

اولین روز نامه اقتصادی دوزبانه استان اصفهان

# اخبار اصفهان

یکشنبه ۱۰ اردیبهشت ۱۴۰۲ | ۲۰۲۳ | ۹ شوال ۱۴۴۴ | سال سوم | شماره ۱۳۱۷ | ۸ صفحه قیمت ۷۰۰۰ تومان

## Hair Vitamins: What Are They, and Do They Work?

ویتامین های مورد نیاز برای مو



۵

مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای استان اصفهان در نشست خبری با اصحاب رسانه اعلام کرد:

## هر کیلومتر تر میم بیش از دو میلیارد تومان



منبع: ایمننا

نخستین نشست خبری رئیس شورای شهر اصفهان برگزار شد:

## بهبود زندگی شهروندان از راهبردهای این دوره شورا

۲

سرمقاله  
سیدناصر موسوی لاریجانی  
عضو کمیسیون اقتصادی مجلس شورای اسلامی

سونامی امواج تورم محصول بی توجهی به هشدارها:

## بازار سری برای به سامان رسیدن ندارد

کمتر از شش ماه زمان نیاز بود تا معلوم شود حق بانمایندگانی بود که آبان ماه سال گذشته استیضاح آقای فاطمی امین، وزیر صمت را به جریان انداختند. اکنون هیچ کس از عملکرد وزیر و مدیران ارشد وزارتخانه مهم و بسیار استراتژیک صمت راضی نیست. در سالی که به نام «بهار تورم و رشد تولید» نام گذاری شده است، وزارت صمت با اصرار بر سیاست‌های پراشتباهی که به یک تازی در جاده گرانی خودرو منجر شد و اخیراً هم

اعلام شد، همان زمان و زمان‌های بعدی درباره ناتوانی تیم اقتصادی برای تحقق بخشیدن به برنامه اقتصادی ریاست محترم جمهور تذکر لازم داده شد. بنده به عنوان عضو کمیسیون اقتصادی مجلس درباره وزارتخانه بسیار حساس صمت هشدار دادم و اطمینان این است صرف داشتن برنامه خوب، قوی و عملیاتی برای دیگر گزینی در اقتصاد کشور کافی نیست. ادامه در صفحه ۶ ...

## رودخانه زاینده رود حق قانونی و شرعی مردم اصفهان است

مدیرکل تربیت بدنی استان اصفهان:

## توجه به ورزش چوگان توجه به توسعه میراث نامملوس ملی است

همایش تخصصی مالیاتی در اتاق بازرگانی اصفهان برگزار شد:

## تاکید بر افزایش رضایت مودیان مالیاتی با اجرای کامل قانون

چندر اهرار برای اضطراب قبل از مصاحبه شغلی:

## استراتژی‌های استخدام

۸

چهار روز



مدیر شرکت ملی پخش فرآورده‌های نفتی منطقه اصفهان در نشست خبری با اصحاب رسانه اعلام کرد:

## افزایش ۳.۷ درصدی مصرف «سی ان جی» در استان

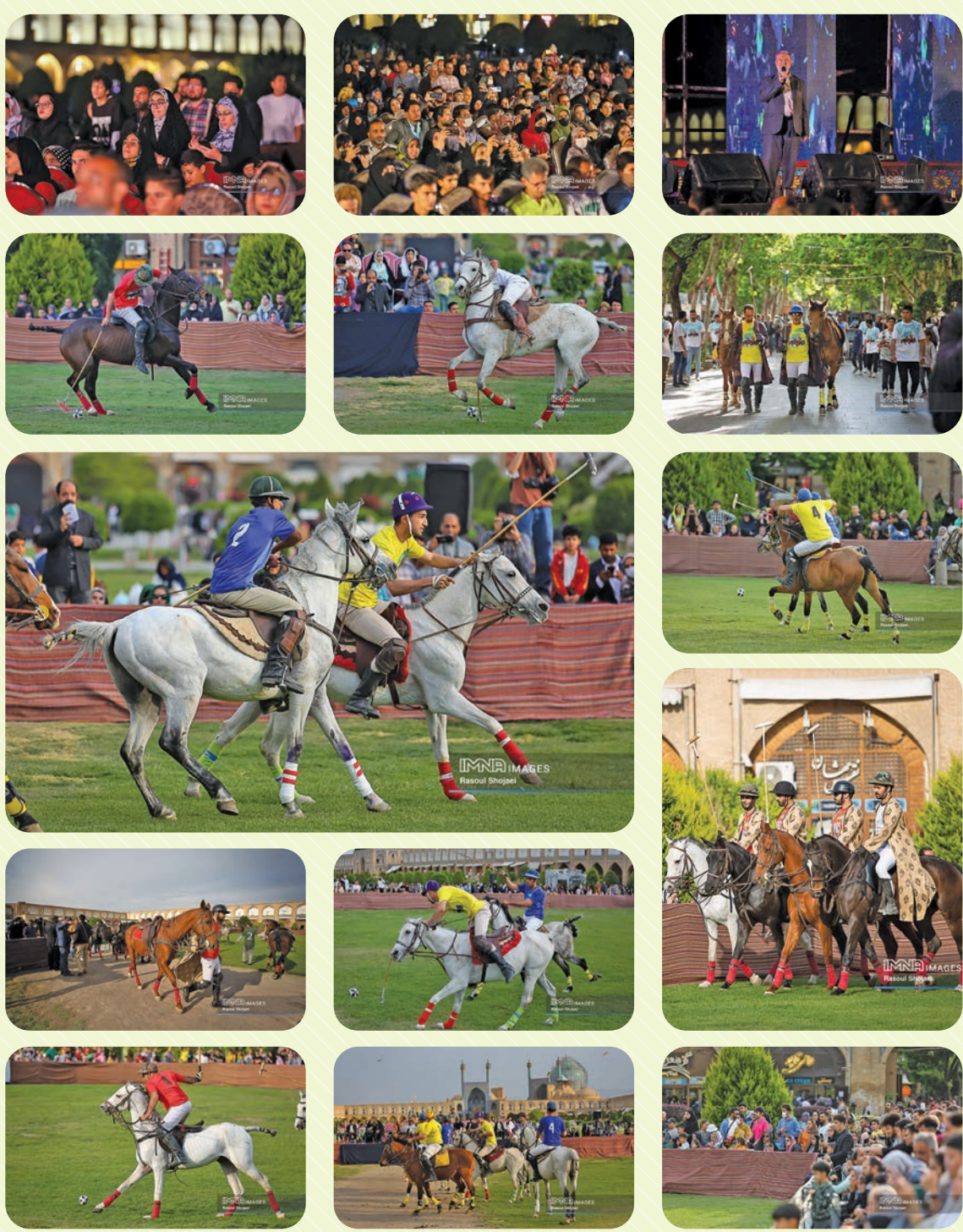
ازاد سلیمان نژاد مدیر شرکت ملی پخش فرآورده‌های نفتی منطقه اصفهان با اشاره به افزایش ۳.۷ درصدی مصرف «سی ان جی» در استان در سال ۱۴۰۱ نسبت به ۱۴۰۰ گفت: ...

۶

گزارش تصویری

همزمان با هفته فرهنگی اصفهان مسابقات چوگان در میدان امام (ره) اصفهان برگزار شد.

منبع: ایمننا



## ۴ نکته مهم قبل از خرید دوچرخه

- 01** قیمت دوچرخه: مهم ترین بحث برای خرید هر نوع کالایی بحث قیمت آن می باشد که بسیار حائز اهمیت است. قیمت ها برای خرید دوچرخه متغیر می باشند و اختلاف قیمت ها بخاطر برند، امکانات و کیفیت دوچرخه می باشد.
- 02** سایز دوچرخه: حتما برای همه شمایی که قصد خرید دوچرخه و داشتید و دارید سوال پیش آمده که چه سایز دوچرخه ای برای قد شما مناسب است؟ برای رسیدن به جواب سواتون «جدول سایز بندی دوچرخه» را در اینترنت جست و جو کنید.
- 03** دوچرخه مناسب برای نیاز شما: نوع (جاده ای - کوهستانی - هیبریدی - کروزر) ترمزها به طور کلی به دو دسته تقسیم می شوند: - کالیپر (caliper) - کانتیلور (cantilever)
- 04** برند و گارانتی و کشور سازنده: برخی از افراد حساسیت خاصی روی کشور سازنده دستگاہی که خریداری می کنند دارند. اکثر دوچرخه های موجود در بازار ایران ساخت کشورهای اتریش، تایوان و چین می باشند.

اخبار اصفهان آنتونین روی



### رویکرد برنامه «زنده باد اصفهان» ارتقای تعلق خاطر شهری

معاون اجتماعی و مشارکت های مردمی سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری اصفهان گفت: ارتقای تعلق خاطر شهری شهروندان، رویکرد محوری برنامه تلویزیونی «زنده باد اصفهان» در هفته فرهنگی اصفهان بود.

سعید امامی افزود: برنامه تلویزیونی زنده باد اصفهان با تلاش اداره توسعه فرهنگ شهروندی این معاونت به مناسبت هفته فرهنگی اصفهان، دوم تا هشتم اردیبهشت، از ساعت ۲۱ به مدت ۷۰ دقیقه بصورت زنده بر روی آنتن شبکه اصفهان رفت. وی اظهار داشت: این برنامه به عنوان یک برنامه ترکیبی شامل آیتهم های گفت و گوی زنده با میهمان برنامه و آیتهم های تولیدی با موضوعات مختلف مانند خواهر خوانده های اصفهان، اماکن کمتر دیده شده گردشگری این شهر و مصاحبه با شهروندان درباره اصفهان بود.

معاون اجتماعی و مشارکت های مردمی سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری اصفهان، درباره دلیل انتخاب این رویکرد گفت: شمار هفته فرهنگی امسال اصفهان، زنده باد اصفهان انتخاب شد و سیاست اصلی، ایجاد حفظ تعلق خاطر مردم به این شهر بود به همین سبب باعث شده که هر شب یک میهمان شاخص و ملی اصفهانی دعوت شود که شهروندان بیش از گذشته از مفاخر و چهره های شاخص شهر خود اطلاع داشته و بیش از گذشته به عنوان یک شهروند از زیستمن در شهر اصفهان افتخار کنند.

وی خاطر نشان کرد: وجه مشترک میهمانان برنامه تلویزیونی «زنده باد اصفهان» این بود که همه اصفهانی هستند و این افراد بنا به شرایط زندگی در تهران زندگی می کنند.

امامی یادآور شد: همچنین سعی شد از هنرمندان، اساتید موسیقی، بازیگران، اعضای هیات علمی، سیاستمداران و ورزشکاران نیز در این برنامه دعوت شود.

معاون اجتماعی و مشارکت های مردمی سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری اصفهان افزود: همچنین هر شب یک آموزش کوتاه شهروندی در برنامه اجرا می شد و در کنار آیتهم های مختلف برنامه یک آیتم در قالب طرح یک پرسش در حوزه حمل و نقل و ترافیک، درختان و گیاهان خانگی، پسماند، سواد رسانه ای و تعلق خاطر شهروندی توسط مجریان مطرح و هر شب به ۱۰ برگزیده پاسخ دهندگان یک بسته گردشگری به ارزش حدود یک میلیون تومان اهدا می شد.

وی بیان داشت: این برنامه مرکز مشارکت سازمان صدا و سیما مرکز اصفهان و کمک اداره کل میراث فرهنگی استان اصفهان در باغ موزه چهل ستون برگزار شد و "محمدرضا حسینیان" و "حمید مرادی" مجریان این برنامه بودند.

روز سوم اردیبهشت، روز تولد شیخ بهایی است و در دومین دوره شورای اسلامی شهر اصفهان به عنوان روز اصفهان نامگذاری شد.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان خبرداد:

## جمع آوری ۱۰۷ تابلوی غیر مجاز در اصفهان

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان گفت: ۱۳۹۷خطاریه طی فروردین ماه سال جاری در بخش جلوگیری از نصب تابلوهای غیر مجاز، صادر و ۱۰۷ مورد تخلف رفع شده است.

روح‌الله ابوطالبی ضمن ارائه گزارشی از عملکرد اداره کل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری در فروردین ماه سال جاری اظهار کرد: در این مدت، برای رفع و پیشگیری از تخلف سد معبر، ۱۹۴۹ تذکر و ۱۳۳۲خطاریه صادر و تخلف ۱۶۶۷ متصدی صنف رفع شده است.

وی افزود: در بخش جلوگیری از نصب تابلوهای غیر مجاز، ۱۳۹۷خطاریه صادر و ۱۰۷

نخستین نشست خبری رئیس شورای شهر اصفهان برگزار شد:

## بهبود زندگی شهروندان از راهبردهای این دوره شورا



شهر اصفهان شناسایی و ۳۰ محله در سال ۱۴۰۱ انتخاب و برای آن‌ها ردیف‌های بودجه عمرانی و فرهنگی برای ارتقای سطح امکانات و بهبود وضعیت اختصاص داده شد، همچنین امسال ۱۵ محله دیگر به این عدد افزوده شده و برای آن ردیف‌های بودجه اختصاص داده شده است. وی ادامه داد: یکی دیگر از مهم‌ترین دستاوردها و اقدامات خوب این دوره مدیریت شهری، طرح شفافیت است که در این عرصه، میزان سهم و کمک به مراکز فرهنگی و مساجد، تاریخ و تعداد هیئت‌مدیره‌های مساجد مراکز فرهنگی شفاف مشخص شده است. همچنین در طول قریب به ۲۱ ماه گذشته اقداماتی همچون اعضای تفاهم‌نامه‌ای با شورای ملی سن پترزبورگ از سوی شورای اسلامی شهر اصفهان انجام شد. وی افزود: در این دوره از شورای اسلامی شهر در راستای پاسخگویی و پیگیری مطالبات مردم در زمینه آب و زاینده‌رود، کمیسیون و مناطق کم برخوردار تشکیل شد. نور صالحی تصریح کرد: پهرغم اینکه مدیریت زاینده‌رود و مسائل آب در دست مسئولان کشوری است اما برای پاسخ‌دهی مناسب به شهروندان و پیگیری دغدغه‌های آن‌ها در این دوره از شورا ادیبرخانه فرهنگی زاینده‌رود تشکیل شد که با اختصاص بودجه خوبی در زمینه امور فرهنگی و تبلیغی در زمینه حقوق و حق زاینده‌رود فعالیت می‌کند. وی با بیان اینکه در زمینه آلودگی هوا و آلاینده‌های شهر اصفهان نیز پیگیری‌های مجدانه در این دوره از شورای اسلامی شهر شده است، خاطر نشان کرد: ۱۳ شهرک صنعتی در اطراف شهر اصفهان فعالیت می‌کند که هیچ‌کدام شعاع ۵۰ کیلومتری از شهر را رعایت نکرده‌اند در حالی که حدود ۹۰۰ کارخانه در آن‌ها وجود دارد.

### بهبود وضعیت زندگی از دیگر راهبردهای این دوره از شورای اسلامی

وی ادامه داد: پرداختن به هویت تاریخی و دینی، ارتقای شفافیت و انضباط مالی، تقویت حمل‌ونقل عمومی و بهبود وضعیت زندگی از دیگر راهبردهای این دوره از شورای اسلامی شهر اصفهان است. وی تصریح کرد: همچنین یکی از مهم‌ترین اولویت‌های دوره اسلامی شهر اصفهان در شورا ششم پیگیری تحقق شهر هوشمند و حرکت به سمت ارائه خدمات غیرحضوری شهرداری به مردم است که در این راستا اقدامات حقوقی و مصوبات بسیار خوبی صورت گرفته و برای سال ۱۴۰۲ نزدیک به ۱۰۰ میلیارد تومان هزینه خواهد شد. رئیس شورای اسلامی شهر اصفهان با بیان اینکه توجه به مناطق محروم و کم برخوردار شهری و توسعه عدالت‌پروری از دیگر اولویت‌ها و راهبردهای این دوره شورای اسلامی شهر است، ادامه داد: در این راستا ۹۰ محله کم‌تر برخوردار

مورد تابلوی غیر مجاز رفع تخلف شده است.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان بیان اینکه در فروردین ماه، در راستای جمع‌آوری خودروهای فرسوده رهاشده در معابر شهر، ۴۶خطاریه صادر و ۱۲ خودروی فرسوده رهاشده جمع‌آوری شده است، گفت: در این مدت، ۲۵۹ دست‌فروش و ۲۱۰ نفر متکدی جمع‌آوری و ساماندهی شدند.

وی با بیان اینکه در نخستین ماه سال، در بخش کنترل ساختمان در راستای جلوگیری از ادامه فعالیت و تعطیلی کارگاه‌های ساختمانی متخلف یا بدون مجوز و پروانه از ۶۸ مورد احداث زمین بایر جلوگیری شده است، افزود: در این مدت از افزایش طبقات ۳۸

مورد تابلوی غیر مجاز رفع تخلف شده است.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان بیان اینکه در فروردین ماه، در راستای جمع‌آوری خودروهای فرسوده رهاشده در معابر شهر، ۴۶خطاریه صادر و ۱۲

خودروی فرسوده رهاشده جمع‌آوری شده است، گفت: در این مدت، ۲۵۹ دست‌فروش و ۲۱۰ نفر متکدی جمع‌آوری و ساماندهی شدند.

وی با بیان اینکه در نخستین ماه سال، در بخش کنترل ساختمان در راستای جلوگیری از ادامه فعالیت و تعطیلی کارگاه‌های ساختمانی متخلف یا بدون مجوز و پروانه از ۶۸ مورد احداث زمین بایر جلوگیری شده است، افزود: در این مدت از افزایش طبقات ۳۸

مورد تابلوی غیر مجاز رفع تخلف شده است.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان بیان اینکه در فروردین ماه، در راستای جمع‌آوری خودروهای فرسوده رهاشده در معابر شهر، ۴۶خطاریه صادر و ۱۲

خودروی فرسوده رهاشده جمع‌آوری شده است، گفت: در این مدت، ۲۵۹ دست‌فروش و ۲۱۰ نفر متکدی جمع‌آوری و ساماندهی شدند.

وی با بیان اینکه در نخستین ماه سال، در بخش کنترل ساختمان در راستای جلوگیری از ادامه فعالیت و تعطیلی کارگاه‌های ساختمانی متخلف یا بدون مجوز و پروانه از ۶۸ مورد احداث زمین بایر جلوگیری شده است، افزود: در این مدت از افزایش طبقات ۳۸

مورد تابلوی غیر مجاز رفع تخلف شده است.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان بیان اینکه در فروردین ماه، در راستای جمع‌آوری خودروهای فرسوده رهاشده در معابر شهر، ۴۶خطاریه صادر و ۱۲

خودروی فرسوده رهاشده جمع‌آوری شده است، گفت: در این مدت، ۲۵۹ دست‌فروش و ۲۱۰ نفر متکدی جمع‌آوری و ساماندهی شدند.

وی با بیان اینکه در نخستین ماه سال، در بخش کنترل ساختمان در راستای جلوگیری از ادامه فعالیت و تعطیلی کارگاه‌های ساختمانی متخلف یا بدون مجوز و پروانه از ۶۸ مورد احداث زمین بایر جلوگیری شده است، افزود: در این مدت از افزایش طبقات ۳۸

مورد تابلوی غیر مجاز رفع تخلف شده است.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان بیان اینکه در فروردین ماه، در راستای جمع‌آوری خودروهای فرسوده رهاشده در معابر شهر، ۴۶خطاریه صادر و ۱۲

خودروی فرسوده رهاشده جمع‌آوری شده است، گفت: در این مدت، ۲۵۹ دست‌فروش و ۲۱۰ نفر متکدی جمع‌آوری و ساماندهی شدند.

وی با بیان اینکه در نخستین ماه سال، در بخش کنترل ساختمان در راستای جلوگیری از ادامه فعالیت و تعطیلی کارگاه‌های ساختمانی متخلف یا بدون مجوز و پروانه از ۶۸ مورد احداث زمین بایر جلوگیری شده است، افزود: در این مدت از افزایش طبقات ۳۸

مورد تابلوی غیر مجاز رفع تخلف شده است.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان بیان اینکه در فروردین ماه، در راستای جمع‌آوری خودروهای فرسوده رهاشده در معابر شهر، ۴۶خطاریه صادر و ۱۲

خودروی فرسوده رهاشده جمع‌آوری شده است، گفت: در این مدت، ۲۵۹ دست‌فروش و ۲۱۰ نفر متکدی جمع‌آوری و ساماندهی شدند.

وی با بیان اینکه در نخستین ماه سال، در بخش کنترل ساختمان در راستای جلوگیری از ادامه فعالیت و تعطیلی کارگاه‌های ساختمانی متخلف یا بدون مجوز و پروانه از ۶۸ مورد احداث زمین بایر جلوگیری شده است، افزود: در این مدت از افزایش طبقات ۳۸

مورد تابلوی غیر مجاز رفع تخلف شده است.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان بیان اینکه در فروردین ماه، در راستای جمع‌آوری خودروهای فرسوده رهاشده در معابر شهر، ۴۶خطاریه صادر و ۱۲

خودروی فرسوده رهاشده جمع‌آوری شده است، گفت: در این مدت، ۲۵۹ دست‌فروش و ۲۱۰ نفر متکدی جمع‌آوری و ساماندهی شدند.

وی با بیان اینکه در نخستین ماه سال، در بخش کنترل ساختمان در راستای جلوگیری از ادامه فعالیت و تعطیلی کارگاه‌های ساختمانی متخلف یا بدون مجوز و پروانه از ۶۸ مورد احداث زمین بایر جلوگیری شده است، افزود: در این مدت از افزایش طبقات ۳۸

مورد تابلوی غیر مجاز رفع تخلف شده است.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان بیان اینکه در فروردین ماه، در راستای جمع‌آوری خودروهای فرسوده رهاشده در معابر شهر، ۴۶خطاریه صادر و ۱۲

خودروی فرسوده رهاشده جمع‌آوری شده است، گفت: در این مدت، ۲۵۹ دست‌فروش و ۲۱۰ نفر متکدی جمع‌آوری و ساماندهی شدند.

وی با بیان اینکه در نخستین ماه سال، در بخش کنترل ساختمان در راستای جلوگیری از ادامه فعالیت و تعطیلی کارگاه‌های ساختمانی متخلف یا بدون مجوز و پروانه از ۶۸ مورد احداث زمین بایر جلوگیری شده است، افزود: در این مدت از افزایش طبقات ۳۸

مورد تابلوی غیر مجاز رفع تخلف شده است.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان بیان اینکه در فروردین ماه، در راستای جمع‌آوری خودروهای فرسوده رهاشده در معابر شهر، ۴۶خطاریه صادر و ۱۲

خودروی فرسوده رهاشده جمع‌آوری شده است، گفت: در این مدت، ۲۵۹ دست‌فروش و ۲۱۰ نفر متکدی جمع‌آوری و ساماندهی شدند.

وی با بیان اینکه در نخستین ماه سال، در بخش کنترل ساختمان در راستای جلوگیری از ادامه فعالیت و تعطیلی کارگاه‌های ساختمانی متخلف یا بدون مجوز و پروانه از ۶۸ مورد احداث زمین بایر جلوگیری شده است، افزود: در این مدت از افزایش طبقات ۳۸

مورد تابلوی غیر مجاز رفع تخلف شده است.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان بیان اینکه در فروردین ماه، در راستای جمع‌آوری خودروهای فرسوده رهاشده در معابر شهر، ۴۶خطاریه صادر و ۱۲

خودروی فرسوده رهاشده جمع‌آوری شده است، گفت: در این مدت، ۲۵۹ دست‌فروش و ۲۱۰ نفر متکدی جمع‌آوری و ساماندهی شدند.

وی با بیان اینکه در نخستین ماه سال، در بخش کنترل ساختمان در راستای جلوگیری از ادامه فعالیت و تعطیلی کارگاه‌های ساختمانی متخلف یا بدون مجوز و پروانه از ۶۸ مورد احداث زمین بایر جلوگیری شده است، افزود: در این مدت از افزایش طبقات ۳۸

مورد تابلوی غیر مجاز رفع تخلف شده است.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان بیان اینکه در فروردین ماه، در راستای جمع‌آوری خودروهای فرسوده رهاشده در معابر شهر، ۴۶خطاریه صادر و ۱۲

خودروی فرسوده رهاشده جمع‌آوری شده است، گفت: در این مدت، ۲۵۹ دست‌فروش و ۲۱۰ نفر متکدی جمع‌آوری و ساماندهی شدند.

وی با بیان اینکه در نخستین ماه سال، در بخش کنترل ساختمان در راستای جلوگیری از ادامه فعالیت و تعطیلی کارگاه‌های ساختمانی متخلف یا بدون مجوز و پروانه از ۶۸ مورد احداث زمین بایر جلوگیری شده است، افزود: در این مدت از افزایش طبقات ۳۸

مورد تابلوی غیر مجاز رفع تخلف شده است.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان بیان اینکه در فروردین ماه، در راستای جمع‌آوری خودروهای فرسوده رهاشده در معابر شهر، ۴۶خطاریه صادر و ۱۲

خودروی فرسوده رهاشده جمع‌آوری شده است، گفت: در این مدت، ۲۵۹ دست‌فروش و ۲۱۰ نفر متکدی جمع‌آوری و ساماندهی شدند.

وی با بیان اینکه در نخستین ماه سال، در بخش کنترل ساختمان در راستای جلوگیری از ادامه فعالیت و تعطیلی کارگاه‌های ساختمانی متخلف یا بدون مجوز و پروانه از ۶۸ مورد احداث زمین بایر جلوگیری شده است، افزود: در این مدت از افزایش طبقات ۳۸

مورد تابلوی غیر مجاز رفع تخلف شده است.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان بیان اینکه در فروردین ماه، در راستای جمع‌آوری خودروهای فرسوده رهاشده در معابر شهر، ۴۶خطاریه صادر و ۱۲

خودروی فرسوده رهاشده جمع‌آوری شده است، گفت: در این مدت، ۲۵۹ دست‌فروش و ۲۱۰ نفر متکدی جمع‌آوری و ساماندهی شدند.

وی با بیان اینکه در نخستین ماه سال، در بخش کنترل ساختمان در راستای جلوگیری از ادامه فعالیت و تعطیلی کارگاه‌های ساختمانی متخلف یا بدون مجوز و پروانه از ۶۸ مورد احداث زمین بایر جلوگیری شده است، افزود: در این مدت از افزایش طبقات ۳۸

مورد تابلوی غیر مجاز رفع تخلف شده است.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان بیان اینکه در فروردین ماه، در راستای جمع‌آوری خودروهای فرسوده رهاشده در معابر شهر، ۴۶خطاریه صادر و ۱۲

خودروی فرسوده رهاشده جمع‌آوری شده است، گفت: در این مدت، ۲۵۹ دست‌فروش و ۲۱۰ نفر متکدی جمع‌آوری و ساماندهی شدند.

وی با بیان اینکه در نخستین ماه سال، در بخش کنترل ساختمان در راستای جلوگیری از ادامه فعالیت و تعطیلی کارگاه‌های ساختمانی متخلف یا بدون مجوز و پروانه از ۶۸ مورد احداث زمین بایر جلوگیری شده است، افزود: در این مدت از افزایش طبقات ۳۸

مورد تابلوی غیر مجاز رفع تخلف شده است.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان بیان اینکه در فروردین ماه، در راستای جمع‌آوری خودروهای فرسوده رهاشده در معابر شهر، ۴۶خطاریه صادر و ۱۲

خودروی فرسوده رهاشده جمع‌آوری شده است، گفت: در این مدت، ۲۵۹ دست‌فروش و ۲۱۰ نفر متکدی جمع‌آوری و ساماندهی شدند.

وی با بیان اینکه در نخستین ماه سال، در بخش کنترل ساختمان در راستای جلوگیری از ادامه فعالیت و تعطیلی کارگاه‌های ساختمانی متخلف یا بدون مجوز و پروانه از ۶۸ مورد احداث زمین بایر جلوگیری شده است، افزود: در این مدت از افزایش طبقات ۳۸

مورد تابلوی غیر مجاز رفع تخلف شده است.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان بیان اینکه در فروردین ماه، در راستای جمع‌آوری خودروهای فرسوده رهاشده در معابر شهر، ۴۶خطاریه صادر و ۱۲

خودروی فرسوده رهاشده جمع‌آوری شده است، گفت: در این مدت، ۲۵۹ دست‌فروش و ۲۱۰ نفر متکدی جمع‌آوری و ساماندهی شدند.

وی با بیان اینکه در نخستین ماه سال، در بخش کنترل ساختمان در راستای جلوگیری از ادامه فعالیت و تعطیلی کارگاه‌های ساختمانی متخلف یا بدون مجوز و پروانه از ۶۸ مورد احداث زمین بایر جلوگیری شده است، افزود: در این مدت از افزایش طبقات ۳۸



ساختمان، تعمیرات داخلی غیر مجاز ۲۴۳ ساختمان، تبدیل وضعیت ۵۹ ساختمان و فعالیت ۱۰۶۲ کارگاه ساختمانی متخلف نیز جلوگیری شده است.

ابوطالبی با اشاره به اقدامات مدیریت پیشگیری و رفع تخلفات شهری در بخش کنترل دفع ضایعات ساختمانی سطح شهر همچون پیشگیری و تعطیلی کارگاه‌های ایجادکننده سد معبر از مصالح و نخاله‌اظهار کرد: در این زمینه ۵۶۰ موردخطاریه صادر و ۸۰ کارگاه ساختمانی متخلف نیز تعطیل شده است.

مدیرکل پیشگیری و رفع تخلفات شهری شهرداری اصفهان تصریح کرد: در نخستین ماه سال جاری، در راستای اجرای ماده ۱۱۰ قانون شهرداری‌ها، ۹۴ رای اجراشده است.

خبر روز

## معاون هماهنگی امور عمرانی استاندار اصفهان: رودخانه زاینده‌رود حق قانونی و شرعی مردم اصفهان است

### معاون هماهنگی امور عمرانی استاندار اصفهان گفت: زاینده‌رود فراتر از یک رودخانه و حق قانونی و شرعی مردم اصفهان است.



مهران زینلیان در نشست با معاون آبخیزداری کشور با اشاره به اینکه بیش از ۹۳ درصد از مساحت حوضه زاینده‌رود در استان اصفهان قرار دارد، اظهار داشت: براساس مساحت، حوضه زاینده‌رود مترادف با استان اصفهان است البته بخشی از هموطنان عزیز ما در استان چهارمحال و بختیاری نیز در این حوضه زندگی می‌کنند و این حوضه مشروب‌کننده سایر هموطنان در استان‌های مجاور از جمله بخشی از استان مرکزی است.

وی ادامه داد: بر این اساس طبیعی است که حساسیت ویژه‌ای حول محور زاینده‌رود در استان ما وجود داشته باشد زیرا زندگی مردم استان و بقای تمدن اصفهان وابسته به این رودخانه است.

معاون هماهنگی امور عمرانی استانداری اصفهان گفت: با رویه‌های اشتباه و عدم توسعه پایدار در سال‌های گذشته، اصفهان با مخاطرات بسیاری مواجه شده و خطرهای بسیاری از جمله فرونشست، مشکلات زیست محیطی، خشک شدن تالاب زاینده‌رود و ... استان اصفهان را تهدید می‌کند.

زینلیان افزود: همکاران ما در اداره کل منابع طبیعی استان تلاش‌های قابل توجهی در راستای تعیین الگوی مناسب آبخیزداری با توجه به شرایط استان دارند و ما نیز از ابتدای مسئولیت در معاونت هماهنگی امور عمرانی استانداری درصدد استفاده از راهکارهای کارشناسی شده در این حوزه بوده‌ایم.

وی تأکید کرد: طبق تأکیدات مقام معظم رهبری در خصوص حل مسائل و مشکلات مردم توسط دستگاه‌های اجرایی بر مبنای عدالت و با عمل به تعهدات و نکاتشدن مشکلات به مردم در تلاش هستیم؛ با نگاه همه جانبه به موضوع و در نظر گرفتن رفاهیت استان اصفهان و سایر استان‌های مجاور با مطالعات انجام شده در حوزه آبخیزداری به برنامه‌های مشخص و کارشناسی شده دست یابیم.

### کاهش ضریب تبدیل باران به آب در حوضه زاینده‌رود معاون هماهنگی امور عمرانی استانداری اصفهان با اشاره به ویژگی‌های منحصر به‌فرد حوضه زاینده‌رود، گفت: زاینده‌رود در اصفهان فراتر از یک رود و حقایق مردم است و از لحاظ فقهی و شرعی مراجع عظام تقلید حکم داده‌اند کسانی که حقایق به هستند حق قانونی و شرعی دارند.

زینلیان خاطر نشان کرد: طبق اعلام وزارت نیرو ضریب تبدیل باران به آب در حوضه زاینده‌رود کاهش یافته است و بایستی در شرایط فعلی به راهکاری پایدار دست یابیم تا بیش از این حقایق‌داران زاینده‌رود از جمله کشاورزان و محیط زیست در استان اصفهان با مشکل مواجه نشوند.

به گزارش مهر، این نشست با هدف بررسی بندهای آبخیزداری بالاست سد زاینده‌رود با حضور حسن وحید معاون آبخیزداری، مراتع و امور بیابان سازمان منابع طبیعی و آبخیزداری کشور برگزار شد. گفتنی است سازمان منابع طبیعی درخصوص بندهای آبخیزداری بالادست زاینده رود مشاوری انتخاب و مطالعات خود را آغاز کرده است. بنا بر آمار اعلام شده از سوی این سازمان ۵۰ بند آبخیزداری با هدف کنترل سیلاب در بالادست رودخانه در حوزه سیاسی استان اصفهان وجود دارد.

معاون آموزش و پرورش اصفهان عنوان کرد:

## طرح‌های پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی در اصفهان ناکافی

معاون پرورشی و فرهنگی اداره کل آموزش و

پرورش اصفهان طرح‌های کنونی و انجام شده برای پیشگیری آسیب‌های اجتماعی دانش‌آموزان را ناکافی ارزیابی کرد و گفت: آموزش و پرورش در حال اجرای طرح‌های مختلفی برای پیشگیری از این نوع آسیب‌ها از جمله طرح صدف، شهید شاه مرادی و شهید علی وردی است.

مهدی نهنبات در کارگاه آموزشی والدین پیشگام در تالار ادب آموزش و پرورش اصفهان افزود: باید با برگزاری این گونه کارگاه‌ها و تقویت ارتباط بین والدین و مدرسه، اطلاعات کافی در اختیار اولیای دانش‌آموز قرار گیرد تا بتواند با دیدن چه رفتارهایی باید احساس خطر کند.

وی با اشاره به این که ۲۵ طرح مقابله با آسیب‌های اجتماعی دانش‌آموزان در استان اصفهان در حال مطالعه و برنامه‌ریزی است، گفت: در شرایط حاضر دانش‌آموزان استان در پنج هزار و ۷۰۰ مدرسه در حال تحصیل هستند و با توجه به اینکه کارهایی که تاکنون انجام شده در کاهش آسیب‌های اجتماعی برای آنها کافی نبوده است این مهم با جدیت در این معاونت دنبال می‌شود. نهنبات با اشاره به اقدام مهم آموزش و پرورش استان در تبدیل هسته‌های مشاوره آموزش و پرورش به مرکز مشاوره افزود: در زمان حاضر ۴۲ مرکز در استان فعال است.

وی خاطر نشان کرد: بر این اساس به والدین

پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی دانست و گفت: باید از فعالیت‌های مختلف هنری، فرهنگی، اردویی و تربیتی برای این منظور استفاده کرد. معاون پرورشی و فرهنگی اداره کل آموزش و پرورش استان اصفهان، دانش‌آموز، معلم و ولی دانش‌آموز را سه گروه مخاطب آموزش و پرورش دانست و افزود: از مضراب تا محراب عرصه فعالیت حوزه پرورشی است و ما مشتاق تفکرات و ایده‌های تازه برای فعالیتهای تربیخش هستیم. به گزارش ایرنا، جمعیت کنونی دانش‌آموزی استان اصفهان حدود یک میلیون نفر است که در بیش از ۶ هزار واحد آموزشی و زیر نظر حدود ۸۰ هزار معلم مشغول تحصیل هستند.





## Iran, Uzbekistan negotiate establishment of joint free zone

The secretary of Iran's Free Zones High Council negotiated with the officials of the free trade and special economic zones of Uzbekistan about the establishment of a joint free zone between the two countries, during a two-day visit to Tashkent.

As reported, Hojatollah Abdolmaleki participated in the international investment meeting of Uzbekistan, which was held in the presence of the president and other high-ranking officials of this country and heads of international and regional financial organizations and institutions.

By visiting several free and special zones of Uzbekistan, the Iranian official discussed the benefit and use of joint capacities and opportunities for investment and trade between the two countries.

Two weeks ago, Abdolmaleki announced that Iran is negotiating with 17 countries for the establishment of joint free zones and said by setting up these free zones, trade and investment will be facilitated.

He named Russia as one of the countries in this due.

In mid-March, the deputy head of the Free Zones High Council said that Iran and Iraq have reached an agreement to form a joint free trade zone on the border of the two countries in the near future.

According to Ahmad Jamali, the decision for establishing the mentioned zone was made during the two countries' fifth Joint Economic Committee meeting in Baghdad.

Underlining the fact that three of Iran's major free zones are located near the Iraqi border, Jamali noted that along with the joint zone, these four free trade zones can play a significant role in boosting the trade exchanges between the two countries. The establishment of free trade zones (FTZs) in Iran dates back to the Iranian calendar year 1368 (March 1989 - March 1990) following the fall in the country's oil income in the preceding year which prompted the government to promote non-oil exports.

The first two free trade zones of Iran were established in the south of the country. The first one was Kish Free Trade Zone established in 1368 on Kish Island in the Persian Gulf and the second one was Qeshm Free Trade Zone established the year after on Qeshm Island in the Strait of Hormuz.

Some five other free trade zones have been also established in the country since then, including Chabahar in southeastern Sistan-Baluchestan Province, Arvand in southwestern Khuzestan Province, Anzali in northern Gilan Province, Aras in East-Azərbayjan Province and Maku in West-Azərbayjan Province, both in the northwest of the country.

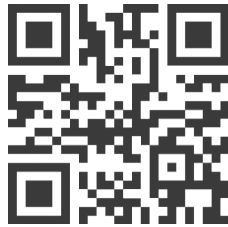
The development of existing free trade zones and the establishment of new FTZs has become one of the major economic approaches of the Iranian government.

In last December, the secretary of the Free Zones High Council said that this council is seeking to modify the country's free trade zones (FTZ) comprehensive law.

Speaking in a TV program, Abdolmaleki said, "The good news for the entrepreneurs of the regions, both the current ones and those who, God willing, will soon join us, is that we are looking for the modification of the so-called comprehensive law."

"The free zones have been relatively successful, although they also had failures; What is our main goal is to guide the free zones to that main path and those goals that are considered in the resistance economy that are the increase of exports and foreign investment and the transfer of technology and also meeting the country's needs", the official stated.

"We follow two approaches or two general strategies in the new period of management in the free zones. Our first approach is to popularize the free zones and our second approach is to globalize these zones", he added.



## Iran's annual export to Turkey up 23%



The value of Iran's export to Turkey increased by 23 percent in the past Iranian calendar year 1401 (ended on March 20), an official with Iran's Trade Promotion Organization (TPO) announced.

Farzad Piltan, the director-general of TPO's Office of West Asian Countries, said that based on the data released by the Islamic Republic of Iran Customs Administration (IRICA), Iran exported commodities worth \$7.45 billion to its neighbor in 1401, while the figure was

\$6.079 in 1400. Saying that Turkey was Iran's third top export destination in the past year, the official named natural gas, aluminum, urea, polyethylene, copper cathode and cathode parts, copper wires, iron and steel ingots, and polyethylene as the major products Iran exported to Turkey in the previous year. Piltan further announced that Iran's import from Turkey also rose 15 percent to about \$6 billion in 1401, from \$5.2 billion in 1400.

Stating that Turkey was the third source of import for Iran in the previous year, the official named sunflower seed oil, road tractors, corn, bananas, generators, barley, soybeans, synthetic fibers, crude soybean oil, and solid acrylic polymers as the main items Iran imported from its neighbor in 1401. Based on the data previously released by the Turkish Statistical Institute, the value of Iran's exports to neighboring Turkey increased by 19 percent to reach \$3.35 billion in 2022.

Turkey had imported over \$2.82 billion worth of commodities from the Islamic Republic in 2021.

Based on the mentioned data, Iran's imports from the country also marked an 11-percent rise to hit \$3.07 billion in the past year, in comparison with 2021, when the figure was \$2.77 billion.

According to the Turkish Statistical Institute, the trade between the two countries has registered a 15-percent rise in 2022.

The value of trade between the two neighbors reached \$6.42 billion in 2022, while the figure stood at \$5.59 billion in the preceding year.

Iran's trade balance with Turkey has been \$280 million positive in favor of Iran in the past year. In last July, Iran and Turkey discussed ways of expanding economic relations along with political ties at the Turkish-Iranian High-Level Cooperation Council in Tehran.

During the meeting, which was co-chaired by Iranian President Ebrahim Raisi and Turkish President Recep Tayyip Erdogan, the two sides negotiated the extension of the gas export contract between the two sides for the next 25 years.

In the meeting, President Raisi noted that the Islamic Republic of Iran is determined to expand economic relations with neighboring countries.

The president also evaluated Tehran-Ankara ties as positive and progressive, saying that the two countries should pursue appropriate policies to move towards increasing their annual trade exchanges to \$30 billion. On the sidelines of the mentioned meeting, Iranian Energy Minister Ali-Akbar Mehrabian also held talks with Turkish Minister of Energy and Natural Resources Fatih Dönmez in which the two sides exchanged views on cooperation in energy fields.

Later on, Head of Turkey's Small and Medium Enterprises Development Organization (KOSGEB) Hasan Basri Kurt met with Head of Iran Small Industries and Industrial Parks Organization (ISIPO) Ali Rasoulian to discuss ways of expanding cooperation between the small and medium-sized enterprises (SMEs) of the two countries.

In this meeting Rasoulian referred to the signing of a memorandum of understanding (MOU) between the two countries on cooperation between SMEs, saying: "President Raisi has emphasized setting up joint industrial parks in the country's special economic zones, considering the good infrastructure for setting up such parks in the free and special economic zones and the active presence of economic enterprises in these areas."

## Over 7,600 tons of honey produced in Isfahan province in a year



As announced by a provincial official, 7,623 tons of honey was produced in Isfahan province during the past Iranian calendar year 1401 (ended on

March 20). Hamed Sedarat, an official in charge of honey bee affairs in the province's Agriculture Department, also announced that based on the census results of the beehives of the province about 260 kilograms of other honey bee products, including royal jelly, propolis, pollen, wax and venom, were also produced in the province during the previous year.

He further announced that according to the latest census conducted last October, Isfahan province has 4,882 apiaries and 858,310 bee colonies, indicating an increasing trend compared to the past.

According to the latest census of the country's apiaries by the Agriculture Ministry, the production of honey is

136,000 tons in the country, a board member of the Iran Beekeepers Association announced.

Mohammad Fekri said that with producing 30,000 tons of honey per annum, West Azarbaijan province supplies more than 22 percent of the country's annual honey, East Azarbaijan, Fars, Ardebil, and Kermanshah provinces come next, and about 43 percent of the honey is produced in other provinces.

As stated by the chairman of the Animal Science Research Institute of Iran (ASRI), Iran ranks third in the world in the number of apiaries.

Mokhtar Mohajer also said that Iran's rank in honey production is changing and moving between the fourth and sixth place in the world.

## 5,000 hectares of land to be added to industrial parks in a year

The head of Iran Small Industries and Industrial Parks Organization (ISIPO) announced that 5,000 hectares of land will be added to the industrial parks of the country in the current Iranian calendar year (began on March 21).

Explaining the role of small industries and industrial parks in the growth of production in a TV program, Ali Rasoulian also announced that the establishment of 1,057 industrial parks in the country has been approved, adding that there are 858 active industrial parks and zones in Iran, where more than one million people are directly employed in the form of entrepreneurs and employees of production units.

The official further announced that 51,000 production units are active in the field of chemicals, metals, non-metallic minerals, foods, textiles, and other sectors in the industrial parks and zones of the country.

The ISIPO head has stressed that reviving idle production units is the main approach that the government is currently following in the industry sector.

The government is seriously pursuing its programs to resolve production units' problems in collaboration with the private sector; Very good planning has been done in this regard, Ali Rasoulian has stated.

As announced by the ISIPO head, 1,714 idle production units were revived in the country during the past year.

Referring to the Leader's emphasis on knowledge-based employment last year, Rasoulian said: "We have formulated a coherent operational package to support knowledge-based companies and



considered incentives and advantages for giving land to such companies."

He added: "Last year, we gave land to more than a hundred knowledge-based companies, and we managed to meet 107 out of 378 technological needs of these companies, which were previously met from abroad, inside the country."

Pointing out that a good relationship has been established between knowledge-based companies and large enterprises, the deputy industry, mining and trade minister announced that 120 companies were added to the list of knowledge-based companies last year.

"We agreed with the Technology Department of the Ministry of Science to establish knowledge-based parks in industrial estates so that companies can take advantage of these parks", he added.

Referring to this year's slogan, which is "Inflation Control, Production Growth", Rasoulian said: "We must control inflation and increase production be-

cause these two have serious effects on each other." He called providing industrial infrastructure and supporting small industries as requirements for production growth and said: "Supporting small industries and providing their financial resources and involving the private sector are our goals."

Stating that handing over affairs to the private sector is one of the policies of the Ministry of Industry, Mining and Trade, the official emphasized: "It is easier to revive the stagnant units than to provide financial support to the units, and therefore we are trying to connect the driving companies to the stagnant units."

The ISIPO head further announced the preparation of investment packages for the participation of the private sector and said: "We are creating workshops for small enterprises and are identifying enterprises with competitive products."

According to Rasoulian, the approach of reviving the idle units is very important since the country has been dealing with the most severe international sanctions for many years; and it relies more than ever on domestic production.

Of course, what is seen as the result of the efforts of the ISIPO, as one of the main organizations in charge of boosting the country's production, planning and diligent follow-up to revive the stagnant production units, fortunately, the work in this due is on the right track, the official has stated, highlighting that revival of each stagnant production and industrial unit leads to job creation and return to work of 18 people on average.

## President pays two-day visit to Khuzestan

President Seyed Ebrahim Raisi visited Khuzestan Province on Thursday morning as part of his second round of provincial trips. Upon his arrival in the border province, President Raisi told reporters that the young people of Khuzestan should not suffer from unemployment. "The government is looking to solve the problems of the province by considering the many facilities and capacities of Khuzestan," he said, according to the official website of the Iranian presidency. In Khuzestan, the president visited several cities such as Dezful, Andimeshk, Ahwaz, Karun, and Shadegan. He also visited several projects in the oil-rich province. Raisi delivered a speech before a group of Ahwazi people on Thursday afternoon. "Iran is indebted to Khuzestan, and today the whole country, especially we the officials, must pay our respects to this province and its loyal and resistant people," he said.

Underlining that God has placed many capacities in Khuzestan, and one of the most important of these capacities is the province's young, competent workforce, Raisi said, "I said at the beginning of the Popular Administration in Ahwaz, and I still say today, that the issue of creating employment and eliminating unemployment is one of the priorities of the province."

The president emphasized that the managers and officials of the province should always give priority to the local forces in employing the forces, and stated, "Creating employment is one of the priorities of the Popular Administration, and in this regard, the responsibility is not only on the Ministry of Cooperatives, Labour and Social Welfare, but all the parts of the country should feel responsible."

Raisi noted, "If necessary, I will travel to Khuzestan 70 times to solve the problems of these people, and if the problems of people of Khuzestan are not resolved, I will not rest."

Addressing the people of Khuzestan, he said, "I have the same promise that you people of Khuzestan have with the religious jurist, the Revolution. This is not about vote, in our religious culture and cultural system, the place of covenant is much higher than vote, and just as you people are faithful to your covenant with the system and Revolution, I am also faithful to my covenant with you." Raisi stated that the provincial managers and the relevant government managers should make a jihadist effort to fulfill the employment quota of Khuzestan, adding, "The Popular Administration is trying hard to make up for the backwardness in Khuzestan, and for example, the work done during the period of this government in the sewage field is equal to the work done in the last 30 years, and instead of 12 work fronts in the past, today 150 work fronts have been activated in the implementation of the sewer plan." Referring to the implementation of water supply plan for 1,700 villages in the country, and the plans related to 174 villages in Khuzestan that were put into operation on Thursday, he stated, "In the past year, as many power plants as the entire period of the 12th Administration have been built, and in the field of solving infrastructural deficiencies, jihadist activities are being carried out in the country."

**2023 IBSA Judo Asian Championships: Jeddi takes gold**

Vahid Jeddi of Iran claimed a gold medal in the 2023 edition of the IBSA Judo Asian Championships on Friday. He defeated his Japanese rival in the J2-73kg class. Iran's Mahdi Borchlou also claimed a bronze medal in the J1-73kg class. Earlier in the day, Meysam Banitaba

had defeated his Indian rival by ippon in the 60kg weight class. A total of 85 judokas (58 men and 27 women) from 11 Asian countries compete for the continental title in Astana, Kazakhstan. The competition is part of the qualification for Paris 2024.

**Iranian navy seizes tanker that hit fishing vessel**



The Iranian Navy has seized a Marshall Islands-flagged oil tanker in the Sea of Oman and directed it toward Iran's coastal waters after the ship hit an Iranian fishing vessel and tried to flee. The foreign oil tanker collided with an Iranian fishing boat in the Persian Gulf late on Wednesday, the public relations department of the Iranian Army said on Thursday. "The seizure came after an unknown ship collided with an Iranian vessel last night on Wednesday in the Persian Gulf, causing several Iranian crew members to go missing and get injured," the Army said on Thursday.

According to the report, two crew members are still missing.

According to international law, in such cases the vessel responsible for the incident is tasked to rush to the help of the crew and provide medical services to the injured.

Recovering from the shock, the fishermen managed to issue a distress call. The Iranian Navy shortly after seized the tanker in the Sea of Oman after having been contacted by the Maritime Surveillance and Rescue Center (MRCC), Press TV reported.

The vessel was intercepted by Bayandor corvette of the Iranian Navy in compliance with a confiscation order issued by judicial authorities.

**Unity among ethnic groups has always thwarted foes' plots, Raisi says**

Ebrahim Raisi, the President of Iran, has emphasized that the unity between tribes and ethnic groups in Khuzestan has consistently thwarted the adversaries' plans and urged the preservation of this unity and solidarity.

In a meeting with tribal leaders in Khuzestan on Thursday at the Ershad Mosque in Ahvaz, Raisi stated that Khuzestan made a fair contribution to the country and that everyone in Iran, especially the government officials, must now be completely at the service of people in the province.

President Raisi noted that creating jobs is Khuzestan's top goal, and employing locals has priority over non-locals in all fields.

Businesses stationed in this province are required to give priority to Khuzestani youth. Raisi also pointed out that sanctions against Iran would be lifted and current issues will be resolved by the Iranian people on their own.

He emphasized the province's enormous sacrifices and resistance during the Sacred Defense years, urging officials to uphold their duty to the Khuzestani people.

"The administration is collaborating with the populace to promote the nation's development in economic, social, and cultural spheres," he added.

**Hair Vitamins: What Are They, and Do They Work?**

Source: [https://www.healthline.com/nutrition/do-hair-vitamins-work?utm\\_source=ReadNext#bottom-line](https://www.healthline.com/nutrition/do-hair-vitamins-work?utm_source=ReadNext#bottom-line)

By: PARISA JAMADI

Many cultures around the world view hair as a sign of beauty and health. Unfortunately, for many people growing healthy hair is a challenge. This has led to an increase in hair supplements on the market.

While hair vitamins and supplements are often advertised as the secret to healthy hair, skeptics argue that they lack scientific evidence to support their use. This may leave you wondering what hair vitamins are and whether they work.

This article discusses hair vitamins, their effectiveness, and whether they're worth buying.

What are hair vitamins? Hair vitamins are supplements with purported benefits for hair health. For example, popular brands claim that their products can improve hair growth, shine, thickness, and strength.

A multitude of products is on the market, many of which contain similar ingredients, including biotin, vitamins C and E, collagen, folic acid, and ome-

ga-3 fatty acids. They may also contain additions like ashwagandha and ginseng, which some people believe can strengthen hair.

Though widely popular, these products are mostly endorsed by paid celebrities and influencers and rarely by health professionals.

Which nutrients aid hair health?

Hair health is determined by a multitude of factors, such as age, genetics, hormone levels, medical conditions, diet, stress, and hair treatments.

Signs of unhealthy hair include noticeable hair loss or thinning, lack of growth, dryness, weakness, brittleness, and dullness (3Trusted Source). In many cases, improving your diet and lifestyle can support healthy hair. In particular, getting enough of these key nutrients may improve the health and integrity of your hair (4Trusted Source):

- protein
- vitamin A
- vitamin B12
- vitamin C



- vitamin D
- vitamin E
- biotin (B7)
- iron
- selenium
- zinc

In particular, protein is essential for hair growth, as it's the main building block of hair. Additionally, deficiencies in nutrients like B vitamins, iron, and vitamins C and D have been linked to hair loss, poor hair growth, and weak hair (4Trusted Source, 5Trusted Source, 6Trusted Source).

Increased hair loss and weak, unhealthy hair can also be caused by diets that are extremely low in calories and fat, such as certain weight loss diets, as well as diets that remove entire food groups, such as vegan eating patterns (5Trusted Source, 7Trusted Source, 8Trusted Source, 9Trusted Source).

If you suspect any underlying causes of hair loss or a lack of growth, it's important to work with a dermatologist or other healthcare professional to

identify them.

Effectiveness

Despite the widespread use of hair vitamins and supplements, there's little clinical data to support their ability to treat hair conditions.

While certain nutrients have been linked to better hair health, most studies have shown that hair supplements are only effective in people whose hair issues are caused by an existing nutrient deficiency (10Trusted Source). Furthermore, there's little evidence that hair loss supplements with nutrients like iron, biotin, B vitamins, vitamin C, zinc, selenium, and folic acid improve hair health or growth. Rather, some supplements may even worsen hair loss or cause nutrient toxicity (17Trusted Source).

Instead of taking arbitrary supplements to promote hair growth, try to work with a healthcare professional to determine any underlying causes of hair loss and screen for deficiencies that can be treated through your diet, carefully selected supplements, or

both (17Trusted Source).

The bottom line

To date, no clinical studies show that hair vitamins and supplements promote hair growth, prevent hair loss, or improve other facets of healthy hair such as dryness, shine, and thickness. In rare cases in which poor hair health is caused by nutrient deficiencies, taking supplements may improve hair quality. A diet low in calories, fat, or protein is also linked to hair loss, and upping your intake of these may do the trick.

However, for most healthy people, taking hair supplements is unlikely to confer any benefits. Instead, focus on eating a varied diet comprising mostly whole, minimally processed foods to provide your body with the nutrients it needs to produce healthy hair.

Though it may be tempting to buy hair vitamins, you're better off investing your money and time elsewhere. If you suspect any underlying causes of your hair issues, consider talking to a healthcare professional.

**Raisi inaugurates major development projects in Khuzestan province**



Iranian President Ebrahim Raisi traveled to the southwestern Khuzestan province on Thursday, and inaugurated a number of development projects and visited some underway plans in the province during his two-day trip.

As reported, 11 ministers and five vice presidents accompanied Raisi during the second provincial trip of the president and cabinet to Khuzestan.

The president inaugurated the project to double track 70 kilometers of the important Ahvaz-Andimeshk railway, Andimeshk Combined Cycle Power Plant, water supply projects to several villages, and Howeyzeh Refinery in his trip to Khuzestan.

He also participated in the celebration ceremony of the revival of 160 inactive units of Khuzestan in Dezful county, paid a monitoring visit to the Ghadir water

transfer project, meet the people of Andimeshk and Shadegan, as well as entrepreneurs, managers, and cultural activists of the province during his travel.

Raisi inaugurated the project to double track 70 kilometers of the Ahvaz-Andimeshk railway in the first day of his visit to the province.

The construction of the second railway line from Ahvaz to Andimeshk is one of the approved projects of the first visit of the president to Khuzestan, and 70 km of the second railway line was inaugurated by the president during this trip.

It is one of the major infrastructure projects of the province.

The said 70 kilometers of this line was built at the cost of 40 trillion rials (about \$95.3 million).

Increasing the speed of passenger trains to 120 km/h and increasing the annu-

al load capacity of this rail axis from 10 million tons to 14 million tons are among the benefits of this project.

The 307-MW gas units of Dokouheh Combined Cycle Power Plant of Andimeshk, which was built at the cost of €142 million, was the other inaugurated project.

Enjoying one gas unit and one steam unit with a total capacity of 451 megawatts, Dokouhe Combined Cycle Power Plant is one of the most efficient power plants under construction in the country. Raisi also inaugurated some major projects in the oil industry during his travel to the oil-rich province, including three large projects to collect flare gases.

Regional electricity projects worth 87 trillion rials (about \$207 million) were also inaugurated by the president in his trip to Khuzestan.

**National Housing Movement plan enjoys over 40% progress in Zanjan province**



The National Housing Movement plan enjoys over 40 percent progress in Zanjan province, according to Behzad Kordlou, an official with the Transport and Urban Development Department of the province.

Two weeks ago, Transport and Urban Development Minister Mehrdad Bazrpash said that lands have been given to 136,000 applicants for the construction of National Housing Movement units.

National Housing Movement to construct four million housing units in four years is one of the major plans of the current government in the housing sector.

According to the plan, out of these four million residential units, 3.2 million units will be constructed in cities and 800,000 units in villages, some of these units are currently being constructed after providing

lands and preparing the necessary conditions.

After National Housing Action Plan (started in 2018), National Housing Movement is the government's second major program to provide affordable housing units for the low-income classes.

The operation for the construction of 209,212 residential units of the National Housing Movement began in February 2022.

The ceremony to begin the mentioned operation and also to launch some development projects in the housing sector was attended by former Transport and Urban Development Minister Rostam Qasemi.

Also, in July 2022, the minister inaugurated a project for the construction of the first group of affordable housing units for laborers under the framework of the National Housing Movement.





