

## سرنوشت پر ابهام یاسین

دیوان عدالت اداری شکایت از رقم حداقل دستمزد کارگران را رد کرد و با پای راری دست کارگران ریخت. دولت اسماعیل دستمزد کارگران را فقط ۲۷ درصد افزایش داد آن هم در شرایطی که نرخ تورم بالاتر از ۴۰ درصد گزارش می شود.

این مسئله باعث شد، کارگران با وجود تورم بالا و کاهش روزافزون قدرت خرید به دیوان عدالت اداری شکایت ببرند، اما شکایت آنها از مصوبه شورای عالی کار درباره نرخ حداقل دستمزد که در هیئت تخصصی دیوان عدالت اداری مورد بررسی قرار گرفت رد شده است.

رد شکایت کارگران از رقم دستمزد اسماعیل در شرایطی اتفاق افتاد که اتاق بازرگانی ایران هم که به نوعی نماینده کارفرمایان است...



### زردآلو، قاتل انواع بیماری هاست

یکی از مهم ترین مواردی که باید در یک رژیم غذایی متعادل به آن توجه شود این است که تا می توان از مواد غذایی داری ارزش غذایی بالا ولی کم کالری استفاده کرد. به همین دلیل زردآلو یکی از بهترین میان وعده های غذایی محسوب می شود. زردآلو بسیار مغذی است ...

# بامداد و شامگاه خونین در یک آزادراه

سپاهان سامان فلاح را می خواهد اما...  
 شنیده می شود مدافع جوان ملی پوش فوتبال ایران در انتظار پیشنهادی از سوی پرسپولیس برای فصل آینده است. با وجود اینکه سپاهان به شدت دنبال به خدمت گرفتن کاپیتان ...  
 در صفحه ۷ بخوانید

### دست داشتن واسطه ها در گرانی میوه!

### مراقب باشید! زامبی ها در راهند

## گردهمایی ۱۰۰ شرکت قطعه ساز خودرو

در قالب برگزاری نمایشگاه از امروز در اصفهان صورت می گیرد

# ۹۰ درصد تجهیزات هلدینگ پتروپالایش اصفهان تولید داخل است

## مدیرعامل هلدینگ پتروپالایش:

شرکت های زیر مجموعه هلدینگ پتروپالایش را از طریق ساخت در داخل تأمین کنیم.

این موضوع را افتخار بزرگی برای کشور توصیف کرد و اضافه کرد: این دستاوردها پس از انقلاب اسلامی حاصل شده است در حالی که قبل از انقلاب، حتی پنج تا هم از خارج وارد می کردند و تمام برنامه ریزی هایی که در مجموعه صنایع مادر و بزرگ بود، تماماً از سوی آمریکایی ها و انگلیسی ها بود و اکنون به این افتخار می کنیم که حتی یک نفر از خارج کشور در صنایع ما حضور ندارد.

مدیرعامل هلدینگ پتروپالایش اصفهان با بیان اینکه ما از ظرفیت شرکت های دانش بنیان در ساخت تجهیزات استفاده می کنیم، تصریح کرد: در حالی که عمدهای همچون کشتورمان درباره آزادی ما به راه انداخته اند، ما شرکتی با هزار میلیارد تومان سود عاید این شرکت خواهد کرد. قدری همچنین با تأکید بر مدیریت موفق بانوان داریم که نخستین شرکت نفتی ایرانی است که در زمینه تولید شوندها فعالیت خواهد کرد و در حال ساخت است و اولین پروژه ایرانی است که یکساله راه اندازی خواهد شد.

مدیرعامل هلدینگ پتروپالایش اصفهان با اشاره به ایجاد شرکت های دیگر در زیرمجموعه این هلدینگ اظهار کرد: با ایجاد واحدهای جدید، گوگرد که در عصری مزاحم است تا سال ۱۴۰۵ در ۱۲ میلیون پیکو متر تبدیل می کنیم که سالانه پنج هزار میلیارد تومان سود عاید این شرکت خواهد کرد. قدری همچنین با تأکید بر اینکه همه کانتالیست های مورد استفاده در پالایشگاه اصفهان، تولید داخل است، گفت: این مواد توسط هشت شرکت به طور تخصصی تولید می شود.

مدیرعامل هلدینگ پتروپالایش اصفهان با اشاره به جذب حدود یک هزار نیروی انسانی بومی در پالایشگاه اصفهان در سال گذشته تصریح کرد: ۶۵۰ نفر از این نیروها از نخبگان هستند.

مدیرعامل هلدینگ پتروپالایش اصفهان افزود: این روند ادامه خواهد داشت و مبنای کار ما جوان سازی و حرکت به سمت توسعه پایدار است. نیروهای انتخاب می کنیم که ذات پرشگویی و کشتگری داشته باشند.

وی ادامه داد: ما در صد پروژه چنین مدیرانی هستیم و در سال ۱۴۰۵، با تفکر استراتژیک می خواهیم ۲۰۰ مدیر نخبه پرورش دهیم و سال ۱۴۰۵ نیز به رتبه پنج بلوغ سازمانی و استفاده از دانش بنیان بر برسیم.

وی به برنامه های این شرکت در زمینه حمل و نقل و نوآوری و اشاره کرد و گفت: تا سال ۱۴۰۵ صاحب کشتی خواهیم شد و در حال ایجاد ۵۰ کیلومتر راه آهن از محل پالایشگاه به سمت «ژورتون» (در شرق اصفهان) هستیم که امید است تا سال آینده این خط آهن راه اندازی شود.

قدری در باره برنامه ریزی برای ایجاد نیروگاه خورشیدی خاطرنشان کرد: تا سال آینده، یک نیروگاه خورشیدی با تولید یک هزار مگاوات برقی خواهیم داشت که تا پایان سال آینده ۲۰۰ مگاوات آن قابل بهره برداری خواهد بود.

مدیرعامل هلدینگ پتروپالایش اصفهان ایجاد مخازن راهبردی آب های آتش نشانی را از دیگر اقدام های این شرکت دانست و افزود: یکی دیگر از طرح های مهم این شرکت مدیریت آب است و تا نیمه نخست سال آینده ۷۵ درصد از مصرف آب پالایشگاه اصفهان کاهش می یابد.

قدری با اشاره به پروژه کلان انتقال آب از دریای عمان توضیح داد: در این پروژه، پالایشگاه فولاد، ذوب آهن، شهرداری و اتاق بازرگانی اصفهان سهم دارند که سهم وجود ندارد، اظهار کرد: برنامه ریزی کرده ایم که ۹۵ درصد از تجهیزات مورد نیاز





ارس آلوده به رادیواکتیو نیست

بر اساس اعلام مرکز نظام ایمنی هسته‌ای کشور، آخرین بررسی‌ها مبنی بر آلودگی رودخانه ارس به صورت مستمر رادیواکتیو تصریح کرد...

جهان نما



چرا آمار تصادف‌های جاده‌ای بالاست؟

روز دوشنبه می‌توانی حامل دانش آموزی که عازم مسافت‌های قرآنی می‌شوی در محور «پایتاب به دهنده» استان کهگیلویه تصادف کرد...



در ماجرای خودروهای اسقاطی اشاره و تأکید می‌کند حمل و سالیان اخیر معایب خودروهای داخلی را کوهی اسقاطی از یکسو و ممنوعیت واردات خودرو از سوی دیگر متوجه...

خبرخوان

واسطه گران و کره بین ایران و کره

کمیسیون امنیت ملی مجلس گفت: عمان برای رفع اختلافات بین کره جنوبی و ایران اعلام آمادگی کرده است...

کشف بسته انفجاری

سیاه استان البرز از کشف یک بسته انفجاری در هشتگرد کرج خبر داد این بسته انفجاری در یک مرکز آموزشی در مجاورت پست فشار قوی برق و ایستگاه تغذیه فشار کار قرار داد کشف شد...

«ترامپ» تکذیب کرد

رئیس‌جمهور پیشین آمریکا در گفتگویی خصوصی می‌شده که او بر خلاف شواهد موجود در یک فایل صوتی منتشر شده...

تعارف نادریم

فرمانده فرابرجا با تأکید بر اینکه در برقراری امنیت با کسی شوخی نداریم گفت: وقتی یک نفر به خود جرأت می‌دهد از روی مأمور امنیت عبور کند...

چرا در هتل؟

رئیس سازمان اطلاعات در خرمشهر آمده بود که اخیراً سفارت عربستان در یکی از هتل‌های مدرن و مجلل شمال تهران شروع به کار کرده است...

استیضاح وزیر کشور

رئیس سازمان استیضاح وزیر کشور با بیان اینکه ۲۰۰ امضا تکلیف نمایندگان کرد و کوشش به بحث‌ها مملو می‌سازد وزیر کشور متنی بر عدم همراهی مقامات سیاسی و بخشداران را...

حداقل دستمزدها در جازده!



مریم محسنی

دیوان عدالت اداری شکایات از رقم حداقل دستمزد کارگران را رد کرد و آب باکی را روی دستمزد کارگران ریخت...

مراقب باشید! زامبی‌ها در راهند

آنطور که مقام قلم‌دبیر کل ستاد مبارزه با مواد مخدر بیان کرده تاکنون ۱۱۷۷ ماده روان‌گردان کشف شده است...

تصویب مزد توسط گروه کارگری امضا نشد. در همان زمان اگر ما به این مسئله در رسانه‌ها کمتر پرداختیم...

این روزهای «همشهری»

همیشه در بیان بیان اینکه در حال حاضر خبری علیه طرز نادانگی ما در رسانه‌ها منتشر شده...

تفکیک حساب‌های بانکی

به اینکه عدای از فعالان اقتصادی با حساب‌های شخصی خود کار تجاری انجام می‌دهند که این کار به نوعی فرار از مالیات تلقی می‌شود...

شغل زوری از منور

مدیرعامل سابق کارخانه پگاه کرمان که با مرکز کارشناسی حسابداری استخدام شده و دوران خدمت خود در آنجا گفگه‌های گوناگونی و مدیریتی طی کرده است...

مست مرگ

مشاهدات میدانی از بازار غیر رسمی و اقتصاد زیرزمینی مشروبات الکلی در ایران نشان می‌دهد دسترسی به این اقلام...

نواگان هوایی

معاون استاندار پرواز سازمان هواپیمایی سایبان اینکه تجربه نداشتن پروازگاه هوایی در کشور ما متوسطاً ۲۷ سال است...



ماریاتی که آنها مصرف می‌کنند از نوشیدنی‌های الکلی است که غالباً در مصرف آن نیز زاید دوری می‌شود که باعث مسومیت‌های الکلی نیز می‌شود...

رکبه ۴۶ ایران

در گردشگری سلامت

سرپرست مرکز نظارت و اعتباربخشی امور درمان وزارت بهداشت با اشاره به اینکه در رده‌بندی جهانی رتبه گردشگری سلامت ایران ۴۶ است...

همشهری آنلاین

شهر تهران اعلام کرد ما روزنامه «همشهری» را در شرایطی به تحویل گرفتیم؛ چرا که بدهی‌های کلان داشت و مدیران اسبق با این بدهی‌ها که دوره رسانه‌های کاذبی تمام شده توجهی به مسائل «همشهری» نمی‌کردند...

تفکیک حساب‌های بانکی

به اینکه عدای از فعالان اقتصادی با حساب‌های شخصی خود کار تجاری انجام می‌دهند که این کار به نوعی فرار از مالیات تلقی می‌شود...

شغل زوری از منور

مدیرعامل سابق کارخانه پگاه کرمان که با مرکز کارشناسی حسابداری استخدام شده و دوران خدمت خود در آنجا گفگه‌های گوناگونی و مدیریتی طی کرده است...

مست مرگ

مشاهدات میدانی از بازار غیر رسمی و اقتصاد زیرزمینی مشروبات الکلی در ایران نشان می‌دهد دسترسی به این اقلام...

نواگان هوایی

معاون استاندار پرواز سازمان هواپیمایی سایبان اینکه تجربه نداشتن پروازگاه هوایی در کشور ما متوسطاً ۲۷ سال است...







### مشخصات نمایشگر پیکسل ۸ و ۸ پرو گوگل فاش شد

در حالی که هنوز چند ماه تا معرفی سری پیکسل ۸ گوگل باقی مانده، مشخصات نمایشگر مدل های مختلف آن فاش شده است. این سری از نمایشگرها دارای پنل های OLED با نرخ تازه سازی ۱۲۰ هرتز و روشنایی ۲۰۰۰ نیت هستند. همچنین این سری از نمایشگرها دارای پنل های OLED با نرخ تازه سازی ۱۲۰ هرتز و روشنایی ۲۰۰۰ نیت هستند. همچنین این سری از نمایشگرها دارای پنل های OLED با نرخ تازه سازی ۱۲۰ هرتز و روشنایی ۲۰۰۰ نیت هستند.



### برند ا به طور رسمی از نام پردازنده های اینتل حذف شد

اینتل پیش از آنکه نسل بعدی پردازنده های خود را عرضه کند تغییراتی در برند نام گذاری محصولات ایجاد کرد. طبق شایعات قبلی که اکنون به واقعیت تبدیل شده است، اینتل به طور رسمی از نام پردازنده های خود مانند Core i۷ و Core i۵ و حذف کرد. این شرکت قصد دارد ترانه های بعدی خود را با نام های Intel Core Ultra و Intel Core عرضه کند.

طبق گفته های کارشناس برندهای این شرکت که با ورج، در نام گذاری های قبلی نام اینتل در حالت فراموشی قرار داشت، از طرفی عرضه پردازنده های جدید با نام Meteor Lake فرصت مناسبی برای این تغییر ایجاد کرد. کریستوفر هیرش، از اینتل در این مورد می گوید زمانی که نحوه فروش خنجرانگان، خرده فروشان، سازندگان و دیگر افراد نگاه کردیم متوجه شدیم برای ما برندن این پردازنده ها تنها از حرف و عدد استفاده می شود.

طبق تحقیقات اینتل برند Core باعث ایجاد ارتباط با اینتل شد و نه حرف و عدد. طبق گفته هیرش می گوید این نام گذاری باعث شده بود بسیاری از افراد از نام پردازنده های Core i۷ و Core i۵ مربوط به اینتل بی اطلاع باشند.

هیرش توضیحات بیشتری در مورد تغییرات ایجاد شده در بخش نام گذاری و نامها به این اشاره کرده است که سری Ultra دارای برخی ویژگی ها مانند بزرگتر، و جودگر آرتیک بکارچه و با قابلیت هوش مصنوعی بهره برده و می تواند عملکرد بهتری را ارائه کند که تاکنون در هیچ کدام از مدل های این شرکت ارائه نشده بود.

خرید یک لب تاب با توجه به محصولات متنوعی که توسط برندهای مختلف به بازار عرضه شده اند، فرآیندی هیجان انگیز است. همین تنوع در انتخاب ها می تواند تصمیم گیری را برای برخی کاربران دشوار کند؛ به طوری که بسیاری اوقات یک انتخاب اشتباه در انتخاب می تواند منجر به خرید محصولی شود که پاسخگوی نیازهای فرد نبوده یا قابلیت هایی بیش از حد اضافی دارد. به همین جهت شناسایی دقیق کاربری و نیاز از یک لب تاب پیش از خرید آن ضروری است.

عدم توجه به اندازه دستگاہ انداز یک لب تاب بسته به نیاز شما اهمیت بسیاری زیادی دارد و خرید یک محصول بیش از حد کوچک یا بزرگ می تواند مشکلات فراوانی برای تان ایجاد کند. اگر قصد دارید لب تاب تان را در همه جا در کیف خود حمل کنید، طبیعتاً محصولات کوچک برای شما مناسبتر خواهند بود. با این وجود اگر قصد دارید لب تاب تان را بیشتر روی میز مطالعه خود گذاشته و آن را زیاد جابجا نکنید، توصیه ما به شما یک لب تاب با اندازه بزرگتر است.

عدم توجه به پورت ها پورت های یک لب تاب علاوه بر قابلیت های ارتباطی آن برای وصل شدن به اکسسوری های نامیوس، پریتر و... هستند. به همین جهت همیشه در حین خرید یک لب تاب باید به تعداد پورت ها و محل جای گیری آن ها توجه کنید. نخستین پورت ثابت، پورت های اترنت، درگاه شارژ دستگاه است. آیا لب تاب مورد نظر شما از طریق USB-C شارژ می شود یا باید با استفاده از درگاه کارت حافظه پشتیبانی می کند یا باید کارت خوان را به صورت جداگانه خریداری کنید؟ آیا تعداد پورت های یواس ای این محصول برای نیازهایتان کافی است؟ آیا یک هدفون و میکروفون در این دستگاه تهیه شده است؟ علاوه بر این، آیا محصول مدنظر تان برای اتصال به یک نمایشگر خارجی از طریق HDMI استفاده می کند یا DisplayPort؟ زبان طراحی لب تاب ها در چند سال اخیر تغییرات گسترده ای کرده و تعداد پورت ها در این محصولات به تدریج کاهش یافته است. بنابراین نمی توانید انتظار داشته باشید تمامی لب تاب های جدید از همه پورت های ضروری و مورد نیاز تان برخوردار باشند.

بی توجهی به کیفیت صدا و تصویر از آن جا که در تمام مدت کار کردن با لب تاب خود در حال نگاه کردن به صفحه نمایش آن هستید، در اختیار داشتن یک صفحه نمایش با کیفیت می تواند اهمیت فراوانی برای محصول شما داشته باشد.

تصویر تبلیغاتی سری گلکسی تب S۹ سامسونگ منتشر شد سری گلکسی تب S۹ سامسونگ قرار است طرف عامه آینده معرفی شود و خلاص تصویر تبلیغاتی آن منتشر شده است. این سری شامل سه مدل گلکسی تب S۹، تب S۹ پلاس و تب S۹ اولترا خواهد بود. تصویر تبلیغاتی سری گلکسی تب S۹ در کنار قلم S-Pen نشان می دهد که سامسونگ کماکان به بهبود عملکرد قلم استایلووس خود در تبلت های پرچمدانش ادامه خواهد داد. سری گلکسی تب S۹ اولترا با TDRا در یک طرفه که در این موضوع نشان می دهد تاریخ معرفی آن را نزدیک است. (طرفی دو تبلت گلکسی تب S۹ پلاس و گلکسی تب S۹ اولترا قبلا در وبسایت TUV Rheinland ظاهر شدند.) همچنین لیست تجهیزات آن ها شامل می شود که این دستگاهها مجهز به تراشه قدرتمند اسپرادرگون ۸ نسل ۲ خواهند بود و عملکرد بهتری نسبت به مدل های قبلی خود خواهند داشت. این تبلت ها از نظر طراحی با سری گلکسی تب S۹ اولترا (استاندارد IP۲۷) از لحاظ به قدری که سری گلکسی تب S۹ اولترا برای محافظت در برابر نفوذ آب پشتیبانی خواهد کرد و به همین خاطر دوام و پایداری بیشتری در شرایط محیطی مختلف خواهد داشت.

### بررسی هندزفری ضدآب و مناسب ورزشکاران

برای آن نمی بینید و آید و با خیال راحت می توانید به استفاده از آن ادامه دهید. کیفیت صدا در کل قابل قبول است و بیس سنگین و قدرتمندی را ارائه می دهد. تکنیک صدای بلنسه خیلی خوب نیست و در این محدوده قیمتی می توانید هدفون هایی با کیفیت صدای بهتر پیدا کنید. اما در کل با توجه به بیس قدرتمندی این هدفون دارد، برای سبک های پاپ و هیپ هاپ مناسب است. تاخیر صدا کمی بالا است و برای گیمینگ چندان مناسب نیست اما برای فیلم دیدن یا مشکلاتی روبرو نمی شود.

کیفیت میکروفون برای مکالمه کارآمد را ارائه داد و است و در مورد عدم پرتی در بیس باید بگوییم که هر بار شارژ می تواند حدود ۸ ساعت از آن استفاده کنید. در کل اگر در این محدوده قیمتی دنبال یک هدفون مناسب برای ورزش کردن هستید که به خوبی در گوش قرار بگیرد، کیفیت صدای خوبی داشته باشد و بتواند در برابر نفوذ آب هم مقاومت کند، هندزفری بلوتوثی انکر LifeA۸ می تواند توجه شما را جلب کند. اما اگر دنبال هدفون برای استفاده روزمره هستید که در همین محدوده قیمتی می توانید سراغ گلکسی بانز ۲ بروید که هم کیفیت صدای بهتری دارد و در ضمن از قابلیت ضدآب هم پشتیبانی می کند.

هندزفری بلوتوثی انکر LifeA۸ بدون شک مناسب تمام کاربران نیست اما در این میان از ویژگی های خاص و مفیدی بهره می برد که همین ویژگی ها می تواند مورد توجه بیشتری از کاربران قرار بگیرد. در مورد کیفیت ساخت و طراحی باید بگوییم که کیس این هدفون جنس خوبی دارد ولی کمی نازکتر از حد انتظار است و در بدنه کیس در حالت بسته چندان محکم نیست، در بدنه کیس پورت USB-C تعبیه شده و در ضمن باید به پشتیبانی از شارژ بی سیم هم اشاره کنیم.

این هدفون بدون سیم است و به لطف قرار گیری چند Earring و Earplug در جیب، به راحتی می توانید یکی از آن ها را انتخاب کنید تا هدفون به طور محکم متاسفانه هندزفری بلوتوثی انکر LifeA۸ پنل لمسی در عوض برای این کار از دکمه های فیزیکی استفاده می کند. این دکمه ها هم چندان نرم نیستند و بنابراین زمانی که در گوش قرار دارند، باید با نیروی نسبتاً زیادی این دکمه ها را فشار دهید. اگر از این هندزفری برای باران استفاده کنید، مشکلی

## ۶ اشتباه که هنگام خرید لب تاب نباید مرتکب شوید



هیچ نقد و بررسی به آن اشاره نمی شود را پیدا کنید! بی توجهی به اندازه باتری اگر قصد دارید از لب تاب خود در سفر استفاده کنید یا به هر دلیل دیگری در محل کار خود به پریز برق دسترسی ندارید، ظرفیت و شارژدهی باتری برای تان اهمیت فراوانی پیدا می کند. برای آگاهی از قابلیت های باتری می توانید میزان شارژدهی اعلام شده توسط کمپانی سازنده لب تاب را با عمر واقعی آن مقایسه کرده و بسته به نیاز خود محصول مورد نظر تان را انتخاب کنید. البته همیشه باید دقت کنید که میزان شارژدهی اعلام شده برای یک لب تاب، در واقعیت ممکن است با شارژدهی واقعی دستگاه تفاوت داشته باشد. بنابراین در هر شرایطی نقد و بررسی های انجام شده در خصوص یک لب تاب و عمر باتری را مطالعه فرمایید.

داشته باشد و تاثیر بسزایی در تجربه کاربری تان بگذارد. به همین جهت برای انتخاب یک انداز، نوع پائل نرخ نوسازی، دقت رنگ، پردازشگر گرافیکی و دیگر موارد در انتخاب صفحه نمایش اهمیت فراوانی می یابند. علاوه بر این، اگر قصد دارید لب تاب با لب تاب جدید تان فیلم و سریال تماشا کرده یا آهنگ گوش دهید، توصیه می کنیم به بخش صدای دستگاه هم توجه ویژه ای داشته باشید؛ چرا که هر چقدر هم که کیفیت تصویر بالا، صدای ضعیف به تجربه تماشای ویدیو یا فیلم آسیب وارد خواهد کرد. در کنار تمامی این موارد به محل قرار گرفتن اسپیکر در لب تاب هم دقت کنید؛ چرا که اگر لب تاب ها در محل مناسبی قرار نداشته باشند، ممکن است صدای بخش شده فاقد بلندی و کیفیت مناسب باشد و در نتیجه آن، ناچار به خرید اسپیکرهای خارجی شوید.

تست کردن لب تاب پیش از خرید با وجود این که بررسی مشخصات فنی یک لب تاب، روشنامه های خرید و وبسایت های نقد و بررسی، همگی مواردی ایده آل برای شناخت یک لب تاب مناسب به شمار می روند اما خرید لب تاب بدون تست کردن آن، اشتباهی بزرگ است. بنابراین پیش از این که لب تاب را خریداری کرده و در خانه ببرد، حتماً آن را تست کنید تا برخی سوالاتی که در

### قابلیت جدید واتساپ برای اتصال کاربران به هدست های VR

واتساپ به تازگی نسخه ای جدید خود را با شماره ۲.۲۳.۱۲۶ را در فروشگاه گوگل پلی برای کاربران اندروید منتشر کرده است و ویژگی جدیدی را که به زودی به صورت رسمی در دسترس خواهد بود، در این نسخه معرفی شده است. این توسعه هیجان انگیز نشان می دهد که واتساپ به زودی گزینه اتصال حساب های موجود با هدست واقعیت مجازی (VR) Meta را ارائه خواهد کرد و کاربران بسیاری از آن بهره مند خواهند شد. به گزارش سرویس اخبار فناوری تکناو به نقل از WABetaInfo، واتساپ در حال کار بر روی یک ویژگی جدید است که به کاربران اجازه می دهد حساب های فملی واتساپ خود را به دستگاه های VR Meta Quest متصل کنند. Meta قبلا با نام فیس بوک شناخته میشد و اخیراً هدست VR Meta Quest را معرفی کرده است که در مقایسه با رقبا، امکان مشاهده تصاویر بسیار خوبی داشت. تعداد زیادی از کاربران هدست VR برای دسترسی به واتساپ در دستگاه های خود درخواست داده بودند، اما متا تاکنون این ویژگی را در اختیار آنها قرار نداده بود. در این حال، به نظر می رسد که این شرکت در نهایت به این تقاضا پاسخ داده و قابلیت عملکرد واتساپ را در هدست های VR فراهم آورده است.

### قابلیت استفاده همزمان از ۲ اکانت در واتساپ

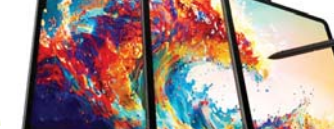
با افزودن شدن قابلیت استفاده همزمان از دو اکانت واتساپ در یک دستگاه دیگر نیاز نیست برای انجام این کار، دو پنجره WhatsApp را به طور همزمان کنار هم باز کنید. بسیاری از گوشی های اندرویدی امروزه قابلیت پیغام رسانی همزمان با یک اکانت اجرائی همزمان دو نسخه مختلف واتساپ را در یک دستگاه ارائه می دهند تا بتوان از این طریق با دو دلیل آن است که این دسته اپلیکیشن ها امکان استفاده از دو اکانت در یک دستگاه را به کاربر نمی دهند. واتساپ به عنوان یکی از بزرگترین پیام رسان های جهان، از جمله این اپلیکیشن ها بود.

با این وجود به نظر می رسد این رونق دو به تمام است و توسعه دهندگان این اپلیکیشن در متا در حال کار بر روی افزودن این قابلیت به WhatsApp هستند. وبسایت WABetaInfo به تازگی گزارش داده که در جدیدترین نسخه پیام رسان WhatsApp امکان استفاده همزمان از دو اکانت به نرم افزار اضافه شده است. این اتفاق که در نسخه پیام ۲.۲۳.۱۲۶ این پیام رسان صورت شده است، حاکی از آن است که بزودی کاربران نسخه اصلی WhatsApp قادر به استفاده از آن خواهند بود. در تصویر زیر می توانید جزئیات بیشتری از نحوه انتخاب کاربر در نسخه بتا را مشاهده نمایید: در حال حاضر اصلا مشخص نیست که این قابلیت چگونه کار خواهد کرد و آیا چیزی فراتر از تعویض اکانت در نرم افزار ارائه خواهد داد یا خیر. بنابراین باید منتظر خبررسانی رسمی متا در خصوص این اپلیکیشن ماند.



### تصویر تبلیغاتی سری گلکسی تب S۹ سامسونگ منتشر شد

سری گلکسی تب S۹ سامسونگ قرار است طرف عامه آینده معرفی شود و خلاص تصویر تبلیغاتی آن منتشر شده است. این سری شامل سه مدل گلکسی تب S۹، تب S۹ پلاس و تب S۹ اولترا خواهد بود. تصویر تبلیغاتی سری گلکسی تب S۹ در کنار قلم S-Pen نشان می دهد که سامسونگ کماکان به بهبود عملکرد قلم استایلووس خود در تبلت های پرچمدانش ادامه خواهد داد. سری گلکسی تب S۹ اولترا با TDRا در یک طرفه که در این موضوع نشان می دهد تاریخ معرفی آن را نزدیک است. (طرفی دو تبلت گلکسی تب S۹ پلاس و گلکسی تب S۹ اولترا قبلا در وبسایت TUV Rheinland ظاهر شدند.) همچنین لیست تجهیزات آن ها شامل می شود که این دستگاهها مجهز به تراشه قدرتمند اسپرادرگون ۸ نسل ۲ خواهند بود و عملکرد بهتری نسبت به مدل های قبلی خود خواهند داشت.





### وقتی روشن کردن کولر خودرو خطرناک است

روشن کردن کولر خودرو هنگام سوار شدن در فصل گرما، خطرناک است. بر اساس تحقیقات انجام شده اجزای داخلی کابین از جمله روکش صندلی‌ها، روکش درها و داشبورد و سایر قطعات، در اثر تابش نور آفتاب مخصوصاً در فصل تابستان، گاز سمی و سرطان‌زای نترن تولید و سامع می‌کنند که بوی آشنایی هم دارد، به همین دلیل به رانندگان خودروهای مختلف توصیه و تاکید می‌شود بافلاصله پس از سوار شدن به خودرو نور آن را روشن نکنند. گاز نترن علاوه بر سرطان‌زا بودن، به استنشاق هم آسیب می‌رساند و سبب مسمومیت استخوانی می‌شود و این مسمومیت منجر به ابتلا به آنمیالما یا خون سرطان خون مربوط به گلبول‌های قرمز خون است و سطح گلبول‌های سفید بدن را کاهش می‌دهد، همچنین این گاز سمی سبب ابتلا به لو کمیا نوع دیگری از سرطان خون مربوط به گلبول‌های سفید خون و در مواردی همزمان با افزایش ریسک ابتلا به سرطان باعث سفت شدن در خانیه‌ها نیز می‌شود.



### بلائی که ویتامین B۱۲ و ویتامین D سرتان می‌آورد

سبک تغذیه گیاهی‌خوار دارند بسیار اهمیت دارد. کمبود ویتامین D در بسیاری موارد ناشی از عدم حضور کافی در معرض نور خورشید است. زمانی که سطح این ویتامین در بدن کم می‌شود، یکی از تظاهرات به شکل اختلالات خواب خواهد بود. البته به نظر می‌رسد بالا بودن غیر طبیعی این ویتامین نیز می‌تواند با چنین مشکلی همراه باشد به طوری که مستحقان تاکید دارند این حالت در بروز خواب‌الودگی طی روز نقش دارد. بعضی افراد اختلالات است که کمبود بعضی از این ویتامین‌ها می‌تواند عامل بروز یا تشدید آن شود. ویتامین D اهمیت این است که ارتباط مستقیم بین اختلالات خواب و کمبود ویتامین B۱۲ نشان مورد مطالعه است و در حال حاضر مطالعات هنوز می‌دهد که این ارتباط می‌تواند ناشی از ایجاد افسردگی در نتیجه کمبود این ویتامین باشد و زمینه‌ساز دوره‌های شدید بی‌خوابی می‌شود. یکی از فرضیه‌های بسیار جدی این است که کمبود ویتامین B۱۲ می‌تواند علامت افسردگی را تشدید کند. در صورتی که بی‌خوابی با چنین علائمی همراه است توصیه می‌شود حتماً با پزشک مشورت کنید تا روند درمان به درستی انجام شود. این نکته به خصوص در مورد افرادی که



زرد آلو میوه خوشمزه بسیار مغذی است و فواید مختلفی برای سلامتی ما دارد. خواص زردآلو برای سلامتی شامل توانایی آن برای درمان سوزش معده، یبوست، گوش درد، تب، بیماری‌های پوستی، سرطان و کم خونی است. روغن زردآلو برای درمان عضلات بیمار و خیمه مفید خواهد بود. همچنین بیشتر متخصصان با این باورند که زردآلو برای مراقبت از پوست به خصوص برای زدن بسیار مؤثر است. علاوه بر این، زردآلو می‌تواند سلامت قلب را بهبود بخشد، سطح کلسترول خون را کاهش دهد، از کاهش بینایی جلوگیری کند، به کاهش وزن کمک کند، شریاب و بیماری‌های تنفسی را درمان کند، به تقویت استخوان‌ها کمک کند و تعامل آنزیم‌ها را در بدن را حفظ کند. مزایای زردآلو برای سلامتی بدن، به خاطر محتوای ارزشمند آن همچون ویتامین‌های E و C، K، و A، و نیاسین است. مواد دیگری مانند پتاسیم، منگنز، منیزیم و فسفر در زردآلو یافت می‌شود. همچنین این میوه خوشمزه سرشار از فیبر غذایی است که می‌تواند برای این بسیار مفید باشد.



## زرد آلو، قاتل انواع بیماری‌هاست

غذای سالم سرشار از آنتی‌اکسیدان مانند مصرف زردآلو و ویتامین‌های E و C که هر دو در این میوه خوشم و رنگ یافت می‌شوند، می‌تواند به بهبود کیفیت پوست شما کمک کند. بهطور خاص، ویتامین C با داشتن کردن رادیکال‌های آزاد در برابر آسیب‌ها موثر است و به افزایش سن تشدید خواهد شد. ویتامین E موجود در زرد آلو یک آنتی‌اکسیدان محلول در چربی است که مستقیماً وارد چشم شما می‌شود تا از آسیب رادیکال‌های آزاد و بیماری‌هایی مانند شب‌کورگی جلوگیری کند. تا کاروتن که عامل رنگ زرد و نارنجی زردآلو است، به‌عنوان پیش‌ساز ویتامین A عمل می‌کند، به این معنی که در بدن شما می‌تواند به ویتامین A تبدیل شود. دیگر کاروتن‌های مهم زردآلو شامل لوتین و زاگزانتین هستند. این مواد در عسل‌ها و شکرک چشم شما از آسیب‌های ناشی از استرس جلوگیری می‌کنند.

۳. به بهبود سلامت چشم کمک می‌کند زرد آلو به دلیل ترکیبات متعددی که دارد می‌تواند برای سلامت چشم مفید باشد. از جمله این ترکیبات می‌توان به ویتامین‌های A و E اشاره نمود. ویتامین A نقش حیاتی در بینشگری از شب‌کورگی دارد. شب‌کورگی اختلالی است که به دلیل کمبود رنگدانه‌های روشن در چشم شما ایجاد می‌شود و در صورت عدم درمان با افزایش سن تشدید خواهد شد. ویتامین E موجود در زرد آلو یک آنتی‌اکسیدان محلول در چربی است که مستقیماً وارد چشم شما می‌شود تا از آسیب رادیکال‌های آزاد و بیماری‌هایی مانند شب‌کورگی جلوگیری کند. تا کاروتن که عامل رنگ زرد و نارنجی زردآلو است، به‌عنوان پیش‌ساز ویتامین A عمل می‌کند، به این معنی که در بدن شما می‌تواند به ویتامین A تبدیل شود. دیگر کاروتن‌های مهم زردآلو شامل لوتین و زاگزانتین هستند. این مواد در عسل‌ها و شکرک چشم شما از آسیب‌های ناشی از استرس جلوگیری می‌کنند.

۴. آنتی‌اکسیدان‌های بالایی دارد یکی از مهم‌ترین خواص زردآلو که در قسمت قبل نیز به آن اشاره کردیم، وجود سرشار از آنتی‌اکسیدان‌های قوی در این میوه است. از جمله این آنتی‌اکسیدان‌های عالی می‌توان به کاروتن و ویتامین‌های A و C و E اشاره کرد. علاوه بر این، زردآلو سرشار از گروهی از آنتی‌اکسیدان‌های پلی‌فنول به نام فلاونوئیدها هستند که می‌توانند از شما در برابر بیماری‌های مختلف از جمله دیابت و بیماری قلبی محافظت کنند. فلاونوئیدهای اصلی زردآلو شامل اسیدهای کلروژنیک، کاتچین و کوئرستین هستند.

۵. سلامت روده را از تقا می‌دهد یکی دیگر از خواص زردآلو که بسیار مهم است، تقویت عملکرد روده شما می‌باشد. یک فنجان (۱۶۵ گرم) زردآلو حاوی ۲۳ درصد فیبر است. فیبر برای سلامت روده بسیار مهم است. فیبر در معده بین قرار گرفتن در معرض اشعه ماورابنفش (UV)، آفتاب سوختگی و خطر ابتلا به ملانوم که یک نوع سرگرم‌گر از سرطان پوست است، وجود دارد. اما شما می‌توانید به راحتی این فیبر را از این آسب‌های پوستی از طریق پیروی از یک رژیم

۶. سرشار از پتاسیم است زردآلو مانند موز یکی از میوه‌های غنی از پتاسیم است. پتاسیم نوعی ماده معدنی است که به‌عنوان یک الکترولیت نیز در بدن عمل می‌کند. الکترولیت‌ها در بدن شما مسئول ارسال سیگنال‌های عصبی، تنظیم انقباض ماهیچه‌ها و تعادل مایعات هستند. دو عدد زردآلو (۱۸۱ گرم) ۱۷۱ میلی‌گرم از این ماده معدنی را فراهم می‌کند که چهار درصد از DV یا روزانه شما به پتاسیم است. از آنجایی که پتاسیم برای حفظ تعادل مایعات با سدیم در ارتباط است، مصرف کافی این میوه می‌تواند به جلوگیری از نفع و حفظ فشارخون سالم کمک کند. نتایج یکی از تحقیقات از ۳۳ مطالعه‌ای که در این زمینه انجام شده است نشان داد که رژیم غذایی غنی از پتاسیم به طور قابل توجهی فشارخون را کاهش می‌دهد و منجر به کاهش ۲۴ درصدی خطر سکته می‌شود.

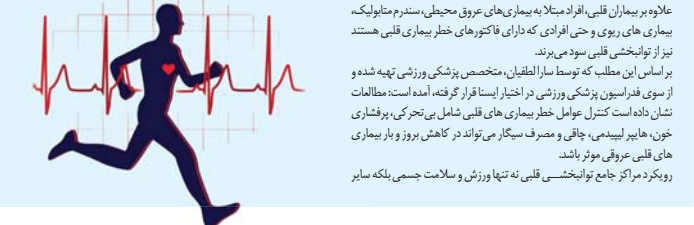
۷. یک آپار سساق فوق‌العاده برای بدن است یکی دیگر از خواص زردآلو این است که مانند بیشتر میوه‌ها به‌طور طبیعی سرشار از آب است که می‌تواند به مشورت کنید تا روند درمان به درستی انجام شود. این نکته به خصوص در مورد افرادی که

۸. سلامت روده را از تقا می‌دهد یکی دیگر از خواص زردآلو که بسیار مهم است، تقویت عملکرد روده شما می‌باشد. یک فنجان (۱۶۵ گرم) زردآلو حاوی ۲۳ درصد فیبر است. فیبر برای سلامت روده بسیار مهم است. فیبر در معده بین قرار گرفتن در معرض اشعه ماورابنفش (UV)، آفتاب سوختگی و خطر ابتلا به ملانوم که یک نوع سرگرم‌گر از سرطان پوست است، وجود دارد. اما شما می‌توانید به راحتی این فیبر را از این آسب‌های پوستی از طریق پیروی از یک رژیم

۹. ممکن است عادت‌های غذایی نادرست را تشدید کند در چه اول باید بدانید که چرا در حال آنس جویین هستید و در واقع به این انتخاب و تصمیم را روشن کنید. برای مثال، اگرچه آنس جویین می‌تواند به کاهش میل به شیرینی‌ها کمک کند اما اگر از آنس جویین برای سرکوب اشتها کمک بگیرید، پس از مدتی ممکن است با اختلال در عادت‌های غذایی مواجه شوید.

### بیماران قلبی فقط تحت چه شرایطی ورزش کنند؟

ورزش به عنوان یک روش شناخته شده در پیشگیری و درمان بیماری‌های قلبی عروقی، می‌تواند نقش کلیدی در بهبود عملکرد و کیفیت زندگی افراد جامعه داشته باشد. بیماری‌های قلبی شامل طیف وسیعی از بیماری‌های ناشی از آنژیواسکولوز عروق کرونر، بیماری‌های مادرزادی، اختلالات در ساختار یا جرفه‌های قلبی، نارسایی قلبی و میوکاردیوپاتی قلب است. با وجود اثبات مفید ورزش، انجام ورزش نامناسب توسط بیماران قلبی می‌تواند ریسک بالایی عوارض و حتی مرگ را به دنبال داشته باشد. بیش از ۵۰ سال تجربه نشان داده است که ایمن‌ترین و موثرترین روش برای شروع ورزش در همه گروه‌های بیماران قلبی، انجام آن در مراکز توانبخشی قلبی و تحت نظر پزشک و همراه با متخصصان است.



### آیا آدامس جویین روزانه مضر است؟

بعضی از عادت‌ها تغییر را عادی هستند که کمتر درباره‌ها پنداشده. یکی از آنها می‌تواند آدامس جویین هم در گروه همین عادت‌ها قرار می‌گیرد و در واقع به بخشی جدایی‌ناپذیر از روزه‌ها و عادت‌های افراد تبدیل شده است. آدامس‌ها از ترکیب گوناگونی ساخته می‌شوند و اگر همه استانداردهای لازم را نداشته باشند، ضرری برای سلامت بدن ندارند. اما بعضی از ترکیبات هم در ساخت آدامس‌ها به کار می‌روند که باید پدیده‌ها را به‌طور کلی نادیده گرفت. بعضی از آدامس‌ها استانداردهای ترکیبات قندی ساخته می‌شوند. حتی اگر میزان قند آنها در آدامس کم باشد، همچنان نمی‌تواند این قند افزوده را نادیده گرفت. بنابراین، اگر آدامس انتخاب شده شما حاوی قند است، مطمئن شوید که میزان قند در باقی روزانه را با مصرف این آدامس از محدوده نادر خارج کنید. اما جویین روزانه آدامس ۳ یا ۴ میاد منفی دارد که به ترتیب عبارتند از:

۱. ممکن است عادت‌های غذایی نادرست را تشدید کند در چه اول باید بدانید که چرا در حال آنس جویین هستید و در واقع به این انتخاب و تصمیم را روشن کنید. برای مثال، اگرچه آنس جویین می‌تواند به کاهش میل به شیرینی‌ها کمک کند اما اگر از آنس جویین برای سرکوب اشتها کمک بگیرید، پس از مدتی ممکن است با اختلال در عادت‌های غذایی مواجه شوید.

۲. ممکن است عود هوس استفاده از خوراکی‌های شیرین را تشدید کند اگر از آدامس‌های حاوی الکل‌های قندی استفاده می‌کنید، باید مراقب مشکلات گوارشی باشید. بعضی افراد بعد از مصرف زردآلو و دیگر الکل‌های قندی با مشکلات مثل دفع گاز زیاد، یبوست، نفخ و اسهال مواجه می‌شوند. این ماده کاملاً توسط بدن جذب نمی‌شود و بنابراین در دستگاه گوارش تخمیر می‌شود و چنین علائمی را ایجاد می‌کند. اگر از خود الکل‌های قندی مشکلی نداشته باشید، جویین آدامس مسابو است و باید در ذهن‌های بیشتر به بدن که هنگام جویین آدامس می‌خورید، همین هوای اضافی می‌تواند باعث نفخ بیشتر و باد گلوئی بیشتر شود. این حال جویین آدامس می‌تواند ترشح بعضی از آنزیم‌ها و صفرا را در دستگاه گوارش افزایش دهد و در نتیجه نقش مثبتی در ارتقای گوارش داشته باشد.



۳. ممکن است هوس استفاده از خوراکی‌های شیرین را تشدید کند اگر از آدامس‌های شیرین مواجه می‌شوند، مخصوصاً کسانی که آدامس جویین را به‌عنوان جایگزینی برای مصرف خوراکی‌های شیرین انتخاب کرده‌اند. دلشلی این است که آدامس نمی‌تواند این میل و ولع را تسکین دهد و پس از مدتی دوباره با شدت بیشتری برمی‌گردد. بنابراین، اگر با مشکل جویین زیاد به مصرف خوراکی‌های شیرین مواجه هستید، باید با راهکارهای تغذیه‌ای سالم و استاندارد برای مقابله با این ولع کمک بگیرید، نه از آدامس جویین.







### سپاهان سامان فلاح را می خواهد اما...

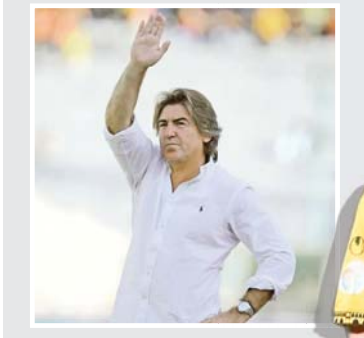
شنبه می شود مدافع جوان ملی پوش فوتبال ایران در انتظار پیشنهادی از سوی پرسپولیس برای فصل آینده است. با وجود اینکه سپاهان به شدت دنبال به خدمت گرفتن کاپیتان جوان پیکان و مدافع میانی تیم ملی است و حتی درخواست خود را به باشگاه پیکان ارائه داده اما بر اساس اخبار غیر رسمی، سامان فلاح دوست دارد شانس حضورش در پرسپولیس را امتحان کند و به همین دلیل، فعلاً باشگاه پیکان پاسخی به پیشنهاد طلایی پوشان اصفهانی نداده است. حال باید دید فلاح، که بعد از بازی پرسپولیس و پیکان در دور رفت لیگ بیست و دوم، پیراهنش را با مرتضی پورعلی گنجی مدافع سرخوشان پایتخت عوض کرد - شانس برای همزایی شدن با او پیدا خواهد کرد یا اینکه پیکان، رضایتنامه این بازیکن را برای سپاهان صادر خواهد کرد.

### بیرانوند قران دادش را فسخ می کند؟

علیرضا بیرانوند که ۱۰ روز قبل نامه اخذاری برای دریافت مطالبات خود به باشگاه پرسپولیس ارسال کرده بود، حالا با پایان مهلت این نامه در آستانه فسخ قرارداد قرار دارد. گلر ملی پوش سرخ ها مدعی است که در پایان فصل، باشگاه پرسپولیس باید تمام مطالبات و مبروما به برداشش در فصل ۱۴۰۱-۱۴۰۲ پرداخت می کرد که این کار انجام نشده و حالا او بر همین اساس می تواند قرارداد خود را فسخ کند. از طرف دیگر باشگاه پرسپولیس بر این باور است که با توجه به پرداخت ۸۴ درصد بایه قرارداد بیرانوند، او طبق قوانین نمی تواند قراردادش را فسخ کند. در روزهای اخیر و کمال بیرانوند جلسای با رضا درویش مدیرعامل باشگاه پرسپولیس برگزار کرد تا مشکلات طرفین با گفتگو حل شود اما مذاکرات طرفین باعث حل موضوع نشد.



### رقابت اسپینتو با سپاهان و پرسپولیس



معاظطور که پیش بینی می شد در لیست خرید ریکاردو اسپینتو بعد از حضور در تیم آپول قبرس نام بازیکنان استقلال از جمله کوین یامگا قرار دارد و این بازیکن خارجی در آستانه جدایی از استقلال است. ریکاردو اسپینتو بعد از یک فصل حضور در استقلال و چالش هایی که با مدیران این باشگاه داشت، در پایان فصل از استقلال جدا شد و هدایت تیم آپول قبرس را بر عهده گرفت. اسپینتو خیلی زود کارش را در آپول آغاز کرد و لیست بازیکنان مدنظر و همچنین برنامه ردهای آماده سازی را در اختیار مدیران این باشگاه قرار داد. معاظطور که پیش بینی می شد، در لیست بازیکنان جدید اسپینتو برای باشگاه قبرسی، نام بازیکنان استقلال هم درآه داده شده است و این مریس پرتغالی به واسطه شناخت از توانایی بازیکنان سابق خود، خواهان جذب آنها شده است. کوین یامگا مدافع و وینگر فرانسوی استقلال یکی از این بازیکنان است که مذاکرات با آپول انجام داده است.

### برای ستاره جوان سپاهان اگر می خواهد خاموش نشود

## سرنوشت پر ابهام یاسین



برای اثبات توانایی های خود برای حضور در ترکیب ثابت این تیم اول باید از سد رقابتی قدر خود بگذرد. هرچه باشگاه پرسپولیس برای دفاع از عنوان قهرمانی در فصل جدید می جنگد و بدون شک بحیثی ترجیح می دهد در طول رقابت ها از مهره هایی استفاده کند که تاثیر گذاری بیشتری در میدان داشته باشد. بدون شک قدیمی ترین بازیکن پرسپولیس بخاطر بر خور داری از پوئن هماهنگی با سایر بازیکنان و همچنین امتیاز خود گرفتن با شیوه تمرینات و مسک بازی سکندار این تیم بحث بیشتری برای قرار گرفتن در لیست اصلی یحیی دارنده بر این اساس، برپیراه نیست اگر بگویم شانس مسلمان برای حضور در زمین کمرنگ تر از زمانی خواهد شد که او در جمع طلایی پوشان توبی می زد. آنچه در لیگ بیست و دوم برای هم تیمی سابق یاسین در جمع آبی پوشان تهرانی افتاد بهترین شاهد برای این مدعاست. رضا میرزایی، وینگر سابق سپاهان در بازار تابستانی فصل گذشته از اصفهان راهی تهران شد تا بلکه در آستانه حضور تیم ملی ایران در جام جهانی بخت خود برای ملی پوش شدن در این بحر حساس را با بازی بیشتر برای استقلال ای محکم بزند. این بازیکن ۲۷ ساله اما نه تنها موفق به تغییر رویای بازی با پیراهن تیم ایران در قطر شد بلکه با کبیر

مرضیه غفاریان کمتر از ده روز پیش به پایان قرارداد هافبک ۲۱ ساله طلایی پوشان اصفهان مانده است. یاسین مسلمان یکی از چهره های ویژه بازار نقل و انتقال در فصل اخیر بوده و این روزها بیشتر از هر زمانی به درب خروجی از باشگاه سپاهان نزدیک شده است. گفته می شود ستاره ملی پوش سپاهانی ها اگر لژیونر نشود تصمیم دارد در فصل پیش رو با پیراهن سرخ پرسپولیس به میدان برود. سایت ترانسفرمارکت احتمال جدایی مسلمان از جمع شاکر دان مورایس و پیوستنش به تیم قهرمان لیگ را ۹۲ درصد دانسته است. روزهایی با همین قطعیته پیش بینی می شد هافبک مورد علاقه مجرم با کسوف به تهران و البته پوشیدن پیراهن آبی پوشان این دیار، فصل را استارت بزند تیمی که فاتح جام لیگ بیست و یکم شده بود. اما در نهایت یاسین یک فصل دیگر هم در اصفهان ماندنی شد تا در پایان فصل بحث جدایی او یک بار دیگر و این بار دفع تر از قبل مطرح شود. اما این بار خلاف گذشته شواهد این نشان می دهد طرف دیگر ماجرا یعنی سپاهان هم تمایلی به تمدید قرارداد با هافبک جوان خود ندارد. شاید به

### مغانلودر چه صورت از سپاهان جدا می شود؟

این خبری است که وب سایت sport یونان آن را تایید و اعلام کرد مذاکره با یامگا در مراحل نهایی قرار دارد! این وب سایت نوشت: «این واقعیت که ریکاردو اسپینتو سرمربی جدید آپول، در بازل نقل و انتقالات به سراغ بازیکنانی می رود که می شناسد، چیزی بود که همه ما انتظارش را داشتیم. بنابراین، اطلاعاتی که از علاقه «آبی و زرد ها» به آرتور کوین یامگا حکایت دارد، به هیچ وجه تعجب آور نیست.» این رسانه با اشاره به کار کردن یامگا زیر نظر اسپینتو در تیم استقلال نوشت: «با توجه به اینکه یامگا در پایان ماه آینده بازیکن آزاد می شود، برای یک همکاری دیگر بین اسپینتو و این بازیکن با است. مذاکرات «آبی و زردی ها» با یامگا در مرحله پیشرفته ای قرار دارد و احتمال دارد به زودی نتایج آن رخ دهد.» یامگا فصل گذشته در استقلال ۷ گل به ثمر رساند و تا پیش از مصدومیت در دربی برکت مقابل پرسپولیس در لیگ برتر، یکی از مهره های ثابت و قابل اعتماد اسپینتو محسوب می شد. این ها همه در حالی است که علاوه بر زرمزه حضور یامگا در لیگ های کشور های عربی، در باره پیشنهاد دو باشگاه مطرح ایران یعنی پرسپولیس و سپاهان نیز به این بازیکن خبرهایی به گوش می رسد.

### مغانلودر چه صورت از سپاهان جدا می شود؟



بعد از اظهار نظر جنجالی درباره پرسپولیس مهاجم تیم فوتبال سپاهان راهی جز لژیونر شدن برای خروج از تیم اصفهانی ندارد. سپاهان برنامه نقل و انتقالات تابستانی خود را با نظر ژوزه مورایس در حالی آغاز کرده که صحبت های درباره شهریار مغانلو از جمع زرد پوشان اصفهانی مطرح شده است. با این حال صحبت های مغانلو در یک برنامه تلویزیونی درباره قهرمانی پرسپولیس در فصل گذشته لیگ برتر نشان به مذاق سپاهانی ها خوش نیامد تا کارهای هواداری این تیم خواستار کنار گذاشتن مغانلو شوند. این بازیکن حتی به کمیته فنی باشگاه هم اخطار شد.

### رضایی-سپاهان فعلاً شدنی نیست



دادگاه عالی ورزش درخواست دستور موقت کلاه رضایی را رد کرد و این بازیکن ۹ میلیارد تومان جریمه و نیم فصل اول لیگ آینده را دست داد. دادگاه عالی ورزش فسخ قرارداد کلاه رضایی با تراکتور را غیرموجه تشخیص داد و استیفاء هم آن را ظن دادگاه اکتیو کرد. در این تصمیم این شانس برای تراکتور ایجاد شد که باشکایت به فرانسوی فوتبال علاوه بر دریافت ۹ میلیارد تومان غرامت از رضایی این بازیکن را بین ۶ تا ۴ ماه از فصل مقابل مسابقات محروم کند. رضایی که گفته می شد قصد انتقال قرارداد با سپاهان را دارد و حتی شامعی مبنی بر عقد قراردادش شنبه می شد از طریق وکلای خود به دنبال این بود که با اخذ دستور موقت فعلاً بتواند قرارداد خود را جاری کند اما دفاعیات باشگاه تراکتور و محمودپور وکیل این باشگاه به گونه ای بود که دستور موقت را دادگاه داور ورزش در لوژان سوئیس رد پذیرفت و او باید به طوری عادی اقدام به شکایت کند. از نکات قابل توجه در این پرونده این بود که کلاه رضایی همزمان از باشگاه تراکتور، فرانسوی فوتبال و باشگاه استقلال شاک می شده بود ولی فقط این باشگاه تراکتور بود که بر این دادگاه عالی ورزش دفاعیه ارسال می کرد و در دو صبح به تمامی طرفین چهار گانه اعلام شد که در دستور کلاه رضایی برای دستور موقت جهت توقف پرونده مرد شده بود و این شانس برای تراکتور پیدا شد که تقاضای محرومیت و غرامت در خصوص این بازیکن را جاری کند.

### خط و نشان کی روش برای ژنرال!

سرمربی سابق تیم ملی فوتبال ایران با تیم ملی قطر به دنبال دفاع از عنوان قهرمانی آسیاست. کاروس کی روش اکنون با هدایت تیم ملی قطر آماده حضور در مسابقات جام طلایی در منطقه کوکاکاف است. کی روش قبل از شرکت در این مسابقات به صورت میهمان افتخاری از اهدافش با علی باهردر بلات و گفته راهیابی به جام جهانی ۲۰۲۶ و دفاع از قهرمانی خود در آسیا از اهداف بلند مدت من در تیم ملی قطر است. این سرمربی پرتغالی افزود: تمام تلاشم خود را می کنم تا با استفاده از تجربه ۴۵ ساله ام در دنیای فوتبال هواداران قطری را خوشحال کنم. سرمربی سابق ایران امید دارد تلاش می کنم تا تیم ملی قطر بهترین تیم آسیا شود و یکی از قطب های فوتبال آسیا بانی بماند.

#### ■ آغاز تمرینات سپاهان از هفته آینده

تمرینات سپاهان، نایب قهرمان فصل گذشته قرار است اولین تریماه (هفته آینده) با حضور سرمربی پرتغالی این تیم آغاز شود. در حال حاضر ژوزه مورایس در ایران حضور ندارد اما برنامه های تیم را به باشگاه داده و طبق این برنامه یک دوری خارجی برای طلایی پوشان در نظر گرفته شده است. سپاهان در حال حاضر پیام نیازمند را با قرار داری دو ساله به خدمت گرفته است و مشغول مذاکره با گزینه های مطرح مورایس هستند. البته قانون سقف بودجه باعث شده که تیم ها برای جذب بازیکنان مدنظرشان با احتیاط بیشتری اقدام کنند.

#### ■ میلان به دنبال قران داد با طارمی

باشگاه میلان و منجسترو بیانید از اروپا مهدی طارمی را زیر نظر دارند و در عرصه شان هم به باشگاه الهلال، النصر و الاهلی علاقه مند برای امضای قرارداد با ستاره ایرانی پورتو هستند. اگر کم تر درنگار تر کنیم از جزئیات پیشنهاد میلان به طارمی می توان گفت که این بازیکن به همراه همزبانان میلان از نزدیک بازی های طارمی را زیر نظر دارند. روزی قرار داری ۳ ساله، جای جذب ستاره ایرانی پورتو در نظر گرفته شده است. البته نباید فراموش کرد چندین باشگاه عربستانی با پیشنهاد نجومی به دنبال جذب مهدی طارمی هستند.

#### ■ نکونام سرمربی استقلال شد

سرتاجام پس از کنش و فوس های فراوان و مساعدت وزیر ورزش، مشکل جواد نکونام سرمربی سابق فولاد خوزستان برای حضور روی نیمکت تیمیگری استقلال در فصل آینده حل شد. با حضور جواد نکونام در راس کادر فنی این باشگاه پایتخت، مشخص بود که این سرمربی رسماً به عنوان سکندار هدایت آبی ها انتخاب خواهد شد. و سرآغاز مسرت مدیرعاملی باشگاه استقلال به طور رسمی این موضوع را تأیید کرد. حجت کریمی در گفتگویی با اخبار ورزشی شبکه سوم سیما رسماً از انتخاب جواد نکونام به عنوان سرمربی استقلال خبر داد.



