



ابلاغ مصوبات ستاد فرماندهی اقتصاد مقاومتی

۰۳ + خبر

رئیس دانشگاه علوم پزشکی اصفهان:

۱۰ درصد اصفهانی‌ها به دیابت مبتلا هستند

تیزتر + خبرها

بررسی طرحی در کش و قوس لویج

بیمه‌ای بانام ازدواج و طلاق



در آخرین روزهای آذرماه تفاهنامه‌ای میان وزارت ورزش و جوانان و بیمه ایران امضا شد تا بیمه ازدواج و طلاق راه اندازی شود...

۱۳ امضاء یادداشت تفاهم پروژه قطار الکتریکی شاهین شهر - اصفهان

۱۰ + بازار

هشت اصل اساسی برای خرید آپارتمان

که کمتر مورد توجه قرار می‌گیرد اصول پنهان در خرید آپارتمان



عریستان به مرز دیوانگی رسیده است!

۰۵ + اقتصاد

حیات بخش خصوصی در گرو چیست؟

هشت محور مطالبات بخش خصوصی در سال جدید

سیاست + ۰۲

امیرپوردستان تشریح کرد:

ناگفته‌های اعزام ارتش به سوریه



فرمانده نیروی زمینی ارتش گفت: پیروزی‌های اخیر که در عراق و صحنه عملیاتی آن پیش آمده است...

تکمیل کاروان ایران برای المپیک

۱۲ مروری بر مسافران انتخابی ریو ۲۰۱۶

پایداری + ۱۱

گفت و گو با ابوالفضل صادقی

رزمنده‌ای که ۴۴ روز در قافو جامانده بود به غیر از گرازها کسی من را ندید!

پلیس ۹۰۰ وبسایت غیرمجاز فروش دارو را در اصفهان شناسایی و ۹ نفر را دستگیر کرد

کلاه گشاد داروخانه‌های اینترنتی بر سر مردم!

شهردار اصفهان در دیدار با معاون سیما و مدیران شبکه‌های رسانه ملی:

حل مشکلات کلانشهرها نیازمند گفت‌وگوهای جدید است

شهردار اصفهان با بیان اینکه در گفت‌وگوهای دانش محوری، دانش محورو مبنای توسعه شهرها می‌شود، گفت: بر این اساس در شهرداری اصفهان در برنامه بلندمدت ۵۰ ساله، در برنامه پنج ساله ۱۴۰۰ و بودجه ۹۵ این نهاد موفقه‌های فعالیت‌های دانش محور دیده شده است. دکتر مهدی جمالی نژاد در نشست صمیمانه با معاون سیمای سازمان صدا و سیما و سیمای کشور و مدیران شبکه‌های سراسری ضمن تبریک ایام ماه رجب و میلاد امام جواد (ع) با اشاره به اینکه این...



عکس از: خبرگزاری ایسنا

راهنمای گردشگری در فلورانس، خواهرخوانده اسپانیایی اصفهان بزرگ‌ترین گنبد دنیا را در فلورانس ببینید

وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی خبر داد:

کارشکنی سعودی برای حج امسال ایرانی‌ها

روزنامه مردم نصف جهان

فقط کافیست پیامک کنید

⬅

مشکلات، انتقادات و حرف‌های شما را به گوش مسوولان می‌رسانیم

حرف مردم ۳۰۰۰۴۸۳۰۱۸

برای درج تبلیغات خود در سایت روزنامه با ما تماس بگیرید

روزنامه مردم نصف جهان

صفحه‌ان زیبا

تلفن: ۲۲۲۱۸۱۲۲ | فاکس: ۲۲۲۲۹۵۱۲

www.isfahanziba.ir

پنجمین نمایشگاه تخصصی گل و گیاه، گیاهان دارویی، فضای سبز شهری ماهیان و پرندگان تزئینی همراه با برگزاری همایش‌های تخصصی تا ۱۶ اردیبهشت ۹۵ ساعات بازدید: ۱۵ تا ۲۲ مکان: اصفهان، پل تاریخی شهرستان محل برگزاری نمایشگاه‌های بین‌المللی استان اصفهان

www.floplant.ir

نارنج‌ترین اخبار و اطلاعات نمایشگاه در: @IsfahanFair

کک مک ارتباطی با

بیماری کبدی ندارد

از آنجایی که در فصل بهار قرار داریم، و بعضی بیماری‌ها از جمله بیماری‌های پوستی در فصل بهار و تابستان بیشتر به چشم می‌خورند، تصمیم گرفتیم در این باره اطلاعاتی در اختیار خوانندگان بگذاریم. یکی از این بیماری‌های پوستی، کک مک است. دکتر فاطمه عندلپ، متخصص پوست و مو در مورد کک مک این چنین گفت:

کک مک چیست؟

کک مک به صورت نقاط گرد کوچک به رنگ قهوه‌ای روشن بر روی پوست دیده می‌شود. معمولاً این ضایعات در فصل بهار و تابستان به علت تماس مداوم با آفتاب، برنزه و در فصل پاییز و زمستان به علت کاهش شدت آفتاب کم‌رنگ می‌شوند. البته تماس با دستگاه‌های سولاریوم (برنزه کننده) نیز کک مک را افزایش می‌دهد.

کک مک در چه کسانی رخ می‌دهد؟

کک مک اغلب جنبه ارثی دارد و در افراد با پوست روشن بیشتر دیده می‌شود. اگر کک مک به صورت ارثی در خانواده وجود دارد، حتماً هر سه ساعت یک بار کرم ضد آفتاب بزنید.

کک مک هیچ ارتباطی با بیماری کبدی ندارد و انجام آزمایشات و سونوگرافی کبد در بیماران مبتلا به کک مک، به هیچ وجه توصیه نمی‌شود.

درمان روش‌های درمانی مختلفی برای کک مک وجود دارد. البته ماندگاری اثرات درمانی، مستلزم حفاظت کامل پوست در برابر آفتاب است، در غیر این صورت بعد از درمان مجدداً ضایعات عود خواهند کرد.

اصل و اساس درمان کک مک، مصرف کرم ضد آفتاب است. بیماران با پوستی هم‌زمان با هر روز درمانی و نیز بعد از آن از یک ضد آفتاب خوب استفاده کنند.

روش‌های درمان کک مک را می‌توان به دو دسته دارویی و غیر دارویی تقسیم کرد. درمان دارویی شامل استفاده از داروهای ضد لک است که به صورت داروهای روز و شب توسط متخصص پوست تجویز می‌شود. این داروها معمولاً حاوی هیدروکینون و تریتینوئین است.

یکی از روش‌های درمان‌های غیر دارویی هم پیلینگ نقطه‌ای ضایعات با محلول TCA است که حتماً باید توسط متخصص پوست انجام شود. لیزر کیوسونیک، یکی دیگر از روش‌های درمانی است که به طور موثر و مطمئن باعث از بین رفتن کک مک می‌شود.

شفافیت و لطافت پوست

با محصولات گیاهی

سمیه زارعی، متخصص و مشاور گیاهان دارویی بازار گیاهان دارویی سازمان میادین شهرداری اصفهان می‌گوید: پوست یکی از بخش‌های حساس بدن است که در زیبایی فرد تأثیر بسزایی داشته و به جرات می‌توان گفت که نسبت به سایر قسمت‌های بدن بیشترین تماس را با محیط خارج دارد و این امر در آسیب پذیری پوست دخیل است.

عوامل محیطی مختلفی نظیر سرما، گرمی هوا، نور آفتاب، ورزش باد، استفاده مداوم از لوازم آرایشی و یا نامرغوب بودن محصولات آرایشی تأثیرات نامطلوبی را بر روی پوست به همراه داشته و عوارض مختلفی را بر روی پوست به جا می‌گذارد. یکی از این مشکلات، کدر و تیره شدن پوست است که برای افراد مختلف به ویژه زنان به عنوان یک معضل محسوب می‌شود.

آلوتنه‌ورا! از بین برنده لکه‌های پوستی

با بونه، گل بنفشه، سدر، جنا و آلوتنه‌ورا از دیگر گیاهان مناسب برای ماسک است. آلوتنه‌ورا جزء گیاهان دارویی معجزه‌گر پوست است و استفاده از آن را با شیر مخلوط کرده و به روی پوست مالید که در صورت استفاده هفته‌ای یک بار تأثیر بسزایی در شفافیت پوست خواهد داشت.

کف دریا موثر برای شفافیت پوست

تاکنون گیاهان دارویی زیادی برای ایجاد شفافیت پوست معرفی شده است. یکی از مهم‌ترین محصولاتی که جزء گیاهان محسوب نشده، ولی در طب سنتی برای زیبایی پوست توصیه می‌شود، استفاده از کف دریا به صورت ماسک است. برای استفاده از این ماسک می‌توان آن را با شیر مخلوط کرده و به روی پوست مالید که در صورت استفاده هفته‌ای یک بار تأثیر بسزایی در شفافیت پوست خواهد داشت.

دیگر گیاهان مفید

همچنین قراردادن گوشت میوه‌هایی نظیر لیموترش، خیار، توت فرنگی، هلو، برتقال، انار و گلاب بر روی پوست، برای شادابی و شفافیت پوست مفید است.

گاهی گرم و خشک که نامش آلوتنه‌ورا (صبرزد) است، اما او را گیاه ملکه، گیاه معجزه‌آسا و گیاه جاودانگی هم می‌نامند، مقدار زیادی زل یا شیرابه، در دل خود جا داده که خواص بسیار زیادی دارد و به اشکال گوناگون (عرق، شربت، بودر، زل) قابل استفاده است. این عصاره شفاف بزرگ آلوتنه‌ورا، نباید در مجاورت هوا قرار گیرد، چون سفت شده و تبدیل به ماده صنعتی قهوه‌ای رنگ می‌شود. خالق توانا با خلق این گیاه، یک داروخانه طبیعی، به ما عطا فرموده تا قدر بدانیم و از آن غفلت نکنیم.

این افراد دور گیاه ملکه تجرند اول از همه تکلیف کسانی که نباید زل آلوتنه‌ورا، استفاده

آشنایی با خواص گیاهی معجزه‌آسا
لطفا صبرزد داشته باشید!

خوراکی کنند را روشن می‌کنیم. در زنان باردار، زنان شیرده، افراد زیر ۱۲ سال (احتیاط)، مبتلایان به زخم زده‌های، معده و بواسیر و درمان تهوع و استفراغ، درد‌های شکمی، خونریزی مقعد و وضع شدید، استفاده خوراکی از این زل نشود. مصرف زیاد گیاه ملکه، باعث اسهال خونی می‌شود و استفاده بیش از اندازه آن، مرگ‌آور است.

گیاه جاودانگی را فراموش نکنید

گیاه صبرزد تقویت‌کننده بدن، تصفیه‌کننده خون، ضد التهاب و عصبانیت، معالج صرع و آسم، مفید برای سلامت دهان و دندان، ملین قوی و رفع‌کننده یبوست‌های مزمن، تسکین دهنده سرفه، بازکننده قاعدگی‌هایی که مدت‌های طولانی متوقف مانده، رفع‌کننده اختلالات کبدی و گرفتگی کبد، محرک

ترشح صفرا، برطرف‌کننده بقران، تقویت‌کننده معده، التیام‌دهنده بواسیر (استفاده موضعی)، برطرف‌کننده اسهال خونی، سوء هاضمه، خارش ناشی از گزیدگی حشرات و آگزما، درمان‌کننده دیابت، کلسترول، درد‌های مفاصل، کهنس، کم‌درد، التهاب مخاط دهان، کوچک‌کننده سنگ کلیه، پیشگیری‌کننده از ایجاد سنگ کلیه، پاک‌کننده شش‌ها، موجب سلامتی قلب، رطوبت دهنده و ترمیم‌کننده پوست (بهترین کرم مرطوب‌کننده)، ضد قارچ و باکتری، بهترین ماده برای پاک‌سازی پوست از گرد، غبار، چربی، آنتی‌آرایش، به شرط مساز مداوم زل تازه این گیاه به پوست، بسیار نافع برای بعد از اصلاح صورت (مانع خشونت و افتادگی پوست)؛ درمان‌کننده سوختگی خفیف، آفتاب سوختگی، آکنه، حساسیت، ریزش و خارش مو و شوره سر (در صورت



نوصیه + هفته

وزن سالم چه وزنی است؟

نگهداشتن وزن در محدوده مناسب، برای سلامت مفید و مهم است که علاوه بر کاهش خطر بیماری‌های قلبی، سکنه، دیابت و فشارخون، می‌تواند باعث کاهش خطر بسیاری از سرطان‌های مختلف نیز بشود.

فعالیت فیزیکی بیشتر و دریافت کمتر انرژی (کالری)، خاموش کردن تلویزیون و عدم مصرف نوشیدنی‌های شیرین، راه‌هایی برای رسیدن به وزن مناسب هستند.

شما گاو زاده، کارشناس ارشد علوم بهداشتی تغذیه در ادامه می‌گوید: اندازه دور کمر و میزان اضافه وزن، فاکتورهای مهم هستند که می‌توانند باعث بروز و پیشرفت بیماری‌هایی نظیر دیابت، سرطان، آرتریت، سنگ کلیه صفرا، کاتاراکت، ناباروری، آبنه (قطع تنفس در خواب)، تنگی نفس و خروپف شوند.

اگر وزن شما در محدوده سلامت است، (پیش از پنج کیلوگرم اضافه وزن نندارید) با تمرکز بر چربی که می‌خورید و فعالیت فیزیکی که دارید برای حفظ وزن مناسب خود تلاش کنید.

به دلیل اینکه بیشتر بزرگسالان (۱۸ تا ۴۹ سال) هر سال نیم تا یک کیلوگرم اضافه وزن پیدا می‌کنند، جلوگیری از اضافه وزن باید مورد توجه قرار گیرد.

زیادتر از این وزن با افزایش سن، شانس ابتلا به بیماری‌های مزمن را افزایش می‌دهد. تحقیقات نشان می‌دهد زنان مردان میانسال که بعد از سن ۲۰ سالگی پنج تا ۱۰ کیلوگرم وزن اضافه کرده‌اند، سه برابر بیشتر از افرادی که کمتر اضافه وزن داشته‌اند دچار بیماری‌های قلبی، فشارخون، دیابت نوع دو و سنگ کلیه صفرا می‌شوند.

مطالعه دیگری در زنان نشان داد افزایش وزن بعد از یائسگی باعث افزایش خطر بروز سرطان سینه می‌شود. زنانی که هورمون درمانی انجام نمی‌دهند، ولی کاهش وزن دارند، خطر بروز سرطان سینه بعد از یائسگی را به نصف کاهش می‌دهند.

آیا کمی اضافه وزن خطر مرگ را کاهش می‌دهد؟

ممکن است مطالعاتی را دیده باشید که مدعی هستند اضافه وزن و چاقی ممکن است مرگ و میرا کاهش دهد. برای این مطالعات این است که گروهی از افراد با وزن نرمال که دارای ریسک فاکتورهای خطر مرگ و میر هستند با یک گروه که اضافه وزن دارند و سیگار می‌کشند

با مبتلا به سرطان یا بیماری‌های دیگر که سبب کاهش وزن می‌شوند مقایسه شده‌اند. این باعث نتیجه‌گیری اشتباه می‌شود که اضافه وزن و چاقی در یک هیچ خطری ندارد و حتی ممکن است باعث کاهش مرگ و میر شود.

چه چیزهایی باعث افزایش وزن می‌شوند؟ رژیم غذایی: کیفیت و کمیت رژیم غذایی تأثیر زیادی روی وزن دارد.

ژنتیک: برخی افراد به صورت ژنتیکی استعداد افزایش وزن و ذخیره چربی را بیشتر از بقیه افراد دارند.

استعداد ژنتیکی در همه افراد به صورت قطعی باعث اضافه وزن نمی‌شود. همانطور که مطالعات نشان می‌دهد یادداشت رژیم غذایی مناسب، فعالیت فیزیکی و نداشتن عادات غلط از جمله خوردن نوشابه می‌تواند از استعداد ژنتیکی چاقی جلوگیری کرد.

فعالیت فیزیکی: فعالیت فیزیکی فواید زیادی برای سلامت انسان دارد که شامل کاهش احتمال پیشرفت بیماری‌های قلبی عروقی، برخی سرطان‌ها و بیماری‌های مزمن می‌شود. فعالیت فیزیکی رکن اصلی کنترل وزن و سلامتی است. خواب: تحقیقات نشان می‌دهد که بین ساعت خواب افراد و میزان اضافه وزن آنها ارتباط وجود دارد، به طوری که افرادی که کم خواب هستند بیشتر از افرادی که به اندازه کافی می‌خوابند دچار اضافه وزن می‌شوند.

محققان زندگی ۶۰ هزار زن را ۱۶ سال پیگیری کردند در ابتدای مطالعه همه زنان سالم بودند و چاق نبودند. ۱۶ سال بعد زنانی که شب‌ها پنج ساعت یا کمتر می‌خوابیدند در مقایسه با زنانی که هفت ساعت می‌خوابیدند ۱۵ درصد بیشتر احتمال چاقی داشتند، به طوری که زنانی که کمتر می‌خوابیدند در مقایسه با زنانی که هفت ساعت در شب می‌خوابیدند در خطر افزایش ۱۵ کیلوگرمی وزن بودند.

سال یازدهم، شماره ۲۳۹، سه‌شنبه، ۳۱ فروردین ۱۳۹۵

صحفان زیبا

سلامت

به بهانه هفته سلامت

مبتلایان به دیابت چه بخورند و چه نخورند؟



دیابت برویم به جنگ

دیابت

ما همی! **باورهای نادرست:** متأسفانه برخی از افراد باورهای نادرستی درباره رژیم غذایی خود دارند و این باورها زندگی را برای آنها سخت می‌کند از جمله: فرد دیابتی به هیچ وجه نباید برنج مصرف کند! مصرف میوه در فرد دیابتی ممنوع است! مصرف عسل و دیگر قندهای طبیعی مثل خرما آزاد است! مصرف مواد غذایی تلخ، قندخون را کاهش می‌دهد!

باورهای درست: بیمار دیابتی می‌تواند برنج را به مقدار متعادل و آن هم به صورت همراه با حبوبات و سبزیجات مصرف کند. فرد دیابتی می‌تواند روزانه مقدار متعادلی از انواع میوه‌ها مصرف کند. عسل و خرما حاوی قند ساده هستند و مصرف آن‌ها نیز باید محدود شود. مواد غذایی تلخ هیچ تأثیری در کاهش قند خون ندارند.

دیابت

توصیه‌های غذایی مفید برای دیابتی‌ها، الگوی غذایی سالم، الفیاضی غذا خوردن صحیح بوده و فقط مختص به بیماران دیابتی نیست، جهت داشتن الگوی غذایی صحیح رعایت موارد زیر ضروری است. **کربوهیدرات‌های پیچیده** مانند نان و غلات سبوس‌دار، حبوبات، جو دوسر، برنج قهوه‌ای به جای قندهای ساده استفاده کنید. **فیبر غذایی** با طولانی کردن زمان گوارش، سطح قند خون بعد از غذا را تعدیل می‌کند. مقدار توصیه شده فیبر ۲۰-۳۰ گرم در برنامه غذایی روزانه است که برای تأمین آن بر مصرف حبوبات،

سبزیجات به خصوص سبزیلیه، کدو، خرفه و...، میوه‌جات و غلات که حاوی فیبر هستند، تأکید می‌شود. **از مصرف سبب زمینی و هویج پخته** به صورت پوره خودداری کنید. **در صورت تمایل به مصرف ماکارونی** ماکارونی سبوس‌دار را فقط در آب جوشانیده و پس از صاف کردن مصرف کنید (ماکارونی را دم نکنید). **از توت خشک، کشمش سبز، کشمش قرمز و خرما زرد** از هادی به مقدار کم با جای استفاده کنید. فرد دیابتی می‌تواند روزانه مقدار متعادلی از انواع میوه مصرف کند. **ترجیحاً انگور، خربزه، هندوانه، طالبی و میوه‌های بسیار شیرین کمتر مصرف شود.** **مصرف شیر و لبنیات کم چرب یا بدون چربی** برای تأمین کلسیم، پروتئین و سایر ویتامین‌ها و مواد معدنی توصیه می‌شود.

سعی کنید پوست مرغ و چربی‌های اضافه و قابل رویت گوشت‌ها را قبل از طبخ جدا کنید و به جای سرخ کردن از روش آب‌پز، کبابی و توری کردن استفاده کنید. **مصرف فرآورده‌های گوشتی** مانند سوسیس، کالباس، همبرگر و غذاهای کنسرو شده که دارای چربی و نمک زیاد هستند را به حداقل برسانید و مصرف انواع ماهی را در برنامه غذایی بگنجانید. **به هنگام طبخ غذا از نمک کمتر** استفاده کنید. پس از طبخ نیز از افزودن نمک خودداری کنید. **به جای سرسای پرچرب از سرکه، آلبیومو باغوره** استفاده کنید. **برجسب‌های روی مواد غذایی را بخوانید.** **وعده‌های غذایی را به شش وعده** (سه وعده غذایی اصلی و سه میان وعده) تقسیم کنید و هیچ یک از وعده‌های غذایی را حذف نکنید. **وعده‌های غذایی را در ساعات معین** میل کنید، چراکه غذا خوردن منظم در تنظیم قند خون و جلوگیری از افت قند خون موثر است. **فعالیت بدنی و ورزش**، در پایین نگهداشتن قند خون و بهبود کیفیت زندگی بسیار موثر است. انجام ورزش را به صورت منظم شروع کرده و سعی کنید آن را به صورت یک عادت در آورید.

محبوبه خسروی نژاد، کارشناس ارشد بهداشت و کارشناس مسوول دارویی مرکز بهداشت شماره یک می‌گوید: داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی که تب را کاهش می‌دهند، از جمله پر مصرف‌ترین داروهای هستند که برای درمان بیماری‌ها و عوارض مختلف تجویز می‌شوند. اکثر این داروها، درد و گروهِ یکی آسپیرین، ایبوپروفن، ایندومتاسین، دیکلوفناک، ناپروکسن، تولمتین، پیروکسیکام، ملوکسیکام و در گروه دیگر مانند سلکوکسیکام هستند. داروهای گروه دوم، نسبت به داروهای گروه اول عوارض گوارشی کمتری دارند، ولی ممکن است عوارض قلبی و مغزی آن‌ها به ویژه در بیماران مسن زیاده‌تر باشد. خطر این داروها چنان است که در این موارد به طور کلی منعیت دارد:

عمل جراحی: بیشتر پزشکان توصیه می‌کنند که



خطر داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی

برای کم کردن خطر خونریزی در حین عمل ویا بعد از آن یک هفته قبل از عمل جراحی تمام داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی قطع شوند که این توصیه شامل آسپیرین نیز است. **تجمع آب و نمک:** در بیمارانی که برای درمان بیماری‌های قلبی، کبدی یا کلیوی از داروهای مدر مانند هیدروکلروتیازید و یا فوروزماید استفاده می‌کنند، مصرف همه انواع داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی با افزایش خطر آسیب‌های کلیوی همراه است. **حاملگی:** مصرف داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی، به طور معمول در زنان حامله در سه ماهه آخر مسن زیاده‌تر باشد. خطر این داروها چنان است که در این موارد به طور کلی منعیت دارد: **عمل جراحی:** بیشتر پزشکان توصیه می‌کنند که

بخوانید:

مرغ کامل ذبح نشده، رنگ طبیعی ندارد و لکه‌های سیاهی و تیره بودن که روی گوشت آنها دیده می‌شود، معمولاً نشانه خون‌مردگی و ضربه دیدن و یا استفاده از روش‌های ناصحیح کشت و موارد اینچنینی است. **وقوع مرغ‌هایی که کامل ذبح نمی‌شوند و یا مرده ذبح می‌شوند، گوشت تیره داشته و در رگ‌ها و قلب آنها لخته زیادی از خون وجود دارد و گوشه‌شان تیره تر است.** **پوست و گوشت مرغ سالم، سفید و بدون لکه‌های تیره و خون‌مردگی است.** مرغ مریض نمی‌تواند رنگ پوست طبیعی نداشته باشد که حتماً باید به آن توجه شود. علاوه بر این، پوست مرغ سالم، لیز و لیز نیست و سفتی و کشیدگی خاص خود را دارد.

بخوانید:

پژوهش‌های پیش‌نشان رژیم غذایی توپین نشان داده، در مرغ‌هایی که مورد قبول سازمان کشاورزی ایالات متحده و کشورهای اروپایی قرار می‌گیرند، بقایای همه سموم و زباله‌های غیرسمی که آنها را در طول زندگی خود خورده‌اند، دیده می‌شوند و این بقایا با طبع خوردن گوشت آنها قابل خوردن است. **از طرف دیگر بخش‌هایی از مرغ‌ها به خصوص در قسمت ماهیچه سیاهی‌هایی دیده می‌شود که این‌ها قابل مصرف نیست.** **به گفته پروفیسور محمد شاهدهی، مهندس‌سی علوم غذایی و عضو هیات علمی دانشگاه صنعتی اصفهان مرغ صدمه دیده قبل از ذبح، مرغ مرده سر پیده، مرغ بیش از حد مانده، مرغ مریض کشته شده و**

بخوانید:

بخوانید:

مظنه

فروش ویژه بازارهای روز کوثر
به مناسبت میلاد امام علی (علیه السلام)
۳۰ فروردین تا ۳ اردیبهشت

محصول	قیمت مصرف کننده (تومان)	قیمت با تخفیف ویژه
رب گوجه	۴۸۰۰	۲۵۰۰
چین چین		
روغن آفتاب گرمی	۷۹۵۰	۵۹۵۰
آفتابگردان		
بنبریگه		
۴۰۰ گرمی کم چرب	۵۰۰۰	۳۴۹۰
پنیر ۳۰۰ گرمی رمانک	۳۵۰۰	۲۸۰۰
شربت سن ایچ ۳ لیتری	۲۳۰۰۰	۱۶۶۰۰
بیسکویت گرمی نسترن ۲ کیلویی	۱۵۰۰۰	۸۴۹۰
پودر سفید ۲ کیلو	۱۹۰۵	۱۴۶۰
صابون گلنار	۷۶۸۰	۵۸۹۰
دستمال نلو ۲۳ برگ	۱۷۵۰	۹۴۰
نوشابه کانادا ۱.۵ لیتری	۳۳۰۰	۱۳۵۰

قیمت انواع ترشی

نام محصول	قیمت مصوب هر کیلوگرم (ریال)
ترشی بادمجان درسته اسلایس شده، لیته بادمجان	۴۰۰۰۰
ترشی بادمجان شکم پر	۵۵۰۰۰
ترشی بامیه ریزو درسته	۷۰۰۰۰
ترشی بامیه درشت و خرد شده	۶۰۰۰۰
ترشی خیار ویژه	۶۵۰۰۰
ترشی خیار ممتاز، خیار سرکه ای متوسط بین ۵-۱۰ سانتی متر، بسته بندی درحلب	۵۵۰۰۰
ترشی خیار ممتاز، خیار سرکه ای درشت، بالای ۱۰ سانتی متر، بسته بندی درحلب	۴۲۰۰۰
ترشی پیاز	۵۲۰۰۰

آموزه هایی از ورشکستگی

برای هر یک از ما اتفاق افتاده که بحرانی مالی را تجربه کرده ایم. ممکن است این شرایط با گذشت زمان یا اتخاذ تدابیر خاص نهایتاً به پایان رسیده باشد، اما این تجربه ها به ما چه می آموزند؟

اولین نکته مدیریت هزینه ها، زندگی کردن در حدود خط میانگین است. نباید در شرایط تنگناهای اقتصادی مخارجی را که بیشتر جنبه تشریفاتی و غیرضروری دارد وارد هزینه ها کرد.

در حقیقت زندگی کردن زیر خط میانگین یکی از ساده ترین روش ها برای زمان هایی است که پول کافی در اختیار ندارید. این خط مشی حتی در زمان فراغت از بی بولی نیز بسیار راهگشا و مفید خواهد بود. به عبارت دیگر، اگر نتوان زیر میانگین درآمدی خود خرج کنیم، دیر یا زود با مشکل مواجه خواهیم شد.

آگاهی از اینکه پول خود را چه جایی خرج می کنید یکی از مهم ترین اصولی است که بیشتر زمان ورشکستگی و بحران های مالی نمود پیدا می کند. وقتی افراد پول کافی در اختیار نداشته باشند برای هر یک دلاری که هزینه می شود، برنامی ریزی می کنند و حساسیت بیشتری نسبت به قبل نشان می دهند. حفظ اعتماد به نفس و روحیه بالا و سرزنده را فراموش نکنید. بسیاری از افراد با وقوع بحران مالی خیلی زود دچار ناامیدی شده و دست از تلاش و همت برمی دارند، این در حالی است که زمان فعالیت مضاعف و امتحان کردن روش های جدید دقیقاً موقع بروز ورشکستگی است؛ چرا که قرار گرفتن در بحران به عنوان نیرو محرکه برای افزایش تلاش و مدت زمان کار کردن به حساب می آید. بسیاری افراد تصور می کنند در زمان ورشکستگی یا بحران های مالی دیگر فرصت یا بودجه ای برای تفریح نخواهند داشت. این تفکر اشتباه منجر به افزایش تنش روحی و افسردگی خواهد شد و سبب می شود انگیزه کمتری برای تلاش جهت بیرون آمدن از بحران داشته باشند.

نکته اصلی اینجاست که هر فرد با هر شرایط مالی قطعاً گزینه های مناسبی برای تفریح و سرگرمی خواهد داشت. مزیت اصلی تفریح، بازیابی روحیه و افزایش حس شادی است.

منبع: gobankingrates

قیمت شیر خام در ایران نسبت به قیمت جهانی



تسنیم: دبیرانجمن صنایع لبنی با بیان اینکه نرخ شیر خام از ۴۵۰ تومان به ۱۲۵۰ تومان رشد کرده که این رقم تقریباً دو برابر قیمت های جهانی است، گفت: علت اصلی گران شدن کالاهای لبنی در ایران تغییرات توری غیرمعارف است.

واردات سیگار در یک روز



بر اساس آمار منتشر شده از سوی سامانه برخط گمرک جمهوری اسلامی ایران در روز ۲۸ فروردین ماه، بیش از چهار میلیون و ۸۴۵ دلار سیگار حاوی توتون وارد کشور شده و این کالا به صدر لیست کالاهای عمده وارداتی به کشور پیوسته است.

سهم تراکنش های خرید پایانه های فروشگاه های



مهر تراکنش های سال گذشته از نظر تعداد، ۵۷ درصد تراکنش ها در پایانه های فروشگاه های ۲۴۰ درصد در پایانه های خودپرداز، ۱۲ درصد در پایانه های تلفن همراه، حدود ۶ درصد اینترنت و حدود یک درصد پایانه تلفن، کیوسک و شعب برداشته شده است.

ارزش صادرات هندوانه و خربزه در سال ۹۴



اسنا: هندوانه و خربزه بیشترین میزان صادرات را در بین میوه و تره بار داشته اند که از نظر وزنی به بیش از ۶۲۲ هزار و ۳۰۰ تن به ارزش ۱۵۲ میلیون دلار می رسد. در حالی که این دو محصول جزء آب برترین محصولات کشاورزی در گروه سبزی و صیفی هستند.

صفهان زیبا

هشت اصل اساسی برای خرید آپارتمان که کمتر مورد توجه قرار می گیرد

اصول پنهان در خرید آپارتمان



استاندارد باشد. معمولاً اندازه استاندارد ورودی هر ساختمان ۱۰ سانتی متر است تا برای رفت و آمد و ورود اثاث مشکلی به وجود نیاید. همچنین عرض راه پله برای عبور و مرور راحت باید ۹۰ سانتی متر باشد و در انتها باید به ابعاد استاندارد پله ها دقت کرد که به کاهش خلطرات و حوادث به خصوص برای کودکان و سالمندان کمک می کند.

یکی از مهم ترین بخش های هر خانه، سیستم گرمایشی و سرمایشی آن است. اگر آپارتمانی دارای شوفاژ خانه و یا موتورخانه است، خریدار باید از سلامت آن اطمینان حاصل کند. اما بهتر است خریدار مسکنی انتخاب کند که به سیستم گرمایشی جدید مانند کچج مجهز باشد که هزینه استهلاک کمتری نسبت به سیستم های قبلی دارد. در ضمن هر آپارتمان باید دارای یک پنجره تهویه و همچنین سیستم اعلام حریق باشد.

بالکن، حیات خلوت یا ترانس یکی از ملزومات هر آپارتمان است که کمتر کسی در هنگام خرید به آن توجه می کند. با توجه به اینکه هر واحد آپارتمان دارای حیاط اختصاصی نیست، پس وجود یک بالکن متناسب به نیاز اهمیت زیادی دارد.

بالکن بزرگ تر در آپارتمان ها همیشه به عنوان یک مزیت به حساب می آید، در حالی که یک ترانس کوچک که کولر نیز در آن قرار دارد می تواند هیچ مزیت خاصی نداشته باشد. در انتها فرد خریدار باید به تمامی آیین نامه ها، تبصره ها، ماده ها و مباحثه نامه های مندرج در سند و قرارداد آپارتمان مد نظر توجه کند؛ زیرا فرد فروشنده یا کمی زیرکی می تواند آردی ها و حق استفاده خریدار از تمام امکانات آپارتمان را از او سلب کند. برای حل مشکلات احتمالی بهتر است قرارداد خرید در مکان های قانونی و مورد اطمینان تنظیم شوند.

می کند، نمای ساختمان است که خریدار باید توجه ویژه ای به آن داشته باشد. نمای یک آپارتمان علاوه بر زیبایی و برداشت مثبت اولیه هر فرد، باید به راحتی قابل تمیز شدن باشد و دوام بلندمدت داشته باشد. بهترین مصالح برای نمای یک ساختمان گرانیت است که تمام ویژگی های مذکور را داراست.

در خرید آپارتمان باید به تعداد واحدها و طبقات ساختمان توجه کرد؛ زیرا تعداد طبقات واحدها در شلوغی محیط آپارتمان تاثیر زیادی دارند و همچنین آپارتمان هایی که بیشتر از ۱۰ طبقه دارند مدیریت و کنترل سخت تری را می طلبد. از طرفی با توجه به کم آبی سال های اخیر، توجه به فشار آب در ساختمان های شلوغ نیز اهمیت زیادی دارد. ورودی، عرض راه پله و پله ها از معیارهای مهم دیگر هستند. ورودی ساختمان باید

مسکن در میان نیازهای اولیه هر انسانی جای دارد و به دلیل آنکه به صورت میانگین هر فرد به تعداد انگشت شماری در طول زندگی اش اقدام به خرید مسکن می کند، باید در هنگام خرید به نکات ریز و درشت زیادی توجه کند تا از خرید خود پشیمان نشود. در واقع هر اصطلاحی قبل از هر نوع اقدام اساسی در جهت خرید آپارتمان، باید با اصول یک خرید مناسب در این بازار آشنا باشد و سپس به بازار مشاوران املاک مراجعه کند. البته برای خرید یک آپارتمان باید به اصول زیادی توجه کرد، ولی بررسی ها حاکی از آن است که خیلی از مردم در هنگام خرید به هشت اصل اساسی که در خرید آپارتمان اهمیت زیادی دارند توجه نمی کنند. این هشت اصل به صورت زیر هستند:

مهم ترین اصل در هنگام خرید آپارتمان توجه به موقعیت و استحکام آن در برابر حوادث و بلایای طبیعی است. معمولاً مردم می خواهند مدت زیادی در آپارتمان خریداری شده زندگی کنند و از آنجایی که امکان وقوع بلای طبیعی در هر مکانی وجود دارد، پس توجه به این امر که خانه مورد نظر آنها از نظر استحکام چه وضعیتی دارد، از اهمیت بالایی برخوردار است. در گام بعدی باید به مصالح به کار برده شده در

بازگشت بورس به مدار مثبت

بازار سرمایه روند اصلاحی خود را متوقف کرد و در سومین روز هفته شاهد مثبت شدن این نالار شیشه ای در بورس و فرابورس بودیم. اما همچنان برخی شرکت های مطرح بازار، یعنی با ایلش نفت بندرعباس و ایران خودرو دیزل به روند نزولی خود ادامه دادند. شاخص کل بورس در معاملات روز گذشته ۹۱۹ واحد افزایش یافت و به رقم ۷۸ هزار و ۴۳۵ واحد رسید. نمادهای فولاد با ۱۱۱ واحد، و امید با ۶۷ واحد، گگل با ۶۴ واحد بیشترین تاثیر را در شاخص بورس داشتند. همچنین سایپا، گروه مینا، سرمایه گذاری و غدیر و بانک ملت از جمله شرکت های تاثیرگذار در مثبت شدن شاخص بورس در روز دوشنبه بودند و ارزش معاملات در این بازار به رقم سه هزار و ۵۰۹ میلیارد ریال رسید.

آخرین قیمت های بازار راکد سیم کارت

فعالان بازار سیم کارت همچنان از رکود این بازار گله مند هستند و از بی رونقی بازار سیم کارت در اولین ماه سال می گویند. به گزارش اسنا، قیمت سیم کارت ۹۱۲، با کد یک، این روزها به بیش از دو نیم میلیون تومان رسیده است. کد ۲ نیز با اختلافی یک میلیون تومانی، این روزها بیش از یک و نیم میلیون تومان قیمت دارد که البته در تمام کدها بسته به میزان رند بودن شماره، قیمت آن افزایش می یابد. سیم کارت های ۳ کد همراه اول نیز این روزها با قیمتی بالغ بر یک میلیون تومان در بازار به فروش می رسند که این رقم در کدهای ۴ و ۵ به بیش از ۷۰۰ هزار تومان و در کد ۶ به ۵۰۰ هزار تومان می رسد.

واردات انواع میوه همچنان ممنوع است

سازمان توسعه تجارت در نامه ای به گمرک ایران اعلام کرد، بنا به درخواست وزارت جهاد کشاورزی واردات انواع میوه برای سال جاری همچنان ممنوع است. به گزارش روابط عمومی سازمان توسعه تجارت، در نامه وزارت جهاد کشاورزی به وزارت صنعت، معدن و تجارت آمده است: پیرو مصوبه هیات وزیران در مورد کالاهای گروه ۱۰، بر مبنای ماده ۱۶ قانون افزایش بهره وری ممنوعیت واردات انواع میوه برای سال ۹۵ مانند سال ۹۴ خواهد بود. بر این اساس، واردات انواع میوه به استثنای میوه های گرمسیری ممنوع و سیستم ثبت سفارش برای آنها مسدود است.

این آیین نامه از سوی دفتر مقررات صادرات و واردات سازمان توسعه تجارت به گمرک ابلاغ شده است.

بورس جهانی	تغییر (درصد)	بورس تهران	تغییر (درصد)	سکه و طلا	تغییر (درصد)	ارز	تغییر (درصد)
نزدک آمریکا	۴۲.۸	شاخص کل	۹۱۲ (۱.۸۲)	بهار آزادی	۲۰۰۰ (۰.۹۲)	دلار	۳۴۶۰
داچونز	۱۷.۸۷	شاخص قیمت (وزنی انرژی)	۳۴۷ (۱.۸۲)	طرح امام زره	۱۰.۲۹۰۰۰۰	یورو	۳۹۲۳۰
اس اند پی ۵۰۰	۲۰.۸۱	شاخص بازار اول	۸۸۸ (۱.۶۵)	نیم سکه	۵.۴۵۰۰۰۰	پوند	۴۹۳۰۰
نیکئی ژاپن	۱۶.۸۴	شاخص بازار دوم	۵۰۴ (۰.۲۹)	ربع سکه	۲.۹۰۰۰۰۰	درهم	۹۵۰۰
شانگهای چین	۲۰.۷۸	فرابورس	۱۶ (۰.۰۲)	گرم طلا ۱۸ عیار	۱۰۰۴۸.۵۰۰	فرانک	۳۶۰۰

بورس جهانی	تغییر (درصد)
نزدک آمریکا	۴۲.۸
داچونز	۱۷.۸۷
اس اند پی ۵۰۰	۲۰.۸۱
نیکئی ژاپن	۱۶.۸۴
شانگهای چین	۲۰.۷۸

بورس تهران	تغییر (درصد)
شاخص کل	۹۱۲ (۱.۸۲)
شاخص قیمت (وزنی انرژی)	۳۴۷ (۱.۸۲)
شاخص بازار اول	۸۸۸ (۱.۶۵)
شاخص بازار دوم	۵۰۴ (۰.۲۹)
فرابورس	۱۶ (۰.۰۲)

سکه و طلا	تغییر (درصد)
بهار آزادی	۲۰۰۰ (۰.۹۲)
طرح امام زره	۱۰.۲۹۰۰۰۰
نیم سکه	۵.۴۵۰۰۰۰
ربع سکه	۲.۹۰۰۰۰۰
گرم طلا ۱۸ عیار	۱۰۰۴۸.۵۰۰

ارز	تغییر (درصد)
دلار	۳۴۶۰
یورو	۳۹۲۳۰
پوند	۴۹۳۰۰
درهم	۹۵۰۰
فرانک	۳۶۰۰

لپ تاپ + ۱۳ اینچی

ACER ASPIRE S7

تومان ۲,۶۰۰,۰۰۰

طراحی باریک و شیک بدنه
- وزن و ضخامت کم
- صفحه نمایش لمسی با کیفیت FullHD
- وینل IPS
- کیبورد با نور پس زمینه و کیفیت بالا
- سخت افزار قوی در مقایسه با دیگر لپ تاپ ها

جذب بالای انرژی و توان
- صدای کلیک چپ تاچ پد

ASUS VIBROBOOKTP301UA

تومان ۲,۲۷۰,۰۰۰

طراحی هیبریدی بدنه با کیفیت
- ساخت بالا
- مجهز به پردازنده مرکزی نسل Skylake
- اینتل
- صفحه نمایش لمسی IPS با کیفیت FullHD
- کیبورد تاچ بدخوش ساخت

کمبود پورت LAN

MACBOOK-MVE2

تومان ۳,۳۰۰,۰۰۰

طراحی باریک و سبک، بدنه
- یکپارچه آلومینیومی با کیفیت
- فوق العاده

بهترین تاچ پد موجود در بین
- اولترا بوک های بازار
- سخت افزار قدرتمند و سریع، مجهز به
- حافظه داخلی SSD با درگاه e-PCI
- شارژدهی باتری بی رقیب

ASUS UX303UB

تومان ۳,۸۵۰,۰۰۰

پردازنده اینتل از نسل Broadwell
- به همراه پردازشگر گرافیکی نسل ۹ انویدیا

صفحه نمایش FullHD با تکنولوژی IPS
- عملکرد عالی کیبورد تاچ پد
- قیمت مناسب و ارزش خرید بالا
- بدنه باریک و سبک با کیفیت ساخت بالا

شارژدهی باتری می توانست
- بیشتر باشد

ASUS UX303UB

تومان ۳,۸۵۰,۰۰۰

پردازنده اینتل از نسل Broadwell
- به همراه پردازشگر گرافیکی نسل ۹ انویدیا

صفحه نمایش FullHD با تکنولوژی IPS
- عملکرد عالی کیبورد تاچ پد
- قیمت مناسب و ارزش خرید بالا
- بدنه باریک و سبک با کیفیت ساخت بالا

شارژدهی باتری می توانست
- بیشتر باشد



فتح فاو در عملیات والفجر هشت در سال ۶۴ پیروزی بزرگی برای ایران در جبهه‌ها محسوب می‌شد. عراق تا یک سال بعد با تک‌های مکرر سعی کرد فاو را پس بگیرد، اما موفق نبود. یک سال بعد فتح سلمچه در عملیات غافلگیرانه «کربلای پنج» هرجه بیشتر موازنه را به نفع ایران تثبیت کرد. برتری نظامی ایران در جبهه‌ها منجر به این شد که دو ابر قدرت شرق و غرب تصمیم بگیرند هرطور شده مانع تداوم پیروزی‌های ایران شوند و با شکست ایران و تغییر موازنه به نفع عراق، جنگ را به پایان ببرند. فضای پدیدآمده از این تحول، این امکان را برای عراق فراهم کرد تا به تفتک‌ش‌ها و پایانه‌های نفتی و مراکز صنعتی و اقتصادی ایران حمله کند، اقدامی که با حمایت‌های آمریکا همراه می‌شود.

سال ۶۶ در حالی به پایان رسید که جنگ شهرها و رسیدن

آخر فروردین ماه در فاو چه گذشت؟ فاو پس از ۳۰ و چند ساعت مقاومت سقوط می‌کند

در منطقه، همراه با غنایم قابل توجه و ۴۵۰ اسیر به داخل خاک عراق باز می‌گردند.

فاو

در ۲۵ فروردین ۶۷ عراق به ارتفاعات شاخ شمیران حمله محدودی می‌کند تا فرماندهان ایرانی یقین کنند گارد ریاست جمهوری عراق، همگام با ایران جبهه خود را از جنوب به شمال غرب منتقل کرده است. غافل از اینکه عراق خواب دیگری دیده است. سه روز بعد در ۲۸ فروردین، عراق به فاو حمله کرد. همزمان تهران نیز موشک باران می‌شود و سه سکوی نفتی ایران در خلیج فارس توسط آمریکایی‌ها مورد حمله قرار می‌گیرد و متعاقب آن ناوچه سه‌سپه و سیلان نیز با آمریکا‌یی‌ها درگیر می‌شوند. از سوی دیگر فرماندهان سپاه که در کنفرانس

موشک‌های عراقی به تهران از سویی و دست و پنجه نرم کردن با آمریکا در خلیج فارس از سوی دیگر معادلات جنگ را پیچیده تر کرده بود. همچنین فرسایشی شدن بازکردن جبهه‌های جدید در شمال غرب انداخته و بخش قابل توجهی از نیروها از جنوب به شمال غرب منتقل شده بودند. بهار ۶۷ فصل تلخ‌کامی رزمندگان و فرماندهان بود. آخرین ساعات روز نهم فروردین ۶۷ بود که منافقین با پشتیبانی ارتش عراق، عملیات «افنا ب» را آغاز کرده و به فکه حمله می‌کنند. هدف آنها نه تصرف منطقه، بلکه ضربه زدن به نیروهای ایرانی است. این عملیات ۱۲ ساعته که از نیمه شب آغاز و نیمه روز بعد ادامه می‌یابد، به دلیل غافلگیری رزمندگان ایرانی موفقیت آمیز است و آنها در نهایت با آتش زدن سنگرها و استحکامات مستقر



فاسم کارگر، از فرماندهان دفاع مقدس و از جمله شاهدان عینی ماجرای پاتک ۳۱ فروردین عراق در گفت‌وگویی با ایسنا، به بیان جزئیات این ماجرا پرداخت. هر عملیات از شروع تا تثبیت، مدت زمانی را به خود اختصاص می‌داد. «عملیات والفجر هشت» ۷۵ روزه طول انجامید. پایان این ۷۵ روز، پاتک ۳۱ فروردین عراق بود. از زمانی که رزمندگان اسلام وارد فاو شدند، عراق به انحصار مختلف برای بازسازی آن اقدام کرد. بندر فاو سه محور عمده داشت: محور فاو - البهار، محور فاو - بصره و محور فاو - ام‌القصر که لشکر ۲۷ در این محور عملیات می‌کرد. گردان حمزه، شب ۲۴ اسفند ۱۳۶۴ در این جاده عملیات کرد که با موفقیت به‌انجام رسید. پس از انجام عملیات، گردان‌ها به دو گوه برگشتند و منطقه به حالت پدافند درآمد.

مرز ما با عراق، رونق‌ورود است که شاید وحشی‌ترین رودخانه دنیا است. پس ما نسبت به عراق ضربه پذیرتر بودیم، چون اگر عراق بر ما فشار می‌آورد ما را به عقب می‌راند می‌توانست ما را به درون آب ببرد. عرض آبرود هم زیاد است و فقط با قایق و هلی‌کوپتر می‌شود رفت و آمد کرد.

مرزهای عراقی، شناسایی بسیار خوبی را روی خط ما انجام داده بودند و اطلاعات زیادی از وضعیت ما داشتند. در حین شناسایی از کنار خاکریز دو جداره هم عبور کرده و متوجه خالی بودنش شده بودند و در نظر داشتند که وقتی نیروهایشان کانال ما را با عبور از کنار خود عبور دادند دور می‌زنند. نیروهایشان در پشت خاکریز دو جداره مستقر شوند و سپس به سمت فاو پیش بیایند.

در زمانی که درگیری شروع شد، آقای امینی فرمانده گردان در کانال بود. سردار کورتی فرمانده لشکر ۲۷ در دو گوه و شهید رضا دستواره قائم مقام او هم در فاو بود. من با شهید دستواره تماس گرفتم و گفتم که عراقی‌ها

حمله کرده‌اند برای ما نیروی کمکی نفرستید. او هم با امینی که در داخل کانال بود تماس می‌گیرد و امینی حمله را تأیید نمی‌کند. به خاطر اینکه نیروهای عراق آنها را دور زده بودند و اصلاً آنها متوجه نیروهای عراق نشده بودند. عراقی‌ها وقتی با مقاومت روبرو شدند، در پشت بخش شدند تا اینکه آن گروهان احتیاط که در پایگاه موشکی مستقر بود، متوجه درگیری‌ها شد، ولی هنوز باور نمی‌کرد که محور اصلی درگیری، خاکریز دو جداره باشد. این‌ها آمدند به محل خاکریز و گفتند پیشانی (نقطه اصلی درگیری) کجاست؟ گفتم همین جا.

پاتک عراق در واقع زمانی انجام شد که به غیر از گردان حمزه، نیروی دیگری در آنجا نبود. شب بعد هم گردان ما باید در آن منطقه پدافند می‌کرد. فردای آن شب، یعنی روز اول اردیبهشت، من داخل خاکریز بودم که شهید دستواره آمد داخل خاکریز. من با او خیلی رفیق بودم، ولی به خاطر اینکه شب بیش. حمله عراق را از زبان من باور نمی‌کردم. من رویم را از او بزرگتر اندم. او هم به خاطر اینکه از من بزرگتر بودم، آقای صادقی جانشین می‌شد. او با من در دروازه و هم یک خسته نباشید گفته باشد. جلومند و یک سیلی به گوش من زد و مرا در آغوش گرفت و هر دو در حالی که از شهادت بچه‌ها به خصوص شهید جعفر تهرانی ناراحت بودیم و بغض گلوئی مان را می‌فکرد، شروع کردیم به گریه کردن.

شب دوم شب نیروهای ما برای پدافند در خاکریز مستقر شدند. بی‌خوابی به شدت بر آنها فشار می‌آورد و دیگر بدون اختیار خوابشان می‌برد. کار من شده بود بیدار کردن بچه‌ها در سنگر. همین‌طور که بچه‌ها را از اول سنگر تا انتهای آن بیدار می‌کردم، نفر آخر که بیدار می‌کردم، فردا صبح دوباره می‌خوابید. عراقی‌ها هنوز در دشت پخش بودند.

فرماندهی نیروهای عراقی در فاو را «مهر عبدالرشید» برعهده داشت. او کسی بود که اگر در جنگ نبود شاید عراق در همان یکی، دو سال اول، جنگ را از دست داده بود. بسیار باهوش بود. بعد از تصرف فاو به دست نیروهای ما، عراقی‌ها رفتند جزیره‌ای شبیه فاو در عربستان را پیدا کردند و بیش از ۲۰۰ مأمور آزمایش در آنجا انجام دادند تا نهایتاً حمله نهایی را به فاو انجام دهند. ماهر عبدالرشید در نهایت چون شخصیت خیلی مهم برجسته بزرگی شده بود توسط صدام کشته شد و الان هم مسجد بزرگی که در فاو از مرز ایران دیده می‌شود به نام اوست. به گمان من ماجرای ۳۱ فروردین ۶۵ من این دلیل از یادها رفته است که نه رمزی داشته و نه اسمی و نه همه نیروهای سپاه طی آن درگیر شدند و گرنه می‌توان این پاتک و دفع آن را در کنار عملیات‌های بزرگ قرار داد. ولی چون در این ماجرا هیچ‌گونه تصویربرداری و مستندسازی صورت نگرفته، این ماجرا مغفول مانده است.

الان در چه وضعیتی هستید؟ چند سال بعد از آن اتفاق، مراجعه کردم به بنیاد شهید برای کارت جانپاز و دیدم همچنان اسمم جزء مفقودین است! و خلاصه گفتم اینکه می‌گویند مفقود، خود من هستم! دست آخر هم حاج اسماعیل براتی که آن روز معاون گردان بود، آمد و مرا شناخت و تأیید کرد که من همان شخص مفقود الاثرم.

منمون که در این گفت‌وگو شرکت کردید!

سال یازدهم، شماره ۲۶۴
سه شنبه
۲۱ فروردین ۱۳۹۵

صفهان زیبا

پایداری

گفت و گو با ابوالفضل صادقی؛ رزمنده‌ای که ۴۴ روز در فاو جامانده بود

به غیر از گرازها کسی من را ندید!



شاید زینر آوار مانده، شاید در بند دشمن بوده و بعد نجات پیدا کرده، شاید هم... کسی نمی‌توانست راوی این جریان باشد، چون او شاهدی هم ندارد، ولی شواهد از زبان او می‌تواند گویای ماجرا باشد. شرایط این طور رقم می‌خورد که ابوالفضل در آخر جنگ به جبهه برود و در عملیات بازپس‌گیری فاو اتفاقات عجیبی برایش بیفتد که باور کردنی نیست. با هر این گفت و گو را بخوانید!

فرازگاه، آنجا کسی سوال جواب شدم و آخر سر پرسیدند چه کسی را می‌شناسی؟ سال که این ۳۰ روزه به نظرم سال‌ها گذشته بود، گفتم ۴۰ من این پیش که من آن طرف بودم، آقای صادقی جانشین می‌شد. و جملنار می‌خواندم، همین که دورتر شدم، هوا هم داشت روشن تری می‌شد. حدود دو هزار متر فاصله داشتیم تا ساحل آروند. با روشن شدن هوا دیده می‌شدم. این را از گیاره‌پایشان به سمت خودم متوجه شدم. جان زدم، سرعتم را بیشتر کردم، اما آخر سر یک تیر خورد به دستم، پشت بازویم. با دست دیگر بازو زدم و طوری بی‌حرکت بودم که تصور کردند من مرده‌ام. نمی‌دانم چند ساعت روی آب بودم و کی رسیدم به ساحل. اما وقتی به هوش آمدم دیدم خونریزی ندارم، فقط توان بلند شدن نداشتم. یک جوبدستی پیدا کردم و با کمک آن بلند شدم. بدمن بر بود از ترسش.

سپاه بودم و زوئید، یار بزرگم با یک زیرپوش تکه پاره و یک شلوار نصفه نیمه. به سختی رسیدم نزدیک نخلستان، یک سنگر کوچکم را جلب کرد. کسی آنجا نبود.

رفتم نزدیک. یک کوله بود پر از نان خشک کپک زده، سه، چهار کیلو می‌می‌شد. بیشترش را خوردم و دو پاره راه افتادم. در حال خودم بودم که ناگهان صدای گلنگدن تفنگی مرا به خود آورد.

می‌خکوب شدم سرجایم. به فارسی گفت دست‌ها بالا. اول ترسیدم، اما چون فارسی گفتم، جان تازه‌ای گرفتم، یقین کردم که رسیده‌ام به ساحل خودمان. جوبدستی ام را بی‌اختیار رها کردم و چون به آن تکیه داده بودم، خوردم زمین. آمد بالای سرم. گفت تو کی هستی؟ اینجا چکار می‌کنی؟ ایرانی یا عراقی؟ گفتم من ایرانی‌ام. باور نکرد. خیلی سیاه شده بودم. گفتم من از لشکر امام حسین (ع)، گردان یا زهرا (س) هستم. جامانده بودم در فاو. گفت دروغ می‌گویی، حدود ۴۰ روز است از فاو عقب نشینی کرده‌ایم! از گردان یا زهرا (س) باقی نمانده!

آخرش چه شد؟ وضعیتم را که دیدم، آمد کمکم و مرا برد

بعد از مشخص شدن قیام‌صاحبه، به سراغش می‌روم. بدون ادعا در یک امامزاده قرار گذاشته ام. ابوالفضل صادقی، نوجوان ۱۷ ساله بعد از تکی پیگیری و اصرار در سال ۱۳۶۷ موفق می‌شود به جبهه برود و بعد از آموزش به منطقه فاو در آن طرف آروند رود اعزام می‌شود.

در همان عملیات هر فرمان عقب نشینی، خبری است که به گوشش

می‌رسد. اولین حرفی که می‌گوید این است: ۴۴ روز در منطقه فاو عراق مفقود الاثر بوده‌ام. و در آن روزها تنها چیزی که برای خوردن وجود داشته شکوفه‌های درخت خرما و برگ‌های درخت توت بوده است. اصلاً باورش سخت است که چگونه ممکن است مفقود شده باشد و الان اینجا باشد!

هم وحشت زده تمام سطح، با تپاخ بود و نیزار. مجبور شدم خودم را میان نیزارها مخفی کنم. هوا که تاریک شد، انگار دنیا روی سرم خراب شده بود. در دلم دغامی کردم و می‌نالیدم. تا صبح نخوابیدم. فقط گریه می‌کردم. کم‌کم گرسنگی هم فشار می‌آورد. صبح که شد، آفتاب تازه زده بود که بلند شدم از لایه لایه نیزارها به اطرافم نگاه کردم. همه جانپاز بود و نخل. شکوفه‌های نخل تازه به بار نشسته بود. چند تایش را کندم و مزه مزه کردم. بد نبود. از همان شکوفه‌ها خوردم و کمی رفع گرسنگی شد. دوباره نشستم روی پل شناور تا شب گریه کردم و عزا گرفته بودم. دو شبانه روز نخوابیدم، روز اول حتی زمان هم برابم مفهوم نداشتم. شوکه بودم. حتی نماز هم نبود. اما روز دوم رفتم لب آروند، وضوی ساختم و دو رکعت نماز خواندم و از خدا خواستم تا نجات پیدا می‌شود. می‌رفتم.

نمی‌دانم چند ساعت این حالت را داشتم. بدمن از شدت گرمای سوخت. ناگهان چشم باز کردم و دیدم پل شناور به گل نشسته و رسیده‌ام کنار ساحل.

به کدام ساحل؟ به ساحل فاو! دوباره برگشته بودم پیش دشمن!

از عراقی‌ها کسی شما را دید؟ نه. فقط صدایشان می‌آمد، آن هم صدای تیراندازی. آنجا فقط خودم بودم و خودم.

چه کار کردید؟ مثل بید می‌لرزیدم. اشک درون چشمانم حلقه زده بود، حتی نمی‌توانستم فریاد بزنم. داشتم دق می‌کردم. هزار بار از روی می‌کردم که ای کاش من هم شهید شده بودم. بدترین چیزی که از بدمن می‌کردم فکر اسارت بود.

ناگهان صدای پایمی آمد و رشته افکارم را پاره کرد. نفسم بند آمده بود. خودم را زدم به مردن و زیر چشمی نگاه کردم. یک گراز بود. جلو آمد، آبی خورد و رفت. هم زخمی بودم، جلو آمد.

بی‌وقته تیراندازی می‌کردند. یکی یکی بچه‌هایی که با من بودند شهید شدند. هر کدام با یک حالتی خاص. من ماندم و یک شط وحشی و دشمن در پشت سر. تا ساحل ایران حدود دو کیلومتر بود و هر چه تلاش می‌کردم به آن سمت بروم فشار آب مرابه سمت دهانه خلیج فارس می‌برد. جرات نداشتم تکان بخورم. دیدم صدای تیراندازی قطع شد. عراقی‌ها فکر کردند همه شهید شده‌ایم. ما سختی و بدبختی توانستم خودم را روی پل شناور قرار دهم و با دست، بازو زدم. انگار دوباره متوجه من شدند و تیراندازی شروع شد.

ناگهان یک گلوله به پشت سرم اصابت کرد و از دردت تا مغز من تیر کشید. دستم را گذاشتم روی زخم و فشار دادم تا خونریزی زیاد نشود. اما انگار زخم سطحی بود و گلوله از روی بدمن رد شده بود. در همان حال ماندم و دیگر تکان نخوردم. گاهی بی‌هوش می‌شدم و به هوش می‌آمدم و می‌دیدم روی آسیم و دوباره از هوش می‌رفتم.

نمی‌دانم چند ساعت این حالت را داشتم. بدمن از شدت گرمای سوخت. ناگهان چشم باز کردم و دیدم پل شناور به گل نشسته و رسیده‌ام کنار ساحل.

به کدام ساحل؟ به ساحل فاو! دوباره برگشته بودم پیش دشمن!

از عراقی‌ها کسی شما را دید؟ نه. فقط صدایشان می‌آمد، آن هم صدای تیراندازی. آنجا فقط خودم بودم و خودم.

چه کار کردید؟ مثل بید می‌لرزیدم. اشک درون چشمانم حلقه زده بود، حتی نمی‌توانستم فریاد بزنم. داشتم دق می‌کردم. هزار بار از روی می‌کردم که ای کاش من هم شهید شده بودم. بدترین چیزی که از بدمن می‌کردم فکر اسارت بود.

ناگهان صدای پایمی آمد و رشته افکارم را پاره کرد. نفسم بند آمده بود. خودم را زدم به مردن و زیر چشمی نگاه کردم. یک گراز بود. جلو آمد، آبی خورد و رفت. هم زخمی بودم، جلو آمد.

خودتان را معرفی کنید؟ ابوالفضل صادقی هستم. متولد ۱۳۴۹ در شهرستان جرقویه اصفهان.

از کی به جبهه رفتید؟ سال ۱۳۶۷ آخر جنگ. ۱۷ سال داشتم و به خاطر سن کم و جثه لاغر اعزام نمی‌کردند جنگ. رضایت پدر و مادری یکی از شرایط اعزام بود که از آن جهت مشکلی نداشتم. آخر سر با کلی التماس و وساطت پدر، راضی شدند مرا بفرستند جبهه.

یک راست رفتید خط مقدم؟ نه. آموزش‌های مقدماتی را در پایگاه‌ها و اردوگاه‌ها گذرانده بودم. کارت آموزشی هم داشتم. اما برای آشنایی بیشتر ما را به پادگان شهید محمد منتظری اصفهان بردند. ۴۵ روز آموزش دیدم و نسبت به قبل آیدیده تر شدم.

اولین جایی که در جبهه رفتید کجا بود؟ چه عملیاتی؟ فروردین سال ۱۳۶۷ همراه یک کاروان رفتیم اهواز. شهرک دارخوین و از آنجا معرفی شدم گردان یا زهرا (س). بعد از یک هفته هم اعزام شدیم به فاو برای عملیات.

از عملیات بگویند؟ رسیدیم کنار آروند با قایق‌هایی که لایه لایه نخل‌ها پنهان بود. گروه سوار شدیم و رفتیم به سمت فاو. حدود ۳۶ نفر بودیم. هزار گاهی هواپیما‌های عراقی می‌آمدند بمباران می‌کردند و قایق‌هایی که روی آب بودند آتش می‌گرفتند. با هر زحمتی بود بعد از ظهر رسیدیم فاو. رفتیم امامزاده سید. امامزاده نزدیک جاده آسفالت بود. خاکریز زده بودند کنار جاده. به موقعیت توجه‌مان کردند و گردان یا زهرا (س) خط را تحویل گرفت و ما هم مستقر شدیم. بعد از نماز مغرب و عشاء، مقداری نان و پنیر آوردند به عنوان شام. خوردیم و بعد از آن خوابیدیم.

تا صبح خوابیدید؟ نه! حدود نیمه‌های شب بود که با سروصدای نیروها و تردید ماشین‌های پادار شدیم. دشمن طبق یک عملیات گسترده زمینی حمله کرده بود و می‌خواست فاو را پس بگیرد. با این وضعیت نمی‌توانستیم حتی تصور کنیم که باید عقب نشینی کنیم.

مگر دستور عقب نشینی آمده بود؟ بله، دستور عقب نشینی به ما صادر شد. باران موشک می‌آمد؛ از بی‌جایی می‌گرفته تا موشک و خمپاره و توپ. باید حرکت می‌کردیم به سمت آروند. صدای شنی تانک‌های عراقی هر لحظه نزدیک ترمی شد.

فرمانده گردان یا زهرا (س) که بود؟ آقای اسدی فرمانده بود که در بین راه به شهادت رسید. جانشینش آقای براتی هم که قبلاً مجروح شده بود در منطقه حضور نداشت. هر کس به

سستی می‌رفت، هوا گرگ و میش بود که رسیدیم نزدیک آروند. دورو برم را نگاه می‌انداختم. حدود ۲۰ نفر بیشتر نبودیم. مرتب پشت سرمان گلوله می‌خورد و بعضی ترکش‌هایش نصب بچه‌ها می‌شد. از ۳۶۰ نفر اعزامی گردان، تنها هفت نفر باقی مانده بودیم.

باقیه؟ هفت نفر تانک زده به آب؟

به لب آروند رسیدیم. نه قایقی در کار بود و نه پل معلق؛ تکه‌های پل در اطراف افتاده بود. عراقی‌ها پای‌های ما می‌آمدند. مجبور شدیم به بزم به آب، یکی از تکه‌های پل را برداشتمیم و سوارش شدیم. رودخانه هم بدجوری وحشی بود! هوا کاملاً روشن بود.

دونده المپیک ایران به اروپا می رود

دونده المپیک ایران اردوهای آماده سازی خود را در اروپا برگزار می کند. به گزارش ایسنا، حسن تقیان رکورد دوی ۱۰۰ متر ایران برای کسب آمادگی بیشتر جهت حضور در بازی های المپیک، اردوهای آماده سازی خود را در اروپا برگزار می کند. فنلاند و آلمان دو کشوری هستند که تقیان به احتمال فراوان در آنها اردو برگزار می کند. حضور در رقابت های world challenge، جایزه بزرگ اروپا و دیگر تورنمنت های اروپایی از دیگر برنامه های تقیان است. او ۲۰ اردیبهشت ایران را ترک می کند و به نظری رسد تا آغاز المپیک در این اردوهای ماند. احمد رمضان زاده، مربی او هم تقیان را در این اردوها همراهی می کند.

تورنمنت آزاد اسپانیا

نشان زرین طلا بر سینه سجاد مردانی



هوکوبوش سنگین وزن کشورمان با غلبه بر تمامی حریفانش به مدال طلای وزن ۸۷ کیلوگرم تورنمنت آزاد اسپانیا رسید و جهانی ۱۰ امتیاز به رنکینگ المپیک و جهانی خود اضافه کرد. به گزارش فدراسیون تکواندو، در آخرین مبارزه تورنمنت آزاد اسپانیا که در حال برگزاری بود، رقابت های وزن ۸۷ کیلوگرم انجام شد و سجاد مردانی رو در روی تکواندوکار از کشور آمریکا قرار گرفت که توانست در نتیجه مقتدرانه ۷ بر صفر برنده شود. مدال طلای این مسابقات را به دست آورد. مردانی برای رسیدن به مرحله فینال این مسابقات، تکواندوکارانی از کشورهای اسپانیا (۵ بر ۳)، مراکش (۶ بر ۳)،

باغلبه بر حریف ایتالیایی صورت گرفت؛

زینت کازان، قهرمان لیگ قهرمانان اروپا



تیم والیبال زینت کازان روسیه باغلبه بر حریف ایتالیایی اش در فینال لیگ قهرمانان والیبال اروپا، برافراخته ترین تیم این رقابت ها شد. به گزارش تسنیم، تیم والیبال زینت کازان روسیه که سال گذشته به همراه سعید معروف، قهرمان لیگ قهرمانان اروپا شده بود، در فینال این رقابت ها در فصل جاری حریف ایتالیایی اش، ترنتینو دیپاک را با نتیجه ۳ بر ۲ شکست داد و برای چهارمین بار قهرمان شد تا برافراخته ترین تیم این رقابت ها باشد. زینت کازان در شرایطی بازی را برد که دو ست اول را با نتایج ۲۳ به ۲۵ و ۲۲ به ۲۲ به حریف ایتالیایی اش باخت. دو ست بعدی را با نتایج ۲۵ به ۲۱ و ۲۲ به ۲۰ بر سر برداشته بود.

هم اندیشی سازمان ورزش شهرداری با هیات های ورزشی

در آخرین روزهای فروردین ماه سال جاری، معاونت پژوهش و طرح و برنامه سازمان ورزش شهرداری اصفهان، میزبان جلسه هم اندیشی و تفاهم این سازمان با اداره کل ورزش و جوانان استان و هیات های ورزشی استان بود و متولیان ورزش شهر و شهرداری در نشست دوستانه شرایط تعامل و هماهنگی متقابل را بررسی کردند. مدبرعامل سازمان ورزش شهرداری اصفهان در این نشست به بیان جزئیات برگزاری المپیاد ورزشی محلات اصفهان پرداخت و خواستار تعامل هیات های ورزشی استان برای برپایی هرچه مطلوب تر این المپیاد که در بازه زمانی ۹ ماهه شهروندان اصفهانی را درگیر رقابت ورزشی خواهد کرد، شد.

مسعود انصاری مهر با اشاره به تصویب اساسنامه سازمان ورزش شهرداری و مسوولیت های این سازمان تاکید کرد؛ سازمان ورزش شهرداری اصفهان در نظر دارد با تعامل بیشتر هیات های ورزشی، به گسترش هرچه بیشتر ورزش در سطح جامعه اقدام کند و آماده همکاری با هیات های ورزشی است که برگزاری دو ویژه برنامه روز جهانی تنیس روی میز و یادمان روز بسکتبال اصفهان نیز در این راستا صورت گرفت.

وی با بیان اینکه جنبش ورزش محلات در اولویت این سازمان قرار دارد، یادآور شد؛ برگزاری المپیاد ورزشی محلات، طرح

استعداد بافی ورزشی از محلات شهر اصفهان و برگزاری دوره های آموزشی، مربیگری، داوری و توجهی از جمله دیگر برنامه های سازمان مدیر عامل سازمان ورزش شهرداری از برنامه های این سازمان برای پاسداشت پیشکوتان ورزش خبر داد و گفت؛ افتخارات نام آوران و قهرمانان ورزش اصفهان به صورت یک کتاب جامع به شهروندان اصفهانی عرضه می شود.

سلطان حسینی؛ استفاده از امکانات و ظرفیت های موجود مدیرکل ورزش و جوانان استان اصفهان نیز دیدگاه سخنان این مراسم بود که با اشاره به حضور تیم مدیریتی فعلی در سازمان ورزش شهرداری، تاکید کرد؛ سازمان ورزش شهرداری با رویکرد علمی و با تعامل بین متولیان ورزش استان، این مقوله را مسریبش حرکت می کند و آینده ورزش استان را تضمین خواهد کرد. محمد سلطان حسینی با بیان اینکه امیدواریم روزی فرا برسد که بتوانیم بگوییم همه مردم اصفهان ورزش می کنند که تحقق این مهم در راستای تعامل و برنامه ریزی دقیق و علمی متولیان ورزشی استان است، تصریح کرد؛ در راستای تعاملات بیشتر، هیات های ورزشی استان ملزم شده اند که یک نماینده از آموزش و پرورش و یک نماینده از شهرداری را به عضویت هیات مدیره دبیرانند تا از این طریق از امکانات و ظرفیت های موجود استفاده بهینه ای صورت گیرد.

ارائه طرح تعاملی سازمان ورزش و هیات ها بخش دیگری از این برنامه به سخنرانی علی حلاجیان اختصاص داشت و وی با ارائه پاوربوینت تعاملی بین متولیان ورزش استان، این مقوله را مسریبش حرکت می کند و آینده ورزش استان را تضمین خواهد کرد. محمد سلطان حسینی با بیان اینکه امیدواریم روزی فرا برسد که بتوانیم بگوییم همه مردم اصفهان ورزش می کنند که تحقق این مهم در راستای تعامل و برنامه ریزی دقیق و علمی متولیان ورزشی استان است، تصریح کرد؛ در راستای تعاملات کاردستی بین اداره کل ورزش و جوانان استان (هیات های ورزشی) و سازمان ورزش شهرداری اصفهان آیین نامه راهکارهای تعاملی اتریخش برای شهروندان تدوین شد.

۱- مسابقات دوستانه محلات شهر اصفهان

۲- ورزش شهروندی

۳- طرح استعدادیابی و پدیده شناسی

۴- برگزاری دوره های آموزشی

۵- حمایت از قهرمانان و نام آوران ورزش

۶- این موارد مهم ترین سرفصل های تعاملی سازمان ورزش شهرداری با هیات های ورزشی است که شرح وظایف هر کدام از این مسوولیت ها عنوان شد. **گروه ورزش**

گیلانی؛ خوشحالم به بانوان چنین جایگاهی دادند

رئیس فدراسیون چوگان گفت؛ چوگان ورزشی ایرانی است، بنابراین برای توسعه آن به حمایت نیاز داریم، به گزارش فارس، گلنار وکیل گیلانی، رئیس فدراسیون چوگان درباره انتخابش گفت؛ خوشحالم که مجمع به من اعتماد کرد. امیدوارم بتوانم جوایزی را برای آنها باشم. خوشحالم که در دولت تدبیر و امید به بانوان چنین جایگاهی دادند که رئیس فدراسیون باشند. من همان برنامه های قبلی فدراسیون را دنبال می کنم و در تلاش هستم و ورزش را مردمی تر کنم و با کمک وزارت ورزش آن را در استان ها بیشتر گسترش دهم.

وی درباره ثبت جهانی چوگان تصریح کرد؛ فدراسیون تلاش زیادی کرد. قرار است آذر ۹۶ جلسه ای در ونسکو برگزار شود. ما مشکلات مالی در فدراسیون داریم؛ چرا که هزینه اسب هم زیاد است. همچنین در بخش آموزش در سطح بالا و جذب مربی خارجی به بودجه زیادی نیاز داریم که وزارت ورزش باید حمایت کند. چوگان یک ورزش ایرانی است. اما وقتی می خواهیم مسابقه ای در یک استان برگزار کنیم بودجه نداریم. رئیس فدراسیون چوگان در پاسخ به این سوال که شما برای ریاست چنین فدراسیونی بسیار جوان هستید، گفت؛ چالش هایی پیش رو است. اما من از تجربه پیشکوتان و همینطور رئیس قبلی فدراسیون آقای ایلخانی استفاده می کنم.

رئیس فدراسیون چوگان گفت؛ چوگان ورزشی ایرانی است، بنابراین برای توسعه آن به حمایت نیاز داریم، به گزارش فارس، گلنار وکیل گیلانی، رئیس فدراسیون چوگان درباره انتخابش گفت؛ خوشحالم که مجمع به من اعتماد کرد. امیدوارم بتوانم جوایزی را برای آنها باشم. خوشحالم که در دولت تدبیر و امید به بانوان چنین جایگاهی دادند که رئیس فدراسیون باشند. من همان برنامه های قبلی فدراسیون را دنبال می کنم و در تلاش هستم و ورزش را مردمی تر کنم و با کمک وزارت ورزش آن را در استان ها بیشتر گسترش دهم.

کیمیا علیزاده مدالشر را به شهدای مدافع حرم تقدیم کرد

بانوی تکواندوکار کشورمان مدال طلای خود را به شهدای مدافع حرم تقدیم کرد. به گزارش سایت فدراسیون تکواندو، کیمیا علیزاده تکواندوکار وزن ۵۷- کیلوگرم کشورمان که با کسب مدال طلای مسابقات کسب سهمیه المپیک در قاره آسیا موفق شد جواز حضور در المپیک ریو ۲۰۱۶ را به دست آورد، مدال طلای خود را تقدیم به شهدای مدافع حرم کرد.

قاسمی؛ مادرم به خاطر خط خوردنم سه روز بستری بود

فرنگی کاروزن ۱۳۰ کیلوگرم کشورمان گفت؛ وقتی از تیم اعزامی به مغولستان خط خوردم مادرم از ناراحتی سه روز در بیمارستان بستری شد. امیر قاسمی منجری در گفت و گو با تسنیم، در خصوص حضورش در مسابقات کسب سهمیه المپیک در مغولستان اظهار داشت؛ من هیچ وقت خالتی در تصمیمات کادرفنی نداشتم. اگر از محمد بنام سوال کنید، می گوید که در تمامی این سال ها هیچ گاه برای کسب دوبنده اعتراض نکردم. وی افزود؛ روز شنبه به من گفتند که باید در مغولستان کشتی بگیری و من هم تابع تصمیمات کادرفنی هستم و امیدوارم جواب اعتماد کادرفنی را به خوبی بدهم. من تا عصر روز شنبه تمرینات بر فشاری را انجام می دادم و اصلاً تمرینات مسابقه ای نداشتم و برای مسابقات جام جهانی آماده می شدم، اما اکنون کمی استراحت در دستور کارم قرار گرفته و بعد از آن آماده مسابقات خواهم شد. دارنده مدال طلای آسیا خاطرنشان کرد؛ روز گذشته مسابقات قهرمانی اروپا برگزار شده و برخی از نفرات خوب سهمیه گرفتند و برخی هم هنوز صاحب سهمیه نشده اند.

از جان و دل مایه می گذارم تا آماده حضور در مغولستان شوم و سهمیه این وزن را بگیرم. قاسمی منجری در ارتباط با اینکه آیا امیدوار به حضور در المپیک ریو ۲۰۱۶ است یا خیر، عنوان کرد؛ ابتدا باید سهمیه این وزن به دست آید. این سه مدعی بعد از کسب سهمیه سد راه من هستند و باید یکی از ما چهار نفر را المپیک شوم. وی ادامه داد؛ وقتی محمد بنا به من گفت که به مغولستان بروم، فکر کردم شوخی می کند. بنا از من پرسید آماده هستی و من هم گفتم صد درصد و از چشم مایه می گذارم. اصلاً باورم نمی شد و جالب بود که وقتی مادرم فهمید از خوشحالی پال آورد.

دفعه قبل وقتی اسم من را دادند بعد اعلام شد که با جان زاده می رود، مادرم به دلیل ناراحتی سه روز در بیمارستان بستری شد. دیروز هم به من می گفت؛ «امیر بازم خط نخوری!» اما من گفتم این بار نوبت من است.

بانوان المپیک

تیراندازی در بین رشته های ورزشی بیشترین سهمیه بانوان را به خود اختصاص داده است و کسب چهار سهمیه در بخش بانوان، می تواند مبداهمی برای ورزش ایران لحاظ شود. الهه احمدی و نجمه خدمنی در تفنگ بادی در مسابقات جهانی آذربایجان سهمیه خود را قطعی کردند، اما گلنوش سبقت الهی در تیرانچه ۱۰ متر و مه لقا جام بزرگ در تفنگ سه وضعیت در رقابت های هند مسافر برزیل شدند. در رشته دو میدانی لیلارجبی در پر تپاب وزنه سهمیه گرفته تا بدین ترتیب دومین المپیکش را سبزی کند و در رشته تیراندازی با کمان نیز زهرا نعمتی در مسابقات قهرمانی آسیا با کسب عنوان نایب قهرمانی تنها سهمیه رشته ریگبو تا به امروز را کسب کرد تا اولین ورزشکار معلول ایرانی لقب بگیرد که سهمیه شرکت در المپیک و رقابت با ورزشکاران سالم را به دست آورده است.

در رشته تنیس روی میز نیز ندا شهنساری موفق شد در مسابقات انتخابی که طی روزهای گذشته در قزلبیلین برگزار شد، به سهمیه المپیک دست پیدا کند. آخرین سهمیه المپیک بانوان نیز به کیمیا علیزاده تعلق دارد که در رقابت های انتخابی قاره آسیا موفق شد جواز شرکت در المپیک ۲۰۱۶ را به دست بیاورد.

افزایش سهمیه تا ۵۴ لندن

روند کسب سهمیه ایران برای ریو ۲۰۱۶ با احسان روزبهبانی در رشته بوکس آغاز شد. وی در لیگ نیمه حرفه ای ۲۰۱۴ بوکس جهان جواز ورود به المپیک را پیدا کرد. در رشته دو میدانی نیز سهمیه رضا قاسمی و حسن تقیان در دوی ۱۰۰ متر و احسان حدادی (پر تپاب دیسک) و محمد جواد مرادی (دو ماراتن) در سال ۹۴ مشخص شده بود و حمید روزآوند در پیاده روی و محمود صمیمی در پر تپاب دیسک در روزهای ابتدایی سال جدید، به مسافران ریو پیوستند. در رشته دوچرخه سواری، سه سهمیه ایران در بخش

انتخابات چه فدراسیون هایی در سال ۹۵ برگزار می شود؟

با اعلام معاونت قهرمانی وزارت ورزش در سال ۹۵ انتخابات ۹ فدراسیون برگزار خواهد شد. به گزارش فارس، فدراسیون های اسکی، کاراته، جودو و ورزش های پهلوانی با سرپرستی اداره می شود و در سال ۹۵ انتخابات آنها برگزار خواهد شد. در فدراسیون اسکی بعد از استعفای ناصر طالبی، احمد سعادت مند به عنوان سرپرست هدایت فدراسیون را برعهده دارد، حسن طباطبائی، رشید خدابخش و علی دادگر هم به عنوان سرپرست به

ترتیب در فدراسیون های کاراته، جودو و ورزش های پهلوانی فعالیت دارند. دوره چهار ساله ریاست فدراسیون های دوچرخه سواری در شهریورماه، تیراندازی با کمان در مهرماه و ناشونایان هم در دی ماه به پایان می رسد و انتخابات آنها در سال ۹۵ برگزار خواهد شد. انتخابات فدراسیون زمیناستیک هم از روز شنبه ۲۸ فروردین آغاز شده است.

انتخابات فدراسیون چوگان هم دیروز در وزارت ورزش برگزار شد.

تکمیل کاروان ایران برای المپیک

۱۰۸ روز دیگر تا آغاز رقابت های المپیک ۲۰۱۶ ریو فرصت باقی مانده و تاکنون ورزش ایران ۴۳ سهمیه در رشته های مختلف مردان و بانوان کسب کرده است. ورزش ایران تاکنون در رشته های کشتی فرنگی و آزاد، وزنه برداری، تیراندازی، دو میدانی، بوکس، شمشیربازی، تکواندو، جودو، دوچرخه سواری، تیمس روی میز و تیراندازی با کمان به دست آورده است که در این میان دو رشته دو میدانی و وزنه برداری بیشترین تعداد سهمیه را به خود اختصاص داده اند و البته تا خردادماه نیز برای افزایش سهمیه ها فرصت وجود دارد. سهمیه های کسب شده در روزهای اخیر بهانه ای شد تا گزارش امروز را به این موضوع اختصاص بدهیم.



افزایش سهمیه تا ۵۴ لندن

جاده و مسابقات ۲۰۱۵ قهرمانی آسیا به دست آمد که به شخص خاصی اختصاص نداشته و فدراسیون نفرات اعزامی را تعیین خواهد کرد. در جمع تیم پنج نفره تیراندازان المپیک بوریا نوروزی در تیرانچه بادی تنها ورزشکار مرد این تیم محسوب می شود و سایر سهمیه ها به بانوان اختصاص پیدا کرده است. در رشته تکواندو نیز از چهار سهمیه ممکن، تکواندوکاران ایرانی به سه سهمیه دست پیدا کردند و قرزان عاشورزاده در وزن ۵۸- کیلوگرم، مهدی خدابخشی در وزن ۸۰- کیلوگرم و سجاد مردانی ۸۷ کیلوگرم در برزیل به روی شیب جانگ خواهند رفت. در رشته جودو نیز جواد محبوب در وزن ۱۰۰ کیلوگرم و سعید ملائی در وزن منهای ۸۱ کیلوگرم جواز حضور در المپیک را کسب کرده بودند و علیرضا خجسته نیز با نایب قهرمانی در مسابقات آسیایی سومین سهمیه را اختیار گرفت. حسن رحیمی در وزن ۵۶- کیلوگرم، احمد محمدی در وزن ۶۵- کیلوگرم، علیرضا قاسمی در وزن ۷۸- کیلوگرم، علیرضا کریمی در وزن ۸۶- کیلوگرم، عباس طهان در وزن ۹۷- کیلوگرم و کمیل قاسمی در وزن ۱۲۵ کیلوگرم کشتی آزاد و سعید عبدولی در وزن ۷۵- کیلوگرم، حبیب الله اخلاقی در وزن ۸۵- کیلوگرم، قاسم رضایی در وزن ۹۸- کیلوگرم و امید نوروزی در وزن ۶۶ کیلوگرم کشتی فرنگی سهمیه المپیک گرفته اند که البته اعزام نفرات با نظر کادرفنی و برگزاری مسابقه انتخابی خواهد

تنها شناگر پارالمپیک معرفی شد

شاهین ایزدیار به عنوان تنها نماینده ایران در مسابقات شنای پارالمپیک ۲۰۱۶ ریو معرفی شد. به گزارش ایسنا، شاهین ایزدیار و علیرضا جلیلی دو شناگر معلول هستند که با حضور در بازی های پاراسیای کره جنوبی در ماه ۱۰۰ متر قورباغه و ۲۰۰ متر کرال پشت حد نصاب لازم برای کسب سهمیه پارالمپیک ریو را به دست آوردند که کمیته بین المللی پارالمپیک با توجه به اتمام مسابقات

آگهی مناقصه چاپ دوم

«مناقصه واگذاری احداث ساختمان فروشگاه مصرف دهیاری دهسرخ

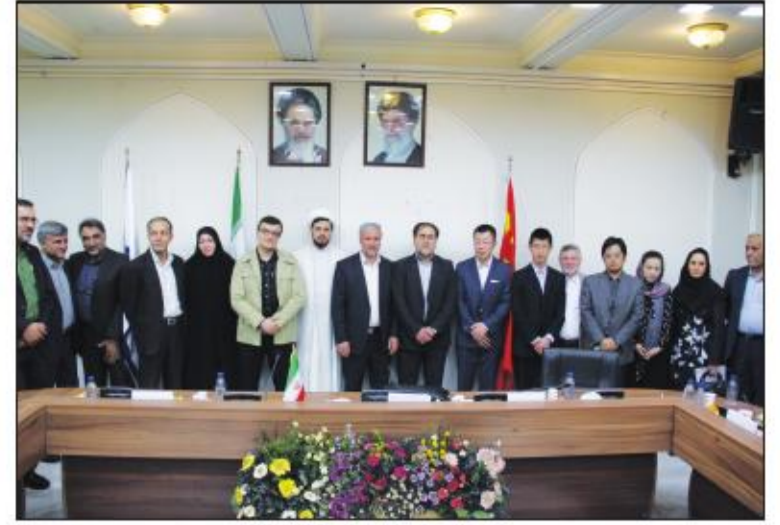
دهیاری روستای ده سرخ در نظر دارد احداث ساختمان فروشگاه مصرف خود را به صورت فهرست بهای سال ۹۴ بدون تعدیل و به مساحت ۵۴۰ مترمربع طبق نقشه های معماری و تاسیسات ساختمان و مبلغ برآورد ۴/۶۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال از طریق برگزاری مناقصه عمومی واگذار نماید. لذا از شرکت های واجد شرایط و صلاحیت دار (رتبه ۵ انبیه) دعوت می شود از تاریخ ۳۰ فروردین ۹۵ لغایت اردیبهشت ۹۵ جهت اخذ اسناد مناقصه از ساعت ۸ صبح الی ۱۴ بعد از ظهر به آدرس اصفهان، مبارکه، بخش گرکن جنوبی، دهیاری دهسرخ، ساختمان دهیاری مراجعه نمایند. مهلت تحویل مدارک به واحد مناقصه گزار: از تاریخ ۳۰ فروردین ۹۵ لغایت ساعت ۱۴ روز چهارشنبه مورخ ۸ اردیبهشت ۹۵ به آدرس اصفهان، مبارکه، دبیرخانه حراست فرمانداری خواهد بود.

در ضمن زمان گشایش مناقصه در ساعت ۱۱ روز شنبه مورخ ۱۱ اردیبهشت ۹۵ در محل دبیرخانه فرمانداری مبارکه خواهد بود که حضور نماینده قانونی شرکت ها در این جلسات آزاد می باشد

در ضمن هزینه درج آگهی بعهده برنده مناقصه خواهد بود.

سپرده شرکت در مناقصه ۵ درصد مبلغ پیشنهادی فقط به صورت ضمانت نامه بانکی می باشد.

رستم نصیری - دبیر روستای ده سرخ



یادداشت تفاهم قطار الکتریکی شاهین شهر - اصفهان با حضور اعضای شورای شاهین شهر

گزارش

صفهان زیبا

سال یازدهم، شماره ۲۰۲۹، سه شنبه، ۳۱ فروردین ۱۳۹۵

جلسه ای برای مترو شاهین شهر که این شهر را متحول می کند

با حضور مهندس طرفه، شهردار و اعضای شورای شهر شاهین شهر:

امضاء یادداشت تفاهم پروژه قطار الکتریکی شاهین شهر - اصفهان

تاریخچه مترو

نخستین گفتگوها درباره احداث قطار شهری در تهران در حدود سال ۱۳۷۰ ه.ش انجام گرفت. ایجاد تراموای شهری از جمله نکات پیش بینی شده در امتیاز نامه 'بارون زولوس دووینتر' در عهد ناصرالدین شاه بود. در همان دوران یک خط آهن روزمینی بین دروازه شهری ری (حضرت عبدالعظیم) و میدان باغ شاه که به ماشین دودی معروف شد، ساخته شد.

در دوران پهلوی هم خطوط درون شهری واگن اسی در خیابان لاله زار ایجاد شد. اما مطالعات اجتماعی، اقتصادی و ترافیکی شهر تهران و پیش بینی تغییرات آن به وسیله شرکت 'سوفرتو' در سال ۱۳۵۰ شروع شد. در سال ۱۳۵۳ گزارش نهایی و انتخاب سیستم مختلط ارائه شد. شبکه مترویی با ۷ خط که می بایست به وسیله شبکه اتوبوس رانی و تاکسی رانی تکمیل شود. در سال ۱۳۵۴ قانون تاسیس شرکت راه آهن شهری تهران و حومه (مترو) تصویب شد. دو سال بعد عملیات اجرایی آن شروع شد. ولی با شروع جنگ بین سال های ۶۵-۱۳۵۹ این عملیات به طور کامل متوقف گشت. در سال ۱۳۷۴ بود که تجهیزات ثابت و متحرک برای خطوط ۱، ۲ و ۳ مترو تهران خریداری شد و در سال ۱۳۷۷ با بهره برداری از قطار سریع السیر تهران - کرج، مترو تهران افتتاح شد. اما استفاده از مترو درون شهری تا سال ۱۳۷۸ که بهره برداری از بخش غربی خط ۲، از ایستگاه صادقیه (تهران) تا امام خمینی شروع شد به تاخیر افتاد.

سرانجام در سال ۱۳۸۰ با بهره برداری از نیمه شمالی خط یک ایستگاه میرداماد تا علی آباد به طول ۱۴،۶ کیلومتر و ۱۷ ایستگاه متروی تهران، مترو به وسیله کارآمدی برای سفرهای درون شهری تبدیل شد.

شهریزیزی

فضای مترو و اعلا از محوطه ایستگاه ها و درون واگن ها و مسافران به عنوان انبوه جمعیت در حال گذر، جمعیت یک شهریزیزی را تشکیل داده اند. ایستگاه ها نیز در نقش شهرک های این شهر زیرزمینی به شمار می آیند که به بالا و پایین شهر طبقه بندی می شوند. کافی است یک بار، ابتدای یک خط را از میرداماد تا انتهای آن در شهری و باقر شهری کنید. تا به تفاوت سبک پیاده و سوار شدن، نگاه کردن مردم و حتی دکوراسیون و سبک فرش های ایستگاه و تابلوهای هنری مترویی ببرید.

قانون در مترو

مترو را در استان همان بیکره ای ساخته است که بر روی زمین نیز فرمان می راند. لذا طبیعی است که این فضای جدید به همراه مسافران، از همان قوانین و مقررات شهری بیرونی پیروی کنند. از این رو قدرت حاکم برای کنترل اوضاع و رفع هر گونه مشکل احتمالی، از طریق تابلوهای هشدار دهنده و راهنمایی کننده، همچنین دوربین های مدار بسته و نیروهای انتظامی و حراستی، زمام امور را در دست گرفته. با اعمال قوانین مختلف، قاعده ای بازی در شهریزیزی را طراحی کرده است. هر اندازه که این نظام در درونی کردن ساز و کارهای قدرتمندانه و بیرونی خود، از یک سیستم کنترل مناسب در جهت تحمیل یک شیوه زندگی خاص استفاده کند، سیستم شکننده تر، تداوم آن ضعیف تر و واقعیت

آن سطحی ترمی شود. به همین دلیل، همانگونه که در مترو نیز به چشم می خورد، کنترل و نظارت کاملاً درونی، غیر ملموس و زیر جلدی است. جدای از مباحث مربوط به کنترل و اعمال قدرت، باید گفت که مترو بدلیل فضای ساختی ورودی و خروجی های تعبیه شده، همچنین احتمال بروز خطرات گوناگون برای مسافران، نیاز به کنترل بسیار دقیق دارد. چون فضایی است که در صورت رخداد کوچکترین حادثه ای، تنها مدیریت بحران قادر خواهد بود، مشکلات ایجاد شده را حل و فصل نماید. از این رو در متروی تهران بارها شاهد این قضیه بوده ایم که مردم هنگام ضرورت به حراست و مأموران انتظامات رجوع می کنند.

قانون در شهریزیزی

بارها طی روز از طریق بلندگوهای مستقر در ایستگاه های مترو اعلام می شود که مسافر محترم، خط قرمز لبه سکو، حريم آيين شماسست، به هنگام ورود و یا خروج قطار از سکو باید پشت آن خط بایستید. رعایت این نکته ضمن سلامت و ایمنی مسافران خواهد بود. اما موجود نشان می دهد حمل مسافر بار و مسافر بار مترو نسبت به جاده در تولید آلوده هشت برابر کمتر است. بدیهی است برای رفع هر کیلوگرم آلوده های

مهم در جامعه به ترتیب ۱۹۲۷۲، ۲۶۴۰، ۲۲۶ ریال هزینه می شود. حمل و نقل ریلی با قابلیت حمل انبوه بار و مسافر یک هفتم حمل و نقل جاده ای سوخت مصرف می کند. بدین ترتیب این سهم تنها ۲۰٪ از مصرف گازوئیل کشور را به خود اختصاص می دهد. از مهم ترین منافع زیست محیطی سیستم حمل و نقل مترو کاستن از تعداد سفر به وسیله اتومبیل شخصی است. در همین ارتباط با انتقال هر میلیارد واحد حمل از بخش جاده ای به مترو، مبلغ ۵/۲۲۲ میلیون دلار منافع ملی در بر خواهد داشت.

امیری شهردار شاهین: مدت اجرای این پروژه حدوداً سه سال پیش بینی شده است.

در این آیین ابتدا شهردار شاهین شهر ضمن قدردانی از زحمات مهندس طرفه در به نتیجه رسیدن این پروژه و عرض خیر مقدم به مدیران شرکت های نوریکو و پیمانکاران مترو تفاهم نامه و جزئیات پروژه اشاره کرد و گفت: این جلسه حاصل سه جلسه گذشته و مذاکرات قبلی مابین شهرداری و شرکت های نوریکو و پیمانکاران است. امیری در ادامه گفت: شهرداری در نظر دارد کل پروژه را به پیمانکار تحت شرایط ۴ EPC پس از اخذ مجوزات لازم از مراجع ذیصلاح و ذریب و با رعایت قانون ترک تشریفات مناقصه و گذار نماید و پیمانکار قصد خود را جهت اجرای «پروژه» با فراهم کردن منابع مالی از طریق «فاینانس کشوری جمهوری چین» را

اعلام می دارد. مهندس امیری در ادامه افزود: محدوده کار پیمانکار عبارت است از طراحی، تدارکات و تامین واگن ها و تجهیزات مورد نیاز خرید بر اساس مشخصات بین شهرداری شاهین شهر به عنوان کارفرما و شرکت نوریکو بین الملل چین و شرکت پیمانکار به عنوان پیمانکار اصفهان - شاهین شهر بر اساس مشخصات ریلی و واگن مورد قبول، نیازهای کارفرما (شهرداری) امیری با بیان اینکه مدت اجرای این پروژه حدوداً سه سال پیش بینی شده است افزود: از بزرگ ترین دستاوردهای این پروژه می توان به جذب سرمایه گذار خارجی نام برد که زمینه ی آن در شاهین شهر فراهم می باشد.

صالحی رئیس شورای اسلامی شهر: انشاءالله برای مردم شاهین شهر مبارک باشد

رئیس شورای اسلامی شاهین شهر با عنوان اینکه بیشترین دغدغه اعضای شورا در این دوره احداث مترو اصفهان - شاهین شهر بود. گفت: قطار شهری (مترو) یکی از سیستم های حمل و نقل شهری است که امروزه در شهرهای بزرگ کاربرد فراوانی یافته و روزه گسترش است. صالحی در ادامه عنوان کرد: از منافع امضاء این تفاهم نامه رابه فال نیک گرفته و هدیه ای در خورشان مردم شاهین شهر عنوان کردند.



سفر به ایتالیا

برایتان چقدر تمام می‌شود

کشور ایتالیا عضو اتحادیه به‌شنگن بوده و برای سفر به ایتالیا نیاز به ویزای شنگن است. جهت دریافت ویزای شنگن حضور شخص متقاضی جهت انگشت‌نگاری و مصاحبه در تاریخ تعیین شده از طرف سفارت الزامی است.

آدرس سفارت ایتالیا و شماره تلفن جهت دریافت وقت سفارت و مراجعه حضوری تهران، خیابان آفریقا، بالاتر از تقاطع میرداماد، نبش پارک صبا، خیابان فرزان شرقی، شماره ۱۵ و شماره تلفن‌های: ۰۲۰۴۷۸۰۳۰۲۲۰-۰۲۰۴۷۸۰۳۰۲۲۰

ضمناً جهت کسب اطلاعات بیشتر می‌توانید به وب‌سایت سفارت ایتالیا در تهران به نشانی اینترنتی: www.ambteheran.esteri.it مراجعه کنید.

واحد پول ایتالیا مانند اکثریت کشورهای اروپایی یورو است و اکنون هر یورو سه هزار و ۹۲۰ تومان قیمت دارد. این واحد از ابتدای ۱۹۹۹ جایگزین لیره شد.

❑ چگونه به فلورانس برسیم؟

برای سفر به ایتالیا باید از فرودگاه بین‌المللی امام خمینی تهران به رم یا میلان پرواز کرد که این پرواز سه هزار و ۴۲۲ کیلومتر طول داشته و نزدیک به پنج ساعت زمان می‌برد.

هم‌اکنون این پرواز را شرکت‌های هواپیمایی ایران ایر، قوت هانزا، ایتالیا، قطر، ترکیش و امارات انجام می‌دهند. این پرواز بسته به ایام سال و نوع هواپیما، یک تا چهار میلیون تومان هزینه دارد. ضمناً از تهران به فلورانس نیز پرواز وجود دارد که قیمت بلیت و طرفه آن بین دو تا دو میلیون و ۷۰۰ هزار تومان است.

ضمناً تورهای به مقصد اروپا نیز اکثراً ایتالیا و فلورانس را در برنامه خود می‌گنجانند که قیمت آن در حال حاضر سه میلیون تومان به اضافه دو هزار و ۳۰۰ یورو برای ۱۲ شب اقامت در ایتالیا، اسپانیا و یونان است.

❑ اقامت در فلورانس

اما قیمت هتل در فلورانس بسیار متغیر است. به ازای هر شب هرتخت بین ۲۶ تا ۹۶ یورو، دو تخته بین ۵۲ تا هزار و ۸۱۲ یورو و اتاق سه تخته بین ۷۹ تا دو هزار و ۷۱۸ یورو باید بپردازید.

❑ غذاگودی در فلورانس

بستنی عموماً چهار یورو است و برای ساندویچ و فست‌فودها باید بین پنج تا هشت یورو بپردازید و دو قطعه پیتزا با یک بطری آب نیز ۶ یورو قیمت دارد. باستا و سایر غذاهای بومی ایتالیا نیز در رستوران‌های معمولی بین شش تا ۲۰ یورو هزینه دارد.

❑ حمل‌ونقل درون شهری

در مورد حمل‌ونقل درون شهری باید گفت که اتوبوس داخل شهری در فلورانس ۱٫۲ یورو، در پیزا ۱٫۱ یورو و در رم ۱٫۵ یورو است. همچنین ۱۰ دقیقه سفر با تاکسی برایتان بین ۱ تا ۹ یورو آب می‌خورد.

❑ حمل‌ونقل بین شهری

بلیت قطار پیزا به فلورانس و رم به فلورانس بسته به انواع گوناگون قطار بین ۴ تا ۱۰۰ یورو هزینه برمی‌دارد. ❑

غذاها و رستوران‌های

فلورانس

برخی گردشگران معتقدند که در فلورانس غذای بد پیدا نمی‌شود. قرفی هم نمی‌کند که چه بولی بپردازید، همیشه از مزه غذا راضی خواهید بود.

غذای فلورانسی پر ماهی و چرب است و بیشتر گوشت دارد تا سایر مخلفات. علاوه بر این، همه قسمت‌های بدن حیوان را هم می‌خورند. خوراک سیرابی زمانی جزء غذاهای سنتی شهر بوده و هنوز هم در بعضی از رستوران‌ها پیدا می‌شود. رستوران‌های فلورانس متنوع و جذابند.

بیشتر رستوران‌های خوب شهر در منطقه سنتا کروچه قرار دارند. از آنجایی که ایتالیا سرزمین باستا، پیتزا و بستنی است، پیتزای ایتالیایی را همه جا می‌توانید پیدا کنید. از ده‌گانه‌گفته تا رستوران‌ها. بستنی‌های ایتالیا نیز از بهترین‌های دنیا است. از دستشان ندهید!

رستوران‌های مرکز شهر گران تر هستند. ولی هر کدام که علامت پریمرا ریشت شیشه‌شان داشته باشند، باستا و دیگر غذاهای ایتالیایی را با قیمت خوبی عرضه می‌کنند. قیمت غذا بسته به مکان و نوع رستوران می‌تواند بین شش تا دو یورو باشد. برای صرف ناهار یا شام به رستوران‌های مرکز شهر نروید. این مکان‌ها اغلب تله‌توریستی حساب می‌شوند و جیب‌تان را خالی می‌کنند. در عوض در محله‌های مسکونی به دنبال کافه رستوران‌هایی باشید که اهالی شهر برای صرف غذا به آنها مراجعه می‌کنند. این رستوران‌ها هم غذای بهتری سرو می‌کنند و هم منوی ارزان‌تری دارند. ❑

در فاصله چهار هزار و ۵۰۰ کیلومتری غرب اصفهان شهر زیبایی قرار دارد که یکی از مهم‌ترین مراکز هنری اروپاست. شهری که آن را ژولیوس سزار امپراتور نامدار روم در سال ۵۹ پیش از میلاد بنا نهاد و محل استقرار سربازانش بود. در آغاز به آن فلورنتینو می‌گفتند. در مورد اهمیت این شهر نیز ما همین‌نگه کافی است که بیش از ۳۵۰ تن از یک‌هزار هنرمند مهم دومین هزاره اروپا از سال‌هازار میلادی تا دو هزار در این شهر می‌زیسته‌اند. آری صحبت از فلورانس است. شهری در ۲۸۰ کیلومتری شمال رم و ۳۰۲ کیلومتری جنوب شرق میلان. فلورانس مرکز ایالت توسکانی است که این ایالت از لحاظ مساحت دقیقاً برابر با استان بوشهر است. جمعیت این ایالت ۱٫۵۳ میلیون نفر است. ۴۰۰ هزار نفر

از اصفهان به فلورانس

ایران و ایتالیا، روابطی به درازای تاریخ و تمدن



از آنان در فلورانس سکونت دارند. چندین اثر از این شهر در فهرست میراث جهانی یونسکو به ثبت رسیده است. از جمله مرکز تاریخی این شهر در ۱۹۸۲، ویلاها و باغ‌های ۱۳ گانه خاندان مدیچی در ایالت توسکانی در ۲۰۱۲ که دو مورد از آن در فلورانس قرار دارد و ناحیه تاریخی سان‌گیمینگاتودر

۱۹۹۰. ضمناً برج کج نیز بیژن در این ایالت واقع شده است. ایتالیا کشوری است چکمه مانند در جنوب اروپا که از شمال با فرانسه، سوئیس، اتریش و اسلونی، از شرق و غرب و جنوب به دریای مدیترانه محدود بوده و دو کشور واتیکان (محل سکونت پاپ) و سان‌مارینو درون

اصفهان زیبا

راهنمای گردشگری در فلورانس، خواهر خوانده اسپانیایی اصفهان

بزرگ‌ترین گنبد دنیا را در فلورانس ببینید



مسجد عرفانیان*

فلورانس «غزل» دیوان شعر ایتالیا است. درست است که فلورانس نوستالژی کانال‌های آبی ونیز و عظمت آثار بی‌بدیل تاریخی رم را ندارد، اما افسون این شهر قلب مسافرهایش را عجیب تسخیر می‌کند. شهری که کوچه‌ها و خیابان‌هایش هنرمندانی نظیر داوینچی، میک‌آنژ و رافائل را در خود پرورانده است و قدر زدن در آنها حال هر گردشگری را خوب می‌کند. این شهر جدا از همه جاذبه‌های هنری و تاریخی ارزشمندی که دارد، افسونی دارد که قلب گردشگران خود را تسخیر می‌کند.

فلورانس در استان توسکان ایتالیا قرار دارد و مناظرش، دیدن‌هایش، مردمانش و مهر تر از همه حسش فراموش‌نشدن است. این سطور مروری بر فلورانس گردی دوازده من در تابستان ۲۰۱۰ میلادی و بازدید از جاذبه‌های مهر فلورانس است.

❑ مجسمه هنرمندان معروف فلورانسی و ایتالیایی در این موزه زیاد وجود دارد. حیف که عکاسی در این موزه ممنوع است و نمی‌توان هنرمندی میک‌ل آنژ را در ساخت داوود به تصویر کشید.

این مجسمه را میک‌ل آنژ در سال ۱۵۰۴ در سن ۲۹ سالگی ساخته و بدون تردید یکی از مهم‌ترین مجسمه‌های جهان محسوب می‌شود.

❑ میدان و کلیسای سن لورنزو

میدان سن لورنزو یکی از میدان‌های اصلی شهر فلورانس و محل برپایی بازار روست که موقعیتی مهم در بافت تاریخی شهر دارد. این بازار هم برای محلی‌ها و هم برای گردشگران جذاب است و همواره پذیرای بازدیدکنندگان بر تعداد محلی و خارجی است. کلیسای سن لورنزو یکی از کلیساهای رنسانسی فلورانس محسوب می‌شود و مربوط به قرن ۱۵ میلادی است که داخل آن مجسمه‌های زیبایی از هنرمند سرشناس ایتالیایی،

❑ موزه آکادمی

بعید می‌دانم گردشگری پیدا شود که به فلورانس برود و نخواهد مجسمه داوود را ببیند. شاهکار میک‌ل آنژ اندر بی نظیر هست که حتی اگر علاقه‌ای به موزه رفتن هم نداشته باشی، دیدن این مجسمه آدم را به موزه رفتن ترغیب می‌کند. علاوه بر داوود، مجسمه‌های نیمه‌کاره میک‌ل آنژ و آثار نقاشی و

تقسیم شده و پایتخت آن شهر باستانی رم است. ایتالیا یکی از مهم‌ترین کشورهای جهان از لحاظ صنعت گردشگری است. به طوری‌که در سال ۲۰۱۴ نزدیک به ۴۹ میلیون نفر جهانگرد بین‌المللی از آن دیدن کردند و رقمی بالغ بر ۴۶ میلیارد دلار از این عرصه درآمد عاید این کشور شده است.

از آنجا که هردو شهر از جمله شهرهای تاریخی و گردشگری کشورهای خود محسوب می‌شدند، قرارداد خواهرخواندگی اصفهان و فلورانس در جریان سفر لامبرتو دینی، وزیر امور خارجه وقت ایتالیا به تهران و هیات همراه در تاریخ ۲۲ شهریور ۱۳۷۷ به امضای دو طرف رسید. شهرداران دو شهر اصفهان و فلورانس این قرارداد را طی مراسمی در شهر اصفهان امضا کردند. ❑

خواهر خوانده

اوقیتی را به یکی از مهم‌ترین موزه‌های اروپا و جهان تبدیل کرده است. شاه‌بیت آثار این موزه، نقلی ونوس هست که به سانگی می‌توان آن را در این موزه بزرگ پیدا کرد. ساختمان موزه نیز به خودی خود دیدنی است. یک ساختمان دوطبقه که بخش قابل‌توجهی از موزه در یک طبقه آن قرار دارد. در بهار خواب ساختمان، کافه‌ای است که نمای آن به سمت میدان سینوریا و کلیسای سانتا‌ماریا دل فیوره است و انصافاً زیباست. موزه اوقیتی آنقدر هیجان‌انگیز است که حتی بی‌علاقه‌های به موزه را نیز به موزه علاقه‌مند می‌کند.

❑ خیابان کاوور

کاوور، شخصیت ارزشمندی برای ایتالیایی‌هاست و تقریباً در اکثر شهرهای ایتالیا میدان یا خیابانی به نام او پیدا می‌شود. خیابان کاوور در فلورانس یکی از خیابان‌های زیبایی است که پیاده‌روی در آن بسیار دلچسب و لذت‌بخش است.

❑ میدان سن مارکو

یک میدان کوچک که ساختمان‌های زیبایی در اطراف آن، به‌ویژه در ضلع شمالی آن قرار دارد. جهت فراگیری میدان به نحوی است که نور خورشید در هنگام غروب (در تابستان) از یکی از خیابان‌های غربی به داخل میدان می‌تابد و منظره بسیار زیبایی از میدان و به‌ویژه از آن خیابان شکل می‌گیرد.

❑ سایر دیدنی‌های شهر

فلورانس یقیناً بسیار مفصل‌تر و پر جاذبه‌تر از آنی است که بتوان در جاذبه‌های ذکر شده خلاصه‌اش کرد. کوچه‌ها و خیابان‌ها و میدان‌های شهر هر یک به تنهایی چشم‌نوازی می‌کنند و گردشگران را انتخاب این مقصد خرسند می‌کند. میدان استروزی، چی بسا دی ترینیتا، بیل معروف و چیو، میدان سانتا کروزه، میدان فلورانس، میدان دلا سینوریا، میدان چیو، میدان جمپوری، میدان انونزیاتا، بیل عشاق، میدان دلدومو (که کلیسای دلفیوره را در آغوش خود دارد)، موزه‌ها، گالری‌ها، کافه‌ها، رستوران‌هاو… بخشی از این جاذبه‌ها است که بازدید از آنها چند روزی وقت می‌خواهد. البته نباید فراموش کرد که به جز دیدن آنچه که گفته شد، برای درک فلورانس باید در نقطه نقطه این شهر نشست و اجازه داد تا فلورانس آرام آرام در روح نفوذ کند؛ کاری که برای درک اصفهان باید از طریق نشستن در میدان نقش جهان، روی سی‌وسه بیل، زیر بار خواجه، کنار حوض چهل ستون، داخل باغ هشت‌بهشت و… انجام داد. ❑

❑ تمامی نام‌های ایتالیایی به یکی از حروف: -i، -o، -a، -e ختم می‌شوند که عموماً، نام‌های ختم شده به O، مفرد مذکر، نام‌های ختم شده به A مفرد مؤنث، بیشتر نام‌های ختم شده به I جمع مذکر و اکثر نام‌های ختم شده به E جمع مؤنث هستند. ❑



به زبان ایتالیایی

صحبت کنید

زبان ایتالیایی (La Lingua Italiana یا Italiano) شاخه‌های زبان لاتین است و با زبان‌های دیگر لاتین مانند اسپانیایی، فرانسوی، رومانیایی و پرتغالی شباهت‌های زیادی دارد.

در بین زبان‌های لاتین، ایتالیایی بیشترین واژگان مشترک با لاتین را داشته و نزدیک‌ترین زبان به آن محسوب می‌شود. سخن‌گویان این زبان در ایتالیا، بعضی از کانتون‌های کشور سوئیس که با ایتالیا مرز مشترک دارند و بخش‌هایی از آلبانی، مالت، واتیکان، سان‌مارینو، ونزولا، کرواسی، مراکش، اسلونی، لیبی، تونس، سومالی، اریتره، جزیره کرس و شهر نیس فرانسه که هر دو تا قبل از جنگ جهانی دوم جزء خاک ایتالیا بودند، آمریکا، کانادا، استرالیا، آلبانی.

بخش‌هایی از آرژانتین و قسمت‌هایی از برزیل زندگی می‌کنند.

ایتالیایی زبان رسمی ایتالیا و سان‌مارینو است.

همچنین یکی از چهار زبان رسمی سوئیس بوده و یکی از زبان‌های رسمی سومالی، اسلونی (همراه با زبان اسلوونیایی در چهار ایالت، کوپر، ایزولا، بیزان و بوژتور س.) واتیکان و شهرستان ایتربیا در کشور کراسیاست.

الفبای ایتالیایی دارای ۲۱ حرف است. حروف دیگری هم وجود دارند که در زبان ایتالیایی نیستند. ولی در کلمات بیگانه که به این زبان وارد شده‌اند، تلفظ می‌شوند.

ساختار زبان ایتالیایی معمولاً به‌نه‌پاره‌گفتار (بخش دستوری) یعنی فعل، اسم، حرف تعریف، صفت، ضمیر، قید، حرف اضافه، حرف ربط و علائم تقسیم می‌شود.

تمامی نام‌های ایتالیایی به یکی از حروف: -i، -o، -a، -e ختم می‌شوند که عموماً، نام‌های ختم شده به O، مفرد مذکر، نام‌های ختم شده به A جمع مذکر و اکثر نام‌های ختم شده به E جمع مؤنث هستند. ❑

ایتالیایی	فارسی
Ciao!	سلام!
Buongiorno!	صبح به خیر
Buonanotte!	شب بخیر
Arrivederci!	خدانگهدار
Come stai? / Come state	حالت چطور؟
Bene, grazie!	خوبم، ممنون
Misono perso / persa	من گم شده‌ام
Posso aiutarti? / posso aiutarta!	می‌توانم کمکت کنم؟
Dove posso trovare il bagno / la farmacia?	دستشویی / داروخانه کجاست؟
Vadadritto i poi giri a destra / sinistra!	مستقیم برو. بعد بپیچ به چپ / راست
Ho bisogno di un dottore	به پزشک نیاز دارم
Quanto costa questo?	قیمت این چنده؟
Scusami! / Miscusi!	بخشید، (برای خواستن چیزی)
Lei, di dov'è?	شما اهل کجا هستید؟
Sono iraniano, di Esfahan	ایرانی هستم اهل اصفهان



نگاهی به دواتریاستانی در ایران و ایتالیا

ارتباط گنبد سلطانیه و سانتا‌ماریا دل فیوره

کلیسای مریم مقدس به‌عنوان سمبل شهر فلورانس شناخته می‌شود. ساخت آن در سال ۱۲۹۶ میلادی آغاز شد و بعد از ۱۴۰ سال، به پایان رسید. کلیسای مریم مقدس اگرچه بزرگ‌ترین گنبد تاریخی جهان را دارد ولی بر اساس شواهد تاریخی، معماران ایتالیایی برای ساخت این گنبد به ایران سفر کرده و با الگوبرداری از گنبد سلطانیه که سومین گنبد بزرگ تاریخی جهان و نخستین گنبد بزرگ تمام‌اجری جهان محسوب می‌شود. به ایتالیا باگشتن و ساخت کلیسای جامع مریم مقدس را شروع کردند. اجرای این کار به اندازه‌ای دشوار بود که در حدود ۱۵۰ سال وقت صرف ساخت آن شد در حالی‌که گنبد سلطانیه تنها در ۱۲ سال

مسجد احسان محمد حسینی*

❑ طراحی، ساخته و مورد بهره‌برداری قرار گرفت. به گفته برخی تاریخ‌نگاران این گنبد اولین گنبد آجری هشت‌ضلعی ساخته‌شده بدون به‌کارگیری چارچوب و داربست موقت چوبی برای احداث آن بوده است. می‌گویند طراحی این گنبد الهام گرفته از گنبد دایره‌ای بانثون در روم بوده است در صورتی‌که حتی بیانیثون نیز به یک چارچوب نگه‌دارنده موقت ساخته‌شده بود، بنابراین گنبد این کلیسا را یکی از شاهکارهای دوره رنسانس به حساب می‌آورند. در این مورد هم بازمی‌توان رد پای هنر و معماری ایرانی و به‌ویژه گنبد سلطانیه را مشاهده کرد. گنبد کلیسای سانتا‌ماریا نیز دقیقاً به‌مانند گنبد سلطانیه یک گنبد دوپوسته است. ❑
***دانشجوی دکتری باستان‌شناسی**



قدس من سالوادور نیستم / ۵۰ کیلو آلبالو
سیاهان من سالوادور نیستم
فرهنگیان کوچه بی نام
خانواده خشم و هیاهو
فلسطین ابد و یک روز
ساحل یادگار



رادیو اصفهان زیبا
isfahanziba.ir
هر روز ۸ صبح در کانال تلگرام اصفهان زیبا

خبر + شهر

داوران استندآپ کمدی معرفی می شوند

اسامی داوران نخستین جشنواره «استندآپ کمدی» به زودی از سوی دبیرخانه جشنواره معرفی می شود. مدیر امور تفریحی با بیان این مطلب گفت: نخستین جشنواره «استندآپ کمدی» برای اولین بار در کشور و شهرستان اصفهان با هدف کشف استعدادها در این زمینه و استفاده از ظرفیت های موجود در برنامه های مختلف برگزار می شود. سید ابراهیم حسینی اظهار داشت: شرکت کنندگان تا ۱۵ دیبهشت ماه فرصت دارند کلیت های پنج دقیقه ای خود را در قالب سی دی به یکی از سه روش ارسال به ایمیل جشنواره، بارگذاری از طریق سایت یا تحویل سی دی به دبیرخانه جشنواره واقع در کتابخانه مرکزی ارائه دهند. وی تصریح کرد: یکی از نتایج برگزاری این جشنواره علاوه بر کشف استعدادها، ثبت اسامی افراد برگزیده در لیست هنرمندان به منظور بهره مندی در مقاطع مختلف است.

راه اندازی حفاظت میراث فرهنگی در خمینی شهر

فرمانده یگان حفاظت میراث فرهنگی استان اصفهان از راه اندازی یگان حفاظت میراث فرهنگی شهرستان خمینی شهر خبر داد. سرهنگ عبدالرضا باقرانی با اعلام این مطلب افزود: با توجه به اهمیت شهرستان خمینی شهر به لحاظ دارا بودن آثار و ابنیه تاریخی ارزشمند، یگان حفاظتی این شهرستان با هماهنگی مسوولان استان و همچنین اداره میراث فرهنگی شهرستان راه اندازی شد. وی افزود: با احداث یگان حفاظت شهرستان خمینی شهر، امیدواریم جزئیات میراث فرهنگی در این شهرستان به حداقل برسد.

شاخص های شهر هوشمند در ایزو ۳۷۱۲

در این بخش به ادامه معرفی شاخص های شهری پایدار در مضامین ۱۷ گانه معیارهای کلی شهر پایدار می پردازیم. هفتمین شاخص استاندارد ایزو ۳۷۱۲ به عنوان شاخص های محیط های سبزگرمی، بازاریابی و تجدید قوا شناخته می شود. برای این حوزه شاخص های اصلی تعریف نشده است. اما دارای شاخص های فرعی همچون: سرانه فضاهای عمومی سبز، سرانه فضای عمومی روباز، سرانه فضای سبز، سرانه فضای سبز، سرانه فضای سبز (برحسب مترمربع) است.

شاخص های امنیت اجتماعی
شاخص بعدی این استاندارد امنیت اجتماعی است. این شاخص ها نیز به نوبه خود دارای شاخص های اصلی مانند: تعداد نیروی پلیس و تعداد قتل و آدم کشی به ازای هر ۱۰۰ نفر جمعیت بوده و شاخص های فرعی مانند: تعداد جرایم مالی (دزدی، تخریب اموال و...)، زمان اقدام پلیس از شروع زمان تماس با مرکز پلیس و تعداد جرایم خشن به ازای هر ۱۰۰ هزار نفر جمعیت را به همراه دارد.

شاخص های پسماند
هشتمین شاخص استاندارد ایزو ۳۷۱۲ با عنوان شاخص های پسماند شناخته می شود. این حوزه دارای شاخص های اصلی همچون درصد جمعیت شهر که جمع آوری پسماند آنها به طور منظم پوشش داده می شود، سرانه مقدار کس لیل مانند شهری جمع آوری شده بر حسب سال و درصد پسماند جامد شهری بازیافت شده است.

شاخص های فرعی این بخش نیز شامل درصد پسماند جامد شهری که در خاکچال های بهداشتی ترتیب اثر داده می شوند، درصد پسماند جامد شهری که در کوره های زباله سوزی ترتیب اثر داده می شوند، درصد پسماند جامد شهری که به صورت بازیافت ایجاد خاکچال های بهداشتی در زمین دفن می شوند و درصد پسماند جامد شهری که به صورت بازیافتی در زمین بازیافتی می شوند، است. همچنین درصد پسماند های شهری که به روش های دیگر ترتیب اثر داده می شوند، سرانه تولید مواد زاید خطرناک شهری (برحسب تن) و درصد مواد زاید خطرناک شهری که بازیافت می شوند، نیز از دیگر شاخص های فرعی حوزه پسماند است.

آذان ظهر ۱۳:۰۲
آذان مغرب ۱۹:۵۴
نیمه شب شرعی ۰۰:۱۹
آذان صبح فردا ۰۵:۰۱
طلوع آفتاب فردا ۰۶:۲۷

شاخص کیفیت هوای دیروز AQI
میزان آلودگی: ۴۷
کیفیت: پاک

اردستان ۲۰، خواتسار ۱۱، سمرقم ۱۴، شهرضا ۱۹، کاشان ۲۲
گلپایگان ۱۶، میمه ۱۵، نائین ۲۰، مبارکه ۱۹، خمینی شهر ۱۶

www.isfahanziba.ir
esfziba.newspaper@gmail.com | ۹۵۰۱۲۰۱ | اشتراک ۳۲۲۹۵۱۲ | فاکس: ۳۲۱۱۹۰۷۰ | تلفن: ۳۲۱۱۸۱۸۲

روزنامه مردم نصف جهان
صفحه ۱۶، قیمت: ۳۰۰۰ تومان
ISFAHAN-E-ZIBA
Vol. 11 | No. 2629
TUESDAY, 19 APR 2016
حرف مردم: ۳۰۰۰۰۸۸-۳۰۰۰۰۸۸
اصفهان، میدان امام حسین علیه السلام، خیابان طالقانی، مقابل ارگ جهان نما | تلفن: ۳۲۱۱۸۱۸۲ | فاکس: ۳۲۱۱۹۰۷۰ | امور آگهی ها: ۳۲۲۹۵۱۲ | اشتراک: ۹۵۰۱۲۰۱ | esfziba.newspaper@gmail.com



بزرگواران در راه

بوگو حرام همچنان در نیجریه می تازد

بوگو حرام یعنی «تحصیلات غربی حرام است». نسل اول این گروهک «زندخبه» را دانشجویان و نیز عده ای از نخبگان سیاسی اقتصادی نیجریه تشکیل دادند. این گروه که به صورت رسمی در سال ۲۰۰۲ تاسیس شد، پیش تر با شبکه القاعده ارتباط داشت، اما در مارس ۲۰۱۵ با ابوبکر بغدادی بیعت کرد و نام خود را به ولایت غرب آفریقای دولت اسلامی تغییر داد. درگیری های خشونت بار این گروهک سلفی با دولت نیجریه، تاکنون هزاران نفر را به کام مرگ فرستاده و حداقل یک و نیم میلیون نفر را آواره کرده است.

وی افزود: سومین مقدمه این است که بر اساس مبانی ساسی تشیع زمین هرگز خالی از حجت حق نیست و فلسفه سیاسی شیعه امامت است. چهارم اینکه تشیع آموزه انتظار و غیبت را دارد و آموزه غیبت جزء ارکان فکری شیعه است. با توجه به مقدمات فوق سوالی که مطرح می شود این است که فلسفه سیاسی امامت آیا امتداد دارد یا با دوگانه حضور و غیبت امتداد خود را از دست می دهد؟ آیا عصر غیبت را شامل می شود یا خیر؟ چگونه می توانیم فلسفه سیاسی امامت را در عصر غیبت تسری دهیم؟ وی در پاسخ به سوالات طرح شده گفت: در این زمینه دیدگاه های مختلفی وجود دارد که به دلیل اهمیت مساله به سه مورد از آنها اشاره می شود: الف) اساسا آموزه غیبت و انتظار فرج با فلسفه سیاسی انطباق ندارد، بلکه تشیع با فلسفه سیاسی امامت را انتخاب کند یا انتظار فرج را.

محمدعلی کشاورز
89 posts | 601k followers | 44 following
محمدعلی کشاورز
89 posts | 601k followers | 44 following

غلامحسین ابراهیمی دینانی: من کیستم؟ (Who Am I?) این «من» را نمی شود گرفت. تن ما خاک می شود، فکر ما عوض می شود، ولی «من» همان «من» می ماند. هر نفسی که می کشید غیرنفس آخر است، اما بعد از ۵۰ سال می گویند: من! یعنی همان «من» سابق. متواضع ترین موجود عالم هستی عقل است. نادان های عالم که ضد فلسفه هستند می گویند عقل مغرور است. به خدا قسم متواضع تر از عقل در عالم هستی وجود ندارد. خیال، حس، وهم و طبیعت متواضع نیستند. عقل متواضع ترین موجود عالم است.

دیدار با شهردار و خانم درخشنده

دیروز شهردار اصفهان محبت کردن به اتفاق همکار و کارگردان خوب سرزمینم خانم درخشنده عزیز به دیدنتم آمدند. از ملاقات با ایشان خوشحال شدم چرا که دیدم دغدغه های من رو درک میکنن و خودشونم دوست دارن که برای این شهر قدم های خوبی بردارن مثل آب زاینده رود، حفظ آثار و مفاخر به جا مانده از قدیم ثبت جهانی صنایع دستی، ایجاد مسیرهای ویژه دوچرخه و برگرداندن این وسیله تاریخی به شهر، تجلیل از شعرا، موسیقیدانان و هنرمندانی که در این شهر زحمت میکشند... و قول های خوبی هم بهم دادن که امیدوارم عملی بگردن البته نه تنها اصفهان بلکه جای جای ایران عزیزم رو به پیشرفت و ترقی باشه و محیطی دل انگیز برای زندگی هموطنان عزیزم. امیدوارم همه مسوولان و دست اندکاران دغدغه اصلیشون آرامش و راحتی مردم سرزمینم باشه.

انحلال جامعه ملل و تکرار مساله فقدان ضمانت اجرایی

سالگشت انحلال جامعه ملل (۱۹۴۶م) - جامعه ملل نخستین سازمان بین المللی است که بعد از پایان جنگ اول جهانی به پیشنهاد وودرو ویلسون، رئیس جمهور وقت آمریکا و فرمان یاب درد هم ژانویه ۱۹۲۰م شکل گرفت. ميثاق جامعه ملل در سال ۱۹۱۹م در کنفرانس صلح پاریس به تصویب رسید. ولی با عدم تصویب صلح ورسای از طرف کنگره آمریکا، جامعه ملل بدون عضویت ایالات متحده آمریکا شروع به کار کرد. مقرر جامعه ملل در ژنو در کشور سوئیس و نخستین دبیر کل آن کی دویل مات انگلیسی بود. جامعه ملل با عضویت ۴۹ کشور شروع به کار کرد و ۱۲ کشور دیگر نیز در طول حیات جامعه ملل پیوستند. این سازمان، چهار ارگان اساسی به نام های دبیرخانه، هیات قانونگذاری، شورا و دادگاه دائمی بین المللی عدالت داشت. ارگان های فرعی این سازمان عبارت بودند از سازمان بهداشت، سازمان بین المللی کار، هیات مرکزی دائمی اقیانوس، کمیسیون برده داری، کمیسیون مهاجرت و کمیته ای برای مطالعه شأن و مقام قانونی زنان. اهداف این سازمان، خلع سلاح، جلوگیری از جنگ به

عقل، متواضع ترین موجود عالم است

مکان های مربوط به کودکی سوژه خوبی است

زمانی «قیصرها» در سینما ظهور می کردند

حرکت در عمق در قالب سرگرمی ها میسر است

محمد تقی فهیم: اغلب فیلم های اجتماعی ما یک سینمای فقیرانه هستند. ما فیلم هایی داریم که به ورطه خواهر فروشی افتاده اند! یک موقع غیرت این مملکت طوری بود که «قیصرها» در سینما ظهور می کردند و انتقام تجاوز به خواهرانشان را می گرفتند، اما امروز در سینمای اجتماعی ما، خواهرانشان را می فروشند و از مادرهایشان به عنوان جاسازی مواد مخدر استفاده می کنند! بیشترین آمار «اعتیاد و فساد» در قشر مرفه است، اما فیلمساز برای این موضوع یک خانواده فقیر را پیدا می کند و تا جایی که قدرت داشته باشد آن را می کند.

مسعود معینی پور: اگر تکوینم تمام، باید بگویم اکثر برنامه های معارفی صدا و سیما در سطح حرکت می کنند و متأسفانه در عمق عمل نمی کنند. بیشترین کار ویژه ای که برنامه های معارفی صدا و سیما نسبت به خانواده ها و مخاطبان خودشان دارند، «حرکت در سطح» و پاسخ به سوالات سطحی و کارهای معرفی سطحی است و «حرکت به عمق» نداشته اند. حرکت به عمق، عمدتاً از برنامه های گفت و گو مشور شکل نمی گیرد. اتفاقاً چنین کارهایی باید در قالب همان برنامه های سرگرمی و سریال ها انجام شود. یعنی ورود آگاهانه (از طرف برنامه ساز و تلویزی در ذهن مخاطب).

دیروز + نامه

کیمیا وطن، صبح جهان، صبح ایران، حال دل آلودان، روزگار

اینا، اقتصاد مقاومتی پیشرو خواهد بود، رویش: عکس های افتتاحیه سینما فلسطین را دیدید؟، ریش، تسنیم: صرفه جویی ۵ میلیاردی شهرضا با کاشت گل های اصلی

یک نفس + تفکر
امامیه با هرگونه تفکر آنارشستی مخالف است

حجت الاسلام دکتر داوود مهدوی زادگان در چهل و دومین جلسه گروه علمی فلسفه سیاسی که در مجمع عالی حکمت اسلامی برگزار شد، با موضوع «امام خمینی (ره) و فلسفه سیاسی انتظار» به ایراد سخنرانی پرداخت. وی در ابتدای این نشست گفت: در ابتدا چند مقدمه را باید مد نظر قرار داد: اول اینکه ما وضع موجود را با می خواهیم حفظ کنیم که منطبق با حکومت مطلوب است یا باید تغییر کند چون منطبق با حکومت مطلوب نیست، دوم اینکه هر عمل سیاسی باید مبتنی بر یک فلسفه سیاسی باشد و اگر مبتنی نباشد باید به دو شکل اتفاق بیفتد یا منتهی بر نگاه آتارشیستی باشد یا اینکه از فلسفه های سیاسی عاریتی استفاده کند که البته هر دو شکل باطل است، چون فلسفه سیاسی آمده تا آثار شیسم را کنار بگذارد و فلسفه سیاسی عاریتی هم نمی تواند عمل سیاسی را تحرک دهد، باید توجه داشت عمل سیاسی در هیچ مقطعی نمی تواند بدون فلسفه سیاسی باشد، فلسفه سیاسی برای تمام زمان هاست.

وی افزود: سومین مقدمه این است که بر اساس مبانی ساسی تشیع زمین هرگز خالی از حجت حق نیست و فلسفه سیاسی شیعه امامت است. چهارم اینکه تشیع آموزه انتظار و غیبت را دارد و آموزه غیبت جزء ارکان فکری شیعه است. با توجه به مقدمات فوق سوالی که مطرح می شود این است که فلسفه سیاسی امامت آیا امتداد دارد یا با دوگانه حضور و غیبت امتداد خود را از دست می دهد؟ آیا عصر غیبت را شامل می شود یا خیر؟ چگونه می توانیم فلسفه سیاسی امامت را در عصر غیبت تسری دهیم؟ وی در پاسخ به سوالات طرح شده گفت: در این زمینه دیدگاه های مختلفی وجود دارد که به دلیل اهمیت مساله به سه مورد از آنها اشاره می شود: الف) اساسا آموزه غیبت و انتظار فرج با فلسفه سیاسی انطباق ندارد، بلکه تشیع با فلسفه سیاسی امامت را انتخاب کند یا انتظار فرج را.

جلال ال احمد در کتاب غرب زدگی و خدمت و خیانت روشنفکران به این اشاره دارد. وی می گوید شیعیان فلسفه سیاسی امامت را قبول دارند و انتظار فرج را کار گذاشته اند. پذیرش فلسفه سیاسی امامت یعنی پذیرش حق تشکیل حکومت. ب) برخی دیگر ضمن پذیرش تعارض بین فلسفه سیاسی امامت و آموزه غیبت و انتظار فرج اینگونه استدلال می کنند که ویژگی عصر حضور که عصمت امام

باشد در دوره غیبت نیست، لذا جانشینی برای امام معصوم نداریم که معصوم باشد و چون عصمت نیست پس فلسفه سیاسی امامت از کار می افتد. لذا سیره فقهای امامیه از عصر غیبت را بررسی و گفته اند که سیره فقهای امامیه بدو بخش است: ۱- از زمان شروع غیبت تا مشروطه که علما جایگزینی برای فلسفه امامت انتخاب کردند و آن عبارت از نظام سلطانی و سلطنت است. ۲- از مشروطه تاکنون که میل پیدا کردند نظام سلطانی را کنار بگذارند و نظام های جدید را انتخاب کنند و به مرحوم نائینی اشاره دارند.

مهدوی زادگان درباره سومین دیدگاه در این باره گفت: ج) برخی می گویند اساسا مفهوم ولایت و امامت دو مقوله دارد: ۱- ولایت معنوی، ۲- ولایت سیاسی که هر دو ولایت در زمان امام معصوم در امام معصوم جمع بوده و با شروع غیبت فقط امامت معنوی باقی مانده و امامت سیاسی دیگر باقی نمی ماند. این دیدگاه به دیدگاه دوم نزدیک است، گرچه دیدگاه دوم می گویند عصمت دیدگاه سوم می گویند چون ولایت سیاسی نیست باید نظام های جایگزین و مدبر را پیدا کرد. هر دو دیدگاه دوم و سوم به نظام سیاسی جایگزین و مدبر می رسند. به هر روی، راه حلی که هر سه دیدگاه به ویژه دیدگاه دوم و سوم پیشنهاد می کنند عبارت از سکولار و عرفی شدن است. وی خاطر نشان کرد: با بررسی این سه دیدگاه مشخص می شود که بحث غیبت و انتظار، خیلی مهم است. لذا از ابتدای عصر غیبت بحث غیبت مورد توجه علمای امامیه بوده است، زیرا بحث غیبت باعث طعنه هایی از سوی اهل سنت و غیرمسلمانان به شیعه می شده است که امام غایب چگونه می تواند مدیریت و امامت کند، بسیاری از علما، کتاب هایی در مورد غیبت دارند مثل شیخ مفید، شیخ طوسی...

وی افزود: برای امام خمینی (ره) غیبت و پاسخ به شبهات آن مهم بوده است. امام در کتاب کشف اسرار در نقد علمی کتاچه اسرار هزار ساله به این بحث می پردازد. چرا که علی اکبر حکمی زاده در کتاب اسرار هزار ساله یکی از ایراد هایی که مطرح می کند این است که آیا در عصر غیبت، امامت می تواند نظریه سیاسی باشد یا خیر؟ امام خمینی نه تنها در زمان تشکیل حکومت اسلامی، بلکه پیش از سال ۲۲ نیز به این مساله التفات داشتند.