

ایران و اروپا در لبه پرتاب؟

جلال خوش‌چهره در سرمقاله روزنامه ابتکار نوشت: پرسش کلیدی این است: آیا اروپاییان سرانجام از لاک محافظه‌کاری سنتی –تاریخی خود بیرون می‌آیند و به تصمیمی تن خواهند داد که به امیدها درباره تجدید تعاملات سازنده با تهران پایان دهد؟ در این صورت پرسش بعدی آن خواهد بود که کدام دولت اروپایی بیشگام اعلام شکایت قضایی علیه سپاه پاسداران خواهد شد تا بستر تروررستی نامیدن این نهاد نظامی رسمی ایران از سوی بزرگترین اتحادیه جهانی فراهم شود؟

بسیاری ازنظران همچنان براین باورند که به رغم برخی مواضع تند و تیز «اعلامی»اروپاییان،اما ساکنان قاره پیر هنوز برنگرشی‌های «ایده‌آلیستی – محافظه‌کاری» خود وفادارند. از این رو بعید است آنچه پارلمان اتحادیه اروپا در آخرین نشست خود در متهم کردن سپاه پاسداران به تروریسم انجام داد، در دستور کار واقعی نه تنها شورای وزیران، سران و بلکه اتحادیه قرار گیرد. اروپاییان زخم دو جنگ جهانی را چشیده‌اند. علاوه براین هنوز نه تنها از تهاقت جنگ‌های بالکان و خاورمیانه، بحران مالی سال ۲۰۰۸ و کرونا خلاصی نیافته‌اند، بلکه جنگ اوکراین هم مزید بر علنی‌ست که سیاستگذاران اروپایی را در تصمیم‌سازی منازعه آمیز تازه، دچار عدم قطعیت پیش‌بینی آینده می‌کند. در این حال اروپاییان که از سال ۲۰۰۳ میلادی تاکنون پیگیر ایجاد توافق هسته‌ای با ایران بوده‌اند، نمی‌توانند و نمی‌خواهند به سادگی از زحمات و دستاوردهایشان رخت بپوشند.

آنچه در بالا آمد شامل دو منظر خوش‌بینی و پشیمی از واقع‌گرایی است. وضع جاری امور اروپا دیگر هم دارد. اروپاییان از تابستان ۲۰۲۲ میلادی(مرداد ۱۴۰۱) چهره‌های دیگر را از خود به تهران نشان داده‌اند. «جوژفوبورل» در پی ناگامی آخرین تلاش‌هایش برای زنده کردن گفت‌وگوهای برجامی، پایان آن را حداقل در چشم‌انداز قابل پیش‌بینی اعلام کرد. کمیسر سابق امور خارجه اتحادیه اروپا از این پس تلاش‌ا را نزدیک به آهنگی کرد که به مواضع تند و تیز دولت «وولاند ترامپ» علیه جمهوری اسلامی ایران تنه می‌زند.

اروپاییان چند گام موثر را در کاستن از تعاملات مسالمت‌آمیز خود با تهران برارشته‌اند: پایان و یا تعلیق

شانس دولت نتانیاهو برای سقوط بیش از موفقیت

احمد زیدآبادی در یادداشت روزنامه مهم‌هین نوشت: شانس دولت نتانیاهو برای سقوط بیش از موفقیت آن در پیشبردیا نوع مشاهده‌گری بی‌سابقه است. نخست‌وزیر اسرائیل از کار مشترک واشنگتن و تل آویو برای ایجاد جبهه‌های متحد علیه ایران سخن گفته است.نتانیاهو که از مذاکرات اخیرش با سفید کاخ سالیوان، مشاور امنیت ملی کاخ سفید که مشاهده کننده خود گزارش می‌داد، ایران را در رأس موضوعات مورد مذاکره با سالیوان دانست و آن را چالش مشترک بران آمریکا و اسرائیل خواند. احزاب میانه و سکولار اسرائیلی استقلال‌دیوان‌عالی ونوعوتصمیم‌گیری آن درباره مصوبات پارلمان و دولت را ضامن «موموکراسی» می‌دانند. حال آنکه نتانیاهو و متحدان افراطی‌اش در احزاب مذهبی و ملی‌گرای تندرو، خواهان کاهش اختیارات دیوان عالی به نفع مصوبات پارلمان هستند. با این وضعیت، دولت نتانیاهو در نوع مواجهه‌اش با کرانه باختری یا تعارض رویه‌ور شده‌ است. اما اگر نخواهد رضایت دولت بایدن را جلب کند، باید به حساسیت‌های معمول کاخ سفید در زمینه گسترش شوک‌گرا توجه کند و به اقدامی بی‌سابقه در این زمینه دست نزند. چنین اقدامی اما موجب شسورش و عدمعین احزاب متحدشدن در دولت خواهد شد.

اولین سفارت یک کشور در اسرائیل

روزنامه جمهوری اسلامی در ستون‌نواچت (تاریخ) خود نوشت: وزارت امور خارجه باکو اعلام کرد دولت جمهوری آذربایجان تا یک ماه دیگر سفارت خود در اسرائیل را افتتاح خواهد کرد و این را ابزار مهمی برای توسعه روابط دو جانبه در سطح عالی می‌داند. این، اولین سفارت یک کشور اسلامی شیعی خواهد بود که در سرزمین‌های اشغالی نزد رژیم صهیونیستی آغاز بکار می‌کند. زمینه گسترش شوک‌گرا توجه کند و به اقدامی بی‌سابقه در این زمینه دست نزند. چنین اقدامی اما موجب شسورش و عدمعین احزاب متحدشدن در دولت توسط باکو بکار گرفته شد.

آیینه رسانه‌ها

KHABAR-E-JONOUB MORNING NEWSPAPER

گفت‌وگوهای برجامی: اعلام تهدید به اجرای سیستم ماشه؛ افزایش تحریم‌های موضوعی و اشخاص؛ اعلام تحریم و تروریست خواندن سپاه پاسداران در پارلمان اروپا و سرانجام احتمال «امینتی» کردن پرونده هسته‌ای ایران و در این حال از تمایل به پیروی از قطعنامه پایانی اجلاس فصلی پارلمان اتحادیه اروپا. این روند ممکن است در فرایند مرحله‌ای خود تصویری تازه را پیش چشم قرار دهد که با گذشتہ تفاوت ماهوی دارد. مهم‌ترین آن که تهران نیز گام به گام به تصمیم‌های اروپاییان واکنش نشان داده و بر تندی کلام و تهدیدهای خود افزوده است. اگرچه به رغم برخی تحولات در تشدید تنش‌ها میان اروپاییان و تهران، هنوز تا نقطه جوش و انفجار فاصله باقی است اما فقدان ابتکار و ایده موثر از سوی طرف‌ها برای کاستن از شدت تنش‌ها، می‌تواند چشم‌انداز را برای همگان هشدارآمیز کند.

به نظر می‌رسد هر یک از طرف‌ها به نتایج رفتار و تصمیم‌های بازدارنده خود امید بسته‌اند. «جوژف‌بورل» در کلام پر از انتقادهایش علیه دولت‌مدران ایرانی،همچنان از امیدواری برای بازگشت به گفت‌وگوها می‌گوید. تهران نیز فرارغ از برخی مواضع تند جناح‌های سیاسی داخلی به شکل رسمی خواستار توقف تصمیم‌های ساختار شکنانه اروپاییان و حتی واشنگتن است. در این میان دو طرف با سنگینی فشار افکار عمومی نیز روبرویند. این یکی از همان ویژگی‌های سپهر قرن بیست‌ویکی‌ام است که به قول معروف، دست دولت‌مدران را در جنا گذاشته است. تصمیم‌سازی دولت‌مدران در دوران تازه به مراتب سخت‌تر از گذشته‌های است که می‌شد همه چیز را پشت پرده حل و فصل کرد.

بوروکراسی تصمیم‌سازی در اتحادیه اروپا، شاید فرصتی باشد تا طرف‌ها امکان مصالحه را به گونه‌ای فراهم کنند که کار به نقطه پایان نکشد. تردید دولت‌های اروپایی را در تن دادن به خواست پارلمان اتحادیه اروپا می‌شود در اظهارات برخی سران قاره سبز دریافت، همانگونه که «حسین امیر عبداللهمان» و سخنگوی او در وزارت امور خارجه در روزهای اخیر برخی تلطیف‌ها و تعدیل‌ها را به شدت اظهارات خود آمیخته‌اند. به هر حال آنچه واقعی است و انکارناپذیر؛ بالا گرفتن تنش‌تی است که اگر بی‌محابا ادامه یابد، قطعه جوش را به انفجار نزدیک‌تر خواهد کرد. در این صورت نه تنها اروپاییان و بلکه تهران نیز ناگزیر از لاک محافظه‌کاری خروج خواهد کرد. این اکنون همه چیز به تار و پود بسته است.



من لالم!

روزنامه کیهان در ستون (گفت‌و شنود) خود نوشت: گفت: رئیس پلیس شهر آتلانتا مرکز ایالت جورجیای آمریکا بعد از سرکوب اعتراضات اخیر این شهر گفته است: شکستن شیشه‌ها و آتش‌زدن خودروها، تروریسم است و آن‌را سرکوب کردیم! گفتیم: ولی وقتی افتشاشگران و پادوهای اجاره‌ای خودشان در ایران آمبولانس آتش می‌زدند و شیشه می‌شکستند و آدم می‌کشند، اقدام آنها را اعتراض مسالمت‌آمیز معرفی می‌کردند!

و نیست، ولی برخی از روزنامه‌های زنجیرهای را بگو که با آنها همراهی می‌کنند و بسا دروغ‌های شاخسار برای رسانه‌های دشمن خوراک تهیه می‌کنند.

روزنامه هم مینهن با مرور برخی شاخص‌های اقتصادی و مقایسه آن با سخنان رییس‌جمهور در مجلس هنگام تقدیم لایحه بودجه، به کنایه نوشت: نکند ما در ایران زندگی نمی‌کنیم یا به حکم آقای ریسی!

آقای رئیس‌سی ندانم دفاع از لایحه بودجه چنان سخن گفتند که انسان را دچار تحیر می‌کند و شک می‌کند که نکند ما در ایران زندگی نمی‌کنیم یا برعکس، سه وعده اصلی این دولت، یعنی تورم تک‌رقمی و پیش از آن نصف شدن تورم، سپس ایجاد یک میلیون شغل در سال و یک میلیون خانه برای مردم در هر سال، در عمل محقق نشده است، ولی همچنان بر وقوع برخی اصرار می‌ورزند و بخشی را نیز توجیه می‌کنند یا نادیده می‌گیرند. حالا اینکه وعده‌ها و محقق نشده کاری نمی‌شود کرد، حداقل بیاند بررسی کنند که چرا نشده. جلوی زبان راه جا بگیریم سود است.

چرا مدیران دولتی رسانه‌ها را متهم اصلی شوک‌های اقتصادی می‌دانند؟ برای اینکه مدیریت ناکارآمد حتی قادر نیست ریشه مشکلات را بشناسد لذا دیوار کوتاه رسانه را هدف قرار می‌دهد. درحالی‌که خوشان بیشترین و قوی‌ترین رسانه‌ها را دارند که اگر با رسانه می‌شود، قیمت ارز را تعیین کرد، الان هر دلار باید هزار تومان می‌بود. مناسفانه

تصور می‌هم از کنترل و بهبود این وضع عمومی کشور دیده نمی‌شود و در این میان، بودجه دولت از همه اینها تأسفبارتر است. این وضعیت جامعه ما است. به‌هیچ‌کدام از پرسش‌های اصلی پاسخ‌ی داده نمی‌شود. چشم‌اندازی هم وجود ندارد، شاخص‌ها هر روز زودتر می‌زنند، البته در سویه منفی‌تر. واقعا کجا می‌روید؟ آلودگی هوا، وضع گاز، وضع ارز و تورم، وضع اشتغال، وضعیت فرنج سیاست خارجی، اعتراضات و ...

دریچه

مراقبت از چشم‌ها با چند روش ساده



با این ۶ روش ساده مثل آب خوردن لاغر شوید

آن را در اسرع وقت با معده خالی بنوشید.

آب یا سیر

داشتن مدرن بسیاری از اثرات مفید سلامتی مرتبط با مصرف سیر را تأیید می‌کند. این می‌تواند فشار خون را کاهش دهد، با بیماری مقابله کند. سطح کلسترول را کاهش و بکشد و بدن را از فلزات سنگین سم‌زدایی کند. این به دلیل ترکیبات گوگردی است که هنگام خرد شدن سیر ایجاد می‌شود.اما می‌توانید همه این مزایای سلامتی را بدون خوردن آن دریافت کنید. می‌توانید آن را در یک نوشیدنی خوب امتحان کنید.

دستورالعمل:۲: قطعه سیر برداشته و آن‌ها را ورقه ورقه کنید.

۱۰ دقیقه صبر کنید و سپس آن‌ها را به ۵۰۰ میلی لیتر آب مخلوط کنید.

بگذارید حداقل ۲ ساعت بماند.

آب یا سیب و دارچین

سیب و دارچین هر دو می‌توانند به شما در کاهش وزن و تقویت سوخت و ساز بدن کمک کنند. مخلوط کردن این ترکیبات مقداری آنتی‌اکسیدان مهم (C و B) را تشکیل می‌دهد که با حرکات بی‌نظمی در روده دارد. یک لیوان آب نمک را امتحان کنید.

دستورالعمل: ۱ قاشق چاقوخی نمک دریایی غیر یددار و ۴ قنجان آب گرم را مخلوط کنید.

اگر می‌خواهید طعم آن بهتر شود، مقداری لیمو به آن اضافه کنید.
در اینجا ۷ نکته برای تمیز کردن ناخن‌های زرد در خانه آورده شده است:
گزینه‌های سفید کننده را انتخاب کنید
شما می‌توانید به راحتی محلول سفید کننده ناخن خود را بسازید که معجزه می‌کند. می‌توانید جوش شیرین، پراکسید هیدروژن و محصولات سفید کننده دندان را آزمایش کنید.
جذب روی و بیوتین در رژیم غذایی
می‌توانید مکمل مصرف کنید یا ممکن است مصرف غذاهای حاوی روی و بیوتین را افزایش دهید که به براب و قوی شدن ناخن‌های شما کمک می‌کند.

یک لیمو را خیس کنید
یک لیمو کاملاً را در ظرفی بریزید و مقداری آب سرد به آن اضافه کنید. حالا انگشتان را در آن فرو کنید و دو تا سه دقیقه در آب لیمو خیس کنید. انگشتان خود را بردارید، بگذارید خشک شوند و سپس دستان خود را بشویید. با این روش ناخن‌های شما درخشان می‌شوند و لک‌ها از بین می‌روند. این لیمو را نباید مستقیماً روی ناخن هایتان



چهارشنبه ۵ بهمن ماه ۱۴۰۱ شماره ۱۲۲۹۹

صداوسیما بی که دولت را نقد نمی کند، اعتبار خودش را از بین می برد

باشید که آن تهدید به فرصت تبدیل می‌شود. اگر این کار را نکنیم، به مرجعیت رسانه‌ای بر نمی‌گردیم. اساسا مرجعیت رسانه‌ای برای رسانه‌های داخلی، وقتی از بین می‌رود که به جای به رسمیت شناختن فعالیت رسانه‌ها و روزنامه‌نگاران، آن‌ها را محدود کنند. در این شرایط است که مخاطب پاسخ‌برش‌های خود را در جای دیگری پیدا می‌کند.

صداوسیما در حداقل بیش از یک دهه اخیر، نتوانسته با رسانه‌های خارج از ایران رقابت کند و جاهایی عقب مانده است. بازنگری لازم دارد و این بازنگری را همه گفت‌اند. حرف این است که اگر این بازنگری صورت بگیرد، جلوی ریزش مخاطب گرفته خواهد شد. منهای این که اساسا رسانه‌های خارج از ایران چقدر

مرجعیت دارند و مرجعیت صداوسیما چه اندازه لطمه دیده و باید ترمیم شود، این بازنگری برای صداوسیما ضروری است.

صداوسیما متعلق به کل حاکمیت است و هر ۳ قوه در آن نماینده دارند، سه یک دولت و یک قوه، بنابراین اگر دولت مسیئر اشتباهی می‌رود، باید نقد کند. اما می‌بینید که نقدی وجود ندارد. وقتی درسیاست، اشتباهی هست و افکار عمومی، کارشناسان، صاحب‌نظران و نخبگان نقد می‌کنند و این نقد‌ها در صداوسیما نمی‌بینید، این موضوع به اعتبار صداوسیما می‌زند. صداوسیما باید واژه «رسانه ملی» را محقق کند، در حالی که اکنون چنین چیزی نیست؛ در عرصه‌های سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، هنری و اجتماعی. این عرصه‌ها به طور مشخص به بازنگری نیاز دارد و مبنای آن استقلال از همه قواست.

گره اصلی جنگ اوکراین کجاست؟

منتقل می‌شود) گارد بسته‌ای اتخاذ کنند. بازگیران غریبی در صددند به «جنگ اوکراین» متمرکز شوند و روس‌ها بر «بحران اوکراین» متمرکزند؛ اولی مربوط به حال است و دیگری به آینده در این معادله پیچیده، غربی‌ها مانند همیشه از ارائه هر گونه تضمینی که مانع مداخله گرایسی ممتن از آنها در محیط پیرامونی روسیه شود اجتناب می‌ورزند و این همان اختلاف اساسی و مهمی است که به سادگی قابل حل نیست!

یک رمزگشایی ساده از پیشینه‌هایی که «هنری کیسینجر» تئوریسین ۱۰۰ ساله و دیگر استراتژیست‌ها و نظریه‌پردازان غرب مطرح کرده‌اند، نشان می‌دهد آن مسطح ترتیب ۲ گزاره «ناسو منهای اوکراین» و «اوکراین منهای کریمه» برای نجات کی‌یف از آتش جنگ هستند که ناتو آن را افزوده است. با این حال، روس‌ها نگران مرحله پس از جنگ هستند؛ جایی که اعضای ناتو سیاست «مهارد غیرنظامی روسیه» را با دادن امتیازاتی مانند عدم عضویت اوکراین در ناتو یا جدایی کریمه، اوکراین را از یک کانون خطر بالقوه علیه روسیه خارج و به یک «بازگیر آرام» تبدیل کنند!

۲میهو ای که سرماخوردگی را ضربه فنی می‌کنند



توصیه می‌کنیم وقتی سرما خوردید از این ۲ میوه‌ای که در ادامه معرفی می‌کنیم استفاده کنید تا سلامتی خود را زودتر به دست بیاورید. گوجه فرنگی و لیمو دو میوه هستند که برای درمان سرماخوردگی بسیار موثرند.

گوجه فرنگی برای سرماخوردگی

آب گوجه فرنگی نوشیدنی محبوبی است که طیف گسترده‌ای از ویتامین‌ها، مواد معدنی و آنتی‌اکسیدان‌ها را برای بدن تأمین می‌کند. آب گوجه فرنگی بسیار مغذی است و سرشار از ویتامین‌ها و مواد معدنی مهم است. به عنوان مثال، نوشیدن فقط ۱ لیوان (۲۴۰ میلی لیتر) آب گوجه فرنگی تقریباً نیاز روزانه شما به ویتامین C را تأمین می‌کند و ۲۲ درصد از نیازهای ویتامین A شما را به صورت آلفا و بتاکاروتنوئیدها برآورده می‌کند. آب گوجه فرنگی و سایر محصولات گوجه فرنگی ممکن است خطر ابتلا به انواع خاصی از سرطان را کاهش دهد.



لیمو برای سرماخوردگی
لیمو منبع خوبی از ویتامین C است. به‌منظور کمک به دانیبد در زمان سرماخوردگی خوردن ویتامین C بسیار مهم است. یک لیمو حدود ۳۱ میلی‌گرم ویتامین C را تأمین می‌کند، که ۵۱ درصد از میزان مورد نیاز مصرف روزانه مرجع (RDI) است. تحقیقات نشان می‌دهد که خوردن میوه و سبزیجات سرشار از ویتامین C خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی و سکته را کاهش می‌دهد.

خوردن میوه و سبزیجات سرشار از ویتامین C خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی و سکته را کاهش می‌دهد.

حنیف غفاری دکترای روابط بین‌الملل طی یادداشتی در روزنامه وطن امروز نوشت: خلق گروه‌های کورمنطقه‌ای و استراتژیک در نظام بین‌الملل، تبدیل به فرمولی راهبردی در حوزه سیاست خارجی آمریکا و اروپایی شده است.

بازتاب این رویکرد خطرناک، خود را در جنگ اوکراین و متعلقات آن ارئه‌شده به اوکراینی‌ها، ادامه جنگ با روسیه است؛ برای مثال، مقامات ناتو از دید کماتت غرب، باید میان «جنگ اوکراین» و «بحران اوکراین» تمایز قائل شد. بر اساس این رویکرد مداخله‌گرایانه، پایان یک جنگ (حتی به قیمت صدور قطعنامه مشترک صلح) نباید به معنای پایان بحران در آن منطقه تلقی باشد؛ بر این اساس، منطقه‌ای که در آن جنگ درگرفته، تا سال‌ها باید به زمین بازی «آمریکا / اروپا» در عرصه بازدارندگی و تهدید دیگر بازی‌ها مضم‌عباری است. واقعیت این است واشنگتن و لندن به عنوان ۲ بازیگر آتلانتیکی فعال، دیگر بازیگران اروپایی را وارد منازعه‌ای طولانی‌مدت و فرسایشی کرده‌اند.

بدون شک، روسیه تا زمانی که نسبت به عدم بستن روابط با شرق اطمینان نداشته باشد، جنگ را متوقف نخواهد کرد. از سوی دیگر، تصمیم سوئد و فنلاند مبنی بر عضویت در پیمان آتلانتیک شمالی، به طور طبیعی در حوزه دیپلماسی پنهان به مسکو

ضد قاچجی را توصیه کند که علاوه بر داروهای ضد قاچق خوفاکی، باید روزانه برای ناخن‌های زرد استفاده شود. علاوه بر این، برای بازیابی ناخن‌های خود از عفونت قاچجی، بهداشت مناسب را رعایت کنید.
بهداشت ناخن را رعایت کنید
ناخن‌های دست خود را در روغن زیتون ماساژ دهید تا سالم و درخشان شوند. آن‌ها را مرتباً کوتاه کنید.در صورت امکان از سرم ناخن استفاده کنید.از استفاده از لاک ناخن خشن خودداری کنید.ناخن جویدن را متوقف کنید. پس از کثیف شدن دست‌های خود را به درستی بشویید. همیشه سعی کنید آن‌ها را خشک و تمیز نگه دارید.

بمایلید. انجام این کار ممکن است به پوست شما آسیب برساند.
از ویتامین E استفاده کنید
برای درمان زردی ناخن می‌توان از قرص‌های ویتامین E استفاده کرد. E. مصرف مکمل‌های خوفاکی ویتامین E، همسرار با داروهای ضد قاچجی، می‌تواند نتایج مفیدی برای بیماری زردی ناخن داشته باشد.
مهمترین می‌توانید لوسیون‌های موضعی ویتامین E را روی ناخن‌های زرد آزمایش کنید و نتایج مفیدی را مشاهده کنید. علاوه بر همه اینها، می‌توانید از روغن کرچک یا روغن بادامشده استفاده کنید. در زمان قاچج ناخن‌های شما پراکنگ‌تر است. احتمال بازگشت آن‌ها زیاد است. برای مقابله با آن، پزشک ممکن است لوسیون‌های

ماساژ ناخن با روغن و گلیسرین
بهترین راه برای جلوگیری از زردی ناخن، ماساژ دادن ناخن است. گلیسرین را در یک کاسه بریزید. چند قطره را در روغن ضروری اضافه و سطرخوردس و بر قنقال ناخن‌ها اضافه کنید. ناخن‌ها و پوست اطراف آن‌ها را با این مخلوط به مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه ماساژ دهید و بگذارید بماند. با استفاده از آب و لرم آن را بشویید. در نتیجه پوست اطراف ناخن‌ها را خشک نمی‌شوند.
داروهای ضد قاچج
به یاد داشته باشید که درمان قاچج ناخن‌های شما بسیار پراکنگ‌تر است. احتمال بازگشت آن‌ها زیاد است. برای مقابله با آن، پزشک ممکن است لوسیون‌های