

رهبر انقلاب در محفل انس با قرآن کریم:

قرآن توانسته قله استقامت را در غزه به دنیا نشان دهد

صفحه ۲

جمهوری اسلامی

چهارشنبه ۲۳ اسفند ۱۴۰۲ - ۲ رمضان ۱۴۴۵ - ۱۳ مارس ۲۰۲۴ - شماره ۱۲۷۷۳ - سال چهل و پنجم - ۱۲ صفحه - ۵۰۰۰ تومان
ساعات شرعی: اذان ظهر ۱۲/۱۴ - اذان مغرب ۱۸/۲۸ - اذان صبح ۴/۵۴ - طلوع آفتاب ۶/۱۸

بر دولت با دست اندرکاران است چه در نسل حاضر و چه در نسل های آینده که از متخصصین خود قدر دانی کنند و آنان را با کمک های دای و معنوی تشویق به کار نمایند و از ورود کالاهای مصرف ساز و خانوار ساز جلوگیری نمایند و به آنچه دارند بسازند تا خود به چیز بسازند

از وصیت نامه امام خمینی - مدح پسر

مدیرعامل شرکت آب منطقه ای تهران:

صرفه جویی در مصرف آب
در ایام پایانی سال
ضروری است

صفحه ۱۱

سخنگوی قوه قضاییه خبر داد:

عفو برخی زندانیان
به مناسبت عید نوروز
و ماه رمضان

۲

گزارشی از سفرهای خالی مردم غزه در ماه رمضان زیر بمباران رژیم صهیونیستی



۹ شهید و ۳۸ زخمی در حمله اسرائیل به شهروندان فلسطینی منتظر کمک های انسانی

تداوم حمله های هوایی و زمینی رژیم صهیونیستی به غزه

رهبر حزب اسلام ستنز هلند با رئیس رژیم صهیونیستی دیدار کرد

صفحه ۲

نمایندگان مجلس خواستار نظارت دولت بر قیمت ها و مهار گرانی شدند

عضو کمیسیون بهداشت و درمان مجلس: با توجه به تلافی ماه مبارک رمضان و عید نوروز و اوج مصرف کالاهای اساسی انتظار می رود دولت با دقت نظر بسیار بالاتر نسبت به کنترل بازار و قیمت ها و مبارزه با گران فروشی اقدام کند

صفحه ۲

توضیح ایران در پاسخ به
گزارش های مدیر کل به شورای
حکام آژانس بین المللی انرژی اتمی

۹

نخست وزیر مالی
از روابط کشورش با حماس
دفاع کرد

۱

بدعت گذاری در ارائه آمار گمرکی
صادرات غیر نفتی
بوی نفت می دهد

۱۱

فرمانده مرزبانی فراجا خبر داد
تأمین ۳ میلیون یورو
برای انسداد مرزی در کشور

۱۰

نیازی به مداخله دشمن نیست

بسم الله الرحمن الرحيم

هیچ ایرانی باغیرتی از کاهش مشارکت مردم در انتخابات خوشحال نمی شود. اگر طبق آمار رسمی اعلام شده ۵۹ درصد مردم کشورمان در انتخابات دوازدهمین دوره مجلس شورای اسلامی شرکت نکردند، برای این نیست که آنها کشورشان را دوست ندارند و یا به نقش مردم در مدیریت جامعه معتقد نیستند. در میان کسانی که در همین انتخابات اخیر از حضور در پای صندوق های رأی خودداری کردند، معتقدترین شهروندان به جمهوری، دموکراسی، آرمان های انقلابی و نظام جمهوری اسلامی نیز دیده می شوند. این افراد، به ایران هم عشق می ورزند و برای اعتلای کشور و تقویت نظام نیز فداکاری ها کرده اند و باز هم آماده فداکاری هستند ولی به نحوه مدیریت کشور ایراد و اعتراض دارند و با رأی ندادن اعتراض خود را نشان داده اند. آنچه در این ماجرا مهم است اینست که مسئولان ارتشد نظام این واقعیت را درک کنند که عامل اصلی دور شدن اکثریت مردم از صندوق های رأی عملکرد متصدیان مدیریت جامعه است.

تلاش دشمن برای فاصله ایجاد کردن میان مردم و صندوق های رأی را نمی توان انکار کرد ولی واقعیت اینست که این تلاش فقط وقتی به نتیجه می رسد که در داخل کشور زمینه های فاصله گرفتن فراهم باشد. به عبارت روشن تر، اگر عملکرد مسئولین باعث ناامیدی و ایجاد مشکل برای مردم نباشد، از دشمن کاری بر نمی آید و تلاش دشمن به نتیجه نخواهد رسید. متأسفانه در کشور ما عملکردها زمینه ساز ناامیدی مردم و دور شدن آنها از صندوق های رأی هستند. این زمینه سازی بقدری شدید است که با وجود این عملکردها نیازی به مداخله دشمن نیست. مهندسی انتخابات، فشارهای اقتصادی و برخورد های مختلف در زمینه آزادی های مشروع را بگونه ای پیش می بریم که دشمنان را از هر نظر بی نیاز از تلاش و توطئه می کنیم. این، ما هستیم که مردم را از حق انتخاب کردن محروم می کنیم و زمینه را برای شادی دشمن فراهم می نماییم. دشمنان ایران برای کسانی که اقتصاد را به مرحله ای از بحران رسانده اند که فقر هر روز بیشتر می شود، کف می زنند و از آنها تشکر می کنند.

آنچه بسیار عجیب و بهت آور است اینست که مسئولان حاضر نیستند بپذیرند که عملکرد خودشان عامل اصلی دور شدن مردم از صندوق های رأی است. آنها دوست دارند همه چیز را به گردن دشمن بیندازند و کارنامه خود را درخشان و افتخار آمیز جلوه دهند. این توهم تا هر زمان که ادامه داشته باشد هیچ مشکلی از روابط میان مردم و مسئولین حل نخواهد شد. کارگزاران نظام باید حرف مردم را بشنوند و به خواسته هایشان عمل کنند تا این مشکلات را برطرف نمایند. صریح ترین و رساترین حرف را مردم در همین انتخابات ۱۱ اسفند زده اند. اکثریت مردم در این انتخابات به مسئولین با صراحت اعلام کردند گرانی ها کم ترشان را خم کرده، بی صداقتی ها اعتمادشان را سوزانده و مهندسی انتخابات حق انتخاب را از آنها سلب کرده است.

بقیه در صفحه ۲

اشک تمساح بایدن برای مردم غزه



آمریکا در پیام خود ادامه داد: جنگ (جنایت رژیم صهیونیستی علیه ساکنان غزه) حدود ۲ میلیون فلسطینی که بسیاری از آنها

روزنامه الخبر الجزیر اظهارات «جو بایدن» رئیس جمهور آمریکا خطاب به مردم غزه در پیامی که به مناسبت فرارسیدن ماه مبارک رمضان صادر کرد را مناقهانه توصیف نمود و نوشت: همان رئیس جمهوری که ادعا می کند برای کشته شدن غیرنظامیان غزه بر اثر حملات صهیونیست ها حزین می باشد، کسی است که با سلاح و مهمات از ارتش رژیم اسرائیل حمایت می کند.

روزنامه الخبر چاپ الجزایر، اضافه کرد: رئیس جمهور آمریکا در بیانیه ای گفت که من و «جیل» (همسر بایدن) بهترین آرزوها و دعاها را خود را برای مسلمانان کشورمان و سراسر جهان داریم! وی افزود که ماه رمضان امسال در لحظه ای بسیار دردناک فرا می رسد زیرا جنگ غزه رنج وحشتناکی را برای مردم فلسطین به همراه داشته است و بیش از ۳۰ هزار فلسطینی که بیشتر آنها غیرنظامیان از جمله هزاران کودک هستند را کشته است.

بایدن ادعا کرد که برخی آمریکایی ها که از خانواده ای مسلمانان هستند امروز به شدت ناراحت می باشند. رئیس جمهور

نیاز مبرم به غذا، آب، دارو و سرپناه دارند را آواره کرده است. بایدن که دولت تحت امرش در حمایت از رژیم اسرائیل از هیچ کوششی دریغ نکرده است، ادعا کرد: درحالی که مسلمانان در سراسر جهان در روزها و هفته های آینده برای افطار دور هم جمع می شوند، رنج مردم فلسطین اولویت اصلی من خواهد بود! روزنامه الخبر الجزایر افزود: این درحالی است که جنگ رژیم صهیونیستی علیه غزه، محاصره شدیدی را علیه ساکنان این منطقه غزه تحمیل کرده و آنها را درحالت گرسنگی قرار داده است و بیش از ۱۱۰ هزار کشته و زخمی بر جای گذاشته که بیشتر آنها کودک، زن و سالخورده هستند.

الخبر در ادامه نوشت: رئیس جمهور آمریکا که گفت رنج مردم غزه اولویت اصلی اوست، همان کسی است که از موضع صهیونیست ها در جنگ حمایت می کند و مانع ورود کمک های کافی به غزه می شود و همچنان ساکنان غزه را از گرسنگی می کشد و در عین حال با دو رویی و در رفتاری مناقهانه اعلام می کند که برنامه هایی را برای کمک رسانی به مردم غزه از طریق زمین یا پرتاب هوایی در نظر دارد.

وزیر خارجه اوکراین: اکنون زمان آن رسیده که به فکر صلح باشیم

آمریکا لطمه می زند. وی گفت: عدم ارائه حمایت لازم از اوکراین به منافع آمریکا لطمه می زند. ما باید منتظر نتایج انتخابات آمریکا باشیم تا مواضع واقعی دونالد ترامپ، نامزد انتخابات ریاست جمهوری آمریکا را بفهمیم. پاسخ استولتنبرگ به اظهارات کاتولیک ها: تسلیم شدن اوکراین خطرناک است

دیوید کاتو با انتقاد غیرمستقیم از رهبر کاتولیک های جهان که اوکراین را ترغیب به تسلیم شدن کرده است، گفت که اکنون زمان تسلیم شدن نیست. پاپ فرانسیس، رهبر کاتولیک های جهان به تازگی در اظهاراتی گفت که اوکراین باید بدون شرم پرچم سفید

وزیر خارجه اوکراین گفت اکنون زمان آن فرا رسیده که به فکر صلح در اوکراین باشیم. به گزارش ایسنا، دیمیتر کولبا، در مصاحبه با اسکای نیوز گفت: ما برای برگزاری نشست سران در سوئیس با هدف تحقق صلح در اوکراین تلاش می کنیم. وی ادامه داد: روسیه می تواند در نشست دومی که درباره صلح در اوکراین برگزار خواهد شد، شرکت کند. کسانی هستند که می خواهند اوکراین امتیازهایی بدهد. وزیر خارجه اوکراین هم چنین درباره وضعیت میدانی جنگ گفت: وضعیت میدانی باثبات است و نیروهای ما با حملات روسیه مقابله می کنند. در همین حال کولبا تأکید کرد، عدم ارائه حمایت لازم از اوکراین به منافع

دادستان محترم عمومی و انقلاب شهرستان دماوند جناب آقای دکتر مرتضی طهماسبی

بدینوسیله از بیگیری ها و زحمات بی دریغ و دلسوزانه و شبانه روزی حضرت تعالی که در راستای حفظ و حراست از اراضی مردم و منابع ملی و طبیعی و مبارزه با زمین خواری و حفظ نظم و امنیت و حقوق عامه و مبارزه با اراذل و اوباش در سطح شهرستان دماوند صورت گرفته است کمال تشکر و قدردانی را دانسته و در رابطه با این جهاد مقدس که انتخاب نموده اید خداوند یار و نگهدار شما باشد. و با حمایت های مردمی با عزمی راسخ تر در راستای ادامه اهداف انقلاب موفق و سربلند باشید و برای انقلاب و مقام معظم رهبری سربازی دلسوز تر از همیشه باقی بمانید تا ما مردم در سایه عدالت و تداوم حضور حضرت تعالی ایمن و آسوده خاطر و شهرستان امن باقی بماند.

از طرف جمعی از مردم و خانواده های شهدا و جانبازان و ایثارگران دفاع مقدس



به نقل از ولودیمیر زلنسکی، رئیس جمهور اوکراین اعلام کرد: شخصیت های مذهبی که قصد کمک به اوکراین را دارند نباید بین کسانی که می خواهند زنده بمانند و کسانی که می خواهند آنها را نابود کنند، نقش میانجی مجازی را ایفا کنند.

همانطور که دل با ذکر خدا آرام می گیرد بهتر است مجالس ختم با صوت قرآن معطر گردند
تازینه مسکین قلوب داغدیدگان فراهم گردد.

مدیر کل بنیاد شهید و امور ایثارگران: ایجاد اشتغال برای ۱۴۲۱ نفر از جامعه ایثارگران سیستان و بلوچستان



زاهدان-خبرنگار روزنامه جمهوری اسلامی: مدیرکل بنیاد شهید و امور ایثارگران سیستان و بلوچستان گفت: این استان با ایجاد اشتغال برای ۱۴۲۱ نفر از جامعه ایثارگران جزو پنج استان برتر در حوزه اشتغال‌زایی قرار دارد. محمد ناظری که به مناسبت تأسیس نهاد بنیاد شهید در نشست خبری با اصحاب رسانه سخن می‌گفت بیان کرد: جهت شناسایی آسیب‌های اجتماعی و مشاوره، پیگیری مشکلات جامعه هدف مشاوران توانمند و متخصصی در سطح استان خدمت‌رسانی می‌کنند که در سال جاری ۱۲۳۲ نفر از جامعه ایثارگران مورد مشاوره قرار گرفتند و ۹۱ نفر از افرادی که با مشکلات خاص و اساسی مواجه بودند رسیدگی‌های لازم صورت گرفت.وی افزود: یکی از مشکلات اساسی ایثارگران تهیه مسکن است که با همکاری استاندار و مکاتبات انجام شده تا آخر امسال بیش از ۸۰۰ نفر از ایثارگران در سیستان و بلوچستان با همکاری ادارات بنیاد مسکن صاحب زمین یا خانه می‌شوند.ناظری ادامه داد: به جانبازن ۲۵ تا ۵۰ درصد با تشخیص کمسیون پزشکی ۶۰ دستگاه خودرو تعلق گرفته همچنین ۱۹۰ نفر از جانبازان ۵۰ درصد به بالا برای دریافت خودرو خارجی معرفی شدندوی توجه به آرامش خاطر خانواده شهدا را با اهمیت دانست و اظهار داشت: بخش اعظمی از گلزار شهدای سطح استان مسقف شده که رضایت خانواده شهدا را بدنبال داشته و این کار در گلزار شهدای شهرستانهای زابل و نیمروز ادامه خواهد داشت.مدیرکل بنیاد شهید و امور ایثارگران استان اعلام کرد: در یازده ماه گذشته تسهیلات ضروری قرض‌الحسنه به جامعه هدف ایثارگری به مبلغ ۱۶۷ میلیارد پرداخت شده و ۱۴۱ نفر نیز از وام ساخت مسکن برخوردار شدند.همچنین ۱۵ هزار و ۷۰۰ نفر در قالب عمر و حوادث غیرمترقیه تحت پوشش بیمه قرار گرفتند و مبلغ به ۳ میلیارد ریال کمک‌هزینه فوت، تدفین و هدیه ازدواج به ۴۸ نفر از ایثارگران پرداخت شده است.

-----♦-----

شناسایی بیش از ۳هزار انشعاب غیرمجاز آب در استان زنجان

زنجان- خبرنگار روزنامه جمهوری اسلامی: مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب استان زنجان گفت: طی امسال بیش از ۳ هزار انشعاب غیرمجاز آب در سطح شهرها و روستاهای استان زنجان شناسایی و برخورد قانونی شده است.

مهندس علی محمد نادرخانی با بیان اینکه از این تعداد انشعاب غیرمجاز، بیش از ۲ هزار فقره تبدیل به مجاز گردید: و باقی کنتورها نیز به مرور تعیین تکلیف خواهند شد گفت: بیشترین تعداد انشعابات غیرمجاز شناسایی شده در استان به ترتیب مربوط به شهرهای زنجان، ابهر و خرمرده می‌باشد. وی با اشاره به اینکه عملیات شناسایی انشعابات غیر مجاز با هدف توزیع عادلانه آب، پیشگیری از هدر رفت آب و کمک به ذخیره این نعمت الهی انجام می‌شود افزود: در راستای مدیریت مصرف مشترکین تا کنون ۶ هزار دستگاه کنتور خراب مشترکین نیز در سطح استان تعویض شده است. مدیرعامل شرکت آبیای استان خاطرنشان کرد: طرح تعویض کنتورهای خراب مشترکین با هدف قرائت صحیح کنتور، پایش مصرف دقیق مشترکین و مدیریت مصرف آب اجرا می‌شود. مهندس نادرخانی به واگذاری ۷ هزار فقره انشعاب جدید طی سال جاری اشاره کرده و گفت: با واگذاری این تعداد انشعاب، تعداد کل انشعاب واگذار شده در استان زنجان ۲۸۳ هزار فقره می‌باشد.

مشهد-خبرنگار روزنامه جمهوری اسلامی: مدیر عالی حرم مطهر رضوی از آمادگی کامل بخش‌های مختلف این بارگاه ملکوتی برای میزبانی از زائران و مجاوران در ماه مبارک رمضان و نوروز ۱۴۰۳ خبر داد. رضا خوراکیان در نشست خبری اعلام برنامه‌های مساه مبارک رمضان و عید نوروز آستان قدس رضوی که با حضور جمعی از اصحاب رسانه در حرم مطهر رضوی برگزار شد، اظهار کرد: زیارت جلوه عنایت امام هشتم(ع) به مردم و نقطه کانونی ترویج معارف اهل‌بیت(ع) و تبلور دلدادگی و فرصت ابراز عشق مردم به این امام همام است. وی با تأکید بر این‌که زیارت اثربخش‌ترین رویداد فرهنگی کشور به شمار می‌آید، افزود: این رویداد بزرگ متناسب با ابعاد آن باید مورد توجه مسئولان قرار گیرد و شاهد فرآیند کاهش مشکلات زائرین- و توجه بیشتر به نیازهای آنان باشیم. خوراکیان ادامه داد: در این میان آستان قدس رضوی با بهره‌گیری از منابع مالی وقف و نذر و ثمره آن‌ها به عبارتی سرمایه‌های مردم،

رفع تصرف ۷ هزار متر مربع از اراضی مردم در مشهد

بوشهر – خبرنگار روزنامه جمهوری اسلامی: فرمانده یگان حفاظت اراضی راه و شهرسازی بوشهر، از رفع تصرف اراضی ملی و دولتی استان به مساحت ۷ هزار متر مربع در شهرستان کنگان به ارزش ۴۵ میلیارد تومان خبر داد. رضا جعفری اظهار کرد: ۷ هزار مترمربع

اصفهان – خبرنگار روزنامه جمهوری اسلامی: شهردار اصفهان هوشمندسازی را اولویت اول و سیاست راهبردی مدیریت شهری اصفهان در سال آینده دانست و با تأکید بر ضرورت همکاری همه مدیران در این زمینه اظهار کرد: باید مشخص شود که تا پایان سال ۱۴۰۳ از حدود ۳۰۰ خدمت شهرداری به تفکیک هر ماه چند خدمت روی سامانه «اصفهان من» قرار می‌گیرد. علی قاسم‌زاده در نشست مدیران شهری با موضوع مروری بر عملکرد سال ۱۴۰۲

شهرستان

آمادگی کامل حرم مطهر رضوی برای میزبانی از زائران در ماه رمضان و نوروز ۱۴۰۳



خدمتگزار زائرین و مجاورین است. در واقع شرایط خدمت مردم برای مردم را فراهم کرده است. مدیرعالی حرم مطهر رضوی بیان کرد: شعار امسال برنامه‌های آستان قدس رضوی در ماه مبارک رمضان «آرام جان‌ها، بهار حرم و بهار زندگی» است که سعی شده متناسب با شرایط اجتماعی، ماه رمضان و بهره‌گیری از معارف قرآنی شرایط نشاط دینی را فراهم کنیم.وی گفت: در ۲۴

خود را در کنار آقا علی بن موسی الرضاع) بگذرانند و سال جدید خود را در حرم مطهر آغاز کنند. وی افزود: برنامه تحویل سال نو ۱۴۰۳ بعد از اقامه نماز صبح شروع خواهد شد و علاوه‌بر اجرای برنامه‌های داخل حرم مطهر رضوی، ارتباط ویژه با غزه نیز خواهیم داشت. مدیر‌عالی حرم مطهر رضوی در خصوص برنامه‌های این‌ایام نیز گفت: جلسات ترتیل قرآن طبق روال هر ساله در ماه رمضان امسال نیز در حرم مطهر رضوی برگزار خواهد شد. البته برنامه ترتیل قرآن برای نوجوانان و بانوان نیز تدارک دیده شده است.خوراکیان ادامه داد: برنامه تفسیر قرآن نیز با حضور استادان برجسته در حرم مطهر رضوی برگزار خواهد شد. همچنین هر شب در ماه رمضان مراسم مناجات‌خوانی اجرا می‌شود. وی از برگزاری کرسی‌های تلاوت قرآن نام برد و افزود: مراسم شب‌های قدر نیز در ماه رمضان علاوه‌بر زبان فارسی به دو زبان عربی و اردو نیز اجرا خواهد شد. برنامه ویژه‌ای نیز برای ترک‌زبان‌های آذری خواهیم داشت.

ملی از چنگال زمین‌خواران در بوشهر

دستگاه قضا در امر مقابله با ساخت و سازهای غیرمجاز و رفع تصرف اراضی ملی و دولتی با همکاری خوب دستگاه‌های متولی اراضی دولتی و همراهی مؤثر نهادهای اطلاعاتی استان، امید است این امر با جدیت هرچه بیشتر استمرار داشته باشد.

شهردار اصفهان مطرح کرد:

هوشمندسازی، اولویت مدیریت شهری اصفهان در سال آینده

قاسم زاده هوشمندسازی را اولویت اول و سیاست راهبردی مدیریت شهری اصفهان دانست و با تأکید بر ضرورت همکاری همه مدیران در این زمینه اظهار کرد: باید مشخص شود که تا پایان سال ۱۴۰۳ از حدود ۳۰۰ خدمت شهرداری به تفکیک هر ماه چند خدمت روی سامانه «اصفهان من» قرار می‌گیرد.او با تأکید بر اینکه تمرکز بودجه ۱۴۰۳ بر حوزه حمل‌ونقل ترافیک است، گفت: اولویت‌ها در این بخش پروژه قطار شهری، تأمین ناوگان اتوبوسرانی و

استاندار:

عمده خسارات سیل مربوط به زیرساخت‌های جنوب سیستان و بلوچستان بوده است

بودند، بخشی از محصولات کشاورزی و باغات در قصرقند، نیکشهر و زرآباد آسیب دیده، همچنین بندسارها نیز در این مناطق دچار آسیب شده که حتماً باید تعمیر شود. وی بیان کرد: اقداماتی باید انجام شود که اکنون مطالعات آن شروع شده تا از بالادست و از داخل ارتقاعات تا پایین به شیوه‌ها و روش‌های مختلفی آب پایدار شود و از این آب در بخش کشاورزی استفاده کنیم.استاندار سیستان و بلوچستان با اشاره به اینکه مسئولان می‌گویند: چاه‌ها دچار مشکل شده است، گفت: ما باید این آب را به گونه‌ای داخل زمین تزریق کنیم تا در طول تابستان بتوان از آن استفاده کرد. کرمی خاطرنشان کرد: قبلاً مردم محلی

بودند، بخشی از محصولات کشاورزی و باغات در قصرقند، نیکشهر و زرآباد آسیب دیده، همچنین بندسارها نیز در این مناطق دچار آسیب شده که حتماً باید تعمیر شود. وی بیان کرد: اقداماتی باید انجام شود که اکنون مطالعات آن شروع شده تا از بالادست و از داخل ارتقاعات تا پایین به شیوه‌ها و روش‌های مختلفی آب پایدار شود و از این آب در بخش کشاورزی استفاده کنیم.استاندار سیستان و بلوچستان با اشاره به اینکه مسئولان می‌گویند: چاه‌ها دچار مشکل شده است، گفت: ما باید این آب را به گونه‌ای داخل زمین تزریق کنیم تا در طول تابستان بتوان از آن استفاده کرد. کرمی خاطرنشان کرد: قبلاً مردم محلی

با ۲۹۲ میلیارد تومان هزینه؛

عملیات اجرایی پارک تخصصی کودک و نوجوان مرحمت با ۳ هکتار مساحت آغاز شد

تبریز-خبرنگار روزنامه جمهوری اسلامی: با ۲۹۲ میلیارد تومان هزینه،عملیات اجرایی پارک تخصصی کودک و نوجوان مرحمت با ۳ هکتار مساحت آغاز شد. یعقوب هوشیار شهردار تبریز در آئین کلنگ زنی این پروژه ضمن تبریک پیشاپیش حلول ماه رمضان و آغاز سال کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان اجرایی پارک تخصصی کودک و نوجوان در کمرتنرین زمان ممکن در سال آتی انجام شده و شاهد ارتقای سزانه‌های تفریحی برای کودکان شهر باشیم.وی با اشاره بر ضرورت احداث پارک‌های تخصصی در سطح شهر، افزود: تمرکز مدیریت شهری در این دوره، شورای اسلامی شهر، تملک باغات شهر است و بر همین اساس، تملکات مجموعه شهربانو با مساحت ۷۰ هکتار و باغ چلبی با مساحت ۳ هکتار با موفقیت انجام شده و عملیات اجرایی این مجموعه‌های فرهنگی و تفریحی آغاز شده است.هوشیار خاطرنشان کرد: در ادامه تملک باغات چلبی، باغ دو هکتاری پیرامون این مجموعه را نیز در برنامه تملک داریم و امیدوارم به برکت نام شهید مرحمت تقوی، مجموعه پر رونقی برای کودکان شهر باشد. حجت الاسلام زعفرانچی‌ر ل عضو شورای اسلامی شهر تبریز نیز در این مراسم با بیان اینکه توسعه امکانات شهری برای کودکان با احداث پارک‌های تخصصی یکی از رویکردهای حائز اهمیت شورای ششم است، تصریح کرد: این پروژه یکی از پارک‌های تخصصی کودکان

جمهوری اسلامی

سختی با مدیر مناطق آزاد کشور

یکی از اهداف ایجاد مناطق آزاد در کشور رونق بخشیدن به صادرات و کمک به هموطنان ساکن در این مناطق برای رشد اقتصادی و بهبود شرایط زندگی بوده است. منطقه آزاد اروند نیز که در یکی از حساس‌ترین مناطق کشور یعنی خرمشهر و آبادان ایجاد شده است، اقدام مؤثری بود که در تقویت اقتصاد اهالی این شهرها امیدهای زیادی ایجاد کرد و در جلوگیری از مهاجرت مردم و بخصوص جوانان با استعداد منطقه بسیار مؤثر بوده است. خرمشهر و آبادان و اروند کنار بعد از جنگ تحمیلی و خسارات و صدمات شدیدی که به زیرساخت‌های آنها وارد شد، دیگر نتوانستند همچون گذشته به دوران شکوفایی خود پیش از جنگ بازگردند. بیکاری، ناامیدی، فقر بشدت دو شهر مهم اقتصاد خوزستان را ضعیف کرده بود. ایجاد منطقه آزاد اروند پس از دفاع مقدس چشم انداز امیدبخشی را برای مردم و جوانان این منطقه بوجود آورد. منطقه آزاد اروند در دولتهای مختلف با مدیریت‌های متفاوت و متغیر دچار فراز و نشیب‌هایی بوده که همیشه این منطقه حساس را دچار انواع مشکلات کرده است. با روی کار آمدن دولت جدید، امید تازه‌ای برای حل مسائل و رفع مشکلات بوجود آمد. تغییر مدیریت قبلی منطقه اروند امیدواری برای حل این مسائل را بیشتر کرد. ولی طبق اخبار و اطلاعاتی که بیشتر توسط کارکنان عالیرتبه این منطقه ی‌گوش می‌رسد این منطقه همچنان با گرفتاری‌های جدیدی روبروست که امید است مدیر مناطق آزاد کشور به مسائل این منطقه توجه ویژه‌ای داشته باشد.

از جمله مسائلی که از این منطقه به گوش می‌رسد و مردم در شهر خرمشهر و آبادان هم از آن کم و بیش مطلع هستند بشرح زیر است،
شایان گفتن است بدون اینکه قصد قضاوت در مورد این مطالب را داشته باشیم انتظار است در خصوص این موارد رسیدگی و نتایج اقدامات به مردم هر دو شهر توضیح داده شود .

– استخدام غیرقانونی و بدون مجوز و خارج از ضوابط اداری و استخدامی و بیش از نیاز چارت سازمانی که به گفته یکی از اعضای هیئت مدیره فعلی این استخدام‌ها مورد ایراد دیوان محاسبات و دادستانی آبادان و شورای عالی مناطق آزاد هم قرار گرفته است.

– تغییر همه مدیران سازمان منطقه آزاد اروند و استفاده از مدیران پروازی و غیر بومی از جمله مواردی است که مردم و کارکنان بومی این منطقه را برای تحول امیدآفرین در خرمشهر و آبادان ناامید کرده است. از طرفی عدم ثبات مدیریتی و تغییرات بی در پی گرفتاری اهالی را بیشتر کرده است.

– نکته مهم و اساسی دیگر اینکه مدیر منطقه آزاد اروند حضور مؤثر و مناسب در این منطقه ندارد و معمولاً هفته‌ای ۲ روز در آبادان و خرمشهر حضور دارند و بیشتر اوقات در تهران هستند.

– اشتغال همزمان آقای زارعی بعنوان رئیس هیئت مدیره و مدیرعامل سازمان منطقه آزاد اروند و ریاست هیئت مدیره شرکت پتروشیمی کیمیای پارس خاورمیانه وابسته به صندوق ذخیره فرهنگیان که علاوه بر ممنوعیت قانونی عضویت همزمان در دو شرکت دولتی را به همراه دارد موجب پایین آمدن کارایی مدیریتی مزبور و رسیدگی به کارهای منطقه آزاد اروند نیز هست.

–اقدامات تجمعل گریانه، هزینه‌های خارج از عرف در تشریفات و هزینه‌های غیر ضروری و لوکس و عدم توجه به مدیریت هزینه‌های جاری و برخورد‌های نامتعارف و عدم اعتقاد به تشکیل جلسات هیئت مدیره و تشکیل جلسات صوری از دیگر مواردی هستند که امید است با رسیدگی به آنها، اجازه داده نشود شرایط به وضعیت پیچیده‌ای برسد.

برخی موارد دیگر از مشکلات مدیریتی در منطقه آزاد اروند وجود دارند که موجب ناراضی‌ت در سطح مدیران اداری شهرهای آبادان و خرمشهر و نیز کارکنان این منطقه شده‌اند که برخی از آنها به دلیل اینکه احتمال شائبه شخصی بودن را ایجاد کند به آنها نمی‌پردازیم ولی امیدواریم دستگاه‌های بازرسی در سازمان مناطق آزاد کشور دستور دهند در رسیدگی به این موارد اهتمام لازم صورت گیرد.

خرمشهر – خبرنگار روزنامه جمهوری اسلامی

فرمانده انتظامی چهارمحال و بختیاری خیرداد:

آماده باشی سه هزار نیروی پلیس برای تامین امنیت تعطیلات نوروزی



شهرکرد – خبرنگار روزنامه جمهوری اسلامی: فرمانده انتظامی استان چهارمحال وبختیاری از آماده باش کامل سه هزار نیروی پلیس این استان برای تامین امنیت استان در تعطیلات نوروزی خبرداد.

سرتیپ سمندار منوچهر امان الهی در نشست خبری با خبرنگاران گفت: ۱۲۷ گنمت انتظامی، ۳۷ گشت ترافیکی و ۱۸ گنمت ویژه با سه هزار مامور پلیس، امنیت استان ومسافران نوروزی در ایام تعطیل سال نو را بعهده خواهند داشت. وی در برخورد قاطع پلیس با هنجارشکنان و مزاحمین مردم در شب چهارشنبه باغ سال خیرداد و افزود: خودروهای مزاحم وهنجارشکن که باعث سلب آرامش مردم شوند، تا پایان تعطیلات نوروز توقیف خواهند شد. سرتیپ امان الهی در ادامه از رشد ۱۳ درصدی کشفیات سرعت در این استان خبر داد و گفت: تا تلاش ماموران انتظامی استان، بیش از ۲۵۰۰ سارق دستگیر و ۳۱ باند سرقت نیز شناسایی ومتلاشی شد . وی همچنین، کشف دوتن مواد مخدر ودرستگری ۲۹۶۰ قاچاقچی وتوزیع‌کننده مواد مخدر، کشف کالاهای قاچاقی به ارزش ۲۷۷۴ میلیاردریال، تشکیل ۳۴۶۲ فقره پرونده در حوزه جرائم سایبری، وانجام بیش از ۱۷ هزار مورد مشاوره ومددکاری را از دیگر اقدامات سال جاری پلیس این استان اعلام کرد. سرتیپ امان الهی از رشد ۱۰۰ درصدی عملکرد ماموران پلیس این استان در حوزه جرائم اقتصادی خبرداد واطهارداشت: در این حوزه با ۲۱۲۳ فقره کشفیات، رشدی معادل ۲۷ درصد نسبت به مدت مشابه در سال گذشته صورت گرفته است.وی همچنین انجام بیش از ۱۵ هزار مورد نظارت بر اماکن صنفی و تشکیل ۴۱ هزار پرونده در کلانتریهای استان را ازدیگر اقدامات انجام شده اعلام کرد.



جاذبه‌های گردشگری

سواحل خلیج فارس تقریباً در تمام دنیا، ساحل و دریا از مهم‌ترین جاذبه‌های هر کشوری محسوب می‌شوند. اگر سرزمینی به واسطه موقعیت جغرافیایی‌اش مرزهای آبی طولانی داشته باشد، رونق بالای صنعت توریسم در آن نیز بسیار اجتناب‌ناپذیر است.

خلیج فارس همواره برای ما ایرانی‌ها

با افتخار و غرور همراه بوده است. آبراهی

انفجار یک منطقه مسکونی در جاده ورامین



سختگوی سازمان آتش‌نشانی شهرداری تهران گفت: حادثه انفجار در یک منطقه مسکونی در جاده ورامین، ۴ مصدوم برجای گذاشت.

جلال ملکی، در گفت‌وگو با مهر درباره جزئیات انفجار در یک منطقه مسکونی در جاده ورامین افزود: پامداد روز سه‌شنبه یک مورد حادثه انفجار در یک منطقه مسکونی در جاده ورامین محله فیروزآباد اعلام شد که ایستگاه شماره ۸۶ به محل حادثه اعزام شد.

وی گفت: ۴ نوجوان در قسمت همکف به وسعت ۲۰ متر که به عنوان یک کارگاه کوچک خیاطی در یک منزل دو طبقه بود مشغول به درست کردن مواد محترقه دست ساز و خطرناک بودند که به یکباره په انفجار شدیدی منجر شد.

سختگوی سازمان آتش‌نشانی شهرداری

رهایی قاتل اعدامی از قصاص

رئیس توسعه حل اختلاف استان خوزستان گفت: با بزرگوار ی اولیای دم و تلاش و کوشش اعضای شورای حل اختلاف دزفول، یک محکوم به قصاص نفس در قالب پویش «به حرمت امام علی(ع) می‌بخشم» از طناب‌دار رهایی یافت.

به گزارش رکتا، حجت‌الاسلام عبدالحمید امانت بهبهانی در گفت‌وگویی رسانه‌ای افزود: با ارجاع پرونده یک قتل به شعبه ۱۲ شورای حل اختلاف دزفول برای حل و فصل موضوع، بلافاصله اعضای این شعبه با تشکیل

افزایش ۲۴ درصدی چهارشنبه آخر سال نسبت به سال گذشته

رئیس سازمان اورژانس کشور با بیان اینکه آمار مصدومان مراسم‌های مربوط به چهارشنبه سوری نسبت به سال گذشته آمار افزایش داشته است، گفت: تعداد مصدومان چهارشنبه آخر سال نسبت به سال گذشته ۲۴ درصد افزایش یافته است که از میان آن‌ها ۹۰ درصد آقایان و ۱۰ درصد خانم‌ها بوده و از کل این تعداد ۶۷ درصد، افراد زیر ۱۸ سال بوده‌اند.
جعفر میادفر درباره آخرین آمار مصدومان مربوط به مراسمات چهارشنبه آخرسال افزود: هر ساله آمارهای مربوطه از ابتدای اسفندماه بررسی می‌شود و باوجود اطلاع‌رسانی‌هایی که در رسانه‌های ملی اعم از تصویری و مکتوب می‌شود که برخی اعمال خطرآفرین هستند اما با این حال هیچکس این مسئله را جدی نمی‌گیرد چراکه اینگونه برداشت می‌شود که اتفاق برای

رئیس سازمان اورژانس کشور با بیان اینکه آمار مصدومان مراسم‌های مربوط به چهارشنبه سوری نسبت به سال گذشته آمار افزایش داشته است، گفت:

تعداد مصدومان چهارشنبه آخر سال نسبت به سال گذشته ۲۴ درصد افزایش یافته است که از میان آن‌ها ۹۰ درصد آقایان و ۱۰ درصد خانم‌ها بوده و از کل این تعداد ۶۷ درصد، افراد زیر ۱۸ سال بوده‌اند.

جعفر میادفر درباره آخرین آمار مصدومان مربوط به مراسمات چهارشنبه آخرسال افزود: هر ساله آمارهای مربوطه از ابتدای اسفندماه بررسی می‌شود و باوجود اطلاع‌رسانی‌هایی که در رسانه‌های ملی اعم از تصویری و مکتوب می‌شود که برخی اعمال خطرآفرین هستند اما با این حال هیچکس این مسئله را جدی نمی‌گیرد چراکه اینگونه برداشت می‌شود که اتفاق برای

فرمانده مرزبانی فراجا از خنثی سازی بیش از ۴ هزار اقدام تروریستی از سوی مرزبانان خبر داد.

سردار احمدعلی گودرزی در نشست خبری، گفت: ما بیش از سه میلیون و ۵۰۰ هزار مرزنشین در کشور داریم که این عزیزان حقیقتاً در تامین امنیت مشارکت دارند.

وی از تامین سه میلیون یورو برای انسداد مرزها طی سه سال آینده خبر داد و افزود، این مبلغ با اولویت انسداد در مرزهای جنوب شرقی، شمال غربی و غربی هزینه خواهد شد. همچنین افزایش نظارت بر مرزها با استفاده از تجهیزات اپتیکی و… نیز در دستور کار است.

فرمانده مرزبانی فراجا با بیان اینکه مرزبانان تلاش دارند تا محیطی امن برای فعالیت سرمایه‌گذاران ایجاد کنند، گفت: در ظرف ۴ ماه که به سامانه وزارت نفت متصل شدیم از قاچاق بیش از ۲۷ میلیون سوخت جلوگیری شد.

گودرزی با بیان اینکه در سال جاری توقیف محموله‌های قاچاق در اولویت مرزبانان بوده است، گفت: از ابتدای سال تا کنون رشد ۹۵ درصدی توقیف شناورهای فاقد هویت و رشد ۱۱ درصدی شناسایی شناورهای خارجی را شاهد بودیم.

کوناکون



خودشان نخواهد افتداد و برای دیگران است اما این اعمال می‌تواند برای همه خطرناک باشد.
وی با تأکید براینکه متأسفانه آمار مصدومان این حوادث نسبت به سال گذشته افزایش داشته است، گفت: از ابتدای اسفندماه سال گذشته تا ۲۱ اسفندماه ۲۴۴ نفر مصدوم شدند که این میزان در سال جاری به ۴۲۴ نفر افزایش یافته است و تقریباً ۲۴ درصد رشد داشته است. طی ۲۱ روز گذشته ۳۷ نفر دچار قطع عضو شده‌اند و این درحالی است که در مدت مشابه سال گذشته، ۲۹ نفر قطع عضو شدند به این معنا که ۳۸ درصد افزایش یافته است. رئیس سازمان اورژانس کشور ضمن اشاره به اینکه آسیب به چشم در این وقایع جرو شایع‌ترین آسیب‌ها است، افزود: سال گذشته حدود ۱۱۲ مورد یورد وامسسال ۱۲۸ مورد و این به معنای رشد

فرمانده مرزبانی فراجا خبر داد

تأمین ۳ میلیون یورو برای انسداد مرزی در کشور



وی درباره کشفیات کلای قاچاق نیز گفت: مرزبانی امسال ۲۱ هزار میلیارد تومان کلای قاچاق کشف و توقیف و ۱۳ هزار و ۵۲۹ پرونده قاچاق را برای این کالاها تشکیل دادند؛ همچنین ۲۷ هزار و ۵۷۷ قفزه پروندۀ اقتصادی را مرزبانان به محاکم قضایی ارجاع داده‌اند.

فرمانده مرزبانی فراجا افزود: تعداد زیادی از گروهک‌ها تلاش کردند به مرزهای ایران نزدیک شوند که مرزبانان به آنها اجازه عرض اندام ندادند و تعداد زیادی سلاح و مهمات، جلیقه انتحاری و ریعموت بمب از آنان کشف شده است.همین اخیرا یک گروه تروریستی با تجهیزات در منطقه هامون شناسایی و تعدادی از اعضای آن دستگیر شدند.

ورود سامانه بارشی به تهران از جمعه

براساس اعلام اداره کل هواشناسی استان تهران، با ورود سامانه بارشی به تهران در روز جمعه (۲۵ اسفند) و ماندگاری آن تا روز شنبه (۲۶ اسفند) رگبار باران و بارش برف در سطح استان پیش‌بینی می‌شود.

براساس بررسی نقشه‌های پیش‌یابی و تحلیل الگوهای همدیدی وضعیت جوی استان تهران طی چند روز آینده آسمان صاف تا قسمتی ابری، گاهی همراه با وزش باد پیش‌بینی می‌شود.

همچنین تا صبح جمعه (۲۵ اسفند) با استقرار جوی نسبتاً پایدار عدم وزش باد قابل ملاحظه در مناطق پرترد شهری افزایش نسبی غبار محلی و کاهش کیفیت هوا پیش‌بینی می‌شود.

از اواخر وقت جمعه تا روز شنبه (۲۶ اسفند) با فعالیت سامانه بارشی افزایش ابر و در بعضی ساعات رگبار باران و در ارتفاعات بارش باران و برف مورد انتظار است.

برای روز جمعه روند افزایش نسبی دما و در روز شنبه کاهش دما پیش‌بینی می‌شود.

براساس اعلام اداره کل هواشناسی استان تهران، با ورود سامانه بارشی به تهران در روز جمعه (۲۵ اسفند) و ماندگاری آن تا روز شنبه (۲۶ اسفند) رگبار باران و بارش برف در سطح استان پیش‌بینی می‌شود.

کشف ۴۳ تن اکیلل سرنج و ۱۰ میلیون موادمحترقه در تهران

فرمانده انتظامی تهران بزرگ از کشف ۴۳ تن اکیلل سرنج و ۱۰ میلیون عدد انواع مواد محترقه در تهران خبرداد.

به گزارش خبرنگار ما سردار عباسعلی محمدیان در نشست خبری که ظهر دیروز در ستاد فرماندهی انتظامی تهران بزرگ برگزار شد، به اشاره به فرارسیدن چهارشنبه‌سوری گفت: روز سه‌شنبه آخرسال و یک رسم دیرینه در فرهنگ ماست که متأسفانه چندسالی است در فرهنگ مردم در جشن‌های محلی به شادای پیرآزند تبدیل به یک جنگ و رویداد خطرناک شده است که باید از این اقدامات مخرب جلوگیری کرد.

وی با تأکید بر اینکه پلیس مخالف شادی مردم نیست، گفت: ما تمام گزارش‌ها را داریم و می‌دانیم که چه تعداد کور شده، چند نفر دچار سوختگی شده‌اند و… از این رو ما دلمان برای جوانانی که ممکن است قربانی سوذجویان شوند می‌سوزد.

محمدیان با بیان اینکه پلیس اقدامات خود در مورد چهارشنبه‌سوری را از دی ماه آغاز کرده است، اظهارکرد: در همین راستا نیز برخی از قاچاقچیان در رصد ما بودند و با آنان برخورد شد، با صوف هماهنگی داشتیم و تأکید شد که بدون اطلاع پلیس موادی را که ممکن است در ساخت موادمحترقه مورد استفاده قرار بگیرد به کسی نفروشد.

وی با بیان اینکه حدود ۴۳ تن اکیلل سرنج را نیز از انبارها شناسایی و توقیف کردیم، گفت: همچنین ۱۰ میلیون عدد موادمحترقه و

جمهوری اسلامی

<div><div></div><div><div>صدای شما</div></div></div>
<p>تلفن تماس ۹ – ۷۷۶۴۴۲۰ (داخلی ۳۴) همه روزه بجز پنجشنبه‌ها ساعت ۱۰:۳۰ تا ۱۲</p>
<p>•یک شهروند: اکثر خیابان‌های سطح شهر زنجان فاقد خط‌کشی مناسب و در برخی خیابان‌ها نیز به دلیل استفاده از رنگ‌های بی کیفیت، خط‌کشی‌های انجام شده با چشم غیرمسلح دیده نمی‌شود.</p> <p>در آستانه سال نو مردم از شهرداری انتظار دارند نسبت به خط‌کشی اصولی خیابان‌ها اقدام نماید تا علاوه بر زیبایی بصری، رانندگان بتوانند در ترافیک سنگین با سهولت و به راحتی حريم خود را تشخیص دهند که این موضوع در کاهش برخی تصادفات شهری نیز مؤثر است.</p>

نامه های شما

خوانندگان محترم لطفا نامه های خود را حداکثر در یک صفحه یا خط خوانا یا قید نام – نشانی و تلفن تماس ارسال نمایید

افزایش قیمت غیر منطقی سفر با تاکسی های آنلاین
پس از حذف گزینه «عجله دارم» توسط دو شرکت تاکسی‌رانی آنلاین که بنابر دستور مقامات ذی‌صلاح صورت گرفت، قیمت سفرهای این دو شرکت به شکل غیرمنطقی افزایش پیدا کرد، به نظر می‌رسد که این دو شرکت تصمیم گرفتند تا هزینه «عجله دارم» را خودسرانه به سفرهای خود اضافه کنند. این اقدام باعث می‌شود که قیمت سفرها به دور از منطق باشد. درخواست داریم تا افزایش نظارت بر این دو شرکت تاکسی‌رانی آنلاین قیمت‌های منصفانه‌تری برای سفرها درنظر گرفته بشود.

صفایی

در زمان بیماری وی، میزان تولید ویتامین‌ها و مواد مغذی بدن کاهش می‌یابد.



کمبود این ویتامین باعث تأخیر در رشد کودکان می‌شود

رشد و تکامل کودکان به شدت به تغذیه‌ای سرشار از مواد مغذی و ویتامین‌ها وابسته است. مطالعات متعددی بر اهمیت تغذیه مناسب در دوران رشد تأکید کرده‌اند و نشان داده‌اند که نقش کلیدی در جلوگیری از تأخیر در رشد کودکان دارد. به گزارش فرطب، تأمین کافی ویتامین‌ها و مینرال‌ها، از جمله ویتامین A، آهن، کلسیم و ید، از اهمیت بالایی برخوردار است تا از رشد ناکافی و تأخیر در رشد در کودکان جلوگیری شود. در دوران رشد کودکان، ویتامین‌ها و مواد مغذی خاصی نقش کلیدی در تقویت رشد فیزیکی و ذهنی آن‌ها ایفا می‌کنند. نبود این مواد مغذی اساسی می‌تواند منجر به مشکلاتی در رشد کودکان شود.

در این میان، ویتامین A و D از اهمیت ویژه‌ای برخوردارند، و کمبود مواد معدنی مانند ید، آهن، و کلسیم نیز تأثیر منفی بر رشد کودکان دارد. استفاده از مولتی ویتامین‌های مخصوص کودکان می‌تواند به تأمین نیازهای بدن آن‌ها در این دوران حیاتی کمک کند.

ویتامین A، که کل شده در چربی است، برای سلامتی عمومی ضروری می‌باشد و کمبود آن می‌تواند منجر به کوری و افزایش خطر عفونت‌ها شود. این ویتامین به خصوص در پیشگیری از اسهال و عفونت‌های دستگاه تنفسی مهم است و کمبود آن می‌تواند خطر مرگ و میر در کودکان را افزایش دهد. مصرف مکمل ویتامین A یک راه برای جبران کمبود آن است.

ویتامین D نیز که حل شده در چربی است، نقش مهمی در رشد و استحکام استخوان‌های کودکان ایفا می‌کند. این ویتامین کمک می‌کند که کلسیم به خوبی در بدن جذب شود و به تقویت استخوان‌ها کمک می‌کند.

ویتامین C به عنوان یک آنتی‌اسیدان قوی، در پیشگیری از آسیب‌های ناشی از رادیکال‌های آزاد و بیماری‌های قلبی و برخی از انواع سرطان نقش دارد. این ویتامین همچنین به جذب آهن کمک کرده، در ترمیم زخم‌ها و تولید کلاژن مؤثر است و سیستم ایمنی بدن را تقویت می‌کند.

ویتامین B۱۲، که از طریق مواد غذایی حیوانی به بدن رسیده و از معده جذب می‌شود، برای عملکرد صحیح اعصاب، سوخت‌وساز و خون‌سازی ضروری است. کمبود ویتامین B۱۲ در کودکان می‌تواند ناشی از رژیم غذایی نامناسب باشد.

کلسیم برای رشد و استحکام استخوان‌ها و دندان‌های کودکان ضروری است. منبع اصلی کلسیم، شیر و فرآورده‌های آن می‌باشند و میان‌وعده‌های سرشار از کلسیم می‌توانند به تأمین نیازهای کودکان کمک کنند. روی برای ساخت پروتئین‌ها در دوران رشد ضروری است و به منابع غذایی مانند جگر، ماهی، حبوبات، گوشت و تخم‌مرغ یافت می‌شود.

آهن، که بیشتر در گوشت‌های قرمز و سفید و جگر یافت می‌شود، برای رشد کودکان ضروری است. توجه به دریافت کافی ویتامین C، که جذب آهن را افزایش می‌دهد، در دوران رشد مهم است.

ویتامین A برای سلامت چشم‌ها، رشد سلولی، پیشگیری از سرطان، سلامت پوست و مو، و تقویت سیستم ایمنی ضروری است. کمبود ویتامین A می‌تواند منجر به شب‌کوری، تأخیر در رشد، خشکی پوست، افزایش خطر عفونت، مشکلات باروری و افزایش احتمال سرطان شود. برای جبران کمبود ویتامین A، مصرف مواد غذایی غنی از این ویتامین و استفاده از مکمل‌ها توصیه می‌شود.

مشخص شد که کمبود ویتامین‌های کلیدی مانند ویتامین D، که نقش مهمی در جذب کلسیم و تقویت استخوان‌ها دارد، و ویتامین A، که برای سلامت پوست و بینایی ضروری است، می‌تواند روی رشد فیزیکی کودکان تأثیر منفی بگذارد.

همچنین، اهمیت دیگر ویتامین‌هایی مانند ویتامین‌های C و B در تضمین یک رشد سالم بیان شد. بنابراین، حیاتی است که والدین و مراقبین به تأمین میزان مناسب این ویتامین‌ها در رژیم غذایی کودکان اهتمام ورزند تا اطمینان حاصل شود که رشد آن‌ها به بهترین شکل ممکن صورت می‌گیرد.

