

# بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ



غفلت از بازنشستگان  
غفلت از سرمایه‌های معنوی است

حالا هم که بازنشسته هستید از کار باز نشینید،  
مشغول بشوید، مملکت ما محتاج به نیروست

## فهرست:

- سخن مدیر مسئول ..... ۴
- کلام نور ..... ۵
- یادداشت سردبیر ..... ۶
- گزارش ..... ۷
- پیشکسوتان ..... ۱۸
- اخلاق ..... ۱۹
- خانواده ..... ۲۲
- مناسبت ..... ۲۴
- اجتماعی ..... ۲۷
- دفاع مقدس ..... ۳۰
- سلامت ..... ۳۲
- اخبار استانی ..... ۳۴
- نامه های رسیده ..... ۶۱
- آشپزی ..... ۶۲
- سرگرمی ..... ۶۴
- اطلاع رسانی ..... ۶۶

## ماهنامه کانون بازنشستگان نیروی انتظامی

سال سوم - شماره سیزدهم - شهریور و مهر ۹۴



صاحب امتیاز:	کانون بازنشستگان ناجا
مدیر مسئول:	مصطفی مکاوی پور
سردبیر:	محمد اسماعیل علیا
دبیر اجرایی:	محمد علی رایگانی
دبیر تحریریه:	محمد دشتی
مدیر هنری:	محمد رضا محسنی شاد
صفحه آرایی:	یوسف فروتن، مریم دهاز
ویراستار:	مرضیه قهرمانی نژاد

همکاران این شماره: سیدعظیم قوام، معصومه خاکدامن و پیشکسوتان: غلامرضا مهدوی، ابراهیم صادقی، فیروز علیزاده منصور، سید امیر آریا، فردوس قمری و محمد حسن زلفی گل  
خبر/گزارش/عکس: نوید همراهی، محمد پولادی

حروفچینی: حیدر طاهری، سهراب مستقیم

ناشر: روابط عمومی کانون بازنشستگان ناجا

نشانی: تهران، بلوار کشاورز، بین خیابان ۱۶ آذر و خیابان قدس، پلاک ۲۳۰

تلفن: ۴۲۸۴۴ - ۰۲۱

نمابر: ۸۸۹۸۲۶۳۲ - ۰۲۱

پیامک: ۳۰۰۰۲۶۶۰

رایانامه: kbnaja@kb-naja.ir

در انتخاب مطالب و ویرایش آزاد است.  
نشر مطالب با ذکر منبع فقط برای نشریات وابسته به  
نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران آزاد است.





سکس مهر مهاجر



## سخن محیر مسؤل

هفته دفاع مقدس یادآور شکوه و عزت ملتی است که با دم مسیحائی حضرت امام خمینی(ره) بیداری و آگاهی را تجربه و حیات طیبه را به جهانیان عرضه کرد. ملتی که در بستر حیات طیبه و عشق و ایثار در راه تحقق آرمان‌های بزرگ اسلامی تمام قد ایستاد و در مصاف استکبار و ایدادی مزدوروش در طول هشت سال دفاع مقدس با نثار و ایثار مال و جان و تقدیم هزاران شهید و جانباز، بر بام استقلال میهن اسلامی ندای آزادی را در جهان طنین افکند و جمهوری اسلامی ایران را به ام‌القرای جهان اسلام و مرکز بیداری مسلمانان تبدیل کرد. مجاهدت‌های مردم ایثارگر و اخلاص رزمندگان ما در مبارزه با دشمنان اسلام؛ سردمداران استکبار را مایوس و بارقه‌های امید را در دل آزادگان و مسلمانان ایجاد و ایران را محور مقاومت و الهام بخش برای ظلم ستیزان عالم قرار داد.

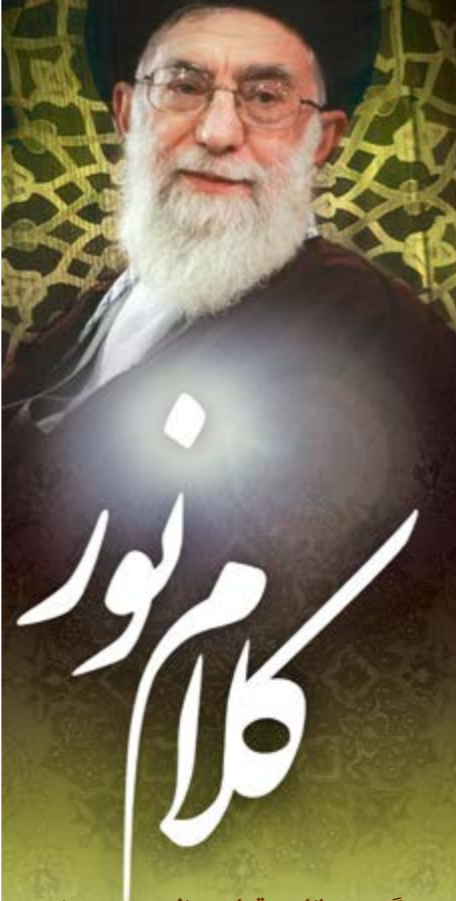
امروزه در اثر حماسه‌های آگاهی بخش رزمندگان اسلام و به برکت خون شهیدان والامقام دوران دفاع مقدس و رهبری‌های داهیانه مقام معظم رهبری حضرت آیت‌الله‌العظمی امام خامنه‌ای مدظله‌العالی، خط مقاومت در گستره کشورهای اسلامی به ویژه کشورهای منطقه راه روشن خود را یافته و پیشروی فرهنگ ارزشی اسلام ناب محمدی (ص) در سطح جهانی؛ دشمن را علاوه بر تحمیل جنگ‌های سخت، متوجه جنگ نرم کرده است. لذا بسط ایران هراسی، اسلام هراسی و شیعه هراسی در دستور کار آمریکا و هم‌پیمانانش قرار گرفته و هر روز شاهد ماجراجویی آمریکا و صاحبان زر و زور و تزویر و دامن زدن به ناآرامیها در منطقه هستیم.

اینان با بکارگیری دولت‌های سرسپرده در منطقه، از یک طرف به ایجاد تسنن آمریکایی، تشیع انگلیسی و پدید آوردن گروه‌های خشونت‌محور نظیر داعش، بوکو حرام و امثال آن و پیگیری سیاست قدیمی تفرقه‌اندازی؛ حرث و نسل مسلمین را در معرض غارت و قتل قرار داده و همه‌گونه پشتیبانی را برای گسترش و توسعه خشونت بکار می‌بندند و از دیگر سوی با بهره‌گیری از سرویس‌های اطلاعاتی، بنگاه‌ها و سازمان‌های تبلیغاتی و خبر پراکنی؛ از اسلام، چهره‌ای خشن را به نمایش می‌گذارند تا با مهندسی افکار عمومی در سطح جهان ضمن تحکیم سیطره و تسلط خود بر منابع کشورهای اسلامی آن را عمق و توسعه دوچندان بخشیده و روند اسلام‌خواهی را در میان ملل مختلف کند نمایند.

لیکن امروز آگاهی برآمده از قیام سید و سالار شهیدان، ایثار بسیجیان، روشن‌گری عاشورا ئیان و مجاهدین فی‌سبیل‌الله و شهیدان والامقامی همچون سردار سرلشگر حاج حسین همدانی که تبعیت از ولی امر مسلمین را سرلوحه عمل خویش قرار داده‌اند تفکر مقاومت را به الگوی کارآمدی برای جهانیان تبدیل کرده که کارایی برتر خود را در عراق و سوریه به اثبات رسانده و ان‌شاء‌الله دشمنان اسلام را به عقب‌نشینی‌های بزرگتر وادار خواهد ساخت. به بیان مقام معظم رهبری مدظله‌العالی «صف استوار آرزومندان این موهبت و کمر بستگان راه جهاد و شهادت در ایران اسلامی و در سپاه و همه‌ی نیروهای مسلح جمهوری اسلامی، صفی بلند و بنیانی مرصوص است: و منهم من ینتظر و ما یدلوا یتدیلا. رحمت خدا بر شهید همدانی و بر همه‌ی مجاهدان راه حق» بی‌تردید انتقال تجربه‌های موفقیت‌آمیز مقاومت، جهاد و ایثار رزمندگان و بسیجیان دفاع مقدس هشت ساله ما، به کالبد کشورهای اسلامی جان تازه‌ای بخشیده و بسیج مردمی را علیه طراحان و عوامل ترور و خشونت و توطئه‌های استکبار به دنبال خواهد داشت و این راه ان‌شاء‌الله همچنان پرفروغ خواهد ماند.

با عرض تسلیت ایام عزای سید و سالار شهیدان و تاسوعا و عاشورای حسینی به محضر شما پیشکسوتان و فرماندهان گرانسنگ عرصه جهاد و شهادت و گرامیداشت هفته نیروی انتظامی، امیدواریم با همت و همکاری شما مجاهدان فی سبیل‌الله بتوانیم تجارب مفید رزمندگان نیروی انتظامی در ایام دفاع مقدس و عرصه نظم و امنیت را به شایسته‌ترین وجه جمع‌آوری کرده و در اختیار آیندگان قرار دهیم.

مصطفی مکاوی‌پور



**گزیده بیانات مقام معظم رهبری حضرت آیت‌الله‌العظمی خامنه‌ای مدظله‌العالی در دیدار فرماندهان و کارکنان نیروی دریایی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی و خانواده‌های آنان - ۱۳۹۴/۷/۱۵**

بسم‌الله‌الرحمن‌الرحیم  
و الحمد لله رب العالمین و الصلوة و السلام علی سیدنا محمد و آله الطاهرین.

... امروز دستگاه‌های استکباری در این منطقه هدفهای خطرناکی را برای خودشان تعریف کرده‌اند؛ اینها هدفهایی است که با سرنوشت ملت‌ها سروکار پیدا میکند. ابزارهایی هم که به کار میگیرند، ابزارهای بسیار خطرناک و غیر انسانی و سبعانه است؛ یعنی هیچ اباء ندارند روشهایی را به کار بگیرند که انسانهای بی‌گناه کشته بشوند. شما ملاحظه کنید در منطقه‌ی غربی ما، در عراق، در سوریه یا در منطقه‌ی شرقی ما، در افغانستان، در پاکستان چه میکنند؟ هیچ ابائی ندارند، یعنی جان انسانها برایشان ارزشی ندارد. اینکه ادعا میکنند حقوق بشر و حقوق انسانها و حقوق شهروندی و از این ادعاها و قالبهای پوچ و بی‌محتوا، همه

خلاف واقع است؛ شاهدش همین است که ملاحظه میکنید؛ به بیمارستان حمله میکنند، ده‌ها نفر بیمار را با بمباران به قتل می‌رسانند، بعد میگویند ببخشید اشتباه شد! گاهی همین ببخشید را هم نمیگویند. در غزه، در یمن، در بحرین، در سوریه، در عراق، در مناطق دیگر فجایی اتفاق می‌افتد که انسان حیرت میکند از بی‌رحمی و سنگدلی آن کسانی که این فجایع را انجام میدهند؛ چطور میتوانند؟ یک آدمی را داخل قفس کنند، زنده زنده بسوزانند و آتش بزنند! دستگاه‌های حقوق بشری هم بنشینند و تماشا کنند. آن وقت یک سگی یا یک گربه‌ای وقتی داخل چاه می‌افتد، همه‌ی ابزارها را به کار میگیرند که این را از داخل چاه سالم بیرون بیاورند، یعنی ما طرفدار موجود زنده‌ایم؛ خطر بزرگ دنیا این ریاکاری است، این دروغ‌گویی است، این نفاق است؛ دشمن، این [طور] است. قصدشان این است که در منطقه اهداف خود را پیاده کنند؛ البته جمهوری اسلامی، به توفیق الهی و به حول و قوه‌ی الهی، نه فقط مانع نفوذ دشمن در درون خود میشود،

**[بلکه] تا حدود زیادی مانع پیاده کردن نقشه‌های دشمن در منطقه هم شده است؛ این توفیق پروردگار است، این قدرت الهی است که به برکت همین عزمها و اراده‌هایی است که شما جوانها دارید. خیلی از نقشه‌های اینها به‌خاطر اقتدار و حضور و ورود جمهوری اسلامی در آن جاهایی که باید وارد میشده، ناکام مانده، خنثی شده است؛ لذا خب، بیشترین تمرکز آنها برای دشمنی، نظام جمهوری اسلامی است و هر کار بتوانند [میکند] و این هم که دم از مذاکره و گفتگو میزنند، برای نفوذ است.**

یک عدّه‌ای در قضیه‌ی مذاکره و مسئله‌ی مذاکره سهل‌انگاری میکنند، سهل‌اندیشی میکنند، مطلب را درست نمیفهمند. حالا بعضی‌ها بی‌خیالند - بی‌خیالان جامعه، که هرچه پیش بیاید برایشان اهمیتی ندارد، مصالح کشور از بین برود، منافع ملی نابود بشود - که حالا با آنها کاری نداریم اما بعضی بی‌خیال هم نیستند لکن سهل‌اندیشند، عمق مسائل را نمیفهمند.

وقتی صحبت مذاکره میشود، میگویند آقا شما چرا با مذاکره‌ی با آمریکا مخالفت میکنید؟ خب امیرالمؤمنین هم مذاکره کرد با فلان کس، امام حسین هم مذاکره [کرد]. خب اینها نشان‌دهنده‌ی سهل‌اندیشی است، نشان‌دهنده‌ی نرسیدن به عمق مسئله است. این‌جور نمیشود مسائل کشور را تحلیل کرد؛ با این نگاه عامیانه و ساده‌اندیشانه نمیشود به مصالح کشور رسید. اولاً امیرالمؤمنین که با زبیر یا امام حسین که با ابن‌سعد حرف میزنند، او را نصیحت میکنند؛ بحث مذاکره‌ی به معنای امروزی نیست؛ مذاکره‌ی امروزی یعنی معامله، یعنی یک چیزی بده، یک چیزی بگیر. امیرالمؤمنین با زبیر معامله میکرد که یک چیزی بده، یک چیزی بگیر؟ امام حسین با ابن‌سعد معامله میکرد که یک چیزی بده یا یک چیزی بگیر؟ [هدف] این بود؟ تاریخ را این‌جور میفهمید؟ زندگی ائمه را این‌جور تحلیل میکنید؟ امام حسین رفت نهیب زده نصیحت کرد، گفت از خدا بترس؛ امیرالمؤمنین زبیر را نصیحت کرد، خاطرهای زمان پیغمبر را یادش آورد، و گفت از خدا بترس؛ اتفاقاً اثر هم کرد، زبیر خودش را از جنگ کنار کشید. امروز مذاکره به این معنا نیست؛ برای اینکه ما با آمریکا که شیطان بزرگ است، باید مذاکره کنیم یک عده‌ای واقعاً با نگاه سهل‌اندیشانه و عوامانه و بدون فهم حقیقتِ حال مثال می‌آورند و در روزنامه مینویسند، در سایت مینویسند و در سخنرانی میگویند که چرا امیرالمؤمنین با زبیر مذاکره کرد، شما با آمریکا مذاکره نمیکنید؟ یعنی این قدر اشتباه در فهم مسئله [وجود دارد]. این که حالا به این معنا مذاکره نبود.

ثانیاً ما با مذاکره‌ی با همان معنای امروزی مخالفتی نداریم؛ ما الان با همه‌ی دنیا داریم مذاکره میکنیم. ما با دولتهای اروپایی مذاکره میکنیم، با دولتهای آمریکایی لاتین [مذاکره میکنیم]؛ همه‌ی اینها مذاکره است؛ ما با مذاکره مسئله‌ای نداریم. معنای اینکه میگوییم با آمریکا مذاکره نمیکنیم این نیست که با اصل مذاکره مخالفتیم؛ نه، با مذاکره‌ی با آمریکا مخالفتیم. این یک علتی دارد، این را انسان هوشمند باید بفهمد که چرا؛ والا با دیگران هم که مذاکره میکنیم، آن‌چنان دوستان یقه‌چاک ما که نیستند - بعضی از آنها دشمنند، بعضی بی‌تفاوتند، با آنها مذاکره میکنیم مشکلی هم نداریم - اما مذاکره‌ی آمریکا با جمهوری اسلامی ایران، یعنی نفوذ؛ تعریفی که آنها برای مذاکره کردند این است و آنها میخواهند راه را برای تحمیل باز کنند. امروز غول عظیم تبلیغاتی دنیا در مشت آمریکا است؛ امروز جریان صهیونیستی بشدت دشمن بشریت و دشمن فضیلت، با آمریکا، هر دو در یک لباسند، دستشان از یک آستین می‌آید بیرون و با هم هستند. مذاکره‌ی با اینها یعنی راه را باز کردن برای اینکه بتوانند، هم در زمینه‌ی اقتصادی، هم در زمینه‌ی فرهنگی، هم در زمینه‌های سیاسی و امنیتی کشور نفوذ کنند.

در همین مذاکرات مربوط به مسائل انرژی هسته‌ای، هرچا فرصت پیدا کردند و میدان به آنها داده شد - که البته طرفهای ایرانی بحمدالله حواسشان جمع بود اما یک جاهایی بالاخره آنها فرصتهایی پیدا کردند - یک نفوذی کردند، یک حرکت مضرّ برای منافع ملی انجام دادند؛ آنچه ممنوع است این است. مذاکره‌ی با آمریکا ممنوع است به‌خاطر ضررهای بی‌شماری که دارد و منفعتی که اصلاً ندارد؛



## یادداشت سردبیر



وَأَنْ لَّوِ اسْتَقَامُوا عَلَى الطَّرِيقَةِ  
لَأَسْقِيَنَاهُمْ مَاءً غَدَقًا

خطبه بلند حضرت رسول اکرم  
(ص) در غدیر خم، با خطاب های مکرر

«عاشر الناس» همه مردم را مخاطب ساخته و به زمان و مکان خاصی محدود نیست. نبی اکرم (ص) روش زندگی سعادت آفرین پس از خود را برای همه ترسیم فرمود و بدون استثناء مردمان را به ولایت حضرت امیر المومنین علی علیه السلام فرا خواند و فرمود « مَنْ كُنْتُ مَوْلَاهُ، فَبِعَدَا عَلِيٍّ مَوْلَاهُ » و برخی آن را محبت به علی (ع) معنا کردند. خداوند متعال در قرآن به پیامبر اعظم اسلام (ص) فرمود « قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ » و مدعیان محبت به خداوند را به تبعیت از حضرت رسول (ص) احاله فرمود. زیرا جریان دوسویه محبت فقط با تبعیت ظهور و بروز پیدا می کند و در تبعیت: اوامر و نواهی موضوعیت پیدا می کند و التزام به آنها نشانه ای بر محبت خواهد بود و محبت و اطاعت قرین یکدیگرند. حال اگر به محبت علی (ع) توصیه شده ایم دخول در ولایتش و تبعیت از حضرتش نشانه ای است بر تحصیل محبتش؛ در غیر این صورت در حُبّ و دوستی او نیز وامانده ایم. ولایت حاکمان عادل در اسلام؛ به ولایت ائمه هدی علیهم السلام و ولایت الهی منتهی است که نتیجه آن خروج از ظلمت به سوی نور است «اللَّهُ وَلِيُّ الَّذِينَ آمَنُوا يُخْرِجُهُمْ مِنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ» طاغوت نیز در مقابل ولایت الهی است و در تحت ولایت جور و طاغوت بودن ثمره ای جز حرکت بسوی ظلمت ندارد «وَالَّذِينَ كَفَرُوا أُولِيَاؤُهُمُ الطَّاغُوتُ يُخْرِجُونَهُمْ مِنَ النُّورِ إِلَى الظُّلُمَاتِ» و آدمی را گزیر و گریزی نیست، الا اینکه تحت یکی از دو ولایت الهی یا ولایت طاغوت واقع می شود. لازم نیست قرار گرفتن در ولایت طاغوت، سایر نشانه های کفر و نفاق را در بر داشته باشد. بسا اینکه ولایت طاغوت لباس زیبای ولایت مداری بر تن می کند و صاحبش را گمراه. همین کافی است که دانسته شود که شخص با همه قوا در تبعیت از ولایت حق قرار نگرفته است. چنین کسی بی تردید سر از اردوگاه ولایت طاغوت بیرون خواهد کرد و عمله طاغوت خواهد شد زیرا در بزنگاه های عمل و تبعیت، غایب است و امام مسلمین را تنها خواهد گذاشت. در کوفه برخی که لباس زیبای امام خواهی و دوستی امام حسین (ع) را به تن داشتند ولی محبت خود را در مقام تبعیت نیازموده بودند در مواجهه با نماینده امام، یعنی حضرت مسلم (ع) به جای تبعیت از وی در خطرترین لحظه تاریخ، گفتند در انتظار معصوم می مانیم تا حضرت امام حسین (ع) به عنوان امام معصوم به آنان امر و نهی نماید یا جواز جنگ دهد و با این انتظار تا میمون اما به ظاهر زیبا، از تبعیت حضرت مسلم که نماینده امام (ع) بود خود را خارج کرده، تنهاش گذاشتند تا شهید شد و بدین سان مقدمات روزی را برای اسلام و مسلمین فراهم آوردند که عاشورا نامیده شد و امروز بر آن واقعه هولناک تا قیامت عزا داریم، و اگر چنین نکرده بودند و صرفا به فرمان مسلم بودند و برطبقه ولایت استقامت ورزیده بودند؛ نه تنها خود، بلکه عالمیان را از آب فراوان ولایت نوشانده و سیراب کرده بودند.

پس اگر می گوئیم « ما اهل کوفه نیستیم، علی تنها بماند » در آن بیشتر بیندیشیم که تحقق ولایت، فقط در تبعیت محض از ولایت امر است نه تحلیل هایی که موجب معطل ماندن امرش می شود که گاهی توأب شدن نیز تغییری در روز واقعه نمی دهد.

محمد اسماعیل علیا

این فرق میکند با مذاکره با فلان دولتی که نه چنین امکاناتی دارد، نه چنان انگیزه های دارد؛ اینها با همدیگر متفاوت است، این را نمیفهمند. مشکل کنونی کشور متأسفانه به خاطر وجود آدمهای بعضاً بی خیال و بعضاً سهل اندیش [است] که البته معدودند، اقلیتند؛ در مقابل انبوه عظیم جمعیت انقلابی و آگاه و بصیر کشور چیزی نیستند اما فعالند: مینویسند، میگویند، تکرار میکنند؛ تکرار میکنند! دشمن هم به اینها کمک میکند. امروز یک فصل مهمی از فعالیت دشمنان جمهوری اسلامی - که البته ما از آنها اطلاع داریم و حواس ما هست که چه کار دارند میکنند- همین است که محاسبات مسئولین را تغییر بدهند و افکار مردم را دست کاری بکنند و اینها را در ذهن جوانهای ما [جا بیندازند]؛ چه افکار انقلابی، چه افکار دینی، چه ایده هایی که مربوط به مصالح کشور است. آماج اصلی هم جوانها هستند؛ در چنین وضعیتی، جوانهای کشور خیلی باید بیدار باشند. الحمدلله بیدارند؛ هم دانشگاه های ما بیدارند، هم نیروهای مسلح ما بیدارند و سازمانهای نظامی ما -هم ارتش، هم سپاه، هم بسیج، هم نیروی انتظامی- بحمدالله پای کارند؛ بنده از این جهت هیچ نگرانی ای ندارم. خطاب من به شما بچه های انقلاب، جوانهای انقلاب که بحمدالله در یکی از مسائل مهم کشور، یعنی امنیت دریا سهیم و فعال هستید، این مضمون است که اهمیت کار خودتان را امروز بفهمید و بدانید. همان طور که در مباحثه همه ی ایمان در مقابل کفر قرار گرفت، امروز، همه ی ایمان در نظام جمهوری اسلامی در مقابل کفر قرار گرفته است؛ و همان طور که معنویت و صفا و اقتدار معنوی پیغمبر اکرم و خانواده اش توانست دشمن را از میدان خارج کند، به فضل الهی و به حول و قوه الهی ملت ایران با اقتدار خود و با معنویت خود دشمن را از میدان خارج خواهد کرد.

... آنچه من عرض میکنم این است که آمادگی هایتان را افزایش بدهید؛ هم آمادگی علمی را [یعنی] در علم و در تحقیقات، هم آمادگی های ابزارری را [یعنی] ابزارهای جنگی... بنابراین ابتکارات شما، ابداعات شما، نوآوری های شما در مسئله ی ابزارها و نوآوری در ابزار به موازات تحرک دشمن در کار علمی و ابزارسازی و حضور نظامی باید افزایش پیدا کند؛ و میشود؛ نوآوری ذهن انسان پایان ندارد. همان طور که فرض کنید یک روزی سپاه به این نتیجه رسید که دنبال قایقهای تندرو برود، میتواند که به مسائل جدیدی که فراتر از این باشد، بهتر از این باشد، قوی تر از این باشد، فکر کند و به میدان بیاورد. دائم به فکر باشید، دست برتر را داشته باشید؛ ملاک «تَرْهِيونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ» است. دشمن اگر ترسد، تعرض میکند؛ اگر نترسد، به خود جرئت میدهد که تجاوز بکند.

... امروز بحمدالله نیروی دریایی ارتش، با نیروی دریایی ارتش در سالهای اول انقلاب از زمین تا آسمان تفاوت کرده است، فرق کرده است. بنده، هم آن نیروی دریایی را با جزئیات می شناختم، هم این نیروی دریایی را می شناسم؛ بچه های مؤمن، آماده به کار. همکاری داشته باشید، همدلی داشته باشید، به یکدیگر کمک کنید، از تجربیات یکدیگر استفاده کنید؛ این هم افزایی، کمک خواهد کرد، این ثروت ملی را افزایش خواهد داد. اینها عرایض ما است به شما. بدانید که خدای متعال پشتیبان شما است؛ در این هیچ تردید نکنید که «إِنْ تَنْصُرُوا اللَّهَ يَنْصُرْكُمْ». همت ما باید این باشد که ان تنصروا الله را تأمین کنیم؛ خدا را نصرت کنیم. اگر نیت ما، عمل ما، حرکت ما تطبیق کند با ان تنصروا الله، دنبالش بیاوریم حتماً وجود دارد؛ وعده ی الهی تخلف ناپذیر است. این حرکت را دنبال کنید، این کار را دنبال کنید؛ این جدیتها را دنبال کنید؛ آینده مال شما است. دشمنان اسلام و مسلمین، هم در منطقه ی غرب آسیا شکست خواهند خورد، هم در مناطق دیگر؛ هم در زمینه ی امنیتی و نظامی شکست خواهند خورد، هم به توفیق الهی در زمینه های اقتصادی و در زمینه های فرهنگی؛ به شرط اینکه ما کار کنیم. اگر ما پابه ر کاب باشیم، اگر ما بدرستی و به معنای واقعی کلمه حضور داشته باشیم، پای کار باشیم، قطعاً دشمن شکست خواهد خورد؛ در این هیچ تردیدی وجود ندارد.

# گزارشی از ششمین همایش روسای کانون های استان ها و مسئولان ستاد کانون: سردار اشتری: بازنشستگان مشاوران امین نیروی انتظامی هستند

فرمانده نیروی انتظامی جمهوری اسلامی ایران با تأکید بر ضرورت رفع مشکلات معیشتی، تکریم، احترام و توجه به خانواده های کارکنان بازنشسته و مستمری بگیران گفت: کارکنان بازنشسته، مشاوران امین نیروی انتظامی هستند.

سردار «حسین اشتری» در ششمین همایش روسای کانون استانها و مسئولان ستاد کانون بازنشستگان ناجا، با گرامیداشت یاد و خاطره شهدا به ویژه شهید رجایی و باهنر گفت: امیدواریم با حفظ روحیه استکبار ستیزی، مقاومت و خدمتگزاری، بتوانیم پیروان واقعی کسانی باشیم که شجاعانه فعالیت کردند و در نهایت با شهادت در راه خدا خدمت صادقانه خود را به پایان رساندند.

وی در ادامه با اشاره به تنوع کار، سختی، تهدیدات، آسیبه ها و چالشهای پیش روی نیروی انتظامی به تشریح دغدغه های فرمانده معظم کل قوا (مدظله العالی) نسبت به نیروی انتظامی پرداخت و گفت: ما باید حول محور منویات مقام معظم رهبری (مدظله العالی)، به دنبال پیشرفت و تعالی در ناجا باشیم. فرمانده نیروی انتظامی تصریح کرد: تدابیر مقام معظم رهبری (مدظله

العالی) که در حکم انتصاب بنده بر آن تأکید داشتند حول سه محور درون ناجا، ماموریتها و کمک سایر دستگاهها در مسیر تحقق ماموریتها می باشد. وی ضمن تشریح اقدامات انجام گرفته در راستای معیشت کارکنان گفت: موضوعات اقتصادی و معیشتی بازنشستگان و مستمری بگیران نیز به عنوان اعضای وابسته به سازمان، مد نظر قرار گرفته است.

سردار اشتری ارتقای نظم، امنیت و آسایش مردم را محور دوم مطالبات مقام معظم رهبری (مدظله العالی) دانست و افزود: ما در این حوزه تلاش داریم تا به یاری مردم اقدامات پیشگیرانه و پیش دستانه را در اولویت قرار دهیم. وی خاطر نشان کرد: محور سوم فرمایشات مقام معظم رهبری (مدظله العالی) که برای اولین بار مطرح شد، حمایت مادی و معنوی تمامی دستگاهها از نیروی انتظامی است که در این خصوص نیز باید تدابیر خاصی اتخاذ شود.

سردار اشتری در بخش دیگری از سخنان خود توجه به بازنشستگان و مستمری بگیران را از اولویتهای نیروی انتظامی اعلام کرد و گفت: به هر میزان که به عزیزان بازنشسته توجه



شود، کارکنان به کار خود در نیروی انتظامی دلگرم تر خواهند شد، لذا نیاز است تا این فرمایش فرماندهی کل قوا مبنی بر اینکه که «بازنشسته آئینه شاغل است» را نصب العین قرار دهیم تا کارکنان نیز با شادابی و انگیزه بالاتری خدمت کنند. وی با تأکید بر اینکه بازنشستگی به معنای تکمیل چرخه خدمت است، اضافه کرد: تکریم بازنشستگان از جایگاه ویژه ای در ماموریتهای کانون بازنشستگان ناجا برخوردار است؛ تکریم، سفارش ائمه اطهار و دین مبین اسلام است و بی شک منش مناسب و ارتباط خوب با آنها بیش از رفع مشکلات مادی آنها می تواند در ارتقای روحیه آنها تأثیرگذار باشد. این مقام ارشد انتظامی، رفع سوالات و ابهامات بازنشستگان را یکی از برنامه های مهم در کانون بیان کرد و گفت: بسیاری از مشکلات بازنشستگان با گفت و گو حل می شود و نیاز به امکانات خاصی ندارد، لذا نیاز است، حتی الامکان زمان مشخصی برای بازنشستگان در استانها مشخص شود تا دغدغه های آنها در درون سازمان شنیده و مرتفع شود.

فرمانده ناجا، حفظ کانون خانواده کارکنان پس از بازنشستگی و توجه به مستمری بگیران را یکی دیگر از اولویتهای نیروی انتظامی بیان کرد و گفت: یکی از موضوعاتی که در سال جاری پیگیری خواهیم کرد رسیدگی به ایتم است و در این خصوص میان ایتم هیچ تفاوتی نمی گذاریم.

وی در پایان خاطر نشان کرد: ما مسئول خانواده و فرزندان کارکنان مان از زمانی که وارد سازمان می شوند تا بعد از بازنشستگی و حتی پس از فوت، هستیم و باید در رفع نیازها و دغدغه های آنها تلاش کنیم.



## رئیس کانون بازنشستگان ناجا:

# در دور دوم فعالیت‌های کانون، به دنبال ارتقای کیفیت در برنامه‌ها هستیم



سردار مکاوی پور توجه به رویکرد جهادی را از ضروریات خدمت در کانون بازنشستگان ناجا عنوان کرد و گفت: کانون بازنشستگان ناجا باید هوشمند، چابک و پویا باشد و این مسئله نیازمند یک نیروی انسانی اهل خدمت، خوش نام، با انگیزه و داوطلب است تا اثربخش باشیم، آرمانی فکر کنیم و واقع‌گرایانه عمل کنیم. رئیس کانون بازنشستگان ناجا با اشاره به تعبیر ویژه مقام معظم رهبری (مدظله العالی) به بازنشستگان با عنوان «عضو وابسته»، گفت: این ادبیات نیازمند فرهنگ سازی در نیروهای مسلح است.

وی در ادامه با تأکید بر اینکه در سه ساله دوم فعالیت‌ها نیاز است تا با تلاش جهادی برنامه‌های منسجمی را ارائه کنیم، گفت: تعامل با فرماندهان انتظامی استان‌ها، تعامل با سازمان تأمین اجتماعی

نیروهای مسلح، سازمان بازنشستگی در اولویت برنامه‌های ما باشد؛ این نیروهای مسلح، مراکز علمی، مساله نیازمند یک برنامه‌ریزی مراکز مذهبی و دیگر نهادها باید منسجم و یک تعامل مستمر است.

## مدیران برتر استانی کانون بازنشستگان ناجا معرفی شدند



- جناب سرهنگ پاسدار بازنشسته نصرت اله مظفری رئیس کانون استان همدان
- جناب سرهنگ بازنشسته سید نعمت‌الله امیری رئیس کانون استان کرمان
- جناب سرهنگ بازنشسته غلامرضا نوری رئیس کانون استان یزد
- جناب سرهنگ پاسدار بازنشسته محمود مهاجر رئیس کانون استان قزوین
- جناب سرهنگ پاسدار بازنشسته حمید سوری رئیس کانون استان کردستان

- همزمان با برگزاری ششمین همایش روسای کانون استان‌ها و مسئولان ستاد کانون بازنشستگان ناجا، مدیران برتر استانی سال ۱۳۹۳ معرفی شدند.
- در این مراسم که در سالن فجر ستاد ناجا برگزار شد، ۷ مدیر نمونه سال ۱۳۹۳ به شرح زیر معرفی و لوح تقدیر و هدایای خود را از سردار مکاوی پور رئیس کانون بازنشستگان ناجا دریافت کردند.
- سردار سرتیپ دوم پاسدار بازنشسته حسین مرادپور رئیس کانون تهران بزرگ
- جناب سرهنگ پاسدار بازنشسته علی‌اکبر تفقدی رئیس کانون استان خراسان رضوی



از تشکیل کانون، رفع مشکلات و دغدغه‌های بازنشستگان و مستمری‌بگیران است، خاطر نشان کرد: قطعاً ما توانایی رفع همه مشکلات را نداریم؛ با این وجود باید سعی شود مشکلات کارکنان اعم از مشکلات مرتبط با سازمان‌های حاکمیتی از جمله ستاد کل نیروهای مسلح، سازمان بازنشستگی، تأمین اجتماعی و... مشکلات مرتبط با ناجا و نیز مشکلات مرتبط با کانون را در کنار هم مدنظر قرار گیرد.

این بود که فرمایش مقام معظم رهبری (مدظله العالی) را مبنی بر آنکه «اعضای وابسته متعلق به ناجا هستند، اینها متعلق به ناجا و ناجا متعلق به آنهاست و سازمان نباید آنها را فراموش کند»، نصب العین فعالیت‌ها قرار دهیم و به لطف خدا و با تدبیر فرمانده محترم ناجا توانستیم این مسئله را دقت و صحت فعالیت خود را آغاز کرد و با وجود آنکه از هیچگونه زیرساختی برخوردار نبود، با حمایت بی‌دریغ هیات رئیسه نیروی انتظامی و فرماندهان استان‌ها و همدلی و همکاری جمعی از پیشکسوتان توانست طی سه سال، کارنامه قابل قبولی را از خود به جای بگذارد.

سردار مکاوی پور رئیس کانون بازنشستگان ناجا در ششمین همایش روسای کانون استان‌ها و مسئولان ستاد کانون بازنشستگان ناجا در این مطلب گفت: کانون بازنشستگان ناجا در دوره اول خدمت با رویکردی جهادی و تأکید بر سه ویژگی سرعت، دقت و صحت فعالیت خود را آغاز کرد و با وجود آنکه از هیچگونه زیرساختی برخوردار نبود، با حمایت بی‌دریغ هیات رئیسه نیروی انتظامی و فرماندهان استان‌ها و همدلی و همکاری جمعی از پیشکسوتان توانست طی سه سال، کارنامه قابل قبولی را از خود به جای بگذارد.

وی افزود: راهبرد اصلی ما بر



## رئیس سازمان بازنشستگی نیروهای مسلح:

# به دنبال عزت و کرامت بازنشستگان هستیم



رئیس سازمان بازنشستگی نیروهای مسلح در ششمین همایش روسای کانون استان‌ها و مسئولان ستادی کانون بازنشستگان ناجا، گفت: اولین راهبرد مدنظر ما برنامه‌ریزی و اختصاص اعتبار به برنامه‌هایی است که اولاً اکثریت جامعه هدف را تحت پوشش قرار دهند و ثانیاً این فعالیت‌ها مستمر باشند.

نیروهای مسلح در تحقق این راهبرد عنوان کرد و گفت: تخفیف ۲۵ درصدی استفاده از کالاهای پرمصرف روزانه، افزایش اقساط خرید کالا از ۱۰ ماه به ۲۴ ماه و ارائه ۴ قلم کالا به عنوان سبد کالای از جمله این خدمات است.

سردار گودرزی با تاکید بر تعامل صمیمانه کانون‌های بازنشستگی با این سازمان، تصریح کرد: یکی از مهمترین الزامات ما ایجاد یک ارتباط صمیمانه با کانون‌هاست زیرا در سایه این تعامل و همکاری



به عنوان مهمترین اقدامات سازمان بازنشستگی نیروهای مسلح خرداد و گفت: ما به دنبال آن هستیم تا برای بازنشستگان کرامت و عزت ایجاد کنیم. وی تعامل با فروشگاه‌های اتکارا به عنوان یکی از برنامه‌های سازمان بازنشستگی جامعه هدف می‌تواند بهتر از خدمات به‌رمند شود. وی افزود: در راستای همین تعاملات، تفاهم‌نامه‌ای با روسای محترم کانون‌های بازنشستگی نیروهای مسلح امضا کردیم و در آینده بخشی از اعتبارات فعالیت‌های سازمان بازنشستگی نیروهای مسلح، به کانون‌ها واگذار خواهد شد و قرار است تا بخش وسیعی از فعالیت‌های سازمان بازنشستگی نیروهای مسلح از طریق

کانون‌های بازنشستگی صورت گیرد. رئیس سازمان بازنشستگی نیروهای مسلح در ادامه، پاسخگو بودن به مشکلات بازنشستگان را یکی دیگر از راهبردهای سازمان بازنشستگی و تامین اجتماعی نیروهای مسلح عنوان کرد و گفت: همزمان با میلاد حضرت امام (رضاع) سامانه پاسخگویی به سؤالات بازنشستگان به شماره ۰۹۶۲۱ با ۵ کاربر و ۶۰ خط تلفن راه‌اندازی شد و بازنشستگان با بهره‌گیری از سامانه گویای دریافت اطلاعات خدمات، از طریق کارشناسان سازمان نیز می‌توانند نسبت به رفع مشکل اقدام کنند. وی تحول در فرآیند رسیدگی به معسرین، دیدار با بازنشستگان، تحول در دفاتر الکترونیک و حمایت از تعاونی‌های بازنشستگی را از دیگر اقدامات این سازمان در سال جاری عنوان کرد و خاطر نشان ساخت: ما در سازمان بازنشستگی به دنبال آن هستیم تا در تمامی بخش‌ها تحول ایجاد کنیم.

سردار گودرزی تحول در ارائه «وام بازنشستگی» را از دیگر برنامه‌های اجرایی در جهت رفاه بازنشستگان عنوان کرد و گفت: در بحث ارائه وام توانمندسازی تاکنون ۲ مرحله وام پرداخت شده است و حدود ۱۴ هزار نفر از این وام دریافت کرده اند و به دنبال آن هستیم تا پایان سال این میزان به ۴۰ تا ۵۰ هزار نفر برسد؛ ضمن آنکه میزان وام پرداختی را از ۲ میلیون تومان به ۵ میلیون تومان رساندیم.

وی در پایان خاطر نشان کرد: ما خدمتگزار بازنشستگان هستیم و به دنبال آنیم تا برای آن‌ها کرامت و عزت ایجاد کنیم و زمانی احساس خوشایندی خواهیم داشت که این عزیزان از کار ما احساس رضایت کنند.

## رئیس کانون بازنشستگان ناجا در بخش پایانی همایش: اشراف در مدیریت، یکی از شاخص‌های کارآمدی است

در پایان ششمین همایش روسای کانون استان‌ها و مسئولان ستاد کانون بازنشستگان ناجا و پس از پاسخ هر یک از مسئولان ستاد کانون به پرسش‌های مطرح شده؛ سردار مصطفی مکاوی پور رئیس کانون تدابیر هشتمین همایش را به شرح زیر تبیین کرد:

### رویکردها:

- ۱- رویکرد جهادی
- ۲- اشراف مدیریتی
- ۳- استقلال کاری
- ۴- برنامه ریزی هدفمند
- ۵- تبیین اولویت‌های ماموریتی
- ۶- کیفی سازی
- ۷- مستند سازی
- ۸- کنترل و نظارت

سپس جمع‌بندی همایش نیز در حوزه‌های ماموریتی و تخصصی: - طرح و برنامه و بودجه - نیروی انسانی و پشتیبانی - توانمند سازی - حقوقی و معاضدت قضایی

- فرهنگی، اجتماعی و امور پژوهشی  
- فناوری اطلاعات و ارتباطات  
- روابط عمومی  
- بازرسی  
مجموعاً در ۴۰ بند اعلام و ابلاغ شد. همچنین سردار مکاوی پور موضوعات فرابخشی و عمومی کانون‌ها را تحت عنوان موارد کلی در جمع‌بندی همایش تبیین و اعلام کرد که ۷ مورد از آن به شرح زیر است.

### موارد کلی:

- ۱- هدفگذاری در دوره دوم فعالیت کانون، از وضعیت خوب و خیلی خوب به وضعیت مطلوب با رویکردی جهادی می‌باشد و این امر متضمن تلاش و فعالیت مضاعف خواهد بود.
- ۲- اشراف در مدیریت، یکی از شاخص‌های کارآمدی است، رؤسای کانون‌ها می‌بایست با تمام وجود در ارتقای اشرافیت روزآمد خودشان همت و تلاش نمایند. (قابل قبول نخواهد بود که نفر دومی در کانون‌ها، دارای اشراف بالاتر از رئیس آن کانون باشد). استقلال کانون



و یکپارچگی آن همواره می‌بایست مد نظر باشد.

۳- در انجام مأموریت‌های کانون، تفکر فرآیندی حاکم است لذا باید ارائه نظرات و کنترل امور نیز بر اساس فرآیندها صورت پذیرد و هر گونه ضعف و عیبی بلافاصله ترمیم و اصلاح گردد.

۴- تعامل رؤسای کانون‌ها با فرماندهان انتظامی استان‌ها و شهرستان‌ها، رؤسای کانون‌های استانی سایر نیروهای مسلح، اداره کل تأمین اجتماعی و اداره بازنشستگی نیروهای مسلح استان، نمایندگان مجمع در استان‌ها و همچنین مسئولان کانون مرکز می‌بایست فعال، مستمر و مؤثر بوده و صرفاً منحصر به ارتباط اداری نباشد.

۵- مطالعه دقیق و عمیق دستورالعملها و ابلاغیه‌ها توسط رؤسای کانون‌ها و توجیه و تبیین آنها برای همکاران جمعی، امری ضروری و مستمر می‌باشد. هرگونه سؤال یا ابهام می‌بایست بموقع با مبادی ذیربط یا رئیس کانون ناجا مطرح و رفع گردد.

۶- توسعه ارتباط و تعامل در دوره دوم فعالیت کانون با مستمری بگیران (خصوصاً ایثار) خواهد بود.

۷- ارائه پیشنهادها و راه کارهای منطقی و عملی.



## اولین ساختمان کانون استانی، در زنجان احداث و افتتاح شد

همزمان با سومین روز هفته ناجا ساختمان جدید کانون بازنشستگان استان زنجان با حضور رئیس کانون بازنشستگان ناجا، فرمانده انتظامی استان و جمعی از معاونان و مسئولان نظامی و انتظامی استان، افتتاح شد.

در ابتدای این مراسم رئیس کانون بازنشستگان استان زنجان در سخنانی ضمن قدردانی از حمایت‌های بی‌دریغ رئیس کانون بازنشستگان ناجا و فرماندهی انتظامی استان زنجان، گفت: این ساختمان در زمینی به مساحت ۳۶۰ مترمربع با زیربنای ۲۵۵ مترمربع در یک طبقه احداث شده است.

سرهنگ بازنشسته احمدخانی افزود: اعتبار هزینه شده برای این پروژه ۲۶۳ میلیون تومان است و این ساختمان دارای سیستم حرارتی و برودتی اکونوپک، نمای سنگ تراورتن و دوربین مداربسته می‌باشد.

وی با اشاره به مدت زمان کوتاه ساخت این ساختمان، تصریح کرد: کلنگ این ساختمان در ۵ خردادماه به زمین زده شد و در ۱۳ مهرماه افتتاح گردید و اولین کانون استانی هستیم که ساختمان آن به بهره‌برداری رسیده است.

**فرمانده انتظامی استان زنجان: فاصله گرفتن بازنشستگان با نسل جدید ناجا یک آفت است**

در ادامه مراسم فرمانده انتظامی استان زنجان در سخنانی ضمن تبریک هفته ناجا، گفت: بازنشستگان ذخایر نیروی انتظامی و اعضای وابسته ناجا هستند و نیاز است با برگزاری میزگردها



و همایش‌ها، راه انتقال تجربیات گذشتگان را که به قیمت خون‌های عزیزان ما به دست آمده است، سینه به سینه در اختیار نسل جوان قرار دهیم.

سردار صالحی اضافه کرد: اگر ما آنچه را که در دوران دفاع مقدس به دست آورده‌ایم از سبب فرهنگی خانواده حذف کنیم مطمئن باشیم که خانواده با شیب ملایم به سمت غرب و فرهنگ غرب منحرف خواهد شد لذا نیاز است تا به آن توان برسیم که دانش و تجربه این اعضای وابسته را به نسل جدید منتقل کنیم که به نظر می‌رسد تا وضعیت مطلوب فاصله



زیادی داریم.

وی با تأکید بر اینکه بازنشستگان نباید در حاشیه قرار گیرند و زمینه حضور در میدان آنها باید فراهم گردد، تصریح کرد:



و مجسمه رشادت‌ها، شهادت‌ها و ایثارگری‌های رزمندگان ما در طول دفاع مقدس هستند.

وی در ادامه سخنان خود ضمن تبریک به مناسبت فرا رسیدن هفته ناجا، با اشاره به یکی از بیانات مقام معظم رهبری در خصوص نیروی انتظامی، گفت: از منظر فرمانده معظم کل قوا امروز نیروی انتظامی در خدمت مردم، در کنار مردم و پشتیبان آنان است و آحاد مردم به این نیرو افتخار می‌کنند و به آن اعتماد دارند.

سردار مکاوی پور اضافه کرد: نیروی انتظامی در دو بستر دفاع مقدس و نظم و امنیت حضور داشته است؛ در دفاع مقدس ضمن حضور در جبهه‌ها در امنیت شهرها و ایجاد امنیت خانواده‌ها می‌کوشیدند زیرا زمانی در جبهه آرامش ایجاد می‌شد که امنیت پشت جبهه برقرار بود و اگر امنیت خانواده‌ها، شهروندان و آنهایی که ایجاد انگیزه و روحیه برای

### تسلیم رئیس کانون بازنشستگان ناجا به سردار اشتری

سردار مکاوی پور رئیس کانون بازنشستگان ناجا، در پیامی درگذشت پدر بزرگوار سردار اشتری، فرمانده محترم ناجا را به ایشان تسلیم گفت.

متن پیام به این شرح است:

بسمه تعالی

«کل من علیها فان و یبقی وجه ربک ذوالجلال و الاکرام»

سلام علیکم

بردار گرامی سردار سرتیپ حسین اشتری، فرمانده محترم نیروی انتظامی جمهوری اسلامی ایران ضایعه درگذشت پدر گرامیتان حاج مرتضی اشتری را که از پیرغلامان اهل بیت(ع) بود، از صمیم قلب تسلیم عرض می‌کنم و از درگاه ایزدمنان برای آن عزیز از دست رفته رحمت واسعه الهی و همجواری با سید و سالار شهیدان و ارواح مطهر شهدا و برای بازماندگان معزز، صبر و اجر مسئلت دارم.

انتظامی استان و مدیر عمران و نوسازی فرماندهی انتظامی استان و همچنین رئیس کانون استان از تلاش‌های جهادی و صادقانه آنها قدردانی کرد.

گفتنی است سردار مکاوی پور در ادامه سفر به استان زنجان در مراسم آغاز احداث بنای یادمان شهیدان گمنام،



در ستاد فرماندهی انتظامی استان حضور یافت و کلنگ این بنا را به زمین زد.

شایان ذکر است شرکت در مراسم گلگشت خانوادگی و مسابقات ورزشی بازنشستگان و جانبازان استان از دیگر برنامه‌های وی در این سفر بود که سردار مکاوی پور با حضور در مراسم اختتامیه این برنامه، از پیشکسوتان، جانبازان و خانواده‌های شرکت‌کننده در مسابقات ورزشی و مراسم گلگشت، تجلیل و تقدیر به عمل آورد.





پنجمین اردوی خانوادگی فرماندهان و مسئولان پیشکسوت ناجا در مشهد مقدس برگزار شد

## سردار سرتیپ پاسدار محمدجواد زاده کمند: امروز فرزندان شما در نیروی انتظامی همان مثنی و سیره شما را ادامه می دهند



سردار زاده کمند، جانشین معاون هماهنگ کننده ناجا که در جمع شرکت کنندگان در اردوی خانوادگی فرماندهان و مسئولان پیشکسوت ناجا در مشهد مقدس حضور یافته بود طی سخنانی گفت: امروز فرزندان شما و تربیت یافتگان به دست شما در حساس ترین برهه انقلاب اسلامی، برای حفاظت و حراست از ارزش های اسلام ناب و انقلاب اسلامی، ارزش هایی که بابت آن ها شهدای زیادی تقدیم شده است، تمام قد ایستاده اند.

سردار زاده کمند رئیس هیأت مدیره کانون بازنشستگان ناجا در این مراسم طی سخنانی اظهار داشت: جانبازان زیادی سلامتی خودشان را در راه امنیت کشور و ملت شریف نثار و تقدیم کردند و فرزندان شما تلاش می کنند تا به عنوان سربازان ولایت در یکی از مهمترین عرصه های خدمتی که عرصه نظم و امنیت است جانفشانی کنند تلاش می کنند تا مجاهدت و فداکاری ایثارگران و فرماندهان را که برای حفظ این دستاوردها از جان خودشان مایه گذاشتند به سرانجام مقصود برسانند و توانستند با کسب مدال پر افتخار مجاهد

واقعی فی سبیل الله آن هم از دست نایب امام زمان (عج) مقام معظم رهبری و فرمانده معظم کل قوا حضرت آیت الله العظمی امام خامنه ای (مدظله العالی) برگ زرین دیگری را به افتخارات ناجا بیفزایند. وی افزود: حتماً نقش شما پیشکسوتان در تکامل و تعالی ناجا و رساندن آن به این تراز فراموش ناشدنی و ستودنی است، اگر همت والا و مجاهدت های شما سروران گرامی و صبوری و گذشت همسران و فرزندان در ایام گذشته نبود، حتماً امروز ما شاهد سرافرازی نیروی انتظامی نبودیم، امروز فرزندان شما در ناجا همان مثنی و سیره ای را که شما داشتید ادامه می دهند و اجازه نخواهند داد که ضربه ای به انقلاب، اسلام و کشورمان وارد شود.

با پیروی از آن منطقی که شما پیشکسوتان و رزمندگان ما در هشت سال دفاع مقدس در برابر استکبار جهانی و رژیم بعث صدام ایستادگی کردید یعنی منطق غلبه نیروی ایمان بر ابزار، آن هم در شرایط نابرابر، برای مقابله با دشمنان داخلی و خارجی ایستاده اند و تلاش می کنند که نظم و امنیت را در کشورمان ایجاد بکنند. به عنوان جان فدایی ولایت تلاش می کنند تا با ایجاد وحدت، همدلی، هم زبانی در زیر سایه چتر ولایت که نجات دهنده کشور و بلکه جهان اسلام و بشریت است به وظیفه خودشان عمل کنند و ان شاء الله در پیشگاه خداوند متعال، شهدا و شما پیشکسوتان روسفید باشند.

رئیس هیات مدیره کانون بازنشستگان ناجا با تاکید بر سخنان سردار اشتری فرمانده ناجا گفت: ایشان بر ما تکلیف کردند که هر چه می توانیم در رابطه با امور بازنشستگان تلاش کنیم و دیدگاه خودشان را هم در مجمع نمایندگان کانون ناجا بیان فرمودند که یکی از کارهایی که نسبت به آن علاقه و انگیزه دارند موضوع بازنشستگان هست و هر چه توان داریم باید در این زمینه بگذاریم.

وی افزود: الحمدالله کانون بازنشستگان ناجا هم در ظرف این دو سه سال اخیر با همت خود شما پیشکسوتان گام های مؤثری

رئیس هیات مدیره کانون بازنشستگان ناجا با تاکید بر سخنان سردار اشتری فرمانده ناجا گفت: ایشان بر ما تکلیف کردند که هر چه می توانیم در رابطه با امور بازنشستگان تلاش کنیم و دیدگاه خودشان را هم در مجمع نمایندگان کانون ناجا بیان فرمودند که یکی از کارهایی که نسبت به آن علاقه و انگیزه دارند موضوع بازنشستگان هست و هر چه توان داریم باید در این زمینه بگذاریم.

وی افزود: الحمدالله کانون بازنشستگان ناجا هم در ظرف این دو سه سال اخیر با همت خود شما پیشکسوتان گام های مؤثری



را برداشته است هر چند که فعلاً در ابتدای راهیم و عقب ماندگی های زیادی هم در این زمینه وجود دارد اما ان شاء الله با همت شما و لطف و عنایت الهی برنامه ریزی انجام خواهد شد تا از تجارب شما عزیزان بتوانیم حداکثر بهره را ببریم و نیروی انتظامی هم کماکان خود را مکلف می داند که هر اقدامی که در این زمینه قابل انجام هست انجام بدهد تا همانند گذشته از حضور شما عزیزان و پیشکسوتان بهره مند بشود.

### سردار مکاوی پور: ارزش گذاری و قدرشناسی از شما بازنشستگان مسئول و تمام بازنشستگان، جزء رسالت کانون و ناجا است

سردار سرتیپ دوم پاسدار مصطفی مکاوی پور که در جمع اردوی فرماندهان و مسئولان عالی رتبه وابسته و پیشکسوت ناجا حضور یافته بود با تشکر از حمایت های سردار سرتیپ حسین اشتری فرمانده ناجا طی سخنانی گفت: در سه سال گذشته کانون از یک بودجه بسیار اندکی برخوردار بود و جمع پول و اعتبارات کانون که از حقوق شما عزیزان تحت عنوان ۲ در هزار کسر می شود به اندازه تهیه یک سبد کالا هم نبوده است، اما فرمانده محترم ناجا و هیأت رئیسه محترم و تمام فرماندهان برای تحقق فرمان مقام معظم رهبری پیشگام شدند که در این راستا، ارزش کمک ها و حمایت های آنان از کانون بازنشستگان در عرض سه سال به بیش از ۱۰ برابر بودجه کانون از محل ۲ در هزار بالغ شد که توانستیم برنامه های متنوعی را

اجرا کنیم. وی افزود: مقام معظم رهبری می فرمایند: مسئله معیشت بازنشستگان بسیار مهم است، اما آن مسئله ای که از این مهم تر است موضوع ارزش گذاری



و قدرشناسی است. لذا ارزش گذاری و قدرشناسی شما بازنشستگان مسئول و تمام بازنشستگان، جزء رسالت کانون و ناجا است.

این اردو یا همایش خانوادگی که ملاحظه می فرمائید، در راستای ارزش گذاری و قدرشناسی نسبت به مسئولان و فرماندهان پیشکسوت در نیروی انتظامی است که در پنج دوره برگزار شده و در پنج دوره ای که از سال ۱۳۹۲ تا به حال برگزار کردیم به لطف خدا تاکنون ۲۴۵ نفر از فرماندهان و مسئولان بازنشسته در جوار حرم مطهر آقا علی ابن موسی الرضا (ع) گرد آمدند در حالیکه در میان پیشکسوتان بازنشسته ۲۰۴۵ نفر مسئول داریم که در محل های ۱۹، ۲۰، ۱۸ و ۱۷ خدمت کرده اند لذا در کانون دفتر ارتباط

با مسئولان پیشکسوت راه اندازی شده است که برنامه ریزی و ارتباطی خوبی برای تعامل با شما در زمینه های مختلف ایجاد کرده است.

رئیس کانون بازنشستگان در این زمینه افزود: امروز فرمانده محترم ناجا، مطالبه دارند که به کمک مأموریت های ناجا بیایید، به عنوان اتاق فکر ناجا، تجربه ناجا و امیدواریم با برنامه ای که ما در این زمینه داریم، ان شاء الله فعالیت شما را در آن کار گروه ها داشته باشیم، حضور شما مسئولان در شرایط فعلی راهگشاست، برای نیروی انتظامی جمهوری اسلامی ایران در زمینه ثبت خاطرات و مستندات و تجربیات حضور دلاورمردان ناجا در عرصه دفاع مقدس کار چندانی نشده بود، بنابراین کانون برای سرعت بخشیدن به این اقدام ضروری چهار کمیته راهبری تدوین نقش ژاندارمری، شهربانی، کمیته انقلاب اسلامی و آزادگان را تشکیل داد و بحمدالله شما پای کار آمدید و امروز ده ها سند به صورت مستند در وقایع و خاطرات ثبت شده است. از شما تقاضا می کنیم که ان شاء الله در این زمینه حتماً همکاری مضاعف را داشته باشید تا در تحقق منویات مقام معظم رهبری (مدظله العالی) جمع رزمندگان ناجا با ثبت و ضبط خاطرات و تجربیات ارزنده، دین خود را ادا نمایند.

سردار مکاوی پور در ادامه اظهار داشت: ما در خانواده بزرگ بازنشستگان و مستمری بگیران مشکلات اساسی داریم، عقب ماندگی داریم، مطالبات بی شماری داریم و اقدامات خاصی شده است اما یک موضوعی را ما تعقیب کردیم و مؤسسه خیریه ای تشکیل دادیم به عنوان مؤسسه کریم اهل بیت حضرت امام حسن مجتبی (ع) فرمانده محترم ناجا هم اولین مبلغ را به میزان صد میلیون تومان گذاشتند و در کانون مرکز این مؤسسه راه اندازی شد و در سراسر کشور هم راه اندازی شده است، ان شاء الله برادران عزیز به عنوان باقیات الصالحات و به عنوان ضمانت سلامتی خود و خانواده شان به این مؤسسه کمک کنند، ما با یک میلیون تومان پول بعضاً مشکل مسکن یک خانواده بازنشسته را در شهرهای کوچک حل کرده ایم، انتظار این است که در طول سال با اهدای مبالغ نقدی به این مؤسسه کمک کنید تا بتوانیم به صورت آبرومندانه به بازنشستگان و خصوصاً مستمری بگیران خدمات بدهیم.

**در ادامه برنامه های این اردوی خانوادگی، امیر سرتیپ دوم بازنشسته آزاده علی والی از خاطرات استقامت و ایثار آزادگان در دوران اسارت در اردوگاه های بعثیون خاطراتی را بیان کرد سپس سه تن از فرماندهان انتظامی سابق استان ها؛ سردار سرتیپ دوم پاسدار محمود جاپلقی، امیر سرتیپ دوم بازنشسته جعفر دارابی و امیر سرتیپ دوم جعفر راسخ القبول نیز به بیان خاطراتی از دشواری های خدمت و تجارب مفید آن دوران پرداختند.**



## از ۱۱ فرمانده پیشکسوت رزمنده و بازنشسته ناجا در عرصه دفاع مقدس قدردانی شد



همزمان با سومین محفل انس پیشکسوتان عرصه جهاد و شهادت ناجا از تعدادی از فرماندهان حماسه آفرین نیروی انتظامی در طول جنگ تحمیلی و سه خانواده شهید قدردانی شد.

در این مراسم که با حضور سردار سرلشکر صفوی دستیار و مشاور عالی فرمانده معظم کل قوا، سردار اشتری فرمانده نیروی انتظامی، سردار زاده کمنند رئیس شورای عالی نشر و گسترش معارف و ارزش‌های دفاع مقدس در نیروی انتظامی، سردار مکاوی پور رئیس کانون بازنشستگان ناجا و جمعی از جانبازان و خانواده شهدا و ایثارگران نیروی انتظامی برگزار شد، از خانواده‌های سرتیپ شهید وحید دستگردی اولین رئیس شهرداری کل کشور، سردار شهید محمدباقر ذوالفقاری جانشین لشکر روح‌الله کمیته انقلاب اسلامی و سردار شهید غلام‌الهی فرمانده هنگ ژاندارمری بانه قدردانی شد.

همچنین در این مراسم از سردار علی نوری نژاد، سردار عزیز الله رجب زاده، سردار وهاب صخیروای، سردار تقی مهتری، امیر احمد محمدی‌فر، سردار احمد گراوند، سردار فرهاد نظری، سردار سید عباس عطایی، امیر غلام حسین حق جو، سردار جعفر راسخ القول و امیر سید ابراهیم حجازی؛ به پاس مجاهدت‌های آنها در طول ۸ سال جنگ تحمیلی در جبهه‌های حق علیه باطل، تقدیر شد.



### سرلشکر صفوی:

## نیروی انتظامی مظهر اقتدار در برابر قانون شکنان و مظهر لطف و محبت در برابر مردم است

سردار سرلشکر رحیم صفوی دستیار و مشاور عالی فرمانده معظم کل قوا در سومین محفل انس پیشکسوتان عرصه جهاد و شهادت ناجا در سخنانی با تبریک هفته نیروی انتظامی، گفت: نیروی انتظامی از ابتدای انقلاب در تمامی عرصه‌ها بهترین سازمان بود و در ابتدای جنگ نیز چه ژاندارمری، چه شهرداری و چه کمیته انقلاب اسلامی، انصافا خوب جنگیدند و هم اکنون نیز با اطمینان می‌گویم که یک نیروی مقتدر و امنیت آفرین است. وی با تأکید بر اینکه در حال حاضر این سازمان قوی‌ترین نیروی انتظامی منطقه است، تصریح کرد: تلاش نیروی انتظامی با این اشراف اطلاعاتی و آمادگی عملیاتی واقعا جای تقدیر و تشکر دارد و به حق این نیرو مظهر اقتدار در برابر قانون شکنان و مظهر لطف و محبت در برابر مردم است.

دستیار و مشاور عالی فرمانده معظم کل قوا در محور دوم



سخنان خود به بررسی دگرترین نظامی جمهوری اسلامی ایران در تحولات سیاسی نظامی غرب آسیا پرداخت و گفت: راهبرد جمهوری اسلامی ایران مبتنی بر دفاع بازدارنده است و به دنبال یک صلح پایدار در منطقه و جهان است.

وی با تأکید بر اینکه جمهوری اسلامی ایران در یک مبارزه دائم با تکفیری‌ها و عوامل دست‌صیقل‌یافته‌ها و آمریکایی‌هاست، گفت: به فضل الهی پس از جنگ ۸ ساله و پیروزی در دفاع مقدس؛ قدرت و نفوذ ایران در منطقه افزایش پیدا کرده است و این به برکت سالهای دفاع مقدس است.

سردار سرلشکر صفوی در انتهای سخنان خود به پیشکسوتان و بازنشستگان ناجا توصیه کرد: وقت خود را برنامه ریزی کنید، حتما ورزش کنید، زمانی را به دعا و نیایش و خواندن قرآن اختصاص دهید، در امور خیریه شرکت کنید، به خانواده بیماران و ایثارگران سرکشی کنید و در آخر سعی کنید خاطرات خود را برای آیندگان ثبت کنید.

## در سومین محفل انس پیشکسوتان عرصه جهاد و شهادت ناجا مطرح شد: سردار زاده کمنند: ۴۵ واقعه مهمی که نیروی انتظامی در ۸ سال دفاع مقدس در آنها نقش داشت تدوین شد



سردار زاده کمنند، رئیس شورای عالی نشر و گسترش ارزش‌های ماندگار دفاع مقدس و عرصه نظم و امنیت در سومین محفل انس پیشکسوتان عرصه جهاد و شهادت ناجا گفت: شورای عالی نشر و گسترش ارزش‌های ماندگار دفاع مقدس و عرصه نظم و امنیت در طول دو سال گذشته موفق به تدوین ۴۵ واقعه مهم دوران دفاع مقدس و ۳۵۰ ساعت مصاحبه با فرماندهان عرصه دفاع مقدس در ناجا شدند.

وی در سخنانی با تبریک به مناسبت هفته نیروی انتظامی، افزود: رحمت خدا بر مجاهدانی که دفاع جانانه آنها به منشا دفاع پایان ناپذیر برای ایران اسلامی تبدیل شده است و انقلاب و نظام را در برابر طوفانهای بزرگ بیمه کرد. وی افزود: الحمدلله به برکت خون شهیدان و ایثارگری جانبازان شاهد توسعه فرهنگ ایثار و شهادت در جای جای نیروی انتظامی هستیم.

سردار زاده کمنند در راستای بیانات مقام معظم رهبری مدظله‌العالی که فرمودند یک رزمنده تا زمانی که خاطراتش را ثبت نکرده باشد هنوز چیزی را به تاریخ، آینده و آرزایش بدهکار است، با تبیین مجموعه اقداماتی که در حوزه نشر فرهنگ دفاع مقدس در نیروی انتظامی انجام گرفته است، گفت: در دو سال گذشته توسط کانون بازنشستگان ناجا کمیته‌های راهبری نقش ژاندارمری جمهوری اسلامی ایران، شهرداری جمهوری اسلامی ایران، کمیته انقلاب اسلامی و کمیته راهبری نقش آزادگان در دفاع مقدس و وقایع آن تشکیل شد که در این راستا ۵۰۰ نفر از فرماندهان با صرف ۵ هزار و ۳۱۳ نفر ساعت، موفق به تدوین ۴۵ واقعه مهم دوران دفاع مقدس که این سازمان‌ها در آن موثر بودند، شدند. رئیس هیئت مدیره کانون بازنشستگان ناجا در ادامه از ۳۵۰ ساعت مصاحبه با فرماندهان دفاع مقدس خبر داد و گفت: استودیوی ضبط صدا و تصویر در کانون بازنشستگان ناجا برای تسهیل در این مصاحبه‌ها ایجاد شد تا دینی را که مقام معظم رهبری مدظله‌العالی فرمودند به تاریخ و آینده داریم ادا کنیم که الحمدلله نقش تک تک پیشکسوتان در انجام این مهم ستودنی است و جای تقدیر دارد.





اقدام نمادین یکی از بازنشستگان ناجا همزمان با فرا رسیدن هفته نیروی انتظامی

## ۲۳ روز پیاده روی در مسیر سبز تهران - مشهد

یکی از پیشکسوتان نیروی انتظامی در اقدامی نمادین با پای پیاده تهران را به مقصد مشهد مقدس ترک کرد. به گزارش روابط عمومی کانون بازنشستگان، سرهنگ بازنشسته علی شیرانی، رئیس سابق مرکز امور مسئولین سفر ۲۳ روزه خود را از تهران به سمت مشهد آغاز کرد. وی پیش از سفر خود، در گفتگو با خبرنگار ما گفت: در این سفر نمادین و در کنار بارگاه مقدس امام رضا(ع)، می‌خواهم نشان دهم که بازنشستگان هنوز از پاننشسته‌اند. وی افزود: این دومین سفری است که به صورت پیاده انجام می‌دهم و پیش از این یکبار با پای پیاده از تهران به اصفهان سفر کرده‌ام، ضمن آنکه به صورت دائمی هر هفته دوبار مسافت تهران تا کرج را می‌پیمایم. شیرانی در ادامه با تاکید بر اینکه بازنشستگان نباید پس از بازنشستگی احساس تنهایی و گوشه نشینی کنند، تصریح کرد: بی تردید هر بازنشسته‌ای پس از فراغت از کار، تجربیات ارزنده‌ای جمع‌آوری نموده است و با برنامه‌ریزی مناسب می‌تواند در جامعه فعال باشد و به نوعی تجارب خود را در اختیار جوانان قرار دهد. وی تصریح کرد: من پس از بازنشستگی براساس ویژگی‌های شخصیتی، برنامه‌ریزی مناسبی را برای پرکردن اوقات فراغت انجام دادم و نمونه آن برنامه‌ریزی برای «پیاده روی» به صورت حرفه‌ای بود و با وجود ۶۰ سال سن، روزانه بیش از ۷ ساعت پیاده‌روی می‌کنم. شیرانی در پایان گفت: بازنشستگان ناجا، نیروهای موثر و مفیدی در کلبه عرصه‌های اجتماعی هستند و پیام این است که خودشان را از جامعه کنار نکشند، خودشان را منزوی نکنند و نیروهای فعال جامعه باشند. گفتنی



است سرهنگ بازنشسته شیرانی سفر خود را راس ساعت ۱۰ صبح روز ۱۵ شهریور از کنار مسجد امیرالمومنین(ع) شهرک ژاندارمری آغاز کرد و با طی روزانه بیش از ۳۰ کیلومتر از مسیر، پس از ۲۳ روز و در آستانه عید سعید غدیر و آغاز هفته ناجا به بارگاه ملکوتی امام رضا(ع) در مشهد مقدس رسید. شایان ذکر است از ابتدای پیاده روی این پیشکسوت عزیز تا رسیدن به مشهد مقدس به روش‌های گوناگون از وی پشتیبانی و حمایت به عمل آمد و مسئولان و دست‌اندرکاران کانون استان‌ها و دفاتر نمایندگی کانون استان‌های مسیر پیاده روی، علاوه بر تماس تلفنی مستمر؛ در محل‌های مختلف از ایشان استقبال به عمل آورده و پس از کسب اطلاع از سلامتی ایشان، وی را برای ادامه مسیر مشایعت نمودند. همچنین سرهنگ بازنشسته علی شیرانی در نظر دارد در مرحله بعدی، مسیر تهران تا کربلای معلا را پیاده طی کند.

### همت بلنددار که مردان روزگار

#### از همت بلند به جایی رسیده‌اند

حیات آدمی به جاده ناهموار و سنگلاخی مانند است. کام بخشی گردون و برخوردار از مواهب زندگی، بدون تصمیم، اراده قوی، بصیرت و آینده‌نگری امکان پذیر نیست. تاسف بسیاری از مردم و عدم برخوردار شدن ایشان از تمنعات زندگی، ناشی از ضعف اراده، همت و پشتکارشان بوده است؛ بدون تردید تحقق آرزوها و نیل به اهداف و کامیابی‌ها با کاربرد بصیرت، مجاهدت و مقاومت است. اینکه گویند غیر ممکن است، امری بدیهی است. اما چه بسیار از مسائل و معضلات که حلشان امکان ناپذیر بوده ولی با همت و اراده قوی از پیش پا برداشته شده است. کافی است محدودیت‌ها و محرومیت‌ها را با بردباری تحمل کنیم و به هوس‌های زودگذر پشت پا بزنیم. از دوستان مشوق مددجوییم و بیش از همه، از خالق هستی یاری طلبیم. قطعا نیروی مضاعف و قدرت روحی خلل ناپذیر خواهیم داشت و ناهمواری‌های مسیر تحقق آرزوهایمان کاهش خواهد یافت.

شرایط متفاوت دوران خردسالی در محیط خانه و اجتماع مانند رشد فکری، سازگاری با پدر و مادر، مسائل اقتصادی، معتقدات ایمانی و اخلاقی آنان و رهنمودهای ارباب اندیشه در تصمیم‌گیری و ترسیم نقشه راه برای کودک و نوجوان نکات میرهنی است.

روح یک نوجوان نیاز به رهنمود، تحول و زدودن آثار احيانا نامطلوب از حوادث زندگی در جامعه کوچک خود را دارد. او باید یاد بگیرد که برای ایستادن روی پای خود و یافتن جایی در اجتماع برای خویشتن، با حقایق و موانع آشنا شود، خوب را از بد تشخیص دهد و مسیر سعادت خود را بشناسد.

این مساله را می‌توان به حصول میوه‌ای تشبیه نمود که برای بوجود آمدن آن عوامل مختلف باید دست به دست هم دهند تا اراده باغبان به فراهم کردن محصول توفیق یابد.

فصل مناسب، بذر مرغوب، آب کافی، کود مناسب، نور و دمای مناسب از شرایط ضروری است و در غیر اینصورت تلاش باغبان نتیجه نخواهد داد. اینکه گویند خواستن، توانستن است بیهوده نیست. خواستن همان تصمیم و اراده توأم با همت و امید است و توانستن هم همان کاربرد مجاهدت، مقاومت و بردباری است.

بی ریاضت نتوان شهره آفاق شدن مزد اگر می‌طلبی، طاعت استاد ببر بنابراین سعادت و خوشبختی یک رویا نیست و با مشکلاتی همراه است که همت بلند و اراده استوار آنها را حل می‌کند.



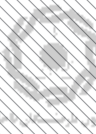
## بی رنج، گنج میسر نمی‌شود

«المرء یفتخر بالهمم العالیه لا بالرمم البالیه»

مرد به همت‌های بلند خود افتخار می‌کند نه استخوان‌های پوسیده (اجداد و نیاکان)

بارها در بررسی حوادث تاریخی و سرگذشت آنها خوانده، دیده و شنیده‌اید که مردان بزرگ در اثر اراده قوی و نه متزلزل و همت توأم با آگاهی و بصیرت به اهداف خود رسیده و پیروزی‌ها و موفقیت‌های درخشان بدست آورده‌اند. انسانی که به صفات فوق‌آراسته است، هیچگاه ضعیف‌النفس نیست و اراده متزلزل نداشته و دارای اعتماد به نفس قوی است. اندیشه او صرفاً به تحقق اهداف متعالی متمرکز است. ضعف نفس و بینش سطحی در شخصیت او جایی ندارد. کاخ رویاهای یک چنین اشخاصی رفیع‌تر از حد معمول است. آنان غالباً با نگرش مثبت به حقایق زندگی نگاه می‌کنند. معقول و منطقی فکر می‌کنند و متقی و پرهیزکارند. آنان چنان در رسیدن به مقصد عالی حیات مصمم و مومن‌اند که حوادث جبری و ناخواسته قادر نیست رشته امیدشان را بگسلد. دانشجویی را به خاطر می‌آورم که در کلاس‌های آمادگی کنکور درس می‌خواند. او بسیار ساعی و پرتلاش بود، آن سال رتبه مورد دلخواهش را کسب نکرده و موفق نشد. سال بعد با آمادگی بیشتر در کنکور شرکت کرد و در رشته میکروبیولوژی قبول شد، ولی او به سعی خود ادامه داد و می‌خواست در رشته دندانپزشکی پذیرفته شود. در بار سوم که در کنکور شرکت کرد، به هدف خود رسید و اینک دندانپزشک موفق است. همت، اراده و پشتکار این جوان حقیقتاً شایسته تحسین بود. زهی سعادت به ملتی که همه و یا اکثریت افراد جامعه اراده‌ای استوار و همتی بلند دارند و بدون تردید یک چنین ملتی راه‌های پیشرفت و تعالی مهین خویش را به سرعت و سهولت خواهد پیمود.





## تعامل با فاسقان

خداوند متعال برای زندگی آدمیان راه و روش خاصی را معین فرموده و تعالیم عالیله اسلام حیات انسانی را پیش روی جامعه قرار می‌دهد. برای تمامی شئون زندگی انسان مسلمان دستورات و نسخه‌های حیات بخشی وجود دارد که در آیات قرآن کریم و کلام معصومین علیهم السلام قابل جست و جو است. فقیه و عارف گرانقدر حضرت آیت الله جوادی آملی در این باره کتاب وزین و ارزشمند مفاتیح الحیاة را در ۵ بخش و ۳۴ فصل نگاشته‌اند، که به لحاظ اهمیت آموزه‌های حیات بخش آن، فصولی از بخش دوم این کتاب را به شما عرضه می‌کنیم. خوانندگان محترم و علاقه‌مند به ملاحظه متن عربی آیات و احادیث عنوان شده و آدرس آن‌ها می‌توانند به متن اصلی کتاب مفاتیح الحیاة مراجعه کنند.

دعوت فاسق به غذا و حضور بر سفره آنان نهی فرمود. امیرمؤمنان(ع) به کمیل فرمود: ای کمیل!... از فاسقان دوری کن.

دوری کن. امام باقر(ع) می‌فرماید: پدرم علی بن الحسین(ع) به من فرمود: پسر من! از پنج نفر بر حذر باش و با آنها گفت و گو و همراهی نکن. گفتم: پدر جان! آنان چه کسانی اند؟ فرمود: برحذر باش از مصاحبت با دروغگو که او همانند سراب، دور را برای تو نزدیک و نزدیک را دور می‌کند و بهره‌یز از مصاحبت با فاسق، زیرا او تو را به لقمه‌ای یا کمتر از آن می‌فروشد و برحذر باش از همراهی با بخیل که تو را در نیازمندترین حالت به مال او، خوار و زبون میکند و بهره‌یز از مصاحبت با احمق که تلاش

دعوت فاسق به غذا و حضور بر سفره آنان نهی فرمود. امیرمؤمنان(ع) به کمیل فرمود: ای کمیل!... از فاسقان دوری کن. امام باقر(ع) می‌فرماید: پدرم علی بن الحسین(ع) به من فرمود: پسر من! از پنج نفر بر حذر باش و با آنها گفت و گو و همراهی نکن. گفتم: پدر جان! آنان چه کسانی اند؟ فرمود: برحذر باش از مصاحبت با دروغگو که او همانند سراب، دور را برای تو نزدیک و نزدیک را دور می‌کند و بهره‌یز از مصاحبت با فاسق، زیرا او تو را به لقمه‌ای یا کمتر از آن می‌فروشد و برحذر باش از همراهی با بخیل که تو را در نیازمندترین حالت به مال او، خوار و زبون میکند و بهره‌یز از مصاحبت با احمق که تلاش

دعوت فاسق به غذا و حضور بر سفره آنان نهی فرمود. امیرمؤمنان(ع) به کمیل فرمود: ای کمیل!... از فاسقان دوری کن. امام باقر(ع) می‌فرماید: پدرم علی بن الحسین(ع) به من فرمود: پسر من! از پنج نفر بر حذر باش و با آنها گفت و گو و همراهی نکن. گفتم: پدر جان! آنان چه کسانی اند؟ فرمود: برحذر باش از مصاحبت با دروغگو که او همانند سراب، دور را برای تو نزدیک و نزدیک را دور می‌کند و بهره‌یز از مصاحبت با فاسق، زیرا او تو را به لقمه‌ای یا کمتر از آن می‌فروشد و برحذر باش از همراهی با بخیل که تو را در نیازمندترین حالت به مال او، خوار و زبون میکند و بهره‌یز از مصاحبت با احمق که تلاش

**تعامل با متظاهران به اسلام**  
یکی از گروه‌های انحرافی و بسیار خطرناک در جامعه اسلامی منافقانند که شاخه‌ای از فاسقان شمرده می‌شوند. آنان سوگندهای [دروغین] خود را به عنوان سپر صیانت از آسیب می‌گیرند و با این نیرنگ مردم را از راه خدا باز می‌دارند. ظاهرشان بسیار فریبنده است؛ ولی دشمن حقیقی شما و دین اند و خدا مسلمانان را از این گروه برحذر داشته است. شناخت منافقان نیز بصیرت می‌طلبد.

**برخی اوصاف منافق**  
منافق چون با ظاهری دینی با مؤمنان روبه رو می‌شود، قبل از هر چیز باید او را شناخت، از همین رو در این بخش به برخی از اوصاف آنها اشاره می‌شود:

**ادعای دروغین ایمان**  
و از مردم کسانی اند که می‌گویند: به خدا و روز رستاخیز ایمان آوردیم، در حالی که مؤمن نیستند.

**نیرنگ بازی**  
آنان با خدا و کسانی که ایمان آورده‌اند سخت نیرنگ می‌بازند؛ ولی جز خود را فریب نمی‌دهند، و این را در نمی‌یابند.

**انحصار طلبی**  
می‌گویند: اگر به مدینه بازگردیم، قطعاً آن که عزیزتر است آن را که زبون تر است از آن جا بیرون خواهد کرد، و حال آنکه عزت، همه از آن خدا و پیامبرش و مؤمنان است اما منافقان نمی‌دانند.

**ترس از مرگ**  
هنگامی که جهاد بر آنان واجب شد، برخلاف انتظار، گروهی از

ایشان از مردم [مشرکان] ترسیدند، مانند ترس از خدا یا ترسی بیشتر، و گفتند: پروردگارا چرا پیکار را بر ما مقرر داشتی؟....

**زورمداری و طبقه گرایی**  
و چون به آنان گفته شود: شما نیز همان گونه که مردم ایمان آورده‌اند ایمان بیاورید، گویند: آیا چنان که بی‌خردان ایمان آورده‌اند ایمان بیاوریم؟

**سازشکاری با دشمن**  
... این از آن روست که آنان به کسانی که از قرآن و احکام آن ناخشنود بودند وعده همکاری دادند و گفتند: در پاره‌ای از امور- تا آن جا که راز ما فاش نشود- از شما پیروی خواهیم کرد، [غافل از آنکه] خدا نهنکاری آنان را می‌داند.

**کسالت و خودنمایی در عبادت**  
منافقان... چون به نماز بایستند با سستی می‌ایستند، و به مردم خودنمایی می‌کنند و خدا را جز اندکی یاد نمی‌کنند.

**نکته:** منافق چون در باطن کافر است و خدا را قبول ندارد اصلاً به یاد او نخواهد بود؛ چه اندک و چه فراوان. طبق کلام نورانی حضرت امیرمؤمنان(ع) در ذیل همین آیه، منافقان فقط برای دنیا به یاد خدایند و دنیا متاع قلیل است، از این جهت خدا فرمود:... (إِلَّا قَلِيلًا)

**تمسخر مؤمنان**  
و چون با کسانی که ایمان آورده‌اند برخورد کنند، گویند: ایمان آورده‌ایم، و چون نزد سران شرور خود روند و با آنان خلوت کنند، گویند: ما با شما ایم، جز این نیست که ما مؤمنان را به مسخره گرفته‌ایم.

**استفتائات**

**آیا انشای عقد اخوت در ایامی غیر از روز عید غدیر خم جایز است؟**  
انحصار آن به روز مبارک عید غدیر خم معلوم نیست هرچند اولی و احوط است.

**زنجیر زدن به بدن همانگونه که بعضی از مسلمانان انجام می‌دهند، چه حکمی دارد؟**  
اگر به نحو متعارف و به گونه‌ای باشد که از نظر عرفی از مظاهر حزن و اندوه در عزاداری محسوب شود اشکال ندارد.

**در روز عاشورا مراسمی مانند قمه زنی و پابرهنه وارد آتش و ذغال روشن شدن برگزار می‌شود که علاوه بر اینکه باعث بدنام شدن مذهب شیعه اثنی عشری در انظار علما و پیروان مذاهب اسلامی و مردم جهان می‌شود، ضررهای جسمی و روحی هم به این اشخاص وارد می‌کند و همچنین موجب توهین به مذهب می‌گردد، نظر شریف حضرت تعالی در این باره چیست؟**  
هر کاری که برای انسان ضرر داشته و یا باعث وهن دین و مذهب گردد حرام است و مؤمنین باید از آن اجتناب کنند و مخفی نیست که بیشتر این امور باعث بدنامی و وهن مذهب اهل بیت(علیهم السلام) می‌شود و این از بزرگترین ضررها و خسارتهاست.

**آیا قمه زدن به طور مخفی حلال است یا اینکه فتوای شریف حضرت عالی عمومیت دارد؟**  
قمه زنی علاوه بر اینکه از نظر عرفی از مظاهر حزن و اندوه محسوب نمی‌شود و سابقه‌ای در عصر ائمه(علیهم السلام) و زمانهای بعد از آن ندارد و تأییدی هم به شکل خاص یا عام از معصوم(علیه السلام) در مورد آن نرسیده است، در زمان حاضر موجب وهن و بدنام شدن مذهب می‌شود بنا بر این در هیچ حالتی جایز نیست.





دکتر سعید عظیم قوام

# پیش‌زمینه‌های «ازدواج موفق» فرزندان

فصل چهارم: ملاحظات مهم پیش از ازدواج (بخش دوم)



## ۶- نقش نظرات والدین

یکی از سئوال‌هایی که برای جوانان در آستانه ازدواج پیش می‌آید، آن است که نقش والدین در انتخاب همسر چیست؟ آیا باید آن‌ها تصمیم بگیرند؟ آیا آن‌ها هم باید با انتخاب فرزند خود موافقت کنند؟ یا این که انتخاب همسر به خود جوانان مربوط می‌شود و والدین نباید در این موضوع دخالت کنند!

در پاسخ باید گفت، هر چند تصمیم‌گیری نهایی در مورد انتخاب همسر با خود طرفین است و خود باید بار مسئولیت انتخاب همسر و عواقب آن را بر دوش بگیرند، با این حال اولاً، لازم است جوانان عزیز به نظرات والدین که دلسوز فرزندان خود هستند و از تجربه و پختگی لازم برخوردارند، توجه کنند. هر چند ممکن است برخی والدین در موارد خاصی نتوانند خواسته‌ها و شرایط فرزندان خود را همانند خود جوانان تجزیه و تحلیل کنند، ولی در مجموع اگر منصفانه و به دور از هرگونه تعصب به موضوع نگریده شده، خواهیم دید که تجربیات و فهم و درک بالای والدین، برای فرزندان راه



## ۵- پرهیز از ازدواج با غیر هم‌کفو (همتا)

از جمله مواردی که در آستانه ازدواج باید مورد توجه جوانان عزیز قرار گیرد، آن است که به هیچ وجه نباید با غیر هم‌کفو خود ازدواج کنند. ازدواج در صورتی موفقیت‌آمیز خواهد بود که هر کسی با همتای خود ازدواج کند.

جوان عزیز! مبدا صرف عشق و علاقه به طرف مقابل و بدون آن که در زمینه‌های گوناگون و به ویژه موارد مهم و اساسی، همتای شما باشد، تن به ازدواج با او دهید. همچنین فریب شعارها و حرف‌های بی‌اساس را نخورید؛ از قبیل این که: مهم عشق و علاقه به یکدیگر است و بعدها در زندگی می‌توانی همسرت را هرگونه که بخواهی درست کنی و باورها و رفتارهایش را مطابق با میل خود کنی!

## ۴- خودداری از ازدواج بدون شناخت کافی

یکی از خطرهای مهمی که کانون گرم خانواده را متزلزل می‌کند یا حداقل موجب بروز اختلاف‌ها و درگیری‌های زناشویی زیادی می‌شود، ازدواج بدون شناخت دقیق و کافی از طرف مقابل یا خانواده اوست. صرف آشنایی در محیط دانشگاه، مسیر مدرسه، محله، محافل و مجالس و یا یکی دو بار گفت‌وگو با یکدیگر، شناخت کافی را ایجاد نمی‌کند و موجب ازدواجی ناموفق و ناپایدار می‌شود. لذا جوانان عزیز هنگام ازدواج باید دقت کافی کنند و با به دست آوردن شناخت کامل و دقیق از طرف مقابل و خانواده‌اش، برای ازدواج تصمیم بگیرند. نباید به شناخت سطحی خود تکیه، و به هشدارهای دلسوزان و بزرگ‌تران و به ویژه والدین بی‌توجهی کرد و تصمیمی را گرفت که جز پشیمانی و تلخی چیزی را برای ما به ارمغان نیاورد.

گشاست و با استفاده از آن می‌تواند ازدواج موفق‌تری داشته باشند. مبدا با این تصور غلط که آن‌ها مربوط به نسل گذشته هستند و به اصطلاح جوانان را درک نمی‌کنند، اهمیتی به نقطه نظرها و هشدارهای آنان داده نشود؛ چرا که در این صورت بی‌تردید خود جوانان دچار خسران و پشیمانی خواهند شد. ثانیاً، جوانان عزیز باید بدانند که عقد دختر باکره بدون اجازه پدر صحیح نیست؛ چرا که دختران جوان، تجربه کم‌تری دارند و با حيله‌گری‌ها، دغل‌بازی‌ها، فریب‌ها، سوء استفاده‌ها و نقشه‌های ناجوانمردانه برخی پسران ناهل چندان آشنایی ندارند. در حالی که تجربه پدر، دختر را کمک می‌کند تا از این گونه خطرناک‌ها مصون بماند. ضمن این که توجه به نظر والدین، به ویژه پدر، آمیختن عقل و احساس با یکدیگر است. دختران جوان معمولاً احساسی و عاطفی عمل می‌کنند و خیلی زودتر از پسران، سوگندها و اظهار علاقه‌ها را باور می‌کنند و تسلیم خواست پسران می‌شوند. ولی پدران ملاحظات عقلی را بیش‌تر در نظر می‌گیرند. البته این را هم باید توجه کرد که نظر پدر در مورد ازدواج دختر باکره‌اش، تا وقتی محترم است که نظرش در راه خیر و تأمین صلاح فرزندش باشد و اگر مسلم شود که علت عدم رضایت پدر چنین امری نیست و بدون دلیل منطقی مخالفت می‌کند، در این صورت شرط اجازه پدر طبق قواعد و قوانین مربوط توسط محاکم صالحه قابل سلب است.



## ۷- پرهیز از ازدواج از روی ترحم

جوانان عزیزی که در آستانه ازدواج هستید، مبدا از روی ترحم با کسی ازدواج کنید. مراقب باشید دچار احساسات زودگذر نشوید و صرفاً به دلیل فقر کسی و وضع مالی خوب شما، یا بیماری و یا بی‌کسی او و احساس مسئولیت در خودتان، تن به ازدواج با او ندهید. اگر کسی هم‌کفو و همتای شما نیست و صرفاً به دلیل فوق می‌خواهید با او ازدواج کنید و به اصطلاح او را از بدبختی نجات دهید، مطمئن باشید که نه تنها نمی‌توانید او را نجات دهید، بلکه خود را هم به دردسر خواهید انداخت. احساس ترحم و دلسوزی، حد و مرزی

دارد. اگر شما صرفاً از روی ترحم و دلسوزی با کسی ازدواج کنید، مطمئن باشید این احساس نمی‌تواند برای همیشه در وجودتان باقی بماند و پس از مدتی (حتی اگر چند سال هم ادامه پیدا کند) فروکش خواهد کرد. در آن هنگام بر او منت گذاشته یا سرکوفت خواهد زد و او هم احساس حقارت خواهد کرد، و در نتیجه ادامه زندگی برایتان قابل تحمل نبوده و به کام هر دوی شما تلخ خواهد شد.

## ۸- خودداری از ازدواج به خاطر انتقام

ازدواج از روی انتقام، از هر نوعی که باشد، در درجه اول و حتی در نهایت به ضرر خود فرد تمام خواهد شد. گاهی ممکن است جوانی به دلیل انتقام گرفتن از رقیب خود، با دختری ازدواج کند که همتا و مناسب او نیست و صرفاً به خاطر گرفتن انتقام از رقیب خود با ازدواج می‌کند. گاهی ممکن است پسری به دلیل انتقام گرفتن از دختری که به خواستگاری او جواب رد داده، بلافاصله با دختری ازدواج کند که مناسب و همتای او نیست، بلکه می‌خواهد صرفاً به دختری که جواب رد داده، ثابت کند که اشتباه کرده و دختران زیادی حاضرند با او ازدواج کنند. یا با دختری ازدواج می‌کند که روابط تیره‌ای با دختری که جواب رد داده، دارد و بدین وسیله می‌خواهد دختری را که جواب رد داده ناراحت و عصبانی کند.

گاهی نیز ممکن است دختری که منتظر بوده و توقع داشته فلان پسر با او ازدواج کند، ولی چنین اتفاقی صورت نگرفته است، برای گرفتن انتقام از آن پسر و شایسته نشان دادن خود، بلافاصله با پسری که همتا و مناسب او نیست، ازدواج کند و قصدش صرفاً گرفتن انتقام از آن پسری باشد که با او ازدواج نکرده و می‌خواهد ثابت کند پسران شایسته زیادی آماده ازدواج با او بوده‌اند و او صرفاً به خاطر آن پسر، تاکنون به خواستگاران جواب رد داده است.

در همه این موارد و موارد مشابهی که ازدواج صرفاً به خاطر انتقام‌گیری است و نه از روی مصلحت و انتخاب درست، عواقب شوم آن ازدواج دامن‌گیر خود فرد خواهد شد و به فردی که از او انتقام گرفته شده، ضرری نخواهد رساند. این روحیه انتقام به

زودی سپری می‌شود و سرد خواهد شد. آن‌گاه فرد انتقام‌گیرنده می‌ماند و انتخاب نادرستش، و این که زندگی تلخ و ناخواسته‌ای را باید تحمل کند و یا این که به زندگی مشترک خود خاتمه داده و مشکلات جدید دیگری برای خود و همسرش به وجود آورد.



## ۹- پرهیز از ازدواج به طمع مال و ثروت

پسرانی که به طمع مال و ثروت با دختری که خانواده ثروتمندی دارد، ازدواج می‌کنند یا دخترانی که با پسران ثروتمند ازدواج می‌کنند و این ازدواج صرفاً به خاطر ثروتمند بودن زوج صورت می‌گیرد، بدون آن که زوجین همتا و مناسب یکدیگر باشند، چنین ازدواجی ممکن است مدت کوتاهی به خوبی و خوشی سپری شود، اما در دراز مدت به دلیل آن که در روابط زناشویی، فقط پول و ثروت، تعیین‌کننده نیست و اعتقادات و باورها و نیز اخلاق و رفتار زوجین بسیار حائز اهمیت است، به زودی بین زوجین اختلاف‌ها و درگیری‌ها شعله‌ور می‌شود و حتی ممکن است کار به جدایی و طلاق نیز بکشد.

ضمن این که اگر فقط به خاطر ثروت طرف مقابل یا خانواده‌اش، ازدواج صورت گرفته باشد، حتی در زمینه مسائل مالی نیز مشکلات جدی و بزرگی به وجود خواهد آمد. از جمله آن‌ها توقع بالای زوج ثروتمند یا خانواده‌اش، سرکوفت زدن به طرف مقابل و تحقیر او، منت گذاشتن دائمی، عدم تفاهم خانواده‌های زوجین در روابط فامیلی و دهها مشکل کوچک و بزرگ دیگر که هر کدام برای تلخ کردن یک زندگی مشترک کافی است.

آنچه گفته شد، به مفهوم نفی ازدواج با افراد پولدار و تشویق به ازدواج با افراد فقیر نیست، بلکه منظور آن است که اگر به هم‌کفوی و همتایی توجه نشده باشد و در امور اساسی و مهم زندگی تناسب و تفاهمی بین آنان نباشد و ازدواج صرفاً به خاطر ثروتمند بودن طرف مقابل صورت گرفته باشد، چنین ازدواجی موفق نبوده و سرانجام تلخی به دنبال خواهد داشت.





در تاریخ اسلام حجه الوداع در سال دهم هجرت یکی از رازمندترین حوادث تاریخی است. پیامبر عظیم الشان اسلام حضرت محمد صلی الله علیه و آله پس از هجرت اولین بار در سال ششم هجرت و پس از اطمینان از امنیت به دست آمده در پرتو مجاهدتهای مسلمانان، تصمیم گرفتند با عده‌ای از مهاجرین و انصار برای انجام عمره مفرده به مکه سفر نمایند که باممانعت قریش از حضور پیامبر و اصحابش در مکه و انجام اعمال عمره، پس از قریب به بیست روز محرم بودن در بیست و پنج کیلومتری شهر مکه در محلی بنام حدیبیه و مذاکرات طولانی با قریش که منجر به انعقاد صلح حدیبیه گردید، نهایتاً به مدینه بازگشتند و از احرام خارج شدند و طبق معاهده مقرر شد سال بعد برای انجام عمره به مکه مسافرت نمایند. سفر دوم پیامبر که به عمره القضاء شهرت یافت در سال هفتم هجرت بود که این اولین سفر پیامبر اسلام به مکه پس از هجرت از این شهر خدایی بود، پیامبر اسلام در سومین سفر به مکه در سال هشتم هجری و به قصد پاکسازی شهر امن الهی از لوث شرک و مشرکین و با جمعیتی در حدود ده هزار نفر روانه مکه شدند که این سفر به سقوط کامل پایگاه‌های شرک در مکه و اطراف این شهر انجامید و فتح مکه در این سفر صورت پذیرفت، در سال نهم پیامبر اسلام به مکه سفر نمودند، اما با توجه به تحرکاتی که برخی از مشرکین در مکه داشتند و به دنبال نزول سوره توبه و اعلان قاطع به مشرکین مکه که شهر را حداکثر طی چهار ماه باید تخلیه نمایند، ابتدا ابوبکر مامور ابلاغ و قرائت آیات سوره توبه در مکه شد ولی چند منزلی طی نشده بود که بر اساس دستور وحی این ماموریت از ابوبکر گرفته شد و به امیر المومنین سپرده شد که آن حضرت انجام دهد و در این تغییر نیز رمز و رازی بود که فقط برخی از خواص آن را فهمیدند و حس نمودند. اما آخرین سفر پیامبر اسلام به مکه در سال دهم هجرت بود که در تاریخ به حجه الوداع شهرت یافته است، چرا که پیامبر اسلام با اطلاعی که از پایان عمر شریفشان داشتند، می‌دانستند دیگر فرصت زیارت خانه خدا را پیدا نخواهند کرد و باید آماده عروج و راهیابی به لقاء الهی باشند و به همین جهت در این سفر باخانه خدا و شهر مکه وداع نمودند.



## غدیر سرچشمه ولایت و امامت

يَا أَيُّهَا الرَّسُولُ بَلِّغْ مَا أُنزِلَ إِلَيْكَ مِنْ رَبِّكَ وَإِنْ لَمْ تَفْعَلْ فَمَا بَلَغْتَ رِسَالَتَهُ وَاللَّهُ يَعْصِمُكَ مِنَ النَّاسِ إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْكَافِرِينَ. سوره مائده آیه ۶۷

ای رسول آنچه را از سوی پروردگارت برای تونازل شده است، به مردم برسان و اگر به مردم ابلاغ نکنی، رسالت اورا (خدا) ابلاغ نکرده‌ای و خداوند تورا از مردم حفظ می‌کند و خداوند قومی را که کفر می‌ورزند هدایت نخواهد کرد.

### حجه الوداع مقدمه‌ای بر اتصال امامت به نبوت

می‌توان گفت پیامبر اسلام پس از هجرت تنها یک بار برای انجام فریضه حج اقدام نمودند و آن هم در سال دهم هجرت بود، اما این سفر چه خصوصیات و ویژگی‌هایی داشت؟ در این جا به بخشی از حواشی این سفر اشاره می‌کنیم که اهمیت آن از همین حواشی بیشتر به دست می‌آید:

۱- پیامبر اسلام در ماه ذی القعدة دستور دادند به مردم مدینه و قبایل اطراف اعلام نمایند که آن حضرت قصد انجام

اعمال حج را دارد پس هر کس تمایل دارد در این سفر همراه پیامبر باشد آماده سفر گردد.

۲- انجام حجه الوداع پس از آن بود که جبرئیل (ع) از رحلت زود هنگام پیامبر به آن حضرت خبر داد و لذا این سفر برای رساندن آخرین پیامهای الهی که اهمیتی معادل کل اسلام داشت صورت می‌پذیرفت.

۳- در این سفر اکمال دین و اتمام نعمت الهی باید تحقق می‌یافت. «الیوم اکملت لکم دینکم و اتممت علیکم نعمتی و رضیت لکم الاسلام دینا» سوره مائده

آیه ۳، امروز دین شما را برای شما کامل نمودم و نعمتم را بر شما تمام کردم و اسلام را به عنوان دین برای شما پذیرفتم.

۴- در سفر حجه الوداع بیش از یکصد هزار مسلمان از اطراف جزیره العرب شرکت نمودند و این بیشترین جمعیتی بود که در یک زمان برای اولین بار با حضور پیامبر گردهم می‌آمدند.

۵- در این سفر یکی از مهمترین احکام اجتماعی اسلام یعنی حج آن گونه که اسلام آن را بیان نموده بود انجام شد و پیامبر اسلام (ص) در عرفات احکام «حجه الاسلام» یعنی حج مورد پذیرش اسلام را برای مسلمانان تبیین نمودند.

۶- پیامبر اسلام همراه خود چهارپایانی برای قربانی آورده بود و تا انجام اعمال و قوف در عرفات و منی و ذبح قربانیها از احرام خارج نشدند در حالی که کسانی بودند که قربانی همراه خود نیاورده بودند و پیامبر فرمود بعد از عمره تمتع از احرام خارج شوید، ولی آنان از خود اجتهاد نمودند و با این توجیه که چون پیامبر در احرام است ما از احرام خارج نمی‌شویم که باعث شد پیامبر از رفتار خودسرانه آنان ناراحت شوند.

۷- امیرالمومنین علی علیه السلام که به عنوان نماینده پیامبر اسلام در یمن بودند، قبل از اعمال حج به پیامبر ملحق شدند و پیامبر از آن حضرت پرسید چگونه نیت حج کردی؟ عرضه داشت یا رسول الله من دردل گذراندم که به همان نیتی که پیامبر اسلام محرم شده است من محرم می‌شوم و پیامبر فرمودند پس تونیز تازمانی که قربانی نکرده‌ای از احرام خارج نشو و این برای عده‌ای خیلی گران آمد که چرا علی بن ابی طالب (ع) مانند پیامبر حج بجاء آورد و بقیه شکل دیگر؟

۸- پیامبر اسلام در این سفر دو سخنرانی عمومی داشتند، یکی در عرفات و به قول برخی از مورخین در منی که محتوای این سخنرانی علاوه بر تبیین احکام حج به امورات مهمی همچون وحدت مسلمانان و برابری آنان از هر رنگ و نژاد و امورات اجتماعی مسلمانان بود و دیگری بعد از اعمال حج و در مسیر برگشت نزدیک جحفه در کنار برکه آبی که غدیر نام داشت و در آن به مهمترین انگیزه این سفر که معرفی مولای متقیان امیر مومنان به ولایت و امامت از سوی خداوند به مردم بعد از خودش بود اقدام نمودند، و در همین مکان مسلمانان با امیرالمومنین علی ابن ابی طالب علیه السلام به عنوان خلیفه پیامبر بعد از آن حضرت بیعت کردند.

چرا معرفی امیر المومنین علیه السلام به خلافت و امامت به آخرین ماه‌های عمر رسول گرامی اسلام موکول شد؟ این مهمترین پرسشی است که اگر ابعاد آن شکافته شود و به درستی تحلیل گردد، می‌توان به رمز و راز این سفر الهی و روحانی تاحدودی پی برد.

یکی از مهمترین نگرانیهای پیامبر در طول ده سال جامعه سازی و تحکیم نظام سیاسی اسلام در مدینه، حفظ وحدت، و انسجام اجتماعی مسلمانان بود و این نگرانی پیامبر در آیات قرآن هم بیان شده است، از جمله در آیه ۱۰۳ سوره آل عمران «اَعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا وَاذْكُرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ

إِذْ كُنْتُمْ أَعْدَاءً فَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِكُمْ فَأَصْبَحْتُمْ بِنِعْمَتِهِ إِخْوَانًا وَكُنْتُمْ عَلَىٰ شَفَا حُفْرَةٍ مِّنَ النَّارِ فَأَنْقَذَكُم مِّنْهَا كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَهْتَدُونَ»

به ریسمان الهی چنگ بزنید و متفرق نشوید و بیاد آورید نعمت الهی را بر خودتان، آن زمان که شما همگی دشمن یکدیگر بودید، پس خداوند دل‌های شما را به یکدیگر همراه نمود و همگی برادران اسلامی شدید) و بیاد آورید که شما در پرتگاهی از آتش اختلاف بودید و خداوند شما را از آن نجات داد، این گونه خداوند آیات الهی را برای شما روشن می‌کند شاید که هدایت یابید.

همچنین خداوند در آیه ۱۴۴ از همین سوره، نگرانی پیامبر اسلام را از آنچه بعد از او بر سر امت اسلامی خواهد آمد بیان می‌کند.

«وَمَا مُحَمَّدٌ إِلَّا رَسُولٌ قَدْ خَلَتْ مِنْ قَبْلِهِ الرُّسُلُ أَفَإِنْ مَاتَ أَوْ قُتِلَ انْقَلَبْتُمْ عَلَىٰ أَعْقَابِكُمْ وَمَنْ يَنْقَلِبْ عَلَىٰ عَقْبَيْهِ فَلَنْ يَصُرَ اللَّهُ شَيْئًا وَ سَيَجْزِي اللَّهُ الشَّاكِرِينَ»

و جز این نیست که محمد (ص) پیامبری همچون پیامبران گذشته می‌باشد (یعنی عمر ابدی ندارد و مشمول سنت فراگیر مرگ خواهد بود) آیا اگر بامرگ طبیعی و یا شهادت از دنیا رود، شما مردم باید بازگشت به گذشته نمایید، و هر کس چنین بازگشتی نماید، به خداوند آسیبی نمی‌رساند و به زودی خداوند آنان که شکر این نعمت بزرگ الهی (بعثت پیامبر) را به جای آورند جزای خیر خواهد داد.

چرا پیامبر نگران ازهم گسیخته شدن وحدت امت اسلامی بود؟

علی رغم این که پیامبر اسلام در طول ده سال پس از هجرت به مدینه توانستند الگویی از جامعه نوپدید اسلامی را ایجاد نمایند و پیام اسلام را نه فقط به ملت‌ها و حکومت‌های منطقه که به قدرتهای مسلط آن روز جهان نیز برسانند، اما در داخل با چالشهای بزرگی روبرو بودند که پیامبر را به شدت نگران نموده بود و این نگرانی تا آخرین لحظه‌های عمر پیامبر ادامه داشت، و حتی در لحظه‌هایی که فرمود

قلم و کاغذی بیاورید تا برای شما مطالبی را بنویسم که بعد از من گمراه نشوید، و عده‌ای مانع از این کار شدند، چرا که آن را بر خلاف تصمیماتشان برای بعد از پیامبر می‌دانستند، عمق نگرانی پیامبر برای بعد از خود را نشان می‌دهد. این نگرانیها متأثر از چند واقعت بود که به آنها اشاره می‌شود:

۱- جامعه تازه به اسلام گرویده، فرصت کافی برای رسوب زدایی فرهنگ جاهلی را پیدا نکرده بود که در آیه ۱۴۴ سوره آل عمران به آن اشاره شد، و این تهدید بزرگی بود که با رفتن پیامبر دوباره لایه‌های زیرین فرهنگ جامعه نوپای اسلامی که متأثر از فرهنگ جاهلی بود، رفتار و زندگی مردم را تحت تاثیر قرار دهد.

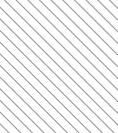
۲- اتصال وحی در عصر نبوی همانند بند تسبیحی جامعه ناهمگون تازه مسلمان را به هم متصل نموده بود و علاوه بر حفظ وحدت در بین مسلمانان، دشمنان داخلی را نیز مرعوب ساخته بود و با رحلت پیامبر عظیم الشان اسلام این بند و ریسمان الهی به یکبار پاره می‌شد و جامعه را از توازن و همبستگی خارج می‌ساخت و زمینه زور آزمایی منافقین و دشمنان داخلی و خارجی را فراهم می‌ساخت و لذا انقطاع وحی بزرگترین و فاجعه آمیزترین حادثه‌ای بود که حتی از رحلت پیامبر هم بالاتر بود، تا جایی که در زیارت پیامبر اسلام می‌خوانیم:

«أَصْبَحْنَا بِكَ يَا حَبِيبَ قَلْبُونَا فَمَا أَعْظَمَ الْمُصِيبَةَ بِكَ حَيْثُ انْقَطَعَ عَنَّا الْوَحْيُ وَحَيْثُ فَقَدْنَاكَ»

ای محبوب دل‌های ما مصیبت بزرگی به ما رسید و چه مصیبتی بزرگتر از انقطاع وحی و فقدان تو تصور می‌شد.

ملاحظه می‌شود که انقطاع وحی حتی از مصیبت جانکاه رحلت پیامبر بالاتر است.

۳- جریان نفاق چه در شکل افشا شده آن در زمان حضور پیامبر و چه در شکل افشا نشده آن، که افرادی خاص فقط از آن مطلع بودند، مهمترین خطر برای برهم زدن وحدت امت اسلامی و باز گرداندن جاهلیت به جامعه بود و جامعه





عصر نبوی آن چنان شکننده بود که با اندک حادثه‌ای اختلاف و بر هم خوردن نظم جامعه و درحاشیه قرار گرفتن دین و احکام دین متصور بود.

۴- سه جریان یهود، مسیحیت و شرک جزیره العرب، هر لحظه مترصد فرصت بر اندازی اسلام و نظام تازه به ثمر نشسته اسلام بودند.

۵- علی رغم این که از همان ابتدای ظهور اسلام گزینه پیامبر برای جانشینی بعد از خود، شخص امیر المومنین علی ابن ابی طالب علیه السلام بود، اما پیامبر اسلام نگران عدم پذیرش آن حضرت از سوی برخی مدعیان پیشگامی در اسلام بود و وسایه سیاه اختلاف را که ممکن بود بر سر مسلمانان بگسترده پیش‌بینی می‌نمودند.

۶- در چنین شرایطی اگر پیامبر(ص) زودتر از موعد که نزدیک‌ترین زمان به هنگامه رحلتش بود، به معرفی امیر المومنین(ع) اقدام می‌نمود، هم خطر جانی برای حضرت علی داشت و هم خطر ازهم گسیختگی امت حتی در زمان حضور خود پیامبر و جمله «و الله بعصمک من الناس» در آخر آیه ۶۷ ناظر به همین نگرانی پیامبر بود.

#### نتیجه:

رمز و راز معرفی امیرالمومنین علی علیه السلام درحجه الوداع به عنوان امام و خلیفه بلافصل پیامبر با آن خطبه بسیار مهم نبی مکرم اسلام در غدیر، بیانگر مهمترین اولویت پیامبر هم در زمان حیاتش و هم بعد از رحلتش می‌باشد و آن چیزی نیست جز وحدت امت اسلامی که در سایه آن اسلام حفظ خواهد شد و می‌بینیم که وحدت حتی اهمیتش از استقرار خلافت امیرالمومنین علیه‌السلام هم بیشتر است، چرا که آن حضرت وقتی با کارشکنی تعدادی از صحابه مواجه شدند، تنها با استفاده از ابزارهای اقتاع برای احقاق حق الهی و سیاسی خود استفاده نمودند و چون راه اقتاع را مفید ندیدند اقدام دیگری نکردند و آن گونه که در خطبه شمشقیه بیان می‌کنند «صبرت و فی العین قذی و فی الحلق شجی» من مانند کسی که خار در چشمش خلیده باشد و استخوان در گلویش گیر کرده باشد صبر کردم، یعنی از یک سو باید نظاره گر به غارت رفتن حق الهی خود می‌بودم و از سوی دیگر نباید برای مخالفت با آن نفس می‌کشیدم، چرا که وحدت امت اسلامی برای من از همه چیز مهمتر بود.

و امروز بعد از ۱۴۰۰ سال می‌بینیم دشمنان اسلام تنها راه مسلط شدن بر سرنوشت امت اسلامی را در ایجاد نفاق و تفرقه و تکفیر یکدیگر دیده است و با همین ابزار به ویران سازی تمدن اسلامی در کشورهای اسلامی مشغول شده است.

منابع:

- ۱- قرآن مجید.
- ۲- نهج البلاغه.
- ۳- مفاتیح الجنان.
- ۴- فراهانی از تاریخ پیامبر اسلام تالیف آیه الله جعفر سبحانی.
- ۵- منتهی الامال ج ۱
- ۶- تاریخ تحلیلی اسلام، جعفر شهیدی.

## ولادت حضرت امام علی النقی(ع) مبارک باد

حضرت امام هادی(ع) دهمین چراغ فروزان هدایت، در نیمه ذی حجه سال ۲۱۲ ق در قریه‌ای در نزدیکی مدینه به دنیا آمد. مادرش سمانه معروف به سیده می‌باشد. ابوالحسن ثالث کنبه حضرت و هادی، نقی، مرتضی، فقیه، امین و متوکل، از القاب آن امام هستند. معتصم، واثق، متوکل، منتصر، مستعین و معتز از خلفای دوران حیات امام هادی(ع) بوده‌اند. پنج فرزند برای آن حضرت ذکر شده است. امام هادی(ع) پس از شهادت پدر بزرگوار خود، در سن هشت سالگی به امامت رسیده و عهده‌دار ولایت مسلمانان گردید. آن حضرت در همان دوران خردسالی، آن چنان از علم و هوشیاری و کمالات فوق العاده‌ای برخوردار بود که اطرافیان را حیران می‌کرد.

امام دهم، همچنین در راستای انتشار مکتب تشیع به تربیت شاگردان متعددی پرداخت که حضرت عبدالعظیم حسنی، ابن سکیت اهوازی، ابوهاشم جعفری، جعفر بن سهیل و اسماعیل بن مهران از آن جمله‌اند. آن حضرت در تحکیم و استواری فقه و عقاید و فرهنگ تشیع، همت جدی و وسیع نمود و در این راستا، کتاب‌هایی نوشت که رساله‌هایی در ردّ جبر و تفویض، اثبات عدل، احکام دین و نیز تفسیر صحیح الخلقه و... از آن جمله‌اند.

## ۵ مهر ۱۳۶۰

### عملیات ثامن‌الائمه(شکست حصرآبادان)

پس از تجاوز عراق در ۳۱ شهریور ۱۳۵۹ و اشغال سریع بخش‌هایی از خاک کشورمان، خرمشهر مهمترین شهر بندری ایران پس از ۴۰ روز مقاومت دلیران، به دست دشمن افتاد. پس از سقوط خرمشهر، دشمن تلاش کرد تا از طریق شرق کارون و شمال بهمینشیر، آبادان را نیز اشغال کند که با این وضعیت آبادان در یک محاصره ۳۳۰ درجه‌ای قرار می‌گرفت.

پس از فرمان امام خمینی(ره) در چهاردهم آبان ۱۳۵۹ مبنی بر اینکه «حصرآبادان باید شکسته شود» این مسئله علاوه بر جنبه نظامی، جنبه شرعی نیز پیدا کرد و حیثیت نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران را از سه جنبه نظامی، سیاسی و مذهبی به محک آزمون سپرد. طرح عملیات ثامن‌الائمه در ۱۵ شهریور ۱۳۶۰ تکمیل و سرانجام در ساعت یک بامداد روز پنجم مهر ۱۳۶۰ نیروهای اسلام با رعایت اصل غافلگیری کامل و پس از گسترش روی خط به‌طور ناگهانی بر مواضع مقدم دشمن هجوم برده و خاکریزهای اولیه دشمن را بدون زد و خورد اشغال کردند. در این عملیات با تصرف پل‌های ارتباطی دشمن با غرب کارون، نیروهای بعضی به محاصره رزمندگان سپاه اسلام درآمدند و ضربه بسیار سختی را متحمل شدند و حصرآبادان برای همیشه شکسته شد. انهدام ۹۰ دستگاه تانک و نفربر و ۱۰۰ دستگاه خودرو و دو پل پی‌ام‌پی، به غنیمت گرفتن ۱۶۰ دستگاه تانک و نفربر، ۳۰ دستگاه لودر و بولدوزر، ۵ قیضه توپ ۱۵۵، ۱۵۰ دستگاه خودرو، دو دستگاه کاتیوشا، تعدادی توپ ۱۰۶، تعداد زیادی سلاح‌های سبک و مقدار زیادی مهمات. آمار کشته‌ها و زخمی‌های دشمن در این عملیات ۲۰۰۰ تن و تعداد اسرا ۱۸۰۰ تن بود.

**یاد و خاطره مقاومت، ایثار و دلاورمردی‌های رزمندگان نیروی انتظامی در هنگامه حصر آبادان، گرامی باد.**

### اجتماعی



پیشگامان بازنشسته، سید امیر آریا کارشناس ارشد علوم تربیتی



## با علائم افسردگی بیشتر آشنا شویم!

افراد افسرده حداقل ۱۰ نشانه بارز دارند که اگر به ۵ مورد آن مبتلا باشند، افسرده شناخته می‌شوند.

- ۱) کم و یا زیاد شدن خواب
- ۲) کم و یا زیاد شدن اشتها
- ۳) احساس خستگی زیاد حتی اگر فرد فعالیتی نکرده باشد.
- ۴) افکار مرگ و خودکشی
- ۵) کاهش تمرکز فکر
- ۶) عدم علاقه‌مندی به کارهایی که فرد قبلاً علاقه داشته و اکنون تمایلی به آنها ندارد. (مشکلات شغلی)
- ۷) مشکلات ارتباطی
- ۸) احساس گناه بی‌مورد
- ۹) مشکلات و نگرانی‌های مالی

۱۰) بی‌قراری با حرکات سریع بدن یا کند بودن حرکات جسمی، احساس بی‌ارزشی، ناامیدی، غمگین بودن، اضطراب و گریه کردن، سست شدن اعتقادات مذهبی، لجبازی و پرخاشگری و پناه بردن به اعتیاد

#### علل افسردگی:

- ژنتیکی مثل داشتن اقوام افسرده(پدر و یا مادر)
- محیطی مثل پدر و یا مادر خشن، فشارهای خانوادگی و حوادث غیر مترقبه، نقص عضو، بیکاری، از دست دادن عزیزان، توقعات زیادی از خود در زندگی، تغییر شغل، بازنشستگی و بیماری
- تغییر هورمون‌های بدن، خصوصاً

برای بانوان در سنین یائسگی مثل پایین آمدن هورمون زنانه استروژن و ثابت ماندن هورمون مردانه تستسترون اکنون به برخی از شوبه‌های کاهش افسردگی اشاره می‌کنیم. روش‌های مختلف وجود دارد که چند نوع از ساده‌ترین آن‌ها به شرح ذیل است:

- هر زمان که عصبانی شدید و خشم بر ما مستولی شد، یکی از ساده‌ترین راه مبارزه با کاهش افسردگی این است که به آرامی نفس عمیق بکشیم. با این عمل هوا و اکسیژن بیشتری را دریافت می‌نماییم و در طول تنفس خود بر دم و بازدم خود تمرکز کرده و به آرامی آرامش خود را بدست می‌آوریم.
- دم و بازدم خود را به آرامی و طی شماره‌های منظم انجام دهید. از نفس‌های کوتاه و پرفشار پرهیز کنید. ظرف ۴ شماره هوا را وارد ریه‌های خود کرده و با ۴ شماره آن را خارج کنید. این حرکت را برای مدت ۳ دقیقه منظم ادامه دهید.
- واقعیت آزمایی؛ سعی کنید با صدای نسبتاً بلند، پنج چیز را که می‌بینید یا احساس می‌کنید می‌شناسید نام برده و ۳ دقیقه این تمرین را ادامه دهید.
- برای مدت ۱۰ الی ۱۵ دقیقه پیاده‌روی کنید. بویژه در خارج از منزل، در پارک و یا دور از محیط خانواده مناسب‌تر است.
- سعی کنید آنچه که شما را نگران

- کرده، از ذهن و افکار تان خارج کنید.
- آنچه شما را نگران کرده برای فردی مورد اعتماد بازگو کنید. معمولاً با بیان مشکلات با افراد مورد اعتماد سنگینی مشکلات را کمتر حس کرده و اضطراب‌تان کاهش می‌یابد.
- بدن خود را با انجام حرکات ورزشی و شل کردن عضلات به آرامش برسانید. این امر از تنیدگی عضلات شما جلوگیری می‌کند.
- رایحه‌های آرامش بخش باعث آزاد شدن ماده آرام بخش(سروتونین) در بدن می‌شوند. لذا رایحه‌هایی مانند بهارنارنج، پونه، بابونه، اسطوخودوس و دیگر گیاهان معطر را در دستمالی ریخته و چندین بار آن را تنفس نمائید. رایحه خوش این گیاهان از اضطراب شما کم خواهد کرد.
- به عاداتی که سبب ایجاد اضطراب در شما می‌شود توجه کنید. شما عاداتی دارید که سال‌ها است در هنگام اضطراب همراه شما است، آنها را تغییر دهید. برای مثال در حال نشسته اگر اضطراب در شما مستولی می‌شود، به پا خیزید و یا برعکس آن.
- در خاتمه این بحث، در زمان استرس، اضطراب و نگرانی به خود استراحت داده و خود را آرام سازید. ضمناً مواردی دیگر چون ماساژ وجود دارد که در این بحث زمانی نمی‌گنجد و به امید خدا در مباحث آینده به آنها خواهیم پرداخت.

# ۲۸۸۷ روز پایداری و سرافرازی

خمینی(ره) شکل گرفت و باعث احیای یک مکتب سازنده و نهضت‌های آرمانگرا و ایدئولوژی جهانگیر شد. دفاع مقدس ما در زمینه‌های مختلف سیاسی، نظامی، اجتماعی، فرهنگی و... توانست معادلات جهانی معمول را بر هم زند و تحلیل‌های مادی دنیاپرستان را نقش بر آب سازد. این حادثه عظیم، بی‌شک در یاد ملت بزرگ ایران خواهد ماند و غرور و سرافرازی و حماسه‌آفرینی را در نسل‌های بعد بر جای خواهد گذاشت.

ایران اسلامی پس از دوران افتخار آفرین دفاع مقدس همواره در معرض توطئه‌های استکبار بوده و جنگ نرم دشمن را در ابعاد مختلف تجربه کرده و تا کنون با بصیرت لازم و تبعیت از تدابیر حکیمانه امام خامنه‌ای مدظله‌العالی سربلندی و سرافرازی خود را حفظ کرده است و ان‌شاءالله ملت ما در این رویارویی نرم نیز پیروز میدان خواهد بود.

امروز اولویت اصلی کشور مقابله با جنگ نرم دشمن است

در این جنگ نرم، شما جوان‌های دانشجو، افسران جوان این جبهه اید

کار فرهنگی در ایران اسلامی مسأله‌ای است که نمی‌توان لحظه‌ای از آن غفلت کرد

کسانی که نسبت به مسائل فرهنگی حساسیت داشته باشند متوجه مسأله آنها هم فرهنگی خواهند شد

۳۱ شهریور سالروز شروع جنگ تحمیلی از سوی رژیم بعث عراق علیه جمهوری اسلامی ایران، به عنوان آغاز هفته دفاع مقدس نامگذاری شده است. دوران هشت سال دفاع مشروع امت سلحشور ایران در حفظ و اعتلای نظام مقدس اسلامی و حراست از مرزهای عزت و شرف این مرز و بوم، به مثابه یکی از حساس‌ترین و بارزترین برهه‌های حیات راستین این ملت، همچون نگینی تابناک، تا همیشه زمان، بر تارک تاریخ حماسه و ایثار و پایداری آزادگان جهان می‌درخشد. دفاع امت اسلامی ایران در برابر تجاوز همه جانبه دشمنان اسلام، در تاریخ افتخارآفرینی مبارزات حق‌طلبانه یک ملت سترگ، فروزان خواهد بود.

پایداری ایران اسلامی که برخاسته از روح وحدت و ایمان بود، در سایه هدایت‌های رهبر انقلاب اسلامی، حضرت امام

هر روز ما در جنگ برکتی داشته ایم که در همه صحنه‌ها از آن بهره‌جسته ایم

ما تابع امر خداییم، به همین دلیل طالب شهادتیم و تنها به همین دلیل است که زیر بار ذلت و بندگی غیر خدا نمی‌رویم

همین شهادت‌ها پیروزی را بیمه می‌کند. همین شهادت‌هاست که دشمن را رسوا می‌کند در دنیا

ما اگر شهید بشویم قید و بند دنیا را از روح برداشتیم و به ملکوت اعلی و به جوار حق تعالی رسیدیم



## معاونت حقوقی و معاضدت قضایی کانون بازنشستگان ناجا پرسش و پاسخ‌های حقوقی



### نافذ نیست؟

با توجه به مواد ۲۴، ۲۵ و ۲۶ قانون بیمه و با عنایت به مقررات مربوط به بیمه مصوب سال ۱۳۶۱، بیمه گذار می‌تواند حق بیمه را برای بعضی افراد دلخواه خود قرار دهد و بیمه‌گر ملزم به پرداخت به آن اشخاص می‌باشد. بنابراین مورد استعمال منصرف از وصیت تملیکی است، یعنی بیمه‌گذار می‌تواند در زمان حیات خود، فرد یا افراد استفاده کننده از حق بیمه را بدون نیاز به موافقت شخص یا اشخاص قبلی تغییر دهد.

**اگر در گواهی انحصار وراثت، نام احدی از وراث قید نشود و بر اساس چنین گواهی دعوی افراز و تقسیم ما ترک اقامه شود، دادگاه چه تکلیفی دارد؟**

چون دعوی افراز و تقسیم اموال موروثی مطابق ماده ۲۵۴ قانون امور حسبی باید به طرفیت کلیه ورثه اقامه شود و با عنایت به اینکه نام احدی از وراث در گواهی انحصار وراثت قید نشده و عملاً نمی‌توان وی را طرف دعوی قرار داد، به استناد ماده ۲ قانون آئین دادرسی دادگاه‌های عمومی و انقلاب در امور مدنی، نسبت به دعوی مطروحه قرار رد صادر خواهد شد. بنابراین متقاضی انحصار وراثت می‌تواند از دادگاه صادر کننده گواهی حصر وراثت درخواست اصلاح آن را به منظور اضافه نمودن وارثی که نام وی در گواهی ذکر نشده بنماید و چنانچه در مورد وارث بودن با نبودن فرد مورد نظر بین ورثه اختلاف باشد باید پس از اثبات نسب دعوی اعتراض به گواهی حصر وراثت در همان دادگاه اقامه شود تا دادگاه حکم وراثت فرد موصوف را صادر نماید. بدیهی است این حکم، وفق بند «ب» ماده ۲۳۵ قانون مذکور قابل تجدید نظر خواهد بود.

**عنوان اینکه ما ترک همسرش محسوب می‌گردد از ورثه زوج مطالبه نماید؟**

در مورد بیمه عمر چنانچه قراردادی باشد و در قرارداد بیمه ترتیب خاصی پیش‌بینی شده باشد، جزء ما ترک محسوب نمی‌گردد، بلکه پابستی وفق قرارداد اقدام شود. چرا که اولاً شرط ترکه عبارت است از اموال و حقوق مالی شخص که حین الفوت دارا بوده و همچنین، تعهداتی که به نفع او در زمان حیاتش شده، بنابراین طبق ماده ۲۴ قانون بیمه، وجه بیمه عمر که باید بعد از فوت پرداخت شود به ورثه قانونی متوفی پرداخت می‌شود، مگر اینکه در موقع عقد بیمه یا بعد از آن در سند بیمه قید دیگری شده باشد که در این صورت وجه بیمه عمر متعلق به کسی خواهد بود که در سند بیمه نامبرده شده است. اگر در قرارداد منتفع شده باشد، بر همان اساس به منتفع تعلق می‌گیرد و جزء ما ترک نیست. فتوای حضرت آیت الله گلپایگانی (ره) نیز حاکی است: «بیمه عمر جزء ما ترک نیست و به هر کس و به هر تعداد اداره بیمه می‌دهد، متعلق به او است. اگر متوفی ترکه‌ای ندارد جزء ما ترک نیست.» ثالثاً، اگر قرارداد بیمه مبنای آن بر اطلاق (تصریح به عموم و شمول) است جزء ما ترک و تابع قانون ارث خواهد بود. گاهی اوقات و مبنای آن بر اطلاق نیست. که در این صورت تابع قانون ارث نخواهد بود. حتی اگر قید شده باشد که تقسیم‌ها فرض اله باشد.

**اگر در بیمه عمر، بیمه گذار شرط کند پس از فوت او وجه پرداختی بیمه به نسبت مساوی بین وراث تقسیم شود یا فقط به بعضی از فرزندان برسد، آیا شرط مزبور نافذ است و یا شرط قبل از فوت وصیت تلقی شده و بیش از ثلث**

**آیا مدرک تحصیلی شخص بازنشسته که مورد نیاز سازمان مربوط و قابل قبول وزارت فرهنگ و آموزشی عالی می‌باشد در حقوق وی موثر خواهد بود؟**

پذیرش مدرک تحصیلی مورد نیاز و قابل قبول سازمان که در رتبه حقوقی موثر باشد، فقط در زمان اشتغال قابل تصور است. بنابراین مجوز قانونی جهت پذیرش مدرک تحصیلی ارائه شده در دوران بازنشستگی وجود ندارد.

**آیا دارندگان دیپلم افتخاری از ارشدیت موضوع تبصره ۱ ماده ۷۴ قانون استخدام ناجا بهره‌مند می‌شوند؟**

مدرک دیپلم افتخاری (پایان دوره دبیرستان) مستنداً به ماده (۶) آئین نامه اعطای دیپلم افتخاری به جانبازان مصوب ۷۳/۱۱/۳۰ شورای عالی آموزش و پرورش دارای ارزش یا گواهینامه پایان تحصیلات متوسطه (دیپلم) است و دارندگان آن می‌توانند از تمام مزایای آن از جمله ارشدیت موضوع تبصره ۱ ماده ۷۴ قانون استخدام نیروی انتظامی جمهوری اسلامی ایران برخوردار شوند.

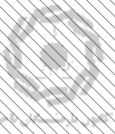
**با دارندگان دیپلم افتخاری از جهت امتیازات قانونی و استخدامی، چگونه رفتار می‌شود؟ آیا دارندگان چنین مدرکی می‌توانند ادامه تحصیل دهند؟**

مستنداً به ماده ۶ آئین نامه اعطای دیپلم افتخاری به جانبازان، مصوب ۷۳/۱۱/۳۰ شورای عالی آموزش و پرورش، ارزش گواهینامه دیپلم افتخاری برابر گواهینامه پایان تحصیلات متوسطه (دیپلم) می‌باشد و دارندگان آن می‌توانند از تمام مزایای قانونی آن در امور استخدامی به استثنای ادامه تحصیل برخوردار شوند.

**آیا سوابق خدمت غیر دولتی، جزء سنوات خدمتی موثر برای بازنشستگی کارکنان مورد محاسبه قرار می‌گیرد؟**

به استناد تبصره ۳ ماده واحده قانون نحوه تاثیر سوابق خدمت غیر دولتی در احتساب حقوق بازنشستگی و حقوق وظیف و مستمری کارکنان دولت، مصوب ۷۲/۲/۱۹ سوابق خدمت غیر دولتی، صرفاً در تعیین میزان حقوق بازنشستگی، وظیفه و وظیفه از کارافتادگی مورد محاسبه قرار می‌گیرد و در محاسبه سنوات، خدمت لازم برای بازنشستگی، اعطای پایه، درجه و نظایر آن منظور نخواهد گردید.

**آیا حق بیمه‌ای که پس از فوت زوج از طریق شرکت بیمه بابت بیمه عمر متوفی پرداخت می‌گردد، جزء ماترک محسوب می‌شود یا خیر؟ آیا زوجه می‌تواند طبق ماده ۱۰۸۲ قانون مدنی مهریه خود را تحت**



امیر سرتیپ دوم بازنشسته ابراهیم صادقی

## دانشتیی‌های ضروری از قانون ثبت احوال کشور



در شماره قبل پیرامون ثبت احوال کشور، مقدمه‌ای بیان شد و در این فصل (فصل اول) قانون ثبت احوال مصوب ۵۵/۴/۱۶ کلیات ذکر می‌شود.

### فصل اول: کلیات

ماده ۱ (اصلاحی ۶۳/۱۰/۱۸) - وظایف سازمان ثبت احوال کشور:

الف- ثبت ولادت و صدور شناسنامه ب- ثبت وقایع وفات و صدور گواهی مرگ

ج- تعویض شناسنامه‌های موجود در دست مردم

د- ثبت ازدواج و طلاق و نقل تحولات ه- صدور گواهی ولادت برای اتباع خارجه

و- تنظیم دفاتر ثبت کل وقایع و نام خانوادگی

ز- جمع‌آوری و تهیه آمار انسانی سراسر کشور و انتشار آن

چ- وظایف مقرر دیگری که طبق قانون به عهده سازمان گذاشته شده است.

ماده ۲- شورای عالی ثبت احوال کشور:

برای مطالعه و پیشنهاد روش‌های فنی و اظهار نظر درباره اصلاح یا تغییر فرم‌ها و نمونه‌های سجلی و آماری و نحوه جمع‌آوری و انتشار آنها و تهیه دستورالعمل‌ها و روش‌های فنی سجلی و طرز جمع‌آوری اوراق باطله و تنظیم و نگهداری و حفاظت اسناد و مدارک سجلی در مرکز سازمان ثبت احوال کشور و این شورا با اعضاء ذیل تشکیل می‌گردد:

رئیس سازمان ثبت احوال کشور یا

قائم مقام او، یک نفر از استادان دانشکده حقوق به انتخاب رئیس دانشگاه تهران و یک نفر از قضات دادگستری به انتخاب وزیر دادگستری و یک نفر از کارمندان مطلع ثبت احوال به انتخاب رئیس سازمان ثبت احوال و نماینده مرکز آمار ایران، ریاست شورا با معاون وزارت کشور و رئیس سازمان ثبت احوال کشور یا قائم مقام او باشد و رای اکثریت لازم الاجرا خواهد بود.

ماده ۳- اصلاحی ۱۳۶۳/۱۰/۱۸

در مقر هر اداره ثبت احوال هیاتی به نام هیات حل اختلاف مرکب از رئیس اداره ثبت احوال و مسئول بایگانی یا معاونین و یا نمایندگان آنان و یکی از کارمندان مطلع اداره مزبور به انتخاب رئیس اداره ثبت احوال استان تشکیل می‌شود.

وظایف هیات حل اختلاف به قرار زیر است:

۱- تصحیح هر نوع اشتباه در تحریر مندرجات دفتر ثبت کل وقایع و وفات بعد از امضای سند و قبل از تسلیم شناسنامه یا گواهی ولادت یا وفات و تکمیل سند از نظر مشخصاتی که «نامعلوم» بوده است مندرج در ماده ۲۹ این قانون.

۲- رفع اشتباهات ناشی از تحریر ضمن وقایع یا نقل مندرجات اسناد و اعلامیه‌ها و مدارک به دفاتر ثبت کل وقایع و سایر دفاتر.

۳- ابطال اسناد و شناسنامه‌هایی که بیگانگان مورد استفاده قرار داده‌اند و طبق ۴۴ اعلام می‌شود.

۴- ابطال اسناد مکرر و یا موهوم و تصحیح اشتباه در ثبت جنس صاحب سند

و تغییر نام‌های ممنوع ۵- حذف کلمات زائد، غیر ضروری و یا ناشی از اشتباه در اسناد سجلی اشخاص تبصره (اصلاحی ۱۳۶۳/۱۰/۱۸)

تصحیح هر نوع اشتباه در تحریر مندرجات دفتر ثبت کل وقایع و وفات اگر قبل از امضاء باشد یا توضیح مراتب در حاشیه سند به عمل آید و امضاء کنندگان سند ذیل توضیح را امضاء خواهند نمود.

ماده ۴- رسیدگی به شکایات اشخاص ذی‌نفع از تصمیمات هیات حل اختلاف و همچنین رسیدگی به سایر دعاوی راجع به اسناد ثبت احوال با دادگاه شهرستان یا دادگاه بخش مستقل محل اقامت خواهان به عمل می‌آید و رای دادگاه فقط پژوهش پذیر است.

مهلت شکایت از تصمیم هیات حل اختلاف ده روز از تاریخ ابلاغ است.

تبصره ۲- هرگاه سند ثبت احوال در ایران تنظیم شده و ذی‌نفع مقیم خارج از کشور باشد رسیدگی با دادگاه محل صدور سند و اگر محل تنظیم سند و اقامت خواهان هر دو در خارج از کشور باشد با دادگاه شهرستان تهران خواهد بود.





## کله پاچه!

## بخوریم یا نخوریم؟

تهیه و تنظیم: معاونت بهداشت، امداد و درمان ناجا



وقتی هوا سرد می‌شود تمایل افراد به خوردن غذاهای گرم و پُرکالری بیشتر می‌شود. کله پاچه یکی از این نوع غذاها است. غذایی سنتی و ایرانی که در طول سال نیز طرفداران خاص خود را دارد و اغلب غذای محبوب نسل قدیم است و البته طبع نسل جوان نیز آن را می‌پسندد.

به طور کلی کله پاچه از پختن سر، دست و پای گوسفند تهیه می‌شود. اجزای این غذا نیز شامل بناگوش، زبان، مغز، چشم، گوشت صورت و پاچه است. آب این غذا به عنوان پیش غذا به همراه نان خورده می‌شود. کله پاچه غذایی دیرپز بوده و طبخ آن زمان زیادی طول می‌کشد.

برخی افراد عادت دارند کله پاچه یا سیراب شیردان را با آلبیمو، آبغوره، سرکه و سیرترشی مصرف می‌کنند. آنها معتقدند ترشیجات تا حدودی چربی و کلسترول موجود در این فرآورده‌ها را خنثی و از کالری این غذا می‌کاهد، اما باید بدانید مواد ترش تنها احساس دهانی را تغییر داده و با تجزیه سریع چربی‌ها به هضم و جذب بهتر آن کمک می‌کند. بنابراین نه تنها کاهنده کالری غذا نیست بلکه موجب جذب بهتر چربی و ورود آن به بافت‌های بدن شده و از سوی دیگر با رفع چربی از دهان و کمک به ترشح بیشتر غدد بزاقی و اسید معده موجب افزایش اشتها شده و تمایل افراد را به مصرف غذاهای چرب بیشتر می‌کند.

مواد غذایی تأثیری در هضم کله پاچه ندارند. اسیدی که برای هضم لازم است به وسیله معده ترشح می‌شود. خوب جویدن و به اندازه خوردن مهم است. از آنجا که پخت کله پاچه وقت گیر است معمولاً مردم برای مصرف به کله پزی‌ها مراجعه می‌کنند. البته باید حتماً به مغازه‌های معتبر و شناخته شده مراجعه کنند، زیرا احتمال آلودگی و مسمومیت در صورتی که کله پاچه خوب نگهداری نشود، بالاست. البته در بیشتر موارد کله پاچه خوب پخته می‌شود و معمولاً مشکلی ایجاد نمی‌شود

اما برخی مغازه‌ها کله پاچه را نیم پز می‌کنند یا می‌پزند و کنار می‌گذارند و موقع فروش در آب می‌گذارند تا داغ شود که این کار جایز نیست.

کله پاچه قسمت‌های مختلفی دارد و هر کدام خاصیت ویژه‌ای دارند. پاچه کمترین میزان چربی را دارد و گرچه پروتئین آن بین پروتئین‌های حیوانی کامل نیست ولی به هر حالت چون با سایر بخش‌ها خورده می‌شود، قابل توصیه است. پاچه لذیذ است و مصرف آن ممنوعیت ندارد. زبان مثل گوشت‌های قرمز دیگر است اما بهتر است قسمت‌های آخری مثل خرخره مصرف نشود. بناگوش نیز از گوشت لخم و بخش‌های چربی تشکیل شده که بهتر است بخش چربی آن خورده نشود. گرچه این بخش لذیذ است و گروهی از افراد به دلیل همین چربی به کله پاچه علاقه دارند.

چشم بسیار پرچربی است و مصرف آن چندان توصیه نمی‌شود البته باز هم این موضوع به میزان مصرف افراد در ماه بستگی دارد. از نظر متخصصان تغذیه مغز به دلیل چربی و کلسترول بالا قابل خوردن نیست.

سیرابی و شیردان و بخش‌هایی به نام نگاری و هزارلا از اجزای معده چهار قسمتی نشخوارکنندگان است و بنا به

گفته متخصصان تغذیه، مصرف سه تا چهار بار آن در ماه به همراه نان یا برنج در وعده ناهار یا عصرانه محدودیتی ندارد. ارزش تغذیه‌ای آن از نظر چربی و ریزمغذی‌ها مقداری با گوشت تفاوت دارد. پروتئین آن تقریباً مشابه گوشت قرمز و مرغ است، ولی در مقایسه با گوشت گاو و گوسفند کالری و چربی کمتری دارد و تا حدودی مشابه انواع گوشت کم چرب در نظر گرفته می‌شود. کلسترول آن در هر صد گرم حدود ۹۷ میلی گرم بوده که شبیه گوشت گاو کم چرب و کمتر از گوشت گوسفند است. میزان آهن آن با گوشت برابر، ولی درصد روی آن پایین است. در این غذا از جگر سفید یا همان شش حیوان نیز استفاده می‌شود که از نظر ترکیب و ارزش غذایی با جگر سیاه تفاوت دارد. پروتئین جگر سفید کمتر از جگر سیاه و گوشت بوده، ولی بسیار مرغوب است. مقدار چربی آن مشابه یا کمتر از جگر سیاه ولی میزان کلسترول آن بسیار بالا بوده و بیشتر از گوشت کم چرب است. آهن و ویتامین A آن هم چند برابر از جگر سیاه کمتر است.

کله پاچه سرشار از کلسترول است. کلسترول یکی از چربی‌هایی است که در رگ‌های خونی رسوب می‌کند و موجب گرفتگی آن می‌شود و می‌تواند

در دراز مدت موجب سکتة مغزی و قلبی شود. مقدار کلسترول مغز گاو و گوسفند بسیار زیاد است. از طرف دیگر کلسترول می‌تواند زمینه بروز بیماری‌هایی چون چربی خون، فشار خون، چاقی، دیابت و نقرس را افزایش دهد.

حجم بالای اسیدهای چرب ترانس در سوپ سیرابی و کله پاچه برای بدن مضر است. در صورت تمایل به مصرف کله پاچه و سیرابی باید فاکتورهای مختلفی را در نظر گرفت، به طور مثال مصرف این ماده غذایی برای افراد بالای ۳۰ سال توصیه نمی‌شود؛ همچنین افرادی که دارای تحرک کم هستند بهتر است کله پاچه و سیرابی مصرف نکنند. هر چند کله پاچه دارای حجم بالایی از پروتئین است، اما معمولاً در سوپی غوطه ور است که دارای مقادیر زیادی اسیدهای چرب ترانس است که به شدت تأثیر منفی بر سلامت مصرف کننده دارد. همچنین چربی‌های اشباع شده جز جدایی ناپذیری از این ماده غذایی است که برای بدن مضر است.

مصرف کله پاچه از سوی دیگر پروسه هضم مواد غذایی را با مشکل مواجه می‌کند؛ به طور مثال پس از مصرف این ماده غذایی تا مدت‌ها احساس گرسنگی به فرد دست نمی‌دهد زیرا به راحتی هضم نمی‌شود.

رژیم غذایی خوب باید چربی کمتری داشته باشد، پس مصرف جگر و کله پاچه در بیماران قلبی به هیچ وجه توصیه نمی‌شود و افراد سالم هم باید به مقدار کمی از آن اکتفا کنند. اگر حیوانی بیمار باشد این بیماری می‌تواند از فرآورده‌های آن به مصرف کننده منتقل شده و کشنده باشد. بر این اساس اگر قصد طبخ کله پاچه یا سیرابی در منزل را دارید از خرید فرآورده‌های غیرمجازی که در شرایط نامساعد بهداشتی، خارج از یخچال، به صورت روباز، در کنار خیابان‌های پررفت و آمد و در مجاورت حشرات موزی عرضه می‌شود اجتناب کنید.

به هر نوع بوی غیرطبیعی و نامطبوع همچون عفونت، گندیدگی، تعفن و هر گونه تغییر رنگ در این نوع محصولات توجه داشته باشید. هنگام خرید مغز حیوان، رنگ آن را ملاک سنجش قرار ندهید. رنگ مغز به نژاد حیوان بستگی دارد. ملاک بارز مغز فاسد، ظاهر وارفته، خشک و متلاشی آن است. این را هم بدانید رنگ سیرابی براساس تغذیه دام تغییر می‌کند. به عنوان مثال رنگ سیرابی در فصول تابستان و پاییز سفید رنگ است چون دام از علوفه تازه استفاده کرده، ولی سیرابی زمستان و بهار تیره است، به علت آن که حیوان علوفه خشک خورده و این تغییر رنگ به معنای خرابی این فرآورده نیست.

برای اطمینان از سلامت فرآورده‌های جانبی دام بهتر است انواعی را که دارای بسته بندی بهداشتی، تاریخ مصرف و مجوز بهداشت از سوی دامپزشکی است انتخاب کنید. این را هم بدانید کله بز و میش در مقایسه با کله گوسفند دیرپز بوده و طعم مطلوبی ندارد و اغلب ارزان تر است.

## دانشتیی‌های پزشکی برای سالمندان

### چگونه از ابتلاء به سرطان پروستات جلوگیری کنیم؟

سرطان پروستات از بیماری‌های شایع مردان در میان‌سالی و بزرگسالی و تهدیدی جدی است که باید با رژیم غذایی مناسب خطر آن را تا حد زیادی کاهش داد. ابتلا به سرطان پروستات از سلول‌های داخلی غده پروستات آغاز می‌شود و نسبتاً کند گسترش می‌یابد، یعنی ممکن است نشانه‌های آن پیش از رسیدن به مرحله پیشرفته بیماری ظهور نکند. تکرر ادرار، دشواری‌های شروع ادرار، وقفه در جریان ادرار، کم‌قشاری و سوزش و قطرهای شدن ادرار از نشانه‌های این بیماری است.

#### اصول چهارده‌گانه پیشگیری از سرطان پروستات

۱- کالری مصرفی خود را محدود کنید: کالری اضافی در بدن، به رشد سرطان کمک می‌کند. سعی کنید تا وعده بعدی چیزی نخورید.

۲- مصرف روغن‌های حیوانی را کاهش دهید: چربی زیاد، به خصوص چربی گوشت قرمز و لبنیات پرچرب سبب تحریک رشد سرطان پروستات خواهد شد.

۳- از اسیدهای چرب ترانس پرهیز کنید: این نوع اسیدهای چرب، سبب گسترش سرطان شده و در مارگارین، غذاهای سرخ شده و سوخاری بیش از هر غذای دیگری وجود دارد.

۴- مصرف ماهی تازه را افزایش دهید: ماهی تازه، سرشار از اسیدهای چرب مفید آلفا و امگا ۳ است. حداقل هفته‌ای ۲ تا ۳ بار ماهی میل کنید. ماهی را پخته، آبپز یا گریل کرده و از سرخ کردن آن بپرهیزید.

۵- مصرف روزانه میوه و سبزی‌های را افزایش دهید: مواد مغذی ضدسرطان در میوه‌های رنگی و سبزی‌های تازه، انواع توت‌ها، آجیل و دانه‌ها یافت می‌شود.

۶- از خوردن غذاهای پرکلسیم خودداری کنید.

۷- همه روزه مولتی‌ویتامین، ویتامین‌های گروه ب و فولیک اسید مصرف کنید.

۸- از مصرف مکمل‌های حاوی مقدار زیادی روی (زینک) بپرهیزید.

۹- ویتامین ث طبیعی بیشتری مصرف کنید: ویتامین ث طبیعی به وفور در مرکبات، انواع توت، اسفناج، گرمک، طالبی، فلفل شیرین، انبه، پیاز و لیموترش یافت می‌شود.

۱۰- در هفته چند مرتبه چای سبز بنوشید: نوشیدن چند فنجان چای سبز در روز، به پیشگیری از گسترش سرطان پروستات کمک می‌کند. در تحقیقات مشخص شده است کسانی که روزی ۵ فنجان یا بیشتر چای سبز نوشیده‌اند، ۵۰ درصد کمتر از افرادی که روزی یک فنجان یا کمتر از این چای استفاده کرده‌اند، در خطر ابتلا به سرطان پروستات قرار گرفته‌اند.

۱۱- غذاهای مانده و نمک سود را نخورید.

۱۲- از گوجه‌فرنگی رسیده و فرآورده‌های آن استفاده کنید: گوجه‌فرنگی منبع غنی لیکوپن، ماده قوی ضدسرطان است. کچاپ، رب گوجه‌فرنگی و دیگر سس‌های گوجه‌فرنگی(البته از نوع خانگی) توصیه می‌شود.

۱۳- روغن زیتون مصرف کنید: روغن زیتون، روغنی سالم و غنی از آنتی‌اکسیدان‌ها و ویتامین E است. از روغن‌های دارای حلقه‌های اشباع نشده از جمله ذرت و سویا اجتناب کنید.

۱۴- نان‌های سبوس‌دار بخورید: نان‌های سبوس‌دار به خاطر دارا بودن سلنیوم سیستم ایمنی بدن را در برابر انواع بیماری‌ها به خصوص بیماری پروستات تقویت می‌کند. ماهی‌های تازه هم این ویژگی را دارند.





## آذربایجان شرقی

### اعزام کاروان راهیان نور به مناطق عملیاتی غرب



۲۴ نفر از اعضای پیشکسوت جهاد و شهادت کانون بازنشستگان مراغه در روز ۱۲ شهریورماه به صورت خانوادگی و در قالب کاروان راهیان نور اعزام مناطق عملیاتی غرب کشور (تمرچین پیرانشهر) شدند. در این کاروان که بسیجیان پیشکسوت سایر نیروهای مسلح نیز حضور داشتند از یادمان شهید بروجردی و سایر شهیدان سرافراز انقلاب اسلامی هم دیدار شد.

### جلسه هماهنگی کانون بازنشستگان استان



در روز دوشنبه تاریخ ۱۶ شهریورماه جلسه هماهنگی کانون بازنشستگان استان آذربایجان شرقی برگزار شد. در این جلسه که با شرکت مسئول دفاتر کانون در شهرستان‌های تابعه، مسئول امور بازنشستگان و سرپرست فروشگاه اقلام مصرفی فرماندهی انتظامی استان و نماینده کانون بازنشستگان استان برگزار شد، ضمن پاسخگویی به سؤالات حاضران، آموزش‌های لازم در زمینه اجرای سیاست‌های کانون ارائه شد. همچنین در این جلسه بر هر چه بهتر اجرا شدن مراسم و گلگشت‌ها و تکریم بازنشستگان تاکید شد.

## آذربایجان غربی

### برگزاری جلسه با حضور سردار اصلانی



با حضور سردار اصلانی فرمانده انتظامی استان آذربایجان غربی و معاونین مربوطه و رئیس کانون بازنشستگان استان جلسه‌ای در ستاد فرماندهی استان تشکیل و ضمن طرح مشکلات محل استقرار کانون، دستورات لازم جهت تحویل زمین مناسب برای احداث ساختمان جدید کانون صادر شد. همچنین با برگزاری جلسه‌ای در دفتر سرهنگ علی ابراهیمی معاون هماهنگ‌کننده انتظامی استان در خصوص ارائه خدمات بهتر و موثرتر به بازنشستگان و مستمری‌بگیران بحث و گفت‌وگو شد.

### جلوه‌هایی از اقدامات ورزشی و کسب مقام‌های قهرمانی



تیم کوهنوردی کانون بازنشستگان استان آذربایجان غربی در روز ۲۲ مردادماه با سرپرستی سرهنگ دوم بازنشسته عبدالرحمان شجاع قره‌باغ به قله ۵۶۷۱ متری دماوند صعود کردند.

در اقدامی دیگر سروان بازنشسته مجید بابایی توانست مدال طلایی مسابقات لیفت قدرتی را به خود اختصاص دهد.

همچنین سرهنگ ۲ بازنشسته غلامحسین حسینی در مردادماه سال جاری با شرکت در آزمون کشوری کاراته موفق به اخذ کمر بند سیاه دان ۶ شد.

### برگزاری جلسه برنامه‌ریزی هفته دفاع مقدس



در آستانه برگزاری هفته دفاع مقدس در روز چهارشنبه ۱۱ شهریورماه جلسه‌ای در سالن اجتماعات امام خمینی(ره) اداره کل حفظ آثار و نشر ارزش‌های دفاع مقدس استان آذربایجان غربی تشکیل شد.

در این جلسه که با حضور سرتیپ بازنشسته سید علی‌اکبر خوانساری نیا، رئیس اداره بازنشستگی سازمان تامین اجتماعی نیروهای مسلح سرهنگ فتاحی و روسای کانون‌های نیروی انتظامی، ارتش و سپاه تشکیل شد، ضمن تاکید بر فرمایشات مقام معظم رهبری در خصوص قدرشناسی از فرماندهان و رزمندگان ۸ سال دفاع مقدس مقرر شد، ۴۰ نفر از این عزیزان برای مراسم بزرگداشت هفته دفاع مقدس دعوت و با پیشکسوتان شاخص این گروه که به لحاظ سنی و جسمی امکان حضور در مراسم را ندارند دیدار و هدایایی به رسم یادبود به آنان تقدیم شود.

## اردبیل

### دیدار فرماندهی انتظامی استان با همکار بازنشسته

سردار سرتیپ ۲ پاسدار، ابراهیم کریم‌خانی فرمانده انتظامی استان اردبیل به اتفاق هیات همراه با گروهیان یکم بازنشسته صمد صابری در منزل وی دیدار و از او عیادت و دلجویی کردند. در این دیدار ضمن استماع مشکلات ایشان، لوح سپاس و هدیه‌ای به رسم یادبود به نامبرده تقدیم شد.



## دیدار و دلجویی از بازنشستگان



در مردادماه سال جاری سرهنگ بازنشسته میرتوحید آشنا رئیس کانون بازنشستگان استان اردبیل در معیت سرهنگ بازنشسته محمد اسکندرزاده مسئول موسسه حامد و سروان بازنشسته عباسعلی امیرامینی از کارکنان کانون استان با دو تن از بازنشستگان استان به نامهای ستوان سوم بازنشسته بالاکیشی خداداد اندراب و ستوان سوم بازنشسته علی اصغر جهان تاب دیدار کردند. در این دیدار ضمن دلجویی از ایشان که در منزل بستری بودند، هدایایی از طرف اداره بازنشستگی استان به رسم یادبود اهداء شد.

## برگزاری جلسه اتاق فکر با محوریت توسعه ورزش



اولین جلسه اتاق فکر کانون بازنشستگان ناجا استان اصفهان با محوریت توسعه ورزش بین پیشکسوتان در روز اول مردادماه برگزار شد. در این جلسه که با حضور مسئولین ورزش کانونهای بازنشستگان نیروهای مسلح استان اصفهان و در محل اداره بازنشستگی استان برگزار شد، حول دو موضوع توسعه ورزش همگانی و توسعه ایستگاههای سلامت بحث و تبادل نظر و مقرر گردید برای توسعه ورزش همگانی برنامههایی در قالب جشنواره و یا گلگشت برگزار شود.

## صعود به قله ۳۵۷۴ متری الوند



در مردادماه سال جاری سه نفر از بازنشستگان استان به نامهای سرهنگ بازنشسته نادعلی اعیادی احسن، سرهنگ بازنشسته عادل باهری و سروان بازنشسته جواد جعفری به قله ۳۵۷۴ متری الوند همدان صعود کردند.

## البرز

### دیدار و ملاقات با پیشکسوتان

به منظور دلجویی و ارتقاء سطح روحیه بازنشستگان و ایجاد ارتباط بهتر با آنان و نیز اهتمام در حل مشکلات احتمالی آنان، با تعدادی از پیشکسوتان جانباز و فرماندهان معزز ناجا استان البرز دیدار و ملاقات صورت گرفت. در این دیدارها، رئیس کانون به همراه رئیس سازمان

نیروهای مسلح استان البرز ضمن مراجعه به منازل پیشکسوتان با آنان ملاقات و مشکلات مطروحه را از نزدیک بررسی و کارت‌های هدیه‌ای به همسران آنان اهداء گردید. همچنین به منظور ارتقاء وضعیت معیشتی برخی عزیزان پیشکسوت به تعدادی از آنها وام‌های حمایتی سازمان بازنشستگی اختصاص یافته و ترتیبی اتخاذ گردید تا در اسرع وقت این وام‌ها تامین اعتبار و به حساب ایشان واریز شود.

## اصفهان

### برگزاری مراسم جشن باغ شهید فعال



برابر تدابیر سردار فرماندهی انتظامی استان اصفهان، از پیشکسوتان استان و خانواده‌های آنان در مجتمع فرهنگی و تفریحی شهید فعال میزبانی و پذیرایی به عمل می‌آید. اولین گروه از این همکاران به مناسبت ولادت حضرت فاطمه معصومه(س) و آغاز دهه مبارک کرامت دعوت و پذیرایی شدند. این برنامه در روزهای یکشنبه و سه‌شنبه هر هفته ادامه دارد.

### برگزاری جلسه شورای هماهنگی اداره کل تامین اجتماعی استان

اقدامات انجام شده مرحله اول وام‌های آن بانک ارائه کرد و مشکلات مطروحه در این زمینه بررسی شد و در ادامه در خصوص برنامه خدمات رفاهی و عضویت در صندوق‌های مسکن سازمان تامین اجتماعی نیز بحث و گفت‌وگو شد.

جلسه شورای هماهنگی اداره کل تامین اجتماعی نیروهای مسلح استان اصفهان در روز چهارشنبه ۲۸ مرداد ماه برگزار شد.

در این جلسه که در محل کانون بازنشستگان ناجا برگزار شد، رئیس اداره کل تامین اجتماعی نیروهای مسلح، رئیس اداره بازنشستگی استان، رئیس عقیدتی و سیاسی سازمان تامین اجتماعی نیروهای مسلح، روسای کانون‌های سپاه، ارتش، نیروی انتظامی و وزارت دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح، رئیس بسیج پیشکسوتان استان و مدیر حقوقی بانک مهر ایران حضور داشتند.

در ابتدای این جلسه مدیر حقوقی بانک مهر گزارشی از



### اختصاص سانس‌های ورزشی به بازنشستگان

به منظور پر کردن اوقات فراغت بازنشستگان و انتخاب نفرات برتر در رشته‌های ورزشی، سانس‌های تفریحی،

ورزشی و والیبال و فوتسال (برای آقایان) با همکاری اداره بازنشستگی نیروهای مسلح استان البرز بصورت رایگان در شهرهای کرج، هشتگرد و فردیس برای پیشکسوتان نیروهای مسلح و خانواده آنان اختصاص داده شده است.

علاقه‌مندان به رشته والیبال در شهر کرج می‌توانند در روزهای شنبه، دوشنبه و چهارشنبه هر هفته از ساعت ۱۸:۳۰ الی ۲۰:۰۰ به سالن شهدای قلمستان واقع در کرج خیابان قلمستان مراجعه کنند. همچنین علاقه‌مندان به فوتسال در شهر کرج، روزهای شنبه و سه شنبه هر هفته از ساعت ۱۸ الی ۱۹:۳۰ به سالن هجرت واقع در جاده چالوس خط چهار حصار، در فردیس روزهای دوشنبه و پنجشنبه از ساعت ۱۹:۳۰ الی ۲۱ مجموعه ورزشی دریای نور واقع در کانال غربی خیابان خیام غربی چهارراه دهکده و در ساوجبلاغ، روزهای سه‌شنبه هر هفته از ساعت ۲۰:۳۰ الی ۲۲:۰۰ و روزهای جمعه از ساعت ۱۹:۳۰ الی ۲۱:۰۰ به سالن ورزشی پانزدهم خرداد واقع در هشتگرد قدیم، شهرک ولیعصر(عج) خیابان شهید زین‌الدین جنب مسجد صاحب‌الزمان مراجعه نمایند.



## تجدید پیمان با پیکر مطهر شهید گمنام

همزمان با سالروز شهادت امام جعفر صادق(ع)، پیکر مطهر یکی از شهدای غواص عملیات کربلای ۴ با حضور خیل عاشقان، کارکنان و پیشکسوتان ناجا استان البرز و ملت حزب الله کرج تشییع و در محوطه ستاد فرماندهی انتظامی استان البرز به خاک سپرده شد. در این مراسم سردار کامرانی صالح فرمانده انتظامی استان البرز از حضور گسترده مردم قردانی نموده و در ادامه، حضرت آیت الله حسینی همدانی امام جمعه کرج در ارتباط با مقام

شهید سخنرانی کردند. شایان ذکر است پیکر مطهر این شهید عصر روز شنبه هفدهم مردادماه با انجام مراسم ویژه توسط کمیته استقبال به شهر کرج وارد و طی برنامه ریزی های انجام شده، مراسم شب اول و دوم در نقاط مختلف کرج و همچنین مراسم شب وداع با این شهید والامقام از ساعت ۲۱ الی ۲۴ روز دوشنبه نوزدهم مردادماه در مقبره نورالشهدا کرج واقع در کوه نور عظیمیه برگزار شد.

در همین ارتباط فرمانده انتظامی استان البرز با ارسال تقدیرنامه ای به عنوان رئیس کانون، از حضور گسترده پیشکسوتان قردانی کرد.



## بازدید تخصصی از کانون بازنشستگان استان

هیأت بازرسی اعزامی از کانون بازنشستگان نیروی انتظامی به سرپرست سرهنگ بازنشسته مسعود آخوندی ریاست بازرسی کانون بازنشستگان ناجا، از کانون بازنشستگان استان ایلام و دفتر نمایندگی دهلران به صورت تخصصی بازدید کردند.

در پایان این برنامه این هیأت ضمن ملاقات حضوری با سردار علی دولت فرمانده انتظامی استان نتایج بازدید خود را تشریح و از توجه ایشان نسبت به پیشکسوتان تقدیر و تشکر کردند.



## بوشهر

### کلنگ ساخت کانون استان بوشهر به زمین زده شد



طی مراسمی با حضور سردار فرماندهی انتظامی استان کلنگ ساخت کانون بازنشستگان نیروی انتظامی استان بوشهر به زمین زده شد. در همین ارتباط با اهدای قطعه زمینی به مساحت تقریبی ۲۲۰ متر کلنگ ساخت این ساختمان به زمین زده شد و فرمانده انتظامی استان طی سخنانی در این مراسم گفت: باید از رئیس کانون بازنشستگان



استان به دلیل پیگیری مکرر و بی وقفه تشکر کنیم و اعتقاد ما این است که بازنشستگان سرمایه های اصلی ما هستند که با اندوخته ها و تجارب گرانقدر خود جایگاه ارزشمندی دارند و همان گونه که مقام معظم رهبری فرموده اند، بازنشستگان آئینه شاغلین هستند و ما تلاش می کنیم که در تکریم و قدرشناسی از آنان کوتاهی نکنیم.

### دیدار رئیس کانون با جانشین فرماندهی انتظامی استان



رئیس کانون بازنشستگان ناجا بوشهر در معیت یکی از پیشکسوتان با جانشین فرماندهی انتظامی استان دیدار کرد. در این دیدار سرهنگ رزمی جانشین فرماندهی انتظامی استان ضمن طرح مسائلی در خصوص فعالیت های کانون بازنشستگان بر همکاری آن فرماندهی در خصوص پیشبرد امور کانون و بازنشستگان تاکید کرد.

## ایلام

### تقدیر از آزادگان نیروی انتظامی استان



به مناسبت سالروز ورود آزادگان سرافراز به ایران اسلامی در مرکز استان ایلام و شهرستان های تابعه از تعداد ۸ نفر از این عزیزان (تحت پوشش کانون بازنشستگان) توسط سردار فرمانده انتظامی استان، روسای عقیدتی و سیاسی، حفاظت اطلاعات انتظامی استان، معاون نیروی انسانی و رئیس اداره امور ایثارگران دیدار و تقدیر بعمل آمد. در این دیدارها ضمن تبریک سالروز ورود آزادگان، به این عزیزان با اهداء لوح سپاس و هدیه از ایشان تقدیر و سردار فرماندهی انتظامی استان طی سخنانی از آزادگان به عنوان مظهر صبر، استقامت و نماد آزادی ملت ایران یاد کردند.

### برگزاری جلسه شورای هماهنگی سازمان تامین اجتماعی نیروهای مسلح استان

جلسه شورای هماهنگی سازمان بازنشستگی استان ایلام با حضور مدیر کل سازمان بازنشستگی، رئیس اداره بازنشستگی نیروهای مسلح، روسای کانون های بازنشستگان نیروی انتظامی، ارتش و سپاه و همچنین نماینده معاونت نیروی انسانی فرماندهی انتظامی استان

برگزار شد. در این جلسه که در روز ۱۵ مردادماه در محل اداره کل تامین اجتماعی نیروهای مسلح استان برگزار شد، بر حسن اجرای برنامه های ورزش خانوادگی (بیاده روی، کوهنوردی و...)، برنامه گلگشت خانوادگی درون استانی و دیدار و عیادت از بازنشستگان و پیشکسوتان تاکید شد.



## برگزاری جلسه اتاق فکر کانون بازنشستگان استان بوشهر



جلسه اتاق فکر با محوریت بررسی سیر کتابچه و اقدامات علمی و دانش تجربی بازنشستگان در روز هفتم شهریورماه در دفتر کار رئیس کانون استان بوشهر برگزار شد. در این جلسه که با حضور دکتر نیما مقاتلی، رئیس دفتر تحقیقات کاربردی فرماندهی انتظامی استان برگزار شد، مقرر گردید؛ با تعامل بیشتر نسبت به شناسایی بازنشستگان فعال در حوزه پژوهشی، سلامتی، میزگرد علمی، سخنرانی علمی، ارائه طرح‌های مختلف تحقیقاتی، جمع‌بندی دانش و تجربی بازنشستگان بخصوص دانش انتظامی و دیگر امور مشابه اقدامات لازم صورت و در دستور کار قرار گیرد.

### تهران بزرگ

## ملاقات حضوری بازنشستگان با نمایندگان مجمع

بر اساس هماهنگی‌های قبلی، در روزهای نوزدهم مردادماه و سوم شهریورماه جمعی از بازنشستگان و مستمری‌بگیران با امیر سرتیپ بازنشسته مهدی ریخته‌گر و سرتیپ دوم پاسدار بازنشسته حسین بیژنی به‌عنوان نمایندگان مجمع کانون بازنشستگان تهران بزرگ دیدار کردند. در این دیدارها ۲۷ نفر از اعضای کانون ضمن طرح مسائل و مشکلات خود با نمایندگان مجمع کانون بازنشستگان، با آنان به گفت‌وگو نشستند و ضمن بیان نظرات و انتقادات خود، پیشنهادهایی را برای بهبود شیوه‌های خدمت‌رسانی و افزایش رضایت اعضا ارائه کردند. لازم به ذکر است که این ملاقات‌ها هر دو هفته یک‌بار با یکی از نمایندگان صورت می‌گیرد و ملاقات‌های بعدی در تاریخ‌های ۱۷ شهریورماه و ۲۱ آبان و ۵ و ۱۹ آذرماه سال جاری انجام خواهد شد.



## دیدار با خانواده‌های همکاران مستمری‌بگیر

در اجرای تدابیر ابلاغی کانون بازنشستگان ناجا در خصوص دیدار و پیگیری امور مربوط به مستمری‌بگیران، طی ماه‌های تیر و مرداد سال جاری با ۳۰۰ خانواده دیدار شد. در این دیدارها که با حضور همکاران کانون و مسئولین دفاتر وابسته مستقر در شمال، جنوب و شرق تهران بزرگ صورت گرفت، به رسم یادبود هدایایی به این خانواده‌ها تقدیم شد.



## افتتاح دفتر نمایندگی غرب کانون بازنشستگان تهران بزرگ

روز شنبه ۱۷ مردادماه سال جاری دفتر نمایندگی غرب کانون بازنشستگان تهران بزرگ در سرکلانتری دوم منطقه شمال غرب تهران افتتاح شد. در این مراسم که با حضور سردار کریمی جانشین فرماندهی تهران بزرگ و جانشین فرماندهی انتظامی تهران بزرگ در خصوص راه‌اندازی دفاتر شرق، شمال، جنوب و غرب تهران تشکر و قدردانی کرد. سپس سردار کریمی ضمن قدرشناسی از تلاش‌های دلسوزانه رئیس کانون



در این مراسم که با حضور سردار کریمی جانشین فرماندهی تهران بزرگ، سردار مرادپور رئیس کانون، جمعی از معاونین کانون و مسئولین سرکلانتری دوم برگزار شد، ابتدا رئیس عقیدتی و سیاسی سرکلانتری احادیثی را از معصومین(ع) بیان و سپس سردار مرادپور از حمایت‌ها و کمک‌های ویژه سردار فرماندهی



## چهارمحال و بختیاری

## دیدار سردار فرماندهی انتظامی استان از کانون

سردار نورعلی یاری فرمانده انتظامی استان چهارمحال و بختیاری به اتفاق معاون طرح و برنامه در روز ۲۶ مردادماه از کانون بازنشستگان ناجا استان بازدید کردند. در این مراسم ابتداء رئیس کانون



## برگزاری همایش خانوادگی بازنشستگان

همایش یک روزه خانوادگی بازنشستگان و مستمری‌بگیران شهرستان لردگان در محل تفریحی چشمه برم شهر لردگان برگزار شد. در این همایش که با حضور معاون هماهنگ‌کننده فرماندهی انتظامی استان، تنی چند از معاونین فرماندهی انتظامی استان، مدیرکل سازمان تامین اجتماعی نیروهای مسلح استان، رئیس کانون بازنشستگان نیروی انتظامی استان، فرمانده انتظامی و روسای عقیدتی و سیاسی و حفاظت اطلاعات شهرستان لردگان برگزار شد، ضمن پذیرایی از شرکت‌کنندگان، به رسم یادبود هدایایی به ایشان تقدیم شد.



## برگزار جشن میلاد حضرت فاطمه معصومه (س) و روز دختر



به مناسبت فرارسیدن ایام با سعادت میلاد حضرت فاطمه معصومه (س) و روز دختر و همچنین آغاز دهه کرامت، جشن باشکوهی با حضور تعدادی از اعضای خانواده کارکنان بازنشسته نیروهای مسلح در مرکز تفریحی کوثر سپاه پاسداران استان چهارمحال و بختیاری برگزار شد. در این مراسم برنامه‌های متنوعی شامل مولودی‌خوانی، مسابقه طناب‌کشی، سخنرانی خانم شریفی از مشاوران با موضوع تحکیم خانواده، مسابقه فرهنگی و هنری، شعرخوانی و ایستگاه نقاشی اجرا شد.

## برگزاری جلسه هماهنگی روسای دفاتر نمایندگی کانون استان



دومین جلسه روسای دفاتر نمایندگی کانون بازنشستگان شهرستان‌های استان خراسان رضوی (ده شهرستان) در روز چهارشنبه ۱۴ مرداد ماه در مشهد برگزار شد. در این جلسه که با مدیریت رئیس کانون بازنشستگان استان تشکیل شده بود، ضمن بررسی روند امور جاری کانون و تأکید بر ایجاد رویه واحد در انجام وظایف محوله، سهام شرکت حافظ ثامن متعلق به دو هزار بازنشسته به روسای دفاتر نمایندگی کانون جهت تحویل به ذینفعان، تقدیم شد. در جریان برگزاری این گردهمایی سردار فرماندهی انتظامی استان، در معیت رئیس اداره بازنشستگی نیروهای مسلح خراسان رضوی و امیر آریافر نماینده منتخب بازنشستگان استان نیز حضور داشتند.

## خراسان جنوبی

## برگزاری جلسه شورای هماهنگی سازمان تامین اجتماعی نیروهای مسلح استان

جلسه شورای هماهنگی سازمان تامین اجتماعی نیروهای مسلح استان خراسان جنوبی با حضور کلیه اعضای در دفتر مدیرکل سازمان تامین اجتماعی نیروهای مسلح برگزار شد. در این جلسه ضمن بحث و تبادل نظر پیرامون دستور جلسه در خصوص اجرای برنامه‌های فرهنگی و ورزشی نیروهای مسلح، پرداخت وام و ابلاغ برنامه‌های خدمات رفاهی و اجرای آن توسط کانون‌های ارتش، نیروی انتظامی و سپاه گفت‌وگو و تدابیر لازم اتخاذ شد.



## تجدید عهد با پیکر پاک شهیدان قهرمان و خط‌شکن

هم‌زمان با سالروز شهادت امام جعفر پیکرهای مطهر سه شهید قهرمان و خط‌شکن دوران دفاع مقدس برگزار شد. در این مراسم تجدید عهد کارکنان که با حضور مسئولین شهرستان، فرماندهی انتظامی شهرستان نیشابور با تیپ امام رضا (ع)، امام جمعه نیشابور و ۸۰ نفر از بازنشستگان بسیج برگزار شد، زیارت عاشورا در کنار پیکر شهیدان قرائت شد.

## خراسان شمالی

## عیادت و دیدار فرماندهی انتظامی استان با خانواده درگذشتگان

فرماندهی انتظامی استان خراسان شمالی، سردار استان، سرهنگ فضائی با خانواده بازنشسته عباسعلی اورانوس بخت مظاهری به همراه رئیس کانون استان، سرهنگ پاسدار متوفی ستوان سوم بازنشسته سید که فرزندشان به دیارباقی شتافته بازنشسته محمدتقی باقری و معاونت نیروی استانی عباسی حسینی معصوم و همچنین است دیدار و از آنان دلجویی کردند.



## برگزاری مراسم دهه کرامت

به مناسبت فرا رسیدن دهه کرامت، مراسمی با حضور فرماندهی انتظامی استان، سردار مظاهری و جمعی از خانواده معزز شهید، جانبازان و بازنشستگان نیروی انتظامی در سالن اجتماعات ستاد فرماندهی انتظامی استان برگزار شد. در این مراسم که ۱۲ خانواده از بازنشستگان هم حضور داشتند، ضمن خیرمقدم‌گویی توسط فرماندهی انتظامی استان، مدیرکل دادگستری استان، حجت‌الاسلام و المسلمین قدرتی، بیاناتی پیرامون عظمت خانواده شهدا و بازنشستگان ایراد کردند.



## خراسان رضوی

## موسسه امام حسن مجتبی (ع) برای حمایت از بازنشستگان فعال شود

سردار فرماندهی انتظامی خراسان رضوی که در جریان همایش روسای دفاتر کانون این استان در مورخه ۱۴ مرداد ماه سال جاری سخن می‌گفت، با اشاره به این موضوع گفت: بایستی موسسه امام حسن مجتبی (ع) تقویت و حمایت و از آنان بعنوان پشتوانه حمایت اعضا و خیرین جهت گره‌گشایی از مشکلات بازنشستگان استفاده شود. وی افزود: بایستی هیات خیرین تشکیل و اقدامات عملی برای توسعه این موسسه به عمل آید. ایشان متعاقب این سخنان دستور پرداخت مبلغ ۱۵۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال جهت کمک به صندوق این موسسه صادر کرد.

## راه اندازی موسسه خیریه کانون بازنشستگان

موسسه خیریه کریم اهل بیت امام حسن مجتبی(ع) با همکاری و مساعدت فرماندهی انتظامی استان خراسان شمالی، سردار مظاهری راه اندازی شد. کلیه همکاران نیکاندیش و خیر می‌توانند برای همراهی در این امر خادپسندانه کمک‌های خود را به شماره واریز کرده و به عنوان باقیات‌الصالحات ذخیره‌های برای آخرت خود فراهم آورند. حساب ۳۲۵۲۶/۰۵/۰۰۵۳۵۴/۶۸ نزد

## خوزستان

## دیدار و عیادت با همکاران بازنشسته



سرهنک بازنشسته جعفری در معیت سرهنک بازنشسته مرتضی محب با دو تن از همکاران که در بیمارستان فاطمه‌الزهرا(س) ناجا اهواز بستری هستند عیادت کردند. در این دیدار از آقایان ابراهیم سبزی‌نژاد و شکرعلی نسیمی عیادت و ضمن دلجویی در خصوص مسائل جاری و درمانی ایشان گفت‌وگو شد.

## زنجان

## دیدار رئیس کانون با سردار فرماندهی انتظامی استان



رئیس کانون بازنشستگان استان زنجان به اتفاق نماینده مجمع با حضور در دفتر سردار فرماندهی انتظامی استان، با ایشان دیدار و در خصوص استفاده بیشتر از تجارب بازنشستگان در معاونت تربیت و آموزش و سایر پلیس‌های تخصصی برای انتقال دانش و تجربه انتظامی ایشان گفت‌وگو و تبادل نظر کردند. در این دیدار که معاون تربیت و آموزش فرماندهی انتظامی استان هم حضور داشت، مقرر گردید از بازنشستگان کانون به تناسب تخصص و رسته خدمتی و همچنین از بازنشستگان توانمند به عنوان مدرس در دوره‌های عرضی و کلاس‌های آموزشی استفاده شود.

## جلسه هماهنگی برای بهره‌گیری از تجارب بازنشستگان



سرهنک مظاهر ریاسوند فرمانده انتظامی شهرستان خرمدره به اتفاق جانشین این فرماندهی سرهنک اوصالو با حضور در دفتر نمایندگی کانون بازنشستگان این شهرستان با تعدادی از بازنشستگان دیدار و گفت‌وگو کردند. در این دیدار مقرر گردید از وجود بازنشستگان و پیشکسوتان این شهرستان در طرح شورای معتمد پلیس و نیز در شناسایی مشکلات و آسیب‌های محلات نیز بهره‌گیری شود.

## کسب مقام قهرمانی مسابقات پاورلیفتینگ



سرهنک بازنشسته محمدرضا عسگری (رئیس سابق پلیس راه آهن شمال غرب) ضمن حضور در مسابقات پاورلیفتینگ که در استان زنجان برگزار شد، موفق به کسب مقام اول استانی و چهارم کشوری شد. گفتنی است از وی با اهداء پاداشی نقدی توسط سردار دکتر علیرضا صالحی فرمانده انتظامی استان تقدیر شد.

## سمنان

## برگزاری مراسم تودیع و معارفه فرماندهی انتظامی استان

طی مراسمی که در روز دوشنبه ۹ شهریورماه در ستاد فرماندهی انتظامی استان سمنان برگزار شد، مراسم تودیع و معارفه فرماندهی قدیم و جدید انتظامی استان صورت گرفت.

در این مراسم که با حضور جانشین فرماندهی ناجا و هیات همراه، برخی مسئولان استان و از جمله اعضاء شورای تامین، فرماندهان نظامی و انتظامی، مدیران کل، روحانیون، خانواده معظم شهدا، پرسنل شاغل و برخی از بازنشستگان انجام شد، سرهنک پاسدار روح‌الامین قاسمی به‌عنوان فرماندهی جدید انتظامی استان معرفی و از خدمات سردار پاسدار محمدرضا میرزایی قدرشناسی و تقدیر شد.



## تالار پردیس میزبان بازنشستگان و پیشکسوتان

تالار پردیس نیروی انتظامی در استان سمنان با ظرفیت ۵۰۰ نفر و با کلیه امکانات لازم تجهیز و افتتاح شد. برابر تدابیر ابلاغی و مساعدت‌های فرماندهی انتظامی استان، بازنشستگان و مستمری‌بگیران ناجا می‌توانند بدون پرداخت و ورودیه مرسوم، از ۲۰ درصد تخفیف در سرویس‌های غذایی این تالار استفاده کنند.



## دیدار و دلجویی از پیشکسوتان

سرهنگ بازنشسته امیدیان، رئیس کانون بازنشستگان استان سمنان در معیت مهندس مهدی علی‌اکبری مدیر ارشد وزارت دفاع و سرپرست اداره کل تامین اجتماعی نیروهای مسلح استان با ۴ نفر از بازنشستگان نیروی انتظامی دیدار کردند. در این دیدارها ضمن دلجویی و احوالپرسی از پیشکسوتان به رسم یادبود هدایایی به آنان تقدیم شد.



## سیستان و بلوچستان

### دیدار و دلجویی از همکاران بازنشسته و پیشکسوتان عرصه نظم و امنیت

در پنج ماه اول سال جاری ضمن شناسایی ۸۴ نفر از همکاران بازنشسته و پیشکسوت با ۱۲ نفر از این عزیزان دیدار و ضمن گفت‌وگو با ایشان، از نامبردگان دلجویی شد. در این دیدارها که با آقایان: سید احمد داوودی، غلامعلی امیری فرد، محمد گل محمدی مطلق، عیسی میرشکار، منصور امید، احمد نیک فرجام نوری، عبدالله سخی سیاه مردی، علی‌اله صوفی، شیر محمد گل محمودی، رحمت‌اله ریگی، عباس شیخی‌زاده و غلام رضایی صورت گرفت به رسم یادبود هدایایی به ایشان تقدیم شد.



## برگزاری چهارمین کارگروه معسرین

چهارمین کارگروه معسرین نیروهای مسلح استان سیستان و بلوچستان در روز ۲۴ مرداد ماه با حضور کلیه اعضا در دفتر کار مدیرکل تامین اجتماعی نیروهای مسلح استان برگزار شد. در این جلسه به وضعیت ۴۰۱ معسر اعم از بازنشسته و مستمری‌بگیر نیروهای مسلح رسیدگی شد که از این تعداد ۲۴ نفر شامل ۱۸ بازنشسته و ۶ مستمری‌بگیر از



## دیدار و عیادت از بازنشستگان

به منظور رسیدگی به مشکلات احتمالی و دیدار با همکاران بازنشسته در بخش مرزی جالق شهرستان سراوان، سروران صدیق بهرامی و ستوان بهرام نصرتی، با همکاران بازنشسته استوار پیشکسوت دادکریم سپاهی، استوار بازنشسته فقیر محمد ملازاده، استوار بازنشسته یعقوب سراوان، در معیت سروران بازنشسته در معیت سروران صدیق بهرامی و ستوان بهرام نصرتی، با همکاران بازنشسته استوار پیشکسوت دادکریم سپاهی، استوار بازنشسته فقیر محمد ملازاده، استوار بازنشسته یعقوب ملازهی، ستوان سوم بازنشسته حسن اربابی، سرباز بازنشسته شهید سپاهی، مستمری‌بگیر گنج خاتون رئیس و مستمری‌بگیر درس نصرتی دیدار کردند. در این دیدارها ضمن احصاء مشکلات عنوان شده از سوی دیدار شونده‌گان مراتب جهت رسیدگی به مبادی ذی‌ربط منعکس شد.

## شرق استان تهران

### حضور رئیس عقیدتی و سیاسی فرماندهی انتظامی ویژه شرق در کانون



حجت‌الاسلام حاجی امیری رئیس عقیدتی و سیاسی فرماندهی انتظامی ویژه شرق تهران به اتفاق معاون هماهنگ‌کننده و مسئول ارزیابی آن عقیدتی در محل کانون بازنشستگان استان حضور پیدا کرده و با رئیس و اعضای کانون دیدار کردند. در این دیدار در خصوص مسائل مربوطه و رسیدگی به بازنشستگان و حضور آنان در مراسم مختلف فرهنگی گفت‌وگو و در جهت رفع مشکلات مربوط به این حوزه بحث و تبادل نظر صورت گرفت.

### تشکیل جلسه بررسی و رفع مشکلات بازنشستگان

جلسه بررسی و رسیدگی به مشکلات بازنشستگان با حضور معاون هماهنگ‌کننده فرماندهی انتظامی ویژه شرق استان تهران، نماینده مجمع کانون بازنشستگان شرق، رئیس کانون بازنشستگان شرق استان تهران و معاون نیروی انسانی فرماندهی ویژه شرق تهران در تاریخ ۶ مردادماه برگزار شد. در این جلسه مقرر شد: دو صندوق با کمک بازنشستگان و خیرین به جهت کمک به موسسه خیریه کریم اهل بیت راه‌اندازی و سود حاصله از مبالغ سپرده‌گذاری شود. هدف و انگیزه راه‌اندازی این موسسه خیریه، کمک و مساعدت مالی بلاعوض با حفظ کرامت و منزلت و ارتقاء سطح معیشت اعضای نیازمند می‌باشد.

## بازدید فرماندهی انتظامی شهرستان پاکدشت از دفتر نمایندگی کانون

سرهنگ آدینه‌وند فرماندهی انتظامی شهرستان پاکدشت به همراه سرگرد نوفرستی معاون راهنمایی و رانندگی شهرستان پاکدشت و سرگرد عبدیان از دفتر نمایندگی بازنشستگان پاکدشت بازدید کردند. در این بازدید که رئیس کانون بازنشستگان



## غرب استان تهران

### ملاقات حضوری و دیدار با پیشکسوتان

سرهنگ پاسدار بازنشسته پرویز سیفی نماینده استان غرب تهران در مجمع کانون ناجا به همراه سرکار خانم عباسی مسئول امور بازنشستگان فرماندهی انتظامی با حضور در دفتر نمایندگی کانون اسلامشهر حاضر و به سئوالات و مشکلات بازنشستگان و مستمری‌بگیران شهرستان‌های اسلامشهر و بهارستان رسیدگی کردند. همچنین نماینده استان در مجمع کانون بازنشستگان ناجا در معیت رئیس کانون در روزهای ۱۸ و ۲۵ مردادماه با دیدار و ضمن دلجویی با آنان در خصوص مسائل و مشکلات ایشان محمد شفیع خانی در اسلامشهر، عزیزاله رهنما در شهر جدید پرند و مستمری‌بگیر خانم امیر سرداری در خوشنام شهرستان ملارد با ایشان دیدار و ضمن دلجویی با آنان در خصوص مسائل و مشکلات ایشان گفت‌وگو و در خصوص پیگیری مسائل از طریق کانون تصمیماتی اتخاذ کردند.



### عیادت و دلجویی از پیشکسوتان

سرهنگ بازنشسته پرویز سیفی نماینده غرب استان تهران در مجمع کانون و رئیس کانون بازنشستگان غرب استان تهران به همراهی فرمانده انتظامی اسلامشهر سرهنگ ابراهیم حسن آبادی، سرهنگ سید مجتبی حسینی معاون نیروی انسانی و سرکار خانم عباسی مسئول امور بازنشستگان نیروی انسانی ویژه غرب استان تهران با تعدادی از بازنشستگان دیدار و از ایشان دلجویی کردند. در این دیدار ضمن ملاقات با آقایان عباس کهنسال، محمد فرغانی و محمد ناری حاضر، به رسم یادبود هدایایی به نامبردگان تقدیم شد.



## برگزاری جلسه شور عمومی ستاد فرماندهی ویژه غرب استان تهران

با حضور سردار سرتیپ دوم پاسدار محسن خانچرلی، اعضای هیات رئیسه، معاونین، فرماندهان شهرستان‌ها و رئیس کانون بازنشستگان غرب استان تهران، جلسه شور عمومی ستاد فرماندهی ویژه غرب استان تهران برگزار شد. در این جلسه که با ارائه گزارش معاونین و فرماندهان شهرستان‌های استان همراه بود، سردار خانچرلی در خصوص فرا رسیدن هفته نیروی انتظامی مطالبی بیان و رهنمودهای لازم را ارائه کردند. ایشان اظهار داشتند، در این ایام تکریم بازنشستگان و خانواده‌های محترم آنان فراموش نشود و توجه داشته باشید که بازنشستگان اعضای وابسته نیروهای انتظامی هستند و همواره باید مورد توجه و تکریم قرار گیرند.



## فارس

### برگزاری جلسه شورای هماهنگی بازنشستگان استان



با حضور مدیرکل تامین اجتماعی نیروهای مسلح استان فارس، روسای کانون‌های بازنشستگان نیروی انتظامی، ارتش، سپاه و وزارت دفاع جلسه شورای هماهنگی بازنشستگان استان در تاریخ ۲۷ مردادماه برگزار شد. در این جلسه که رئیس عقیدتی و سیاسی، مسئول خدمات رفاهی کانون و نماینده موسسه حامد در سازمان تامین اجتماعی استان هم حضور داشتند، پیرامون موضوعات محوری جلسه از جمله برنامه‌های سال ۱۳۹۴ سازمان بازنشستگی بحث و تبادل نظر و مقرر گردید منبع، اجرای برنامه‌هایی از قبیل ورزش خانوادگی، گلگشت درون استانی، دیدار و ملاقات با بازنشستگان، مناسبت‌های ملی و مذهبی، اعطای وام‌های قرض‌الحسنه، همیاری (شادی و سوگواری) به کانون‌های مربوطه محول و ادارات بازنشستگی فقط به عنوان ناظر بر حسن اجرای برنامه‌ها نظارت داشته باشند.

### حضور فرمانده انتظامی استان در مراسم تشییع فرمانده پیشکسوت

سرهنگ بازنشسته عطاءاله کاویانی از فرماندهان پیشکسوت ناجا در تاریخ ۱۶ شهریور ماه دارفانی را وداع و به رحمت ایزدی پیوست. در همین ارتباط و در مراسم تشییع و خاکسپاری آن مرحوم که در شهرستان زرقان برگزار شد، فرمانده انتظامی استان سردار گودرزی و معاون ستادی و تخصصی استان، سرهنگ بازنشسته امان‌اله جواهری رئیس کانون استان، سرهنگ بازنشسته محمدرضا جوکار مسئول امور فرهنگی و اجتماعی کانون، سرهنگ بازنشسته احمد روزی طلب منتخب بازنشستگان در مجمع کانون ناجا و جمع کثیری از بازنشستگان ناجا و نیروهای مسلح شرکت داشتند. در این مراسم سردار فرماندهی انتظامی استان ضمن عرض تسلیت درگذشت ایشان، در خصوص خدمات ارزنده و شایسته این پیشکسوت در عرصه نظم و امنیت و چهره شاخص انتظامی برای حاضران سخنرانی کردند.





## قزوین

### دیدار و تجلیل از پیشکسوتان

به پاس قدردانی از تلاش‌ها و خدمات بی‌دریغ فرماندهان و پیشکسوتان نیروی انتظامی ساکن در استان قزوین، رئیس کانون استان به همراهی رئیس اداره کل سازمان بازنشستگی استان، نماینده استان در مجمع کانون بازنشستگان ناجا و حجت‌الاسلام و المسلمین پیرغلام، رئیس عقیدتی و سیاسی سازمان بازنشستگی قزوین با حضور در منازل ۴ نفر از فرماندهان و مسئولین پیشکسوت با آنان دیدار و از خدمات شایسته آنان تجلیل کردند.

در این دیدارها که با سرهنگ بازنشسته ابراهیم قاسم‌نژاد، حجت‌الاسلام و المسلمین سید نعمت‌اله قدیری، سرهنگ بازنشسته سید افضل موسوی و خانواده مرحوم حاج رضا ارساز صورت گرفت، لوح سپاسی تقدیم این عزیزان و با خانواده آنان شد.



### ایستگاه سلامت در سرای پیشکسوتان افتتاح شد

بر اساس هماهنگی‌ها و برنامه‌ریزی‌های انجام شده توسط اداره کل تربیت بدنی استان قزوین، اداره کل سازمان بازنشستگی استان و معاونت تربیت و آموزش فرماندهی انتظامی استان و همچنین با حضور جمع کثیری از پیشکسوتان، مسئولین و مردم ورزش دوست ایستگاه سلامت در پارک ملت (سرای پیشکسوتان) افتتاح و راه‌اندازی شد. در این مراسم پس از انجام حرکات ورزشی زیر نظر مربی آموزشی و انجام ورزش باستانی توسط پیشکسوتان باستانی کار این ایستگاه سلامت مورد بهره‌برداری قرار گرفت. گفتنی است مراسم ورزشی صبحگاهی در روزهای فرد در این ایستگاه انجام خواهد شد.

بر اساس هماهنگی‌ها و برنامه‌ریزی‌های انجام شده توسط اداره کل تربیت بدنی استان قزوین، اداره کل سازمان بازنشستگی استان و معاونت تربیت و آموزش فرماندهی انتظامی استان و همچنین با حضور جمع کثیری از پیشکسوتان، مسئولین و مردم ورزش دوست ایستگاه سلامت در پارک



## قم

### دیدار و عیادت از بازنشستگان

سردار سرتیپ دوم پاسدار کاظم مجتبابی فرماندهی انتظامی استان قم، رئیس کانون بازنشستگان استان و معاون اجتماعی فرماندهی در روز ۸ مردادماه با اعضای کانون بازنشستگان ناجا استان قم با حضور در منازل فرزندان کارمند بازنشسته علیرضا براتی و احمد نجفی با ایشان دیدار و ضمن بررسی مشکلات ایشان از آنان دلجویی کردند.

ضمناً رئیس کانون در مورخه ۶ مردادماه ضمن حضور در

منزل جانباز علیرضا رضایی، قهرمانی فرزند ایشان (فخرالدین رضایی) را که در مسابقات قهرمانی کاتای کشور موفق به کسب مقام دوم شده بود، تبریک گفته و لوح تقدیر و هدیه‌ای به ایشان تقدیم کردند.



### عیادت و دیدار رئیس اداره بازنشستگی با بازنشستگان

رئیس اداره بازنشستگی نیروهای مسلح استان قم در معیت نماینده بازنشستگان و معاون کانون بازنشستگان این استان در مردادماه سال جاری با دو تن از بازنشستگان دیدار و از ایشان عیادت کردند. در این دیدارها از آقایان ستوان بازنشسته محمدرضائیان و همچنین ستوان بازنشسته محسن بادی عیادت و ضمن دلجویی از ایشان به رسم یادبود هدایایی به آنان تقدیم شد.

رئیس اداره بازنشستگی نیروهای مسلح استان قم در معیت نماینده بازنشستگان و معاون کانون بازنشستگان این استان در مردادماه سال جاری با دو تن از بازنشستگان دیدار و از ایشان عیادت کردند. در این دیدارها از آقایان ستوان بازنشسته محمدرضائیان و همچنین ستوان بازنشسته محسن بادی عیادت و ضمن دلجویی از ایشان به رسم یادبود هدایایی به آنان تقدیم شد.

رئیس اداره بازنشستگی نیروهای مسلح استان قم در معیت نماینده بازنشستگان و معاون کانون بازنشستگان این استان در مردادماه سال جاری با دو تن از بازنشستگان دیدار و از ایشان عیادت کردند. در این دیدارها از آقایان ستوان بازنشسته محمدرضائیان و همچنین ستوان بازنشسته محسن بادی عیادت و ضمن دلجویی از ایشان به رسم یادبود هدایایی به آنان تقدیم شد.



## کردستان

### صعود به قله ۴۸۱۱ متری سبلان

گروه کوهنوردی عاشقان وحدت استان کردستان به تعداد ۱۴ نفر و به سرپرستی سرگرد بازنشسته عبدالرحمن معظمی در تاریخ ۲۵ مردادماه به قله ۴۸۱۱ متری سبلان صعود کردند.

در این برنامه که با هماهنگی فرماندهی انتظامی استان و تخصیص یک دستگاه مینی‌بوس انجام شد، کوهنوردان پیشکسوت با موفقیت کامل به این قله واقع در سبلان صعود کردند.



### بازدید از مستمری‌بگیران و دلجویی از خانواده همکاران درگذشته

رئیس کانون بازنشستگان ناجا استان قزوین در معیت مسئول خدمات رفاهی اداره کل سازمان تامین اجتماعی استان و معاون نیروی انتظامی استان با حضور در منازل مستمری‌بگیران ساکن شهرستان قزوین به نام‌های خانم اکرم مهجور، خانم نرگس نقی‌زاده و خانم اشرف واعظی با آنان دیدار کردند. در این دیدار ضمن بررسی وضعیت معیشتی و درمانی به رسم یادبود هدایایی به ایشان تقدیم شد. ضمناً در روز دوشنبه ۱۲ مردادماه ضمن حضور در منزل

رئیس کانون بازنشستگان ناجا استان قزوین در معیت مسئول خدمات رفاهی اداره کل سازمان تامین اجتماعی استان و معاون نیروی انتظامی استان با حضور در منازل مستمری‌بگیران ساکن شهرستان قزوین به نام‌های خانم اکرم مهجور، خانم نرگس نقی‌زاده و خانم اشرف واعظی با آنان دیدار کردند. در این دیدار ضمن بررسی وضعیت معیشتی و درمانی به رسم یادبود هدایایی به ایشان تقدیم شد. ضمناً در روز دوشنبه ۱۲ مردادماه ضمن حضور در منزل

رئیس کانون بازنشستگان ناجا استان قزوین در معیت مسئول خدمات رفاهی اداره کل سازمان تامین اجتماعی استان و معاون نیروی انتظامی استان با حضور در منازل مستمری‌بگیران ساکن شهرستان قزوین به نام‌های خانم اکرم مهجور، خانم نرگس نقی‌زاده و خانم اشرف واعظی با آنان دیدار کردند. در این دیدار ضمن بررسی وضعیت معیشتی و درمانی به رسم یادبود هدایایی به ایشان تقدیم شد. ضمناً در روز دوشنبه ۱۲ مردادماه ضمن حضور در منزل



## عیادت و دلجویی از بازنشستگان



براساس اعلام دفتر نمایندگی کانون شهرستان سقز، درویش قادری معاون سازمان تامین اجتماعی نیروهای مسلح در روز ۲۶ مردادماه از دو نفر از همکاران بستری و بیمار دیدار و ضمن گفت‌وگو با ایشان؛ از آنان دلجویی کرد. طی این دیدارها با آقایان صلاح‌الدین بهزادنی و ایوب نوری دیدار و از ایشان عیادت به عمل آمد.

## برگزاری مراسم ورزش صبحگاهی در سنندج



در راستای تشویق و ترغیب پیشکسوتان به ورزش و تقویت روحیه سلامت و شادابی، مراسم ورزش صبحگاهی در سالن شهید امان‌الهی شهرستان سنندج برگزار شد. در این مراسم جمع زیادی از بازنشستگان و پیشکسوتان ناجا حضور داشتند.

## صعود پیشکسوتان ناجا به چهارمین کوه مرتفع کشور



۱۵ نفر از پیشکسوتان ناجا استان کرمان با نام‌های: ایرج محمودی میمند، محمدعلی عزیزی، ایمان سعید، علی ملک قاسمی، عبدالله امیر طاهری، حسین سلطانی نژاد، مجتبی سعید، علی محسن نژاد، علی امینی‌زاده، قاسم درخشانی، محمد حسنی کبوتر خانی، محمدرضا صمیمی، امان‌اله گلشنی، حجت‌اله شمس‌الدینی و روح‌اله دهخدا به ارتفاعات ۴۵۰۱ متری شهر راین در

کوه‌های هراز صعود کردند. این کوه که در رده چهارمین کوه مرتفع کشور قرار دارد در روز ۲۲ مردادماه توسط ۹ نفر از ۱۵ نفر صعود کننده، به سرپرستی سروان بازنشسته علی محسن نژاد مدیر ورزش کانون بازنشستگان استان فتح شد.

## برگزاری جشن دهه کرامت



با توجه به ایام ولادت حضرت معصومه(س) و میلاد حضرت علی ابن موسی الرضا(ع) و فرا رسیدن دهه کرامت جلسه‌ای با حضور اعضای هیأت محبان الرضا(ع) متشکل از پیشکسوتان نیروهای مسلح و روسای کانون‌های نظامی و انتظامی برگزار شد. در این جلسه مقرر شد: جشنی در پارک مشاهیر در جنب موزه دفاع مقدس برگزار و ضمن تلاوت قرآن

کریم اشعاری نیز توسط سرهنگ اسدی سرود شود. همچنین ضمن برگزاری مسابقه فرهنگی با موضوع ولادت و یا احادیث حضرت علی ابن موسی الرضا(ع)، جوایزی به شرکت‌کنندگان اهداء و توسط کانون‌های مزبور از پیشکسوتان و خانواده‌های آنان برای شرکت در مراسم جشن دعوت به عمل آید.

## کرمان

## مراسم استقبال و وداع با پیکر مطهر شهدای گمنام

مراسم استقبال از پیکرهای پاک شهدای گمنام با عنوان «غواصان پیام می‌آورند» در روز ۱۶ مردادماه با حضور گسترده و بی‌نظیر مردم شهید پرور کرمان انجام شد. در این مراسم که پیکرهای گلگون کفنان شهید، غواصان و خطشکنان عملیات کربلای ۴ تشییع شد، مردم کرمان از جان و دل مایه گذاشتند و با عزیزان اینارگر خود تجدید پیمان و وداع کردند. در همین ایام و با انتقال یکی از پیکرهای شهدای گمنام به ستاد مرکزی فرماندهی استان، پیکر پاک و مطهر شهید تشییع و طی

مراسم باشکوهی در میدان صبحگاه ستاد فرماندهی انتظامی استان به خاک سپرده شد. در این مراسم که با حضور نماینده ولی‌فقیه و امام جمعه کرمان، دکتر پور ابراهیمی نماینده مجلس شورای اسلامی، سردار سرتیپ نوری فرمانده سپاه ثارالله، امیر سرتیپ علیدوست فرمانده جنوب شرق ارتش، یگان‌های نمونه سپاه و ارتش، گروهی از پیشکسوتان ناجا، مقامات اجرایی و قضایی، فرمانده مرکز آموزش شهید باهنر ناجا، فرماندار، روحانیون، و خانواده شهدای ناجا برگزار شد، آیت‌الله جعفری از استقبال و تودیع مردم کرمان از شهدای گمنام و بانام، قدردانی و بر ادامه راه این عزیزان در دفاع از ارزش‌های انقلاب اسلامی تاکید کرد.



## مراسم ورزش صبحگاهی در ایستگاه پارک فدک بلوار طاق بستان

با هماهنگی اداره بازنشستگی نیروهای مسلح استان کرمانشاه و مدیریت بیمه کوثر این استان مراسم ورزش صبحگاهی در ایستگاه پارک فدک بلوار طاق بستان برگزار شد. در این مراسم که با هدف حفظ سلامت جسمی و روحی و افزایش نشاط و سرزندگی بازنشستگان و با حضور ۱۰۰ نفر از پیشکسوتان برگزار شد، رئیس کانون بازنشستگان استان از حضور

بازنشستگان و پیشکسوتان قدردانی و یک ثوب پیراهن ورزشی نیز توسط بیمه کوثر به شرکت‌کنندگان در مراسم اهداء شد.

## دیدار رئیس کانون با فرماندهی مرزبانی استان کرمانشاه



سرهنگ بازنشسته کرم‌اله نجفی رئیس کانون بازنشستگان استان کرمانشاه به اتفاق سرهنگ دوم بازنشسته گل محمدی در ملاقاتی صمیمی با سردار سرتیپ دوم پاسدار کیومرث شیخی فرماندهی مرزبانی استان دیدار کردند. در این دیدار که در محل دفتر کار سردار شیخی انجام شد، از حمایت‌های این فرماندهی از اقدامات کانون

بازنشستگان تقدیر و در ادامه در خصوص موسسه خیریه کریم اهل بیت امام حسن مجتبی(ع) و اهداف آن بحث و تبادل نظر شد. در پایان این دیدار فرماندهی مرزبانی استان کرمانشاه مبلغ ۷۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال جهت تقویت موسسه خیریه مذکور اختصاص داده و بر همکاری‌های مستمر بین این فرماندهی و کانون بازنشستگان تاکید کردند.

## کهگیلویه و بویراحمد

### برگزاری مراسم تودیع و معارفه رئیس قدیم و جدید کانون



طی مراسمی در روز ۲۱ مردادماه که در محل کانون بازنشستگان استان کهگیلویه و بویراحمد برگزار شد. مراسم تودیع و معارفه فرماندهی قدیم و جدید انتظامی استان صورت گرفت. در این مراسم که با حضور سرهنگ پاسدار عبدی پور معاون هماهنگ کننده فرماندهی انتظامی استان، سرهنگ قاضی زاده رئیس بازرسی و سرهنگ رسولی معاون نیروی انسانی صورت گرفت، سرهنگ پاسدار سید روح اله عباسی به عنوان رئیس جدید کانون معرفی و از زحمات و تلاش های سرهنگ ۲ روین تن تقدیر و تشکر بعمل آمد.

### برگزاری مراسم دهه کرامت



در مراسمی که در روز ۲۵ مردادماه با حضور جمع کثیری از بازنشستگان استان در محل نمازخانه فرماندهی انتظامی استان کهگیلویه و بویراحمد برگزار شد، حاج آقا محمدی رئیس عقیدتی و سیاسی فرماندهی انتظامی استان در خصوص دهه کرامت و ولادت حضرت معصومه (س) مطالبی را بیان کردند. در این مراسم به ۳۰ نفر از همکاران کارت هدیه تقدیم شد.

### راه اندازی ایستگاه سلامت



ایستگاه سلامت برای انجام ورزش های صبحگاهی در ابتدای مردادماه در محل پارک مهرورزی افتتاح گردید. در این ایستگاه در روزهای شنبه و چهارشنبه هر هفته از ساعت ۷ تا ۸ صبح مراسم ورزشی صبحگاهی با حضور بازنشستگان و پیشکسوتان و علاقه مندان برگزار می شود.

## گلستان

### دیدار با بازنشستگان

در راستای عمل به دستورالعمل ابلاغی جهت دیدار و رسیدگی به مسائل و مشکلات بازنشستگان و مستمری بگیران طی روزهای اولیه شهریورماه، اقدامات زیر توسط کانون بازنشستگان ناجا استان گلستان صورت گرفت.

- تخصیص اعتبار به ۱۴۹ نفر از همکاران هر نفر ۳/۰۰۰/۰۰۰ ریال.

- تنظیم برنامه های دیدار، تهیه کارت هدیه و برنامه ریزی برای دیدار از همکاران.

- حضور در شهرستان های کلاله، گالیکش و مینودشت و دیدار با ۲۱ نفر از همکاران بازنشسته و پیشکسوت.

- حضور در شهرستان گنبدکاووس و آزادشهر، دیدار با فرماندهی انتظامی شهرستان و دیدار و گفت و گو با ۲۵ خانواده و بررسی مشکلات آنان.

گفتنی است در این دیدارها به رسم یادبود هدایایی به خانواده های همکاران تقدیم شد.

### دیدار با پیشکسوتان



رئیس کانون بازنشستگان نیروی انتظامی استان گلستان در معیت رئیس عقیدتی و سیاسی انتظامی استان با حضور در منازل ۲۱ نفر از پیشکسوتان با این عزیزان استان دیدار کردند.



در این دیدارها که در منازل این همکاران انجام شد، ضمن احوالپرسی و دلجویی، به رسم یادبود هدایایی تقدیم این همکاران شد.



### تشکیل کارگروه برنامه گلگشت خانوادگی

- برای انعکاس اخبار این مراسم اداره بازنشستگی، هماهنگی های لازم را با صداوسیما و رسانه های محلی به عمل آورد.

- برنامه مسابقات ورزشی با در نظر گرفتن شرایط سنی و جسمانی شرکت کنندگان تدارک دیده شود.

- ضمن تعیین سخنران متناسب با ترکیب شرکت کنندگان در برنامه، هدایایی فرهنگی برای مدعوین در نظر گرفته شود.

کارگروه استانی برنامه گلگشت خانوادگی درون استانی استان گلستان در تاریخ ۲۱ شهریورماه در اداره بازنشستگی استان تشکیل شد. در این جلسه که رئیس کانون بازنشستگان استان، مسئول فرهنگی ورزشی، مسئول امور رفاهی و مسئول مالی اداره بازنشستگی حضور داشتند، تصمیمات زیر اتخاذ شد:

- دستورالعمل مربوط به برنامه گلگشت خانوادگی باید به طور دقیق مورد توجه قرار گیرد.



## گیلان

### برگزاری مراسم ولادت با سعادت حضرت امام رضا (ع)

داشتند. این مراسم با حضور خادمان امام رضا (ع) و به همراه پرچم سبز گنبد آن حضرت در سالن شهدای فرماندهی انتظامی استان برگزار شد.

مراسم جشن ولادت با سعادت امام رئوف، حضرت امام رضا (ع) به همت اداره عقیدتی و سیاسی فرماندهی انتظامی استان گیلان برگزار شد. در این مراسم که با حضور جانشین فرماندهی، رئیس عقیدتی و سیاسی کانون، معاونین و جمعی از پرسنل فرماندهی انتظامی استان برگزار شد، ۱۰۰ نفر از پیشکسوتان به همراه خانواده حضور

## مراسم تودیع و معارفه فرماندهان انتظامی با حضور سردار اشتری



مراسم تودیع و معارفه فرماندهان جدید و قدیم انتظامی استان گیلان در روز چهارشنبه ۱۱ شهریورماه در محل سالن شهدای ناجای استان برگزار شد. در این مراسم که با حضور سردار سرتیپ حسین اشتری فرمانده نیروی انتظامی جمهوری اسلامی ایران، استاندار، جمعی از اعضای شورای تامین و مدیران و مسئولان استان و پیشکسوتان ناجا برگزار شد، سردار علیرضا میرحیدری به‌عنوان فرمانده نیروی انتظامی استان معرفی و از خدمات شایسته و بی‌دریغ سردار قائد رحمتی فرمانده سابق انتظامی استان تقدیر شد. سردار اشتری در این مراسم رشد و شکوفایی کشور را مرهون وحدت و حرکت حول محور رهبری اعلام و از همه حاضران برای همدلی و همراهی با منویات معظم‌له دعوت کردند.

## عیادت و دلجویی از همکاران بازنشسته

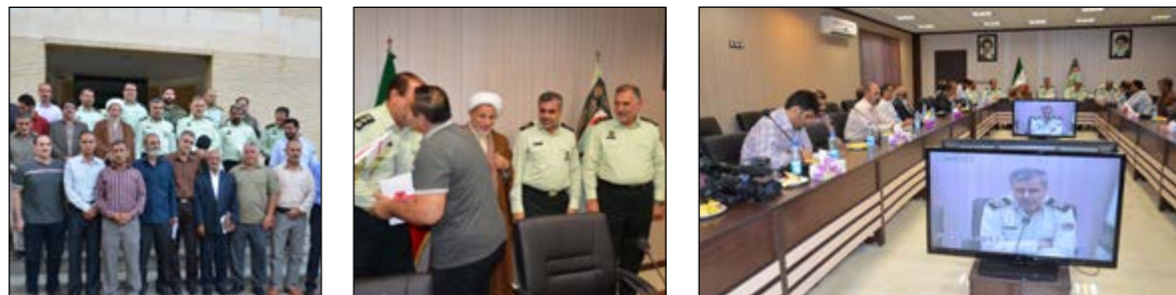
رئیس کانون بازنشستگان استان گیلان و هیأت همراه ضمن مراجعت به شهرستان‌های صومعه‌سرا، فومن، شفت و ماسال از دفتر نمایندگی کانون شهرستان صومعه‌سرا بازدید کردند. در این برنامه این هیأت با حضور در منازل ۵ تن از همکاران بازنشسته با همکاران مرتضی عمویور، محمدعلی عالم خوش خلق، ایوب اشوند، محسن صفری و رحیم قائد جلیلی دیدار و از ایشان دلجویی کردند. در این دیدارها به رسم یادبود هدایایی به نامبردگان تقدیم شد.



## لرستان

## برگزاری جلسه شورای گسترش معارف دفاع مقدس

جلسه شورای گسترش معارف دفاع مقدس کانون بازنشستگان استان لرستان در دفتر معاون هماهنگ‌کننده فرماندهی انتظامی استان برگزار شد. در این جلسه مواردی به شرح زیر به تصویب رسید. - از سربازان وظیفه دوران دفاع مقدس که جزء بازنشستگان هستند تقدیر شود. - شرحی از معوقات عملیاتی بازنشستگان دوران دفاع مقدس به معاونت نیروی انسانی ناجا نوشته شود. - صدور کارت ایتارگری دوران دفاع مقدس از معاونت نیروی انسانی پیگیری شود. - جهت ترویج ارزش‌های دفاع مقدس در پایگاه‌ها و کلاتری‌ها تبلیغات لازم صورت گیرد.



## دیدار و عیادت از ۸ نفر از همکاران بازنشسته



رئیس کانون بازنشستگان ناجا استان لرستان در معیت مسئول امور مالی کانون ستوان یکم بازنشسته بهرام خسروداد با ۸ نفر از همکاران بازنشسته با نام‌های محمدباقر عباسی، اسکندر اسکندری، هرمز بسحاق، عزت‌اله اصلانی، امین کاظمی، رضا سگوند، علی‌اله بیرانوند و ملک علی فرهنگی دیدار و از ایشان عیادت کردند. در این دیدارها به رسم یادبود هدایایی به نامبردگان تقدیم شد.

## ضیافت شام و تجلیل از مستمری‌بگیران



اداره کل بازنشستگی نیروهای مسلح استان لرستان با همکاری و هماهنگی دفتر نمایندگی کانون‌های بازنشستگی شهرستان دورود مراسم ضیافت شامی را با حضور تعدادی از مستمری‌بگیران برگزار کرد. در این مراسم که با حضور امام جمعه شهرستان و جمعی از فرماندهان شهرستان در خانه معلم دورود برگزار شد، حجت‌الاسلام حقی سخنانی ایراد کردند و ضمن تقدیم یک قواره چادر از شرکت‌کنندگان تجلیل به‌عمل آمد.

## مازندران

## دیدار و دلجویی از خانواده درگذشتگان

در اجرای دستورالعمل تکریم خانواده درگذشتگان و دلجویی از بازماندگان، رئیس کانون بازنشستگان استان مازندران در معیت مسئول امور رفاهی کانون با خانواده‌های مرحوم گداغلی سبحانی و محمدجواد فلاح دیدار و از آنان دلجویی کردند.



## فتح قله دماوند و آارات

ستوان بازنشسته مرتضی جهانیشیری در آستانه هفتاد سالگی به همراه اعضای کوهنوردی بابک تبریز به قله ۵۱۳۷ متری آارات صعود کردند. همچنین وی با همراهی اعضای کوهنوردی برزو در مردادماه امسال به ضلع شمالی قله ۵۶۷۰ متری دماوند صعود و آن را فتح کردند.





## درخشش فاطمه اسماعیلی در مسابقات آسیایی کاراته



فاطمه اسماعیلی فرزند مرحوم محمد اسماعیلی، با درخشش خود در مسابقات کاراته در کشور سریلانکا موفق به کسب مقام قهرمانی آسیا به صورت انفرادی و مقام دومی به صورت تیمی شد. کانون بازنشستگان استان مازندران این موفقیت را به ایشان و خانواده محترم اسماعیلی تبریک عرض می نماید.

### مرکزی

## دیدار رئیس کانون با فرماندهی انتظامی استان



رئیس کانون بازنشستگان استان مرکزی در معیت نماینده استان در مجمع کانون بازنشستگان ناجا با سرهنگ عزیزی فرمانده جدید انتظامی استان دیدار کردند. در این دیدار که در روز ۸ شهریورماه برگزار شد، ضمن ارائه گزارش از فعالیت های کانون، سرهنگ

## برگزاری جلسه بسیج پیشکسوتان



جلسه نخبگان سازمان بسیج پیشکسوتان استان مرکزی در حضور داشتند سردار کریمی روز ۱۲ مردادماه در سالن شهید اکبرزاده سپاه روحاله برگزار شد. بیان و از نخبگان بسیجی نیروهای مسلح قدردانی شد. در این جلسه که ۱۰ نفر از

## عیادت از همکار بازنشسته



رئیس کانون بازنشستگان استان مرکزی به اتفاق مدیرکل تامین اجتماعی و رئیس اداره بازنشستگی استان مرکزی از بازنشسته فتاح محمدی که به علت بیماری در بخش ویژه بیمارستان قدس اراک بستری بود عیادت کردند. در این دیدار ضمن گفت و گو با همسر ایشان و پیگیری امور درمان و سلامت نامبرده، به رسم یادبود هدیه ای تقدیم خانواده وی شد.

## هرمزگان

## دیدار با همکاران بازنشسته



رئیس اداره بازنشستگی نیروهای مسلح استان هرمزگان در معیت نماینده مجمع و رئیس کانون بازنشستگان استان با دو تن از همکاران بازنشسته دیدار کردند. در این دیدارها که با آقایان موسی حسین زاده و حسن حسن احمدی ساکن ماروم از توابع شهر فین صورت گرفت، ضمن گفت و گو و استماع نظرات آنان، به رسم یادبود هدیه ای به ایشان تقدیم شد.

## عیادت از بازنشستگان



رئیس اداره بازنشستگی قویدل و اسحق درویشی با استان هرمزگان به همراه یکی از کارکنان آن اداره با حضور در منازل سه تن از پیشکسوتان به نام های حسین اسپید، حسین

## دیدار رئیس کانون با جانشین فرماندهی انتظامی میناب



سرهنگ بازنشسته نمرودی زاده رئیس کانون بازنشستگان استان هرمزگان و نماینده مجمع کانون در روز ۲۱ شهریورماه با سرگرد بابایی جانشین فرماندهی انتظامی میناب دیدار کردند. در این دیدار که سرگرد خاکسار رئیس حفاظت اطلاعات نیز حضور داشتند بر توجه بیشتر به امور جاری کانون بازنشستگان تاکید و قرار شد یک دستگاه کولر برای کانون بازنشستگان شهرستان میناب اختصاص یابد.

## همدان

## برگزاری مراسم محفل انس با قرآن

در مراسمی که به میزبانی سردار فرماندهی انتظامی استان همدان انجام شد، تعدادی از بازنشستگان و پیشکسوتان ناجا در میهمانسرای فجر همدان به صرف شام پذیرایی شدند. در ابتدای این مراسم که با عنوان محفل انس با قرآن کریم برگزار شد، سردار مهدیان نسب گزارشی از اقدامات جاری برای بازنشستگان را بیان کرد. در این مراسم رئیس و معاونین کانون استان و همچنین نماینده مجمع استان حضور داشتند.



## دیدار با بازنشستگان پیشکسوت

سرهنگ پاسدار بازنشسته مظفری، رئیس کانون بازنشستگان استان همدان در معیت سرهنگ محمودی نماینده مجمع همدان، سرهنگ محبتی معاون کانون، سرهنگ خانقلی نماینده سازمان تامین اجتماعی استان، سرهنگ علی بخشی فرماندهی انتظامی شهرستان اسدآباد و مسئول دفتر کانون شهرستان سرهنگ دباغی با حضور در منازل آقایان ستوان مجید شریفی، سرهنگ مظاهر کاظمی، ستوان ولی سلگی، ستوان جواد گلزار، سرهنگ احسان دوست و ستوان قاسمی با نامبردگان دیدار و با ایشان گفت‌وگو کردند.



## اعزام جانبازان ایثارگر به اماکن زیارتی و سیاحتی

بازنشسته در مردادماه سال جاری به صورت رایگان به اماکن زیارتی و سیاحتی در شهرهای (مشهد مقدس، اصفهان، شیراز، گیلان اردبیل) اعزام شدند.

## یزد

## دیدار رئیس کانون با سردار فرماندهی انتظامی استان

سرهنگ پاسدار بازنشسته غلامرضا نوری رئیس کانون بازنشستگان استان یزد در روز دوشنبه ۲۶ مردادماه با سردار فرماندهی انتظامی استان سرهنگ پاسدار بازنشسته مظفری، رئیس کانون بازنشستگان استان یزد گزارشی عملکرد کانون در سال ۹۳ و ۵ ماهه دیدار و گفت‌وگو کرد. در این دیدار ابتداء رئیس کانون بازنشستگان استان یزد گزارشی بخصوص بازنشستگان بیمار و نیازمند به رسیدگی بیشتر، تاکید کرد.

## برگزاری محفل انس با قرآن ویژه پیشکسوتان

محفل انس با قرآن ویژه پیشکسوتان نیروهای مسلح استان یزد و خانواده‌های آنان در روز ۲۵ مردادماه و پس از اقامه نماز مغرب و عشا با حضور ۱۰۰ نفر از بازنشستگان و پیشکسوتان نیروهای مسلح به



همراه خانواده در مسجد (حسینیه) اعظم برگزار شد. در این مراسم و پس از برپایی نماز جماعت، مداحی توسط آقای اکبر شاکری انجام و بعد از تلاوت قرآن کریم توسط آقای سلطانی، حجت‌الاسلام بشگانی امام جمعه شهر شاهدهیه در خصوص نقش نیروهای نظامی و نیروهای مسلح در برپایی مراسم مذهبی سخنرانی کردند. در این مراسم و به مناسبت ایام با سعادت ولادت حضرت فاطمه معصومه (س) و روز دختر، به سه نفر از خواهران شرکت‌کننده که نام ایشان مزین به نام و القاب حضرت فاطمه (س) است هدایایی تقدیم شد.

## دیدار و دلجویی سردار فرماندهی انتظامی از همکار بازنشسته

سردار فرماندهی انتظامی استان یزد، به همراهی رئیس کانون بازنشستگان استان و معاون نیروی انسانی از آقای محمد حریریان که در بستر بیماری هستند دیدار و ضمن دلجویی از ایشان عیادت کردند. در پایان این دیدار و پس از رسیدگی به مسائل و مشکلات مطروحه، به رسم یادبود هدیه‌ای نقدی به همراه لوح تقدیر به نامبرده اهداء شد.



## نامه رسیده

- تعدادی از عزیزان پیشکسوت با ارسال پیام، تماس تلفنی و حضور در کانون استان‌ها در خصوص نحوه پرداخت حقوق، مزایای بازنشستگان، وظیفه‌بگیران و مستمری‌بگیران مشمول قانون مدیریت خدمات کشوری مصوب مهرماه ۸۶ سوالاتی مطرح کردند که در این خصوص به اطلاع می‌رساند:

براساس ماده ۱۰۶ این قانون، مبنای محاسبه کسور بازنشستگی و برای محاسبه حقوق بازنشستگی کارمندان مشمول این قانون حقوق ثابت به اضافه فوق‌العاده‌های مستمر و فوق‌العاده بند «۱۰» ماده «۶۸» این قانون است که اشعار می‌دارد: براساس عواملی از قبیل بازار کار داخلی و بین‌المللی، ریسک‌پذیری، تأثیر اقتصادی فعالیت‌ها در درآمد ملی، انجام فعالیت و وظایف تخصصی و ستادی و تحقیقاتی و حساسیت کار با پیشنهاد سازمان و تصویب هیئت وزیران امتیاز ویژه‌ای برای حداکثر (۲۵٪) از مشاغل، در برخی از دستگاه‌های اجرایی تا (۵۰٪) سقف امتیاز حقوق ثابت و فوق‌العاده‌های مستمر مذکور در این مفصل در نظر گرفته خواهد شد، می‌باشد.

گفتنی است برای اطلاع از نحوه پرداخت برای بازنشستگانی که پیش از تصویب این قانون به درجه بازنشستگی نائل آمده‌اند، (بدلیل توضیحات مفصل این موضوع) می‌توانید به بخش پرسش و پاسخ در سایت کانون بازنشستگان ناجا به آدرس kb-naja.ir مراجعه و پاسخ سوالات خود را دریافت کنید.

- جناب سرهنگ بازنشسته ابوالفضل مطلبی با عنوان «آب مایه» طرحی را برای عبور از بحران آب و کم‌آبی تهیه کرده‌اند که در آن به نقش سازمان‌های مختلف دولتی و اجتماعی اشاره شده و طرح مذکور را به مبادی مربوط ارسال داشته‌اند. برای این پیشکسوت عزیز توفیق روزافزون آرزومندیم.



## اندازه نگه داریم!

\* پیشکسوت فردوس قمری



مرد فقیری بود که همسرش کره می‌ساخت و او آنرا به یکی از بقالی‌های شهر می‌فروخت، آن زن، کره‌ها را بصورت دایره‌های یک کیلویی می‌ساخت و شوهرش پس از فروش با پولش مایحتاج روزانه را خریداری می‌کرد. روزی بقال به اندازه و مقدار کره‌ها شک کرد و تصمیم گرفت آنها را وزن کند. هنگامی که آنها را وزن کرد، اندازه هر کره ۹۰۰ گرم بود. او از دست مرد فقیر عصبانی شد و روز بعد به مرد فقیر گفت، دیگر از تو کره نمی‌خرم، تو کره‌ها را بعنوان یک کیلو به من می‌فروختی، در حالیکه وزن آنها ۹۰۰ گرم است که از شما خریدم. مرد فقیر ناراحت شد و سرش را پایین انداخت و گفت: ولی ما ترازویی برای وزن کردن نداریم و از یک کیلو شکری که از شما خریدیم به عنوان وزنه یک کیلویی استفاده کردیم!

### نکته‌ها:

- همیشه، از گرما می‌نالیم و از سرما فرار می‌کنیم!
- در جمع از شلوغی کلافه می‌شویم و در خلوت، از تنهایی، بغض می‌کنیم!
- تمام هفته منتظر رسیدن روز تعطیل هستیم و آخر هفته هم بی حوصله‌ایم همه‌اش تقصیر غروب جمعه است و بس!
- همیشه در انتظار به پایان رسیدن روزهایی هستیم که بهترین روزهای زندگی‌مان را تشکیل می‌دهند، مانند، مدرسه، دانشگاه، اداره و...
- حتی در سفرها هم، همواره بدون لذت بردن از مسیر، به مقصد می‌اندیشیم، غافل از اینکه بخش مهم زندگی، همان لحظاتی بود که می‌خواستیم زود بگذرد!
- آیا مشکل ما در فهم زندگی نیست؟؟
- ما لذت بردن را یاد نگرفته‌ایم و فقط به دنبال خوشبختی می‌گردیم که در بیرون از ذهن‌مان است! غافل از اینکه خوشبختی، یک جایی در گوشه ذهنمان، ساکت و تنها نشسته و منتظر است تا به سراغش برویم.

## هفت اشتباه رایج در آشپزی

### نگهداری روغن و ادویه نزدیک اجاق گاز

شاید دوست داشته باشید ادویه و روغن خود را نزدیک اجاق گاز نگاه دارید تا هم در دسترس باشد هم ظرف‌های زیبای آن جلوی چشم باشد! اما این کار باعث می‌شود تا ادویه و روغن، عطر و کیفیت خود را به مرور به دلیل گرما از دست بدهند. پس روغن و ادویه‌جات خود را ترجیحا در جای خنک، تاریک و خشک نگاه دارید، فاصله حداقل ۲۰ سانتی متری از اجاق گاز مناسب است.

### داغ نکردن ماهیتابه هنگام آشپزی

اگر مواد غذایی سرد را در روغن داغ نشده و در یک ماهیتابه سرد بریزید، غذا به سادگی روغن را قبل از اینکه داغ شود جذب می‌کند و مجبور هستید دوباره روغن اضافه کنید و در پایان یک غذای چرب خواهید داشت. پس اول ماهیتابه را روی حرارت قرار دهید و پس از اینکه داغ شد روغن را اضافه کنید و یک قاشق چوبی درون آن قرار دهید. هنگامی که دور قاشق حباب‌های ریزی به وجود آمد مواد غذایی را که به دمای محیط رسیده اضافه کنید، این کار از چسبیدن غذا نیز جلوگیری می‌کند.

### پر کردن بیش از اندازه ماهیتابه

وقتی عجله دارید دلتان می‌خواهد سریع غذا را سرخ کنید و همه مواد را با هم و در یک نوبت اضافه کنید! برای نتیجه بهتر، مواد غذایی را در چند نوبت سرخ کنید تا هم آب نیندازد و هم یکنواخت سرخ شود، در غیر این صورت یا یک غذای پخته به جای سرخ شده خواهید داشت یا نیمی از غذا بیش از حد سرخ می‌شود.

### جایگزینی مواد

جابه‌جا کردن یکی از مواد غذایی با دیگری همیشه جواب نمی‌دهد، به‌عنوان مثال استفاده از بیکنینگ پودر به جای بیکنینگ سودا در بعضی موارد کارایی ندارد. این مشکل همیشگی نیست مثلا می‌توانید عسل را به جای شکر سفید و خامه را به جای شیر غلیظ یا آرد را به جای آرد گندم به کار ببرید، اما برای اجتناب از اشتباه اول، هنگام جایگزینی از یک آشپز حرفه‌ای یا یک کتاب معتبر آشپزی کمک بگیرید.

### سرو سریع گوشت

برش گوشت بلافاصله پس از پختن آن باعث می‌شود آب آن خارج شود و گوشتی که آب آن خارج شده، هم خاصیت کمتری دارد و هم سفت می‌شود. وقتی به گوشت پس از پخت حداقل ۱۰ دقیقه استراحت دهید، رشته‌های گوشت، آب درون آن را به خود جذب می‌کند.

### پر کردن لیوان آرد

بسیاری از آشپزها با اینکه از لیوان استفاده می‌کنند اما نتیجه کارشان رضایت‌بخش نیست و دلیل آن را نمی‌دانند، دلیل این مشکل آن است که لیوان را داخل آرد کرده و آن را با فشار پر می‌کنند و در این صورت مقدار آرد از اندازه موردنظر بیشتر می‌شود. برای اندازه‌گیری درست، لیوان را با یک قاشق پر کرده و روی آن را با پشت قاشق صاف کنید تا آرد اضافی بیرون بریزد.

### ریختن روغن در آب پاستا

اضافه کردن روغن در آبی که پاستا را در آن می‌پزید از جمله کارهایی است که همه آشپزها هنگام تهیه پاستا انجام می‌دهند. اگر پاستای شما با کیفیت است، نیازی به اضافه کردن روغن در آب جوش ندارید، می‌توانید با اضافه کردن کمی زردچوبه به آب پاستا از چسبیدن آن جلوگیری کنید، اگر پاستا را بیش از زمانی که لازم است نجوشانید نیازی به اضافه کردن هیچ کدام از این مواد نیست.

منبع: امین جامعه

# آشپزی

## خورش کرفس

### طرز تهیه:

گوشت را تکه تکه خرد کرده و می‌شوئیم و سپس با پیاز تفت داده و بعد با ۳ تا ۴ لیوان آب می‌گذاریم خوب بپزد.

بعد ساقه‌های سفت کرفس را از برگ‌های سبز آن جدا می‌کنیم و کنار می‌گذاریم، سپس ساقه‌های ترد کرفس پاک شده را با ۳ تا ۴ قاشق روغن کمی سرخ می‌کنیم و داخل گوشت می‌ریزیم تا کرفس نیز پخته شود، ولی زیاد له نشود. نمک، فلفل، آبلیمو و زعفران ساییده را در خورش می‌ریزیم و می‌گذاریم خورش آهسته بجوشد و جا بیفتد.

نعناع و جعفری را باید خرد کرد و کمی سرخ نمود و با کرفس داخل خورش ریخت و بجای زعفران ممکن است کمی رب مصرف نمود.

در آخر کمی آبلیمو اضافه می‌کنیم. این خورش خوشمزه آماده میل کردن است، نوش جان.

### مواد لازم:

- گوشت ماهیچه بدون استخوان نیم کیلو
- کرفس پاک شده ۱ کیلو
- نعناع و جعفری به مقدار لازم
- پیاز متوسط ۳ عدد
- نمک ۲ قاشق مربا خوری
- فلفل سیاه ۱ قاشق چایخوری
- دارچین ۱ قاشق چایخوری
- زرد چوبه ۱ قاشق چایخوری
- آبلیمو



چیستان و جدول سودوکو:  
معصومه خاکدامن

### جدول سودوکو



	۸	۵	۲		۴			
	۳	۷	۱	۵	۸	۲		
	۹							
۵	۱					۶		
۷	۶	۳			۴	۲	۵	
	۲					۱	۹	
						۸		
		۲	۹	۸	۶	۵	۴	
			۵		۲	۹	۳	

### قانون‌های حل جدول سودوکو:

۱- در هر سطر و ستون باید اعداد ۱ تا ۹ نوشته شود. بدیهی است که هیچ عددی نباید تکرار شود.  
۲- در هر مربع (۳ در ۳) اعداد ۱ تا ۹ باید نوشته و در نتیجه هیچ عددی نباید تکرار شود.

### حل جدول سودوکو

۷	۵	۸	۴	۲	۶	۹	۱	۳
۱	۶	۴	۵	۳	۹	۸	۲	۷
۲	۹	۳	۱	۷	۸	۵	۴	۶
۶	۳	۱	۹	۵	۴	۲	۷	۸
۵	۴	۲	۷	۸	۱	۳	۶	۹
۹	۸	۷	۲	۶	۳	۴	۵	۱
۴	۱	۵	۸	۹	۷	۶	۳	۲
۸	۲	۶	۳	۱	۵	۷	۹	۴
۳	۷	۹	۶	۴	۲	۱	۸	۵



نام و نام خانوادگی: ..... تلفن: ..... کد پستی: .....

نشانی: استان: ..... شهر: ..... خیابان: .....

### جدول متقاطع



	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱															
۲															
۳															
۴															
۵															
۶															
۷															
۸															
۹															
۱۰															
۱۱															
۱۲															
۱۳															
۱۴															
۱۵															

طراح جدول: معصومه خاکدامن

۱۳ - فیلمی از رسول صدر عاملی و بازی خسرو شکیبایی - مقیاس امواج درون زمینی - نظری  
۱۴ - دوا - از بزرگترین موسیقیدانان ایران که در ۱۳۶۸ دارفانی را وداع گفت  
۱۵ - علم اشکال - احسان و نیکی - از گازها

#### عمودی:

۱ - محل عبور و گذرگاه - شهری در گلستان - راه خود را گم کرده  
۲ - خورشید گرفتگی - سریالی از داریوش فرهنگ با بازی هنرمندانه محمدعلی کشاورز، مهدی هاشمی، گلاب آدینه و محمد مطیع محصول ۱۳۶۲  
۳ - نام سازی است از قسم مزامیر - توهین کردن - مقابل قبول  
۴ - خداحافظی - غلیظ نیست - یار داماد  
۵ - آزارگرا - واسطه‌گری  
۶ - آزاد - شاعر قزوینی - سودای ناله - بویایی  
۷ - حرف پیروزی - آتشفشان فعال ژاپن - ژانری در سینما برای کابوها  
۸ - نقش زینتی کمابیش به شکل خورشید که در هنرهای سنتی ایران به کار می‌رود - قسمی قماش لطیف و گران بها - پسوند شب و روز - چراگاه  
۹ - درآمد - بی‌بهرگی، محروم بودن - فراهم آوردن  
۱۰ - رقم آخر - ابر رقیق - پیک - مخترع آمریکایی بمب در سال ۱۹۱۶  
۱۱ - دارای یک اسم‌اند - کلیدها  
۱۲ - پرنده پیام‌رسان سلیمان (نبی(ع)) - بازار بی‌حرکت - شهر رومئو و ژولیت  
۱۳ - برجستگی ته کفش یا گیوه - آب سیاه - شیخ‌نشین عربی  
۱۴ - نویسنده لبه تیغ - صحرای بزرگ مصر  
۱۵ - نمایشنامه‌ای از اورپید یونانی - پاک کردن - عتیق و باستان

افقی:  
۶ - دسته و جوخه - نوبت نمایش فیلم - فرشته‌ای مغضوب  
۷ - فرانسه قدیم - از شهرهای هلند - بزرگوار  
۸ - حجره - قیمت بازاری - گرفتگی است نه دادنی! - صدای مگس  
۹ - از سیارات و نامی زنانه - سودمند - پسوند خوراک  
۱۰ - بدجنس - وصف شده - بی‌سواد  
۱۱ - بوته کثیرا - جیران - پیوسته  
۱۲ - شعله‌ور - زهردار - بالکن وسیع

۱ - شکلی هشت کنج - پیامبری که پس از مرگ هارون ۳ سال وصی موسی(ع) گردید - بزرگترین شهر تبت  
۲ - شهری که نخستین چاه نفت ایران در آن به بهره‌برداری رسید - دروغگوی آخرالزمان  
۳ - آماده - فهرست - باشگاه کرمانی  
۴ - مقابل صعود - عصاره میوه، انگبین - آموزشگاهها  
۵ - سپرده‌ای - کشور مورد تجاوز قرار گرفته توسط عربستان - مدهوش و بی‌خبر

نام و نام خانوادگی: ..... تلفن: ..... کد پستی: .....  
نشانی: استان: ..... شهر: ..... خیابان: .....

### چیستان و معما



چگونه می‌توان یک کیک دایره‌ای شکل را تنها با سه برش مستقیم به هشت تکه تقسیم کرد؟  
تذکر: برش‌ها باید صاف و بدون انحنای شکستگی باشند. - الزامی به برابر بودن تکه‌های کیک نیست.

### پاسخ چیستان و معما



در معماهایی از این دست، هر جمله مسئله هر چند در ظاهر بی‌معنی یا بدیهی به نظر برسد، حاوی اطلاعات است. از همه مهم‌تر اینکه ۱۰ گزینه برای جواب ارائه شده و ساده‌ترین روش برای حل مسئله، حذف گزینه‌های نادرست است.  
نفر اول فقط ماه تولد را می‌داند و نفر دوم فقط روز تولد را اما این تمام دانسته‌های آنها نیست! نفر اول و نفر دوم همچنین می‌دانند که دیگری فقط نیمی از اطلاعات را دارد و همین، کلید حل ماجراست.  
نفر اول می‌گوید: «من نمی‌دانم تاریخ تولد تو چه روزی است و می‌دانم که نفر دوم هم نمی‌داند»، یعنی چه؟ یعنی روز تولد احسان قطعاً یکی از عده‌هایی است که تکرار شده است و اگر نه اگر ۱۸ یا ۲۷ بود، نفر دوم تاریخ تولد احسان را می‌فهمید؛ اما نفر اول که عدد روز را نمی‌داند، او ماه را می‌داند و چون عده‌های ۱۸ و ۲۷ در ماه‌های فروردین و خرداد قرار دارند، می‌فهمیم که ماه تولد، فروردین یا خرداد نیست. پس گزینه‌ها به نصف کاهش می‌یابد: ۲۱ تیر - ۲۹ تیر - ۱۱ اسفند - ۱۷ اسفند

حالا به سراغ جمله بعدی نفر دوم می‌رویم. او می‌گوید: «من هم اولش تاریخ تولدت را نمی‌دانستم اما الان فهمیدم تولدت چه روزی است». یعنی در میان عده‌های باقیمانده باید دنبال تنها عددی باشیم که روز و ماه را مشخص کند. عدد ۲۹ تکرار شده و نمی‌تواند تاریخ تولد باشد. پس گزینه‌ها به سه گزینه ۲۱ تیر، ۱۱ اسفند و ۱۷ اسفند محدود می‌شود که عددشان فقط یک‌بار آمده است.

حالا نوبت جمله آخر نفر اول است: «خب، من هم الان فهمیدم تولدت چه روزی است!» یعنی نفر اول با دانستن ماه تولد، گزینه درست را فهمید. اگر ماه تولد اسفند بود، او دو انتخاب داشت و نمی‌توانست پاسخ را بفهمد اما برای ماه تیر فقط یک انتخاب دارد و همان پاسخ نهایی است.  
تاریخ تولد احسان ۲۱ تیر است.

### برندگان شماره ۱۸



۱- رویا قاسمی از مهریز  
۲- کیهان دخت تورانی از تهران  
۳- فرخ دولت رضائی چگینی از خرم‌آباد

از نامبردگان درخواست می‌شود با تلفن: ۴۲۸۴۴-۰۲۱ (داخلی ۴۱۲) تماس گرفته و شماره عابر بانک خود را اعلام تا نسبت به واریز مبلغ جایزه اقدام شود.

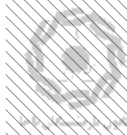
### پاسخ جدول متقاطع



۱	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۲	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۳	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۴	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۵	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۶	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۷	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۸	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۹	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱۰	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱۱	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱۲	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱۳	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱۴	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱۵	۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱

به ۳ نفر از کسانی که پاسخ صحیح به جدول‌ها و چیستان‌ها بدهند به قید قرعه جوایزی اهدا خواهد شد.





### ثبت نام طرح باقرالعلوم (ع)

بنابه اعلام معاونت توانمندسازی و خدمات رفاهی سازمان بازنشستگی نیروهای مسلح ثبت نام طرح باقرالعلوم (ع) ویژه خانواده محترم بازنشستگان نیروهای مسلح، در موسسات آموزشی و مهارتی، با تخفیف ویژه ۳۰ تا ۴۰ درصدی و اختصاص مبلغ یک میلیون ریال یارانه به ازای هر نفر و پرداخت کل هزینه ثبت نام به صورت قسطی آغاز شد. علاقه مندان می توانند برای کسب اطلاعات بیشتر به آدرس اینترنتی [www.tbao.ir](http://www.tbao.ir) مراجعه نمایند.

### براساس ابلاغیه سازمان بازنشستگی نیروهای مسلح اجرای طرح ودیعه مسکن سه جانبه متوقف شد

معاونت توانمند سازی و خدمات رفاهی سازمان بازنشستگی کشور اعلام کرد: با توجه به چالش های موجود در موضوع تخصیص ودیعه های سه جانبه به مشترکان معسر، پرداخت ودیعه مسکن سه جانبه حذف و کلیه مصوبات قبلی نیز که تا تاریخ ۲۴ شهریورماه ارسال اجرا نگردیده است، قابل اقدام نخواهد بود.

براساس این ابلاغیه، ودیعه مسکن سه جانبه فقط برای آن دسته از مشترکانی که پیش از این تاریخ در کارگروه های استانی مصوب شده است، قابل اجراء است، که این ودیعه ها نیز پس از سپری شدن مدت اجرا عودت خواهد شد. این گزارش در خصوص موارد استثنای این طرح می افزاید: در صورتیکه پس از سپری شدن مدت اجاره، به تشخیص کارگروه استانی و پس از انجام مراحل راست آزمایی، تمدید ودیعه مذکور اجتناب ناپذیر بود و نیز در شرایط استثنا که به تشخیص مدیرکل اداره و پس از طی مراحل راستی آزمایی و رعایت ضوابط اعسارزدایی، تنها راه اعسار از مشترک معسر تصویب ودیعه سه جانبه باشد، مراتب طی گردشکاری به ساپا ارسال تا در این خصوص تصمیم گیری شود.

### خدمات رسانی ویژه بازنشستگان، مستمری بگیران و وظیفه بگیران نیروهای مسلح

بنابه اعلام معاونت خدمات اداری، رفاهی و حمایتی کانون بازنشستگان ناجا و در پاسخ به استعلام صورت گرفته از معاونت توانمندسازی و خدمات رفاهی سازمان بازنشستگی نیروهای مسلح برابر تفاهم نامه انجام شده مقرر گردیده است، اقلام مرغ و روغن در ماه مبارک رمضان و اقلام برنج و گوشت در دهه مبارکه فجر جهت بازنشستگان، مستمری بگیران و وظیفه بگیران نیروهای مسلح تامین، تحویل و توزیع شود. مراتب جهت اطلاع گروه های ذینفع اعلام می شود.

### راه اندازی مرکز ارتباط با مشترکین

بنابه اعلام سازمان بازنشستگی نیروهای مسلح و به منظور ارائه خدمات موثر و مستمر به بازنشستگان و مستمری بگیران نیروهای مسلح مرکز ارتباط با مشترکین سازمان بازنشستگی راه اندازی شد.

بر اساس این خبر مرکز ارتباط با مشترکین سازمان بازنشستگی نیروهای مسلح از طریق درگاه های ارتباطی زیر پاسخگوی بازنشستگان ارجمند نیروهای مسلح و خانواده های محترم آنان می باشد.

- مرکز تماس ۰۹۶۲۱۰۶۰ خط فعال پاسخگوی سئوالات بازنشستگان از طریق مکالمه تلفنی کارشناسان بازنشستگی و پاسخ دهی سیستم گویا می باشد.  
- دفتر ارتباط با مشترکین که به مکاتبات انجام شده توسط بازنشستگان و موارد طرح شده توسط آنان پاسخ کارشناسی ارائه می دهد.  
- سایت [www.Esata.ir](http://www.Esata.ir) که بازنشستگان از طریق آن می توانند سئوالات، پیشنهادات و شکایات خود را مطرح کرده و سپس پاسخ سئوالات خود را دریافت نمایند.

### شرایط ثبت نام و عضویت در صندوق مسکن صندوق تعاون و سرمایه گذاری مسکن



براساس اعلام صندوق تعاون و سرمایه گذاری مسکن سازمان تامین اجتماعی، بازنشستگان و مستمری بگیران (فقط همسر) فاقد مسکن نیروی انتظامی که قبل از ۷۶/۱/۱ بازنشسته شده اند، چنانچه در حال حاضر فاقد مسکن بوده و به نام خود و همسرشان مسکن نداشته باشند و در طول دوران خدمت و یا در زمان بازنشستگی از هیچ گونه امکانات دولت در رابطه با مسکن شامل: دریافت زمین، وام مسکن، وام طرح حکمت، واگذاری واحد مسکونی و... استفاده ننموده اند، می توانند به منظور ثبت نام و عضویت در صندوق مسکن ساتا به اداره بازنشستگی استان خود مراجعه و ثبت نام نمایند.

درخواست متقاضیان از مبادی ذیربط استعلام و در صورت تایید اظهارات، آنان عضو صندوق خواهند شد. بازنشستگان و مستمری بگیران (فقط همسر) فاقد مسکن بعد از تاریخ های فوق، می بایست به بنیاد تعاون سازمان شاغلی خود یا سرپرست مراجعه نمایند.

گفتنی است مهلت ثبت نام تا تاریخ ۹۴/۱۰/۱ و مدارک مورد نیاز جهت عضویت شامل: تکمیل کاربرگ عضویت، اصل برگه حقوق و تصویر کارت ملی و شناسنامه بازنشسته یا متوفی و همسر وی است.