

ماجرای فروش کاشی های مسجد تاریخی اصفهان

فیلمی که دست به دست می شود و کاشی های رنگارنگی را نشان می دهد که در محوطه اصلی مسجد تاریخی جامع عباسی به فروش می رسد. تصاویر و صحنه هایی که به جای خالی کاشی ها بر روی برخی از دیوارهای مسجد اشاره می کند و بلافاصله میزهایی را نشان می دهد که پر شده از کاشی هایی که به فروش گذاشته شده. فیلمی که ایهامات زیادی را ایجاد کرد و چندی پیش خشم و نگرانی دوستداران میراث فرهنگی را برانگیخت.

با انتشار این تصاویر، بلافاصله مدیر کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان اصفهان با شفاف سازی، موضوع ماجرای...

در صفحه ۶ بخوانید

حدادی فر: شناسی ما داریم که باز هم در جدول صعود کنیم



خواص شگفت انگیز چای ماسالا برای سلامتی



چای ماسالا از ارزش غذایی زیادی برخوردار است. کالری آن پایین است و در عین حال بدون شکر و چربی می تواند به کاهش وزن کمک کند. چای ماسالا از ارزش غذایی زیادی برخوردار است. کالری آن پایین است و در عین حال بدون شکر و چربی می تواند به کاهش وزن کمک کند.

۵

سقوط اصفهان داخل چاه های مجاز و غیر مجاز

حفر بی رویه چاه، خشک شدن سفره های زیرزمینی و فرو نشستن زمین

چهارباغ زیبا و لزوم زیبایی شناسی

هفدهمین جشنواره ملی شیخ بهایی از فردا آغاز می شود

قارچ جای گوشت قرمز را گرفته است

استاندار مطرح کرد؛ دعوت از رئیس جمهور ازبکستان برای سفر به اصفهان

اشتیاق کاتانائو پس از گل های سپاهان

محرومیت شهریار مغاللو خبر بدی برای کادر فنی سپاهان پیش از مصاف برابر نفت مسجد سلیمان بوده تا این حال، مهاجم برزیلی سپاهان با استفاده از این فرصت، یک بار دیگر تمام توان خود را برای سپاهان در زمین ارائه کرد...

در صفحه ۷ بخوانید

ابن بهران پیری در کمین کشور است ایران خاکستری



روزهایی برای سقوط کردن و سقوط نکردن سرنوشته تیم های قهر نشین در دست اصفهان

آگهی مزایده عمومی

بنیاد مسکن انقلاب اسلامی استان اصفهان در نظر دارد موارد زیر را از طریق مزایده عمومی با اولویت افراد بومی روستا بفروش برساند:

- دو پلاک مسکونی در اشکاوند (نوبت اول)
- دو واحد مسکونی در مجموعه مسکونی ۲۲۲ واحدی میلاد شهرک آبشار سمیرم (نوبت دوم)

متقاضیان برای کسب اطلاعات بیشتر می توانند از تاریخ سه شنبه ۱۴۰۲/۰۲/۱۹ به آدرس اینترنتی www.bonyadmaskan-isf.ir مراجعه نمایند.

اداره کل بنیاد مسکن انقلاب اسلامی استان اصفهان

مناقشه عمومی یک مرحله ای (نوبت اول) فراخوان خرید سموم مورد نیاز

شهرداری شاهین شهر در نظر دارد فراخوان خرید سموم مورد نیاز به شماره ۰۹۴۷۳۴۰۰۰۰۶/۲۰۲۰ 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 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: ۱۴۰۲/۰۲/۱۱
- مهلت دریافت اسناد فراخوان: ۱۴۰۲/۰۲/۲۰
- مهلت ارسال پیشنهادات: ۱۴۰۲/۰۲/۲۰
- زمان بازگشایی پاکت ها: ۱۴۰۲/۰۲/۲۱

نوع و مبلغ تضمین شرکت در فرایند ارجاع کار (شرکت در مناقشه):
ضمانتنامه بانکی / فیش نقدی به مبلغ ۵۶۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال

اطلاعات تماس و آدرس دستگاه:
شاهین شهر، میدان فاطمیه، شهرداری مرکزی - ۰۲۱۴۵۲۲۲۰۰

م. الف: ۱۴۸۵۸۴۷

سعید ابریشمی راد، شهردار شاهین شهر

هفدهمین جشنواره ملی فن آفرینی شیخ بهایی

17th National Sheikh Bahai Technopreneurship Festival

۲۰ و ۲۱ اردیبهشت ۱۴۰۲ / مهمانسرای عباسی

www.shtf.ir | Isfahan / 10 & 11 May 2023

- « نمایندگان محصولات فناورانه شرکت های دانش بنیان و صنایع
- « نشست تخصصی استراژی ها و چالش های رشد کسب و کارها
- « معرفی فناوری های روز صنعت
- « ارائه طرح های نهایی کاندیدان در بخش های مسابقه ای

- « رویداد تخصصی سرمایه گذاری
- « کارگاه آموزشی مهارت های ورود به بازارهای بین المللی
- « مدرس آقای فیلیپ کارازا از کشور پرتغال
- « تقدیر از برگزینان همواره با اهدای جوایز



رئیس کمیسیون حقوقی، اقتصادی و گردشگری شورای اسلامی شهر اصفهان با بیان اینکه شهروندان با پرداخت...

و آبدانی شهرها، گفته بر مقدار که مردم برای شهر هزینه کنند تا ۱۰ برابر ارزش افزوده برای آنها به دنبال دارد...



۲ دغدغه شورای ششم شهر اصفهان

مدیر گل غله و خدمات بازرگانی استان اصفهان گفت: ظرفیت کارخانه‌های گندم کشور ۲۶ میلیون تن...

گفته: طرح مسلماندهی آرد و نان را اجرا کنیم که البته باید طرح شود.



کارخانه‌های آرد و غله اصفهان با یکسوم ظرفیت فعالند

نگاه روز

چهارباغ زیبا و لزوم زیبایی شناسی

بزرگ و مرتفع است به مناسبت های مختلف در چهارباغ نصب می شود و فلما فی حین که همچنان به چشم می خورد، معرفت خاخر خاخر خود را اصفهان در جهان است.

مدریت باید چگونه باشد

این روزنامه در بخش دیگری از نوشتار خود آورده است: «روزنامه پیش از هر زمان دیگری ضرورت عدالت خواهی احساس می شود زیرا کشور برای رسیدن...

اقتصاد فرهنگ و هنر در کتابخانه مرکزی

مدیرعامل هیاتمدیره انجمن اقتصاد فرهنگ و هنر به همت سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری اصفهان برگزار می شود.

آغاز روکش آسفالت معابر شهر خوانسار

روی تاکتیک برنگه و به تمام محلات شهر خاطر نشان روکش آسفالت معابر همزمان هفته فرهنگی خوانسار خیر داد و گفته: اعتبار مورد نیاز برای اجرای آسفالت در ۱۸ محله ۱۵ میلیارد ریال برآورد شده است و در صورت...

چشمه مرغاب عسکران قطب گردشگری می شود

انجام شده است و بر اساس طرح پیشنهادی این امور اشاره به توسعه گردشگری و توجه به جذب توریست در چشمه مرغاب گفته: طرح مطالعاتی احداث مجموعه گردشگری این چشمه انجام و مراحل اجرایی آن آغاز شده است تا کمک خصوصی توسعه پیدا کند و بعنوان قطب گردشگری غرب استان اصفهان میزبان مسافران باشد.

آغاز بزرگ ترین رویداد حوزه پلاستیک استان اصفهان از امروز

پلاست همزمان با دهمین نمایشگاه رنگ، زین و پوشش های صنعتی از ۱۹ تا ۲۲ اردیبهشت در میزبان نمایشگاه تخصصی پلاست و دهمین نمایشگاه تخصصی رنگ، زین و پوشش های صنعتی می شود.



سقوط اصفهان

داخل چاه های مجاز و غیر مجاز



برخی دیگر از کارشناسان حوضه آب نیز پیش بینی کرده اند که جلوی خالی شدن سفره های زیرزمینی گرفته نشود، شهر اصفهان با ۶ هزار اثر تاریخی تا سال ۱۴۰۹ اقم می کند و این در حالی است که هر سال حدود ۳۱۱ میلیون مترمکعب آب از چاهها برداشت می شود...

النینو بارش های پاییزه اصفهان را بهبود می بخشد

خوب اسال قابل کتمان نیست و تنش آبی را کاهش داده اضافه کرد باید توجه داشت که خشکسالی هیدرولوژیک اصفهان پایان نیافته است. حاجی بابایی یکی از علل کم بارش استان و دو سه ماه اخیر، وجود جریان سرد سیاقیوس است. لایتانداست و افزود پدیده لایتانداست گستر گامانه های جوی را در استان و کشور محدود کرده بود.



خبر

نماینندگان اصفهان خودرو نپذیرفته اند

از فهرست ۲۰ نفره نمایندگان استان اصفهان چهار کلم خودروی خارج از نوبت دریافت نکرده اند. فهرست نامی نمایندگان مجلس شورای اسلامی از استان اصفهان که دریافت خودرو خارج از نوبت را تکذیب کرده اند به ترتیب ذیل است: حسین رجایی بزی (تاجان)، ابوالفضل باور (تجفاد)، امید رحمتیان بکنی بوز (اصفهان)، حسین حاجی دلگانی (شاهین شهر)، اصغر سلیمی (سپهر)، زهرائینی (اصفهان)، پروین صالحی (مبارک)، مهدی طهانی (اصفهان)، رحمت الله، فیروزی (انظر)، حسین محمد صالحی دارابی (فین)، سیمه محمودی (پهروز)، عباس مقتدایی (اصفهان)، سید ناصر موسوی لاریجانی (فالورجان)، حسین مرزانی (اصفهان)، محمدتقی نقدعلی (خمینی شهر)، الهام آراد (نائین)، سید صادق طباطبائی نژاد (رستان)، سید مسعود خامنی (خوانسار) و گلپایگان و اوربورت گلبرگان (مسیحیان ارانه جنوب) تاکنون اعلام شده است. پیش تر نماینده مردم کاشان در مجلس شورای اسلامی استفا کرده بود.

تصادف ۲۰ خودرو

رئیس پلیس راهور استان اصفهان گفت: ترمز بریدن کامیون در بزرگراه پرست اصفهان منجر به تصادف ۲۰ خودرو شد. سرنگ محضر، ضلعی محمدی اظهار داشت: خودروی یک شه ۱۷ اردیبهشت ماه در بزرگراه شهید اقبال پرست بر اثر تفریق ترافیک تصادف تصادفی منجر به وقوع پیوست و بیش از ۲۰ خودرو باهم برخورد داشتند. از افراد علت این حادثه عدم توانایی در کنترل وسیله نقلیه به علل پدیدایش نقصی حادث ات ترمز- پست ناگهانی بوده است. نبود کمربندی مناسب در محدوده مذکور باعث ورود خودروهای سنگین به بزرگراه اقبال پرست اصفهان می شود و منجر به حوادث تاوانگ شده است.

۲ فوتی در واژگونی پراید

سنگینی سازمان آتش نشانی و خدمات ایمنی شهرداری اصفهان از مرگ دو مرد در واژگونی پراید در خیابان امام خمینی (ره) اصفهان خبر داد. فرهاد کوه آهنگر اظهار کرد: این حادثه ساعت یک و ۵ دقیقه پامداد دوشنبه به مرکز فرماندهی عملیات آتش نشانی اصفهان گزارش شد. وی ادامه داد: مرد ۳۶ و ۳۷ ساله در این حادثه جان خود را دست دادند و یک نفر دیگر نیز که به شدت مصوم شده بود، جلودان آورزش شد.

پلمب یک واحد نانوايي

یک واحد نانوايي در شهرستان خمینی شهر مهر و موم شد. رئیس اداره نظارت نظارت شهرستان خمینی شهر گفت: در ادامه اجرای طرح نظارت و بازرسی از نانوايي ها یک واحد صنعتی نانوايي که اقدام به بازرش و فروش فروری کرده بود، پلمب شد.

۵۰ هزار نفر ۲۰ روز به فین رفتند

رئیس اداره میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی شهرستان کاشان از بازدید بیش از ۵۰ هزار نفر گردشگر در مجموعه جهانی باغ بین المللی طلی طی روز در نیمه اردیبهشت ماه خبر داد. محمدتالی با گفتن: ۱۴۴۴ نفر گردشگر در روز پنجشنبه ۱۴ اردیبهشت و ۳۱۱۲۳ نفر گردشگر در روز جمعه ۱۵ اردیبهشت ماه ۱۴۰۲ با باغ جهانی فین بازدید کردند.

تخصیص اعتبار برای لایروبی رودخانهها

مدیر کل مدیریت بحران استانداری اصفهان از تخصیص اعتبارات ۲۰ میلیارد تومانی جهت ساماندهی، آذارسازی و لایروبی رودخانه های خطرناک خبر داد. منصور شیشه فروش اظهار کرد: قرار است ۲۵ میلیارد تومان در رودخانه های استان لایروبی شوند و شونود آنها انجام شده است و علاوه بر این ۴۰ هزار تن تصرفات اضافی مسیر رودخانه آذارسازی خواهد شد.

گوشی

Realme ۱۱ Pro+ به زودی وارد بازار می شود



اطلاعات ارائه شده نشان می دهد که گوشی Realme 11 Pro+ به زودی در دسترس افراد سراسر جهان قرار خواهد گرفت...

گوشی Realme 11 Pro+ با ویژگی های جدیدی از جمله دوربین ۶۷ مگاپیکسل و باتری ۵۰۰۰ میلی آمپر ساعتی تأمین شود...

تعرفه تماس تصویری روی موبایل تعیین شد

کمیسون تنظیم مقررات ارتباطات، سقف تعرفه یک دقیقه تماس تصویری برای سیم کارت های دائمی و اعتباری را ۱۵۰۰ ریال (۱۵۰ تومان) تعیین و ابلاغ کرد...

سقف تعرفه یک دقیقه تماس تصویری برای سیم کارت های دائمی و اعتباری برابر (۱۵۰۰ ریال) تعیین می شود...

سقف تعرفه تماس تصویری بدون نیاز به نصب اپلیکشن روی اپراتورهای تلفن همراه اعلامی و برقرار شده است...

سقف تعرفه تماس تصویری برای سیم کارت های دائمی و اعتباری برابر (۱۵۰۰ ریال) تعیین می شود...

تکنولوژی

هشدار به اپل درباره کابل های شارژ

اتحادیه اروپا به اپل هشدار داده نمی تواند قابلیت کابل های یو اس بی سی در ایفون های آئی (سری ۱۵) را محدود کند...

اتحادیه اروپا سوال گذشته میلادی با تصویب قانونی سازندگان دستگاه های...



حالت Sleep یا Shut Down کدامیک برای لب تاپ مناسب تر است؟

همچنین در صورتی که اپلیکیشن خاصی در هنگام استارت آپ سیستم عامل اجرا شود یا تنظیمات خاصی بر روی بوت شدن ویندوز انجام شده باشند، این مدت زمان افزایش خواهد یافت...

- چگونه زمانی لب تاپ را خاموش کنیم و چه زمانی در حالت Sleep قرار بدسیم؟ اگر در طول روز به طور یوسسته مشغول کار با کامپیوتر خود هستیم...

مصرف انرژی خاموش می شوند. اکثر لب تاپ ها در صورتی که میزان شارژشان به مقاری بحرانی برسد، به طور خود کار وارد حالت اسلیپ می شوند...

وقتی لب تاپ را Shut Down می کنید چه اتفاقی می افتد؟ وقتی دستگاهتان را خاموش (Shut Down) می کنید، تمامی برنامه ها، اپلیکیشن ها و حتی سیستم عامل به طور کامل بسته شده و حافظه هم پاک می شود...



در حالت خاموش شدن، سوییچ های برق قطع می شود و هیچ کاری در حال حاضر سرویس تماس تصویری بدون نیاز به نصب اپلیکشن روی اپراتورهای تلفن همراه اعلامی و برقرار شده است...

ترفند جدید «ایلان ماسک» برای در آمدزایی توییتز

مدیر عامل توییتز ویژگی جدیدی را معرفی کرد که به ناشران رسانه امکان می دهد به جای گرفتن حق اشتراک ماهانه بر اساس هر مقاله، هزینه دریافت کنند...

مدیر عامل توییتز ویژگی جدیدی را معرفی کرد که به ناشران رسانه امکان می دهد به جای گرفتن حق اشتراک ماهانه بر اساس هر مقاله، هزینه دریافت کنند...



نوکیا ۱۰۶ به همراه نسخه جدید نوکیا ۱۰۵ و نوکیا ۱۱۰ عرضه شد

نوکیا به تازگی از گوشی ساده و در عین حال مقاوم نوکیا ۱۰۶ (۲۰۲۳) همراه با نسخه های جدید نوکیا ۱۰۵ و نوکیا ۱۱۰ رونمایی کرده است...

نوکیا ۱۰۶ دارای دوربین ۱۶ مگاپیکسل و شارژدهی بالا است...





بهترین روشی که ما را از شر کبد چرب در امان می‌دارد

بدر ششم می‌تواند منجر به التهاب شود و در طول زمان به فیروز کیدی، میسرود، بیماری کیدی مرحله نهایی با سرطان کبد تبدیل شود.
گاهی اوقات، افراد مبتلا به فیروز (یا پیشرفته‌تر NAFLD) ممکن است موارد زیر را تجربه کنند:
مدام به بدن در دناک در دست راست بالای شکم (در سمت راست پایین دنده‌ها) - حساسیتی مفرط، کاهش وزن غیرعادی توضیح و ضعف.

به گفته محققان، یک مثال از ورزش با شدت متوسط می‌تواند پیاده‌روی سریع باشد که در آن فرد شروع به عرق کردن می‌کند اما همچنان می‌تواند با یک همراه پیاده‌روی صحبت کند. مثال دیگر دوچرخه‌سواری سبک است. در مجموع، ۱۵۰ دقیقه ورزش در هفته می‌تواند موجب کاهش چربی کبد شود.
بیماری کبد چرب غیرالکلی (NAFLD) معمولاً در افرادی که دارای اضافه‌وزن یا چاقی هستند دیده می‌شود. NAFLD در مراحل اولیه معمولاً هیچ آسیبی ایجاد نمی‌کند، اما در صورت

اغلب به بیماران مبتلا به بیماری کبد چرب غیرالکلی توصیه می‌شود. خود خود را کاهش دهند، اما انجام این کار دشوار است و زمان بسیاری را می‌طلبد. این در حالی است که هنوز داروهای تأیید شده برای این بیماری معرفی نشده است.
برای این مطالعه، محققان با بررسی ۵۵۱ فرد مبتلا به کبد چرب غیرالکلی، کاهش نسبی ۳۰ درصدی چربی کبد را در ۳۹ درصد از بیماران را که به مدت ۱۵۰ دقیقه در هفته یا بیشتر ورزش می‌کردند، مشاهده کردند.



چند نشانه خطر ناک در دستگاه گوارش شما



بدر ششم می‌تواند منجر به التهاب شود و در طول زمان به فیروز کیدی، میسرود، بیماری کیدی مرحله نهایی با سرطان کبد تبدیل شود.
گاهی اوقات، افراد مبتلا به فیروز (یا پیشرفته‌تر NAFLD) ممکن است موارد زیر را تجربه کنند:
مدام به بدن در دناک در دست راست بالای شکم (در سمت راست پایین دنده‌ها) - حساسیتی مفرط، کاهش وزن غیرعادی توضیح و ضعف.

به گفته محققان، یک مثال از ورزش با شدت متوسط می‌تواند پیاده‌روی سریع باشد که در آن فرد شروع به عرق کردن می‌کند اما همچنان می‌تواند با یک همراه پیاده‌روی صحبت کند. مثال دیگر دوچرخه‌سواری سبک است. در مجموع، ۱۵۰ دقیقه ورزش در هفته می‌تواند موجب کاهش چربی کبد شود.
بیماری کبد چرب غیرالکلی (NAFLD) معمولاً در افرادی که دارای اضافه‌وزن یا چاقی هستند دیده می‌شود. NAFLD در مراحل اولیه معمولاً هیچ آسیبی ایجاد نمی‌کند، اما در صورت

اغلب به بیماران مبتلا به بیماری کبد چرب غیرالکلی توصیه می‌شود. خود خود را کاهش دهند، اما انجام این کار دشوار است و زمان بسیاری را می‌طلبد. این در حالی است که هنوز داروهای تأیید شده برای این بیماری معرفی نشده است.
برای این مطالعه، محققان با بررسی ۵۵۱ فرد مبتلا به کبد چرب غیرالکلی، کاهش نسبی ۳۰ درصدی چربی کبد را در ۳۹ درصد از بیماران را که به مدت ۱۵۰ دقیقه در هفته یا بیشتر ورزش می‌کردند، مشاهده کردند.

کدام مواد غذایی را نباید طبقه بالای فریزر گذاشت

یکی از راه‌های نگهداری از مواد غذایی مختلف در فر فری فریز کردن آن مواد است. با این روش بسیاری از خوراکی‌ها در هر زمانی در دسترس شما قرار دارد.
راه حل کلبی، نخستین یک رژیم غذایی سالم است که شما از طیف مختلفی از غذاها و خوراکی‌ها مانند میوه، سبزیجات، گوشت و مرغ و غیره استفاده کنید. اما متخصصان یک راه حل کلبی دیگر برای سلامتی دارند و آن هم نگهداری غذاهای و باید موابق باشد که بعضی از مواد غذایی در بعضی از فضاها قرار ندهید تا باعث ایجاد باکتری‌های مضر نشوند.
طبق اطلاعات سازمان کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها، اگر بعضی از غذاها در طبقه بالای فریزر قرار دهید، باعث آسیب به بدن می‌شود. همین اشتباه ساده در نگهداری از ماده غذایی باعث شدن باکتری خطرناک و ابتلا به بیماری‌های جدی می‌شود. اما به نظر شما کدام غذاست که هرگز نباید آن را در طبقه بالای فریزر نگهداری کنید؟ برای اطلاع از پاسخ ما در این بخش با هم صحبت کنید.
● جای گوشت طبقه اول فریزر نیست
هرگز گوشت فریز و گوشت مرغ و جوجه غنای دریایی خام را در طبقه و کشوی بالای فریزر قرار ندهید. گوشت خام یک از رایج‌ترین علت‌های پخش شدن باکتری است و بنابراین متخصصان پیشنهاد می‌کنند که گوشت نگهداری آنها در فریزر، به شدت مراقب باشید.
میوه و سبزیجات را دور از آنها قرار دهید و آنها را کنار سایر گوشت‌ها نگذارید زیرا آب چسبیده از گوشت



بدر ششم می‌تواند منجر به التهاب شود و در طول زمان به فیروز کیدی، میسرود، بیماری کیدی مرحله نهایی با سرطان کبد تبدیل شود.
گاهی اوقات، افراد مبتلا به فیروز (یا پیشرفته‌تر NAFLD) ممکن است موارد زیر را تجربه کنند:
مدام به بدن در دناک در دست راست بالای شکم (در سمت راست پایین دنده‌ها) - حساسیتی مفرط، کاهش وزن غیرعادی توضیح و ضعف.

به گفته محققان، یک مثال از ورزش با شدت متوسط می‌تواند پیاده‌روی سریع باشد که در آن فرد شروع به عرق کردن می‌کند اما همچنان می‌تواند با یک همراه پیاده‌روی صحبت کند. مثال دیگر دوچرخه‌سواری سبک است. در مجموع، ۱۵۰ دقیقه ورزش در هفته می‌تواند موجب کاهش چربی کبد شود.
بیماری کبد چرب غیرالکلی (NAFLD) معمولاً در افرادی که دارای اضافه‌وزن یا چاقی هستند دیده می‌شود. NAFLD در مراحل اولیه معمولاً هیچ آسیبی ایجاد نمی‌کند، اما در صورت

اغلب به بیماران مبتلا به بیماری کبد چرب غیرالکلی توصیه می‌شود. خود خود را کاهش دهند، اما انجام این کار دشوار است و زمان بسیاری را می‌طلبد. این در حالی است که هنوز داروهای تأیید شده برای این بیماری معرفی نشده است.
برای این مطالعه، محققان با بررسی ۵۵۱ فرد مبتلا به کبد چرب غیرالکلی، کاهش نسبی ۳۰ درصدی چربی کبد را در ۳۹ درصد از بیماران را که به مدت ۱۵۰ دقیقه در هفته یا بیشتر ورزش می‌کردند، مشاهده کردند.

بدر ششم می‌تواند منجر به التهاب شود و در طول زمان به فیروز کیدی، میسرود، بیماری کیدی مرحله نهایی با سرطان کبد تبدیل شود.
گاهی اوقات، افراد مبتلا به فیروز (یا پیشرفته‌تر NAFLD) ممکن است موارد زیر را تجربه کنند:
مدام به بدن در دناک در دست راست بالای شکم (در سمت راست پایین دنده‌ها) - حساسیتی مفرط، کاهش وزن غیرعادی توضیح و ضعف.

به گفته محققان، یک مثال از ورزش با شدت متوسط می‌تواند پیاده‌روی سریع باشد که در آن فرد شروع به عرق کردن می‌کند اما همچنان می‌تواند با یک همراه پیاده‌روی صحبت کند. مثال دیگر دوچرخه‌سواری سبک است. در مجموع، ۱۵۰ دقیقه ورزش در هفته می‌تواند موجب کاهش چربی کبد شود.
بیماری کبد چرب غیرالکلی (NAFLD) معمولاً در افرادی که دارای اضافه‌وزن یا چاقی هستند دیده می‌شود. NAFLD در مراحل اولیه معمولاً هیچ آسیبی ایجاد نمی‌کند، اما در صورت

اغلب به بیماران مبتلا به بیماری کبد چرب غیرالکلی توصیه می‌شود. خود خود را کاهش دهند، اما انجام این کار دشوار است و زمان بسیاری را می‌طلبد. این در حالی است که هنوز داروهای تأیید شده برای این بیماری معرفی نشده است.
برای این مطالعه، محققان با بررسی ۵۵۱ فرد مبتلا به کبد چرب غیرالکلی، کاهش نسبی ۳۰ درصدی چربی کبد را در ۳۹ درصد از بیماران را که به مدت ۱۵۰ دقیقه در هفته یا بیشتر ورزش می‌کردند، مشاهده کردند.

بدر ششم می‌تواند منجر به التهاب شود و در طول زمان به فیروز کیدی، میسرود، بیماری کیدی مرحله نهایی با سرطان کبد تبدیل شود.
گاهی اوقات، افراد مبتلا به فیروز (یا پیشرفته‌تر NAFLD) ممکن است موارد زیر را تجربه کنند:
مدام به بدن در دناک در دست راست بالای شکم (در سمت راست پایین دنده‌ها) - حساسیتی مفرط، کاهش وزن غیرعادی توضیح و ضعف.

به گفته محققان، یک مثال از ورزش با شدت متوسط می‌تواند پیاده‌روی سریع باشد که در آن فرد شروع به عرق کردن می‌کند اما همچنان می‌تواند با یک همراه پیاده‌روی صحبت کند. مثال دیگر دوچرخه‌سواری سبک است. در مجموع، ۱۵۰ دقیقه ورزش در هفته می‌تواند موجب کاهش چربی کبد شود.
بیماری کبد چرب غیرالکلی (NAFLD) معمولاً در افرادی که دارای اضافه‌وزن یا چاقی هستند دیده می‌شود. NAFLD در مراحل اولیه معمولاً هیچ آسیبی ایجاد نمی‌کند، اما در صورت

اغلب به بیماران مبتلا به بیماری کبد چرب غیرالکلی توصیه می‌شود. خود خود را کاهش دهند، اما انجام این کار دشوار است و زمان بسیاری را می‌طلبد. این در حالی است که هنوز داروهای تأیید شده برای این بیماری معرفی نشده است.
برای این مطالعه، محققان با بررسی ۵۵۱ فرد مبتلا به کبد چرب غیرالکلی، کاهش نسبی ۳۰ درصدی چربی کبد را در ۳۹ درصد از بیماران را که به مدت ۱۵۰ دقیقه در هفته یا بیشتر ورزش می‌کردند، مشاهده کردند.

خواص چای ماسالا برای سلامت

چای ماسالا از ارزش غذایی زیادی برخوردار است. کالری آن پایین است و در عین حال بدون شکر و چربی می‌تواند به کاهش وزن کمک کند.
چای ماسالا از ارزش غذایی زیادی برخوردار است. کالری آن پایین است و در عین حال بدون شکر و چربی می‌تواند به کاهش وزن کمک کند.
چای ماسالا خاصیت ضدالتهابی و ضدباکتریایی دارد. در صورتی که به سرماخوردگی مبتلا باشید، می‌تواند احتقان بینی و سرفه‌های مداوم را درمان کند.

تأثیر چای و قهوه در پیشگیری از ابتلا به اماس

چای سبک با به‌طور مشخص تر نوشیدن ۵۰ گرم یا بیشتر از آن در هر روز، احتمال بروز اماس را ۸۰ درصد کاهش داد. نوشیدن حداقل ۱۶ گرم چای سبز در روز نیز این خطر را ۷۱ درصد کاهش داد.
حتمالاً ابتلا به اماس افرادی که گفتند چیزی غیرالکلی می‌نوشند ۵۲ درصد کمتر بود، اما بیشترین اثر مشاهده شد از آن قهوه بود که این احتمال را ۹۳ درصد کاهش داد.
طبق این نتایج، احتمال ابتلا به اماس افرادی که گفتند قهوه مصرف نمی‌کنند ۱۴۵ درصد - برابر آن‌هایی بود که قهوه و همچنین چای سبز و سیاه همگی کافئین دارند که دستگاه عصبی

خواص چای ماسالا برای سلامت

چای ماسالا از ارزش غذایی زیادی برخوردار است. کالری آن پایین است و در عین حال بدون شکر و چربی می‌تواند به کاهش وزن کمک کند.
چای ماسالا از ارزش غذایی زیادی برخوردار است. کالری آن پایین است و در عین حال بدون شکر و چربی می‌تواند به کاهش وزن کمک کند.
چای ماسالا خاصیت ضدالتهابی و ضدباکتریایی دارد. در صورتی که به سرماخوردگی مبتلا باشید، می‌تواند احتقان بینی و سرفه‌های مداوم را درمان کند.

خواص چای ماسالا برای سلامت

چای ماسالا از ارزش غذایی زیادی برخوردار است. کالری آن پایین است و در عین حال بدون شکر و چربی می‌تواند به کاهش وزن کمک کند.
چای ماسالا از ارزش غذایی زیادی برخوردار است. کالری آن پایین است و در عین حال بدون شکر و چربی می‌تواند به کاهش وزن کمک کند.
چای ماسالا خاصیت ضدالتهابی و ضدباکتریایی دارد. در صورتی که به سرماخوردگی مبتلا باشید، می‌تواند احتقان بینی و سرفه‌های مداوم را درمان کند.



اشتقاق کاتاتائو پس از گل های سپاهان

محروریت شهریار مقابل خنجر بردی برای کادر فنی سپاهان پیش از مصاف برابر نفت مسجد سلیمان بود. با این حال مهاجم برزیلی سپاهان با استفاده از این فرصت، یک بار دیگر تمام توان خود را برای سپاهان در زمین ارائه کرد. ایگور کاتاتائو در بازی با نفت در زمین سپاهان، به سرعت بازی را داشت. او که روی گل اول سپاهان نزدیک ترین بازیکن به نیلسون جونیور بود، گل دوم را با ساباندن دقیق توپ برای امید نورافکن و سپس پاس این بازیکن برای فرهاد احمدزاده ساخت. تا این گل از تکرار اتفاقات بازی قبلی مقابل ملوان پیشگیری شود. کاتاتائو هم پس از گل نیلسون جونیور و هم پس از گل فرهاد احمدزاده، اولین سپاهانی است که خودش را برای برپایی جشن گل به آنها رساند.

حزبای پیشنهاد قطر را تکذیب کرد

مدافع جوان و آینده دار فولاد که چندی پیش ششماه ای مینی بر احتمال پذیرفتن نامتیب قطر توسط او شنیده می شد این شایعه را تکذیب کرد. امین حزبای با انتشار یک استوری نوشت: «هنده هیچ پیشنهادی از تیم ملی قطر یا تیم های ملی دیگر کشورهای حاشیه خلیج فارس نداشتیم. از همینجا تکذیب می کنم. حواشی اخیر را فقط پیشنهاد ما از چند دانشگاه های خارجی همانند دیگر بازیکنان تیم ملی ایران که در لیگ های خارج ایران شاغل هستند، هر زمان با صلاح دیدی کادر محترم تیم ملی فوتبال ایران به تیم ملی دعوت شوم تمام تلاشم را می کنم که بهترین عملکرد را داشته باشم و همیشه تا پای جان برای پرچم ملی کشورم ایران می جنگم.» گفتنی است حزبای اخیراً توسط هلمفونوی به تیم ملی دعوت شده است.



حدادی فر: شانس داریم که باز هم در جدول صعود کنیم

مربی تیم فوتبال ذوب آهن با اشاره به اینکه دو بازی دیگر برای این تیم باقی مانده گفت: این شانس را داریم که یک یا دو پله در جدول صعود کنیم. قاسم حدادی فر درباره پیروزی تیمش برابر فولاد خوزستان اظهار کرد: فولاد تیمی قابل احترام است و یک بازی تاکتیکی و مالکانه را در نیمه اول انجام داد، ولی ما نیمه دوم با تغییراتی که انجام دادیم به هدفمان رسیدیم و خوشبختانه برد مهمی را به دست آوردیم.



وی در ادامه خاطر نشان کرد، دو بازی دیگر برای ما باقی مانده است و تلاش می کنیم تا بیشترین امتیاز را بگیریم و این شانس را داریم که یک یا دو پله هم در جدول صعود کنیم. از طرفی باید منتظر نتایج فولاد و الومیونوم هم باشیم. مربی تیم فوتبال ذوب آهن در مورد بازی با صنعت نفت و اینکه ممکن است پیروزی آنها منجر به سقوط این تیم آبادانی شود، گفت: تیم ما در سرنوشت تیم های انتهایی جدول نقش دارد و مطمئناً با تمام توان برابر صنعت نفت قرار خواهیم گرفت و هدفی جز برد نداریم. البته آنها تیمی ریشه دار و محبوب در فوتبال ایران هستند و بخشی از زندگی مردم آبادانی محسوب می شوند. واقعاً جای تأسف دارد که تیمی مثل صنعت نفت باید در هفته های پایانی برای فرار از سقوط بجنگد.

سرنوشت تیم های قعر نشین در دست اصفهان

سزوسفیدپوشان اصفهانی این هفته باید از صنعت نفت آبادان پذیرایی کند. تیمی که با ۲۱ امتیاز در رده پانزدهم قرار دارد. اگر گاندوها موفق شوند همچنان جنوبی خود را با شکست بدرقه کنند و مس کرمان هم بندرتزلتی را دست خالی ترک کند، آن وقت در صورت پیروزی نفت MIS در مصاف با شاگردان رحمتی تعیین تیم های سقوط کننده به هفته نهایی کشیده خواهد شد.

با این تقاضا، نفت مسجد سلیمان بازم باید چشم انتظار پیروزی همشهری ذوب آهن در هفته آخر در مصاف با مس کرمان بماند. برتری سپاهان در برابر مس می تواند شاگردان اشکش را امیدوار کند که با چیره شدن بر فوهای سپیدزلی و امتیاز از دست دادن هم استیفا شان در مسابقات با تیم های برابری با صنعت نفت هم از سقوط رهایی یابند، چرا که آنها در دربی با برزیلی های آبادان با یک برد و تساوی دست پرتر را دارند. این در حالی است که شاگردان عبدا... و سوسی چهار هفته متوالی است تن به شکست ندهاده اند و می دانند ادامه همین روند در مصاف با ذوب آهن و گل بپر نه تنها شانس آنها را برای بقا در لیگ افزایش خواهد داد بلکه این تیم جنوبی در صورت شکست ۲ تیم ششمالی این رقابت ها می تواند حتی به رتبه دوازدهم هم صعود کند. نساجی مارنراندن و ملوان بندرتزلتی با ۲۶ امتیاز در رده های دوازدهم و سیزدهم قرار گرفته اند و اگرچه نسبت به سه تیم انتهایی جدول از حاشیه امن تری برخوردارند اما خطر سقوط همچنان این تیم هسا را نیز تهدید می کند.



باقی ماندن در بالاترین سطح و رقابت های فوتبالی کشورمان دارد. کسب ۶ امتیاز باقیمانده و ثبت ۲ شکست دیگر در کارنامه صنعت نفت آبادان و مس کرمان تنها راهی است که برای شاگردان ابراهیم اشکش به بقا در لیگ ختم خواهد شد. این در حالی است که از تأثیر ۲ نماینده اصفهان در لیگ برتر در سرنوشت نفت مسجد سلیمان برای فصل آینده هم نمی توان گذشت.

هر چند ذوب آهن با باخت به نفت مسجد سلیمان در هفته بیست و ششم موجب شد این تیم در فاصله پنج هفته مانده به لیگ یک به ادامه راه امیدوارتر شود اما سپاهان با داشت شش ساعت ۳ امتیازی از مسجد سلیمان تمام رشته های میزبان خوزستانی خود را پینه کر کرد. حالا چشم سربازان اشکش بازم به شاگردان مهدی تارناز است.

مربی غفاریان هفته مانده به پایان لیگ برتر، آنتفشان این مسابقات به نقطه جوش رسیده و در استانه فوران است. رقابت ها بین تیم های انتهایی جدول برای فرار از ذوب شدن همچنان کورس مدعیان برای به دست آوردن جام، داغ است. فاصله ۵ امتیازی تیم های دوازدهم تا پانزدهم و تیم های چهاردهم تا شانزدهم باعث شده ۵ تیم هم، شانس بقا در لیگ را داشته باشند و هم جزو گزینه های سقوط باشند.

نفت مسجد سلیمان که با ۱۶ امتیاز در قعر جا خوش کرده است موفقیت تیم تاک تری نسبت به سایر رقبای قعرنشینش دارد. این تیم جنوبی حتی اگر در دو هفته باقیمانده موفق به عبور از سد الومیونوم و ملوان شود باز هم شانس کم رنگی برای

کاهش صادرات فرش

www.nesfejan.net

آمار صادرات فرش دستباف در سال ۱۴۰۱، حاکی از کاهش ۱۴ درصدی ارزش دلاری فرش نسبت به سال ۱۴۰۰ است.

۴۱ درصد

۷۴ درصد

کشور خریدار فرش ایرانی در سال ۱۴۰۱

- استرالیا
- آفریقای جنوبی
- افغانستان
- آلمان
- امارات متحده عربی
- پاکستان
- ترکمنستان
- ژاپن
- عراق
- قزاقستان

در سال ۱۴۰۱ بیش از ۱۲ میلیون ۹۷۲ هزار تن انواع فرش، کپوش، کتیم، جاجیم، کجه و غیره به ارزشی بالغ بر ۷۸ میلیون و ۱۱۰ هزار دلار معادل بیش از ۲۲۱۴ میلیارد تومان صادر شده که از نظر وزن و ریالی به ترتیب با افزایش ۱۳ درصدی مواجه شده. اما در ارزی آن حدود ۱۴ درصد نسبت به سال ۱۴۰۰ کاهش داشته است.

۱۲ میلیون و ۹۷۲ هزار تن

صادرات فرش دستباف در سال ۱۳۹۷: دو میلیارد دلار

صادرات فرش دستباف در سال ۱۳۹۷: ۲۴۰ میلیون دلار

صادرات فرش دستباف در سال ۱۳۹۸: ۷۰ میلیون دلار

کامیابی نوراللهی در امارات

شباب الاهلی در فاصله یک هفته مانده تا پایان لیگ امارات قهرمانی این مسابقات را به دست آورد. در هفته بیست و سوم، شباب الاهلی در حضور نوراللهی بن یاس ۲ بر یک شکست داد و توجه به شرایط مناسب بازی روگردنست به العین و الوجده که ۳ امتیاز با این تیم فاصله دارند. قهرمانی اش مسجل شد. قاضی هم عضوی از این تیم محسوب می شود که فعلاً به طور قرضی در استقلال حضور دارد و به این ترتیب او هم به طور غیرحضور قهرمانی این لیگ را به دست آورده است.

نورقدگی آلمیادز نتایج یاران احسان

آک آتن از بهر ماندنی از احسان حاجصفی و میلاد محمدی در ترکیب خود در استانه قهرمانی در دو جام فوتبال یونان قرار دارد. ماتئاس آلمیاد، سرمربی زردپوشان پایتخت یونان در باره علاقه اش به تمدید قرارداد با فیثالیست جام مغفی یونان مطرح کرد. آلمیاد که عملکردش با آک در این فصل از رقابت ها فراتر از انتظارات بوده، در مورد پیش بینی اولیه اش از این دستاورد ها گفت: «اگر وقتی تازه آمده بودم به من می گفتند که در این مدت آک به مرحله نهایی سوپر لیگ می رود برای قهرمانی می جنگد. قرارداد ۱۰۰ ساله امضا می کردم»

اتفاق عجیب درباره ریگی

مسعود ریگی پس از پشت سر گذاشتن محرومیت در مصاف با مس رفسنجان، دیگر در ترکیب اصلی سپاهان قرار نگرفت، آن هم در حالی که تا پیش از مصاف برابر شاگردان ریگی، مسعود ریگی یکی از بازیکنان کلیدی سپاهان به شمار می رفت. پس از محرومیتی که این بازیکن مقابل مس پشت سر گذاشت، در دیدار برابر ملوان در ترکیب قرار نگرفت. ریگی در مصاف برابر نفت مسجد سلیمان هم در ترکیب اصلی سپاهان دیده نشد. دو هفته دیگر از لیگ برتر باقی مانده و باید دید شرایط بازی این هافبک بی حاشیه چطور پیش خواهد رفت.

