

زمین روی لوله ها فرو می نشیند

رم برای جذب دائمی سردار شرط گذاشت

باشگاه رم قصد دارد سردار آزمو را به شکل دائمی جذب کند، اما یک مشکل بر سر این راه وجود دارد. بایرولون کوزن مدیرتین قاطع این فصل از رقابت‌های بوندسلیگاست. این تیم با ژاچی آونسو روزهای فوق‌العاده‌ای را سپری می‌کنند...

در صفحه ۷ بخوانید

پیام تسلیت وزیر ارشاد در پی درگذشت آیتا... شوشتری

۲

جنجال

«شب مهتابی»

امروز - ۵ اسفند - جنگ روسیه و اوکراین وارد سومین سال خود می‌شود. پنجم اسفندماه سال ۱۴۰۰ بود که روسیه در بزرگ‌ترین حمله نظامی متعارف به خاک اروپا از زمان جنگ جهانی دوم به این سوه به خاک اوکراین لشکر کشی کرد. بحران جدی بین روسیه و اوکراین از سال ۲۰۱۴ که روس‌ها شبه جزیره...

۲



فوتبالی که

نویدکیا دوست دارد...

۷

در قالب طرح ابتکاری شهرداری اصفهان

روز درختکاری ۱۱۰ هزار درخت کاشته می‌شود



۸

سالروز ولادت حضرت قائم (عج)، مهدی موعود مبارک باد



عزم جدی اصفهان

برای بهترین استقبال از مسافران نوروزی

هر روز که سه ایام تعطیلات نوروزی نزدیک تر می‌شود، مسئولان استان اصفهان درباره برنامه ریزی‌های گسترده‌ای که به منظور استقبال از مسافران نوروزی دارند، بیشتر اطلاع‌رسانی می‌کنند. در جدیدترین این موارد، شهردار اصفهان که به منظور بازدید از نمایشگاه مطبوعات به تهران رفته بود، در غرفه خبرگزاری «ایرنا» حاضر شد و در گفتگو با خبرنگاران این خبرگزاری، گفت که...

۳

سلامت ۳ صبحانه بد برای دیابتی‌ها

تکنولوژی توصیه اپل درباره گوشی خیس شده

استان مشارکت در انتخابات معادلات بین‌المللی را تغییر می‌دهد

جهان‌نما جاماندگان سهام عدالت چند نفرند؟

«تجدید آگهی مناقصه»

شهرداری فلاورجان در نظر دارد بر اساس مصوبه شماره ۶/۱۳۷۳ مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۰۴ نسبت به اجرای پروژه زیر از طریق برگزاری مناقصه انتخاب پیمانکار نماید.

پروژه احداث ساختمان اداری و ایستگاه آتش نشانی ناحیه کارنامه شهر فلاورجان		
مدت پروژه: ۳ ماه	مبلغ اعتبار پیش بینی شده: ۱۵/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال	محل پروژه: کارنامه شهر فلاورجان
نوع فهرست بها: اینه سال ۱۴۰۲	شاخص دوره مبنایمیانگین سه ماهه سوم سال ۱۴۰۲	محل تامین اعتبار: شهرداری فلاورجان

کلیات عملیات اجرایی: مطابق با اسناد مناقصه پارگذاری شده در سامانه ستاد

آخرین مهلت ارسال پیشنهاد قیمت تا پایان وقت اداری روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۱۵ می‌باشد.

جهت کسب اطلاعات بیشتر به سایت اینترنتی www.falavarjan.ir مراجعه فرمائید.

م.الف: ۱۶۶۶۷۱۴
شهرداری فلاورجان

دکتر
تورج حاجی رحیمیان

کد نامزد
۵۶۲۱۱۳۲۱۱

دکتری مدیریت تولید و عملیات
رئیس حوزه وزارت و وزارت کشور

مجمع نیروهای
انقلاب اسلامی

آگهی مزایده

بدینوسیله اداره تصفیه امور و شکستگی اصفهان به قائم مقامی از ورشکسته آقای محمد رضا شمس هرنی در نظر دارد خط تلفن همراه را به شرح ذیل از طریق مزایده بفروشد برساند:

شرح موارد مزایده:

- تلفن همراه به شماره ۰۹۱۳۱۱۳۱۸۸۹ به ارزش ۲۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال
- قیمت پایه مورد مزایده: ۲۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال می‌باشد.
- زمان و مکان مزایده: مزایده روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۱۵ ساعت ۱۱ صبح.
- در محل اداره تصفیه به آدرس: اصفهان - خیابان شهید نیکبخت - نیش کوچه ۶ (زاله) اداره تصفیه امور و شکستگی اصفهان برگزار می‌شود. شرایط مزایده:
- ۱- فروش نقدی می‌باشد.
- ۲- کلیه شرکت کنندگان در مزایده می‌بایست ۵٪ از مبلغ مزایده را به حساب سپرده دادگستری اصفهان به شماره واریز واصل فیش واریزی را همراه با درخواست شرکت در مزایده تا قبل از جلسه مزایده به اداره تصفیه ارائه نمایند.
- ۳- پیشنهادها در ساعت ۱۰ صبح روز مقرر بررسی خواهد شد. حضور پیشنهاد دهندگان در جلسه مزایده الزامی است ویرنده کسی است که بالاترین قیمت را پیشنهاد دهد.
- ۴- اداره تصفیه در رد یا قبول پیشنهادها مختار است.
- ۵- در صورتی که برنده مزایده در مهلت مقرر قانونی از پرداخت ثمن مزایده خودداری نماید، مسئول کسر احتمالی قیمت و خسارات حاصل از تجدید مزایده خواهد بود که بدو از سپرده او استیفای می‌شود و سپرده تا تعیین کسر قیمت و خسارات وارده مسترد نخواهد شد.
- ۶- هزینه‌های نشر آگهی مزایده به عهده برنده مزایده خواهد بود.

متقاضیان برای کسب اطلاعات بیشتر و هماهنگی هر روز قبل از تاریخ مزایده به اداره تصفیه امور و شکستگی اصفهان مراجعه نمایند.

تلفن: ۰۲۱-۲۶۶۱۱۰۸۶

باغستانی- معاون قضایی رییس کل دادگستری استان اصفهان و رئیس اداره تصفیه امور و شکستگی استان اصفهان



پیام تسلیت وزیر ارشاد در بی درگذشت آیت... شوشتری

وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی در بی درگذشت آیت... حاج شیخ عبدالقائم شوشتری پیام تسلیتی صادر کرد. در پیام محمد مهدی اسماعیلی آمده است: ارتحال عالم فاضل و معلم اخلاق، حضرت آیت... حاج شیخ عبدالقائم شوشتری موجب تألم و تأثر گردید. این عالم وارسته و ربانی که با سلوکی عارفانه در طول حیات پرپرکت خویش سالها به تدریس و تربیت طلاب علوم دینی پرداخت بیه عنوان عالمی بی بدیل در زمینه های عرفان، اخلاق، ادیان، مذاهب شناخته می شد که با سیر و سلوکی عرفانی خویش و تحصیل در



جاماندگان سهام عدالت چند نفرند؟

مخضر بسیاری از بزرگان علم و عرفان از سرآمدان عرفان اسلامی به شمار می آید. اسماعیلی در ادامه پیام تسلیتی آورده است: اینجانب ضایع در گذشت آن عالم فقید را که لایق ماری از خصایص بارز و بسود و اوقات و اعتقاد به انقلاب در سخن و کردار ابراز می داشت به محضر مقام معظم رهبری، بیت معظم و معکم آن مرحوم، طلاب و اساتید علوم دینی و دیگر علاهمنان تسلیت عرض نموده و از خداوند سبحان همنشینی آن مرحوم با اولیاء و صالحان و برای بازماندگان سیر و اجر مسالمت ماف.

آغاز سومین سال جنگ روسیه و اوکراین همزمان با ورود به دنیای هنر

جنبه‌های «شب مهتابی»



اما بعد از آن بود که تصمیم قطعی اوکراین برای پیوستن به ناتو، روس را در مجاب کرد که این اقدام یک تهدید جدی علیه تمام روسیه بوده و در نتیجه به همسایه غربی خود حمله کردند. البته روس ها این اقدام خود را نه تنها یک تهدید جدی بلکه تهدید وجودی دانستند. امروز بعد از دو سال از حمله نظامی روسیه به اوکراین، چشم انداز روشنی از صلح در منطقه مشاهده نمی شود.

در طولی دو ساله که از جنگ این دو کشور گذشته است، ابعاد متعددی از تقابل بین آنها به وجود آمده است. اما حالا جنگ روسیه و اوکراین به دنیای هنر هم کشیده شده است. ماجرا بر سر فروش یک تابلو است. تابلویی با عنوان «شب مهتابی» اثر ایزابلا اویازوفسکی در خانه حراج مسکو که به ارزش یک میلیون دلار فروخته شد. اما حالا فروش آن بحث برانگیز شده است.



مجلس و دولت قرار دارد. افزود: گروه دوم هوامنتی هستند که طی سالهای ۸۵ تا ۹۱ مشمول دریافت سهام عدالت شدند اما در پی بروز مشکلات از سید سهام عدالت بیرون آمدند و شمارشان بیش از ۱ میلیون و ۶۰۰ هزار نفر برآورد می شود. عضو هیات رئیسه مجلس افزود: گروه سوم جمعیت ۱۹ میلیون نفری یابود شرایط دریافت سهام عدالت است که جزو دهکهای کم درآمد اقتصادی محسوب می شوند اما هنوز سهام عدالت دریافت نکرده اند. پیرهادی گفت: در دولت‌های گذشته طیفی به بزرگی جمعیت از سهام عدالت برخوردار شده اند که از نظر طبقه اقتصادی واجد شرایط دریافت سهام عدالت نیستند.

آمار بالای مبتلایان جدید سرطان روده

روزنامه هشتشهره آریس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی می گوید ۷۰۰ هزار نفر را غربالگری سرطان روده بزرگ کرده اند که منجر به شناسایی موارد جدید شده است. علیرضا زالی افزود: ما در راستای همین آماریت، سیزده استان طرح غربالگری سرطان روده بزرگ با کولون، بیست و سبستان و تیروینند را انجام دادیم که در غربالگری سرطان روده بزرگ بالغ بر ۱۵۰۰ مورد مشکوک پیدا کردیم و از این ۱۵۰۰ نفر، نزدیک به ۱۴۰ مورد جدید مبتلا به سرطان روده بزرگ با کولون را شناسایی کردیم.

تکلیف روشن شد

فیلم نیوز تکلیف کزیمه‌های ایران نوروز ۱۴۰۳ مشخص شد. «صباح خونی»، «بی بدن»، «آسمان غرب»، «پرویز خان»، «پارتیجی»، «نوروز»، «الیاء» در جستجوی قهرمان»، از روز ۲۳ اسفند در وی پخش خواهند رفت. ترکیبی متشکل از یک فیلم کمدی، یک جنایی، یک ورزشی، یک جنگی و دو فیلم کودک و نوجوان. از این بین نفر پنجم رسد بیشتر از همه می توایم به فروش «صباح خونی» و «بی بدن» که گیشه امیدوار باشیم، با اینکه از میان فیلم‌های تولید شده در سال‌های ۱۴۰۰ و ۱۴۰۱ گزیندهای زیادی روزنگر اکران را نندیدند اما فیلم‌های نوروز اسماال در میان آثاری انتخاب شده‌اند که یک سال ساخته شده و در جشنواره جهل و دوام حضور داشته‌اند.

برای بار سوم ازدواج تکره ام!

بازنوازی در روزهای گذشته برخی رسانه‌ها با انتشار تصویری، ادعای ازدواج سوم بهرام رحمان را مطرح کردند. اما حالا با انتشار یک یادداشت در برابر شایعه ازدواج سوم گرفته و ناراحتی‌اش را به زبان آورده است. بهرام رحمان گفته که ازدواجی در کار نبوده و اگر روزی تصمیم به این کار بگیرد، تنها دلیل این بازیگر خانواده دوستی و اهل خانواده بودن او است!

مافیای بازی مافیای!

شاهزادان! شاید این سوال پیش نیاید که مگر چقدر بازیگر داریم که علاقه‌مند به بازی و حضور در تابلو شایع و گمبوش‌ها باشند؟ طبیعتاً تعداد چهره‌هایی که این بازی باشند کم است اما در وضعیت کساد سینما و تلویزیون که بازیگران کمتر پیشینه‌دار کاری مناسب خود را دریافت می کنند، برای گذران زندگی و کسب درآمد، دلتان بخواهد بازیگرانی هستند که مایل به حضور در برنامه باشند. طبیعتاً بهرام رحمان نسبت دلگویی که از پیش احتیاجت را پس داده و دایره مخاطب خودش را دارد، کنار بگذار و ریسک کنید! این رویکرد منجر به نوعی احتضار گری در انتخاب چهره‌ها شده است و به نظر می رسد که شبیه همان مافیایی که انجام می دهند، در انتخاب بازیگران ما هم مافیای وجود دارد! این به نفع برنامه‌ساز است و نه چهره‌ها.

«دان» نامزد شد!

بازنوازی! ایمن دان، بازیگر قدیمی سینما و تلویزیون با انتشار یک استوری از کانندایتوری خود در انتخابات مجلس هوشمزد شیب در حین عزیمت از تهران به توسیرگان در جاده سبوه تصادف کرد و جان باخت. مصطفی افشاری، فرماندار و رئیس هیات اجرایی انتخابات شهرستان توسیرگان به مناسبت درگذشت حسن حبیبی در نامزد انتخابات دوازدهمین دوره انتخابات مجلس شورای اسلامی در حوزه انتخابیه توسیرگان پیام تسلیتی صادر کرد.

خبرخوان

انتخابات فرصت است
پاشگاه خبرنگاران جوان اسحاق چنگاچگری، فسال کارگزاری اصلاح طلب و مشاور اول دولت روحانی در سخنانی گفته است: دوستانی که خود را از انتخابات کنار می کشند، فرصت نقد کردن را هم از خودشان می گیرند. انتخابات یک فرصت است، فرصتی که در بطن آن مسائل کشور نقد شود. باید مسائلی باز و گفته شود که مسائل کشور چیست؟ برخی در اصلاحات بر این باور هستند که به آسانی می توان آراء سفید و اعتراضی را پشت یک لیست بیج کرد.

عصبانیت روزنامه دولت

روزنامه ایران، تیغ «سکوت انتخاباتی» نسبت به دولت و رئیس جمهور، از ترقدنهای است که فقط در خورجین مخالفان واقعیت پیدا می شود: کسانی که تلاشی می کنند موهومات خود را به عنوان تحلیل سیاسی جا بزنند و از این طریق جلب نظر کنند البته به نظر می رسد منظور عده‌ای این باشد که دولت خود یک طرف رقیب انتخاباتی نباشد و در این رویداد ملی مانند یک حزب سیاسی در رقابت با جریان‌های سیاسی عمل کند. برای این عده قابل درک نیست که دولت، به جای حضور غیرقانونی در انتخابات به عنوان یک طرف رقیب، صرفاً به عنوان بنابر ساز، مشوق و محرک انتخاباتی سالم، رورقانونی، قانونی و پرشور حضور داشته باشد و به نقش واقعی خود عمل کند.

دولت جوابیه!

انتشار جوابیه‌ها حسته نمی شوند ولی برای دولت زنده‌نیست که به «دولت جوابیه» ملقب شود. عینتی که اکنون اصحاب رسانه آن را در رسانه‌ها مطرح در محافل خود کرده‌اند: توصیه ما به دولت این است که در بخش اطلاع‌رسانی به جای تقابل، به تعامل روی آورد. البته اگر با جایگاه و اهمیت افکار عمومی آشنائی دارد و مطالب صلاح خود است.

روحانی نامه سوم را هم نوشت

شرازه! سومین نامه حجت‌الاسلام والمسلمین حسن روحانی به شورای نگهبان برای اعلام دلایل ردصلاحیت در انتخابات ششمین دوره مجلس خبرگان رهبری ارسال شد. براساس گزارش سایت رسمی روحانی، دو نامه قبلی رئیس جمهور سابق به شورای نگهبان می پاسخ داده است. انتظار می رود چنانکه اعضای این اسورا گفته‌اند، در زمانی کوتاه دلایل ردصلاحیت روحانی اعلام شود.

افراد زیر ۱۵ سال کارت ملی می گیرند!

پاشگاه خبرنگاران جوان! رئیس سازمان ثبت احوال گفت: تا امروز به بالای ۱۵ ساله کارت ملی داده می شده، ولی حالا شرایط فرق کرده است. هاشم کارگر گفت: قرار است فردی که به دنیا می آید از همان ابتدا برایش کارت ملی صادر شود. تا امروز به بالای ۱۵ ساله کارت ملی داده می شده، ولی حالا شرایط فرق کرده است. زیرساخت‌ها فراهم شده و منتظر گرفتن مجوز هستیم تا هر ایرانی که به دنیا آید، از همان ابتدا شناسنامه و هویت ملی داشته باشد.

درگذشت نامزد انتخابات

پاشگاه خبرنگاران جوان! حسن حبیبی یکی از نامزدهای انتخابات مجلس دوازدهم سه شنبه شب در حین عزیمت از تهران به توسیرگان در جاده سبوه تصادف کرد و جان باخت. مصطفی افشاری، فرماندار و رئیس هیات اجرایی انتخابات شهرستان توسیرگان به مناسبت درگذشت حسن حبیبی در نامزد انتخابات دوازدهمین دوره انتخابات مجلس شورای اسلامی در حوزه انتخابیه توسیرگان پیام تسلیتی صادر کرد.

زیرمیزی هنوز هست!

دیرا قدرتی بود
موضوعی رخ نما و زخمی کهنه که گویا قرار نیست سرفه آن جمع شود. پدیده‌ای که سال هاست حوزه سلامت را دچار چالش کرده است تا جایی که پزشکان تا زمانی که زیرمیزی نگیرند دست به تیغ نمی شوند و به ناآق معطل می روند.
این در حالی است که زیرمیزی گرفتن خلاف قانون است و همانطور که سایر قانون شامل پزشکان هم می شود و آن‌ها هم نباید تافته جدا تافته باشند. البته اگر بیماریاکیات کند و این تخلف اثبات شود، مجازات‌هایی برای زیرمیزی تعیین شده است؛ از جریمه‌های نقدی گرفته تا انفصال موقت و حتی نامی از طبابت. اما اغلب بیماران را نمی‌شوند تخلف پزشک متهم خود را گزارش دهند و ترجیح می دهند روز درمناشان را طی کنند، چرا که با گزارش چنین تخلفاتی احتمالاً پزشک مورد نظر حاضر به ادامه درمان بیمار نخواهد بود. اینجاست که نقش نظارت نهادهایی، چون مجلس، وزارت بهداشت و سازمان



خودروهای برقی سایک توسط پارس خودرو وارد می شود

عنوان هفتمین خودروساز پر فروش جهان را تا به امروز با خود یک پارس سایک
خبر همکاری پارس خودرو و سایک موتور چین در حالی تصمصم شد که این شرکت چینی در زمینه تهدات خود سابقه درخشانی نداشته است. شرکت اتونیکو یکی نیمه دوم دهه ۱۳۹۰ محصولات ام جسی (MG) را در ایران مونتاژ می کرد. شرکت ام جسی ایران نیز طیف همین دهه خودروهای وارداتی ام جی را وارد بازار ایران کرده بود. خودرو سازی فرانسوی تصمصم تا ام جی RX۵ را، از ایران مونتاژ کند. با این حال، پس از بازگشت تحریرها، سایک موتور، ام جی به عنوان برنده زیر مجموعه این کمپانی نیز از بازار ایران رقتند. بنابراین امکان است وجود RX۵ با این شرایط، به ما شهادت بدقولی و خروج این شرکت خودرو سازی از کشورمان باشیم. اما اگر همه چیز طبق برنامه پیش برود، در آینده نزدیک بازار خودرو ایران میزبان خودروهای پارس سایک خواهد بود.

شکرت پارس خودرو که از سال ۹۸ و همزمان با خروج برلیانس از ایران بیشتر از ۵۰ درصد خط تولید این شرکت را نیز تطویل کرد. همان سال به تولید برخی از نسخه‌های مشمول شد که این شرکت چینی در زمینه تهدات خود سابقه درخشانی نداشته است. شرکت اتونیکو یکی نیمه دوم دهه ۱۳۹۰ محصولات ام جسی (MG) را در ایران مونتاژ می کرد. شرکت ام جسی ایران نیز طیف همین دهه خودروهای وارداتی ام جی را وارد بازار ایران کرده بود. خودرو سازی فرانسوی تصمصم تا ام جی RX۵ را، از ایران مونتاژ کند. با این حال، پس از بازگشت تحریرها، سایک موتور، ام جی به عنوان برنده زیر مجموعه این کمپانی نیز از بازار ایران رقتند. بنابراین امکان است وجود RX۵ با این شرایط، به ما شهادت بدقولی و خروج این شرکت خودرو سازی از کشورمان باشیم. اما اگر همه چیز طبق برنامه پیش برود، در آینده نزدیک بازار خودرو ایران میزبان خودروهای پارس سایک خواهد بود.





مدیر کل گمرکات اصفهان گفت: از ابتدای سال جاری ۲ میلیون و ۱۱۵ هزار تن کالا به ارزش یک میلیارد و ۲۳۳ میلیون دلار از گمرکات استان به خارج کشور صادر است.

رسول کوهستانی پناه افزود: صادرات اسفال در مقایسه با مدت مشابه سال گذشته، تغییر محسوسی نداشته است. وی ادامه داد: تشریفات صادرات کالا از اصفهان از ابتدای سال جاری تاکنون به مقصد ۹۲ کشور جهان انجام شده است. مدیر کل گمرکات اصفهان خاطرنشان کرد: حدود ۶۸ درصد از تشریفات کالاهای صادراتی استان در خارج از امان گمرک و در واحدهای تولیدی



۲ میلیون تن کالا از گمرکات اصفهان صادر شد

رئیس پلیس راه فرماندهی انتظامی استان اصفهان از حضور متصاف بیمه‌های کشتی این پلیس در چادهای استان جهت راه‌حال شهروندان و تسهیل در رفت و آمد در سطح محرومی مواصلاتی در تعطیلات تابستان خبر داد.

گشتی اظهار کرد: با توجه به تعطیلات پایان هفته گذشته و ولادت حضرت مهدی (عج) به منظور افزایش امنیت، تسهیل در امر عبور و مرور در راه‌های مواصلاتی استان و پیشگیری از تصادفات و حوادث تاگوار تمهیدات امنیتی و ترافیکی ویژه‌ای توسط پلیس راه استان در این ایام اجرا شده است. وی افزود: در همین رابطه برابر تمهیدات اندیشیده شده تمهیدات گشتی پلیس راه به صورت



حضور گشت های پلیس راه در جاده‌های اصفهان

صدور ۸۳ پروانه نوسازی در بافت فرسوده

نصف جهان ۸۳ پروانه نوسازی در بافت فرسوده شهرستان شاهین شهر و میمه صادر شد.

رئیس اداره راه و شهرسازی شهرستان شاهین شهر و میمه گفت: از سال ۱۳۰۰ تاکنون مالکان در بافت فرسوده این منطقه پروانه نوسازی برای ۸۳ واحد فرسوده دریافت کردند.

صادق حاجی افزود: نوسازی بافت فرسوده باعث زیارت شدن محیط شهر، ساخت خانه‌های مقاوم، امکانات رفاهی بیشتر و آسایش ساکنان، بازر شدن محیط گذرگاه‌ها و افزایش سرمایه مالکان خواهد شد.

شهرستان شاهین شهر و میمه دارای ۴ شهر شاهین شهر، گزبرخوار، گزکاتب، میمه، زرون، لایبید و روستا است و جمعیت آن براساس سرشماری سال ۹۵ پیش از ۲۳۴ هزار نفر بوده که با توجه به مهاجر بودن پذیر شهرستان جمعیت رو به افزایش دارد.

راه اندازی بازارچه عرضه مستقیم کالا در برف انبار

نصف جهان بازارچه عرضه مستقیم کالا در شهر برف انبار فریدونشهر راه اندازی شد. در این بازارچه انواع میوهجات مورد نیاز شهروندان در بیش از ۴۰ غرفه اعم از میوه و تره بار، صیفی جات، کیف، کفش، پوشاک، حیوانات، صنایع دستی و لوازم آسپزخانه، ۱۵ درصد زیر قیمت بازار ارائه شده است.

اختصاص ۳۰۰ نقطه در خوانسار برای تبلیغات

نصف جهان بیش از ۳۰۰ نقطه در شهر خوانسار برای تبلیغات نامزدهای نمایندگی مجلس اختصاص یافته است. فرماندار خوانسار در جلسه شورای اداری گفت: در حال حاضر ۳۰۰ نفر نامزد نمایندگی مجلس شورای اسلامی در شهرهای خوانسار و گلپایگان هستند که برای کسب یک کرسی نمایندگی مشترک

افتتاح ساختمان امور مالیاتی هردن

نصف جهان ساختمان اداره امور مالیاتی هردن افتتاح شد. مدیر کل سازمان امور مالیاتی استان در این مراسم با اشاره به اهمیت ویژه این ساختمان از طریق ارائه خدمات بهتر گفت: امسال ۳۸ هزار میلیارد تومان به حساب خزانه استان وارد شده که این مبلغ ۹۸ درصد بودجه استان را شامل می‌شود. احمد زمامیر نیا افزود: تقویت عدالت مالیاتی و مبارزه جدی با اختلال مالیاتی از اولویت‌های اساسی اداره کل بود و در این خصوص نیز برنامه ریزی درازگاری شده است.

آمادگی اقوام بختیاری برای حضور در انتخابات

نصف جهان -سزگان قوم بختیاری خیمینی شهر با شرکت در همایش جهاد تبیین، ۲۰ کوفتایی اقوام بختیاری، آمادگی خود را جهت شرکت در انتخابات اعلام کردند. در این همایش

بهرسازی شبکه های برق در روستای کرد علیا

نصف جهان عوامی امور برق تیران و کرون اعلام کرد: با اعتباری بالغ بر ۴۰۰ میلیون تومان در روستای کرد علیا ۲۵۰ تن شبکه فشار ضعیف و ۱۶۰ تن شبکه فشار متوسط احداث و یک دستگاه ترانس جایگزین شد.

اهدای ۹ سری چپزیه به نوجروسان کاشانی

نصف جهان همزمان با میلاد با سعادت حضرت علی اکبر (ع) خاندن خدمت رضوی کاشان با کمک خیران، ۹ سری چپزیه به نوجروسان اهدا کرد. مدیر کل و دبیر، پنجتال، خدمت رضوی کاشان گفت: این ۹ سری چپزیه به مشارکت خیرین و مساعدت ۵۰ درصدی

پژو پارس حامل ۵۰ کیلو حشیش

نصف جهان فرمانده انتظامی شهرستان شهرضا از توقیف یک دستگاه خودروی سواری پژو پارس و کشف ۵۰ کیلوگرم حشیش در عملیات مأموران انتظامی این فرماندهی خبر داد. تصادف کالپوزاد اظهار کرد: مأموران انتظامی و تکاوران پلیس مستقر در ایستگاه ایست و بازرسی شهید امامی در فرماندهی انتظامی شهرستان شهرضا حشیش کنترل خودروهای عبوری در این محور مواصلاتی به یک دستگاه سواری پژو پارس مشکوک شدند و برای بررسی بیشتر به راننده خودرو دستور ایست می‌دهند.

عزم جدی اصفهان برای بهترین استقبال از مسافران نوروزی



کار گرفته شده است. همچنین کم‌های گردشگری، ظرفیت کالاسی‌های درستی و ورزشگاه‌های سطح شهر جهت مواقع بحرانی در اختیار مسافران نوروزی قرار می‌گیرد. اسفاله برای نخستین بار، اتاق‌هایی به سبک قدیم در کمپ شهرداری اصفهان (دفک) ساخته شده است که از لحاظ امنیت، سرمایش و گرمایش شرایط بهتری دارند و برای کسانی که علاقمند هستند، قابل استفاده است.

این در حالی است که پیش‌تر معاون عمرانی استاندار و قائم مقام ستاد اجرایی خدمات سفر اصفهان گفته بود: تلاش برای رشد ۱۰ درصدی ورود گردشگران نوروزی به اصفهان در حال انجام است.

مهران زبلیان که در حتمتین نشست این ستاد مطهر کرد، از عزم تمامی ستولان استان برای رشد ۱۰ درصدی ورود گردشگران به اصفهان در نوروز ۱۴۰۲ خبر داد و گفت که از نیمه دوم سال ۱۴۰۲ نشست‌های منظم این ستاد برای برنامه‌ریزی به‌منظور خدمات‌رسانی بهینه به گردشگران برگزار شده است.

ضرب الاجل به صنایع آلاینده اصفهان

مدیر کل حفاظت محیط زیست استان اصفهان گفت: محیط‌زیست برای برخورد با کارگاه‌های آلاینده پلاسرای حکم قضایی دارد و به آن مهلت داده که بین ۳ تا ۳ سال آینده از شهر اصفهان خارج شوند.

احمدرضا لاجی زاده اظهار داشت: ۲۵ قلمه زمین ۲۵ هکتاری در مجاورت شهرک صنعتی جی برای شهرک تخصصی پلاسرای بنی شده و صف پلاسرازان اصفهان طتی مدت تعیین شده فرصت دارند که محل فعالیت خود را به این شهرک منتقل کنند.

مدیر کل حفاظت محیط زیست استان اصفهان خاطرنشان کرد: اقدام دیگر در زمینه صدور حکم محکومیت صنایع آلاینده اصفهان، شناسایی ۹۰ واحد ریخته‌گری بود که منجر به انعقاد قرارداد ۵۳ واحد برای خروج از شهر اصفهان و استقرار در شهرک صنعتی بزرگ شده و تا پایان ۱۴۰۲ همه این واحدهای ریخته‌گری باید از شهر

ساخت مغازه در عرصه مسجد حکیم با رای دیوان

رئیس اداره میراث فرهنگی شهرستان اصفهان گفت: ساخت و ساز مغازه در برفانداز مسجد صفوی حکیم، تخطی از ضوابط میراث فرهنگی در عرصه ثبتی در چه یک اثر تاریخی است اما این کار با رای دیوان عدالت اداری پیش رفت.

مسجد تاریخی حکیم یکی از مساجد تاریخی اصفهان متعلق به دوران صفوی است. برخی فعالان میراث فرهنگی مدعی بودند، ساخت و ساز چندین مغازه در برف انداز این مسجد همچنین موجب شده که بخش‌هایی از دیوار (سین بنا که دیوار حائل سروسس‌های پهاشستی محسوب می‌شود و در جوار درختان مجاور دیوار حائل) دیده شود. تخریب، مساله‌ای که رئیس اداره میراث اصفهان آن را رد می‌کند.

روح اسد، سیدالسرگسری رئیس اداره میراث فرهنگی شهرستان اصفهان افزود: برفانداز مسجد حکیم در حالی توسط هیات امنای مسجد تبدیل به یکسری مغازه شده است که این اقدام ساخت و ساز در عرصه ثبتی در چه یک میراث فرهنگی محسوب می‌شود. لذا میراث فرهنگی اصفهان به موجب تخطی از قوانین از هیات امنای مسجد حکیم شکایت کرد و رای دیوان دادگاه در اصفهان به نفع میراث فرهنگی بود اما با اعتراض هیات امنای دیوان عدالت اداری در تهران رای به نفع هیات امنای صادر و ساخت و ساز ادامه پیدا کرد.

خبر

پیکر آیت... شوشتری

تشییع شد

مراسم تشییع و تدفین پیکر آیت‌ا. عبدالقائم شوشتری از علما و فقهای حوزه علمیه روز پنجشنبه در اصفهان برگزار شد. این مراسم از میدان فیض با حضور مردم ولایت مدار اصفهان برگزار و پیکر این عالم ربانی و استاد اخلاق و عرفان در تخت فولاد تکیه فاضل هندی به خاک سپرده شد. آیت‌ا. عبدالقائم شوشتری «استاد پیشین حوزه‌های علمیه قم و اصفهان و یکی از مجتهدان و عرفای معاصر شیعی پس از تحمل یک دوره بیماری، یکم اسفند در ۷۷ سالگی، درaffan را وداع گفت.

کاشت گل به شکر تفاله چای

معاون خدمات شهری شهرداری اصفهان گفت: چهار تن تفاله چای خشک پس از فرآوری (تبدیل کود) به محیط کشت گل‌های بهاره تبدیل شده است و گل‌های نوروز حاصل این ابتکار است. مهدی باقی اظهار کرد: سال جاری برای نخستین بار چهار تن تفاله چای خشک شده از موبکا و هیئت‌های مذهبی در راه محرم مدیریت مسپارند دریافت و به سازمان پز کارها و فضای سبز تحویل شد. وی افزود: این تفاله‌ها پس از فرآوری با خاک شرایط مطلوبی را برای کشت گل‌های بهاره فراهم کرده است. اسد اسمال گل‌های نوروزی با این فناوری کاشته خواهند شد. وی تصریح کرد: اصفهان روزانه حدود هزار تن پسماند از سطح شهر جمع‌آوری می‌شود که یکی از برنامه‌های مورد هدف خدمات شهری تا سال ۱۴۱۰ کاهش ۲۰ درصد پسماند از حدود یک هزار تن است.

آخرین وضعیت حجم سد زاینده رود

بر اساس آخرین اعلام اصفهان‌شده از سوی دفتر مطالعات پایه منابع آب، از ابتدای سال آب تا بیست‌وششم بهمن موجودی مخزن ۳۱ سد کشور کاهش داشته است. بر اساس آخرین اعلام اصفهان‌شده از سوی دفتر مطالعات پایه منابع آب، یکم اسفند ۲۲ درصد از حجم سد بوده و نسبت به سال گذشته ۱۰۶ درصد افزایش را ثبت کرده است.

افتتاح مرکز تحقیقات حقوق دانشگاه آزاد اصفهان

مرکز توسعه آموزش و تحقیقات حقوق و شیوه‌سازی رسدی که در دانشگاه آزاد اسلامی اصفهان افتتاح شد. رئیس کل دادگستری اصفهان در این آیین گفت: تفاهلهای این سوی مشاورت اجرایی و پیشگیری از وقوع جرم دادگستری با دانشگاه آزاد اسلامی اصفهان برای راه‌اندازی و ایجاد دادگاه‌های مجازی منقد شد که دانشگاه نیز به ساخت‌های آن اقدام کرد. حجت‌الاسلام اسفاله جعفری افزود: با توجه به محدودیت‌های که در محاکم قضایی برای حضور دانشجوین و دانش آموزان وجود دارد و حجم فعالیت همکاران قضایی بسیار زیاد است با این تفاهم نامه و راه‌اندازی این مرکز زمینه آموزش روند فعالیت قضایی فراهم می‌شود. وی گفت: این مرکز مانند یک دادگاه شبیه‌سازی شده و وظایف و کل مداخله تا مرحله صدور دادنامه مشخص و اجرایی می‌شود.

دلایل کناره گیری امام جمعه شهرضا

حجت الاسلام سید نعمت... صالح با انتشار پیامی از مسجد خود به عنوان امام جمعه شهرضا، کناره گیری کرد. در بخشی از پیام حجت‌الاسلام سید نعمت... صالح آمده است: خود وظیفه می‌نامم یا شکرگزاری که در که خانواده متعال از لطف و عنایت‌های بی‌دریغ مردم در طول بیعت سال گذشته بابت تأمین مقادیر سبزه و اختار برسانت و ایمان و کرامت شما مردمان دیار شهرضا، به اطلاع می‌رسانم که وی به دلیل مشکلات شدید جسمانی از ادامه تصدی امامت جمعه شهرستان شهرضا معذور و کناره گیری خود را اعلام می‌کند.

گلکسی A۵۵ و A۳۵ سامسونگ در آستانه رونمایی

با انتشار چند سند جدید، دو گوشی گلکسی A۵۵ و A۳۵ سامسونگ یک نام دیگر به رونمایی نزدیکتر شدند. به نظر می رسد کمتر از یک ماه دیگر می توانیم با آن ها ملاقات کنیم.

اما به بازار می کند: از همین حالا صفحات پشتیبانی مربوط به ای ۵۵ و ای ۳۵ در سایت سامسونگ در چندین کشور اروپایی ایجاد شده است.



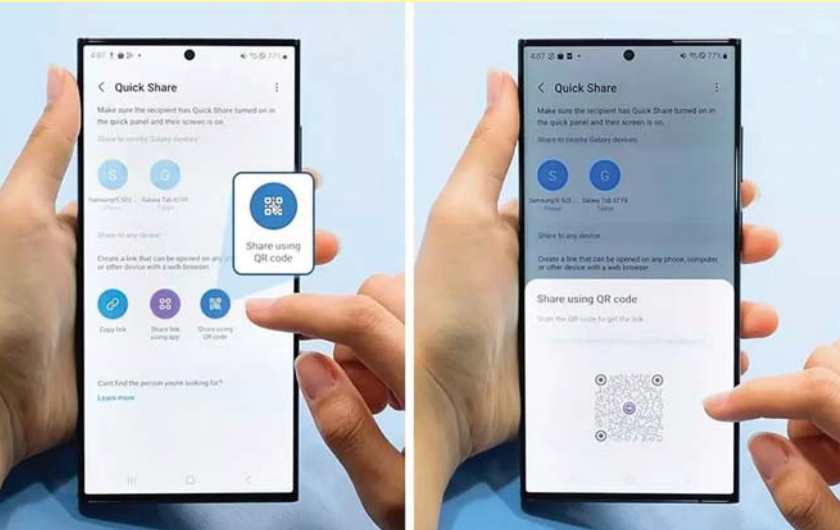
هزینه نجومی بازیکنان در سال ۲۰۲۳

بر اساس اطلاعات اخیر به دست آمده از مدارک منتشر شده در جانب ایک گیمز (Epic Games) ماه آمار مالی فروشگاه رایانه های شخصی این شرکت در سال جاری میلادی مشخص شد.

میلادی مشخص شد. بنا به این اطلاعات، بازیکنان طی ۱۲ ماه گذشته چیزی حدود ۹۵۰ میلیون دلار را در فروشگاه ایک گیمز (Epic Store) به خرید محصولات سرگرمی اختصاص داده اند.

این فروشگاه در سال ۲۰۲۳، ایک گیمز ۸۶ بازی رایگان را به فروشگاه خود افزود. این بازی ها با مجموع ارزش بیش از ۲۰۰۰ دلار و رقم بر سرآورد ۵۸۶ میلیون دلار توسط مشترکین ایک استور، به راحتی نسیان می دهند که علت جذابیت این فروشگاه برای بازیکنان رایانه شخصی از کجا نشأت گرفته است.

فارغ از اعداد و ارقام مربوط به فروش، ایک گیمز در رابطه با آینده برنامه های خود در سال ۲۰۲۴ برای ایک استور سخن به میان آورد. در وهله اول، تا یک ماه بر این بود که یک ابزار مدیریت داده جدید برای این فروشگاه در راه است و (مود آفلاین) پیشرفت قابل توجهی در آن دیده خواهد شد.



چطور از Quick Share روی گوشی سامسونگ استفاده کنیم؟

انتقال فایل ها و تصاویر به یک کامپیوتر و لپتاپ

امکان کاربندی Quick Share علاوه بر انتقال فایل میان دستگاه های موبایلی همچنین می تواند با گوشی و سایر کامپیوترهای ویندوزی ارتباط برقرار کند. البته برای این کار باید سیستم عامل ویندوز ۱۰ و بالاتر، درایور بلوتوث لپتاپ یا حداقل نسخه ۲۳۵۰۰۰۲ و درایور وای فای اینتل نسخه ۲۳۵۰۰۷ و بالاتر روی کامپیوتر گیرنده وجود داشته باشد.

برای به اشتراک گذاری و دریافت فایل ها در این روش روی کامپیوتر گیرنده نصب کنید: ۱- اپلیکیشن Share to PC. ۲- پس از طی مراحل نصب، Quick Share را روی کامپیوتر باز کنید. ۳- با اطلاعات مربوط به حساب کاربری سامسونگ خود وارد شوید. ۴- در بخش بالا، تنظیمات دیده نشدن را به Contacts Only یا Anyone Nearby تغییر دهید.

می تواند در دستگاه گلکسی خود ذخیره کند. ۶- برای به اشتراک گذاری خصوصی گیرنده می تواند فایل ها را فقط در بازه مشخصی دریافت کند. ۷- اپلیکیشن Quick Share را روی دستگاه گیرنده فعال کنید. ۸- دستگاه گیرنده و پنجره Quick Share روی سه نقطه عمودی ضربه بزنید و گزینه Private Sharing را انتخاب و فعال کنید. ۹- (اختیاری) تاریخ انتشار را به روز، ساعت و دقیقه (خواه خود تغییر دهید. گیرنده مورد نظر را از فهرست دستگاه های نزدیک خود انتخاب کنید. از گیرنده بخواهید در پنجره پذیرنده رونق انتقال را بپذیرد.

انتقال فایل ها و تصاویر به یک دستگاه غیر سامسونگ. شاید یکی از بهترین ویژگی های قابلیت Quick Share این باشد که تنها به انتقال دو دستگاه سامسونگ محدود نشده است. از این قابلیت همچنین می توانید برای به اشتراک گذاری تصاویر و ویدیوها، اسناد و هر فایل دیگری که دارید با سایر دستگاه های اندرویدی غیر گلکسی و حتی سیستم عامل iOS بهره بگیرید. این مراحل را دنبال کنید: ۱- دستگاه خود و گیرنده را به شبکه اینترنت متصل کنید. ۲- روی دستگاه خود وارد حساب کاربری سامسونگ شوید. ۳- به اپلیکیشن Gallery یا My Files وارد شوید و فایل مورد نظرتان را برای انتقال انتخاب کنید. ۴- گزینه Share را بزنید. ۵- میان گزینه ها، Quick Share را انتخاب کنید. ۶- برای انتقال در فواصل نزدیک تر، QR code را در پنجره Quick Share بزنید. گیرنده باید QR code ایجاد شده را با دستگاه خود اسکن کند. روش دیگر این است که آدرس URL را بردارید و آن را با اپلیکیشن پیام رسان خود برای گیرنده ارسال کنید. ۷- گیرنده بخواهد تا فایل های که از ارسال کرده اند را دانلود کند. ۸- برای به اشتراک گذاری از فاصله دور تر، در منوی Quick Share گزینه View Contacts را بزنید. ۹- فهرست مخاطبان را بگردانید. ۱۰- گزینه گیرنده را انتخاب کنید. ۱۱- پس از طی مراحل نصب، Quick Share را روی کامپیوتر باز کنید. ۱۲- با اطلاعات مربوط به حساب کاربری سامسونگ خود وارد شوید. ۱۳- در بخش بالا، تنظیمات دیده نشدن را به Contacts Only یا Anyone Nearby تغییر دهید. ۱۴- در بخش بالا، تنظیمات دیده نشدن را به Contacts Only یا Anyone Nearby تغییر دهید. ۱۵- در بخش بالا، تنظیمات دیده نشدن را به Contacts Only یا Anyone Nearby تغییر دهید. ۱۶- در بخش بالا، تنظیمات دیده نشدن را به Contacts Only یا Anyone Nearby تغییر دهید.

اگر به دنبال راهی برای به اشتراک گذاری تصاویر فوق العاده ای که از یک منظره گرفته اید هستید، باید از امکان Quick Share استفاده کنید. شاید هم بخواهید یک فایل یا پرونده از این گوشی همراهتان به تبلت منتقل کنید. مشکل آنجا آشکار می شود که نمی خواهید خودتان را درگیر پیدا کردن یک فایل انتقال کنید یا اصلاً درگیر روند ارسال فایل و تصویر به ایمیل شوید. استفاده از اپلیکیشن های پیام رسان هم در اغلب مواقع باعث آفت کیفیت تصاویر و ویدیوهای ارسالی می شوند. در چنین شرایطی، استفاده از قابلیت Quick Share سامسونگ می تواند راهکار آسانی باشد. Quick Share با اشتراک سریع، ایزای بی سیم برای به اشتراک گذاری و مشابه Nearby Share کمپانی گوگل است. این قابلیت در حال حاضر تنها در دسترس کاربران Samsung Galaxy قرار گرفته اما ظاهر سامسونگ و گوگل در حال همکاری نزدیک هستند تا Samsung Share، Quick Share و Nearby Share را هم ادغام کنند. بدین ترتیب استاندارد انتقال و اشتراک گذاری جدیدی در میان همه دستگاه های اندرویدی به وجود خواهد آمد.

توصیه اپل درباره گوشی خیس شده

احتمالاً برای شما هم پیش آمده که گوشی تان در آب افتاده باشد و خواسته باشید آن را داخل برنج نخیته قرار دهید تا آبش جذب نشود و خشک گردد. اما برخلاف چنین توصیه هایی که در فضای اینترنت وجود دارد، اپل توصیه کرده که گوشی خیس شده خود را داخل کیسه برنج قرار ندهید. آیفون خود را داخل برنج قرار ندهید، برای اینکه با این کار ذرات کوچک برنج ممکن است به گوشی شما آسیب برساند. شما همچنین نباید از منبع حرارت خارجی مانند سشوار یا هوای فشرده برای خشک کردن گوشی استفاده کنید. همچنین نباید با دستمال آغذنی را در درگاه شارژ گوشی وارد کنید. اپل توصیه کرده است گوشی خود را در حالی که در گاه آن رو به پایین است با دستتان به آن ضربه بزنید. مثل حالتی که بعد از شنا می خواهید آب را از گوش تان خارج کنید. سپس آن را در محلی با جریان هوای آزاد قرار دهید تا خشک شود و قبل از شارژ آن حداقل ۲۴ ساعته صبر کنید. اگر هشدار همچنان در گوشی شما ظاهر شود، گوشی را رها کنید و فقط

آپدیت ۲۴H۲ ویندوز ۱۱

مایکروسافت ممکن است از ارائه آپدیت بزرگ بعدی ویندوز ۱۱ (۲۴H۲) برای رایانه های قدیمی خودداری نکند. این تصمیم ظاهراً به خاطر یک الزام جدیداً کشف شده برای دستورالعمل POPCNT اتخاذ می شود که بسیاری از پردازنده های قدیمی از این دستورالعمل پشتیبانی نمی کنند. POPCNT یک دستورالعمل ویژه پردازنده است که برای شمارش تعداد بیت ها در یک مقدار استفاده می شود و در رمزنگاری کاربرد دارد. اینتل این دستورالعمل را با معماری Nehalem در سال ۲۰۰۸ AMD را با معماری Barcelona در سال ۲۰۰۷ عرضه کرد.

توصیه اپل درباره گوشی خیس شده

مایکروسافت در حال آماده سازی آپدیت ۲۴H۲ برای عرضه در ماه آوریل برای سازندگان است. اگر شما هم تمایل دارید آن را زودتر امتحان کنید، می توانید بیلد Insider Preview ویندوز ۱۱ نسخه ۲۴H۲ (۲۶۰۵۲ Build) را از طریق Dev Channel یا Canary دانلود و نصب کنید.





چطور از خانه تکانی جان سالم به در ببریم؟

نسل‌های ماکر ابرانی‌ها مدت‌هاست که خانه‌تکانی و تمام فلسفه‌های آن را زیر سؤال می‌برند اما ماه اسفند، همچنان با درگیری قالیچه‌ها و تمیزکاری بالا و وزیر کابینه‌ها و بوی تند انواع مایع سفیدکننده و ضد عفونی‌کننده شروع می‌شود. واقعیت این است که باید استخوان‌ها و پاهای ما را بالا بزنیم و این سنت نه چندان محبوب و پررخصت را به سرانجام برسانیم البته اگر به هر دلیلی، از آن دست ایرانی‌هایی هستیم که توانستند از تکان‌های این زلزله دست‌ساز فرار شوند.

اینجا چند کلان‌کننده درباره خانه‌تکانی را آورده‌ام که گفتنشان تکرار مکررات است اما به هر حال یادآوری‌شان در شروع ماه عزیز اسفند، چه بسا کارگشا باشد.

پرهیز از اختصار: اگر مرد خانه هستید، هرگز با گفتن اینکه این کارها مال زن خانه است، خودتان را خفیف نکنید و به دردمرست‌نیزانید. به هر حال مجبور می‌شوید مشارکت کنید. پس بهتر است وظایف خانه را متنصفانه هم نگاه کنید. خانه برای همه کسانی است که در آن هستند، پس خانه‌تکانی کار همه است.

رنده بماند: خانه تکانی امر بسیار برخطری است که در مسومیت مایع‌های سفیدکننده و غیره گرفته تا سقوط از چهارپایه و بلند شدن و امتثال آنها پس توصیه‌های ایمنی را جدی بگیرید. باز سنگین بردارید، بدون رعایت موارد ایمنی روی لبه پله‌ها و جاهای مرتفع نروید و هرگز، تکرار می‌شود و هرگز، مایع‌ها و پودرهای ضد عفونی‌کننده و شست‌شو و نظایر آنها را هم ترکیب نکنید چون ممکن است باعث مسومیت شدید شود. آب کیمیاست؛ نیاز به گفتن نیست که خانه‌تکانی به معنای هدر دادن آب نیست، حواستان به آب باشد.

استقبال کنید: و سرانجام، جدا از همه غریبانی که می‌زنیم، خانه‌تکانی می‌تواند انگیزه‌های باشد در آستانه یک تحول بزرگ، که درون خودمان را هم با کساز و دست‌بندی کنیم. وقتی می‌توانیم خانه را به آن سختی بتکانیم و مرتب کنیم، پس می‌توانیم افکار و معزلمان را هم در آستانه نرویز کساز و مرتب و دست‌بندی کنیم.

یک کاس بزرگ غلات با شکر همراه با شیر پرچرب، غلات ساخته شده از غلات تصفیه شده، حاوی شکلات دارای گلیسمی بالاتر و فیبر کمی هستند. در حالی که شیر پرچرب دارای چربی سالم است. دو نکته نان تست سفید با کره و مایه، نان سفید یک کربوهیدرات تصفیه شده است که فیبر کمی دارد و همچنین مایه یا شکر شانس گلیسمی بالاتری برخوردار است. در حالی که کره یک چربی سالم است.

شیرینی نیز غذای دیگری با شاخص گلیسمی بالا، حاوی قند و چربی‌های سالم است که خوردن آن برای صبحانه افراد دیابتی به هیچ وجه توصیه نمی‌شود. این متخصص تغذیه، توصیه می‌کند که در خوردن آب پرتقال به همراه صبحانه نیز بسیار احتیاط کنید. او گفت: آب میوه به دلیل شاخص گلیسمی بالا و کمبود فیبر غذایی می‌تواند بسیار چالش‌برانگیز باشد و می‌تواند منجر به افزایش سریع سطح گلوکز خون شود.

چاندا هشدار داد: اگر مقدار زیادی از آبمیوه را بنوشید، سطح قند خون شما بسیار سریع افزایش می‌یابد. به گفته جیس هیلارد، یک وعده غذایی حاوی پروتئین و فیبر بالا شما را در طول روز سیر نگه می‌دارد. او فرنی را به عنوان صبحانه‌ای سالم برای افراد دیابتی مثال زد.

او افزود: این غذا پروتئین، فیبر، و تانین‌ها و مواد معدنی و همچنین چربی‌های سالم مورد نیاز بدن را فراهم می‌کند. می‌تواند روی کلسیم فرنی خود را با مقداری آبلیمو تزیین کرد و بادام یا دانه چیا یا دانه کنجد را هم اضافه کند. روغن زیتون می‌تواند به آن مقداری میوه اضافه کند. توت، سیب یا کالیجی را امتحان کنید.

چاندا توصیه کرد که اگر بیشتر به طعم صبحانه اهمیت می‌دهید، یک نکه نان تست همراه با آووکادو و تخم مرغ آب پز میل کنید که ترکیبی از فیبر، چربی‌های سالم و پروتئین مورد نیاز بدن شما را فراهم می‌کند.



۳ صبحانه بد برای دیابتی‌ها

فعالیت بدنی، استفاده از داروها یا تریزیک آسولنی، دیابت خود را مدیریت می‌کنند.

کدام غذاها قند خون را افزایش می‌دهند: جیس هیلارد، متخصص تغذیه و ورزشی درباره غذاهایی که قند خون را افزایش می‌دهند، گفت: اگر در معرض خطر ابتلا به نوع ۲ هستید، بدترین چیز یک صبحانه سرشار از چربی اشباع یا قند بالا است. ما می‌خواهیم از یک صبحانه کامل و متعادل برای افراد دیابتی اطمینان حاصل کنیم. مهم‌ترین مواردی که باید از آن اجتناب کنید، سرخ کردن‌هایی است که دارای چربی اشباع بالایی هستند و اغلب در روغن‌های زردی سرخ می‌شوند و همچنین چربی‌های اضافی در انواع گوشت‌های فراوری شده نظیر سوسیس است. به همین ترتیب، مصرف غلات قندی نیز توصیه نمی‌شود. چاندا پتی سه غذای صبحانه را که می‌تواند بر سطح قند خون شما تأثیر بگذارد، فهرست کرد:

خون تأثیر خواهد داشت. شاخص گلیسمی (GI) یک سیستم رتبه‌بندی برای غذاهای حاوی کربوهیدرات است که نشان می‌دهد با چه سرعتی یک ماده خاص می‌تواند بر قند خون شما تأثیر بگذارد. کربوهیدرات‌هایی که به سرعت در بدن تجزیه می‌شوند باعث افزایش سریع گلوکز خون می‌شوند. این بدان معنی است که آن‌ها شاخص گلیسمی بالایی دارند. زنده‌ها و نوشیدنی‌های شیرین نیز از جمله غذاهایی هستند که به سرعت در بدن تجزیه می‌شوند. اما سایر کربوهیدرات‌ها با سرعت کمتری هضم و جذب می‌شوند و در طول زمان باعث افزایش تدریجی قند خون می‌شوند.

فیبر می‌تواند یک ماده مغذی مفید برای بیماران دیابتی باشد، زیرا به عنوان یک مانع فیزیکی عمل می‌کند که جذب کربوهیدرات‌ها را کند می‌کند. خوردن یک وعده غذایی حاوی پروتئین و چربی‌های سالم نیز می‌تواند منجر به افزایش آهسته سطح گلوکز خون نیز شود.

وقتی نوبت به صبحانه می‌رسد، نمی‌توان برای همه دیابتی‌ها حجم غذایی یکسانی را نظر گرفت، زیرا همه افراد نه به شیوه‌های یکسان که از راه‌های متفاوتی نظیر رژیم غذایی، میزان کربوهیدراتی که مصرف می‌کنند نیز بر سطح گلوکز

دیابت نوع ۲ یک بیماری شایع است که باعث می‌شود سطح قند خون بیش از حد بالا برود. دلیل بروز این بیماری می‌تواند این باشد که بدن به اندازه کافی هورمونی به نام انسولین تولید نمی‌کند یا انسولین تولید شده به درستی اثر نمی‌کند این پدیده را به عنوان مقاومت به انسولین می‌شناسند.

اگر به این عارضه مبتلا هستید، رعایت موارد تغذیه‌ای برای کنترل سطح قند خون، همراه با معاینات منظم و فعالیت بدنی، بسیار مهم است.

کربوهیدرات‌های خوب و بد

چاندا پتی، متخصص تغذیه در این باره گفت: کربوهیدرات ماده مغذی است که بیشترین تأثیر را بر سطح گلوکز خون دارد. رویکرد فردی، با تمرکز بر کیفیت و کمیت غذاهای کربوهیدراتی، برای مدیریت موثر دیابت ضروری است. کیفیت یک وعده غذایی با کربوهیدرات به دلیل داشتن شاخص گلیسمی پایین و فیبر بالا کاهش می‌یابد.

میزان کربوهیدراتی که مصرف می‌کنید نیز بر سطح گلوکز



برای مراقبت از پوست خود چند عادت آرایشی را ترک کنید

عقوت‌شوند به همین دلیل است که تمیز نگه داشتن برس‌های آرایشی، به‌دای آرایشی و سایر ابزارهای آرایشی ضروری است.

انکای شدید به آرایش ضد آب: آرایش ضد آب مزایای خود را دارد، اما استفاده مداوم از آنها ممکن است معایب جدی همراه داشته باشد. به گفته دانشگاه هاروارد، ۸۲ درصد از ریمیل‌های ضد آب دارای مواد پر و پلچ فلورینه هستند که پیوندهای شسته‌نشده‌ای با انواع مختلف سرطان، اختلال در سیستم ایمنی و آسیب به سیستم‌های رشد و تولید مثل دارند. همچنین به پوست و به چشمان شما آسیب می‌رساند. علاوه بر این، پاک کردن آرایش ضد آب می‌تواند برای پوست و چشم‌های شما عذاب‌آور باشد و به طور بالقوه منجر به تحریک و تشدید سفید پوستی می‌شود.

نادیده گرفتن آرزوی و حساسیت: واکنش همه پوست‌ها به مواد آرایشی یکسان نیست. پوست هر فرد منحصر به فرد است و آنچه برای یکی مفید است ممکن است برای دیگری مفید نباشد. به همین دلیل توجه به واکنش‌ها یا حساسیت‌های آلرژیک برای شما ضروری است که در صورت نادیده گرفتن آن‌ها به مرور زمان بدتر شده و منجر به مشکلات پوستی مداوم می‌شود.

بی‌توجهی به برس و ابزار آرایش: اکثر تمیز کردن به موقع ابزار آرایشی غفلت کنید. می‌تواند خطرناکی جدی برای سلامت شما ایجاد کند. برس‌ها و ابزارهای کیفی می‌توانند باکتری را جمع کنند و پوست را آلوده کنند و به طور بالقوه باعث

آرایشی تاریخ گذشته می‌تواند حاوی باکتری‌هایی باشد که منجر به تحریکات پوستی، عفونت‌های چشمی یا حتی واکنش‌های آلرژیک شدیدتر می‌شود.

استفاده بیش از حد از برخی محصولات: تلاش برای داشتن پوستی بی‌عیب و نقص ممکن است منجر به استفاده بیش از حد از برخی محصولات آرایشی شود. فونداسیون‌های سنگین یا کانسیلر‌ها، زمانی که بیش از حد استفاده شوند، می‌توانند منافذ را مسدود کرده و آکنه ایجاد کنند و توانایی تنفس پوست شما به شدت کاهش دهند. به همین ترتیب آرایش بیش از حد نیز می‌تواند منجر به بروز انواع مشکلات پوستی شود.

استفاده اشتراکی: به اشتراک گذاشتن محصولات آرایشی ممکن است در بین دوستان رایج باشد، اما خطرناک‌تر از به هم‌راه دارد. با تبادل محصولات آرایشی، ممکن است ناخواسته باکتری‌ها، ویروس‌ها و حتی عفونت‌های چشمی را منتقل کنید. این امر بر اهمیت رعایت بهداشت فردی در هنگام استفاده صحیح از محصولات آرایشی تأکید می‌کند.

وسایل آرایشی منقضی شده: زرب لب یا کرم پودر عموماً قاعده‌ها ممکن است همچنان ماندگاری داشته باشند ولی استفاده از محصولات تاریخ گذشته خطرناک راه هرگز دارد. طبق بررسی کلی منتشر شده توسط دانشگاه ایالتی اوهایو، وسایل

در جستجوی زیبایی، اغلب آرایش کردن را به عنوان لازمی برای افزایش ویژگی‌های صورت خود می‌پذیریم. با این حال، مهم است که بدانیم برخی از عادات آرایشی، می‌توانند عوارض ناخواسته‌ای بر سلامت ما داشته باشند.

خواهید یا نای آرایش: یکی از رایج‌ترین و مضرترین عادت‌ها خواهیدن با آرایش است. اگرچه ممکن است بی‌ضرر به نظر برسد، ماندن مواد آرایشی و بقایای آرایش ماخفا را می‌بندد و منجر به جوش، سوزش و به طور بالقوه آسیب طولانی مدت پوست می‌شود.

به گفته آکادمی پوست آمریکا، برخی از مواد شیمیایی موجود در محصولات آرایشی اگر یک شب رها شوند، می‌توانند منجر به آکنه و مسدود شدن منافذ شوند.

افزایش خطر سکت قلبی با مصرف زیاد ویتامین B

ویتامین B۳ در اغلب غذاهایی نظیر گوشت قرمز، مرغ، ماهی، برنج، قهوه‌ای، آجیل و حبوبات یافت می‌شود. در یک تعداد از کشورهای دنیا نیز غنی‌سازی یک سری از مواد غذایی اصلی و پایه‌ای مانند آرد، غلات و جو دوسر برای جلوگیری از کمبود مواد مغذی انجام شده است.

در مطالعات بالینی نشان داده شده که سطوح بالاتر P۳۴ به شدت با بروز حمله قلبی، سکت قلبی و سایر عوارض نامطلوب قلبی در مقیاس بزرگ مرتبط است. این مطالعه نشان داد که افزایش P۳۴ به طور مستقیم باعث التهاب عروقی می‌شود که به رگ‌های خونی آسیب می‌رساند و می‌تواند منجر به تصلب شریانی یا ضخیم شدن شریان‌ها به دلیل تجمع لاک در پوشش داخلی شود. دکتر هان، رئیس علوم قلب و عروق در مؤسسه تحقیقاتی لرتز کلتیج کلیرلند و نویسنده اصلی این تحقیق، در بیانیه‌ای گفت: این نتایج زمینه‌ساز برای توسعه رویکردهای جدید برای مقابله با اثرات سوء مصرف این ویتامین فراهم می‌کند. علاوه بر این، یافته‌های این مطالعه ممکن است توضیح دهد که چرا نیاسین دیگری یک روش درمانی برای کاهش LDL یا کلسترول «بد» نیست.

این محقق ارشد در ادامه افزود: پس از این تحقیق مشخص شد که نیاسین اضافی باعث اثرات نامطلوب نامشخصی می‌شود که

هر روز نارنگی بخوریم چه اتفاقی می‌افتد؟

از بین مرکبات فصل پاییز و زمستان، می‌توان به نارنگی اشاره کرد. یک عدد نارنگی کوچک که حدود ۷۶ گرم وزن دارد، ۴۰ کیلوکالری انرژی دارد. همچنین، یک نارنگی کوچک ۶-۸ گرم پروتئین، ۱۰۰-۱۱۰ گرم کربوهیدرات، ۰.۲ گرم چربی، ۱.۳ گرم فیبر، ۱۰۲۶-۱۰۲۷ میلی‌گرم ویتامین C به بدن می‌رساند.

به گزارش بهداشت نیوز، نارنگی به عنوان یکی از بهترین منابع غذایی برای دریافت هم‌زمان ویتامین C، تانین‌ها و فولات شناخته می‌شود. هر عدد نارنگی کوچک می‌تواند حدود ۲۷ میلی‌گرم ویتامین C به بدن

مصرف روزانه نارنگی در روزهای سرد پاییزی می‌تواند علاوه بر تقویت سیستم ایمنی بدن، به تنظیم فشار خون، حفظ سلامت سیستم قلبی عروقی و اسکیزین‌رسانی بهتر به عضلات بدن کمک کند.

علاوه بر اینها، نارنگی حاوی مواد معدنی ارزشمندی همچون بتاسایم، کلسیم، منیزیم و آهن است.



مشارکت در انتخابات معادلات بین‌المللی را تغییر می‌دهد

استاندار اصفهان گفت: مشارکت همگانی در انتخابات معادلات بین‌المللی را تغییر می‌دهد و اقتدار نظام جمهوری اسلامی را به رخ جهان خواهد کشید...

مستربختن به گوش مردم نرسد. متقاضی اظهار کرد: در ۶ ماهه اخیر ۲۲ هزار پروژه با اعتباری بالغ به ۶۰۰ هزار میلیارد تومان در کشور افتتاح شده است...



شهر علمی تحقیقاتی در توسعه فناوری پر افتخار است

معاون علمی، فناوری و اقتصاد دانش‌بنیان رییس جمهور گفت: شرکت‌های بزرگ توسعه‌یافته و فناوری‌های پیشرفته باید تا شاهد رشد روزافزون علم و فناوری در کشور تولید هر چه بیشتر محصولات ناشی‌میهن رو...
فناوری هسته‌ای گفت: شرکت‌های دانش‌بنیان و فناوری‌های هسته‌ای گفت: شرکت‌های دانش‌بنیان و فناوری‌های هسته‌ای گفت: شرکت‌های دانش‌بنیان و فناوری‌های هسته‌ای...

دقتانی فیروززادی تصریح کرد: شرکت‌های دانش‌بنیان آینده‌ساز تمدن هستند و شهرک علمی تحقیقاتی اصفهان از پر افتخارترین پروژه‌ها در حوزه توسعه فناوری هسته‌ای است...

خبر

نامزدهای پنجمین لیست هم

«شورای اتحالی نیروهای انقلاب اسلامی» (شانا) اسمای کاندیداهای مورد حمایت خود در حوزه‌های انتخابیه استان اصفهان را برای انتخابات دوازدهمین انتخابات مجلس شورای اسلامی اعلام کرد...

پدر کاتیشوای ایران» به خاک سپرده شد

یکم مردم ابرسرین «محمد شیرانی» نخستین فرمانده مرکز آموزش توپخانه و موشک‌های ارتش جمهوری اسلامی ملب به «پدر کاتیشوای ایران» در اصفهان تشییع و به خاک سپرده شد...

رسانه، واسطه قوی بین مردم و مسئولان است

رییس شورای اطلاع‌رسانی استان در جلسه شورای اطلاع‌رسانی و مسئولان رسانه گفت: رسانه واسطه قوی بین مردم و مسئولان است و کمک به جهت‌گیری درست جامعه و پای کار آنان هم‌راهی خدمت به مردم است...

خط لوله انتقال فاضلاب ملک شهر هم دچار شکستگی شد

زمین‌روی لوله‌ها فرو می‌نشیند



متر در عمق حفری رخ داد که با اتصال عرضی به طول ۷ متر با لوله ۲۰۰ میلی‌متری رفع گردید.

از ابتدای اسفالت تا کنون در گوشه و کنار شهر مشابه این حادثه به وقوع پیوسته است. بعضی از این شکستگی‌ها واضح بود و کار مرتب آن‌ها ترمیم و تعمیر می‌شد...



مانی مهدوی

اصفهان به پایان برسد. جلا نوبت به مجرده ملک شهر رسیده است که خط لوله ۶۰۰ میلیمتری انتقال فاضلاب در این منطقه دچار شکستگی شود...

بحران استاندارد اصفهان این حادثه را توأم‌ان ناشی از فرسودگی لوله و فرورفتن زمین عنوان کرده است. این در حالی است که به نظر می‌رسد توأم‌ان همین دو دلیل باعث وقوع رخدادهای مشابه در شهر اصفهان از ابتدای سال جاری تا کنون بوده است...

شیشه فروش با بیان اینکه به علت شرایط کم آبی و خشکی رودخانه زاینده رود روند فرورفتن زمین و تآثیرات آن تشدید شده است می‌گوید: «وقوع حوادث شکستگی شبکه‌های آب و فاضلاب فرسوده طی چند سال اخیر افزایش یافته است که با پایش‌های انجام شده در شبکه فاضلاب شهر اصفهان ۳۰۰ کیلومتر از شبکه‌های نیاز به بازسازی دارد و ۳۰ کیلومتر از شبکه‌ها در اولویت بازسازی است...»

راه‌اندازی سامانه‌های صوتی

یکپارچه در ناژوان اصفهان

مدیر ناژوان شهرداری اصفهان راه‌اندازی سامانه‌های صوتی یکپارچه در ناژوان با منطبق با استانداردها و کمیته‌های ستاد دائمی خدمات سفر شهرداری اصفهان اعلام کرد: به صورت اجرایی قطعی باید از فرست‌های کم استفاده کرد تا خدمات خوبی به گردشگران و مسافران نوروزی ارائه دهد...

نصب میلان تماشا

در نقاط خاص شهر اصفهان

معاون فنی اجرایی سازمان زیبایسازی شهرداری اصفهان گفت: میلان تماشا طراحی و در نقاط خاص این کلان‌شهر نصب شده است تا فضای زیبای را برای شهروندان اصفهان ایجاد کند...

رونمایی از محصول مخترع اصفهانی در کنگره نوآوری‌های اورژانس



قابلیت استفاده یک کاربر را دارد و زمانیکه دانشجو در حال سمع صدا می‌باشد از طرف مرئی قلب بررسی و نظارت نیست.

کارشناس اورژانس ۱۱۵ اصفهان موفق به اختراع گوشی پزشکی آموزشی ۴ نفره، جهت هم‌زمان صداهای بدن شد. عباس‌عابدی مخترع گوشی پزشکی آموزشی ۴ نفره ظهر پنجشنبه در حاشیه کنگره ملی نوآوری‌ها در اورژانس پیش‌بیمارستانی گفت: این وسیله به منظور استفاده اساتید و مربیان علوم پزشکی در جهت کمک به دانشجویان و دانشجویان علوم پزشکی غیر طبیعی بدن انسان طراحی ساخته شده است...

Table with 2 columns: Date (e.g., ۱۴۰۲/۱۱/۱۳) and News Title (e.g., تغییرات آگهی). Contains 10 rows of news snippets.

Table with 2 columns: Date (e.g., ۱۴۰۲/۱۱/۱۸) and News Title (e.g., فقدان سند مالکیت). Contains 10 rows of news snippets.

Table with 2 columns: Date (e.g., ۱۴۰۲/۱۱/۱۹) and News Title (e.g., شرکت با مسئولیت محدود افرا هم‌رزین کهن در تاریخ). Contains 10 rows of news snippets.

Table with 2 columns: Date (e.g., ۱۴۰۲/۱۱/۲۰) and News Title (e.g., شرکت سهامی خاص سینتا سلامت). Contains 10 rows of news snippets.



پرواز شهاب به مقصد لیگ ژاپن؟

مهاجم پرسپولیس قصد چالش دوباره‌ای در فوتبال خارج از ایران را دارد. شهاب زاهدی که بعد از فصل حضور در فوتبال اروپا بار دیگر به پرسپولیس بازگشت اگر اتفاق خاصی نیفتد در ادامه فصل راهی لیگ ژاپن خواهد شد. بحث جدایی شهاب زاهدی از مدتی قبل شکل گرفته بود، اما به واسطه مشکلات این تیم و خصوصاً بسته بودن پنجره نقل و انتقالات، این مهاجم تریجیح داده بود در انتظار مشخص شدن وضعیت سرخپوشان باشد. با این حال بعد از باز شدن پنجره نقل و انتقالات این باشگاه و اضافه شدن عیسی آل کثیر، اکنون شهاب زاهدی قصد دارد در کت و گو با مدیران تیم بند جدایی‌اش با پیشنهاد خارجی را فعال کرده و به پیشنهاد ژاپنی‌اش پاسخ مثبت دهد. با این حال باید دید تصمیم باشگاه در خصوص شهاب زاهدی چیست.

سرمربی تیم ملی والیبال از ایتالیا می‌آید؟

فدراسیون والیبال ایران بالاخره بعد از نزدیک به چهار ماه از استعفای بهرروز عطایی با گزینه مورد نظر خود به توافق رسید. فدراسیون والیبال با البرتو جولیانی، سرمربی ایتالیایی و سابق تیم ملی والیبال ترکیه، به توافق رسیده است و تنها جزئیات قرارداد باقی مانده است. جولیانی، ۵۰ساله که سابقه هدایت تیم‌های بزرگی از جمله لوبه ایتالیا، هالک بانک ترکیه، اسکور سوویا لهستان، المیا کوس یونان، تیم ملی والیبال اسلونی و ترکیه را در کارنامه خود دارد در حال حاضر سرمربی مودنا ایتالیا نیز محسوب می‌شود. به احتمال فراوان در صورت توافق بر سر جزئیات قرارداد، جولیانی سرمربی تیم ملی والیبال ایران خواهد شد. در واقع بعد از بحث و مشورت‌های فراوان در کمیته فنی او به عنوان گزینه نهایی سرمربیگری تیم ملی انتخاب شده است.



استارت محرم با مس، شبیه به پایان با سپاهان

فوتبالی که نوید کیا دوست دارد...

محرم نوید کیا سرانجام به اولین بردش با مسی‌های فرستگان رسید. مس رفسنجان بعد از جدایی سساکت الهامی و روی کار آمدن محرم نوید کیا موفق به کسب اولین بردش در لیگ برتر آن هم در زمین نساجی شد. برتری‌ای که با نتیجه سه بر صفر رقم خورد تا شاگردان محرم تیم فصل دوم را با کسب ۴ امتیاز از دوبازی آغاز کرده باشند. مس رفسنجان بعد از سپاهان دومین تیم تحت هدایت محرم در لیگ برتر به حساب می‌آید و جالب آنکه محرم در آخرین پیروزی‌اش با سپاهان نیز موفق به تحمیل کردن سه گل به حریف شده بود در روزی که طلایی پوشان با نتیجه سه بر صفر در ورزشگاه نقش جهان از سد پدیده مشهد سقوط کرده گذشتند. محرم بعد از آن، دو بازی با پایانی‌اش در لیگ بیست و یکم با سپاهان را با مساوی پشت سر گذاشته بود تا با احتساب تساوی هفته گذشته با مس، پس از سه تساوی پیاپی در لیگ برتر موفق به کسب پیروزی شود. ضمن آنکه این اولین پیروزی مسی‌ها بعد از برتری سه بر صفر نساجی مقابل فولاد در هفته نهم لیگ برتر بود.



«به خاطر هواداران نساجی ناراحت شدم محرم نوید کیا در نشست خبری پس از پیروزی ۳ بر یک مقابل نساجی، اظهار داشت: بازی خوبی از طرف ما انجام شد. سعی کردم تا جایی که می‌شود گردش توپ بهتری داشته باشم. بازی قبلی کمی در گردش توپ مشکلاتی داشتیم ولی در این بازی سعی کردم سرعت انتقال‌ها بهتر باشد و از فضاهایی که حریف می‌دهد استفاده کنم.»

وی افزود: می‌دانستیم نساجی دوست دارد بیشتر روی توپ‌های بلند و ارسال‌های که اغلب از مرکز زمین هستند، کار کند. روی این مساله هم کار کرده بودیم. در کل می‌توانم بگویم فضاهای خیلی خوبی از نساجی به دست آوردیم. توانستیم موفقیت‌های زیادی بسازیم. بازی قبلی موفقیت‌سازي ما کمتر بود. این بازی خیلی زیاد بود. سرمربی مس رفسنجان تصریح کرد این فوتبالی است که دوست دارم. همیشه دلم می‌خواهد مالکیت توپ بالا داشته باشم و بازیکنانم با اعتماد به نفس بازی کنند. موفقیت‌سازي نساجی شانس گل داشته باشم و در نهایت اگر شد امتیاز کامل بگیریم. خوشبختانه این بازی خیلی خوب بود. واقعا برای مردمی که اینجا زندگی دارند ناراحت بودم ولی واقعتاً فوتبال همین است. کاری نمی‌شود کرد. وی افزود: نساجی تیم خیلی خوب است. بازیکنان خوبی دارند. فکر می‌کنم مشکلات روحی-روانی است. به خاطر مشکلاتی که دارد در این شرایط قرار گرفته است. در غیر این صورت، واقعا بازی مقابل نساجی در این زمین خیلی سخت است. خوشبختانه این کار را انجام دادیم. نتیجه خوبی گرفتیم و گل‌های خوبی هم زدیم.

نوید کیا درخصوص اینکه آیا تصور چنین بردی را مقابل نساجی در ورزشگاه وطنی داشت. گفت: فوتبال که دوست دارم همین است که می‌بینید سیستم تیم مس را! ۲ دفاع به ۴ دفاع تبدیل کردم. دوست دارم مالکیت توپ بالا با موفقیت‌سازي داشته باشم. نمی‌گویم فکر کردم ۱۲ تا ۳ گل به نساجی بزنم. نه، این افکار میانه است. وظیفه سرمربی این است که تیم را تا جایی که می‌تواند نظر روحی-روانی به سطح بالا برساند. و بازیکنان را مجبور کند به بحث‌های تاکتیکی را انجام بدهند. بعد هم نتیجه است که انتقادات فوتبال هم در آن دخیل است. خیلی خوشبین بودم امتیاز کامل را بگیریم ولی نه با این سبک فوتبال و این تعداد گل.

خارجی‌های جدید پرسپولیس به ذوب آهن می‌رسند

دو بازیکن جدید پرسپولیس مشکلی برای حضور در بازی با ذوب آهن ندارند. سرخ‌ها به دلیل عدم صدور مجوز بازی، نتوانستند از «الکدریک حسن» و «وستون روفوف» دو بازیکن خارجی و جدید خود در مصاف با تراکتورسازی تبریز جدا شده باشند. در همین راستا بخش امور بین‌الملل باشگاه پس از آن که با باز شدن پنجره زمستانی نقل و انتقالات، نسبت به ثبت درخواست مجوز بازی عبدالکریم حسن اقدام کرد، با ارسال مدارک، برای ارویوف نیز درخواست آبی‌سسی نمود و خود دو ستاره پرسپولیس می‌توانند تیم خود را در بازی با ذوب آهن همراهی کنند. تیم‌های فوتبال پرسپولیس و ذوب آهن چهارشنبه ۹ اسفند و از ساعت ۱۷:۱۵ در ورزشگاه فولادشهر اصفهان رو در روی هم قرار می‌گیرند.



گیتی پسند به رده چهارم سقوط کرد



تیم والیبال «گیتی پسند» اصفهان در بیست و دومین دیدار خود در لیگ برتر والیبال ایران مغلوب تیم «پیکان تهران» شد و با کسب نهمین باخت در این دوره از رقابت‌ها، جایگاه سومی خود را از دست داد و به رده چهارم لیگ برتر والیبال سقوط کرد. تیم والیبال گیتی پسند اصفهان در چارچوب هفته بیست و دوم لیگ برتر والیبال مردان ایران در یکی از مهم‌ترین و سرنوشت‌سازترین دیدارهای هفته در ورزشگاه شهدای مخابرات اصفهان، مقابل تیم پیکان تهران سه بر یک شکست خورد. تیم والیبال گیتی پسند اصفهان با این شکست و با توجه به برد سه بر صفر تیم طبیعت اسلامشهر مقابل هورسان راسر جایگاه سوسوم خود در جدول رده‌بندی لیگ برتر والیبال مردان کشور را از دست داد و تیم اسلام شهری به رده سوم صعود کرد.

مجسمه هری کین در انبار خاک می‌خورد!



مجسمه هری کین سال‌هاست که در انبار است، چون جای مناسبی برای گذاشتن آن پیدا نمی‌کنند. کین، بهترین گلزن تاریخ ناتهام و تیم ملی انگلیس، متولد چیچنگفورد در شرق لندن است. نیم سال‌های ۲۰۱۹ تا ۲۰۲۰، شورای شهر چیچنگفورد ۸۰۰۰ پورو برای ساخت مجسمه کین اختصاص داد، اما سال‌هاست مجسمه در انبار نگهداری می‌شود، زیرا مقامات محلی برای قرار دادن آن جای مناسبی پیدا نمی‌کنند.

تاسناتن اسمال، با توجه به تاخیر از کسب عناوین قهرمانی با اسپرز، کین تصمیم گرفت به بایرن مونیخ برود که با آن سوپر جام آلمان را دست داد، ولی از جام حذفی آلمان حذف شده‌اند و هشت امتیاز کمتر از بایر لورکوزن، صدرنشین بوندسلیگا دارند. آنها باید شکست ۱-۰ مقابل لاتزیو در تور دوم مرحله یک هشتم نهایی لیگ قهرمانان اروپا را دو هفته بعد جبران کنند تا راهی دور بعد شوند.

در سال‌های ۲۰۱۹ و ۲۰۲۰، شورای و اتلهام فارست، منطقه‌ای که چیچنگفورد در آن قرار دارد، ۷۲۰۰ پوند (۸۰۰۰ پورو) برای ساخت مجسمه‌ای از فوتبالیست اختصاص داد. از آن زمان و سپس از اینکه طرح قرار دادن آن در استیج‌های مترو چیچنگفورد شکست خورد، تلاش‌ها برای یافتن مکان مناسب برای آن ناموفق بوده است. همچنین چراغ‌سازی نیز برای قرار دادن آن در پارک ریجیو نشان داده شده بدون اینکه هیچ دلیلی برای این موضوع ارائه شده باشد.

ورزشگاه فقط ورزشگاه شالکه!



سرمربی برنالی سپاهان خطاب به بازیکن محبوبش در این تیم از فناوری ورزشگاه شالکه گفت. ژوزه مورایس امیدوار است که به عنوان سرمربی و بازیکن سپاهان در نشست خبری پیش از بازی با الهلال حاضر شده و به سوالات خبرنگارانی که خوششان را به کینگام آرنه، ورزشگاه تازه تاسیس الهلال، رسانده بودند پاسخ دادند. جذابیت این ورزشگاه به حدی بود که مورایس امیدوار است در تقابلی در زمین چمن راه رفته و با کمک فردین قهصبی، ترمیم ژوئه درباره فناوری این ورزشگاه بپزدند.

در این گفتگو مورایس با تمجید از این ورزشگاه، به ورزشگاه شالکه، گلزنگرشن، اشاره کرد و گفت: آنجا به خاطر سرپوشیده بودن ورزشگاه، به اندازه یک استادیوم دیگر در کنار ورزشگاه فضای پارکینگ مانند وجود دارد و کل چمن خارج می‌شود تا تا باشی نور آفتاب، وضعیت مناسبی داشته باشد. این ورزشگاه از چنین تکنولوژی‌ای پشتیبانی نمی‌کند، اما قطعاً تمهیدات لازم برای حفظ کیفیت این زمین هم اندیشیده شده است.

نورافکن نیز که با دقت به حرف‌های مورایس گوش می‌داد، در پایان از کیفیت ورزشگاه تمجید کرد و البته متذکر شد که هر ورزشگاهی، مهم نحوه استفاده بازیکنان حاضر در زمین از موقعیت‌هاست و نتیجه با دقت بازیکنان رقم می‌خورد.

نورافکن، ستاره سپاهان که تجربه بازی در اروپا را هم در کارنامه دارد، پس از حضور در نشست خبری و تماشای ورزشگاه هم به خبرنگاران گفت: «این ورزشگاه واقعا هیجان‌انگیز و عجیب است. ما چنین ورزشگاه‌هایی را در کشورمان ندانستیم و هیجان‌انگیز است.»

رم برای جذب دائمی سردار شرط گذاشت



باشگاه رم قصد دارد سردار آزمون را به شکل دائمی جذب کند. اما یک مشکل بر سر این راه وجود دارد. بایرلورکوزن صدرنشین قاعط این فصل از رقابت‌های بوندسلیگا است. این تیم با ژاوی آلونسو روزهای فوق‌العاده‌ای را سپری می‌کند و حالا بالاتر از بایرن مونیخ مدعی ششم‌شماره یک قهرمانی محسوب می‌شود. یکی از نقاط قوت لورکوزن در این فصل عملکرد فوق‌العاده این تیم در فاز هجومی بوده است جایی که آنها تا اینجا فصل ۵۷ گل وارد دروازه رقیب کرده‌اند و از این حیث فقط بایرن مونیخ با ۶۱ گل زده بالاتر از آنها قرار دارد. همین نمایش قانع کننده در فاز هجومی و البته ترفیق بالایی خط حمله باعث شده که باشگاه آلمانی موضع خود را درباره آزمون از به صورت قرضی راهی رم شده مشخص کند. از طرف دیگر باشگاه رم نیز کاملاً از عملکرد مهاجم ایرانی رضایت دارد و تمام تلاش خود را برای حفظ و جذب دائمی او انجام خواهد داد. بر اساس ادعای کالجیو مراکتو باشگاه رم قصد دارد برای جذب آزمون از بایرلورکوزن تخفیف بگیرد. لورکوزن قیمت سردار را ۱۲.۵ میلیون پورو تعیین کرده، اما رم می‌خواهد با ۱۰ میلیون پورو او را جذب کند. حالا باید منتظر ماند و دید که آیا رم و لورکوزن بر سر مبلغ به توافق خواهند رسید یا خیر.

03

حسین رضازاده در بیمارستان بستری شد

قهرمان سابق سنگین وزن و نهم‌درجی جهان و المپیک در تیم‌های استرلیتی شد. حسین رضازاده که با روی کار آمدن سجاد لورکوزنی در فدراسیون و نهم‌درجی حضور فعالی در جلسات این فدراسیون دارد و همچنین در فدراسیون جاپان و توپ‌بازان هم مسئولیت بارون‌نهم‌درجی را بر عهده گرفته، به علت عوارض ناشی از بیماری دیابت در بیمارستان مشغول درمان است. قهرمان سابق و نهم‌درجی جهان المپیک که تا سال‌ها رکورد سنگین وزن بود، در بیمارستان بستری شده اما حال عمومی او خوب گزارش شده است. رضازاده تا تشخیص پزشک معالج جراحی ساده‌ای انجام داده و کنترل بیشتر یکی از نوزده بستری است تا بدون مشکل به خانه برود.

02

دزاکه وارد دنیای مربیگری شد

لشکار دزاکه نیز قصد دارد تا به مربیان فوتبال اضافه شود. دزاکه سابق تیم ملی فوتبال ایران و باشگاه‌های ولفسبورگ و فولام، تراکتور و فولاد، پس از آنکه تیمی را برای ادامه دوران حرفه‌ای خود انتخاب نکرد، مسیر دیگری را در زندگی ورزشی خود انتخاب کرده است. دزاکه که در قرض به سر می‌برد کلاس‌های مربیگری خود را آغاز کرده است تا بتواند پس از دریافت مجوزات لازم و رسمی شدنش در فدراسیون فوتبال آسیا بتواند در عرصه جدیدی از دوران حرفه‌ای خود مشغول فعالیت شود. مسود شجاعی که مدتی است هدایت هوادار را بر عهده گرفته، زودتر از دزاکه با این مسیر گذشت و اکنون نوبت به دزاکه می‌رسد.

01

بازگشت فغانی به قضاوت

پس از چندین سال کسرت در خصوص تصمیم تأییدکننده علیرضا فغانی در بازی عراق و اردن و اخراج آیمین حسین از زمین مسابقه این داور با تجربه ایرانی با تصمیم شخصی، قطر را به مقصد استرالیا ترک کرد و پس از چند هفته، یک بار دیگر در مسابقات آسیایی به قضاوت پرداخت. در دیدار برگشت از مرحله یک هشتم نهایی لیگ قهرمانان آسیا، مدیران نساجی فغانی را به بازی به لطف گل‌ناهی‌های پایانی سفیان رحیمی با پیروزی دو بر یک نماینده امارات به پایان رسید. علیرضا فغانی با کمک‌هایش از استرالیا، کار قضاوت این مسابقه را بر عهده داشتند تا این داور ایرانی برای نخستین بار پس از دیدار چندجای عراق و اردن، مسابقه آسیایی را قضاوت کند.



عمل کنیبه پیش از آنکه چراغ عمل خاموش و فرصت پایانیافته و اجل فرارسیده و تودیه بسته و فرشتگان به آسمان پرواز کنند. پس هرکسی با تلاش خود برای خود، از روزگار زندگانی برای ایام پس از مرگه از دنیای فناپذیر برای جهان پایدار و از گذرگاه دنیا برای زندگی جاودانه آخرت، توشه برگیرد. انسان باید تقوا کند زیرا تا لحظه مرگ فرصت داده شده و مهلت عمل نیکو دارد. انسان باید تقوا را مهار زند و آن را در اختیار گرفته از طغیان و گناهان بازدارد و زمام آن را به مسوی اطاعت پروردگار بکشد.

مولا علی (ع)

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

در قالب ابتکار «جای خالی را با درخت مناسب پر کنیم» توسط شهرداری اصفهان،

روز درختکاری ۱۱۰ هزار درخت در اصفهان کاشته می شود



سازمان اکبرزاده
 امسال ۱۵ اسفند همزمان با روز درختکاری که با شمار «جای خالی را با درخت مناسب پر کنیم» همراه است ۱۱۰ هزار درخت در شهر اصفهان در محل هایی که زمانی در آنجا درخت وجود داشته و امروز خالی است، کاشته خواهد شد. معاونت خدمات شهری شهرداری اصفهان که طی تور بازدید خبرنگاران از مراکز پرورش گل و گیاه اصفهان در جمع خبرنگاران حاضر شده بود با بیان این مطلب گفت: در شهر اصفهان جای ۷۰۰ هزار درخت خنجر آفرین که طی ۳۰ سال خالی شده است شناسایی شده که ما در سالجاری از این تعداد جای خالی ۳۰۰ هزار درخت در نقاط مختلف درختکاری

شهروندان تفریحگاه خوبی داشته باشند تلاش می کند که این مهم با همکاری سازمان زیباسازی، نت و ... مسر بوده که امید است سال آینده فعالیت بیشتر و بهتری را شاهد باشیم. معاون خدمات شهری شهرداری اصفهان گفت: امروز در سازمان پارک ها و فضای سبز شهرداری اصفهان انقلابی برای خودکفایی در تولید و اینکه بتوانیم خدمات محصول تهیه کنیم صورت پذیرفته است. از دیگر سبها با حمایت بخش خصوصی و شرکت های دانش بنیان و خرید تضمینی محصولات آنان و ادامه این روند توانسته ایم این امر را تداوم بخشیم.

منظر قرار گرفته است. وی با بیان اینکه چند مرکز گل و گیاه در دو سال اخیر رو به تعطیلی بود اما آنها را برایای کردیم افزود: یکی برای خرید بنر وارداتی برای تولید گل از پول نفت هزینه کنیم سرشکستی است. عرفان منش گفت: حمایت و بهره گیری از شرکت های دانش بنیان برای تولید بنر بومی و جلوگیری از واردات بنر هدف ملی ماست تا این شرکت های دانش بنیان مطمئن شوند که تولید آنها در بازار خریدار دارد. مدیر عامل سازمان پارک ها و فضای سبز شهرداری اصفهان اظهار داشت: اصفهان تنها شهری در کشور است که فضای سبز آن حصار ندارد. عرفان منش گفت: ما در پارک می توانیم بستر سبز با بهره گیری از آب کمتر داشته باشیم. این در حالی است که مردم اصفهان به چمن علاقمند بوده و در پارک ها می توان گونه های کم مصرف را جایگزین نمود که اگر اینگونه باشد هزینه های مصرف آب کاهش می یابد. وی البته تأکید کرد: تا تابستان پارسال ۱۷۰ هزار مترمربع انواع چمن گرمسیری تولید کردیم. این نوع چمن مناسب اقلیم ما است و نیاز کمی آب دارد. این در حالی است که علاوه بر آن در اصفهان، در شهر با بحران کیفیت خاک نیز روبرو هستیم. وی افزود: از ظرفیت مسایر شهرهای کشور نیز همچون بندرعباس در تولید چمن گرمسیری بهره می بریم. ما نیز برای شهرهای همچون رفسنجان



نوبت اول
((آگهی مزایده نوبت اول چهار قطعه پلاک خدمات کارگاهی))
 شهرداری چرمهین براساس مصوبه شورای محترم اسلامی شهر و به موجب ماده ۱۳ آیین نامه مالی شهرداری ها در نظر دارد در راستای عمران و آبادانی شهر اقدام به فروش ۴ قطعه پلاک زمین با کاربری خدمات کارگاهی واقع در شهر چرمهین به اشخاص حقیقی یا حقوقی واجد شرایط از طریق مزایده و طبق نظر کارشناسی (کارشناس رسمی دادگستری) باقیمت پایه به فروش برساند. لذا متقاضیان می توانند از تاریخ انتشار این آگهی، حداکثر تا ساعت ۱۲ ظهر روز یکشنبه ۱۴۰۲/۱۲/۱۳ نسبت به تهیه اوراق از سامانه ستاد (setadiran.ir) و حداکثر تا ساعت ۱۲ ظهر روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۱۲/۲۳ نسبت به ثبت پیشنهاد قیمت خود در سامانه ستاد (setadiran.ir) اقدام و رسید آن را دریافت و حداکثر تا ساعت ۱۲ ظهر روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۱۲/۲۳ نسبت به تحویل اوراق و ضمانت نامه شرکت در مزایده به دبیر خانه حراست شهرداری اقدام نمایند. جهت کسب اطلاعات بیشتر به سامانه ستاد (setadiran.ir) مراجعه فرمایند و یا با شماره ۰۳۱-۵۲۵۵۲۴۴۴-۰۳۱ تماس حاصل نمایند.
 م.الف: ۱۶۷۴۲۰۰
 ثابت راسخ- شهردار چرمهین

نوبت اول
آگهی مزایده مرحله اول
 بدینوسیله شهرداری دستگرد با توجه به مصوبه شورای اسلامی در نظر دارد نسبت به فروش یک قطعه پلاک زمین مسکونی واقع در دستگرد-تفکیکی ملک الشعرا ی بهار اقدام نماید لذا شرکت کنندگان در مزایده می توانند جهت دریافت اسناد به سامانه ستاد تا آخر وقت اداری مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۹ مراجعه و تا تاریخ ۱۴۰۲/۱۲/۲۰ نسبت به بازگاری پیشنهادات در سامانه اقدام نمایند.
 تلفن: ۰۳۱۴۵۴۰۳۱۰۰ - ۰۳۱۴۵۴۰۳۲۰۰ - فاکس: ۰۳۱۴۵۴۰۳۰۳۱

ردیف	عنوان	مدرك مالكيت	مترآز	آدرس
۱	پلاک مسکونی	عادی	۱۸۱/۷۳	دستگرد- تفکیکی ملک الشعرا ی بهار

 م.الف: ۱۶۷۳۴۰۱
 ایرج بنائیان- شهردار دستگرد

۷۳۹
 دوازدهمین دوره مجلس شورای اسلامی در استان اصفهان به رقابت خواهند پرداخت

بانوان: ۷۶ نفر **آقایان: ۶۶۳ نفر**

انتخابات مجلس دوازدهم در اصفهان

تفکیک حوزه های انتخابیه نامزدهای تأیید صلاحیت شده در استان

اصفهان، جرقویه، کوهپایه، ورزوه و هرند	۲۸۴ نفر	فلاورجان	۲۱ نفر
فریدن، فریدونشهر، چادگان و بویین میاندشت	۳۲ نفر	سمریم	۲۶ نفر
کاشان و آران و بیدگل	۷۴ نفر	نجف آباد و تیران و کرون	۲۶ نفر
خمینی شهر	۱۸ نفر	نائین و خوروبیابانک	۴۷ نفر
حوزه انتخابیه مسیحیان ارمنی جنوب ایران	۳ نفر		
شاهین شهر، میمه و برخوار	۳۵ نفر		
گلپایگان و خوانسار	۳۱ نفر		
نطنز و بخش قمصر	۲۶ نفر		
شهرضا و دهقان	۳۵ نفر		
مبارکه	۲۹ نفر		
لنجان	۳۵ نفر		

www.nesfejahan.net