

# چالش احداث تصفیه خانه فاضلاب چادگان

معاون محیط زیست استان می گوید این پروژه به دلیل نقشی که در سالم ماندن آب دارد جزو مسائل حیاتی استان است

## از شیر مرغ تا جان آدمیزاد در مخدرهایی که به مرگ می رسد



### نظر «آمید» درباره فقر گلرزی در لیگ

یکی از چهره‌های سرشناسی که در فصل جاری به ایران آمده، «هوگو آمید» مربی سیاهان است. ستاره اسبق تیم ملی بر تعال که یکی از مهاجمان تراز اول دنیا در دوران بازیگری اش بود...

در صفحه ۷ بخوانید

## تعطیلی ۲ روز در هفته در آستانه تعیین تکلیف

## تعیین تکلیف خودروهایی مونتاژی

## احمد نور تابو شکن می شود؟



تعیین تکلیف قیمت خودروهای مونتاژی؛ موضوعی که امروز با اعلام آن از سوی شورای رقابت به سرانجام خواهد رسید؛ انتظار که اسماعیل شجاعی، سخنگوی شورای رقابت اعلام کرده قرار بود اعلام قیمت هارودتر انجام شود اما به دلیل نوسانات نرخ ارز این کار تا اخیر انجام شده زیرا قیمت گذاری خودروهای مونتاژی وابسته به نرخ ارز است.

شجاعی همچنین از تلاشی این شورا برای محاسبات قیمت خودرو به شکل دقیق سخن گفته و اعلام کرده که قرار است به شکلی باشد تا تولید کننده و مصرف کننده متضرر نشوند اما به گفته او تا زمانی که قیمت محاسبه نشود، نمی توانیم بگوییم قیمت‌ها کاهش خواهد بود یا افزایش. چگونگی تعیین قیمت خودرو یکی از سئوال‌هایی است که همیشه در ذهن...

در صفحه ۲ بخوانید



## برای رشد مو باید چه چیزهایی بخوریم؟



رژیم غذایی عامل مهمی است که می تواند تأثیر قابل توجهی در افزایش با کاشی رشد موها داشته باشد. اینکه موها بتوان آن طور که می خواهید باشد، همیشه کار آسانی نیست، چه در حال خاستگی شدن، نازک شدن یا رشد نکردن باشد، ممکن است آرزو کنید کاش می توانستید فقط یک چوب جادویی را تکان دهید...

در صفحه ۵



## صنف لوازم التحریر اصفهان همچنان در امید رونق گرفتن بیشتر این حرفه داد و ستد کم رنگ در یک بازار رنگارنگ

در صفحه ۳

### آگهی تجدید مزایده عمومی شماره ۱۴۰۲/۶۲۷ (شماره مرجع مزایده)

#### موضوع مزایده: مزایده اجاره غرفه شماره ۱۰ واقع در دهکده زاینده رود

سازمان عمران زاینده رود در نظر دارد نسبت به اجاره غرفه شماره ۱۰ خود به شرح مذکور و با جزئیات مندرج در اسناد مزایده با بهره گیری از سامانه تدارکات الکترونیکی دولت [Setadiran.ir](http://Setadiran.ir) با شماره مزایده ۱۴۰۲/۶۲۷ صورت الکترونیکی اقدام نماید.

زمان انتشار در سایت: ۱۴۰۲/۰۲/۱۶  
مهلت دریافت اسناد مزایده: ساعت ۱۹ مورخ ۱۴۰۲/۰۲/۲۰  
تاریخ بازدید: از تاریخ انتشار تا ساعت ۱۴/۳۰ مورخ ۱۴۰۲/۰۲/۲۱  
آخرین مهلت ارسال پیشنهاد قیمت: تا ساعت ۱۹ مورخ ۱۴۰۲/۲/۲۰  
زمان بازگشایی: ساعت ۱۰ صبح روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۲/۲/۳۱  
زمان اعلام به برنده: تا مورخ ۱۴۰۲/۳/۷  
ضمناً رعایت موارد ذیل الزامی می باشد:

- برگزاری مزایده صرفاً از طریق سامانه الکترونیکی دولت می باشد و کلیه مراحل فرایند مزایده شامل خرید و دریافت اسناد مزایده (در صورت وجود هزینه مربوطه) پرداخت تضمین شرکت در مزایده (و بعد) و ارسال پیشنهاد قیمت، بازگشایی پاکات، اعلام به برنده، واریز وجه مزایده و تحویل در بستر سامانه از این طریق امکانپذیر می باشد.
- پیشنهاد می گردد با توجه به تنوع کالاهای مطرح شده در مزایده قبل از ارائه پیشنهاد از اقلام موضوع مزایده بازدید به عمل آید.
- علاقه مندان به شرکت در مزایده می بایست جهت ثبت نام و دریافت مزایده الکترونیکی (توکن) با شماره های ذیل تماس حاصل نمایند:

مرکز پشتیبانی و راهبری سامانه: ۴۱۹۴۳-۰۲۱ و شماره ۱۴۵۶-۰۲۱  
اطلاعات تماس دفاتر ثبت نام سایر استان ها، در سایت سامانه [setadiran.ir](http://setadiran.ir) بخش ثبت نام / پرو فایل مزایده گر موجود است.

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

اطلاعات تماس و آدرس دستگاه:  
آدرس سایت سازمان [www.ioz.ir](http://www.ioz.ir)  
ایمیل سازمان [info@ioz.ir](mailto:info@ioz.ir)  
تلفن سازمان: ۳۲۶۷۳۰۰ - ۳۲۶۷۳۰۱

مسعود منتظری نجف آبادی- مدیرعامل سازمان عمران زاینده رود

### عدم رعایت برخی نکات در استفاده از کولرهای آبی و گازی باعث افزایش مصرف می گردد.

- نداشتن سایه بان ۱۰ درصد مصرف آب و برق کولر را افزایش می دهد.
- عدم سرویس کولر قبل از تابستان ۵ درصد مصرف آب و برق کولر را افزایش می دهد.
- استفاده دائم از دور تند کولر آبی تا ۴ برابر مصرف را زیاد می کند.

روابط عمومی شرکت توزیع برق اصفهان

### مناقشه عمومی یک مرحله ای فراخوان عملیات اجرایی روکش آسفالت معابر سطح شهر با اولویت جنوب بلوار امام خمینی (ره)

شهرداری شاهین شهر در نظر دارد فراخوان عملیات اجرایی روکش آسفالت معابر سطح شهر با اولویت جنوب بلوار امام خمینی (ره) ۲۰۰۹۴۷۳۴۰۰۰۰۸ را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید.

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

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

مواعد زمانی:

تاریخ انتشار فراخوان: ۱۴۰۲/۰۲/۱۴  
مهلت دریافت اسناد فراخوان: ۱۴۰۲/۰۲/۲۷  
مهلت ارسال پیشنهادات: ۱۴۰۲/۰۳/۰۶  
زمان بازگشایی پاکت ها: ۱۴۰۲/۰۳/۰۷  
نوع و مبلغ تضمین شرکت در فرایند اجرا:

ضمناً نام بانک / ایش بانک (واریز نقدی) مبلغ ۹۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال  
اطلاعات تماس و آدرس دستگاه: شاهین شهر، میدان فاطمیه، شهرداری مرکزی - ۳۱۴۰۲۲۵۲۰۰  
م.الف: ۱۴۹۱۵۷۲  
سعید ابریشمی راد، شهردار شاهین شهر



مهاجرت پزشکان موضوعی واقعی است؟

پزشکان ایرانی هر روز به رفتن از کشور ترغیب می شوند و سازمان نظام پزشکی مدت ها است موضوع مهاجرت پزشکان را به عنوان یک بحران مطرح کرده است...



افزایش حقوق بازنشستگان از ار دیببشت

مدیرعامل سازمان تأمین اجتماعی از اجرایی شدن پرداخت افزایش حقوق بازنشستگان و مستمری بگیران این سازمان از اردیبهشت ماه خبر داد...

خبرخوان

سرو نشت تجمعات قانونی

ایبنا / وزیر کشور گفت: در صورت تصویب شدن لایحه برگزاری تجمعات قانونی در مجلس، به تناسب شهرها مکان های برای تجمعات در نظر گرفته می شود...

بودجه کلاً اصلاح می شود

روزنامه دنیای اقتصاد / حمید رضا حاجی بابایی، رئیس کمیسیون برنامه و بودجه گفت: در جلسه مشترک میان مجلس و دولت و همچنین در جلسه شورای عالی هماهنگی اقتصادی، آقای رئیس جمهور اعلام کردند...

فروشنده جزایر برکنار شد!

التخاب / سجاد یادام، مدیرکل بیمه های اجتماعی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی به دنبال اظهاراتی در خصوص صندوق ملی بازنشستگی...

«جوان» و «جوب حجاب

روزنامه جوان / دیندار حسن اچاربردار نیست، اما چلوچگیری از حسن زورن در دین نگارنی می شود...

تأیید واگذاری خودرو

التخاب / بهر سوی رئیس جمهور در پاسخ به سئوالی در خصوص اظهار نظر و شبهه یکی از نمایندگان مجلس در خصوص تحویل خودروهای شاسی بلند...

تهدید به کشتن «لسنکی»

التخاب / به دنبال حمله پهپادی به کاخ کرملین که مسکو یکی از عامل آن معرفی کرده، دیمیتری مدوف، «معاون عملی شورای امنیت ملی روسیه اعلام کرد که پس از کارزاری یکی از مسئولان وقت...

تعیین تکلیف خودروهای مونتاژی



برای تولید خودرو، لازم است بعضی از مواد و نهادهای کشورها ی خارجی وارد شوند که خرید آنها با دلار و یورو صورت می گیرد...

تعطیلی ۲ روز در مهتت در آستانه تعیین تکلیف

سرانه کار خرابه بود. مجتبی گهستونی، فعال هیئت فرهنگی و گردشگری از جمله موافقان این طرح و همسر او دولت است...

ان شیر مرغ تا جان آدمیزاد در مخدرهایی که به مرگ می رسد



ریزند یا چرم مصنوعی و حتی از نودوچی هم اشاره می کنند. به گفته او کااهی استانت سرب هم به تریاک می زنند...



افزود همچنین برای سایر سطوح با حداقل ۱۲ درصد مستمری، میزان افزایش سال ۱۴۰۲ به میزان ۲۱ درصد مستمری آنان در پایان استفاده ماه ۱۴۰۱ به علاوه مبلغ ثابت دو میلیون و ۵۰۷ هزار و ۸۸۰ ریال خواهد بود...

امسال جدول خاموشی داریم؟

ایبنا / گفته سخنگوی صنعت برق، پیش بینی می شود که امسال هیچگونه جدول خاموشی منتشر نشود...

عجیب ترین شیوه قاچاق

فرانسه / قاچاقچیان مولد مخدر از روشی عجیب برای برتاب تریاک و دیگر مواد مخدر به داخل خاک ایران استفاده می کنند...

بیماری من قابل درمان نیست

ایران / حمید درباد در نشست خبری شرکت مشترک خود با رافع باغ و صنعت مالی خود گفت: بیماری منی من از سال ۵۸ دود پات بیماری قابل درمان نیست...

دریاچه ارومیه تابستان می خشک

جام جم آنلاین / عضو هیئت علمی دانشکده منابع طبیعی دانشگاه ارومیه می گوید: این روزها سطح تراز دریاچه ارومیه نسبت به مدت مشابه سال گذشته حدود ۴۰ سانتیمتر کاهش یافته و توجع افزایش دمای هوای دریاچه تابستان بیشتر احتمال خشکیدن دریاچه جندی هار است...

بحران به شیر خشک رسید

تجارت نیوز / بازار شیر خشک کره زروزی گذشته با کمبود مواجه شد، اما دلالت برای رفع مشکل این محصول در ماه قبل توجهی هم به من تلقی می گیرد...

خودمان کشف کرییم

روزنامه شهرشهر / در روزهای گذشته خبرهایی از دستگیری چند نفر به اتهامات مالی در دفتر شهردار تهران منتشر شد...





# مایکروسافت مشکل تغییر ساعت ویندوز در ایران را حل کرد

پس از گذشت نزدیک به دو ماه از در سراسر ایران ایجاد شده به واسطه عدم تغییر ساعت در کشور، بالاخره مایکروسافت دست به کار شد و با انتشار یک به روزرسانی این مشکل را برطرف کرد. بر اساس قانون تغییر ساعت رسمی کشور، در سال جدید شاهد تغییر ساعت طبق رسم سال‌های گذشته نبودیم. این با وجود در سراسر کشور فروردین ماه ساعت اغلب گوشی‌های هوشمند و کامپیوترها یک ساعت به جلو کشیده شد و باعث سردرگمی کاربران و ایجاد مشکلات مختلف برای بیشتر برنامه‌ها شد. پس از این اتفاق اعلام شد که دلیل اصلی رقم خوردن

چنین اتفاقی تنظیم بونن سرورهای جهانی با تغییر ساعت در ابتدای هر سال در ایران است؛ به دنبال این مسئله از اتمام دوام فروردین، دسترسی به بسیاری از خدمات ترافیک‌سازی موبایل غیرممکن شد و بانک‌ها و خدمات اینترنتی و موبایلی از دست‌گادهای اندرویدی و ویندوزی با اختلال مواجه شدند. این مسئله در حالی رقم خورد که وزیر ارتباطات اعلام کرده بود اقدامات لازم برای جلوگیری از تغییر ساعت‌ها و پیشگیری از وقوع هرگونه اختلال نرم‌افزاری اتخاذ شده است؛ اما تمام این تفصیلات بالاخره بعد از شش هفته مایکروسافت با انتشار یک به روزرسانی این مشکل را



## ساعت‌های هوشمند جدید موتورولا رونمایی شدند

ساعت‌های هوشمند جدید موتورولا Moto Watch 200 و Moto Watch 200+ با امکانات و قیمت مناسب رونمایی شدند. موتورولا از جدیدترین ساعت‌های هوشمند خود رونمایی کرد. یکی از آن‌ها موتورولا Moto Watch 200+ است که با قابلیت‌های مشابه موتورولا Moto Watch 200 است. این ساعت‌ها دارای صفحه نمایشگر AMOLED و سنسورهای سلامت و فعالیت است. همچنین موتورولا از ویژگی‌های خاص خود رونمایی کرد. این ساعت‌ها دارای قابلیت‌های مختلفی هستند که می‌تواند به کاربران کمک کند. این ساعت‌ها دارای قابلیت‌های مختلفی هستند که می‌تواند به کاربران کمک کند.

### Moto Watch 200

اول با مدل Moto Watch 200 شروع می‌کنیم. محصولی که به یک نمایشگر ۱.۷۸ اینچ AMOLED داخل یک کیس ۴۵ میلی‌متری اولیونیمی مجهز است. این نمایشگر از گواهی ضد آب ATM، حسگر ضربان قلب، حسگر سنسور اکسیژن سطح خون، شب‌سنسور و ارتفاع سنسور برخوردار است. این ساعت بیش از ۲۸ رشته ورزشی را پشتیبانی می‌کند و به GPS داخلی نیز مجهز است. همچنین با اطلاعات شما در Google Fit و Strava نیز همگام‌سازی می‌شود. موتورولا Moto Watch OS را اجرا می‌کند و به یک میکروفون و اسپیکر داخلی برای پاسخگویی به تماس‌ها مجهز است. یک باتری ۳۲۵ میلی‌آمپر ساعتی با ظرفیت ۱۴ روز یا به‌طور استاندارد شارژ ۲۸ روز دارد. این ساعت هوشمند همچنین از طریق بلوتوث LE ۵.۲ با گوشی شما متصل می‌شود و از حسگر شتابسنج، سنجش ضربان قلب و سایر ویژگی‌ها برخوردار است. شما می‌توانید این ساعت را در دو رنگ مشکی و طلایی تهیه کنید.

### Moto Watch 200+

دومین مدل، موتورولا Moto Watch 200+ است که به یک صفحه نمایشگر ۲.۰۱ اینچ LCD با قاب ۴۳ میلی‌متری ساخته شده است. این مدل از گواهی ضد آب IP۶۸ برخوردار است و حسگر ضربان قلب و دمای محیط را ارائه می‌کند. شما می‌توانید این ساعت را به ۱۰۰ وات فیس روی این محصول بهره‌بردارید. از ویژگی‌های نظارتی فعالیت بدنی و Watch 200+ برخوردار است. این ساعت نیز از شارژ بی‌سیم استفاده می‌کند. ساعت Moto Watch OS نیز به سیستم عامل Moto Watch OS مجهز شده و با بلوتوث، LE ۵.۲، GPS، سنسور ضربان قلب و سایر ویژگی‌ها برخوردار است. این ساعت دارای یک باتری ۳۲۵ میلی‌آمپر ساعتی بهره‌بردار می‌شود که به‌طور استاندارد شارژ ۲۸ روز یا به‌طور استاندارد شارژ ۲۸ روز دارد. این ساعت هوشمند همچنین از طریق بلوتوث LE ۵.۲ با گوشی شما متصل می‌شود و از حسگر شتابسنج، سنجش ضربان قلب و سایر ویژگی‌ها برخوردار است. شما می‌توانید این ساعت را در دو رنگ مشکی و طلایی تهیه کنید.

# نکاتی که قبل از خرید مانیتور جدید باید بدانید



در این مطلب به مرور ۵ نکته مهم می‌پردازیم که پیش از خرید یک مانیتور جدید برای انتخاب بهترین گزینه ممکن باید در نظر بگیرید. مانیتور، بهترین نمونه در جهان به‌نظر می‌رسد اما این واقعیت است که برای انتخاب بهترین مانیتور باید به نکات مهمی توجه کنید. این مقاله به شما کمک می‌کند تا بهترین مانیتور را برای نیاز خود انتخاب کنید. این مقاله به شما کمک می‌کند تا بهترین مانیتور را برای نیاز خود انتخاب کنید. این مقاله به شما کمک می‌کند تا بهترین مانیتور را برای نیاز خود انتخاب کنید.

### تویب توم

## آگهی مزایده عمومی

شرکت آب و فاضلاب استان اصفهان در نظر دارد از طریق مزایده مورد زیر مطابق جدول ذیل به فروش رساند.

شماره مزایده	موضوع مزایده	نوع بوجه	مبلغ تعیین (ریال)
۴۰۲۰۱-۴۰۲۲	مزایده فروش یک قطعه زمین با قابلیت تجاری به مساحت ۸۷۳/۲۸ متر مربع پارود	جاری	۱۵۵۰۰۰۰۰۰۰
۴۰۲۰۱-۴۰۲۴	مزایده فروش یک قطعه زمین با قابلیت تجاری به مساحت ۸۷/۲۸ متر مربع پارود	جاری	۱۷۵۰۰۰۰۰۰۰
۴۰۲۰۱-۴۰۲۵	مزایده فروش یک قطعه زمین با قابلیت تجاری به مساحت ۴۰ متر مربع پارود	جاری	۱۸۰۰۰۰۰۰۰۰۰
۴۰۲۰۱-۴۰۲۶	مزایده فروش یک قطعه زمین با قابلیت تجاری به مساحت ۴۸ متر مربع پارود	جاری	۱۹۰۰۰۰۰۰۰۰۰
۴۰۲۰۱-۴۰۲۷	مزایده فروش یک قطعه زمین سکونتی به مساحت ۲۷۵ متر مربع پارود	جاری	۳۵۰۰۰۰۰۰۰۰۰
۴۰۲۰۱-۴۰۲۹	فروش زمین به مساحت ۴۳۲۲ متر مربع خیابان پهل شهرضا	جاری	۹۰۶۷۰۰۰۰۰۰۰

سایر اطلاعات و جزئیات در اسناد مزایده مندرج است

مهلت تحویل اسناد به دبیر خانه معاملات شرکت آتاق ۲۹۲: تا ساعت ۱۳:۰۰ روز شنبه به تاریخ ۱۴۰۲/۰۲/۲۳

تاریخ گشایش اسناد مزایده: از ساعت ۸:۰۰ روز یکشنبه به تاریخ ۱۴۰۲/۰۲/۲۳

محل دریافت اسناد: سایت اینترنتی شرکت آب و فاضلاب استان اصفهان [www.abfaesfahan.ir](http://www.abfaesfahan.ir)

پایگاه ملی اطلاع رسانی مناقصات [www.its.mporp.ir](http://www.its.mporp.ir)

شماره تلفن گویا: ۲۵۱۳۲۴۲۷ - ۲۱ - یادرو ۰۵۴۳۴۹۲۰۵

شرکت آب و فاضلاب استان اصفهان

## شیائومی اولترا با قیمت عجیب در بازار ایران

قیمت شیائومی ۱۲ اولترا در بازار ایران، از برچمداران آیفون هم سبقت گرفت و به ۹۰ میلیون تومان رسید؛ اما این قیمت واقعی است؟

تولید شیائومی ۱۲ اولترا که هنوز معلوم نشده و قیمت برچمداران سامسونگ مثل گلکسی S۲۳ اولترا هم که سر به فلک کشیده است، در این میان، حتماً می‌توانیم حدس بزنیم که قیمت این گوشی در بازار ایران، بالاتر از هر گوشی دیگری خواهد بود. اما در نظر داشته باشید که قیمت واقعی شیائومی ۱۲ اولترا در ایران مشخص شده است؛ اما کمی بالا یا پایین‌تر از ۵۰ میلیون تومان باشد.

طبق بررسی‌هایی که از فروشگاه‌های گوشی موبایل در اینترنت داشتیم، متوجه شدیم که قیمت شیائومی ۱۲ اولترا در ایران و در نسخه ۱۶/۵/۱۲ به ۹۰ میلیون تومان رسیده است. البته پس از پرداخت این مبلغ، باید یک هفته هم منتظر بمانید تا گوشی به دست شما برسد. اما در کنار این، قیمت‌های جهانی چگونه است؟ قیمت شیائومی ۱۲ اولترا در بازارهای بین‌المللی: ۸۷۲ دلار در نسخه ۱۲/۵/۱۲ شروع می‌شود و در نسخه ۱۶/۵/۱۲ به ۹۴۵ دلار (۹۰ میلیون تومان در بازار ایران) می‌رسد. نسخه برچمدان مدل ۱۶/۱ (۱۱ تریبل فضا) ذخیره‌سازی و ۱۶ گیگابایت (رم) برابر ۱۰۶۱ دلار است. برای کسانی که به دنبال بهترین آیفون هستند، باید بدانند که قیمت این گوشی در بازار ایران، از هر گوشی دیگری بالاتر است.



### بهترین روش درمان اگزما

یک متخصص پوست و مو و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران بهترین روش درمان اگزما پوستی را تشریح کرد. نسیم مظلومی، نوتوچی، متخصص پوست و مو و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران در برنامه مادر کلاس شبکه سلامت سیما در خصوص اگزما دست و مواد شوینده به گفتگو پرداخت.

کارشناس برنامه با بیان این مطلب که افراد مبتلا به اگزما دوره‌های طولانی خشکی، خارش و دانه‌های آبدار پوست را تجربه می‌کنند، اولین قدم درمان استفاده از شوینده‌های مناسبی است که از PH پایینی برخوردار باشند (شوینده‌های غیرصابونی).

نوتوچی چرب کردن پوست دست را اولین اقدام مناسب درمان اگزما دانست. وی همچنین اسیرین (ucerin) و اوره ۵٪ را بهترین چرب کننده‌های دست در این بیماری برشمرد. وی خاطر نشان کرد: تماس دست با مواد اسیدی، قلیایی و شوینده صابونی، تحریک کننده‌ی بیشتری در این بیماران ایجاد می‌کند. این اسناد پوستی که بهترین اقدام قبل از شروع کار منزل این است که دست‌ها را چرب کنند، پس از آن دستکش نخی بپوشند و در آخر دستکش پلاستیکی به دست کنند.

نوتوچی ادامه داد: برای استفاده صحیح از دستکش باید دست‌ها را در هوای سه ساعت از دستکش خارج کرد و مجدداً با ماده چرب کننده چرب و دوباره اقدام به پوشیدن دستکش نخی و سپس دستکش پلاستیکی کرد. کارشناس برنامه در پاسخ به این سوال که آیا اگزما همان حساس شدن پوست است گفت: حساسیت نوعی خشکی و خارش پوست است اما افرادی که مبتلا به اگزما هستند، زمینه‌های مرششی این بیماری را با همراه رازند که چرخه ممکن است این بیماری به دنبال تماس با اسید، باز و مواد خارجی تحریک کننده پوست ایجاد شده باشد (اگزما شغلی).

وی ادامه داد: اگزما با خشکی، خارش و پوست‌ریزی شروع می‌شود و ممکن است با تار کبک‌های پوستی و ناول نیز همراه شود. وی تأکید کرد: فرد مبتلا باید از سیر بیماری خود مطلع باشد، فرد باید بداند: در مدت بروز اگزما به محافظت پوست از بین رفته است و فرد نیازمند درمان طولانی زمان است.

این متخصص پوست و مو با تأکید بر افراد مبتلا به اگزما ممکن است در تاریخچه بیمارشان، سابقه ابتلا به آسم را گزارش کنند. همچنین ممکن است سابقه بیماری‌های اتوایمونیک (حساسیتی) را در پدر، مادر، خواهر یا برادر داشته باشند. این اسناد دانشگاه‌ت نشانه‌های ظاهری اگزما یا بیماری‌های سورزایس نادر بود و انجام نمونه‌برداری راز از راه‌های تشخیص و افتراق این بیماری دانست.

وی ادامه داد: پس از تشخیص قطعی اگزما توسط پزشک، اقداماتی از جمله: اصلاح شوینده‌ها، تجویز درمان‌های ضد التهابی (کرم‌های کورتیکواستروئیدی) و چرب کردن مداوم دست با چرب کننده‌های مناسب پیشنهاد میشود. نوتوچی افزود: استفاده از پدماهای گرونی به صورت اسفند است و هفته اول هوشی و پس از آن یک کب در میان و سپس تا دو بار در هفته‌نامه می‌یابد، او تأکید کرد قطعاً با گاهی این پدماها باعث عدم مجدداً اگزما می‌شود.

پروتئینی که برای رشد مو مهم است، دریافت بیوتین از منابع غذایی بسیار بهتر از مکمل‌هاست، زیرا مکمل‌ها اغلب حاوی مقادیر بیش از حد این ویتامین هستند.

● **ماست یونانی:** ممکن است از دین ماست در لیست غذاهای رشد مو متجرب کنید، اما برای این منظور ماست را به رژیم غذایی خود اضافه کنید. ماست منبع خوبی از پروتئین است، در این مورد به ویژه ماست یونانی شامل دو برابر سولام روی، یک ماده معدنی که با رشد مو مرتبط است و ریبوفلاوین یکی دیگر از ویتامین‌های کلیدی برای رشد سلول‌ها است.

● **سیب زمینی شیرین:** سیب زمینی شیرین به عنوان یک منبع عالی از آنتی‌اکسیدان‌ها، ویتامین‌ها و مواد معدنی، به طور گسترده‌ای به عنوان یک «فوق ماده غذایی» مورد تحسین قرار می‌گیرد که باید جزء اصلی رژیم غذایی باشد. به لطف غلظت بالای بتاکاروتن، این همچنین یک غذای عالی برای موهای سالم هستند. به آن دلیل که بدن بتا کاروتن را به ویتامین A تبدیل می‌کند که کلا به عنوان یک عنصر مهم برای رشد موی سالم به آن اشاره کردیم.

● **دانه‌ها و آجیل:** اگر به دنبال میان وعده‌های ساده برای موهای سالم هستید، دانه‌ها و آجیل‌ها می‌توانند به راحتی به هر رژیم غذایی اضافه شوند. انواع مختلفی برای انتخاب وجود دارد و دانه‌ها و آجیل‌های مختلف دوزهای قدرتمندی از مواد مغذی را که قبلاً در مورد آن‌ها صحبت کردیم، فراهم می‌کنند. دانه‌های کنان و چیا منابع خوبی از اسیدهای چرب امگا ۳ هستند، در حالی که دانه‌های آفتابگردان سرشار از ویتامین E و آهن هستند. تمام آجیل‌ها و دانه‌ها سرشار از پروتئین هستند که به رشد موی کمک می‌کند.

● **لوبیا و سایر حبوبات:** حبوباتی مانند لوبیا، عدس و پانام زمینی نیز غذاهای عالی برای رشد مو هستند. آن‌ها نه تنها مملو از پروتئین‌های گیاهی هستند، بلکه به عنوان منبع خوبی از سایر مواد مغذی کلیدی مانند روی و آهن و بیوتین نیز هستند؛ به عنوان مثال یک فنجان لوبیا سبزه حاوی حدود ۲ میلی‌گرم روی است، در حالی که ۲۸ گرم بادام زمینی حاوی تقریباً ۵ میلی‌گرم بیوتین است که هر دو حدود ۱۰٪-۱۲٪ در مصرف روزانه توصیه شده برای اکثر بزرگسالان است.

● **تخم مرغ:** تخم مرغ به عنوان یک منبع قوی از بیوتین به در پروتئین به خوبی ثبت شده است که قبلاً به عنوان یک ماده ضروری برای موهای سالم به آن اشاره کردیم، به طور خاص تخم مرغ حاوی بیوتین است و ویتامین B که به تولید کراتین در بدن کمک می‌کند و مو ۳۴٪ درم افزایش داشت.

## برای رشد مو باید چه چیزهایی بخوریم؟

هستند. ویتامین D نیز به تجزیه و تپیل بیشتر دارد، اما برخی تحقیقات ارتباط بین کمبود ویتامین D و موهای کم‌رنگ بدن را نشان دادند.

- **اسفنج:** اسفنج سرشار از مواد معدنی است و باید جزء اصلی هر رژیم غذایی سالم باشد، به ویژه برای رشد مو مفید است، زیرا سرشار از ویتامین‌های C و B همراه با دوز سالم آهن است. آهن به ویژه برای رشد گلبول‌های قرمز مهم است که به تأمین اکسیژن در سراسر بدن شما کمک می‌کند. مطالعات همچنین نشان می‌دهد که کمبود آهن مرتبط با ریزش مو است. در همین حال ویتامین C به جذب آهن در بدن کمک می‌کند. در نهایت ویتامین B نیز برای رشد سلول‌های حیاتی است، اگرچه مهم است که در این مورد زیاده روی نکنید، زیرا در واقع می‌تواند منجر به ریزش مو و مشکلات دیگر شود. به همین دلیل اسفنج به جای مکمل، منبع عالی این مواد معدنی است.
- **ماهی چرب:** بسیاری از متخصصان تغذیه بر فواید ماهی‌های چرب برای سلامت موهای عالی غذایی یا شاه‌ماهی تأکید دارند. آن‌ها نه تنها سرشار از منابع غنی پروتئین که عنصر کلیدی در رشد مو بوده و سرشار از اسیدهای چرب امگا ۳ و ویتامین D هستند. اسیدهای چرب امگا ۳ برای رشد و عملکرد سلول‌های حیاتی هستند و در برخی از مطالعات با کاهش ریزش مو مرتبط

شوکت سه‌ماهه خاص غنی بروج نیلگون فرین به شش‌ماهه ملی ۱۰۸۱۶۲۰۹۶۵۰۵ و به شماره ثبت ۱۶۴۵۰ است. صندوق توسعه مجمع عمومی عادی مورخ ۱۴۰۲/۰۱/۱۴ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: \* مجوز نظری به شماره ملی ۱۱۵۹۹۶۹۶۵۰۷ اکرم شهر سپهریوند به شماره ملی ۱۷۱۱۱۸۰۵۴، شکر سپهریوند به شماره ملی ۱۷۱۷۷۳۰۰۸۳ به سمت اعضای هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب گردیدند. \* مصطفی عدیدی به شماره ملی ۱۱۵۹۹۶۹۶۸۲۰۷ به سمت بازرسان اصلی، امیر اکبری به شماره ملی ۱۱۵۹۹۸۸۱۹۶ به سمت بازرسان علی‌البدل برای مدت یکسال انتخاب گردیدند. \* روزنامه کثیرالانتشار نصف جهان جهت نشر آگهی‌های شرکت تعیین گردید. اداره کار ثبت اسناد و املاک استان اصفهان اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیر تجاری اصفهان (۱۴۸۷۸۱۷)

شوکت سه‌ماهه خاص غنی بروج نیلگون فرین به شش‌ماهه ملی ۱۰۸۱۶۲۰۹۶۵۰۵ و به شماره ثبت ۱۶۴۵۰ است. صندوق توسعه مجمع عمومی عادی مورخ ۱۴۰۲/۰۱/۱۴ تصمیمات ذیل اتخاذ شد: \* مجوز نظری به شماره ملی ۱۱۵۹۹۶۹۶۵۰۷ اکرم شهر سپهریوند به شماره ملی ۱۷۱۱۱۸۰۵۴، شکر سپهریوند به شماره ملی ۱۷۱۷۷۳۰۰۸۳ به سمت اعضای هیئت مدیره برای مدت دو سال انتخاب گردیدند. \* مصطفی عدیدی به شماره ملی ۱۱۵۹۹۶۹۶۸۲۰۷ به سمت بازرسان اصلی، امیر اکبری به شماره ملی ۱۱۵۹۹۸۸۱۹۶ به سمت بازرسان علی‌البدل برای مدت یکسال انتخاب گردیدند. \* روزنامه کثیرالانتشار نصف جهان جهت نشر آگهی‌های شرکت تعیین گردید. اداره کار ثبت اسناد و املاک استان اصفهان اداره ثبت شرکت‌ها و موسسات غیر تجاری اصفهان (۱۴۸۷۸۱۷)



روند کاهش مرگ و میر ناشی از کرونا در اصفهان

ستخوی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان گفت: روند مرگ و میر ناشی از کرونا در استان در ۲ هفته نخست اردیبهشت اسما در مقایسه با فروردین، کاهش یافته است.



پیش بینی خرید ۱۳۰ هزار تن کدوم در استان

ویژه استان گفت: در زمان حاضر حدود یکصد بیست تن کدوم در اصفهان موجود است. این مقدار با توجه به افزایش تقاضای مصرف در فصل بهار و همچنین افزایش قیمت کدوم در سایر استانها، نیاز به خرید ۱۳۰ هزار تن کدوم در استان است.

مدیر کل دفتر هماهنگی امور اقتصادی استانداری اصفهان گفت: اسما پیش بینی امکان خرید بالغ بر ۱۳۰ هزار تن کدوم در سطح استان وجود دارد. امید شریفی اظهار کرد: در راستای تسهیل در خرید کدوم و به منظور کوتاه کردن دست واسطه‌ها و پیگیری از قاچاقی آن کالا در سال جاری، قریب به ۴۲ مرکز خرید تضمینی کدوم در سطح استان و در نزدیکترین نقاط به مرکز تولید کدوم، تجهیز و راه اندازی شده است.

# چالش احداث تصفیه خانه فاضلاب چادگان



شهرستان در فرمانداری برگزار شد، مصوب شد در رابطه با تکمیل لوله‌کشی شبکه فاضلاب شهرستان چادگان بلاخر شهر چادگان اقدام شود. در این جلسه مبلغ ۱۳ میلیارد تومان برای تکمیل شبکه فاضلاب و تأسیسات تصفیه‌خانه شهر چادگان پیش‌بینی شد که با توجه به حجم سرمایه‌گذاری در سفر ریاست جمهوری و طرح و مصوب شود شده بود. به ۲۰۰ میلیارد تومان افزایش بود و به پروژه شبکه فاضلاب شهری چادگان و روزه به صورت کامل اختصاص پیدا کرد. اما با وجود اینکه حدود یکسال از اختصاص اعتبار و مصوب شدن آن برای به نتیجه رسیدن تصفیه‌خانه چادگان می‌گذرد همچنان این پروژه به شکل ناقص باقی مانده است.

## آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۱ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

شماره: ۰۹۰۲۱۱۱۱-۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ - تاریخ: ۱۴۰۲/۰۲/۲۱ - برابر رای شماره ۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ مورخ ۱۴۰۲/۰۲/۲۱ - موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی اداره ثبت اسناد و املاک شمال اصفهان تصرفات مالکانه بلاعراض متقاضی مالکیت آقای/ خانم و افراد خانواده به شناسنامه شماره ۶۸۸ کدملی ۱۲۸۶۱۰۰۸۳۶ صادره اصفهان فرزند عباس در قسمتی از ششادگان یکباب خانه به مساحت ۱۲۰۰۹ مترمربع پلاک شماره فرعی ۱۵۱۲۲ از اصلی واقع در بخش ۵ اداره ثبت اسناد و املاک شمال اصفهان - سند اسدالله موسوی/ ۰۲/۲۳۳۳/۰۲/۲۱/۱۴ - مورخه ۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ دفتر ۶۱۰ صفحات ۶۱۰

## آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۱ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

شماره: ۰۹۰۲۱۱۱۱-۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ - تاریخ: ۱۴۰۲/۰۲/۲۱ - برابر رای شماره ۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ مورخ ۱۴۰۲/۰۲/۲۱ - موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی اداره ثبت اسناد و املاک شمال اصفهان تصرفات مالکانه بلاعراض متقاضی مالکیت آقای/ خانم و افراد خانواده به شناسنامه شماره ۶۸۸ کدملی ۱۲۸۶۱۰۰۸۳۶ صادره اصفهان فرزند عباس در قسمتی از ششادگان یکباب خانه به مساحت ۱۲۰۰۹ مترمربع پلاک شماره فرعی ۱۵۱۲۲ از اصلی واقع در بخش ۵ اداره ثبت اسناد و املاک شمال اصفهان - سند اسدالله موسوی/ ۰۲/۲۳۳۳/۰۲/۲۱/۱۴ - مورخه ۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ دفتر ۶۱۰ صفحات ۶۱۰

## آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۱ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

شماره: ۰۹۰۲۱۱۱۱-۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ - تاریخ: ۱۴۰۲/۰۲/۲۱ - برابر رای شماره ۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ مورخ ۱۴۰۲/۰۲/۲۱ - موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی اداره ثبت اسناد و املاک شمال اصفهان تصرفات مالکانه بلاعراض متقاضی مالکیت آقای/ خانم و افراد خانواده به شناسنامه شماره ۶۸۸ کدملی ۱۲۸۶۱۰۰۸۳۶ صادره اصفهان فرزند عباس در قسمتی از ششادگان یکباب خانه به مساحت ۱۲۰۰۹ مترمربع پلاک شماره فرعی ۱۵۱۲۲ از اصلی واقع در بخش ۵ اداره ثبت اسناد و املاک شمال اصفهان - سند اسدالله موسوی/ ۰۲/۲۳۳۳/۰۲/۲۱/۱۴ - مورخه ۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ دفتر ۶۱۰ صفحات ۶۱۰

## آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۱ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

شماره: ۰۹۰۲۱۱۱۱-۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ - تاریخ: ۱۴۰۲/۰۲/۲۱ - برابر رای شماره ۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ مورخ ۱۴۰۲/۰۲/۲۱ - موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی اداره ثبت اسناد و املاک شمال اصفهان تصرفات مالکانه بلاعراض متقاضی مالکیت آقای/ خانم و افراد خانواده به شناسنامه شماره ۶۸۸ کدملی ۱۲۸۶۱۰۰۸۳۶ صادره اصفهان فرزند عباس در قسمتی از ششادگان یکباب ساختمان به مساحت ۱۲۰۰۹ مترمربع پلاک شماره فرعی ۱۵۱۲۲ از اصلی واقع در اصفهان بخش ۵ اداره ثبت اسناد و املاک شمال اصفهان - سند اسدالله موسوی/ ۰۲/۲۳۳۳/۰۲/۲۱/۱۴ - مورخه ۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ دفتر ۶۱۰ صفحات ۶۱۰

## آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۱ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

شماره: ۰۹۰۲۱۱۱۱-۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ - تاریخ: ۱۴۰۲/۰۲/۲۱ - برابر رای شماره ۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ مورخ ۱۴۰۲/۰۲/۲۱ - موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی اداره ثبت اسناد و املاک شمال اصفهان تصرفات مالکانه بلاعراض متقاضی مالکیت آقای/ خانم و افراد خانواده به شناسنامه شماره ۶۸۸ کدملی ۱۲۸۶۱۰۰۸۳۶ صادره اصفهان فرزند عباس در قسمتی از ششادگان یکباب خانه به مساحت ۱۲۰۰۹ مترمربع پلاک شماره فرعی ۱۵۱۲۲ از اصلی واقع در بخش ۵ اداره ثبت اسناد و املاک شمال اصفهان - سند اسدالله موسوی/ ۰۲/۲۳۳۳/۰۲/۲۱/۱۴ - مورخه ۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ دفتر ۶۱۰ صفحات ۶۱۰

## آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۱ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

شماره: ۰۹۰۲۱۱۱۱-۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ - تاریخ: ۱۴۰۲/۰۲/۲۱ - برابر رای شماره ۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ مورخ ۱۴۰۲/۰۲/۲۱ - موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی اداره ثبت اسناد و املاک شمال اصفهان تصرفات مالکانه بلاعراض متقاضی مالکیت آقای/ خانم و افراد خانواده به شناسنامه شماره ۶۸۸ کدملی ۱۲۸۶۱۰۰۸۳۶ صادره فریدونشهر فرزند حسینعلی در ششادگان یکباب ساختمان به مساحت ۱۲۰۰۹ مترمربع پلاک شماره فرعی ۱۵۱۲۲ از اصلی واقع در اصفهان بخش ۵ اداره ثبت اسناد و املاک شمال اصفهان - سند اسدالله موسوی/ ۰۲/۲۳۳۳/۰۲/۲۱/۱۴ - مورخه ۱۴۰۲/۰۲/۲۱/۱۴ دفتر ۶۱۰ صفحات ۶۱۰



### آمار شگفت‌انگیز سیامک

سیامک نعمتی که به عنوان مدافع و هافبک راست برای سرخپوشان بازی می‌کند، این فصل تنها یک بار در ترکیب اصلی پرسپولیس قرار داشته و ۱۲ بار هم به عنوان بازیکن ذخیره به میدان رفته است. نعمتی اگرچه روی هیچ کدام از گل‌های متش در بیست و دومین دوره از رقابت‌های لیگ اثر نداشته اما در یک هشتم نهایی جام حذفی پای کالی که در دقیقه ۹۴ وقت‌های تلف شده وارد دروازه سپاهان کرد تأثیر بسزایی در صعود پرسپولیس داشت. حالا باید دید نعمتی که از لیگ هفدهم در پرسپولیس حضور داشته، در دو هفته‌ی باقیمانده فصل چه خواهد کرد. سیامک ۱۷۲ بار برای پرسپولیس به میدان رفته و فرصت این درآورد تا پایان فصل رکورد ضیاء عرشاهی و جعفر کاشانی را هم بشکند.

### نظر «آملیدا» درباره فقر گلزنی در لیگ

یکی از چهره‌های سرشناسی که در فصل جاری به ایران آمده، «هوگو آملیدا» مربی سپاهان است. ستاره اسبق تیم ملی پرغال که یکی از مهاجمان تراز اول دنیا در دوران بازیگری اش بود، درباره فقر گلزنی مهاجمان در لیگ برتر می‌گوید: ایران مهاجم خوبی دارد. نمی‌دانم اما این مشکل آنها شاید به خاطر این است که بیشتر تیم‌ها دفاعی بازی می‌کنند یا بازی مستقیم، جنگ روی هوا دفاع‌ها را در عقب زمین فشرده می‌کنند. به نظر من شهریار یکی از بهترین مهاجمان ایران است و خوشحالم که به تیم ملی رفته و دو بازی انجام داد. از اینکه توانستیم به او کمک کنیم، خوشحالم هستیم. ما باید بیشتر از یک مربی رفتار کنیم و فشار را از روی بازیکنان برداریم و ذهنیت آنها را تغییر دهیم.

### با قدم گذاشتن در شبه جزیره عربستان پس از ورود به لیگ ممنوعه؛

## احمد نور تابوشکن می‌شود؟

شباب الاهلی استارت حضور دوباره ایرانی‌ها در لیگ امارات را کلید زد.

قانون، بازی کلیه همتایان هموطن «حسی ایران» را در عربستان ممنوع اعلام کردند. این قانون طی ۱۲ سال گذشته همچنان دست نخورده بود تا اینکه الان و همزمان با کاهش تریگی رویای سیاسی ایران با عربستان، با شنیدن خبر تمایل دو باشگاه عربستانی به جذب دو ملی پوش کشورمان به نظر می‌رسد موضع فدراسیون فوتبال سعودی در این باره قبال تصمیم‌های ایرانی در لیگ حرفه‌ای این کشور بی‌سرصدا تغییر کرده است.

#### دومین لیگ ممنوعه ایرانی‌ها

در حالی که عربستان دروازه‌هایش را به روی فوتبالست‌های کشورمان بسته بود، کمی آن سوت‌ز سرهای این شبه جزیره، لیگ فوتبال همسایه عرب زبان سعودی‌ها همواره شاهد درخشش چندین ستاره ایرانی در آسمان خود بود. امارات مقصد جذابی برای رفت و آمد بازیکنان ایرانی شده بود تا اینکه حدوداً چهار سال پس از وضع قانون ممنوعیت حضور ستاره‌های ایرانی در عربستان، فوتبال باشگاه‌های این امپراتوری هم به لیگ‌های ممنوعه بازیکنان کشورمان اضافه شد. با این تفاوت که این بار ایران بود که به بازیکنانش اجازه بازی در لیگ امارات را به دلیل انتخاب نامی جعلی برای آن نمی‌داد. اما ایران هم دو سال پیش و با تغییر دوباره نام رقابت‌های باشگاهی در امارات از موضع خود کوتاه آمد و بدین ترتیب طلسم عدم حضور بازیکنان ایرانی در این شیخ نشین پس از ۸ سال شکسته شد. احمد نورتابوشکن، هافبک سابق پرسپولیس با عقد قرارداد رسمی با

### پست جدید مدافع ملی پوش ایران در یونان

مدافع چپ تیم ملی ایران در جام جهانی در یک پست جدید در آ.ا.ک آن به کار گرفته شد.

همپای شدن احسان حاج‌صفی و میلاد محمدی در فصل ۲۲-۲۰۲۳ شرایطی به وجود آورد تا کمتر این دو بازیکن ایرانی به‌طور همزمان در ترکیب آ.ا.ک آن قرار بگیرند و معمولاً یکی از آنها در سمت چپ خط دفاعی به کار می‌شد. اما در آستانه پایان بازی‌ها هر دو چهارم سپهر لیگ یونان مقابل المپیاکوس قرار گرفت.

چپ‌پای ایرانی در ترکیب این تیم قرار گرفت. تیم فوتبال آ.ا.ک آن در حالی در مسابقه هفته سی و چهارم سپهر لیگ یونان مقابل المپیاکوس قرار گرفت و با کسب تساوی بدون گل صدرنشین ماند که احسان حاج‌صفی مثل بازی‌های قبل در پست دفاع چپ استفاده شد و میلاد محمدی برای نخستین بار حضور در ترکیب به‌عنوان مدافع راست را تجربه کرد.

مدافع چپ ایران در جام جهانی ۲۰۲۲ تا آخرین بازی خود را چهار هفته قبل در جریان دیدار برکنت مرحله نیمه نهایی جام حذفی مقابل المپیاکوس انجام داده گرفته شد. ویخاطر مصدومیت تعویض شده و در سه مسابقه دیگر به زمین نرفته بود. در بازی سپهر لیگ برابر همین تیم دوباره شرایط بازیگشت به میدان را به دست آورد. ولی این بار او در یک پست جدید به کار گرفته شد.

نمایش مؤثر احسان حاج‌صفی در سمت چپ خط دفاعی آ.ا.ک آن کاری کرد تا سرمربی این تیم تصمیم بگیرد میلادمحمدی را به‌عنوان مدافع راست به زمین برساند و اتفاقاً او نیز غیرتخصصی خود و حضور ۸۱ دقیقه‌ای مقابل المپیاکوس کماشسته و مؤثر ظاهر شد و بعد نیست در دو بازی آینده برابر آرس و وولوس نیز در همین پست استفاده شود.



## مبادلات تجاری کشور

مبادلات تجاری کشور در اولین ماه از سال ۲۰۲۲ به ۶ میلیارد و ۷۲۲ میلیون دلار رسید.

### ۹ میلیارد و ۷۳۳ میلیون دلار

۱۰ میلیون و ۴۷۱ هزار تن کالاهای صادراتی ۳ میلیارد و ۴۴۵ میلیون دلار به خارج از کشور صادر شد که افزایش ارزش ۱۲.۹۳ درصد کاهش و ارزش ۱۷.۷۴ درصد افزایش داشته است.

### کاهش صادرات ۱۲.۹۳ درصد

### کاهش واردات ۱۳ درصد

#### کالاهای صادراتی

- کامپلکس ۱۷۷ میلیون دلار
- پروپان مایع شده ۸۹.۴ میلیون دلار
- کازامبلی مایع شده ۵۶۶ میلیون دلار
- بوتان مایع شده ۱۹۹ میلیون دلار
- شمع از آهن و فولاد غیر عادی ۱۷۷ میلیون دلار

#### کالاهای وارداتی

- ذرت دانه ۶۶۳۳ میلیون دلار
- دانه سویا ۱۵۲۵ میلیون دلار
- برنج کامل سفید شده ۸۹۹ میلیون دلار
- کاشنی کتان هزاره ۱۷۱ میلیون دلار
- فلزات غیرفلزی جهت تولید تجهیزات سوراخ ۲۷۷ میلیون دلار

#### کشورهای عمده طرف معامله واردات

امارات متحده عربی یک میلیارد و ۱۰۰ میلیون دلار  
چین: ۸۷۳ میلیون دلار  
ترکیه: ۲۵۳ میلیون دلار  
آلمان: ۱۲۹ میلیون دلار  
هند: ۱۱۰ میلیون دلار

#### کشورهای عمده طرف معامله صادرات

چین: یک میلیارد و ۱۴۰ میلیون دلار  
عراق: ۶۰۹ میلیون دلار  
ترکیه: ۵۵۰ میلیون دلار  
امارات متحده عربی: ۲۲۰ میلیون دلار  
هند: ۱۲۰ میلیون دلار

www.nesfejhan.net

## شجاع از الاهلی جدا می‌شود؟

شجاع خلیل زاده، مدافع میانی تیم ملی و باشگاه الاهلی قطر درباره اینکه در فصل آینده هم در این تیم در لیگ ستارگان بازی خواهد کرد یا از این تیم جدا می‌شود، گفت: هیچ‌کس از فرادین خبر ندارد و ما هیچ وقت نمی‌توانیم در مورد آینده یا قابلیت صحبت کنیم. ۲ مصدومیت بسیار سخت داشتم و این شرایط در لیگ قطر بازی کردم. اینجا بازیکنان منمادم. کار سخت خواهد شد و قطری‌ها هم در مورد بازیکن خارجی تعارفی ندارند و اگر کیفیت خوبی نداشته باشید، عزت شما را می‌خواهند.

## جام حذفی تر آزادی و دستگیری

در شرایطی که پرسپولیس استقلال، نساجی و هوادار به مرحله نیمه نهایی جام حذفی صعود کردند و پس از پایان آخرین بازی یک چهارم نهایی، حرف خود را شناساند، حالا سازمان لیگ برنامه بازی های نیمه نهایی را هم اعلام کرده است. براین اساس هر دو بازی در ساعت ۱۸:۳۰ برگزار خواهد شد. استقلال روز چهارشنبه ۲۸ خرداد و روز شنباه آزادی به مصاف نساجی خواهد رفت و یک روز بعد پرسپولیس در استادیوم دستگیری موسوم به پاس قوامین رودری هوادار خواهد ایستاد که این بازی احتمالاً بدون تماشاگر خواهد بود.

## رکورد نیکو نام شکسته شد

رئال مادرید در چارچوب مسابقات هفته ۲۳ لیگای به مصاف رئال سوسیداد رفت و با نتیجه ۲ بر صفر شکست خورد. رئال سوسیداد در یک فصلی قهرمانی قرار گرفت. نکته مهم این مسابقه، گلزنی تاکفوس کوپوما هم‌تیمی سوسیداد بود. بازیکنی از قاره آسیا که توانست به رکورد ۱۴ ساله نیکو نام دست یابد. کوپو با این گل، تعداد گل‌های خود را در یک فصل به عدد ۸ رساند. رکورد دکونام با پیران اوساسونا در فصل ۲۰۰۹-۲۰۰۸ را شکند. کوپو اکنون با ۸ گل در کنار دکونام، گلزن ترین بازیکن آسیایی لیگادر یک فصل محسوب می‌شود.



## همزمان با روز کار و کارگر؛

# آیین تجلیل از «کارگران نمونه» گروه سرمایه گذاری توکافولاد برگزار شد

همزمان با روز کار و کارگر، در آیینی از کارگران نمونه گروه سرمایه گذاری توکافولاد تجلیل شد. به گزارش روابط عمومی گروه سرمایه گذاری توکافولاد، آیین بزرگداشت روز کار و کارگر و تجلیل از کارگران نمونه گروه سرمایه گذاری توکافولاد دوشنبه ۱۱ اردیبهشت ماه سال جاری، با حضور مدیر عامل این گروه و جمعی از مدیران این هلدینگ و کارگران شرکت های توکافولاد در سالن اجتماعات شرکت حمل و نقل توکا برگزار شد. بنا بر این گزارش، در ابتدای این مراسم احمد رضا سبزواری، مدیر عامل گروه سرمایه گذاری توکافولاد در سخنانی ضمن تبریک روز کار و کارگر اظهار کرد: گروه سرمایه گذاری توکافولاد نقشی فعال در اقتصاد کشور دارد و به این

موضوع معتقد است که سرمایه انسانی همواره مولد و رشد دهنده سایر سرمایه های یک سازمان است. وی گفت: سرمایه انسانی در همه دنیا همین گونه است چون این افراد هستند که پول و سرمایه را با فکر، انگیزه و اندیشه خود تبدیل به ارزش افزوده می کنند. برای همین است که اگر این نیرو توانایی لازم را نداشته باشد؛ یک مجموعه را دچار نقصان می کند و باعث تلف شدن آن می شود. در نتیجه تکریم سرمایه های انسانی که در حوزه خود منشأ تلاش، نوآوری و خلاقیت بوده و باعث تعالی یک شرکت می شوند؛ یکی از اصولی است که ما آن را دنبال می کنیم.



**آگهی مزایده عمومی**

**فروش املاک و مستغلات شماره (۲۵۲۱) واحد تجاری (نوبت اول)**

شهرداری شاهین شهر در نظر دارد املاک و مستغلات تحت اختیار خود را از طریق مزایده عمومی و با جزئیات مندرج در اسناد مزایده، با بهره گیری از سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (Setadrian) و با شماره مزایده ۲۰۰۹۴۷۳۴۰۰۰۰۴ به صورت الکترونیکی و نقدی به فروش برساند.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۲/۱۴  
تاریخ بازدید: ۱۴۰۲/۰۳/۰۶ الی ۱۴۰۲/۰۲/۱۶  
تاریخ بازگشایی: ۱۴۰۲/۰۳/۰۷ الی ۱۴۰۲/۰۳/۰۷ و ساعت ۱۴:۰۰  
ضمناً رعایت موارد ذیل الزامی است:

۱. برگزاری مزایده صرفاً از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت می باشد و کلیه مراحل فرآیند مزایده شامل خرید و دریافت اسناد مزایده، در صورت وجود هزینه مربوطه، پرداخت تضمین شرکت در مزایده، ودیعه، ارسال پیشنهاد قیمت و اطلاع از وضعیت برنده بودن مزایده گران محترم از این طریق امکان پذیر می باشد.
۲. کلیه اطلاعات املاک و مستغلات شامل مشخصات، شرایط و نحوه فروش در برد اعلان عمومی سامانه مزایده، قابل مشاهده، بررسی و انتخاب می باشد.
۳. علاقه مندان به شرکت در مزایده می بایست جهت ثبت نام و دریافت گواهی الکترونیکی (توکن) با شماره های ذیل تماس حاصل نمایند: مرکز پشتیبانی و راهبری سامانه: ۰۲۱-۴۱۹۳۴

اطلاعات تماس دفتر ثبت نام سایر استان ها، در سایت سامانه ([www.setadrian.ir](http://www.setadrian.ir)) بخش "ثبت نام/ پروفرال مزایده گر" موجود است. م. الف: ۱۴۹۱۵۶۷

سعید ابریشمی راد، شهردار شاهین شهر

**مناقشه عمومی یک مرحله ای**

**فراخوان عملیات اجرایی روکش آسفالت معابر سطح شهر با اولویت شمال بلوار امام خمینی (ره)**

شهرداری شاهین شهر در نظر دارد فراخوان عملیات اجرایی روکش آسفالت معابر سطح شهر با اولویت شمال بلوار امام خمینی (ره) ۲۰۰۹۴۷۳۴۰۰۰۰۹ را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید.

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

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

مواعد زمانی:

تاریخ انتشار فراخوان: ۱۴۰۲/۰۲/۱۴  
مهلت دریافت اسناد فراخوان: ۱۴۰۲/۰۲/۲۷  
مهلت ارسال پیشنهادات: ۱۴۰۲/۰۳/۰۶  
زمان بازگشایی پاکت ها: ۱۴۰۲/۰۳/۰۷  
نوع و مبلغ تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار: مبلغ ۶۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال  
اطلاعات تماس و آدرس دستگاه: شاهین شهر، میدان فاطمیه، شهرداری مرکزی - ۰۲۱۴۵۲۳۲۰۰ م. الف: ۱۴۹۱۵۶۷

سعید ابریشمی راد، شهردار شاهین شهر