صفحه‌آرا: حامد یزدانی

پولشویی

آمار شرکت‌های صوری اتباع خارجی

هادی خانی، رئیس مرکز اطلاعات مالی از برخورد با دخالت اتباع خارجی در ثبت شرکت‌های صوری برای پولشویی، فرار مالیاتی و قاچاق ارز خبر داد و خواستار تسریع در ایجاد پایگاه داده ملی اتباع خارجی شد.

۲۴ هزار میلیارد تومان گردش مالی ۳۹ تبعه بیگانه

۵۶ شرکت صوری مالکیت اتباع خارجی

۴۴۳ هزار میلیارد تومان گردش مالی در ۲ سال اخیر

این شرکت‌ها هیچ‌گونه اظهارنامه مالیاتی نداشتند و الگوی رفتاری مشکوک آنها، عضویت ۲ تبعه خارجی در هیأت‌مدیره، تأسیس شرکت بدون توجیه اقتصادی و مشخص نبودن زمینه فعالیت آنهاست.

قطار

پیش‌فروش بلیت قطارهای اربعین از سه‌شنبه

برخلاف هواپیما، مسیرهای ریلی اربعین امسال با افزایش قیمت مواجه نخواهند بود و دولت وعده داده قیمت بلیت قطار مطابق رقم سال قبل باقی بماند. براساس اعلام شرکت راه‌آهن، پیش‌فروش بلیت در همه محورها (مسیرهای رفت تا تاریخ ۲۶ مردادماه و مسیرهای برگشت تا ۲۷ مردادماه)، از ساعت ۷:۳۰ تا ۱۰:۳۰ صبح روز سه‌شنبه (۲۴ تیرماه) از طریق سکوهای مجاز فروش اینترنتی بلیت آغاز می‌شود.
پیش‌فروش حضوری بلیت‌های این بازه زمانی از ساعت ۱۰:۳۰ تا ۱۳:۳۰ روز سه‌شنبه (۲۴ تیرماه) از طریق مراکز مجاز فروش حضوری انجام می‌شود. لازم به ذکر است از ساعت ۱۴ روز سه‌شنبه به بعد، به‌صورت همزمان پیش‌فروش ادامه خواهد داشت. هموطنان برای کسب اطلاعات بیشتر می‌توانند به‌صورت شبانه‌روزی با سامانه اطلاع‌رسانی راه‌آهن به شماره ۰۲۱۵۱۴۹ تماس بگیرند یا به پایگاه اینترنتی rai.ir مراجعه کنند.

چرا بلیت اربعین گران شد؟

هزینه سفر هوایی به عراق برای شرکت در عزاداری اربعین حسینی به ۱۵ تا ۱۸ میلیون تومان رسید

گزارش **احمد میرخدایی** روزنامه‌نگار

سال قبل هزینه پرواز رفت‌وبرگشت به نجف در ایام اربعین حسینی حدود ۱۰میلیون تومان بود و امسال، نرخ‌هایی که ایرلاین‌ها داوطلبانه برای پرواز در این مسیر اعلام کرده‌اند بیش از ۵۰درصد بالاتر از سال قبل است. البته صبح روز گذشته ابتدا از سوی انجمن شرکت‌های هواپیمایی افزایش ۸۰ درصدی قیمت بلیت اربعین نسبت به سال قبل اعلام شد اما عصر شنبه به علت تماس‌های اعتراضی مردم، انجمن شرکت‌های هواپیمایی در تصمیم خود تجدیدنظر کرد و افزایش قیمت‌ها را از ۸۰ درصد به ۵۰ درصد کاهش داد. به گزارش همشهری، عزیمت سیل انبوه عزاداران حسینی به کربلا برای شرکت در عزاداری اربعین سیدالشهدا(ع) به‌مثابه مانور سالانه صنعت حمل‌ونقل ایران عمل می‌کند و البته بار عمده این مانور بر گردن خودروهای شخصی و عمومی است. در این میان، صنعت هوایی به‌عنوان گران‌ترین شیوه حمل‌ونقلی کشور که البته ظرفیت محدودی دارد، بیشترین حواشی را متوجه خود می‌کند.

پیش‌فروش بلیت هواپیما برای ایام عزاداری اربعین حسینی از روز چهارشنبه ۲۵ تیر آغاز می‌شود و فروش چارتری بلیت پروازها به‌طور کامل از تاریخ ۱۳ تا ۲۶ مرداد ممنوع است.
همچنین برای بلیت پروازهای اربعین در بازه زمانی ۱۹ تا ۲۵ مرداد، قیمت ثابت تعیین شده و بلیت تهران - نجف و بالعکس ۱۵ میلیون و از فرودگاه‌های شرقی کشور مانند مشهد ۱۸ میلیون تومان نرخ‌گذاری شده است.
انجمن شرکت‌های هواپیمایی با اعلام اینکه قیمت بلیت پروازهای اربعین با هماهنگی کامل سازمان هواپیمایی کشوری تعیین شده، چند دلیل عمده برای افزایش قیمت‌ها برشمرده است.
رشد حدود ۶۰درصدی قیمت ارز نسبت به سال قبل و رسیدن دلار پرداختی به ایرلاین‌ها از ۴۴هزار تومان به بالای ۷۰هزار تومان یکی از این دلایل عنوان شده که البته فقط بر بخش هزینه‌های ارزی ایرلاین‌ها نظیر هزینه قطعه، عوارض فرودگاهی و... اثرگذار است.

همچنین دلیل دوم ایرلاین‌ها برای جهش نرخ بلیت هواپیما در ایام اربعین، افزایش ۲۴برابری قیمت بنزین هواپیما از حالت کاملا یارانه‌ای یعنی لیتری ۶۰۰تومان به حوالی لیتری ۱۴هزار تومان بوده است.
هم‌اکنون قیمت بلیت رفت‌وبرگشت هواپیما در مسیر تهران - نجف - تهران حدود ۱۱تا ۱۳میلیون تومان است، بنابراین قیمت‌های اعلام شده برای ایام اربعین حدود ۲۵درصد بالاتر از ایام عادی خواهد بود و به سود شرکت‌های هوایی تمام خواهد شد.

دستور عارف برای اصلاح نرخ پروازهای اربعین

معاون اول رئیس‌جمهور طی دستوری خطاب به وزیر راه و شهرسازی، اصلاح نرخ پروازهای اربعین را صادر کرد. محمدرضا عارف در تماس تلفنی با وزیر راه و شهرسازی دستور پیگیری و اصلاح نرخ اعلام شده برای پروازهای اربعین را صادر کرد.

طرح: محمدعلی حلیمی

عدد خبر

۷۰۰ میلیون تومان
بانک مرکزی طی بخشنامه‌ای نوع وام‌ها و روزهایی را که مشمول بخشودگی جرایم دیرکرد می‌شود به بانک‌ها ابلاغ کرد که براساس آن تمامی تسهیلات ازدواج، فرزندآوری، ودیعه مسکن و سایر تسهیلات تا سقف ۷۰۰ میلیون تومان که در بازه زمانی اول خرداد تا پایان تیر پرداخت آنها با تأخیر مواجه شده است مشمول بخشودگی جرایم دیرکرد می‌شود.

۸ میلیارد دلار
از ابتدای سال‌جاری تا روز چهارشنبه (۱۸ تیرماه)، حجم کل معاملات بازار ارز تجاری به ۸ میلیارد دلار رسیده است. دیروز هم در نخستین روز هفته، حواله دلار در بازار ارز تجاری با نرخ ۶۹ هزار و ۵۵۴ تومان، حواله یورو با نرخ ۸۱ هزار و ۳۵۲ تومان و حواله درهم با نرخ ۱۸ هزار و ۹۳۹ تومان، از سوی تاجران معامله شد.

گشتی در اقتصاد ایران

رشد ۴۰ هزار واحدی شاخص بورس

بعد از حدود ۲ هفته سرخپوشی بازار سرمایه، حمایت‌های شبکه بانکی، بانک مرکزی و صندوق توسعه ملی از طریق سازوکار صندوق تثبیت بازار سرمایه جواب داد و شاخص کل بورس در نخستین روز هفته با رشد ۴۰ هزار واحدی مواجه شد.

در حالی که بیشینه تقاضای مصرف برق کشور در مدت مشابه سال گذشته ۷۷۱۵۲ مگاوات بود، این میزان با توجه به اجرای برنامه‌های مدیریت مصرف و اثربخشی آنها، در هفته هفدهم سال‌جاری (روز سه‌شنبه ۱۷ تیر) به ۶۹ هزار و ۳۷۵ مگاوات رسید.

در حالی که برخی رسانه‌ها از کاهش فشار و حتی قطعی آب در برخی مناطق تهران خبر دادند، روز شنبه شرکت آبفای تهران این موضوع را رد و اعلام کرد در هیچ یک از مناطق تهران قطعی آب وجود نداشته است.

مدیرعامل شرکت مدیریت تولید، انتقال و توزیع نیروی برق ایران گفت: تعمیرات اساسی نیروگاه‌های حرارتی به پایان رسیده و این نیروگاه‌ها با آمادگی کامل در مدار تولید قرار دارند تا برق مورد نیاز ایام اوج بار را بدون محدودیت تامین کنند.

سازمان امور مالیاتی کشور از شناسایی ۶۶شخص حقوقی با مجموع ۹۶هزار میلیارد تومان اطلاعات اقتصادی که فاقد اظهارنامه مالیاتی بوده‌اند خبر داد. برای این افراد که جزو فراریان مالیاتی دانه‌درشت هستند، پرونده تشکیل شده است.

بیش از ۳۵۰۰ فعال بازار سرمایه با امضای بیانیه‌ای، سخنان نفرت‌انگیز نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی در خصوص اقتصاد و بورس ایران را محکوم کردند و در راستای حمایت از بورس با یکدیگر هم‌پیمان شدند.

صفحه‌آرا: حامد یزدانی

نکته روز

گرما با بدن چه می‌کند؟

گرم‌ترشدن بدن باعث می‌شود رگ‌های خونی گشاد شوند و این وضعیت منجر به کاهش فشار خون می‌شود و قلب را مجبور می‌کند برای به گردش درآوردن خون در بدن، سخت‌تر کار کند. این فرایند می‌تواند علائم خفیفی مانند عرق‌سوزشدن یا تورم پاها ایجاد کند. درعین‌حال تعریق منجر به ازدست‌دادن مایعات و نمک بدن می‌شود و از همه مهم‌تر، تعادل بین آب و املاح در بدن را تغییر می‌دهد. این وضعیت همراه با کاهش فشار خون می‌تواند منجر به گرمازدگی شود. اگر فشار خون خیلی پایین بیاید، خطر حملات قلبی افزایش می‌یابد. بدن ما چه در سرما و چه در گرما تلاش می‌کند دمای مرکزی‌اش را حدود ۳۷درجه سانتی‌گراد نگه دارد. این دمایی است که بدن ما برای کار در آن تکامل یافته است. با گرم‌ترشدن هوا پایین نگه‌داشتن دمای مرکزی بدن برای بدن دشوارتر می‌شود. بدن رگ‌های خونی بیشتری را در نزدیکی پوست باز می‌کند تا گرما را به محیط اطراف خود منتقل کند و شروع به عرق کردن می‌کند.

تغذیه

داستان آب کله‌پاچه و معده نوزاد

متأسفانه نزد مردم باورهای غلطی درباره برخی رفتارهای غذایی وجود دارد؛ مثل این باور که آب کله‌پاچه برای معده نوزاد مفید است. در حالی که گوارش و معده نوزاد و سیستم ایمنی او کامل‌نشده و می‌طلبد که درباره تغذیه‌اش به‌شدت حساس باشیم و به همین دلیل، پاسخ‌دادن به چنین سؤالاتی اهمیت زیادی دارد. حقیقتش این است که آب کله‌پاچه نه‌تنها برای نوزاد و معده نوزاد مفید نیست، بلکه مصرف بالای آن برای بزرگسالان هم توصیه نمی‌شود؛ چراکه پر از چربی‌های ناسالم است. بنا براعلام دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، «دستگاه گوارش نوزاد و فرد بالغ از نظر هضم و جذب موادغذایی متفاوت است و در مقایسه با بزرگسالان ظرفیت جذب چربی در نوزادان بسیار محدود است؛ بنابراین به‌هیچ‌عنوان تغذیه تکمیلی را با آب کله‌پاچه که سرشار از چربی است آغاز نکنید.» باید دقت داشته باشید که اگر هم قصد تغذیه تکمیلی دارید، این کار باید با احتیاط و طبق دستورالعمل‌ها انجام شود تا معده نوزاد به آن عادت کند.

تله حیوانات برای انسان‌ها

۱۹هزار تب مالت، ۴۰۹هزار حیوان گزیدگی و ۲۴مرگ ناشی از هاری در سال بر اثر انتقال بیماری از حیوان به انسان رقم می‌خورد

گزارش **گروه تندرستی**

حدود ۱۴۰۰عامل عفونی از جمله باکتری، ویروس، قارچ و انگل در دنیا وجود دارند که می‌توانند باعث بیماری در انسان شوند. حدود ۶۰درصد از آنها از حیوانات منتقل می‌شوند و بیش از ۸۰درصد بیماری‌های نوپدید و بازپدید هم مشترک بین انسان و دام هستند؛ به همین دلیل بیماری‌های قابل انتقال انسان و حیوان (زئونوز) از اهمیت بسیار زیادی برخوردارند و وزارت بهداشت هم یک هفته کامل را به اطلاع‌رسانی درباره این بیماری‌ها از جمله تب مالت و هاری اختصاص داده که مهم‌ترین بیماری‌های قابل انتقال از حیوان به انسان در ایران هستند. چند نکته و آمار رسمی از این بیماری‌ها در کشور را که دکتر قباد مرادی، رئیس مرکز مدیریت بیماری‌های واگیردار به همشهری اعلام کرده، در ادامه بخوانید.

تب مالت (بروسلوز)

۱۹,۹۷۲ مورد ابتلا در سال ۱۴۰۳

- ۵مورد مرگ
- انتقال از دام آلوده به انسان به‌ویژه هنگام زایمان دام‌ها، مصرف لبنیات غیرپاستوریزه و استنشاق تنفسی
- ۷۵درصد مبتلایان در مناطق روستایی
- **استان‌های پرخطر:** خراسان رضوی، لرستان، آذربایجان غربی و شرقی، همدان و اردبیل

حیوان‌گزیدگی و هاری

۴۰۹,۰۰۰ مورد ابتلا در سال ۱۴۰۳

- افزایش ۲۰درصدی نسبت به ۱۴۰۲ و ۲۴مورد مرگ
- ۸۵درصد موارد گزش از سگ و گربه است که در ۵۰درصد موارد سگ‌ها صاحب دارند.
- همه موارد گزیدگی، واکسن و برخی هم سرم ضدهاری دریافت می‌کنند.
- هزینه واکسن هاری ۷یورو و سرم ۲۰ یورو (تأمین رایگان توسط وزارت بهداشت)

سالک

۸,۲۶۷ مورد ابتلا در سال ۱۴۰۳

- روند کاهشی نسبت به گذشته که از ۳۷ابتلا در ۱۰۰هزار نفر به ۱۰ ابتلا رسیده است.
- استان‌های پرخطر: اصفهان، خراسان رضوی، فارس، گلستان و خوزستان

تب کریمه کنگو

۷ مورد ابتلای قطعی در ۱۴۰۳

- ۵مورد فوتی
- استان‌های پرخطر: سیستان و بلوچستان، کرمان و یزد
- دلایل انتقال: تماس با خون و ترشحات دام آلوده

نکته: گربه‌ها عامل اصلی انتقال توکسوپلاسموز هستند که در ۳ماه اول بارداری می‌تواند عامل عقب‌ماندگی ذهنی جنین شود.

توصیه نهایی

- برای هرگونه حیوان‌گزیدگی به یکی از ۷۰۰مرکز پیشگیری از هاری مراجعه کنید.
- راهکارهای حمایتی کنترل بیماری هاری از سوی مردم، تشکیل پرونده واکسیناسیون حیوانات خانگی در دامپزشکی‌ها و تزریق واکسن است.
- برای کنترل تب مالت، دام‌ها باید در شرایط بهداشتی نگهداری شوند که بخشی مسئولیت سازمان دامپزشکی و بخشی هم وظیفه مردم است.
- اجازه ندهید حیوانات خانگی با حیوانات وحشی و ولگرد تماسی داشته باشند.

خبرهایی که نمی‌بینید

اسامی پزشکان شهید
سازمان بسیج جامعه پزشکی تعداد شهدای پزشک جنگ ۱۲روزه را ۶تن و اسامی آنها را چنین اعلام کرد: شهیدان محمدحسین عزیزی متخصص گوش و حلق و بینی، سیدداود شیروانی و علی‌اکبر داودآبادی متخصص بیماری‌های عفونی، زهره رسولی متخصص زنان و زایمان، مریم حجاری دندانپزشک و مرضیه عسگری فوق‌تخصص طب نوزاد.

خدمات جالب یک بنیاد خیریه
بیش از ۷۰هزار خدمت پزشکی و آموزشی در بنیاد علوی انجام شده است. این خدمات مربوط به خردادماه سال‌جاری و در ۲۳استان بوده است. جالب اینکه خدمات سلامت‌محور این بنیاد حتی در شرایط بحرانی جنگ نیز تداوم داشت و قطع نشد.

سبک زندگی **آرش نهاوندی**؛ روزنامه‌نگار

ورزش کن، بیشتر زنده بمان

نتیجه یک تحقیق گسترده جدید نشان می‌دهد که انجام فعالیت بدنی می‌تواند به‌طور جدی، خطر مرگ را در شما کاهش دهد. براساس یک متاآنالیز جدید از ۸۵مطالعه که ۷میلیون نفر را در سراسر جهان بررسی کرده، انجام منظم تمریناتی که ضربان قلب و تنفس شما را افزایش می‌دهد، می‌تواند خطر مرگ زودرس را به هر دلیلی تا ۴۰درصد کاهش دهد. نتایج این مطالعه در مجله پزشکی ورزشی بریتانیا منتشر شده است.

مهم‌تر از قبل

به گزارش سی ان ان، گرگوری میلک، یکی از نویسندگان این مطالعه و مدرس ارشد دانشکده بهداشت عمومی دانشگاه کوئینزلند در بریزبن استرالیا، می‌نویسد: فعالیت بدنی ممکن است برای سلامت طولانی مدت حتی از آنچه قبلا تصور می‌کردیم نیز مهم‌تر باشد. رویی یو، دانشجوی دکتری بهداشت عمومی در دانشگاه بریزبن، می‌گوید: به‌نظر نمی‌رسد سن مهم باشد؛ افرادی که در سنین بالاتر ورزش را شروع می‌کنند نیز می‌توانند طول عمر خود را افزایش دهند. در واقع، تأثیر مثبت افزایش فعالیت بدنی اغلب در بزرگسالان مسن، قوی‌تر بود و تا ۱۰ یا ۱۵درصد باعث کاهش خطر مرگ در آنها می‌شد. میلک اشاره می‌کند: این نشان می‌دهد که هیچ‌وقت برای شروع فعالیت بدنی دیر نیست و شروع در هر زمانی از بزرگسالی می‌تواند منجر به زندگی طولانی‌تر و سالم‌تری شود.

نقش ورزش بیشتر در کاهش خطر مرگ

این مطالعه «جامع‌ترین تحلیل انجام شده تاکنون» در مورد فعالیت بدنی از اوایل بزرگسالی به بعد است. میلک می‌گوید: آنچه این مطالعه را متفاوت می‌کند این است که تحقیقاتی که فعالیت بدنی را در چندین نقطه در طول زمان پیگیری می‌کردند، مرور کرده است. این به ما اجازه داد الگوهای بلندمدتی مانند فعال ماندن، فعال شدن در مراحل بعدی یا توقف فعالیت و اینکه چگونه این الگوها بر خطر مرگ تأثیر می‌گذارند را بررسی کنیم.

دستورالعمل‌های ورزشی سازمان جهانی بهداشت

حداقل ۱۵۰تا ۳۰۰دقیقه فعالیت بدنی هوازی با شدت متوسط یا ۷۵تا ۱۵۰دقیقه فعالیت بدنی هوازی با شدت زیاد (یا ترکیبی از هر دو) در طول هفته.