

زنگ خطر برای بلندمرتبه های نا ایمن دوباره به صدا درآمده است

# هشدار آتش «گاندی» به اصفهان

سیستم آموزشی  
برای معلولان،  
معلول است



تیم جدید مدافع  
تیم ملی مشخص شد  
آذنا دمبر اسپور یکی از تیمهای سوپر لیگ ترکیه  
با میلاد محمدی، مدافع چپ ایرانی که در آک  
عضویت داشت، قرارداد امضا کرد. باشگاه آک  
یونان با انتشار یک اطلاعیه از پایان...  
در صفحه ۷ بخوانید

پزشکی که  
همراه خانواده ها  
نیست!



www.nesfejhan.net

روزنامه مستقل استان اصفهان

یکشنبه ۸ صحن ماه ۱۴۰۲ / ۲۸ جولای ۲۰۲۴ / ۱۶ رجب ۱۴۴۵  
۱۱ / ستم / شماره ۸ / صفحه ۸۰۰۰ / تومان

فغانی، داور بازی  
حساسی جام  
ملت های آسیا



در صفحه ۷ بخوانید

از لگوهای مینیاتوری تا «شاسخین» های غول پیکر  
فراتر از یک بازی ساده...

یکی از بزرگترین مراکز تخصصی اسباب بازی در  
ایستای خیابان عبدالرزاق واقع است؛ ساختمانی سه  
طبقه که پر شده از خوراک روح و روان کودکان؛ دنیایی  
که میلیونی خرید و فروش می شوند و از لگوهای  
چندسالتی تا عروسک های غول پیکر پولیشی و  
پینه ای همه سلیقه ای را در بر می گیرد.  
بی مقدمه سسری زده ایم به فروشگاههای متفاوت که با  
چچه ها شروع می شود اما به بزرگسالان ختم...

برگزیدگان دومین جشنواره ملی  
قالی فاخر تقدیر شدند

در مراسم اختتامیه دومین جشنواره ملی قالی فاخر آثار  
برگزیده در جشنواره مورد تقدیر قرار گرفت. در این  
مراسم - یاسر خیفی معاون مرکز ملی فرش ایران،  
مرتضی حاجی آقامیری رئیس کمیسیون فرش، صنایع  
دستی و هنراتاقی ایران، شاهین آذری سرپرست صمت  
استان اصفهان...



بارندگی، بسیاری از نقاط استان را در بر گرفت  
سفید خوانی آسمان اصفهان

با بارش برف سنگین، بیشترین سهم بارندگی ها در چند روز اخیر به شهرستان قزوین و شهر ری رسیده است

جهان نما | کل ثروت ایران چقدر است؟ | استان | برگزاری جشنواره بزرگ میل رهنان تا ۵ اسفندماه | تکنولوژی | باز کردن قفل گوشی های سامسونگ بدون رمز عبور | سلامت | کدام اختلال روانی کچلتان می کند؟

نوبت اول

**آگهی فراخوان عمومی دومرحله ای**  
**(شناسایی پیمانکار)**

تاریخ انتشار: ۰۸/۰۷/۱۴۰۲

شرکت صنایع الکترواپتیک صا ایران در نظر دارد: تامین و امور اجرایی ساختمانی یکی از اماکن اداری خود را از طریق فراخوان عمومی دو مرحله ای (شناسایی پیمانکار) به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید.

لذا از متقاضیان محترم در خواست می گردد جهت ارائه رزومه کتبی حداکثر تا پایان وقت اداری مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۲۱ هر روزه از ساعت ۸ الی ۱۶ به نشانی: اصفهان - خیابان کاوه - جنب خیابان استاد فلاتوری مراجعه و نسبت به تحویل رزومه اقدام نمایند. تلفن تماس: ۰۳۱-۳۴۹۲۱۰۷۰

روابط عمومی شرکت صنایع الکترواپتیک صا ایران

مناقصه شماره ۰۰۱/۱۱۰۷/۰۰۲-م

**انجام خدمات طراحی مهندسی و مشاوره سیستم اعلام و اطفاء حریق**

شرکت نیروکلر در نظر دارد انجام خدمات طراحی مهندسی و مشاوره سیستم اعلام و اطفاء حریق مورد نیاز خود را از طریق مناقصه عمومی شناسایی نماید. از این رو از کلیه شرکت های مهندسی و علاقه مندان درخواست می شود پیشنهادات خود را حداکثر تا پایان وقت اداری روز پنجشنبه به تاریخ ۱۴۰۲/۱۱/۱۲ از طریق ایمیل inquiry@nirouchlor.com یا به صورت پاکت در بسته به واحد انتظامات شرکت نیروکلر به آدرس اصفهان - فلاورجان - شهرک صنعتی اشترجان - پلاک ۲۲۳ ارسال نمایند.

هزینه این آگهی بر عهده برنده مناقصه می باشد.

- نیروکلر در رد یا قبول پیشنهادات مختار است و ارسال پیشنهادات فنی و مالی هیچگونه حقی برای پیمانکاران ایجاد نمی کند

- پیشنهادات مالی، پیشنهادات فنی و چک تضمین شرکت در مناقصه در پاکت های در بسته یا سه ایمیل جداگانه ارسال گردد.

- در صورت ارسال اسناد از طریق ایمیل عنوان مناقصه و محتوای هر ایمیل در قسمت موضوع (Subject) قید گردد.

کلیه شرکت کنندگان محترم جهت کسب اطلاعات بیشتر می توانند به وب سایت شرکت نیروکلر به آدرس www.nirouchlor.com بخش مناقصات و مزایدات مراجعه و یا با شماره تلفن ۰۳۱-۳۷۱۰۰ داخلی ۱۹۳ تماس حاصل فرمایند.

شرکت نیروکلر

ایران - اصفهان  
بیست و ششمین نمایشگاه تخصصی صادراتی

**فرش دستباف اصفهان**

همزمان با دومین جشنواره ملی قالی فاخر  
The 26th Specialized-Export Exhibition of Isfahan Handmade Carpet  
۴ تا ۹ بهمن ماه ۱۴۰۲  
ساعت بازدید: ۱۴ تا ۲۱  
جمعه ۶ بهمن ماه ساعت بازدید از ۱۰ تا ۲۱  
کمربندی شرق، در پیروی منطقه روشن دشت  
نمایشگاه بین المللی اصفهان

www.isfahancarpex.ir  
@isfahanfair

CARPEX  
Isfahan Carpet Exhibition





### تعریف خودروها و خانه‌های لوکس تغییر کرد

نمایندگان مجلس شورای اسلامی هفته گذشته و در جریان بررسی بودجه سنواتی سال آینده میزان دریافت مالیات از خانه و خودرو لوکس را مشخص کردند. مسال آینده چهارم سالی خواهد بود که سه مالکان خودروهای لوکس مکلف به پرداخت مالیات می‌شوند. در سال‌های ۱۴۰۰ و ۱۴۰۱ این قانون شامل مالکان خودروهای بالای یک میلیارد تومان بود. دولت برای سال آینده در لایحه بودجه کف قیمتی خودروهای لوکس را معادل ۳ میلیارد تومان تعیین کرد. با این حال مجلس شورای اسلامی تکمیلی را به ۲/۵ میلیارد تومان افزایش داد. طبق آرای که ماه گذشته مدیر کل



### کل ثروت ایران چقدر است؟

به تازگی گزارشی تحت عنوان توزیع جهانی کل ثروت منتشر شده که توزیع ثروت در کشورها و قاره‌های مختلف جهان را نشان می‌دهد. در این گزارش اعلام شده که کل ثروت جهان به ۳۵۰ تریلیون دلار رسیده و سهم آمریکا با ۲۴۴ تریلیون دلار (۷۰ درصد) از سایر کشورهاست. در این گزارش ثروت کل ایران شامل مسکن، طلا و ارز، بورس و فرابورس، شرکت‌های خارج از بورس، انواع وسیله نقلیه، زمین خصوصی و... ۲ تریلیون دلار اعلام شده است. این رقم در مقایسه با برخی از کشورهای پیشرفته جهان مانند چین، ژاپن، آلمان، ایتالیا، بریتانیا و فرانسه به مراتب کمتر است اما در

## هشدار آتش «گاندی» به اصفهان



آتش گرفتن بیمارستان گاندی در تهران، رنگ های خطر را برای بار چندم درباره ساختمان‌ها و بیمارستان‌های فرسوده تهران به صدا در آورده است. ساختگی سازمان آتش نشانی تهران گفته است تاکنون پنج مرتبه به بیمارستان گاندی اخطار نالین بودن داده شده‌ود که آخرین بار این ماه بوده است. این در حالی است که عمر برخی از بیمارستان‌های قدیمی اصفهان نیز به بیش از ۵۰سال می‌رسد، ساختمان‌های فرسوده و ناایمنی که ممکن است به سرنوشت آتش‌ده دچار شوند.

حالا با این حادثه مجدداً بحث ایمنی سازه‌های بیمارستانی و ساختمان‌های نالین و همچنین عملکرد و کارایی این بیمارستان‌ها در زمان بحران‌هایی نظیر زلزله، بر سر زبان‌ها افتاده است. خردنامه سال گذشته و تقریباً زمانی که متروپل دچار حادثه شده بود، مدیر کل مدیریت بحران استانداری اصفهان از شناسایی بیش از ۳۲۰ ساختمان نالین در استان سخن گفت و اعلام کرد که از این تعداد حدود ۲۰۰ سازه در شهرستان اصفهان واقع است.

منصور شیفته فروش در همان زمان این نکته را هم گفت که بیشترین سازه‌های نالین شامل ساختمان‌های تجاری و خصوصی است و بر این اساس به مالکان فرصت داده می‌شود که نسبت به رفع این وضعیت اقدام لازم را انجام دهند. در این رابطه شهرداری اصفهان نیز مکلف شده که مطابق با بند ۱۴ قانون ۵۵ شهرداری‌ها نقاط پرخطر را شناسایی و با همکاری دادستانی و دستگاه قضایی با آنها برخورد کند.

بند ۱۴ قانون ۵۵ شهرداری‌ها شامل اتخاذ تدابیر موثر برای حفظ شهر از خطر سسری و رفع خطر از بناها و دیوارهای کسسته و خطرناک و به عبارت کلی رفع خطر از هر نوع اشیا آسیب‌زایی برای سلامت شهروندان است.

پس از آن پای اداره کل راه و شهرسازی اصفهان هم

برای این سازه‌ی ساختمان‌های فرسوده اصفهان به این قضیه باز شد و با اینکه قوانین هم در این زمینه سخت و سخت بوده‌اما با بار اخطارات و کمبود آنها است که گویا اجازه نمی‌دهد ساختمان‌ها خطرناک نباشند.

دی‌ماه امسال هم مدیر کل مدیریت بحران استانداری اصفهان با توجه به پیشینه ساختمان‌های نالین اعلام کرد که ۷۵ ساختمان نالین استان قرار است تعیین تکلیف شود.

او در حالی از این تعداد ساختمان‌ها که به گفته او قرار است به زودی توسط مرکز تحقیقات راه و شهرسازی وزارت تعیین تکلیف شود یاد کرده که در حال حاضر ۴۲۰ ساختمان نالین در استان شناسایی شده است. همچنین ۱۹ ساختمان بندرتبره نالین در فولادشهر از توابع شهرستان لنجان شناسایی شده که این

ساختمان‌ها بالای ۵۰سال عمر دارند و مشتمل بر یک هزار و ۶۳۰ واحد مسکونی هستند که از زیبایی ایمنی آن‌ها از سوی دانشگاه هنر صورت گرفته و نوسازی و بازآفرینی آن‌ها تحت مطالعه است.

بزر همین اساس مرکز تحقیقات راه و مسکن و شهرسازی مطابق با بند «د» ماده ۱۴ قانون مدیریت بحران کشور، موظف به ارزیابی ایمنی ساختمان‌های مهم و بلندمرتبه سا کاربری‌های مختلف، با صورت‌توجه کردن برای ایمن بخشی بنا به مقام قضایی دادستانی مهرمی می‌شوند.

بنابر گفته‌های مولیان مدیریت شهری، نالین بودن ساختمان‌ها فقط به معنی در حال فرو ریختن سازه آن نیست بلکه ملاحظات ایمنی، اثرات نامشئی و تابستانی مشکل‌زا را هم شامل می‌شود و توجه به خورد در هر ساختمان براساس میزان خطر آن متفاوت خواهد بود.

اجرا برسد اما با این همه هنوز اجرای کامل آن ناقص مانده است. این در حالی است که چندین پیش‌ریس سازمان نظام پزشکی اعلام کرد: اجرای این برنامه با هر نام و نشان که باشد اگر درست اجرا شود و ناقص و شماری نباشد می‌تواند به تقویت نظام پیشگیری، کاهش بیماری‌ها و کاهش هزینه‌های سلامت منجر شود. اما اجرای این برنامه منافع خیلی‌ها را به خطر می‌اندازد و مخالفان و چالش‌های زیادی دارد.

به گفته محمد رئیس‌اورد، اولین چالش این طرح، پذیرش مردم است؛ زیرا دسترسی مستقیم مردم به پزشک برنامه‌های خدمات خانوادگی را هم از توانایی‌ها و دانش‌های مردم بی‌نیاز می‌کند. در حالی که بسیاری از مردم طبق عادت و فرهنگ دیرینه علاقه دارند هر زمان که بیمار شوند به هر پزشک که خواستند مراجعه کنند. چالش بعدی مقاومت پزشکان

آتش‌سوزی در تهران، رنگ های خطر را برای بار چندم درباره ساختمان‌ها و بیمارستان‌های فرسوده تهران به صدا در آورده است. ساختگی سازمان آتش نشانی تهران گفته است تاکنون پنج مرتبه به بیمارستان گاندی اخطار نالین بودن داده شده‌ود که آخرین بار این ماه بوده است. این در حالی است که عمر برخی از بیمارستان‌های قدیمی اصفهان نیز به بیش از ۵۰سال می‌رسد، ساختمان‌های فرسوده و ناایمنی که ممکن است به سرنوشت آتش‌ده دچار شوند.

حالا با این حادثه مجدداً بحث ایمنی سازه‌های بیمارستانی و ساختمان‌های نالین و همچنین عملکرد و کارایی این بیمارستان‌ها در زمان بحران‌هایی نظیر زلزله، بر سر زبان‌ها افتاده است. خردنامه سال گذشته و تقریباً زمانی که متروپل دچار حادثه شده بود، مدیر کل مدیریت بحران استانداری اصفهان از شناسایی بیش از ۳۲۰ ساختمان نالین در استان سخن گفت و اعلام کرد که از این تعداد حدود ۲۰۰ سازه در شهرستان اصفهان واقع است.

منصور شیفته فروش در همان زمان این نکته را هم گفت که بیشترین سازه‌های نالین شامل ساختمان‌های تجاری و خصوصی است و بر این اساس به مالکان فرصت داده می‌شود که نسبت به رفع این وضعیت اقدام لازم را انجام دهند. در این رابطه شهرداری اصفهان نیز مکلف شده که مطابق با بند ۱۴ قانون ۵۵ شهرداری‌ها نقاط پرخطر را شناسایی و با همکاری دادستانی و دستگاه قضایی با آنها برخورد کند.

بند ۱۴ قانون ۵۵ شهرداری‌ها شامل اتخاذ تدابیر موثر برای حفظ شهر از خطر سسری و رفع خطر از بناها و دیوارهای کسسته و خطرناک و به عبارت کلی رفع خطر از هر نوع اشیا آسیب‌زایی برای سلامت شهروندان است.

پس از آن پای اداره کل راه و شهرسازی اصفهان هم

برای این سازه‌ی ساختمان‌های فرسوده اصفهان به این قضیه باز شد و با اینکه قوانین هم در این زمینه سخت و سخت بوده‌اما با بار اخطارات و کمبود آنها است که گویا اجازه نمی‌دهد ساختمان‌ها خطرناک نباشند.

دی‌ماه امسال هم مدیر کل مدیریت بحران استانداری اصفهان با توجه به پیشینه ساختمان‌های نالین اعلام کرد که ۷۵ ساختمان نالین استان قرار است تعیین تکلیف شود.

او در حالی از این تعداد ساختمان‌ها که به گفته او قرار است به زودی توسط مرکز تحقیقات راه و شهرسازی وزارت تعیین تکلیف شود یاد کرده که در حال حاضر ۴۲۰ ساختمان نالین در استان شناسایی شده است. همچنین ۱۹ ساختمان بندرتبره نالین در فولادشهر از توابع شهرستان لنجان شناسایی شده که این

به خصوص پزشکان متخصص و فعالان بخش خصوصی است که نگران کاهش درآمد و بیماران خود هستند، به ویژه آنکه در تمام این سال‌ها نقش و جایگاه بخش خصوصی مطبعا در این برنامه‌ها به درستی تعریف نشده یا به‌یاد همراه بوده است. هر چه هست این برنامه مهم با گذشته دوده هنوز بلا تکلیف است و به سرانجام نرسیده است.

با این احوال قرار بود پزشک خانواده با طرح سلامت بخش یا برنامه سلامت خانوادگی با هر نام و تالیابی که برای آن گذاشته‌اند؛ برای رسان سلامت مردم باشد و نه‌باید و اجرای کامل این برنامه در سال‌های آینده مردم مردم دریافت خدمات سلامت را این مسیر تعریف شده و تحت نظر یک تیم مشخص اقدام کنند اما به نظر می‌رسد که این هدف نرسید و تاکنون نتوانسته به تکلیف خود در این حوزه عمل کند.



### تعریف خودروها و خانه‌های لوکس تغییر کرد

نمایندگان مجلس شورای اسلامی هفته گذشته و در جریان بررسی بودجه سنواتی سال آینده میزان دریافت مالیات از خانه و خودرو لوکس را مشخص کردند. مسال آینده چهارم سالی خواهد بود که سه مالکان خودروهای لوکس مکلف به پرداخت مالیات می‌شوند. در سال‌های ۱۴۰۰ و ۱۴۰۱ این قانون شامل مالکان خودروهای بالای یک میلیارد تومان بود. دولت برای سال آینده در لایحه بودجه کف قیمتی خودروهای لوکس را معادل ۳ میلیارد تومان تعیین کرد. با این حال مجلس شورای اسلامی تکمیلی را به ۲/۵ میلیارد تومان افزایش داد. طبق آرای که ماه گذشته مدیر کل



### کل ثروت ایران چقدر است؟

به تازگی گزارشی تحت عنوان توزیع جهانی کل ثروت منتشر شده که توزیع ثروت در کشورها و قاره‌های مختلف جهان را نشان می‌دهد. در این گزارش اعلام شده که کل ثروت جهان به ۳۵۰ تریلیون دلار رسیده و سهم آمریکا با ۲۴۴ تریلیون دلار (۷۰ درصد) از سایر کشورهاست. در این گزارش ثروت کل ایران شامل مسکن، طلا و ارز، بورس و فرابورس، شرکت‌های خارج از بورس، انواع وسیله نقلیه، زمین خصوصی و... ۲ تریلیون دلار اعلام شده است. این رقم در مقایسه با برخی از کشورهای پیشرفته جهان مانند چین، ژاپن، آلمان، ایتالیا، بریتانیا و فرانسه به مراتب کمتر است اما در

## هشدار آتش «گاندی» به اصفهان



آتش گرفتن بیمارستان گاندی در تهران، رنگ های خطر را برای بار چندم درباره ساختمان‌ها و بیمارستان‌های فرسوده تهران به صدا در آورده است. ساختگی سازمان آتش نشانی تهران گفته است تاکنون پنج مرتبه به بیمارستان گاندی اخطار نالین بودن داده شده‌ود که آخرین بار این ماه بوده است. این در حالی است که عمر برخی از بیمارستان‌های قدیمی اصفهان نیز به بیش از ۵۰سال می‌رسد، ساختمان‌های فرسوده و ناایمنی که ممکن است به سرنوشت آتش‌ده دچار شوند.

حالا با این حادثه مجدداً بحث ایمنی سازه‌های بیمارستانی و ساختمان‌های نالین و همچنین عملکرد و کارایی این بیمارستان‌ها در زمان بحران‌هایی نظیر زلزله، بر سر زبان‌ها افتاده است. خردنامه سال گذشته و تقریباً زمانی که متروپل دچار حادثه شده بود، مدیر کل مدیریت بحران استانداری اصفهان از شناسایی بیش از ۳۲۰ ساختمان نالین در استان سخن گفت و اعلام کرد که از این تعداد حدود ۲۰۰ سازه در شهرستان اصفهان واقع است.

منصور شیفته فروش در همان زمان این نکته را هم گفت که بیشترین سازه‌های نالین شامل ساختمان‌های تجاری و خصوصی است و بر این اساس به مالکان فرصت داده می‌شود که نسبت به رفع این وضعیت اقدام لازم را انجام دهند. در این رابطه شهرداری اصفهان نیز مکلف شده که مطابق با بند ۱۴ قانون ۵۵ شهرداری‌ها نقاط پرخطر را شناسایی و با همکاری دادستانی و دستگاه قضایی با آنها برخورد کند.

بند ۱۴ قانون ۵۵ شهرداری‌ها شامل اتخاذ تدابیر موثر برای حفظ شهر از خطر سسری و رفع خطر از بناها و دیوارهای کسسته و خطرناک و به عبارت کلی رفع خطر از هر نوع اشیا آسیب‌زایی برای سلامت شهروندان است.

پس از آن پای اداره کل راه و شهرسازی اصفهان هم

برای این سازه‌ی ساختمان‌های فرسوده اصفهان به این قضیه باز شد و با اینکه قوانین هم در این زمینه سخت و سخت بوده‌اما با بار اخطارات و کمبود آنها است که گویا اجازه نمی‌دهد ساختمان‌ها خطرناک نباشند.

دی‌ماه امسال هم مدیر کل مدیریت بحران استانداری اصفهان با توجه به پیشینه ساختمان‌های نالین اعلام کرد که ۷۵ ساختمان نالین استان قرار است تعیین تکلیف شود.

او در حالی از این تعداد ساختمان‌ها که به گفته او قرار است به زودی توسط مرکز تحقیقات راه و شهرسازی وزارت تعیین تکلیف شود یاد کرده که در حال حاضر ۴۲۰ ساختمان نالین در استان شناسایی شده است. همچنین ۱۹ ساختمان بندرتبره نالین در فولادشهر از توابع شهرستان لنجان شناسایی شده که این

ساختمان‌ها بالای ۵۰سال عمر دارند و مشتمل بر یک هزار و ۶۳۰ واحد مسکونی هستند که از زیبایی ایمنی آن‌ها از سوی دانشگاه هنر صورت گرفته و نوسازی و بازآفرینی آن‌ها تحت مطالعه است.

بزر همین اساس مرکز تحقیقات راه و مسکن و شهرسازی مطابق با بند «د» ماده ۱۴ قانون مدیریت بحران کشور، موظف به ارزیابی ایمنی ساختمان‌های مهم و بلندمرتبه سا کاربری‌های مختلف، با صورت‌توجه کردن برای ایمن بخشی بنا به مقام قضایی دادستانی مهرمی می‌شوند.

بنابر گفته‌های مولیان مدیریت شهری، نالین بودن ساختمان‌ها فقط به معنی در حال فرو ریختن سازه آن نیست بلکه ملاحظات ایمنی، اثرات نامشئی و تابستانی مشکل‌زا را هم شامل می‌شود و توجه به خورد در هر ساختمان براساس میزان خطر آن متفاوت خواهد بود.

اجرا برسد اما با این همه هنوز اجرای کامل آن ناقص مانده است. این در حالی است که چندین پیش‌ریس سازمان نظام پزشکی اعلام کرد: اجرای این برنامه با هر نام و نشان که باشد اگر درست اجرا شود و ناقص و شماری نباشد می‌تواند به تقویت نظام پیشگیری، کاهش بیماری‌ها و کاهش هزینه‌های سلامت منجر شود. اما اجرای این برنامه منافع خیلی‌ها را به خطر می‌اندازد و مخالفان و چالش‌های زیادی دارد.

به گفته محمد رئیس‌اورد، اولین چالش این طرح، پذیرش مردم است؛ زیرا دسترسی مستقیم مردم به پزشک برنامه‌های خدمات خانوادگی را هم از توانایی‌ها و دانش‌های مردم بی‌نیاز می‌کند. در حالی که بسیاری از مردم طبق عادت و فرهنگ دیرینه علاقه دارند هر زمان که بیمار شوند به هر پزشک که خواستند مراجعه کنند. چالش بعدی مقاومت پزشکان

### پرطرفدارترین برند موبایل

کجای تویوتا؟ طبق آمار، جدیدترین آمار، موبایل، اکنون ایران با ماه ژانویه سال ۲۰۲۴ ۲۰۲۴ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند کتر از مرز ۶۸ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند در رتبه ۱۴ قرار می‌گیرد. طبق آمار، کمپانی بزرگ سامسونگ به‌عنوان پرطرفدارترین برند موبایل در ایران شناخته می‌شود. پس از سامسونگ برند شیائومی بیشترین طرفدار را در ایران دارد.

### سرعترین ماهواره ای چند؟!

کجای تویوتا؟ طبق آمار، جدیدترین آمار، موبایل، اکنون ایران با ماه ژانویه سال ۲۰۲۴ ۲۰۲۴ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند کتر از مرز ۶۸ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند در رتبه ۱۴ قرار می‌گیرد. طبق آمار، کمپانی بزرگ سامسونگ به‌عنوان پرطرفدارترین برند موبایل در ایران شناخته می‌شود. پس از سامسونگ برند شیائومی بیشترین طرفدار را در ایران دارد.

### پنجمین رود خشک شد

کجای تویوتا؟ طبق آمار، جدیدترین آمار، موبایل، اکنون ایران با ماه ژانویه سال ۲۰۲۴ ۲۰۲۴ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند کتر از مرز ۶۸ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند در رتبه ۱۴ قرار می‌گیرد. طبق آمار، کمپانی بزرگ سامسونگ به‌عنوان پرطرفدارترین برند موبایل در ایران شناخته می‌شود. پس از سامسونگ برند شیائومی بیشترین طرفدار را در ایران دارد.

### همسر سابق رهنما، مجری شد!

کجای تویوتا؟ طبق آمار، جدیدترین آمار، موبایل، اکنون ایران با ماه ژانویه سال ۲۰۲۴ ۲۰۲۴ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند کتر از مرز ۶۸ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند در رتبه ۱۴ قرار می‌گیرد. طبق آمار، کمپانی بزرگ سامسونگ به‌عنوان پرطرفدارترین برند موبایل در ایران شناخته می‌شود. پس از سامسونگ برند شیائومی بیشترین طرفدار را در ایران دارد.

### بم صاحب سینما شد

کجای تویوتا؟ طبق آمار، جدیدترین آمار، موبایل، اکنون ایران با ماه ژانویه سال ۲۰۲۴ ۲۰۲۴ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند کتر از مرز ۶۸ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند در رتبه ۱۴ قرار می‌گیرد. طبق آمار، کمپانی بزرگ سامسونگ به‌عنوان پرطرفدارترین برند موبایل در ایران شناخته می‌شود. پس از سامسونگ برند شیائومی بیشترین طرفدار را در ایران دارد.

### هفته موسیقی در تقویم؟

کجای تویوتا؟ طبق آمار، جدیدترین آمار، موبایل، اکنون ایران با ماه ژانویه سال ۲۰۲۴ ۲۰۲۴ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند کتر از مرز ۶۸ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند در رتبه ۱۴ قرار می‌گیرد. طبق آمار، کمپانی بزرگ سامسونگ به‌عنوان پرطرفدارترین برند موبایل در ایران شناخته می‌شود. پس از سامسونگ برند شیائومی بیشترین طرفدار را در ایران دارد.

### غایب بزرگ فصل سوم پدرخوانده

کجای تویوتا؟ طبق آمار، جدیدترین آمار، موبایل، اکنون ایران با ماه ژانویه سال ۲۰۲۴ ۲۰۲۴ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند کتر از مرز ۶۸ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند در رتبه ۱۴ قرار می‌گیرد. طبق آمار، کمپانی بزرگ سامسونگ به‌عنوان پرطرفدارترین برند موبایل در ایران شناخته می‌شود. پس از سامسونگ برند شیائومی بیشترین طرفدار را در ایران دارد.

### خبرخوان

#### وزارت ارشاد توجه نمی‌کند

کجای تویوتا؟ طبق آمار، جدیدترین آمار، موبایل، اکنون ایران با ماه ژانویه سال ۲۰۲۴ ۲۰۲۴ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند کتر از مرز ۶۸ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند در رتبه ۱۴ قرار می‌گیرد. طبق آمار، کمپانی بزرگ سامسونگ به‌عنوان پرطرفدارترین برند موبایل در ایران شناخته می‌شود. پس از سامسونگ برند شیائومی بیشترین طرفدار را در ایران دارد.

#### مورد خیرسان انتخاباتی

کجای تویوتا؟ طبق آمار، جدیدترین آمار، موبایل، اکنون ایران با ماه ژانویه سال ۲۰۲۴ ۲۰۲۴ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند کتر از مرز ۶۸ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند در رتبه ۱۴ قرار می‌گیرد. طبق آمار، کمپانی بزرگ سامسونگ به‌عنوان پرطرفدارترین برند موبایل در ایران شناخته می‌شود. پس از سامسونگ برند شیائومی بیشترین طرفدار را در ایران دارد.

#### مجرم: یک ته‌سیگار!

کجای تویوتا؟ طبق آمار، جدیدترین آمار، موبایل، اکنون ایران با ماه ژانویه سال ۲۰۲۴ ۲۰۲۴ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند کتر از مرز ۶۸ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند در رتبه ۱۴ قرار می‌گیرد. طبق آمار، کمپانی بزرگ سامسونگ به‌عنوان پرطرفدارترین برند موبایل در ایران شناخته می‌شود. پس از سامسونگ برند شیائومی بیشترین طرفدار را در ایران دارد.

#### تغییر ده‌کبندی خانوارها؟

کجای تویوتا؟ طبق آمار، جدیدترین آمار، موبایل، اکنون ایران با ماه ژانویه سال ۲۰۲۴ ۲۰۲۴ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند کتر از مرز ۶۸ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند در رتبه ۱۴ قرار می‌گیرد. طبق آمار، کمپانی بزرگ سامسونگ به‌عنوان پرطرفدارترین برند موبایل در ایران شناخته می‌شود. پس از سامسونگ برند شیائومی بیشترین طرفدار را در ایران دارد.

#### مبلغ عیدی ۱۴۰۳ مشخص شد

کجای تویوتا؟ طبق آمار، جدیدترین آمار، موبایل، اکنون ایران با ماه ژانویه سال ۲۰۲۴ ۲۰۲۴ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند کتر از مرز ۶۸ میلیون کاربر گوشی‌های هوشمند در رتبه ۱۴ قرار می‌گیرد. طبق آمار، کمپانی بزرگ سامسونگ به‌عنوان پرطرفدارترین برند موبایل در ایران شناخته می‌شود. پس از سامسونگ برند شیائومی بیشترین طرفدار را در ایران دارد.



مدیر امور باغبانی سازمان جهاد کشاورزی اصفهان گفت: بیش از ۷۰ هزار تن فنل دلمه‌ای رنگی از ابتدای اسفند تا پایان دی از استان به کشور روسیه صادر شد. احمدرضا ریس اداره افزود: این میزان فنل دلمه‌ای رنگی در قالب چهار هزار و ۵۰۰ کانتینر از طریق مرز اصفهان به روسیه صادر شده است. وی با بیان اینکه ارزش این صادرات حدود ۷۰ میلیون دلار برآورد می‌شود، تصریح کرد: این محصول‌ها با برخورداری از آمیزش‌های سازمان غذا و دارو، دارای کیفیت مناسب و گد هگبرگی مورد نیاز در مبدا تولید است. مدیر امور باغبانی سازمان جهاد کشاورزی

اصفهان خاطرنشان کرد: این میزان صادرات از سطح ۵۰۰ هکتار از گلخانه‌های استان صورت گرفته است که پس از سیستان و دیگر اقدامات مورد نیاز به روسیه صادر شد. ریس بیان کرد: با اشاره به تولید سالانه بالغ بر ۳۳ هزار تن انواع محصولات گلخانه‌ای در استان اصفهان، اضافه کرد: حدود ۱۰۰ هزار تن از آن به کشورهای نظیر روسیه، امارات، عمان و عراق صادر می‌شود. تاکنون حدود ۲ هزار و ۵۰۰ هکتار گلخانه در استان اصفهان ایجاد شده است که شهرستان‌های تیران و کرون، فلاورجان، خمینی شهر، هادقان، مبارک، کهشهر، شاهین شهر و میمه و اصفهان بیشترین سهم را دارند.



۷۰ هزار تن فنل دلمه‌ای از اصفهان به روسیه صادر شد

جشنواره بازار میل رهان همزمان با میلاد حضرت علی (ع) تا پنجم اسفندماه به مدت یک ماه در خیابان شریف شرفی افتتاح شد. دبیر جشنواره بازار میل رهان با بیان اینکه بیش از ۶۰۰ فروشگاه‌میل در رهان فعالیت می‌کنند، بیان داشت: هدف اصلی جشنواره بازار میل رهان برندسازی این صمت است. اکرم قباچینی گفت: فصل رهان فقط فروشگاه‌های داخل خیابان شریف و شهیدان نیست، بلکه کارگاه‌های بسیاری از جمله ساخت و رویه کوبی میل نیز در رهان وجود دارد و ۲ هزار خانواده در این صمت ارتقا می‌یابند.



برگزاری جشنواره بزرگ میل رهان تا ۵ اسفندماه

نگاه روز

سفید خوانی آسمان اصفهان

کافی نیست و مابقی باید منتظر بارش برف بیشتر بود. اما از ۸۵ روستای شهرستان فریدونشهر راه ارتباطی ۶۰ روستای بخش پشتکوه و گوهی به علت بارش شدید برف مسدود شده است. در همین حال به دنبال بارش برف، کولاک، افت دما و پیش‌بینی لغزندگی جاده‌ها و مهابار و مسدود شدن بزرگراه از یخبندان ناشی از تردد در محورهای برف گیر همه مقاطع تخصصی در حداقل سه شهرستان غرب استان اصفهان روز گذشته تعطیل اعلام شد. ۳۵ روز سیار سرد در پیش است اما از امروز یکشنبه تا سه شنبه به هم می‌آید. در این روز شاهد بارش برف و باران بود، شرایط برای فریدونشهر متفاوت می‌نمود. این شهرستان همواره با طبیعت زمستانی آشنای شماست که در این روزها بی بارش پاییز و ماه اول فصل زمستان، وضعیت نگران کننده‌ای برای فریدونشهر رقم زده بود. حالا اما منطقی مسدود فصل سرد سال به این شهرستان بازگشته و بارش برف، یک بار دیگر فریدونشهر را سپیدوش کرده است. گزارش‌ها از این منطقه حاکی است که گردنه سخت گذر «کلوچه» در فریدونشهر که راه ارتباطی روستا است به رسم هر ساله با بیش از یک متر برف مسدود شده است که با مسدود شدن شرایط جوی بازگشایی آن آغاز می‌شود. ارتفاع برف شهر و روستاهای این شهرستان به بیش از ۳۵ سانتی متر رسیده اگرچه در ارتفاعات بیش از نیم متر برف باریده است. ارتفاع برف در ارتفاعات و پست استکی فریدونشهر هم تا روز گذشته ۴۰ سانتی متر بود. البته این میزان برف هنوز برای بازگشایی پست استکی فریدونشهر

پخت یک تن سمنو در زرین شهر

اهالی زرین شهر به مناسبت میلاد امام علی (ع) و روز پخت یک تن سمنو طج و یا حضور دامغان امام رضا (ع) و مولودوسی خوانی این روز را جشن گرفتند.

ساختمان نگارستان قربانی گرفت

طبقه ششم ساختمان نگارستان شهرداری شاهین قربانی گرفت. آقای دکتر سعید حبیبی، مدیرعامل سازمان آتش نشانی و خدمات ایمنی شهرداری شاهین شهر گفت: ساعت ۵ صبح روز شنبه جوانی ۱۸ ساله در شهرستان نجاشین به ترمیم مناسبت

دانش آموزان زندانی آزاد کردند

امیرالمومنین (ع) دانش آموزان کلاس دوم دبستان خردانه سما کاشان همینه آزادی ۴ پسر زندانی را فراموش کردند. آنها با جمع آوری پول توسط جیبی‌های خود در روز پندر دل خندان چشم انتظار را شاد کردند.

۸۸۰ نفر در اردستان معکفت شدند

در حال برگزاری است. وی افزود: در شهرستان اردستان ۸۸۰ نفر معکفت شدند. ۲۷۸ نفر از پسران و ۲۱۰ نفر از دختران هستند. اضافه کرد: در شهرستان اردستان ۵۲۴ نفر معکفت شدند از آنجمله ۱۰ نفر معکفت شدند. همزمان با سلولوز میلاد حضرت مسجد شهرستان اردستان با حضور ۸۸۰ نفر معکفت

۱۴۰۰ متقاضی واجد شرایط مسکن در فریدن

مدیر نایز برای ساخت بیش از ۵۰۰ واحد مسکونی تأمین شده است. عبدالرضا فرجی افزود: در طرح جوانی جمعیت این شهرستان بیش از ۲۰۰ نفر ثبت‌نام کردند و تاکنون بیش از ۱۳۰۰ متقاضی دارای شرایط قابل تأیید شدند. همچنین در حال حاضر برای ۹۰۰ واحد تأمین شده است.

از لگوهای مینیاتوری تا «شاسخین» های غول پیکر

فرا تر از یک بازی ساده...



دربیا قدرتی پور

یکی از بزرگترین مراکز تخصصی اسباب بازی در ابتدای خیابان عبدالرزاق واقع است. شاسخین سه طبقه که پر شده از خودروی روع و روان کودکان: دنیایی که میلیون خرید و فروش می‌شوند و از لگوهای چندستاره‌ای تا عروسک‌های غول پیکر پولیشی و بته ای همه سلیقه‌ای را دربر می‌گیرد. بی‌مقدمه سسری زده به فروشگاه‌های متفاوت که با چچه‌ها شروع می‌شود اما به بزرگسالان ختم می‌شود. اسباب بازی که تنها مربوط به کودکان نیست و حتی سن و سال دارها هم می‌توانند در این اسباب بازی‌ها شریک باشند.

قیمت‌ها اما شسوک که کنده است، به خصوص لگوهای وارداتی که گاهی قیمتشان به بیش از ۱۰۰ میلیون تومان هم می‌رسد و این اسباب بازی‌ها قوی و کوچک و مینیاتوری می‌شود که در راحتی توی دست نمی‌آید. بسته به اینکه قطعات لگو بیشتر فته باشند و تعداد قطعات آن بیشتر باشند، قیمتشان نیز بالاتر می‌رود. بنابراین راه مناسب با تعداد قطعات لگو، کیفیت لگو و گروه سنی، قیمت‌ها هم مد می‌کنند و می‌توانند تر می‌شود.

این فروشگاه را می‌توانی یکی از فروشگاه‌های تخصصی اسباب بازی بدانی. فروشگاه‌های که در سه طبقه مجزا و تفکیک شده از عروسک‌های کشتنی تا پولیش‌های نرم و نازک، همه چیز در آن هست: از هر طرح و رنگی که بخواهی خوراک خانواده‌های است که بچه دارند یا می‌خواهند بچه‌ها دارند.

اما دنیای دودا کودکان عروسک فروشی‌ها اسباب بازی فروشی‌ها عجیب و غریب است. فقط کافی است وارد شوی تا خرس‌های پشمی‌ای از همه رنگی را مشاهده کنی که گاهی ایشان را دو متر هم می‌رسد. به فرزند فرزندش می‌گویند: عروسک‌ها مخصوص پلتنان هستند که باید داری که بدون اینکه در قالب فرهنگ ایرانی جا بگیرند

می‌شود، همین دو ماه پیش برای تولدش یک عروسک خریدم اما حالا که از اینجارد می‌شدم، گریه می‌کنم که این عروسک را هم می‌خواهم». موهایی عروسکی که کودک روی آن دست گذاشته: ترکیبی از موی قرمز و سفید است و بلب اینکه هیچ شباهتی به دختر بچه ندارد: در عوض یک همراه عروسک بر شده از وسایل آرایشی که با برسوی که معلوم نیست به چه زبانی است: توضیح داده که چطور از انواع و اقسام وسایل استفاده شود: در بین وسایل آرایشی، در بخش چندان‌ها لباس‌های متعدد عروسک چیده شده: کفش‌های کوچک و کفش‌های رنگارنگ، وقتی از قیمت‌ها سوال می‌کنی سرت سبوت می‌کنند. تمام این وسایل لوکس و تریب‌نی که در یک کیچینگ تقریباً نیم متری چیده شده، همه‌ی آن را رنگ‌های صورتی مایل و تندر ساخته، ۱۲ میلیون روی دست خانواده‌ها می‌گذارد. البته اگر کودک نظرش صبیح فانتری تر و با لباس‌ها و تجهیزات بیشتر باشد: این قیمت‌ها هم می‌رود و تا نزدیک ۳۰ میلیون تومان هم برنند خانواده‌ها لب خواهند خورد.

در کفته فروشنده‌ها برند نامی که سالیان سال است می‌رود: فروشل منتهی شده به مناسبت‌ها باقی‌بازدم بیشتر برای بچه‌هایشان اسباب بازی می‌خرند اما حالا کمتر شده. اگر برای سببوتی با مناسبت‌های تولد می‌خرند». دلیل فروشنده مشخص است: اسباب بازی‌های وارداتی روی مسج به دلار و یابین می‌روند و چون اکثر وارداتی‌ها سود به خاطر قیمت‌هاشان کم و عجیب و غریب می‌شود و بچه طبقه متوسط از پس این گرانی‌ها نمی‌آید.

تا معتمد این احوال، فروشنده‌ها فروشگاه و پدر مادری‌ها که تها کاتالوگ‌هاشان لوکس‌تر شده بلکه، با خرید پایشان طبع پس‌برچه‌ها واقع می‌شوند: فرماتی که در پایشان را می‌توانی در انیمیشن‌های جدید مشاهده کنی و اکنون به شکل چندبعدی و فیزیکی در دست و قلب بچه‌ها جا گرفته است.

یک بقمه که مقب‌یابی می‌بینی که در برای اسباب بازی‌های قرار گرفته‌ای: در حالی‌که این صنوع به خود می‌رود اما همه منابع درآمدی، صرف و هزینه‌ها در بوجه بررسی‌کنند و تا پایان بهمن ماه بوجه بوجه گرفته‌شود تا برای تداراج قانونی ارسال شود و ابتدای فروردین ماه میسون‌ها عملکرد شهرداری باشد. وی افزود: معکفت‌های تخصصی شهرداری و کمیسیون تلیقی و صحن‌علنی در این مدت محل طرح مواحت مربوط به دریافت درآمدی و هزینه‌های است و هزینه‌های برای اعضای شورا پشت سر می‌گذارد.

نوسازی محورهای تاریخی باباقاسم و هارونیه

دره را به میدان امام علی (ع) متصل می‌کند و پیر از نقاط و نشانه‌های تاریخی همچون ابنه و محل رخداده‌ها است و حتی دفتر حفاظت تاریخی در این نقطه تشکیل شده است که ایسورایرم توتولیم این محورهای تاریخی را به‌تدریج احیا کنیم. شهردار اصفهان با اشاره به خاکبرداری انجام شده در زمین جنب میدان امام علی (ع) که منظور اجرای عملیات احیا، خاطرنشان کرد: با انجام عملیات خاکبرداری به عرضی ۱۰ متر برخورد کردیم که باید به باستان‌شناسی مستقر شهرداری و فعالیت خود را انجام دهند و برای تصمیم‌گیری نظر این تیم کارشناسی، این گذر را شرایطی که شهروندان را آزار می‌دهد، خارج کنیم.

تایید صلاحیت

تایید صلاحیت ۱۲ داوطلب خبرگان

دبیر ستاد انتخابات ششمین دوره مجلس خبرگان داوطلب انتخابات ششمین دوره مجلس خبرگان مهدی سلیمانی افزود: ۳۷ نفر نامزد داوطلب انتخابات ششمین دوره مجلس خبرگان رهبری در استان اصفهان ثبت‌نام کردند. دبیر ستاد انتخابات استان اصفهان داد صلاحیت ۱۲ نفر مورد تأیید ستاد شورای نگهبان قرار گرفت. صلاحیت ۱۷ نفر تأیید نشد و تاکنون هشت نفر نیز از ادامه رقابت در انتخابات مجلس خبرگان رهبری انصراف داده‌اند. استان اصفهان پنج کرسی در مجلس خبرگان رهبری دارد.

علت اصلی سوء تغذیه

متخصص تغذیه و رژیم درمانی گفت: کمبود مواد مغذی و از سوی دیگر افزایش دریافت کالری تمام گروه‌های سنی و جنسی ۲ علت سوء تغذیه در جامعه است. محمدرضا قاضی اظهار کرد: بر اساس آمار وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در گروه‌های آسیب‌پذیر و فقیر با کمبود آهن، روی، ویتامین ۸، ویتامین ۹ و Co D و کمبود کلسیم مواجه هستیم.

اعتکاف در ۶۰۰ مسجد استان

خبرگزاری صلیبوسا- مراسم منوی اعتکاف همزمان با سراسر کشور با حضور حدود ۷۳ هزار معکف در ۶۰۰ مسجد استان اصفهان در حال برگزاری است. این مراسم منوی در مساجد دانشگاهی، شهری و روستایی استان با اقامه نماز، جعات، برنامه‌های، اعمال آمواد، به همراه مناجات، نمازهای معنوی و تزیین افطار و سحری از سیزدهم تا پانزدهم رجب مشهور به ایام ایضی برپا است.

کلاهداری با ترند

تور تیش پلیس فتا استان اصفهان افزود: با که درج آگهی جعلی تور هوایی کیش در سایت دیوار از شهروندان کلاهبرداری می‌کند، شاسخین ای و دستگیر کرد. سایرگردی می‌تواند منصفی معنوی گفت: در پی شکایت چند نفر از شهروندان مینی بر اینکه فردی ناشناس در سایت دیوار به پنهان ثبت نام تور هوایی با مبلغ ۷۵ میلیون تومان از آنها کلاهبرداری کرده، موعود در دستور کار پلیس قرار گرفت و افزود: شاسخین در سایت دیوار پس از اطلاع از آگهی این شهروندان به پنهان ثبت‌نام کرده است. رئیس پلیس فتا استان اصفهان گفت: سرتاسر استان اصفهان حساب‌های جعلی تشکیل داده و حذف کرده است. سرهنگ مرتضوی افزود: مهم در جزیره کیش دستگیر و تحویل مراجع قضایی شد.

تصویب بوجه

تأیید بهمن رئیس شورای اسلامی شهر اصفهان گفت: طبق تقسیم‌بندی، اول بهمن بوجه تا آینده از سوی شهرداری به شورا تقدیم شد و اکنون در حال رسیدگی به بوجه هستیم. محمد نورصالحی اظهار کرد: شورا اسلامی شهر یک ماه فرصت دارد تا همه منابع درآمدی، صرف و هزینه‌ها در بوجه بررسی‌کنند و تا پایان بهمن ماه بوجه بوجه گرفته‌شود تا برای تداراج قانونی ارسال شود و ابتدای فروردین ماه میسون‌ها عملکرد شهرداری باشد. وی افزود: معکفت‌های تخصصی شهرداری و کمیسیون تلیقی و صحن‌علنی در این مدت محل طرح مواحت مربوط به دریافت درآمدی و هزینه‌های است و هزینه‌های برای اعضای شورا پشت سر می‌گذارد.







# کدام اختلال روانی کچلتان می کند؟



حتماً برای شما هم پیش آمده که بدون اینکه متوجه باشید، با موهبتان بازی کنید و مدام آنها را با دست بکشید. اختلال کندن موها یا تریکوتیلومانیا یک اختلال روانی است که بسیاری از افراد بدون آنکه بدانند به آن مبتلا هستند. اکثر این افراد زمانی متوجه ابتلا به این اختلال می شوند که علامت ظاهری این بیماری را در خود مشاهده کنند. در این گزارش عوامل، عوارض و چرایی ابتلا به اختلال «تریکوتیلومانیا» را بررسی خواهیم کرد.

«تریکوتیلومانیا» یک اختلال روانی است که فرد مبتلا بر خلاف تلاش‌های مکرر برای متوقف کردن این عمل، میل مکرر به کندن موهای خود در قسمت‌های سر و یا سایر بخش‌های بدن دارد. تریکوتیلومانیا در برخی از افراد خفیف و قابل مدیریت است؛ اما در بعضی افراد میل به کشیدن مو بسیار زیاد است و بدون درمان بهتر نخواهد شد.

### علامت و نشانه‌های ابتلا به اختلال کندن موها

شاید شما هم فرقی داشته باشید که با موهایی خود زیاد بازی کنید اما از علامت ابتلا به این بیماری اطلاعاتی نداشته باشید. کشیدن مو کف سر، گریز و زدها و گاهی از سایر بخش‌های بدن به صورت مکرر، تجربه احساس هيجان و اضطراب «قبل از کندن موها و یا زمانی که فشرده تلاش می‌کنید در برابر کندن مو مقاومت کنید»، احساس لذت و آسایش پس از کندن مو، از دست دادن حجم قابل توجهی از موها، کاهش وزن و یا بالیدن آن به لب‌ها و صورت، تلاش مکرر اما بدون موفقیت برای قطع یا کمتر کردن موها، مشکلات کندی ریزش موها، مشکلات محیط کار، مدرسه و سایر موقعیت‌های اجتماعی و ... از جمله علامت ابتلا به این اختلال است.



گفته است بسیاری از افراد مبتلا به اختلال کندن مو عادت به کشیدن پوست، چوب‌دندان ناخن و لپه‌پاشان نیز دارند. گاهی کشیدن موی حیوانات خانگی یا عروسک با حتی کندن پرز از روی لباس و پارچه هم می‌تواند نشانه این اختلال باشد.

### چرا این افراد موهایشان را می‌کنند؟

کندن مو در این افراد می‌تواند متفاوت باشد. بعضی از افراد آگاهانه و برای کاهش استرس و ناراحتی خود موهایشان را می‌کنند. همچنین کندن مو می‌تواند خود کار باشد، بعضی از افراد بدون این که متوجه باشند موهایی خود را می‌کنند. یکی دیگر از دلایل ایجاد این اختلال، با احساسات فرد در رابطه است؛ برای بسیاری از افراد مبتلا به این اختلال نشانه موهایی برای مقابله با احساسات منفی و ناخوشایند مثل استرس، اضطراب، تنش‌های و خستگی است. با بررسی، افراد مبتلا به اختلال تریکوتیلومانیا اغلب با کندن موی خود احساس رضایت و تا حدی تسکین می‌کنند.

همچنین وجود عواملی دیگری مانند دلایل ژنتیکی و یا سابقه خانوادگی، سن (در بازه سنی ۱۰ تا ۳۰ سال رخ می‌دهد)، افسردگی، اضطراب، وسواس فکری، استرس و ... می‌تواند خطر ابتلا به این اختلال را افزایش دهند.

بیماری ریشه در عادت‌های رفتاری و مشکلات روانی دارد باید با یکی از روش‌های زیر درمان شود. معمولاً سازی عادت: رفتار درمانی، در زمان اولیه برای «تریکوتیلومانیا» است. در این روش فرد مبتلا یاد می‌گیرد که چگونه در موقعیت‌هایی را که ممکن است موهایی خود را بکشد، رفتارهای دیگر را جایگزین آن کند. معمولاً کردن عادت شامل هدایت سریع دست از موها به جای دیگری و رفتارهای جایگزین مانند مشت کردن انگشتان می‌شود. درمان شناختی: این نوع از درمان می‌تواند به فرد مبتلا کمک کند تا باورهای را که به «تریکوتیلومانیا» منجر می‌شوند را شناسایی و آنها را تغییر دهد.

درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد: در این درمان به فرد کمک می‌شود تا تمایل به کندن موها را بدون کندن مو بپذیرد. «یعنی با میل به کندن مو کنار بیاید بدون این که موهایش را بکند».

دارو درمانی: اگرچه تاکنون هیچ دارویی از طرف سازمان غذا و دارو برای درمان «تریکوتیلومانیا» تایید نشده است؛ اما از نظر برخی متخصصان استفاده از برخی داروهای ضدافسردگی می‌تواند در کنترل علائم این بیماری کمک کننده باشد.



### «تریکوتیلومانیا»، یک اختلال روانی است که فرد مبتلا بر

خلاف تلاش‌های مکرر برای متوقف کردن این عمل، میل مکرر به کندن موهایی خود در قسمت‌های سر و یا سایر بخش‌های بدن دارد

### چگونه این اختلال را تشخیص دهیم؟

عموماً این اختلال زمانی جدی گرفته می‌شود که از خود علامت ظاهری نشان دهد و تا قبل از آن خیلی برای افراد ملموس نیست. اگرچه ممکن است تریکوتیلومانیا مشکل جدی‌ای به نظر نرسد اما می‌تواند تأثیرات منفی و اساسی بر روی زندگی فرد مبتلا داشته باشد.

اختلالات عاطفی، احساس شرم‌ندگی، تحقیر و خجالت زگی، دانش عزت نفس پایین، افسردگی و اضطراب، مشکل در عملکرد اجتماعی و کاری «به دلیل نداشتن عزت نفس لازم»، اجتناب از شرکت در فعالیت‌های اجتماعی و فرار از موقعیت‌های شغلی، آسیب دیدگی پوست و مو، عفونت و ایجاد زخم در پوست سر و ... از جمله عوارض ابتلا به این اختلال است.

### چگونه این اختلال را درمان کنیم؟

افراد مبتلا به اختلال کندن موها به صورت مرتب به دنبال راه چاره‌ای برای درمان این معضل هستند. از آنجایی که این

### عوارض روحی و روانی ابتلا به اختلال «تریکوتیلومانیا»

عوارض روحی و روانی ابتلا به اختلال «تریکوتیلومانیا» عموماً این اختلال زمانی جدی گرفته می‌شود که از خود علامت ظاهری نشان دهد و تا قبل از آن خیلی برای افراد ملموس نیست. اگرچه ممکن است تریکوتیلومانیا مشکل جدی‌ای به نظر نرسد اما می‌تواند تأثیرات منفی و اساسی بر روی زندگی فرد مبتلا داشته باشد.

### چگونه این اختلال را تشخیص دهیم؟

عموماً این اختلال زمانی جدی گرفته می‌شود که از خود علامت ظاهری نشان دهد و تا قبل از آن خیلی برای افراد ملموس نیست. اگرچه ممکن است تریکوتیلومانیا مشکل جدی‌ای به نظر نرسد اما می‌تواند تأثیرات منفی و اساسی بر روی زندگی فرد مبتلا داشته باشد.

### چگونه این اختلال را درمان کنیم؟

افراد مبتلا به اختلال کندن موها به صورت مرتب به دنبال راه چاره‌ای برای درمان این معضل هستند. از آنجایی که این

## فواید پیاده‌روی‌های کوتاه برای سلامتی بدن

محققان گفتند حتی چند پیاده‌روی کوتاه روزانه برای کاهش قابل توجه سطح قند خون در شرکت‌کنندگان مطالعه کافی بوده است. به طور قابل توجهی، راه رفتن بعد از غذا خوردن با افزایش و کاهش تدریجی سطح قند خون نسبت به نداشتن یا حتی ایستادن همراه بود.

کارشناسان معتقدند مهم‌است که یک روال پیاده‌روی را با توجه به محدودیت‌های فیزیکی خود و اینکه چقدر و چند وقت یکبار می‌توانید بدون آسیب راه بروید، شروع کنید. آنها اضافه می‌کنند که می‌توانید با گوش دادن به کتاب صوتی یا مدیتیشن در حین راه رفتن، تمرینات ورزشی خود را تقویت کنید. دو دقیقه پیاده‌روی سبک بعد از غذا می‌تواند به کاهش قند خون و کاهش خطر ابتلا به دیابت نوع دو کمک کند.

این خبر بر اساس یک متاآنالیز جدید حاصل از هفت مطالعه انجام شده توسط محققان دانشگاه لیورپول در ایرلند است. نتایج بررسی نشان می‌دهد که بهترین زمان برای پیاده‌روی ۹۰ تا ۶۰ دقیقه پس از غذا خوردن می‌باشد. در این بازه زمانی است که سطح قند خون معمولاً به اوج خود می‌رسد.

محققان گفتند که مطالعه به دو گروه ایستاده و مشغول راه رفتن تقسیم شدند. هر دو گروه مجبور شدند به مدت ۵ تا ۲۵ دقیقه هر ۳۰ دقیقه در طول روز به فعالیت خود بپردازند.

محققان گفتند حتی چند پیاده‌روی کوتاه روزانه برای کاهش قابل توجه سطح قند خون در شرکت‌کنندگان مطالعه کافی بوده است. به طور قابل توجهی، راه رفتن بعد از غذا خوردن با افزایش و کاهش تدریجی سطح قند خون نسبت به نداشتن یا حتی ایستادن همراه بود.

کارشناسان معتقدند مهم‌است که یک روال پیاده‌روی را با توجه به محدودیت‌های فیزیکی خود و اینکه چقدر و چند وقت یکبار می‌توانید بدون آسیب راه بروید، شروع کنید. آنها اضافه می‌کنند که می‌توانید با گوش دادن به کتاب صوتی یا مدیتیشن در حین راه رفتن، تمرینات ورزشی خود را تقویت کنید. دو دقیقه پیاده‌روی سبک بعد از غذا می‌تواند به کاهش قند خون و کاهش خطر ابتلا به دیابت نوع دو کمک کند.

محققان گفتند حتی چند پیاده‌روی کوتاه روزانه برای کاهش قابل توجه سطح قند خون در شرکت‌کنندگان مطالعه کافی بوده است. به طور قابل توجهی، راه رفتن بعد از غذا خوردن با افزایش و کاهش تدریجی سطح قند خون نسبت به نداشتن یا حتی ایستادن همراه بود.

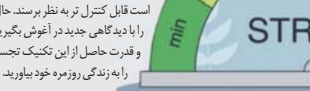
کارشناسان معتقدند مهم‌است که یک روال پیاده‌روی را با توجه به محدودیت‌های فیزیکی خود و اینکه چقدر و چند وقت یکبار می‌توانید بدون آسیب راه بروید، شروع کنید. آنها اضافه می‌کنند که می‌توانید با گوش دادن به کتاب صوتی یا مدیتیشن در حین راه رفتن، تمرینات ورزشی خود را تقویت کنید. دو دقیقه پیاده‌روی سبک بعد از غذا می‌تواند به کاهش قند خون و کاهش خطر ابتلا به دیابت نوع دو کمک کند.

### چگونه این اختلال را تشخیص دهیم؟

عموماً این اختلال زمانی جدی گرفته می‌شود که از خود علامت ظاهری نشان دهد و تا قبل از آن خیلی برای افراد ملموس نیست. اگرچه ممکن است تریکوتیلومانیا مشکل جدی‌ای به نظر نرسد اما می‌تواند تأثیرات منفی و اساسی بر روی زندگی فرد مبتلا داشته باشد.

### چگونه این اختلال را درمان کنیم؟

افراد مبتلا به اختلال کندن موها به صورت مرتب به دنبال راه چاره‌ای برای درمان این معضل هستند. از آنجایی که این



### چگونه این اختلال را تشخیص دهیم؟

عموماً این اختلال زمانی جدی گرفته می‌شود که از خود علامت ظاهری نشان دهد و تا قبل از آن خیلی برای افراد ملموس نیست. اگرچه ممکن است تریکوتیلومانیا مشکل جدی‌ای به نظر نرسد اما می‌تواند تأثیرات منفی و اساسی بر روی زندگی فرد مبتلا داشته باشد.

### چگونه این اختلال را درمان کنیم؟

افراد مبتلا به اختلال کندن موها به صورت مرتب به دنبال راه چاره‌ای برای درمان این معضل هستند. از آنجایی که این

### چگونه این اختلال را تشخیص دهیم؟

عموماً این اختلال زمانی جدی گرفته می‌شود که از خود علامت ظاهری نشان دهد و تا قبل از آن خیلی برای افراد ملموس نیست. اگرچه ممکن است تریکوتیلومانیا مشکل جدی‌ای به نظر نرسد اما می‌تواند تأثیرات منفی و اساسی بر روی زندگی فرد مبتلا داشته باشد.

### چگونه این اختلال را درمان کنیم؟

افراد مبتلا به اختلال کندن موها به صورت مرتب به دنبال راه چاره‌ای برای درمان این معضل هستند. از آنجایی که این

## تکنیک فوق‌العاده در لحظه‌های استرس‌زا

دهنده‌ای عمل می‌کند که سفر شما مستمر است و آینده‌داری فصل‌های ناآشنا به شما می‌دهد و آرامی را به لحظه‌های بی‌قراری می‌دهد. این هم با یادآوری می‌کند که نسخه آینده خودمان برای حمایت و تسویق خود فعلی ما وجود دارد. این اعتماد به نفس مانند یک لنگر قوی عمل می‌کند. ما را در زمان‌های ناآرامی نگه‌دارد و در زمان‌های ناآرامی نگه‌دارد. در این

مطلب با ترفند تسجیم چهار مرحله‌ای که می‌تواند حتی در بدترین لحظات شما آرام‌کننده شما باشد.

۱. یک لحظه توقف کنید. ضروری است که یک لحظه مکث کنید به عقب برگردید و به خودتان فضا برای نفس کشیدن بدهید. فقط نفس کشید. در این مکث لحظه‌ای، شما یک استراحت ضروری از هر چه و مرج ایجاد می‌کنید و پایه‌ای برای انجام‌های بعدی در یافتن آرامش ایجاد می‌کنید.

۲. آینده خود را تصور کنید. نسخه پخته‌تر و با تجربه‌تر از آنچه امروز هستید. آنها را به تصویر کشید که آغوشی آرامش بخش را برای اکنون شما می‌کنند و ارتباطی را ایجاد می‌کنند که فراتر از زمان است. این تصویر ذهنی به عنوان یادآوری مکان



## همراه با چه خوردنی‌هایی نباید هرگز آب خورد

آب همیشه، مصرف این موهها با آب زیاد ممکن است منجر به ناراحتی معده یا احساس سیری شود. بهتر است این موهها را در حد اعتدال مصرف کنید و بین زمان مصرف هر مکبات با نوشیدن یک لیوان آب فاصله ایجاد کنید.

**سبزیجات**

ماست یک محصول لبنی حاوی باکتری خوب پروبیوتیک است که برای سلامت روده مفید است. نوشیدن آب بلافاصله پس از مصرف ماست می‌تواند این پروبیوتیک‌ها را سست و از بین ببرد. با کاهش دهنه، بنابراین اگر بعد از خوردن ماست احساس تنگی کردید و نیاز به نوشیدن آب داشتید تنها یک جرعه آب بنوشید یا به منظور بر طرف کردن عطش ماست طعم‌دار انتخاب کنید.

**غذاهای تند و ادویه‌دار**

غذاهای تند مانند فلفل چیلی یا سس‌های تند وقتی با مقدار زیادی آب ترکیب شوند می‌تواند باعث ایجاد ناراحتی در سیستم گوارشی می‌شوند. آب ممکن است گرما را پیش‌کنند و احساس سوزش ناشی از خوردن غذاهای تند را بدتر کند.

**میوه‌ها**

مصرف مقادیر زیاد آب همراه با کتری می‌تواند اسیدیته معده مورد نیاز برای هضم غذا را رقیق کند. در حالی که خوردن یک لیوان آب قبل یا بعد از خوردن برنج خوب است، از نوشیدن بیش از حد در حین خوردن یک وعده غذای مینتی بر برنج خودداری کنید.

آب مایه حیات است اما در مواقعی مصرف آن احتمال دارد به بدن و به ویژه سیستم گوارشی آسیب بزند. اگر شما کسی هستید که حتماً باید همراه با غذای خود آب زیاد بخورید، بهتر است این کار را متوقف کنید؛ زیرا غذاهای خاصی وجود دارند که ممکن است همزمان با مصرف آب به سیستم گوارشی بدن ضرر برسانند. نمی‌توان اکتفا کرد که مصرف آب با بیشتر غذاهای خطرناک است. اما چند ترکیب وجود دارد که می‌تواند باعث سوءهاضمه و ناراحتی شود.

**سوز**

مازوی مقدار قابل توجهی فیبر محلول است. خوردن آن با آب زیاد می‌تواند شیره معده را رقیق کند که در نهایت می‌تواند سرعت هضم غذا را کاهش دهد. به طور کلی بهتر است سوز را به غذاهای کم‌فیبر و با طعم آن تکمیل کنید که مصرف می‌کنند.









### تیم جدید مدافع تیم ملی مشخص شد

آندا دمیر اسپور یکی از تیم‌های سوپرلیگ ترکیه با میلاد محمدی، مدافع چپ ایرانی که در آک عضویت داشت، قرارداد امضا کرد. باشگاه آک یونان با انتشار یک اطلاعیه از پایان همکاری خود با میلاد محمدی خبر داد و اعلام کرد او به کار خود در آندا دمیر اسپور ادامه خواهد داد. این مدافع چپ ملی پوش ایرانی که در حال حاضر مشغول بازی در جام ملت‌های آسیاست، در تابستان ۲۰۲۱ به این تیم پیوسته بود و ۵۶ بازی در تمامی رقابت‌ها جام‌ها داد و عنوان قهرمانی جام حذفی ۲۰۲۲ این کشور را به دست آورد. گفته می‌شود این مدافع بازیگر به ۲۵ ساله فرارزادی ۲۵ ساله با آندا دمیر اسپور امضا کرده است. باید دید میلاد محمدی ۳۰ سالگی خود چه عملکردی در سوپر لیگ ترکیه خواهد داشت.

### فغانی، داور بازی حساس جام ملت‌های آسیا

کمیته داوران کنفدراسیون فوتبال آسیا قضاوت یکی از مسابقات در مرحله یک هشتم نهایی جام ملت‌ها را به داور ایرانی سپرد. بر این اساس فغانی در مسابقه حساس عراق و اردن قضاوت خواهد کرد. این داور ایرانی که از کشور استرالیا به جام ملت‌ها رفته در مرحله گروهی بازی افتتاحیه میان لبنان و قطر سوت زد و دو در مسابقه تایلند و عمان که موعود بیندازی فر قضاوتش را بر عهده داشت، داور چهارم بود. فغانی به عنوان یکی از تجربه‌ترین داوران فوتبال آسیا یکی از شانس‌های قضاوت در فینال (در صورت عدم حضور ایران و استرالیا) است و برای تحقق این امر باید از پس بازی عراق و اردن بر بیاید. گفتنی است بازی دوم عراق و اردن از ساعت ۱۵ روز شنبه بهمن در ورزشگاه خلیفه دوحه برگزار می‌شود.

### شکم مهاجم تراکتور سوژه شد!



عدم آمادگی بدنی روسل کیوتو سوژه روز فضای هواداری تراکتور است.

رومل کیوتو جدیدترین خارجی باشگاه تراکتور است. مهاجم ۲۲ ساله هندوراسی که پس از جدایی آلوارو خیمیز به عنوان یک سهمیه خارجی به جمع تی تی‌ها کمتان کرد ولی با این حال شاید قضاوت درباره مهاجم تیم ملی هندوراس بر اساس چند تصویر و چند بازی دوستانه چندان منطقی نباشد.

اینکه رومل کیوتو از لحاظ بدنی آماده نباشد که بتوان آن را بازی قرار نماند، موضوعی نیست که عنوان آن را کمتان کرد ولی با این حال شاید قضاوت درباره مهاجم تیم ملی هندوراس بر اساس چند تصویر و چند بازی دوستانه چندان منطقی نباشد. در روزهای اخیر و بعد از بازی دوستانه قرمزها برابر زسکا صوفیه تصویری به نظر ادیت شده از کیوتو منتشر شده که شرایط جسمانی وی را عجیب و غریب نشان می‌دهد و شکم این مهاجم تازه وارد به فوتبال ایران سوژه شده است.

از سمت دیگر پیش از کیوتو، دو خرید خارجی یعنی خایمه گومز و آلسارو خیمیز که در دوران باکو خمز خریداری شده و هم‌رده و هم‌تیمی خاصی نداشته‌اند، هم مهاجم ذهنیت‌ها تاثیر خود را داشته و حالا باید دید کیوتو چه سرنوشتی در تیم جدیدش خواهد داشت.

### گره سیاه

### بیرانوند مصدوم شد

مهاجم تیم ملی فوتبال سوریه مصدوم و حضور وی در دیدار برابر ایران در حاله‌ای از ابهام قرار گرفت.

دیدار تیم‌های ملی فوتبال ایران و سوریه از مرحله یک هشتم نهایی جام ملت‌های آسیا روز چهارشنبه بازم

پنجم ماه از ساعت ۱۹:۳۰ در ورزشگاه عبدالعزیز بن خلیفه شهر دوحه برگزار می‌شود.

تیم ملی فوتبال ایران با قرار گرفتن در جایگاه نخست گروه سوم به این مرحله رسید و تیم سوریه نیز با کسب چهار امتیاز بعد از استرالیا و ازبکستان کام به این مرحله گذشت. تیم سوریه در گروه دوم مسابقات حضور داشت.

دیدار تیم‌های ملی ایران و سوریه می‌تواند یادآور تقابل‌های پرترکاب و سخت عمر خربین و علیرضا او در لیگ قهرمانان آسیا پنج بار برابر برزیلیس و یک بار برابر استرالیا بوده است.

تیم ملی فوتبال ایران در دیدار برابر ایران با کسب چهار امتیاز بعد از استرالیا و ازبکستان کام به این مرحله گذشت. تیم سوریه در گروه دوم مسابقات حضور داشت.

دیدار تیم‌های ملی ایران و سوریه می‌تواند یادآور تقابل‌های پرترکاب و سخت عمر خربین و علیرضا او در لیگ قهرمانان آسیا پنج بار برابر برزیلیس و یک بار برابر استرالیا بوده است.

تیم ملی فوتبال ایران در دیدار برابر ایران با کسب چهار امتیاز بعد از استرالیا و ازبکستان کام به این مرحله گذشت. تیم سوریه در گروه دوم مسابقات حضور داشت.

دیدار تیم‌های ملی ایران و سوریه می‌تواند یادآور تقابل‌های پرترکاب و سخت عمر خربین و علیرضا او در لیگ قهرمانان آسیا پنج بار برابر برزیلیس و یک بار برابر استرالیا بوده است.

تیم ملی فوتبال ایران در دیدار برابر ایران با کسب چهار امتیاز بعد از استرالیا و ازبکستان کام به این مرحله گذشت. تیم سوریه در گروه دوم مسابقات حضور داشت.

دیدار تیم‌های ملی ایران و سوریه می‌تواند یادآور تقابل‌های پرترکاب و سخت عمر خربین و علیرضا او در لیگ قهرمانان آسیا پنج بار برابر برزیلیس و یک بار برابر استرالیا بوده است.

تیم ملی فوتبال ایران در دیدار برابر ایران با کسب چهار امتیاز بعد از استرالیا و ازبکستان کام به این مرحله گذشت. تیم سوریه در گروه دوم مسابقات حضور داشت.

دیدار تیم‌های ملی ایران و سوریه می‌تواند یادآور تقابل‌های پرترکاب و سخت عمر خربین و علیرضا او در لیگ قهرمانان آسیا پنج بار برابر برزیلیس و یک بار برابر استرالیا بوده است.

تیم ملی فوتبال ایران در دیدار برابر ایران با کسب چهار امتیاز بعد از استرالیا و ازبکستان کام به این مرحله گذشت. تیم سوریه در گروه دوم مسابقات حضور داشت.

دیدار تیم‌های ملی ایران و سوریه می‌تواند یادآور تقابل‌های پرترکاب و سخت عمر خربین و علیرضا او در لیگ قهرمانان آسیا پنج بار برابر برزیلیس و یک بار برابر استرالیا بوده است.

تیم ملی فوتبال ایران در دیدار برابر ایران با کسب چهار امتیاز بعد از استرالیا و ازبکستان کام به این مرحله گذشت. تیم سوریه در گروه دوم مسابقات حضور داشت.

دیدار تیم‌های ملی ایران و سوریه می‌تواند یادآور تقابل‌های پرترکاب و سخت عمر خربین و علیرضا او در لیگ قهرمانان آسیا پنج بار برابر برزیلیس و یک بار برابر استرالیا بوده است.

تیم ملی فوتبال ایران در دیدار برابر ایران با کسب چهار امتیاز بعد از استرالیا و ازبکستان کام به این مرحله گذشت. تیم سوریه در گروه دوم مسابقات حضور داشت.

دیدار تیم‌های ملی ایران و سوریه می‌تواند یادآور تقابل‌های پرترکاب و سخت عمر خربین و علیرضا او در لیگ قهرمانان آسیا پنج بار برابر برزیلیس و یک بار برابر استرالیا بوده است.

تیم ملی فوتبال ایران در دیدار برابر ایران با کسب چهار امتیاز بعد از استرالیا و ازبکستان کام به این مرحله گذشت. تیم سوریه در گروه دوم مسابقات حضور داشت.

دیدار تیم‌های ملی ایران و سوریه می‌تواند یادآور تقابل‌های پرترکاب و سخت عمر خربین و علیرضا او در لیگ قهرمانان آسیا پنج بار برابر برزیلیس و یک بار برابر استرالیا بوده است.

تیم ملی فوتبال ایران در دیدار برابر ایران با کسب چهار امتیاز بعد از استرالیا و ازبکستان کام به این مرحله گذشت. تیم سوریه در گروه دوم مسابقات حضور داشت.

دیدار تیم‌های ملی ایران و سوریه می‌تواند یادآور تقابل‌های پرترکاب و سخت عمر خربین و علیرضا او در لیگ قهرمانان آسیا پنج بار برابر برزیلیس و یک بار برابر استرالیا بوده است.

## گیتی پسند؛ امتیاز تا قهرمانی



تیم فوتبال گیتی پسند اسفهان در هفته بیست و یکم لیگ برتر فوتبال ایران با نتیجه چهار بر سه در سد فولاد زرنند ایران گذشت و در پنج هفته مانده به پایان رقابت‌ها در فاصله یک امتیازی از قهرمانی قرار گرفت.

گل از سه گل فولاد زرنند ایران در نیمه نخست توسط امیر نصران زاده ستاره این تیم وارد دروازه گیتی پسند شد و گل سوم در پایان بازی توسط هاشم شریعی وارد دروازه تیم اسفهرانی شد.

گیتی پسند با پیروزی در رقابت امروز مقابل فولاد زرنند ایران و با توجه به برد پوگل هفت بر یک مس سونگون در مصاف با آنا صنعت پاسارگاد کم پنج هفته مانده به پایان رقابت‌ها، در یک امتیازی قهرمانی لیگ برتر در ادامه لیگ ایران قرار گرفت.

برتر مقتدران‌ترین قهرمانی تاریخ فوتبال ایران را جشن بگیرد. حتی تدارک برگزاری جشن قهرمانی در ورزشگاه پیروزی اسفهان اندیشیده شده بود ولی با توجه به برد هفت بر یک مس سونگون در مصاف با آنا صنعت پاسارگاد کم برتر قرار گرفت.

انگیزه و فداکاری زرنند، کارمان را سخت کرد سرمربی تیم فوتبال گیتی پسند گفت: موفقیت‌های خلق کردیم که روحیه فداکاری باران فولاد و روز خوب درویمان آن‌ها باعث از دست رفتن

### فعلاً تبانی درکار نبوده است!

عملکرد کره جنوبی مقابل مالزی در دور پائینی مرحله گروهی جام ملت‌های آسیا و تساوی ۲ بر ۲ در این مسابقه شائبه‌های زیادی را درباره فرمزایشان شمری آسیا ایجاد کرد. در این خصوص گفته می‌شود که کره‌ای‌ها دوست داشتند تیم اول گروه E به دور بعد بروند و حریف زاین در یک هشتم نهایی شوند و به همین خاطر با تمام توان مقابل مالزی حاضر نشده‌اند. بسیاری از رسانه‌های آسیایی برای اثبات این ادعا درباره کره جنوبی به رفتارهای بی‌رحم کلینژ من سرمربی امانتی کره جنوبی بعد از گل‌های حریف و تیم خود اشاره کردند و آنها را سندی بر ادعای عجیب دانستند. حالا اما نشریه الشرق الاوسط به نقل از کنفدراسیون فوتبال آسیا اعلام کرده که مورد مشکوکی در مسابقات دیده نشده است.

این نشریه نوشت: «منابع آگاه به الشرق الاوسط گفتند که کنفدراسیون فوتبال آسیا در خصوص نتایج عجیب و بحث برانگیز هیچ اقدامی انجام نخواهد داد.» «الشرق الاوسط همچنین درباره شکست اردن مقابل بحرین در روز پائینی مسابقات هم نوشته است: «تیم اردن به واسطه آموت سرمربی مراکش خود نیز به بازیکنان خود استراحت داد تا با یک گل تمیز به بحرین باخت، در حالی که بسیاری از ترجیح دادن



تیمی دیگر بر رویایی با زاین نیز صحبت می‌کردند که در واقع همان اتفاق افتاد. شنبه به فطری در ادامه گزارش خود آورده است: «کنفدراسیون فوتبال آسیا که Sports Radar که یک شرکت تخصصی در نظارت بر سلامت مسابقات است، توافق کرده است با وجود نا رضایتی شدید افکار عمومی و رسانه‌ها از اتفاقات روز پنجشنبه که بسیاری آن را بهترین اتفاق توصیف کردند، ای‌ف‌سی اقدام ویژه‌ای انجام می‌دهد.» این نشریه به بر عراق مقابل زاین و شگفتی‌های فوتبال اشاره کرده و ادامه داد: «هراق قبل از دور نهایی مرحله گروهی زاین را شکست داد و به صدرنشینی رسید و با دوم شدن تیم ملی زاین در گروه خود صحنه تغییر کرد و رویایی با کره جنوبی در مرحله یک شانزدهم نهایی در افاق ظاهر شد. زیرا بر جسته‌ترین نامزد برای صدرنشینی در گروه خود است: بعد از آن چه شد... تیم کره با تساوی مقابل همتای خود، تیم اردن، در دور دوم به میدان رفت و با همین امتیاز با تیم اردن مساوی کرد و راهمایی خود را تا دور پائینی به تأخیر انداخت. فوتبال تاگزیر شگفتی‌های زیادی را به همسراه دارد، اما منطق وقوع آن چیزی است که باید از زوایای مختلف به آن نگاه کرد»

### چرخابی: سوریه می‌تواند مشکل ساز شود



کارشناس اسفهرانی فوتبال گفت: یوشوان در نیمه دوم کم می‌آورد و حتماً باید این مشکل برای بازی‌های بعدی برطرف شود. حسین چرخابی افزود: مسافرت تیم ملی در نیمه‌های دوم مثل دقیق ابتدایی، بازی نمی‌کند، در این دیدار هم اما در نیمه دوم بهتر از بازی کرد. اما زمانی‌ها پس از ارائه عملکرد خوب نشان توانستند پالتی بگیرند که بیرانوند عکس‌العمل مناسبی داشت و اگر پالتی گل می‌شد، تیم ملی به مشکل برمی‌خورد. پیشکسوت فوتبال در پاسخ به این سوال که چرا تیم ملی در نیمه‌های دوم خوب بازی نمی‌کند، اضافه کرد: پرس کردن در نیمه اول بسیار انرژی بر است و به همین دلیل در نیمه دوم بازیکنان کم می‌آوردند و حتماً این مشکل باید برطرف شود. یعنی باید بتوانند با برنامه‌ریزی، انرژی خود را تقسیم‌بندی کنند، در یک سوم دفاع خوششان به دفاع کرن ادامه دهند و شد حمله بزنند.

چرخابی درباره دیدار تیم ملی فوتبال ایران مقابل سوریه در مرحله یک هشتم نهایی جام ملت‌های آسیا خاطرنشان کرد: تیم‌های عربی مقابل ایران خیلی نامتعصب بازی می‌کنند و سوریه هم خیلی محکم بازی می‌کند و ممکن است مشکل ساز شود. اما فوتبال ایران خیلی لاترو و چالوتز از سوریه است. بازی‌های تک حریفی بسیار حساس است و برخی اوقات دیده شده که تیم‌های ضعیف‌تر شگفتی ساخته است. تیم سوریه با هم تیم ملی هر بازی را مثل دیدار فینال ببیند. تیم ملی باید با حساب و کتاب بازی کند و با حواس جمع بتواند در نیمه‌های خودش را به خوبی در زمین پیاده کند، در انبورتور مطمئن می‌تواند به مرحله یک چهارم نهایی صعود کند.

### رباط بازیکن تیم ملی پاره شد



مدافع تیم ملی ایران در بهترین دوران خود با پارگی رباط صلیبی مواجه شد. صادق محرمی در نخلت‌های نیمه اول مقابل امارات به دلیل آسیب دیدگی از زمین بیرون آمد که کمتر از ۳۳ ساعت بعد اعلام شد. تیمی تواند تا بازی‌ها در ترکیب مدنظر ساخته‌شده قرار بگیرد و حالا مدافع جوان قوتی از مصدومیت‌های اعلام شده است.

صالح محرمی که یکی از بهترین دوران فوتبالی خود را اسپر می‌کرد و در دینامو زاگرب کراسی هم جایگاه ثابتی به دست آورده و عملکرد فنی ارائه می‌داد، در تیم ملی ایران هم جزو بهترین‌ها بود ولی آسیب دیدگی مدوقف کاری در تمام جام ملت‌های آسیا از دست بدهد.

محرمی پس از نمایش موثر در دور دیدار تدارکاتی مقابل بوریکنافاسو و اندونزی به ترکیب تیم ملی ایران رسید و در دور گروهی به رامین رضاییان ترجیح داده شد و در مسابقه برابر فلسطین و امارات از اینتا به میدان رفت ولی آسیب دیدگی از ناحیه زانو در دقیقه ۴۲ آخرین بازی و نیز خوردن روی توپ کاری کرد تا از ترکیب بیرون برود.

حالا مشخص شده که اتفاق افتاق قبلی پیشین با پارگی رباط صلیبی وی صالح محرمی رخ داده و او حداقل ۶ ماه از میدان دور خواهد بود و علاوه بر ادامه جام ملت‌های آسیا، تا پایان فصل هم نمی‌تواند برای دینامو زاگرب کراسی به میدان برود.

## 03

### پایان کار گاندوها در لیگ بسکتبال

تیم بسکتبال بانوان فوباهن با شکست ۲ بر ۳ از بازی ۳ مرحله اول برابر نماینده تهران، کارش در لیگ ۱۴۰۲ را به پایان رساند. تیم بسکتبال بانوان فوباهن در چارچوب سومین دیدار مرحله اول مسابقات بسکتبال بانوان کشور برابر اکادمی سحر با نتیجه ۵۵ بر ۴۰ باخت و سومین بار مدتی‌ها که بازی اول پلی‌آف را به اکادمی سحر واگذار کردند. در بازی دوم با عملکرد خوب کاندو کار را به بازی سوم کشاند. کار در نهایت فوباهن توانستند در این بازی از امتیاز خوب ظاهر شوند و بر خلاف روند پیشین مرحله گروهی، از دور رقابت‌ها حذف شدند تا بتوانند به دور بعد وارد یابند.

## 02

### پنجمین قهرمانی و یک خداحافظی

تیم ووشو سیاهان برای پنجمین سال متوالی قهرمانی لیگ برتر ووشو بانوان دست یافتند. دور بر کشت رقابت‌های لیگ برتر ووشو بانوان گرمیانست شهید را حیدرمانی به صورت مستمر که به میزبانی اکادمی ولی ووشو تهران پیگیری شد و در پایان تیم فولاد مبارک که سیاهان به عنوان قهرمانی دست یافت و دانشگاه آزاد اسلامی به عنوان نائب قهرمانی رسید در ادامه این دور رقابت‌ها پس از قهرمانی طلایی‌ها، هاله منصوریان، بانوی برافراختار ووشو ایران از ورزش حرفه‌ای خداحافظی کرد. منصوریان که به تازگی در بازی‌های رسمی هانگژو میدال نقره گرفته بود با وسین چوهار کوشه زمین ووشو از دبانی قهرمانی این رشته به صورت رسمی خداحافظی کرد.

## 01

### سیاهان مغلوب عقاب تهران شد

تیم والیبال فولاد مبارک که سیاهان» در هفته بیست و یکم لیگ دسته اول مردان ایران در مصاف با تیم «عقاب تهران» با نتیجه سه بر صفر شکست خورد. سیاهان که نمودش را به عنوان تیم دوم گروه مسابقات به مرحله حذفی (پلی‌آف) لیگ دسته اول فوتبال کرده بود، در سه دست پایانی با نتایج ۲۵ بر ۲۰، ۲۵ بر ۲۲ و مغلوب میهمان تهرانی شد. بنا به نظر فغانی، تیم سیاهان با نداشتن استراحت به ترکیب اصلی بازیگر به نام تیم با این تیم با ترکیب جوانان و بازیکنانی که در این فصل کمتر به میدان رفته بودند مقابل تیم «عقاب تهران» قرار گرفت.





تاریکی، راه خود را به هدایت ما یافتید و بر سه عزت و سروری فزا رفتید و از شب سیاه گمراهی به سپیده دم هدایت رسیدید.  
 کرباد، گوشه که بانگ بلند حق را نشنود، که آنکه بانگ بلند را نشنود، آواز نرم چگونه او را بیابانند. هر چه استوارتر باد، آن دل که پیوسته از خوف خدا لرزان است.  
 (مولا علی (ع))

تمام درآمد حاصل از فروش این روزنامه و بخشی از مبلغ آگهی های بازرگانی صرف کمک به بیماران نیازمند می شود.

**تعمیرات حوزه برق  
 در پشتکوه دوم  
 شهرستان فریدونشهر**



روابط عمومی برق شهرستان فریدونشهر اعلام کرد با توجه به خسارت سیلاب تابستان سال گذشته و تغییر مسیر رودخانه به سمت پایه های ۲۰ کیلوولت حد فاصل روستای کاهگانک پشتکوه دوم تعداد ۳ پایه در معرض سقوط در مجاورت رودخانه قرار گرفته بود که توسط پرسنل بهره برداری جابجا و رفع خطر گردید.  
 این روابط عمومی می افزاید: همچنین در راستای تأمین برق پایدار و مطمئن جهت مناطق محروم پشتکوه اقدام به شاخه بری ۵ کیلومتر از شبکه حد فاصل روستای کاهگانک تا کاهگانک اجرائی گردید و در جهت اصل محرومیت زدایی از روستای کلوسه و ایجاد مسیر جهت تردد وسایل نقلیه و روستایان مستقر از شبکه فشار ضعیف جابجا و یک اسله پایه در مسیر بر کنار گردید.  
 لازم به ذکر است موارد فوق طی ۳ شبانه روز و توسط ۱۲ نفر از پرسنل بهره برداری عملیاتی گردید.

**برگزیدگان دومین  
 جشنواره ملی قالی فاخر تقدیر شدند**



در مراسم اختتامیه دومین جشنواره ملی قالی فاخر آثار برگزیده در جشنواره مورد تقدیر قرار گرفت. در این مراسم، یاسر حنیفی معاون مرکز ملی فرش ایران، مرتضی حاجی آقامیری رئیس کمیسیون فرش، صنایع دستی و هنر اتاق ایران، شاهین آذری سرپرست صمت استان اصفهان، مژگان ایزدی رئیس کمیسیون گردشگری اتاق بازرگانی اصفهان، احمدرضا طحطیان مدیرعامل شرکت نمایشگاه بین المللی استان اصفهان، سعید عساجی رئیس انجمن تولیدکنندگان و صادرکنندگان فرش دستباف اصفهان و علانور توکلی، نایب رئیس اتحادیه تولیدکنندگان و صادرکنندگان فرش ایران حضور داشتند.  
 این اختتامیه دومین جشنواره ملی قالی فاخر همزمان با گشایش رسمی بیست و ششمین نمایشگاه تخصصی - صادراتی فرش دستباف ایران - اصفهان روز چهارشنبه مورخ ۳ بهمن ماه در سالن همایش ها اتاق بازرگانی اصفهان برگزار گردید.  
 این جشنواره به طور رسمی از ۵ آذر ماه کار خود را با رونمایی از بوستر و انتشار نامه توجیه برگزاری جشنواره و فراخوان به همه استان ها جهت شرکت و معرفی آثار قالی فاخر به

**بانک رفاه کارگران  
 برترین بانک ایران شد**



بانک رفاه کارگران بر اساس رتبه‌بندی معتبر سازمان مدیریت صنعتی ایران، رتبه نخست را در بین بانک‌ها و موسسات اعتباری در شاخص بهره‌وری کل عوامل (TFP) از آن خود کرد.  
 به گزارش روابط عمومی بانک رفاه کارگران، بر اساس نتایج بیست‌وششمین رتبه‌بندی ۵۰۰ شرکت بزرگ کشور در سال ۱۴۰۱، بانک رفاه کارگران موفق شد بر اساس عملکرد مالی سال ۱۴۰۱، در گروه بانک‌ها و موسسات اعتباری کشور در شاخص فوق، رتبه اول را به خود اختصاص دهد.  
 بر اساس این گزارش، بانک رفاه کارگران همچنین در این رتبه‌بندی موفق به کسب رتبه دوم در شاخص «فروش» در بین بانک‌ها و موسسات اعتباری و رتبه دهم در بین ۵۰۰ شرکت برتر کشور شد تا مسیر افتخار آفرینی خود در سال‌های اخیر را تداوم بخشد.  
 کسب این افتخارات ناشی از افزایش توانمندی‌ها و قابلیت‌های تخصصی این بانک در حوزه‌های مختلف و گسترش جایگاه‌های مربوطه از تولید ملی و اشتغالزایی، حاصل شد.  
 بدون شک این ارتقاء جایگاه به واسطه تلاش، تعهد و کوشش مدیران و تمامی کارکنان بانک رفاه کارگران به دست آمده که ضمن حرکت در مسیر نوآوری و تکمیل سبد خدمات و محصولات روزآمد، مشتری‌مداری و مشتری‌محوری را در راس اقدامات اجرایی خود قرار داده است.  
 شایان ذکر است، سازمان مدیریت صنعتی هرساله ۵۰۰ شرکت برتر کشور (رتبه‌بندی IMI - ۱۰۰) را در شاخص‌های مختلف رتبه‌بندی و تقدیر می‌کند که این شرکت‌ها در قالب همایش «شرکت‌های برتر ایران» اقدام می‌کنند که این همایش در سال جاری نیز در روز دوشنبه ۲ بهمن ماه با حضور دکتر سید احسان خاندوزی وزیر امور اقتصادی و دارایی، دکتر عباس علی‌آبادی وزیر صنعت، معدن و تجارت، دکتر اسدالله... کانی مدیرعامل بانک رفاه کارگران و جمعی از مسئولان لشکری و کشوری، صاحبان و مدیران نگاه‌های اقتصادی کارآفرینان برتر، اساتید دانشگاهی و... در محل مرکز همایش‌های بین‌المللی صدا و سیما برگزار شد.

**آگهی مناقصه عمومی**

نوبت اول

شرکت آب و فاضلاب استان اصفهان در نظر دارد از طریق مناقصه عمومی خرید را مطابق جدول زیر از فروشندگان ذیصلاح انجام دهد.

شماره مناقصه	موضوع مناقصه	نوع بودجه	مبلغ تضمین (ریال)
۴۰۲-۴-۳۳۴/۳	خرید یک دستگاه حلزون و یاتاقانهای مربوطه اسکرو پمپ جهت تصفیه خانه فاضلاب شمال فاز ۲	جاری	۸۱۵,۰۰۰,۰۰۰

مهلت تحویل اسناد به دبیر خانه معاملات شرکت اتاق ۲۹۲: تا ساعت ۱۳:۰۰ روز دوشنبه به تاریخ ۱۴۰۲/۱۱/۲۳  
 تاریخ گشایش اسناد مناقصه: از ساعت ۸:۰۰ روز سه شنبه به تاریخ ۱۴۰۲/۱۱/۲۴  
 محل دریافت اسناد: سایت اینترنتی شرکت آب و فاضلاب استان اصفهان [WWW.abfaesfahan.ir](http://WWW.abfaesfahan.ir)  
 پایگاه ملی اطلاع رسانی مناقصات [WWW.iets.mporg.ir](http://WWW.iets.mporg.ir)  
 شماره تلفن گویا: ۳۱ - ۳۵۱۳۲۳۸۸

شرکت آب و فاضلاب استان اصفهان

**آگهی فراخوان عمومی سرمایه گذاری  
 (نوبت هفتم)**

با عنایت به مصوبه شماره ۱۷۳ مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۲۲ شورای محترم اسلامی شهر، شهرداری زیار در نظر دارد به منظور مشارکت در ساخت و بهره برداری قلعه قدیمی شهر زیار به روش B.O.T (ساخت، بهره برداری، تحویل) با رعایت شیوه نامه سرمایه گذاری با مشخصات مندرج از طریق فراخوان عمومی و مشارکت به افراد حقیقی و حقوقی واجد شرایط واگذار نماید. لذا متقاضیانی که قصد شرکت در فراخوان را دارند دعوت بعمل می آید حداکثر تا مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۱۷ به واحد سرمایه گذاری مستقر در شهرداری مراجعه نمایند.

سید رسول داودی- شهردار زیار  
 م.الف: ۱۶۵۸۴۳۸

**۳۵۲ میلیون دلار**  
 در دی ماه اسد ۵/۴ تن شمش طلا به ارزش ۳۵۲ میلیون دلار وارد کشور شده است

**۵/۴ تن**

**واردات شمش طلا**

طی ۱۰ ماهه سال جاری **یک میلیارد و ۶۰۰ میلیون دلار**

**۲۴/۵ تن**

۲۲/۹٪ از ارزش کل واردات را به خود اختصاص داده است

**۱۷۶ کیلوگرم**  
 میزان واردات شمش طلا در دی ماه سال گذشته

**۹ میلیون دلار**

بیشترین میزان واردات این محصول در بین گمرکات کشور

گمرک فرودگاه امام خمینی (ره) **۷۱/۲۸٪**  
 گمرک باشماق **۱۸/۶۸٪**

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