ایجاد ۱۸۰ هزار فرصت شغلی را در دستور کار داریم که به این ترتیب، تعداد اشتغال ایجاد شده توسط بنیاد تا پایان سال ۹۹ در مجموع به ۳۰۰ هزار شغل می‌رسد. به گفته مدنی، ۱۸۰ هزار شغل ایجاد شده توسط بنیاد برکت در سال جاری، با اولویت بیکارشدگان ناشی از کرونا خواهد بود.



#### هشدار پلیس آگاهی ناجا درباره آگهی‌های پیش‌فروش مسکن

رئیس اداره اجتماعی پلیس آگاهی ناجا به شهروندان هشدار داد که نسبت به کلاهبرداری با شگرد پیش‌فروش و مشارکت در ساخت مسکن، آگاه باشند. سرهنگ شهاب امینی اظهار داشت: مسکن است در پس یک تبلیغ، افرادی شاید فعالیت کنند که قصد کلاهبرداری از خریداران مسکن را داشته باشند. وی ادامه داد: لازم است اینگونه قراردادها در بنگاه‌های معاملات ملکی دارای مجوز منعقد و کد رهگیری معتبر دریافت شود.

سرهنگ شهاب امینی اظهار داشت: مسکن است در پس یک تبلیغ، افرادی شاید فعالیت کنند که قصد کلاهبرداری از خریداران مسکن را داشته باشند. وی ادامه داد: لازم است اینگونه قراردادها در بنگاه‌های معاملات ملکی دارای مجوز منعقد و کد رهگیری معتبر دریافت شود.



خاطر نشان کرد: تعطیلی مدارس، دانشگاه‌ها و رستوران‌ها کمک می‌کند تا انتقال این ویروس بسیار کم شود. بنابراین ماه رمضان فرصت مناسبی است که مردم با ماندن در خانه و کاهش سفرها به کاهش زنجیره انتقال این بیماری کمک کنند.

وی ادامه داد: هنوز مرضی‌های بدحال زیادی در کشور به علت مبتلا به کرونا در بیمارستان‌ها بستری هستند و هر روزه نیز مبتلایان به این بیماران به مراکز درمانی مراجعه می‌کنند و در چنین شرایطی باید به این نکته مهم توجه شود که این بیماری بیماری ریشه‌مداری است و تا ریشه آن خشک نشود همچنان خطرناک است.

بهداشت فردی و اجتماعی و ترددهای بی‌مورد در کوچه و خیابان‌ها مانند ریختن زبرین روی آتش این بیماری است، بنابراین تا قطع شدن کامل زنجیره انتقال ویروس کرونا نباید این بیماری را به شوخی گرفت.

محضر با بیان اینکه هنوز به مرحله مهار این بیماری در کشور نرسیده‌ایم، گفت: خیلی‌ها فکر می‌کنند ویروس کرونا از بین رفته است، بنابراین باید به این افراد گفت کاملاً در اشتباه هستید و ویروس کرونا همچنان برای از بین بردن افراد بی‌توجه کمین کرده است.

استاد بیماری‌های عفونی دانشگاه علوم پزشکی تهران

#### معاون وزیر بهداشت: مرگ بر اثر کرونا ۷۰ درصد کاهش یافته‌است

#### اما همچنان باید مراقب و هوشیار باشیم

# امید و احتیاط کرونایی

### مینو محرز در گفت‌وگو با «وطن امروز»: مراجعات به بیمارستان‌ها کم شده‌است اما اگر پروتکل‌های بهداشتی را فراموش کنیم، همه زحمات بر باد می‌رود

کرونا به بیمارستان‌ها برای بستری نسبت به یکی، دو ماه گذشته کم شده است، البته این کاهش مرجعه به معنای کاهش شیوع ویروس کرونا یا از بین رفتن آن نیست.

مینو محرز به کم‌توجهی خیلی‌ها نسبت به سرایت ویروس کرونا، اشاره کرد و افزود: ما همچنان نگران موج‌های دوم و سوم شیوع این بیماری در صورت بی‌توجهی مردم به رعایت اصول بهداشتی و فاصله‌گیری فیزیکی هستیم، چرا که مشاهده تراکم جمعیت در خیابان‌ها، مراکز خرید و… نشان می‌دهد مردم فکر می‌کنند این ویروس ضعیف یا ناکارآمد شده است در حالی که اینچنین نیست و کرونا همچنان کشنده و بسیار خطرناک است. رئیس مرکز تحقیقات اپیدز ایران تصریح کرد: کاهش میزان ورود مبتلایان ویروس کرونا به بیمارستان‌های تهران و برخی شهرستان‌ها اگر چه امیدوارکننده است که زنجیره انتقال آن در کشور تا حدودی در حال گسسته شدن است اما نباید نسبت به قطع کلی زنجیره این بیماری بی‌رحم بی‌توجه بود، چرا که قدرت انتقال آن به قفری بالاست که در صورت مبتلا بودن چند نفر و رعایت نشدن پروتکل‌های بهداشتی توسط مردم، بازگشت شیوع گسترده آن به جامعه حتمی است.

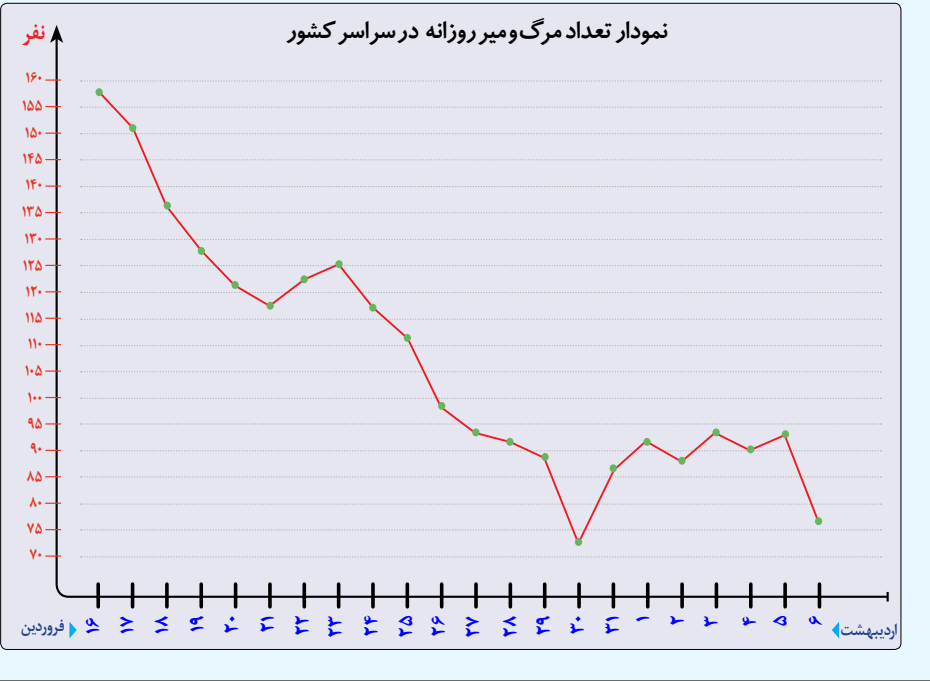
عضو کمیته ملی مبارزه با بیماری «کووید-۱۹» وزارت بهداشت، تنها راه کنترل این بیماری را ماندن در خانه و فاصله‌گیری اجتماعی عنوان کرد و افزود: رعایت نکردن مسائل

با وجودی که ویروس مرموز کرونا همچنان جان می‌گیرد اما خیلی‌ها نسبت به این موضوع بی‌تفاوتند. اوج ترافیک در کلاشهرها، ترددهای غیر ضروری مردم در خیابان‌ها، گسترده شدن بساط دستفروشان به همراه افزایش مسافران مترو، بسبب نگران‌کننده است، چرا که همه‌گیری ویروس کرونا در چنین شرایطی فعال خواهد شد و احتمال وقوع موج‌های دوم و سوم شیوع این بیماری واگیردار را در جامعه افزایش می‌دهد. معاون کل وزیر بهداشت روز گذشته اعلام کرد: مرگ بر اثر کرونا در کشور ۷۰ درصد کاهش یافته است و در اکثر استان‌ها روند نزولی بیماری به صورت قابل توجهی مشاهده می‌شود. البته ایرج حریرچی به مردم هشدار داده هرگونه غفلتی می‌تواند عوارض جبران‌ناپذیری و شدیدی داشته باشد.

حریرچی یک آمار جالب دیگر هم می‌دهد و آن اینکه قبل از کرونا روزانه ۳۵۰ هزار نفر به مراکز درمانی مراجعه می‌کردند اما بعد از شیوع کرونا این مراجعات به میزان قابل توجهی کم شده است. معاون وزیر بهداشت سیگنال مثبتی به مردم می‌دهد اما همچنان به جامعه هشدار می‌دهد که پروتکل‌های مقابله با «کووید-۱۹» رعایت شود.

همچنین عضو کمیته ملی مبارزه با بیماری «کووید-۱۹»

وزارت بهداشت به کاهش میزان مرگ‌ومیر ناشی از کرونا در کشور اشاره کرد و افزود: مدتی است تعداد مراجعان بیماری



**گروه اجتماعی:** جدیدترین آمار وزارت بهداشت نشان می‌دهد تعداد مرگ‌ومیر ناشی از کرونا بار دیگر روند نزولی گرفته است. به گزارش «وطن‌امروز»، تعداد مرگ‌ومیر ناشی از «کووید-۱۹» از ۲۶ فروردین‌ماه به زیر ۱۰۰ نفر رسید و ۲ رقمی شد و حالا سخنگوی وزارت بهداشت اعلام کرد تعداد مرگ‌ومیر روزانه ناشی از کرونا به ۷۶ نفر رسیده است. کیانوش جهانپور در این باره گفت: از ظهر جمعه تا ظهر شنبه ۷۶ بیمار «کووید-۱۹» جان خود را از دست دادند و مجموع جان‌باختگان این بیماری به ۵۶۵۰ نفر رسیده است، در عین حال خوشبختانه تاکنون ۶۸۱۹۲ نفر از بیماران بهبود یافته و ترخیص شده‌اند. وی گفت: بر اساس معیارهای قطعی تشخیصی ۱۱۳۴ بیمار جدید مبتلا به «کووید-۱۹» در کشور شناسایی شدند. بر این اساس مجموع بیماران «کووید-۱۹» در کشور به ۸۹۳۲۸ نفر رسیده است.

#### ■ واکنش روحانی به بازگشایی اماکن مذهبی

پروتکل‌های وزارت بهداشت حتی با فرارسیدن ماه مبارک رمضان در حال اجرا شدن است و اماکن مذهبی همچنان بسته است.البته‌دکتر علیرضا مرندی، رئیس فرهنگستان علوم پزشکی

#### مهدی چمران با اشاره به تأثیر رزمایش‌های همدلی و گروه‌های جهادی در مقابله با کرونا:

## جهان به قدرت ایران اعتراف کرد

مهدی چمران در گفت‌وگو با «وطن امروز» تصریح کرد: اگر چه دیدار مجازی ۲ شهردار لندن و تهران بیشتر محور بحث تحریم‌ها در زمان شیوع کرونا و پیشروی تهران نسبت به لندن در مقابله با کرونا بود اما آنچه در داخل کشور رخ می‌دهد، بیانگر ۲ حادثه مهم است؛ ابتدا تلاش تیم درمانی و دیگری جهاد خارق‌العاده نیروهای خودجوش مردمی محلات و ایچاک همدلی بین آنها که یادآور روزهای نخست پیروزی انقلاب اسلامی است.

رئیس سابق شورای شهر تهران خاطر نشان کرد: امروز

مهدی چمران، رئیس سابق شورای شهر تهران درباره دیدار مجازی شهردار لندن با پیروز حناچی، شهردار تهران به «وطن‌امروز» گفت: معمولاً این دیدارها و تماس‌های تلفنی بین شهرداران دنیا مرسوم و معمول است اما اینکه صادق خان، شهردار لندن، تهران را در مقابله با ویروس کرونا نسبت به لندن پیشرو می‌داند، نشان‌دهنده تلاش بی‌وقفه تیم پزشکی به همراه فعالیت‌های بی‌دعای جهادگرانی است که در کنار تیم پزشکی به صورت خودجوش برای مقابله با این بیماری از هیچ تلاشی دریغ نکردند.

رئیس سابق شورای شهر تهران خاطر نشان کرد: امروز

<b>۲۰ توصیه تغذیه‌ای برای ماه مبارک رمضان</b>
<b>هرگز وعده سحری را فراموش نکنید.</b> گرسنگی طولانی می‌تواند در صورت رعایت نکردن اصول تغذیه صحیح در وعده سحر و افطار یا حذف یکی از وعده‌ها بویژه وعده سحری، موجب تضعیف سیستم ایمنی بدن شود و احتمال ابتلا به بیماری «کووید-۱۹» را افزایش دهد.
از انواع میوه به جای آبمیوه استفاده کنید.
از مصرف نوشیدنی‌های صنعتی که حاوی قند،بالا و فاقد فیبر است پرهیزید.
افطار خود را با خرما آغاز کنید.
از نوشیدن چای، قهوه و کولا که حاوی کافئین و مقصر است، پرهیزید.
مصرف غذاهای سرخ‌شده، پرادویه و نمک، چرب و فرآوری شده را کاهش دهید.
غذای خود را از افطار تا سحر به ۳ وعده سبک تقسیم کنید.
آب به اندازه کافی بنوشید و از نوشیدن آب سرد و یخ بویژه در هنگام افطار جدا خودداری کنید.
سالادهای سبزرنگ، آب زیادی برای بدن فراهم می‌کند.
از سوپ‌ها در وعده سحری و افطار استفاده کنید و در سوپ خود از جو، هویج، کوجه فرنگی، کنو حلواپی، تره، جعفری، اسفناج، گشنیز، پراکلی، پیاز، انواع جوانه‌ها و تکه‌های مرغ استفاده کنید.
در وعده سحر از میوه‌های فصل می‌توانید استفاده کنید.
از نان‌های سبوس‌دار و انواع جوانه‌ها در وعده‌های غذایی خود استفاده کنید.
مصرف انواع مختلف میوه‌ها و گروه سبزی‌های رنگارنگ و با رنگ‌های متفاوت می‌تواند سیستم ایمنی بدن را تقویت دهد.
از گروه شیر و لبنیات طبیعی در فاصله افطار تا سحر استفاده کنید.
استفاده از حبوبات و آجیل‌ها می‌تواند در تقویت سیستم ایمنی نقش داشته باشد.
از خورشت‌های سبز مانند خورشت قرمه، کنگر و... استفاده کنید. مصرف این خورشت‌ها می‌تواند باعث پیشگیری از بوزر بیوست در طول روز شود.
تأمین پروتئین مورد نیاز بدن از طریق منابعی مانند گوشت گوسفندی و تخم‌مرغ که حاوی مواد معدنی نظیر آهن و روی و برخی انواع ویتامین‌ها است می‌تواند در تقویت سیستم ایمنی و جلوگیری از کم‌خونی و ضعف موثر باشد؛ از خوردن گوشت گاو، گوساله پرهیز کنید.
از برخوری و درهم‌خوری پرهیزید.
غذا را خوب بجوید، بین هر ۲ قاشق غذا، قاشق را کنار بگذارید و مواد غذایی را بین ۱۶ تا ۲۰ بار بجوید. از مصرف آب در بین غذا پرهیزید.
از مصرف آب قبل از غذا، در بین غذا و تا یک ساعت بعد از غذا پرهیزید.