نصف جهان
روزنامه

روزنامه مستقل استان اصفهان

www.nesfejahan.net

بدن به چه مقدار ویتامین B۳ نیاز دارد؟ ۱۱

دعوای همکلاسی ها رنگ خون گرفت ۱۴

بلندگوهای هوشمند ابزاری برای استراق سمع! ۱۵

ژن‌های خوب روی خط بازیگری
از «باران» تا «لیلا» ۱۰

سروش صحت در گفتگو با نصف جهان:

نتایج سپاهانی ها حسابی روی اعصاب است

۱۲

گروه ارتباطی شبکیه

www.shabakieh.com

جشنواره هفته به هفته اینترنت پرسرعت ADSL
۱۰ مگابیت سرعت
۱۸ ماه زمان اشتراک
۵ گیگ+ مودم وایرلس
فقط ۶۹۰۰۰ تومان

هر هفته یک طرح جذاب در کانال @ shabakieh

شماره تلفن جهت ثبت نام: ۳۱۳۶۲۰۴۵۲۰

اقساط ۴ ساله بدون پیش پرداخت
۲۰ میلیون خرید
هر ماه فقط ۵۸۰ هزار تومان
با ۱۵ سال سابقه درخشان.

طرح عقیق فاطمیون

جامع ترین جناب ترین متفاوت ترین مرکز خرید نقد و اقساط کشور

خرید الواح:
لوازم خانگی برقی ایرانی و خارجی
سیستم های صوتی و تصویری
ظروف و لوازم آشپزخانه چینی، بلور، پلاسکو
انواع فرش ماشینی و موکت و...
مبلمان و سرویس چرم، استیل، راحتی، اسپرت
پرده و تزیینات داخلی
آینه و شمعدان، لوستر و انواع کالای لوکس
کالای خواب، روتختی، ملحفه، تشک و...

انواع کالا و تجهیزات ساختمانی، موجود، آماده کار، صفحه دار
درب و پنجره های مجهز و سنگ کالای روکش ساختمان
سیستم های سرمایشی و گرمایشی، انواع کولر، پکیج و رادیاتور
خدمات ساختمانی و آرایشی و تعمیرات مختلف و...
طراحی داخلی MDF
انواع سیستم های رایانه ای، مکانیزه، لپ تاپ، موبایل
انواع موتور سیکلت، دوچرخه و قطعات

جهیزیه کامل
سیسمونی کامل
اقساط بدون سود و کوتاه مدت
اقساط بلند مدت و وامی با کمترین سود

خیابان هاتف جنب بانک ملی مجتمع زرنگار واحد ۵۸

تلفن: ۳۲۷۰۶۵۷۵ _ ۳۲۲۱۰۸۳۴ _ ۰۹۱۳۳۱۵۰۳۹۸

با تخفیف ۵۰٪
همین حالا مشترک شوید!
+ ارسال رایگان
طرح اشتراک نشریات

eshterak.ir

ژن‌های خوب روی خط بازیگری

از «باران» تا «لیلا»

همین چند روز قبل بود که نوید محمدزاده، بازیگر فیلم «بدون تاریخ بدون امضا» از جشنواره فیلم ونیز جایزه گرفت البته وحید جلیلوند، کارگردان این فیلم نیز یکی از شیرهای بالدار این جشنواره را از آن خود کرد. اما نکته قابل ملاحظه تر در این جشنواره حضور باران کوثری بود. برخی حتی حضور او را بی تأثیر در رأی داوران ندانسته وگفتند شاید به واسطه حضور مادرش رخشان بنی اعتماد در هیئت داوران توانسته بر رأی دیگر داوران این جشنواره تأثیر بگذارد و جایزه ای را در دستان دوست سینمایی اش نوید محمد زاده قرار دهد! این دو در فیلم های «عصبانی نیستم» و «لانتوری» به کارگردانی رضا درمیشیان در کنار هم بازی کردند و همین فیلم ها باعث شد تا محمدزاده بیشتر دیده شود و جوایزی را از آن خود کند.

● **دختری شبیه باران!**

باران کوثری تنها فرزند رخشان بنی اعتماد و جهانگیر کوثری است.بنی اعتماد، سینماگر سرشناس ایرانی است که برخی از فیلم هایش را همسرش جهانگیر کوثری تهیه کرده است. کوثری سال ها به عنوان مجری نیز با تلویزیون همکاری می کرد که این همکاری از سال ۸۸ از طرف سازمان صدا و سیما قطع شد.

باران کوثری از همان بچگی در کنار پدر و مادرش سینما را شناخت و با آن بزرگ شد. او سن و سال کمی داشت که در فیلم «روسری آبی» به کارگردانی مادرش بازی کرد و خیلی کم سن و سال بود که با مادرش به جشنواره های خارجی می رفت و عکس بچگی های او در کنار زنده یاد عباس کیارستمی در جشنواره لوکارنو بسیار دیده شده و بعد از درگذشت کیارستمی بازتاب های زیادی در شبکه های اجتماعی داشت.

باران کوثری بازیگر خوبی است و تاکنون چند جایزه را از آن خود کرده که مهمترین آنها برای بازی در فیلم «خون بازی»(به کارگردانی رخشان بنی اعتماد) است. اما واقعیت این است که حواشی باران کوثری گاهی بازیگری او را تحت تأثیر قرار می دهد. گرایش سیاسی او به سمت اصلاح طلبان است و پروایی ندارد که آن را بیان کند. عصیانگری باران گاهی به پرخاشگری هم نزدیک می شود؛ او چند سال قبل با علیرام نورایی، بازیگر فیلم «قلاده های طلا» درگیر شد و سیلی ای که به صورت این بازیگر زد هنوز هم در یادها مانده است. او حتی پروایی ندارد که مقابل دوربین تلویزیون و میلیون ها بیننده پدر خود را وارد چالش کند همان کاری که در برنامه «شب شیشه ای» (رضا رشیدپور) کرد و زمانی که با پدرش مهمان این برنامه بود وقتی جهانگیر کوثری گفت دوست دارد دخترش با ابراهیم حاتمی کیا نیز همکاری داشته باشد، باران همانجا و سرضرب گفت که این خواسته پدرش است و خودش چندان تمایلی به این همکاری ندارد!

باران ۳۲ ساله حالا آنقدر در سینما برای خودش اسم و رسمی به هم زده که دیگر زیر سایه پدر و مادرش نیست اما آنهایی که از نزدیک او را دیده اند و حتی چند ساعتی با او معاشرت داشته اند، می دانند که روحیه عصیانگر و تاحدودی پرخاشگرانه او نه به پدرش رفته نه به مادرش. او شبیه خودش است؛ شبیه باران!

● **خاندان بزرگ برومند**

خواهران برومند چند نسل است که با مردم ایران همراه هستند. احترام، مرضیه، راضیه و طاهره سال هاست در زمینه برنامه سازی برای تلویزیون و سینما فعالیت می کنند. البته نام طاهره را کمتر شنیده ایم او همسر عادل بزدوده، یکی از قدیمی ترین عروسک سازانی است که با آثارش مجموعه هایی مانند «خونه مادربزرگه»، «کلاه قرمزی»، «قصه های تا به تا» و... را خاطره انگیز کرده است. احترام برومند را بچه های قبل از پیروزی انقلاب هم می شناسند که برایشان برنامه اجرا می کرد. او همسر زنده یاد داود رشیدی است و دختر آنها لیلی یکی از بازیگران خوب تئاتر و تلویزیون است. راضیه و همسرش بهرام شاه محمدلو هم از هنرمندان پیشکسوت هستند که شاه محمدلو با شخصیت «آقای حکایتی» بین بچه های دهه ۶۰ به شهرت رسید و هنوز هم زیر سایه آقای حکایتی مانده است. راضیه بیشتر بازیگری را تجربه کرده است و باز هم دهه شصتی ها نقش آفرینی او را در سریال «گرگ ها» در نقش دختر طبیب(علی نصیریان) به یاد دارند. مرضیه برومند هم که به اصطلاح معرف حضور همه هست. کارگردانی که سال هاست برای نسل های مختلف برنامه سازی و خاطره سازی می کند.

خواهران برومند همیشه از مادر و پدر خود به نیکی یاد می کنند. با نگاهی به کارنامه این خواهران می توان به صراحت از ژن خوب این خانواده یاد کرد و گفت اینها از ژن خوب هایی هستند که با خلاقیت و پشتکار توانسته اند نامشان را در فرهنگ و هنر ایران به ثبت برسانند.

● **داودنژادها و سینمایی که دوستش داریم**

علیرضا داودنژاد یکی از مستقل ترین فیلمسازان ایرانی است که فیلمسازی را قبل از پیروزی انقلاب شروع کرده و بعد از سال ۵۷ هم بدون وقفه به کارش ادامه داده است. شاخصه داودنژاد این است که از همان اول اعضای خانواده خود را وارد گروه فیلمسازی اش کرد و حالا او صاحب یکی از بزرگ ترین خانواده های سینمایی ایران است. پسرش رضا یکی از آن ژن های خوبی بود که با نقش آفرینی هایش در سینما و تلویزیون این وعده را داد که بازیگر برجسته ای می شود اما سرنوشت دیگری برایش رقم خورد، او به بیماری کبدی دچار شد و سال هاست مشغول درمان است اما تلاش می کند گاهی در آثار پدرش نقشی بازی کند که اتصالش به دنیای بازیگری قطع نشود. محمدرضا داودنژاد، برادر علیرضاست که بازیگری را با سبک و سیاق خودش است. زهرا داودنژاد، دختر علیرضاست که کمابیش بازیگری می کند و در کارهای پدرش منشی صحنه و دستیاری را هم تجربه کرده است.

احترام السادات حبیبان، همان پیرزن دوست داشتنی فیلم های «مصائب شیرین»، «بچه های بد»، «بهشت از آن تو»، «هوو»، «مرهم» و «کلاس هنرپیشگی» مادر علیرضاست که وقتی بازی های او را می بینی یقین پیدا می کنی که سینما در ژن و ذات این خانواده جریان دارد. به همه اینها باید دیگر اقوام داودنژاد که نام خانوادگی دیگری دارند اما در سینما فعال هستند را هم اضافه کرد مثل علی واجد سمیعی؛ شوهر خواهر داودنژاد.

● **لیلا؛ دختر علی**

زنده یاد علی حاتمی فقط یک فرزند دارد، دختری به نام لیلا که چند سالی است به عنوان یکی از افتخارت سینمای ایران مطرح است و در بهترین فیلم های ایرانی نقش آفرینی می کند و جوایز زیادی را از آن خود کرده است.آنهایی که با زنده یاد علی حاتمی کار کرده اند در خاطراتشان از کم حرفی و نیکو سخن گفتن او می گویند گویا این خصلت به لیلا هم رسیده و ترجیح می دهد کمتر با رسانه ها صحبت کند و بیشتر تمایل دارد نوع بازی اش حرف آخر را بگوید.البته لیلا حاتمی در مقابل اهالی رسانه های کمی بی اعصاب ظاهر می شود! گویا از ژن خوب علی حاتمی تعامل و صبوری در کنار دیگران به او نرسیده است.

● **پگاه آهنگرانی؛ آرام تر از مادر**

آنهایی که منیژه حکمت، کارگردان و تهیه کننده سینما را می شناسند با روحیه قلدرمآبانه او هم آشنایی دارند و خیلی ها به اصطلاح می گویند او برای خودش یک پارچه مرد است! اما دختر حکمت؛ پگاه آهنگرانی روحیه لطیف تری دارد و همان دختری با کفش های کتانی است. دختری که از نوجوانی وارد دنیای بازیگری شده و همچنان راهش را با فیلم های متفاوت ادامه می دهد. گرایشات سیاسی مشخصی دارد و از اینکه اعلام کند طرفدار اصلاح طلبان است پرهیز نمی کند او در سال ۹۲ برای حضور در ستاد حسن روحانی و یکسری فعالیت ها چند روزی بازداشت شد. پدرش جمشید آهنگرانی از مدیران تولید سینماست که کارگردانی را نیز تجربه کرده است.

● **نسل محمدرضا شریفی نیا**

تا دو سه سال قبل اسم محمدرضا شریفی نیا در اوج هرم مافیای سینمای ایران قرار داشت. حرف و حدیث های زیادی پشت سر او بود که در بیشتر کارهای سینمایی و تلویزیونی اوست که بازیگران و عوامل اصلی پشت دوربین را می چیند و شریفی نیا همیشه خود را از این اتهام مبرا می کرد. اما اگر او واقعاً چنین کاری هم کرده باشد درباره دختران خود؛ مهراوه و ملیکا وارد این بازی نشده است. حتی درباره مادر دخترانش؛ آزیتا حاجیان. هر چند آزیتا حاجیان برای خودش وزنه ای است در دنیای بازیگری و به رانت نیازی ندارد و ژن بازیگری را در مهراوه هم می توان دید. اما ملیکا از این ژن بهره کمتری برده است. مهراوه هم اگر در انتخاب هایش به خصوص بعد از سریال «کیمیا» دقت بیشتری نمی کرد، به حاشیه می رفت و حتی دیگر نمی توانست از کارهای خوبش هم دفاع کند.

● **ژن تقریباً خوب!**

مهدی هاشمی و گلاب آدینه از شاخص ترین بازیگران ایرانی هستند. این زن و شوهر سبک خاصی در بازیگری دارند، وزنه هایی برای هنرهای نمایشی اند که بدون آنها حتماً یکجایی از دنیای بازیگری ایران می لنگید! نورا هاشمی، تنها دختر این دو بازیگر است که تا اینجای کار نشان داده که چندان از خلاقیت، هوش و ذکاوت پدر و مادر در هنر بازیگری بهره نبرده و آهسته و بدون هیچ اوجی به راهش ادامه می دهد. شاید در کنار پدر و مادر بازیگر او به این هنر علاقه مند شد و نتوانست رشته و حرفه دیگری برای خودش انتخاب کند. ناصر هاشمی هم برادر مهدی سال هاست بازیگری را به عنوان حرفه انتخاب کرده اما اوجی نداشته و بیراه نیست اگر بگوییم معمولاً زیر سایه نام برادر خود بوده و هست.

● **ژن های خوب اما جامانده از اصل خود**

سعید امیرسلیمانی، پدر کمند و سپند امیرسلیمانی است. دختر و پسر او هم سال هاست در حرفه بازیگری فعال هستند، در نقش های مختلف و کارهای مختلف دیده شده اند اما شانس درخشیدن نداشته اند. باز هم پای یک ژن در میان است، شاید گاهی باید بین علاقه و ژن تفاوتی قائل شد. قرار نیست بازیگری از والدین به فرزندان به ارث برسد!

«فرمول یک» با ساختار جدید بر می گردد

مجری «فرمول یک» به حواشی مطرح شده درباره مسئله فرار مغزها واکنش نشان داد.

سیدعلی ضیاء، مجری تلویزیون در گفتگویی درباره سری دوم «فرمول یک» عصرگاهی که قرار است از هفته آینده روی آنتن برود، توضیح داد: ما بعد از این استراحت کوتاه، تغییراتی در فرم برنامه خواهیم داشت.

از جمله اینکه دکورمان عوض می شود و تیتراژ ابتدایی برنامه نیز تغییر خواهد کرد.

وی افزود: همچنین میان برنامه ها و آیتم های تازه ای نیز با آدم های جدید و خوش فکری که قبلاً با آنها همکاری داشته ایم و دوباره به تیمان اضافه شده اند خواهیم داشت.

این مجری درباره پرداختن به مسئله فرار مغزها در برنامه که جریان ساز شده بود، اظهار داشت: برنامه ما، یک بخش طنز به نام «ضیاءپدیا» دارد. این بخش طنز مثل هنر کاریکاتور می ماند که در آن بینی بزرگ تری می کشند تا خنده دار باشد و ما حرف هایی در آن می زنیم که گرچه دقیق و درست نیست، چون ما که اخبار تلویزیون نیستیم که آمار دقیق بدهیم اما در خودش طنز دارد.

ضیاء با بیان اینکه شاید باید در این برنامه آمار دقیق تری ارائه می شد، گفت: آماری که ما ارائه کردیم طنز بود، چون این بخش به طور کلی طنز است. از روز اول هم گفتیم ما یک ویکی پدیا داریم که به درد نمی خورد و می خواهیم «ضیاءپدیا» راه بیاندازیم! اسم و فرمت این بخش نشان می دهد که طنز است و موضوعات را جدی بررسی نمی کند بلکه با نگاه طنازانه نکاتش را می گوید و به همان اندازه که در مطالب طنز اغراق است، در این بخش هم اغراق وجود دارد.

احتمال اکران «فراری» در نیمه دوم مهر

جهانگیر کوثری تهیه کننده فیلم «فراری» ابراز امیدواری کرد این فیلم به زودی اکران شود.

فیلم «فراری» به کارگردانی علیرضا داودنژاد در سی و پنجمین جشنواره فجر به نمایش در آمد و با استقبال مخاطبان مواجه شد، اما بعد از گذشت شش ماه خبری از اکران عمومی این فیلم نیست. غلامرضا فرجی، سخنگوی شورای صنفی نمایش نیز تأکید کرده هیچ درخواستی برای اکران «فراری» ثبت نشده است.

اما جهانگیر کوثری، تهیه کننده فیلم «فراری» درباره اینکه آیا اقدامی برای اکران ساخته داودنژاد صورت گرفته است یا نه، گفت: من از این موضوع اطلاع چندان دقیقی ندارم زیرا پخش کننده فیلم «فراری» مؤسسه «هدایت فیلم» است و دوستان باید درباره فیلم تصمیم بگیرند و اقدام کنند.

او ادامه داد: از شواهد اینگونه برمی آید که فیلم ما در نیمه دوم مهرماه یا بعد از عاشورای حسینی اکران شود. البته اگر اتفاق خاصی صورت نگیرد. من هم تا همین حد اطلاع دارم. امیدوارم به زودی این فیلم اکران شود.

«فراری» حضوری موفق در جشنواره فجر داشت و سیمرغ بلورین بهترین بازیگر نقش اول مرد برای بازی در این فیلم به محسن تنابنده تعلق گرفت. همچنین سیمرغ بلورین جایزه ویژه هیئت داوران نیز از آن داودنژاد شد. کامبوزیا پرتوی نیز سیمرغ بلورین بهترین فیلمنامه را برای نویسندگی دریافت کرد. پرویز آبنار هم جایزه بهترین صدابرداری را از جشنواره سی و پنجم دریافت کرد.

محسن تنابنده، ترلان پروانه، سیامک صفری، محمدرضا داودنژاد، سیما تیرانداز و رضا داودنژاد بازیگران این فیلم هستند.

فیلم درباره دختری است که از شهرستان به تهران می آید و تلاش می کند تا با خودروی «فِراری» هشت میلیاردی، عکس یادگاری بگیرد و درگیر ماجراهایی می شود.

چهارمین همکاری کارن همایونفر و ابراهیم حاتمی‌کیا

کارن همایونفر و ابراهیم حاتمی کیا برای چهارمین بار در کنار یکدیگر قرار گرفتند تا به این ترتیب ساخت موسیقی جدیدترین فیلم سینمایی حاتمی کیا یعنی «به وقت شام» به این آهنگساز برسد.

همایون‌فر و حاتمی کیا پیش از این در سریال «حلقه سبز» و فیلم‌های سینمایی «گزارش یک جشن» و «بادیگارد» با یکدیگر همکاری داشته‌اند و این آهنگساز این‌بار قرار است خلاقیت خود را در فیلمی با موضوع حملات تروریستی به نمایش بگذارد. در واقع، «به وقت شام» به تهیه‌کنندگی محمد خزاعی، درباره داعش و تهدیدات تکفیری‌هاست که تنها دو بازیگر مرد ایرانی یعنی هادی حجازی‌فر و بابک حمیدیان در آن حضور دارند و باقی جمعی از بازیگران مطرح سوری و لبنانی هستند. این فیلم یکی از محصولات سازمان هنری رسانه‌ای اوج در سال ۹۶ است که در سی و ششمین جشنواره فیلم فجر رونمایی می‌شود.

فیلمبرداری «به وقت شام» همزمان با آغاز ماه مبارک رمضان در یکی از فرودگاه‌های نظامی آغاز شده بود. این کارگردان باسابقه پیش از این درباره آهنگساز هجدهمین فیلم‌سینمایی‌اش گفته بود: «تجربه موسیقی "بادیگارد" با ۱۷ فیلم قبلی‌ام متفاوت شد، چون کارن همایونفر در "بادیگارد" چنان جوشید که خود تجلی مضمون اصلی فیلم، "محافظ بادیگارد" شد. در چنین موقعیتی، کارگردان "بادیگارد" جز فخر به حضور چنین هنرمندی چه باید بگوید...»

حالا باید دید این‌بار تجربه این دو چهره مطرح سینما و موسیقی در کنار یکدیگر، چه اتفاقی را رقم خواهد زد.

واکنش احمدرضا درویش به حرف‌های وزیر ارشاد

«رستاخیز» مثل یوسف(ع) در چاه گرفتار است

پس از اظهارات وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی در مورد عدم اکران فیلم «رستاخیز» در ایران و امکان نمایش آن در خارج از کشور، احمدرضا درویش، کارگردان این فیلم سینمایی در مصاحبه‌ای به انتقاد از وضعیت نامعلوم آن پرداخته و معتقد است سرنوشت این فیلم مانند حضرت یوسف(ع) است که توسط برادران به ظاهر دلسوز خود در چاه گرفتار شده است.

هفته پیش عباس صالحی، وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی در اولین نشست خبری خود در رابطه با اکران فیلم «رستاخیز» در سینماهای کشور گفته بود: این فیلم فعلاً در ایران اکران نمی شود اما امکان نمایش خارجی دارد.

حالا احمدرضا درویش به مهر گفته است: من ترجیح می دهم در این باره همچنان سکوت کنم و به سکوتم ادامه دهم چون دلایلی هم برای این سکوت دارم. قبلاً هم گفته ام که تا وقتی که «رستاخیز» اکران نشود دیگر فیلمی نمی سازم به همین دلیل گفتن این حرف ها دیگر تکراری است تا ببینیم چه چیز مقدر می‌شود.

درویش در ادامه افزود: درباره اکران خارجی آن هم نمی توانم صحبتی کنم چون من کارگردان اثر هستم البته در حال حاضر تلاش هایی برای این امر در دست انجام است اما اطلاع چندانی از جزئیات این موضوع ندارم چون اکران خارجی «رستاخیز» جزو وظایف من نیست و به تهیه کننده و مالکان فیلم ربط دارد، من تنها فیلم را ساخته ام.

کارگردان «رستاخیز» همچنین درباره سرنوشت آخرین ساخته‌اش که در سی و دومین جشنواره فیلم فجر، مورد توجه قرار گرفت، نظر جالبی دارد و می گوید: ما فیلمساز هستیم و دوست داریم فیلم بسازیم اما این بچه ای که بزرگ کردیم مثل یوسفی است که در چاه گرفتار شده است آن هم به دست برادران به ظاهر دلسوز خود. با وجود این، من از هیچکس هیچ گله و طلبی ندارم، زیرا ساختن «رستاخیز» شانس بزرگ زندگی من بوده و همین که این فیلم عاشورایی در کارنامه کاری من است برایم کافی است و باعث افتخار من است.

او همچنین در پایان تأکید کرد که برخلاف تهیه کننده «رستاخیز» از هیچکس شکایتی ندارد: سرنوشت فیلم در دست صاحبش است و من از هیچکس شکایتی ندارم و همه را به خدا می سپارم و ضمن تشکر از دلسوزی همه بزرگان در رأس مشکل «رستاخیز» قضاوت میان خود و دیگران را به خدا می سپارم.

راهکارهای طبیعی برای افزایش اشتها

تغذیه سالم بدون داشتن اشتهای کافی نمی تواند مؤثر باشد چراکه ممکن است به اندازه کافی از غذاهای سالم و مواد مغذی مورد نیاز بدن مصرف نداشته باشید؛ اگر وزن تان مناسب است سعی کنید ضمن ورزش اشتهای خودتان را نیز افزایش دهید.دلایل پایین بودن اشتها مختلف است. نبود اشتها می تواند به سادگی عوارض جانبی یک دارو باشد و یا مشکلی در وضعیت سلامت. در نتیجه اگر متوجه تغییر در اشتها و کاهش ناگهانی وزن خود بودید حتما با پزشک مشورت کنید. این می تواند نشانه ای از یک مشکل سلامت پنهان باشد. گام هایی وجود دارد که می توانید با استفاده از آنها به افزایش اشتهای خود کمک کنید؛

01 با دیگران غذا بخورید

خوردن غذا به همراه دیگران، به افزایش اشتها و بالا رفتن مقدار غذایی که می خورید کمک می کند.
همچنین در تحقیقی مشخص شد افراد وقتی با کسی که مقدار زیادی غذا می خورد غذا می خورند خود به خود مصرف غذای خودشان نیز افزایش می یابد. اگر کسی در پی کاهش وزن باشد این تأثیر منفی در نظر گرفته می شود اما در صورتی که بخواهید وزن اضافه کنید این تأثیر می تواند کمکتان کند.

02 تجربه و دانش خود را از پخت و پز افزایش دهید

دور و بر غذا بودن، درک و پخت آن می تواند به صورت طبیعی اشتها را تقویت کند. هرچه بیشتر درباره غذاها بدانید می توانند دلپذیرتر شوند.
یادگیری درباره غذاها و به دست آوردن تجربه آشپزی می تواند برخی از سدهایی را که مانع غذا خوردنتان می شوند را کنار بزنند.
افزایش اطلاعات درباره غذا به ویژه می تواند برای آنهایی که علاقه به آشپزی ندارند و یا تجربه کافی را برای این کار ندارند بسیار مفید باشد.

03 غذاها را با تغییر دادنشان برای خود جذاب تر کنید

خوردن طعم های مختلف غذاها می تواند به افزایش اشتها کمک کند. از خوردن غذاهای بی مزه پرهیز کنید، چون هیچ کاری نمی توانند برای اشتهایتان بکنند.
اضافه کردن طعم جدید به غذا میلتان را به خوردن آن افزایش می دهد در نتیجه اشتهای بیشتری خواهید داشت. حتی بوی سبزیجات و چاشنی ها نیز می تواند به تحریک اشتها کمک کند. با اضافه کردن و همچنین تغییر بافت غذا نیز، آن را برای خود جذاب تر کنید.

04 غذاهای پرکالری را وارد برنامه خود کنید

اگر اشتهایتان کم است و اجازه نمی دهد در یک وعده، غذای زیادی میل کنید مطمئن شوید هر بار که غذا به دهان می برید مقدار زیادی کالری با خود به همراه داشته باشد.
هنگام پخت و پز از کره، لبنیات، گوشت و روغن های سالم استفاده کنید. هنگام پخت و پز از شیر کامل استفاده کنید. کره بادام زمینی را به جای اینکه خالی بخورید، با نان سبوس دار یا موز و سیب میل کنید. اگر به صورت فیزیکی نمی توانید مقدار زیادی غذا میل کنید به جایش نوشیدنی های سرشار از کالری در طول روز بنوشید.

05 در طول روز، میان وعده های بیشتری میل کنید

به جای اینکه سه وعده بزرگ بخورید، در طول روز وعده های کوچک تر میل کنید. با این رویکرد می توانید دریافت کالری در طول روز را راحت تر کنترل کنید چون سه وعده می تواند فشار بالایی به معده وارد کند و از غذا زده شود. وعده ها و میان وعده های کوچک با میزان کالری بالا یکی از بهترین روش هاست.

06 بیشتر ورزش کنید

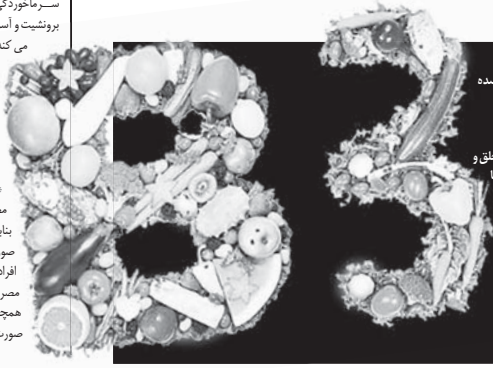
ورزش یکی از بهترین ابزارها برای کاهش و تثبیت وزن کم شده است، پس چطور می تواند در افزایش وزن و اشتها نیز تأثیر داشته باشد؟
شاید یک فرد لاغر هیچ وقت به ورزش به عنوان ابزاری کمک کننده نگاه نکند. اما به کمک ورزش می توانید بین کالری مصرفی و کالری که دریافت می کنید تعادل ایجاد کنید و همچنین حجم عضلانی خود را افزایش دهید.با این حال حتی اگر به کلاس ورزشی هم نروید تنها افزایش فعالیتتان در طول روز می تواند به افزایش اشتها کمک کند.

بدن به چه مقدار ویتامین B3 نیاز دارد؟

«پلاگر» یک نوع بیماری است که در اثر کمبود نیاسین (ویتامین B3) به وجود می آید. اولین علامت بیماری پلاگر، قرمزی پوست است.
ویتامین B3 که به نیاسین نیز معروف است، نقش اساسی در سلامت پوست، گوارش و روان دارد و از عملکرد بیش از ۲۰۰ آنزیم در بدن حمایت می کند.
ویتامین B3 یک ویتامین حلال در آب است به این معنی که بدن نمی تواند آن را ذخیره کند. از سوی دیگر بدن قادر به تولید ویتامین B3 نیست.
گوشت و جایگزین های گوشتی مانند سویا غنی ترین منابع ویتامین B3 هستند اما افراد مبتلا به کمبود این ویتامین معمولاً به مصرف مکمل این ویتامین نیاز دارند.
میزان توصیه شده مصرف ویتامین B3 بسته به سن، جنسیت، اهداف سلامتی یا سابقه کمبود ویتامین B متفاوت است.
طیف گسترده ای از خوراکی ها حاوی نیاسین هستند که از جمله آنها می توان به قارچ، سیب زمینی پخته شده، غلات سبوس دار، بلغور جوی دوسر، پنیر خامه ای، شیر سویا، همبرگر سویا، تخم کدو تنبل و لوبیا چیتی اشاره کرد.

علائم کمبود ویتامین B3

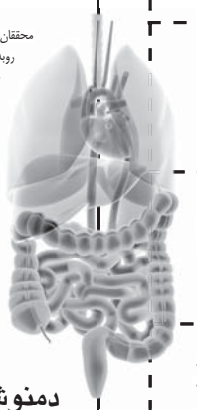
-زخم های متقارن در هر دو طرف بدن.
-درد، تورم و تحریک دهان و یا غشاهای مخاطی مانند مجاری ادرار.
-کمبود شدید این ویتامین همچنین ممکن است زبان را به رنگ قرمز درآورد یا متورم کند.
-درد و سوزش گلو، سینه یا معده از دیگر علائم این بیماری هستند.
- درد گوارشی، مانند تورم، استفراغ، حالت تهوع، اسهال، و بیوست.
-پوست تحریک شده یا قرمز
-سردرد
-خستگی
-مسائل مربوط به خلق و خو مانند اضطراب یا افسردگی
-تغییر در تفکر یا توانایی تمرکز
-سرگیجه
-گردش خون ضعیف



علائم کبد چرب چیست

در این مطلب ضمن اشاره به علایم «کبد چرب»، رژیم غذایی ویژه بر اساس مبانی طب سنتی برای درمان کبد چرب ارائه شده است.
کبد چرب مرحله به مرحله رشد می کند و تظاهرات و علایم زیر را دارد:
*شکم از ناحیه مرکز درد می گیرد.
*زبان سفیدرنگ می شود.
*تعریق و عرق کردن زیاد می شود.
*دور چشم سیاه می شود و گاه چشم خارش و سوزش دارد.
برای پیشگیری و درمان کبد چرب این اقدامات لازم است:
از مصرف روغن صنعتی و نباتی به شدت پرهیز کنید و به جای آن از روغن های طبیعی مانند زیتون، کنجد، روغن ارده کنجد، دنبه یا پیه قلوه گاه گاو مصرف کنید.
از مصرف آب سرد و نوشیدنی سرد و گازدار بپرهیزید مخصوصاً بعد از ورزش و تعریق شدید و نیز ناشتا قبل از غذا تا یک ساعت نباید آب بخورید.
غذا و حین غذا و بعد از برای کاهش عطش و عدم تمایل به آب سرد، عرق کاسنی یا عرق شاتره یا عرق خارشتر یا عرق بید و نیز لیموء آبلیمو، میوه و سبزیجات ترش و گس مانند خیار، کاهو، هویج، سیب ترش، هندوانه، طالبی، کیوی، انار ترش، زرشک و سماق بیشتر میل کنید.
از غذاهای سرخ کردنی، سیر داغ، پیازداغ، تنقلات شور و غذاهای نمک سود مانند ماهی شور، چیپس، پفک، پخمک، ترشیجات و سس بپرهیزید.
گوشت ها را به صورت آب پز و کباب شده میل کنید.
گوشت گوساله، مرغ، گوشت فریزری، سوسیس، کالباس و کنسرو نخورید.
گوشت های لطیف و گرم مانند بره، بوقلمون، شتر، کبوتر، خروس و بز مصرف کنید.
ناشتا یک عدد سیب میل کنید.
شب ۱۴ عدد بادام بخورید؛ بادام را آهسته و پیوسته مانند آدامس چند دقیقه بجوید.
اگر ناهار نخورید، سریع تر درمان می شوید.

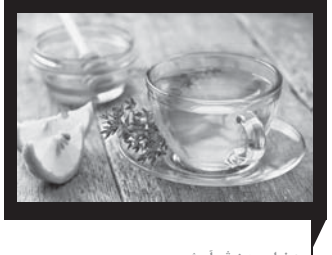
افزایش خطر ابتلا به سرطان در کودکان مبتلا به التهاب روده



محققان عنوان می کنند کودکان مبتلا به بیماری التهابی روده با افزایش ریسک ابتلا به سرطان روبه رو هستند.
به گفته محققان این ریسک تا بزرگسالی ادامه داشته و حتی ابتلا به سرطان های دستگاه گوارش نیز افزایش می یابد.
محققان عنوان می کنند میزان و مدت التهاب مزمن ممکن است مکانیسم اصلی تأثیرگذار بر افزایش ریسک سرطان باشد.
خطر ابتلا به سرطان در سال اول پس از تشخیص بیماری التهابی روده افزایش یافته و در مدت پنج سال پس از پیگیری، به ویژه برای سرطان های دستگاه گوارش مانند کولون، روده کوچک و کبد، همچنان باقی می ماند.
به گفته محققان، بیماری مزمن کبدی، کولیت طولانی مدت و سابقه خانوادگی سرطان، از عوامل پرخطر ابتلا به هر نوع سرطان در افراد مبتلا به بیماری التهابی روده در دوران کودکی است.

دمنوشی که ویروس سرماخوردگی را تار و مار می‌کند

نوشیدن دمنوش ها در فصل های پاییز و زمستان بسیار مفید است و نقش مؤثری در پیشگیری از ابتلا به بیماری های مختلف دارند.



آویشن از نظر طب سنتی طبعی گرم و خشک دارد. آویشن را به صورت تازه یا خشک و پودر شده در انواع غذاها مصرف می کنند. دمنوش آویشن یا چای آویشن نوشیدنی سالمی است که از دَم کرده آویشن تهیه می شود. این دمنوش حاوی تمامی خواص آویشن بوده و بسیار مفید است.

● خواص دمنوش آویشن

مصرف دمنوش آویشن به هضم غذا، رفع درد شکم و نفخ کمک بسزایی می کند، همچنین می توانید ویروس سرماخوردگی را با مصرف دمنوش آویشن ضربه فنی کنید. آویشن ضد سرفه، خلط آور بوده و در درمان برونشیت و آسم مؤثر است. استفاده از دمنوش آویشن، سیاه سرفه و التهاب دستگاه تنفس فوقانی را رفع می کند. این دمنوش آرام بخش، خواب آور، تقویت کننده حافظه، ضد میگرن، سردرد و سرگیجه است.
مصرف دمنوش یا چای آویشن سبب رفع تپش قلب می شود. اگر دچار درد مفاصل، نقرس، ورم مفاصل و سیاتیک هستید دمنوش یا چای آویشن را بنوشید. حمام آویشن برای مبتلایان به دردهای عضلانی، مفصلی و روماتیسمی مفید است. بخور آویشن برای سفید شدن پوست صورت استفاده می شود همچنین مصرف آویشن برای جلوگیری از ریزش مو مفید است.

●موارد منع مصرف آویشن

مصرف زیاد آویشن یا عصاره آن در دوران بارداری می تواند احتمال سقط جنین را افزایش دهد؛ بنابراین توصیه شده که خانم های حامله از مصرف این گیاه خودداری کنند. بر اساس تحقیقات صورت گرفته مشخص شده است که آویشن می تواند روند انعقاد خون را به تأخیر بیاندازد؛ بنابراین افرادی که عمل جراحی در پیش دارند، از دو هفته قبل از عمل جراحی نباید آویشن استفاده کنند. مصرف آویشن به مبتلایان به اختلالات غده تیروئید توصیه نمی شود.
همچنین برخی اشخاص ممکن است به آویشن و فرآورده های آن حساسیت داشته باشند، در این صورت نباید از این گیاه به صورت خوراکی یا موضعی استفاده کنند.

امین منوچهری:

بخاطر سپاهان پیشنهاداتم را رد کردم

امین منوچهری برای اولین بار در فصل جاری هفته گذشته به عنوان بازیکن ثابت در ترکیب اصلی تیمش به میدان رفت و تیم نفت توانست با پاس گل او سپاهان را شکست دهد. نفت تهران در سومین بازی اش با کادرفنی و بازیکنان جدیدش توانست سپاهان را با یک گل مغلوب کند و امین منوچهری با پاس گلی که داد یکی از بهترین های تیمش در کسب این ۳ امتیاز بود.

این مهاجم درباره بازی هفته گذشته تیمش برابر سپاهان گفت: بازی خوبی بود، به هر حال تیم سپاهان ثابت شده است و هرچقدر هم مشکل داشته باشد باز تیم خوبی است و همیشه بازیکنان خوب را جذب می کند. قبل تر هم مقابل پرسپولیس بازی خوبی انجام داده بودند. به نظرم وقتی ما می توانیم آنها را شکست بدهیم قطعاً از آنها بهتر و یکدل تر بودیم و بیشتر از آنها تلاش کردیم و زحمت کشیدیم. این کمترین کاری بود که می توانستیم در پاسخ به زحمات و تلاش های آقای کریمی در طول سه هفته، انجام بدهیم و بیشتر می توانستیم پاسخ دوست داشتنمان را در زمین به اثبات برسانیم.

منوچهری که سابقه بازی در سپاهان را دارد، در بازی با سپاهان از سوی هواداران اصفهانی مورد تشویق قرار گرفت. خودش در این باره گفت: از هواداران سپاهان تشکر می کنم که قبل از بازی من را مورد لطف خودشان قرار دادند و نشان دادند که فوتبال را می فهمند. با کج سلیقگی مر بی ا تفاقی برای من رخ داد که یکسال فوتبالم در گیر کج سلیقگی شد. من زمانی که به سپاهان آمدم سه چهارپاس گل دادم و گل زدم و واقعاً فکرش را نمی کردم که اینطور شود و تمام پیشنهاداتم را رد کردم تا قراردادم را با سپاهان تمدید کنم که حالا بماند سرمربی وقت آمد و شرایط سختی برایم پیش آمد. سپاهانی ها نشان دادند که تماشاگران فهمیمی هستند. درباره ضدفوتبالم باید بگویم که اگر آنها خودشان نیاز به امتیاز داشتند و چنین رفتاری را انجام می دادند، ما باید از گلی که زده بودیم دفاع می کردیم و یک اتفاق طبیعی است و همه جای دنیا همین است و هرکس دیگری بود برای حفظ آن ۳ امتیاز دست به هر کاری می زد.

الهلال، آلیما نیست

پرسپولیس شانسی برای بازگشت به لیگ قهرمانان آسیا ندارد و این موضوع بیشتر از آنکه به بدبینی ربط پیدا کند، متعلق به واقعگرایی است. قرمزها در مرحله گروهی، دو نمایش بی نقص را در جدال با الهلال پشت سر گذاشتند و در هر دو مسابقه، می توانستند حریف را از پیش رو بردارند اما در ۹۰ دقیقه اول از مسابقه نیمه نهایی، نه پرسپولیس، آن تیم مستحکم و کوهشابه بازی های دور گروهی بود و نه الهلال به اندازه آن جدال ها آسیب پذیر به نظر می رسید. در دوئلی که به زودی شکل خواهد گرفت، محمد انصاری، سیدجلال حسینی و کمال کامیابی نیا به تیم برمی گردند اما آیا تشکیل این مثلث دفاعی برای خلق یک بازگشت فرازمینی کافی خواهد بود؟ تیم برانکو می تواند در مسابقه برگشت، بهتر دفاع کند و مضحکه دفاعی دیدار رفت را به فراموشی بسپارد اما آنها در کنار بسته نگهداشتن دروازه در مقابل ضدحمله های سریع و مرگبار الهلال باید چهار گل به رقیب بزنند تا مسابقه به وقت های اضافه کشیده شود. سئوال اینجاست پرسپولیس در چند مسابقه از این فصل توانسته بیشتر از سه گل وارد دروازه تیم های حریف کند؟

اگر میزبانی قرمزهای ایرانی از آبی های سعودی در ورزشگاه آزادی اتفاق می افتاد، کورسوی امیدی برای پرسپولیس وجود داشت اما جماعتی پیش تر با رفتارهایی تابخردانه این شانس را از تیم پروفسور گرفته اند.

تصاویر تلویزیون ایران از بازی بزرگ پرسپولیس، پر از صحنه های آهسته بود تا آنچه روی سکوها می گذرد، در جریان تماشای تلویزیونی بازی دیده نشود اما هیچکدام از قیچی به دست ها در شبکه ۳ نمی توانستند سرور و هلهله را از سکوهای آبی و بهت و بغض را از سکوهای قرمز بگیرند. پرسپولیس آماده چنین رقابتی نبود. پرچم سفیدش را توی هوا تکان داد و از یکجایی به بعد، به تماشا و تحسین سرعت و ظرافت حریف نشست. قهرمان ایران در ابوظبی خرد شد و حرف زدن از معجزه، چیزی از بار سنگین این شکست کم نمی کند. البته که فوتبال، خود معجزه است و امیدواری تا آخرین ثانیه در فوتبال، دیوانگی نیست اما این رؤیافروشی، عاقبتی به جز سرخوردگی دوباره هواداران نخواهد داشت. کار پرسپولیس در آسیا تمام شده این، یک برش تلخ از حقیقت است.

برای احتمال بازگشت قرمزها، بارسلونا را مثال می زنند اما تنها شباهت ستاره های سرخپوش به نوابغ ساکن کاتالونیا، پورشه های شان است. آنچه «ریموناتا»ی تاریخی بلوگرانا را رقم زد، معجزه ای بود که به ندرت اتفاق می افتد و به همین دلیل، اسمش را معجزه گذاشته اند. حتی خود بارسلونا در مسابقه با یووه، نتوانست چنین بازگشتی را ممکن کند. مثال دیگر، مسابقه فراموش نشدنی پرسپولیس با آلیماست، اما نه عربستان، قزاقستان است و نه الهلال، کوچک ترین شباهتی به آلیما دارد. بازی، تمام شده و تیم برانکو، باید به حضور مقتدرانه تر در فصل بعدی لیگ قهرمانان آسیا فکر کند. با تیمی که ذهنیت آماده تر و قدرت بیشتری دارد. تیمی که به سرعت تسلیم نمی شود. این جنگ برای پرسپولیس تمام شده اما برای جنگیدن، نقطه پایان وجود ندارد.

تلاش سعودی‌ها برای محروم کردن پرسپولیس

یک روزنامه عربستانی از احتمال محرومیت پرسپولیس بخاطر درگیری دستیار برانکو و یکی از بازیکنان با یک مسئول الهلالی خبر داده است.

روزنامه «العاجل» عربستان با تیتری توهین آمیز نوشت: «کردن تیم فوتبال پرسپولیس زیر شمشیر مجازات کنفدراسیون فوتبال آسیا». این روزنامه در گزارش این تیتر توضیح داده است: یکی از دستیاران برانکو و یکی از بازیکنان تیم ایرانی در بین دو نیمه به یکی از مسئولان الهلال حمله ور شدند. ناظر بازی این صحنه را دیده و آن را یادداشت کرده است و بدون شک کنفدراسیون فوتبال آسیا تیم ایرانی را مجازات و جریمه خواهد کرد.

خیز بچه یوزها به سوی هند

هفدهمین دوره رقابت های جام جهانی فوتبال نوجوانان از ۱۴ مهر تا ۶ آبان در هند برگزار می شود. تیم ملی فوتبال ایران با هدایت عباس چمنیان در این دوره از رقابت ها حاضر است. تیم ملی نوجوانان ایران برای چهارمین بار جواز حضور در این رقابت ها را کسب کرده است. پیش از این در سال های ۲۰۰۱، ۲۰۰۹ و ۲۰۱۳ این اتفاق رخ داده بود. ایران با هدایت حمید درخشان و علی دوستی مهر کوالیفای شده بود و دو بار هم از مرحله گروهی صعود کرده بود. بازی ها با حضور ۲۴ تیم به انجام می رسد. آسیا (۵ نماینده)، آفریقا (۴ نماینده)، کونکاکاف (۳ نماینده)، آمریکای جنوبی (۳ نماینده)، اقیانوسیه (۲ نماینده) و اروپا (۵ نماینده).

شاگردان چمنیان در گروه سوم با تیم های آلمان، کاستاریکا و گینه همگروه هستند. آنها برای صعود نه کار سختی دارند و نه کار راحتی. یک گروه متوسط که می تواند چالش زا باشد.

گروه‌بندی مسابقات:

گروه اول: هند- آمریکا- کلمبیا- غنا

گروه دوم: پاراگوئه- مالی- نیوزلند- ترکیه

گروه سوم: ایران- گینه- آلمان- کاستاریکا

گروه چهارم: کره شمالی- نیجر- برزیل- اسپانیا

گروه پنجم: هندوراس- ژاپن- نیوکالدونیا- فرانسه

گروه ششم: عراق- مکزیک- شیلی- انگلیس

از هر گروه دو تیم به صورت مستقیم راهی مرحله بعدی می شود و چهار تا از بهترین تیم های سوم نیز راهی مرحله یک هشتم نهایی خواهند شد. فرمت صعود هم به ترتیب بر اساس تعداد امتیاز، تفاضل گل، گل زده و... است.

سروش صحت در گفتگو با نصف جهان:

نتایج سپاهانی ها حسابی روی اعصاب است

بهاره حیاتی

سروش صحت هنرمند مطرح کشورمان که از هواداران باشگاه سپاهان است پیش تر در یک گفتگوی مفصل با نصف جهان از علایق خود به فوتبال و سپاهان گفته بود. وی این بار در گفتگویی دیگر با ما نشان داد که حسابی از نتایج اخیر زردپوشان کلافه است و از آنها خواسته تا از بازی با اعصاب هواداران این تیم دست بردارند. این گفتگو را با هم می خوانیم.

آقای صحت! نتایج این روزهای سپاهان را پیگیری می کنید؟

بله و متأسفانه هر چقدر منتظر هفته بعد برای جبران هستیم ظاهراً هیچ جبرانی در کار نیست و سپاهانی ها نمی خواهند از روند نتایج دور از شأن خود فاصله بگیرند.

یعنی به تیم امسال نمی توان امیدوار بود؟

به هر حال ما همه امیدواریم که ورق برگردد. ولی این سومین فصلی است که سپاهان دارد نتایج عجیب و غریب خود را تکرار می کند و واقعاً نمی دانم مشکل این تیم چیست که اینگونه بر روی روند ناکامی قرار دارد. شما نگاه کنید این تیم در گام اول با جام حذفی وداع کرد. در لیگ نتایج خیلی بدی گرفت و کاملاً پایین جدول است. واقعاً این نتیجه گیری ها حسابی روی اعصاب ما و هواداران است و همه دوستداران این تیم را کلافه و عصبانی کرده، من بارها گفته ام که هر سال انتظار قهرمانی نداریم ولی حداقل شخصیت بزرگ تیم را باید پاس داشت و اجازه نداد که نتایج دور از شأن اینقدر برای این تیم اتفاق بیافتد.

فکر می کنید امسال چه آینده ای در انتظار سپاهانی ها خواهد بود؟

ببینید! با ادامه این روند دیگر کسی از سپاهان حساب نخواهد برد و این تیم به یک تیم معمولی و متوسط تبدیل می شود. هر چقدر این تیم به باخت عادت کند خطرناک است و بازیکنان سپاهان ظاهراً در جریان نیستند که به عضویت چه تیمی در آمده اند. به هر حال بازی و عضویت در سپاهان با خیلی از تیم های معمولی دیگر فرق می کند و بازیکنان این تیم باید ده برابر بیشتر از سایر تیم ها در سپاهان تلاش کنند.

یعنی معتقدید بازیکنان این تیم از دل و جان بازی نمی کنند؟

حالا اینطور نگوییم ولی تلاش و مبارزه آنها در حد نام سپاهان نیست. ببینید! من خیلی فوتبالی نیستم و از مسائل فنی سر در نمی آورم ولی در برخی بازی ها احساس می کنم که باید جنگندگی بازیکنان سپاهان برای نتیجه گیری خیلی بیشتر از آن چیزی باشد که ما می بینیم. بازیکنانی که به تازگی به عضویت این تیم در آمده اند باید توجه داشته باشند که به دلیل کیفیت های خوب قبلشان توسط سپاهان به همکاری دعوت شده اند و حداقل انتظار، نشان دادن همان کیفیت هاست، همچنین باید بدانند که در حال حاضر در پر افتخارترین تیم لیگ برتر ایران هستند و قرار نیست این تیم با هر نتیجه ای کنار بیاید. خلاصه این روزها سپاهانی ها حسابی هواداران خود را ناراحت کرده اند و باید هر چه سریع تر از این روند فاصله بگیرند.

از کرانچار انتظار این نتایج را نه شما و نه سایر هواداران نداشتید. درست است؟

بله! البته ما هنوز هم کرانچار را مربی بزرگی می دانیم و واقعاً زیاد نمی دانم که مشکل چیست که این نتایج به به دست آمده است. به هر حال کرانچار مربی خوبی است ولی قطعاً او هم در نتایج نامطلوب این روزهای سپاهان مقصر است و باید هر چه سریع تر اشکالات خود و تیمش را برطرف کند. من خودم دوست ندارم این مربی جنتلمن از سپاهان اخراج شود و امیدواریم شرایط به سمت و سویی برود که در نهایت سپاهان با همین کرانچار اوج بگیرد.

بازی سپاهان- پرسپولیس را دیدید؟

بله، این بازی را از تلویزیون دیدیم و حسابی هم با رفقای پرسپولیسی در مورد آن کری خوانی داشتیم. خُب من وقتی دیدم که این همه هوادار سپاهانی به ورزشگاه نقش جهان رفته اند بسیار خوشحال شدم. چون سپاهان در هفته های قبل از دیدار با پرسپولیس نتایج خیلی بدی در لیگ برتر گرفته بود و از جام حذفی هم حذف شده بود و احساس این بود که سپاهانی ها از این دیدار آنطور که باید و شاید استقبال نکنند. ولی خدا را شکر هواداران حسابی آبروداری کردند و بازی خوب سپاهان در نیمه دوم هم فکر می کنم به علت فشار و حمایت هواداران بود. خدا را شکر که آن بازی در دقایق پایانی مساوی شد و هواداران ناراحت به خانه نرفتند. من فکر می کنم سپاهان حتی می توانست در آن دیدار پیروز باشد. واقعاً سئوال من از بازیکنان و کادر فنی سپاهان این است که چرا در سایر بازی ها مدل نیمه دوم بازی با پرسپولیس بازی نمی کنند. تعجب می کنم که سپاهان می تواند به آن خوبی بازی کند ولی در اینجای جدول با نتایجی فاجعه آمیز قرار دارد.

به نظرتان رویکرد هواداران سپاهان در این مقطع چه باید باشد؟

باید کاملاً به آنها حق داد که عصبانی باشند و به تیم و باشگاه انتقاد کنند. باید به انتقادات و اعتراض های آنها گوش داد و نقدهایی که منطقی است توسط باشگاه برای ایجاد یک روند رو به رشد برای موفقیت مورد توجه قرار گیرد و عملیاتی شود. هواداران تا حالا خوب حمایت کرده اند. به نظر من در کنار گلایه هایی که دارند باز هم صبوری و حمایت کنند، چرا که متأسفانه تغییر سرمربی در این مقطع نمی تواند کمکی به سپاهان بکند و شاید حتی شرایط بدتر هم بشود. تأکید می کنم که باشگاه باید به انتقادات هواداران و سایر کارشناسان دلسوز گوش دهد و با انجام تحولاتی شرایط را برای نتیجه گیری عوض کند. باید هر چه زودتر سپاهان از این روزها فاصله بگیرد و بیش از این روی اعصاب نباشد!

آن روزهایی که سپاهان در اوج قدرت بود، هت تریک قهرمانی می کرد، مرتیا صدرنشین بود و هر فصل مدعی ثماره یک قهرمانی بود فکر می کردید که یک روز دچار این ایام تلخ شود؟

خُب روزهای تلخ و شیرین برای هر فرد و مجموعه ای وجود دارد و طبیعی است ولی راستش را بخواهید در مورد سپاهان فکر نمی کردم که به یک باره اینجوری بشود و تیمی که این همه جام و قهرمانی داشته به این روز در بیاید. خود من دوست دارم که تیمی که طرفدار آن هستم مرتباً قهرمان شود، هرچند این احساس منطقی نیست و اگر قرار باشد فقط یک تیم قهرمان شود دیگر فوتبال بی معنا می شود، ولی این احساس من است. به هر حال اگر قرار است هر سال سپاهان قهرمان نشود، حداقل نتایجی بگیرد که همچنان برای لیگ ایران تیمی ترسناک و مدعی باشد نه آنکه اینقدر بیازد که دیگر تیم ها هیچ هراسی از مصاف باسپاهان نداشته باشند و کم کم این تیم در لیگ ایران یک تیم معمولی و متوسط قلمداد شود و یک لقمه راحت برای رقبا باشد.

ممنون جناب صحت! صحبت های پایانی تان در این گفتگو را بشنویم.

من دوست دارم که سپاهان هر چه سریع تر خود را جمع و جور کند و به شرایط ایده آلی برسد. با اتفاقاتی که افتاده شاید خیلی منطقی نباشد که از این تیم برای این فصل انتظار قهرمانی داشته باشیم ولی از سپاهانی ها می خواهیم که هر چه سریع تر بلند شوند و به رده های بالای جدول صعود کنند و حداقل برای کسب سهمیه حسابی مبارزه و تلاش کنند. من واقعاً دلم برای آن سال هایی که سپاهان با کاپیتان خود محرم نوید کیا بارها و ۹ بار جام های قهرمانی متعددی را بالای سر برد تنگ شده است و برای تکرار آن روزها و سر دادن دوباره شعار «ما سپاهانیم و حالا حالا قهرمان» روز شماری می کنم.

تکذیب برگزاری بازی‌های ذوب‌آهن در ورزشگاه یادگار امام (ره) قم

توحید محمدی، مدیر ورزشگاه یادگار امام (ره) قم اظهار داشت: این ورزشگاه متعلق به اداره کل ورزش و جوانان قم است اما متأسفانه این هماهنگی ها بدون اطلاع اداره کل و مدیریت مجموعه یادگار امام(ره) انجام می شود، اینکه این هماهنگی ها توسط چه کسی و با چه هدفی صورت می گیرد، جای سئوال است.

وی خاطرنشان کرد: اردیبهشت ماه امسال هم که بازی پلی آف تیم های دسته دومی شاهین بوشهر و برق جدید شیراز در ورزشگاه یادگار امام(ره) قم به انجام رسید، بدون هماهنگی اداره کل ورزش و جوانان بود اما زمانی مطلع شدیم که در عمل انجام شده قرار گرفته بودیم.

محمدی ابراز کرد: آن زمان مبلغ ۱۱ میلیون تومان بابت برگزاری این بازی توسط سازمان لیگ به حساب هیئت فوتبال استان قم واریز شد اما نمی دانیم وقتی ورزشگاه یادگار امام(ره) متعلق به اداره کل ورزش و جوانان است و زحمات و هزینه های سنگین آن را ما به دوش می کشیم، این پول چرا باید به حساب هیئت فوتبال قم برود و ما همچنان نمی دانیم این پول به جای هزینه در ورزشگاه یادگار امام(ره) کجا و برای چه هزینه شده است؟

وی تصریح کرد: چه کسی یا چه کسانی میزبانی ورزشگاه یادگار امام(ره) قم از بازی های ذوب‌آهن را قول داده‌اند؟ چه کسی گفته که بازی های ذوب‌آهن در قم برگزار شود، کمتر از دو ماه دیگر باید یک میلیارد تومان برای احیای دوباره چمن ورزشگاه هزینه کنیم، چون این زمین کشش بازی های همزمان صبا و ذوب‌آهن را ندارد، ضمن اینکه هم امکانات کافی نیست و هم شرایط آب و هوایی قم اجازه نگهداری مطلوب از زمین چمن را نمی دهد.

قم برای آنها یک چهارم هزینه‌های بازی در نقش جهان را دارد؟ قول و قرارهای پشت پرده بر سر مبلغ برگزاری بازی های ذوب‌آهن در قم را چه کسی انجام می دهد؟ اینها همه سئوالاتی است که امیدوارم پاسخ آنها زودتر به اطلاع اذهان عمومی برسد.

پرسپولیس ثابت کرده می تواند برگردد

میناوند: ۲ نفر زیرآب پرسپولیس را زدند

ملی پوش سابق پرسپولیسی ها می گوید پیش از این همه پیشکسوتان اخطار داده بودند که نفرات بی ربط کنار تیم نباشند، افرادی اخبار داخلی تیم را به ریزه اسپوری ها انتقال می دادند. مهرداد میناوند که پیش از این به همراه پرسپولیسی ها در جام باشگاه های آسیا سابقه یک بازگشت تاریخی را در کارنامه خود دارد؛ در رابطه با اوضاع این روزهای پرسپولیس به گفتگو پرداخت.

■ زمانی که برای پرسپولیس بازی می کردم یک بار دچار شرایطی اینچنینی شدیم. با تیم «استانکو» بازی رفت برابر آلیمای قزاقستان را با نتیجه ۳ بر صفر به حریف واگذار کردیم و حداقل سه گل هم نخوردیم. اگر قرار بود امیدوار نباشیم باید به راحتی از آن بازی ها کنار می رفتیم اما ناامید نشدیم و در دیدار برگشت انتقام بازی رفت را گرفتیم و توانستیم با پنج گل حریف را از پیش رو بردارید.

■ البته این را هم باید گفت پرسپولیس این روزها وضعیت ویژه تری نسبت به قبل دارد. مسائل مربوط بـه طارمی و قرارداد او، حاشیه هایی ایجاد کرده که تاکنون به ضرر تیم بوده است. به هرحال اگر بخواهیم منطقی باشیم باید قبول کنیم شرایط سختی برابـر پرسـپولیس است؛ اما این تیم باید برای بازی بعـدی تمام تلاش خود را به کار ببندد تا بتواند سرپا شود. ما با تیم اشتروم گراتس اتریش هم از خوردیم اما در بازی بعدی توانستیم جبران کنیم. اگر در رئال مادرید شش گل جبران نمی شدیم روند ناکامی های مان ادامه دار می شد و به همین دلیل پرسپولیس نیز باید فورا در بازی بعدی این نتیجه را جبران کند تا بتواند به روند همیشگی خود ادامه دهد.

■ معتقـدم هوادارانی که پس از این شکسـت ها برخوردشـان تغییـر می کند، هـوادار واقعی نیستند. بازیکنان در حد خودشـان تلاش کردند تا بتوانند به پیروزی برسـند. وقتی تیمی شکسـت می خـورد همـه بازیکنـان در شکسـت مقصر هسـتند نه تنها یک یـا دو بازیکن. نباید بعـد از این بازی ها شکست را به گردن یکی دو بازیکن بیاندازیم. به هرحال فوتبال همین است و نمی توان به یک تعداد بازیکن خاص خرده گرفت.

■ من همیشـه حرف حق را زده ام. باید قبول کنیم در اتفاق مربوط به طارمی همه سهل انگاری کردند و باید پیش از این به آن رسیدگی می شد. به هرحال هر مدیری هم ممکن اسـت نکات منفی در کارنامه اش داشته باشد و با توجه به کارهای مثبت و بزرگی که طاهری به انجام رسانده این موضوع نیز نکته منفی کارنامه اوست. اکنون باید به هواداران توضیح دهند. به گونه ای که باید گفته شود که هواداران قانع شوند. اما این کاملاً مهم است که اکنون باید همه هواداران پشت تیم باشـند. این تیم در دو سال اخیر آنقدر همه ما را خوشـحال کرد که باید در این روزها دست از حمایت تیم نکشیم.

■ نکته تأسـف برانگیز این ایام هماهنگی رقبا و ناهماهنگی ماست. متأسفانه دو سه نفری که ادعا می کنند ایرانی هستند و طرفدار پرسپولیس، دائم زیر آب تیم را زدند. پیش از این هم پیشکسوتان دلسوز باشگاه تذکر داده بودند که اینگونه نفرات کنار تیم نباشند. نفراتی که همه اخبار پرسپولیس را به ریزه اسپور منتقل می کردند و در نهایت به این تیم از پشت خنجر زدند. در طرف مقابل حریفمان را ببینید، همه باشگاه های امارائی و همه نفرات نزدیک به الهلال دست به دست هم دادند و شـروع کردند به حمایت از تیم و این موضوع هم یکی از دلایل موفقیت الهلالی ها بود.

جلسه «میک» و کاپیتان‌ها؛ پروژه بیعت‌گیری

«میک مک درموت» خیلی امید دارد در استقلال تبدیل به یک سرمربی شود. او را حتماً خیلی خوب می‌شناسید. اولین بار پایش را کارلوس کی‌روش به ایران باز کرد. در بدو ورودش، میک طوری ملی پوشان را به سن گذاشته تیم ۲۰۱۳ ملی را تمرین می‌داد که می پرسیدیدش.

این مربی اما با پیشـنهادی اغوا کننده خیلی زود کی‌روش و ایـران راول کرد و رفت النصر. جایی که شد دسـتیار «والتر زنگا». او فوتبال را خیلی خوب می‌فهمید. یک بدنساز صرف نبود و کارش در حقیقت تحویل دادن تیم به سرمربی در بهترین حالت بدنی بـود. در اواج انگیزه. میک در النصر با «سون گوران اریکسـون» هم کار کرد و کمی فنی‌تر از قبل شد. یکی دو سالی هم رفت تیم‌های پایه النصر و امسـال به اسـتقلال آمد تا دستیار منصوریان باشد. این همکاری خیلی طول نکشید تا حالا او شده مرد اول نیمکت استقلال. اولین برد در رشت و بازی تقریباً روان استقلال در نیمه دوم سبب شده در اوج بی پولی آبی‌ها او این مجال را داشته باشد چند هفته‌ای بیشتر روی نیمکت این تیم بنشیند.

میک که استقلال را به واسطه دستیار ایرانی اش صالح خوب می‌شناسـد، به خوبی می‌داند در دل تیم با حضور کاپیتان‌های تیم چه گذشته است. او برای رحمتی و جباری پیغام فرسـتاده و آنها را یواشـکی ملاقات کرده و بـرای اینکه دوباره همدل شوند حرف زده است. مشکل استقلال اما با داشتن بازیکنانی مثل مهدی ومجتبی سنگینی نیمکت است. حالا با برگشـتن مصدومان و پر شدن دست مربی، او چه نیازی به بازیکنانی دارد که یکی‌شان خودش گفته ترجیح‌اش خداحافظی است و بازگشت آن دیگری‌شان تنها گلری را باز بی‌انگیزه می‌کند که در یکسال گذشته اگر بازی می‌کرد شاید الان منصوریان هنوز روی نیمکت بود و از او به عنوان پدیده جوان مربیگری ایرانی نام برده می‌شد.

آوردن این دو کاپیتان بیـرون مانده دیگر حتی سکوها را هم ترغیب به تشـویق تیم نمی‌کند و کسـی دیگر این بازو و این پرسـتیژ استقلال به گفته منصوریان را هم نجـات دهندگان تیم نمی‌داند. همانطور که دیگر خسرو هم یک پدیده برای تیم نیسـت و تهییجی ندارد. استقلال نیاز به پوسـت اندازی دارد. بدون پاد، بدون خسرو، بدون جباری و بدون رحمتی. استقلالی‌ها امروز چنین تیمی می‌خواهند. آیا میک توان ساختنش را دارد؟

«کنستانتین رائوش» مقابل ایران بازی می کند

فیفا به‌طور رسـمی مجوز بازی «کنسـتانتین رائوش»، مدافع دورگه تیم ملی فوتبال روسـیه برای رویارویی با ایران را صادر کرد.

به گزارش خبرگـزاری ها و به نقـل از روزنامه «رایانوستی» روسـیه، کمیته تعیین وضعیت فدراسـیون جهانی فوتبال (فیفـا) به‌صورت رسمی اجازه بازی کنستانتین رائوش، مدافع تیم فوتبال باشگاه اف‌سـی کلن در ترکیب تیم ملی روسیه را صادر کرد.

رائوش که ملیت‌های آلمانی و روسی را دارد پیش از این در ترکیب تیم ملی روسیه در بازی دوستانه برابر باشگاه دینامو مسکو به میدان رفت اما اولین بازی او برابر تیم‌هـای بین‌المللی در دیدارهای تدارکاتی پیش‌روی روس‌هـا برابر کره‌جنوبی و ایران خواهند بود. رائـوش در ترکیب تیم ملی فوتبال جوانان آلمان هم بازی کرده اسـت و به همین دلیل فدراسـیون فوتبال روسـیه مجبور شد تا برای بهره‌مندی از این بازیکن مجوز فیفا را دریافت کند.

تیم‌های ملی فوتبال روسیه و ایران ۱۸ مهر ماه سال جاری در ورزشـگاه کازان، مرکز جمهوری تاتارستان به مصاف هم می‌روند.

سلطان پرسپولیس! چرا با یک غوره سردی می‌کنید؟

نامیدی سراسـر پرسـپولیس را گرفته است. این تیـم را طوفان زده. باخت بـا اختلاف چهار گل در ابوظبی و حاشـیه های این روزهای تیم طوری اسـت که جمع کردنش را خیلی سخت می کند اما انگار خیلی ها منتظر چنین نتیجه ای بودند. خیلی از پیشکسـوتانی که تا همین چند روز قبل مدام تعریف می کردند، حالا تیم را به باد انتقاد گرفته اند.

یکی از بزرگ ترین شـان اما علی پروین است. تا روز قبل از بازی مدام از قهرمانی تیم سـخن مـی گفـت امـا حـالا همـان تیمـی که سـایش اش مـی کـرد، دوباره شـده تیمی متشکل از کیلوهای اضافه که فقط در زمین راه می رفتند. شـاید همه بتوانند از تیم انتقاد کنند اما برای مردی که جایگاهـش برای هواداران، جایگاه سلطانی است، چنین مثل همه حرف زدن زیبنده نیست. اوست که باید امروز روحیه را به کل تیم برگرداند. همین که کورسـویی از امید مانده باشد هم او باید برای آن کورسـو، تیم را متحد کند. نه اینکه علی آقا قبـل از همه با یک غوره سردی اش کند.

برانکو در صدر ایرانی‌ها

سـایت clubworldranking جدیدترین رده بندی سرمربیان باشگاهی جهان را اعلام کرد که «برانکو ایوانکوویچ»، سرمربی پرسپولیس با سه پله صعود به رده ۱۶۴ جهان رسید. او کماکان برترین مربی باشـگاهی ایران در این رده بندی اسـت. علیرضا منصوریان، سـرمربی مستعفی استقلال نیز با چهار پله سقوط در رده ۱۹۴ جهان قرار گرفته است.

محمد برزمهری! تو شایسته بهترین ستایش ها هستی

چرا اصفهان دیگر «یاشین» تولید نمی کند؟!

نصف جهان چند ماه پیـش در روزنامه نصف جهان در گزارشی به بررسی زندگی و افتخارات محمد برزمهری، گلر اسطوره ای باشگاه سـپاهان قبل از انقلاب و جام تخت جمشـید پرداختیم. گزارش آن روز نصف جهان مورد استقبال قرار گرفت و خود برزمهری و خانواده اش در تماس با روزنامه از توجه نصف جهان به پیشکسوتان قدردانی کردند. حالا به همت یکی از همکاران مان که با ورزشی نویسان قدیمی ایران که در مجلاتی همچون کیهان ورزشـی و دنیای ورزش همـکاری می کردند در ارتباط اسـت، متن صمیمانه دیگری در وصف این گلر رؤیایی فوتبال اصفهان نگاشـته شده است. مردی که ناصر حجازی از او به عنـوان یکی از دلایل علاقه مندی خود به پست دروازه بانی نام می برد قطعاً شایسته بهترین ستایش هاست و باید بیش از اینها مورد توجه قرار بگیرد. این مطلب در وصف «لئو یاشـین» فوتبال ایران را از دست ندهید.

همیشه جزو سئوالات اساسی من از دهه چهلی ها بود که بپرسم شـما چطور در ایرون از تیم آرارات پنج گل خوردید و در آخر بازی، گلرتان سـتاره زمین شد؟ این همیشـه در مغزم بوده چگونه ممکن است در بازی ۵ بر صفر باخته، خبرنگاران روسی سـرگلر تیم بازنده را به سر شیر تشبیه کنند؟ مثل همان کاری که در همان سال ۱۳۴۴ کردند و گلر تیم شاهین، محمدآقا برزمهری از اصفهان را از آن روز ملقب به «یاشـین» کردند که اسـطوره ای تریـن دروازه بان تاریـخ فوتبال جهان بود. مجسـم کن پنج گل خورده تازه، اگر اینها را نمی خورد چی؟ اما بعد از بازگشـت تیم به کشـور، حسین کلانی برای خبرنـگاران ایرانی تعریف کرد که «در آن روز خوفناک که از قضا باران شرشر می بارید و بازی در حضور ۱۲ هزار نفر تماشـاچی زیر نور چراغ هم برگزار می شـد، ممدآقا اگر نبود ما ۲۰ تا گل می خوردیم بی حرف پیش». اما برزمهری چنان درخشـید و راه به راه فرصت های طلایی آنها را سـوزاند کـه با وجود پنج گل خورده لقب یاشـین افسـانه ای را از آن خود کرد. یک یاشـین ایرانی که حداقل ۱۵ فرصت مسلّم گل را یک تنه از حریف گرفت و درخشـید. آن روزها از خودم می پرسـیدم مگر این چه جور بازی بـوده که حریف ۲۰ تا موقعیت مسلّم داشـته. پس ده بازیکن دیگر ما در آن بازی چه می کـرده اند؟ میهمانـی رفته بودند آیا؟

این همان بازی معروف سال ۱۳۴۴ است که تیم شاهین تهران از سوی فدراسیون فوتبال کشور شوروی دعوت به برگزاری بازی دوستانه شد و چون تیم اصلی شاهین مشغول برگزاری مسابقات داخلی باشگاهی تهران بود، تیم منتخبی از شاهینی های سراسر کشور به شوروی رفتند و از قضا محمدخان برزمهری نیز گلر فیکس آن تیم شد. تیمی متشـکل از جوانان تازه به دوران رسیده ای مثل حسـین کلانی و جعفرآقا دیپلمات (کاشـان) و اصغر آقای شرفی که روانه روسـیه شدند و در بازی دوم به مصاف تیم آرارات ارمنستان رفتند. تازه از آنجا بود که شـانس اش زد و پنج گل خورد و تبدیل شد به یاشین آسیا!

گلری کـه شـمایلی در حد رسـتم داشـت و با آن پیراهـن مشـکی و کلاه کپـی و چشـم و ابـروی مشـکی، بـه درد فیلم های سـینمایی نئورئالیسـم ایتالیایی می خـورد که آدم تخمه بکشـند و نگاهش کند.

برزمهری مثل خیلـی از قهرمانان قدیمـی ما متولد «اولین روز فروردین» اسـت. (سـال ۱۳۱۹). حاضرم صد نفر را بشـمرم که اول فروردین به دنیا نیامدند اما در سجل احوالشان تاریخ تولدشان را نوشته اند «۱/۱». اولین بار آقای حریری بنیانگذار شـریف کلوپ شاهین اصفهان و سـپاهان بود که او را در ۱۷ سـالگی به تیم جوانان شاهین کشاند. آنها همیشـه تیم اول اصفهان بودند. در سال ۱۳۴۲ استخوان بندی همین تیم شاهین بود که به عنوان منتخب اصفهان به قهرمانی کشـور رفت و در فینال با تیم منتخب تهران یک – یک کرد و جام را آورد اصفهان. برزمهری آن روز هم با آن کلاه و پیراهن معروف خود در دل هواداران جای خاصی را برای خود سـاخته و پرداخته کرد. او تمام توپ ها را گرفت و موی دماغ حریف شد و نگذاشت دسته نور چشمی های تهران که مرکب از تمام ملی پوشـان شاهین و تاج و دارایی بودند قهرمان شوند. بالاخره فدراسیون تصمیم گرفت که بدون احساب امتیاز تیم پایتخت، اصفهان را قهرمان معرفی کند و آن روز که تیم با در دست داشتن جام فیروزی به اصفهان برگشت زیر سی و سه پل قیامت بود. بلافاصله دعوتنامه ای از دکتر اکرامی دریافت کرد که چون بازی های درخشـان برزمهری را در قهرمانی کشـور دیده، باید تهران و به عضویت شاهین درآید. انگار که دنیـا را دادند به محمدآقـا برزمهری، کارمند ارشـد گمرکات . آن روزها شـاهین آنقدر بزرگ بود که حضور در آن آرزوی هر سـتاره ای بود. مخصوصاً شهرستانی ها. سر همین بود که اند کی بعـد وقتی محمد برزمهـری را آقای فکری که تیم ملی را آمـاده حضور در المپیک توکیو می کرد، دعوت کرد تیم ملی، همـای اقبال بر دوش اش نشسـته بود. اما مسـئله این بود که چه کسی می توانست از روی جسد عزیز «اصل کاری» بگذرد و چنگ بیاندازد به قباله دروازه تیم ملی و از آن محافظـت کند؟ کی می توانست؟

سـال ۴۴ بعد از بازگشت تیم شاهین از سفر معروف شوروی و آن درخشـش برزمهری و ملقب شدنش به یاشین، تازه شاهینی ها داشتند در آنها پرواز می کردند که خبر شوم رسید: «کلوپ شاهین منحل شد». دل تمام شاهینی های سراسر ایران شکسـت و خون شد. ناامید و یأس چنان در اردوی شاهینی ها سایه گسترده بود که خیلی هایشـان از فوتبال دلزده شدند. محمدآقا نیز چندسالی از فوتبال دور ماند، خوشبختانه استاد حریری (بنیانگذار شاهین اصفهان) به فکر انتخاب جایگزینی بر حق برای شاهین افتاد و سـپاهان متولد شد. همان سپاهانی که یکسال بعد به کاپیتانی برزمهری قهرمان اصفهان شد. تیم پیشرو و پیشگام از اوایل دهه ۵۰ بود که جمع اصفهانی های مخوف تشکیل شد و بازی های داغشان در دل مسابقات شهری، جمعیت را کشاند به باغ همایون. مربعی که به ویژه دربی اش میان ذوب آهن و سپاهان کلی تماشاچی به میدان می کشاند و بازار کل کل رندها را تکمیل می کرد.

سال ۵۲ بود که برزمهری و رفقا سپاهان را آوردند تخت جمشید. بازی صعود را سـپاهانی ها در جهنم اهواز به مصاف گمرک اهواز رفتنـد و در حالی که نتیجه ۲-۲ بود بازی به پنالتی کشیده شد و به لطف رفلکس های محمدآقا سپاهان صعود کرد. از عجایب روزگار در این دیدار حیثیتی، یکی از پنالتی زن ها هم خود برزمهری بود که نامش را رسانه ها گذاشـتند «اولین گلر پنالتی زن». او در دوره های دوم و سـوم جام تخت جمشـید نیز پشتوانه تیمش سپاهان بود. آن سال ها ستاره های جوان در حال پرورش بودند مثل دوکچی، یزدخواستی، مختار، تابش، کبیریان و همینطور علیرضا خان رحیمی. شاید تنها عکسی که حاکی از اعتراض این گلر همیشه شاهینی به داور در طول عمر بازیگری اش باشد همان عکس کذایی کیهان ورزشـی بود در آبان سـال ۵۳ که سپاهان در زمین پاسـارگاد (ورزشگاه اختصاصی پرسپولیس) به مصاف سرخپوشان رفت و داور انگلیسی صدای کاپیتان برزمهری را درآورد. او در آن تصویر سیاه سفید رسماً دارد از دسـت داور گریه می کند و محمود یاوری دسـت هایش را گرفته که دعوت به آرامشش کند. اگرچه آن بازی را به پرسپولیسـی هـا باختند اما در عوض یاران محمدآقا در ورزشـگاه باغ همایون تیم تاج را در هفتـه نوزدهم جام دوم و هفتـه یازدهم جام سوم تخت جمشید از پا درآوردند. روزنامه های بریده آن سال ها هنوز هست که با تک گل حمید ندیمان، تاج را سر بریدند و جالب آنکه آن موقع «رایکوف» مربی تـاج بود. همان رایکوفی که دو فصل بعد، با آن قرارداد سـنگین و رنگین به سپاهان رفت و وقتی این تیم را در میانه های فصل ترک کرد و سپاهان در آستانه فروپاشی قرار گرفت، این تنها محمدآقا برزمهـری بود که توانست تیم از هم پاشیده را جمع کند.

> سال ها بعد، وقتی پرویز دهداری سکان هدایت تیم ملی را به عهده گرفت، برزمهری را مربی دروازه بان هایش کرد و این نشان می داد که شاهینی ها هوای هم را دارند. برزمهری در آن تیم روی احمد عابدزاده تاثیر بسیاری گذاشت. ببین روزگاری ما چه دروازه بان هایی داشتیم

سـال ها بعد، وقتـی پرویز دهـداری سکان هدایت تیم ملی را بـه عهده گرفت، برزمهـری را مربـی دروازه بان هایش کرد و این نشـان می داد که شاهینی ها هوای هـم را دارنـد. برزمهری در آن تیم روی احمـد عابدزاده تأثیـر بسـیاری گذاشـت. ببیـن روزگاری مـا چـه دروازه بـان هایی داشـتیم . فقط در همیـن اصفهان، سلسـله ای متشـکل از برزمهـری، کربکنـدی، علیرضـا ریاضـات و احمد عابدزاده از دروازه هـای تیم ملی دفـاع کردند. انگار کـه از حریـم سـرزمین مـادی محافظـت کنند. نگذاشـتند احدی به تورشـان به چشـم خیانت نگاه کنـد. دیگر ایـن خـط تولید کـور شـد و اصفهان نگهبـان بومـی بـرای قفـس تـوری اش ندارد. مگر چه اتفاقی افتاده که این قحطی آمده؟ پاشین ما کجا رفت؟ چرا اصفهان دیگر گلرهای بزرگ تربیت نمی کند؟

روزنامه نصف جهان
دوشنبه ۱۰ مهر ماه ۱۳۹۶ سال چهاردهم شماره ۳۰۵۰
www.nesfejahan.net @nesfejahannewspaper

نمی خواستم امین را در خانه مجردی اش آتش بزنم!

پسر جوان که برای تنبیه دوست معتادش وی را به آتش کشیده بود با حکم قضائی از قصاص تبرئه و به دلیل قتل شبه عمد به پرداخت دیه محکوم شد. «محسن» ۲۸ ساله پاییز سال ۹۳ به دنبال جدال با دوست ۳۰ ساله اش به نام «امین» وی را در خانه مجردی او در سعادت آباد تهران به آتش کشید و پس از دستگیری ادعا کرد مرگ دوستش یک اتفاق بوده است.

وی در تشریح جزئیات ماجرا گفت: «بعد از اینکه امین از همسرش جدا شد به تنهایی در خانه مجردی زندگی می کرد و آنجا را به پاتوق افراد معتاد و شیشه ای تبدیل کرده بود. من هم که از سال ها قبل با او دوست بودم گاهی اوقات به خانه اش می رفتم. امین اما تحت تأثیر مصرف شیشه حال طبیعی نداشت. آخرین بار که به خانه او رفته بودم با هم درگیر شدیم اما امین اجازه نداد خانه اش را ترک کنم. به همین علت با دو نفر از دوستان مشترکمان تماس گرفتم و از آنها خواستم به خانه امین بیایند. امین اما مدام ناسزا می گفت و چند بار هم مرا کتک زده بود. وقتی ماجرا را به دوستانم گفتند آنها پیشنهاد دادند تا امین را ادب کنم. امین برای کشیدن شیشه به دستشویی رفته بود که من برای ترساندن و ادب کردن او گالن یک و نیم لیتری بنزین را از روی جاگفتی برداشتم و به داخل دستشویی پاشیدم اما چون فندک امین روشن بود همه جا آتش گرفت. من و دوستانم سعی کردیم آتش را خاموش کنیم اما امین دچار سوختگی شد و جان سپرد.»

وی در شعبه دوم دادگاه کیفری یک استان تهران به دافع پرداخت و گفت: «باور کنید من قصد کشتن دوستم را نداشتم و برای ترساندن او به سمت دستشویی بنزین پاشیدم.»

در آن جلسه یکی از دوستان محسن که شاهد ماجرا بود در جایگاه شاهد ایستاد و گفت: «محسن درست می گوید. امین هر وقت به خانه اش می رفتیم با ما بدرفتاری می کرد. او حتی سگ وحشی را که در خانه داشت رها می کرد تا به سمت ما حمله کند. محسن قصد ترساندن امین را داشت که داخل دستشویی بنزین پاشید اما چون فندک روشن بود آتش شعله گرفت.»

در پایان جلسه هیئت قضائی وارد شور شد وسرانجام هفته گذشته محسن را از اتهام قتل عمدی تبرئه و وی را به جرم قتل شبه عمد به پرداخت دیه محکوم کرد.

اعتراف تلخ نوجوان آبادانی به قتل در تور مسافرتی مشهد

دعوای همکلاسی ها رنگ خون گرفت

نوجوان ۱۷ ساله ای که همکلاسی خود را در تور مسافرتی مشهد به قتل رسانده بود، با بیان اینکه «هنوز در شوک هستم» جزئیات این حادثه تلخ را در بازسازی صحنه جنایت تشریح کرد.

این نوجوان آبادانی که دقایقی پس از فرار با پای برهنه و لباس های خون آلود بازداشت شده بود، در حالی که هنوز باور نمی کرد با ضربه کارد، دوستش را به کام مرگ فرستاده است، به منزل زائرپذیر غیرمجاز در منطقه ۱۷ شهریور مشهد هدایت شد و مقابل دوربین قوه قضائیه ایستاد تا در حضور قاضی ویژه قتل عمد چگونگی وقوع این جنایت را تشریح کند. او که اشک هایش به آرامی روی گونه هایش می غلتیدند، رو به روی تخت وسط حیاط قرار گرفت جایی که برای آخرین بار با دوستش به پشتی های سنتی روی آن تکیه داده بودند تا شیرینی سفر را دو چندان کنند اما...

در آغاز بازسازی صحنه قتل، ابتدا سرهنگ کارآگاه مهدی سلطانیان، رئیس دایره قتل پلیس آگاهی به محتویات این پرونده جنایی اشاره کرد و گفت: «متهم پس از وارد آوردن ضربه کارد به دوستش که به مرگ وی منجر شد از منزل استیجاری غیرمجاز گریخته و با لباس های خونی کنار فضای سبز در اطراف میدان ۱۷ شهریور نشسته بود که مورد ظن دو تن از شهروندان قرار گرفت و بدین ترتیب با گزارش ماجرا به مرکز فوریت های پلیسی، توسط مأموران گشت انتظامی دستگیر شد.» سرهنگ سلطانیان افزود: «متهم در همان مراحل اولیه بازجویی و در حالی که به شدت نادم بود به وارد آوردن ضربه چاقو به دوستش اعتراف کرد.»

بنابراین گزارش، در ادامه بازسازی صحنه قتل، قاضی کاظم میرزایی با تفهیم مواد قانونی به متهم، از وی خواست مواظب اظهارات خود باشد و پس از معرفی کامل خود حقیقت ماجرا را تشریح کند. نوجوان ۱۷ ساله که هنوز در شوک بود و باور نمی کرد به همین راحتی همکلاسی اش را به قتل رسانده باشد، بغض در گلو مانده اش را فرو خورد و گفت: «من و "ع" (مقتول) از چند سال قبل با یکدیگر دوست شده و همکلاسی بودیم. بارها با یکدیگر مشاجره می کردیم حتی کارمان به دعوا نیز می کشید ولی دقایقی بعد دوباره آشتی می کردیم و به دوستی مان ادامه می دادیم تا اینکه شنیدیم که تورهای مسافرتی برگزار می کند این بار نیز قصد اعزام یک کاروان زیارتی به مشهد را دارد. اگرچه همه کاروانیان خانوادگی سفر می کردند اما من و دوستم به دلیل شناختی که از ما وجود داشت به صورت مجردی با اعضای کاروان همسفر شدیم و به مشهد آمدیم. روزهای قبل را به مرکز تفریحی و ورزشی رفتیم که خیلی خوش گذشت اما من و دوستم همواره به دلیل زورگویی های او با هم مشکل داشتیم. او همیشه امور شخصی خود را به من واگذار می کرد و خودش کاری انجام نمی داد.»

متهم افزود: «شب حادثه هم، من و "ع" روی همین تخت (اشاره به تخت وسط حیاط) نشسته و منتظر صرف شام بودیم. در همین حال او باز هم رفتارهای قبلی خود را تکرار کرد و گفت: "برو شارژر مرا از اتاق بیاور!" من که دیگر از این دستورهای بی موقع او خسته شده بودم با دستم پشت سرش زدم و گفتم: "اینقدر به من گیر نده!" ولی دوستم از این حرکت من عصبانی شد. او کاردی را که از مشهد خریده بود برداشت و از غلاف بیرون کشید! من که ترسیده بودم فرار کردم. همانطور که در اطراف حیاط می دویدم او ضربه ای به بازوی من زد که جراحت ایجاد شد.»

وی در ادامه گفت: «در این هنگام من هم کارد را از دستش گرفتم و ضربه ای به سینه اش زدم! خون که فواره زد، وحشت کردم و از محل گریختم با خودم فکر کردم به آبادان بروم! هنوز در تصمیم گیری تردید داشتم که دو جوان موتورسوار به من مشکوک شدند به آنها گفتم از من زورگیری شده است و گوشی تلفنم را ربوده اند! ولی یکی از آنها متوجه شد که گوشی تلفن در جیبم قرار دارد! به همین دلیل آنها کنارم ایستادند تا زمانی که مأموران گشت انتظامی دستگیرم کردند.»

در پی اعترافات صریح متهم، قاضی کاظم میرزایی نیز پایان بازسازی صحنه قتل را اعلام کرد و بدین ترتیب وی با صدور قرار قانونی روانه زندان شد تا پرونده آدمکشی در تور مسافرتی مراحل دیگر دادرسی را طی کند.

برخورد ۱۶ خودرو با یکدیگر

رئیس مرکز کنترل ترافیک پلیس راهور تهران از برخورد ۱۶ دستگاه خودرو در اتوبان شهید بابایی خبر داد.

سرهنگ محمد رازقی در گفتگو با ایرنا با اشاره به برخورد ۱۶ دستگاه خودرو در اتوبان بابایی به یکدیگر به دلیل لغزندگی زمین، اظهار داشت: در محدوده پل استخر به دلیل نشت گازوئیل از کامیون میکسر و لغزندگی زمین یک دستگاه خودرو با کاردیل برخورد کرده و به دنبال آن ۱۵ دستگاه خودرو با یکدیگر دو به دو برخورد کردهاند.

رئیس مرکز کنترل ترافیک پلیس راهور تهران با اشاره به اینکه در این حادثه دو نفر مصدوم شدند، اضافه کرد: آتش نشان ها با حضور در محل حادثه به پاکسازی پرداختند.

۷ قاتل در یزد اعدام نشدند

معاون قضائی رئیس دادگستری استان یزد از رهایی هفت محکوم به قصاص نفس از طناب دار خبر داد.

محمدرضا حداد افزود: شوراهای حل اختلاف استان در بسیاری از پروندهها اقدام به وساطت برای گرفتن رضایت از شکات می کند که تاکنون با وساطت انجام شده، ۳۵۰ زندانی از زندان های استان یزد آزاد شدهاند.

وی با بیان اینکه هفت نفر از این زندانیان محکوم به قصاص نفس بودند افزود: پس از وساطت های لازم و صحبت با شاکیان و اولیای دم، رضایت این تعداد از زندانیان محکوم به قصاص نفس گرفته شد و آنها از این مجازات رهایی یافتند.

دنده عقب رفتن راننده شیرازی در وسط خیابان!

یک راننده در شیراز با خودروی خود در خیابان به صورت دنده عقب حرکت کرد. این راننده به دلیل رانندگی خطرناک و خطرآفرینی برای سایر رانندگان بازداشت شد.

۲ کشته در واژگونی پژو

واژگونی خودروی پژو حامل اتباع بیگانه غیرمجاز در محور بندرعباس – رودان موجب جان باختن دو نفر و مجروح شدن ۱۱ نفر دیگر از سرنشینان خودرو شد. این حادثه بامداد چهارشنبه هفته گذشته، قبل از آبنمای رودان در ۹۰ کیلومتری شرق بندرعباس رخ داده است. براساس این گزارش خودروی پژو، حامل ۱۳ نفر از اتباع افغانی بود که غیر قانونی به کشور وارد شده بودند. در این حادثه، ۱۱ نفر از سرنشینان خودرو که یک دختر بچه ۸ و دو پسر ۱۵ و ۱۶ ساله در میان آنهاست مجروح شده و دو نفر از سرنشینان در محل حادثه و در زمان وقوع، فوت کردند.

انتقام گیری مجازی از همسر سابق

رئیس پلیس فتا فرماندهی انتظامی غرب استان تهران از شناسایی و دستگیری شخصی که با ایجاد کانال در یکی از شبکه‌های اجتماعی اقدام به هتک حیثیت و نشر اکاذیب علیه همسر سابقش کرده‌بود، خبر داد.

سرهنگ علی صالحی اظهار داشت: با وصول پرونده‌ای با موضوع هتک حیثیت و نشر اکاذیب از سوی قاضی ویژه رسیدگی به جرائم سایبری دادسرای عمومی و انقلاب، مراتب در دستور کار کارشناسان این پلیس قرار گرفت. وی ادامه داد: در تحقیقات اولیه معلوم شد شخصی ناشناس با راه اندازی کانالی در شبکه اجتماعی با عنوانی توهین آمیز، اقدام به انتشار تصاویر خصوصی شاکیه در کانال موصوف کرده و این کار باعث هتک حیثیت وی شده است.

سرهنگ صالحی گفت: با توجه به حساسیت پرونده و ضربات روحی وارد شده به شاکیه پرونده، کارشناسان پلیس فتا با به کارگیری روش‌های علمی، فنی و تخصصی مشخص کردند که شخص مزاحم همسر سابق وی است.

رئیس پلیس فتا فرماندهی انتظامی غرب استان تهران افزود: با هماهنگی مقام قضائی، متهم به پلیس فتا احضار شد که در تحقیقات مقدماتی منکر قضیه شد ولی پس از مواجه شدن با دلایل، مدارک و مستندات موجود در پرونده، به بزه انتسابی معترف شد و اظهار داشت: «قبول دارم کانالی را ایجاد و مدیریت کردم و با انگیزه نفرت و انتقام جویی این عمل را انجام دادم و در نهایت از کار خود نیز پشیمانم.»

سرهنگ صالحی گفت: با توجه به اعترافات متهم به بزه انتسابی، پرونده تکمیل شده در معیت متهم به شعبه رسیدگی کننده ارسال و متناسب با بزه انتسابی قرار قانونی مناسب برای وی صادر شد.

اقدام وحشیانه یک زن با فائزه ۱۰ ساله در یک کوچه بن بست در اصفهان

کینه بزرگسالانه در پی دعوای کودکانه!

دوربین مداربسته، فرار زن ضارب را از محل حادثه ثبت کرده است

بعد از ظهر روز چهارشنبه هفته گذشته دختر ده ساله ای به نام «فائزه»، در یکی از محله های اصفهان در یک کوچه بن بست در حالی که در چند قدمی خانه خود بود مورد ضرب و شتم شدیدی قرار گرفت.

یکی از بستگان فائزه در گفتگو با رکنا مدعی شد: «سه ماه پیش در یکی از شب های احیا فائزه با دختر دیگری که یکسال از او بزرگ تر بود درگیر شد و در این درگیری این دو کودک یکدیگر را مورد ضرب و شتم قرار دادند.»

وی ادامه داد: «پس از این درگیری کودکانه، مادر آن دختربچه به در خانه خانواده فائزه آمد و داد و فریاد به راه انداخت و سپس از محل رفت.»

وی گفت: «روز چهارشنبه هفته گذشته فائزه از مدرسه به خانه آمد، سپس مادرش به او غذایی داد تا او به خانه همسایه برود. خانه آنها در انتهای بن بستی واقع بود، زمانی که فائزه زنگ در خانه همسایه را به صدا درآورد ناگهان از پشت سر زنی به او حمله کرد و او را شدیداً مورد ضرب و شتم قرار داد و همزمان با سررسیدن همسایه پا به فرار گذاشت.»

فائزه پس از این ماجرا به خانواده خود گفت کسی که او را مورد ضرب و شتم قرار داده مادر همان دختری است که در شب احیا با دخترش درگیر شده بود.

پس از این ماجرا فائزه برای درمان به بیمارستان منتقل شد. تصاویر ثبت شده در دوربین مداربسته نیز نشان می دهد که زنی از بن بست خارج می شود و پا به فرار می گذارد. هم اکنون خانواده فائزه پیگیر اقدامات قضائی برای شکایت از ضارب وی هستند.

آدم ربایی چند دقیقه‌ای

فرمانده انتظامی خراسان رضوی از دستگیری یک آدم ربا و رهایی گروگان ۳۲ ساله در شهرستان سرخس خبر داد.

سردار قادر کریمی گفت: ساعت ۲۰ شامگاه سه شنبه هفته گذشته ماجرای آدم ربایی در یکی از خیابان‌های شهرستان سرخس به فوریت‌های پلیسی ۱۱۰ اعلام شد.

فرمانده انتظامی خراسان رضوی افزود: با توجه به اهمیت موضوع بلافاصله دستورات لازم برای پیگیری سریع پرونده صادر و مأموران انتظامی سرخس با هدایت‌های سرهنگ دماوندی وارد عمل شدند. وی خاطر نشان کرد: بررسی‌های اولیه با توجه به اظهارات شاهد عینی این آدم ربایی حاکی از آن بود که فرد ربوده شده با خودروی جک برای خرید توقف کرده و به محض ورودش به داخل مغازه دو نفر با تبر و میله و با ضرب و شتم این فرد را سوار خودروی سواری کرده و به سرعت از محل دور شده اند.

سردار کریمی اظهار داشت: در ادامه تحقیقات گسترده پلیسی مأموران انتظامی به سرنخ‌هایی دست یافتند که نشان می‌داد گروگان‌ها با یکی از آشنایان از چندی قبل اختلاف‌های خانوادگی داشته است. با به دست آمدن این سرنخ تحقیقات پلیسی با دقت بیشتری انجام شد و مأموران یکی از عاملان این آدم ربایی را شناسایی و در کمتر از ۱۵ دقیقه او را دستگیر کردند.

فرمانده انتظامی خراسان رضوی افزود: مأموران انتظامی گروگان ۳۲ ساله را آزاد کردند و به آغوش خانواده اش باز گرداندند.

بلندگوهای هوشمند ابزاری برای استراق سمع!

رامین مشکاة

یک محقق حوزه امنیت به‌نام «مارک بارنر» نشـان داده است که چطور یک دستگاه دیجیتال رومیزی نظیر Echo شرکت آمازون، در عرض چند دقیقه به یک ابزار جاسوسی و استراق سمع تبدیل می‌شود.

مارک بارنر برای این کار از روشی استفاده کرده است که با کمک آن هر کسی قادر خواهد بود یک بدافزار را روی اکو نصب کند. او نرم‌افزاری طراحی کرده که قادر است به‌طور مخفیانه صداهای محیط را از طریق دسـتگاه هک شده جمع‌آوری و برای سروری در دوردست‌ها ارسال کند. هکر برای اجرای این روش باید به دسـتگاه قربانی دسترسی فیزیکی داشته باشـد و این روش تنها روی اکوهایی اجرا می‌شـود که پیش از سـال ۲۰۱۷ به فروش رفته باشند. هرچند در حال حاضر صاحبان اکوهای جدید نباید نگران نفوذ هکرها به این بلندگوهای هوشمند باشند، با این حال همیشه تردیدهایی درباره امنیت چنین دستگاه‌هایی مطرح بوده است.

در این روش، از یک آسـیب‌پذیری فیزیکی استفاده شده است که در اکوهای ارائه شده تا سـال ۲۰۱۷ وجود دارد. اگر دستگاه را باز کنیم، به شـبکه‌ای از صفحات کوچک فلزی دسترسی خواهیم یافت که اتصال فیزیکی به بخش سخت‌افزار داخلی دستگاه را ممکن می‌سـازد. احتمالاً از این اتصالات برای آزمایش و رفع خطاهای دسـتگاه پیش از عرضه به بازار استفاده می‌شده است. یکی از این اتصالات این امکان را به اکو می‌دهد که داده‌ها را از یک کارت حافظه SD بخواند. بارنر با لحیم کردن اتصالات به دو تا از این صفحات فلزی و سـیم‌بندی آنها به لپ‌تاپ و یک کارتخوان موفق شد اکو را از روی کارت حافظه SD راه‌اندازی و نرم‌افزار خود را روی آن نصب کند. هرچند در این مورد، فرآیند لحیم‌کاری ساعت‌ها زمان برده است و سیمها کاملاً به چشم می‌آیند، اما او معتقد است می‌توان ابزاری ساخت که با استفاده از پایه‌هایی به طور مسـتقیم و در عرض چند دقیقه به صفحات روی اکو متصل شود. البته بدافزاری که او برای حمله اسـتفاده کرده است، علاوه بر تحت کنترل درآوردن دستگاه و ارسال صدای محیط برای مهاجم قادر است به‌سادگی اعمال خرابکارانه دیگری را نیز انجام دهد. به طور مثال، اکو را به یک نقطه دسترسی برای حمله به سایر بخش‌های شبکه تبدیل کند یا حساب کاربری آمازون صاحب اکو را بدزدد.

شرکت آمازون در نسخه‌های جدید اکو، این آسیب‌پذیری فیزیکی را پوشش داده و بیان کرده است: «برای اطمینان از اینکه حداکثر امنیت وجود دارد، به عنوان یک قانون کلی، ما به مشتریان توصیه می‌کنیم دستگاه‌های آمازون را به طور مستقیم از شـرکت آمازون یا از فروشگاه‌های مجاز مورد تأیید آمازون تهیه کنند و نرم‌افزار دسـتگاه را به‌روز نگه دارند.»

بر روی نسخه‌های قدیمی‌تر اکو، مجموعه‌ای از اتصالات وجود دارد که به‌راحتی در دسترس قرار دارند و می‌توان با کمک آنها به سخت‌افزار داخلی اکو متصل شد.

بارنر موفق شد با اسـتفاده از این اتصالات، اکو را از روی کارت SD راه‌اندازی و آن را به یک ابزار جاسوسی تبدیل کند.

بارنر می‌گوید این کار او هشداری بوده است به کسانی که دستگاه‌هایی نظیر اکو را از منابع غیر معتبر تهیه می‌کنند. با این حال، او به این نکته هم اشـاره می‌کند که برخلاف ادعای آمازون، مشـکل نسخه‌های پیشـین اکو با هیچ به‌روزرسانی نرم‌افزاری حل نخواهد شد، زیرا مشکل مذکور ناشی از در دسـترس بودن اتصالات فیزیکی سخت‌افزار است نه یک ایراد نرم‌افزاری. او معتقد است مردم باید در استفاده از چنین ابزاری در اماکن عمومی بیشتر دقت کنند. به طور مثال، در برخی هتل‌ها در اتاق یک اکو قرار دارد و بر اینکه چه کسی از اکو استفاده می‌کند نظارتی نمی‌شود. شـاید مسـافر قبلی یا حتی کارگر خدماتی هتل چیزی روی اکو نصب کرده و مسافر بعدی از آن بی‌خبر باشد. او پیشنهاد می‌کند که ابزاری نظیر اکو باید مجهز به دکمه‌ای سخت‌افزاری برای توقف عملکرد باشـد، به طوری که توسط بدافزار قابل دور زدن نباشد و البته راهکار ساده‌تری هم است: «خاموش کردن دستگاه.»

ذخیره‌ساز ۴۰ ترابایتی برای پشتیبان‌گیری خانگی و استریم‌ویدئو

شـرکت سـینولوژی یک NAS جدید بـرای کاربران خانگی معرفی کـرد. این NAS می‌توانـد ظرفیتی ۴۰ ترابایتی برای پشـتیبان‌گیری از اطلاعات یا اسـتریم محتوای مالتی‌مدیا در اختیار کاربران بازار SOHO قرار دهد.

این دستگاه به‌نام DS418j از چهار هارددیسک یا درایو SSD میزبانی می‌کند و پردازنـده آن ۶۴ بیتی و متعلق به شرکت Realtek اسـت. این پردازنده دوهسته‌ای با سرعت ۱.۴ گیگاهرتز اسـت تا بتواند از پس پردازش بار کاری سنگین روی شبکه برآید و در استریم ویدئو کارایی خوبی داشته باشد.

برای قدرتمندی بیشتر این پردازنده از یک ماژول حافظه رم یک گیگابایتی DDR4 استفاده شده است. امکانات ارتباطی این دستگاه شامل یک درگاه RJ۴۵ گیگابیتی و دو درگاه USB 3.0 اسـت. روی این NAS می‌توان فناوری‌های ریـد ۰، ۱، ۵، ۶ و ۱۰ را کنار JBOD استفاده کرد. ده کاربر به‌طور همزمان می‌توانند از این دسـتگاه ذخیره‌ساز استفاده کنند.

به‌گفته شرکت سینولوژی، سرعت خواندن اطلاعات از روی DS418j به رمز ۱۱۲ مگابایت و سـرعت نوشتن حدود ۸۷ مگابایت است.

سیستم عامل این دسـتگاه، جدیدترین نسخه سیستم عامل DSM سینولوژی است که انواع ابزارها و امکانات برای پشتیبان‌گیری یا ذخیره‌سازی اطلاعات با فرمت‌های مختلف روی شبکه را فراهم می‌کند. قیمت این دستگاه ۳۰۰ دلار است.

فیسبوک برای مقابله با اخبار جعلی به رسانه‌های آفلاین متوسل شد

فیسبوک برای مقابله با گسـترش اخبار جعلی در شبکه های اجتماعی و فضای مجازی به دنیای واقعی متوسل شده و پیکارهای اطلاع رسـانی و تبلیغاتی را در دنیای آفلاین به راه انداخته است.

یکی از این پیکارها در هند آغاز شـده و بدین منظور به شهروندان عادی در مورد نحوه تمییز دادن اخبار واقعی از جعلی اطلاع رسانی می شود.

فیسبوک همچنین آگهی‌های تبلیغاتی تمام صفحه‌ای را در برخی روزنامه های بزرگ و مشـهور هندی چاپ کرده که حاوی ده نکته در مورد نحوه شناسـایی اخبار جعلی است.

ده ها میلیون کاربر شبکه‌های اجتماعی در هند زندگی می کنند و این کشـور از نظر میزان استفاده از فیسبوک در رتبه های بالا قرار دارد. همچنین واتس اپ متعلق به فیسبوک هم بزرگ ترین و برترین برنامه موبایلی مورد استفاده در هند است.

عنوان آگهـی تبلیغاتـی فیسـبوک در روزنامه های کثیرالانتشار هند این است: ما با همدیگر می توانیم انتشار اخبار جعلی را محدود کنیم.

نگرانی در مورد گسترش انتشار اخبار جعلی در فیسبوک زمانی تشدید شد که برخی صاحب نظران پیروزی ترامپ بر کلینتون در جریان برگزاری انتخابات ریاست جمهوری سال ۲۰۱۶ آمریکا را تاحدی ناشی از انتشار اخبار جعلی بر ضد کلینتون دانستند. از آن زمان تابه حال مقامات بسیاری از کشورهای جهان فیسبوک را برای جلوگیری از انتشار چنین اخباری تحت فشار گذاشته‌اند.

اپلیکیشن ساعت زنگدار جذاب و پر امکانات

بی شک تمامی ما در طول هفته به وفور از آلارم بیدار باش پیش فرض دستگاه اندرویدی خود استفاده می کنیم و چندین بار نیز پیش آمده است که در شرایط مهم به موقع بیدار نشده ایم! Free Ad- Original Alarm Clock Full عنوان یک ساعت زنگدار جذاب و پر امکانات برای سیستم عامل اندروید است که توسط Karebubl توسعه و در مارکت بزرگ گوگل پلی منتشر شده است. مجموعه قابلیت های موجود در این برنامه باعث شده است که به یکی از کامل ترین نرم افزارهای موجود در زمینه معرفی شده تبدیل شود و کاربران بسیاری را در سراسر دنیا به سوی خود جلب کند. صدای های هشدار موجود در دیتابیس برنامه تمامی سلیقه ها را تحت پوشش خود قرار داده و سعی کرده اسـت که به آرامی کاربران را از خواب بیدار کند.

بازی ورزشی جالب و محبوب استاد پرش مخصوص اندروید

Flip Master بازی هیجان آور و محبوب در سبک بازی های ورزشـی از استودیوی بازی سازی مطرح Minicilp.com برای دسـتگاه های اندروید است که به صورت رایگان در گوگل پلی عرضه شده است.

بـا نصـب Flip Master بـر روی تبلـت و یـا گوشـی اندرویـدی تـان؛ یکـی از جالـب ترین و پویاترین بازی های شـیرجه که تا بـه حال دیده اید بـا محیط هـای مختلـف و خطرناکـی برای شـیرجه زدن و امـکان اجـرای انـواع و اقسـام حرکت های شیرجه همچون شیرجه از جلو، شیرجه از پشت، معلق زدن از پشت در حین حرکت و... را تجربه خواهید کرد! شـیرجه زدن از لبه صخره، سـکوهای شـکننده، بالای درخت ها و قلمه ها یا حتی از روی تخته پرش (ترامپولین) را در بازی Flip Master تجربه کنید و برای تبدیل شـدن به اسـتاد شیرجه زنی تا می توانید تلاش کنید! ورزشکار خود را از بین ده ها ورزشـکار مختلف انتخاب کنید و قفل حرکت ها و تکنیک های جدید شـیرجه را باز کنید! طوری شـیرجه بزنید که بتوانید به بهترین شکل هم فرود بیایید و البته مراقب باشـید بـه صخره ها هم برخورد نکنید!

رعایت کامل قوانین فیزیکی در بازی و حرکات کاملاً طبیعی ورزشکاران چه هنگام شیرجه و چه در صورت برخورد با موانع تجربه ای متفاوت از بازی های ورزشی را برایتان به ارمـغان می آورد! امـکان اجرای انواع و اقسـام حرکت ها و تکنیک های شـیرجه از جمله شیرجه از پشت، گرفتن پاها از زیر و خم شدن روی زانو هنگام شیرجه (پایک) و... وجود دارد و می توانید آنها را تمرین کنید.

twitter استفاده از توییتر آسان شد

توییتر در حال اجرای آزمایشـی یک نسـخه جدید از اپلیکیشـن توییتر در سیسـتم عامل گوشی‌های اندرویدی اسـت و قصد دارد به منظور گسـترش استفاده از این شـبکه اجتماعی توسط همه کاربران در تمام کشورهای جهان، نسخه توییتر لایت را راه اندازی کند تا حتی مردم در کشورهایی که اینترنت گوشی همراه بسـیار گران و یا کند است هم بتوانند به توییتر دسترسی یافته و مطالب خود را به اشتراک بگذارند.

این اپلیکیشن به تازگی در فروشـگاه اینترنتی پلی اسـتور گوگل قرار گرفته و قابل دسترسـی است. البته به دلیل آنکه توییتر در حال اجرای آزمایشـی این اپلیکیشن است، در حال حاضر «توییتر لایت» تنها در کشور فیلیپین که قیمت اینترنت همراه (دیتا) گران و کم سرعت است، در حال اجراست.

شـرکت توییتر همزمان با اجرای آزمایشی توییتر لایت، به دنبال توسعه این اپلیکیشن و ارائه آن در بازار کشورهای دیگر است.

اپلیکیشـن توییتر لایت یک ویژگی منحصر به فرد دارد که موجب می شـود کمترین حجم و سـرعت اینترنت اسـتفاده شـود و این ویژگی قابلیت data saver است که تنها در زمانی که فعال‌سازی شود، تصاویر و ویدئوها را نگهداری و سـیو می‌کند و در غیر اینصورت، این اپلیکیشـن بـدون آپلود و حفظ تصاویر و ویدئوها کار می‌کند تا کاربر بتواند با کمترین سـرعت و حجم اینترنت، پیام هـا و محتوای خود را به اشـتراک بگذارد و بدین ترتیـب از طریق این شـبکه اجتماعی با جهان اطراف خود ارتباط برقرار کند.

حجم دانلـود و نصب این اپلیکیشـن جدید، تنها ۳ گیگابایت است بنابراین کاربران برای نصب آن نیز نیازی به حافظه داخلی زیادی در گوشی همراه خود نخواهند داشت.

این اپلیکیشـن فعلاً در کشـور فیلیپین به صورت رایگان از فروشـگاه اینترنتی پلی استور گوگل قابل دسترسی و دانلود است.

بررسی هدست بلوتوث شرکت تسکو TH 5328 همراه جذاب موبایل

هدست بلوتوث «تسکو» مدل «TH5328» همراه با یک پایه طراحی و ساخته شده است.

در بسـته‌بندی این محصول یک پایه قرار گرفته که شما با استفاده از آن در مواقعی که از هدست استفاده نمی‌کنید، می‌توانید آن را به صورت ایستاده نگه دارید.

پشت این پایه به صورتی طراحی شـده تا علاوه بر امکان گذاشـتن پایه روی میز و سـطوح تخت، این امکان برای شما وجود داشـته که از آن درون خودرو هم استفاده کنید.

شـما می‌توانید این پایه را به درگاه تهویه هوا داخل خودرو متصل کنید، سپس هدسـت را روی آن قرار دهید و خیالتان بابت آن راحت باشد.

این محصول قابلیت پخش موسـیقی را دارد. روی آن کلیدهایی تعبیه شـده تا شما امکان کنترل صدا و موزیک با استفاده از آن را داشته باشید.

زمانی که میان هدست و گوشـی موبایل‌تان ارتباط برقرار می کنید، راهنمای صوتی هدست این موضوع را اعلام می‌کند.

این محصول ۱۹ گرم وزن دارد. وزن بلوتوث در آن ۴،۱ بوده و تنها قادر است با دسـتگاه‌هایی که وزن بلوتوث در آنها ۴،۱ یا بالاتر است، ارتباط برقرار کند.

مدل زمان نگهداری شـارژ در آن برای مکالمه چهار ساعت و برای پخش موسیقی سه ساعت و نیم است. همچنین مدت زمان نگهداری شـارژ در آن در حالت استندبای تا ۷۲ ساعت خواهد بود.

باتری به کار رفته در این هدسـت قابل شارژ بوده و ۵۵ میلی‌آمپر سـاعت ظرفیت دارد. روی سـطح آن یک نشـانگر LED به کار رفته که وضعیت شـارژ را نمایش می‌دهد.

به گفته شرکت سـازنده مدت زمان شارژ شدن این هدست دو ساعت است و لازم نیسـت مدت زیادی منتظر بمانید.

درمان افسردگی با تلفن همراه

بر اساس تحقیقاتی که به تازگی در استرالیا انجام شده، استفاده از برنامه های تلفن همراه می تواند یک روش درمانی برای کاهش افسردگی در انسان ها باشد.

بنابراین از این طریق می توان به شیوه‌ای امن و تقریباً ساده به میلیون ها نفر در سراسر جهان که با مشکل افسردگی دست و پنجه نرم می کنند، کمک کرد.

افسـردگی، شـایع ترین اختلال روانی در انسان ها در سراسـر جهان و عامل اصلی ایجاد ناتوانی و حتی معلولیت در افراد اسـت. هزینه معالجه این بیماری بسیار بالاست و در اکثر موارد به نتیجه مطلوب هم منجر نمی شود.

پژوهشگران استرالیایی با مطالعه روی ۲۲ روش مداخله در درمان بیماری افسردگی افراد که از طریق استفاده از برنامه های موبایلی خاصی صورت گرفته به این نتیجه رسیده اند. بررسـی های یادشده روی سـه هزار و ۴۰۰ بیمار زن و مرد بین ۱۸ تا ۵۹ سـال صورت گرفته که از اختلالاتی همچون افسـردگی اندک تا حاد، اختلال دوقطبی، اضطراب و بی خوابی رنج می برند.

محققان می گویند استفاده از برنامه های تلفن همراه باعث کاهش علایم افسـردگی در افراد شده و این روش درمانی کم هزینه به خصـوص برای افرادی مناسب است که به دلایل مختلف به کادر پزشکی دسترسـی ندارند. البته این روش نمی تواند جایگزین روش های درمانی بالینی شود ولی می تواند تا حدی از رنج افراد افسرده بکاهد.

دریچه

منبع: تسنیم

آیین عزاداری در ماسوله

منبع: فارس

بازار فروش وسایل عزاداری ماه محرم در قم

منبع: ایرنا

تحویل ۲ فروند هواپیمای ATR به ایران‌ایر

منبع: مهر

فرزند شهید حججی در مراسم تشییع و خاکسپاری پیکر پدرش در نجف آباد

منبع: مهر

تشییع پیکر شهید محسن حججی در میدان امام(ره) اصفهان

منبع: ایسنا

دو سالانه مجسمه سازی در تهران

منبع: جام جم آنلاین

نشست خبری رئیس سازمان برنامه و بودجه کشور

منبع: قدس آنلاین

با ۱۵ دقیقه فاصله گرفتن از مرکز شهر به سمت شرق مشهد با وضعیت نابسامان معیشتی مردم محله همت آباد روبه رو می شویم. آبی برای آشامیدن، استحمام و مصرف روزانه وجود ندارد تنها ازیک مسجد می توان آب آشامیدنی را با ساعت ها در صف ایستادن به دست آورد.