

## کی روش فقط تیم ملی می خواهد



در صفحه ۷ بخوانید

## بازار عباي نابين از رونق افتاده است

استفاده از پتانسیل خواهرخوانده های اصفهان در برگزاری نمایشگاه های بین المللی

## چرا در زمستان افزایش وزن پیدا می کنیم؟

این موضوع که زمستان ها اضافه وزن پیدا می کنیم طی دهه ها مطرح بوده است، منطبق مرسوم می گوید که افراد طی ماه های سردتر ۲/۵ کیلو وزن اضافه می کنند.



# زمستان متفاوت برای استانداری اصفهان

پیام تشکیل جلسه کمیته اضطرار شرایط آلودگی هوا در ذوب آهن و نیروگاه

## افزایش مراجعات بیماران قلبی و تنفسی به اورژانس اصفهان

افزایش مراجعات بیماران قلبی و تنفسی به اورژانس اصفهان

## ذوب آهن برای رسیدن به مدعیان می جنگد



تیم های فوتبال صنعت نفت آبادان و ذوب آهن اصفهان از هفته چهاردهم لیگ برتر در حالی امروز به مصاف هم می روند که شاگردان عبدالموسی در تلاشند نخستین پیروزی خانگی این فصل را کسب کنند.

در صفحه ۷ بخوانید

## پادرمیانی ریش سفیدان برای حل مشکلات بازار اصفهان

پادرمیانی ریش سفیدان برای حل مشکلات بازار اصفهان

در صفحه ۷ بخوانید



آرامنه اصفهان امسال هم کریسمس و سال نو میلادی را جشن می گیرند

## جلفا غرق در نور و رنگ

در صفحه ۷ بخوانید

جهان نما | قطع سهمیه سوخت خودروهای فاقد بیمه | استان | کشف مهم در کلیایگان | تکنولوژی | ۴ ویژگی مهم برای خرید گوشی اندرویدی | سلامت | خوردن کدام میان وعده ها مثل سم است؟

نوبت اول

## تجدید مناقصه عمومی / دو مرحله ای

سازمان عمران زاینده رود در نظر دارد عملیات عمرانی راهسازی و جدول گذاری زون A دهکده دوم به شماره سیستمی ۱۴۰۲/۴۵۵۲ از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید.

کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت و تحویل اسناد فراخوان تا بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) [www.setadiran.ir](http://www.setadiran.ir) انجام خواهد شد.

متقاضیان شرکت در مناقصه در صورت عدم عضویت در سامانه، نسبت به ثبت نام و دریافت گواهی امضای الکترونیکی (به صورت برخط) برای کلیه صاحبان مجاز و مهر سازمانی اقدام لازم را بعمل آورند.

مواعد زمانی:

تاریخ انتشار آگهی: ۱۴۰۲/۱۰/۰۴

مهلت دریافت اسناد آگهی: تا ساعت ۱۹ مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۰

مهلت ارسال پیشنهادات: تا ساعت ۱۹ مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۰

زمان بازگشایی پاکت ها: ساعت ۱۰ صبح روز پنجشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۱

نوع و مبلغ تضمین شرکت در فرایند ارجاع کار: ضمانتنامه به ارزش ۵ درصد قیمت برآورد مندرج در اسناد

اطلاعات تماس و آدرس دستگاه:

آدرس سایت سازمان: [www.ioz.ir](http://www.ioz.ir)

ایمیل سازمان: [info@ioz.ir](mailto:info@ioz.ir)

تلفن سازمان: ۰۲۶۷۳۰۸۰ - ۰۲۶۷۳۰۱۰

مسعود منتظری نجف آبادی- مدیرعامل سازمان عمران زاینده رود

نوبت اول

## آگهی تجدید مزایده عمومی شماره ۱۴۰۲/۴۵۵۰ (شماره مرجع مزایده)

موضوع تجدید مزایده: تجدید مزایده اجاره غرفه ها و اماکن تجاری، تفریحی و ورزشی واقع در دهکده زاینده رود

سازمان عمران زاینده رود در نظر دارد نسبت به اجاره غرفه ها و اماکن تجاری، تفریحی و ورزشی و سایت گردو و بادام به شرح مذکور و با جزئیات مندرج در اسناد مزایده را با بهره گیری از سامانه تدارکات الکترونیکی دولت [setadiran.ir](http://setadiran.ir) با شماره مزایده ۱۴۰۲/۴۰۹۱ به صورت الکترونیکی اقدام نماید.

زمان انتشار در سایت: ۱۴۰۲/۱۰/۰۴

مهلت دریافت اسناد مزایده: ساعت ۱۹ مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۰

تاریخ بازدید: از تاریخ انتشار تا ساعت ۱۴/۲۰ مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۰

آخرین مهلت ارسال پیشنهاد قیمت: تا ساعت ۱۹ مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۰

زمان بازگشایی: ساعت ۱۰ صبح روز پنجشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۱

زمان اعلام به برنده: تا مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۸

ضمناً رعایت موارد ذیل الزامی می باشد:

۱- برگزاری مزایده صرفاً از طریق سامانه الکترونیکی دولت می باشد و کلیه مراحل فرایند مزایده شامل خرید و دریافت اسناد مزایده (در صورت وجود هزینه مربوطه) پرداخت تضمین شرکت در مزایده (ودیعه)، ارسال پیشنهاد قیمت، بازگشایی پاکت، اعلام به برنده، واریز وجه مزایده و تحویل در بستر سامانه از این طریق امکان پذیر می باشد.

۲- پیشنهاد می گردد با توجه به تنوع کالاهای مطرح شده در مزایده قبل از ارائه پیشنهاد از اقلام موضوع مزایده بازدید به عمل آورید.

۳- علاقه مندان به شرکت در مزایده می بایست جهت ثبت نام و دریافت مزایده الکترونیکی (توکن) با شماره های ذیل تماس حاصل نمایند:

مرکز پشتیبانی و راهبری سامانه: ۰۲۱-۴۱۹۴۳ تا ۰۲۱-۱۴۵۶

اطلاعات تماس دفاتر ثبت نام سایر استانها، در سایت سامانه [setadiran.ir](http://setadiran.ir) بخش ثبت نام / پروفایل مزایده گر موجود است.

۴- در صورت بروز هر گونه اشکالی و یا سوال از فرایند انجام ثبت نام، متقاضیان می توانند با شماره ۱۴۵۶ مرکز پاسخگویی ستاد معاملات الکترونیک دولت تماس حاصل نمایند.

اطلاعات تماس و آدرس دستگاه:

آدرس سایت سازمان: [www.ioz.ir](http://www.ioz.ir)

ایمیل سازمان: [info@ioz.ir](mailto:info@ioz.ir)

تلفن سازمان: ۰۲۶۷۳۰۸۰ - ۰۲۶۷۳۰۱۰

مسعود منتظری نجف آبادی- مدیرعامل سازمان عمران زاینده رود



قطع سهیمه سوخت خودروهای فاقد بیمه

بنا بر قانون مصوب جدید که اجرائی نیز شده، سهیمه سوخت خودروهای فاقد بیمه سوخت ثالث قطع می‌شود. بنا بر اظهارات سرپرست ستاد مدیریت سوخت، طرح مذکور اجرائی شده و البته فاز اول این طرح، مشمول خودروهای ناوگان حمل‌ونقل تجاری می‌شود و در فاز بندی، خودروهای سواری مورد بررسی قرار می‌گیرند. در اجرائی این طرح، پیامکی از طرف ستاد مدیریت سوخت برای مالک خودروی فاقد بیمه شخص ثالث، فرستاده می‌شود. در صورتی که مالک خودرو پس از مدت مقرر شده نسبت به تمدید بیمه شخص ثالث اقدام نکند، وی را از دو حق سهیمه گازوئیل و حق



گشت ارشاد مدیران ۶۰ مدیر را برکنار کرد

سپهر خلجی رئیس شورای اطلاع‌رسانی دولت تاکید کرد: در مورد ۶۰ مدیر برکنار شده در پی رانداری گشت ارشاد مدیران گفت: همه این موارد به معنای این نیست که در قوه قضائیه تشکیل پرونده شود. سپهر خلجی در خصوص این که پس از ماجرای چای دیش این سوال مطرح شده که آیا موضوع گشت ارشاد مدیران در این دولت به کار خود ادامه می‌دهد، گفت: بعله، شماره تلفن ۲۷۷۷ که اعلام هم کرده‌ایم، یکی از شمه‌های گشت مدیران است. رئیس شورای اطلاع‌رسانی دولت تاکید کرد: ۲۷۷۷ تقریباً شاید ۱۴۰۲/۰۵/۱۴ ماه است که رانداری شده، اما در

خبرخوان

پیش بینی آینده قیمت دلار

کاژرانی: با توجه به شواهد موجود در بازار، به نظر می‌رسد بازار سبز در مدت باقی مانده تا پایان سال، به دنبال کاهش نرخ ارز غیررسمی به ۴۷ هزار تومان است. با توجه به مزاد عرضه ارز در سامانه نیما، گویا بانک مرکزی نرخ هدف خود را برای دلار غیررسمی، عددی بین ۴۷ تا ۴۸ هزار تومان تعیین کرده و با شیوه‌های مختلف به دنبال رسیدن به این موضوع است.

طرح جدید نیامده جنجالی شد!

روزنامه دنیای اقتصاد: طرحی که دولت‌های پیشین نمی‌توانستند از دادستانی مجوز داشته باشند، روسای و بان افتتاحش را برید آورده‌اند. محفل تجمع پرندگان بسیاری است و بسیاری از گردشگران برای دیدن این پرندها می‌آیند. اگر دستکاری بیشتری در این منطقه صورت گیرد، تجمع پرندگان آن قسمت به واسطه از بین رفتن منابع غذایی با فرست استارز بین نزارها و... دچار مشکل شده و این جاذبه گردشگری از بین می‌رود. در این صورت، نه ساحل ماسه‌ای داریم و نه جلایه طبیعی.

تولید دوباره پژو ۲۰۷ صندوقدار

کاگیت نیوز: ایران خودرو تولید دوباره پژو ۲۰۷ صندوقدار را شروع کرد. ۲۰۷ سال‌ها خلاصا با پرشانه، گیرکس و امکانات جدید به بازار عرضه گشت. گشت ایران خودرو پس از موفقیت پژو ۲۰۶ صندوقدار، در اواخر خرداد ۹۰ نسخه صندوقدار پژو ۲۰۷ اتوماتیک را هم روانه بازار کرد که البته بیشتر از دو سال در خط تولید این خودرو ساز داخلی حوام نیارود. ششده‌های اخیر حکایت از این دارند که ایران خودرو تولید دوباره پژو ۲۰۷ صندوقدار باسای درایز ابتدای دی ماه میلادی است.

سوال معنادار

روزنامه جهان‌پوش اسلامه: ایبه‌گوش باشگاه خبرنگاران جوان، سردار رحیم صفوی گفت: حکومت طالبان را به رسمیت نمی‌شناسیم اما روابط اقتصادی، سیاسی و فرهنگی با آنها داریم. محفل جواب این سوال را نداده است که اگر طالبان را به رسمیت بشناسد، پیش از این چه روابطی باقی مانده است که با آنها خواهد داشت؟

افزایش مالیات برای طلا نذریم

کا ایستا: سازمان امور مالیاتی در پاسخ به برخی شایعات و ابهامات، در خصوص مالیات طلا اعلام کرد: هیچ مالیات جدید یا افزایشی در بخش طلا و سنازی از صنایع طلا وضع نشده و همچنین اصل طلا و جواهر و پلاتین به کار رفته در مصنوعات ساخته شده از فلزات مزبور معاف از مالیات بر ارزش افزوده است. در روزهای اخیر سازمان امور مالیاتی، مشاغل چهارگانه را ملزم به صدور صورتحساب مالی در سامانه مودیان کرد. در پی این اقدام برخی شایعات در فضای مجازی مطرح شد. مبنی بر اینکه مالیات ۲۵ درصدی در بخش طلا و جواهرات وضع شده است.

سود بانکی کدام تسهیلات صفر شد

کا خبرگزاری خلیفان: این بار اعلام وزیر امور اقتصادی و دارایی، کارمزدها تسهیلات وام‌های خرید قرض‌الحسنه از دی ماه صفر خواهد شد. احسان خاندوزی اظهار کرد: اصل میزان برنر خودروی مردم از تسهیلات بانک‌های قرض‌الحسنه دولتی کشور، در پی افزایش یافته و کارمزدها تسهیلات وام‌های خرید ارز برای دی ماه صفر خواهد شد و برای آینه آینده تلاش این است که برای مردم وام‌های متوسط و با مقطع بالاتر سطح کارمزد ۴ درصد کمتر و کمتر شود.

زمستان متفاوت برای استانداری اصفهان



مهران موسوی خوارساری: ظهور استانداردی اصفهان تصمیم ندارد موضوع آینه‌بده بودن صمت بود آهن راتیمه کاره کند. منتقدان فعالیت این صمت عظیم در استان اصفهان معتقدند ثوب آهن به شکل جدی در آلوده کردن هوای شهری اطرافش به خصوص لنجان شاسی افس دارد. آنها حتی پا را از این فراتر گشته و می‌گویند صنایع مانند ذوب آهن مصلر اصلی وضعیت وخیم به وجود آمده برای هوای کلانشهر اصفهان هم هستند. شدت یافتن آلودگی اصفهان در پاییز امسال و به خصوص از اواسط این ماه تا پایان آذر ماه، صدای این منتقدان را بلندتر کرده است. این در حالی است که اولین روز زمستان سال جاری نیز با هوایی ناسالم آغاز شد و اگر اندک وزش باد در بمنازظهور هم دی ماه نبود، چه بسا این روز هم ناسالم باقی می‌ماند. به طور کلی در طول آذرماه، هوای کلانشهر اصفهان ۴ روز «سالم»، ۲ روز «ناسالم» بود که از این مدت، ۱۴ روز «ناسالم برای عموم» و ۱۲ روز «ناسالم برای گروه‌های حساس» ثبت شد. اولین روز زمستان هم هوای اصفهان «ناسالم برای عموم» و روز دوم دی ماه «سالم برای گروه‌های حساس» به ثبت رسید. این آمار نشان می‌دهد که ساکنان کلانشهر اصفهان چه هوای آلوده‌ای را استنطاق می‌کنند و بسیاری معتقدند صنایعی که اصفهان را محاصره کرده اند نقش کلیدی در به وجود آمدن شرایط فعلی دارند. از میان این صنایع، هواپارام‌پودن آهن و عنبرن‌آلی یکی از مهم‌ان اسلی آلوده کننده‌ها در بالای فهرست آورده شده است.

پادرمیانی رئیس سفیدان برای حل مشکلات بازار اصفهان



کا لادن ایرانشهر: مشکلات بازار بزرگ اصفهان بعد از یک دهه حال‌قار است با پادرمیانی خود بازاربازیان به سامان برسد. تشکیل هیات اما شاهدهی است بر این معنا و این امپورای و وارد کرد که بالاخره بازار اصفهان از دسترس سیم‌های تار و تشوئی و شبکه برق رسانی نامناسب، به صمدرها و انواع مشکلاتی که گفته شده و با هیچ راهکاری درمان نشده است به سرانجام برسد. برنامهریزی برای برگزاری اولین انتخابات سراسری هیات اما بازار از ابتدای اسفند تا آغاز پس از اجرائی شدن فرآیند آن، ۸۱ نفر نامزاد یکدیگر به رقابت پرداختند و برزیات با اعلام نتایج انتخابات ۱۱ نفر به عنوان اعضای هیات‌ماننا انتخاب شدند و از این پس با هماهنگی آنان، امورات مربوط به حفاظت و نگهداری بازار پیگیری خواهد شد. در سال‌های گذشته، بازار اصفهان اعم از سراه، کاروانسراها و تیمچه‌هایش، همیشه با مشکلات زیادی از برزش سقف بازارهای گنبدی شکل، برکنش‌های غیراصولی، نپردگی بناها، نبود گاز کشی و حمل کیسول‌شیمی از بی‌توجهی مسوولان با غفلت مالکان روبرو بوده است اما واقعیت ماجرا آنجایی تلخ می‌شد که یک سر کلاف سردرگم بازار اصفهان به نبود نظارت و ناهماهنگی بین نهادهای دست‌اندرکار برمی‌گشت؛ به نحوی که برای رفع مشکلات متناسب با باید با شهرهای با اداره اوقاف با سازمان میراث فرهنگی هماهنگی می‌شد ولی به دلایل مختلف این مشکلات مجیمان روی دست بازی می‌ماند و روز به روز این شیرازه از هم گسیخته می‌مانست اما بیشتر از گذشته نبود می‌کرد. اکنون بازار است اما این راه حل که حلقه مفقوده ای برای حل مشکلات بازار اصفهان به شمار می‌رود این مشکل حل شود چرا که پیش از این مسوولان متولی از جمله شهرداری، میراث فرهنگی و اوقاف و امور خیریه بر این باور بودند که خودکشی معمل مردمی تاثیرگذار می‌توانند در رفع مشکلات موجود دخیل باشند، کم‌ابند که تجربه سایر استان‌ها نیز در این زمینه نتایج مثبت داشته است. حالا جمع بندی نهایی و تشکیل هیات اما بازار برای برپه روی خود بازاربازیان انداخته تا بازار بزرگ را برای وضعیت بیرون بیاورند.

با توجه به اینکه هیات مدیران شهرداری شورای اسلی کردند که در این اقدامات مدیران به زمین‌های بازار دست‌نشانست است از جمله کسانی که از نزدیک با این موضوع دست به گریبان بود، از جمله این افراد، مدیر منطقه سه شهرداری اصفهان است که در واکنش به این موضوع اعلام کرده شهرداری فاقد ابزار قانونی برای برخورد با وقوع برخی تخلفات اعلام و بازار بزرگ اصفهان با مشکلات زیادی دست و پنجه نرم می‌کند و یکی از اصلی‌ترین مشکلاتش سد میر است زیرا در این بازار اجناس به گونه‌ای می‌چیده می‌شود که محل رفت و آمد مردم است که این مساله بطور محسوس به حد حل و فصل شود. محمداقرا کلانپوزان، سرپرست برق کشی ناقص، فرسودگی لوله‌های گاز و ورود بی‌رویه موتورسیکلت‌ها را از دیگر مشکلات این بازار بزرگ دانسته و افزوده شهرداری در باره ورود موتورسیکلت‌ها به محوطه بازار پیگیری‌های لازم را انجام داده و ۴۵ مسرور ردهوی موتورسیکلت‌ها به بازار باز نشسانای کرده است. مدیر منطقه سه شهرداری اصفهان خاطر نشان کرد این مسیره با بیشتر بدست زده‌شدن اما از آنجا که هماهنگی بین بازاربازان و سیستمی که در این مقطع زمان این تصمیم را اعمال می‌کرد، وجود نداشته، به مرور این طرح تصفیف شد و در نتیجه رفت و آمد موتورسیکلت‌ها به بازار ادامه یافت.

کا تائکون بازاربازان در تصمیم‌گیری‌های بازار نقش چندانی نداشته، به همین دلیل کل بعضی از مسائل هرگز حل نمی‌شود اما با روند جدید قرار است خودکشی مشکلات را رفع و رجوع کنند موضوعی که به اعتقاد سرپرست اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان اصفهان هم می‌گوید این اقدام با وجود نزدیک به ۱۰ هزار واحد تجاری در این محدوده می‌تواند اقدام موفقی باشد. به گفته محققان با این وصف و بسا هماهنگی بعمل آمده و همکاری صمیمانه بین فرمانداری، شورای اسلامی شهر، شهرداری و اداره کل اوقاف و امور خیریه تلاش شد تا برای ایجاد ارتباط نامطمئن بودیا در راستای ایمن سازی بازار و حفاظت از این مجموعه تاریخی، هیات اما، با همکاری خود بازاربازیان تشکیل شود. عزم و اراده برای تشکیل هیات اما بازار اصفهان در حالی شکل گرفت که طبق عرس صورت گرفته از سوی مرکز پژوهش‌های شورای شهر، کلانشهر اصفهان مانند سایر شهرهای مشابه کشور از جمله تهران و شیراز، نیاز به تکوین مدیریت بازار بزرگ و تشکیل هیات مدیران از این میان بدنه ساخته داشت.

در همین راستا رئیس مرکز پژوهش‌های شورای اسلامی شهر اصفهان نیز گفت: برای تشکیل هیات اما بازار اصفهان، پس از انجام مطالعات، سال گذشته نامهای از سوی شورای اسلامی شهر، به استاندار ارسال شد و پس از پیگیری استانداری در جلسه‌ای با حضور دستگاه‌های مربوطه مصوب شد. این موضوع فرمانداری و حضور دستگاه‌های مرتبط، هیات اجرائی بازار اصفهان تشکیل شود.

مصطفی نیابتی‌نژاد با بیان اینکه هیات مزبور پیش‌نویس اساسنامه و آیین‌نامه اجرائی تشکیل بازار را تعریف کرد، ادامه داد: شهرداری استقلال خوبی در این موضوع داشت و باید دیدگاه مسئولیت اجتماعی با این مساله برخورد کرد، همین اینکه بسیاری از موضوعات ناظر به فضای کاری شهرداری، میراث فرهنگی، اتاق اصناف، بازرسی اتاق اصناف، برنامه‌های نظامی، اداره نظارت بر اماکن عمومی و مجموعه اداره کل صمت بود.

حالا قرار است با پارتمیانی بازاربازان و مسئولان و متولیان مدیریت شهر در کهنه بازار مرم گشته شود و بسیاری از دوستانار میراث تاریخی و مردم اصفهان منتظرند تا این اتفاق را از زودی شکل جدی و اجرائی به خود بگیرد.



۲ سال گذشته در ادامه همین بحث گشت ارشاد مدیران همانطور که آقای سخنگو هم اعلام کردند بیش از ۶۰ نفر به دلایل مختلف حضورشان محرز شده و این‌ها برکنار شدند و بیان کرده‌اند این موارد به معنای این نیست که در قوه قضائیه تشکیل پرونده شود، ممکن است بعضی‌ها معرفی هم شده باشند و در مورد بعضی‌ها هم به این جمع‌بندی رسیده باشند که یک اهمالی بوده و برکنار شدند. خلجی خاطر نشان کرد خود دولت هم یک سازوکاری دارد و انواع و اقسام بر خورده‌ای اداری است و بعضی‌ها هم آنجایی که نیاز بوده به دستگاه قضایی معرفی می‌شوند.

کیانوش عیاری سخته کرد

کا ایستا: کیانوش عیاری در بیمارستان بستری شده است. این فیلساز در شانگاه‌شبه دوم دی ماه بر اثر سخته رایی بیمارستان شد. رضارخشان تهیه فیلم ویدئویلابی ساحلی عیاری گفت: ایشان دچار تشنج شده که علت آن گویا بر اثر سخته مغزی بوده است. عیاری که این روزها فیلم «ویلابی ساحلی» را روی پرده سینماها در حال اکران دارد، گذشته در حین ساخت این فیلم هم یک بار دچار بیماری شد و پس از وقفه‌ای فیلمبرداری در سر گرفت. او مدتی قبل و هم‌زمان با تشنج یکبار دیاروش مهرجویی نیز دچار یک سخته خفیف مغزی شده بود.

چرا در سکوت خبری

کا ایستا: ناصر طهماسب، صدای ماندگار کشورمان جمعه، اول دی ماه در اثر سخته مغزی در سن ۸۴ سالگی در گذشت و یک‌شخص در سکوت خبری روزشنبه به خاک سپرده شد. فرزند این صدای ماندگار دلیل این اتفاق را احترام به خواسته پدر عنوان کرد. کومرتر طهماسب گفت: دو هفته قبل دست‌نشانسته پدر دچار سخته مغزی شدند و طی این مدت در بیمارستان بستری بودند و مسامانه روز یکم دی ماه به علت کاهش سطح هوشیاری ایشان از دنیا رفتند. ناصر طهماسب درباره اینکه چرا خبر درگذشت این هنرمند رسامه‌ای ننشد؟ توضیح داد: پدر همیشه برای خودش خندان و خصوصی قائل بودند و از خندینه و رسامه‌ای شدن و گفتگو به دور بودند؛ در همین خاطر ما به خواسته ایشان حرمت گذاشتیم.

عروسی به معنای واقعی!

کا تیترنویسها: ودنویی‌سازی جمع آوری شایعات در یک مراسم عروسی پیاززدید شد. گفت می‌شود در این مراسم یک وکیل میلیارد پول جمع آوری شده است!

امسال هم اسکان بی اسکان!

کا ایان آرت: آکادمی علوم و هنرهای سینمایی فهرست نامزدهای اولیه جایزه بهترین فیلم بلند بین المللی اسکار ۲۰۲۳ را اعلام کرد. سینمای ایران فیلم «گنجهان شب» ساستا که در اقتفا سرپرست اداره نماینده رسمی خود معرفی کرد که توانست به فهرست اولیه جایزه بهترین فیلم بین المللی راه یابد. آکادمی علوم و هنرهای سینمایی اسکار اسفند فهرستی از ۸۸ فیلم را واجد شرایط رقابت در شاخه بهترین فیلم بین المللی و دو ششمین دوره ایمن جایزه اعلام کرده بود و در مرحله نخست ۱۵ نامزد اولیه این شاخه معرفی شدند.

کشف حلقه ۲۰ میلیاردی در جاربورق!

کا خلیفان: یک حلقه الماس به ارزش بیش از ۸۰۰ هزار دلار (حدود ۱۵ میلیارد تومان) در یکی از خیابانهای تهران پاریس مفقود شد و بعداً خبر رسید که حلقه گمشده در کیسه جاربورق هتل پیدا شد. یک تاجر زن مالزیایی به خرید این حلقه گزارش داد زمانی که با لباس عروس در هتل بود، حلقه گرانمایه‌اش از روی میز ناتاقش در حین است که هزینه هر حلقه با قیمت آن، بین ۲۱۵۰۰ تا ۵۰۰۰۰ دلار است. گفت است که مدیریت هتل به عنوان امرات برای این پیشداد، هم به صاحب حلقه به شب اقامت راگان در هتل پیشداد داد، اما او از این پیشداد را نپذیرفت.



برگزاری حضوری مسابقات قرآن کریم پس از ۵ سال

رئیس اداره قرآن، عزت و نماز اداره کل آموزش پرورش استان اصفهان گفت: با تلاش های حوزه معاونت پرورشی و فرهنگی اداره کل آموزش و پرورش استان اصفهان، پس از ۵ سال برگزاری مسابقات همگونی قرآن کریم و مدیحه سرایی (اهل بیت) (ع) به صورت مجازی، امسال مسابقات را به صورت حضوری اجرا کردیم. اختتامه چهاردهمین دوره مسابقات همگونی قرآن کریم و مدیحه سرایی اهل بیت (ع) به میزبانی مدیریت آموزش پرورش شهرستان اصفهان شهر برگزار شد. بهنام محمدیان، مدیران خصوصی اظهار داشت: مسابقات همگونی قرآن کریم و مدیحه سرایی اهل بیت به صورت فرایندی



افزایش مراجعات بیماران قلبی و تنفسی به اورژانس اصفهان

خبر

فروید اضطرابی در اصفهان

یک فروید هوپیمایی ام ۸۲ که در مسیر تهران به شیراز در پرواز ساعت ۱۵ دقیقه صبح روز یکشنبه در یک فروید اضطرابی، سالم در فرودگاه شهید بهشتی اصفهان به زمین نشست. هوپیمایا با اعلام نقص در موتور و سپس از هوانگهی های لازم فرودگاه اصفهان به زمین نشست. این هوپیمایا در روزی ۱۶۵ سرتینن بوده که ۱۵۵ نفر مسافر و ۱۰ نفر کادر پرواز هستند.

آتش سوزی در نیروگاه

مدیر کل مدیریت بحران استانداری اصفهان از وقوع حادثه آتش سوزی و دودزدگی در توربین واحد ۲ نیروگاه شهید منتظری اصفهان در شبه شب خبر داد. منصور فروشنده اظهار داشت: این حادثه حدود ساعت ۲۰ و ۲۰ دقیقه اتفاق افتاد و با اعلام به موقع نیروهای آتش نشانی نیروگاه و بالایشگاه و همچنین سازمان های آتش نشانی شاهین شهر و اصفهان، کنترل و امن سازی محل انجام شد. وی به بیان اینکه این حادثه مصدومی به همراه نداشت، افزود: بررسی های اولیه نشان می دهد که حادثه آتش سوزی در توربین واحد ۲ نیروگاه شهید منتظری اصفهان به دلیل داغ شدن روغن و نشتی از باتاقان اتفاق افتاده است.

ثبت ۵۲۰۰ هکتار

مدير كل غله و خدمات بازرگانی استان اصفهان سطح زیر کشت برنج کتمند آبی و دیمی را در حدود ۶۸ هزار هکتار اعلام کرد و گفت: تاکنون ۵۲۰۰ هکتار کتمند ثبت سامانه کتمند تراداری شده که ۲۳۰۰ هکتار توسط اداره کل غله و حدود سه هزار هکتار توسط سازمان تعاون روستایی انجام شده است. محسن ضیایی اظهار کرد: از ابتدای طرح در سال جاری آبی ۱۴-۲۰ تاکنون ۵۶۰ هکتار درآورد در سامانه مذکور ثبت شده است. وی افزود: بر اساس برآوردهای سازمان جهاد کشاورزی استان، سطح زیر کشت کتمند آبی و دیمی به حدود ۶۸ هزار هکتار می رسد.

قتل به دست همسر دوم

فرمانده انتظامی شهرستان گلپایگان از شناسایی همسر دوم پرمردی ۲۰ ساله به اتهام کشتن او خبر داد. سرهنگ علی اصغر محمدی افزود: در این اقدام قتل بر پرمردی ۲۰ ساله در منزلش در یکی از محلات شهرستان گلپایگان، بلافاصله اقدامات مأموران آگاهی این شناسایی و دستگیری قاتل آغاز شد. وی اضافه کرد: با تشکیل تیم ویژه کار آگاهان پلیس آگاهی این فرماندهی ابعاد موضوع بصورت میدانی بررسی و مشخص شد قاتل همسر دوم مقتول است که در عملیات بازرسی و دستگیری قاتل شد. فرمانده انتظامی گلپایگان تصریح کرد: قاتل انگیزه خود از ارتکاب این جنایت را اختلاف خانوادگی با مقتول عنوان کرد.

کیفیت هوا در «اصفهان من»

سرویس کیفیت هوا در ایلیکشن اصفهان من راه اندازی شد. مدیرعامل سازمان فناوری اطلاعات و ارتباطات شهرداری اصفهان گفت: این ایلیکشن امکان بهره مندی از میزان کیفیت هوا به تفکیک ایستگاهها در اختیار شهروندان قرار داده شده است. مسافر فرادنی افزود: با توجه به اینکه تنفس هوای آلوده و ورزش کردن یا هر نوع فعالیت در این هوای آلوده می تواند منجر به آسیب های جدی شود، کمک گرفتن از تنفس های نشان دهنده میزان آلودگی می تواند آگاهی دهنده خوبی برای خانواده ها است. وی گفت: در این ایلیکشن میزان کیفیت هوا به تفکیک ۱۶ سایت آلودگی هوا در شهر و توسعه آن روی نقشه شهر، فراهم شده است.

سختگوی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان از افزایش ۱۷۲ درصدی مراجعات بیماران قلبی، عروقی و تنفسی به مراکز اورژانس پیش بیمارستانی اصفهان خبر داد. پسرمان عقدک اظهار کرد: باید توجه داشت که مطابق با سال های گذشته همزمان با افزایش حجم ایستگاه های جوی شاهد افزایش تعداد مراجعات افراد با بیماری های زمینه ای قلبی، عروقی و تنفسی هستیم. وی اضافه کرد: از این روز میزان مراجعات به مراکز درمانی اورژانس پیش بیمارستانی تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی اصفهان ۱۷۲ درصد افزایش یافته است.

افزایش مراجعات بیماران قلبی و تنفسی به اورژانس اصفهان

ارامنه اصفهان امسال هم کریسمس و سال نو میلادی را جشن می گیرند

جلفا غرق در نور و رنگ



دریا قدرتی پور بازرگانی های صنعتی و ستاره ها و گوی های قرمز، سبز و نقره ای و شاخه های درخت کاج تا چند روز قبل از امروز، بر بود از تکلیف و حال و آلام کریسمس گرچه و برترین های گرمی قبل درآوردن اما برای آغاز سال نو میلادی در هفته آینده هم آماده هستند. امروز کریسمس است و تا یک هفته دیگر که آغاز سال نو است، همچنان باپانول ها و گوی های رنگی و ستاره های طلایی که روی کله قاق های صنعتی می درخشند در خیابان های منتهی به جلفا و قافانی امپراطوری می کنند. تمام مزاره ها برنده از توربینی و برترین های هم تقیر کرده شور آمدن عید مسیحی در این خیابان ها جان لمس می شود که انگار به کشور دیگری آمده، ای که ای که عده زیادی از هموطنان اقلیت در آن ساکن هستند و فروگاه های ایشان این روزها مثل شکل و شمایل دیگری به خود گرفته است. فقط کافی است گذرت به جلفا بیاورند و برترین های مزاره ها پر از تزئینات زیبا و خیره کننده مخصوص کریسمس است. از عروسک های «ادم رفی» و «بابائول» گرفته تا درختان مصنوعی، همه کنار هم در ویترین های مجتاز شده اند. برترین یکی از این مزاره ها ماکت بزرگی از «بابائول» خودنمایی می کند که با آن لیختند معرفی سوار بر سوزنه است و دو کوزن بزرگ و عروسکی هم با انواع هدایای کوچک و بزرگ قرار گرفته و پدر و مادرا را تشویق می کند تا با خرید این هدایا، صبح کریسمس و سال نو میلادی کودکان خود را با یک هدیه کوچک شاد کند.

این بازار ها سال است که از اوایل آذر در این خیابان برپا می شود. حتی بعد از سال نو هم این ویترین ها تا یک ماه سرپا هستند تا حال و هوای عید مسیحی همچنان بماند. حالا چه ستاره و گوی های رنگی طلایی و نقره ای و سبز و زرد و نقش داشته و چه ریسماها و چراغ های فانتزی، رنگ زندگی عقیقانه میباشیم و نوردهند فرخت در سوزنه کش و آدم رفی های فانتزی ترین شده، خلاصه تا چشم کار می کند در این ویترین ها خبر از سال نو است که دریا قدرتی پور

معه داران البته به قول خودشان با سختی این تزئینات را در فریشتاها جای داده اند. اکثر تزئینات وارداتی است و آنها به سختی می توانند اینشان را تأمین کنند. اما به هر حال نواسته این مطابق سلیقه مشتریانشان برای امسال هم آماده شوند.

اکثر وسایلی که در ویترین ها چیده شده نمایم هم از بابائول دارد و رنگ سفید و قرمز در آنها بیشتر به چشم می آید. یکی فروشنده توضیح می دهد که امسال به خاطر اینکه برقی نیامده سمی کرده از نمادهای برقی استفاده کند. برترینش برنده از همه چیز: از عروسک های مرتبط با عید گرفته تا کاج و گوی و جراب ها و کلاه های مخصوص برای بچه ها، «زنگترین کاج مزاره را داخل ویترین گذاشته ایم. بابائول و سوزنه است و تزئینات مخصوص را هم کار کردیم. همه نوع مشتری داریم، همه که شادی و رنگ را دوست دارند.»

عروسک های فانتزی آدم رفی و بابائول هایی که پاهای تاشو دارند و قماش کوتاه و بلند می شود، گوی های ریسماهای رنگی جلوبو آلودگی جشن کریسمس هستند. فروشنده ادامه می دهد: «گویی ها و ستاره ها و نسل به نسل در خانواده ها می چرخد و یک نوع قداست برای هر خانواده دارند.» در این بین، خانم جوانی ارمنی ساکن جلفا درباره خرید درخت کاج می گوید: «تا همین چند سال پیش کاج طیبی برای شب سال نو خریداری می کردیم. اما الان چند سال هست که به خاطر بچه ها میجای زمستی فروش کاج طیبی منوع شده و ظاهر دیگر اجازه نمی دهد که کاج طیبی خرید و فروش شود»

ریسماها هم قیمت های متفاوت دارند. لنگه جراب ها هم ۱۵۰ هزار تا ۲۵۰ هزار تومان پرچسب قیمت خورده اند. فروشنده باز می گوید: «گویی ها قلاب چینی بودند و گران؛ الان از جنس لایم شده اند که هم از این ترند هم خوش رنگ و لمبات و تر طرفداران بیشتری می دارند»

از خیابان ها و محله های ارمنی نشین که بگذری، یکی

کشف مهم در گلپایگان

اصفهان یکی از مهم ترین کشفیات باستانشناسی امسال در استان اصفهان در گلپایگان رخ داد. اکتوبر که رئیس اداره میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری گلپایگان گفته است، شی کشف شده یک فوج سنگی متعلق به دوران پیش از تاریخ است. موزه های اداره کل میراث فرهنگی استان تحویل از مناطق غربی شهرستان گلپایگان کشف شده است.

توزیع ۴۵۰ تن گوشت شتر در نجف آباد

اصفهان از ابتدای سال تاکنون بیش از ۴۶۵ تن گوشت شتر کشتارگاه دام شهرستان نجف آباد کشتار شده است. از این تعداد کشتار، بیش از ۱۴۸ تن از ۵۰۰ کیلوگرم گوشت با نظارت بازرسان بهداشتی مستقر در کشتارگاه دام، هزینه مصرف دریافت کردند. میثم اسکنی سرپرست شبکه دامپزشکی شهرستان نجف آباد گفت: از ابتدای امسال تاکنون بیش از ۳۰۱

روکش ۹ کیلو متر از محورهای

اصفهان روکش ۹ کیلو متر از محورهای مهندست به منظور ارتقای ایمنی جاده ها انجام شد. این موضوع را مهدی محمدی بخشدار مهر دشت شامگاه شبیه در آیین تقدیر از راهبران این بخش تشریح کرد و گفت: با وجود مشکلات فراوان در حوزه اعتبارات و ماشین آلات، راهبران این بخش همواره در صفا اول خدمت بودند. وی با تقدیر از عملیات خنک ۹۵ کیلو متر از محورهای بخش مهر دشت گفت: این میزان از خط کشی در سال های اخیر بی سابقه بوده است. وی ارتقا ایمنی تردد کاربران جاده های از

مهر و موم ۲۰ واحد متخلف شست و شوی باز یافت

اصفهان رئیس اداره حفاظت محیط زیست آن و بیگلر شرکت باز یافتن این شهرستان انتقاد کرد. این در حالی است که ۲۰ واحد متخلف شست و شوی باز یافت از آن و بیگلر مهر و موم شدند. عباس نگهبان با بیان اینکه شرکت باز یافت به تعهدات خود در دفن زباله عمل نکرده و بیگلر شرکت باز یافت، مقرر شد پساب این واحدها به صورت استاندارد کنترل شود.

تصادف زنجیره ای در محدوده شهرضا

اصفهان استان اصفهان یک تیم عملیاتی به محل حادثه اعزام شد. مدیرعامل جمعیت هلال احمر استان اصفهان با اشاره به حادثه دیرین ۲۰ نفر، خاطر نشان کرد: هفت نفر در پی این حادثه مصدوم و توسط اورژانس به مراکز درمانی مربوطه منتقل شدند.

«فروخت» افتتاح شد

اصفهان کاشان میزبان سردار محمدحسین سپهر مشاور وزیر کشور و عضو فراخ مدافع و جوانی جمعیت، بود. این مقام کشوری در مراسم افتتاح نمایشگاه آثار منتخب چهارمین رویداد ملی و فرهنگی فرخت در استان اصفهان شرکت کرد. سردار سپهر در این مراسم گفت: برای اینکه گفتن

اصفهان در ادامه طرح تخصیص زمین به

مشاوران قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت، ۷۸ قطعه زمین در اراک اختصاص داده شد. مهدی علمي، رئیس راه و شهرسازی شهرستان نایین گفت: در حال حاضر ۷۴ قطعه زمین در شهر نایین و چهار قطعه زمین در شهر آران و بروجرد متعلق به طرح حمایت از خانواده و جوانی جمعیت تأمین شده. این قطعه زمین ها با شرایط اعطاء می شود.





# خوردن کدام میان وعده‌ها مثل سم است؟

در حالی که همه غذاهای می‌توانند در یک رژیم غذایی متعادل قرار گیرند، برخی از میان وعده‌ها آنقدر که به نظر می‌رسد سالم نیستند. چه کالری پنهان، سدیم بالا، چربی اضافی یا موم مخفی در بسته بندی، برخی تغذیه‌ها ممکن است اهداف سلامتی شما را از مسیر خارج کنند.

### نوشیدنی‌های ورزشی

نوشیدنی‌های ورزشی معمولاً با فعالیت بدنی مرتبط هستند. در حالی که آنها می‌توانند به جایگزینی الکترولیت‌های ضروری بعد از یک تمرین سخت کمک کنند، بسیاری از ما به آن آبرسانی شدید نیاز نداریم. بسیاری از نوشیدنی‌های ورزشی مملو از قند و کالری هستند و مزایای تغذیه‌ای زیادی ندارند. در عوض، آب خوب و قدیمی را انتخاب کنید.

### وعده‌های غذایی منجمد

بسیاری از شرکت‌ها با وعده‌های غذایی یخ زده کم کالری را ارائه می‌دهند که می‌تواند به عنوان میان وعده بین وعده‌های اصلی شما باشد. در حالی که کالری ممکن است بدون نگرانی در کل روز شما را بگیرد، غذاهای سردیم مانند نانسان دیگری است. وعده‌های غذایی یخ زده معمولاً سرشار از سدیم هستند، زیرا به عنوان یک نگهدارنده عمل می‌کند و به غذا اجازه می‌دهد تا زمانی که آماده شود تازه بماند.

### مکمل‌های پروتئینی

مکمل‌های پروتئینی می‌توانند راهی عالی برای حمایت از ریکاوری عضلات باشند، اما همه پروتئین‌ها یکسان ساخته نمی‌شوند - و پیوسته وقتی صحبت از میله‌های پروتئینی به میان می‌آید. به عنوان مثال، برخی از میله‌های پروتئینی حاوی پروتئین‌های لبنی مانند کازین و آب پنیر هستند. در حالی که برخی دیگر از پروتئین‌های گیاهی مانند سویا، پنبه قهوه‌ای و نخود استفاده می‌کنند. هر کدام مزایای سلامتی را ارائه می‌دهند، اما پروتئین اسید آمینه آنها و همچنین قابلیت هضم آنها متفاوت است.

و متأسفانه، علی‌رغم ظاهر سالم، بیشتر میله‌های پروتئینی حاوی مواد فوق‌العاده فرآوری شده مانند شکر ذرت یا فروکتوز بالا است که می‌تواند به اختلالات متابولیک کمک کند، و روغن هسته خرما تکه تکه شده، که ممکن است به بیماری‌های قلبی بیشتر کمک کند. گرم شکری که دارد بیشتر شبیه آب نبات است.

### کیک‌های برنجی

در طول سال‌ها، کیک برنجی به عنوان یک میان وعده کم کالری و سالم شهرت پیدا کرده است. با این حال، کیک‌های برنجی با برنج سفید فرآوری شده درست می‌شوند، به این معنی که فیبر و سایر مواد مغذی حیاتی کمی دارند.

برخی از مردم طعم ماست ساده را دوست ندارند، بنابراین گزینه‌های طعم دار جایگزین عالی به نظر می‌رسد. با این حال، ماست طعم دار معمولاً با مقدار زیادی قند افزوده همراه است. طعم ماست خود را در خانه در نظر بگیرید. با ماست ساده شروع کنید و خودتان میوه تازه اضافه کنید.

### چوب شور

اگرچه چوب شور سالم به نظر می‌رسد، اما مزایای تغذیه‌ای زیادی ندارد. یک اونس چوب شور حاوی بیش از ۱۰۰ کالری و ۲۰۰ میلی‌گرم (میلی‌گرم) سدیم است.



## چرا در زمستان افزایش وزن پیدا می‌کنیم؟

این موضوع که زمستان‌ها اضافه وزن پیدا می‌کنیم طی دهه‌ها مطرح بوده است. منطق مرسوم می‌گوید که افراد طی ماه‌های سردتر ۲/۵ کیلو وزن اضافه می‌کنند.

در حالی که تحقیقات از کمی افراف آمیز بودن این رقم خبر می‌دهد، پزشکان می‌گویند این افزایش وزن پدیده‌ای واقعی است. دکتر کونال شاه، استادیار غدد درون‌ریز در مرکز پزشکی راتگرز لاروت وود جانسون، می‌گوید: «این موضوع در بسیاری از مراجه‌کنندگان رایج است.» دکتر دینا برتا رایش، مدیر پزشکی سلامت زنان در نیویورک که با این موضوع موافق است، به باهولایف می‌گوید: «همه‌ها می‌بینیم که افراد

در طول تعطیلات وزن اضافه می‌کنند و پس از فرارسیدن ماه ژانویه برای کاهش وزن در سال تصمیم می‌گیرند»

در حالی که افزایش وزن در افراد متفاوت است، تحقیقات اضافه وزن در زمستان را پشتیبانی نمی‌کند. در تحقیقی بر روی ۱۹۵ فرد که در مجله پزشکی نیواگلند منتشر شد، وزن افراد در طول سال چهار بار اندازه‌گیری شد. محققان طبق این پژوهش دریافتند بسیاری از آن‌ها با سردتر شدن هوا، به طور متوسط نزدیک به ۲۰۰ گرم وزن اضافه کردند و در طول دوره تعطیلات حدود ۴۰۰ گرم افزایش وزن داشتند و در کل به طور متوسط، بیش از نیم کیلو افزایش وزن داشتند. با این حال، بسیاری از آنان پس از تعطیلات شروع به

کاهش وزن در سال تصمیم می‌گیرند»  
در حالی که افزایش وزن در افراد متفاوت است، تحقیقات اضافه وزن در زمستان را پشتیبانی نمی‌کند. در تحقیقی بر روی ۱۹۵ فرد که در مجله پزشکی نیواگلند منتشر شد، وزن افراد در طول سال چهار بار اندازه‌گیری شد. محققان طبق این پژوهش دریافتند بسیاری از آن‌ها با سردتر شدن هوا، به طور متوسط نزدیک به ۲۰۰ گرم وزن اضافه کردند و در طول دوره تعطیلات حدود ۴۰۰ گرم افزایش وزن داشتند و در کل به طور متوسط، بیش از نیم کیلو افزایش وزن داشتند. با این حال، بسیاری از آنان پس از تعطیلات شروع به

## مردان بیشتر در معرض ابتلا به سنگ کلیه هستند!

یک پزشک عمومی گفت: سنگ کلیه با نام‌های نفرولیتازیس یا بیورولیتازیس شناخته می‌شود.

دکتر حسین نژادچاق گفت: سنگ کلیه یک مشکل شایع است که به طور تقریبی یک نفر از هر ۵ مرد و یک نفر از هر ۱۰ زن تا سن ۷۰ سالگی را تحت تأثیر قرار می‌دهد؛ علل ایجاد سنگ کلیه می‌تواند شامل موادی مانند کلسیم، اوسلوات، سیستین یا اسید یوریک با مقادیر بیش از حد در ادرار باشد.

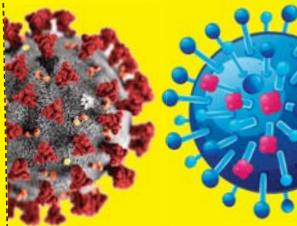
او افزود: همچنین کمبود مایعات مصرفی می‌تواند باعث تشکیل سنگ شود، علامت سنگ کلیه معمولاً

زمانی ظاهر می‌شوند که سنگ از کلیه به مجرای ادراری منتقل می‌شود؛ در یکی از علائم رایج سنگ کلیه است که معمولاً با آسناد مجرای ادراری همراه است و می‌تواند شدت متغیری از درد خفیف تا درد شدید و موقت ایجاد کند. این پزشک ادامه داد: خون در ادرار (هماتوریا) نیز یکی دیگر از علائم است که ممکن است دیده شود عوامل خطر ایجاد سنگ کلیه شامل بیماری‌ها، عادات غذایی نامناسب و داروهای است همچنین افرادی که یک بار سنگ کلیه داشته‌اند در خطر ابتلا نژادچاق بیان کرد: درمان سنگ کلیه بستگی به اندازه و موقعیت سنگ دارد؛ اگر سنگ کوچک باشد و احتمال عبور آن وجود داشته باشد، ممکن است در درمان در خانه استفاده شود؛ اما در موارد شدیدتر، نیاز به درمان در بیمارستان یا داروهای درد قوی و مایعات وریدی ممکن است باشد.

او مطرح کرد: اگر سنگ به اندازه کافی بزرگ نباشد و قابلیت عبور نداشته باشد، روش‌های کپه‌چامی مانند لیتوتریسی شوکی (SWL) یا لاورتروسکوپی ممکن است مورد استفاده قرار گیرند؛ پس از تجربه سنگ کلیه، احتمال ایجاد سنگ دیگر افزایش می‌یابد. نژادچاق گفت: پزشک ممکن است از آنالیز سنگ‌های دفع شده، تست‌های ادرار ۲۴ ساعته و سایر تست‌ها استفاده کند تا عوامل خطر را ارزیابی کند؛ افراد ممکن است به تغییر در رژیم غذایی، افزایش مصرف مایعات و با استفاده از داروهای پیشگیری موجه توسط پزشک خود مشاوره شوند.



## آنفلوآنزا یا کووید کدامیک خطرناکتر است؟



از زمان شیوع کووید-۱۹، تحقیقات فراوانی بر توانایی این ویروس در تأثیر گذاری بر سیستم‌های اندامی مختلف مانند کبد کرده‌اند که منجر به وضعیت‌هایی به نام کووید طولانی می‌شود و با مشکلات سلامتی مداوم و اغلب ناتوان‌کننده منتهی می‌شود.

یافته‌های اخیر دانشکده پزشکی دانشگاه واشنگتن در سنت لوئیس نشان داده است که بستری شدن در بیمارستان به دلیل آنفلوآنزای فصلی نیز می‌تواند منجر به اثرات طولانی مدت و مضر سلامتی به ویژه بر روی

بچه‌ها و مجاری تنفسی شود. این مطالعه که آنرا «تلفات بلندمدت کووید-۱۹ و آنفلوآنزا بر سلامتی را مقایسه کرد، نشان داد که بیماران بستری شده در بیمارستان برای هر یک از این بیماری‌ها با افزایش خطر مرگ، بستری مجدد و مشکلات سلامتی مختلف تا ۱۸ ماه پس از عفونت مواجه هستند و بیشترین دوره خطر فرا از ۳۰ روز اول پس از عفونت اولیه است.

مطابق با این تحقیق، اپیدمیولوژیست بالینی در دانشگاه واشنگتن گفت: این مطالعه آمار بالای مرگ و میر و در دست دادن سلامتی پس از بستری شدن در بیمارستان با کووید-۱۹ با آنفلوآنزای فصلی را نشان می‌دهد.

توجه به این نکته ضروری است که خطرات سلامتی پس از ۳۰ روز اول عفونت بیشتر است. بسیاری از افراد پس از ترخیص از بیمارستان فکر می‌کنند که خیلی به سلامت برگشته‌اند و این مورد ممکن است برای برخی افراد صادق باشد و نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که هر دو ویروس می‌تواند باعث بیماری‌های طولانی مدت شوند.

عفونت کووید طولانی مدت بیشتر از کووید به مشکلات بهداشتی تبدیل شده است و آنفلوآنزای طولانی مدت بسیار بیشتر از آنفلوآنزا مشکل سلامتی تلقی می‌شود.

نتایج این تجزیه و تحلیل نشان داد که بیماران کووید-۱۹ نسبت به مبتلایان به آنفلوآنزا ۵۰ درصد بیشتر در معرض خطر مرگ و میر قرار داشتند که معادل صدها شت مرتگ است. این یافته‌ها برای هر گروه کووید-۱۹ در مقایسه با افراد مبتلا به آنفلوآنزا است. نتایج این تحقیق همچنین نشان داد که بیماران کووید-۱۹ هم برای آنفلوآنزا به ویژه برای گروه‌های آسیب‌پذیر مانند افراد مسن و افراد دارای نقص ایمنی تأثیر کبد زری می‌تواند از بیماری‌های شدید پیشگیری کند و خطر بستری شدن در بیمارستان و مرگ را کاهش دهند.



می‌شود»  
علی در ادامه می‌گوید: «تعطیلات، سفر را در پی دارد و همین باعث می‌شود افراد بر نامه ورزشی خود دور بمانند. همچنین مسای تانین بر هوا باعث می‌شود مردم بی تحرک تر شوند و فعالیت‌های کمتری را خارج از خانه دنبال کنند»

یکی از نظریه تکاملی هم می‌گوید از آنجایی که در فصل سرما، غذای کمتری در دسترس است، بدن تمایل داشت تا چربی بیشتری را در ادرار قایل ذخیره کند. البته این فقط در حد نظریه است و هیچ مطالعه‌ای برای تأیید آن در دسترس نیست.

## بعضی کارها را سر صبح انجام ندهید!

انجام برخی فعالیت‌ها در اول صبح اشتباه می‌باشد و می‌تواند روز شما را خراب کند. به محض بیدار شدن جسمه تلقن همراه با روست نگیرید. اکثر مردم عادت دارند، به محض این که صبح از خواب بیدار می‌شوند، با روشن کردن تلقن همراه خود به شبکه‌های اجتماعی سرز بزنند؛ بداندت که دنیا در جریان خواب آن‌ها از مدار خارج شده است؛ زیرا!

نکته نهمی این امر این است که صبح زود مغز و ذهن ما مورد حمله انواع انوار منفی، تلقیبات و پیام‌های آزاردهنده قرار می‌گیرد که می‌تواند کل روز شما را تحت تأثیر قرار دهد. به منظور راهی از این عادت، تلقن‌ها را از رختخواب خود دور کنید. ما افرادی سرعاع داریم که هنگام زنگ ساعت تلقن همراه، فوراً آن را به حالت تویوق (snore) درمی‌آورند تا آذنی بیشتر بخوابند. پس از ده دقیقه، زنگ دوباره هشدار می‌دهد و آن‌ها دوباره آن را به تویوق می‌انند؛ و این کار را چندین بار تکرار می‌کنند.

اتفاقی که می‌افتد این است که بدن شما بعد از بیدار شدن وارد مرحله جدیدی از خواب می‌شود و نتیجه آن واضح است که پس از چندین بار بیدار شدن و خوابیدن، احساس خستگی بیشتری خواهید کرد. توصیه کردیم که تلقن همراه را از تخت خواب دورتر بگذارید، بنابراین، سعی کنید زنگ ساعت از روی تلقن همراه تنظیم نکند، بلکه از ساعت برای این منظور استفاده



کنید. امروزه ساعت‌های دیجیتال خیلی خوبه، با قیمت ارزین پیدا می‌شوند. چاره‌از دوگ، نوسونده کتاب «قدرت عادت» (The Power of Habit) می‌گوید، صبح بیدار شدن از خواب و مرتب کردن تخت خواب، عادت است که شما را برای بقیه کارهای روزمره آماده می‌کند و برای انجام کار انرژی و قدرت به دست خواهید آورد.  
زمنستان در حال فرار سینماست، بنابراین مردم دوست دارند با یک گرم حمام کنند، اما کارشناسان می‌گویند، شوش آب گرم روشی عالی برای رفع خستگی هنگام عصر است؛ اما هنگام حمام گرم باعث آرمش و تنبلی بیش از حد می‌شود و در نتیجه انسان چه در دفتر، کار، مدرسه و با دانشگاه از آغاز تصمیم‌های مهم که نیاز به چابکی و تیزی هوش و دماغ دارد، بی‌ماند.  
در بدن شما سیستمی وجود دارد که در حالت روشنی فعال و در تاریکی کم‌نور است. شما وقتی صبح از خواب بیدار می‌شوید و زیر نور شدید آماده می‌شوید می‌توانید سیستم بیادری خود را کاملاً فعال می‌شود و برای فعالیت در دانشگاه با دفتر کار، خود را از نظر روحی و جسمی چابک و آماده احساس می‌کنید.  
اما اگر بعد از برخاستن از خواب، مدت طولانی در نیمه‌تاریکی و نیمه‌روشنایی بمانید، بدن شما به تصور این که شاید هنوز خواب هستید طلوع نکرده است و از حالت سستی و کاهلی خواب خارج نمی‌شود.





### کیروش فقط تیم ملی می خواهد

رسانه عربی خبر داد کارلوس کی روش پیشنهاد حضور در ماکر را رد کرده است. در هفته های اخیر بود که رسانه های مصری از پیشنهاد باشگاه ماکر به کارلوس کی روش برای پذیرش هدایت این باشگاه خبر داده بودند. علیرغم تصویب مرحله یک هشتم نهایی مسابقات جام باشگاه های فوتبال ماکر در رقابت های لیگ مصر برابر تیم مصری پورت تن به شکست داد و همین موضوع سبب شد تا صافی اعتراض هواداران تیم مصر برای جذب مربی خارجی بلند شود. یک منبع در داخل باشگاه ماکر نوشت که امتناع کی روش از حضور در ماکر بخاطر مشکلات با این باشگاه نیست، بلکه سرمربی پرتغالی می خواهد به حضور در تیم های ملی ادامه دهد و در حال حاضر باطلنامه از مربیگری در باشگاه خود خادری می کند.

### رونالدو برنده متولد شده است

کریستیانو رونالدو نیز نظر روبرتو مارتینس در تیم ملی پرتغال عملکرد بسیار خوبی داشته است. او در ۹ بازی در انتخابی یورو ۱۶ گل ۱۰ نفر رساند و دو پاس گل داد. روبرتو مارتینس درباره رونالدو می گوید: کریستیانو در تیم من خوشحال است و از بازی خودش لذت می برد و به عنوان یک رهبر در تیم نقش محوری دارد. او یک برنده متولد شده است. او ۲۰ سال است که در تیم ملی حضور دارد اما همیشه با جدیت زیاد در تمرینات و بازی ها حضور دارد تا بهترین باشد. فکر می کنم او دیگر آن بازیکن ۲۰ ساله پیش نیست اما عالی حرکت می کند. نمی توان او را با بازیکن دیگری مقایسه کرد. هیچ کس ۲۰ ساله در سطح کریستیانو رونالدو بازی نکرده است. او الگوی کاملی برای بازیکنان جوان است.



### سردار بازی را برای مورینیو درآورد!

حضور تیمی موثر ستاره ایرانی رم در زمین کاری کرد تا تیمش از سد ناپولی عبور کند. بازی برای رم مقابل ناپولی گره خورده بود و ژوزه مورینیو که نمی خواست در رقابت حساس مقابل ناپولی رده ششمی امتیاز از دست بدهد و برای سومین بازی پیاپی در سری آ ایتالیا تا کام بباند، در دقیقه ۷۱ پنج دقیقه پس از ۱۰ نفر شدن حریفش سه تغییر هجومی در ترکیب تیمش به وجود آورد و سردار آزمن، استقلان الشراوی و لورنزو بلگرینی را به حضور همزمان به زمین آورد که همین تغییرات سرنویشت را برای جالوروسی تغییر داد. در واقع درخشش ستاره ایرانی کاری کرد تا آنها خیلی زود به گل برسند.

سردار آزمن که در ۱۱ حضور تیمش گلزنی کرده است در آهواز موثر ظاهر شده و توانسته بود یک گل به ثمر رساند و روی گل ها و بردهای تیمش نقش مهمی داشته باشد. شنبه هم پنج دقیقه پس از ورود به زمین با تاثیر گذاری روی گل حمله و ریاند سرهانی، تیمش را در موفقیت کلانی قرار داد تا پیش بفتند.

سایت رومانو با دادن نمره ۶/۵ به سردار در آهواز نوشت: «آزمن همیشه با انگش در دست وارد زمین می شود و همیشه تاونز را به بغل فرم می زند. او یک راه حل است!»

سردار آزمن که مثل همیشه با حضورش در ترکیب رم شکل این تیم را هجومی کرد و دوباره در گلزنی شاکرکان مورینیو نقش داشت، پس از گل تیمش با نظر مورینیو به شکل عجیبی از خط حمله عقب رفته و به نظر می رسد به عنوان هافبک میانی جالوروسی بازی می کند. اما در دقیقه ۹۰ یک پاس در عمق استثنایی و چپ به محوطه جریمه ناپولی فرستاد که مهاجمان تیمش نتوانستند از آن استفاده کنند.

تیم فوتبال رم با نمایش موثر سردار تانوست به پیروزی دو بر صفر در مهم ترین بازی هفته مقابل ناپولی، قهرمان فصل گلشنه سری آ دست پیدا کند. ۲۸ امتیازی شود و با صعود دوبله ای و یک امتیاز بیشتر نسبت به این حریف خود، در جایگاه ششم جدول این رقابت ها بایستد.

### منعت نفت آبادان - ذوب آهن اصفهان؛ امروز درآبادان

## ذوب آهن برای رسیدن به مدعیان می جنگد



تیم های فوتبال صنعت نفت آبادان و ذوب آهن اصفهان از هفته چهارم لیگ برتر در حالی امروز به مصاف هم می روند که شاکرکان عبدالعزیز در تلاشند نخستین پیروزی خانگی این فصل را کسب کنند.

در هفته چهارم رقابت های لیگ برتر فوتبال جام خلیج فارس شاکرکان عبدالعزیز میزبان ذوب آهن اصفهان هستند. زردپوشان آبادانی پس از ۲ شکست و یک تساوی پیروز از خانه برابر شمس آذر قزوین امینوار هستند با پیروزی مقابل شاکرکان محمد ربی جمع امتیازات خود را به عدد ۱۴ رسانند.

نبرد تیم های صنعت نفت آبادان و ذوب آهن اصفهان از آن جهت حائز اهمیت است که در هر تیمی می خواهد یا کسب برد در این بازی خود را به قافله تیم های بالا و میانه جدولی نزدیک و شرایط خود در جدول را بهبود بخشد.

شاکرکان ربی در ذوب آهن در سه بازی اخیر در برابر حریفان متوقف شدند. این تیم در حالی به مصاف صنعت نفت آبادان می رود که نیاز شدیدی به کسب هر سه امتیاز دارد زیرا در صورت شکست ممکن است رده فعلی اش را از دست دهد.

در سری دیگری شاکرکان عبدالعزیز و سویا با روحیه بالا پس از کسب یک امتیاز در خانه مسعود شجاعی در تمرین هوادار به عنوان سرمربی نقش های تهرانی حاضر شد.

هواداری های پس از استعفاي محمود قسری و جدایی این سرمربی پیش از پایان نیم فصل، به سرعت دست به کار شدند تا سرمربی جدید خود را معرفی کنند. در شرایطی که نام های مثل مهدی رحمتی، رسول خطیبی و حتی مازن رازج برای سرمربیگری این تیم تهرانی مطرح شده بود، اما مدیران این باشگاه سراغ کی گریه چوان تیر رفتند.

مسعود شجاعی که فصل گذشته با پیراهن هوادار در تیم فصل دوم بازی می کرد، پس از پایان فصل از جمع این تیم محافظتی کرد تا دوران بازیگری اش در پایان لیگ بیست و دوم به اتمام برسد. شجاعی حالا در

شمس آذر قزوین میزبان ذوب آهن اصفهان هستند و سعی دارند تا با کسب سه امتیاز از این بازی شانس خود را برای صعود به رده های میانه جدول افزایش داده و نخستین پیروزی خانگی خود را بدست آورند. تیم های صنعت نفت آبادان و ذوب آهن اصفهان در بازی هفته قبل برابر شمس آذر قزوین و فولاد خوزستان متوقف شدند و هر ۲ تیم برای کسب سه امتیاز برابر یکدیگر مصفا را می خواهند کرد.

ذوب آهن کار سختی را مقابل صنعت نفت پیش رو دارد زیرا آنها مقابل تیمی به میدان می روند که در خانه، فوتبال هجومی به نمایش گذاشته و از بازیکنان باکیفیت و زهر داری در فاز هجومی بهره می گیرد.

صنعت نفت در فاز تهاجمی به رغم گل نزن شرایط خوبی دارد و در ضد حملات بسیار زهر دار و خطرناک ظاهر می شود. شاید بهترین نکته این دیدار حضور فردین یوسفی ستاره سال گذشته صنعت نفت در ترکیب ذوب آهن اصفهان است بازیکنی که یکی از محبوب ترین بازیکنان فصل گذشته آبادانی بود.

جدال اصلی این دیدار در خط میانی هر ۲ تیم خلاصه می شود جایی که طالب ریکانی و رحیم الویسی باید با کمال کامیابی نیا و فردین یوسفی تقابل کنند؛ چهار بازیکنی که هم به لحاظ تکنیک و هم به لحاظ تجربه از وزنه های مهم صنعت نفت و ذوب آهن به شمار می روند.

اما امید میریان صنعت نفت و ذوب آهن اصفهان به علی یوسف و محمدحسین اسلمانی است ۲ مهاجمی که روی هوا و زمین خطرناک هستند و برای تمامی خط های دفاعی در سراسر خواهند بود.

### مسعود شجاعی سرمربی هوادار شد

یک سمت جدید به تیم فصل گذشته خود بازی می کرد و در یک مقطع کوتاه در تراکتور به عنوان مربی بازیکن کار می کرد حالا به عنوان نفر اول تیمکت یک تیم لیگ برتری فوتبال ایران کار خواهد کرد.

مسعود شجاعی در روزهای گذشته با هوادار به توافق نهایی رسیده بود و دستیاران مورد اعتماد او تمرین هوادار را زیر نظر گرفته بودند. شجاعی پس از آن کشت به ایران خود را در تمرین هوادار رساند تا آخرین تمرین نقش های تهرانی را پیش از سفر به مازندران زیر نظر بگیرد. هوادار پس از آن راهی فرودگاه شد تا به قانصهر سفر کند.

هیچ وارد دانی از مسعود شجاعی سخته نشده اما دستیاران او یعنی حمید عبدالعیلی، محمود شجاعی و مهرداد ملهاسی با حضور در دفتر باشگاه قرار دادشان را ثبت کردند تا آنها از روی تیمکت هوادار را هدایت کنند.

### سلام دوباره طارمی به پناستی!



ستاره ایرانی پورتو در حضور تیمی موفق شد گل برتری تیمش را بزند. مهدی طارمی چهار شیب پس از نمایش شگفتیم تیم پورتو در بازی حساس لیگ برتر پرتغال مقابل اسپورتینگ لیسبون که تیمش با نتیجه دو بر صفر شکست خورد و یک پاس گل او هم در بازی ویدیویی رد شد، در رقابت های لیگ کاپ مثل بسیاری از نفرات اصلی تیمش با نظر سرخو کونسیسانو در ترکیب اولیه قرار گرفت ولی به عنوان یار جانشین به زمین آمد و برد را برای اژدها رقم زد.

توانست به خواسته اش برسد، مهدی طارمی را در دقیقه ۶۷ به زمین آورد و در دقیقه ۸۵ پناستی به دست آمد برای پورتو را با شوت محکم به گل کرد. سرخو کونسیسانو در حالی پناستی به دست آمده برای پورتو پس از خطا روی اولیولیس را تحویل به مهدی طارمی داد که تصور می کند نوبت او به بازیکن دیگری تحویل بدهد. اما دوباره به ستاره ایرانی اش اعتماد کرد و او هم توانست با شوت محکم به سمت دروازه خود و دروازه لیکوسوس را باز کند. طارمی که آخرین بار در هفته هم لیگ برتر پرتغال پشت ضربه پناستی برای پورتو قرار گرفته و در شب شکست یک بر صفر و غیر متعجب تیمش مقابل استوریل خراب کرده بود پس از مدتها دوباره با نظر کونسیسانو، پناستی زن اول تیمش شد و به بهترین شکل آن را تبدیل به گل کرد.

ستاره ایرانی پورتو که آخرین گل خود را نقطه پناستی در هفته هم لیگ برتر پرتغال به جز وینا به ثمر رساند، پس از مدتها پناستی برابر استوریل. در هفته چهارم لیگ قهرمانان اروپا که تیمش برابر رومال آنزورپ بازیکن صاحب پناستی شد پشت ضربه قرار گرفت و اتفاق غیر متصوره ای در آن زمان رخ داد، اما در جنال با لیکوسوس دوباره پناستی زد و منجر به برتری دو بر یک تیمش شد.

### شوک به ورزش ایران بازیکن سابق تیم سپاهان درگذشت

دیروز صبح شوک که کشته کننده و باور نکردنی مرگ ملی پوش فوتبالست زن کشورمان، همه را در بهت فروبرد. ملیکا محمدی، بازیکنی که متولد آمریکا بود و از ۱۵ سالگی مصروف به ایران بایستد برای تیم ملی کشورش بازی کند.

ملیکا محمدی ستاره ایران در مسابقات مقدماتی المپیک پاریس که به صخره فوتبال ایران معروف بود هرگز به بازی بعدی تیم ملی زن ایران نرسید؛ صخره فوتبال ایران صبح دیروز در ساحه تصادف در گذشت. بعد از خبر درگذشت ملی پوش جوان کشورمان، ملیکا محمدی مشخص شد که زهرا خواجوی کرواژی جوان تیم ملی و بهنام ظاهر خانی مدافع ملی پوش کشورمان نیز در خودروی مربوطه حضور داشتند.

خوشبختانه خواجوی و ظاهر خانی که به ای مسی رفته بودند، حالا به هوش آمده اند. بر اساس آخرین اخبار، زهرا خواجوی دچار شکستگی از ناحیه لگن شده است و ظاهر خانی نیز دچار ضربه مغزی شده است.

این سه بازیکن تیم ملی سوار بر خودروی کرایه تیا غارم به مودانه که در ورودی شهر بهم درواهی آجیمکچک، یک دریل عدم توجه به جلو، خستگی و خواب آلودگی راننده و همچنین تختلخی در سرعت قبل اطمینان، این خودرو تیا وازگون شده است. ملیکا محمدی که ۳۲ سال سن داشته، بیش از این ایران سپاهان را پوشیده بود و امیدوار بود امسال به همراه خاتون به عنوان قهرمانی و لقب های لیگ زنان دست پیدا کند ولی

آرزوهای او برای همیشه در سینماش باقی ماندند. بهنام ظاهر خانی ۲۸ ساله نیز دیگر بازیکن ملی پوشی است که سابقه طولانی در پوشش لباس تیم های ملی از رده های پایه تا بزرگسالان را دارد. او نیز از جمله نفراتی است که در رساندن تیم زنان به مرحله دوم انتخابی المپیک نقش مهمی برعهده داشت.

زهرا خواجوی همین چند رفته قبل و در دور دوم انتخابی المپیک زنان، عملکرد خوبی برابر رقبا داشت و در دروازه خاتون به نیز خوش درخشید ولی حالا پس از آسیب دیدگی شدید از ناحیه لگن، باید مدت زیادی از میدان به دور باشد.

تیم خاتون به چند روز پیش با حضور سه بازیکن فوق، موفق شده بود در دیداری حساس از هفته ششم لیگ زنان، با سه گل از سد سپاهان عبور کند.

01 ذوب آهن به دنبال دورقمی شدن برد برابر نفت تیم های ذوب آهن در حالی به مصاف صنعت نفت آبادان می رود که یک برد تا دهمین برد مقابل این تیم فصله دارد. دو تیم صنعت نفت آبادان و ذوب آهن تاکنون در تاریخ لیگ برتر ۲۳ بار به مصاف هم رفته اند که در این بین ذوب آهن ۹ پیروزی و صنعت نفت به شش پیروزی رسیده اند. در ۲۴ تقابل دو تیم ۶۶ گل به ثمر رسیده است که ۴۰ گل مهم ذوب آهن بوده است. دو تیم در حالی امروز برای سیزدهمین بار در آبادان به مصاف یکدیگر می روند که در ۱۲ تقابل قبلی هر یک از دو تیم سه پیروزی بوده است و شش دیدار برابر تا نتیجه تساوی به پایان رسیده است.

02 سوپرگل در رقابت های نوجوانان در دیدار نوجوانان تیم های کیا و مقاومت در لیگ برتر نوجوانان تهران بازیکن تیم کیا یک گل استثنایی به ثمر رساند. در این مسابقه که در نهایت پیروزی بود یک گلنامه کیا پایاں رسید، بنامین علیرضا پور دوست مورق نیمه دوم مسابقه بلافاصله با شوتی از فاصله ۶۰ متری دروازه مقاومت را باز کرد تا یک گل استثنایی در مسابقات رده های پایه ثبت شود. این گل از آن جهت که در دره نوجوانان به ثمر رسیده بود شگفت آور بود. قوت و نشان دهنده توانایی و استعداد یکی دیگر از هزاران استعداد فوتبال ایران در رده های پایه بود.

03 حمله به همسایه با ااره برقی! دانشگاه تبریز گل آلمان پیش لحن سنگربان سابق تیم ملی فوتبال این کشور و باشگاه دورتموند را به دلیل لذت و آزار همسایه خود جریمه و محکوم کرد. داستان از این قرار است که سقف پارکینگ یکی از همسایه های این منبع دید بود به ایچ ایتن تبریز گل می شد و چندین بار این موضوع به همسایه خود اطلاع داده بود و این همسایه نیز نسبت به این موضوع بی تفاوت بوده است. همین رومن خودست به کار شد و سقف پارکینگ همسایه را باره برقی بریده است. اکنون سنگربان سابق تیم ملی آلمان به دلیل تخریب خانه همسایه خود باره برقی به پرداخت ۳۲۰ یورو جریمه محکوم شد.



مدیر عامل نمایشگاه‌های بین‌المللی اصفهان در نشست صمیمانه با اصحاب رسانه:

# استفاده از پتانسیل خواهر خوانده‌های اصفهان در برگزاری نمایشگاه‌های بین‌المللی



مدیر عامل نمایشگاه‌های بین‌المللی اصفهان با اشاره به اینکه نمایشگاه‌های بین‌المللی اصفهان با ۳۰ ساله خود جزو نمایشگاه‌های خیلی خوب به شمار می‌رود و از لحاظ استانداردها و تنوع در سطح اول کشور است اظهار داشت: در این زمینه نمره خوبی به خودمان می‌دهیم اما بزرگترین مشکل ما اکنون فضای نمایشگاهی و سالن‌هایی است که هنوز هم جای کار دارند. احمد رضا طحانیان در نشست صمیمانه که جمعی از خبرنگاران حضور داشتند، افزود: بر اساس تقویم نمایشگاه در شش ماه ابتدای سال تعداد نمایشگاه‌ها که کمتر بود اما در نیمه دوم درگیر

در این نشست، معاون امور نمایشگاهی و برنامه‌ریزی نمایشگاه بین‌المللی اصفهان نیز با اشاره به اینکه در این دوره شرایط نسبت به گذشته رقابتی‌تر و پیچیده‌تر شده و با افزایش تعاملات توانسته ایم نقش آفرینی بیشتری داشته باشیم اظهار داشت: نمایشگاه بین‌المللی اصفهان به سمت افق‌های جدید پیش رفته و در این مدت دستاوردهای خوبی داشته است، این در حالی است که در گذشته شرکت نمایشگاه‌ها یک نگاه اقتصادی بود اما امروز یک نگاه اقتصادی توسعه‌ای است و در قالب کمیسیون‌های تخصصی توانسته نقش پررنگ‌تری ایفا کند. گیوی تاکید کرد: در افق جدید، این شرکت پرزدهنمان مشتریان به جای سهامداران تمرکز کرده به این منظور که بتوانیم خدمات موثری به این گروه ارائه دهیم و با تلاش مدیران سابق و توسعه فضای زیرساختی مناسبی به نمایشگاه بپوشانیم که در خور آن شود. وی با اشاره به نگاه چند ابزاری به جای نگاه تک ابزاری افزود: امروز رویداد محوری در نمایشگاه بین‌المللی اصفهان از اهمیت زیادی برخوردار است و حرف اول را می‌زند. معاون امور نمایشگاهی و برنامه‌ریزی نمایشگاه بین‌المللی اصفهان افزود: سعی کرده‌ایم افزایش تعاملات وجود اینکه نمایشگاه در این زمینه سبقت دارد اما در نظر داریم که این مسأله را پررنگ‌تر کنیم با توجه به اینکه فرایند بهبودی درجه‌ی اتفاقی می‌افتد.

موفق به ارتباطات جدید، گفتگو با متخصصان و فعالان تجاری می‌شوند، اما در چشم‌انداز جدید ما به دنبال توسعه این ارتباطات و شبکه‌سازی هستیم، ارتباطاتی که بسیار با ارزش هستند و تنها از طریق توسعه شبکه‌سازی می‌توان پتانسیل‌ها و ظرفیت‌های آن را به خوبی حفظ و گسترش داد. مدیر عامل نمایشگاه‌های بین‌المللی اصفهان تصریح کرد: این شرکت در نظر دارد در حوزه صادرات علاوه بر نمایش توانمندی‌ها، بین شرکت‌های مدیریت صادرات با شرکت‌های تولیدی اتصال موثرتری برقرار کند و با شبکه‌سازی بین آنها به توسعه فرهنگ صادراتی در تولید محصولات ایرانی کمک کند. وی ادامه داد: نمایشگاه بین‌المللی اصفهان با یادآوری این که چشم‌انداز تریف شده شرکت ایجاد بل ارتباطی بین سه حوزه تولید، تجارت و صادرات است و در سه حوزه یاد شده با ابزار رویداد نقش آفرینی خواهد کرد، نقش خود را در دوره جدید تریف کرده است و باور داریم که هرگز کم‌زوری هر کدام از محور ما را با توسعه اقتصادی روبرو می‌کند و نمی‌توان تنها به تولید، تجارت و صادرات اندیشه کرد. در این رابطه در سال جاری نخستین نمایشگاه خدمات کسب و کار و فرانچایز ۲۲ حوزه تحت شمول برگزار شد که یکی از اهداف آن تجاری‌سازی صادراتی بود.

برگزار کنیم. مدیر عامل نمایشگاه‌های بین‌المللی اصفهان گذشته در زمینه اهداف نمایشگاه طی یک سال گذشته مصوب شده نیز گفت: از زمانی که مدیریت این شرکت تغییر کرده است تلاش شده با همکاری، همکاری و هم‌اندیشی با متخصصان و طراحان کسب و کار، چشم‌انداز مناسب و افق پیش‌روی شرکت را تعریف کنیم و باور داریم نمی‌توان در فضای کسب و کار بدون چشم‌انداز، گام‌های رو به جلو و توسعه محور را محقق کرد. طحانیان ادامه داد: یکی از مهمترین اهداف برنامه چهار ساله این شرکت توسعه برند است تا تصویر بسیار مناسب و در شأن آن سایت نمایشگاه اصفهان در ذهن مخاطب ایجاد کند. این هدف همیشه در نمایشگاه اصفهان به صورت خاص و سایر شرکت‌ها وجود داشته که مخاطبان چه تصویری از آن شرکت در ذهن دارند، از این جهت در حال تلاش هستیم تا در گام نخست تصویر سابق را در ذهن مخاطبان بازسازی و در مرحله بعدی تصویر جدید نمایشگاه اصفهان که بر اساس سند چشم‌انداز در حال شکل‌گیری و تعریف است در ذهن مخاطبان و خصوصاً ذینفهان نمایشگاه اصفهان قرار داده شود. وی افزود: توسعه شبکه‌سازی کسب و کارها از دیگر اهداف کلان برنامه چهار ساله شرکت نمایشگاه بین‌المللی اصفهان است. با برگزاری نمایشگاه‌ها شبکه‌سازی انجام می‌شود و صاحبان کسب و کار

## تازه‌های نشر

**شیوه‌های افکار سنجی در روابط عمومی**  
 تألیف: مصطفی ستاری

**مولف: مصطفی ستاری**  
**ناشر: نشر چشمه آفرینش**  
**موضوع: نظرسنجی - روش‌شناسی**  
**نوبت چاپ: اول | پاییز ۱۴۰۲**

## آزادی زندانیان جرایم غیر عمد

از ابتدای فروردین تا پایان آبان سال جاری تعداد ۵۶۰۵ زندانی بدهکار مالی و محکوم به پرداخت دیه غیر عمد از بندرهای یافته‌اند.

**۷۸۰۰ میلیارد تومان**

در هشت ماهه نخست سال ۲۵۶ زن و ۵۳۴۹ مرد که بابت ارتکاب جرایم غیر عمد و متحمل شدن به پرداخت خسارات جانی و مالی ناشی از وقوع تصادفات رانندگی یا سوانح کارگاهی با رقم بدهی بالغ بر ۷۸۰۰ میلیارد تومان روانه زندان‌ها شده بودند از بند آزاد شدند.

**۱۸٪** میزان رشد در مقایسه با تعداد آزادی‌های صورت گرفته در هشت ماهه سال ۱۴۰۱

آزادی‌های صورت گرفته در هشت ماهه سال ۱۴۰۲ در استان اصفهان: **۳۳۸** زندانی غیر عمد

رقم بدهی: **۱۵** میلیارد تومان

آزادی‌های صورت گرفته در هشت ماهه سال ۱۴۰۲ در آذربایجان غربی: **۴۷۰** زندانی غیر عمد

[www.nesfejahan.net](http://www.nesfejahan.net)