

از ابتدای سال تا کنون ۱۴۹۹ دستگاه خودرو توقیف شده است

# در قدیمی پلاک‌های مخدوش در اصفهان

زنگ خطر چاقی  
دانش آموزان به  
صدا درآمده است



رد پای شاگردان سابق  
تارتار در شکست ملوان

دوب آهن در حالی با نتیجه ۲ بر یک از سد ملوانان گذشت که محمدحسین اسلامی و محمدعرفان مصدومی، بازیکنان جوان دوب آهن موفق به کشیدن دروازه تیم مربی سابق خود در این بازی شدند.

در صفحه ۷ بخوانید

«کارت ملی»  
کارت بانکی  
می شود



www.nesfejahan.net

روزنامه مستقل استان اصفهان

شبه ۲۱ براد ماه ۱۴۰۲ / ۱۲ آگوست ۲۰۲۳ / ۲۵ محرم ۱۴۴۵  
سال یستم / شماره ۸ / ۶۶۵۳ صفحه / ۸۰۰۰ تومان

قلی زاده لیگ  
کنفرانس اروپا را  
از دست داد



۲ سال انتظار برای مصوبه‌ای که به سرانجام نرسید

وضعیت فوق العاده  
«فوق العاده خاص»!

بوی ناخوش عطرهاى تقلبى!

اسلحه گاندها برای شکار قوهای سپید

بلندتر شدن فهرست میراث‌های ناملموس استان اصفهان

باقلوای کاشان ثبت ملی شد



سلامت | ترفند تشخیص عسل طبیعی با سرکه

تکنولوژی | رم گوشی خود را چند برابر کنید

استان | رد پای ساکنان ۱۲ استان در حصه

جهان‌نما | کشف بخشی از تاریخ گمشده کاخ گلستان



The 15<sup>th</sup> International Specialized  
Exhibition of Metallurgy, Steel, Foundry  
Machinery & Related Industries  
23- 26 August 2023  
Isfahan International Exhibition Center, Iran  
Opening Hours : 10 - 18

پانزدهمین نمایشگاه بین‌المللی  
متالورژی، فولاد، ریخته‌گری  
ماشین‌آلات و صنایع وابسته  
۱ الی ۴ شهریورماه ۱۴۰۲

ساعت بازدید: ۱۰ تا ۱۸  
کمربندی شرق، روبروی منطقه روشن دشت  
نمایشگاه بین‌المللی اصفهان

METALLEX 2023

sponsored by:



مکان: رستاک، استان اصفهان | تلفن: ۰۲۱ ۸۸۲۶۹۵۵  
www.rastak-expo.com  
www.metalex.ir  
metalex@rastak-expo.com



با روزنامه مستقل  
نصف جهان  
جهانی شوید  
www.nesfejahan.net  
۳۴۴۵۲۰۰۵

نوبت اول | آگهی دعوت سهامداران

جهت تشکیل مجامع عمومی عادی بطور فوق العاده در  
شرکتهای سهامی خاص

بدینوسیله از کلیه سهامداران شرکت پترو ناب سیاهان به شماره ثبت ۱۴۰۶ به شناسه ملی :  
۱۰۲۶۰۱۸۴۰۰۷ دعوت می شود تا در جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده نوبت اول که در  
ساعت ۱۰ صبح روز شنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۰۴ در آدرس استان اصفهان، شهرستان نجف آباد، بخش  
مرکزی، شهر نجف آباد، شهرک صنعتی نجف آباد ۱، خیابان تولید، بن بست فولاد، پلاک ۸، طبقه  
همکف کد پستی ۸۵۱۶۹۵۷۱۳۵ تشکیل می شود حضور بهم رسانند.

الف) دستور جلسه: مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده

۱- انتخاب اعضای هیات مدیره

۲- انتخاب بازرسی

۳- تصویب صورت‌های مالی منتهی به سال ۱۴۰۰ و ۱۴۰۱

۴- تعیین سمت و دارندگان امضاء مجاز

۵- انتخاب روزنامه کثیرالانتشار

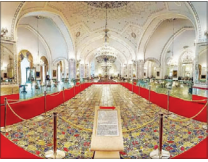
تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۵/۲۱

هیات مدیره شرکت



آسیب رسانی جدی سرریز مواد مخدر تولیدی افغانستان

رئیس پلیس مازما مواد مخدر فراخ ضمن ابراز نگرانی از افزایش تولید مواد مخدر به ویژه روانگردان‌ها در افغانستان، بر لزوم مقابله جدی تر کشورها با پدیده قاچاق مواد مخدر تأکید کرد. سردار ایرج کاکوند اظهار کرد: امیدواریم با ارتقای سطح همکاری‌های متقابل شاهد اقدامات مطلوب‌تری در راستای مقابله با قاچاق مواد مخدر در سطح منطقه و بین الملل باشیم. سردار کاکوند در ادامه به افزایش تولید مواد مخدر به ویژه روانگردان در افغانستان اشاره و خاطر نشان کرد: کشور افغانستان به عنوان همسایه جمهوری اسلامی ایران،



کشف بخشی از تاریخ گمشده کاخ گلستان

۲ سال انتظار برای مصوبه‌ای که به سر انجام نرسید

علاوه بر تولید مواد مخدر سنتی به منبع اصلی تولید متافمتامین (شیشه) در سال‌های اخیر نیز تبدیل شده و سرریز مواد مخدر تولیدشده در افغانستان، ضمن آلودگی جبران ناپذیر اجتماعی و نسل جوان موجب ایجاد آسیب‌های جدی و همچنین به پرچم دار بودن جمهوری اسلامی ایران در مقابله همه جانبه با مواد مخدر تأکید و اظهار کرد: کشور جمهوری اسلامی ایران با به کارگیری نیروهای کارآمد و مجرب با تمام توان با قاچاق مواد مخدر مقابله می‌کند. وی افزود: جمهوری اسلامی ایران موفق به کشف بیش از ۶۲۰ تن انواع مواد مخدر در سال ۲۰۲۲ میلادی شد.

وضعیت فوق العاده «فوق العاده خاص»!

در آذرماه سال ۱۴۰۰ بود که رئیس جمهوری با اجرائی آن موافقت کرد و قرار بود با تأیید رئیس این مصوبه به اجرا برسد اما عدم تأمین بودجه باعث شد که اجرائی آن ابر ماند.

در سال ۱۴۰۱ این طرح دوباره کلید خورد و بهرروزر حجمی معاون توسعه مدیریت، منابع و برنامه‌ریزی وزارت بهداشت در آبان ماه سال گذشته در زمینه «فوق العاده خاص» کار سلامت، از آخرین وضعیت اجرائی آن خبر داد و گفته وزارت بهداشت آخرین نظرات اصلاحی و پیشنهادها خود را قبلاً بسته مجدداً تقدیم کرده و در امیدواریم بر وجهه سال ۱۴۰۲ پیش‌بینی شود اما ردیف بودجه مستقلاً به این امر اختصاص یافته است. محمدرضا سقائیان فرد، نماینده جمعی از اعضای کادر سلامت با بیان اینکه بعد از سال‌ها پیگیری هنوز مطالبه برقراری «فوق العاده خاص» به نتیجه نرسیده است، گفته این طرح همچنان با همه گردی کر، کما، صف تقدیر و تشکرهای شاهی از کادر سلامت هم‌پیکل گرفت. در آن زمان یکی از مطالبات قانونی کادر سلامت که از سوی فعالان صنفی مطرح شد، برقراری «فوق العاده خاص» بود و ما معتقدیم که این تشکر باید به صورت عملی و عینی باشد.

وی به تازگی تأکید کرد: این همه نام‌نگاری و بروکرسی در قبال یک حق طبیعی به نتیجه نرسید چون از ادعای بعد از آخرین امهاتگاری کردی بر به پهلشت تاکنون جواب مشخصی برای اجرائی شدن «فوق العاده خاص» نرسو می‌آید. سرانجام این طرح اجرائی شد.



لادن ابراهیمش

به مهاجرت نمی‌کنند و اجرائی این مصوبه می‌تواند به افزایش انگیزه و کاهش مهاجرت پرستاران منجر شود. اینها همه در حالی است که از دو سال پیش تاکنون و با وجود تصویب این طرح اجرائی «فوق العاده خاص» برای پرستاران به تأیید نرسیده است. سرانجام این طرح اجرائی شد. در حالی که دو سال پیش تاکنون و با وجود تصویب این طرح اجرائی «فوق العاده خاص» برای پرستاران به تأیید نرسیده است. سرانجام این طرح اجرائی شد.

«کارت ملی» کارت بانکی می‌شود

شماره حساب است؛ ممکن است دسترسی به شماره شیا رای اکثر افراد سخت باشد و یا خیلی‌ها اطلاعاتی در روش‌های دریافت شماره شیا نداشته باشند. یکی از استفاده‌های کارت ملی از بین برین این محدودیت است. بنا براین در آینده مردم می‌توانند تنها یک حساب بانکی داشته باشند. این کارشناس بانکاری الکترونیکی می‌تواند است. این وقت است که همه چیز به یکباره از دست می‌دهد و باید برای گرفتن مجوز دوباره یک کارت روند اداری طولانی سازمان‌های مختلف صادر کننده کارت ملی طی کند. کارشناس بانکاری الکترونیکی می‌تواند انقلابی باشد در راستای خدمات بهتر به شهروندان؛ به این خاطر که یکی از مهمترین کارهای کارت ملی، آسان کردن کارها است؛ همه حاکم‌ها و مدیران به صورت الکترونیکی پول انتقال داده و با دریافت کرده‌ایم. در حالی است که گاهی اوقات برای حواله پول نیاز به شماره شیا یا

غیر حضوری اشاره کرد. به گفته مدیر عامل بانک ملی ایران این اقدامات با هدف مشارکت و هم‌افزایی بین دو دستگاه نهادتحوالی و بانک ملی برای افزایش کارایی آن است. کارشناس بانکاری الکترونیکی می‌تواند انقلابی باشد در راستای خدمات بهتر به شهروندان؛ به این خاطر که یکی از مهمترین کارهای کارت ملی، آسان کردن کارها است؛ همه حاکم‌ها و مدیران به صورت الکترونیکی پول انتقال داده و با دریافت کرده‌ایم. در حالی است که گاهی اوقات برای حواله پول نیاز به شماره شیا یا

غیر حضوری اشاره کرد. به گفته مدیر عامل بانک ملی ایران این اقدامات با هدف مشارکت و هم‌افزایی بین دو دستگاه نهادتحوالی و بانک ملی برای افزایش کارایی آن است. کارشناس بانکاری الکترونیکی می‌تواند انقلابی باشد در راستای خدمات بهتر به شهروندان؛ به این خاطر که یکی از مهمترین کارهای کارت ملی، آسان کردن کارها است؛ همه حاکم‌ها و مدیران به صورت الکترونیکی پول انتقال داده و با دریافت کرده‌ایم. در حالی است که گاهی اوقات برای حواله پول نیاز به شماره شیا یا

غیر حضوری اشاره کرد. به گفته مدیر عامل بانک ملی ایران این اقدامات با هدف مشارکت و هم‌افزایی بین دو دستگاه نهادتحوالی و بانک ملی برای افزایش کارایی آن است. کارشناس بانکاری الکترونیکی می‌تواند انقلابی باشد در راستای خدمات بهتر به شهروندان؛ به این خاطر که یکی از مهمترین کارهای کارت ملی، آسان کردن کارها است؛ همه حاکم‌ها و مدیران به صورت الکترونیکی پول انتقال داده و با دریافت کرده‌ایم. در حالی است که گاهی اوقات برای حواله پول نیاز به شماره شیا یا

رنگ گظری چاقی دانش آموزان را به صدا درآورده است

بروزدها هم به مصرف غذاهای خانگی کمتر شده و این موضوع زمینه بروز معضل چاقی در میان افراد را ایجاد کرده است. هم‌اکنون نیمی از نوجوانان در ایران چاقی دارند. این معضل را می‌توان از دیگر دلایل چاقی کودکان دانست. اما برای اوقات فراغت دانش آموزان، برنامه‌ریزی‌های لازم را برای افزایش تحرک کودکان و نوجوانان انجام دهد، ضرر فرهنگ دبازگی که میان قشر جوان و نوجوان جانشده است استفاده بیش از حد فضای دیجری و بی‌تحرکی طی ساعت‌های متوالی است که این نیز شامل دیگر دلایل بروز چاقی می‌شود. البته همه کودکان و نوجوانان دچار چاقی نیستند اما برخی کودکان به دلیل مصرف بیش از نژانهای پرکالری از چاقی رنج می‌برند.

بروزدها هم به مصرف غذاهای خانگی کمتر شده و این موضوع زمینه بروز معضل چاقی در میان افراد را ایجاد کرده است. هم‌اکنون نیمی از نوجوانان در ایران چاقی دارند. این معضل را می‌توان از دیگر دلایل چاقی کودکان دانست. اما برای اوقات فراغت دانش آموزان، برنامه‌ریزی‌های لازم را برای افزایش تحرک کودکان و نوجوانان انجام دهد، ضرر فرهنگ دبازگی که میان قشر جوان و نوجوان جانشده است استفاده بیش از حد فضای دیجری و بی‌تحرکی طی ساعت‌های متوالی است که این نیز شامل دیگر دلایل بروز چاقی می‌شود. البته همه کودکان و نوجوانان دچار چاقی نیستند اما برخی کودکان به دلیل مصرف بیش از نژانهای پرکالری از چاقی رنج می‌برند.

بروزدها هم به مصرف غذاهای خانگی کمتر شده و این موضوع زمینه بروز معضل چاقی در میان افراد را ایجاد کرده است. هم‌اکنون نیمی از نوجوانان در ایران چاقی دارند. این معضل را می‌توان از دیگر دلایل چاقی کودکان دانست. اما برای اوقات فراغت دانش آموزان، برنامه‌ریزی‌های لازم را برای افزایش تحرک کودکان و نوجوانان انجام دهد، ضرر فرهنگ دبازگی که میان قشر جوان و نوجوان جانشده است استفاده بیش از حد فضای دیجری و بی‌تحرکی طی ساعت‌های متوالی است که این نیز شامل دیگر دلایل بروز چاقی می‌شود. البته همه کودکان و نوجوانان دچار چاقی نیستند اما برخی کودکان به دلیل مصرف بیش از نژانهای پرکالری از چاقی رنج می‌برند.

بروزدها هم به مصرف غذاهای خانگی کمتر شده و این موضوع زمینه بروز معضل چاقی در میان افراد را ایجاد کرده است. هم‌اکنون نیمی از نوجوانان در ایران چاقی دارند. این معضل را می‌توان از دیگر دلایل چاقی کودکان دانست. اما برای اوقات فراغت دانش آموزان، برنامه‌ریزی‌های لازم را برای افزایش تحرک کودکان و نوجوانان انجام دهد، ضرر فرهنگ دبازگی که میان قشر جوان و نوجوان جانشده است استفاده بیش از حد فضای دیجری و بی‌تحرکی طی ساعت‌های متوالی است که این نیز شامل دیگر دلایل بروز چاقی می‌شود. البته همه کودکان و نوجوانان دچار چاقی نیستند اما برخی کودکان به دلیل مصرف بیش از نژانهای پرکالری از چاقی رنج می‌برند.



این در حالی است که با ورود این غذاهای سریع و آماده به سفره‌ها تمایل

خبرخوان

آغاز به کار سفارت عربستان

کابلینا | سفارت عربستان سعودی در جمهوری اسلامی ایران از روز یکشنبه ۱۵ مرداد ماه به طور رسمی فعالیت خود در تهران را آغاز کرده است. ۱۶ خرداد ماه امسال نیز سفارت و سرکنسولگری جمهوری اسلامی ایران در ریاض و جدع عربستان و نمایندگی دائم کشورمان نزد سازمان همکاری اسلامی به طور رسمی بازگشایی شد.

۶۰۰۰ طلبه در آموزش و پرورش

کابلینا | معاون تبلیغ و امور فرهنگی حوزه‌های علمیه گفت: در سه سال گذشته حدود ۶۰۰ نفر از طلبه عالی‌تر و خواهر و برادر از طریق ماده ۲۸ آزمون استخدامی، پس از طی دوره‌های آموزشی وارد آموزش و پرورش شده‌اند. جتت‌الاسلام‌المسلمین حسین ملائوری توضیح داد: در سال‌های اخیر طرح امین با سرعت خوبی پیش رفته است؛ در ماهه سال گذشته پس از احضار و بالایش آمارها به عدد ۲۱ هزار طلبه در طرح امین که در مدارس آموزش و پرورش فعالیت می‌کنند، رسیدیم.

تغییر رژیم بارش و تبخیر

مشهر | سرپرست معاونت توسعه پیش‌بینی و مدیریت بحران مخاطرات جوی گفت: اثرات تغییر اقلیم سبب شده است که بارش و تبخیر در حوضه آبریز دریای خزر تغییر یابد. به‌زاد لایقی اظهار کرد: بارش دریاها نوسان می‌دهد که میزان بارش در حوضه آبریز داخلی دریای خزر کاهش یافته و در مقابل میزان تبخیر افزایش یافته است. وی در ادامه به کاهش دبی آب رودخانه «ولگا» اشاره کرد و افزود: دبی رودخانه ولگا به عنوان یکی از منابع مهم تأمین آب خزر در سه سال اخیر به کمترین میزان خود رسیده است و پیش‌بینی می‌شود که ۲۰ سال آینده تراز این دریا ۲۰ متر دیگر نیز کاهش یابد.

مؤسسه عملی می‌شود

مشهر | محمدرضا فرین، رئیس کل بانک مرکزی گفت: مجمع انجمن اول مؤسسه اعتباری تا پایان مهر ماه برگزار می‌شود. اصلاح بانک‌های ناتراز هم در دستور کار قرار داد و در برنامه‌های آتی محقق خواهد شد.

بزرگ‌ترین مزایده املاک

میلان | عضو هیئت مدیره و معاون امور حقوقی و فروش اموال غیرمنقول سازمان از شروع پنجمین و بزرگ‌ترین مزایده سراسری الکترونیکی اموال غیرمنقول از ۱۶ مزایده‌دار خبر داد. علیرضا نوروزی تأکید کرد: در این مزایده سراسری الکترونیکی بالغ بر ۱۹۲۸ میلیارد تومان املاک با کاربری‌های مسکونی، اداری، باغ، زمین، باغ‌زراعی و سایر موارد در استان‌های کشور عرضه شده است. وی ادامه داد: علاقه‌مندان تا پایان روز پنجشنبه ۲۶ همین ماه می‌توانند پیشنه‌های خود را در سامانه ستاد الکترونیک دولت ثبت کنند. در این مزایده ۲۲۵ ردیف ملک از ۱۲ استان عرضه شده است.

آزادی ۹ ملوان زندانی

کابلینا | خبرگزاری صدا و سیما | برای اولین بار در روابط کنسولی دو کشور ایران و سریلانکا، ۹ تن از ملوانان زندانی ایرانی اهل چابهار در سیستان و بلوچستان، به دستور مقامات سریلانکایی از زندان‌های آن کشور آزاد و تحویل سفارت ایران در کلمبو شدند. این ملوانان چابهار پی‌بازری بودند و با هماهنگی سفارت کشورمان به سیستان و نزد خانواده‌های خود باز خواهند گشت.



مدیر مجموعه میراث جهانی کاخ گلستان گفت: در جریان مرمت تالار بریان، بخشی از کاشی‌هایی که در معماری اولیه این بنا به کار رفته بود، کشف شد. آفرین امامی گفت: دو کمد در ضلع شمالی تالار قرار دارد که به نظر می‌رسد از زمان قاجار بوده و به بودند که احتمالاً به بخش اندرونی کاخ راه داشتند و بعد به کمد تبدیل شدند. با بررسی کمدها متوجه وجود یک صفحه تخت‌های در کف کمد شدیم که مشخص بود در جریان تعمیرات و تعمیرات دوران پهلوی این کف‌ها اضافه شده است. بخشی از این کف‌ها شکسته

ما پشت پرده نداریم

کابلینا | پیمان جلی، رئیس صداوسیما گفت: برنامه‌ریزی‌هایی که می‌کنیم کاملاً شوش و شفاف است. صداوسیما اتاق شیشه‌ای است که همه مشاهده می‌کنند و قابل قضاوت است و این چیز پشت پرده‌ای ندارد و در نهایت همه چیز روی آنتن می‌آید و همه مشاهده و قضاوت می‌کنند.

چهره‌ها رفتند، مخاطب هم رفت

کابلینا | سیاست‌های تلویزیون در سال‌های اخیر، با انتقادهای همراه بوده است. یکی از انتقادهایی که در این سال‌ها به تلویزیون وارد بوده سیاست کنار گذاشتن سلیبریتی‌هایی چون عادل فردوسی‌پور، مهراڤن مدیری، رامبد جوان، احسان علیخانی، رضا شادپور، محمدرضا گلزار و... است. عدم توضیح مخفی تلویزیون در کنار تداوم روند غیرت این چهره‌ها سبب شد تا این شائبه، به بخشی نسبی تبدیل شده و چون این چهره‌ها بعضاً، عهده‌دار برنامه‌های پر مخاطب تلویزیون بودند، ناگهان آسار مخاطبان این رسانه، با افت مواجه شد و انتقادات خوبی را برای تلویزیون رقم زده است.

فروش هفتگی «فسیل» نصف شد

کابلینا | فیلم‌نویز | فیلم «فسیل» که تا پیش از توقف کارش معمولاً با فروش معادل ۱۰ تا ۱۵ میلیارد تومان بر صدر جدول تکیه می‌زد، در اولین هفته کارش بعد از بازگشت به پرده سینماها نصف آن روزها فروش کرد و گیشه روزانه رقم ۵ میلیارد و ۲۰۰ میلیون تومان رساند و کماکان صدر جدول فروش هفتگی را در اختیار خود دارد. این در حالی است که فیلم کریم امینی از توقف معمولاً ۹ تا ۱۰ میلیارد تومان فروش می‌کرد. فیلم «فسیل» با این فروش گیشه خود را در مجموع به رقم ۲۳ میلیارد تومان رساند. مجموع مخاطبان این فیلم هم ۵ میلیون و ۳۹۰ هزار و ۹۰۰ مخاطب اعلام شده است.

آلبوم خوانندگان پاپ از دل سریال همدان مدیری

کابلینا | آلبوم موسیقی‌های سریال «پدر کوربولا» به صورت یک آلبوم گروهی روانه بازار موسیقی کشور خواهد شد. این سریال با فروش متوسط، مجموعه فیلم‌ها را در نظر گرفته و در تیزر اصلی سریال حضور ایرج خواجه امیری به‌عنوان بازیگر و خواننده مورد توجه مخاطبان قرار گرفت. خلاصه هم قطعات موسیقی تولیدشده برای آن در قالب آلبومی مستقل، روانه بازار موسیقی می‌شود. در این آلبوم که با بیش از ۱۰ قطعه قرار است روانه بازار موسیقی کشور شود، قطعاتی از سالار عقیلی، رضا یزدانی، آرش و مسیح، کورش مهران و چند خواننده جوان گنجانده شود.

کاهش شدید سرانه آب مصرفی مردم

کابلینا | وزیر نیرو با بیان اینکه در سال‌های اخیر سرانه آب مصرفی هر ایرانی به شدت کاهش یافته اعلام کرد که در این شرایط مصرف ضروری است مردم نسبت به مدیریت مصرف اقدام کنند. علی‌اکبر محرابیان گفت: ۵۰ سال پیش سرانه آب مصرفی هر ایرانی سه هزار و ۶۰۰ مترمکعب در سال بوده اما اکنون این میزان به کمتر از یک هزار و ۲۰۰ مترمکعب رسیده است. وی افزود این کاهش در شرایطی است که میزان واحدهای صنعتی و کشاورزی که وابسته به آب است چندین برابر افزایش یافته است.

معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استانداری اصفهان گفت: همه دستگاه های دولتی و غیر دولتی باید امکانات خود را در اختیار برگزار می مراسم اربعین حسینی (ع.ا.ق) دهند و از هیچ مسوولی پدیده تفرقه نیست که کاری را که در توانش است را انجام دهند.

محضر ضا نماز افروز: راهپیمایی اربعین حسینی باید هر سال با شکوه تر از سال قبل برگزار شود؛ دشمنان سبیلی حکمکی از اقامه عزاء و روضه امام حسین (ع) خودر اند و بدندان این هسندت تا نگذاردنایابعد... و اهل بیت (ع) انگیزی امروز جوانان ما شوند.

وی خاطر نشان کرد: خدمت خداوند عزاداران امام حسین

(ع) بزرگترین افتخار برای یک انسان شمیمه است و مردم احترام خاصی برای پیرغلامان حسینی قائل هستند.

معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استانداری اصفهان بیان کرد: پیرغلامان حسینی با حرف و عمل خود مردم را به راه راست و بطرف خدای متعال و اهل بیت علیهم السلام هدایت می کنند؛ ما مرحوم ضیایی (پدر چهار شهید در شهرستان مبارک) نمونه بارزی از پیر غلامان حسینی بود که چهار جوان خود را با اعتقاد کامل و در راه احیای دین اسلام و اهل بیت بت تقدیم کرد.



همه امکانات باید در خدمت مراسم اربعین باشد



جایگاه اصفهان از استفاده از انرژی خورشیدی

فرمانده سپاه صاحب الزمان (عج) گفت: خوشبختانه استان اصفهان سال گذشته و اسال نقش ویژه ای در راهاندازی نیروگاههای خورشیدی داشته است.

سردار پاسدار مجتبی فاضل اظهار کرد: در آئین افتتاح ۵۱۵ نیروگاه خورشیدی و ۱۲۰۰ طرح اقتصاد مقاومتی از دستگاه فرماندهی سازمان بسیج سازندگی و گروههای جهادی که در امر آماده کردن و خدمت رسانی به مردم مناطق کبیر خوراد فعالیت کردند تشکر می کنم.

وی افزود: خوشبختانه امروز شاهد یک ظرفیت مناسب در راستای ظرفیت آحاد جامعه و استفاده از ظرفیت گروههای جهادی برای برحرمیت زبانی و خدمت رسانی

به مردم هستیم. فرمانده سپاه صاحب الزمان (عج) اصفهان گفت: از جمله مزیت های نیروگاه خورشیدی، جلوگیری از مهاجرت جمعیت روستایی و فراهم کردن درآمد پایدار و کمک به خوشبختانه استان اصفهان سال گذشته و اسال نقش ویژه ای در راهاندازی نیروگاههای خورشیدی داشته است.

سردار فنا خاطرنشان کرد: تعداد نیروگاههای خورشیدی که اسال و سال گذشته در استان اصفهان افتتاح شده است با تعداد نیروگاهی خورشیدی سراسر کشور برابری می کند.

خبر

اصفهان، استان سوم در ثبت نام راهپیمایی اربعین

مدیر کل حج و زیارت استان اصفهان گفت: در حال حاضر از نظر تعداد افراد ثبت نامی در سامانه سماح، استان اصفهان بعد از استان های تهران و خراسان رزوی سوم در کشور هستیم.

حجت الاسلام حسین ازدری در همایش مکتب داران اربعین حسینی با تأکید بر اهمیت نیتنام مردم در سامانه سماح اظهار کرد: در سال گذشته خانواده هزاران قوت شده عنوان می کردند میوه بیمه نبوده است و در راستای پیگیری برای دینی هنوز به سازمان بازرسی کشوری نامه می زنند و درخواست دیده می کنند.

وی با بیان اینکه از تمام زائران اربعین در خواست می کنیم که در سامانه نیتنام ثبت نام: افزود: آمار افراد ثبت نامی در این سامانه برای رسیدگی به امنیت و سلامت زائران ضروری است.

مدیر کل حج و زیارت استان اصفهان تصریح کرد: زمانی می توانیم سلامت زائران را تضمین و امکانات مناسب را فراهم کنیم که با حجم زائران، به این رو لازم است برای اقدامات مورد نظر از جمله حضور پزشکان و میزان درای مواد نیاز برنامهریزی مناسبی اندیشیده شود.

سفر رئیس مجلس ویتنام به اصفهان

استاندار اصفهان از رونق دین حوزه رئیس مجلس ویتنام در فرودگاه بین المللی شهید بهشتی استقبال کرد.

سید رضا مرتضوی در باوین فرودگاه ابرام ایواری رئیس سفر ویتنام هم به اصفهان سفر کردند. گفت: اگر کسی به اصفهان سفر کند نیتنام ویتنام و استان اصفهان فراهم می کند.

استاندار اصفهان از رونق دین حوزه رئیس مجلس ویتنام در فرودگاه بین المللی شهید بهشتی استقبال کرد.

کاشت گیاه در ۳۶۰۰ مترمربع شیب بزرگراه

مدیر عامل سازمان پارکها و فضای سبز شهرداری اصفهان گفت: به منظور صرفه جویی در مصرف آب، جلوگیری از فرسایش خاک و کنترل روان آب، پارکها و سازه های منسک برای استقرار گیاه در شیب بزرگراه های اصفهان در نظر گرفته شده است. متجدد عرفان منشا اظهار کرد: ۱۸۰۰ متر مربع منسک بتنی در حاشیه اتوبان دستجردی اجرا شده است که در این حدود شیب هزار گنبدن های گل، گنبد های گیاهی مقاوم و مناسب نگهداری می شود. وی با بیان اینکه ۱۸۰۰ متر دیگر در کنار حاشیه اتوبان شهید اردستانی نیز اجرا شده است، گفت: بیشتر تالی های که کاشت می شود از گونه های لیوسوس آبی، کارپوبوتوس، سدوم، مغربی و شامشند خزنده است.

تمرکز شهرداری روی خط ۱۵۰۰ متری

معاون برنامه ریزی اداره کل ارتباطات و امور بین الملل شهرداری اصفهان گفت: جلسه مشترکی با مدیر عامل سازمان پارکها و فضای سبز شهرداری اصفهان گفت: به منظور صرفه جویی در مصرف آب، جلوگیری از فرسایش خاک و کنترل روان آب، پارکها و سازه های منسک برای استقرار گیاه در شیب بزرگراه های اصفهان در نظر گرفته شده است. متجدد عرفان منشا اظهار کرد: ۱۸۰۰ متر مربع منسک بتنی در حاشیه اتوبان دستجردی اجرا شده است که در این حدود شیب هزار گنبدن های گل، گنبد های گیاهی مقاوم و مناسب نگهداری می شود. وی با بیان اینکه ۱۸۰۰ متر دیگر در کنار حاشیه اتوبان شهید اردستانی نیز اجرا شده است، گفت: بیشتر تالی های که کاشت می شود از گونه های لیوسوس آبی، کارپوبوتوس، سدوم، مغربی و شامشند خزنده است.

در قدیمی پلاک های مخدوش در اصفهان

حزب قدیمی پلاک های مخدوش در اصفهان



حزب قدیمی پلاک های مخدوش در اصفهان

اهمیت پروژه هتل مشاهیر برای شهر ناین

اهمیت پروژه هتل مشاهیر برای شهر ناین

بره برداری از باغ بانوان کوهپایه ۲۲ بهمن

بره برداری از باغ بانوان کوهپایه ۲۲ بهمن

برگزاری اردوهای شهروندی با عنوان «شهریار محله» در نجف آباد

برگزاری اردوهای شهروندی با عنوان «شهریار محله» در نجف آباد

در دو معنوی اسراء» در تخت فولاد

در دو معنوی اسراء» در تخت فولاد

بلاتکلیفی یک کنار گذر

بلاتکلیفی یک کنار گذر

مهمی پروژه هتل مشاهیر برای شهر ناین

مهمی پروژه هتل مشاهیر برای شهر ناین

بره برداری از باغ بانوان کوهپایه ۲۲ بهمن

بره برداری از باغ بانوان کوهپایه ۲۲ بهمن

برگزاری اردوهای شهروندی با عنوان «شهریار محله» در نجف آباد

برگزاری اردوهای شهروندی با عنوان «شهریار محله» در نجف آباد

مهمی پروژه هتل مشاهیر برای شهر ناین

مهمی پروژه هتل مشاهیر برای شهر ناین

نگاه روز

بوی خوش عطرهای تقلبی!

بوی خوش عطرهای تقلبی!

«ار دوی معنوی اسراء» در تخت فولاد

«ار دوی معنوی اسراء» در تخت فولاد

بلاتکلیفی یک کنار گذر

بلاتکلیفی یک کنار گذر

مهمی پروژه هتل مشاهیر برای شهر ناین

مهمی پروژه هتل مشاهیر برای شهر ناین

بره برداری از باغ بانوان کوهپایه ۲۲ بهمن

بره برداری از باغ بانوان کوهپایه ۲۲ بهمن

برگزاری اردوهای شهروندی با عنوان «شهریار محله» در نجف آباد

برگزاری اردوهای شهروندی با عنوان «شهریار محله» در نجف آباد



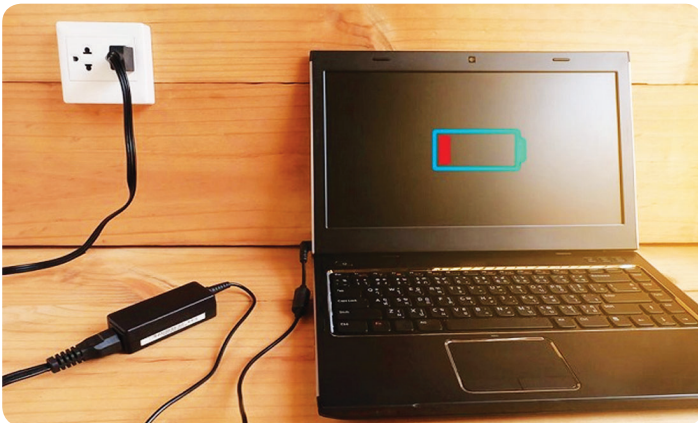
### رکورد بزرگترین بازی CRPG نوبتی استیم شکست



بازی های منتشر شده در سال ۲۰۲۳ در پلتفرم استیم را تجربه کرد. کمی بعد، این بازی در فهرست بهترین شروع های ژانر نقش آفرینی در استیم، از عناوین Skyrim و Fallout 4 گذر کرد و اکنون نیز به رکورد ۸۱۴۶۶۶ بازیکن همزمان رسیده است؛ رقمی که به راحتی، دو برابر میزان روز نخست انتشار این بازی است.

Baldur's Gate 3 تقریباً یک هفته از انتشار رسمی اش می گذرد، مجدداً به رکوردهای جدیدی دست پیدا کرده است. در حال حاضر تعداد بازیکنان همزمان این عنوان در پلتفرم استیم، تمامی بازی های نقش آفرینی رایانه ای یا به اختصار CRPG نوبتی را پشت سر گذاشته است. ساخته جدید استودیو لایان، هفته گذشته است که تا فضای زود هنگام خارج شده و پس از Hogwarts Legacy موفق ترین شروع در میان

## وصل بودن دائمی لپ تاپ به برق آن را خراب می کند؟



آن استفاده می کند. فرض کنید دستکتاب خود را با یک لپ تاپ جایگزین کرده اید و تمام کاری که دستگاه شما انجام می دهد این است که در طول روز در یک مکان ثابت قرار گیرد. مهم نیست که از دستگاه خود برای چه هدفی استفاده می کنید، زیرا همیشه به برقی وصل است و به احتمال زیاد شارژ آن ۱۰۰ درصد باقی می ماند که می تواند باعث آسیب دائمی شود.

البته، وصل کردن لپ تاپ به برقی می تواند گزینه ای را تحت نظر داشته باشید که این کار ظرفیت نگهداری باتری را به سرعت کاهش می دهد. هنگامی که لپ تاپ را به برقی متصل می کنید، باتری به تنهایی خود را شارژ کند، بلکه انرژی سایر اجزایی که در یک قطعه خاص از آنها استفاده می کنید را تأمین کند. بدین ترتیب، تحت فشار مضاعف قرار گرفته و به طور همزمان تغییر مسیر می دهد و بیش از حد معمول گرم می شود.

اگرچه موارد فوق زمانی که لپ تاپ خود را صرفاً برای شارژ به برقی متصل می کنید نیز اتفاق می افتد؛ اما وصل نگه داشتن لپ تاپ در طول روز افزایش داده، به باتری آسیب می زند و امکان تخلیه عمر آن را براساس چرخه کار از بین می برد. بنابراین برای افزایش طول عمر باتری باید چه کاری انجام داد؟

اگرچه فرسودگی باتری، فرآیند اجتناب ناپذیر است، اما شما می توانید با رعایت چند نکته در مورد شارژ و استفاده از دستگاه، عمر آن را افزایش دهید. اگر یک آستانه شما همیشه به برقی وصل است، می توانید یک آستانه شارژ باتری برای تعریف کنید. طبق توصیه ای بی ای اگر باتری لپ تاپ خود را به چاهی ۱۰ درصد شارژ ۹۰ درصد شارژ کنید، می توانید چرخه تخلیه آن را از ۳۰۰ تا ۱۰۰۰ شارژ اضافی افزایش دهید.

برقی ممکن است منجر به شارژ قطره ای شود که برای سلامت دستگاه نامناسب است. در صورتی که در ۱۰۰ درصد می رسد، مدار داخلی برق را از شارژ دریافت نمی کند که اقدامی برای جلوگیری از شارژ باتری خود را تأمین کنید. به طور معمول، با این حال، حتی زمانی که از دستگاه خود استفاده نمی کنید، لپ تاپ شما می تواند مقداری شارژ از دست داده و حفظیاتی که به ۹۹ درصد برسد، فرآیند شارژ مجدد وارد جریان می شود.

این چرخه بسته به مدت زمانی که دستگاه خود را به برقی متصل می کنید، می تواند متداوم داشته باشد. این فرآیند باتری را تحت بار ثابت نگه می دارد و دمای آن را افزایش می دهد که می تواند برای باتری لپ تاپ مضر باشد. شارژ قطره ای مداوم می تواند سرعت تخریب باتری را افزایش داده و زمان کارکرد لپ تاپ در هنگامی که از شارژ متصل نیست را کاهش دهد. بنابراین اگر می خواهید اغلب به باتری لپ تاپ خود، بدون اتصال به برقی شارژ کنید، تنها در صورت نیاز به شارژ باید اتصال به برقی را برقرار کنید.

سومین و بدترین سناریو زمانی است که کابل برق خود را از لپ تاپ جدا نمی کنید و تمام روز با برقی متواضع از حد جلوگیری می کنید. با این حال، اتصال مداوم به برقی از

بسیاری از ما به وصل بودن دائمی لپ تاپ به برقی عادت داریم. اما این کار چه تأثیری بر عمر و عملکرد باتری دارد و آیا باعث خرابی باتری می شود؟

چند روزی که باتری یک لپ تاپ جدید باقی مانده است، این سوال ممکن است در ذهن ایجاد شود که آیا باید این دستگاه را همراه به برقی متصل کرد؟ فارغ از آنکه لپ تاپ شما دارای چه پرچاندانه یا نمایشگری است، آنها تا زمانی که باتری شارژ شده و تمام شده باشند. برای جلوگیری از تمام شدن شارژ، برخی از کاربران وصل بودن دائمی لپ تاپ به برقی را ترجیح می دهند تا در صورت قطعی، همچنان روشن بماند. برای چند ساعت از دستگاه خود استفاده کنید. اغلب لپ تاپ های امروزی با به طور کلی، باتری هر زمان که از لپ تاپ استفاده می کنید، فارغ از اتصال یا عدم اتصال به برقی، دائماً فعال است. باتری های لپ تاپ هم محدودی دارند که هر چسب چرخه شارژ یا تعداد دفعاتی که باتری را با حداکثر ظرفیت شارژ و تخلیه می کنید، اندازه گیری می شود.

بدین ترتیب، یکی از مهم ترین عوامل تعیین کننده طول



### رم گوشی خود را چند برابر کنید

بارها شده است که در حین تجربه روزمره خود از تلفن همراه شاهد کندی و بارگذاری مجدد برنامه ها در رابط کاربری گوشی خود باشیم. در واقع به دلیل کمبود حافظه رم سیستم عامل دستگاه، برنامه های فعال در پس زمینه را متوقف می کند تا فضای بیشتری از رم برای تمرکز روی یک کار آزاد شود. اگرچه این فرآیند در گوشی های پایین و میان رده بازار که از رم بین ۴ تا ۶ گیگابایت استفاده می کنند، مسووم تر است؛ اما استفاده از رم مجازی می تواند تا حد زیادی این مشکلات را برطرف سازد. اما چگونه؟

استفاده از رم مجازی یکی از متداول ترین روش های برطرف کردن کمبود میزان حافظه فیزیکی رم در سیستم عامل ویندوز به شمار می رود؛ در واقع در استفاده از رم مجازی شما بخشی از حافظه ذخیره سازی خود را برای جبران کمبود حافظه رم در اختیار سیستم عامل قرار می دهید تا اطلاعات شما را به صورت موقت بسز روی آن ذخیره کند. در نتیجه بخشی از بار پردازشی از روی حافظه رم شما برداشته و مقادیر کمتری از آن را در اختیار سیستم عامل قرار می دهید تا اطلاعات شما را به صورت موقت بسز روی آن ذخیره کند. در نتیجه بخشی از بار پردازشی از روی حافظه رم شما برداشته و مقادیر کمتری از آن را در اختیار سیستم عامل قرار می دهید تا اطلاعات شما را به صورت موقت بسز روی آن ذخیره کند. در نتیجه بخشی از بار پردازشی از روی حافظه رم شما برداشته و مقادیر کمتری از آن را در اختیار سیستم عامل قرار می دهید تا اطلاعات شما را به صورت موقت بسز روی آن ذخیره کند.

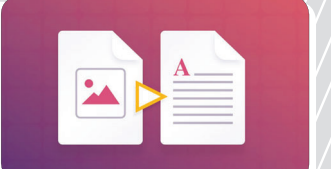
در نهایت میزان رم مورد نیاز خود را انتخاب کنید (در گوشی های شیائومی یا توجه به نسخه اندروید و حافظه ذخیره سازی مقادیر قابل انتخاب ۳ گیگ به یوده که در گوشی مختلف، متفاوت و بین ۱ الی ۷ گیگابایت را شامل می شود). منظر رستارت شدن گوشی خود مبدید. از قابلیت در برندهای مختلف با نام های مختلفی ارائه شده است و در هر رابط کاربری این قابلیت با نام متفاوتی معرفی شده است. در نتیجه برای یافتن این قابلیت به ترتیب زیر عمل کنید: به قسمت تنظیمات (Settings) بروید. عبارت Memory یا Ram را سرچ کنید. در بین نتایج حاصل شده، گزینه Memory Extension را در صورتی که در حافظه رم خود فعال کنید.

اکنون در گوشی های اندرویدی به صورت کامل ساد می توانید میزان رم دستگاه خود را افزایش دهید و تجربه روان تر و پایدارتری را نسبت به گذشته داشته باشید. البته به دلیل متفاوت بودن ماهیت ساختاری رم

فرآیند تبدیل عکس به متن در شرایط مختلفی می تواند به کارآمد باشد که از جمله آن ها می توان به موارد زیر اشاره کرد: **تبدیل دستخط به متن دیجیتال:** شما می توانید با دستخط خود متنی را نوشته، از آن عکس بگیرید و سپس عکس را با استفاده از ابزارهایی که در ادامه معرفی می کنیم، به متن تبدیل کنید.

**بازیابی اطلاعات:** اگر دسترسی به دست نوشته ها ندارید اما تصاویر آن ها موجود است، می توانید با استفاده از فناوری یاد شده، متن مورد نظر را از تصاویر استخراج کنید.

**ترجمه متن:** با تبدیل متن های موجود در تصاویر به متن قابل ویرایش امکان ترجمه و ویرایش آن ها به زبان های دیگر به شکل راحتی فراهم خواهد شد. **ویرایش سریع و اشتراک گذاری اطلاعات:** با تبدیل عکس به متن، می توانید محتوای مورد نظر را با دیگران به اشتراک گذاشته و کنترل بیشتر و بهتری روی متن ها داشته باشید.



### چگونه عکس را به متن تبدیل کنید

تبدیل عکس به متن، فرآیندی است که در آن از تصاویر یا عکس هایی که شامل متن هستند، متن موجود با استفاده از فناوری های پیشرفته تشخیص حروف (OCR) استخراج می شود. OCR عبارت از Optical Character Recognition و به معنای «تشخیص نوری نوشته ها» است و از الگوریتم ها و مدل های یادگیری ماشینی برای تشخیص و تبدیل عکس به متن قابل ویرایش استفاده می کند.

رایانه ها موردی هستند که همیشه در معرض آلودگی و آسیب هستند. بسیاری ما عادت داریم که غذا و نوشیدنی ها را روی میز کار و یا در کنار لپ تاپ خود قرار دهیم. حال اگر حالت بد ماجرا از آن تصور کنیم، احتمال دارد که این نوشیدنی ها و غذا روی کیبورد ما بریزد و در چنین شرایطی تعمیر کیبورد بسیار سخت و حتی نشدنی خواهد بود. از طرف دیگر هر چقدر که هم از کیبورد خود محافظت کنید، باز هم گرد و غبار روی آن می نشیند و در نتیجه باید آن را به سرعت تمیز کنید و یا این که از کیبوردی آلوده استفاده کنید!

اگر خود مورد قبلی را هم در نظر بگیریم، باز هم کیبورد ما در معرض آلودگی است؛ چرا که همیشه دکمه های آن را با انگشتان خود فشار می دهیم و احتمال دارد که آلودگی ها و کثیفی ها از انگشتان ما نیز روی کیبورد می نشینند و باز هم پس از مدتی تمیز کردن آن برای ما کار آسانی نباشد. در واقع محافظ کیبورد یا همان کاور سیلیکونی کیبورد، ساخته شده تا ما بتوانیم یک کیبورد سالم را در لحاظی داشته باشیم.



### محافظ کیبورد چیست و آیا به آن احتیاج داریم؟

یکی از عادت های غالب بسیاری از کاربران، قرار دادن یک روکش و یا محافظ روی وسایل مهم است، به عنوان مثال افراد بسیار کمی از گوشی موبایل خود بدون محافظ صفحه نمایش استفاده می کنند. اما نکته جذاب ماجرا این جاست که کالایی با عنوان محافظ کیبورد نیز ساخته شده تا کیبورد های ما عمری بیشتر و مفیدتر داشته باشند. محافظ کیبورد یک لایه سیلیکونی است که به شکل های مختلف طراحی شده تا از کیبورد شما محافظت کند. کیبورد لپ تاپ و یا حتی کیبورد های



## ترفند تشخیص عسل طبیعی با سرکه

کند. در این صورت احتمال به وجود آمدن دو رخداد وجود دارد: مخلوط کف می‌کند. مخلوط کف نمی‌کند.  
 اگر مخلوط ما با اضافه کردن سرکه کف کند نشان می‌دهد که عسل طبیعی نیست در غیر این صورت می‌توان تا حدودی به طبیعی بودن آن پی برد.

چنانچه زنبور به جای آنکه از شهد گل‌ها و گیاهان تغذیه کند از قند سفید و یا شکر و یا انواع آیموها تغذیه شده باشد، این محصول عسل طبیعی محسوب نمی‌شود.  
 برای تشخیص عسل اصلی ابتدا مقداری از آن را با آب ترکیب کنید.  
 بعد از آن، حدود پنج قطره سرکه به آن اضافه

روش تشخیص عسل طبیعی با سرکه راحت است و همین دلیل پیشنهاد می‌کنیم برای این کار از سرکه استفاده کنید.  
 عسل طبیعی همان شهد گل‌ها است که زنبور بعد از تغذیه از گل‌ها و گیاهان گوناگون به فرآوری و تغلیظ آن پرداخته و شروع به ذخیره سازی می‌کند.



## در نیمه شب میان وعده نخورید!

یک مطالعه جدید به نوجوانان نسبت به خوردن تغذات و قند فست در نیمه شب هشدار داده است.

نوجوانان ساعت‌های زیادی را در فضای مجازی سپری می‌کنند و دوست دارند از طریق دستگاه‌ها و وسایل ارتباطی الکترونیکی با دوستان خود ارتباط برقرار کنند که در نتیجه آن نور آبی ساطع شده از دستگاه باعث می‌شود که منجر به (هورمون خواب) شده و گرین یا هورمون گرسنگی را فعال می‌کند که منجر به میل به خوردن یک میان وعده در نیمه شب می‌شود.  
 خوردن تغذات و میان وعده در نیمه‌های شب اثرات متفاوتی بر زندگی نوجوان دارد؛ به خصوص زمانی که با افزایش مصرف فست قند همراه باشد.  
 خوردن غذاهای سنگین یا پر کالری نزدیک به زمان خواب می‌تواند منجر به بی‌قراری، سوء هاضمه و اختلال در خواب شود که این امر می‌تواند بر کیفیت خواب، خستگی، خواب آلودگی و مشکل در تمرکز در طول روز اثر گذار باشد.  
 میان وعده آخر شب از نظر تغذیه‌ای کمبود دارد و فاقد مواد مغذی ضروری، ویتامین‌ها و مواد معدنی است که یک غذای متعادل فراهم می‌کند.  
 خوردن میان وعده‌های نامناسب به جای گزینهای مغذی می‌تواند منجر به کمبودهای تغذیه‌ای شود و ممکن است بر سلامت و رشد کلی نوجوان شما تأثیر بگذارد. غذا خوردن در اواخر شب ممکن است بر هضم غذا تأثیر منفی بگذارد. ریتیم‌های شبانه‌روزی طبیعی بدن از جمله عملکرد دستگاه گوارش در طول شب کاهش می‌یابد. خوردن وعده‌های غذایی سنگین یا میان وعده‌های نامناسب در این بازه می‌تواند به سیستم گوارش شما فشار وارد کند و منجر به مشکلاتی مانند رفلاکس اسید، سوزش سر دل و ناراحتی شود.  
 مصرف منظم فست قند می‌تواند باعث استفاده از یک رژیم غذایی نامتعادل، کمبود مواد مغذی ضروری مانند فیبر، ویتامین‌ها و مواد معدنی شود و این می‌تواند خطر ابتلا به بیماری‌های مزمن مانند چاقی، دیابت نوع ۲، بیماری‌های قلبی عروقی، سندرم PCOS، روده تحریک پذیر و یبوست را افزایش دهد.  
 محتوای کالری و حبه بالای فست قند می‌تواند منجر به افزایش کالری دریافتی شده و به مرور زمان باعث افزایش وزن و چاقی شود که به نوبه خود خطر ابتلا به مشکلات مختلف سلامتی را افزایش می‌دهد.  
 مصرف بیش از حد فست قند یا افزایش خطر ابتلا به چندین مشکل سلامتی از جمله دیابت نوع ۲، فشار خون بالا، بیماری قلبی و انواع خاصی از سرطان مرتبط است. این شرایط سلامتی می‌تواند عواقب طولانی مدتی برای رفاه و کیفیت زندگی نوجوانان داشته باشد.



## آنچه باید در باره تهیه آبلیموی خانگی بدانید



مربای زرد نمک بریزید تا علاوه بر رفع تلخی آب لیمو موجب ماندگاری بیشتر آن شود.  
 سپس درب بطری را محکم ببندید تا هوای وارد آن نشود.  
 برای استفاده طولانی مدت از آب لیمو، پس از اینکه آب لیموها را در بطری ریختید، چند عدد سیاه دانه در بطری بریزید تا ماندگاری آب لیمو را بیشتر کرده و از خراب شدن آن جلوگیری کند.  
 برای نگهداری آب لیمو هرگز از ظرف باطری‌های پلاستیکی استفاده نکنید زیرا اثر شیمی آنها باعث آکسید شدن ظروف و سمی شدن آب لیمو می‌شود.

با آبلیمو شود و چون ترکیب برخی از این روغن‌ها تلخ است منجر به شدن تلخ آب لیمو می‌شود.  
 البته باید توجه داشت که این ترکیبات تلخ آسپی به بدن وارد نمی‌کند.  
 داخل آب لیمو نباید هسته یا تالهای باقی بماند.  
 پس از اتمام آبگیری، آب لیمو را از صافی تمیز و خشک عبور دهید تا خالص شود.  
 هنگام پر کردن بطری‌ها به اندازه یک قاشق از سر بطری را خالی نگه دارید و روی آب لیمو به ازای هر لیتر یک قاشق

می‌شود. از این تال‌ها می‌توان بار دیگر استفاده کرد، بدین صورت که آنها را در بسته‌های کوچک قرار داده و در فریزر بگذارید.  
 در تهیه غذا و یا شربت لیمو می‌توانید از این تال‌ها استفاده کنید، این تال‌ها موجب خوشمزه تر شدن شربت و غذا می‌شوند.  
 آب لیموی تهیه شده را در بطری نگهداری کنید. بطری‌ها را از قبل خوب بشویید و سپس خشک کنید.  
 بعد لیمو را در بطری بریزید و در آن را کاملاً محکم کنید.  
 در صورتی که هوا وارد بطری شود آب لیمو خراب و سیاه خواهد شد.  
 برخی افراد برای پیشگیری از خراب شدن آب لیمو، آن را می‌چوشند که کاملاً اشتباه است زیرا موجب از بین رفتن خواص و ویتامین C لیمو می‌شود. جدا کردن هسته و تال‌ها برای جلوگیری از خراب شدن آب لیمو و رعایت نکات زیر کافی است.  
 دستگاه هالی که آب لیمو تهیه می‌کنند موجب له شدن هسته لیمو می‌شوند.  
 اگر آب لیموی شما بسیار تلخ است برقی آن را یک هویج متوسط را پوست گرفته و در داخل شیشه آب لیمو قرار دهید و بعد از یک شبانه روز آن را از شیشه خارج کنید.  
 هویج تلخی آب لیمو را به خود جذب می‌کند.  
 گاه ششوری که برای تهیه آب لیمو به پوست لیمو وارد می‌شود می‌تواند باعث ترکیب روغن‌های اساسی موجود در آن

تهیه آب لیمو در منزل یکی از روش‌های سالم و مطمئن برای حفظ و نگهداری خواص لیمو است چرا که آب لیموهای خانگی فاقد هرگونه مواد افزودنی و کاملاً طبیعی هستند.  
 خوب است بدانید برخی تولیدکنندگان غیرمطمئن مقداری آبلیموی طبیعی را با جوهر لیمو یا اسیدسازریک، رنگ‌های خوراکی و آب مخلوط کرده و به عنوان آبلیموی خالص و طبیعی وارد بازار می‌کنند.

طرز تهیه آب لیمو در منزل اولین مرحله انتخاب لیموهای مناسب و سنگین است، هرچه لیمو سنگین‌تر باشد ابدارتر است. همچنین لیموهای کوچک تر ترش تر هستند.  
 لیموهای برداری شده را به مدت یک شب تا صبح درون ظرفی پر از آب ولرم خیس کنید.  
 با این ترند آب لیموها بیشتر گرفته می‌شود و لیموها خشک نیز نرم تر می‌گردند.  
 اگر لیمویی به شکل کپک زده و گندیده در میان لیموها بود آن را جدا کرده و دور بریزید.  
 اگر مقدار لیموهای شما کم است سعی کنید که در منزل آب آنها را توسط آیموگیری دستی تهیه کنید چرا دستگاه‌های آیموگیری، هسته لیمو را نیز له کرده و موجب تلخ شدن آب لیمو می‌شوند.  
 دستگاه آیموگیری را قبل از شروع کار به طور کامل شستشو داده و خشک کنید تا امکان وجود هرگونه میکروب و آلودگی از بین برود.  
 اگر می‌خواهید آب لیمو را برای مدت طولانی نگهداری کنید می‌توانید از آبگیری، آب لیمو را با صافی عبور دهید زیرا تال‌های موجود در آب لیمو باعث روت‌تر خراب شدن آن

## غذاهای شیرین سنگ ساز هستند



آنها در طول دوره ۱۱ ساله مطالعه، سنگ کلیه داشتند. این در مقایسه با ۲۵ درصد از افرادی است که در این مطالعه بیشترین قند اضافه شده را مصرف کرده بودند، که ۱۱٫۷ درصد از آنها سنگ کلیه داشتند. گفته محققان، این افزایش در شیوع سنگ کلیه منجر به افزایش خطر ۳۹ درصدی می‌شود.  
 دکتر شان، شان، از بیمارستان وابسته کالج پزشکی شمال مسچوان در نانچونگ، چین، در تشریح خبری گفته: مطالعه ما اولین مطالعه‌ای است که ارتباط بین مصرف کربوهیدرات و سنگ کلیه را گزارش می‌کند. بر اساس این مطالعه محدود کرد مصرف قند افزوده ممکن است به جلوگیری از تشکیل سنگ کلیه کمک کند.

میه شمشپوزی شد. افراد به طور متوسط ۲۲۲ کالری از شکر افزوده دریافت کردند. دستورالعمل‌های رژیم غذایی ایالات متحده نشان می‌دهد که بیش از ۱۰ درصد کل کالری روزانه از شکر افزوده به دست می‌آید که معادل حدود ۲۰۰ کالری در یک رژیم معمولی ۲۰۰۰ کالری در روز است. انجمن قلب آمریکا کمتر از آن را پیشنهاد می‌کند: برای زنان نباید بیش از ۱۰۰ کالری و برای مردان ۱۵۰ کالری در روز باشد. (به طور کلی، گفت افزوده با مشکلات سلامتی متعددی از جمله بیماری قلبی مرتبط است.) در میان ۲۵ درصد از افرادی که در این مطالعه کمترین قند افزوده را مصرف کردند، ۹۶ درصد از

کردند، خطر ابتلا به سنگ کلیه را با مصرف قند افزوده مرتبط دانستند. میانگین سن افراد در این مطالعه ۴۸ سال و ۴۸ درصد آنها مرد بودند. این داده‌ها از نظر سنجی ملی سلامت و تغذیه CDC به دست آمده است.  
 هر شرکت کننده بر اساس مقادیر تخمینی قند افزوده‌ای که خوردن یا نوشیده است، مقدار شکر اضافه شده دریافت می‌کند.  
 در این مطالعه شکر قهوه‌ای، شربت نیشکر، شربت ذرت، قند افزودنی شربت ذرت، دکستروز، فروکتوز، شربت میوه، عسل، شربت افرا، شربت پنکیک، شکر خام، شربت سوزگوم و شکر سفید به عنوان قند افزوده در نظر گرفته شد و از قندهای طبیعی موجود در شیر و

یک مطالعه جدید نشان می‌دهد که کاهش مصرف نوشیدنی‌ها و غذاهای شیرین می‌تواند به پیشگیری از سنگ کلیه کمک کند.  
 هرچه افراد قند افزوده بیشتری بخورند و بنوشند، احتمال ابتلا به سنگ کلیه در آنها بیشتر می‌شود. افرادی که در این مطالعه بیشترین قند افزوده را مصرف کردند، بین ۳۹ تا ۸۸ درصد بیشتر از افرادی که قند افزوده کمتری مصرف کردند، به سنگ کلیه مبتلا شدند.  
 محققان جنبی پس از تجزیه و تحلیل داده‌های سال‌های ۲۰۰۷ تا ۲۰۱۸ برای ۲۸ هزار و ۳۰۲ نفر در ایالات متحده در سنین ۲۰ سال و بالاتر که ۱۰ درصد از آنها سنگ کلیه را تجربه

## فواید رنگ‌ها برای سلامتی را بدانید

روشن درازد تا احساس آرامش در بیماران مضطرب خود ایجاد کند. درک ما از رنگ و روانشناسی در کنار هم قرار می‌گیرند تا زمینه‌های به نام رنگ‌درمانی را ایجاد کنند. رنگ درمانی، همچنین به عنوان کروموتراپی شناخته می‌شود، برای ایده استوار است که هر رنگ در طیف نور مرئی دارای طول موج و ارتعاش منحصر به فردی است. این طول موج با تکانه‌های الکتریکی یا میدان‌های انرژی تولید می‌کند که بر بدن انسان تأثیر می‌گذارد.  
 رنگ‌های مختلف فواید سلامتی متفاوتی دارند. نمونه‌ای از مزایای سلامتی ادعا شده توسط رنگ‌درمانی عبارتند از:  
**قرمز:** باعث افزایش اشتها می‌شود  
**نارنجی:** خلق و خو و عملکرد احتمالی تیروئید را بهبود می‌بخشد  
**زرد:** تمرکز را افزایش می‌دهد و احتمالاً آرتروز را درمان می‌کند  
**سبز:** رنگی آرام بخش است و ممکن است متابولیسم سالم را تقویت کند  
**آبی:** اشتها را فرو می‌نشاند و دردهای میگرنی را درمان می‌کند  
**بنفش:** ظاهر سلامت روان را ارتقا می‌دهد  
**بنفش:** به مراقبه و مشکلات غدد درون ریز کمک می‌کند  
 تحقیقات روانشناسی رنگ به رنگ درمانی محدود نمی‌شود، از آن در بازاریابی، تبلیغات و طراحی محصول نیز استفاده می‌شود. مثال بارز استفاده از رنگ در تبلیغ و طراحی محصول را می‌توان در داروسازی یافت. قرص‌های قرمز یا سبز یا سبز که آبی یا زرد هستند، انتخاب رنگ مناسب می‌تواند اثر دارو را افزایش دهد که اثر بخشی دارو را افزایش می‌دهد.

رنگ می‌تواند بر خلق و خوی انسان تأثیر بگذارد، برنامه خواب وی را تغییر دهد و حتی طعم غذاهای را که می‌خورد در نظرش تغییر دهد. روانشناسی مطالعه تأثیرات رفتاری رنگ بر افراد و بسیاری از ارتباطات دیگر بین انسان و رنگ است. روانشناسی رنگ، رنگ‌ها را با احساسات و رفتار مرتبط می‌کند و نشان می‌دهد که چگونه رنگ در خلق و خوی شما نقش دارد و حتی می‌تواند در روال زندگی شما گنجانده شود. برای کسب و کارها، روانشناسی رنگ‌ها تصمیمی سلامتی است. بسیاری محصولات و لوگوهای برند را تعیین می‌کند.  
 روانشناسی رنگ امروزه در تبلیغات و بازاریابی مورد استفاده قرار می‌گیرد. تصمیمات برندسازی و طراحی محصول بر اساس توجه و کشش افراد به رنگ‌های خاص گرفته می‌شود. روانشناسی رنگ نیز در طراحی بسته‌های فضای کار، مدرسه و زندگی استفاده می‌شود. پزشکان و داروسازان نیز روانشناسی رنگ را برای تغییر احساسات مردم به کار می‌گیرند. یک پزشک ممکن است اتاق انتظار خود را به رنگ سبز



## ۶ نشانه اضطراب در بدن

ممکن است یک نشانه‌ی پنهان اضطراب باشد. ممکن است حتی ناخودآگاه موهانان را بکنید. پریشانی روانی می‌تواند فزونی در چرخه‌ی رشد موهان منجر شود. حتی اگر اخیراً تجربه‌ی ناخودآگاهی نداشته‌اید هم به خاطر داشته باشید که ریزش مو معمولاً با تأخیر رخ می‌دهد. بنابراین ممکن است ۱۲ تا ۱۶ هفته بعد از یک اتفاق اضطرابی قرار گرفته‌اید ریزش مو شوید.  
**۴- روی پوست تان لکه‌های قرمز رنگ دارید**  
 اگر به چیزی حساسیت ندارید، اما باز هم پوست تان قرمز می‌شود، ممکن است درگیر یک پریشانی روانی شده باشید. به علاوه، حتی ممکن است به خاطر اضطراب درون دهن تان هم لکه‌های قرمز رنگی ظاهر شود. ممکن است به قدری تحت فشار روانی قرار گرفته باشید که بدن مواد شیمیایی‌ای آزاد کرده باشد که پاسخ بدن به دیگر عملکردهای خود را تغییر داده باشد.  
**۵- دانه‌ها بر پیشانی بلک دارید**  
 اگر به چیزی حساسیت ندارید، اما باز هم پوست تان قرمز می‌شود، ممکن است درگیر یک پریشانی روانی شده باشید. به علاوه، حتی ممکن است به خاطر اضطراب درون دهن تان هم لکه‌های قرمز رنگی ظاهر شود. ممکن است به قدری تحت فشار روانی قرار گرفته باشید که بدن مواد شیمیایی‌ای آزاد کرده باشد که پاسخ بدن به دیگر عملکردهای خود را تغییر داده باشد.  
**۶- دانه‌ها بر پیشانی همیشه خشک است**  
 اگر دانه‌ها خشک هستند در حالی که هیچ چیز صورتی نخورده اید، به وضعیت روانی خود توجه کنید. اضطراب طولانی مدت غدد تولیدکننده بزاق را مختل می‌کند و باعث خشکی دهان می‌شود. به علاوه، ممکن است به دلیل خشکی دهان، بلعین هم برایتان دشوار شده باشد.

همیشه به این سادگی نیست که بنشینیم و از جای چیزی که از ادیت مان می‌کنند محبت کنیم. ممکن است حتی برای این کار به زمان نیاز داشته باشیم یا ممکن است صرفاً به این فکر کنیم که همه چیز در زندگی مان عالی است. با این حال، بدن مان هرگز دروغ نمی‌گوید و اگر حدیثش را نشنیده‌ایم «بیام‌ها» بی‌ایمان خواهد داشت.  
**۱- دندان قروچه می‌کنید**  
 بزرگ‌ترین دلیل دندان قروچه اضطراب است. ممکن است طی روز یا در خواب به طور ناخودآگاه دندان قروچه کنید. یکی از نشانه‌های داشتن این عادت این است که صبح روز بعد در فک خود احساس درد کنید. به علاوه، ممکن است متوجه کوبه شدن دندان‌ها بین دندان‌ها شده‌اید. کار دندان (محافظ پلاستیکی دندان) با مراجعه به روانشناس راه حل این مشکل خواهد بود.  
**۲- دانه‌ها و پیشانی خود عرق می‌کنید**  
 عرق کردن به دلایل مختلفی رخ می‌دهد: دمای بالا، ورزش کردن یا زمانی که می‌چیزی عرق می‌کند یا یک تهدید تلقی می‌کند. با این حال، اگر دانه‌ها عرق می‌کنند، ممکن است نشانه‌ای این باشد که در اضطراب شدید هستید. بدن ما سعی می‌کند آب خود را از طریق پوست و سپس کلیه‌ها تخلیه کند تا در میانه‌های دفع از خودمان نماند به دستمون. وقتی پیدا کنیم، به همین دلیل، با افعال شدن حالت «جنگ یا گریز» به بدن زیاد عرق می‌کنید.  
**۳- بیشتر از معمول ریزش مو دارید**  
 اگر در حمام یا روی شانه‌ی سرتان یا موهایی بیشتری مواجه می‌شوید، این امر



۱۰۴ مصوبه برای توسعه و آبادانی شهرستان نجف آباد

استاندار اصفهان از تصویب ۱۰۴ مصوبه لازم‌الاجرا برای توسعه و آبادانی شهرستان نجف‌آباد خبر داد.

استاندار اصفهان از تصویب ۱۰۴ مصوبه لازم‌الاجرا برای توسعه و آبادانی شهرستان نجف‌آباد خبر داد.



پیگیری ساخت شهر چهارم و شهرک ۳ در اصفهان

مدیر کل راه و شهرسازی استان اصفهان گفت: در راستای اجرای طرح نهضت ملی مسکن استان، ساخت شهر جدید چهارم و شهرک ۳ در حال پیگیری است.

مدیر کل راه و شهرسازی استان اصفهان گفت: در راستای اجرای طرح نهضت ملی مسکن استان، ساخت شهر جدید چهارم و شهرک ۳ در حال پیگیری است.

خبر

انتخاب دبیر اجرایی جشنواره کودک

میتهم بکتاشیان، معاون فرهنگی و هنری سازمان فرهنگ، اجتماعی و ورزشی شهرداری اصفهان به عنوان دبیر اجرایی سی و پنجمین دوره جشنواره بین‌المللی فیلم‌های کودکان و نوجوانان در اصفهان منصوب شد.

گرما روی ۳۸ درجه

کارشناسی پیش‌بینی ابرار کل هواشناسی اصفهان بیان اینکه برای اصفهان آلودگی هوا در روزهای آینده با کاهش و کاهش وزش باد برای برخی مناطق مستعد، پیش‌بینی می‌شود.

بلندتر شدن فهرست میراث‌های ناملموس استان صفهان

باقولای کاشان ثبت ملی شد

بلندتر شدن فهرست میراث‌های ناملموس استان صفهان با باقولای کاشان ثبت ملی شد.



مردودجه بسیاری از گردشگران قرار می‌گیرد در تمامی اعیان و مناسبت‌ها و از مجالس جشن و شادی گرفته تا مجالس ترحیم و سوگواری برای بزرگوارانی از میهنان مردودجه و استاده است.

فضای امیدآفرینی در مدارس ایجاد می‌شود

مدیرکل آموزش و پرورش اصفهان گفت: ایجاد فضای امیدآفرینی و نشاط در بین دانش‌آموزان یکی از برنامه‌های ویژه پروژه مهر در مدارس استان است.

اگهی موضوع ماده ۱۳ قانون و ماده ۱۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و مساختهای فاقد سند رسمی

اگهی موضوع ماده ۱۳ قانون و ماده ۱۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و مساختهای فاقد سند رسمی

اگهی موضوع ماده ۱۳ قانون و ماده ۱۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و مساختهای فاقد سند رسمی

اگهی موضوع ماده ۱۳ قانون و ماده ۱۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و مساختهای فاقد سند رسمی

شرکت سهامی خاص جهان سپهر اصفهان به شماره ثبت ۱۰۳۲۸۴۰۰ و به شماره ثبت ۷۰۲۰۰ به استناد صورت‌تجزیه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۱/۰۱/۱۲ تصویبات ذیل اتخاذ شد

شرکت سهامی خاص جهان سپهر اصفهان به شماره ثبت ۱۰۳۲۸۴۰۰ و به شماره ثبت ۷۰۲۰۰ به استناد صورت‌تجزیه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۱/۰۱/۱۲ تصویبات ذیل اتخاذ شد

شرکت سهامی خاص تمام مدرن سینما به شماره ثبت ۱۴۰۰۹۹۳۰۸ و شماره ثبت ۷۲۴۰۲ به استناد صورت‌تجزیه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۱/۱۲ تصویبات ذیل اتخاذ شد

شرکت سهامی خاص تمام مدرن سینما به شماره ثبت ۱۴۰۰۹۹۳۰۸ و شماره ثبت ۷۲۴۰۲ به استناد صورت‌تجزیه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۱/۱۲ تصویبات ذیل اتخاذ شد

شرکت سهامی خاص پترو اندیش پل به شماره ثبت ۱۴۰۰۷۰۵۹۸۰۲ و شماره ثبت ۷۲۳۹۲ به استناد صورت‌تجزیه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۱/۱۲ تصویبات ذیل اتخاذ شد

شرکت سهامی خاص پترو اندیش پل به شماره ثبت ۱۴۰۰۷۰۵۹۸۰۲ و شماره ثبت ۷۲۳۹۲ به استناد صورت‌تجزیه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۲/۰۱/۱۲ تصویبات ذیل اتخاذ شد

شرکت سهامی خاص جهان سپهر اصفهان به شماره ثبت ۱۰۳۲۸۴۰۰ و به شماره ثبت ۷۰۲۰۰ به استناد صورت‌تجزیه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۱/۰۱/۱۲ تصویبات ذیل اتخاذ شد

شرکت سهامی خاص جهان سپهر اصفهان به شماره ثبت ۱۰۳۲۸۴۰۰ و به شماره ثبت ۷۰۲۰۰ به استناد صورت‌تجزیه هیئت مدیره مورخ ۱۴۰۱/۰۱/۱۲ تصویبات ذیل اتخاذ شد

موسسه غیر تجاری پیشگامان آفرینش و پیشش در تاریخ ۱۴۰۲/۰۵/۰۳ به شماره ثبت ۳۰ به شناسه ملی ۱۰۲۴۳۹۱۱۷ ثبت و امضا ذیل دفتر تکمیل گردیده



## رد پای شاگردان سابق تارتار در شکست ملوان

**نسفجهان** ذوب آهن در حالی با نتیجه ۲ بر یک از سد ملوانان گذشت که محمدحسین اسلامی و محمدعرفان مصومی، بازیکنان جوان ذوب آهن موفق به کشیدن دروازه تیم مربی سابق خود در این بازی شدند. جالب آنجاست که اسلامی که این روزها به ستاره بی چون و چرای سوزوکیهای اصفهانی تبدیل شده در فصل بیست و یکم با اعتماد مهدی تارتار از تیم های پایه به تمرینات تیم بزرگسالان ذوب آهن افزوده شد و مصومی هم که در هفته نخست لیگ با ثبت دومین گل ذوبی ها به نام خود هم ۱۳ امتیاز بازی با ملوان را از آن گاندها کرد و هم عنوان بهترین بازیکن زمین را به خود اختصاص داد نیز در بازار زمستانی گذشته با نظر تارتار از فجر سیاسی به ذوب آهن آمد.

## قلی زاده لیگ کنفرانس اروپا را از دست داد

تیم اهلستانی تقریباً تمام بازیکنانش را در اختیار دارد به غیر از ستاره ایرانی که هنوز مصدومیتش کاملاً بهبود پیدا نکرده است. علی قلی زاده که این فصل به عنوان گران ترین بازیکن لیگ اهلستان به تیم لچ پوزنان پیوسته در بازی تدارکاتی ایران برابر روسیه دچار مصدومیت شد؛ مصدومیتی که روند مناسبی را در تیم قاسم پاشا ترکیه طی نکرد و کمی دوری اش از میدانی طولانی شد. این ملی پوش ایرانی به همین دلیل بازی تیمش مقابل اسپارتاک ترنوا اسلواکی در لیگ کنفرانس اروپا را از دست داد. او تا چند هفته دیگر آماده بازی می شود و شاید حضورش در بازی برابر بلغارستان در فیفا دی تواند میزان آمادگی اش برای حضور در ترکیب تیم باشگاهی اش را نشان بدهد.



## گلابه مدافع ذوب آهن از زمین ورزشگاه سن سیروس

بازیکن گیلانی ذوب آهن به شدت نسبت به امکانات زیرساختی ورزشگاه سیروس قایقران و چشمت مترض است. شایان مصلح که پس از دو سال حضور در گل کهر سیرجان به ذوب آهن پیوسته در باره پیروزی تیمش برابر ملوان در گام نخست لیگ برتر در میکسزون ورزشگاه سیروس قایقران گفته بازی سختی بود و می دانستم که بازی سختی است. مدافع گاندها ادانه داد: احساس می کنم باید با یک گلابه آغاز کنم. حداقل یک کوچولو حق دارم گلابه کنم. شان فوتبال گیلان بالاتر از این است که تنها تیم لیگ برتری اش ملوان، با این ریشه زمینش انتظار باشد ملوان تنها آماده گیلان است. گیلان چهار پنج بازیکن ملی پوش دارد. در هر تیم چهار پنج بازیکن خوب گیلانی بازی می کنند. در واقع احساس می کنم حق ملوان بیشتر از اینهاست. این گلابه را در زمان حضور در سپیدرود هم داشتم. در سپیدرود بی پول بودیم. رسیدگی نمی کردند و از مسئولان گلابه خریدیم. ما رفتیم ولی بچه های گیلان مانند دوباره شرایط ما همطور است.

مصلح ادامه داد: حق ملوان، حق داماش، حق سپیدرود، حق چوکای تالش و حق بقیه تیم های گیلان این نیست. حق شان زمین های این شکلی نیست. من نباید مقابل هم تیمی هام هر وقت به گیلان می آیم خجالت بکنم. لحظه ای که ولور زمین می شویم می گویند چرا اینطور هستم زمین هایتان، حق گیلان، ملوان، سپیدرود و... این نیست مصلح حرف هایش را پایان داد. من نمی دانم بخش خصوصی است یا عمومی. امیدوارم هر کس وظیفه دارد کارش را انجام بدهد. این چمن پارسل خیلی بهتر بود. فوتبال امروز فقط بزن زیرش بود.

## «رویش باورها» در انزلی: اسلحه گاندها برای شکار قوهای سپید

**مرضیه غفاریان**

«رویش باورها» هم شامی بود که در نخستین بازی ذوب آهن محقق شد. گاندها موفق شدند با غلبه بر قوهای سپید در بندر انزلی اولین خوان لیگ ۳۳ را با موفقیت پشت سر بگذارند. سیزدهمین پیروشان اصفهانی برای لیل به این هدف «خواستن مبارزه» را باور کردند؛ دقیقاً همانطور که سکاندار جدید آنها در مراسم معارفه اش به فوتبالیستون اصفهانی به خصوص طرفداران این تیم قولش را داده بود.

محمد ربیعی برای اینکه در اولین گام خلف و مدع نکرده باشد «تیم سازی و پرورش بازیکن» را نیز همان دیدار اول شاکر دانتش و در مصاف با ملوانان استارت زد. این مربی جوان علاوه بر اینکه از بازیکنان با تجربه در ترکیب تیمش استفاده کرده به استعدادهای کم سن و سال ذوب آهن نیز فرصت بازی داد. هر چند نام ربیعی درباره زماند بازیکنان زیر ۲۱ سال یا ۲۱ سال تیمش دقیق نبود اما ذوبی ها بعد از خودروسازان دومین تیم جوان لیگ به حساب می آیند و همین موضوع ارزش سیزدهمین پیروشان اصفهانی در فصل گذشته را بر جسته تر خواهد کرد. ضمن یادآوری اینکه همانطور که محمد ربیعی به آن اشاره کرد ذوب آهن با داشتن ۳ امتیازی از سن سیروس پس از یک فصل بدعت شکنی کرد و موفق شد پس از یک فصل ملم پیروزی خارج از خانه را بجشد. سیزدهمین پیروشان اصفهانی در فصل گذشته در ۱۵ بازی که مهمان رقیب خود بودند ۹ تساوی و ۶ شکست در کارنامه خود ثبت کرده بودند. ذوبی ها در بیست و دومین دوره لیگ حتی نتوانستند در مسجد سلیمان از قمر نشین لیگ عبور کنند. آنها در حالی در هفته ۲۴ با یک گل مغلوب میزبان خودستانی خود شدند که در دور رفت با ۵ گل تقی ها را در فولادشهر به آتش کشیده بودند. ضمن اینکه گاندها در فصل گذشته نه از عهده به تور انداختن قوهای سپید انزلی در فولادشهر برآمده بودند و نه در ورزشگاه سیروس قایقران موفق به عبور از سد ملوانان شده بودند. ذوبی ها اما حالا و در هفته اول فصل جاری در جدالی که سه اذعان ربیعی از نظر فنی کیفیت قابل ارزیابی نداشت و در زمینه که هر دو تیم از وضعیت نامناسب آن گلابه مند بودند بر سرپاژان سپیدپوش تارتار پیروز شدند آن هم در حالی که در دقیقه آخر ملوانان بر تعداد حملات خود بر سنگر سیزدهمین اصفهانی افزوده بودند اما بر خلاف فصل گذشته گاندها با چنگ و دندان موفق به حفظ برتری خود شدند و بازی برده را با تساوی عوض نکردند. شاید گلر از طلسم «شکست ناپذیری» و تلاش برای کسب بردهای بی دریغ نخستین باوری باشد که محمد ربیعی تلاش کرده تا آن را در ذهن شاگردانش برویاند.

## وضعیت ستاره ایرانی لوکوزن در هاله ای از ابهام

سردار آزموون عکسی از خود در کنار پاتریک شیک منتشر کرد که نشان می دهد این دو در حال ریکاوری از مصدومیت هستند. در جلسه کمترین که یک ماه مانده به پایان یافت، اتفاقات تابستانی وضعیت آینده سردار آزموون کاملاً مبهم به نظر می رسد. ستاره ملی پوش لوکوزن که ابتدا گفته می شد قطعاً در این تیم می ماند اما حالا به نظر می رسد که احتمال جدایی سردار از جمع شاگردان ژایی آونوست گرفته است.

آزموون روز گذشته بستی را در صفحه اینستاگرام خود به اشتراک گذاشت که نشان می داد او ریکاوری خود را بالاترین حدیث ممکن دنبال می کند و قصد دارد هر چه سریع تر به تمرینات گروهی بایر لور کوژن بازگردد. حتی اگر معلوم نباشد که آیا او در این فصل به کار خود در جمع شاگردان ژایی آونوست ادامه خواهد داد یا خیر.

در همین راستا سردار یک استوری دیگر از روند ریکاوری خود را در اینستاگرام به اشتراک گذاشت که او در کنار پاتریک شیک دیده می شد. ستاره اهل جمهوری چک لوکوزن مدت هاست که با مصدومیت دست و پنجه نرم می کند و مشخص نیست که با شروع فصل جدید آیا او می تواند به این تیم کمک کند یا خیر؛ با نظر مصلح ماند دید که در هفته های آتی چه سرنوشتی برای این دو بازیکن رقم خواهد خورد.

## امید دستیار قلعه نویی به تیم ملی

رحمان رضایی دستیار قلعه نویی در تیم ملی در واکنش به اینمباری ایران به قهرمانی در جام ملت های آسیا با وجود هر پندهای بالای تیم های عربی گفته: هر پندها در باشگاهها است و تیم ملی فرقی نمی کند. البته شاید کیفیت بازیکنان داخلی عربستان یا کشورهایی از این قبیل بهتر شود. طبیعتاً کیفیت بازیکنان داخلی متأثر از این یونز بهتر است و در این مدت کوتاه، کیفیت بازیکنان آنها کمی بهتر خواهد شد اما ما هم همچنان تیم ملی قوی و بازیکنان با کیفیتی داریم که قابلیت های فنی، انفرادی و گروهی خیلی خوبی دارند. من به این تیم ملی امیدوارم.

## حسینی: تا پایان فصل سکوت می کنم اگر...

سرمربی تیم فوتبال آلومینیوم اراک در واکنش به خبر محرومیت موقت که توسط کمیته انضباطی فدراسیون فوتبال نسبت به وی وارد شده عنوان کرد هنوز در رختکن ورزشگاه در حال صحبت با مربیان و بازیکنانم بودم که متوجه شدم این حکم صادر شده است. به خودم شک کردم که واقعا چه حرفی زدم که این اتفاق افتاد و لولای این فصل را برای بنده صادر کردند؟

مصلح محتجی حسینی افزود: همواره به تمام دلوران احترام گذاشتم و همه می توانند به این موضوع شهادت بدهند. حتی تیم داری بازی با پرسپولیس نیز می توانم بگویم که در جریان مسابقه و پس از سوت پایان بازی، کوچک ترین می احترامی با کنایه ای نسبت به آنها داشتم اما خیر، حتی بازی که تمام شد، به آنها خسته نمانیدم. گفتیم لولای خود را بنده عنوان کردم امیدوارم کمک داور محترم بازی عادلانه نشانی کرده باشند و واقعا این حرف بی احترامی است؟ اگر چنین صحبتی بدون هیچ گونه توهین منجر به محرومیت می شود، مطمئن باشید تا پایان فصل حتی یک کلمه دیگر در مورد داری حرف نمی زنم.

## دی ماریا جایزه طارمی را گرفت!

بنسبکها با پیروزی ۲-۰ مقابل پورتو جام قهرمانی سوپر جام پرتغال را با لالی سر برد این دیدار در یک ساعت نخست گلی نداشت تا اینکه ستاره آرژانتینی بنسبکها که تا بازی به این تیم برنکشته قفل دروازه پورتو را به کرده و زمینه ساز برد تیمش شد. آنخل دی ماریا جایزه ای دریافت کرد که سال گذشته به ماجم ایرانی پورتو، رسیده بود مهدی طارمی گاندها به عنوان بهترین مهاجم در پیروزی ۲-۰ پورتو مقابل تودلا در سوپر جام داشت. او دو گل تیمش را زده و در پایان بازی جایزه بهترین بازیکن میدان را دریافت کرد بود.

## امسال، سال ذوب آهنی هاست

محمدجواد محمندی، مهاجم تازه وارد گاندها درباره باره در مصاف پیروزی ذوب آهن در نخستین بازی لیگ و در مصاف با ملوان و شرایط زمین سن سیروس گفت: زمین اجازه نداده بود تیم که فوتبال بازی کند. ما واقعا فوتبال بازی کردن بر این زمین سخت بود. باید روی یکسری از اتفاقات تیمها به گل می رسیدند و در مورد شرایط این فصل ذوب آهن گفت: تیم ما از لحاظ سنی تیم دوم لیگ برتر است. خداراشکر که اولین بازی مان را با پیروزی پشت سر گذاشتیم. مطمئنم که امسال سال خیلی خوبی برای ذوب آهن و هواداران اصفهانی خواهد بود.

## ستاره های بی کلاه

در حالی که کم به پایان موعذ نقل و انتقالات نزدیک می شویم و با آغاز رقابت های لیگ برتر تیم های حاضر در این رقابتها تقریباً به کار خود در این بازار پایان داده اند، چهدهای سرشناسی از فوتبال ایران هنوز تیمهای فصل جدید خود را مشخص نکرده اند و در حال حاضر بدون تیم محسوب می شوند. به نوعی می توان گفت سرشان در بازار این فصل تا به امروز بی کلاه مانده است. از شاخص ترین این بازیکنان می توان به چهدهای مانند محمد مصدوم، شجاعی، ارفان سیولا، محمد رضا حسینی، یاسین مسلمانی، عارف غلامی، سامان قنوس، امیر عازاده و اسکندر ذراکه اشاره کرد.



آب دنیای حرام همواره تیره و گل آلود است. منظرهای دلخیز و سرانجامی خطرناک دارد. فریبنده و زیباست اما دوامی ندارد. نوری است در حال غروب کردن، سایه‌های است تابود شدنی، ستونی است در حال خراب شدن، آن هنگام که نفرت دارندگان به آن بدستند و بیگانگان به آن آطمینان کردند، چوئان اسب چموش پاها را بلند کرده سوار را بر زمین می‌کوبد و با پاهای خود آنها را گرفتار می‌کند و تیره‌های خود را به سوی آنان پرتاب می‌نماید، مناب مرگ به گریز انسان می‌افکند. (مولا علی (ع))

تمام درآمد حاصل از فروش این روزنامه و بخشی از مبلغ آگهی‌های بازرگانی صرف کمک به بیماران نیازمند می‌شود.

مدیرکل آموزش فنی و حرفه‌ای استان:

# فنی و حرفه‌ای اصفهان بالاترین تعهد آموزشی را دارد



مدیرکل آموزش فنی و حرفه‌ای استان اصفهان گفت: فنی و حرفه‌ای استان اصفهان بالاترین تعهد آموزشی را در سطح کشور به خود اختصاص داده است. ارزش افزوده آموزشی در همایش فنی و حرفه‌ای اردستان اظهار داشت: کارگاه کارآموزی فنی و حرفه‌ای استان اصفهان ۵۴ مرکز دولتی و بیش از ۴ هزار و ۵۰۰ آموزشگاه آزاد در سراسر استان دارد که حدود ۶ هزار نفر از آموزش‌های دولتی و همچنین تقریباً همین تعداد از آموزشگاه‌های آزاد استفاده می‌کنند و اصفهان بالاترین تعهد آموزشی را در سطح کشور به خود اختصاص داده است. وی افزود: برای افراد چوایی کار در بخش آموزش‌های ثابت برای پادگان‌ها، زندان، مناطق حاشیه‌نشین شهرها و زبان پرسرست خاتوار اداره فنی و حرفه‌ای ارائه خدمات انجام می‌دهد و خدمات و آموزش‌های فنی و حرفه‌ای در چهار گروه فرهنگ، کشاورزی، صنعت و خدمات است. مدیرکل آموزش فنی و حرفه‌ای استان اصفهان تصریح کرد: در سیستم آموزش فنی

و حرفه‌ای استان در این چندسال اخیر بزرگ‌ترین اتفاقی که رخ داده ایجاد روش سفارش محور به جای روش عرضه‌محور بوده که روش سفارش محور یک نگاه و روش جدید است و تا در میان عموم عادی شود نیاز به زمان دارد ولی در همین زمان کوتاه نیز ضمانت اشتغال را در بر دارد. اخوان طبسی یادآور شد: نیروی انسانی هم‌تراز با تکنولوژی از مهم‌ترین سرمایه‌هایی که می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد و در نگاه‌های اقتصادی با سه عنوان مدرک تحصیلی، شغل و شایستگی‌های داشتن شغل سر و کار دارد. وی بیان کرد: آن چه که در جامعه‌های متفاوت به صورت مختلف تحلیل می‌شود و اگر سه عنوان در نگاه‌های اقتصادی با یکدیگر ارتباطاً نزدیکی داشته باشد خوب است و نیروی انسانی ماهر خواهیم داشت. مدیرکل آموزش فنی و حرفه‌ای استان اصفهان با بیان اینکه چالش نظام آموزشی از اشکال بزرگ ما است، ادامه داد: نظام آموزشی شامل آموزش در مدارس و دانشگاه‌ها بوده و بازار کار شامل نگاه‌های اقتصادی است. فعالیت‌های امروزه فعالیت‌ها عرضه محوری است و فاصله‌ی بین بازار کار و نظام آموزشی وجود دارد که این یک چالش است. اخوان طبسی خاطرنشان کرد: تغییرات سریع بازار کار از تغییرات در فناوری‌ها و تکنولوژی‌ها تأثیر می‌پذیرد و از بازار کار عدم شناخت کامل وجود دارد. وی بیان کرد: برای کاهش فاصله بین بازار کار و آموزش در فنی حرفه‌ای دو راهکار داریم و جامعه هدف ما به دو دسته کارچوپان و شغلاتان وجود دارد که صلاحیت حرفه‌ای و آموزش دوگانه از این راهکارها است. مدیرکل آموزش فنی و حرفه‌ای استان اصفهان تصریح کرد: اگر سیستم آموزشی کشور با بازار کار ارتباط پیدا کرده و نزدیک تر شوند، خروجی آموزشی اثربخش خواهد بود. مؤلفه اصلی دانشگاه‌های موفق در جهان این است که مشکلات صنعت در کشور را بررسی می‌کند و مطابق با آن آموزش را انجام می‌دهد. اخوان طبسی خاطرنشان کرد: در اثر سیستم آموزش دوگانه، آموزش در محیط واقعی اتفاق می‌افتد. همچنین اشتغال تضمین شده و نیروی انسانی به صورت سفارشی برای صنایع و اصناف تأمین شده و مدل عرضه‌محور به تقاضا محور تبدیل می‌شود.

## ۱۳ مخزن آب در روستاهای شرق اصفهان احداث می‌شود

مدیر عامل شرکت آب و فاضلاب اصفهان گفت: ۱۳ مخزن آب آشامیدنی، ۶ روستا با جمعیت حدود پنج هزار و ۵۰۰ نفر به صورت پایدار تأمین و این روستاها را چرخه آبرسانی سیار حذف می‌شود. وی اضافه کرد: همچنین احداث مخزن هزار متر مکعبی گردنه ملایم آباد و مخزن ۱۰۰ متر مکعبی گردنه ملا محمد لایه سیاه در روستای اکبر آباد از توابع این‌ها آغاز شده است. اکبر آباد ادامه داد: در طرح جهاد آبرسانی در این شهرستان علاوه بر مخازن، حفر و تجهیز ۲ حلقه چاه آب، ۱۷ کیلومتر خط انتقال و شبکه توزیع و پنج باب ایستگاه پمپاژ نیز اجرا و احداث می‌شود. مدیر عامل شرکت آب و فاضلاب اصفهان خاطر نشان کرد: تاکنون در مجتمع‌های روستایی لایه سیاه و کوهستان بهارستان تأمین حدود ۸۰۰ کیلومتر لوله گذاری انجام شده است و در صورت محقق شدن اعتبارات، این طرح تا ۲۰ ماه آینده به بهره برداری می‌رسد. همچنین تاکنون حدود هزار و ۸۰۰ فقره انشعاب به این روستاها واگذار کرده‌اند. اکبر آباد با تأکید بر لزوم سرعت گرفتن اجرای پروژه‌های طرح ملی جهاد آبرسانی گفت: متولیان و فعالان طرح ملی جهاد آبرسانی باید با برگزاری جلسات مستمر، بررسی چالش‌ها و ارائه راهکارها بر مشکلات موجود در اجرای پروژه‌ها فائق آمده و خدمت‌رسانی را چگونگی ادامه دهند.

## حمایت بیمه سلامت در خصوص جوانی جمعیت



مدیرکل بیمه سلامت استان اصفهان گفت: سازمان بیمه سلامت در راستای دستورات مقام معظم رهبری و سیاست‌های کلی جمعیت، چتر حمایتی خود را بر سر درمان نایسارواری گرفته و پوشش خوبی برای هزینه‌های درمان فرزندان به دنیا آمده ایجاد کرده است. محمدحسین صفاری با حضور در بیمارستان شهید بهشتی با عیادت از چهارقلوهای تازه متولد شده با پدر این نوزادان گفت و گو و وی بیان اینکه میزان حمایت بیمه سلامت در درمان نایسارواری این زوج ۱۰۵ میلیون ریال بوده است. افزود: تمام هزینه‌های درمانی مادر و بستری و درمان نوزادان تا زمانی که بستری هستند را این اداره کل عطا کرده است. وی با بیان اینکه میزان حمایت بیمه سلامت در درمان نایسارواری این زوج ۱۰۵ میلیون ریال بوده است، افزود: تمام هزینه‌های درمانی مادر و بستری و درمان نوزادان تا زمانی که بستری هستند را این اداره کل عطا کرده است. مدیرکل بیمه سلامت استان اصفهان تصریح کرد: تاکنون مبلغ ۱۷ میلیون تومان هزینه‌های بستری و زایمان مادر بوده که تمام هزینه‌ها به صورت رایگان انجام شده است. هر چهار نوزاد به صورت رایگان تحت پوشش بیمه سلامت قرار گرفته‌اند و از خدمات سازمان بهرمنده خواهند شد. وی ادامه داد: سازمان بیمه سلامت در راستای دستورات مقام معظم رهبری و سیاست‌های کلی جمعیت، چتر حمایتی خود را بر سر درمان نایسارواری گرفته و پوشش خوبی برای هزینه‌های زایمان و هزینه‌های درمان فرزندان به دنیا آمده ایجاد کرده است. رضا خدیژی، پدر چهارقلوهای تازه متولد شده نیز در این دیدار گفت: تحت پوشش بیمه روستائیان بیمه سلامت ایران هشتم و هزینه‌های زایمان توسط بیمه پرداخت شده است.

## بررسی مشکلات و مسائل عمده پالایشگاه‌ها



اسلامی برگزار شد و طی این جلسه به مسائل و مشکلات صنعت پالایش نفت کشور پرداخته شد. طی این جلسه در مورد مشکلات و مسائل عمده پالایشگاه‌ها از جمله پروژه‌های کیفی سازی و مطالبات شرکت‌های پالایش نفت گفت و گو شد. یکی از مهم‌ترین مسائلی که مطرح شد این بود که مطالبات پالایشگاه‌ها از دولت افزایش قابل توجهی داشته است و دولت باید برای پوشش این مطالبات هر چه زودتر اقدام کند. موضوع دیگری که در این جلسه مورد بحث قرار گرفت، بند "ر" تبصره یک قانون بودجه ۱۴۰۲ بود که طی آن پالایشگاه‌ها باید ۴۰ درصد سود خود را صرف طرح‌های کیفی سازی کنند. در این راستا مدیران صنعت پالایش نیز تأکید داشتند که مطالبات صنعت پالایش نفت باید در راستای اجرای طرح‌های کیفی سازی و توسعه ای پرداخت شود؛ چرا که غیر این صورت اجرای طرح‌ها با مشکل مواجه خواهد شد.

کشور تأمین کننده کالا برای ایران طی چهار ماه ۱۴۰۲

|             |               |             |
|-------------|---------------|-------------|
| کوبا        | آفریقای جنوبی | اوگاندا     |
| \$۲/۴۰۰/۰۰۰ | \$۹/۰۰۰/۰۰۰   | \$۱/۲۰۰/۰۰۰ |
| تاتاریا     | گنا           | سیشل        |
| \$۲/۷۰۰/۰۰۰ | \$۲/۴۰۰/۰۰۰   | \$۱/۳۰۰/۰۰۰ |
| تنکو        |               |             |
| \$۱/۸۰۰/۰۰۰ |               |             |

### چه کالاهایی از آفریقا وارد می‌کنیم؟

www.nesfejahan.net

- محصولات غذایی - چای - قهوه: \$۱۱/۱۰۰/۰۰۰
- سنگ منگنز: \$۳/۱۵۰/۰۰۰
- ماشین آلات و تجهیزات صنعتی: \$۳/۳۰۰/۰۰۰
- انواع روغن صنعتی: \$۱/۹۰۰/۰۰۰
- محصولات فولادی ضد زنگ: \$۸۵۹/۰۰۰

## نشست تخصصی معرفی نمایشگاه حلال مالزی برگزار شد



این نشست به منظور معرفی فرصت‌های تجاری کشور مالزی، پتانسیل‌های حضور در نمایشگاه حلال و بررسی چالش‌ها و راهکارهای توسعه تجارت با حضور مدیران ۲۹ شرکت بخش خصوصی، مدیر عامل نمایشگاه بین‌المللی اصفهان، مدیرکل دفتر شرق آسیا و اقیانوسیه سازمان توسعه تجارت، سفیر جمهوری اسلامی ایران در کشور مالزی در سالن خلیج فارس واقع در نمایشگاه بین‌المللی تهران برگزار گردید. در این نشست دلبری، مدیرکل دفتر شرق آسیا و اقیانوسیه سازمان توسعه تجارت گفت: موضوع نمایشگاه حلال مالزی فقط مرتبط با غذا نیست و سایر مشارکت کنندگان نیز می‌توانند با موضوعات دیگر که ارزش صادراتی دارند در این نمایشگاه حضور داشته باشند. همچنین استارت‌آپ‌های حوزه‌های مالی هم می‌توانند در این رویداد نمایشگاهی حضور داشته باشند. وی افزود: در سید صادراتی ایران کشورهای مالزی، اندونزی و ویتنام در اولویت قرار دارند. سفیر ایران در کشور مالزی به صورت ویدئو کنفرانس در جلسه حضور داشتند گفت: روابط دو کشور بسیار مناسب و مطلوب پیش می‌رود و در عالی‌ترین