

میوه های خشک شده  
فله ای خرید

۱۱



عترافات پدر خوانده به  
تکه تکه کردن عروس و داماد

۱۲

باگوشی موبایل

Galaxy S8 Plus SM-G955FD دو سیمکارت آشنا شوید

۱۵



www.nesfejahan.net

روزنامه مستقل استان

# در ستایش زرد و سبز



۱۲

با منصوریان  
تا ۱۴۰۳!

وزیرای ارشاد در  
امور فرهنگی دخیل نیستند

از «پلاسکو» تا «چهارراه استانبول»  
با بهرام رادان

۱۰

۱۱

وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی  
با هدف گسترش فرهنگ مطالعه و  
حمایت از مطبوعات طرح تخفیف اشتراک  
تا سقف ۵۰ درصد را اجرا می کند



مشترک  
شوید

افزایش قیمت نشریه  
در طول دوره اشتراک  
مشمول مشتریان قبلی  
نمی شود

تسهیلات اشتراک برای  
روزنامه ها مجلات عمومی  
و مجلات تخصصی  
به ترتیب تا سقف ۵۰۰،  
۲۵۰۰ و ۵۰۰۰ تومان  
به ازای هر نسخه



برای ثبت اشتراک کافی است  
به سایت [www.eshterak.ir](http://www.eshterak.ir)  
مراجعه نمایید

ارسال عادی  
بصورت رایگان



## آگهی مزایده (مرحله اول)

نوبت دوم

شهرداری آران و بیدگل در نظر دارد به استناد مصوبه شماره ۸۳۲ مورخ ۹۶/۰۵/۰۲ شورای اسلامی شهر آران و بیدگل نسبت به فروش دو قطعه زمین با کاربری مسکونی واقع در بلوک ۱۰ شهرک گلستان طبق کارشناسی پیوست به شرح ذیل اقدام نماید، لذا از کلیه واجدین شرایط دعوت به عمل می آید جهت اطلاع از شرایط، اخذ مدارک و شرکت در مزایده حداکثر ظرف مدت ۱۰ روز از تاریخ انتشار نوبت دوم این آگهی به شهرداری آران و بیدگل مراجعه نمایند. ضمناً هزینه درج آگهی به عهده برنده مزایده می باشد. (کمیسیون در رد یا قبول پیشنهادات مختار می باشد)

- قطعه شماره ۴۴ به مساحت ۱۱۷ م.م از قرار هر مترمربع ۲/۲۰۰/۰۰۰ ریال.

- قطعه شماره ۳۶ به مساحت ۱۱۷ م.م از قرار هر مترمربع ۲/۳۰۰/۰۰۰ ریال.

حسن ستاری - شهردار آران و بیدگل



با ما همراه باشید  
@nesfejahannewspaper





# وزرای ارشاد در امور فرهنگی دخیل نیستند

محمد کاسسی، بازیگر پیشکسوت سینما و تلویزیون گفت: یکی از بزرگ ترین مشکلات و آسیب هایی که ما در حوزه فرهنگی و هنری کشور شاهد هستیم به دلیل حضور افرادی است که سبای ثابت زیر مجموعه های وزارت ارشاد بوده اند و همیشه به یک شکل کار کرده اند. امیدوارم وزیر ارشاد جدید هیچیک از وزیران قبلی را از میان چهره های تکراری انتخاب نکند.



بازیگر سریال های

تلویزیونی «خوش غربت» و «خوش رگاب» افزود: تجربه تمامی این سال ها ثابت کرده که اصولاً وزرای ارشاد چندان در چگونگی امور فرهنگی و هنری کشور دخیل نیستند و این معاونت های زیر مجموعه آنها و مشاوران ایشان هستند که سیاستگذاری ها را شکل می دهند و عموماً بر اساس سلیقه شخصی و دیدگاه های خودشان امور فرهنگی و هنری کشور را به پیش می رانند از این رو ضروری است که شخص وزیر ارشاد معاونت ها را انتخاب کند که از همه نظر اصیل باشند.

وی ادامه داد: دیگر تکرار است؛ ما تاجه زمانی باید شاهد آن باشیم که همواره تعداد بسیار اندکی از افراد در پست ها و مقام های مختلف وزارت ارشاد و نهادهای تابعه آن جا به جا می شوند؛ سازمان سینمایی که متأسفانه بدتر از سایر معاونت ها و حوزه های تابعه وزارت ارشاد است و همواره تعدادی افراد مشخص در این سازمان حضور دارند که بست های شان یا هم عوض می شود. ما امروزه نیازمند حضور نیروهای جوان و خلاق با اندیشه ها و تفکرات نو و به روز در سیستم وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی و سازمان سینمایی هستیم.

محمد کاسسی سسیمی با تأکید بر اینکه در کشور فقط الرجال نیامده است اظهار داشت:



سفرافشانی بود؟

سیستمی که اینک جریان اداره امور فرهنگی و هنری کشور را در دست دارد برای این کار پیر شده و کارایی چندانی برای توسعه و رشد فرهنگی و هنری کشور ندارد. نمی تواند داشته باشد از این رو ضروری است که شخص وزیر ارشاد با توجه به این نکته مهم یک پالایش اساسی و همه جانبه در وزارت ارشاد انجام دهد.

برنده سیمرغ بلورین بهترین بهترین بازیگر مرد برای فیلم سینمایی «پدر» خاطر نشان کرد: تغییرات اساسی در چگونگی مدیریت زیر مجموعه وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی رخ بدهد ما می توانیم بسه این مطلب امیدوار باشیم که تغییری این مثبت به نفع تمامی حوزه های فرهنگی و هنری صورت گیرد در غیر این صورت قطعاً شاهد تکرار مکررات و همان رویه های غلط پیشین در این وزارتخانه خواهیم بود. محمد کاسسی تأکید کرد: سینمای ایران به عنوان یکی از ارکان و بخش های مهم سیستم فرهنگی و هنری کشور امروزه پیش از هر زمان دیگری نیازمند تغییرات اساسی و چشمگیر است؛ متأسفانه ما شاهد هستیم که تا زمانی که سینماگران از وضعیت سینما به بالاترین حد خود در تمامی سال های پس از انقلاب رسیده و این اتفاق بسیار نازکت کننده و نگران کننده است.

## نرگس محمدی و اعتراف به زدنی

نرگس محمدی که با سرپال «ناش» در تلویزیون شناخته شد در صفحه اینستاگرام خود تصویری از نسخه ای از فیلم «ناش» را به اشتراک گذاشت که بدون اجازه نویسنده آن را بر داشته بود. نرگس محمدی در صفحه اینستاگرام نوشت: «هرای اولین بار زدنی کردم. دفتر لوح زین بودم و مابین نویس داشت های از فصل سوم «ناش» را که آقای مطبی نوشته بود را چاپ می کردم مشاق خواندنش بودم. اما ناچار به سفارش نویسنده تا کامل نشده قرار است به هیچکس نسخه ای داده شود دیگر چاره ای برام نمانده بود. تنها کاری که توانستم انجام دهم با گویی از صفحه اول و دوم قسمت اول عکس گرفتم. این دو صفحه حاصل زدنی من است که با شما عزیزان شریک می شوم البته نه در زدنی در خواندن آن. پ: خودمونی تبریک می ندم وقتی منم دو صفحه و خواندم شبی اختیار از چشمم سرازیر شد. پ: اگر بابت این سرعت توسط نویسنده کشته شدم «ناش ۲» از زودی ساخته خواهد شد.»

## جمهور کمترین تالی می بیند به حالت تکمیلی است

رستمی افزود: البته این روزها من حضور کمتری در تلویزیون دارم و آن هم به علت تبلی است، چون زمان ساخت سریال بسیار طولانی است و شما سر کار سینمای تصمیم گیری بهتری می توانید برای زندگی داشته باشید. متلاً بسیرال «وضعیت مسدود» دو سال طول کشید و الان سازمان سریال «مسیر دلبران» حدود یکسال است که در بزرگه به سر می برد.

وی همچنین در بخش دیگری از سخنانش درباره علاقه به کتاب نیز گفت: صحن هر زمان که فرصت داشته باشیم کتاب می خوانم و به آن علاقه بسیاری دارم. به نظر من کتاب بهترین چیزی است که می توان یادگاری داد و یا به کسانی که دوستشان داریم، هدیه کرد.

## امیر حسین رستمی در ارتباط با سریال «لیسانسه ها»

امیر حسین رستمی در ارتباط با سریال «لیسانسه ها» از ابتدا قرار بود در ۶۰ قسمت متوالی ساخته شود و پس آن همه این قسمت ها به صورت متوالی روانه آنتن شود. اما به نظر مدیران تلویزیون همسان موقع که در حال تصویربرداری بودیم بخش آغاز نسد و از یکجایی به بعد با هم مدیران از سروش صحت خواستند که یک پایان بندی موقت برای سریال نوشته شود و فصل دوم آن با فاصله بخش شود.

وی همچنین در بخش دیگری از سخنانش با بیان اینکه هر چند من از سینما به تلویزیون آمده ام ولی خود را فرزند تلویزیون می دانم. عنوان داشت: موقت برای سریال نوشته نشود و فصل دوم آن با فاصله بخش شود.

فیلم سینمایی «بان» به کارگردانی سمود تکاور و تهیه کنندگی مرت. جامی که به تازگی پیش تولید آن شروع شده این روزها در حال تکمیل لیست بازیگران است تا به زودی تولید این فیلم آغاز شود. تاکنون کوروش تهامی، رامین پرچمی و رضا یزدانی برای ایفای نقش در این

## «روبا» بهروز افخمی سفارشی بود؟

طی روزهای گذشته بررسی صلاحیت های وزرای پیشنهادی کابینه دولت دوازدهم در مجلس شورای اسلامی آغاز شده و وزیران به دفاع از برنامه های خود برای چهار سال آینده پرداخته اند. سید محمود افخمی در جلسه ای در وزارت اطلاعات در زمینه ساخت فیلم های سینمایی اشاره کرد گفت: وزارت اطلاعات ۹۳ فیلم «روبا» به کارگردانی بهروز افخمی را تولید کرده است.

این در حالی است که بهروز افخمی در مصاحبه های گذشته خود اعلام کرده بود که «روبا» فیلم سفارشی نیست. او همچنین در یک مصاحبه اعلام کرد که چون تماشاگران برای او مهم هستند، برای او تفاوتی نمی کند که تهیه کنندگان فیلم های تلویزیونی باشند یا خصوصی. اما سید محمود علوی در جلسه بررسی صلاحیت خودداری از حضور در کابینه دولت دوازدهم، صحبت های او را در مورد اقدامات آموزشی این وزارتخانه در چهار سال گذشته مطرح کرد. علوی با اشاره به اهمیت آموزش به شهروندان گفت: ما فقط به آموزش های کلاسیک بسنده نکردیم

و از ابزارهای هنری استفاده کردیم. وزیر اطلاعات درباره اقدامات آموزشی هنری وزارت اطلاعات در چهار سال گذشته گفت: ما در جهت آگاهی بخشی عمومی از هنرهای مختلف همچون سینما استفاده کردیم و متلاً در هنر سینما در سال ۹۳ فیلم سینمایی «روبا» به کارگردانی بهروز افخمی را تولید کردیم.

وزیر اطلاعات درباره اقدامات آموزشی هنری وزارت اطلاعات در چهار سال گذشته گفت: ما در جهت آگاهی بخشی عمومی از هنرهای مختلف همچون سینما استفاده کردیم و متلاً در هنر سینما در سال ۹۳ فیلم سینمایی «روبا» به کارگردانی بهروز افخمی را تولید کردیم.



تولید کردیم.



راضی نیستم

جشن آقای گودزی بر سپید، بارها به ایشان گفتیم مرا از آمدن معذور بدانید چون حال جسمی ام مناسب نیست. بیمار هستم. اما دوستان اصرار داشتند حتماً بیایم. اگر حرفی در مورد عزت-ا. انتظامی زدم، به هیچ عنوان ضرورت نمی کردم چنین حواشی است این همه ماجرا پیش میاید محال بود چیزی بگویم. درست است که در این سینما همه زحمت کشیده اند و فقط یک نفر زحمت نکشیده، اما من راضی نیستم احدی به انتظامی بی احترامی کند.

«در این جشن من حرف هایی زدم و بعد، بعد من جوان (نویسنده محمد - حامد بهداد) روی ناس آمدند و حرف هایی در مورد حرف هایم زدند. خوب، تمام شد رفتم. آن جوان هم از روی ناس چیزی بگویند. حالا گفتند تمام شد ماجرا. ادامه دادن ندارد. اینکه به یک ماجرا می دلمن بزنیم چه فایده دارد؟ و قاعاً به وجود آمدن این حواشی نازح.

«شبهه جنسیت در واکنش به حرف های من به آقای انتظامی بد گفتند خیلی عجبگین شد. کاش مثل این چندین سال پیش هم سکوت می کردم. راضی نیستم احدی به ایشان بد بگوید. حرف های من در مورد ایشان حرف های شخص من بود. رابطه خودمان است. یک لحظه عصبانی شدم و چیزی گفتم که نباید می گفتم. حال خوب نبود. باید سکوت می کردم. حالا عصبانی کسی دیگر این ماجرا ادامه نکند. کسی هم از حرف های من علیه ایشان سوء استفاده نکند.

از زاده زارعی بازیگر سریال «آوی باران» درباره فعالیت اخیر خود گفت: علاوه بر فیلم «هایلات» که قرار است به سی و ششمین جشنواره فیلم فجر برسد، بعد از صحبت های انجام شده یک سینمایی دیگر را پیش دارم که گروه تولید این فیلم هم در تلاش هستند تا آن را به جشنواره برسانند و امیدوارم که این اتفاق رخ دهد. وی در خصوص ایفای نقش در این اثر سینمایی بیان کرد: کلیت فیلم «هایلات» یک عاشقانه مینی مال است با فضایی کاملاً متفاوت، به دلیل روند قصه جزئیاتی از تقسیم نمی توانم بیان کنم ولی نقش خاص و چالش برانگیزی است که تاکنون آن را تجربه نکردم. نکته حائز اهمیت هم این است که با استفاده از سینمای ایران جمشید هاشمپور هم بازی هستم و آن بسیار هیجانم.

«پایان» از «چاپلاسکو» تا «چهارراه استانبول»

بعد از فروریختن ساختمان پلاسکو در زمستان سال گذشته، مصطفی کابایی کارگردان فیلم «پارک» از ساخت فیلمی درباره این اتفاق تلخ خبر داد. او که پیش تر اعلام کرده بود، نام این فیلم سینمایی «پلاسکو» خواهد بود، با تغییر نام آن به «چهارراه استانبول» پیش تولید آن را آغاز کرد. تاکنون حضور بهرام ابراهام و محسن کابایی به عنوان بازیگر در این فیلم سینمایی قطعی شده است.

مصطفی کابایی که تاکنون فیلم های «بند از ظهر سگی سگی»، «خند گولبه»، «خط و سوز» و «عصر بخینان» و «پارک» را جلوی دوربین برده است، قصد دارد ششمین فیلم خود را با موضوع اتفاقات ساختمان پلاسکو سازد. مصطفی کابایی که از اوپار سال گذشته گزارش فیلمنامه ای با نام «پلاسکو» را شروع کرده بود، با تغییر نام آن، پیش تولید این فیلم را آغاز کرده است. تاکنون حضور بهرام ابراهام و محسن کابایی در فیلم «چهارراه استانبول» قطعی شده است و در روزهای آینده قرار است بازیگران جدیدی به این پروژه اضافه شوند. پیش از این فیلم های مصطفی کابایی از جمله «خط و سوز» و «عصر بخینان» و «پارک» توانسته بودند با استقبال مخاطبان روبه رو شوند. «چهارراه استانبول» به احتمال زیاد در جشنواره فیلم فجر آسامال به نمایش در خواهد آمد و کابایی به سی از یکسال غیبت، اسامال با «چهارراه استانبول» به سی و ششمین جشنواره فیلم فجر خواهد آمد.

خواهد آمد.



من کارگردانی را دوست دارم

لیسانس کارگردانی تار دارم، چند سال از این حوزه دور بودم اما دلم می خواهد که به صورت جدی وارد حوزه کارگردانی شوم. خدا را شکر در پروژه هایمانه خانگی «مو» با تیم خیلی خوبی همراه بودم و امیدوارم که بتوانیم نمایش به روی صحنه ببریم. کی زنگت زدن ها در این متن کارگرهای خوبی داشتند و منفعل نبودند من به عنوان یک کارگردان زن برام خیلی مهم است که کاری را انجام بدهم و می توانم از آن منافع نباشند و بیشتر روی زن ها بچرخد. وی در خصوص علاقه اش به کارگردانی نیز گفت: وقتی در سمت بازیگر هستی، در واقع مجری هستی و باید خواسته های کارگردان را اجرا کنی و وقتی در حال کارگردانی هستی یعنی خلق کنی اثر و من این کار سخت و پر استرس را دوست دارم. وی از فعالیت های جدید خود نیز گفت: به روی مقابل دوربین سریال «تام» خواهم رفت.



# هنگام خواب Wi-Fi را خاموش کنید

محققان می‌گویند همانطور که هنگام خواب باید تلفن همراهتان را از خود دور نگه دارید تا در معرض اشعه‌های الکترومغناطیسی آن قرار نگیرید، باید در برابر مودم Wi-Fi هم همین موضوع را رعایت کنید و اگر از طریق این نوع مودم‌ها به اینترنت متصل می‌شوید، آن را هنگام خواب خاموش کنید. به گفته محققان Wi-Fi، روی مغز تأثیر گذاشته و افسردگی را می‌تواند ایجاد کند.

پژوهشگران می‌گویند نتایج تحقیقات آنها نشان می‌دهد انتشار امواج الکترومغناطیسی مودم می‌تواند بخش‌هایی از مغز را تحریک کند و فعالیت آن بخش را افزایش دهد. دانشمندان با انجام آزمایشات و مطالعاتی بر روی دلوپلایان زیادی دریافتند آن دسته از افرادی که ساعات زیادی از روز را در کنار مودم قرار دارند و هنگام خواب نیز مودم در محیط کنار آنها وجود دارد حافظه کمتری دارند و موارد مختلف را کمتر به خاطر می‌سپارند و مغزشان پریشانی بیشتری دارد.

پژوهشگران توصیه می‌کنند برای سلامت مغز بهتر است افراد قبل از خواب مودم را خاموش کنند و در ساعات استراحت آن را از خود دور نگه دارند.

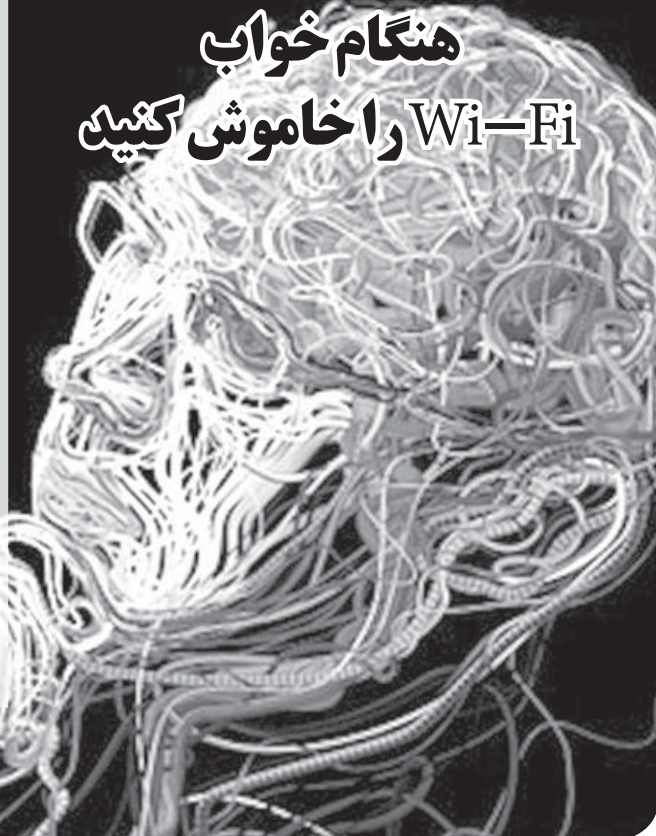
در اینجا به دلیل ۵ اصل اشاره می‌کنیم که نشان می‌دهد بهتر است در مواقعی که نیاز به Wi-Fi ن دارید و یا اینکه آخر شب، مودم را خاموش کنید.

**۱- امواج رادیویی برای انسان به خصوص کودکان خطرناک هستند**  
درست است که هنوز این موضوع به طور کامل و علمی ثابت نشده است اما تقریباً تمام کارشناسان محیط زیست و پزشکی موافق این موضوع هستند که امواج مایکروویو تأثیراتی روی بدن و ذهن انسان می‌گذراند. هر ساله تحقیقات زیادی صورت می‌گیرد که نتایجشان نشان می‌دهد افرادی که کمتر در معرض امواج رادیویی حتی موبایل موبوت و تلویزیون هستند، سلامت جسمی و روانی بهتر دارند. این موضوع به خصوص برای نوزادان و کودکان تشدید می‌شود؛ چون ساختار بدنی و مغزی آنها آسیب‌پذیرتر است و در حال تکامل یافتن است.

کارشناسان توصیه می‌کنند در اتاقی خوابید که هیچگونه دستگاهی به Wi-Fi متصل نباشد، به معنی دیگر، بهتر است مودم در اتاق خواب نباشد.

شاید شایسته‌ترین بستر است از موبایل هم استفاده نکنید؛ خواب این است که به‌لطف گوشی‌های تلفن همراه را هم بهتر است در آخر شب و مواقعی که نیاز ن دارید توی بغل خودتان نگذارید و کمی دور نگه دارید. در این مورد تحقیقات زیادی صورت گرفته و ثابت شده افرادی که در آن شب مدت زمان تقریباً طولانی با گوشی‌های موبایل کار می‌کنند، مشکلات بی‌خوابی بیشتری دارند.

**۲- نزدیک بودن به امواج رادیویی، بی‌خوابی می‌آورد**  
کارشناسان توصیه می‌کنند بستر است در اتاقی خوابید که هیچگونه دستگاهی به Wi-Fi متصل نباشد. به معنی دیگر، بهتر است مودم در اتاق خواب نباشد. خطرات امواج رادیویی، Wi-Fi در فاصله نزدیک زیر ۱۰ متر بسیار بیشتر است و در



فاصله‌های بالاتر از ۵۰ متر کم می‌شود. بهتر است با کمک مودم روشن ۱۰۰ متر فاصله داشته باشید. در خانه‌های آپارتمانی جدید که بسیار کوچک هستند معمولاً فاصله ۱۰۰ متری غیرممکن است؛ پس بهتر است که مودم را خاموش کنید. اگر دوست دارید با خیال آسوده بخوابید، بهتر است مودم را خاموش کنید تا به این صورت ذهن شما هم خاموش شود و کم‌کم برای رفتن به ضمیر ناخودآگاه آماده شوید. ذهن انسان در شب و هنگام خواب فرآیندها و واکنش‌های بیولوژیکی دارد که امواج Wi-Fi مزاحش هستند.

**۳- مصرف انرژی در دنیایی که مشکل کمبود انرژی دارد**  
مودم‌های برای کاهش مصرف انرژی دارد و در مواقعی که هیچ دستگاهی به آن وصل نباشد، به طور محسوس مصرف انرژی را کاهش می‌دهند اما باز چندین چراغ LED روشن است و دستگاه برقی مصرف می‌کند. چرا باید اینطور باشد؟ هم هزینه‌های قبض برق شما افزایش پیدا می‌کند و هم به یک دشمن محیط زیست و انرژی تبدیل می‌شود. روشن بودن مودم هیچ فایده‌ای برای شما جز افزایش هزینه ندارد.

**۴- احتمال خرابی دستگاه افزایش پیدا می‌کند**  
این دستگاه‌ها طوری ساخته شده‌اند که تا دو سه سال به طور همیشه روشن باشند و کار کنند اما بعد از این مدت استاندارد که معمولاً در دفترچه راهنما و مستندات دستگاه از طرف کارخانه اعلام می‌شود، مادربرد، خازن‌ها و چیپست‌ها شروع به استهلاک و فرسایش می‌کنند و عمر مفید خود را از دست می‌دهند. بنابراین، هر چه بیشتر روشن باشند، زودتر خراب می‌شوند و احتمال از کار افتادگی یا سوختگی بالاتر می‌رود.

همینطور ممکن است روی کیفیت و کارایی دستگاه تأثیر بگذارد و Wi-Fi با سرعت پایین‌تری داشته باشید. اگر یک دستگاه مودم با قیمت بالا دارید، بهتر است مانند انسان‌های سن بالا کمی به اولترا استریم بدهید تا بیشتر عمر کند.

**۵- هکرها و دزدان Wi-Fi شب‌ها پیدارند**  
هکرها از سکوت و خلوت شب‌ها برای حمله به دستگاه‌ها و سیستم‌ها و هک Wi-Fi کاربران استفاده می‌کنند. خاموش کردن مودم در آخر شب با موبایلی که برای چند روز خانه نیستید از این جهت هم فوایدی دارد.

### ● باور عمومی اشتباه

یک باور اشتباه وجود دارد که روشن و خاموش کردن زیاد مودم باعث خرابی آن می‌شود. اگر اینطور بود سازه مودم کلیه مودم روشن را برای راحتی شما نصب نمی‌کرد. ما هم موافق این نظر هستیم که نباید در یک شبانه‌روز چندین بار مودم را خاموش و روشن کرد. ولی وقتی تلفن مدنت کاری به اینترنت و Wi-Fi ندارد، بهتر است با کلیه خاموش روشن، این دستگاه‌ها را خاموش کنید و باسیم مودم را با برق بکشید.

## ورزش کردن در شب مفید است یا مضر؟

ورزش کردن به هر حال مفید است و فرقی نمی‌کند. مثلا در شب، خیلی بیشتر به نفع‌تان است و نتیجه بهتری از تمرین خواهید گرفت.

**● باشگاه خلوت تر**  
اگر اولین تمرین‌تان شامل باشگاه رفتن هم می‌شود، پس حتماً می‌دانید که در زمان شلوغی باشگاه، دسترسی پیدا کردن به تجهیزات و دستگاه‌ها چقدر می‌تواند سخت و چالش‌برانگیز باشد. معمولاً باشگاه‌ها در صبح‌ها خلوت‌ترند و در عصرها شلوغ‌ترند. همچنین در جمعیت‌ها در خود دراز، ورزش کردن در ساعات خلوت‌تر، مثلا در شب می‌تواند این امتیاز را داشته باشد که راحت‌تر به وسایل مورد نیازتان دست پیدا کنید. اگر اهل باشگاه رفتن هستید حتماً برای آن‌ها یک پیش‌آمد که در شروع جلسه تمرینی و برای گرم کردن بدن، منتظر حالی شدن تردمیل بمانید و وقت‌تان به هدر رود.

**● کمک به بهتر خوابیدن**  
یکی از دلایل اصلی که بسیاری از افراد از ورزش کردن در شب اجتناب می‌کنند این است که ممکن است به خوابشان لطمه وارد کند. هر چند این درست است و برخی از افراد با ورزش کردن در شب ممکن است دچار اختلال خواب شوند. اما همه اینطور نیستند و ورزش کردن در ساعات پایانی روز، به خواب بهترشان کمک می‌کند. ورزش هوازی برای داشتن خوابی بهتر مفید است و علم هم ثابت کرده که تمرینات استقامتی هم همین اثر را دارند.

**● مطالعاتی که در سال ۲۰۱۳ انجام شد**  
نشان داد ورزش‌های استقامتی در هر زمانی از روز می‌تواند کیفیت خواب را بالا ببرد. اگر برای خواب شبتان مشکل دارید، سعی کنید به عنوان اولین تمرین، ورزش سبک و کم‌زور کنید؛ اما اگر به پیچیدگی خواب‌تان کمک خواهد کرد. تمرین سبک‌وزن را به راحتی می‌توانید به برنامه روزانه خود اضافه کنید.

**● انرژی بیشتر**  
ورزش کردن در شب، علاوه بر قدرت عضلانی بهتر می‌تواند این مزیت را داشته باشد که میزان انرژی کلی شما در شب بیشتر از میزان انرژی شما در ساعات اولیه روز است. برای برخی از افراد خیلی خوب و ایده‌آل است که بعد از بیدار شدن از خواب ورزش کردن انرژی بیشتری داشته باشد. این موضوع را می‌توانید به افراد هم‌جنس خود که اگر قرار باشد صبح‌ها ورزش کنند حتماً خواب‌آلود و کسل خواهند بود و در نتیجه پسرهای از ورزش کردن‌شان نمی‌برند.

صرف نظر از زمان ورزش کردن، معمولاً بعد از ورزش احساس انرژی بیشتری خواهید داشت، اما اگر

## خرما بخورید ویتامین بگیرید

خرما میوه درخت میوه بوده که در مناطق و هوایی خشک می‌روید و مصرف آن دارای فواید متعددی است. بی‌شماری برای سلامتی بدن است.

یکی از دلایلی که افراد از خوردن خرما اجتناب می‌کنند این است که تصور می‌کنند خرما باعث افزایش قند خون می‌شود، اما با توجه به مطالعات انجام شده این فرضیه صحت ندارد. همچنین بر اساس مجله تغذیه آمریکا، اگرچه خرما حاوی مقدار زیادی قند طبیعی است اما این ماده غذایی نمایه گلیسمی پایینی داشته و بعد از مصرف آن، قند خون به طور قابل ملاحظه‌ای افزایش نمی‌یابد. لازم به ذکر است در صورت ابتلا به دیابت، با اضافه کردن خرما به رژیم غذایی با پزشک خود مشورت کنید.

**● افزایش فیبر در یافتی**  
خرما سرشار از فیبر است. بر اساس وزارت کشاورزی آمریکا، یک عدد خرما عموماً بدون هسته حاوی ۱/۶ گرم فیبر معادل ۶ درصد از میزان مصرف توصیه شده روزانه است. فیبر به برای کاهش کولسترول کمک کرده و مانع از چاقی، بیماری قلبی و سرطان روده می‌شود. بر اساس مجله تغذیه و علوم غذا در آمریکا، خرما حاوی فیبر نامحلول بوده که با چسبیدن به چربی و کولسترول موجود در بدن به دفع آنها کمک می‌کند.

**● کاهش تری‌گلیسرید**  
خرما علاوه بر کاهش سطح کولسترول، توانایی پایین آوردن نوعی دیگر از چربی موجود در خون به نام تری‌گلیسرید را نیز دارد. بر اساس مجله کشاورزی و شیمی مواد غذایی در آمریکا، مصرف خرما باعث کاهش سطح تری‌گلیسرید می‌شود. بر اساس مؤسسه ملی سلامت آمریکا، کاهش سطح تری‌گلیسرید به کاهش خطر ابتلا به سخت شدن سرخرگ‌ها، حمله قلبی و سکته کمک می‌کند.

**● افزایش دریافت ویتامین‌ها و مواد معدنی**  
اضافه کردن خرما به رژیم غذایی باعث رسیدن ویتامین‌ها و مواد معدنی ضروری به بدن می‌شود. اصلی‌ترین ویتامین‌های موجود در خرما از خانواده گروه B به ویژه ویتامین B6 است. ویتامین‌های B به سوخت و ساز غذا و تشکیل سلول‌های جدید خون کمک می‌کند. ویتامین K و ویتامین A از دیگر ویتامین‌های موجود در خرما محسوب می‌شود. همچنین خرما مواد معدنی بسیاری مانند پتاسیم، مس، منگنز، منیزیم، کلسیم، فسفر، آهن و روی دارد.

ورزشی اضافه کنید. **● رها نشدن از استرسی که در طول روز دچارش شده‌اید**

ورزش کردن یکی از سالم‌ترین روش‌های راهی از استرس است. اگر بعد از یک روز طولانی و سخت کاری، استرس دارید، ورزش کردن در شب می‌تواند یک راه عالی برای ریلکس شدن و زودتر تنش‌ها باشد. اگر بعد از گرگرفتگی در کار، مایه‌روی گناهی جلوی تلویزیون بنشینید و چیزی بخورید، سعی کنید در عوض ورزش کنید. اندورفین می‌تواند به علت ورزش کردن ترشح می‌شود می‌تواند احساس بهتری به شما بدهد و آرام‌تان کند.

**● پیچیدگی متابولیسم**  
ورزش کردن در عصر یا در شب به نفع متابولیسم‌تان است. طبق گفته دانشمندان دانشگاه شیکاگو، آنهایی که عصرها یا شب‌ها ورزش می‌کنند، نسبت به افرادی که در ساعات ابتدایی روز ورزش می‌کنند، متابولیسم متعادلی تر و سبک‌تری دارند. همچنین ورزشکارانی که شب‌ها تمرین می‌کنند، کلوزتر خوشان نسبت به ورزشکاران صبح‌ها تمرین‌کننده است. محققان اینطور نتیجه گرفتند که افرادی که شب‌ها ورزش می‌کنند متابولیسم بدنشان با ورزش‌کاران تر است و تأثیر بیشتری از ورزش می‌گیرد.



## دلستر یا نوشابه؛ کدام بهتر است؟



بنابر واقعیت، دلستر دوست‌توبه کردنی که در برنامه غذایی خود آب و غذای تازه را می‌مکد تا جایی که ممکن است مالمشیر نوشند.

دکتر ازینا حکمت دوست، متخصص تغذیه با اشاره به فواید و مضرات دلستر گفته که دلستر باعث مشکلات گوارشی، التهاب و رفلاکس معده می‌شود. شیرین‌انجلی چاق کننده و یکی از عاملان پوسیدگی دندان است. وی با اشاره به اینکه طعم‌های دلستر مصنوعی است، افزود توصیه می‌شود دلستر بدون طعم و بدون شیرینی مصرف شود. حکمت دوست گفت: دلستر از نوشابه بهتر است. این تفاوت که دلستر دارای ویتامین C و گروه ویتامین B و برای دفع سنگ کلیه مفید است. در حالی که نوشابه جذب کلیه را مختل می‌کند، چاق کننده است، فسفر بالایی دارد، کلسیم را دفع می‌کند و باعث پوکی استخوان می‌شود. نوشابه شیمیایی از زرد مغز تر است. این استاد علوم غله پزشکی شهید بهشتی گفت: اگر نوشابه با قافله‌ها بعد از غذا نوشیده شود کلسیم

## میوه‌های خشک شده فله‌ای خرید



نسترن محمدی، رئیس اداره نظارت بر مواد غذایی و آشامیدنی با منتها گاهی سازمان غذا و دارو گفت: میوه‌های که به صورت خشک شده در بازار به فروش می‌رسد باید در کارخانجات مجهز بهداشتی تهیه و بسته بندی شوند. وی افزود: میوه‌های خشک شده حتماً باید در کارخانجات مشمول اخذ پروانه‌های بهداشتی و در شرایط مناسب و مطابق با ضوابط و قوانین تهیه و بسته بندی شوند.

## بهترین زمان خوردن ناهار در محل کار

محققان طی تحقیقات انجام شده بر روی افراد ۶۷ تا ۷۲ ساله‌ای که پنج روز در هفته کار می‌کنند دریافتند که بهترین زمان برای خوردن غذای ناهار تقریباً وسط صبح است. در بخش دیگری از این تحقیقات آمده است که در این زمان تنها افرادی که کمترین وزن بدنشان دارند، ناگهانی کم می‌شود. بنابر این، بهتر است ناهار را در محل کار خورد و در طرفی باید غذاهای بهتری هم بخورند.

محققان دریافتند افرادی که این زمان از روز برای انجام کارهای مورد علاقه خود استفاده می‌کنند، میزان رضایت شغلی آنها بیشتر و مشکلاتی نظیر کمردرد، سردرد و فشار چشمی هم در آنها کمتر است. بنابراین همواره به سبک‌توبه توصیه و باز هم پیشنهاد می‌شود که در پشت میزتان بلند شوید و کار مورد علاقه‌تان را انجام دهید. مثلاً بروید باشگاه، یوگا، یا کتابی را بخوانید و در پارک مطالعه کنید. البته اگر می‌توانید این کار را چند بار در هفته انجام دهید.



فولادشهر باز هم برای سپاهان خوشی پیمان بود

در ستایش زرد و سبز



تیم‌های ذوب‌آهن و سپاهان با ارائه یک نمایش تحسین برانگیز در شهرآورد فوتبال افغانستان نشان دادند که بی دلیل نیست ۱۷ سال است در سطح اول فوتبال ایران حاضر هستند.

به گزارش ایمن، اولین اتفاق مثبت شهرآورد فوتبال افغانستان این بود که هر ۱۲ امتیاز این بازی در افغانستان ماند و به حساساتی و دو تیم افغانی و اریز شد چون در هر صورت تساوی دو تیم افغانی می‌توانست یک امتیاز را از دسترس افغانی‌ها خارج کند.

اما سپاهان در حالی به عنوان فاتح این بازی حساس و مهم معرفی شد که بازگشت دوباره این تیم به استادیوم فولادشهر خوش یمن بود و زلاتکو کرانچر اولین بر برد خودش در لیگ اسامال را با سپاهان جشن گرفت. البته بسیاری از علاقه مندان به فوتبال در افغانستان و حتی



در زمان حال زندگی کنند و نتایج قلی به تاریخ پیوسته است. بدون شک کلیدی ترین اتفاق این بازی برای امیر قلم‌نویس و تیمش موفقیت تک به تک بود که مرتضی تبریزی در مصاف با لی اولیویرا از دست داد و اگر آن توپ به نمر نشتسه بود شرایط کل بازی تغییر می کرد. برتری ذوب‌آهن عامل بازی احساسی سپاهانی‌ها می شد و سبزه‌ها می‌توانستند از این مسئله استفاده لازم را ببرند.

تبریزی که در پایان مسابقه هم به خاطر این اتفاق با چشمانی اشکبار زمین بازی را ترک کرد خودش هم فهمید که چه موقعیت مناسبی را برای پیروز کردن تیمش از دست داده است و باید در ادامه لیگ به فکر جبران آن موقعیتی باشد که پیروزی را از تیمش گرفت.

البته ذوب‌آهن در بازی قلی مقابل پیکان هم این تجربه را داشت و در آن مسابقه هم مهدی رجب‌زاده دیگر کاپیتان سبزه‌ها در نقش یک بازیکن فرصت‌سوز ظاهر شد و قلم‌نویس برای موفقیت در لیگ باید به بازیکنانش ساد بدهد که ارزش این توپ‌ها را بیشتر از قبل بالند. البته اشتباه مه‌ران در خشان‌مهر بر روی گل دوم هم نابخشودنی بود و او نشان داد که در لحظات حساس ممکن است دچار اشتباه شود. با این حال چیزی برای ذوب‌آهن در تمام شد و این بازی به تاریخ پیوست تا ذوب‌آهن در ادامه فصل با درس گرفتن از اشتباهاتش دوباره در اندیشه بازگشت به روزهای خوب سه هفته ابتدایی باشد.

یک عضو هیئت مدیره باشگاه پرسپولیس گفت: حراست این باشگاه پیگیر موضوع توهین به مهدی طارمی است.

محمدرضا کوشی گفت: آقای طارمی به عنوان مدیرعامل باشگاه تلاش زیادی را انجام دادند تا حواشی را جمع کنند. به هر حال ایشان پیگیر موضوع فحاشی به مهدی طارمی هستند. حتی در حال حاضر باشگاه هم این قضیه را پیگیری می کند تا مشخص شود قضیه از چه قرار است. طارمی بازیکن خوب است که دو سال آقای گل شده و نیاز به حمایت دارد. هواداران نباید به سرمایه‌های باشگاه اهانت کنند.

حراست، پیگیر موضوع توهین به طارمی است

ایران منتقدند که این بازی از لحاظ فنی و تاکتیکی در مقایسه با شهرآورد فوتبال تهران بین دو تیم پرسپولیس و استقلال ارزش بسیار بیشتری دارد و بازی عصر جمعه و موفقیت‌هایی که دو تیم در جریان بازی ایجاد کردند ثابت کرد که این ادعا آنچنان هم دور از واقعیت نیست.

سپاهان بازی را برد اما با این حال زلاتکو کرانچر نباید تیمش را در برد این پیروزی بخواباند چون سپاهان با وجود اینکه دروازه‌اش در مقابل ذوب‌آهن باز نشد همچنان ضعیف‌های خط دفاعی را با خودش داشت و اگر درخشش لی اولیویرا نبود شاید ذوب‌آهن می‌توانست نتیجه دیگری را در این مسابقه رقم بزند. در نیمه اول تقریباً تمامی ساترها‌هایی که بر روی دروازه سپاهان ارسال شد توسط مدافعان و مهاجمان ذوب‌آهن به سمت دروازه اولیویرا زده شد و مدافعان میانی و سرنز سپاهان در مقابل این توپ‌ها بسیار ضعیف ظاهر شدند. از طرف دیگر بازی هم‌زمان ساسان انصاری و مهرداد محمدی نشان داد که هر دو نفر ظریف حضور در ترکیب فیکس سپاهان را دارند و شاید بهتر باشد که کرانچر با تغییر سیستم تیمش به نوعی مهرداد و ساسان را در کنار یکدیگر قرار دهد. شاید هواداران ذوب‌آهن با وجود بازی‌های قلی تیمشان انتظار نداشته‌اند که شاکردان امیر قلم‌نویس در پایان مسابقه شهرآورد را ۲ گل بزند شده باشند ولی به هر حال ذوب‌آهن‌ها متوجه شدند که باید

نصف‌جهان در روزهای که بعضی سایت‌ها در ایران حملات تندی را علیه مسعود شجاعی مطرح کرده‌اند سایت باشگاه پونانی به حمایت از شجاعی و صاف‌خو و نم‌چید از این دو بازیکن پرداخته است. سایت پانینوس درباره مسعود شجاعی نوشته است: خوشحالیم که چنین بازیکنی را در تیم‌مان داریم و حفظ مسعود شجاعی برای فصل جدید سوپر لیگ یونان موفقیت بزرگی مدیریت باشگاه پانینوس است. این مسئله باعث ایجاد تفاوت‌های در تیم پانینوس در رستین تیم پانینوس به شرایط بهتر یا حتی بدتر می‌شود. البته ارزش بزرگ باشگاه پانینوس این است که بازیکنی همانند مسعود شجاعی شور و شوق را به ورزشکاران نینوزامیرنا با حضور تماشاگران می‌آورد. فصل جدید سوپر لیگ یونان هنوز آغاز نشده اما بازی به زمان است تا گل‌های خود را به نمایش بگذارند. این سایت همچنین درباره احسان حاج صفی دیگر بازیکن ایرانی‌اش نوشت: این بازیکن با توصیه‌های صورت گرفته فرانسوی به تیم پانینوس آمد و استخدام خود را در خط دفاعی و توانمندش‌هایش در دیگر پست‌ها نشان داد. احسان همیشه در یک پست بازی نمی‌کند، زیرا قابلیت بازی در تاکتیک تیم‌های را نیز دارد. او اگر در موقعیت پست خود تثبیت‌یابد بازیکن بزرگی است و با تمام بازی می‌کند.

شور، مسعود و احسان به «نینوزامیرنا»

تقریباً به یاد برهانی!



رجب زاده: بی دقتیم!

این دیدار در نتیجه بازی، گفت: فغانی داوری خوبی انجام داد و مشکل خاصی در کل بازی وجود نداشت. در صفحه‌ای که بازیکن ذوب‌آهن پشت محوطه، بازیکن حریف را در بیل کرد و در موقعیت تک‌به تک قرار گرفت و یکی، دو بازیکن مدافع هم به دنبال او می‌رفتند، شاید به نظر برخی کارشناسان داور باید به بازیکن سپاهان کارت قرمز می‌داد و شاید هم برخی بگویند باید کارت زرد به بازیکن داده می‌شد. البته نمی‌توانیم نظر قطعی‌ا را بگوییم و کارشناسان باید در این مورد نظر بدهند. وی در پاسخ به این سوال که آیا هواداران می‌توانند امسال به ذوب‌آهن امیدوار باشند، افزود: امسال ذوب‌آهن تیم خوبی است و

کدام تیم‌ها سه‌شنبه بازی می‌کنند؟

بازیکن ملی پوش نادرند روزهای پنج‌شنبه و جمعه (۳ و ۴ شهریور) به میانه می‌روند و تیم‌هایی که بازیکن ملی‌پوش دارند سه‌شنبه (۳ تا ۴ مرداد) بازی می‌کنند. مسئول کمیته برگزاری رقابت‌های لیگ برتر فوتبال برتر فوتبال درباره دیدار هجدهم تیم پرسپولیس در مقابل گسترش فولاد تبریز هم گفت: در برنامه اعلامی ما تاریخی

آلترناتیوی برای علی منصور

است. با توجه با اینکه باشگاه پرسپولیس و استقلال سامانه مشترک دارند این سامانه بر اساس عضویت هواداران این دو باشگاه به آنها پول می‌دهد. در حال حاضر هواداران پرسپولیس به خاطر شرایط مناسب تیم‌شان استقلال بیشتری از عضویت در سامانه حامی باشگاه‌نشان می‌کنند. در حالی که این روند در استقلال اصلاح مناسب نیست. با توجه به این قضیه مسوولان باشگاه استقلال در صورت عدم نتیجه گیری تیمشان

دروازه بان سپاهان

دروازه بان برتر هفته

سایت ورزش سه و چند خبرگزاری دیگر برترین‌های هفته چهارم لیگ برتر را انتخاب کردند که در این انتخاب‌ها اشتراکات زیادی وجود داشت. هفته چهارم، هفته شگفتی و درخشش جوان‌های بود که پیش از این از آن‌ها کمتر شنیده بودیم. یازده بازیکن برتر هفته چهارم لیگ از نگاه رسانه‌ها در شرایط انتخاب شده‌اند که بیشترین تراکم ستاره در این هفته در دو پست دروازه‌بان و دفاع راست و البته شاید در خط حمله تیم‌های لیگ برتر بود. در پست دروازه‌بان‌ها هالی اولیویرا در هفته چهارم نمایش درخشان توپ‌چی در بازگشت از مصدومیت ارائه داد و با رها با واکنش‌هایی به موقع خود، مانع از گلزنی مهاجمین ذوب‌آهن به خصوص در ضربات ایستگاهی‌شد. اما اوچ کار اولیویرا زمانی رقم خورد که موفق شد در مصاف تک‌به تک با مرتضی تبریزی به خوبی جهات ضربه این بازیکن را تشخیص دهد و با شیره‌ای این موقع گلزنی خوبی‌ها شود. علاوه بر این هالیویرا موفق شد در اولین حضور خود پس از سه مسابقه که دروازه سپاهان باز شده بود، اولین گلین مثبت فصل را به نام خودش و تیمش ثبت کند و یکی از مهمترین عوامل سردتیمش در دربی افغانستان باشد.

آلترناتیوی برای علی منصور

اصفهان این‌ها به ادعای دو سایت خبری، در صورتی که در دیدار هفته پیش رو باز هم استقلال ناکام باشد، باید با مصوربان خداحافظی کرد و احتمالاً یک گزینه خارجی به این تیم می‌آید. مسوولان باشگاه استقلال اصلا از روند نتیجه گیری این تیم رضایت ندارند و اگر این روند ادامه پیدا کند مجبور به برکناری علی‌رضا منصوران خواهند شد. نتایج ضعیف استقلال نه تنها باعث فاصله گرفتن از این تیم با صدر جدول شده بلکه با عدم استقبال هواداران این تیم در عضویت در سامانه هواداری این باشگاه شده

با دست پس، با پا پیش!

دیگری رفت ولی به نفعش است که به سپاهان بیاید و مستمر بازی کند. این موضوع به نفع تیم ملی هم هست. ولی احساس می‌کنم این بازیکن با دست پس می‌زند و با پا پیش می‌کشد



بازگشت کریمی صحبت کرده بودند اما بازیکن ملی پوش فصل گذشته دنامو زاگرب هنوز تصمیم قطعی‌اش را نگرفته و این موضوع باعث ناراحتی کرانچر شده است. سرمربی سپاهان در شرایطی که مسرین طاهری و زلاتکو کرانچر در مصاحبه‌های چند روز گذشته نشان دربار

بازگشت کریمی صحبت کرده بودند اما بازیکن ملی پوش فصل گذشته دنامو زاگرب هنوز تصمیم قطعی‌اش را نگرفته و این موضوع باعث ناراحتی کرانچر شده است. سرمربی سپاهان در شرایطی که مسرین طاهری و زلاتکو کرانچر در مصاحبه‌های چند روز گذشته نشان دربار

بازگشت کریمی صحبت کرده بودند اما بازیکن ملی پوش فصل گذشته دنامو زاگرب هنوز تصمیم قطعی‌اش را نگرفته و این موضوع باعث ناراحتی کرانچر شده است. سرمربی سپاهان در شرایطی که مسرین طاهری و زلاتکو کرانچر در مصاحبه‌های چند روز گذشته نشان دربار

بخش خصوصی واقعی وارد ورزش نشده است



وزیر ورزش و جوانان گفته باید به سرعت در سه چهار سال آینده زیرساخت‌های برای فعال شدن اقتصاد ورزش فراهم کنیم...



“استقلال که از میان آنها بیش از ۲۵ هزار نفر در استادیوم تختی حضور داشتند به شدت از شکست برابر سایپا عصبانی بودند...”

با منصوریان تا ۱۴۰۳!

رژه روی اعصاب

آسیا خواهیم شد. در آینده روزی را می بینم که که باعث شده وی حساسی در رسانه ها سوزه شود. سرمربی استقلال برای کم کردن ناراحتی هواداران بعد از شکست برابر سایپا دست به ادعای جالبی زد...

علیرضا منصوریان بعد از بازی با سایپا که اولین صدای اعتراض هواداران تیمش را شنید تلاش کرد از آینده روشنی صحبت کند که در انتظار استقلال است...

شاگردان استقلال در تیم فوتبال گیتی پسند که برای دیدار با مقاومت قرچک در هفته هشتم لیگ برتر فوتبال به این شهر سفر کرده بودند...

مدافع چپ جدید سایپان بعد از پیروزی تیمش در دربی اصفهان، عنوان کرد که همیشه خودش را در فوتبال مدین امیر قلمه نویی می داند...

زلاتکو کرانچار سرمربی سایپان با تیمی متحول شده از هفته های پیش موفق به پیروزی در دربی اصفهان شد...

کرانچار دوباره جان گرفت

تعمیم و دست بلند کردن برای هواداران، توهمین محسوب می شود؟

ایرانی با رنگ و لعاب اروپایی!

کلاه بزرگ بر سر پرسپولیس

عادت قلعه نویی



مداموم باشگاه، جایگاهشان در تیم ملی را از دست داده و دیگر توسط کمی روض به تیم ملی دعوت نشدند...

محمدرضا خلعتبری و محمد قاضی دو مهاجم سرشناس پدیده هنوز نتوانسته اند گلزنان در چه یکی برای این تیم در فصل جدید باشند...

زنان بعد از شکست در دربی اصفهان آن هم با نتیجه دو برصفر روزهای سختی را سپری می کند...

زنان بعد از شکست در دربی اصفهان آن هم با نتیجه دو برصفر روزهای سختی را سپری می کند...



# اعترافات پدر خوانده به تکه تکه کردن عروس و داماد

عامل جنایت هولناک سرهای بریده زن و مرد جوان در خیابان شیخ بهایی پس از دستگیری خواجهان اعلام شدنت است. ساعت ۸ صبح ۱۱ مرداد راننده اتوبوس شرکت واحد در حال عبور از خیابان شیخ بهایی بود که داخل زمین خاکی چشمش به دو سر افتاد ابتدا تصور کرد که آنها ماکت یا مجسمه هستند وقتی نزدیک شد فهمید که سرها متعلق به زن و مردی جوان است و پلیس او را خبر کرد. با حضور قاضی سیدسجاد منافی آذر، بازرس جنایی تهران و تیمی از کارآگاهان اداره دهم آگاهی تحقیقات برای کشف این راز شروع شد.

به نظر می رسد که قاتل پس از راه کردن سرها، آنها را آش زده و محل را ترک کرده بود اما خیلی زود آتش زبانه شعله شد. حصد قاضی شهرابی درستی از آب خاموش شده و چهره قابل شناسایی بود. هیچ ردی از عامل جنایت و سایر اعضای متن متولیان در محل نبود. احتمال می رفت که قاتل بقایای اجساد را در محل های دیگری رها کرده باشد.

به این ترتیب با دستور دکتر محمد شهرابی، سرپرست دادسرای جنایی تهران، جستجو در محل های بازیافت زباله شروع شد. حصد قاضی شهرابی درستی از آب درآمد و ۲۴ ساعت بعد نمینت به پای زن جوان در محل بازیافت زباله کشف شد. آزمایش DNA مشخص کرد که آنها بقایای جسد زن جوان هستند. قدم قدمی شناسایی هویت قربانیان بود. به همین دلیل کارآگاهان جنایی به بررسی پرونده های مربوطه به افراد کشف شده پرداختند اما نتیجه ای نداشت.

کارآگاهان در ادامه به سرخچای ها از یک خودروی لکرنورد دست یافتند. این خودرو ساعتی قبل از پیدا شدن سرها در آن محل دیده بود. از آنجا که این خودرو خاص بود و تعداد زیادی از این ماشین در ایران وجود نداشت، بررسی های ادامه یافت و معلوم شد پرمردی که در نزدیکی محل رها شدن سرها زندگی می کند صاحب یکی از همین خودروهاست.

تبدیل شد به یک چنا پیکار؟ ۲۰۰متری در امیر آباد زندگی می کرد و همراه وی همسر، پسر و عروس زندگی می کردند اما به گفته همسایه ها مدتی بود که از پسر جوان و همسر او خبر نبود. همین کافی بود تا پرمرد دستگیر شود او در ابتدا مدعی شد که بی گناه است اما در ادامه سرخچای به دست آمد که باعث شد وی قتل سکوت را بشکند او اعتراف کرد که متولیان سر خوانده عروسی هستند و وی آنها را به قتل رسانده است. پرمرد ۱۱ساله برای تحقیق به دادسرای جنایی تهران منتقل شد. او چهار لیتر اسید در حمله مدیریت، حساسی بر روی امور پلیس دارد و می گوید که اذیت های پسر خوانده اش او را به جایی کشاند که دست به این جنایت بزند. در خانه وی سه اسلحه شکاری کشف شد



خوهرزتم پیشنهاد دامد که پسرش را با یکی از آنها که متعلق به او هم قبول کرد. شهروان از نوزادی من و همسر بزرگم کردیم. خوهرزتم هم متی بعد از خانه ما رفت و شهروان پیش ما ماند و گاهی به دیدن مادر اصلی اش می رفت. حتی زمانی که شهروان ۱۷ساله بود به همراه او و همسر به مکه رفتیم و خیلی برایش زحمت کشیدیم. از بیجکی هرچه می خواست تهیه می کردم؛ با این حال در تربیت او موفق نبودم. ششم ابتدایی بود که درس را رها کرد. بر عکس من که چهار لیسانس گرفتم، علاقه ای به درس نداشت. ۲۰ساله شد که شد در مواد مخدر روغنکدان گرفتار شد. دوستان ناب داشت و دیگر نمی دانستم چه کنم.

چه شد که فرد تحصیلکرده های مثل تو تبدیل شد به یک چنا پیکار؟ بزرگم، دستانتش مفصل است. خوهرزتم سال ها قبل همسر دوم مردی شد و مدتی او از زندگی کرد. آنها صاحب پسر شدند که اسامی را شهروان گذاشتند اما من مرد برای اینکه همسر اولش متوجه این راز نشود از خوهرزتم جدا شد. خوهرزتم به همراه نوزادش به خانه ما آمد از آنجا که من مشکل داشتم و نمی توانستم بچه دار شوم، به

او ده سال پیش به سر طران مبتلا و فوت شد. شهروان من و همسر را به عنوان پدر و مادر قبول داشت و همیشه پیش ما بود.

شهرام می چاره چه بود؟ مدتی در مکانیکی کار کرد، مدتی هم تجاری. بعد با یکسان مسافر کشی می کرد. مدتی هم در فرودگاه کار کرد و راننده بود اما این اواخر افتادش شدید شد که به

بود که دیگر سر کار نمی رفت و من خرش را می دادم. خودت چه کار داری؟ من پیش از انقلاب در بانک کار می کردم. بعد در دفتر نخست وزیری مشغول به کار شدم و با یک نهاد امنیتی در دوران پیش از انقلاب هم همکاری داشتم. وضع مالی خوب بود. پدرم هم کارمند شرکت نفت بود و در این مدت اخبار این حادثه را در فضای مجازی و روزنامه ها خواندم؟ نه، من اصلاً خود موبایل ندارم چون به نظرم تکنولوژی آرمش راز خانواده ها می گیرد. روزنامه هم نمی خوانم و سرم بیست و نعل و نگاه غایب خانه ام گرم است. راستش اصلاً فکر نمی کردم که او بروم و اگر می دانستم سرها را در جای دیگری دفن می کردم، اگر اخبار را می خواندم قطعاً فرار می کردم و به انگلیس می رفتم اما حالا دوست دارم زودتر اعلام شوم.

سابقه داری؟ نه اعتقاد هم ندارم. حتی بیماری روحی و روانی هم ندارم. پس از قتل همه جای خانه را ترمیم کردیم تا اگر همسرم برگشت متوجه ماجرا نشود. می خواستم او با نیکوم شهروان با نرس گرفتارند تا جای دیگری زندگی کنند اما خیلی زود دستگیر شدند. در این مدت هر وقت دوستانتش سراغ شهروان را می گرفتند به آنها می گفتم که از خانه من رفته اند.

هشت سال می شد که شهروان با دختری به نام «ترکس» آشنا شده و با او ازدواج کرده بود. از وقتی که ترکس با پسر ازدواج کرد خانواده اش او را طرد کردند چون راضی به این ازدواج نبودند. البته خود هم داشتند چون پسرمت اعتقاد داشت و مدتی بعد ترکس را معتاد کرد. شهروان این او را می خوانم و همسر من ترکس می زد تا جایی که از او شکایت کردم و بازداشت شد اما دلم

بیمارستان قصر گراش پذیرش یک پسر ۱۴ ساله که لباس مرده به تن دارد در وی شلیک به ناحیه سر جان باخته بود با پلیس شهر خلوان (مصر در میان گذاشتند. تحقیقات پلیسی آغاز شد و در اولین قدم «عالمه» پدر این نوجوان مورد باججوی قرار گرفت و پدر او که سابقه سرقت و فروش مواد مخدر نیز داشت پرده از هولناکی در خصوص مرگ فرزندش برداشت. خالد در اظهارات خود گفت: «روز حادثه فرزندم را برای فروش مواد مخدر نزد یکی از مشتریان خود به نام «حامد» فرستادم و زمانی که فرزندم از او پول مواد را خواست او گفت بعداً با من حساب خواهد کرد اما پسرم اصرار کرد زیرا من او را گفته بودم به هیچ وجه بدون گرفتن بازنگردد. همین موقع درگیری میان او و حامد شد که در ادامه حامد با اسلحه شکاری به سمت او شلیک کرد.»

بیمارستان قصر گراش پذیرش یک پسر ۱۴ ساله که لباس مرده به تن دارد در وی شلیک به ناحیه سر جان باخته بود با پلیس شهر خلوان (مصر در میان گذاشتند. تحقیقات پلیسی آغاز شد و در اولین قدم «عالمه» پدر این نوجوان مورد باججوی قرار گرفت و پدر او که سابقه سرقت و فروش مواد مخدر نیز داشت پرده از هولناکی در خصوص مرگ فرزندش برداشت. خالد در اظهارات خود گفت: «روز حادثه فرزندم را برای فروش مواد مخدر نزد یکی از مشتریان خود به نام «حامد» فرستادم و زمانی که فرزندم از او پول مواد را خواست او گفت بعداً با من حساب خواهد کرد اما پسرم اصرار کرد زیرا من او را گفته بودم به هیچ وجه بدون گرفتن بازنگردد. همین موقع درگیری میان او و حامد شد که در ادامه حامد با اسلحه شکاری به سمت او شلیک کرد.»

وی در پایان بیان کرد: متهم اصلی پرونده در اظهارات خود ادعا کرد که داماد قبلی مقتول بوده که پس از طلاق همسرش به دلیل اختلاف های قبلی، تصمیم به چنین اقدامی می گیرد. تحقیقات در این باره ادامه دارد.

کرمان به منظور درمان شد. پلیس مسیرجان تحقیقات خود را برای پسی برندن به علت و پشت پرده ماجرای این کودک آغاز کرده است.

## حمله با شمشیر سامواری در تایوان

مسئولان امنیتی تایوان از حمله یک شهروند چینی با شمشیر سامواری به یکی از نیروهای امنیتی سابق سازمان ریاست دولت این جزیره خبر دادند. سامخان ریاست دولت تایوان محل استقرار «هنای اینگ ون»، رئیس دولت این جزیره در تایپه قرار دارد. پس از زوری کار این رئیس جدید تایوان و مخالفت وی با موضع چین بر سر اینکه تایوان بخشی از «چین واحد» است مناسبات تایپه با پکن رو به سردی گرایید. یک نیروی پلیس تایوان گفت: «عامل حمله پس از شکستن محفظه شیشه ای شمشیر سامواری اسرقت کرد.» وی با اشاره به پرچم چین که در کوله پشتی وی بود گفت: «فرد حمله کننده قصد داشت با حمل پرچم چین اهداف سیاسی خود را بیان کند.» این فرد با نام «لو» پس از مقاومت نیروهای پلیس یکی از آنان را ناحیه گردن مجروح کرد.



پس از تیراندازی، به سرعت متواری شدند. در این ماجرا خانم ۱۰ساله که راننده خودروی توک مدادی بود چنان باخت و دختر ۲۱ساله اش که زخمی شده بود به بیمارستان انتقال یافت.

آثار بریدگی بسیار شدید در دست و مچ شستگی استخوان هر دو دست و آثار کبودی و سوختگی روی بدن این کودک باعث قطع شدن فرقه نیمه کودک آزاری شد. جراحات شدید بدن این کودک سبب انتقال وی به

## چهل تکه

### 01 هشام، پسر خالد را کشت

بیمارستان قصر گراش پذیرش یک پسر ۱۴ ساله که لباس مرده به تن دارد در وی شلیک به ناحیه سر جان باخته بود با پلیس شهر خلوان (مصر در میان گذاشتند. تحقیقات پلیسی آغاز شد و در اولین قدم «عالمه» پدر این نوجوان مورد باججوی قرار گرفت و پدر او که سابقه سرقت و فروش مواد مخدر نیز داشت پرده از هولناکی در خصوص مرگ فرزندش برداشت. خالد در اظهارات خود گفت: «روز حادثه فرزندم را برای فروش مواد مخدر نزد یکی از مشتریان خود به نام «حامد» فرستادم و زمانی که فرزندم از او پول مواد را خواست او گفت بعداً با من حساب خواهد کرد اما پسرم اصرار کرد زیرا من او را گفته بودم به هیچ وجه بدون گرفتن بازنگردد. همین موقع درگیری میان او و حامد شد که در ادامه حامد با اسلحه شکاری به سمت او شلیک کرد.»

بیمارستان قصر گراش پذیرش یک پسر ۱۴ ساله که لباس مرده به تن دارد در وی شلیک به ناحیه سر جان باخته بود با پلیس شهر خلوان (مصر در میان گذاشتند. تحقیقات پلیسی آغاز شد و در اولین قدم «عالمه» پدر این نوجوان مورد باججوی قرار گرفت و پدر او که سابقه سرقت و فروش مواد مخدر نیز داشت پرده از هولناکی در خصوص مرگ فرزندش برداشت. خالد در اظهارات خود گفت: «روز حادثه فرزندم را برای فروش مواد مخدر نزد یکی از مشتریان خود به نام «حامد» فرستادم و زمانی که فرزندم از او پول مواد را خواست او گفت بعداً با من حساب خواهد کرد اما پسرم اصرار کرد زیرا من او را گفته بودم به هیچ وجه بدون گرفتن بازنگردد. همین موقع درگیری میان او و حامد شد که در ادامه حامد با اسلحه شکاری به سمت او شلیک کرد.»

بیمارستان قصر گراش پذیرش یک پسر ۱۴ ساله که لباس مرده به تن دارد در وی شلیک به ناحیه سر جان باخته بود با پلیس شهر خلوان (مصر در میان گذاشتند. تحقیقات پلیسی آغاز شد و در اولین قدم «عالمه» پدر این نوجوان مورد باججوی قرار گرفت و پدر او که سابقه سرقت و فروش مواد مخدر نیز داشت پرده از هولناکی در خصوص مرگ فرزندش برداشت. خالد در اظهارات خود گفت: «روز حادثه فرزندم را برای فروش مواد مخدر نزد یکی از مشتریان خود به نام «حامد» فرستادم و زمانی که فرزندم از او پول مواد را خواست او گفت بعداً با من حساب خواهد کرد اما پسرم اصرار کرد زیرا من او را گفته بودم به هیچ وجه بدون گرفتن بازنگردد. همین موقع درگیری میان او و حامد شد که در ادامه حامد با اسلحه شکاری به سمت او شلیک کرد.»

بیمارستان قصر گراش پذیرش یک پسر ۱۴ ساله که لباس مرده به تن دارد در وی شلیک به ناحیه سر جان باخته بود با پلیس شهر خلوان (مصر در میان گذاشتند. تحقیقات پلیسی آغاز شد و در اولین قدم «عالمه» پدر این نوجوان مورد باججوی قرار گرفت و پدر او که سابقه سرقت و فروش مواد مخدر نیز داشت پرده از هولناکی در خصوص مرگ فرزندش برداشت. خالد در اظهارات خود گفت: «روز حادثه فرزندم را برای فروش مواد مخدر نزد یکی از مشتریان خود به نام «حامد» فرستادم و زمانی که فرزندم از او پول مواد را خواست او گفت بعداً با من حساب خواهد کرد اما پسرم اصرار کرد زیرا من او را گفته بودم به هیچ وجه بدون گرفتن بازنگردد. همین موقع درگیری میان او و حامد شد که در ادامه حامد با اسلحه شکاری به سمت او شلیک کرد.»

## زدی اطلاعات از کارشناس مشهور فوتبال



پنج شبه شب گذشته سارقان به منزل «حمیدرضا صدر» دستبرد زده اند و بسیاری از اطلاعات او از دزدبندان. بانه های اطلاعاتی و وسایل شخصی منزل او سارقان برده بودند که در این حادثه از سوی سارقان برده شدند. حتی کتابت اخیر که او درباره «شایور بختیار» می نوشته و البته از شیوه ای ورزش ایران که او جمع آوری کرده بود.

ضمن اینکه حمیدرضا صدر تنها مقصری است که در حال جمع آوری این بخش از خاطرات ورزشی است. صدر وقتی به خانه برگشته متوجه این اتفاق شده و چنین حادثه ای از این نظر برای او بسیار دردناک است که چیزهای زیادی در دست حاصل سالها دسترنجش بوده است.

صدر در این رابطه می گوید: «اطلاعات زدییده شده چیزهایی است که من سالها برای به دست آوردنشان زحمت کشیده بودم و به درد کسی نمی خورد. فقط امیدوار هستم که اطلاعاتم نابود نشوند و امیدوارم مأموران نیروی انتظامی آنها را پیدا کنند و بتوانند از آنها نگهداری کنند. یا هر کسی که از اطلاعات را در دست دارد، بداند چقدر بسیار ارزش هستند و از آنها نگهداری کند و به صاحبش برساند.»

## پلیس مهربان برای دزد، لباس خرید

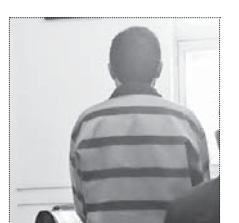
پلیس مهربان شهر «توتوتی» کانایا پس از دستگیری پسر جوانی در فروشگاه وقتی برادر برای حضور در جلسه محامی استخدامی مجبور به سرقت لباس شده است، به جای بازداشت متهم، برایش لباس خرید و از آنش کرد. افسر مهربان به رسانه ها گفت: «حال گشتی در فروشگاه بزرگی بود که متوجه حرکات مشکوک پسر جوانی شدم. او که متوجه من نبود، یک جفت جوراب، یک کراوات و یک پولز برداشت اما پیش از اینکه فرار کند، دستگیر کردم. اما در حالی که به شدت شوکه بود گفت صاحبهای کاری دارد و به محض اینکه سر کار برود پول لباس های به فروشگاه برمی گرداند. با شنیدن حرفهای در حالی که به خوبی احساس کردم دروغ نمی گوید پولم را برایش لباس ها را دادم. او آن روز برای مصاحبه رفت و استخدام شد و حالا دوستان خوبی برای هم شده ایم.»



است شغل مناسبی برای خودش پیدا کند اما او دست برد نداد و برای گرفتن پول بیشتر اصرار می کرد که با او بازرگاری شدم. همان موقع «حبيب» که از خیابان می گذشت وارد دعوا شد و به هوا خواهی از من با پسر مسج درگیر شد. وقتی دعوا تمام شد از پسرم دستم کرد و او شماره تلفنم را از من گرفت. چند روز از این ماجرا گذشته بود که او من تماس گرفت و با من قرار ملاقات گذاشت. به دیدن او رفتم و سوال مایشان شدم اما مرا به یکی از خیابان های طوت حاشیه ورامین برد و با تهدید چاقو آزار داد. یکبار دیگر نیز به پسرم تهدید اقدام اما وقتی برای سوسومین بار با من تماس گرفت در جیبم کارد آسبیز خانه پنهان کردم و به دیدن حبيب رفتم. وقتی می خواست مرا آزار دهد به رویش چاقو کشیدم و او را شکستم. من برای دفاع از خود مجبور به چنین کاری شدم. اما باور کنید پول هایش را نذر دیندم. فقط گوشگوش موبایل او را شکستم تا طریق شماره تلفنم ردیابی نشود.»

در پایان جلسه و برمی آمدن به توتوتی به مهدولالم بودن قربانی، فضاقت دادگاه وی را از قضای مصف کردند و او را به پرداخت دبه و دمان زندان محکوم کردند. این حکم در نتیجه چهارم دادگاه عالی کشور تصدیق و مؤشفاخته قرار گرفت و تأیید شد.

## پیر مرد را کشتیم چون ۳ بار مرا آزار داد



شامگاه پانزدهم مرداد ۹۵ پسر جوانی به پلیس آگاهی ورامین رفت و از ناپدید شدن پدر ۶۰ساله اش به نام «حبيب» خبر داد. وی می گفت: «پرویز پسر از خانه بیرون رفت و دیگر بازنگشت. گوشگوش موبایل او خاموش است و می ترسم بایستی سرش آمده باشد.» تلاش پلیس برای افشای راز ناپدید شدن مرد سالخورده سرقت شده بود که پلیس جازه این مرد را در حاشیه ورامین پیدا کرد. شواهد نشان می داد این مرد با سه باره ضایع کشته شده است. جنازه به سرخانه پزشکی قانونی منتقل شد و پلیس به تحقیق پرداخت. در بررسی ها روشن شد گوشگوش موبایل پیرمرد و ۱۵۰ هزار تومان پول نقدی که همراه داشت سرقت شده است. در حالی که فرضیه جنایت با انگیزه سرقت قوت گرفته بود پلیس به بردایی تماس های تلفنی گوشگوش گمشده قربانی پرداخت و یک پسر جوان به نام «هزبر» را یافت و وی را بازداشت کرد. عزیز ۳۰ ساله که عراقی الاصل بود در باججویی های مقدماتی خودش این گنه خوانده اسفا در باججویی های بعدی به قتل اعتراف کرد و گفت در دفاع از خودش دست به این جنایت زده است. یک پسر جوان جلوی ابرها را گرفت و از من به دنبال بازسازی صحنه جرم، عزیز در ششم ۱۱ دادگاه

## پیر مرد را کشتیم چون ۳ بار مرا آزار داد

شامگاه پانزدهم مرداد ۹۵ پسر جوانی به پلیس آگاهی ورامین رفت و از ناپدید شدن پدر ۶۰ساله اش به نام «حبيب» خبر داد. وی می گفت: «پرویز پسر از خانه بیرون رفت و دیگر بازنگشت. گوشگوش موبایل او خاموش است و می ترسم بایستی سرش آمده باشد.» تلاش پلیس برای افشای راز ناپدید شدن مرد سالخورده سرقت شده بود که پلیس جازه این مرد را در حاشیه ورامین پیدا کرد. شواهد نشان می داد این مرد با سه باره ضایع کشته شده است. جنازه به سرخانه پزشکی قانونی منتقل شد و پلیس به تحقیق پرداخت. در بررسی ها روشن شد گوشگوش موبایل پیرمرد و ۱۵۰ هزار تومان پول نقدی که همراه داشت سرقت شده است. در حالی که فرضیه جنایت با انگیزه سرقت قوت گرفته بود پلیس به بردایی تماس های تلفنی گوشگوش گمشده قربانی پرداخت و یک پسر جوان به نام «هزبر» را یافت و وی را بازداشت کرد. عزیز ۳۰ ساله که عراقی الاصل بود در باججویی های مقدماتی خودش این گنه خوانده اسفا در باججویی های بعدی به قتل اعتراف کرد و گفت در دفاع از خودش دست به این جنایت زده است. یک پسر جوان جلوی ابرها را گرفت و از من به دنبال بازسازی صحنه جرم، عزیز در ششم ۱۱ دادگاه

شامگاه پانزدهم مرداد ۹۵ پسر جوانی به پلیس آگاهی ورامین رفت و از ناپدید شدن پدر ۶۰ساله اش به نام «حبيب» خبر داد. وی می گفت: «پرویز پسر از خانه بیرون رفت و دیگر بازنگشت. گوشگوش موبایل او خاموش است و می ترسم بایستی سرش آمده باشد.» تلاش پلیس برای افشای راز ناپدید شدن مرد سالخورده سرقت شده بود که پلیس جازه این مرد را در حاشیه ورامین پیدا کرد. شواهد نشان می داد این مرد با سه باره ضایع کشته شده است. جنازه به سرخانه پزشکی قانونی منتقل شد و پلیس به تحقیق پرداخت. در بررسی ها روشن شد گوشگوش موبایل پیرمرد و ۱۵۰ هزار تومان پول نقدی که همراه داشت سرقت شده است. در حالی که فرضیه جنایت با انگیزه سرقت قوت گرفته بود پلیس به بردایی تماس های تلفنی گوشگوش گمشده قربانی پرداخت و یک پسر جوان به نام «هزبر» را یافت و وی را بازداشت کرد. عزیز ۳۰ ساله که عراقی الاصل بود در باججویی های مقدماتی خودش این گنه خوانده اسفا در باججویی های بعدی به قتل اعتراف کرد و گفت در دفاع از خودش دست به این جنایت زده است. یک پسر جوان جلوی ابرها را گرفت و از من به دنبال بازسازی صحنه جرم، عزیز در ششم ۱۱ دادگاه

شامگاه پانزدهم مرداد ۹۵ پسر جوانی به پلیس آگاهی ورامین رفت و از ناپدید شدن پدر ۶۰ساله اش به نام «حبيب» خبر داد. وی می گفت: «پرویز پسر از خانه بیرون رفت و دیگر بازنگشت. گوشگوش موبایل او خاموش است و می ترسم بایستی سرش آمده باشد.» تلاش پلیس برای افشای راز ناپدید شدن مرد سالخورده سرقت شده بود که پلیس جازه این مرد را در حاشیه ورامین پیدا کرد. شواهد نشان می داد این مرد با سه باره ضایع کشته شده است. جنازه به سرخانه پزشکی قانونی منتقل شد و پلیس به تحقیق پرداخت. در بررسی ها روشن شد گوشگوش موبایل پیرمرد و ۱۵۰ هزار تومان پول نقدی که همراه داشت سرقت شده است. در حالی که فرضیه جنایت با انگیزه سرقت قوت گرفته بود پلیس به بردایی تماس های تلفنی گوشگوش گمشده قربانی پرداخت و یک پسر جوان به نام «هزبر» را یافت و وی را بازداشت کرد. عزیز ۳۰ ساله که عراقی الاصل بود در باججویی های مقدماتی خودش این گنه خوانده اسفا در باججویی های بعدی به قتل اعتراف کرد و گفت در دفاع از خودش دست به این جنایت زده است. یک پسر جوان جلوی ابرها را گرفت و از من به دنبال بازسازی صحنه جرم، عزیز در ششم ۱۱ دادگاه

# با گوشی موبایل Galaxy S8 Plus SM-G955FD دو سیمکارت آشنا شوید



## Samsung Galaxy S8 Plus SM-G955FD Dual SIM Mobile Phone

اس ۸ پلاس هم همانند همایان پیشین خود، با دو پردازنده اسنپدراگون ۸ اگزینوس در اختیار کاربران قرار خواهد گرفت که نسخه اسنپدراگون آن تنها منحصراً به کشور آمریکا است.

نسخه اگزینوس این محصول با تراشه اگزینوس ۸۸۹۵ عرضه می‌شود که با پردازنده ۸ هسته‌ای اس ۸ پلاس در درجه دیگر سامسونگ کپی‌فروغ‌تر باشد؛ اما با توجه به درجه دیفراگم و سایر سنسورها، حرف‌های بسیاری برای گفتن دارد. این در حالی است که سامسونگ در دوربین محصول جدیدش تغییر چندانی ایجاد نکرده و دوربینی با همان مشخصات اس ۸ پلاس را کار گرفته است.

این دوربین به ارزش گیر اپتیکال تصویر هم مجهز شده است تا هیچ چیز از جمله لرزش دست نتواند کیفیت تصاویر شما را تحت تأثیر قرار دهد.

دوربین سلفی گلکسی اس ۸ پلاس، سنسوری ۸مگاپیکسلی با دریچه دیفراگم بازتر دارد که حالا می‌تواند نور بیشتری جذب کرده و در نتیجه تصاویر بهتری ثبت کند.

در نهایت باید اشاره کنیم در کنار تمامی این امکانات، باتری ۳۵۰۰ میلی‌آمپر ساعتی از نوع لیتیوم یون زیر قاب پشتی اس ۸ پلاس وجود دارد که می‌تواند تا ۱۹ ساعت با استفاده از شارژر استاندارد اس ۸ پلاس در دسترس قرار گیرد.

اس ۸ پلاس هم همانند همایان پیشین خود، با دو پردازنده اسنپدراگون ۸ اگزینوس در اختیار کاربران قرار خواهد گرفت که نسخه اسنپدراگون آن تنها منحصراً به کشور آمریکا است.

نسخه اگزینوس این محصول با تراشه اگزینوس ۸۸۹۵ عرضه می‌شود که با پردازنده ۸ هسته‌ای اس ۸ پلاس در درجه دیگر سامسونگ کپی‌فروغ‌تر باشد؛ اما با توجه به درجه دیفراگم و سایر سنسورها، حرف‌های بسیاری برای گفتن دارد. این در حالی است که سامسونگ در دوربین محصول جدیدش تغییر چندانی ایجاد نکرده و دوربینی با همان مشخصات اس ۸ پلاس را کار گرفته است.

این دوربین به ارزش گیر اپتیکال تصویر هم مجهز شده است تا هیچ چیز از جمله لرزش دست نتواند کیفیت تصاویر شما را تحت تأثیر قرار دهد.

دوربین سلفی گلکسی اس ۸ پلاس، سنسوری ۸مگاپیکسلی با دریچه دیفراگم بازتر دارد که حالا می‌تواند نور بیشتری جذب کرده و در نتیجه تصاویر بهتری ثبت کند.

در نهایت باید اشاره کنیم در کنار تمامی این امکانات، باتری ۳۵۰۰ میلی‌آمپر ساعتی از نوع لیتیوم یون زیر قاب پشتی اس ۸ پلاس وجود دارد که می‌تواند تا ۱۹ ساعت با استفاده از شارژر استاندارد اس ۸ پلاس در دسترس قرار گیرد.

اس ۸ پلاس هم همانند همایان پیشین خود، با دو پردازنده اسنپدراگون ۸ اگزینوس در اختیار کاربران قرار خواهد گرفت که نسخه اسنپدراگون آن تنها منحصراً به کشور آمریکا است.

نسخه اگزینوس این محصول با تراشه اگزینوس ۸۸۹۵ عرضه می‌شود که با پردازنده ۸ هسته‌ای اس ۸ پلاس در درجه دیگر سامسونگ کپی‌فروغ‌تر باشد؛ اما با توجه به درجه دیفراگم و سایر سنسورها، حرف‌های بسیاری برای گفتن دارد. این در حالی است که سامسونگ در دوربین محصول جدیدش تغییر چندانی ایجاد نکرده و دوربینی با همان مشخصات اس ۸ پلاس را کار گرفته است.

این دوربین به ارزش گیر اپتیکال تصویر هم مجهز شده است تا هیچ چیز از جمله لرزش دست نتواند کیفیت تصاویر شما را تحت تأثیر قرار دهد.

دوربین سلفی گلکسی اس ۸ پلاس، سنسوری ۸مگاپیکسلی با دریچه دیفراگم بازتر دارد که حالا می‌تواند نور بیشتری جذب کرده و در نتیجه تصاویر بهتری ثبت کند.

در نهایت باید اشاره کنیم در کنار تمامی این امکانات، باتری ۳۵۰۰ میلی‌آمپر ساعتی از نوع لیتیوم یون زیر قاب پشتی اس ۸ پلاس وجود دارد که می‌تواند تا ۱۹ ساعت با استفاده از شارژر استاندارد اس ۸ پلاس در دسترس قرار گیرد.

اس ۸ پلاس هم همانند همایان پیشین خود، با دو پردازنده اسنپدراگون ۸ اگزینوس در اختیار کاربران قرار خواهد گرفت که نسخه اسنپدراگون آن تنها منحصراً به کشور آمریکا است.

نسخه اگزینوس این محصول با تراشه اگزینوس ۸۸۹۵ عرضه می‌شود که با پردازنده ۸ هسته‌ای اس ۸ پلاس در درجه دیگر سامسونگ کپی‌فروغ‌تر باشد؛ اما با توجه به درجه دیفراگم و سایر سنسورها، حرف‌های بسیاری برای گفتن دارد. این در حالی است که سامسونگ در دوربین محصول جدیدش تغییر چندانی ایجاد نکرده و دوربینی با همان مشخصات اس ۸ پلاس را کار گرفته است.

این دوربین به ارزش گیر اپتیکال تصویر هم مجهز شده است تا هیچ چیز از جمله لرزش دست نتواند کیفیت تصاویر شما را تحت تأثیر قرار دهد.

دوربین سلفی گلکسی اس ۸ پلاس، سنسوری ۸مگاپیکسلی با دریچه دیفراگم بازتر دارد که حالا می‌تواند نور بیشتری جذب کرده و در نتیجه تصاویر بهتری ثبت کند.

در نهایت باید اشاره کنیم در کنار تمامی این امکانات، باتری ۳۵۰۰ میلی‌آمپر ساعتی از نوع لیتیوم یون زیر قاب پشتی اس ۸ پلاس وجود دارد که می‌تواند تا ۱۹ ساعت با استفاده از شارژر استاندارد اس ۸ پلاس در دسترس قرار گیرد.

اس ۸ پلاس هم همانند همایان پیشین خود، با دو پردازنده اسنپدراگون ۸ اگزینوس در اختیار کاربران قرار خواهد گرفت که نسخه اسنپدراگون آن تنها منحصراً به کشور آمریکا است.

نسخه اگزینوس این محصول با تراشه اگزینوس ۸۸۹۵ عرضه می‌شود که با پردازنده ۸ هسته‌ای اس ۸ پلاس در درجه دیگر سامسونگ کپی‌فروغ‌تر باشد؛ اما با توجه به درجه دیفراگم و سایر سنسورها، حرف‌های بسیاری برای گفتن دارد. این در حالی است که سامسونگ در دوربین محصول جدیدش تغییر چندانی ایجاد نکرده و دوربینی با همان مشخصات اس ۸ پلاس را کار گرفته است.

این دوربین به ارزش گیر اپتیکال تصویر هم مجهز شده است تا هیچ چیز از جمله لرزش دست نتواند کیفیت تصاویر شما را تحت تأثیر قرار دهد.

دوربین سلفی گلکسی اس ۸ پلاس، سنسوری ۸مگاپیکسلی با دریچه دیفراگم بازتر دارد که حالا می‌تواند نور بیشتری جذب کرده و در نتیجه تصاویر بهتری ثبت کند.

در نهایت باید اشاره کنیم در کنار تمامی این امکانات، باتری ۳۵۰۰ میلی‌آمپر ساعتی از نوع لیتیوم یون زیر قاب پشتی اس ۸ پلاس وجود دارد که می‌تواند تا ۱۹ ساعت با استفاده از شارژر استاندارد اس ۸ پلاس در دسترس قرار گیرد.

### محقق ایرانی الگوریتمی برای کشف اطلاعات فاش شده ساخت



یک دانشمند ایرانی الگوریتمی ساخته که نشان می‌دهد کلیک کردن روی لینک های مختلف چه اطلاعاتی کاربران را فاش می‌کند.

«مهسا تازیکی» محقق ایرانی دانشگاه پلی تکنیک فدرال اوزان (EPFL) الگوریتمی ساخته که نشان می‌دهد با کلیک کردن روی لینک های مختلف در مرورگرها چه اطلاعاتی از کاربران فاش می‌شود. این الگوریتم در حقیقت نشان می‌دهد چه بخش هایی از موتورهای توصیه لینک حریم خصوصی فرد را رعایت می‌کنند. سیستم با موتور توصیه لینک در حقیقت زیرمجموعه ای از سیستم فیلترنگ اطلاعاتی است که اولویت یا رتبه بندی یک آئتم از دیدگاه کاربران را پیش بینی می‌کند.

به هر حال این محقق با همکاری گروهی از دانشمندان، الگوریتم ساخته شده را به موتورهای توصیه لینک Jeŕst و MovieLens وارد کردند. سپس محققان نظریه ساز را به الگوریتم اضافه کردند تا استراتژی های کلیک خور مربوط به مرورگرهای

مختلف را ردیابی کنند. این تحقیق نشان داده ۱۶ درصد الگوریتم و توسعه آن را ادامه دهد. او تصمیم دارد الگوریتم را به عنوان افزونه مرورگر به کار گیرد که به کاربران هشدار می‌دهد چه زمان وسایط اطلاعات آنها در همین راستا تازیکی تصمیم دارد تحقیق روی این

### خودروی پرنده با قابلیت اوج گیری و پرواز عمودی



یک شرکت آمریکایی اعلام کرده در حال ساخت خودروی خودروی پرنده ای است که قابلیت اوج گیری و فرود عمودی (VTOL) را داشته باشد.

چنین قابلیتی به این سامانه دویست تینده امکان پرواز و فرود در جاهی را بدون نیاز به پاند پرواز طولانی می‌دهد.

شرکت هوافضای DeLorean واقع در لس آنجلس، نمونه‌های مقهومی این وسیله نقلیه را ارائه داده و امیدوار است ظرف یکسال آینده نمونه اولیه تمام‌ساز آن را ارائه دهد.



این نمونه اولیه طوری، طراحی خواهد شد که تمام برای باشد و تواند تا مسافت ۱۲۰ مایل را طی کند. خودروی DR-۷ قادر خواهد بود در ارتفاع‌های بالا کارایی مناسبی داشته باشد و مانند یک خودروی مسابقه فرمول یک عمل کند.

این فناوری دارای بدنه کامپوزیت خواهد بود و بال‌ها و ساختار صندلی‌های پشت سر هم، وزن آن را برای موتور و سرعت‌های بالا به حداقل می‌رسانند. همچنین، طول این خودرو بیش از ۶ متر و عرض آن حدود ۵ متر خواهد بود و یک جفت بال آن در عقب و یک جفت دنگر در جلو خواهد بود.

هنگام ذخیره برقی در حالت فرود، بال‌های این سیستم باز خواهند شد و این موضوع، فرآیند ذخیره‌سازی را ساده خواهد کرد. دو ملخ بزرگ نیز، اوج گیری و حرکت رو به جلوی آن را ممکن خواهد کرد و این ملخ‌ها در طول اوج گیری به صورت افقی و در حالت پرواز به صورت عمودی خواهند چرخید.

شرکت سازنده دو مدل مقهومی از فناوری DR-۷ را ارائه داده که یکی از آنها دارای طول ۷۵ سانتیمتر است و دومی هم دو سوم اندازه نمونه نهایی است. هنوز بهای این خودروی پرنده برای بازارهای تجاری مشخص نشده است.

### مشکل امنیتی اتصالات USB وقتی داده‌های خصوصی نشت پیدا می‌کند



لواحه خارج می‌دهد؛ در واقع داده‌ها و اطلاعات از طریق نوسان ولتاژ بین خطوط به پورت‌های مجاور منتقل می‌شود.

باروم گفت: «تصور می‌شود که امنیت اطلاعات فقط در مسیر ارتباطی مستقیم با کامپیوتر حفظ می‌شود و به

اسکرت این انگشت است که به صورت USB به کامپیوتر وصل می‌شوند نیز به راحتی می‌توانند اطلاعات شما را در معرض خطر قرار دهند.

باروم افزود: «پیام اصلی این تحقیق این است که مردم نباید هیچ بانک اطلاعاتی یا سیستم کامپیوتری را به USB متصل کنند، مگر اینکه آنها بتوانند به طور کامل به آن اعتماد کنند.»

نتایج این تحقیقات در نشست امنیتی USENIX که هفته آینده در ونکوور کانادا برگزار خواهد شد ارائه می‌شود.

مشکل امنیتی اتصالات USB وقتی داده‌های خصوصی نشت پیدا می‌کند

لواحه خارج می‌دهد؛ در واقع داده‌ها و اطلاعات از طریق نوسان ولتاژ بین خطوط به پورت‌های مجاور منتقل می‌شود.

باروم گفت: «تصور می‌شود که امنیت اطلاعات فقط در مسیر ارتباطی مستقیم با کامپیوتر حفظ می‌شود و به

اسکرت این انگشت است که به صورت USB به کامپیوتر وصل می‌شوند نیز به راحتی می‌توانند اطلاعات شما را در معرض خطر قرار دهند.

باروم افزود: «پیام اصلی این تحقیق این است که مردم نباید هیچ بانک اطلاعاتی یا سیستم کامپیوتری را به USB متصل کنند، مگر اینکه آنها بتوانند به طور کامل به آن اعتماد کنند.»

نتایج این تحقیقات در نشست امنیتی USENIX که هفته آینده در ونکوور کانادا برگزار خواهد شد ارائه می‌شود.

مشکل امنیتی اتصالات USB وقتی داده‌های خصوصی نشت پیدا می‌کند

لواحه خارج می‌دهد؛ در واقع داده‌ها و اطلاعات از طریق نوسان ولتاژ بین خطوط به پورت‌های مجاور منتقل می‌شود.

باروم گفت: «تصور می‌شود که امنیت اطلاعات فقط در مسیر ارتباطی مستقیم با کامپیوتر حفظ می‌شود و به

اسکرت این انگشت است که به صورت USB به کامپیوتر وصل می‌شوند نیز به راحتی می‌توانند اطلاعات شما را در معرض خطر قرار دهند.

باروم افزود: «پیام اصلی این تحقیق این است که مردم نباید هیچ بانک اطلاعاتی یا سیستم کامپیوتری را به USB متصل کنند، مگر اینکه آنها بتوانند به طور کامل به آن اعتماد کنند.»

نتایج این تحقیقات در نشست امنیتی USENIX که هفته آینده در ونکوور کانادا برگزار خواهد شد ارائه می‌شود.

مشکل امنیتی اتصالات USB وقتی داده‌های خصوصی نشت پیدا می‌کند

لواحه خارج می‌دهد؛ در واقع داده‌ها و اطلاعات از طریق نوسان ولتاژ بین خطوط به پورت‌های مجاور منتقل می‌شود.

باروم گفت: «تصور می‌شود که امنیت اطلاعات فقط در مسیر ارتباطی مستقیم با کامپیوتر حفظ می‌شود و به

اسکرت این انگشت است که به صورت USB به کامپیوتر وصل می‌شوند نیز به راحتی می‌توانند اطلاعات شما را در معرض خطر قرار دهند.

باروم افزود: «پیام اصلی این تحقیق این است که مردم نباید هیچ بانک اطلاعاتی یا سیستم کامپیوتری را به USB متصل کنند، مگر اینکه آنها بتوانند به طور کامل به آن اعتماد کنند.»

نتایج این تحقیقات در نشست امنیتی USENIX که هفته آینده در ونکوور کانادا برگزار خواهد شد ارائه می‌شود.

مشکل امنیتی اتصالات USB وقتی داده‌های خصوصی نشت پیدا می‌کند

لواحه خارج می‌دهد؛ در واقع داده‌ها و اطلاعات از طریق نوسان ولتاژ بین خطوط به پورت‌های مجاور منتقل می‌شود.

باروم گفت: «تصور می‌شود که امنیت اطلاعات فقط در مسیر ارتباطی مستقیم با کامپیوتر حفظ می‌شود و به

اسکرت این انگشت است که به صورت USB به کامپیوتر وصل می‌شوند نیز به راحتی می‌توانند اطلاعات شما را در معرض خطر قرار دهند.

باروم افزود: «پیام اصلی این تحقیق این است که مردم نباید هیچ بانک اطلاعاتی یا سیستم کامپیوتری را به USB متصل کنند، مگر اینکه آنها بتوانند به طور کامل به آن اعتماد کنند.»

نتایج این تحقیقات در نشست امنیتی USENIX که هفته آینده در ونکوور کانادا برگزار خواهد شد ارائه می‌شود.

مشکل امنیتی اتصالات USB وقتی داده‌های خصوصی نشت پیدا می‌کند

لواحه خارج می‌دهد؛ در واقع داده‌ها و اطلاعات از طریق نوسان ولتاژ بین خطوط به پورت‌های مجاور منتقل می‌شود.

باروم گفت: «تصور می‌شود که امنیت اطلاعات فقط در مسیر ارتباطی مستقیم با کامپیوتر حفظ می‌شود و به

اسکرت این انگشت است که به صورت USB به کامپیوتر وصل می‌شوند نیز به راحتی می‌توانند اطلاعات شما را در معرض خطر قرار دهند.

باروم افزود: «پیام اصلی این تحقیق این است که مردم نباید هیچ بانک اطلاعاتی یا سیستم کامپیوتری را به USB متصل کنند، مگر اینکه آنها بتوانند به طور کامل به آن اعتماد کنند.»

نتایج این تحقیقات در نشست امنیتی USENIX که هفته آینده در ونکوور کانادا برگزار خواهد شد ارائه می‌شود.

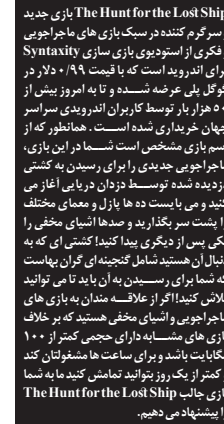
### هارد دیسک اینترنال وسترن دیجیتال مدل Red Edition ظرفیت ۲ ترابایت ۶۴ مگابایت کش

Western Digital Red Edition 2TB 64MB Cache Internal Hard Drive WD20EFRX



هنگامی که برای خریدن یک هارد دیسک می‌گفتید باشد، کمتر کسی است که در مورد قطعات کامپیوتر اطلاع داشته باشد و بلافاصله اسمی که وسترن دیجیتال در ذهنش نقش می‌بندد با کمپانی وسترن دیجیتال را نشناسد. این کمپانی در سال ۱۹۷۰ میلادی تأسیس و در زمینه محصولات شبکه و درایوهای ذخیره‌سازی شروع به کار کرده است. البته در حال حاضر هارد دیسک‌های اینترنال و اکسترنال این کمپانی بسیار مطرح هستند و در رتبه‌بندی بهترین محصولات این شرکت به حساب می‌آیند. وسترن دیجیتال در اواسط سال ۲۰۱۲ سری قرمز (RED) هارد دیسک‌های اینترنال (داخلی) خود را معرفی کرد. این سری از هارد دیسک‌ها پایداری خوبی دارند و از عمر بالایی نیز برخوردار هستند. همچنین تا الان یک عدد هارد دیسک‌های ذخیره‌سازی مانند RAID سازگار کامل دارند. کمپانی وسترن دیجیتال سری RED را برای استفاده در ذخیره‌سازی تحت شبکه یا همان NASها و به منظور ذخیره کردن اطلاعات در شبکه‌های خانگی و اداری کوچک و باری ذخیره اطلاعات حساس و به کارگیری درایو برای بیکر بندی RAID طراحی و تولید کرده است. هارد دیسک‌های داخلی سری RED برای استفاده در مکان‌هایی که اطلاعات بسیار مهم و زیادی را در شبکه و یا در حالت بیکر بندی RAID جایه جامی کنند، ایده‌آل هستند زیرا هارد دیسک‌های سری RED نسبت به هارد دیسک‌های معمولی، خطر از دست دادن داده‌ها و وسترن دیجیتال در این NAS قرار دارند و یا در بیکر بندی RAID استفاده می‌شوند. این هارد دیسک‌های وسترن دیجیتال از رابط بسیار سریع SATA III با سرعت ۶۴ مگابایت بر ثانیه و حافظه کش ۶۴ مگابایت و در شش ظرفیت ۵۰۰، ۳۰۰، ۲۰۰، ۱۰۰ و ۵۰ گیگابایت و ۱ ترابایت نیز دارد که با حافظه کش ۱۶ مگابایت تولید شده‌اند ولی قدیمی هستند. هارد دیسک‌های سری RED از سری Green قوی‌تر و سریع‌تر هستند ولی هزینه سری گرین صرف‌نظر از این تفاوت ۷۵ درصد کمتر هستند. نسبت به هارد دیسک‌های دیگر برخوردار هستند. دیگر ویژگی‌های هارد دیسک‌های سری RED می‌تواند به وجود فناوری IntelliPower، کاهش توان مصرفی و افزایش کارایی و پایداری هارد دیسک، بهره‌وری از فناوری NASware برای سازگاری هر چه بیشتر با ذخیره‌سازی تحت شبکه، به منظور استفاده در شبکه‌های کوچک اداری و خانگی و مقاوم بودن در برابر لرزش و تکان‌های مکرر و عملکرد یکپارچه در حالت‌های مختلف اشاره کرد.

### بازی ماجراجویانه محبوب و سرگرم کننده اندروید



و سرگرم کننده در سبک بازی های ماجراجویی و فکری از استودیوی بازی سازی Syntaxy برای اندروید است که با قیمت ۰.۹۹ دلار در گوگل پلی عرضه شده و تا به امروز بیش از ۵۰ هزار بار توسط کاربران اندروید به سراسر جهان خریداری شده است. همانطور که از اسم بازی مشخص است شما در بازی، ماجراجویی جدیدی را برای رسیدن به کشتی دزدیده شده توسط دزدان در یابی آغاز می‌کنید و می‌بایست ده‌ها پازل و معماهای مختلف را پشت سر بگذرانید و صدها انشعاب مخفی را یکی یکی از دیگری پیدا کنید! کشتی ای که به دنبال آن هستید شامل جنبه‌های گران بهایست که شما برای رسیدن به آن باید تا می‌توانید تلاش کنید! اگر از علاقه‌مندان به بازی های ماجراجویی و انشعابی مخفی هستید که بر خلاف بازی های متسابه دارای حجمی کمتر از ۱۰۰ مگابایت باشد و برای ساعت‌ها مشغولتان کند و کمتر از یک روز نتوانید تماشا کنید ما به شما بازی جالب The Hunt for the Lost Ship را پیشنهاد می‌دهیم.

### نرم افزار چت و پیام رسان شبکه داخلی Lan



Softros LAN Messenger یک نرم افزار مستر و برقراری ارتباط از طریق شبکه (LAN) با کارایی و استفاده بسیار آسان است که از امنیت و تأیید کاربری بالایی هم برخوردار است.

Softros LAN Messenger به هیچ گونه سروی برای اجرا نیاز ندارد و به سادگی هر چه تمام می‌تواند آن را نصب و راه اندازی کنید. این نرم افزار بسیار مناسب برای دفاتر و ادارات کار است. نرم افزار دارای قسمت های تنظیمات دستی خوبی است که می‌توانید به وسیله آنها اتصال بین کامپیوتر با کامپیوتر را برقرار کنید یا یک اتاق چت گروهی را بیاندازید و به سرعت پیام های مهم و دستورات را به صورت پیام ارسال کنید.

توانایی ارسال فایل ها از طریق کشیدن و رها کردن (drag-and-drop) در نرم افزار با سرعت بسیار بالا هم وجود دارد و می‌توانید به این وسیله به انتقال فایل بین همکاران و کارکنان بپردازید.

تمامی اطلاعات قابل فایل انتقال شده توسط نرم افزار به صورت پیچیده رمز گذاری می‌شود و از شبکه شما خارج نخواهد شد پس می‌توانید مطمئن باشید که اطلاعات و فایل های شما به دست افراد دیگر نخواهد افتاد.





منبع: خبرگزاری صداوسیما

مسابقات بولینگ قهرمانی کشور



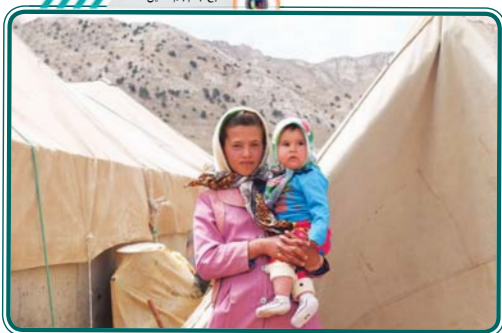
منبع: ایرنا

تصویری یکی از اجراهای خیابانی در چارچوب هشتمین جشنواره کشوری تئاتر خیابانی «شهروند» که از ۲۵ تا ۲۸ مرداد در شهر لاهijan برگزار شد.



منبع: میزان

بازار هندوانه، چاف لنگرود در استان گیلان



منبع: جام جم آنلاین

زندگی در روستاهای بجنورد



منبع: قدس آنلاین



منبع: مهر

مسابقات دوچرخه سواری تریال قهرمانی استان همدان در پیاده راه بوعلی سینای همدان برگزار شد.

قدیمی ترین فرش دستباف ایرانی در سال ۱۹۴۹ در دومین مرحله کاوش های باستان شناس روسی، «رودنکو»، در منطقه «پازیریک» کشف و به نام فرش پازیریک نامیده شد. رودنکو در کتابی که به مناسبت این اکتشافات در سال ۱۹۵۳ در روسیه منتشر کرد، درباره فرش مکتشفه توضیحات مفصلي نگاشت و آن را صراحتاً کار ایران و قدیمی ترین فرش ایرانی در دنیا بیان نمود. او نوشت: «بدون اینکه بتوانیم به طور حتم بگوییم این فرش کار کدامیک از سرزمین های ماد-پارت (خراسان قدیم) یا پارس است، تاریخ فرش مذکور و پارچه هایی که در پازیریک کشف شد قرن پنجم و یا اوایل قرن چهارم پیش از میلاد تشخیص داده می شود.» سپس او اضافه می کند: «تاریخ این قالی از روی شکل اسب سواران معلوم می شود. طرز نشان دادن اسب های جنگی که به جای زین قالی بر پشت آنها گسترانده اند و پارچه روی سپینه اسب از مشخصات آشوری ها می باشد اما در روی فرش پازیریک ریزه کاری های مختلف و طرز گره زدن دم اسب ها، در نقوش برجسته تخت جمشید نیز دیده می شود.»



منبع: ایسنا

پسته کاران شهرستان خواف برداشت محصول پسته از باغ های این شهرستان را شروع کردند. سالانه حدود ۱۰۰۰ تن پسته از باغ های شهرستان خواف و حومه آن برداشت می شود. فصل برداشت پسته در این منطقه ماه های مرداد و شهریور است.



منبع: نسیم

ایستگاه پزشکی برای حاشیه نشینان البرز