

هفتاد و هفتاد



سلطان طلایی از آسمان ایران می‌رود؟

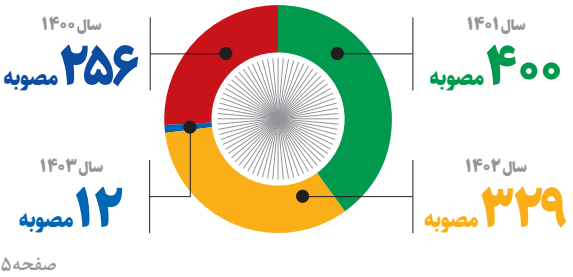
عقاب طلایی ایران در خطر انقراض است

صفحه ۶

نگاهی به مهم‌ترین مصوبه‌های شورای ششم

۹۹۷ مصوبه در ۹۹۷ روز

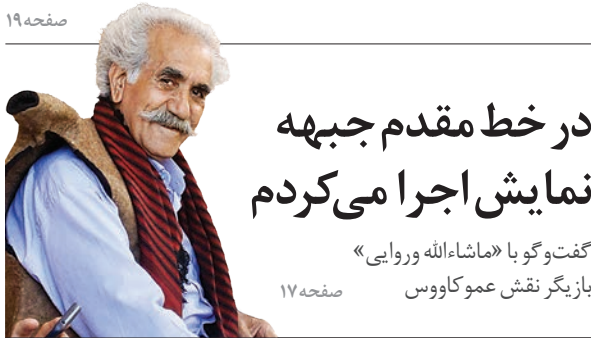
شورای شهر در مصوبه‌هایش توجه جدی به حل مشکلات اولویت‌دار پایتخت داشته است



صفحه ۱۵

راه اندازی اپراتور هوش مصنوعی در ایران

مزرعه پردازشی بزرگ هوش مصنوعی، قادر به پردازش حجم عظیمی از داده‌ها در کوتاه‌ترین زمان ممکن است



در خط مقدم جبهه نمایش اجرا می‌کردم

گفت‌وگو با «ماشاءالله وروایی» بازیگر نقش عمو کاووس

صفحه ۱۷

نگاه

مهدی چمران؛ رئیس شورای اسلامی شهر تهران

شورای ششم واحیای مشارکت معتمدان محلات



فعالیت شوراهای اسلامی شهر و روستا به عنوان یکی از نهادهای مطرح در قانون اساسی با تأخیری حدوداً ۲۰ ساله آغاز شد؛ چالش‌ها و رویدادهای پس از دوران پیروزی انقلاب در کنار جنگ تحمیلی و تفویض اختیارات شوراهای سایر ارکان باعث شده بود نهاد شوراهای با حدود ۲ دهه تأخیر، فعالیت رسمی خود را آغاز کنند.

امروز قریب ۲۵ سال از فعالیت رسمی شوراهای می‌گذرد و گرچه این نهاد دیرپا و موثر به دلایل مختلف نیاز جدی به توجه دارد، اما به نهادی مؤثر و قابل اتکا در ساختار تقنینی، نظارتی و اداری و اجرایی کشور تبدیل شده و قطعاً با آسیب‌شناسی دقیق و پرداختن به نقاط ضعف و قوت آن می‌توان به ارتقای این نهاد مردمی نیز کمک کرد. در ابتدای کار شوراهای مردم از شورای اسلامی شهر تهران ذهنیت خوبی نداشتند. ارتباط مستقیم با مردم و تصمیم‌گیری‌های تخصصی شورای اسلامی شهر تهران در مسائل مختلف شهری سبب شد جایگاه این شورا در بین مردم حفظ شود. امروز دید مردم نسبت به شوراهای خدمتگزار صادقانه‌تر شده و تغییر یافته به طوری که این موضوع سبب تغییر معادلات سیاسی در کشور شده است.

تاکنون ۶ دوره انتخابات شوراهای اسلامی شهر تهران برگزار شده و افراد و شخصیت‌هایی با نگرش‌های متنوع سیاسی و مدیریتی به عنوان عضو شورا در دوره‌های مختلف فعالیت داشته‌اند، علاوه بر این در همان بدو تأسیس شوراهای اسلامی، در شهر تهران نهاد شورایی نیز به عنوان بازوی مشورتی اعضای شورا در سطح محله‌ها آغاز به کار کرد.

گرچه شورایاران در اواخر دوره اول شورا به صورت آزمایشی در سطح ۱۰ محله کار خود را آغاز کردند اما به صورت رسمی‌تر در دوره شورای دوم در بهمن سال ۱۳۸۴ در ۳۷۱ محله، در شورای سوم در سال ۱۳۸۷ در ۳۷۴ محله و در دوره شورای چهارم نیز در ۲۵۴ محله شهر تهران با برگزاری انتخابات توسط شهروندان انتخاب شدند.

متأسفانه با وجود برگزاری انتخابات شورایی در دوره پنجم به دلیل عدم حمایت کافی از شورایاران و فقدان پیگیری‌های حقوقی، نهاد شورایی با هرغم تجارب ارزشمند منحل شد و فعالیت و سکوت شورای پنجم، این نهاد مدنی و مردمی را به محاق برد.

از ابتدای دوره ششم به دلیل اطلاع از دستاوردهای نهاد شورایی و به‌رغم آگاهی از برخی مشکلات و چالش‌های آن، تلاش کردیم در شورای ششم با حفظ دستاوردهای مثبت، نهاد شورایی را بازسازی کنیم، با وجود موانع قانونی خوشبختانه امروز مفتخریم بار دیگر معتمدان محلات با کار کردهایی شبیه نهاد شورایی فعالیت خود را آغاز خواهند کرد.

مقدمت قانونی این امر فراهم شده و در صحن شورا به صورت ویدئو کنفرانسی، فعالیت رسمی هیأت امنای محلات در ۳۵۲ محله شهر تهران کلید خواهد خورد تا معتمدان و فعالان شهری، اجتماعی و فرهنگی در سطح محلات بار دیگر بازوی مشورتی نهاد شورا و مدیران شهری باشند و با افزایش مشارکت مردم در اداره امور شهر، شاهد تحول، آبادانی و پیشرفت در کلانشهر تهران باشیم. تهران شهر کوچکی نیست، برخی از محلات قدیمی تهران به اندازه یک شهر جمعیت دارند، مردم باید به‌طور مستقیم در مدیریت شهر دخیل باشند و بدون کمک آنها اداره شهر کار بسیار دشواری است.

علاوه بر این، شورای اسلامی شهر تهران به مناسبت سالروز شروع به کار شوراهای میزبان نمایندگان مردم تهران در مجلس شورای اسلامی خواهد بود تا با هم‌اندیشی و هم‌افزایی، بستری قانونی و نظرات کارشناسی و حقوقی در خصوص توسعه نهاد شورا مورد بحث و بررسی قرار گیرد. امیدوارم مجموع این تلاش‌ها و برنامه‌ها به افزایش نقش و جایگاه نهاد شورا در نظام سیاسی، اداری و اجرایی کشور کمک کند.

با اسکن این کد QR تصاویری باورنکردنی از خشونت علیه زنان در آمریکا ببینید.



تصویری که از بین ده‌ها فیلم و عکس خشونت پلیس آمریکا، نماد شد

اگر این صحنه‌ها در ایران بود

یادداشت

محسن مهدیان؛ مدیرمسئول

اگر این صحنه‌ها در ایران بود...



این چند روز که عکس‌ها و فیلم‌های ضرب و شتم دانشجویان آمریکایی در رسانه‌های خارجی سانسور می‌شود، نخستین سوآلی که به ذهن می‌رسد این است که اگر این تصاویر مربوط به ایران بود، روایت ماجرا چگونه شکل می‌گرفت؟

ضرب و شتم و حبس‌نامه دانشجویان و حتی استادن دانشگاه در حالی است که مطالبه معترضان تنها توقف جنایت در غزه است اما همین راه تحمل نمی‌کنند. ۶۰۰ نفر را تا روز شنبه دستگیر و ده‌ها نفر را تحقیر کردند و وزیر بهداشت گفتند: تا آنجا که مجبور شدند خون‌های ریخته‌شده دانشجویان را با ماشین آبیاش شست‌وشو دهند بلکه آثار جنایت پاک شود. اما تمام رسانه‌های اصلی این خروش بی‌سابقه را سانسور کرده‌اند.

تا اینجا آزادی بیان به روایت آزادی آمریکایی است؛ اما بیاید فرض کنیم که این ماجرا در ایران اتفاق می‌افتاد. آنگاه رسانه‌ها و سیاستمداران غربی و نهاد‌های حقوق بشری چطور رفتار می‌کردند؟ این در حالی است که کنشگری دانشجویان اعتراض به وحشی‌گری تمام و بی‌سابقه رژیم صهیونیستی است و نه اقدامی علیه امنیت ملی کرده‌اند و نه آسیبی به اموال عمومی زده‌اند و نه آدم کشیده‌اند و نه کف خیابان مأموران را برهنه و سلاخی نموده‌اند و نه با گروه‌های آدمکش و ترغیب‌افکن و برانداز همکاری کرده‌اند و با اجیر آنها شده‌اند. با همه اینها فرض کنید این وقایع در ایران بود؛ آنگاه چه رفتاری می‌کردند؟

یکم: تمام رسانه‌ها نشان به‌خط می‌شدند تا شب و روز عکس‌ها و تصاویر را به کرات باز نشر و تحلیل کنند. اگر هم تصویری پیدا نمی‌کردند از عکس‌های گذشته یا ساختگی یا تصاویر تجمعات دیگر کشورها استفاده می‌کردند.

دوم: از فرصت استفاده و تمام گروه‌های آدمکش و تروریست و ارادال و اوباش را به صف می‌کردند تا وارد کشور شوند یا از گوشه و کنار شهر جمع‌شان می‌کردند تا تجمع دانشجویان را تبدیل به شورش علیه امنیت کشور کنند.

سوم: تمام مسئولان و سیاستمداران در رده‌های مختلف در دیگر کشورها را ردیف می‌کردند تا این تصاویر را محکوم کنند. از دولت‌ها درخواست می‌کردند تا ایران قطع رابطه کنند و نهاد‌های امنیتی ایران را تروریستی بنامند.

چهارم: تمام سلبی‌تها با یاد به‌صفت می‌شدند و موضع‌گیری می‌کردند. هر سلبی‌تی‌ای هم اعلام موضع نمی‌کرد به صورت مجازی به او حمله ور می‌شدند تا سر ترس سخن بگوید و ساکت نباشد. هر میزان هم لازم بود پول خرج می‌کردند.

پنجم: هر زمان اعتراضات از دایره اخبار خارج می‌شد و به سمت آرامش پیش می‌رفت با ریختن خون چند بی‌گناه آن را شعله‌ور می‌ساختند. حتی اگر لازم بود، در کف خیابان مأمور امنیتی یا انتظامی یا آدم‌عادی را نیز سلاخی می‌کردند و خون می‌ریختند.

ششم: همه نهاد‌های حقوق بشری را به خط می‌کردند تا بی‌بانه دهند و محکوم کنند و قطعنامه دهند و تحریم جدید وضع کنند.

هفتم: از صفحات آشنیزی و آرایگری و بیج‌های فیتنسی و صفحات رقص و جادوگری و شومنی گرفته تا همه اینفلوئنسر‌ها را به خط می‌کردند و سکه می‌دادند تا مطالب آنها را باز نشر کنند و این احساس ایجاد شود که تنها یک صدایی بیشتر در جامعه وجود ندارد.

هشتم: عده‌ای ساده لوح و خودحقیر پندار را هم تحریک می‌کردند تا کاملاً واداده، غرب را تشویق کنند و کشور را مته‌م به ناکار آمدی و فساد و تباهی کنند. البته برای این گروه خرج نمی‌کردند؛ آنها خودبه‌خود همراهند.

نهم: جهت تهییج بیشتر و تحریک احساسات، آثار هنری تولید می‌کردند و شعر می‌ساختند و موسیقی درست می‌کردند. اما هیچ‌کس برای دختران و زنان دانشجوی آمریکایی شعر «برای خواهرم، خواهرت، خواهر امون» نمی‌خواند و با عکس‌های آنها فیلم و کلیپ نمی‌ساز.

دهم: دست آخر تا می‌توانستند به اموال عمومی و دارایی شخصی مردم و کشور لطمه می‌زدند تا ترس و وحشت در شهر حاکم شود و مردم احساس کنند همه چیز از دست رفته است و به‌زودی انقلاب می‌شود. بعد هم تصاویر آن را با ضرب و تاز می‌کردند تا با یگانگی قدرت بر تر در میدان آنها هستند. این ۱۰ خط اصلی برایتان آشنا نیست؟ یقین بدانید نعل به نعل آن را اجرا می‌کردند. اما امروز هتک حیثیت دانشجویان آمریکایی را نادیده می‌گیرند بلکه صدای شان آگاهی‌ساز و روشنگرانه نباشد. دانشجویان آمریکایی امروز به برکت خون‌های پاک غزه در دل تاریکی علمی دانشگاه‌های نظام سرمایه‌داری روزنه‌های نور و روشنایی را می‌بینند و فریاد می‌زنند و این فریادها به‌زودی برای مظلوم عالمگیر و برای ظالم دامنگیر خواهد شد.

واکنش کاربران فضای مجازی به خشونت پلیس آمریکا

کاربران داخلی:

حدائق می‌گذاشتید چند روز از تصویب قانون ضد ایرانی «مهسا» در کنگره آمریکا می‌گذشت، بعد دخترها و زن‌ها را کتک می‌زدید!

۲۰۲۳ تنگنا: مگه تو آمریکا هم علیه زنان خشونت انجام میدی؟ این خشونت هر جای دیگه غیر از آمریکا بود، علم یزید می‌شد.

۲۰۲۳ رکورددار بالاترین آمار قتل توسط پلیس آمریکا طی ۱۰ سال گذشته

۹۶ تنگنا: علی‌نژاد حلال شده است.

۶۰۸ تنگنا: از کشته‌شدگان دارای اختلالات روانی بودند.

۹۶ تنگنا: از کشته‌شدگان دارای اختلالات روانی بودند.

۶۰۸ تنگنا: توسط پلیس بدون جرم مشکوک غیرخشونت‌آمیز کشته شدند.

تنقاص‌ها در آمریکا:

کاش تو آمریکا یکی بودی و چه غزه برای مزدوران فرقی نمی‌کند چه بلایی سر زنان می‌آید.

چه آمریکا باشد چه غزه برای مزدوران فرقی نمی‌کند چه بلایی سر زنان می‌آید.

کاش تو آمریکا یکی بودی و چه غزه برای مزدوران فرقی نمی‌کند چه بلایی سر زنان می‌آید.

کاش تو آمریکا یکی بودی و چه غزه برای مزدوران فرقی نمی‌کند چه بلایی سر زنان می‌آید.

کاش تو آمریکا یکی بودی و چه غزه برای مزدوران فرقی نمی‌کند چه بلایی سر زنان می‌آید.

انتقاد از سازمان‌های بین‌المللی:

هر کشور دیگه‌ای غیر از آمریکا بود، شورای امنیت ۱۰ بار بیانه می‌داد. به نظرتون آمریکا از کمیسیون زن ملل متحد اخراج می‌شه؟ آمریکا اصلاً کتوانسیون منشور بین‌المللی حقوق زنان رو قبول نداده.

کاربران خارجی:

استانداردهای دوگانه

ادعای آزادی و دمکراسی آمریکا فقط برای تهران بود، نه واشنگتن!

اگر وحشی‌گری پلیس آمریکا در روسیه، بلاروس، ایران یا چین بود، هزاربار فیلمش را نشان می‌دادند...

الگوپردازی پلیس آمریکا از ارتش اسرائیل

خشونت پلیس، آتش اعتراض‌ها را شعله‌ورتر خواهد کرد. از خشونت پلیس آمریکا شوکه نشده‌ایم، چون پلیس آمریکا همیشه خشن است.

پلیس آمریکا در سرکوب وحشیانه دانشجویان معترض از ارتش اسرائیل الگو می‌گیرد.

آمریکا در حال عرق شدن در اقیانوس خشونت پلیس است.

جرم استاد زن دانشگاه اموری که بازداشت شد، اعتراض به بازداشت دانشجویانش بود.

زنان آمریکا هم مانند هر کشور دیگری، مورد آزار و اذیت قرار می‌گیرند.

پلیس آنلاندا معترضان را در جریان یک تجمع مسالمت‌آمیز بازداشت کرد، نه تجمع مسلحانه!

کارشناسان چه گفتند؟

تحریریه وب‌سایت اورگانیزر: رفتار پلیس آمریکا در تضاد کامل با اصول دمکراتیکی است که آمریکا درباره دیگر کشورها تبلیغ می‌کند.

جستجو دانشگاه بیل: اعتراض حامیان فلسطین مسالمت‌آمیز بود، اما پلیس به‌عمد به‌دنبال درگیری با دانشجویان بود.

جرمی لازینسکی: دفتر حقوق بشر سازمان ملل: همه حق اعتراض مسالمت‌آمیز دارند و دولت‌ها نباید مانع این حقوق شوند.

لیدیا یونگرین: روزنامه‌نگار نیویورک تایمز: اعتراضات دانشجویان خلاقانه، مسالمت‌آمیز و مردمی بود، اما پلیس آمریکا علیه آنها از خشونت استفاده کرد.

صفحه ۲



6 260641 200359 >



6 260641 200014 >

خبر سوزان

رویکرد ویژه سند تحول قضایی
 غلامحسین محسنی آذهای، رئیس قوه قضاییه با تأکید بر اینکه معتقد به مجازات سریع مجرمین، به ویژه مرتکبان جرائم خشن هستیم، اظهار کرد: در سند روزآمد شده تحول قضایی نیز برای برخی از این امور پیش‌بینی شده است. میزان

آواربرداری از خرابی ۱۰ ساله زمانبر است
 سپهر خلجی، رئیس شورای اطلاع‌رسانی دولت با تأکید بر اینکه آواربرداری از یک خرابی ۱۰ ساله زمانبر است، گفت: کشور به مدت یک دهه دچار عقب‌ماندگی بود و چند سال متعادی تورم بالای ۴۰ درصد را تجربه می‌کرد، اما با آغاز به کار دولت سیزدهم همه اینها ساماندهی شد. / ایرنا

واکنش ایران به تحریم‌های تازه
 ناصر کنعانی، سخنگوی وزارت امور خارجه در واکنش به تحریم‌های جدید آمریکا، انگلیس و کانادا و همچنین قطعنامه جانبدارانه پارلمان اروپا علیه ایران تصریح کرد: توسل به ابزار تحریم علیه ظرفیت‌های دفاعی جمهوری اسلامی، خللی در اراده ایران ایجاد نمی‌کند. / وزارت امور خارجه

دولت

اثبات تحریم‌ناپذیر بودن ایران

سیدابراهیم رئیسی، رئیس‌جمهور در ششمین نمایشگاه توانمندی‌های صادراتی ایران، برگزاری این نمایشگاه را گواهی تحریم‌ناپذیر بودن ایران دانست و تأکید کرد که برگزاری این نمایشگاه، نشان‌دهنده شکست طرح‌های شیطانی برای منزوی کردن ایران و جلوگیری از اثبات توانمندی ما در انجام کارهای بزرگ است. مهم‌ترین محورهای سخنرانی رئیسی در مراسم گشایش این نمایشگاه را در ادامه می‌خوانید:

- تحریم در ایران اسلامی با اراده پولادین مردم هرگز به نتیجه نرسیده و پس از این هم نخواهد رسید.
- امیدواریم نتیجه برگزاری این نمایشگاه، ایجاد فضای رقابتی و فضایی برای کنش و تعامل منطقه‌ای و جهانی از مسیر توسعه تجارت، صادرات و گسترش تعاملات اقتصادی باشد.
- ترجمان این نمایشگاه و رویداد بزرگ اقتصادی آن است که ما توانستیم و باز هم می‌توانیم.
- آمریکایی‌ها رسماً اعتراف کردند سیاست فشار حداکثری علیه ایران مفتضحانه شکست خورده‌است و این دستور، حاصل تلاش جوانان ما در عرصه تولید و فعالیت اقتصادی است.
- کارفرمایان، تولیدکنندگان، مهندسان و کارگران افسران و سربازان خط مقدم جبهه مقابله با تحریم‌های آمریکا و دیگر دشمنان ایران هستند.
- امروز حتی با ترور دانشمندان و تحت‌فشار قرار دادن متخصصان ما هم دیگر نمی‌توانند مانع از دسترسی ایران به فناوری‌های نو شوند.
- هر جا و در هر زمینه‌ای که بیشترین فشار به ایران اسلامی وارد شده، در همانجا بیشترین موفقیت برای ما به‌دست آمده‌است.
- امروز در صنایع نظامی و هسته‌ای با وجود فشارها، بیشترین موفقیت‌ها را کسب کرده‌ایم.

تیتیر خبر

خبرهای کوتاه از دنیای سیاست

- سیدابراهیم رئیسی، رئیس‌جمهور در پیامی فرارسیدن روز ملی آفریقای جنوبی را به دولت و ملت این کشور تبریک گفت.
- حسین امیرعبداللهیان در گفت‌وگو با همتای پرترغالی خود، تأکید کرد که موضوع انسانی راهی خامه کشتی، مورد توجه جدی ایران است.
- محمدعلی زلفی گل، وزیر علوم تأکید کرد که پلیس آمریکا آزادی بیان را در برخورد با دانشجویان معترض لگدمال کرد.
- تبلیغات کاندیداهای دور دوم انتخابات مجلس از یامداد ۱۳ اردیبهشت‌ماه آغاز می‌شود و تا ساعت ۸ صبح ۱۳ اردیبهشت‌ماه ادامه خواهد داشت.
- شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی، با صدور بیانیه‌ای، از اعتراضات بین‌المللی دانشجویی علیه جنایات صهیونیست‌ها حمایت کرد.
- علی خضریان، سخنگوی کمیسیون اصل ۹۰ مجلس از بررسی عملکرد دستگاه‌های حاکمیتی در ارائه اطلاعات مورد نیاز یگان‌ها داده اعتباری در جلسه این کمیسیون خبر داد.
- محمد الهندی، معاون دبیر کل جنبش جهاد اسلامی فلسطین گفت: پاسخ ایران ثابت کرد رژیم صهیونیستی قادر به حفاظت از خود نیست.
- پیکر همسر شهید آیت‌الله سیدمصطفی خمینی، عروس امام(ره) روز شنبه در حرم حضرت معصومه(س) تشییع و در مقبره شیخ فضل‌الله نوری به خاک سپرده شد.
- امیرابراهیم رسولی، سخنگوی شورای ائتلاف نیروهای انقلاب اعلام کرد: فهرست کاندیداهای این شورای دومین مرحله انتخابات مجلس آخر هفته و همزمان با آغاز زمان تبلیغات منتشر می‌شود.
- خبرگزاری «پولمرگ» در گزارشی تأکید کرد که دورنمای افزایش همکاری‌های نظامی تهران و مسکو هم‌زمان با تقابل مستقیم تهران و تل‌آویو، روابط روسیه و رژیم صهیونیستی را وخیم‌تر کرده‌است.



توسعه همکاری‌های دفاعی ایران و بلاروس
 ایران و بلاروس در سال‌های اخیر کام‌های مهمی در راستای توسعه همکاری‌ها منعقد کرده‌اند. بر این اساس هم‌بود که در دیدار وزرای دفاع ۲ کشور در حاشیه اجلاس شانگهای در قرقریزستان، دو طرف با توجه به ظرفیت‌های موجود، بر گسترش همکاری‌های نظامی - دفاعی تأکید کردند. / ایسنا

اقدام‌هایی برای «حال خوب» تولید و کارگران
 دولت سیزدهم در زمینه احیای تولید و تقویت معیشت کارگران اقدام‌های قابل‌توجهی انجام داده است. علی بابایی‌کارنامی، رئیس فراکسیون کارگری مجلس با اشاره به بازگشت ۸ هزار واحد تولیدی به چرخه تولید، از افزایش ۵۷ درصدی حقوق کارگران در دولت سیزدهم خبر داد. / ایرنا

اگر این صحنه‌ها در ایران بود

تصویری که از بین ده‌ها فیلم و عکس خشونت پلیس آمریکا، نماد شد



Afsaran official
 @Afsaran_tweet
 آزادی! ایران یا آمریکا! مقایسه بر تکرار این روزها در فضای مجازی: یک طرف استاد دانشگاه ایران و حضور آزادانه او در تجمعات ضد حکومتی و براندازی است و یک طرف دیگر استاد دانشگاه آمریکا که به نسل‌کشی رژیم اسرائیل در غزه اعتراض دارد و قصد براندازی ندارد و به سرعت دستگیر می‌شود...

مستوره ۲
 @maslor_eh
 از غزه تا آمریکا! برای «خواهرم، خواهرت، خواهرامون»

سکوت برای خردمان؛ قطعنامه شورای امنیت برای دیگران

امیرعلی ابوالفتح
 Amir.AAbolfath@Abolfath
 اتفاقاتی که این روزها در دانشگاه‌های آمریکا علیه دانشجویان معترض به جنگ غزه در جریان است، اگر در یکی از کشورهای دشمن یا منتقد آمریکا در جریان بود، تا الان آمریکا پیش‌نویس قطعنامه‌ای برای تحریم آن کشور را در شورای امنیت مطرح کرده بود و از تنشش برای مداخله نظامی آماده می‌شد.

اف. عمیری
 @ef_baniamer
 نه به خشونت علیه زنان #آزادی_بیان_غربی

آساره ایل
 @mahdia1990n
 چه آمریکا باشد و چه غزه برای مزدوران فرقی نمی‌کند چه بلای بر سر زنان می‌آید؛ چراکه آنها فقط بابت به‌انحراف کساندن زنان ایران به اسم آزادی حقوق می‌گیرند! - مسیح علی‌نژاد که ۲ سال گذشته پای ثابت اغتشاشات ایران به بهانه دفاع از زنان بود حالا لال شده‌است!

محمدرضا سالک رحیمی
 @MR_Salek_Rahimi
 مگه براتون حقوق زنان مطرح نبود؟! اهان! اگه موضوع حمایت از فلسطین باشه، فرق می‌کنه؟! در تمام دنیا بر سر امنیت ملی شوخی ندارند. #ColumbiaUniversity

امیرحسین ثابتی
 @sabeti_tweet
 دنیای مضحکی است: پلیس آمریکا اعتراض مدنی و مسالمت‌آمیز دانشجویان و زنان در حمایت از فلسطین را با شدیدترین حالت ممکن سرکوب می‌کند اما دولتمردان آمریکا و براندازان انتظار دارند شعارهای رادیکال و چاله‌مدنی اقلیت برانداز در دانشگاه‌های خواجه نصیر و شرف تحمل شود و هیچ برخوردی هم نشود!

لیلا خوش‌بین
 @L_khoshbiin
 از غزه تا دانشگاه‌های آمریکا برای خواهرم، خواهرت، خواهرامون #ColumbiaUniversity #مرد_طلاب_آمریکا

سیدامیرحسین
 @amirhossein_nam
 کاش تو آمریکا یکی بودی و می‌خوند: برای خواهرم، خواهرت، خواهرامون... بعد ببینیم بهش جایزه گرمی می‌دان یا نه؟! #دانشجویان_آمریکا

برای خواهرت، خواهرامون!

نیاسر دخت
 @AdbarchiEdare
 خشونت علیه زنان را پایان دهید، ما خواستار اجرا شدن #زن_زندگی_آزادی در آمریکا هستیم...

بسم رب الشهداء و الصدیقین
 @rohlahiimiii
 مگه تو آمریکا هم علیه زنان خشونت انجام میدن؟! مگه آمریکا از حامیان زنان نبود؟! پس چی شد؟ #reespeech

مرمریوم
 @Marmaryum
 رفتار خشونت‌آمیز علیه زنان هر جای دیگه‌ای غیر از آمریکا نبود، علم یزدیش می‌کردن!

خشونت پلیس آمریکا از نگاه کاربران خارجی

منتقدان خارجی در فضای مجازی، خشونت پلیس آمریکا علیه دانشجویان را نمادی دیگر از استانداردهای دوگانه واشنگتن توصیف کرده‌اند



خشونت خوب، خشونت بد!

Somalia
 @kingofSomaliaa
 اگر این وحشیگری پلیس در روسیه، بلاروس، ایران یا چین صورت می‌گرفت، رسانه‌های غربی این فیلم را ۲۴ ساعته به‌نشان می‌دادند و می‌گفتند ببینید که این کشورها به دانشجویان خود اجازه اعتراض مسالمت‌آمیز را نمی‌دهند؛ اما امروز در حال مشاهده بر سر خورد خشونت‌آمیز پلیس با معترضان در آمریکا هستیم!

استاندارد دوگانه درباره غزه و مهسا امینی

الشیخ خلیل رزق
 @chkhallirzk
 ویدئوهای منتشر شده از خشونت پلیس آمریکا علیه زنان معترض، حقیقت دولت جنایتکار این کشور را نشان می‌دهد که مسئول تمام بدبختی‌های عالم است؛ در حالی‌که آزادی و دموکراسی سر می‌دهند که به بهانه مرگ مهسا امینی دنیا را برانگیختند. صداهای اعتراض شما کجاست؟ کر و کور و لال شده‌اید؛ تظاهرات حمایتی شما از غزه کجا رفته‌است؟

از خشونت پلیس آمریکا شوکه نشدیم!

check pinned
 @Kandakat_alhaqq
 فکر نمی‌کنم بسیاری از ما (حداقل من) از خشونت پلیس آمریکا شوکه شده باشیم، اما چیزی که حیرت آور بوده، این است که دانشگاه‌ها ما را فریب داده و مجبورمان می‌کنند که پول بدسیم تا به ما درباره آزادی بیان و تاریخ قهرمانانه آمریکا آموزش دهند. درحالی‌که از این پول برای استقرار پلیس در دانشگاه‌ها و ضرب و شتم و دستگیری دانشجویانی استفاده می‌کنند که قرار بوده در این مؤسسات آموزش ببینند.

وزیر امور خارجه آمریکا کجاست؟

Yomi Olowe
 @Lifemost
 الان آنتونی بلینکن، وزیر امور خارجه آمریکا کجاست تا درباره اینکه کجاست سفید تا چه اندازه نگران سرکوب اعتراض‌ها در مسالمت‌آمیز دانشجویان سراسر آمریکا سخنرانی کند؛ کسانی که به خاطر اعتراض به جنگ توسط پلیس و برای محافظت از رژیم آپارت‌اسرائیل ضرب و شتم و دستگیر شده مورد آزار و اذیت قرار گرفته‌اند.

Mairav Zonszein
 @MairavZ
 ویدئوهایی که از اعتراض‌های دانشجویان در دانشگاه‌های آمریکا منتشر می‌شود واقعا تکان دهنده است. تنها راه اینکه بتوان چنین سطحی از خشونت و سرکوب پلیس را در کرد این است که منافع شخصی حامیان چنین سرکوبی را در نظر گرفت و بررسی کرد که نفع چه کسانی در متوقف شدن این اعتراض‌هاست؟

Mehdi
 @M1987V313
 اسطوره‌ای به نام آزادی بیان و دموکراسی در آمریکا و برخورد وحشیانه پلیس آمریکا با زنان و دانشجویان معترض می‌نشاندهند. تنها کسی غزه را ببینید. این معترضان هر تکم هیچ جنایتی نشده‌اند. آنها فقط خواهان پایان دادن به کمک‌های نظامی آمریکا به رژیم اسرائیل هستند.

4DialogSk
 @Abukar_Arman
 بی‌صبرانه منتظر هستم تا شورای امنیت سازمان ملل به اتفاق آرا قطعنامه‌ای علیه خشونت پلیس، نقض حقوق بشر و آزادی‌های مدنی توسط پلیس آمریکا صادر کند! #ایران چین #روسیه

Aidarouss Ahmed Hirsi
 @aidaroussahmed
 بازداشت خشونت‌آمیز استاد زن دانشگاه اموری، شرم آور است. پلیس آمریکا برای بازداشت این زن او را روی زمین پرتاب می‌کند و به شکل تحقیر آمیزی به او دستبند می‌زند. جرم او اعتراض به بازداشت خشونت‌آمیز دانشجویان معترض به جنگ غزه بود.

Remi Kanazi
 @Remroum
 به آمریکا خوش آمدید؛ کشوری که دانشجویان و استادانش با بازداشت و خشونت پلیس مواجه هستند؛ درحالی‌که به شهر کنش‌شان و اشغال‌گران نظامی صهیونیست میلیارد دلار کمک می‌شود.

Muntadher AL-fajer
 @EHSiq
 تظاهرات دانشجویان آمریکا علیه نسل‌کشی غزه دموکراسی و آزادی بیانی را که مورد پذیرش آمریکا است به‌نشان داد. زنان آمریکایی هم مانند هر کشور جهان سومی مورد آزار و اذیت قرار می‌گیرند.

Steven Donziger
 @SDonziger
 پلیس آمریکا وحشیانه استادان و دانشجویان دانشگاه اموری را بازداشت کرد. این اتفاق در آتلانتا و در جریان یک تجمع مسالمت‌آمیز در اعتراض به جنایات جنگی اسرائیل در غزه اتفاق افتاده است. اگر این اتفاق در ایران روی می‌داد، آمریکا خواستار تغییر حکومت در این کشور می‌شد.

DrKaiaRaeSakri
 @DrSakriKaia
 جدیدترین اثر محمد سباعنه، کاریکاتورست فلسطینی پس از وحشیگری پلیس آمریکا علیه دانشجویان و استادانی که برای غزه در محوطه‌های دانشگاه دست به تحصن زدند.



Prof Makau Mutua
 @makaumutua
 خشونت پلیس علیه دانشجویان و استادان دانشگاه‌ها که در اعتراض به حمایت آمریکا از کشتار فلسطینیان توسط اسرائیل - که ۷۰ درصد از آنها زنان و کودکان در غزه هستند - به خیابان‌ها آمدند، تنها آتش اعتراض‌ها را تشدید خواهد کرد. تنها راه خاموش شدن این آتش تغییر سیاست آمریکا و آتش‌بس مؤثر در غزه خواهد بود.

Nida Kirmani
 @NidaKirmani
 همه نگاه‌ها به سرکوب خشونت‌آمیز در دانشگاه‌های آمریکا است، اما فراموش نکنید که آنها واقعا برای چه اعتراض می‌کنند. نگاه خود را از فلسطین بردارید؛ جایی که مردم هر روز توسط رژیم صهیونیستی اسرائیل کشته و معلول می‌شوند.

گشتی در اقتصاد جهان

آرامش در بازار نفت کاهش قیمت در بازار طلا

اقتصاد جهانی به‌تدریج آرام‌تر می‌شود و قیمت نفت تحت تأثیر مجموعه‌ای از عوامل، شامل کاهش ذخایر نفت، خوش‌بینی به رشد اقتصاد آمریکا و کاهش تنش‌های ژئوپلیتیکی، اوضاع بهتری پیدا کرده است. در مقابل آرامش بازار نفت، بازار جهانی طلا با ناآرامی روبه‌رو شده و قیمت‌ها در این بازار پایین آمده است. قیمت هر اونس طلای جهانی به ۱۳۳۱ دلار رسیده که تقریباً ۱۰۰ دلار نسبت به بالاترین رکورد تاریخ در ۱۲ آوریل پایین‌تر است. افل ۱۰۰ دلاری قیمت هر اونس طلای جهانی در بازار ناآرام فعلی، ناشی از کاهش نسبی تنش‌های ژئوپلیتیکی است و عمر آن محدود به زمانی است که تنش‌ها در سطح پایین باقی بماند.

کاهش شیب رشد اقتصاد آمریکا، خبر دیگری است که در اقتصاد جهانی دست به دست می‌شود. داده‌ها نشان می‌دهند که رشد تولید ناخالصی داخلی ایالات‌متحده به‌عنوان بزرگ‌ترین اقتصاد جهان در ۳ماه ۲۰۲۴ به ۱٫۶ درصد کاهش یافته که بسیار کمتر از برآورد ۲٫۴ درصدی است.

سقوط سودآوری استخراج‌کنندگان بیت‌کوین، خبر دیگری است که اقتصاد جهانی به آن توجه نشان داده است. سودآوری استخراج بیت‌کوین به پایین‌ترین میزان خود رسیده است. خبرها حاکی از این است که شاخص هش‌ریت که میانگین درآمد استخراج‌کنندگان به ازای هر تراشه را نشان می‌دهد و معیاری کلیدی برای سودآوری استخراج بیت‌کوین است، پس از چهارمین رویداد هاوینگ در هفته گذشته، سقوط بی‌سابقه‌ای داشته است.

گشتی در اقتصاد ایران

۱۱۷ هزار میلیارد تومان وام بدون ضامن پرداخت شده است

روز گذشته وزیر صنعت از افزایش تیزتر تولید خودرو به میزان ۲۰ درصد خبر داد. این به‌معنای آن است که تیراژ روزانه تولید باید به ۶۴هزار دستگاه برسد که رقمی بیش از ۲میلیون دستگاه در سال خواهد بود. تازه‌ترین آمارهای گمرگ ایران از میزان تخصیص ارز به صنایع مختلف نشان می‌دهد که شرکت صنایع خودروسازی مدیران در سال گذشته بالغ بر یک میلیارد دلار ارز دریافت کرده‌اند که نسبت به سال ۱۴۰۱افزایش ۸۹درصدی نشان می‌دهد. همچنین شرکت کرمان موتور ۲۴۷میلیون و ۹۱۲هزار دلار ارز دریافت کرده که نسبت به سال ۱۴۰۱بیانگبر رشد ۷۵درصدی است. در رویداد دیگری از اقتصاد ایران، روند نزولی قیمت طلا و ارز که از اواسط هفته قبل آغاز شده بود، دیروز هم ادامه یافت و قیمت هر دلار آمریکا ۳درصد و هر سکه ۲٫۸درصد کاهش یافت و دلار آمریکا با سقوطی سنگین، تا لحظه تنظیم این رسید، سکه تمام نیز به ۴۱میلیون و ۲۰۰هزار تومان رسید و هر ربع سکه به قیمت ۱۴۴میلیون تومان در بازار آزاد دادوستد شد. همچنین سیداحسان خاندوزی، وزیر اقتصاد، در مراسم رونمایی از سرت‌الکترونیک با اعلام اینکه در دولت سیزدهم در مجموع بیش از ۲۷۵هزار میلیارد تومان سرمایه بانک‌های تحت مدیریت دولت افزایش داشته است گفت: از سال ۱۴۰۰ تا پایان سال گذشته ۱۱۷ هزار میلیارد تومان تسهیلات خرد بدون ضامن توسط بانک‌ها پرداخت‌است.

رونق تولید با مشارکت همشهری

اصلی‌ترین، فاخرترین و در عین حال، سخت‌ترین کار در اقتصاد، تولید است. با توجه به نامگذاری امسال با عنوان «جهش تولید با مشارکت مردم»، همشهری برای پیگیری مشکلات تولید در خدمت شمامست، نکته‌ها و دغدغه‌هایتان را در زمینه تولید با ما در میان بگذارید. /تلفن: ۳۳۰۲۳۸۶۹



ثبات بازار با همشهری

بازار، عرصه خرید و فروش و تعامل و معامله است؛ جایی که قرار است قبل از کسب سود و منفعت، جایی برای رفع نیازهای مردم باشد. همشهری ضمن بررسی عوامل بنیادین و کلان تأثیریگذار بر اقتصاد، برای رصد بازار و قیمت‌ها همراه شمامست، نکته‌ها و گزارش‌هایتان را از بازار و قیمت‌ها با ما درمیان بگذارید. /تلفن: ۳۳۰۲۳۸۶۹

قیمت توافقی با دلار ترجیحی

سیاست‌گذاری بانک مرکزی تخصیص هدفمند ارز ترجیحی و نیمایی برای واردات کالا‌های مختلف به‌منظور کنترل قیمت‌هاست



حوالجات نیمایی

موجود است.

رضاکرانی روزنامه‌نگار

در سست از روزی که محمدرضا فرزین، سکان هدایت بانک مرکزی را در دست گرفته تاکنون، تلاش کرده با نگه‌داشتن قیمت ارز در محدوده تثبیت شده، آرامش را در بازارها حفظ کند و ثبات قیمت‌ها را به ارمغان آورد؛ ولی با این حال همچنان این سؤال کلیدی مطرح است: آیا شکاف بین قیمت ارز تثبیت شده توسط بانک مرکزی و بازار آزاد می‌تواند قابل دفاع باشد و مانع از جهش قیمت کالاها شود؟ به گزارش همشهری، از زمان رونمایی از دلار ۲۸هزار و ۵۰۰تومانی و تغییر سیاست ارز ترجیحی و تخصیص آن به کالاهای اساسی و البته تلاش برای تأمین ارز دیگر بخش‌ها با ارز نیمایی، همواره مرد شماره یک بانک مرکزی از سیاستی که در پیش گرفته دفاع کرده است.

دلار برای همه کالاها هست اما با قیمت متفاوت
ارز برای همه کالاها و خدمات هست اما تخصیص ارز

کالاها با دلار چند تومانی وارد می‌شوند؟

بخش عمده کالا‌هایی که وارد کشور می‌شود با نرخ تأمین ارز می‌شود و به‌دست مردم می‌رسد. یکی کالا‌های اساسی که با قیمت هر دلار ۲۸هزار و ۵۰۰تومان وارد و البته با حداقل تعرفه گمرکی ترخیص و روانه بازار می‌شود و دیگری کالا‌هایی است که به‌صورت رسمی و در قالب ثبت سفارش با تخصیص ارز به نرخ نیمایی یا نرخ توافقی یعنی واردات در برابر صادرات خریداری و وارد گمرک کشور می‌شود. البته این احتمال را نباید نادیده گرفت که به‌دلیل سیاست مدیریت واردات و تعیین سقف از سوی دولت، برخی کالاها با نرخ بالاتر از نرخ توافقی وارد کشور شود. با این حال چندنرخ‌خ شدن ارز، باعث شده تا سیاست دولت در تنظیم بازار و وادار کردن برخی واردکنندگان به فروش کالا‌های وارداتی با نرخ تمام‌شده با مشکلاتی مواجه شود. همین مشکلات و دست‌اندا‌زهاست که باعث می‌شود برخی از کالا‌هایی که با ارز نیمایی یا توافقی خریداری و وارد کشور می‌شود با نرخ آزاد قیمت‌گذاری شود و به‌دست مردم برسد.

ترجیحی و حتی نیمایی برای همه این اقلام کلایی و خدماتی صورت نمی‌گیرد و به‌جز کالا‌های ممنوعه و قاچاق و غیرضروری، تخصیص ارز به‌صورت برنامه‌ریزی شده صورت می‌گیرد. به‌طور مثال گندم، جو، شکر، دانه‌های روغنی و البته همه داروها و تجهیزات مهم پزشکی با ارز ۲۸هزار و ۵۰۰تومانی

جزئیات تجارت ایران و آفریقا در سال ۱۴۰۲

کوداوه، قیر، گاز مایع و انواع روغن‌های صنعتی بود و بعد از آن ۳۷درصد صادرات ایران را محصولات فولادی و آهنی به‌خود اختصاص داده‌اند. همچنین مصاد غذایی، مصالح ساختمانی، انواع قشرش و کفپوش، شوندها و لوازم بهداشتی، لوازم خانگی، دارو و تجهیزات پزشکی، لوازم صنعتی، قطعات خودرو، لاستیک، مواد معدنی، لوازم الکترونیکی، لوستر، مبلمان و اسباب‌بازی از دیگر کالا‌های صادراتی ایران به قاره آفریقا در سال ۱۴۰۲ بودند.

در این میان ۲۲کشور از این قاره فروشنده مستقیم کالا به ایران در سال ۱۴۰۲ بودند که این فریقای جنوبی با فروش ۱۹ میلیون دلار، رانمیا با ۱۲٫۵ میلیون دلار، غنا با ۱۲ میلیون دلار، سیشل با ۱۱٫۷ میلیون دلار، کنیا ۹٫۵میلیون دلار، نائزانیبا ۰٫۱میلیون دلار و اوگاندا با ۰٫۱میلیون دلار، ۷کشور نخست فروش کالا در بین کشورهای قاره آفریقا به ایران در

سال گذشته بودند. حدود ۶۶درصد واردات ایران از این قاره مواد غذایی و کشاورزی مانند چای، ذرت، قهوه، توتون، حبوبات، لاشه گوسفند و محصولات شلاتی بودند و ۲۱درصد نیز مواد معدنی مانند سنگ منگنز، سنگ و خاک روی، کنسانتره کروم و ۱۳درصد دیگر نیز عمدتاً روغن صنعتی و گریس، انواع تسمه، ماشین‌انلات، مواد شیمیایی و صنعتی و لوازم یدکی بوده است.

قاره آفریقا با دارا بودن ۱٫۲میلیارد نفر جمعیت و ۵۴کشور، یک فرصت بزرگ در حوزه روابط تجاری و اقتصادی است. با این‌حال به‌گفته دست‌اندرکاران حوزه تجارت، عدم‌شناخت ظرفیت‌ها بین تجار ایرانی و آفریقای، نبود یا کمبود حمل و نقل آزان و مستمر و فراگیر و همچنین موانع جابه‌جایی، سهم ایران از این تبادلات ناچیز بوده است. همچنین باید به این مستقیم بین ایران و قاره آفریقا هستند.

چرا تجارت با آفریقا مهم است؟



گزارش‌ها حاکی است که ایران برای رشد ۱۰ برابری تجارت با آفریقا هدف‌گذاری کرده، اما عدم‌شناخت ظرفیت‌ها بین تجار ایرانی و آفریقای، نبود یا کمبود حمل‌ونقل آزان، مستمر و فراگیر و همچنین وجود موانع جابه‌جایی مستقیم ارز و پول از جمله موانع توسعه تجارت یا تجارت مستقیم بین ایران و قاره آفریقا هستند که باید برطرف شوند.

به‌طور کلی تجارت ایران با آفریقا سالانه ۱٫۲میلیارد دلار است که ۱٫۱میلیارد دلار آن صادرات است. بیشترین میزان تجارت خارجی بین ایران و آفریقا در سال ۱۴۰۱ اتفاق افتاد که به حدود یکمیلیارد و ۳۰۰میلیون دلار رسید، اما این عدد در مقایسه با تجارت کشورهای دیگر با آفریقا قابل توجه نیست و به همین دلیل سازمان توسعه تجارت اعلام کرده که برای تصاحب سهم بیشتر از بازار این قاره برنامه‌ریزی‌هایی در نظر گرفته است. البته با توجه به اینکه حجم تبادلات تجاری آفریقا در سال گذشته حدود ۱۲۰۰میلیارد دلار بوده، سهم ایران از این تبادلات ناچیز بوده است. همچنین باید به این نکته توجه کرد که در بازارهای آفریقا کشورهایی مثل چین و هند نفوذ قوی دارند که رقابت با آنها برای ایران تاحدودی سخت است.

با این حال رئیس‌جمهور در اجلاس ایران و آفریقا که روز جمعه برگزار شد، تأکید کرد که هدف‌گذاری یک میلیارد دلاری برای همکاری‌های اقتصادی ایران و آفریقا در یک سال آینده به‌وجه متناسب با ظرفیت‌های موجود نیست و حتماً باید به سمت هدف ۱۰ برابری حجم همکاری‌های اقتصادی و تجاری فی‌مابین حرکت کنیم.
آنطور که یکی از مسئولان سازمان توسعه تجارت اخیراً توضیح داده، آمار تجارت با آفریقا بیشتر از ده‌های اعلامی است، اما ایران به‌دلیل محدودیت‌های ناشی از اعمال تحریم‌ها، صادرات مستقیم به این کشورها ندارد و محصولات ایرانی از طریق کشور دوم مانند امارات، ترکیه، قطر و عمان به کشورها صادر می‌شود.

آگهی مناقصه

بانک مرکزی جمهوری اسلامی ایران در نظر دارد مناقصه عمومی دو مرحله‌ای انجام امور طبخ و توزیع غذای رستوران های خود به شماره فراخوان **۲۰۰۳۰۴۰۱۰۰۰۰۰۰۰۰** را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید. کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه‌گران و بازگشایی پاکت‌ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به نشانی **www.setad.ir** انجام خواهد شد و لازم است مناقصه‌گران در صورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در مناقصه محقق سازند. همچنین مناقصه‌گران باید دارای گواهینامه تأیید صلاحیت کار مرتبط و تأیید صلاحیت ایمنی صادر شده توسط وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی دارای حداقل ۱ ماه اعتبار در زمان تحویل پیشنهاد باشند. سپرده شرکت در مناقصه به مبلغ **۲۳,۲۴۰,۰۰۰,۰۰۰** ریال به صورت ضمانت نامه بانکی بی قید و شرط و قابل تمدید و یا رسید واریز وجه نقد به حساب اداره تأمین و پشتیبانی بانک مرکزی ج.ا. آخرین مهلت دریافت اسناد مناقصه از ساعت: **۱۴۰۲/۰۲/۱۳**

آخرین مهلت ارائه پیشنهاد:
حداکثر ساعت ۱۲ روز یکشنبه مورخ **۱۴۰۳/۰۲/۲۳**

زمان و مکان بازگشایی پاکتهای الف و ب:
ساعت ۸ روز سه‌شنبه مورخ **۱۴۰۳/۰۲/۲۵** در: تهران، بلوار میرداماد، پلاک ۱۹۸ ساختمان بانک مرکزی.

نشانی دستگاه مناقصه‌گزار برای ارائه پاکت‌های الف:
تهران، بلوار میرداماد، ساختمان بانک مرکزی، پلاک ۱۹۸، اداره دبیرخانه مرکزی و امور اسناد.

نشانی تماس‌های دستگاه دستگاه مناقصه‌گزار جهت پاسخگویی به سوالات اسناد مناقصه: **۰۲۱-۲۹۹۵۶۳۴۷**

شماره تماس سامانه (ستاد) جهت انجام مراحل عضویت در سامانه و پاسخگویی به سوالات سامانه:
(مرکز تماس: **۰۲۱-۱۴۵۶**)
(دفتر ثبت نام: **۰۲۱-۹۶۹۷۳۷** و **۰۲۱-۹۳۷۸**)

گزارش

آنطور که اخیراً سخنگوی کمیسیون توسعه تجارت خانه صمت توضیح داده، در سال گذشته ۳۹کشور از قاره آفریقا مقصد صادرات کالا‌های ایرانی به صورت مستقیم بودند. همچنین با وجود کاهش صادرات کشور به بخش شمال این قاره در سال‌های گذشته، شاهد افزایش صادرات به کشورهای الجزایر، مصر، لیبی، تونس، جیبوتی و مراکش در سال ۱۴۰۲ بودیم. به گزارش ایسنا، در این میان ۱۱مقصد نخست محصولات صادراتی به آفریقا در سال ۱۴۰۲، غنا با خرید ۱۷۳٫۵میلیون دلار، آفریقای جنوبی با ۱۴۵میلیون دلار، نائزانیبا با ۲۸میلیون دلار، کنیا با ۸۸٫۷میلیون دلار، نیجر به با ۴۸میلیون دلار، موزامبیک با ۲۷٫۱میلیون دلار و سومالی با ۲۳٫۳میلیون دلار به‌صورت مستقیم بودند. در مورد محصولات صادراتی به این قاره نیز باید گفت ۵درصد صادرات ایران، مشتقات نفتی شامل

بانک

برات الکترونیک وارد بازار شد

بانک مرکزی روز گذشته از نخستین برات الکترونیک رونمایی کرد. این ابزار می‌تواند راه‌حلی برای تأمین منابع مالی شرکت‌ها برای افزایش تولید و تأمین سرمایه در گردش باشد.

به‌گزارش همشهری، ابزارهای مالی یکی از راهکارهای مهم برای تأمین مالی شرکت‌ها هستند و در چنین شرایطی ساختار ابزارهای مالی نیز در حال الکترونیک شدن هستند. یکی از ابزارهای مالی که می‌تواند به حل مشکلات مالی شرکت‌ها و بنگاه‌های اقتصادی کمک کند، برات است. برات نوعی اوراق بهادار مشابه حواله است که شرکت‌ها می‌توانند از آن برای تأمین منابع مالی طرح‌های توسعه یا سرمایه در گردش استفاده کنند.

در واقع برات یک ابزار مالی در تجارت است که توسط یک فرد یا شرکت صادر می‌شود و به دیگران امکان پرداخت یک مبلغ معین در آینده را می‌دهد. صاحب برات می‌تواند آن را به دیگران منتقل کند و سرانجام نهایی‌ترین دارنده آن، مبلغ مورد نظر را از صادرکننده برات دریافت می‌کند.

به بیان ساده‌تر، شخصیت حقیقی یا حقوقی که برات را صادر می‌کند پرداخت مبلغی را در آینده به فردی دیگری ضمانت می‌دهد، با این تفاوت که مبلغ باید از سوی فرد دیگری که صادرکننده برات از او طلب دارد پرداخت شود.

انتشار این ابزار می‌تواند منجر به ایجاد یک انضباط در ساختار مالی کشور شود. پیش از این احسان خاندوزی، وزیر اقتصاد درباره انتشار این اوراق گفته بود: هر قدر عنصر بی‌اعتمادی در ابزارهای پرداخت در کشور نظیر چک، برات یا سفته کاهش یابد، فعالیت اقتصادی سرعت می‌گیرد و تسهیل می‌شود؛ به‌ویژه در سفته و برات الکترونیکی که این اطمینان را به فعالان اقتصادی می‌دهد تا دیگر امکان جعل از این اسناد وجود نداشته باشد.

صادرات، تجارت و ملی، پیشرو برات الکترونیکی

طبق مجوزهای صادر شده از سوی بانک مرکزی، شبکه بانکی می‌تواند در سال جاری تا مبلغ ۸۰هزار میلیارد تومان برات صادر کند. هنوز مشخص نیست آیا این اوراق می‌تواند به‌عنوان ابزاری برای تسویه بدهی‌های دولتی نیز استفاده شود یا خیر، به این معنا که شرکت‌هایی که از دولت طلبکار هستند در ازای طلب خود از دولت برات صادر کنند. چارچوب این ابزار اشخاص حقیقی و حقوقی می‌توانند به‌منظور تأمین سرمایه در گردش موردنیاز فعالیت اقتصادی خود اقدام کنند. سرسید این اوراق یک تا ۱۲ماه است و بانک عامل به‌عنوان رکن برات گیر، بازپرداخت مبلغ در سررسید را تقبل می‌کند.

روز گذشته بانک مرکزی از انتشار نخستین برات الکترونیک خبر داد و اعلام کرد: به‌منظور گسترش تأمین مالی زنجیره تولید با تلاش‌های صورت گرفته و بسا همکاری بانک‌های صادرات، تجارت، ملی و وزارت اقتصاد بهره‌بردار تجاری از این ابزار در دیروز عملیاتی شد و نخستین برات الکترونیکی توسط بانک صادرات و تجارت صادر شده است.

عدد خبر

۱۴ میلیون هکتار

مساحت کانون‌های گردوغبار داخل کشوراست، اما ریزگردهای برخاسته از ۲۷۰ میلیون هکتار از سایر کانون‌های خارجی در دیگر کشورها، نقاط مختلف ایران را تحت تأثیر قرار می‌دهند. بزرگ‌ترین کانون بحرانی گردوغبار با ۱۰امیلیون هکتار در صحرای قره قوم ترکمنستان است که شمال‌وشمال شرق کشور راتحت تأثیر ریزگردها قرار می‌دهد.

مساحت آتش‌سوزی در عرصه‌های منابع طبیعی کشور در سال گذشته به نسبت سال ۱۴۰۱افزایش یافت. به‌گفته علی ملکی آهنگران، فرمانده یگان حفاظت منابع طبیعی کشور، سال گذشته بیش از هزار و ۷۰۴فقره آتش‌سوزی به مساحت ۱۲هزار و ۴۳۰هکتار در عرصه‌های منابع طبیعی رخ داد.

خبرخوان

مرمت غیراصولی، بلای جان یخدان ۲۲۰ساله سیرجان

بخشی از یخدان روستای محمودآباد سیرجان باقمّت ۲۲۰سال در بارش‌های شدید هفته گذشته تخریب شد و به گفته مسئولان میراث فرهنگی استان کرمان، مرمت غیراصولی عامل اصلی تخریب بوده است. بارش‌های شدید پهایر هفته گذشته سیرجان خساراتی نیز به برخی بناهای تاریخی این شهرستان وارد کرد. یکی از بناهایی که تخریب آن خبر ساز شد، یخدان روستای محمود آباد سیرجان بود و تصاویر و فیلم‌ها نشان می‌دهد که بخش بزرگی از ورودی یخدان در بارندگی تخریب شده است. معاون میراث فرهنگی استان کرمان به ایران نا گفت: این یخدان مالک خصوصی دارد و چند سال قبل بدون هماهنگی با میراث فرهنگی نسبت به مرمت بنا اقدام کرد. محسن موحدی گفت: مرمت یخدان محمودآباد سیرجان با پوشش آجری انجام شده که کاری غیراصولی بود، در صورتی که باید با مصالح همگن و زیر نظر کارشناسان مرمت اداره کل میراث فرهنگی انجام می‌شد.



تأثیر بارورسازی ابرها در کشورهای همسایه بر بارش های ایران

صادق ضیائیان، رئیس مرکز ملی پیش‌بینی و مدیریت بحران مخاطرات وضع هوا؛ مدل‌های هواشناسی هیچ‌گونه اطلاعاتی از دخالت در افزایش یا کاهش بارش نظیر بارورسازی ابرها ندارند و بررسی الگوهای هواشناسی، وقوع بارندگی شدید جنوب کشور و کشورهای حاشیه خلیج‌فارس را از قبل پیش‌بینی کرده بودند.

سلطان طلایی از آسمان ایران می‌رود؟

عقاب طلایی ایران در خطر انقراض است

زهار رفیعی

روزنامه‌نگار

عقاب طلایی می‌تواند بیش از ۳۰سال در طبیعت زندگی کند و

نقش مهمی در تعادل جمعیتی جوندگان داشته باشد. این گونه هزاران سال است که در سراسر قلمرو خود در نیمکره شمالی زمین، موجودی دست‌نیافتنی، اسطوره‌ای و باشکوه است. اگر

خوش شانس باشید می‌توانید در ارتفاعات کمتر تصرف‌شده زاگرس و البرز عقاب طلایی ایران را در حال پرواز ببینید. اما این پرنده در ایران در معرض خطر انقراض قرار گرفته است.

هم‌اکنون حدود ۱۲۸گونه جانوری و مهره‌دار کشور در معرض خطر انقراض هستند که برخی

وضع خوبی ندارند و «دوزیستان» بیشتر ین آسیب‌پذیری را در این حوزه دارند.

در رده پستانداران، گور ایرانی، یوزپلنگ آسیایی، خرس سیاه و گوزن زرد، از رده خزندگان گونه‌هایی مانند افعی شادخار دم‌عنکبوتی واقعی دماوندی، ۳۰گونه از رده دوزیستان شامل وزغ‌ها، قورباغه‌ها و سمندر، ۵گونه از خاویار ماهیان دریای خزر در رده ماهیان و پرندگانی نظیر درنا سسبیری، بلابان، اردک سرسفید، میش مرغ، عقاب طلایی و اردک مرعسری در معرض خطر انقراض هستند. عقاب طلایی اگر چه در ایران در معرض خطر انقراض است، در مقیاس جهانی و بر اساس نظر کارشناسی IUCN جمعیت این پرنده در معرض خطر نیست.



آغاز اقدامات مشترک ایران و عراق برای مدیریت گردوغبار

حمید نوری، مدیر مرکز بین‌المللی مدیریت جامع حوضه‌های آبخیز؛ اقدامات عملیاتی و میدانی مشترک ایران و عراق برای تثبیت خاک در کانون‌های گردوغبار کشور همسایه آغاز شده و شامل نهال کاری، ایجاد بادشکن‌های زنده و غیرزنده در مناطق مرکزی، جنوبی و بخش‌هایی از مناطق شرق کشور است.

گونه‌های عقاب ایران
عقاب دریایی دم‌سفید، عقاب دریایی پالاس، عقاب طلایی، عقاب شاهي، عقاب خالدار بزرگ، عقاب خالدار کوچک، عقاب صحرایی، عقاب خاکی، عقاب پرپا، عقاب دوپا‌در، عقاب مارخوار

اکوسیستم پارک‌های جنگلی در معرض نابودی است

وقتی مشکلات در ختان را مورد مطالعه قرار می‌دهیم با ۲مشکل اصلی مواجه می‌شویم. یکی مربوط به درختان و گونه‌هایی است که در جنگل‌های طبیعی وجود دارند و دیگری مربوط به درختان و گونه‌های قرار گرفته در پارک‌های جنگلی دست کاشت است. درست است که این درختان در پارک‌های جنگلی طبیعی، در شرایط طبیعی خودشان زندگی می‌کنند و مدت طولانی هم در این جنگل‌ها بوده‌اند اما به‌دلیل دخالت‌هایی که ما داشته‌ایم و شرایط محیطی را عوض کرده‌ایم، این گونه‌ها دچار مشکل شده‌اند و شرایط برای آنها مهیا نیست که نیازهایشان برطرف شود. علاوه بر اینکه ما آنها را آسیب پذیر کرده‌ایم، تغییر اقلیم نیز به آن اضافه شده و آنها را دچار اشکال کرده است. این موارد را در جنگل‌ها و پارک‌های طبیعی به‌خصوص در شمال کشور می‌توان به وضوح دید. جز اینها، رفتارآمدهای بیش از حد، کوبیدگی‌های خاک، ساخت‌وساز در این پارک‌ها، عدم‌رعایت ظرفیت برد، یعنی ظرفیتی که برای این پارک‌ها در نظر گرفته‌اند که محیط‌زیست را حفظ کنند و غلبه و جهه اقتصادی این پارک‌ها به وجهه محیط‌زیستی‌شان که منجر به ورود گردشگر و خودرو به داخل آنها شده، عواملی است که پارک‌های جنگلی را به نابودی کشانده است.

در مورد پارک‌های جنگلی دست کاشت، نوع دیگری از این مشکلات وجود دارد؛ به ششکلی که گونه‌ای گیاه در جایی کاشته می‌شود که نیازهای اکولوژیک در نظر گرفته نمی‌شوند، به‌عنوان مثال، برای آنکه گردشگر بتواند یکی، دو ساعت در اطراف شهر گردش کند، درختانی کاشته می‌شود که همیشه و در زمستان هم سبز باشند که مناسب آن منطقه نیستند، یا گونه‌ای انتخاب می‌شود که تنوع رنگی داشته باشد و گاهی اوقات گونه‌هایی انتخاب می‌شوند که با شرایط اکولوژیک هواخونی ندارند.بیشتر این گونه‌ها به‌طور خالص و یک دست کاشته می‌شوند و این، اکوسیستم را از پیچیدگی که ضامن پایداری‌اش است خارج می‌کند. به همین دلیل همیشه جنگل‌ها و پارک‌های جنگلی دست‌کاشت اطراف شهرها، مستعد آفات و بیماری‌ها و مشکلات هستند. وقتی استعداد بروز این مشکلات در آنها وجود دارد یا تغییر اقلیم یا با عدم‌مراقبت مناسب، وارد فاز خشکیدگی می‌شوند و دقیقاً به همین دلیل در اکثر پارک‌های جنگلی اطراف شهرها انواع آفات و بیماری‌درختان وجود دارند که نشان‌دهنده زوال و تخریب اکوسیستم هستند.

ایران در میان آسیب پذیرترین کشورها از بلایای طبیعی

بلایای طبیعی نقش داشته باشد.

رئیس گروه مطالعات دیپلماسی زیست‌محیطی دفتر مطالعات سیاسی و بین‌المللی وزارت امور خارجه با بیان اینکه طی ۱۰سال گذشته میزان ریسک بلایای طبیعی به‌طور قابل توجهی در اغلب نقاط دنیا ازجمله بروز ایران افزایش یافته است، تصریح کرد: ایران همچنان جزو کشورهای با ریسک بالا به شمار می‌رود و پروفایل کشورمان در زمینه ریسک در رده ۲۸قرار دارد.متأسفانه طی ۵سال گذشته باافزایش هبرابری رخداد بلایای طبیعی مواجه بوده‌ایم. این وضعیت لزوم توجه به ایجاد سامانه‌های هشدار اولیه درباره اطلاع‌رسانی در زمینه بلایا را نشان می‌دهد.

تغییرات اقلیمی و خطرات بلایای طبیعی می‌تواند این موضوع را بررسی کرد. در زمینه شدت بلایا مطالعات اینفورم‌نشان می‌دهد که شدت بلایا تمرکز قابل توجهی در آفریقا، جنوب و غرب آسیا و شرق اروپا دارد و نرخ شدت بلایا در ایران ۳۶است. علاوه‌برکرد، در زمینه اثرات بلایای ناشی از تغییرات اقلیمی، اینفورم دو سناریوی بدبینانه و خوش‌بینانه مطرح می‌کند. در سنساریوی بدبینانه بی‌توجهی به تولید گازهای گلخانه‌ای و عدم کنترل گرمایش جهانی لحاظ شده است و در این زمینه ایران ازجمله کشورهای با آسیب‌پذیری بالاست. در سناریوی خوش‌بینانه ایران می‌تواند در زمینه کاهش خطرات

رئیس گروه مطالعات دیپلماسی زیست‌محیطی دفتر مطالعات سیاسی و بین‌المللی وزارت امور خارجه با بیان اینکه ایران جزو آسیب‌پذیرترین کشورها از بلایای طبیعی است گفت: این وضعیت لزوم توجه به ایجاد سامانه‌های هشدار اولیه درباره اطلاع‌رسانی در زمینه بلایا را نشان می‌دهد.

به گزارش ایسنا، علی صالح‌پور در نشست تخصصی بررسی بارش‌های سیل‌آسای فروردین در جنوب و جنوب شرق کشور در پژوهشگاه هواشناسی افزود: یکی از مجموعه‌هایی که در زمینه مقابله با بلایای طبیعی فعالیت می‌کند، «اینفورم» است. براساس گزارش این مؤسسه از ۳منظر شدت بلایای طبیعی،

۶۰گونه
تعداد گونه‌های عقاب در جهان

۴۰گونه
تعداد گونه‌های عقاب در آفریقا

۱۱گونه
تعداد گونه‌های عقاب در ایران

زینتگاه ایرانی
کوهستان‌های شمال و غرب کشور، البرز و زاگرس

زینتگاه جهانی
اوراسیا، آمریکای شمالی و شمال آفریقا

| | |
|--|---------------------------------------|
| تجدید مزایده عمومی | سازمان بازنشستگی شهرداری تهران |
| تجدید مزایده عمومی | سازمان بازنشستگی شهرداری تهران |
| سازمان بازنشستگی شهرداری تهران در نظر دارد نسبت به فروش تعدادی از املاک خود (واحدهای اداری، مسکونی، تجاری و با امتیاز سرقفلی واحد های تجاری به شرح جدول ذیل) از طریق مزایده عمومی اقدام نماید. لذا متقاضیان می توانند به منظور کسب اطلاعات بیشتر، بازدید و دریافت اسناد مزایده از تاریخ انتشار آگهی ۰۹/۰۲/۱۴۰۳ لغایت ۱۸/۰۲/۱۴۰۳ از ساعت ۸الی ۱۵ به اداره حقوقی در طبقه ۷سازمان بازنشستگی شهرداری تهران و جهت تسلیم پیشنهادات تا ساعت ۱۰ روز چهارشنبه ۱۹/۰۲/۱۴۰۳ به نشانی اتوبان شهبان نوب صغوی، ضلع جنوب غربی پل امام خمینی (ره) دبیرخانه سازمان بازنشستگی شهرداری تهران، مراجعه نمایند. میزان سپرده شرکت در مزایده مطابق با ارقام مندرج در جدول ذیل، لازم است بصورت وجه نقد و یا ضمانت نامه بانکی معتبر سه ماهه قابل تمدید بدون قید و شرط باشد. | |

زمان بازگشایی پاکتا روز چهارشنبه مورخ ۱۹/۰۲/۱۴۰۳ ساعت ۱۱ در طبقه ۱۲ ساختمان سازمان بازنشستگی شهرداری تهران می باشد.

| ردیف | طبقه وقوع | شماره واحد | مساحت (مترمربع) | قیمت پایه (ریال) | مبلغ سپرده شرکت در مزایده (ریال) |
|------|-----------|------------|-----------------|------------------|----------------------------------|
| ۱ | همکف سوم | ۸۰۳۵ | ۳۱/۲۴ | ۱۰۳۱۰۰۰۰۰۰۰۰ | ۵،۱۵۵،۰۰۰،۰۰۰ |
| ۲ | همکف سوم | ۸۰۳۶ | ۳۰/۳۴ | ۱۰۰۱۰۰۰۰۰۰۰۰ | ۵،۰۰۵،۰۰۰،۰۰۰ |
| ۳ | همکف سوم | ۸۰۳۷ | ۳۰/۴۵ | ۱۰۰۰۵۰۰۰۰۰۰۰۰ | ۵،۰۲۵،۰۰۰،۰۰۰ |

۲- موضوع مزایده:

فروش يك دستگاه آپارتمان با کاربری مسکونی و موقعیت اداری به نشانی خیابان پاسداران نیش نیستان اول (شهید دعوی) پلاک ۱۶۲

| | | | | | |
|---|----------|---|-------|-----------------|---------------|
| ۱ | طبقه دوم | ۶ | ۹۷/۴۵ | ۱۴۵،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ | ۷،۲۵۰،۰۰۰،۰۰۰ |
|---|----------|---|-------|-----------------|---------------|

۳- موضوع مزایده:

فروش يك واحد تجاری در مرکز خرید باران به نشانی بزرگراه همت شهرک گلستان میدان اتریش خیابان گلنام نیش خیابان بنفشه دم و یازدهم

| | | | | | |
|---|-----------|---|--------|-----------------|---------------|
| ۱ | طبقه همکف | - | ۱۲۶/۵۰ | ۱۶۵،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ | ۸،۲۵۰،۰۰۰،۰۰۰ |
|---|-----------|---|--------|-----------------|---------------|

۴- موضوع مزایده:

فروش يك دستگاه آپارتمان با کاربری مسکونی و موقعیت اداری به نشانی خیابان آیت اله کاشانی نرسیده به جنب آباد نیش خیابان شهید پژوهنده پلاک ۱۷۱

| | | | | | |
|---|----------|---|--------|-----------------|---------------|
| ۱ | طبقه اول | ۳ | ۱۰۵/۲۰ | ۱۱۵،۷۰۰،۰۰۰،۰۰۰ | ۵،۷۸۵،۰۰۰،۰۰۰ |
|---|----------|---|--------|-----------------|---------------|

کوتاه‌تر از گزارش

کانون کارگردانان خانه تئاتر بزرگداشت اکبر زنجانیور را برگزار می‌کند

ملاقات آقای بازیگر

امروز در خانه هنرمندان و به کوشش کانون کارگردانان خانه تئاتر مراسم بزرگداشت برای بازیگری برگزار می‌شود که بخشی از خاطرات تصویری جمعی ماست. اکبر زنجانیور از بازیگران پیشکسوتی است که چهره و صدایش آشنای تماشاگر است. هر چند در چند سال گذشته به دلایل مختلف کمتر در فیلم و سریالی حضور داشته، اما در دهه ۷۰ در سریال‌های بازی کرد که برای بینندگان آن روزها جذاب بودند و همچنان هم به یادمانده‌اند.

زنجانیور البته بازیگری را با سینما و تلویزیون شروع نکرد. او دانش‌آموخته بازیگری از دانشکده هنرهای زیباست و بازیگری را اصلاً با تئاتر شروع کرده است. او بازی در تئاتر را از سال ۱۳۴۵ و از همان دوران دانشجویی شروع کرد و با کارگردان مطرح‌ری روی صحنه رفت.

اولین تجربه بازیگری‌اش در سال ۴۵ و در نمایش «چوب‌زیر بغل» از بهمن فرسی اتفاق افتاد که در دانشکده هنرهای زیبا روی صحنه رفت و ۳سال بعد هم باز در نمایش دیگری از فرسی با نام «صدای شکستن» بازی کرد. در همان سال حمید سمندریان پیشنهاد بازی در نمایش «گاهی از بل» نوشته آرتور میلر را به او می‌دهد که در همان دانشکده هنرهای زیبا روی صحنه می‌رود. مدتی بعد باز تجربه همکاری با سمندریان تکرار می‌شود و این‌بار در نمایش ملاقات بانوی سالخورده.

سریال‌هایی که خاطره شدند

در طول دوران بازیگری، زنجانیور سریال‌های متعددی بازی کرد که بعضی از آنها حالا بخشی از نوستالژی مخاطبان آن روزهاست. «عطر گل‌باز» و «آوای فاخته» از جمله این سریال‌هاست که در اوایل دهه ۷۰ هر دو به کارگردانی بهمن زرین‌پور ساخته و پخش شدند و در زمان پخش، تماشاگران زیادی داشتند.

زنجانیور و دوبله

در کنار تمام این فعالیت‌ها زنجانیور در حوزه دیگری هم کار کرده که شاید کمتر از آن صحبت شده باشد. در دهه ۵۰ هنرمندان دوبله در اعتراض به پایین بودن دستمزدشان دست به اعتصاب زدند و بسیاری از گویندگان به همین دلیل دست‌از کار کشیدند. مشخص نیست این اعتصاب موفقیت‌آمیز بوده و دستمزد صدایپسنگان بالارفته یا نه،اما در جریان آن یک اتفاق جالب رخ داد. به‌جای گویندگانی که کار نمی‌کردند، تعدادی از بازیگران سینماوارد دوبله شدند و این کار را انجام دادند که البته به دلخوری صنف گویندگان هم انجامید. اکبر زنجانیور یکی از بازیگرانی بود که در کنار خسرو شکیبایی و بهروزبه‌نژاد به این کار مشغول شد. زنجانیور گویندگی را با نقشی و در فیلمی تجربه کرد که کمتر ایرانی‌ای است که آن را ندیده‌باشد؛ فیلم هندی «شعله» که سال‌ها در ایران روی پرده بود و در سال‌های دهه ۶۰ از فیلم‌های محبوب تماشاگران ایرانی بود. این فیلم شخصیت منفی و پلیدی به اسم جبار سنگ دارد. صدایی که روی این شخصیت می‌شنود صدای اکبر زنجانیور است. خود او درباره دوبله این فیلم گفته

است: «چنگیز جمالیان من برای دوبله نقش جبار سنگ در فیلم «شعله» دعوت به کار کرد.

سعی کردم صدایم شبیه امجد خان بازیگر نقش جبارسینگ باشد.»



اکران آنلاین یعنی قاچاق محترمانه
محمد حمزه‌ای، کارگردان فیلم «کاپیتان»:«اکران آنلاین به‌عنوان نخستین بستر نمایش در کشور ما یک شوخی بی‌مزه است. گویا خودمان تصمیم گرفته‌ایم فیلممان را قاچاق کنیم. من این اتفاق را قاچاق محترمانه می‌دانم. فیلم‌ها در اکران آنلاین عموماً از طریق نسخه قاچاق یا شبکه‌های ماهواره‌ای دیده می‌شوند. ر اینلا



به هیچ چیزِ جز گوشی موبایل نیاز ندارید

محمدرضا خردمندان، کارگردان سینما در نخستین دوره‌می جشنواره «آسمون»، ویژه تولیدات فضای مجازی نوجوان: به‌نظرم فیلم ساختن به‌شدت آزران و آسان شده و هیچ چیز جز گوشی موبایل برای فیلم‌سازی لازم نیست. این امکانی است که در دسترس همگی قرار دارد. ر اینستا

حذف سریال «حشاشین» از پلتفرم‌ها

ساترا اعلام کرد انتشار سریالی که درباره حسن صباح ساخته شده مورد تأیید نیست



گزارش: فهیمه پناه‌آذر روزنامه‌نگار

سریال «حشاشین» از رسانه‌های صوت و تصویر حذف می‌شود. به گزارش همشه‌پری، مهدی سیفی، مدیرکل نظارت و تطبیق ساترا گفت: سریال «حشاشین» محصول کشور مصر است و روایت آن از تاریخ اسلام متضمن تحریف‌های فراوانی است که به‌نظر می‌رسد با رویکرد سیاسی مغرضانه‌ای تولید شده است. بر همین اساس، طبق نظر شورای صدور مجوز ساترا،انتشار سریال «حشاشین»(The Assassins) در رسانه‌های صوت و تصویر فراگیر ایران مورد تأیید نیست. به این ترتیب، سریال «حشاشین» از پلتفرم‌های رسمی حذف خواهد شد. «حشاشین» یک مجموعه تلویزیونی درام تاریخی مصری است که پخش آن از ۱۲مارس ۲۰۲۴ آغاز شد. این مجموعه به خلافت فاطمیان و گروه حشاشین می‌پردازد. این مجموعه به کارگردانی پتر میمی و با حضور بازیگرانی چون کریم عبدالعزیز، فتیح عبدالوهاب، میرنا نورالدین و احمد عید ساخته شده است. این سریال روایتی غیرواقعی از زندگی حسن صباح است و نشان می‌دهد که چگونه او با رهبری مذهبی و سیاسی، جنگی پنهانی را علیه قدرت‌های آن زمان منطقه آغاز کرد.

برجسته کردن فرقه‌ها از پروژه‌های صهیونیسم جهانی است

امیدعلی مسعودی، عضو شورای سواد فضای مجازی ساترا درباره سریال «حشاشین» و ازوم حذفش از پلتفرم‌ها به همشهری می‌گوید: این سریال دست روی شخصیتی گذاشته که تاریخ درباره آن روایات متعددی مطرح کرده و تاکنون دستما به ساخت بازی‌های ویدئویی مشهوری با نام «اساسینز کراید»(فرقه آدمکش) و تولید فیلم و سریالی به همین نام براساس

این بازی و حتی نوشته شدن یک سری رمان و کمیک‌بوک(داستان‌مصور) از روی آن بوده است. وی در ادامه یادآور می‌شود: برجسته کردن فرقه‌ها از پروژه‌های مهم صهیونیسم جهانی به شمار

می‌رود و تصور می‌شود که تولید و پخش چنین سریال پرزینه‌ای نیز با همین سیاست‌ها همسو باشد. این سریال با پخش در ایام ماه مبارک رمضان که ماه همدلی مسلمانان است، سعی کرد

از «حشاشین» تا «خداوند الموت»

سریالی که زندگی و زمانه حسن صباح را به تصویر می‌کشد در حالی از پلتفرم‌های رسمی کنار می‌رود که منتقدان و پژوهشگران آن را آمیخته با دروغ و افسانه‌ها پرداز می‌دانند. زندگی حسن صباح در سال‌های دور دستمایه یکی از باورقی‌های تاریخی ذبیح‌الله منصورى قرار گرفته بود که به‌خصوص در دهه ۶۰یکی از پرخواننده‌ترین و محبوب‌ترین کتاب‌های تاریخی محسوب می‌شد.

«خداوند الموت» نوشته پل آمیر با ترجمه ذبیح‌الله منصورى که همچنان تجدید چاپ می‌شود و خواننده دارد، در بیشتر مواقع محصول تخیل ذبیح‌الله منصورى است که متخصص نوشتن باورقی‌هایی بود که به‌نام نویسندگان خارجی منتشر می‌شد.



اختلافات مذهبی مسلمانان را متبلور کند. یکی از اهداف سریال «حشاشین» این بود که ترور سراسر آغاز ترور را به اسلام و به‌خصوص به شیعیان ربط دهد.

یکشنبه ۹ اردیبهشت۱۴۰۳-شماره ۹۵۸۲



رخداد

فیلم «اقبال لاهوری» ساخته می‌شود

محمدمهدی اسماعیلی در حاشیه نشست با مدیران دبیران جشنواره بیست و یکم امام رضا(ع) در جمع خبرنگاران بدون ذکر نام کارگردان یک فیلم سینمایی درباره اقبال لاهوری، شاعر پارسی‌گوی ساکن پاکستان گفت: کارگردان در حال آماده‌سازی فیلمنامه است و تا قرارداد بسته نشود، اسمش را نمی‌آورم. بنیاد سینمایی فارابی در حال منعقد کردن قرارداد آن‌ست و تا آخر سال و یا اوایل سال آینده اثر ساخته می‌شود. می‌خواهیم فیلمی باکیفیت و خوب بسازیم. وزیر فرهنگ و ارشاد درباره یکی از نتایج سفر به پاکستان و سرلانکا که ساخت یک فیلم سینمایی مشترک با پاکستان درخصوص اقبال لاهوری است، اظهار کرد: خیلی خوشحالم که امسال را با همین کارهای مشترک‌ی که وعده داده بودیم آغاز کردیم. کار «مست عشق» هم دیدم با استقبال خوب اهالی سینما روبرو شده و روزهای اول بالاترین حد نصاب‌ها را به‌دست آورده است.

پلان

«تلماسه: بخش ۲»، بهترین فیلم

حماسی به انتخاب منتقدان

بخش دوم «تلماسه» محصول لجنردی بیکچرز که با بودجه ۹۰ میلیون دلاری ساخته شده است، تاکنون از سوی ۴۱۷منتقد وب‌سایت راتن تومیتوز توانسته میانگین امتیاز ۹۳درصد را دریافت کند. «تلماسه: بخش ۲» (Dune: Part Two) محصول ۲۰۲۴ به‌کارگردانی دنی ویلنوو است که فیلمنامه را همراه با جان اسپینتز نوشته. این فیلم دنباله «تلماسه» (۲۰۲۱) و دومین فیلم اقتباسی دوحبشی از زمانی به همین نام چاپ‌مسال ۱۹۶۵ اثر فرانک هربرت به‌شمار می‌رود. در این قسمت پل اتدیز با مردم فرمن، سیاره بیابانی اراکیس متحد می‌شود تا علیه خاندان هارکونن به جنگ برود. بازیگران مشترک با فیلم اول عبارتند از: تیموتی شلایمی، ربکا فرگوسن، جاش برولین، استان اسکانشگورد، دیوبواتیسا، استیون مک‌کینلی هندرسون، زندایا، شارلوت رمپلینگ و خاویر برارد.

آگهی مناقصه عملیات عمرانی جابجایی سوله‌های خیابان صابونیان به زمین بهشتی (خیابان ترانسفو)

سازمان مدیریت پسماند شهرداری تهران در نظر دارد نسبت به انجام مناقصه عملیات عمرانی جابجایی سوله های خیابان صابونیان به زمین بهشتی (خیابان ترانسفو) از طریق برگزاری مناقصه عمومی و انتخاب شخص حقوقی واجد شرایط اقدام نماید.
از علاقمندان به شرکت در مناقصه فوق دعوت بعمل می‌آید حداکثر طرف مدت ۱۰ روز از درج آگهی ضمن واریز مبلغ **۲,۱۸۰,۰۰۰ ریال** (با احتساب مالیات بر ارزش افزوده) به شماره حساب **۱۰۰۸۴۳۴۷۴۷۱۸** و یا شماره شبای **۱۰۰۸۴۳۴۷۴۷۱۸** بانک شهر شعبه بهشت کد **۲۰۲**، با در دست داشتن اصل قیش واریزی، اسناد، مهر و اطلاعات کامل شرکت و معرفی‌نامه از سوی نماینده (دارا بودن گواهی امضا از دفترخانه اسناد رسمی ضرورت دارد) جهت دریافت اسناد مناقصه به امور قراردادهای سازمان به نشانی ذیل‌الذکر مراجعه و نسبت به ارسال اسناد مناقصه از طریق پست ویژه در ساعت اداری به دبیرخانه سازمان واقع در تهران، خیابان شهید رجایی، انتهای ۱۳ آیان، صالح‌آباد شرقی، سازمان مدیریت پسماند شهرداری تهران اقدام نمایند. محل بازگشایی و قرانت پیشنهادات در محل فوق‌الذکر می‌باشد. ضمناً در صورت وجود هرگونه سوال در خصوص موضوع مناقصه، ضمن تماس با اداره فنی و مهندسی سازمان پسماند به شماره تلفن: **۵۵۵۳۰۱۶۸** موضوع را مطرح و پاسخ لازم دریافت گردد. ضمناً مواردی که در آگهی مناقصه درج نگردیده، تابع شرایط مندرج در اسناد مناقصه و سایر ضوابط جاری و مورد عمل سازمان و شهرداری تهران می‌باشد. در صورت مغایرت بین آگهی و اسناد مناقصه، اولویت با اسناد مناقصه می‌باشد.

توجه ۱: کلیه اطلاعات مربوط به معاملات و قراردادهای منعقد در وبسایت شفاف‌سازی شهرداری تهران جهت اطلاع عموم شهروندان منتشر می‌گردد.

توجه ۲: ارائه رسید از دستگاه خود پرداز (ATM) و یا POS جهت خرید اسناد امکانپذیر نمی‌باشد.

توجه ۳: ضمناً کد اقتصادی **۴۱۱۴۷۹۳۹۶۶۸۳** و شناسه ملی **۱۴۰۰۵۶۱۰۴۹۳** و کد پستی **۱۸۸۴۷۵۴۱۴** متعلق به سازمان مدیریت پسماند می‌باشد.

| ردیف | موضوع پروژه | مبلغ سپرده (ریال) | برآورد قیمت (ریال) | مدت (ماه) | توضیحات |
|------|--|-------------------|--------------------|------------|--|
| ۱ | مناقصه انجام عملیات عمرانی جابجایی سوله‌های خیابان صابونیان به زمین بهشتی (خیابان ترانسفو) | ۸,۵۰۰,۰۰۰,۰۰۰ | ۱,۶۸,۴۴۸,۴۴۵,۲۴۸ | ۴ ماه شمسی | از جمله شرایط الزامی، دارا بودن کارت الکترونیک پیمانکاران از سامانه تامین کنندگان و ارائه دهندگان خدمت از طریق سایت www.tehran.ir ، ارائه گواهی صلاحیت امتی، ارائه برگ صلاحیت پیمانکاری حداقل رتبه ۵ اینتیه صادره از سازمان برنامه و بودجه کشور |

حوزه معاونت خدمات شهری شهرداری تهران
سازمان مدیریت پسماند

آگهی مناقصه اجرای عملیات نگهداری فضای سبز، جنگل‌کاری و مراقبت از تاسیسات وابسته

سازمان مدیریت پسماند شهرداری تهران در نظر دارد اجرای عملیات نگهداری فضای سبز، جنگل‌کاری و مراقبت از تاسیسات وابسته خود را از طریق برگزاری مناقصه عمومی به شخص حقوقی واجد شرایط واگذار نماید.
از علاقمندان به شرکت در مناقصه فوق دعوت بعمل می‌آید حداکثر طرف مدت ۱۰ روز از درج آگهی ضمن واریز مبلغ **۲,۱۸۰,۰۰۰ ریال** (با احتساب مالیات بسر ارزش افزوده) به شماره حساب **۱۰۰۸۴۳۴۷۴۷۱۸** و یا شماره شبای **۱۰۰۸۴۳۴۷۴۷۱۸** بانک شهر شعبه بهشت کد **۲۰۲**، با در دست داشتن اصل قیش واریزی، اسناد، مهر و اطلاعات کامل شرکت و معرفی‌نامه از سوی نماینده (دارا بودن گواهی امضا از دفترخانه اسناد رسمی ضرورت دارد) جهت دریافت اسناد مناقصه به امور قراردادهای سازمان به نشانی ذیل‌الذکر مراجعه و نسبت به ارسال اسناد مناقصه از طریق پست ویژه در ساعت اداری به دبیرخانه سازمان واقع در تهران، خیابان شهید رجایی، انتهای ۱۳ آیان، صالح‌آباد شرقی، سازمان مدیریت پسماند شهرداری تهران اقدام نمایند. محل بازگشایی و قرانت پیشنهادات در محل فوق‌الذکر می‌باشد. ضمناً در صورت وجود هرگونه سوال در خصوص موضوع مناقصه، ضمن تماس با معاونت پردازش و دفع به شماره تلفن: **۳-۴۴۲۰۶۴۲۰۵۶۴** موضوع را مطرح و پاسخ لازم دریافت گردد. ضمناً مواردی که در آگهی مناقصه درج نگردیده، تابع شرایط مندرج در اسناد مناقصه و سایر ضوابط جاری و مورد عمل سازمان و شهرداری تهران می‌باشد. در صورت مغایرت بین آگهی و اسناد مناقصه، اولویت با اسناد مناقصه می‌باشد.

توجه ۱: کلیه اطلاعات مربوط به معاملات و قراردادهای منعقد در وبسایت شفاف‌سازی شهرداری تهران جهت اطلاع عموم شهروندان منتشر می‌گردد.

توجه ۲: ارائه رسید از دستگاه خود پرداز (ATM) و یا POS جهت خرید اسناد امکانپذیر نمی‌باشد.

توجه ۳: ضمناً کد اقتصادی **۴۱۱۴۷۹۳۹۶۶۸۳** و شناسه ملی **۱۴۰۰۵۶۱۰۴۹۳** و کد پستی **۱۸۸۴۷۵۴۱۴** متعلق به سازمان مدیریت پسماند می‌باشد.

| ردیف | موضوع پروژه | مبلغ سپرده (ریال) | برآورد اجرای پروژه (ریال) | مدت (ماه) | توضیحات |
|------|---|-------------------|---------------------------|-------------|--|
| ۱ | اجرای عملیات نگهداری فضای سبز و جنگلکاری و مراقبت از تاسیسات وابسته | ۱۷,۲۵۰,۰۰۰,۰۰۰ | ۳۴۵,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ | ۱۲ ماه شمسی | از جمله شرایط الزامی: ۱-دارا بودن کارت الکترونیک پیمانکاران از سامانه تامین کنندگان و ارائه‌دهندگان خدمت از طریق سایت www.tehran.ir ، ارائه گواهی صلاحیت پیمانکاری (تصویر گواهینامه رتبه بندی (حداقل رتبه ۴ کشاورزی) از سازمان برنامه و بودجه کشور) |

حوزه معاونت خدمات شهری شهرداری تهران
ساز مان مدیریت پسماند

نحوه تامین اعتبار: ردیف‌های ۱ و ۲ از محل اعتبارات جاری منطقه و

روابط عمومی شهرداری منطقه ۱۸

حافظه

ما در بیانه عکس رخ بار دیده ایم ای بی خبر ز لذت شرب مدام

صاحب امتیاز: مؤسسه همشهری مدیر مسئول: محسن مهدیان مدیر تولید: دانیال معمار دبیر تحریریه: مهذب علینور معاونان سردبیری: شهرام فرهنگی، علی عمادی شانهین امین، حامد قوقانی پروانه پوررام نژاد مدیر فنی: حامد زندانی مدیر هنری: مهدی سلامی دبیر عکس: امیر پناهپور

تندرستی:

مدیر: سعید محمدی دبیر: مریم سرخوش سبزه: مدیر: جواد عزیزی دبیر: محمد جعفری دبیر: ساسان شادمان دبیر: زهرا حاجی سزمین من: مدیر: محمد بازرگان فرهنگ شهر: دبیر: زهرا عباسی

چهره روز

Portrait of a woman with glasses and a blue headscarf. Text: در زندگی من حرفه بازیگری خیلی مهم بود. اما هیچ وقت بازیگری باعث نشد که فراموش کنم همسر و مادر هستم.

خاموشی کولرهای برق خوار



فاطمه عباسی

قیض های نجومی بهار و تابستان، هر ساله پای مشترکان زیادی را به ادارات برق می کشاند و کولرهای شناخته شده اند. هر درجه افزایش دما، مصرف برق در ایران را بین ۵۰۰ تا ۷۰۰ مگاوات افزایش می دهد و این وضعیت به اندازه های حاد می شود که گاهی شبکه برق را با خاموشی و قطعی برق مواجه می کند. این شرایط در حالی رخ می دهد که اگر بخواهیم بر اساس استانداردهای جهانی رفتار کنیم، به جز مردمی که در استان های جنوبی که گرم و شرجی است زندگی می کنند، باقی افراد نیازی به استفاده از کولرهای گازی ندارند و کولرهای کپلمصرف آبی جوابگو است. علاوه بر این ایرانی ها دمای رطوبت را رعایت نمی کنند و ترجیح می دهند با مصرف برق زیاد زمستان را به خانه هایشان بیاورند!

اگر از کولرهای گازی برای خنک شدن استفاده کنید، باید منتظر تومن باشید. ۲ میلیون تومن

استفاده کنید، باید منتظر قیض های نجومی و بیش از ۲ میلیون تومن باشید. در واقع اگر مشتری از کولر گازی استفاده کند، معمولاً مصرف سرمایش آن حدود ۶ تا ۷ برابر می شود و با توجه به ویژگی خاص کولرگازی که به صورت نقطه ای خنک می کند، حداقل ۸۰۰ کیلووات ساعت صرفا برای مصرف سرما پاشی در یک خانه معمولی استفاده می شود که با توجه به مصرف سایر تجهیزات برقی، متوسط مصرف ماهانه نزدیک ۹۰۰ تومن می شود.

از کولر آبی استفاده می کردند، امسال قصد خرید کولرگازی را کرده اند؛ بدون اینکه بدانند قرار است چقدر پول از جیبشان برود. مسئولان وزارت نیرو و شرکت توانیر، امسال سفت ایستاده و اعلام کرده اند اگر از این کولرها برای خنک شدن



کارت سوخت در بازار سیاه

تا همین چند وقت پیش خیلی از افرادی که از خودروی شخصی شان استفاده نمی کردند، کارت سوختشان را اجاره می دادند تا سهمیه شان نسوزد و از این طریق پولی هم به جیب زده باشند، اما صحبت های وزیر نفت مبنی بر اینکه به زودی سوختگیری فقط با کارت سوخت شخصی انجام می شود و دیگر خبری از کارت سوخت آزاد در جایگاه ها نخواهد بود، باعث شد عده ای به فکر فروش کارت های سوخت به عده ای که سوختگیری برایشان چالش خواهد شد، بیفتند. اگر سری به سایت های فروش بزنید، آگهی های مختلفی را برای فروش کارت سوخت می بینید که قیمت های جالبی دارند، قیمت هایی که از یک میلیون تا ۲۰ میلیون متغیر است. حتما می دانید که این روش ها کاملاً غیر قانونی است و حتی ممکن است باعث شود افرادی کارت های سوخت را اسرقت کرده و بفروشند و عده ای هم کارت های سوختی را بخرند و بعد توی دردرس بیفتند. البته که وزیر نفت این را هم گفته که قرار است با استفاده از روش های غیرقانونی سوخت مصرف سوخت را کنترل کنند و کارت سوخت های اضطراری به تعداد محدود در جایگاه های سوخت قرار می گیرد تا افرادی که کارت سوختشان نرسیده و مشکل دارند، استفاده کنند. مدیرعامل شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی ایران هم گفته که هیچ نگرانی بابت توزیع بنزین وجود ندارد و لازم نیست نگران باشید. با این حال توصیه ما به شما این است که از خرید کارت های سوخت خودداری کنید و تا جایی که امکان دارد کمتر از خودروی شخصی استفاده کنید تا سوخت کمتری مصرف شود و سهمیه کارت سوختتان برایتان کافی باشد.

عکس خانه



مهر همیشگی ایرانیان در جهان زبانزد است و اتفاقی نبوده که مردم برای کمک به هم و وطنشان شتاب نکرده باشند و یکدیگر را تنها گذاشته باشند؛ نمونه اش را با هر که در بروز بلایای طبیعی دیده ایم و یا در سرمای زمستان که عده ای باه انداختن پویش های مختلف، گرم را به خانه مجروحان هدیه می دهند. در واقع در مملکتی زندگی می کنیم که هر کسی، تا جایی که از دستش بر می آید برای کمک در رفع نیمی کند. یک نمونه زیا که این روزها در فضای مجازی حسابی ویران شده، همین تصویری است که مشاهده می کنید. بنر تحسین بر انگیز یک نانوای بالای ورودی مغازه اش که روی آن نوشته: «هیچ کس نباید گر سته بخواد». اگر به هر دلیل پول همراه تدارک، یک عدد نان را ایگان هدیه بگیرد. «دستان گرم و کاسی تان پر برکت آقای نانو!»

عکس روز | عطر گل، بوی گلاب

روز هشتم اردیبهشت در تقویم به عنوان روز میعند ثبت شده است. در این فصل عطر گل و گلاب فضای این شهر را پر می کند. میمند در فاصله ۱۱۷ کیلومتری شیراز قرار دارد که یکی از بزرگ ترین تولید کنندگان گل و گلاب ایران است. عکس ها: باشگاه خبرنگاران جوان



A large advertisement for a cat. It features a close-up of a grey and white cat's face. Text: شتر: از این موجود صبور و پر تحمل، بیشتر در خاورمیانه و مناطق کویری استفاده می شد. شاید تنها راه حمل و نقل ادوات نظامی یا بازگرداندن مجروحان جنگی در دل کویر، همین موجود سختکوش و پرتوان بود. سگ: سگ ها، سال هاست که عضو دائمی نیروهای پلیس و امنادی هستند؛ کشف مواد مخدر، ردیابی مجرمان، پیدا کردن مجروحان زیر آوار و... بخشی از خدماتی است که این موجود باوفا در حق انسان انجام داده است. آموزش میم ترین ویژگی این همکار قانونی، شجاعت، آموزش پذیری و قابل اعتماد بودن است. بهترین نژاد این حیوان، جویان آلمانی یا همان «ژرمن شیرد» باهوش و قوی است. گربه: حس بویایی گربه ها، شبیه سگ ها است؛ اما معمولاً برای پیدا کردن موادمخدر از آنها استفاده نمی کنند. مثلاً دوده ای، حمل و نقل خاویار در برخی کشورها غیر قانونی بود و پلیس برای پیدا کردن آن، از گربه ها بهره می برد. در انگلستان، گربه ها به نگهبان های ایستگاه معروف بودند؛ یعنی در روز هایی که فناوری محدودتر بود، از گربه ها برای کنترل موش هایی که اطراف توقف هواپیماهای بدون سرنشین، یکی از همین نمونه هاست. در کشور هلند، عقاب ها در خدمت قانون هستند. سگ ها: این نژاد از پرندگان آسمانی بودند که دستور فرماندهان نظامی را در مناطق عملیاتی به گوش سربازان می رساندند؛ اما این روز ها، از پرندگان به گونه های دیگری بهره مند می شوند. مثلاً آموزش به عقاب برای توقف هواپیماهای بدون سرنشین، یکی از همین نمونه هاست. در کشور هلند، عقاب ها در خدمت قانون هستند.

نماد همدان

۷۰ سال پس از گشایش آرامگاه بوعلی سینا می خواستیم کاری را انجام دهیم که کسی تاکنون نکرده بود، نه در ایران و نه حتی در خارج از ایران. هوشنگ سیحون



همدان قلب ایران است و آرامگاه او قلب همدان، بویژه آنکه این شهر با ساختار و ساختمان مربعی اش، گویی مزار او را تنگ در آغوش کشیده و گرفته است؛ بنایی که درست ۷۰ سال پیش، در چنین روزی گشایش یافت؛ آرامگاهی نونوار و تازه ساز که هوشنگ سیحون، ملهم از گنبد قابوس، زیر نظر محسن فروغی و با تأیید آندره گدار و حمایت علی اکبر سیاسی ساخت تا نخستین اثر معماری اش، پس از فارغ التحصیلی از مدرسه عالی مطالعات معماری پاریس باشد؛ فرآیندی که البته از وقتی دربارش اندیشیده شد تا زمانی که برده برداری شد، ۹ سال طول کشید تا آنکه در زادروز بوعلی سینا، با حضور حیرت انگیز ۶۹ ایرانی شناس از ۲۶ کشور جهان برگزار شد و آن قدر احداث آن مهم بود که نه تنها مجلس، ۳۰۰ هزار تومان بودجه کمکی برایش مصوب کرد که ۹۰۰ هزار بلیت اعانه ملی فروخته شد و در صدی از فروش کار خیمه سانه ری در اختیار انجمن آثار ملی قرار داده شد تا هزینه های ساخت آن تأمین شود.

برای گشایش بنای نونبیا مقبره ابن سینا در بعد از ظهر پنجشنبه، نهم اردیبهشت ۱۳۳۳ همه آمده بودند. ردیای آن مراسم را می توان در خاطرات و همچنین روزنامه ها پیدا کرد، یکی نشان ذبیح الله صفا بود که در جایی نوشته است: «چهارشنبه هشتم اردیبهشت، میهمانان عازم همدان شدند صبح روز بعد، آرامگاه ابن دانشمند نامی گشایش یافت. یکی از نکات مهم مراسم، برده برداری از مجسمه ابن سینا (ساخته ابوالحسن صدیقی) و افتتاح آرامگاه او (با معماری هوشنگ سیحون) و سخنرانی لویی ماسینیون است.» به شهادت خیگر نوزدهم روزنامه اطلاعات؛ «مراسم خاصی برای این موضوع مهم تدارک دیده شده بود و برای همین مهم در میدان مجسمه ابوعلی سینا متجاوز از ۳۰ هزار نفر از اهالی اجتماع کرده بودند.» و به گزارش روزنامه کوشش؛ «مجسمه دانشمند بزرگ عالی مقام شرق روی پایه فلزی و سنگ مرمر سفید به طرز بسیار زیبایی تزیین شده و کمتر از ارتفاع آن است. آقای حسین علاء، وزیر دربار، نوار مخصوص را قطع کرد و ازدحام جمعیت هورا کشیدند و احساسات ملی را نمایان کردند.»

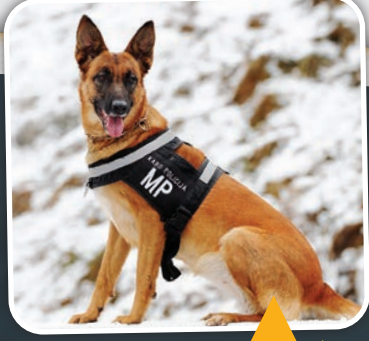
اما به نظر یکی از سخنرانی های بسیار خاص و پر بار را که درباره پورسینا ایراد شد در میان کلمات و جملات ولادیمیر مینورسکی، ایران شناس روس می توان یافت که گفت: «این تجلیل، ابن سینا را به صورت بتی زراسندود که باید مورد پرستش قرار گیرد درمی آورد، بلکه به صورت مردی درمی آورد که متعلق عصر خود را پیروی می کند و این خود باید او را برای ایرانیان و دوستداران ایران گرمای تر و ارجمندتر سازد.» حالا از آن روز باشکوه، درست ۷ دهه گذشته است و آرامگاه پورسینا، مهم ترین بنای همدان است و عالم و علمی و هر کس که قدم به این دیار می گذارد، نمی شود که بی دیدنش از آن برود، زیرا مدفن او، نماد همدان است.

حیوانات نظامی

چندی پیش یک جفت اسب از گارد سیدروس طباطبایی بود. ۸ و نیم صبح، در خیابان های لندن رم کردند؛ اسب هایی که بعد از پرتاب کردن سوارهایشان، لاقفل ۳ شهر و ۲۰۰ کیلومتر را هم زخمی و خسارت هایی هم به برخی اتومبیل ها وارد کردند. البته ارتش انگلستان اعلام کرده، زخمی ها و اسب ها اکنون در سلامت کامل هستند؛ اما این اتفاق، توجه افکار عمومی را به حیوانات زبان بسته های جلب کرده که برای برقراری نظم، در اختیار ارتش ها یا نیروهای نظامی جهان قرار دارند. در اینجا به برخی از آنها اشاره می کنیم.



اسب ها شاید نقش پررنگ تری در خدمت رسانی به ارتش های جهان داشته باشند؛ به خصوص در جنگ جهانی اول. در عصر ما نیز این موجود نجیب، کمک شایانی به پلیس می کند؛ حتی برخی معتقدند اسب های پلیس، در برخی مناطق از اتومبیل ها نیز کارآمدترند؛ زیرا می توانند به مکان هایی بروند که گر ماشین های پلیس به آنجا نمی رسد. اسب های پلیس، آموزش می بینند تا در موقعیت های پر سر و صدا هم آرام بمانند؛ به همین دلیل پلیس از این حیوان، برای برقراری نظم در زمین های فوتبال، گلف یا راگبی هم استفاده می کند. پلیس انگلستان رفاقت بیشتری با اسب ها نسبت به دیگر کشورها دارد.



سگ ها، سال هاست که عضو دائمی نیروهای پلیس و امنادی هستند؛ کشف مواد مخدر، ردیابی مجرمان، پیدا کردن مجروحان زیر آوار و... بخشی از خدماتی است که این موجود باوفا در حق انسان انجام داده است. شاید مهم ترین ویژگی این همکار قانونی، شجاعت، آموزش پذیری و قابل اعتماد بودن است. بهترین نژاد این حیوان، جویان آلمانی یا همان «ژرمن شیرد» باهوش و قوی است.



در روزگاری که خبری از تلفن و اینترنت نبود، این پرندگان آسمانی بودند که دستور فرماندهان نظامی را در مناطق عملیاتی به گوش سربازان می رساندند؛ اما این روز ها، از پرندگان به گونه های دیگری بهره مند می شوند. مثلاً آموزش به عقاب برای توقف هواپیماهای بدون سرنشین، یکی از همین نمونه هاست. در کشور هلند، عقاب ها در خدمت قانون هستند.



همیشه بازار

خبرگزاری ورزشی

چشم در یک روز

از اراک تا اراک؛ چگونه اوسمار ویرا بدترین شبش را روی نیمکت پرسپولیس پشت سر گذاشت؟

۴ مقدس، ۴ نحس

رکوردهای امیررضا رفیعی یک شبه بر باد رفت تا روشن شود گلر جوان سرخ‌ها هنوز راه درازی پیش رو دارد

اوسمار اشتباه کرد

حمید درخشان چند ایراد از سرمربی پرسپولیس گرفته و او را مقصر باخت به آلومینیوم می‌داند؛ تعویض‌های زودهنگام، تغییر پست بازیکنان و چینش پنالتی‌زن‌ها



عجوبه‌های تاریخ فوتبال
در قاب همیشه‌هری تماشاگر
تخفیف ویژه در سایت www.hamshahrimarket.com



PARIS 2024

089 روز مانده تا المپیک

پخش زنده

فوتبال جام ملت‌های آسیا - فینال

ایران 14:30

تایلند

لیگ برتر انگلیس

تاتهام 16:30

آر سنال

ناتینگهام فارست

منچستر سیتی 19:00

سری آ ایتالیا

ناپولی 19:30

اسر م

لیگ برتر ترکیه

بورسو 23:00

اسپورت تینگ

برنامه بازی

لیگ برتر ایران - هفته ۲۵

۹ اردیبهشت ۱۴۰۳

شمس اذر 18:20

بیگان

۹ اردیبهشت ۱۴۰۳

هوادر 17:00

صنعت نفت

تراکتور 17:00

استقلال

مس رفسنجان

گل‌کهر 17:45

خوب آهن 18:00

نساجی

استقلال خوزستان

ملوان 18:15

آلومینیوم 18:15

فولاد

پرسپولیس 19:30

سپاهان

تیرت یک بهروز رسایی روز تردید

همانقدر که سریع بالا رفت، همانقدر هم با سرعت در توانایی‌هایش شک و شبیه ایجاد شد. اوسمار ویرا که بعد از پذیرفتن هدایت پرسپولیس با عملکرد خوب خود موفق شده بود هواداران و منتقدان را تحت تأثیر قرار بدهد و حتی زمزمه‌ها در مورد تمدید قراردادش هم با همدلی حداکثری سرخ‌ها همراه بود، در پی شکست مقابل آلومینیوم اراک در ضربات پنالتی خیلی زود با وجه دیگری از کار در این تیم بزرگ هم همراه شده، اینکه حالا همان تعریف و تمجیدها مثل آوار بر سرش خراب شده‌اند و بسیاری از ستایشگران مربی برزیلی در حال زیر سؤال بردن صلاحیت او هستند. اوسمار فقط طی یک روز وارد جهنم شد!

این اراک، آن اراک نبود
همه به یاد داریم که پرسپولیس در نخستین بازی رسمی اوسمار ویرا نیز در همین شهر اراک با یک گل از آلومینیوم شکست خورد اما بعد از آن باخت لیگی که اتفاقاً مهم هم نبود و اثراتش در جدول همچنان مشخص است، کمتر از ناگامی اخیر در جام حذفی به اوسمار فشار آمد، چرا؟ چون فرم‌ها آن روز نمایش سزاوارانه‌تری داشتند. شهاب زاهدی و سروش رفیعی موقعیت‌های عالی گلزنی را از دست دادند و یک پنالتی پرسپولیس هم نادیده گرفته شد. گل زیبای امیر نوری هم غیر از مهارت و فرصت‌طلبی این بازیکن، حاصل اشتباه فردی کمر شکن علیرضا بیرانوند بود. قسه بازی حذفی آتیم اما فرق داشت. این بار پرسپولیس از داوری سود برد و گل اول این تیم توسط اوستون اورونوف بعد از خطای نادیده گرفته شده روی بازیکن حریف به ثمر رسید. با این حال چه این گل و چه گل دوم توسط عیسی آل کثیر نتوانست زمینه‌ساز برتری فرم‌ها باشد و عجیب آنکه آگل برتری در وقت‌های اضافی نیز چنین نکرد. وقتی تیمی این اندوخته‌های مهم را برای برد از دست می‌دهد، روشن است که کادرفنی‌اش عملکرد خوبی نداشته و باید بازخواست شود. پس فشارها روی اوسمار طبیعی است.

این چه تعویض‌هایی بود؟
صدای اعتراض به تعویض‌های اوسمار ویرا از همان لحظه بازی هم به گوش می‌رسید. مربی برزیلی در نیمه دوم شروع کرد به خلع سلاح پرسپولیس و ستاره‌های این تیم را یکی پس از دیگری تعویض کرد؛ از سروش رفیعی که بین آ نیمه عوض شد تا مهدی ترابی که دیگر به خروجی سستی ویرا در نیمه‌های دوم تبدیل شده است. بعد هم عبدالکریم حسن و اوستون اورونوف. گویا سرمربی برزیلی با وجود فشار زیاد تیم حریف هیچ احتمالی نمی‌داد که بازی به وقت‌های اضافی کشیده شود. به علاوه خروج این عناصر عمدتاً تهاجمی، به آلومینیوم کمک کرد تا توان بیشتری به سمت دروازه فرم‌ها یورش ببرد و بالاخره زهرش را بریزد. شاید اوسمار در پی حفظ نیروی تیمش برای بازی با سپاهان بود اما سیاست‌های او نتیجه معکوس داد، چرا که پرسپولیس در اراک ناچار شد نیم‌ساعت بیشتر هم بازی کند و دست آخر یک جام را از دست بدهد!

هشدار که شنیده نشد
پیش‌تر هم در مورد افت پرسپولیس در نیمه‌های دوم نوشته بودیم و اینکه فرم‌ها خوش شانس بودند که با سیاست دفاع همه‌جانبه در مسابقه مقابل تیم‌هایی همچون گل‌گهر و ملوان به موفقیت رسیدند. در حقیقت این سبک از بازی مورد علاقه هواداران نیست و تازه اگر تویی هم درون دروازه برود، همه اندوخته‌های تیم را به باد خواهد داد. این هشدارها اما شنیده نشد تا کابوس نیمه دوم به‌طور تمام و کمال در اراک برای پرسپولیس تعبیر شود. پرسش اینجاست که پرسپولیس وقتی می‌تواند مثل نیمه اول وقت‌های اضافی بازی کند، چرا به تاژی بعد از جلوبافتن از رقبای دفاع مطلق رومی آورد؟

پیش‌بازی

جام سیزدهم
تیم ملی فوتبال ایران امروز فرصت دارد تا برای سیزدهمین بار قهرمان آسیا شود؛ آن هم در شرایطی که در دوره گذشته جام را از دست داده و حالا به دنبال اعاده حیثیت در قاره کهن است. شاگردان وحید شمسایی که در مرحله گروهی با افغانستان، کویت و بحرین هم‌گروه بودند، با ۳ پیروزی و ۹ امتیاز راهی مرحله حذفی شدند و پس از شکست دادن قرقیزستان و ازبکستان، علاوه بر صعود به جام جهانی، خودشان را به فینال این بازی‌ها رساندند. حالا آنها باید در بازی نهایی به مصاف تایلند میزبان بروند؛ تیمی که در مرحله گروهی ویتنام، میانمار و چین را شکست داده و در مرحله حذفی از سد عراق و تاجیکستان گذشته است. فراموش نکنیم در تاریخ جام‌های آسیا، ایران ۱۲ بار قهرمان شده و ۴ بار هم جام به خانه زاپنی‌ها رفته است. تایلند در این سال‌ها ۲ بار به فینال رسیده و هر دو بار بازنده بوده که یکی از این شکست‌ها مقابل ایران بوده است.

نگته بازی

برد می خواهید؟ بکشانید به پنالتی!

از قرار معلوم یکی از راه‌های تضمین شده برای موفقیت رقبای پرسپولیس در جام حذفی این است که بازی را به ضربات پنالتی بکشانند! سرخپوشان در حالی پس از تساوی ۴-۴ در اراک در ضربات پنالتی مقابل آلومینیوم شکست خوردند که حتی در همین ضیافت هم از حریف پیش افتادند و پنالتی اول آلومینیوم خراب شد اما در نهایت اشتباه دانیال اسماعیلی فر و وحید امیری منجر به شکست قرمزها شد. این پنجمین باخت پرسپولیس در ۷ مسابقه آخری است که کار قرمزها در جام حذفی به پنالتی می کشد. حتما به یاد دارید که تا ۲۴ تا مشهورترین این شکست‌ها در دربی‌های تهران بوده و البته یکی از بدترین آنها در دیدار با قشقایی رقم خورده است. امسال که گذشت اما به نظر می رسد رفع این کاستی، نیاز به کمی کار روحی و روانی دارد.

هرقدر دور شد، فایده نداشت

در زمان از راه رسیدن ضیافت پنالتی‌های آلومینیوم اراک و پرسپولیس، وحید امیری کاپیتان سرخپوشان بود. با این حال نام خود او بین پنالتی‌زن اول تیم به چشم نمی خورد. اینطور به نظر می‌رسد که بعد از تجربه تلخ خراب کردن پنالتی در جام‌ملت‌های ۲۰۱۵ آسیا، امیری دیگر خوش ندارد در چنین موقعیتی قرار بگیرد اما از بدشانسی او اوضاع طوری پیش رفت که اصلا کسی در زمین باقی نماند! با حرکت پا به پای ۲ تیم، در نهایت نوبت به امیری رسید تا پنالتی هفتم قرمزها را بزند اما مطابق انتظار با روحیه پایین این ضربه را مقابل احمد گوه‌ری از دست داد تا زمینه‌ساز شکست تیمش شود. این پنالتی خراب شده، یک خاطره بد از وحید امیری در آخرین روزهای فوتبالش است؛ دورانی که او اغلب با مصدوم بوده، یا کم‌اثر.

آماده «بی خاصیت» لقب گرفتن باش!

قطعا یکی از عوامل باخت پرسپولیس مقابل آلومینیوم اراک و کنار رفتن این تیم از جام حذفی، اشتباهات کادرفنی بود. اوسمار ویرا تعویض‌های بدی داشت و به طور کلی هم وقتی تیمی در جریان یک بازی ۲ بار برتری ۲ گلگله خودش را از دست می دهد، حتما سرمربی اشتباه کرده و باید پاسخگو باشد. در همین راستا با توجه به شناختی که از فوتبال ایران داریم، به ویرا توصیه می‌کنیم آماده «بی خاصیت» لقب گرفتن باشد. از حالست که انواع و اقسام حملات به او صورت بگیرد و برخی پیشکوتان تیم که کاپلو و کلوف را هم قبول ندارند، کلام مرد برزیلی را از پرسؤال ببرند. احتمالا به زودی شاهد طرح جملاتی مثل «هر کسی با این بازیکنان می‌توانست همین نتایج را بگیرد» یا «اوسمار کاره‌ای نیست، ستاره‌ها مسابقات را برایش درمی‌آوردند» خواهیم بود.

عکس‌ها | امیرحسین خیرخواه

سربلند شدم

احمد گوه‌ری اعتقاد دارد در پرسپولیس به او فرصت کمی داده شد اما با این حال حضور در جمع قرمزها را بهترین انتخاب برای خودش می‌داند



امیرحسین اعظمی | احمد گوه‌ری یکی از چهره‌های ویژه بازی آلومینیوم اراک و پرسپولیس بود. او که مقابل تیم سابقش قرار گرفته بود، در ضیافت پنالتی‌ها، ضربات وحید امیری و دانیال اسماعیلی فر را مهار کرد تا نقش مهمی در صعود آلومینیوم به جمع ۸ تیم جام حذفی داشته باشد. گوه‌ری که بازی با پرسپولیس را یکی از زیباترین بازی‌های چندسال اخیر در فوتبال ایران می‌داند، می‌گوید در بازی با تیم سابقش و مقابل هواداران اراک سربلند شده است.

وینت بازی چطور بود؟

بازی جذابی بود و خوشحالم که برنده شدیم. این بازی در واقع بازی شروین بزرگ بود که ۲ گل زد و نقش مهمی در برگشت تیم ما داشت. همه ما برای او خوشحالم. شروین در این مدت خیلی زحمت کشیده بود و حشش بود که در این بازی خودی نشان دهد.

وینت فکر می‌کردی بازی اینقدر جذاب شود؟

آخرین بازی که یک بازی ۴-۴ شد، یادتان هست؟ ما ۲ بار در ۱۲۰ دقیقه و یکبار هم در پنالتی‌ها کامیاب زدیم. در واقع می‌توان گفت این بازی، یک مسابقه کاملا تاکتیکی بود و ۲ تیم خیلی خوب همدیگر را می‌شناختند. تیم ما از لحاظ ذهنی در شرایط خوبی قرار داشت. در دقایق پایانی گل زدیم و برای جبران نتیجه ناامید نبودیم. این یکی از زیباترین بازی‌های چند سال اخیر در فوتبال ایران بود.

وینت بعد از اینکه با گل از پرسپولیس عقب افتاد بد، دور بین روی صورت تو زود کرد و مشخص بود که بابت نتیجه ناراحت هستی. در آن لحظه فکر می‌کردی که یک پایان خوش برای تو و آلومینیوم رقم بخورد؟

طبیعی بود که بعد از عقب افتادن از پرسپولیس ناراحت باشم. من بازیکن آلومینیوم هستم و الان پیراهن این تیم را بر تن دارم. زمانی هم که در پرسپولیس بودم با جان و دل برای تیم کار می‌کردم. من دنبال نقش بازی کردن نیستم و هر جا که بازی کرده‌ام تمام وجودم را گذاشته‌ام تا بهترین عملکرد ممکن را داشته باشم. اگر در این بازی می‌باختم و من ناراحت می‌شدم، آدم خوب داستان بودم؟ مهم پیروزی تیم بود که الان هم بابت این موضوع خوشحالم.

وینت بعضی از هواداران پرسپولیس هم حرف‌هایی زده‌اند که ناراحت شده‌ای.

هواداران پرسپولیس آنهایی هستند که به ورزشگاه می‌روند و تیمشان را تشویق می‌کنند. هواداران پرسپولیس همیشه به من لطف داشته‌اند و هیچ‌وقت حرف‌های آنهایی که در فضای مجازی هستند، برام مهم نبوده و نیست.

وینت در مورد درخشش خود در ضربات پنالتی صحبت کن.

من باید وظیفه‌ام را به بهترین شکل انجام دهم و این مهم‌ترین فاکتور است. هر بازیکنی باید تلاش کند تا بهترین باشد.

وینت ۲۸ سالگی از جایگاه خود در فوتبال ایران راضی هستی؟



Go Ahmad

بخش بزرگی از موفقیت‌های یک بازیکن به انتخاب‌هایش مربوط می‌شود. من یک بازیکن جوان و نایخته بودم و به همین دلیل در مقاطعی تصمیمات درستی نگرفتم و گاهی اوقات انتخاب‌های خوبی نداشتم. من به این فکر نمی‌کنم که اگر فلان آدم، فلان کار را برایم انجام می‌داد، الان وضعیتم فرق می‌کرد. گاهی اوقات به تصمیماتی که قبلا گرفته‌م فکر می‌کنم و به خودم می‌گویم اگر اینجا هستم، چه بالا و چه پایین، به خودم مربوط می‌شود نه شخص دیگری. خیلی دوست داشتم در این سن بیرون از ایران و در اروپا فوتبال بازی می‌کردم ولی فعلا اینجا هستم. من همیشه روی پای خودم ایستادم و هیچ‌وقت نخواستم کسی برایم کاری انجام دهد.

وینت در این سن رفتن به یک تیم خارجی دور از دسترس به نظر می‌رسد؟

انسان به امید زنده است و من خیلی دوست دارم بازی در اروپا را تجربه کنم.

وینت شاید اگر در پرسپولیس بیشتر بازی می‌کردی، موقعیت بهتری برای لژیون شدن داشتی.

تلاش‌م را در پرسپولیس کردم ولی فرصت کمی به من داده شد. البته که پرسپولیس بهترین انتخاب برای من بود. گاهی اوقات دل آدم برای گذشته‌ها تنگ می‌شود ولی باید به آینده نگاه کرد.

وینت در مورد کیفیت بازی‌ها در این فصل چه صحبتی داری؟

کیفیت بازی‌ها خوب بوده و اکثر تیم‌ها سعی می‌کنند روی زمین فوتبال بازی کنند. زیاد نباید از تیم‌ها ایراد بگیریم. البته باید امکانات سخت‌افزاری فوتبال ایران را هم در نظر گرفت، چون در این زمینه شرایط خوبی نداریم.

گوه‌ری در مورد دست‌نوشته‌ای که قبل از بازی به دیوار خانه‌اش زده بود می‌گوید: «وقتی در پرسپولیس با استقلال هستی و بعدها قرار است جلوی تیم سابق‌تان بازی کنی، یک‌سری افراد که تعدادشان زیاد نیست و ذهن بیماری دارند، شروع می‌کنند به حاشیه‌سازی. من دوست داشتم در این بازی سربلند باشم و بعد از مسابقه وقتی به خانه برگشتم، اول به آن دست‌نوشته نگاه کردم.»

اهدای خون = اهدای زندگی

آگهی مناقصه عمومی شماره آگهی: ۱۴۰۳/۳۰/۲

آگهی مناقصه (نوبت اول) شماره آگهی: ۱۷۰۴۷۱۱

آگهی مزایده عمومی فروش شش‌دانگ ساختمان مسکونی با پلاک ثبتی ۲۳۰۵ فرعه ۷ از اصله واقع در بخش ثبتی ۹ قزوین

آگهی مناقصه عمومی شرکت تولید رنگ سایپا در نظر دارد موارد مورد نیاز ذیل را از طریق مناقصه عمومی به واجدین شرایط واگذار نماید.

اصلاحیه آگهی مناقصه عمومی پیرو آگهی شماره ۱۴۰۳/۱۹/۱۴ مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۰۴

آگهی مزایده متوسط و جزئه شماره آگهی: ۱۴۰۳/۲۶/۴

الف) شماره حساب واریز سپرده شرکت در مزایده ۱۰۰۷۸۵۱۶۳۱۲۱ نزد بانک شهر شعبه میدان قدس یا ارائه ضمانتنامه بانکی به نام شهرداری منطقه یک



۴ مقدس، ۴ نحس

رکوردهای امیررضا رفیعی یک شبه بر باد رفت تا روشن شود گلر جوان سرخ‌ها هنوز راه درازی پیش‌رو دارد

شب تلخ پرسپولیس در اراک، «بازنده» که نشاند، یکی از مهم‌ترین آنها هم امیررضا رفیعی بود؛ گلر جوانی که تا پیش از این مسابقه به خوبی توانسته بود در غیاب علیرضا بیرانوند از دروازه قرمزها محافظت کند اما ناگهان ورق برگشت و رکوردهای جذاب او بی‌محابا بر باد رفت. تا پیش از این، عدد ۴ برای رفیعی یادآور گلین‌شیت‌های پیاپی و تاریخ‌ساز بوده، آنجا که او به نخستین دروازه‌بان ادوار لیگ برتر تبدیل شد که توانست در ۴ بازی نخستین دروازه خود را بسته نگه دارد. اما از حالا به بعد این عدد مقدس سر و شکل منحوس می‌شود برای امیر رضای ۲۲ ساله خواهد گرفت؛ چرا که او بعد از ۴۴ دقیقه گل نخوردن، از دقیقه ۸۵ تا ۱۲۰ بازی با آلومینیوم ۴ گل دریافت کرد و نتوانست مانع از حذف سرخ‌پوشان شود.

اگرچه حالا انتقاد از رفیعی آسان‌ترین کار ممکن است اما متصفانه باید گفت او تا پیش از روشن شدن آتشبار تیم اراکی عملکرد بدی نداشت، چند واکنش خوب نشان داد و همچنان در مهار توب‌های بلند و هوایی مسلط کار کرد. به علاوه در برخی از گل‌های دریافتی، رد پای مدافعان پر رنگ‌تر از رفیعی بود و چه‌بسا آنها نتوانستند به وظایف خود بهتر عمل کنند. با این همه به نظر می‌رسد سگ گل‌های دریافتی روی روحیه و اعتماد به نفس رفیعی هم اثر گذاشت و باعث شد سنگ‌بان سرخ‌ها یک خروج اشتباه داشته باشد و یا مثلا روی گل سوم برای مهار توب از دروازه خارج نشود. بعدتر هم عملکرد ناکافی او در ضربات پنالتی باعث افزایش انتقادات شد.

حقیقت آن است که رفیعی استعداد خوبی دارد اما بعد از گلین‌شیت‌هایش بیش از حد مورد توجه قرار گرفت و در موردش بزرگ‌نمایی شد. این به هر حال ذات فوتبال است و محدود به ایران هم نیست. وقتی در تیم‌های بزرگ بازی می‌کنی، عیب و هنرت بیش از حد به چشم می‌آید. همانطور که برخی از آن تمجیدها واقع‌گرایانه نبود، بخشی از این تخریب‌ها هم عادلانه نیست. باید به رفیعی دلگرمی داد و یادآوری کرد در کنار حفظ نقاط قوتش، روی رفق معايش هم متمرکز شود تا آینده بهتری داشته باشد. کاش با او صفر و صدی برخورد نکنیم.



بازگشت رامین

در آستانه بازی با پرسپولیس رضاییان با یک گل و یک پاس گل به صحنه برگشت

کتر کسی انتظار داشت بازی با تیم بحران‌زده و دسته‌اولی استقلال ملاقاتی تا این اندازه برای سپاهان سخت شود اما به هر حال طلایی پوشان ۱۷ دقیقه زجر و انتظار کشیدند تا بالاخره موفق شدند از سد تیم حریف عبور کنند. در حالی که بازی در طول ۹۰ دقیقه با گل کلاه رضایی با نتیجه یک بر صفر به سود سپاهان در حال پایان بود، گل بسیار زیبایی میلاد پاک‌پرور در آخرین لحظات کار را به وقت‌های اضافی کشاند تا سرانجام گل رامین رضاییان از روی نقطه پنالتی حکم صعود سپاهان را امضا کند. شاید نکته ویژه این مسابقه، همین بازگشت رضاییان به سنت اثرگذاری در سپاهان باشد. مدافع راست ملی‌پوش زردها که در عجزی آخر سپاهان نتوانسته بود گل بزنی یا پاس گل بدهد، در این مسابقه هر دو کار را انجام داد. گل کلاه رضایی روی ارسال رامین به ثمر رسید و بعد هم که خودش نیزه پنالتی منجر به پیروزی رازده این درخشش در آستانه بازی حساس روز چهارشنبه با پرسپولیس می‌توانست معای مضاعفی داشته باشد. ابتدا گفته می‌شد رضاییان با دریافت کارت زرد در بازی با ملوان این دیدار را از دست داده اما خود رامین به شصت آن را تکرید کرد تا روشن شود انگیزه‌های زیادی برای درخشش مقابل تیم سابقش دارد. از قضا با فرمی مطلوب هم به این دیدار رسیده است.

همیشه‌های نیکوکار

اوسمار اشتباه کرد

حمید درخشان چند ایراد از سرمربی پرسپولیس گرفته و او را مقصر بخت به آلومینیوم می‌داند: تعویض‌های زودهنگام، تغییر پست بازیکنان و چینش پنالتی‌زن‌ها

لیگ‌انجام‌داده‌ها در جام‌حذفی که بازی مرگ و زندگی است و احتمال حذف شدن وجود دارد. این دو مقوله متفاوت است و این تفکر درست نیست.

۳- تعویض‌های اوسمار با انتقادات بسیاری همراه شد. از طرفی هم به نظر می‌رسد بازیکنان ذخیره پرسپولیس با بازیکنان اصلی خیلی فاصله دارند. به ویژه در پست دفاع این ضعف احساس می‌شود.

پرسپولیس در نیمه‌دوم بازی تبدیل به تیم دفاعی شد و در وقت‌های اضافی هم که به گل رسید باز هم تعویض‌های دفاعی داشت. بازیکنانی که به زمین آمدند نتوانستند تاکتیک‌های دفاعی را پیاده کنند و در پست‌های تخصصی هم بازیکنان غیر تخصصی استفاده شدند. فرجی در دفاع راست بازی کرد و پرسپولیس از همان نقطه گل خورد، مثلا همان گل تساوی را که آخر بازی خورد. از طرفی در ارسال‌هایی که انجام می‌شد اما بعضی از اشتباهات کادر فنی اجازه نداد برتری تیم حفظ شود. به نظر می‌رسد پرسپولیس برنامه‌ریزی خوبی برای کنترل بازی نداشت و متأسفانه تغییراتی هم که در بازی انجام شد تغییرات مفیدی نبود که بتواند به پرسپولیس کمک کند. نه تنها این تغییرات کمک نکرد بلکه صدمه هم زد.

۲- شاید اوسمار به فکر بازی با سپاهان بود و با تعویض‌های زودهنگام، به دنبال حفظ ستاره‌های اصلی برای آن بازی حساس در لیگ بود. این می‌تواند دلیل قانع‌کننده‌ای باشد؟ این تفکر حق یک مربی است اما این کار را باید در

۱- اوسمار گفته بازیکنانش بعد از گل اول آلومینیوم، یک موقعیت خوب در مصاف با یک تیم در دروازه‌بان را از دست دادند و اگر اینطور نمی‌شد بازی را می‌بردند. نظر او را قبول دارید؟ پرسپولیس ۲ گل در وقت قانونی جلو بود و در وقت‌های اضافه هم ۲ گل جلو افتاد اما تعویض‌ها و تغییرات اوسمار کمکی به این مربی نرسانید.

۲- با این شکست پرسپولیس با اوسمار تمدیدی می‌کند یا اینکه آینده او به خطر افتاده؟ نظر من همیشه این بوده که اگر در اول فصل مربی استخدام کردیم باید در نیم فصل و یا پایان فصل عملکردش ارزیابی شود. اگر در نیم فصل مربی به تیم اضافه شد، باید در آخر فصل شرایط او را ارزیابی کرد و بعد برای ادامه کار با او تصمیم گرفت. اینکه بخواهیم

۲-۳۲ براد تصمیم بگیریم مربی را حفظ کنیم، اشتباه است. اوسمار با قهرمانی در جام‌حذفی می‌توانست کارنامه خوبی داشته باشد اما حالا تیم او یک جام خیلی مهم را از دست داده و در لیگ هم که استقلال از کورس عقب نمی‌کشد. باز دست رفتن این جام شانس تمدید قرارداد اوسمار کم شد.

۱- به نظر می‌رسد شما تقریباً قهرمانی استقلال را قطعی می‌دانید. همانقدر که استقلال شانس قهرمانی دارد، پرسپولیس هم دارد و نمی‌توان گفت شانس کدام تیم بیشتر است. نتیجه بازی پرسپولیس - سپاهان و استقلال با تراکتور می‌تواند تا حدود زیادی تکلیف قهرمان این فصل را روشن کند.



۱- در ضربات پنالتی انتخاب‌های اوسمار برای چینش نفرت درست بود؟ باید در انتخاب نفرت دقت بیشتری انجام می‌شد. و حید امیری مدت‌ها از شرایط بازی دور بود و نباید پنالتی می‌زد. به نظر می‌رسد دانیال اسماعیلی فر به‌خاطر اتفاقات هفته گذشته بازی باصنعت نفت، دچار استرس است. در کل تعویض‌ها برای ضربات پنالتی خیلی حساس شده نبود.

۳- اوسمار گفته بازیکنانش بعد از گل اول آلومینیوم، یک موقعیت خوب در مصاف با یک تیم در دروازه‌بان را از دست دادند و اگر اینطور نمی‌شد بازی را می‌بردند. نظر او را قبول دارید؟

۲- با این شکست پرسپولیس با اوسمار تمدیدی می‌کند یا اینکه آینده او به خطر افتاده؟ نظر من همیشه این بوده که اگر در اول فصل مربی استخدام کردیم باید در نیم فصل و یا پایان فصل عملکردش ارزیابی شود. اگر در نیم فصل مربی به تیم اضافه شد، باید در آخر فصل شرایط او را ارزیابی کرد و بعد برای ادامه کار با او تصمیم گرفت. اینکه بخواهیم

۱- به نظر می‌رسد شما تقریباً قهرمانی استقلال را قطعی می‌دانید. همانقدر که استقلال شانس قهرمانی دارد، پرسپولیس هم دارد و نمی‌توان گفت شانس کدام تیم بیشتر است. نتیجه بازی پرسپولیس - سپاهان و استقلال با تراکتور می‌تواند تا حدود زیادی تکلیف قهرمان این فصل را روشن کند.

آگهی مناقصه عمومی شهرداری منطقه ۸ تهران (ردیف آگهی : ۱۸-۱۱۳/۱۴۰۳)

شهرداری منطقه ۸ تهران در نظر دارد اجرای پروژه‌های مندرج در جدول ذیل را از طریق برگزاری مناقصات عمومی به بخش خصوصی واگذار نماید. لذا واجدین شرایط می‌توانند جهت دریافت اسناد مناقصات، به واحد امور قراردادها، منطقه به نشانی تهران، میدان نیوت، ابتدای خیابان جانبازان غربی، شهرداری منطقه ۸، طبقه همکف مراجعه نمایند.

| ردیف | موضوع مناقصه | برآورد اولیه (ریال) | میزان سپرده شرکت در مناقصه (ریال) | شرایط و رشته مورد نیاز | مدت زمان انجام پروژه |
|------|---|---------------------|-----------------------------------|---|----------------------|
| ۱ | خرید و نصب لوازم و تجهیزات روشنایی با هدف بهینه سازی سیستم روشنایی و کاهش مصرف انرژی برق در بوستان ها و محلات سطح منطقه ۸ | ۴۲۰.۴۵.۱۰۰.۴۱۰ | ۲۰.۱۳۰.۰۰۰.۰۰۰ | نیرو | ۹ ماه شمسی |
| ۲ | توسعه فضای سبز در بوستان های جدید الاحداث و طرح تحول بیست گانه سال ۱۴۰۳ | ۱۵۴.۷۵۰.۲۷۵.۰۸۴ | ۷.۷۴۰.۰۰۰.۰۰۰ | کشاورزی | ۱۲ ماه شمسی |
| ۳ | نگهداری تصفیه خانه مسیل باختر و تأسیسات وابسته منطقه ۸ | ۱۵.۹۴۹.۶۰۲.۴۸۶ | ۸۰۰.۰۰۰.۰۰۰ | نیرو یا یا تأسیسات | ۱۲ ماه شمسی |
| ۴ | تهیه، نصب، نگهداری و جمع آوری داربست | ۲۷.۵۰۰.۳۸۰.۱۷۲ | ۱.۳۸۰.۰۰۰.۰۰۰ | آب یا ابنیه | ۶ ماه شمسی |
| ۵ | تهیه، نصب، نگهداری و جمع آوری داربست | ۴۹.۹۷۳.۰۰۰.۰۰۰ | ۲.۵۰۰.۰۰۰.۰۰۰ | دارا بودن اساسنامه مرتبط | ۱۲ ماه شمسی |
| ۶ | آذین بندی و نورپردازی مناسبی میادین و معابر سطح شهر | ۵۴.۵۰۶.۵۲۰.۰۰۰ | ۲.۷۳۰.۰۰۰.۰۰۰ | نیرو یا رشته آذین بندی و نورپردازی موقت از اداره کل برنامه ریزی معاونت خدمات شهری با رتبه مرتبط و همچنین ارائه حداقل دو نمونه قرارداد مشابه | ۱۲ ماه شمسی |

معتبر می‌باشد.

د - سایر موارد: ۱- بدیهی است شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف مندرج در اسناد مناقصه و مفاد آیین نامه معاملات شهرداری تهران می‌باشد.

۲- مناقصه گزار در رد یک یا تمامی پیشنهادات مختار است. ۳- هیچگونه پیش پرداختی به پیمانکار برنده، جهت انجام موضوع مناقصه تعلق نمی‌گیرد.

۴- هزینه انتشار آگهی به نسبت برآورد اولیه، برعهده برندگان مناقصات خواهد بود.

۵- همراه داشتن معرفی نامه رسمی از طرف شرکت و همچنین کارت ملی، جهت دریافت اسناد مناقصه الزامی می‌باشد. ۶- در صورت وجود هرگونه تناقض مابین مفاد این آگهی و اسناد مناقصه، موارد مندرج در اسناد مناقصه حاکم خواهد بود. ۷- روز، ساعت و محل قرائت پیشنهادات در اسناد درج شده است.

رابطه عمومی شهرداری منطقه ۸

کودکان از ناهنجاری‌ها آموزند

از خط‌کشی عابر پیاده عبور کنیم

فراخوان مناقصه محدود

شرکت توسعه اندیشیان اطلس (توانا) در نظر دارد خرید ۱ دستگاه کوره القایی را به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید. مناقضایی می‌توانند جهت شرکت در مناقصه و دریافت اسناد مربوطه از تاریخ ۱۴۰۳/۰۲/۱۹ تا ۱۴۰۳/۰۲/۱۹ با ارائه قیمت‌های پیشنهادی به دفتر شرکت واقع در بزرگراه شهید باسینی، روبروی بیمارستان شهید لویسانی، جنب پمپ ناصری، پلاک ۱۱۴ مراجعه نمایند.

آدرس: بزرگراه باسینی جنوب، لاین کنده، جنب پمپ ناصری کدیستی: ۱۴۵۸۷۵۱۱۵
تلفن کارشناس شرکت: ۰۲۱-۷۷۰۰۹۰۳۰ داخلی ۱۱۵ - سجادی ۰۹۹۰۴۳۲۸۹۱

ازدواج ساده

مهربانے مفصل

#ازدواج_آسان

آگهی تجدید فراخوان ارزیابی کیفی مناقصه عمومی یک مرحله ای شماره ۲/۱۴۰۳/۱۴ ف ک

شار، تست، نصب و راه اندازی نوبت دوم شناسه: ۱۷۰۴۰۸۳

۹ عدد سیلندر مربوط به سیستم اطفا حریق FM-200 با ماده اطفا

HEPTAFLUOROPROPANE Clean Agent (Fire Extinguisher)(HFC-227EA) و صدور گواهی نامه ایمنی برای این سیستم

شرکت نفت قاره ایران در نظر دارد فراخوان ارزیابی کیفی مناقصه فوق الذکر را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید. کلیه مراحل برگزاری فراخوان ارزیابی کیفی، از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir و شماره فراخوان ۰۲۱-۷۷۰۰۹۰۳۰ انجام خواهد شد. لازم است پیشنهاددهندگان در صورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در فراخوان محقق سازند.

اطلاعات تماس دستگاه مناقصه‌گزار:
تلفن: ۰۷۶۴۴۴۵۳۰۰۹ - ۰۷۶۴۴۴۵۳۰۳۰

اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه: مرکز تماس: ۰۲۱-۱۴۵۶ - دفتر ثبت نام: ۰۸۹۶۹۷۳۷ و ۸۵۱۹۳۷۶۸

رابطه عمومی شرکت نفت قاره ایران

مزایده عمومی

(حرف و دستگاه تفریحی) نویت اول

شرکت مجتمع ورزشی تفریحی ارم سبز (پارک ارم)

در نظر دارد بهره برداری از غرف و دستگاه تفریحی خود را برای مدت مشخص از ابتدای سال ۱۴۰۳ از طریق مزایده عمومی به اشخاص واجد صلاحیت واگذار نماید. علاقمندان می‌توانند جهت خرید اوراق شرایط شرکت در مزایده، بازدید از موارد مذکور و تحویل پاکت های پیشنهاد قیمت از تاریخ درج این آگهی تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۳/۱۸ هفتم روزه غیر از روزهای تعطیل از ساعت ۸:۳۰ تا ۱۵:۳۰ به دفتر واحد حقوقی شرکت واقع در کیلومتر چهار اتوبان تهران - کرج، پارک ارم مراجعه نمایند.

غرف و اماکن:

شهربازی ۱: بلال تنوری - پشمک و پاپکوری (۲ محل مجزا) - ارم مارکت (۲ محل مجزا)

شهربازی ۲: ارم فود - پشمک و پاپکوری

قلعه شادی: عکس و گریم - اسباب بازی

باغ وحش: ارم فود

دستگاه تفریحی:

شهربازی ۱: ماشین برقی کودکان

(هزینه آگهی و کارشناسی بر عهده برنده مزایده می باشد.)

تلفن هماهنگی: ۰۲۱-۴۴۱۱۳۰۹۸

رابطه عمومی ارم سبز

فراخوان مناقصه عمومی همزمان با ارزیابی کیفی (یکپارچه) یک مرحله‌ای

ساخت، نصب و راه اندازی سیستم تصفیه فاضلاب بهداشتی مجتمع تأسیسات پل کله

نوبت دوم شناسه: ۱۷۰۴۳۱۴ شماره آگهی: ۸۷۳۳۰۰۰۶

زمان بازگشایی پاکت ها: ساعت ۱۴:۳۰ روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۱۳

نوع و مبلغ تضمین شرکت در فرایند ارجاع کار:

نوع: به صورت یک یا ترکیبی از تضمین مورد اشاره در ماده ۲ عیین نامه‌ی تضمین در معاملات دولتی مورخ ۱۳۹۴/۹/۲۲ میلغ: ۰۴۱/۳۰۸/۰۴۱/۳۰۸/۱/ریال

اطلاعات تماس و آدرس دستگاه:

آدرس: اصفهان/ کیلومتر ۱۷ جاده اصفهان-نجف آباد/منطقه دو عملیات انتقال گاز/کدیستی: ۸۴۳۱۱۴۹۶۲ شماره تماس: ۰۳۱- ۳۴۰۴۳۴۸۹ و ۰۳۱- ۳۴۰۴۳۴۱۹

ضمنا آگهی فوق در سایت های زیر قابل مشاهده می باشد:

WWW.SHANA.IR WWW.MPORJ.IR WWW.DISTRICT2.NIGTE.IR

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۰۲/۰۸ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۲/۰۹

رابطه عمومی منطقه دو عملیات انتقال گاز



قهرمان به خانه برگشت

مارسادر نخستین آزمون بزرگ مربیگری خود، لستر را به لیگ برتر برگرداند

لسترسیتی، قهرمان سابق لیگ برتر انگلیس به لطف همراهی و وفاداری جیمی وردی، ستاره بی‌بدیل خود، دوباره به لیگ برتر برگشته و هواداران زیادی را در سراسر دنیا خوشحال کرده است.

این تیم فصل گذشته بعد از یک دهه عجیب و غریب دوباره به چمپیون شپ (دسته پایین‌تر از لیگ برتر) سقوط کرده؛ آنها ۷ سال قبل از آن در یکی از عجیب‌ترین و فراموش‌نشده‌ترین فصل‌های تاریخ لیگ برتر، در میان غول‌ها قهرمان لیگ شدند و در سال ۲۰۲۱ هم جام‌حذفی را به‌دست آوردند. همه این دستاوردها از صعود به لیگ برتر در فصل ۱۴-۲۰۱۳ شروع شد و در تمام این سال‌ها، هیچ دستاوردی محقق نشده مگر به لطف درخشش جیمی وردی؛ ستاره لستر و مهاجم سابق تیم ملی انگلیس که حالا در ۲۷ سالگی از باتجربه‌ترین بازیکنان لیگ برتر هم به‌شمار می‌رود، در یک فصل گذشته هم مثل همیشه تمام توانش را برای لستر خرج کرده و یکی از عوامل موفقیت و صعود دوباره آنها به لیگ بوده است. لستر شروعی توفانی در چمپیون شپ داشت اما در بازی‌های اخیر از فرم خود دور شد تا اینکه تغییر فلسفه در این تیم بالاخره جواب داد و این تیم راهی دسته بالاتر شد. این فلسفه جدید که مبتنی بر صبر و فوتبال مالکانه است، حاصل نگاه مربی جدید این تیم یعنی انزو ماریاسکاست؛ ماریاسکاست وقتی که منجسترسیتی قهرمان سه‌گانه شد دستیار پپ گواردیولا بود و حالا در نخستین آزمون بزرگ مربیگری خود، لستر را به لیگ برتر برگردانده است.



جوان اول

این روزها در اسپانیا همه از آردا گولر صحبت می‌کنند؛ بازیکن ۱۹ساله ترکیه‌ای

می‌خوانند و از گولر، به‌عنوان کسی که به نیمکت ذخیره پرچ شده نام می‌برند اما عملکرد گولر، این بازی را به هم ریخت و حالا گفته می‌شود که او شروعی استثنایی داشته. گولر این فصل در کمتر از ۱۰۰ دقیقه بازی برای رئال مادرید، ۳ گل زده که دستاوردی درخشان است. با گلی که گولر جمعه‌شب به ثمر رساند، رئال مادرید حالا در فاصله ۵بازی مانده به پایان فصل، فقط به ۱۴ امتیاز دیگر برای قهرمانی نیاز دارد. با این حال هدف بزرگ بعدی آنها بازی با بایرن مونیخ در نیمه‌نهایی لیگ قهرمانان اروپا در باواریا است که میانه همین هفته برگزار خواهد شد.

جوان توانسته خودش را در تیم جابیندازد خوشحال هستند. مودریچ که از روز اول مثل یک بزرگ‌تر هوای گولر را داشت، در این بازی هم در کنار او بازی می‌کرد و جذاب‌ترین صحنه بازی که گولر با یک دریبل عجیب و سریا، بار مستقیم خودش و تمام تماشاچی‌ها و تماشاگردان تلویزیونی را مبهوت کرد، روی پاس هافبک کروات شکل گرفت. بعد از این بازی رسانه‌ها و هواداران گولر، او را با لامین یامال، ستاره جوان بارسلونا مقایسه کردند که مدت‌هاست بر سر ستاره جوان ترکیه‌ای کوبیده می‌شود. هواداران بارسلونا، یامال را ستاره لالیگا

ثمر رساند. گولر از زمانی که به رئال مادرید آمده فرصت کمی برای بازی داشته و حتی گفته می‌شد ممکن است به تیم دیگری قرض داده شود. اما عملکرد او در این بازی، تردیدها را از بین برد و آنچلوتی بعد از بازی مثل همیشه از این جوان آینده‌دار حمایت کرد و گفت که گولر قطعا در رئال می‌ماند: «من از اینکه او برای تک‌تک توپ‌ها می‌جنگد خوشم می‌آید، او در آینده برای ما بسیار مهم خواهد بود و هیچ تردیدی وجود ندارد که فصل بعد هم اینجا خواهد ماند.»

گلزنی گولر، با واکنش احساساتی هم‌تیمی‌هایش مواجه شد و مشخص بود که بزرگ‌ترهای تیم، از اینکه این

جواد نصرتی | آردا گولر، با گلزنی در نخستین مسابقه‌ای که در ترکیب اصلی رئال مادرید قرار گرفت، نه فقط غول مادریدی را به قهرمانی در لالیگا نزدیک کرد که جایگاه خود را در سانتیاگو برنابئو محکم کرد و حالا در اسپانیا و فراتر از آن، همه از او صحبت می‌کنند.

جوان ۱۹ساله ترکیه‌ای، به لطف ملاحظات کادر فنی رئال مادرید که برای بازی این هفته در لیگ قهرمانان به تعدادی از ستاره‌های استراحت داده بود، در بازی با رئال سوسیه‌داد در ترکیب اصلی قرار گرفت و البته کارلو آنچلوتی را از این ریسک پشیمان نکرد. او عملکرد چشمگیری در این بازی داشت و تک‌کل بازی را هم به



لیورپول در ادامه روزهای ناامیدکننده‌اش مقابل وستهم با تساوی ۲-۲ متوقف شد تا قهرمانا دیگر کوچک‌ترین شانس برای قهرمانی در لیگ برتر نداشته باشند. اتفاق ویژه این بازی، درگیری لفظی صلاح و کلپ در کنار خط بود که سروصدای فراوانی به راه انداخت و تیتیر یک رسانه‌های بین‌المللی شد.

وقتی که سال ۲۰۲۳ گزارش می‌شد گزینه تاتنهام است، از علاقه‌مندی‌اش برای مربیگری در لیگ برتر صحبت کرد. از دیگر گزینه‌های لیورپول، ژاوی آلونسو هافبک سابق این تیم بود که همین فصل، بایر لور کولن را برای نخستین بار در تاریخ قهرمان بوندس لیگا کرده است. با این حال آلونسو ماه پیش آب پاکی را روی دست باشگاه‌های دیگر ریخت و گفت که می‌خواهد فعلا در لور کولن بماند. روبن آموریم سرمربی اسپورتینگ لیسبون هم دیگر گزینه جدی سرخ‌ها بود. کلپ که نقشی در انتخاب جانشینش نداشته، روز جمعه گفته بود که از سبک بازی تیم اشلوت خوشش می‌آید: «اژمدلی که تیمش فوتبال بازی می‌کند خوشم می‌آید. همه چیزهایی هم که در باره شخص او می‌شنوم این است که او آدم خوبی است.» اشلوت تمام زندگی حرفه‌ای‌اش به‌عنوان هافبک را در لیگ هلند بوده و سابقه مربیگری در آلکارمار را هم دارد.

انتظارها برای تعیین تکلیف جانشین بورگن کلپ در لیورپول به‌نظر به سر آمده و رسانه‌ها از توافق نهایی سرخ‌ها با آرنه اشلوت هلندی خبر می‌دهند. براساس گزارش‌ها سرمربی فاینورد با قرار دادن به ارزش ۱۱ میلیون یورو به آنفیلد خواهد آمد. او جانشین سرمربی آلمانی می‌شود که خودش اعلام کرده در پایان فصل، لیورپول را ترک خواهد کرد. اشلوت فاینورد را به قهرمانی لیگ در فصل ۲۲-۲۳ رسانده و این فصل هم با این تیم قهرمان جام‌حذفی شده و لیگ‌را هم احتمالا به‌عنوان نایب‌قهرمان به پایان خواهد رساند. گفته می‌شود که سبک هجومی بازی تیم‌های اشلوت و همین‌طور شخصیتش، از عوامل این انتخاب است. اشلوت همچنین نشان داده که این توانایی را دارد که به توسعه فردی بازیکنان در تیم‌های تحت نظرش کمک کند و این مورد هم از دید مالکان لیورپول دور نمانده است. اشلوت سال ۲۰۲۱ هدایت فاینورد را به‌عهده گرفت و

جانشین کلپ از هلند می‌آید

اشلوت هلندی سرمربی جدید لیورپول است؟



| | | | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۱۵ | ۱۴ | ۱۳ | ۱۲ | ۱۱ | ۱۰ | ۹ | ۸ | ۷ | ۶ | ۵ | ۴ | ۳ | ۲ | ۱ |
| ۱ | | | | | | | | | | | | | | |
| ۲ | | | | | | | | | | | | | | |
| ۳ | | | | | | | | | | | | | | |
| ۴ | | | | | | | | | | | | | | |
| ۵ | | | | | | | | | | | | | | |
| ۶ | | | | | | | | | | | | | | |
| ۷ | | | | | | | | | | | | | | |
| ۸ | | | | | | | | | | | | | | |
| ۹ | | | | | | | | | | | | | | |
| ۱۰ | | | | | | | | | | | | | | |
| ۱۱ | | | | | | | | | | | | | | |
| ۱۲ | | | | | | | | | | | | | | |
| ۱۳ | | | | | | | | | | | | | | |
| ۱۴ | | | | | | | | | | | | | | |
| ۱۵ | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱۰ | ۱۱ | ۱۲ | ۱۳ | ۱۴ | ۱۵ |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱۰ | ۱۱ | ۱۲ | ۱۳ | ۱۴ | ۱۵ |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱۰ | ۱۱ | ۱۲ | ۱۳ | ۱۴ | ۱۵ |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱۰ | ۱۱ | ۱۲ | ۱۳ | ۱۴ | ۱۵ |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱۰ | ۱۱ | ۱۲ | ۱۳ | ۱۴ | ۱۵ |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱۰ | ۱۱ | ۱۲ | ۱۳ | ۱۴ | ۱۵ |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱۰ | ۱۱ | ۱۲ | ۱۳ | ۱۴ | ۱۵ |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱۰ | ۱۱ | ۱۲ | ۱۳ | ۱۴ | ۱۵ |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱۰ | ۱۱ | ۱۲ | ۱۳ | ۱۴ | ۱۵ |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱۰ | ۱۱ | ۱۲ | ۱۳ | ۱۴ | ۱۵ |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱۰ | ۱۱ | ۱۲ | ۱۳ | ۱۴ | ۱۵ |

۹۰۸۲ شماره ۹۰۸۲

۱۱- مخلوطی از دو یا چند عنصر با خواص فیزی - بی‌نظیر - سنگ آسیاب
 ۱۲- پرنده - آسیاب آشپزخانه
 ۱۳- قایق بزرگ موتوری - ترسو - مشغول
 ۱۴- داروی ضد عفونی زخم - مأمور گردآوری طلب‌های یک مؤسسه
 ۱۵- شعری مرکب از چهار مصراع - بادها - میوه تابستانی

جدول ۹۰۸۲

افقی:
 ۱- فاتح قلعه الموت - با میل خود آماده انجام کاری است
 ۲- نشانه مقعولی - بوییدن - نوعی میمون
 ۳- باعث و موجب - رشته باریک و دراز - اقتضا کردن
 ۴- رنگ سبز پرچم المپیک - نماد این قاره است - رهبر حزب نازی - مادر لر
 ۵- وضعیت دشوار - دارای جنبه غیرمادی - خرید و فروش
 ۶- عنوانی مخصوص امیران - تن پوش - قطع طریق
 ۷- یارده - آسان کردن - اصل و نسب
 ۸- آغشته به رنگ - از بین‌رفته - نویسنده رمان فلسفی کاندید
 ۹- سنگین - زره جنگاوران قدیم - زنده
 ۱۰- نقاشی روی شیشه - حرکتی در ژیمناستیک - ابزار روزگار پیری
 ۱۱- اثر چربی - غذای ظهر - صاف و مسطح کردن
 ۱۲- میمن آذری - انجام کاری بیش از یکبار - آهو
 ۱۳- باقیمانده - وسط - پودر
 ۱۴- وجود - نوعی ساز شبیه

سازدهنی - خاندان
 ۱۵- گناهکار - هافبک برزیلی تیم فوتبال منچستر یونایتد
 عمودی:
 ۱- داخل مکان زیارتی - اصل - نسب - طعم عروسی
 ۲- پس از اشکانیان به قدرت رسیدند - بدون معطلی
 ۳- معادل فارسی چپیس - شاعر برجسته آلمان که شنیفته شعر حافظ بود - مخفف بدر
 ۴- از ملزومات بهداشت فردی - آگهی تلویزیونی - پایبندی
 ۵- کافی - واحد مکالمات تلفنی - ینگه دنیایی
 ۶- کوه آتشفشانی ایتالیا - از شاگردان بوعلی سینا - تکرار یک حرف
 ۷- بخش زائد - آنگونه - صحرا
 ۸- رمانی از جوو مویز، نویسنده انگلیسی
 ۹- دنیا و آخرت - حلقه بین پیچ و مهره - بیماری رایج ماهیان آکواریومی
 ۱۰- مادر عرب - مسابقات حذفی در یک رشته ورزشی - نوعی پادام بوستناک

جدول اعداد | ۴۷۴۷

اعداد ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های سفید قرار دهید که هر رقم در سطرها، ستون‌ها و مربع‌های کوچک ۳ در ۳ یکبار دیده شود. پاسخ‌ها در ادامه آمده است.

سخت

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| ۱ | ۲ | ۵ | | | |
| ۹ | | | ۴ | | |
| | | ۶ | | | ۷ |
| | | | ۸ | ۳ | ۵ |
| ۱ | | | | | ۲ |
| | ۷ | ۴ | ۱ | | |
| ۸ | | | | ۹ | |
| | | ۲ | | | |
| | ۶ | ۴ | | | |

متوسط

| | | | | | | |
|---|--|---|---|---|---|---|
| | | ۵ | | ۹ | | ۳ |
| ۶ | | | ۲ | | | |
| ۴ | | | ۱ | ۶ | | ۹ |
| ۳ | | | | ۲ | | |
| | | ۵ | | | | ۶ |
| | | | | | ۷ | ۸ |
| | | | | ۳ | ۸ | ۹ |
| | | | | ۲ | | ۴ |
| | | ۹ | | | | |
| | | | | | ۳ | |
| | | ۱ | | ۵ | | |

ساده

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | ۱ | ۶ | ۴ |
| ۹ | ۷ | | | | ۵ |
| | | | | | ۲ |
| ۳ | | | ۹ | ۷ | |
| | | | | | ۱ |
| | ۴ | | | | ۹ |
| ۵ | | | ۱ | ۴ | |
| | | | | | ۶ |
| | ۲ | ۸ | | | |
| | | | | | ۱ |
| | | | | ۳ | ۷ |
| | | | | | ۶ |
| | ۱ | ۵ | | | |

سخت

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ |
| ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ |
| ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ |
| ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ |
| ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ |
| ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ |
| ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ |
| ۷ | ۸ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱ |
| ۸ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱ | ۲ |
| ۹ | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ | ۱ | ۲ | ۳ |

هلمشهری

شهرنگار

۹۹۷ مصوبه در ۹۹۷ روز

نگاهی به مهم‌ترین مصوبات شورای شهر ششم تهران تا امروز



عکس: همشهری/امیر پناهنده

مهم‌ترین اقدامات کمیسیون‌های تخصصی شورا در یک نگاه

در کمیسیون‌ها چه می‌گذرد؟

گزارش عملکرد ۶ کمیسیون شورای شهر تهران

صفحه ۱۶

مروری بر ۵ دوره پارلمان شهری به مناسبت ۹ اردیبهشت، روز شورا

شورای شهر تهران از گذشته تا کنون



صفحه ۱۴

امروز هیأت‌های امنای محلات در ۳۵۲ محله شهر تهران کار خود را آغاز می‌کنند

مدیریت شهر با مشورت معتمدان محله‌ها

جزئیات ساختار جدید هیأت‌های امنای محلات شهر تهران

صفحه ۱۴

یادداشت

علیرضا نادعلی: سخنگوی شورای اسلامی شهر تهران



جبران عقب‌ماندگی‌ها در دوره ششم مدیریت شهری

شورای اسلامی شهر تهران وظایف خود را در قالب ۶ کمیسیون، شامل ۴ کمیسیون مأموریتی، یک کمیسیون نظارتی و حقوقی و یک کمیسیون برنامه و بودجه انجام می‌دهد که ۴ کمیسیون مأموریتی در ششمین دوره شورا نیز مانند دوره گذشته، سیاستگذاری و نظارت بر عملکرد مدیریت شهری را بر عهده دارند. در خصوص عملکرد شورای شهر در ادوار مختلف، طبعاً فراز و فرودهایی وجود داشته و این عملکرد همواره یکسان نبوده است. این تفاوت گاهی متناسب با عملکرد مدیریت شهری متغیر بوده و گاهی نیز تحت تأثیر ترکیب اعضای شورا قرار داشته است.

یکی از ویژگی‌های مثبت شورای ششم این است که هم ترکیب اعضای آن و هم تجربه‌هایی که این اعضا حضور در بخش‌های مختلف مدیریت شهری داشته‌اند، کمک بزرگی به بازدهی آن کرده است. ویژگی دیگر شورای ششم، سستی‌ها و دشواری‌هایی بود که به واسطه شرایط شهر تهران، هنگام تحویل آن از دوره قبلی مدیریت شهری وجود داشته است؛ به‌ویژه در ۲ سال دوران همه‌گیری کرونا که روی بسیاری از مسائل شهر تأثیر گذاشته بود. در کنار این موضوع، مشکلات اقتصادی، عدم همکاری دولت‌ها با مدیریت شهری و شوراها و مواردی از این دست، میراثی بود که به شورای شهر ششم تهران رسید. در این دوره تلاش شد با انتخاب شهردار تهران به گونه‌ای عمل شود که با توجه به ارتباط خوب شهردار با رئیس محترم جمهوری و همچنین اعضای هیأت محترم دولت و حضور در جلسات کابینه، عقب‌ماندگی‌هایی که در حوزه‌های مختلف داشتیم جبران شود و کارها و مسائل مربوط به شهر پیش برود.

تمام این موارد در برنامه و بودجه ۳ ساله گذشته و همچنین در برنامه‌های توسعه مدیریت شهری که در این دوره نگاشته شد، دیده می‌شود. اولویت‌بندی نیز مبتنی بر مسائل و نیازهای شهر بود که از جمله آن گسترش و تقویت ناوگان حمل‌ونقل عمومی است. در واقع، این اولویت علاوه بر جبران فرسودگی بالا و کمبود ناوگان حمل‌ونقل عمومی که از دوره قبلی به جا مانده بود، با توجه به موارد مهمی چون آلودگی هوای شهر و ترافیک سنگین شهر در نظر گرفته شد. از سوی دیگر موارد مربوط به حمل‌ونقل عمومی از آن دست مواردی به شمار می‌رود که مردم آن را مطالبه می‌کردند و از طرف دیگر تأثیر آن بوضوح برای مردم قابل مشاهده است.

برطرف کردن مشکلات و جبران کمبودها و کاستی‌های شهر از جمله در همین بحث توسعه حمل‌ونقل عمومی، هر کدام مقدمات فراوانی داشته است. کارهایی وجود دارد که به‌اصطلاح زودبازده هستند و شاید هم ایجاد محبوبیت کنند، اما در چنین شرایطی مدیریت شهری راه سخت‌تر و طولانی‌تر و البته درست‌تر را برگزیده و به دنبال کارهایی رفته که برای شهر، منافع طولانی‌مدت را به دنبال داشته باشد. در این مسیر، موانع زیادی هم ایجاد شده و سنگ اندازی‌های فراوانی صورت گرفته است. بخشی از این موانع، ناشی از سیستم و روند بوروکراتیک حاکم بر کشور بود و بخشی هم به دشمنی و تقابل رقبای، دلال‌ها و مافیای حوزه‌های مختلف از جمله خودرو، زیاده و... بازمی‌گشت. هر کدام از اینها بدون اینکه به منافع مردم و شهر توجهی داشته باشند، به‌نحوی تلاش می‌کردند اهداف و برنامه‌های مدیریت شهری در کمترین و ضعیف‌ترین حالت ممکن محقق شود و حتی اگر امکان داشت اتفاق نیفتد.

در این سال آخر شورای اسلامی شهر تهران و مدیریت شهری برآمده از آن، اگر خداوند عنایت کند و نتایج کار به ثمر بنشیند و روی زمین بیاید و مردم منتفع شوند، هم خستگی چند ساله ما رفع خواهد شد و هم احساس امید بیشتری در بین مردم و جامعه پدیدار خواهد شد.

نگاه

پرویز سروری: نایب‌رئیس شورای شهر تهران



هیأت‌های امنای محلات تبلور نظام مردم‌سالاری دینی

نفوذ و مشارکت مردم در حوزه‌های تصمیم‌سازی و تصمیم‌گیری، متفاوت از آنچه امروز در دنیا صورت می‌گیرد، در ایران تحت عنوان مردم‌سالاری دینی شکل گرفته است؛ یعنی جایی که بین دیانت و مشارکت تلفیق زیبایی ایجاد می‌شود و می‌توان گفت که این مدل در بحث مشارکت‌های اجتماعی تا قبل از وقوع انقلاب اسلامی، اگر بی‌نظیر نباشد، حداقل کم‌نظیر است. این موضوع به این دلیل برای جامعه انقلابی ما حائز اهمیت است که کشور ما یک کشور مردم‌پایه است و طبیعتاً مشارکت و حضور مردم در عرصه‌های مختلف تصمیم‌سازی، تعیین‌کنندگی بسیار بالایی دارد.

همانطور که در عمر جمهوری اسلامی، پیوسته مانایی، بقا و حرکت پیش‌برنده خود را در جلوه‌های حضور مردم به نمایش گذاشته و در همه بن‌بست‌هایی که از سوی دشمنان القا می‌شد، این مردم بودند که آمدند و گشایش ایجاد کردند و جمهوری اسلامی را به جلو بردند. از این نظر این موضوع بسیار مهم است که ما چطور می‌توانیم نقاط ضعف مدل موجود را برطرف کنیم و تلاش کنیم زمینه حضور و ورود مردم را به همه حوزه‌های تعیین‌کننده نظام شکل دهیم. انتخابات گسترده‌ای که در جمهوری اسلامی انجام می‌شود از این دست است اما به اعتقاد من در میدان عمل، این شوراها هستند که از سطح روستا تا بالاترین سطح کشور یعنی بخش‌ها، شهرها، شهرستان‌ها و استان‌ها به مشارکت مردم شکل می‌دهند و به‌نوعی مردم را در همه حوزه‌ها دخیل می‌کنند. ما باید اما اشکالاتی که در این قانون شوراها وجود دارد را آسیب‌شناسی کنیم. به‌صورت قاطعی می‌توان گفت این قانون به‌دلیل بعضی اشکالاتی که در آن وجود دارد نتوانسته ظرفیت حضور مردم را به‌طور کامل تبلور بخشد. شفافیت در آرای نمایندگان شوراها در جلوگیری از آسیب‌هایی که امروز نظام شورایی کشور با آن مواجه است، مؤثر خواهد بود. اگر بتوانیم به‌عنوان یک مطالبه‌گر جدی، شفافیت آرای نمایندگان را در حوزه‌های مختلف به‌ویژه در انتخاب شهردار و هیأت‌رئیس و همچنین مصوباتی که شوراها دارند اجرایی کنیم، بسیاری از ناهنجاری‌ها و آسیب‌هایی که امروز وجود دارد، برطرف خواهد شد.

امروز روز مهمی برای تهران است؛ از این نظر که هیأت‌های امنای محلات تهران به نوعی افتتاح می‌شود و تمام محلات به طریقی در اختیار نمایندگان حقیقی و حقوقی مردم قرار می‌گیرند. آغاز شوراها کشور به‌ویژه شورای تهران با تولد شورایی‌ها شکل گرفت و به اعتقاد من نظامنامه محلات، نقطه تکاملی شورایی‌هاست؛ از این نظر که هم نهادها و سازمان‌های مرتبط با موضوع خدمات محلات را درگیر می‌کند و هم کسانی که از دل نمایندگان مردم جوشیده‌اند و به‌نوعی، تکامل یافته شورایی‌ها در مدیریت محلات قرار می‌گیرند. این تلفیق، تلفیق مبارکی است که هم حضور نمایندگان مردم و هم حضور نمایندگان نهادها و سازمان‌های ذیربط و ذی‌نفع در شهر، در هیأت‌های محلات میسر می‌شود. به این شکل که هیأت‌های امنای محلات شهر، کاملاً در نیازهای روز مردم تنیده می‌شود و از مراکز که باید خدمات‌دهی به مردم انجام دهند مثل کانون‌های، آموزش و پرورش، بهداشت، سمن‌ها، هیأت‌ها و مساجد گرفته تا سازمان‌ها و نهادهای حقوقی، نمایندگانی در این شوراها دارند که می‌توانند با تعامل میان خود، بیشترین هم‌فرازی را در خدمت به مردم داشته باشند. قطعاً ما این اقدام را آخرین اقدام نمی‌دانیم و در حرکتی جدید نظامنامه محلات را در آینده نزدیک آسیب‌شناسی خواهیم کرد و تلاش می‌کنیم که هر روز بهتر از دیروز مردم را در شکل‌گیری خدمات مناسب‌تر سهم کنیم.

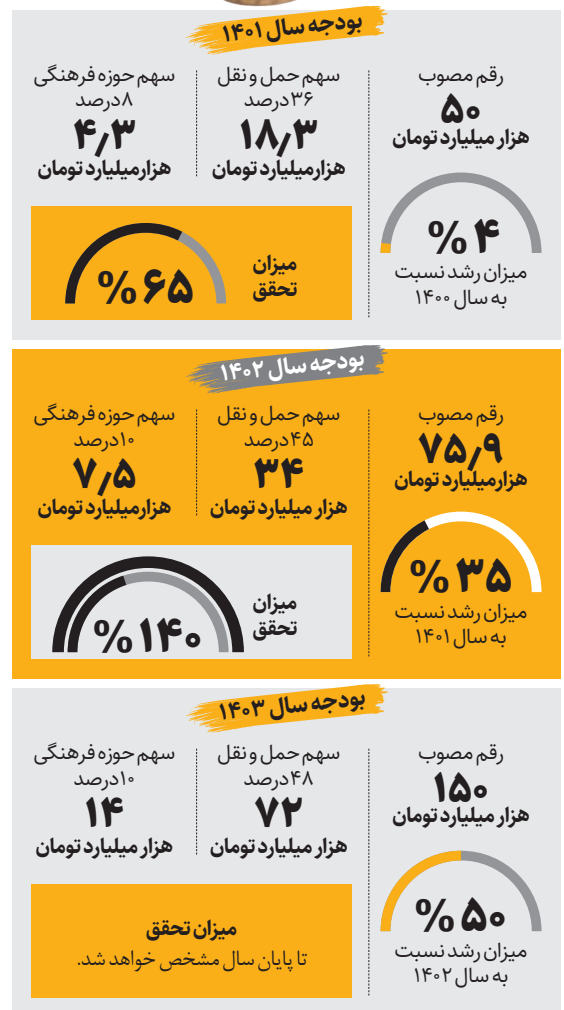
شهرداری هم به‌نوعی ظرفیت‌های خود را به محلات منتقل می‌کند تا محلات بتوانند خدمات را از ظاهر شهر به باطن شهر بیاورند. اینکه امروز می‌بینید چند هزار پروژه محلات شکل می‌گیرد به دلیل وجود نمایندگان مردم و افراد مؤثر محلات در شورایی‌ها بوده و با تشکیل هیأت‌های امنای محلات شاهد گامی جدی در جهت شکل‌گیری نظام جدید مردم‌سالاری دینی خواهیم بود.

داده‌نما

سیدمحمد فخار؛ روزنامه‌نگار

روند رو به رشد بودجه تهران

بودجه شهرداری تهران از جمله مهم‌ترین لوايح برای مدیریت شهری است که هم از سوی شهرداری و هم از سوی شورای شهر با جدیت و کارشناسی تهیه، بررسی و تصویب می‌شود. در این میان شورای شهر نقش بی‌بدیلی در تصویب بودجه‌های سالانه دارد. تطابق منابع و درآمدها با مصارف و هزینه‌ها مهم‌ترین نقشه راهی است که شورای شهر ششم برای آن تلاش کرده و در ۳ لایحه بودجه سالانه به آن پرداخته است.



گزارش تصویری

عکس‌ها: همشهری/محمد عباس‌نژاد

مردم در صحن شورای شهر

۲۵ سال پیش در چنین روزی (۹ اردیبهشت‌ماه) با صدور پیام ویژه‌ای از سوی رهبر معظم انقلاب اسلامی، فعالیت شوراهای اسلامی شهر و روستا آغاز شد و طی ۲۵ دهه گذشته، سیاستگذاری‌های این نهاد مردمی، نقش مؤثری در کاهش مشکلات اقشار مختلف مردم داشته است. نماهایی از حضور اقشار مختلف و بعضاً موفق که مورد حمایت پارلمان شهری هستند در صحن شورای اسلامی شهر تهران دوره ششم را شاهد هستید.



6 260641 200359 >



6 260641 200014 >

مدیریت شهر با مشورت معتمدان محله‌ها

امروز هیأت‌های امنای محلات در ۳۵۲ محله شهر تهران کار خود را آغاز می‌کنند

شورایاری یک نهاد مردمی و محلی بود که در آخرین سال دهه ۷۰ به منظور استفاده از قدرت و توان مردم در بهبود کیفیت زندگی شهری فعالیت خود را آغاز کرد. نخستین دوره انتخابات شورایاری‌ها در سال ۱۳۷۹ برگزار شد و آخرین دوره هم در مرداد ۱۳۹۸ با کاندیدا شدن ۱۲ هزار نفر و مشارکت حدود ۵۱۰ هزار تهرانی به پایان رسید. اکنون پس از چند سال وقفه با پیگیری‌های اعضای دوره ششم شورای شهر، این نهاد قرار است تحت عنوان معتمدان محله‌ها فعالیت خود را آغاز کند.

دلیل به پایان رسیدن شورایاری‌ها

شورایاران معتمدان مردم و امین مدیران شهری بودند و از طریق این پل ارتباطی، مسائل شهری بهتر پیگیری و در اسرع وقت حل می‌شدند. ماه‌های ابتدایی سال ۹۹ بود که با رأی هیأت عمومی دیوان عدالت اداری، انتخابات شورایاری محلات شهر تهران مغایر با قانون شناخته و برگزاری آن برای دوره‌های بعدی منتهی شد. نقطه شروع ماجرا با شکایت سازمان بازرسی کل کشور و درخواست ابطال مصوبات هیأت وزیران و شورای اسلامی شهر تهران در خصوص برگزاری انتخابات شورایاری شروع شد که در نهایت به لغت مغایرت با قانون، رأی به ابطال مقررات مربوط به برگزاری انتخابات شورایاری دادند و به این ترتیب برگزاری انتخابات شورایاری‌ها فاقد مجوز و مبنای قانونی شناخته شد.

راه‌حل شورای شهر ششم

پس از شروع به کار دوره ششم شورای شهر، اعضای جدید تصمیم گرفتند تا راه‌حلی برای عدم حذف مشارکت محله‌ها پیدا کنند. شورای شهر مسئول یافتن راه‌حل شدند و در گام اول به بررسی و نقد کارشناسی مدیریت محله پرداختند که در نهایت به نظام‌نامه مدیریت محله دست یافتند. رئیس شورای شهر در همان زمان تا رابطه با ابهامات قانونی این ساختار، آب پاکی را بر دستان منتقدان ریخت و اعلام کرد که «ما قانون اساسی را رعایت می‌کنیم، اما چشم و گوش بسته هم نیستیم، ما به دنبال برگزاری انتخابات عمومی نیستیم و بر اساس ماده نهم یا دهم قانون شوراها که به تشکیل اجتماعات محله‌های اشاره شده است، عمل می‌کنیم». یکی از وظایف معتمدان محله‌ها کمک به شورای شهر است تا بسیاری از موضوعاتی را که در دل محله‌ها وجود دارد به اعضای شورا منتقل کنند؛ چرا که قطعا در توان ۲۱ عضو شورای شهر نیست که به همه موضوعات موجود در دل ۳۵۲ محله شهر تهران رسیدگی کنند. مدیریت شهری به لحاظ مالی طرح و برنامه‌های معتمدان محله‌ها را تسهیل و حمایت می‌کند.

جزئیات ساختار جدید

آخرین روزهای اسفند سال گذشته بود که همایش آغاز به کار معتمدان شورای شهر در ترکیب هیأت‌های امنای محلات شهر کار خود را آغاز کرد تا شروعی دوباره برای این ساختار رقم بخورد. بستر فعالیت این نهاد با حمایت قانونی شورای شهر مهیا شد تا مشورت اهالی محله‌ها برای ایجاد تغییرات شایسته در شهر استفاده شود. علیرضا زاکانی، شهردار تهران در همایش آغاز به کار معتمدان شورای شهر و در توضیح ساختار پیش‌بینی شده برای اثرگذاری هیأت‌های امنای محلات اعلام کرده بود: «مدیر محله توسط هیأت‌های امنای انتخاب می‌شود و ذیل آن ۱۰ خانه و به‌دلیل آن ۱۰ کانکس جهادی در متن جامعه بر محور مساجد و در ارتباط با مدارس و خانواده شکل می‌گیرد. هر یک از مناطق و محله‌های تهران، ظرفیت‌های متعددی در بخش‌های مختلف دارند و با تشکیل هیأت‌ها، علاوه بر تعریف رویکردها، قهرمان‌ها و استعدادهای شهر شناسایی و معرفی خواهند شد».

در ساختار جدید قرار است که شورایاران در هیأت‌ها حضور داشته باشند؛ چرا که شورایاران دارای سابقه اجرایی هستند. در همین راستا اولویت اول انتخاب از بین شورایاران سابق است و قرار بر این شده که اگر این افراد نبودند، از افراد مورد تأیید شورای شهر انتخاب شوند. همچنین در هیأت‌های امنای محلات همه اعضا حق رأی دارند و می‌توانند کاندیدای ریاست هیأت‌ها شوند. برای دریافت این حق رأی، رئیس شورا پیگیری‌های لازم را در هیأت تطبیق فرمانداری انجام داده است.

آغازی دوباره برای معتمدان محله‌ها

پیرو تصویب (نظام‌نامه مشارکت محله‌های شهروندان در مدیریت شهری) توسط شورا، مدیریت شهری مصمم به اجرای این مصوبه و تشکیل هیأت‌های امنای محلات شد. پس از تشکیل ستاد سیاستگذاری و راهبری این نهاد مطابق مصوبه، برگزاری جلسات متعدد و هم‌زمان با گرم‌شدن کار، مقرر شد تا یکشنبه (۹ اردیبهشت‌ماه) هم‌زمان با گرم‌شدن کار و شروع سالورز تشکیل شوراهای سراسر کشور که به روز شوراها نامگذاری شده در جلسه رسمی شورای شهر هیأت‌های امنای محلات در ۳۵۲ محله پایتخت آغاز به کار کنند.

این هیأت‌ها همانند ۳۵۲ محله از پایتخت و با حضور ۷۳۵۰ نفر از معتمدان در مسیر جدیدی گام خواهد برداشت و می‌توانند زمینه همکاری مشترک شهروندان و مدیران شهری را بیش از پیش مهیا کنند. اعضای این هیأت‌ها متشکل از نمایندگان سازمان‌های مردم‌نهاد، تشکلات هیأت‌های جهادی، معتمدان محله، نخبگان، گروه‌های جهادی، نمایندگان هیأت‌های مذهبی و قرآنی، حوزه‌های علمیه، نمایندگان کلاترزی، مدارس، مجموعه‌های ورزشی، بانوان فعال، انجمن‌های، پایگاه‌های بسیج محله و معتمدان شورای شهر تهران است. به گفته مهدی چمران، رئیس شورای شهر «تشکیل نخستین جلسه، آن هم هم‌زمان با روز شوراها، فرصتی مغتنم برای آشنایی و تبادل اطلاعات بی‌رمان چالش‌ها و فرصت‌های موجود محله‌ها خواهد بود و موضوع انتخاب ارکان هیأت‌ها، تعیین اولویت‌ها و برنامه‌های آتی در راستای ارتقای سطح کیفی زندگی، ایجاد هم‌افزایی و همکاری بین اعضا و ساکنان محله‌ها و سایر نهادهای ذیربط از مهم‌ترین محورهای این جلسات به‌شمار می‌رود».

آغاز به کار رسمی هیأت‌های امنای ۳۵۲ محله تهران، مسیری نو را در زمینه مدیریت مشترک شهر با نقش‌آفرینی پایتخت‌نشینان و مدیران شهری مهیا می‌کند.

شروع به کار هیأت‌های امنای محلات شهر تهران

علیرضا نادعلی، سخنگوی شورای اسلامی شهر تهران: بررسی گزارش معاون حمل‌ونقل و ترافیک شهردار تهران، مهم‌ترین دستور جلسه امروز شورا است. شروع به کار هیأت‌های امنای محلات شهر تهران با حضور شهردار به صورت برخط نیز از دیگر برنامه‌های این جلسه است.



معرفی جاذبه‌های گردشگری تهران

پرویز سروری، نایب رئیس شورای اسلامی شهر تهران: تهران ظرفیت‌های گردشگری و جاذبه‌های بسیاری دارد. یکبار این ظرفیت‌ها معرفی و اعلام شد، اما به نظر می‌رسد نیاز داریم که هر ساله برای گردشگرانی که به تهران سفر می‌کنند و یا حتی خود شهروندان تهرانی، این ظرفیت‌ها و جاذبه‌های گردشگری را معرفی کنیم.



شورای شهر تهران از گذشته تاکنون

مروری بر ۵ دوره پارلمان شهری به مناسبت ۹ اردیبهشت، روز شورا



شوراها، مجلس شورای اسلامی، شورای استان، شهرستان، شهر، محله، بخش و روستا از ارکان تصمیم‌گیری و اداره امور کشور هستند. نخستین قانون شوراهای اسلامی کشور سال ۱۳۶۱ در مجلس شورای اسلامی تصویب شد و پس از آن این قانون در ۵ نوبت دستخوش تغییرات و اصلاحاتی قرار گرفت و نهایتاً آخرین اصلاح آن سال ۱۳۷۴ در پنجمین دوره مجلس شورای اسلامی صورت گرفت. اکنون دقیقاً

گزارش زینب زینالزاده روزنامه‌نگار

شوراهای شهر و روستا در قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران نقش پررنگی دارند و اصل هفتم قانون اساسی به صراحت اعلام می‌دارد که طبق دستور قرآن کریم «و امر هم شوروی بینیم» و «شاور هم فی الامر»

۲۵ سال از فعالیت رسمی شوراهای می‌گذرد و گرچه این نهاد به دلیل چالش‌های مختلف بعد از انقلاب و آغاز جنگ تحمیلی تا آخری ۲۰ ساله با به عرصه ظهور گذاشت، اما حالا به نهادی مؤثر و قابل اتکا در ساختار تقنینی (رویدادی) که منجر به تصویب قانونی شده و نظارتی و اداری و اجرایی کشور تبدیل شده و قطعاً با آسیب‌شناسی دقیق و پرداختن به نقاط ضعف و قوت آن می‌توان به ارتقای این نهاد مردمی نیز

کمک کرد. مدیریت شهری (شورا و شهرداری) تلاش می‌کنند تا از طریق هم‌افزایی، مسائل شهر و مطالبات شهروندان را به صورت یکبار چه پیگیری کنند تا تهران به شهر سرزنده و پویا با شهروندانی شاد تبدیل شود. شورای شهر تهران ۵ دوره را پشت سر گذاشته و امروز (۹ اردیبهشت) به مناسبت روز شوراها، فرصتی پیش آمد تا مروری بر شوراهای گذشته تا امروز و مهم‌ترین اقدامات صورت گرفته آنها داشته باشیم.

دوره اول؛ ۱۳۷۸ تا ۱۳۸۱

دوم خرداد سال ۷۸ انتخابات نخستین دوره شورای شهر تهران برگزار شد. عبدالله نوری، رحمت‌الله خسروی، محمد عطر بانفر و عباس دوزدوزانی، مسئولیت ریاست شورا در این دوره را به عهده داشتند. مرتضی الویری در این دوره به‌عنوان شهردار انتخاب و حدود ۲۰ سال این مسئولیت را به‌عهده داشت. پس از استعفای الویری، محمد حقانی به‌عنوان سرپرست شهرداری تهران تعیین شد و سپس ملک مدنی، سکان تهران را به‌دست گرفت. اختلاف بین شهردار و شورا سبب برکناری ملک مدنی شد و به دلیل وجود تنش‌های متعدد در بدنه مدیریت شهری و به‌رغم تشکیل چندین جلسه هیأت حل اختلاف، شورای دوره اول قبل از اتمام دوره منحل شد و محمدحسین مقیمی از طرف وزیر کشور به‌عنوان سرپرست شهرداری تهران منصوب شد.

دوره دوم؛ ۱۳۸۲ تا ۱۳۸۶

انتخابات دومین دوره شورای شهر تهران، ۱۹ اسفند سال ۸۱ برگزار و عملاً سال ۸۲ فعالیت این دوره آغاز شد. مهدی چمران در این دوره رئیس شورا و محمود احمدی‌نژاد به‌عنوان شهردار تهران انتخاب شد. پس از آنکه شهردار برای حضور در انتخابات ریاست‌جمهوری، کاندیدا و به‌عنوان رئیس‌جمهور انتخاب شد، علی سعیدلو به مدت کوتاهی سرپرست شهرداری تهران شد و در ادامه، شهرپور سال ۸۴ تا ۸۶ محمدباقر قالیباف، سکان تهران را به‌دست گرفت.

دوره سوم؛ ۱۳۸۶ تا ۱۳۹۲

انتخابات شورای سوم ۲۴ آذر سال ۱۳۸۵ برگزار شد، اما اعضای پارلمان شهری از سال ۸۶ فعالیت خود را آغاز کردند. در این دوره هم مهدی چمران به‌عنوان رئیس شورا انتخاب شد. نکته قابل تامل در دوره سوم شوراها، هم‌زمانی انتخابات شوراها با ریاست‌جمهوری بود که سبب افزایش ۲۵ سال عمر شورا و شهرداری شد و دوره سوم ۶ ساله بود.



دوره چهارم؛ ۱۳۹۲ تا ۱۳۹۶

انتخابات چهارمین دوره شورای شهر تهران ۲۴ خرداد سال ۹۲ برگزار شد که سال اول احمد مسجدجامعی و ۳ سال دیگر مهدی چمران، ریاست شورا را بر عهده داشتند. در این دوره هم محمدباقر قالیباف برای اعضای شورا به‌عنوان شهردار انتخاب شد.

دوره پنجم؛ ۱۳۹۶ تا ۱۴۰۰

انتخابات دوره پنجم شورا، خرداد سال ۱۳۹۶ برگزار شد و بار دیگر اصلاح‌طلبان به‌طور کامل و لیستی، تمامی کرسی‌های این دوره شورا را از آن خود کردند و محسن هاشمی، ریاست شورا را به‌عهده داشت. در این دوره هم حواشی زیادی برای انتخاب شهردار تهران ایجاد و ابتدا مصطفی سلیمی به‌عنوان سرپرست انتخاب شد که عمر این مسئولیت یک روز بود و سپس محمدعلی نجفی، شهردار تهران شد. پس از استعفای نجفی، برای مدت کوتاهی سمیع‌الله حسینی مکارم، سرپرستی و در نهایت هم سیدمحمدعلی افشاری سکان پایتخت را به‌دست گرفت. افشاری به دلیل اجرای قانون منع به‌کارگیری بازنشستگان مجبور به کناره‌گیری از شهرداری تهران شد و سپس اعضای شورا پیروز حناچی را به‌عنوان شهردار تهران انتخاب کردند.

دوره ششم؛ ۱۴۰۰ تا ۱۴۰۴

انتخابات ششمین دوره شورای شهر تهران ۲۸ خرداد ۱۴۰۰ برگزار و ۲۱ عضو منتخب مردم به پارلمان شهری راه یافتند. در این دوره مهدی چمران، ریاست شورا را به‌عهده گرفت و تاکنون ۲ سال از عمر این شورا می‌گذرد. علیرضا زاکانی، شهردار منتخب دوره ششم است.

۶ دوره فعالیت شوراها

| دوره اول | دوره دوم | دوره سوم | دوره چهارم | دوره پنجم | دوره ششم |
|--------------------|---------------------|-------------------|---|--|--|
| ۱۳۷۸ تا ۱۳۸۱ | ۱۳۸۲ تا ۱۳۸۶ | ۱۳۸۶ تا ۱۳۹۲ | ۱۳۹۲ تا ۱۳۹۶ | ۱۳۹۶ تا ۱۴۰۰ | ۱۴۰۰ تا ۱۴۰۴ |
| ۱۳۴ طرح و ۹۲ لایحه | ۱۱۸ طرح و ۱۰۹ لایحه | ۵۰ طرح و ۷۴ لایحه | ۴۳ درصد باغ‌ها ۶ درصد نامگذاری ۱۸ درصد تعیین و انتخاب افراد ۴ درصد نظارت مالی ۲۹ درصد نظارت عمومی | ۵۰ طرح و ۱۰۲ لایحه ۵۳ درصد باغ‌ها ۲ درصد نامگذاری ۱۳ درصد تعیین و انتخاب افراد ۱۱ درصد نظارت مالی ۲۱ درصد نظارت عمومی | ۳۱ درصد باغ‌ها ۳۰ درصد نامگذاری ۱۰ درصد تعیین و انتخاب افراد ۱ درصد نظارت مالی ۲۸ درصد نظارت عمومی |

وضعیت منتخبان پارلمان شهری

| | |
|------------------------|-------------------|
| دوره اول تا سوم | دوره چهارم |
| ۱۵ عضو اصلی | ۳۱ عضو اصلی |
| ۶ عضو علی‌البدل | ۱۲ عضو علی‌البدل |

انواع مصوبات

| | | | |
|------------------------|-------------------|------------------|------------------|
| دوره اول تا سوم | دوره چهارم | دوره پنجم | دوره ششم |
| ۲۱ عضو اصلی | ۲۱ عضو اصلی | ۲۱ عضو اصلی | ۱۱ عضو اصلی |
| ۱۲ عضو علی‌البدل | ۱۲ عضو علی‌البدل | ۱۲ عضو علی‌البدل | ۱۱ عضو علی‌البدل |

اهم وظایف شورا در شهر

- انتخاب شهردار برای ۴ سال
- نظارت بر حسن اداره و حفظ سرمایه و دارایی‌ها
- تصویب بودجه، اصلاح و متمم بودجه و تفریح بودجه
- تصویب لوایح برقراری یا لغو عوارض شهر
- تصویب نامگذاری یا تغییر نام معابر
- تصویب نرخ کرایه وسایل نقلیه درون‌شهری
- بررسی و تأیید طرح‌های هادی و جامع شهرسازی
- بررسی و شناخت کمبودها، نیازها و نارسایی‌ها در زمینه‌های مختلف
- تشویق مردم برای گسترش مراکز تفریحی، ورزشی و فرهنگی

خروج از بلا تکلیفی بعد از ۳ دهه
 جعفر بندی شریانی، عضو شورای اسلامی شهر تهران: طرح محله نقرآباد در منطقه ۲۰ بعد از گذشت ۳۰ سال و طرح توسعه حرم عبدالعظیم حسنی بعد از ۱۴ سال در کمیسیون ماده ۵ با پیگیری های شورای ششم شهر تهران به تصویب رسید.



تصویب طرح توسعه ای شهرک نیایش (اسلام آباد) پس از ۴ دهه
 زهرا شمس احسان، عضو شورای اسلامی شهر تهران: طرح توسعه ای شهرک نیایش (اسلام آباد) از جمله مطالبات ساکنان قدیمی این محدوده بود که با پیگیری های صورت گرفته و جلسات متعدد با معتمدین محله پس از ۴ دهه در کمیسیون ماده ۵ به تصویب رسید.



۹۹۷ مصوبه در ۹۹۷ روز

نگاهی به مهم ترین مصوبات شورای شهر ششم تهران تا امروز



شورا
 سید محمد فخار
 روزنامه نگار

۹۹۷ روز از آغاز به کار مدیریت شهری ششم تهران می گذرد. طی این دوره شورای اسلامی شهر و شهرداری تهران هر یک با تکیه بر توان و برنامه ای که برای پیشبرد اهداف خود داشتند، مسیر خدمت رسانی را طی کردند و حالا در آستانه هزارمین روز آغاز به کار، کارنامه ای مشخص از خود به جا گذاشته اند. گزارش داده نمای پیش رو به بررسی مهم ترین مصوبات پارلمان شهری تهران در حوزه های مختلف می پردازد.

داده‌ها

ویژگی های کلی
 مصوبات دوره ششم شورای شهر تهران

- رویکرد حفظ سرمایه های شهر در مصوبات
- افزایش نظارت مالی با به روز رسانی حسابداری ها
- اهتمام جدی در حل مشکلات اولویت دار پایتخت - حمل و نقل عمومی
- خروج از مسیر سیاست گذاری صرف
- توجه به روند اجرای مصوبات در حوزه نظارت
- بودجه ریزی عملیاتی بر اساس مشارکت مردمی (طرح من شهردارم یک و دو)

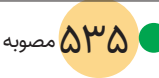
تعداد مصوبات کلی
 شورای شهر ششم تا ۲۵ فروردین



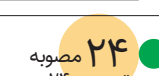
محور مصوبات شورای شهر ششم

- ۱ عمومی
- ۲ باغات
- ۳ نامگذاری
- ۴ تعیین و انتخاب
- ۵ اساسنامه

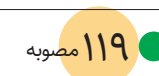
مصوبات شورای شهر ششم درباره باغات



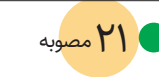
مصوبات شورای شهر ششم درباره نامگذاری معابر



مصوبات شورای شهر ششم درباره حسابداری



مصوبات درباره اساسنامه شرکت های شهرداری



تعداد معابر تعیین نام یافته در شورای شهر ششم



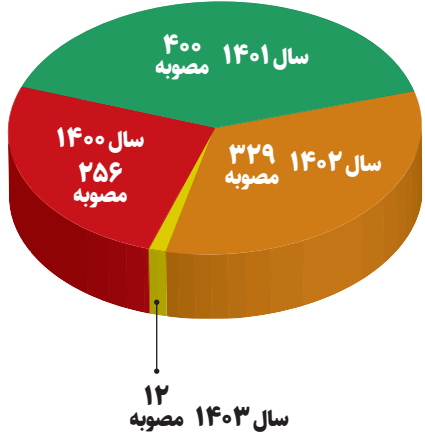
مصوبات عمومی شورای شهر ششم



موضوعات عمومی مصوبات شورای شهر ششم

- شهرسازی
- اجتماعی و فرهنگی
- حمل و نقل و ترافیک
- خدمات شهری
- محاسبات اداری
- فنی و عمران
- اراضی و املاک
- انتخاب
- تشکیلات
- ارتباطات و فناوری

تعداد مصوبات شورای شهر از سال ۱۴۰۰ تا کنون



جلسه شماره ۳۰
الزام شهرداری تهران به انتقال نمایندگان بین المللی به مجموعه نمایشگاه شهرآفتاب

۲۱ آذر ۱۴۰۳
 شهرداری تهران مکلف شد نسبت به تکمیل طرح جامع نمایشگاه شهر آفتاب با اولویت تکمیل سالن های نمایشگاهی تا انتهای ۱۴۰۴ اقدام کند. همچنین شهرداری تهران باید اعتبارات مورد نیاز برای تکمیل جامع نمایشگاه شهر آفتاب را در قالب بودجه ارائه کند.

جلسه شماره ۱۹
بهبود وضعیت حمل و نقل با بازگشایی مدارس در شرایط کاهش شیوع کرونا

۱۹ آبان ۱۴۰۳
 شهرداری تهران موظف شد ضمن رعایت مصوبه برنامه عملیاتی ایمنی حمل و نقل دانش آموزان، برنامه کاهش سرفاصله زمانی قطارهای مترو در کلیه خطوط و افزایش تعداد ناوگان اتوبوسرانی را در حمل و نقل تهران بهبود بخشد.

جلسه شماره ۱۲
مجاز انتشار اوراق مالی اسلامی (اوراق مشارکت) برای بازآفرینی محدوده پیرامونی حرم حضرت عبدالعظیم حسنی (ع) در محله تاریخی نقرآباد

۲۳ شهریور ۱۴۰۳
 به شهرداری تهران اجازه داده شد با هماهنگی وزارت کشور و با رعایت کلیه قوانین و مقررات مربوط نسبت به انتشار اوراق مالی اسلامی (اوراق مشارکت) تا سقف مبلغ ۵ هزار و ۵۰۰ میلیارد ریال برای بازآفرینی محدوده پیرامون حضرت عبدالعظیم حسنی (ع) اقدام کند.

جلسه شماره ۲
الزام تهیه سند تحویل و تحول شهر و شهرداری تهران

۱۹ مرداد ۱۴۰۳
 شهرداری تهران موظف شد ظرف مدت حداکثر ۲ ماه از تاریخ تصویب این مصوبه نسبت به تهیه سند دقیق اقدام کند.

جلسه شماره ۷۸
طرح توسعه، ساماندهی و تسهیل ساخت جایگاه های سوخت رسانی در شهر تهران با اولویت جایگاه های کوچک مقیاس

۲۶ تیر ۱۴۰۳
 شهرداری تهران موظف شد به منظور راه اندازی و توسعه جایگاه های سوخت رسانی در محدوده شهر تهران به نحوی عمل کند که تعداد جایگاه های سوخت رسانی بنزین و CNG کوچک مقیاس در شهر افزایش یابد.

جلسه شماره ۷۶
نظام نامه مشارکت محله ای شهروندان با مدیریت شهری

۱۴ آذر ۱۴۰۳
 تعیین راهبردها و سیاست ها، نقش ارکان مدیریت محله در سطوح مختلف سیاست گذاری، راهبری، نظارت و اجرا، البته شورای شهر سیاست گذار و ناظر خواهد بود. از دیگر ویژگی های آن ایجاد تعامل و هم افزایی نهادها و سازمان های عمومی دولتی و مردمی ارائه کننده خدمات به شهروندان در مقیاس محله ای است.

جلسه شماره ۵۹
اصلاح ساختار شهرداری تهران

۳۰ فروردین ۱۴۰۳
 به موجب این مصوبه به شهرداری تهران اجازه داده شد سازمان فناوری های نوین و نوآور شهری را زیر نظر شهرداری تهران و با استفاده از ظرفیت های تشکیلاتی و نیروی انسانی موجود شهرداری و جابه جایی آنها ایجاد کند.

جلسه شماره ۵۶
الزام شهرداری تهران به ساماندهی و تقویت نقش فرهنگی و گردشگری و انقلاب اسلامی در میدان آزادی

۱۶ آذر ۱۴۰۳
 شهرداری تهران موظف شد نسبت به انجام مطالعات و تهیه طرح ساماندهی میدان آزادی و محدوده بلافاصله پیرامون آن با هماهنگی و همکاری دستگاه های ذی ربط اقدام کند.

جلسه شماره ۱۲۸
تصویب نظام مند عوارض مشاغل (دائم و موقت) شهر تهران برای نخستین بار

۱۸ تیر ۱۴۰۳
 شورای شهر به شهرداری تهران اجازه داد عوارض بر مشاغل شهر تهران را اصلاح و طبق قانون درآمد پایدار و هزینه های شهرداری ها و دهیاری ها اجرایی کند. اهمیت این قانون این بود که عوارض مشاغل تهران برای نخستین بار ضابطه مند شد.

جلسه شماره ۱۰۴
الزام شهرداری تهران به ارائه لایحه برنامه عملیاتی احیا و مدیریت بازچرخانی آب

۱۸ آبان ۱۴۰۳
 شهرداری تهران موظف شد در راستای بهینه سازی مصرف و تامین نیاز آبی در حوزه های عملکردی خود به ویژه خدمات شهری و فضای سبز با تکیه بر متولی واحد برای مدیریت بهینه، برنامه عملیاتی احیا و مدیریت بازچرخانی آب را اجرایی کند.

جلسه شماره ۹۲
اختصاص ۴۰۰ میلیارد تومان برای تامین قطعات مترو تهران

۲۹ شهریور ۱۴۰۳
 شورای شهر به شهرداری تهران مجوز داد برای انجام معاملات مربوط به خرید قطعات یکدی و تعمیرات اساسی (اورال) تجهیزات ثابت و متحرک مترو تهران تا ۴ هزار میلیارد تومان هزینه کند.

جلسه شماره ۸۳
جریمه ۱۱۷ میلیارد تومانی خشکاندن درختان خیابان ولی عصر (عج)

۹ مرداد ۱۴۰۳
 در پی خشکاندن ۱۳۰۰ درخت قدیمی خیابان ولی عصر (عج) محدوده پیرامون توسط مالک یک ساختمان نوساز، با نظر اعضای شورای شهر تهران جریمه سنگین برای فرد سوجدو تعیین و موضوع به کمیسیون ماده ۷۵ و مراجع قضایی ارجاع شد تا شورای شهر جریمه ۱۱۷ میلیارد تومانی فرد مجرم را اعلام کند.

جلسه شماره ۲۰۶
الزام شهرداری تهران به ارتقای ایمنی معابر و عرصه های عمومی شهر تهران

۱۸ دی ۱۴۰۲
 شهرداری تهران موظف شد در راستای تامین حقوق عامه شهروندی، نظم عمومی در تردد و ایمنی پیاده راه ها و شبکه معابر شهر تهران در حوزه های مختلف عملکردی شهرداری در عرصه های عمومی با همکاری دستگاه های اجرایی ذی ربط و سازمان ها اقدام کند. این نخستین قانون شهری در این راستاست.

جلسه شماره ۲۰۵
مجاز انجام معامله ۷ فقره املاک متعلق به شهرداری تهران

۲۱ دی ۱۴۰۲
 به منظور تکمیل بزرگراه شهید شوشتری و توسعه خط ۷ متروی تهران به شهرداری اجازه داده شد با واگذاری و انجام معامله تهرانی ۷ فقره املاک متعلق به خود به ازای ثمن ملک موسوم به ورزشگاه تختی متعلق به وزارت ورزش و جوانان اقدام کند. طی این مصوبه علاوه بر باز شدن ۲ گره بزرگراهی و مترویی، وضعیت ورزشگاه های واگذار شده به تیم های پرسپولیس و استقلال نیز به طور کامل تعیین تکلیف شد.

جلسه شماره ۱۴۴
الزام شهرداری تهران به ارائه لایحه برنامه های اجرایی و عملیاتی مدیریت شهری در کاهش تورم و افزایش تولید

۱۲ اردیبهشت ۱۴۰۳
 شهرداری تهران موظف شد برنامه های اجرایی و عملیاتی مدیریت شهری را در ۶ حوزه مأموریتی درباره کاهش تورم و افزایش تولید به شورای شهر ارائه کند.

جلسه شماره ۱۳۴
برنامه چهارم تحول و پیشرفت شهر تهران بر مبنای تحقق عدالت شهری

۱۶ اسفند ۱۴۰۳
 طبق این سند راهبردی و عملیاتی، شهرداری تهران موظف شد به منظور نیل به چشم انداز شهر تهران، حرکت به سوی تحقق عدالت شهری را طبق چشم انداز ۱۴۰۳ شهرداری تهران، از سال ۱۴۰۱ تا ۱۴۰۴ طراحی و اجرا کند.

جلسه شماره ۲۲۲
ثبت درختان ارز شمند به عنوان میراث طبیعی تهران

۱۲ اسفند ۱۴۰۲
 تهران ۲۵۱۷ اصله درخت ارز شمند دارد که ۳۰ درصد از این تعداد بالای ۸۰۰ سانتی متر محیط بن دارند. شورای شهر مصوب کرد شهرداری تهران حداکثر ظرف مدت ۲ ماه نسبت به شناسایی و تهیه شناسنامه درختان کهنسال شهر تهران و ایجاد بانک اطلاعاتی آنها، اقدامات لازم را انجام دهد.

جلسه شماره ۲۲۰
اعطای مجوز انجام سرمایه گذاری های خارجی به میزان ۲ هزار و ۱۰۰ میلیون یورو

۱۵ اسفند ۱۴۰۲
 شورای شهر مجوز انجام معاملات و انعقاد قراردادهای خرید و پذیرش سرمایه گذاری های خارجی در حوزه حمل و نقل و خدمات شهری را به شهرداری تهران داد. این مصوبه بستر ساز عملیاتی شدن قراردادهای مهم شهرداری تهران با چینی ها در زمینه خرید واکن، ناوگان برقی حمل و نقل و خرید زباله سوز است.

جلسه شماره ۲۱۷
تصویب بودجه سال ۱۴۰۳ تهران و رسیدن به بالای ۱۰۰ همت برای نخستین بار

۱۲ اسفند ۱۴۰۲
 بودجه ۱۴۰۳ شهرداری تهران مورد بررسی اعضای پارلمان شهر قرار گرفت. لایحه بودجه ابتدا با سقف ۷۰ هزار میلیارد تومان در ابتدای بهمن به شورای شهر تقدیم شد و پس از جلسات کمیسیون برنامه و بودجه شورای شهر این سقف به ۱۳۵ هزار میلیارد تومان کاهش یافت و در نهایت ۱۵۰ هزار میلیارد تومان برای توسعه ناوگان حمل و نقل عمومی به این رقم اضافه شد تا برای نخستین بار در تاریخ بلایه بودجه ۱۵۰ هزار میلیارد تومانی برای تهران تصویب شود.

جلسه شماره ۲۱۴
اعطای مجوز انتشار ۱۰۰ هزار میلیارد ریال اوراق مالی به شهرداری تهران

۱۷ تیر ۱۴۰۲
 به شهرداری تهران اجازه داده شد با تأیید وزارت کشور و با رعایت کلیه قوانین و مقررات مربوط نسبت به انتشار اوراق مالی اسلامی تا سقف مبلغ ۱۰۰ هزار میلیارد ریال برای اجرای طرح های حمل و نقل عمومی شهر تهران با ارائه مطالعات توجیهی مطابق ضوابط و با رعایت طرح های جامع تفصیلی شهر تهران و سایر قوانین و مقررات فرادستی، اقدام کند.

همشهری فرهنگ شهر



گفت و گو با «ماشاءالله وروایی» بازیگر نقش عمو کاووس

در خط مقدم جبهه نمایش اجرا می‌کردم

نمی‌دانم چرا شماره تلفن همراهش را «عمو کاووس» ذخیره کردم. عمو کاووس مجموعه تلویزیونی «نون خ» که با لهجه شیرینش، آقندر باور پذیر نقش یک ریش سفید بانفوذ و البته شوخ طبع و مهربان را بازی کرده که حالا برای خیلی‌ها تبدیل به یک عمو شده است.

فارغ از بازی جذاب و دیدنی ماشاءالله وروایی در این سریال پر بیننده، آنچه امروز ما را برای هم صحبتی با او ترغیب کرده فقط پیشینه هنری او نیست. وروایی سرهنگ باز نشسته هوایروز از تنش است و در سال‌های دفاع مقدس، به‌عنوان خلبان خوش درخشیده است.

گفت و گو

روزنامه نگار

التاز عیاسیان

چند روز پیش روز از تنش بود. ضمن تبریک این روز به شما، برای ما بگوید چطور مسیر زندگی یک سرهنگ باز نشسته هوایروز از تنش به دنیای هنر و بازیگری کشیده شده است؟

در همین ابتدا جا دارد من هم تبریک جانانه‌ای به همه ارتشی‌های سرفراز، مرزداران نونام و جنگاوران دل‌ور داشته باشم. سال ۱۳۴۷ وارد عرصه نظامی شدم و البته قبل از آن دستی بر آتش داشتم و یکی از شاگردان فعال آتش تکی پور نازنین بودم که خدا حفظشان کند. ایشان آن زمان مسئول تئاتر کرمانشاه بود؛ البته کنار هنرمندان دیگری همچون آقایان هواس پلوك، خندان و زندی خسرو شپز، دارپوش گرانودی و قلندر لکی هم واحدهای عقیدتی-بودند، شاگردی می‌کردم. بیه حال عرصه نمایش را برای مردم شلوغ می‌کردیم و به دل همه هم می‌نست.

از زمانی که وارد ارتش شدم در آنجا هم باز یک واحد هنری بود که مسیر فعالیت‌های تئاتری مرا تسهیل کرد. نمایش‌های خوبی برای خانواده‌های ارتشی بر گزار می‌کردیم که دست‌آورد خوبی داشت. بعد از انقلاب هم واحدهای عقیدتی-سیاسی، مسئولیت بخش هنری را داشتند و ما که دیگر تجربه‌ای در این زمینه داشتیم، گروه نمایش خوبی به راه انداختیم. بیشتر هم نمایش‌های طنز بود تا خانواده‌های محترم ارتشی واقعا لذت ببرند و خوش باشند. در دوران دفاع مقدس هم برای سربازان و نیروهای رزم نمایش‌هایی برای افزایش روحیه آنها در خط مقدم داشتیم.

جدی، در خط مقدم و اجرای نمایش؟

بله در مناطق جنگی و در سوله‌های بزرگی که می‌شد برای اجرای نمایش از آنها استفاده کرد برای رزمندگان دل‌ور نمایش‌های روحیه‌ساز برگزار می‌کردیم و رزمندگان لذت می‌بردند. جالب اینجاست که یگان‌های خط مقدم از گروه‌های نمایشی دعوت می‌کردند برای سربازان و حتی درجه‌داران نمایش اجرا کنیم. باعث افتخار بود برای عزیزانی که مدت‌ها از خانه و خانواده دور بودند تا از نوامیس و خاک میهن دفاع کنند، لحظات خوشی را فراهم کنیم. خدا حفظ‌شان کند این عزیزان را و آنهايي هم که در شهادت رسیدند یادشان گرمی است. اگر ما آرامش و آسایشی داریم زیر سایه شهدای گرانقدر است.

دنیای خشک و نظام‌مند ارتش با حال و هوای هنری بازیگری تداخلی نداشت؟ به هر حال ارتشی‌ها بر حسب ضوابط و کارهای

آیین‌نامه‌ای باید مقرر کرد که به جاسایان خودش فریضه است. حالا نه به آن خشکی خشک، ولی یک روحیه خاصی دارند. ما زمانی که به سمت کار هنری می‌آمدیم علاوه بر اینکه فعالیت هنری، زیبایی و لطافت خودش را داشت، ما هم مقداری چاشنی هنری به آن اضافه می‌کردیم تا کار به دل بیننده و حتی شنونده‌های رادیویی بنشیند.

از خاطرات روزهای خدمت به ارتش و سال‌های دفاع مقدس بر ایمان بگویید.

روزگار ما نظامیان به‌خصوص نظامیان قدیمی به‌ویژه در سال‌های دفاع مقدس پر از خاطره است. اصلا انسان موجودی است که با خاطره زندگی می‌کند و آنچه از ما به یاد می‌ماند، خاطره است. خاطره‌ای شیرین از مناطق عملیاتی دارم. من هرازگاهی به پیاده‌نظام می‌رفتم و با عزیزانی که در سنگرها بودند، همکاری داشتم. بیشتر اوقات دیده‌بان بودم و احيانا اگر درگیری‌ای شکل می‌گرفت، من هم مثل همه آنها دفاع می‌کردم. یکبار که پست نگهبانی به ما محول شده بود، یک پتو را ۴۴ کردیم و بالای سنگر گذاشتیم و از سوراخ سنگر داشتیم بیرون را نگاه می‌کردیم. از قضا تابستان بسیار گرم و سنگر ما رو باز بود. شب که نشسته بودم و دیده‌بانی می‌دادم یک دفعه احساس کردم آب زیادی به سمت من پاشیده شد. برگشتم دیدم کره الاغی که از ده بالا رها شده بود از پشت سنگر در حال عبور بوده و آب دهانش را به سمت من پرت کرده است. چون من آن لحظه فقط توجهم به محور نگهبانی و مسیر دشمن بود، متوجه این الاغ نشده بودم. همسنگران من همگی خواب بودند و وقتی متوجه شدند، کلی خندیدیم. این کره الاغ کلی آن شب تا صبح حال و هوای ما را عوض کرد. اما خاطره تلخی که همیشه روح و جانم را به درد می‌آورد و اسفناک است، بمباران شیمیایی روستای بان‌زده کرمانشاه و حلبچه عراق بود که من در این عملیات‌ها حضور داشتم. از نزدیک دیدم که این مواد شیمیایی چه بر سر مردم بی‌پناه آورد. این بمب‌های شیمیایی را که کشورهای غربی به صدام داده بودند، فقط در فیلم‌ها دیده بودم. روزی بود که عروس و دامادی همراه تعداد زیادی از اقوام‌شان می‌خواستند در ادامه مراسم عروسی، خودشان را به امامزاده برسانند و کلی آدم برای تبریک و شادباش دورشان جمع شده بودند که دسته‌جمعی شیمیایی شده و به طرز فجیعی روی زمین افتاده بودند. من هنوز هم کابوس آن صحنه‌ها را می‌بینم.

برگردیم به سریال جذاب نون خ. از نقش عمو کاووس بر ایمان بگویید. چقدر

با شخصیت خودتان فاصله دارد و چه چالش‌هایی برای ایفای نقش داشتید؟ شخصیت کاووس در قسمت اول شکل گرفت. تعداد نامزدها برای این شخصیت زیاد بود و قرعه به نام حقیر در آمد. شخصیت نظامی قدیمی و بزرگ آبادی که همه از او حساب می‌برند. با کمک آقای کارگردان، سعید آقاخانی تمام تلاش‌ها را کردم تا عمو کاووسی باشم که به دل همه مردم بنشینم که خوشبختانه در این چند فصل که پخش شد، همه با او ارتباط گرفتند و دوستی دارند.

سریال نون خ امسال تمرکز بیشتری بر نمایش فرهنگ اقوام مختلف ایرانی دارد. کمی بر ایمان از تنوع فرهنگ و اقوام ایرانی و لزوم نمایش آن در قالب رسانه بگویید.

ما تاریخ و اقوام بسیار جذاب، زیبا و دوست‌داشتنی‌ای داریم. هر گروه از اقوام ایرانی آداب و آیین‌های خاص خود را دارند و باید به مردم شناسانده شوند. باید در تولید فرهنگ از همه اقوام ایرانی حرفی به میان بیاید و تلویزیون جمهوری اسلامی ایران به این موارد بیشتر بپردازد؛ چنان‌که امسال نوسند سریال، امیر وفایی نازنین نوشته خود را به سمت فرهنگ و اقوام استان پهناور سیستان و بلوچستان برد. ما وقتی با این اقوام روبرو می‌شدیم، دیدیم که چقدر با فرهنگ اقوام کشورمان بیگانه‌ایم. ما این اطلاعات کمی درباره‌شان داریم. هنرمندان و دست‌اندرکاران فرهنگی باید از این ظرفیت‌ها (تنوع فرهنگ و اقوام ایرانی) بهره ببرند. البته ناگفته نماند برای اقوام کارگردان، راه رفتن روی لبه تیغ است. چند وقت پیش مهدی فرجی، تهیه‌کننده سریال پاسخگوی سوء تفاهمی بود که برای برخی از مردم کرمان پیش آمده بود. باید به زیبایی و با اطلاعات کافی و واقعی به مسئله اقوام پرداخته شود و خدایی نکرده حرمت آنها شکسته نشود و به زیبایی و با کمالات خاص به همه دنیا معرفی شوند. سریال‌هایی که از ظرفیت‌های فرهنگی کشور و موضوعات مبتلابه جامعه، گستردگی جاذبه‌های جغرافیا، لباس و... بهره ببرند، ماندگار می‌شوند. سریال تلویزیونی نون خ هم از جذابیت‌های فرهنگی و قومی بهره می‌برد. علاوه بر مسائل قومیت‌ها و اتحاد آنها، این سریال به موضوعات محیط زیست و میراث فرهنگی هم خیلی ظرفیت پرداخته است.

دقیقا. جا دارد از نویسندگان این سریال، امیر وفایی تشکر کنم؛ چون همه شخصیت‌ها و کل داستان متعلق به ذهن امیر است. نویسنده به زیبایی می‌نویسد و شخصیت‌پردازی می‌کند



عکس نوشت

تفریح زیر سایه امام‌رضاء

اردوگاه امام‌رضاء (ع) توسط مؤسسه جوانان آستان قدس رضوی در منطقه بیلدر طریقه در مساحتی به وسعت ۴۰ هکتار با طراحی اردوهای یک‌روزه و ویژه نوجوانان و جوانان در حال فعالیت است. این اردوها برپا به برنامه‌های هنری، ورزشی، توانمندسازی و کارگاه‌های معرفتی با راهبری مربیان خبره و بدون اشارات و نصیحت‌های مستقیم طراحی شده است. عکس‌ها: آستان نیوز



یمن مهمان ویژه نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران شد

علی رضائی، قائم‌مقام و سخنگوی سسی و پنجمین نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران در پیامی در حساب کاربری خود در فضای مجازی نوشت: «با وجود تلاش جامعه فرهنگی هند، نظر به ادامه محدودیت حضور اتباع این کشور در ایران پس از عملیات وعده صادق و اتمام فرصت رفع محدودیت بعد از دیدار اخیر سفیر هند، حضور این کشور منتفی شد و یمن مهمان ویژه سسی و پنجمین نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران خواهد بود.»

جذابیت نمایشگاه کتاب با وجود رقیبی مثل فضای مجازی

داوود فتحعلی بیگی، هنرمند پیشکسوت تئاتر کشور درباره سسی و پنجمین نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران، گفت: با وجود رقیبی مثل فضای مجازی همچنان حضور در نمایشگاه کتاب برای مردم دلچسب است؛ هر چند که قیمت کاغذ و کتاب در بازار نشر روندی افزایشی داشته است، اما مردم دوست دارند از نمایشگاه کتاب بازدید کنند و در حال و هوای نمایشگاه حضور داشته باشند؛ چرا که برایشان آشنایی با کتاب‌های جدید لطف خاصی دارد؛ بنابراین بسیاری از کتاب‌دوستان و افسران اهل مطالعه به نمایشگاه کتاب می‌آیند. فتحعلی بیگی ایجاد جاذبه‌های خاص و خلاقانه برای جذب عموم مردم به حضور در نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران را پیشنهاد کرد و ادامه داد: گروه‌های مختلف جامعه به واسطه جاذبه‌های متنوع در نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران در آن حاضر خواهند شد و به این واسطه بیشتر در معرض انتخاب کتاب و آشنایی با ناشران و کتایف‌ر و ناشران قرار خواهند گرفت؛ هر چند بسیاری از ایده‌های ترویجی حوزه مطالعه و کتابخوانی نیازمند برنامه‌های بلندمدت است. این هنرمند اجرای برنامه‌های کوتاه‌مدت را مناسب جریان ترویجی کتابخوانی کشور ندانست و گفت: برای تشویق مردم به حضور در نمایشگاه کتاب لازم است به تنوع سلیقه جامعه توجه شود. توجه به علاقه گروه‌های مختلف خودبه‌خود برای نمایشگاه جذابیت ایجاد می‌کند.

شعار امسال نمایشگاه در عین ایجاز مفاهیم عمیقی دارد

غلامرضا منتظری، عضو کمیسیون فرهنگی مجلس شورای اسلامی در گفت‌وگو با استاد خبری در رابطه با شعار امسال نمایشگاه کتاب با عنوان «بخوانیم و بسازیم» گفت: این شعار در عین ایجاز و کوتاهی، مفاهیم عمیقی را منتقل می‌کند. ما از دوران کودکی آموختیم «توانا بود، هر که دانا بود» زمینه توانایی دانایی است و دانایی در گرو مطالعه است. اگر ارتباط با کتاب برقرار شود، سطح دانش و بینش اجتماعی افزایش پیدا می‌کند و با فرهنگ کتابخوانی شاهد رشد و بالندگی جامعه خواهیم بود که بخشی از آن مرتبط با ساختن پیام‌های مهمی دارد و نیاز است تا رسانه‌های جمعی این شعار را بیشتر مورد تجزیه و تحلیل قرار دهند.

نمایشگاه کتاب؛ فرصت مناسبی در توسعه دیپلماسی فرهنگی کشور

فداحسین مالکی، عضو فرانسویون دیپلماسی فرهنگی مجلس شورای اسلامی درخصوص سسی و پنجمین نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران به قدمت فرهنگ و تمدن کشورمان اشاره کرد و گفت: فرهنگ و تمدن ایران به بلندای تاریخ است و به همین دلیل همواره نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران مورد توجه آمریکای لاتین قرار می‌گیرد. با وجود اینکه نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران هنوز به ۳۰ سالگی خود نرسیده، اما این رویداد از رشد مورد توجه دنیا قرار گرفته و لازم است تا توجه به اهمیتش نگذرش جدیدی نسبت به برگزاری آن داشته باشیم. در حال حاضر شرایط حاکم بر منطقه خاورمیانه و جهان با شرایطی که در گذشته برقرار بوده، متفاوت است. مالکی چتر معادلات سیاسی را بر فعالیت حوزه‌های فرهنگی گسترده دانست و ادامه داد: دیپلماسی فرهنگی کشور ما بی‌تأثیر از معادلات سیاسی فعلی دنیا نیست. لازم است مسئولان فرهنگی کشورمان با در نظر گرفتن ملاحظات سیاسی جهانی و پارکیری کشورها به شناسایی نخبگان فرهنگی دیگر کشورها در تعاملات دیپلماسی فرهنگی مبادرت داشته باشند. منتظری که دبیر فرانسویون دیپلماسی فرهنگی مجلس شورای اسلامی است، نمایشگاه کتاب را فرصت مناسبی در توسعه دیپلماسی فرهنگی کشور دانست و افزود: در درجه اول باید به تولید و نشر آثار مرتبط با حوزه فرهنگ و تمدن اسلامی بیش از گذشته مبادرت داشته باشیم. به اعتقاد من نمایشگاه کتاب تهران ماشه یک سفره معنوی و فرهنگی محسوب می‌شود که نیازهای معنوی جامعه هدف را پاسخ می‌دهد.

سسی و پنجمین دوره نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران با شعار «بخوانیم و بسازیم» از ۱۹ تا ۲۹ اردیبهشت (۱۴۰۳) در محل مصلاي امام خمینی (ره) به شکل حضوری و در سامانه کتاب.ir به‌صورت مجازی بر گزار می‌شود.

آنها همنودهایی می‌دهند.

آنها همنودهایی می‌دهند.



رهبران فناوری دنیا در هیأت امنیت هوش مصنوعی
سم آنتن از شرکت اوپن‌آی (OpenAI) و دیگر رهبران فناوری از جمله ساتیا نادلا، مدیرعامل شرکت مایکروسافت، ساندر پیچای، مدیرعامل آلفابت و دیگر رهبران شرکت‌های بزرگ فناوری آمریکا به هیأت ایمنی و امنیت هوش مصنوعی دولت ایالات متحده ملحق می‌شوند.



پهپاد ارزان قیمت در بازار مصرف
تصاویری از پهپاد جدید شرکت «دی‌جی‌ای» منتشر شده که برای بازار مصرفی عرضه می‌شود و قیمت ارزان‌تری دارد. برای استفاده از این پهپاد نیاز به هدست نیست. دی‌جی‌ای بزرگ‌ترین تولیدکننده جهانی پهپاد است. این پهپاد نسبت به نسخه پیش از خود DJI Mini 4 Pro ارزان قیمت‌تر است.

کوتاه‌تر از گزارش

روباتی که همه را انگشت به دهان کرد



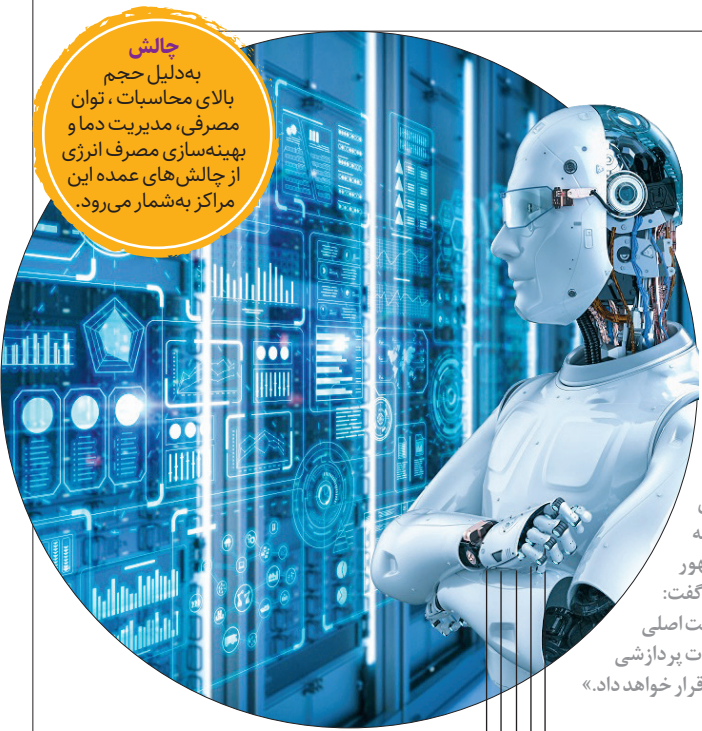
رقابت میان شرکت‌های روباتیک به جایی رسیده است که تقریباً هر هفته شاهد رونمایی از یک روبات انسان‌نما هستیم، اما هنوز هیچ کدام از آنها در سرعت و دقت به پای مدل چینی آستریتوب (Astribot) نمی‌رسند. به گزارش نیواطلس، ماه گذشته، شرکت هوش مصنوعی «پن‌آی» ۲ روبات عجیب معرفی کرد. یکی، روبات تاکننده لباس از شرکت نروژی 1X که مهارت‌های چشمگیری لمس نرم‌رانشان می‌دهد و دیگری روباتی از شرکت فیگر که توانایی استدلال زبان طبیعی نسل بعدی را نشان می‌دهد. در ماه جاری نیز شرکت «پوستون داینامیکس» با مهارت حیرت‌انگیز تعبیه‌شده در روبات جدید اطلس همه را شگفت‌زده کرد. اما ویدئویی که مهارت‌های یک روبات مجهز به هوش مصنوعی معروف به S1 را از یک شرکت نسبتاً ناشناخته به نام Stardust Intelligence مستقر در شهر سن‌خوسه، کالیفرنیا نشان می‌دهد، همه را انگشت به دهان کرد. عملکرد این روبات سریع و دقیق بسیار متفاوت‌تر از همه روبات‌هایی است که تاکنون دیده‌ایم. به گفته شرکت آستریتوب، این روبات انسان‌نما می‌تواند حرکاتی را با حداکثر سرعت ۱۰ متر در ثانیه انجام دهد و بار ۱۰ کیلوگرمی را در هر بازو تحمل کند. همانطور که ویدئویی این روبات نشان می‌دهد، این سرعت به اندازه‌ای است که می‌توان یک رومیزی را بدون آنکه کوهی از لیوان تکان بخورند، از زیر آنها بکشد. اما این روبات نه تنها سریع است، بلکه فوق‌العاده دقیق است؛ از باز کردن و ریختن نوشیدنی، پوست کردن آرام خیار، چرخاندن پن کیک در ماهیپانه تا نوشتن با خط خوش، همه را به بهترین شکل نسبت به هم‌پایان خود انجام می‌دهد. همچنین این روبات در تقلید حرکات انسان بسیار ماهر است، به این معنی که باید یادگیرنده خوبی باشد.

با اسکن کد، ویدئوی مربوط به این روبات را مشاهده فرمایید.



راه‌اندازی اپراتور هوش مصنوعی در ایران

مزرعه پردازشی بزرگ هوش مصنوعی، قادر به پردازش حجم عظیمی از داده‌ها در کوتاه‌ترین زمان ممکن است



چالش
به دلیل حجم بالای محاسبات، توان مصرفی، مدیریت دما و پهنه‌سازی مصرف انرژی از چالش‌های عمده این مراکز به‌شمار می‌رود.

عدد خبر

۴۰۰ کیلومتر

شرکت ایرباس هلی‌کوپترز نمونه اولیه پرسرعت خود را برای نخستین بار به پرواز درآورد. این هلی‌کوپتر علاوه بر آنکه با سرعت ۴۰۰ کیلومتر بر ساعت و ۵۰ درصد سریع‌تر از نمونه‌های فعلی پرواز می‌کند، ۲۵ درصد کمتر سوخت مصرف می‌کند. شرکت ایرباس هلی‌کوپترز در سال ۲۰۱۳ با ابزار آزمایشی X3 رکورد سرعت بالگرد را شکست؛ به طوری که سرعت آن به ۴۷۲ کیلومتر بر ساعت رسید.

۳/۷ میلیارد سال

دانشمندان سابقه‌ای ۳.۷ میلیاردساله از وجود میدان مغناطیسی زمین را کشف کرده‌اند و برای تعیین زمان شکل‌گیری میدان مغناطیسی زمین، سنگ‌های باستانی حاوی آهن را در گرینلند بررسی کردند. طبق یافته‌های مطبوعاتی پژوهشگران، سنگ‌هایی که قدمت آنها به ۳.۷ میلیارد سال پیش بازمی‌گردد، قدرت میدان مغناطیسی حداقل ۱۵ میکروتسلا داشتند.

فناوری

ساخت الماس در دوساعت و نیم

میلیاردها سال طول می‌کشد تا الماس‌های طبیعی در نتیجه فشار لایه‌های زمین و دمای شدید در اعماق زمین شکل بگیرند. فرم‌های مصنوعی را اما می‌توان خیلی سریع‌تر و در چند هفته تولید کرد. به گزارش یورونیوز، دانشمندان کربن‌های به‌تازگی روش جدیدی را برای ساخت الماس کشف کرده‌اند که در آن، ترکیبی از فلزات مایع می‌تواند یک الماس مصنوعی را در ۱۵۰ دقیقه و بدون نیاز به فشاری عظیم تولید کند. با این حال، این کار به دمای بالای ۱۰۲۵ درجه سانتی‌گراد نیاز دارد تا یک قطعه الماس در ۱۵۰ دقیقه تشکیل شود. این معادل فشاری است که ما در سطح دریا احساس می‌کنیم و ده‌ها هزار بار کمتر از فشاری است که معمولاً برای تولید الماس نیاز است.

- اپراتور هوش مصنوعی چیست؟**
اپراتور هوش مصنوعی، یک نقش نسبتاً جدید و در حال تکامل در زمینه فناوری است که با گسترش استفاده از سیستم‌های هوش مصنوعی (AI) در بخش‌های مختلف صنعت و خدمات، اهمیت بیشتری پیدا کرده است. این نقش شامل نظارت، تنظیم و بهبود عملکرد سیستم‌های هوش مصنوعی در محیط‌های کاری مختلف می‌شود.
- وظایف اصلی اپراتور AI**
اپراتورهای AI مسئول نظارت دائمی بر سیستم‌های هوش مصنوعی هستند تا اطمینان حاصل شود که به درستی کار می‌کنند و از پروتکل‌های تعیین‌شده پیروی می‌کنند. آنها ممکن است نیاز به تنظیم یا تغییر تنظیمات خاصی در هوش مصنوعی داشته باشند تا بهترین عملکرد را از آن استخراج کنند. اپراتورهای AI ممکن است در تعامل مستقیم با کاربران برای درک بهتر نیازهای آنها و ارائه راه‌نمایی‌های مربوط به استفاده از هوش مصنوعی قرار داشته باشند.
- مهارت‌های مورد نیاز**
دانش فنی: داشتن دانش عمیق در مورد الگوریتم‌های هوش مصنوعی، یادگیری ماشین و نرم‌افزارهای مرتبط. **مهارت‌های حل مسئله:** توانایی تشخیص و حل مشکلاتی که ممکن است در زمان استفاده از سیستم‌های AI رخ دهند. **مهارت‌های ارتباطی:** توانایی برقراری ارتباط مؤثر با کاربران و سایر اعضای تیم برای اطمینان از عملکرد صحیح سیستم‌ها.
- مزرعه پردازشی هوش مصنوعی**
مزرعه پردازشی هوش مصنوعی (AI Processing Farm) به مجموعه‌ای از سرورها و سیستم‌های رایانه‌ای اشاره دارد که به منظور انجام محاسبات مرتبط با یادگیری ماشین و الگوریتم‌های هوش مصنوعی به‌کار گرفته می‌شود. این سیستم‌ها اغلب در دیتاسترهای بزرگ و پیشرفته قرار دارند و قادر به پردازش حجم عظیمی از داده‌ها در کوتاه‌ترین زمان ممکن هستند.
- ویژگی‌های مزرعه**
این مزرعه‌ها معمولاً شامل تعداد زیادی پردازنده‌های گرافیکی (GPU)، پردازنده‌های مرکزی (CPU) و دیگر اجزای سخت‌افزاری مخصوص به کارهای محاسباتی سنگین هستند. سرورهای موجود در این مزرعه‌ها، توانایی اجرای الگوریتم‌های پیچیده یادگیری ماشین و پردازش داده‌های بزرگ را دارند. این مراکز داده، قادر به مقیاس‌بندی برای پشتیبانی از پروژه‌های مختلف با نیازهای متفاوت هستند.

تحقیق و توسعه در هوش مصنوعی: بسیاری از شرکت‌های فناوری و دانشگاه‌ها برای توسعه و آزمایش مدل‌های جدید هوش مصنوعی از این مزرعه‌های پردازشی استفاده می‌کنند.

کاربردها

خدمات مبتنی بر هوش مصنوعی: شرکت‌ها می‌توانند خدماتی مانند تشخیص گفتار، تجزیه و تحلیل تصویر و دیگر خدمات پیشرفته را بر بستر این مزرعه‌ها ارائه دهند.

آگهی تجدید مزایده عمومی (حراج)

شماره: ۱۴۰۳/۰۱

سازمان بهشت حضرت زهرا(س) در نظر دارد ۲۷ دستگاه آمبولانس بنز به شرط اسقاط را از طریق مزایده عمومی (حراج) به اشخاص حقیقی و حقوقی واگذار نماید.

الف) محل دریافت اسناد و تسلیم پیشنهادات: کلیه داوطلبین می‌توانند جهت خرید اسناد مزایده با در دست داشتن فیش واریزی به مبلغ ۵,۰۰۰,۰۰۰ ریال به شماره حساب ۲۰۳۱ نزد بانک شهر شعبه بهشت حضرت زهرا (س) به جاده قدیم تهران - قم ساختمان اداری شماره یک سازمان - اداره قراردادهای مراجعه نمایند.

ب) سپرده شرکت در مزایده: متقاضیان می‌بایست مبلغ ۱۵۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال را به عنوان سپرده شرکت در مزایده بابت هر دستگاه به صورت ضمانتنامه بانکی در وجه سازمان بهشت زهرا (س) با اعتبار حداقل سه ماه و قابل تمدید یا وجه واریزی به حساب ۱۰۰۳ بانک شهر شعبه بهشت زهرا(س) به نام سازمان بهشت زهرا (س) به همراه اسناد مزایده در پاکت الف به دستگاه مزایده‌گزار ارائه نمایند.

ج) مهلت ارائه اسناد: از تاریخ انتشار آگهی تا روز چهارشنبه ۱۴۰۳/۰۳/۰۲ در اوقات اداری جهت دریافت و تکمیل و تحویل اسناد مزایده می‌باشد. (ساعت پایان تحویل پاکت تا پایان وقت اداری ساعت ۱۵:۴۵ می‌باشد).

بدیهی است شرکت در مزایده و ارائه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد مزایده بوده و سازمان در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات مختار است.

د) هزینه کارشناسی و آگهی در روزنامه همشهری به عهده برنده مزایده می‌باشد.

ضمناً مشروح شرایط مزایده در اسناد درج می‌باشد که شرکت‌کنندگان باید مدارک را پس از اخذ امضاء نموده و در پاکت‌های لاک و مهر شده «الف» و «ب» تحویل نمایند. امضاء اسناد مزایده به منزله قبول شرایط مندرج در آن می‌باشد.

روابط عمومی سازمان بهشت زهرا(س)
WWW.beheshtezahra.ir

آگهی مناقصه عمومی ۹۳-۳۸-۱۴۰۳ کد آگهی / ۱۴۰۳/۰۲/۰۹

شهرداری منطقه ۱۴ در نظر دارد انجام عملیات مشروحه ذیل را از طریق مناقصه عمومی به بخش خصوصی واگذار نماید. بدین وسیله از کلیه اشخاص حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در مناقصه دعوت به عمل می‌آید.

| ردیف | موضوع مناقصه | پیرآورد اولیه سه‌سایانه (ریال) | نحوه تأمین اعتبار | سپرده شرکت در مناقصه (ریال) | مدت انجام کار | شرایط |
|------|---|--------------------------------|-------------------|-----------------------------|---------------|---|
| ۱ | عملیات نگهداری فضای سبز ناحیه ۱ | ۷۹,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ | نقد | ۳,۹۵۰,۰۰۰,۰۰۰ | ۳ ماه | پیمانکاران شرکت کننده می‌بایست دارای رتبه بندی معتبر و مرتبط در رشته کشاورزی از سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی کشور با رعایت ظرفیت کاری و سقف ریالی مجاز و ارائه برنت رتبه به تاریخ روز ارائه پاکت و همچنین دارای کارت الکترونیکی معتبر ارائه‌دهندگان خدمت و تأمین‌کنندگان از معاونت خدمات شهری و محیط‌زیست شهرداری تهران باشند. |
| ۲ | عملیات نگهداری فضای سبز ناحیه ۶ | ۱۴۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ | نقد | ۷,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ | ۳ ماه | پیمانکاران شرکت کننده می‌بایست دارای رتبه بندی معتبر و مرتبط در رشته کشاورزی از سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی کشور با رعایت ظرفیت کاری و سقف ریالی مجاز و ارائه برنت رتبه به تاریخ روز ارائه پاکت و همچنین دارای کارت الکترونیکی معتبر ارائه‌دهندگان خدمت و تأمین‌کنندگان از معاونت خدمات شهری و محیط‌زیست شهرداری تهران باشند. |
| ۳ | عملیات نگهداری فضای سبز مرکز تحقیقات، آموزش و مشاوره فضای سبز (مرکز کلینیک تام) | ۳۱,۸۹۶,۷۶۷,۰۳۸ | نقد | ۱,۶۰۰,۰۰۰,۰۰۰ | ۳ ماه | پیمانکاران شرکت کننده می‌بایست دارای رتبه بندی معتبر و مرتبط در رشته کشاورزی از سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی کشور با رعایت ظرفیت کاری و سقف ریالی مجاز و ارائه برنت رتبه به تاریخ روز ارائه پاکت و همچنین دارای کارت الکترونیکی معتبر ارائه‌دهندگان خدمت و تأمین‌کنندگان از معاونت خدمات شهری و محیط‌زیست شهرداری تهران باشند. |

الف) محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادات: بزرگراه شهید محلاتی - خیابان نبرد جنوبی - بعد از چهارراه زرم - طبقه همکف ساختمان شماره یک (ساختمان شهید پوراجاکی) - واحد قراردادهای - تلفن ۰۲۰۲۸۰۰۴۰۲۸۴ و تحویل پاکت‌ها به دبیرخانه منطقه واقع در طبقه همکف ساختمان شماره دو (ساختمان شهید حسن‌زاده) می‌باشد. ضمناً تمامی متقاضیان شرکت در مناقصه موظفند در هنگام تحویل پاکت به دبیرخانه نسبت به ارائه شناسه ملی برای اشخاص حقوقی و کد ملی و تاریخ تولد برای اشخاص حقیقی اقدام نمایند.

ب) سپرده شرکت در مناقصه در خصوص ردیف‌های ۱ و ۲ آگهی: واریز به صورت نقدی به شماره حساب ۱۰۰۵۰۶۰۰۸۱ بانک شهر شعبه شهرداری منطقه ۱۴ به نام شهرداری منطقه ۱۴

سپرده شرکت در مناقصه در خصوص ردیف ۳ آگهی: واریز به صورت نقدی به شماره حساب ۱۰۰۵۰۶۰۰۸۱ بانک شهر شعبه شهرداری منطقه ۱۴ به نام شهرداری منطقه ۱۴ یا به صورت ضمانتنامه بانکی معتبر

ج) مهلت ارائه اسناد: ۱۰ روز از تاریخ درج آگهی

د) نظر به استقرار سیستم مدیریت HSE در منطقه، تعهد به اجرای ضوابط بهداشت شغلی، ایمنی و محیط‌زیست از الزامات پروژه‌ها و خدمات می‌باشد.

روابط عمومی شهرداری منطقه ۱۴

باهم‌شهری در مترو دیده شوید

پذیرش آگهی ۰۱۸۱۹

تبلیغات محیطی ایستگاه‌های مترو
تبلیغات بدنه قطار
تبلیغات درون واگن‌ها

مددجویان بهزیستی از حمایت‌های اندک گلایه دارند

«توی این روز و روزگار، مردهاش هم به سختی می‌تونن به لقمه نون دربارن اون وقت من که به زن تنها هستم چطور برای نون آوری حمایت نشم؟!» این را راحیل می‌گوید که به تازگی در یکی از شعب سازمان بهزیستی در یکی از کلانشهرهای کشور تشکیک پرونده داده تا تحت پوشش خدمات این سازمان قرار گیرد و به قدر همان خدمات، گلیم زندگی خود و فرزند قد و نیم‌قدش را از آب بیرون بکشد. کاغذهای امضا شده و مهر خورده پرونده‌اش را زیر رو می‌کند و دوباره می‌گوید: «وای از اجاره، قسط، قبض، هزینه مدرسه و بیماری...» با سرزیر شدن نخستین قطره اشک از چشمانش، حرفش نیمه تمام می‌ماند. این در دست همان لحظه‌ای است که مسئول امور خانواده و بانوان همان شعب از یکی از اتاق‌ها بیرون می‌آید و خطاب به راحیل ۴۰ ساله که سال‌ها رنج و سختی سرپرستی از خانواده، او را ۴۰ ساله می‌نمایند، می‌گوید: «ن‌شاءالله طی یکی دو هفته آینده، کارشناس ما می‌آید برای ارزیابی حضوری موارد پرونده‌ها، تا اون موقع برو به سلامت.» و این یعنی انتظار در سفری طولانی برای برخورداری از امکاناتی که هر هم‌همه زخم‌های زندگی او و باقی بانوان سرپرست خانواده نیست؛ انتظاری که این روزها مددجویان بسیاری را به گلایه واداشته است. مریم، یکی از بانوان سرپرست خانواده در محله‌های جنوبی پایتخت است که او نیز از به‌موقع و کافی نبودن خدمات سازمان بهزیستی ویژه بانوان سرپرست خانواده گلایه دارد: «هر روز خدمات متنوع بهزیستی برای خانم‌های سرپرست خانواده خیلی خوشایند و امیدوارکننده به نظر می‌رسد؛ اینکه اگر مهارتی یاد گرفتنی به تو وام بلاعوض می‌دهند، مستمري ماهانه به حسابت واریز می‌شود یا بسته معیشتی مناسبتی و... می‌گیری، همگی خوب هستند، اما واقعیت این است که این مزایا نسبت به تورم فعلی، کافی نیستند.» طبق آخرین اعلام سازمان بهزیستی کشور، در حال حاضر بیش از ۲۷۸ هزار خانوار بانو سرپرست تحت پوشش سازمان قرار دارند و سالانه حدود ۲۰ درصد نیز به مجموع این آمار اضافه می‌شود. دریافت مستمری ماهانه، خدمات آموزشی، مهارتی و فنی، توانمندسازی، تامین کمک‌هزینه ودیعه مسکن (درصد افزایش اعتبار) و تحصیل و درمان، اجرای طرح‌های اشتغال‌زایی، تامین سرمایه کار و حق بیمه از جمله خدمات سازمان بهزیستی به بانوان سرپرست خانوار است.



مصور

یک زندگی سگی

درباره اطوارهای آتهایی که برای سگشان هم همراه دارند

روزگار **فاطمه عسگری نیا** روزنامه نگار

زندگی با سگ‌ها سبک زندگی جدیدی که خیلی‌ها به تقلید از زندگی اروپاییان و بز اجتماعی در برابر دوست و فامیل آن را انتخاب کرده و البته حساسی هم گرفتار شده‌اند. از هزینه‌های مراقبت بهداشتی و خورد و خوراک این زبان‌بسته‌ها که بگذریم گردش و تفریح این سگ‌ها هم امروز برای صاحبان شان حساسی درد سر ساز شده است به طوری که خیلی اوقات ترجیح می‌دهند فسردي را برای انجام این کار استفاده و بابتش هم هزینه‌های هنگفتی را پرداخت کنند. دنیا، یک سگ کوچک از نژاد پامرانین دارد، اما به قول خودش در طول ۲۴ ساعت شبانه‌روز نمی‌تواند آن طور که باید از سگش مراقبت کند: «صبح ساعت ۶ از خانه بیرون می‌زنم و ساعت ۸ شب به خانه می‌روم. در ۴ ساعت باقیمانده مجبورم سگ‌ها را منزل را انجام دهم و فرصتی برای رسیدگی به لاک‌ها ندارم. به‌خاطر همین مجبورم از داگ‌واکرها کمک بگیرم.»

او قبل از اینکه از داگ‌واکرها برای این کار کمک بگیرد سری به پانسینون‌های نگهداری از سگ‌ها زد، اما قیمت‌های بالا پیشمناش کرده است: «پانسینون‌ها صرفاً ۸ ساعت در روز کار نگهداری از سگ‌ها را انجام می‌دهند که قیمت‌های شان از ۲۰۰ هزار تومان تا ۶۰۰ هزار تومان متغیر است؛ این در حالی است که ۸ ساعت برای من که یک کارمند هستم از لحاظ زمانی کافی و از لحاظ قیمتی ممکن نیست!»

داگ‌واکر؛ شغلی که دنیا از آن صحبت می‌کند این روزها طرفدارهای زیادی دارد، چراکه در آمدش در کنار زمان اندک کار، حساسی برای‌شان جذاب است. البته انجام این شغل شرط و شروطی هم دارد

که مهم ترینش حسن رفتار با حیوانات و دوستی با آنهاست. برای گفت‌وگو با این افراد به یکی از بوستان‌های تهران سر زدیم.

در آمد میلیونی از سگ گردانی

تیپ و ظاهرش مرتب و منظم است. قلاده چارلی (سگی از نژاد شیلتزو) را به دست گرفته و او را در بوستانک محله می‌چرخاند. بسا اینکه قد و قواره بزرگی ندارد، اما اغلب مردم و ماموریت‌های مداومش فرصت به گردش برن او را ندارد. من فقط روزی یک ساعت هر روز صبح بنی را برای تفریح، بازی و البته دستشویی کردن به پارک می‌آورم. سعید دانشجویست فقط یک «داگ‌واکر» است. البته این اسم پرطمطراق خارجی‌ها برای افرادی مانند پیمان است. ایرانی‌ها به او و همکارانش سگ گردان می‌گویند: «۳ سال پیش در بخش خدمات یک شرکت کامپیوتری کار می‌کردم. حقوق پایه‌ام حقوق وزارت کاری بود. هیچ مزایای دیگری هم نداشت. ساعات کار گاهی تا ۲ ساعت در روز هم طول می‌کشید و این رسماً باعث می‌شد تمام روزم از استست بود. یک روز به پیشنهاد عمومی یکی از همکارانم که مسافر خارج از کشور بود و خبر داشت خانه مجردی دارم و تنها زندگی می‌کنم قرار شد یک هفته مسئولیت نگهداری سگش را قبول کنم. ابتدا این پیشنهاد را آن زمان به‌خاطر رودر بایستی قبول کردم، اما وقتی رقم پیشنهادی برای نگهداری از سگ را متوجه شدم با انگیزه بیشتری این کار را قبول کردم؛ به‌زای هفته ۵ میلیون تومان! آنها مسئله‌ای که برای صاحب سگ مهم بود امنیت جا و اطمینان از غذای او بود که به نوا حسن انجامش دادم.» بعد از این قصه مره مراقبت گران از سگ حساسی زیر زبیر پیمان رفت به طوری که به گفته خودش دیگر بی‌خیال شغلیش شد و از آن تاریخ یک داگ‌واکر حرفه‌ای شده است. او حالا روزی یک ساعت چارلی را برابری گردش و تفریح بیرون

سال گذشته مبلغ مستمری بانوان سرپرست خانواده با توجه به شرايطی مانند تک یا چند نفره بودن، دارا بودن فرزند معلول یا ابتلا به سایر بیماری‌های خاص از حدود ۷۶۰ هزار تومان تا ۲ میلیون و ۴۰۰ هزار تومان تعیین شده بود. از سویی نیز زمان حمایت

قانونگذار وارد شود

با توجه به اینکه زیار دیا، لاو مهاجر پوستی، اکینوکوس و اش‌ریشیاکلی تنها چند نمونه از بیماری‌های باکتریایی بسیار خطرناک هستند که از طریق مدفوع سگ‌ها به انسان منتقل می‌شود باید به نگرانی مردم درباره راه‌سازی مدفوع سگ‌ها در معابر شهری و محل زندگی انسان‌ها حق داد و به فکر چاره‌ای برای حل این مشکل بود.

نگهداری از سگ و سبک زندگی جدیدی که عده‌ای از روی وهم‌و شوم‌چشمی دنبال ترویج آن در شهرها هستند موجب تولید مشاغل کاذب و درآمدهای ناشی از آن شده است. علاوه بر این نه تنها جالب‌های اقتصادی و اجتماعی را پیش روی این افراد قرار داده که موجب نگرانی‌هایی برای به‌خطر انداختن بهداشت و سلامت افراد جامعه شده است؛ موضوعی که مدت‌هاست زنگ خطر آن در جوامع شهری به‌صدا در آمده و نیازمند توجه قانونگذاران است.

دانشجو هستیم

بنی هم سگی از نژاد مالیتز است. تر و تمیز و آراسته با کفش‌ها و لباس‌هایی که حاکی از شرایط زندگی او در یک خانواده متمول است. اما کسی که قلاده او را به‌دست گرفته و در بوستان مشغول همراهی او در قدم زدن است پسرکی ساده پوش است که خود را سعید معرفی می‌کند. اطلاعات زیادی درباره سگ‌ها ندارد و می‌گوید: «صاحب این سگ یک مرد جوان است که به‌خاطر شرایط شغلی و ماموریت‌های مداومش فرصت به گردش برن او را ندارد. من فقط روزی یک ساعت هر روز صبح بنی را برای تفریح، بازی و البته دستشویی کردن به پارک می‌آورم.» سعید دانشجویست فقط یک «داگ‌واکر» است. البته این اسم پرطمطراق خارجی‌ها برای افرادی مانند پیمان است. ایرانی‌ها به او و همکارانش سگ گردان می‌گویند: «۳ سال پیش در بخش خدمات یک شرکت کامپیوتری کار می‌کردم. حقوق پایه‌ام حقوق وزارت کاری بود. هیچ مزایای دیگری هم نداشت. ساعات کار گاهی تا ۲ ساعت در روز هم طول می‌کشید و این رسماً باعث می‌شد تمام روزم از استست بود. یک روز به پیشنهاد عمومی یکی از همکارانم که مسافر خارج از کشور بود و خبر داشت خانه مجردی دارم و تنها زندگی می‌کنم قرار شد یک هفته مسئولیت نگهداری سگش را قبول کنم. ابتدا این پیشنهاد را آن زمان به‌خاطر رودر بایستی قبول کردم، اما وقتی رقم پیشنهادی برای نگهداری از سگ را متوجه شدم با انگیزه بیشتری این کار را قبول کردم؛ به‌زای هفته ۵ میلیون تومان! آنها مسئله‌ای که برای صاحب سگ مهم بود امنیت جا و اطمینان از غذای او بود که به نوا حسن انجامش دادم.» بعد از این قصه مره مراقبت گران از سگ حساسی زیر زبیر پیمان رفت به طوری که به گفته خودش دیگر بی‌خیال شغلیش شد و از آن تاریخ یک داگ‌واکر حرفه‌ای شده است. او حالا روزی یک ساعت چارلی را برابری گردش و تفریح بیرون



آگهی مناقصه عمومی (شماره ۱)

فرماندهی آماد و پشتیبانی هوایی در نظر دارد اقلام مورد نیاز خود را از طریق مناقصه عمومی خریداری نماید. لذا از کلیه داوطلبان واجد شرایط دعوت بعمل می‌آید با در دست داشتن معرفی نامه رسمی برای دریافت اسناد مناقصه از زمان درج آگهی حداکثر ظرف مدت ۳ روز از ساعت ۷ الی ۱۲ به نشانی تهران، خیابان پیروز، فرماندهی آماد و پشتیبانی هوایی، مرکز تهیه و خرید مراجعه نمایند. متقاضیان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۳۵۷۴۳۱۹۵ تماس حاصل نمایند.

- تهیه، تامین و نصب قفسه بندی انبار (۱/۱)
- برش لیزری (۱/۲)
- لباسکار استنار (۱/۳)
- لوییا چیتی (۱/۴)
- عدس (۱/۵)

این فرماندهی در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات واصله مختار خواهد بود.

ارائه مدارک و سایر اطلاعات لازم در ارزیابی توانمندی متقاضی موثر خواهد بود.

هزینه چاپ آگهی به عهده برنده یا برندگان مناقصه می‌باشد.

فرماندهی آماد و پشتیبانی هوایی

بنویسیم برای یک بخوانیم زندگی

استعلام

شرکت انبیه سازان صنعتی بنا پارس ویرا (سهامی خاص) در نظر دارد نسبت به برگزاری استعلام عملیات اجرای سندیلاست و رنگ آمیزی قطعات خرابی و امثالهم کارخانه ارتقاء کیفیت ساخت، مطابق با مشخصات فنی مندرج در اسناد استعلام اقدام نماید. بدین منظور از پیمانکاران واجد شرایط دعوت می‌شود به نشانی تهران - خیابان خالد اسلامبولی - نرسیده به خیابان گاندی جنوبی، کوچه ۳۹ پلاک ۲۲ طبقه سوم مراجعه و نسبت به دریافت اسناد استعلام اقدام نمایند. مهلت ارایه پیشنهاد قیمت تا پایان ساعت اداری روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۲/۱۶ می‌باشد. تلفن تماس ۸۸۶۶۷۹۹۶ (داخلی ۱۰۹). هزینه نشر آگهی به عهده برنده استعلام خواهد بود.

آگهی ابلاغ رای

موضوع آگهی: ابلاغ رای به موجب رای شماره ۱۳۴۸/۰۶/۱۱ فرزند احمد صادره از تهران متولد ۱۴۰۲/۱۱/۱۱ هیأت بدوی شعبه یک رسیدگی به تخلفات اداری کارمندان شهرداری تهران سرکار عالی به اخراج از دستگاه متبوع محکوم گردیده‌اید، مقتضی است حداکثر ظرف مدت ۳۰ روز از تاریخ نشر این آگهی اعتراض خود را به انضمام مدارک به اداره کل سرمایه انسانی شهرداری تهران به نشانی بزرگراه شهید نواب صفوی، جنب پل امام خمینی، نبش کوچه گلپای دوم، ساختمان شهید نواب صفوی تسلیم نمایید. بدیهی است در صورت عدم مراجعه پس از انقضای مهلت مقرر رای صادره قطعی و لازم الاجرا خواهد بود.

معاونت برنامه‌ریزی و سرمایه‌انسان شهرداری منطقه ۵

آگهی مناقصه عمومی شماره آگهی: ۱۴۰۳/۲

شهرداری منطقه ۱۳ تهران در نظر دارد موضوع ذیل را از طریق مناقصه به بخش خصوصی واگذار نماید؛ بدینوسیله از متقاضیان واجد شرایط ذیل دعوت بعمل می‌آید جهت شرکت در مناقصه و دریافت اسناد و مدارک به امور قراردادهای منطقه ۱۳ مراجعه نمایند:

| ردیف | موضوع مناقصه | مبلغ برآورد اولیه (ریال) | مبلغ سربده شرکت در مناقصه (ریال) | مدت کار (ماه) | تاریخ اتمام کار | نوبت چاپ آگهی | شرایط شرکت در مناقصه |
|------|---|--------------------------|----------------------------------|---------------|-----------------|---------------|---|
| ۱ | تهیه مصالح و اجرای خط کشی ترافیکی معابر سطح منطقه ۱۳ و بوستان سرخه حصار | ۸۰۴۵،۵۹۳،۰۰۰ | ۴۰۴۵،۰۰۰،۰۰۰ | ۱۲ | اول | اول | ۱- پیمانکار باید دارای گواهینامه صلاحیت پیمانکاری در رشته راه و ترابری با حداقل پایه پنج از سازمان برنامه و بودجه کشور و دارای کارت الکترونیکی معتبر و ظرفیت آزاد کاری در رشته راه و ترابری از سامانه جامع ارائه دهندگان خدمت و تامین کنندگان معاونت حمل و نقل و ترابری شهرداری تهران (www.tehran.ir) باشد. |

ضمیمه و در پاکتهای لاک و مهر شده (طبق مفاد اسناد دریافتی) به دبیرخانه منطقه تسلیم نمایند. ضمناً شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد مناقصه بوده و شهرداری در رد یک یا کلیه پیشنهادات مختار است. در صورت حضور شرکت‌هایی با هیئت مدیره مشترک و یا ضمانت اجرائی یکسان، پیشنهاد هر دو شرکت رد خواهد شد. ضمناً هزینه انتشار آگهی مناقصه بر عهده برنده مناقصه می‌باشد. شایان ذکر است در صورت وجود هرگونه مغایرت بین آگهی مناقصه و اسناد و مدارک موضوع مناقصه، اولویت با اسناد و مدارک موضوع مناقصه می‌باشد.

شایان ذکر است اسناد مناقصه از طریق تالار آگهی معاملات شهرداری تهران به نشانی business.tehran.ir قابل رويت می‌باشد.

متقاضیان می‌توانند ضمن تحویل اسناد مناقصه بصورت فیزیکی در محل تحویل و در مدت زمان مقرر، نسبت به بارگذاری اسناد (پاکت الف) در سایت <http://business.tehran.ir> اقدام نمایند.

ارائه گواهی نامه صلاحیت ایمنی از اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی جهت شرکت در مناقصه الزامی می‌باشد.

روابط عمومی شهرداری منطقه ۱۳

آگهی مناقصه عمومی

شهرداری منطقه ۳ تهران در نظر دارد اجرای عملیات مشروحه ذیل را از طریق مناقصه عمومی به بخش خصوصی واگذار نماید، لذا از کلیه اشخاص حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در مناقصه دعوت بعمل می‌آید.

| ردیف | شرح عملیات | برآورد (ریال) | اعتبار/ مدت (ماه) | مبلغ سربده (ریال) | شرایط اختصاصی شرکت کننده |
|------|---|----------------|-------------------|-------------------|---|
| ۱ | عملیات سرویس و نگهداری و تامین اقلام ضروری تأسیسات الکترونیکی و مکانیکی و ابنیه ای ساختمان های سطح منطقه | ۴۷،۷۶۰،۳۶۵،۷۹۰ | ۱۲ | ۲،۴۰۰،۰۰۰،۰۰۰ | ارائه رتبه بندی معتبر از سازمان مدیریت و برنامه ریزی کشور پایه حداقل ۵ تأسیسات و ۳ سال سابقه فعالیت در زمینه نگهداری و راهبری تأسیسات مکانیکی و برقی |
| ۲ | عملیات خرید درجه های نانوکامپوزیت در سطح منطقه | ۵۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ | ۳ | ۲،۵۰۰،۰۰۰،۰۰۰ | پیشنهاد دهندگان می‌بایست در سامانه تامین کنندگان ثبت نام شده باشند |
| ۳ | عملیات خرید لوله کاروگیت در سطح منطقه | ۵۰،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ | ۶ | ۲،۵۰۰،۰۰۰،۰۰۰ | |
| ۴ | عملیات تهیه، تعمیر و تجهیز ایستگاه های اتوبوس تندرو و پایانه های سطح منطقه ۳ | ۳۰،۰۰۹،۹۵۶،۳۷۰ | ۱۲ | ۱،۵۵۰،۰۰۰،۰۰۰ | دارا بودن گواهینامه صلاحیت در رشته راه و ترابری با حداقل پایه ۵ از سازمان مدیریت و برنامه ریزی کشور، دارا بودن ظرفیت کاری در رشته های مرتبط (تعداد و ریال) سامانه الکترونیک شهرداری تهران |
| ۵ | عملیات تهیه و نصب و نگهداری ایستگاه سرپناه و پل همسطح ایستگاه های حمل و نقل عمومی غیر ریلی در سطح نواحی ششگانه-نوبت دوم | ۵۹،۹۹۹،۹۸۸،۷۳۵ | ۱۲ | ۳،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ | |

۱) سربده شرکت در مناقصه بصورت ضمانتنامه بانکی یا واریز نقدی بحساب شماره ۱۰۰۴۵۶۷۴۲۵ نزد بانک شهر شعبه حسینییه ارشاد کد ۲۲۶ می‌باشد.

۲) شرکت‌کننده از تاریخ انتشار آگهی ده روز فرصت دارد اسناد را تهیه، تکمیل و پیشنهاد خود را در پاکت لاک و مهر شده تحویل دبیرخانه منطقه نماید.

۳) شرکت در فراخوان و ارائه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در ماده ۱۰ آئین‌نامه معاملات شهرداری تهران می‌باشد. ۴) مشروح شرایط در اسناد درج گردیده که شرکت‌کنندگان می‌توانند از طریق سایت WWW.TEHRAN.IR نیز رويت نمایند. ۵) محل دریافت اسناد شامل کلیه شرایط شرکت در مناقصه: اداره قراردادهای شهرداری منطقه ۳ واقع درخیابان دکتر شریعتی- پانین‌تر از حسینییه ارشاد- ساختمان شماره ۱، طبقه سوم می‌باشد. ۶) لازمه شرکت در مناقصه و باز شدن پاکت پیشنهاد ارائه شده، مراجعه و دارا بودن تأییدیه HSE از واحد مربوطه می‌باشد. ۷) قیمت پیشنهادی باید از حیث مبلغ مشخص و معین و بدون ابهام بوده و در پاکت «ب» لاک و مهر شده در موعد مقرر تسلیم دبیرخانه منطقه شود. ۸) ارائه گواهی صلاحیت ایمنی صادره توسط کمیته تأیید صلاحیت ایمنی ادارات تعاون، کار و رفاه اجتماعی (به جز ردیف‌های ۲ الی ۳) الزامی می‌باشد. ۹) در صورت اختلاف میان مطالب آگهی و مستندات مناقصات، ملاک عمل مستندات مناقصه می‌باشد.

روابط عمومی شهرداری منطقه سه تهران

تندرستی

همشهری

ویژه‌نامه تندرستی • یکشنبه ۹ اردیبهشت ۱۴۰۳ • شماره ۱۴ • دوره جدید • ضمیمه شماره ۹۰۸۲

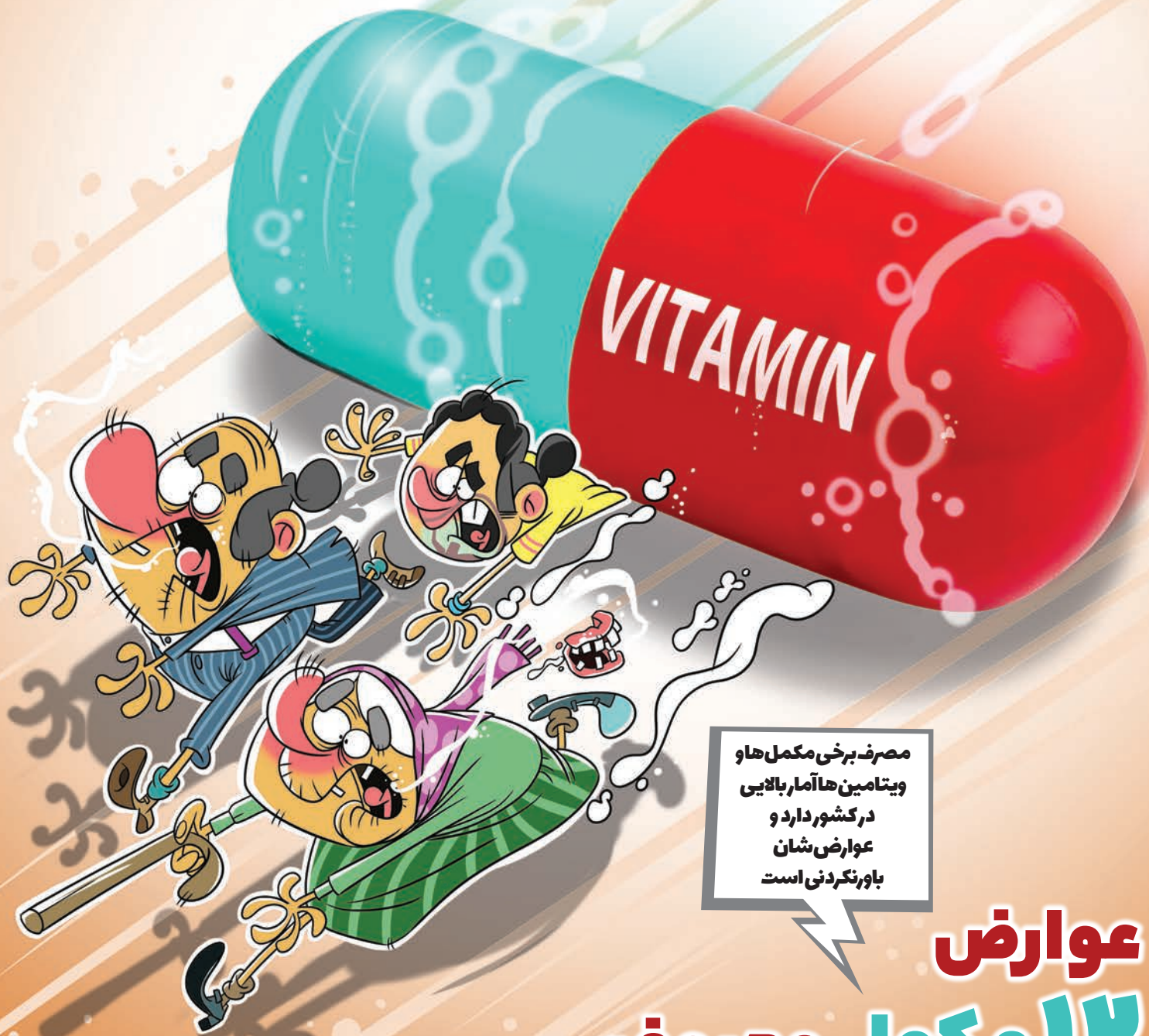


روش‌های تشخیص
مکمل اصلی از تقلبی

سوغاتی جدید
سفرهای خارجی

تجارت چند هزار میلیاردی مکمل‌ها

کمتر از ۲۰ درصد مردم نیازمند مصرف مکمل هستند
اما ۵۰ درصدشان مکمل می‌خورند و مواد غذایی ضروری را
از رژیم‌های روزانه حذف کرده‌اند



مصرف برخی مکمل‌ها و
ویتامین‌ها آمار بالایی
در کشور دارد و
عوارض‌شان
باور نکردنی است

عوارض

۱۲ مکمل معروف

۱۱
توصیه
برای
مصرف
مکمل‌ها

متخصصان می‌گویند به بهانه‌های مختلف یا توصیه‌های اطرافیان مکمل مصرف نکنید استفاده از این محصولات رایج است و از این رو بهتر است چند نکته و توصیه علمی را برای کاهش عوارض جانبی احتمالی مصرف مکمل‌ها بدانید تا تصمیمات آگاهانه‌تری در مورد سلامت خود بگیرید.



۱۰
مشورت با
متخصصان
سلامت

قبل از شروع مصرف هر مکمل جدیدی، ضروری است با یک متخصص مراقبت‌های بهداشتی مانند پزشک، داروساز یا متخصص تغذیه مشورت کنید. آنها می‌توانند بر اساس نیازهای سلامت فردی و تداخلات احتمالی با داروها، توصیه‌های شخصی ارائه دهند. آزمایش را هم فراموش نکنید که البته متخصصان پیش از تجویز، حتماً به شما توصیه خواهند کرد.



۳۰۲

+ یادداشت

اگر مکمل می‌خورید بخوانید



در یک‌دهه اخیر استقبال ایرانی‌ها از مکمل‌ها بیشتر شده و هر کدامشان مصرف حداقل یک یا چند نوع مکمل را در برنامه روزانه خود دارند؛ از ویتامین‌های سی و دی گرفته تا آمپول‌های تقویتی و حتی قرص‌های جوشان. مکمل‌ها موادی هستند که به تامین مواد مغذی که به اندازه کافی در برنامه غذایی افراد وجود ندارد، کمک می‌کنند، اما نکته مهم این است که نه می‌توانند جایگزین یک رژیم غذایی متعادل و متنوع شوند و نه مصرف آنها یا توجه به دسترسی به انواع محصولات غذایی توصیه می‌شود و مصرف‌شان تنها زمانی پیشنهاد می‌شود که فرد قادر به تامین نیازهای تغذیه‌ای خود از طریق رژیم غذایی نیست. مکمل‌ها شامل انواع ویتامین‌ها، املاح معدنی، اسیدهای آمینه، پروتئین‌ها، کربوهیدرات‌ها، اسیدهای چرب و پروبیوتیک‌ها هستند که به شکل قرص، کپسول، پودر و آمپول در بازار دارویی کشور عرضه می‌شوند. در باره مکمل‌ها مهم‌ترین توصیه برای مصرف، پس از انجام آزمایش و تعیین میزان کمبودها در بدن است؛ یعنی هر وقت آزمایش خون دادید و نتیجه آزمایش، کمبود ویتامین یا سایر مواد معدنی را نشان داد، مصرف ویتامین‌ها و مکمل‌ها منطقی است. میزان و دوز مصرف هم باید از سوی پزشک تعیین و تجویز شود؛ چون این محصولات غذایی تنها در صورتی بی‌ضرر هستند و عوارض جانبی ندارند که طبق مقدار توصیه‌شده از طرف گروه‌های پزشکی یا متخصصان تغذیه مصرف شوند. مصرف خودسرانه آنها می‌تواند عوارضی از جمله تداخلات دارویی، آسیب‌های گوارشی، مشکلات کبدی و کلیوی، سوءجذب مواد معدنی و... به‌همراه داشته باشد. با وجود اینکه مصرف مکمل‌ها در کشور بالاست و تولید قابل توجه آنها نیز می‌تواند تأییدی بر این ادعا باشد، اما تأکید می‌شود که بیشتر افراد جامعه نیازی به مصرف مکمل‌ها ندارند و می‌توانند نیازهای تغذیه‌ای خود را از طریق رژیم غذایی مناسب تأمین کنند. در این شماره از ضمیمه تندرستی کارشناسان و متخصصان حوزه سلامت نکات جالبی درباره مکمل‌ها مطرح می‌کنند و حتی دبیر سندیکای تولیدکنندگان مکمل ایران هم بر روش‌های شناسایی محصولات تقلبی اصلی تأکید می‌کند.

نه به غذا! روی خوش به مکمل‌ها

بخشی از مردم به راحتی مواد غذایی ضروری را از رژیم غذایی روزانه حذف و مکمل‌ها را با صرف هزینه‌های هنگفت جایگزین آن می‌کنند

آمارهای سازمان غذا و دارو نشان می‌دهد که بیش از ۱۲ هزار محصول مکمل در کشور تولید می‌شود و آخرین آمارنامه سندیکای تولیدکنندگان مکمل‌های رژیم غذایی، در سال ۱۴۰۰ هم حاکی از آن است که تعداد مکمل‌های تولیدی عرضه‌شده در بازار ۸۵۸ میلیارد و ۱۵۰ میلیون عدد بوده است. گردش مالی‌شان هم تا سال ۹۷ کمتر از ۲ هزار میلیارد تومان بوده و در سال ۱۴۰۰ به بیش از ۱۱ هزار میلیارد تومان رسیده است. این یعنی بازار خوبی برای عرضه این محصولات در کشور شکل گرفته و حتی بلاگرهای سلامت هم در شبکه‌های اجتماعی به شدت در حال تبلیغ مکمل‌ها هستند. محصولاتی که اگر مصرف غیر منطقی و خارج از تجویز پزشکان داشته باشند، قطعاً مصرف‌کنندگان را دچار عوارضی می‌کنند؛ به‌ویژه اگر خارج از داروخانه‌ها به عنوان تنها مراکز ارائه‌دهنده این محصولات فروخته شوند. احتمال تقلبی و قاچاق بودن‌شان نیز زیاد است و چه‌بسا مرگبار باشند.

پرفروش‌ترین مکمل‌ها

مکمل‌های ورزشی بخش عمده بازار فروش مکمل‌های رژیم غذایی را دارند. سال ۱۴۰۰ اعلام شد بیش از ۸۶ میلیون (عدد) فرآورده مکمل ورزشی با ارزشی کمتر از ۳۹۰ میلیارد تومان به شرکت‌های پخش تحویل داده شده که پس از فروش با قیمت نهایی به بیش از ۵۶۰ میلیارد تومان می‌رسید. ارزش تولید مکمل‌های ورزشی سال ۹۸ چیزی حدود ۸۳ میلیارد تومان عنوان شده بود. از نظر حجم تولید انواع مکمل، مکمل‌های زیبایی در صدر قرار دارند؛ به‌طوری که براساس آمار سندیکای مکمل‌های غذایی در سال ۱۴۰۰ بیش از ۷۳۲ میلیون عدد مکمل پوست، مو و ناخن به ارزش تولید هزار و ۲۱۳ میلیارد تومان و ارزش نهایی (قیمت مصرف‌کننده) یا گردش مالی هزار و ۷۵۸ میلیارد تومان در بازار مکمل‌ها وجود داشته است. این در حالی است که همان سال فقط ۱۵۵ میلیون عدد مکمل مصرفی در دوران بارداری به ارزش نهایی ۴۳۴ میلیارد تومان به فروش رسید؛ یعنی یک پنجم تعداد تولید مکمل‌های زیبایی!

وزارت بهداشت کمبودها را رصد می‌کند

سودجویان، بازار خرید مکمل‌ها را با شایعه کمبود مواد معدنی و مغذی در عمده مردم کشور داغ‌نگه می‌دارند. البته اکثر ایرانی‌ها دچار کمبود ویتامین‌های مختلف هستند و پزشکان نیز توصیه می‌کنند که روزانه، هفتگی یا ماهانه تعدادی از مکمل‌ها را در برنامه روتین خود بگنجانند. این در حالی است که وزارت بهداشت کمبودهای کشوری را رصد و طرح‌های سراسری را برای رفع آنها اجرا می‌کند؛ اتفاقی که سال‌ها پیش درباره کمبود ید در ایرانی‌ها رخ داد. آن زمان جمعیت مبتلایان به گواتر در کشور بالا بود اما با جایگزین شدن نمک‌های یددار اکنون، این بیماری در جامعه ایرانی شیوع چندانی ندارد. چند سال پیش هم کم‌خونی ناشی از فقر آهن در ایران زیاد شده بود چون مصرف گوشت کمتری وجود داشت، به همین دلیل در مدارس توزیع قرص آهن آغاز شد تا مشکل دانش‌آموزان برطرف شود؛ مکملی ارزان که هزینه‌ای هم به نظام سلامت تحمیل نمی‌کرد. البته کمبود آهن در خانم‌ها شایع است و دلیل آن ساختار بدنی آنهاست که مطابق خونریزی‌های ماهانه آهن از دست می‌دهند که البته همان هم با یک تغذیه مناسب (مصرف مواد غذایی ای از جمله پسته، عدس، جگر و اسفناج) جبران می‌شود. حتی اگر کمبود آهن شکل بیمارگونه داشته باشد هم مصرف خودسرانه توصیه نمی‌شود و فرد باید مصرف مکمل آهن را به میزان لازم و در مدت تعیین شده با تجویز پزشک دریافت کند.

مکمل‌چند؟

کارشناسان حوزه سلامت تأکید می‌کنند، اگر خوب غذا بخورید و مواد پروتئینی و ویتامین‌ها به بدن‌تان برسد، مصرف مکمل‌ها قطعاً اشتباه است و در هیچ‌جا دنیا هم چنین چیزی رایج نیست. تعداد زیادی از ایرانی‌ها هستند که به راحتی گروهی از مواد غذایی مورد نیاز را از سبد مصرف روزانه حذف می‌کنند و در عوض بخشی از درآمدشان را صرف خرید مکمل‌ها و ویتامین‌هایی می‌کنند که مصرف‌شان هیچ ضرورتی ندارد. مشتریان باشگاه‌های ورزشی برای خرید مکمل‌ها و پودرهای ماهانه ۲ میلیون تا ۴ میلیون تومان هزینه می‌کنند و بیشتر زنان هم برای رفع مشکلات مویشان مبلغی حدود ۵۰۰ هزار تا ۳ میلیون تومان برای خرید مکمل‌های تقویتی ماهانه می‌پردازند. این مبالغ برای مکمل‌های پوستی که برخی از آنها به شکل ساشه‌های حاوی پودر عرضه می‌شوند، مبلغی حدود ۲۰۰ هزار تا ۲ میلیون تومان است. قرص‌های جوشان محبوب اما قیمت چندانی ندارند و از ۵۰ هزار تومان تا ۲۰۰ هزار تومان فروخته می‌شوند.

ضرورت آگاهی عمومی

افزایش آگاهی در مردم برای اینکه بدانند نیازی به مصرف خودسرانه مکمل‌ها نیست، ضرورت دارد. حتی اگر به دلایل مختلف کمبود مواد معدنی مغذی به صورت کشوری رخ دهد و به شکل واقعی و معنادار آمار بایستی داشته باشد، می‌توان با تقویت تغذیه و طرح‌های ملی آنها را جبران کرد و نیازی به این میزان از مصرف مکمل‌ها نیست. به همین دلیل باید گفت بسیاری از کمبودهایی که سودجویان به عموم جامعه نسبت می‌دهند و مکمل‌ها را معجزه در زمان آنها معرفی می‌کنند، واقعی نیست و جنبه بازاریابی دارد.

۵۲
درباره
مکمل
تحقیق
کنید

حتماً زمانی را برای تحقیق درباره مکملی که می‌خواهید مصرف کنید، اختصاص دهید. به دنبال منابع اطلاعاتی معتبر، مانند وب‌سایت‌های بهداشتی مورد تأیید وزارت بهداشت و سازمان غذا و دارو، مجلات و انجمن‌های علمی معتبر باشید. جست‌وجو در اینترنت برای یافتن یک مکمل، توصیه نمی‌شود. مراقب باشید ادعا یا وعده‌های اغراق‌آمیز در فضای مجازی شما را تحت تأثیر قرار ندهد.



۵۳
مراقب
دوזה
باشید

دستورالعمل‌های دوز توصیه‌شده روی برچسب مکمل را بخوانید. مصرف بیش از مقدار توصیه شده می‌تواند خطر عوارض جانبی و مسمومیت را افزایش دهد. به یاد داشته باشید که درباره مکمل‌ها «همیشه بیشتر بهتر نیست». اگر پس از مصرف هم علائم غیر عادی یا عوارض جانبی را تجربه کردید، فوراً مصرف آن را متوقف و در صورت تداوم به پزشک مراجعه کنید.



همیشه برای تندرستی

ویژه‌نامه تندرستی + ۹ اردیبهشت ۱۴۰۳ + شماره ۱۴ + دوره جدید

نکته +

رتبه‌داران جهانی در مصرف مکمل‌ها

مصرف مکمل‌ها و ویتامین‌ها در سراسر جهان به‌طور قابل توجهی متفاوت است و در بسیاری از کشورها مانند ایالات متحده و بخش‌هایی از اروپا، شیوع فراوانی دارد. دلیل این افزایش مصرف نگرانی مردم در مورد کمبود مواد مغذی و بازاریابی‌هایی است که از سوی صنعتگران این حوزه انجام می‌شود. تخمین زده می‌شود که حدود ۵۰ درصد از آمریکایی‌ها نوعی مکمل غذایی مصرف می‌کنند، از جمله مولتی‌ویتامین‌ها، ویتامین D، روغن ماهی، پروبیوتیک‌ها و مکمل‌های گیاهی مختلف. بررسی آمارهای جهانی هم نشان می‌دهد که ۴ کشور آمریکا، ژاپن، استرالیا و آلمان بیشترین مصرف مکمل را دارند و در سوی مقابل، چین، هند، روسیه، برزیل و روس‌ها رغبت کمتری به مصرف این محصولات دارند.

کشورهایی که مصرف بالایی دارند

۱. ایالات متحده: یکی از بالاترین میزان مصرف مکمل‌ها در جهان را دارد، به‌طوری‌که بخش قابل توجهی از جمعیت به‌طور منظم مکمل‌های غذایی مصرف می‌کنند.
۲. ژاپن: مصرف مکمل در این کشور هم رایج است و محصولاتی مانند مکمل‌های کلژن و داروهای گیاهی سنتی محبوب‌تر هستند.
۳. استرالیا: مردم این کشور مصرف کننده مکرر مکمل‌ها به‌شمار می‌روند و مولتی‌ویتامین‌ها، روغن ماهی و ویتامین D انتخاب‌های محبوبی برای آنها هستند.
۴. آلمان: پیشینه‌ای قوی در استفاده از مکمل‌های گیاهی دارد.

کشورهایی که مصرف کمی دارند

۱. چین: در حالی که بازار مکمل‌ها در چین به‌سرعت در حال رشد است، طب سنتی چینی و شیوه‌های غذایی اغلب بر مصرف مکمل‌ها اولویت دارند.
۲. هند: در هند، طب سنتی آیورودا و رژیم غذایی سرشار از گیاهان و ادویه باعث شده که مصرف مکمل در مقایسه با کشورهای غربی کمتر باشد.
۳. برزیل: بازار مکمل رو به رشدی دارد، اما سطح مصرف کلی در مقایسه با کشورهایمانند ایالات متحده یا استرالیا کمتر است.
۴. روسیه: استفاده از مکمل‌ها در روسیه به اندازه دیگر کشورهای اروپایی گسترده نیست و تمرکز مردم این کشور بر غذاها و درمان‌های سنتی است.



تجارت چند هزار میلیاردی مکمل‌ها

کمتر از ۲۰ درصد مردم نیازمند مصرف مکمل هستند اما ۵ درصد مردم مکمل می‌خورند و مواد غذایی ضروری را از رژیم‌های روزانه حذف کرده‌اند

بلائی بلاگرها برای سلامت مردم

یک مشکل جدی دیگر هم وجود دارد، اینکه افراد غیر متخصص در فضای مجازی -بلاگرها و سلبریتی‌ها- توصیه‌های غذایی به دنبال کنندگان می‌دهند، مثل رژیم‌های تک‌غذایی که به‌شدت آسیب‌زا هستند. ما مراجعی داریم که با پیروی از چنین رژیم‌هایی ۳۵ تا ۴۰ روز فقط یک گروه مواد غذایی مثل پروتئین یا در یک بازه زمانی فقط میوه مصرف کرده‌اند. نتیجه چنین تصمیماتی آسیب به سلامت آنها، از جمله افزایش بار کبدی و مشکلات گوارشی بوده است.



افزایش مصرف در یک دهه

مکمل‌ها و ویتامین‌ها جزو محصولات سلامت‌محور OTC هستند که مردم می‌توانند بدون نسخه آنها را از داروخانه تهیه کنند. اتفاقی که طی یک دهه اخیر در کشور ما رخ داده، مصرف بیش از حد استاندارد بین‌المللی مکمل‌هاست. البته درباره اینکه افزایش مصرف به‌دلیل توصیه‌های پزشکی یا مصرف خودسرانه رخ داده هنوز بررسی نشده اما یک تجارت چند هزار میلیاردی در سال را هم رقم زده است. اما درباره اینکه چه میزان از این محصولات نیازمند مصرف هستند هنوز پاسخی داده نشده است.

رژیم متعادل

رژیم غذایی مناسب و متعادل به راحتی این ویتامین‌ها را به بدن می‌رساند، رژیمی که هم غذایی و هم گروه غذایی (کربوهیدرات، چربی‌ها، پروتئین، لبنیات و البته میوه و سبزی) در آن دیده شود. کسانی که به‌صورت روزانه از این گروه‌های غذایی استفاده می‌کنند از هرگونه مصرف مکمل‌های موجود در بازار بی‌نیاز هستند.

اگر خوب غذا بخورید و مواد پروتئینی و ویتامین‌ها به بدن تان برسد، مصرف مکمل‌ها اشتباه است و تنها در صورتی پوئی است که صرف خرید آنها می‌کنید. این در حالی است که بازار مکمل‌ها به‌دلیل تقاضای بالا و مصرف خودسرانه رونق خوبی دارد. آخرین گزارش‌های رسمی درباره ارزش بازار مکمل‌ها هم نشان می‌دهد که در سال ۱۴۰۰ این رقم حدود ۱۰ هزار و ۴۰۰ میلیارد تومان بوده و با توجه به افزایش مصرف احتمالاً در ۲ سال اخیر روند صعودی هم داشته است. در حالی که مصرف مکمل‌ها تنها برای چند گروه خاص توصیه می‌شود که البته به‌گفته جلال‌الدین میرزای رزاق، رئیس انجمن تغذیه ایران و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی همان‌ها هم باید تحت نظر گروه‌های پزشکی و پیراپزشکی تجویز شود. او در این باره چند نکته کلیدی را مطرح کرده است.



گروه‌های نیازمند مصرف مکمل

البته برخی مقاطع سنی و جنسیت‌ها نیازمند مصرف برخی مکمل‌ها هستند که باید تحت نظر گروه پزشکی به‌ویژه فارغ‌التحصیلان رشته تغذیه که جمعیت آنها چیزی حدود ۱۴ هزار متخصص در کشور است، صورت بگیرد. از جمله این گروه‌ها می‌توان به مادران اشاره کرد که در بارداری‌های برنامه‌ریزی شده باید ۳ ماه قبل، طول بارداری و بعد از زایمان مکمل‌هایی را با تجویز پزشک مصرف کنند. زنان هم به‌طور کلی شایع‌ترین کمبود آهن را دارند. همین حالا حدود ۷۰۰ میلیون نفر در کل دنیا مبتلا به کم‌خونی ناشی از فقر آهن هستند که اکثریت آنها را زنان تشکیل می‌دهند. در ایران هم آمار بالایی از زنان به دلایل مختلف دچار این نوع کم‌خونی هستند که باید مصرف روزانه آهن را داشته باشند. گروه دیگر هم نوزادان هستند که تا یک مقطع طبق نظر پزشک و مشاور تغذیه باید مکمل مصرف کنند. دختران و پسران هم در سن بلوغ نیازمند مصرف مکمل‌ها هستند. اما نباید خودسرانه این اتفاق رخ دهد و براساس نیازهای بدنی و تشخیص از سوی گروه پزشکی و پیراپزشکی این مکمل‌ها تجویز شوند. گروه بعدی زنان در سن یائسگی هستند که باید برخی مکمل‌ها را مصرف کنند. هر دو جنسیت زنان و مردان هم در سنین سالمندی با توجه به شرایط و تغییرات فیزیولوژیک و اتفاقاتی که در بدن آنها رخ می‌دهد نیازمند مصرف مکمل‌ها هستند. درباره برخی بیماری‌ها به دلایل مختلف مصرف مکمل ضروری است و پزشکان در نسخه بیمارانشان می‌گنجاند. البته این گروه‌های نیازمند مصرف مکمل‌ها، در مجموع بیش از ۲۰ درصد جمعیت جامعه را هم تشکیل نمی‌دهد اما چیزی که وجود دارد، این است که در حال حاضر بیش از ۴۰ درصد مردم انواع و اقسام مکمل‌ها را مصرف می‌کنند.



۴
توجه به
تداخلات
مواد
مغذی

برخی از مکمل‌ها می‌توانند با داروها یا سایر مکمل‌هایی که مصرف می‌کنید تداخل داشته باشند و بر اثربخشی آنها تأثیر بگذارند. مصرف همزمان مکمل‌ها و داروها می‌تواند عوارض جانبی مضر هم ایجاد کند. از تداخلات احتمالی آگاه باشید و اگر برای یک بیماری خاص داروی همیشگی مصرف می‌کنید، درباره مکمل‌ها حتماً با پزشک خود مشورت کنید.



۵
اهمیت
کیفیت

مکمل‌هایی را مصرف کنید که برند معتبر دارند، سازمان غذا و دارو آنها را تأیید کرده و برچسب رهگیری هم روی جعبه‌شان نصب شده باشد. این محصولات را الزاماً باید از داروخانه‌ها خریداری کنید تا در صورت بروز مشکل قابل پیگیری باشد و مطمئن باشید محصول با استانداردهای ایمنی مطابقت دارد.



۵۲

+ کارشناس

ادعای غلط درباره قرص ناف لاغری



فواد عسجدی
متخصص تغذیه و رژیم‌درمانی

درمان چاقی کلید جادویی ندارد و داروهایی از جمله قرص‌های ناف که در فضای مجازی تبلیغ می‌شوند، دارای هیچ مبنای علمی برای کاهش وزن نیستند. بررسی‌ها نشان می‌دهد که درباره تأثیر قرص ناف روی کاهش وزن، هیچ منبع و شواهد علمی‌ای در مجلات علوم پزشکی و مقالات وجود ندارد. بنابراین می‌توان گفت این ادعا که یک دارو یا ابزار به صورت زیرجلدی یا روی پوست، می‌تواند روی لاغر شدن فرد و چربی سوزی تأثیر بگذارد، علمی نیست. درباره داروها و محصولات که مدعی هستند می‌توانند منجر به کاهش وزن شوند، آنچه مبنای اثربخشی قرار می‌گیرد مستندات علمی و مقالاتی است که درباره آنها منتشر می‌شود نه فیلم‌های تبلیغاتی که تصاویری ساختگی از قبل و بعد از مصرف این قرص‌ها نشان می‌دهند. البته برخی غذاها و مکمل‌ها می‌توانند روی لاغر شدن اثر داشته باشند، اما مردم باید به این نکته توجه کنند که برای درمان چاقی کلید جادویی وجود ندارد و دستیابی به وزن ایده‌آل حاصل رعایت رژیم غذایی متعادل، داشتن فعالیت بدنی و سبک زندگی سالم است.



صرفاً استفاده از یک دارو نمی‌تواند افراد را به وزن ایده‌آل برساند زیرا اگر چنین راهکار کوتاه‌مدتی برای لاغر شدن افراد وجود داشت این میزان از بروز بیماری‌های متابولیک ناشی از چاقی در دنیا وجود نداشت. نکته مهم اینکه مصرف داروها و مکمل‌های رژیمی چاقی و بدون مجوز به دلیل می‌توانند عوارض خطرناکی هم داشته باشند اول اینکه نمی‌توان مطمئن بود، این مکمل‌ها حاوی چه موادی هستند، دوم اینکه آیا مکمل‌های اصل هستند که چاقی شده‌اند و یا تقلبی و تولید شده در مراکز زیرزمینی هستند و سوم بسیاری از این مکمل‌ها مشکلاتی دارند که به صورت چاقی و از مبادی غیررسمی وارد کشور می‌شوند و هیچ نظارتی روی آنها وجود ندارد و احتمال آلودگی آنها هم بسیار بالاست.

منبع: تسنیم

ویتامین‌ها به ۲ دسته محلول در آب و محلول در چربی تقسیم می‌شوند که ویتامین‌های محلول در آب از طریق ادرار دفع می‌شوند و موادی که برای خون‌سازی و اعصاب لازم است را نیز با خود دفع می‌کنند؛ بنابراین وقتی ویتامین مصرف می‌کنیم مقداری از مواد لازم بدن نیز دفع می‌شود. بعضی از ویتامین‌ها هم محلول در چربی هستند که باید از طریق کبد به بدن برسند و اگر به مقدار زیاد از آنها مصرف کنیم در کبد تجمع می‌کنند و باعث چرب شدن کبد می‌شوند. از دیگر عوارض مصرف این ویتامین‌ها آسیب‌های کبدی و مغز استخوان است؛ تاجایی که حتی برخی اوقات باعث از بین رفتن کبد می‌شوند و حتی نیاز به پیوند کبد را به وجود می‌آورند.



تبلیغاتی که در فضای مجازی برای خوردن برخی مکمل‌ها از جمله منیزیم صورت می‌گیرد غلط است و تنها با هدف تبلیغات دارویی و سودجویی صورت می‌گیرد.

کمبود منیزیم، هموگلوبین و کلسیم در بدن باید با آزمایش خون و تحت نظر پزشک انجام شود. اگر آزمایش‌ها این کمبود را تأیید کرد، لازم است مصرف آن صورت بگیرد که میزان آن هم باید از سوی پزشک تعیین شود.

ویتامین‌های تزریقی مثل ب کمپلکس، ب ۱۲ و نوروبیون هم خوب هستند، اما باید به موقع و به میزان مناسب مصرف شوند؛ در واقع آب هم اگر بیش از حد معمول میل شود، ایجاد عارضه می‌کند.

توصیه درباره مصرف مکمل‌ها و ویتامین‌ها با تجویز پزشک، داخلی و خارجی نباید با تصور اینکه محصول خارجی کیفیت بهتری دارد، مصرف خودسرانه صورت بگیرد.

■ پس از پاندمی کرونا، مصرف مکمل‌ها و ویتامین‌ها افزایش پیدا کرده است؛ حتی در همان روزهایی که هنوز پایان پاندمی اعلام نشده بود، ما بیماران بسیاری داشتیم که با مسمومیت ناشی از افزایش مصرف ویتامین‌ها مراجعه می‌کردند. آنها مقدار زیادی ویتامین دی و سی مصرف کرده بودند.

■ اکثر ایرانیان کمبود ویتامین دی دارند، اما همین حالا هم تعداد بیمارانی که با عوارض افزایش مصرف این ویتامین به ما مراجعه می‌کنند زیاد است؛ عوارضی از جمله استفراغ، حالت تهوع، یبوست و معده درد، خستگی، سرگیجه، تپش و گشجی، از دست دادن اشتها و عوارض شدیدتری مانند سنگ کلیه، آسیب کلیه و حتی نارسایی کلیه، فشار خون بالا و ضربان قلب غیرطبیعی.

سوئد سفر

این روزها ویتامین‌ها در چمدان مسافران

مصرف مکمل‌ها، داروهای تقویتی و حتی ویتامین‌ها مورد تأیید است و رد نمی‌شود، اما یک شرط مهم دارد و اینکه با تجویز پزشک صورت بگیرد. فواید چنین فرآورده‌های سلامتی مورد تأیید جامعه پزشکی است، اما مصرف خودسرانه آنها می‌تواند عوارض جدی تری را به دنبال داشته باشد و هزینه‌های هنگفتی را به نظام سلامت و خود بیماران تحمیل می‌کند. این در حالی است که بسیاری از افراد مکمل‌ها و ویتامین‌های مختلف در بسته‌های متنوع را که گاهی حاوی ۱۰۰ کپسول هم می‌شود، خودسرانه مصرف می‌کنند؛ بدون اینکه از عوارض مصرف آنها برای برخی از اعضای بدن و مسمومیت‌هایش مطلع باشند؛ عوارضی که می‌تواند حتی



■ برخی مردم به بهانه صرفه‌جویی در هزینه‌های آزمایش و ویزیت، خودسرانه ویتامین‌ها و مکمل‌ها را مصرف می‌کنند که می‌تواند هزینه‌های بیشتری به آنها تحمیل کند و در نهایت مجبور می‌شوند پول بیشتری را برای درمان‌های بعدی بپردازند.

■ مصرف بی‌رویه و خودسرانه ویتامین دی، ویتامین سی و ب کمپلکس باعث ناراحتی‌های دستگاه گوارش، بیماری‌های کبد مثل کبد چرب و بیماری‌های کلیه از جمله سنگ کلیه می‌شود و حتی می‌تواند به مسمومیت فرد منجر شود.

■ حتی مصرف داروهای مکمل برای جلوگیری از ریزش مو و مشکلات پوستی هم نباید خودسرانه صورت بگیرد.

۵۶
تبادل با
یک رژیم
غذایی
سالم

مکمل‌ها هیچ زمانی نمی‌توانند جایگزین رژیم‌های غذایی شوند و تنها تکمیل‌کننده آنها هستند. سعی کنید تا حد امکان مواد مغذی ضروری را از غذاهای کامل دریافت کنید؛ زیرا آنها حاوی انواع مختلفی از ترکیبات مفید هستند که می‌توانند سلامتی مطلوبی را برایتان رقم بزنند؛ در صورتی که جزو گروه‌های خاص نیازمند مصرف هستید، پزشکان این مکمل‌ها را با نحوه صحیح مصرف به شما توصیه می‌کنند.



۵۷
هدف از
مصرف
مکمل

قبل از شروع مصرف مکمل، به این فکر کنید که چرا آن را در نظر گرفته‌اید. اگر می‌خواهید کمبود مواد مغذی خاصی را برطرف کنید، مطمئن شوید که قادر به جذب آنها از گروه‌های غذایی تعیین شده نیستید و مصرف مکمل برای شما ضروری است. این هدفگذاری بیش از مصرف می‌تواند به انتخاب مکمل شما کمک کند.



هلمشهری تندرسی

ویژه‌نامه تندرسی • ۹ اردیبهشت ۱۴۰۳ • شماره ۱۴ • دوره جدید

غذایی جدید های خارجی

و مکمل‌ها جای دیگر سوغاتی‌ها را
نی که از خارج می‌آیند گرفته است

منجر به از دست رفتن یک عضو و نیاز به پیوند هم شود. ایرج خسرونی، رئیس جامعه پزشکان متخصص داخلی هم این مسئله را تأیید می‌کند و می‌گوید: «آمار مصرف خودسرانه این محصولات سلامت‌محور در کشور ما بیش از حد نرمال است و نه تنها فروش از سوی داروخانه‌ها که تبلیغات فضای مجازی هم این میزان مصرف را تشدید کرده است. نکته عجیب‌تر اینکه این روزها افراد به جای کفش و لباس، دارو و ویتامین به عنوان سوغات از سفرهای خارجی می‌آورند.» نکات جالب این گفت‌وگو را در ادامه بخوانید.



- برخی داروها OTC و نیازمند نسخه پزشک نیستند، اما فرد از کجا می‌داند که چه میزان از این دارو را باید مصرف کند که دچار مسمومیت نشود.
- نسخه یکسان برای همه گروه‌های سنی برای مصرف ویتامین‌ها و مکمل‌ها هم علمی نیست. در واقع وضعیت بدنی فرد ۷۰ساله با افراد جوان‌تر متفاوت است.
- برخی ویتامین‌ها و مکمل‌ها حاوی هورمون هستند و مصرف‌شان برای سالمندان منجر به بروز عوارض است.
- عوارض مصرف بیش از حد داروها می‌تواند سبب ناراحتی‌های کبدی، کم‌خونی، کلیوی و... شود.
- برخی از داروها هم سرطان‌زا هستند و نباید مصرف بالا داشته باشند.
- در بسیاری از کشورها، بدون نسخه پزشک دارو به بیماران نمی‌دهند، اما این مسئله در ایران مرسوم است و شامل ویتامین‌ها و مکمل‌ها هم می‌شود. عجیب است که برخی افراد قوطی‌های ۱۰۰ تا ۱۰۰۰ مکمل را مثل نقل و نبات می‌خورند؛ بدون اینکه از عوارض‌شان مطلع باشند.
- آمارها نشان می‌دهد که ایران نسبت به جمعیتش بیشترین مصرف آنتی‌بیوتیک و مسکن را در دنیا دارد که این مضر است. بیشتر هم افراد مسن با این مسئله مواجه هستند.

بهرتر است کمبود ویتامین‌ها در بدن از طریق مواد غذایی سالم برطرف شود اما به دلیل گرانی مواد غذایی بسیاری از این مواد از سفره ایرانی‌ها حذف شده و پزشکان مجبور می‌شوند که آهن و املاح دیگری را به عنوان قرص تجویز کنند؛ این در حالی است که هم خوردن داروی زیاد و هم نخوردن مواد غذایی سبب ایجاد بیماری‌هایی می‌شود که سوء تغذیه نخستین مورد آن است و مورد دوم هم از بین رفتن کبد.

با مصرف غذاهای سالم، مواد پروتئینی و ویتامین‌ها به بدن می‌رسند و نیازی به مصرف مکمل‌ها نیست. در هیچ جای دنیا هم چنین چیزی رایج نیست، اما در کشور ما مقدار زیادی از بودجه خانواده و دولت صرف خرید این محصولات می‌شود که مصرف‌شان هیچ ضرورتی ندارد.

انواع مکمل‌ها

۴ گروه ویتامین محلول در چربی E، D، K و A هستند که اگر خودسرانه و بیش از حد نیاز روزانه مصرف شوند، آسیبی جدی به سلامت مصرف‌کننده خواهند زد که گاهی جبران‌ناپذیر است. برخی ویتامین‌ها هم محلول در آب هستند، مثل B و C که همراه با ادرار از بدن دفع می‌شوند. این مکمل‌ها نسبت به گروه قبلی آسیب کمتری دارند. اما مصرف خودسرانه آنها هم می‌تواند عوارضی داشته باشد. علاوه بر آن، خسارت مالی هم دارند، چون بدن به آنها نیاز ندارد و به نوعی هدر دادن پول است.

فرهنگ غلط

یکی از فرهنگ‌های غلطی که در ایران در گروه سنی جوانان شکل گرفته این است که آمپول تقویتی نوروبیون برای رفع خستگی و کسالت تزریق می‌کنند، در حالی که نه تنها فایده‌ای ندارد، بلکه می‌تواند عوارضی از جمله مسمومیت داشته باشد، به کبد سالم آسیب بزند و عامل بروز سرطان باشد. به‌طور کلی مصرف یا تزریق نوروبیون برای جوانان لزومی ندارد و فقط افراد مسن و سالمند باید آن را مصرف کنند، آن هم ماهانه یا هر چند ماه یکی دو بار.

مکمل‌ها به‌تنبهایی لاغری‌کنند

بسیاری از مکمل‌های لاغری فاقد استانداردهای لازم دارویی هستند و علاوه بر آن نمی‌توانند بدون رعایت رژیم غذایی، ورزش و صرفاً از طریق خوردن قرص و بدون عوارض جانبی منجر به کاهش وزن شوند. عوارض جانبی آنها هم در افراد مختلف متفاوت است، از افزایش ضربان قلب، افزایش میزان فشار خون گرفته تا بی‌خوابی، عصبانیت، سردرد، سرگیجه، ضعف، تغییر مزه دهان، خشکی دهان، بی‌حسی پوست، تهوع، گرفتن عضلات شکم، اسهال و دیگر مشکلات دستگاه گوارش و مشکلات کبد. بنابراین پیش از شروع مصرف مکمل‌های لاغری حتماً با متخصص تغذیه مشورت کنید. پیش از این هم، محمد هاشمی، دبیر انجمن علمی پیشگیری و درمان چاقی ایران، از نتایج تکان‌دهنده بررسی تعدادی از مکمل‌های لاغری تقلبی در کشور خبر داده و گفته بود: «این محصولات نه تنها گیاهی نیستند، بلکه به دلیل داشتن هورمون تیروکسین و ایجاد پرکاری تیروئید به‌صورت مصنوعی باعث لاغری می‌شوند. برخی از آنها هم حاوی ماده‌ای است به نام گ‌رد فرشته (نوعی مخدر) که باعث بی‌اشتهایی فرد می‌شود.»



توصیه

داروهای گیاهی هم عارضه دارند



این روزها افزایش چاقی و تمایل افراد به کاهش وزن در کمترین زمان و با آسان‌ترین روش‌ها به یکی از بسترهای درآمدزا برای سودجویان بدل شده است تا با تبلیغات عجیب و غریب‌شان افراد را به خرید انواع و اقسام محصولات تقلبی، غیراستاندارد، قاچاق و حتی بدون تأییدیه‌های وزارت بهداشت ترغیب کنند؛ از جمله داروها، دمنوش‌ها، قرص‌های زیر زبانی و... اما به تأکید کارشناسان، بروز چاقی یا لاغری در افراد می‌تواند ناشی از یک مشکل داخلی باشد و نمی‌توان برای همه یک نسخه پیچید. مینا موحد، متخصص طب سنتی در این باره به ۳ نکته مهم تأکید می‌کند.

۱. اینکه هر فردی بدون در نظر گرفتن مشکلی که دارد و فقط به خاطر کاهش و افزایش وزن یک نوع داروی گیاهی را مصرف کند، درست نیست. چه‌بسا دارویی که برای فردی بسیار مفید بوده باشد و برای فردی دیگر مضر. این در حالی است که حتی داروهای گیاهی هم همچون داروهای شیمیایی دارای عارضه هستند و می‌توانند تداخلاتی با داروهای شیمیایی‌ای که فرد استفاده می‌کند داشته باشند.

۲. کاهش وزن روال تدریجی، منظم و مشخصی دارد و سرعت بخشیدن به این روند، سلامت فرد را به مخاطره می‌اندازد. اگر کاهش وزن خیلی زیاد و در مدت کم رخ دهد، عوارض بسیار زیادی دارد که یکی از عوارض شایع آن کبد چرب است و می‌تواند منجر به بیماری‌های حاد کبدی دیگری شود.

۳. درباره دمنوش‌های لاغری هم عوارضی از جمله حساسیت‌های پوستی، اختلالات کبدی، سردرد، سرگیجه و گوارش مطرح می‌شود. در برخی مواقع بسیاری از این داروهای گیاهی که غیراصولی انتخاب شده و بسیار قوی هم هستند می‌توانند در موارد پیشرفته زخم‌های گوارشی نیز ایجاد کنند. با توجه به اینکه اکثر این دمنوش‌ها که برای لاغری تجویز می‌شوند، طبع گرمی دارند، اگر فرد با مزاج گرم آنها را مصرف کند، باعث تشدید علائم گرمی، اختلال خواب، بی‌قراری و سردرد و در برخی مواقع اضطراب می‌شود.

منبع: ایسنا

۵۸
تفاوت‌ها
را در نظر
بگیرید

افراد مختلف براساس عواملی مانند سن، جنسیت، وضعیت سلامتی و سبک زندگی، نیازهای غذایی متفاوتی دارند. هنگام انتخاب مکمل‌ها این نیازهای فردی را در نظر بگیرید تا مطمئن شوید مصرف این محصولات می‌تواند منجر به رفع مشکل براساس نیاز شما شود.



۵۹
روند
آهسته در
مصرف

اگر در مصرف مکمل‌ها تازه کار هستید، هر بار با یک مکمل شروع کنید تا بر واکنش بدن خود نظارت داشته باشید. معرفی چند مکمل همزمان، به‌ویژه در ابتدای مصرف می‌تواند تشخیص این را که کدام یک ممکن است باعث ایجاد عوارض جانبی در بدن شما شده دشوار کند.



۷۰۶

+ با کارشناس

چه کسانی باید نوروبیون بزنند؟



نوروبیون یکی از پر مصرف‌ترین مکمل‌های تقویتی ایرانی هاست و برای رفع هر ضعف و بی‌حالی آن را مصرف می‌کنند. اما میرخانی، عضو هیأت مدیره نظام پزشکی معتقد است اینکه افراد عنوان می‌کنند، پس از مصرف آن سر حال می‌شوند، عمدتاً تلقین است و به لحاظ درمانی تقریباً بی‌فایده.

او می‌گوید: «نوروبیون شامل B1، B6 و B12 تنها برای کسانی توصیه می‌شود که کمبود ویتامین B دارند، یعنی افرادی که قسمتی از دستگاه گوارش خود را از دست داده‌اند. به‌عنوان مثال فردی به‌دلیل خونریزی، بخشی از معده‌اش برداشته شده و در این شرایط جذب ویتامین B در او به مشکل می‌خورد و نیازمند تزریق نوروبیون است.» او درباره گروه‌های دیگر نیازمند مصرف این مکمل عنوان می‌کند: «افرادی هم که رژیم گیاهخواری سختگیرانه دارند، ویتامین B کمتری دریافت می‌کنند چون بخش قابل توجهی از این ویتامین در گوشت وجود دارد. همچنین کسانی که داروهایی را مصرف می‌کنند که عوارض آن داروها جلوگیری از جذب خانواده ویتامین B است، مثل بیماران مبتلا به سل. این افراد رژیم ۴ دارویی می‌گیرند که مانع از جذب ویتامین B در معده است.»

به‌گفته این پزشک، سوءتغذیه خاص یا برخی بیماری‌ها هم به‌عنوان گروه‌های هدف تزریق نوروبیون مطرح هستند اما مجموع این گروه‌های مطرح شده جامعه آماری بسیار کمی دارند، به همین دلیل می‌توان گفت که تولید این میزان از ویتامین B در کشور اهداف تجاری دارد. میرخانی تأکید می‌کند: «فردی که کمبود ویتامین دارد، پس از دریافت آن، قطعاً سر حال تر می‌شود، اما آیا همه مردم برای سر حال تر شدن نیاز به خوردن ویتامین B دارند؟ جواب خیر است چون افراد غیر از گروه‌های مطرح شده حتی اگر عنوان کنند که پس از تزریق ضعف و بی‌حالی‌شان برطرف شده، این تصورشان عمدتاً تلقین است. حس خوبی هم که پس از رفع ضعف به آنها دست می‌دهد، در حقیقت مشابه تجربه آنها در خوردن گوشت است که بیشترین مقدار ویتامین B را دارد.»

ماتور داروخانه‌ها روی مکمل‌ها

در سده‌های گذشته به‌دلیل تغذیه خاص مردم، کمبود ویتامین‌ها و مواد معدنی شایع بوده و معروف‌ترین داستانش هم مربوط به فرانسو و مازلان، دریاورد پر تالی است که در سفر دریایی بر اثر یک بیماری ناشی از کمبود ویتامین C درگذشت. آن زمان کوری بر اثر کمبود ویتامین A یا بیماری‌های نر می‌استخوان به‌دلیل کمبود ویتامین D هم وجود داشت. اما در سده اخیر با پیشرفت بهداشت و سالم شدن تغذیه، همچنین افزایش دسترسی مردم به همه مواد غذایی، کمبود مواد معدنی در افراد به‌شدت گذشته نیست. در واقع نیازهایی که در گذشته درباره ویتامین‌ها وجود داشته، اکنون دیده نمی‌شود و این ادامه تولید بیشتر شبیه عادت و مارکتینگ است و نیاز همه مردم نیست. این نکاتی است که دکتر سیدمحمد میرخانی، عضو هیأت مدیره نظام پزشکی تأکید می‌کند: «مکمل همانطور که از اسمش پیداست،

مکمل قیمت دستوری ندارد و گران‌تر فروخته می‌شود به همین دلیل بازاریابی بسیار قوی‌ای درباره آنها شکل گرفته است



کامل کننده است، یعنی اصل به حساب نمی‌آید و فرع است، اما این محصولات مارکتینگ قوی دارند و مارکت هم یعنی شبه علم.»

این روزها همه منیزیم توصیه می‌کنند

عضو هیأت مدیره نظام پزشکی با اشاره به اینکه مکمل‌های معروفی بین مردم مصرف بالایی دارد اما اخیراً یک مکمل دیگر هم به جمع آنها اضافه شده، عنوان می‌کند: «این روزها همه به هم مصرف منیزیم را توصیه می‌کنند در حالی که کمبود منیزیم واقعی در بدن بسیار نادر است. اگر کمبود کلسیم در فرد رخ دهد و همزمان با آن منیزیم هم کم شود، خشکی عضلات رخ می‌دهد که شایع نیست. اما اتفاق بدی که به شکل اشتباه در جامعه ما مصطلح شده، این است که هر خشکی عضلات و گرفتگی عضله را به کمبود منیزیم ربط می‌دهند. اگر کسی پس از مصرف منیزیم به بهانه مشکلات عضلانی ادعای بهتر شدن شرایط را دارد، تلقین است و مبنای علمی ندارد.»

عوارض این جوشان‌های محبوب

به‌گفته میرخانی مارکتینگ بازاریابی مکمل‌ها درباره ویتامین C هم به‌شدت قوی است و در توضیح بیشتر بیان می‌کند: «شرایط به‌گونه‌ای شده که افراد با هر نوع ضعف و بی‌حالی اقدام به خوردن یا تزریق این ویتامین می‌کنند و از دوران کرونا هم این مسئله به‌شدت تقویت شده، در حالی که هیچ نقشی در بیماری‌های ویروسی و افزایش شادابی در افراد ندارد. البته ویتامین C جزو مکمل‌های محلول در آب است که از طریق اراد دفع می‌شود و در بدن نمی‌ماند، به همین دلیل خطر طولانی مدت ندارند. اما این ویتامین که قرص‌های جوشان محبوب بسیاری از ایرانی‌هاست، حالت اسیدی دارد و می‌تواند خون را اسیدی کند. این مسئله می‌تواند جذب برخی داروها را مختل کند و فرد را به دردسر بیندازد. به‌عنوان مثال اگر فردی دچار مشکل گوارشی باشد و داروهای پنتاپرازول و امپرازول مصرف کند، چنانچه ویتامین C هم بخورد درمان سخت‌تری خواهد داشت.»

فقط امکان کمبود یک ویتامین وجود دارد

میرخانی با بیان اینکه ویتامین‌ها به راحتی در مواد غذایی وجود دارند، عنوان می‌کند: «تقریباً بیماری‌ای که به‌دلیل کمبود ویتامین وجود داشته باشد، نداریم و تنها ویتامینی که ممکن است در افراد کمبود باشد، ویتامین D است که به دلایلی از جمله افزایش آبارتمان‌نشینی و نوع پوششی که کمتر آفتاب دریافت شود رخ می‌دهد. به همین دلیل مکمل‌ها بیشتر نقش بازاریابی و تامین مالی شرکت‌های داروسازی بزرگ را پیدا کرده‌اند.»

مکمل‌های آمریکایی اطراف تهران تولید می‌شوند

میرخانی درباره تمرکز فعالان حوزه دارو بر فروش مکمل‌ها می‌گوید: «در ایران داروها به شکل پارانهای و دستوری قیمت می‌گیرند اما مکمل‌ها تعرفه آزاد دارند. به همین دلیل شرکت‌های داروساز و داروخانه‌ها برای اینکه مجبور به تولید و عرضه داروها با قیمت‌های دستوری هستند، بیشتر روی مکمل‌ها مانور می‌کنند. در این شرایط مارکتینگ و بازاریابی شکل می‌گیرد. بازاریابی‌هایی که به‌دلیل سود قابل توجه‌شان حتی از سوی بلاگرها، سلبریتی‌ها و مربیان باشگاه‌های بدنسازی هم انجام می‌شود و به بهانه اینکه مکمل‌ها خارجی یا تولید شده با مواد اولیه خارجی هستند، با قیمت‌های بالاتر هم فروخته می‌شوند، در حالی که بسیاری از مکمل‌هایی که تحت عنوان محصولات آمریکایی به مردم می‌فروشند، در همین شهرک‌های اطراف تهران در حال تولید هستند.»

۱۰
صبر
باشید

داشتن انتظارات واقع بینانه هنگام مصرف مکمل ها هم مهم است. در حالی که برخی از مکمل ها ممکن است اثربخشی سریع تری داشته باشند، اما برخی دیگر ممکن است برای نشان دادن نتایج به زمان نیاز داشته باشند. اگر عجول و بی حوصله هستید، این نکته مهم را درباره مکملی که قرار است مصرف کنید، در نظر بگیرید.



۱۱
پیگیری
مصرف

زمانی که مصرف مکمل ها را آغاز کردید، زمان شروع، میزان مصرف، دوز تعیین شده و هر گونه تغییری را که در سلامتی یا تندرستی شما ایجاد می کند به خاطر بسپارید. این آگاهی می تواند در صورت بروز مشکل یا نبود اثربخشی درباره این محصولات به شما و ارائه دهنده مراقبت های بهداشتی کمک کند تا تجویز جدیدتری داشته باشید.



همیشه برای تندرستی

ویژه نامه تندرستی + ۹ اردیبهشت ۱۴۰۳ + شماره ۱۴ + دوره جدید

توصیه +

روش های تشخیص مکمل اصلی از تقلبی

برای تشخیص و خرید مکمل اصلی چند نکته مهم مطرح است و سیدمحمد ناصری، دبیر سندیکا تولیدکنندگان مکمل ایران در این باره می گوید: «اول اینکه تمام محصولات ایرانی و تحت لیسانس که در کشور تولید می شوند در سامانه وزارت بهداشت از طریق برچسب اصالت قابل رهیابی هستند. نکته دوم هم اینکه عرضه مکمل ها شامل قرص، کپسول، قرص جوشان و پودرهای بدنسازی خارج از داروخانه ممنوع است و هر کدام از آنها اگر خارج از داروخانه خریداری شود فاقد اصالت است؛ یعنی براساس سیکل قانونی وارد یا تولید نشده است.» او درباره نکته سوم هم بیان می کند: «داروخانه ها اجازه فروش اقلام قاچاق را ندارند و این کار یک تخلف بسیار جدی و با جرایم سنگین مواجه است. آنها اجازه ندارند حتی محصولی را که از طریق چمدانی و مسافران وارد شده عرضه کنند. نکته مهم اینکه بسیاری از محصولات که در سطح عرضه خارج از داروخانه ها فروخته می شوند، تقلبی هستند و از مجرای قانونی هم به کشور وارد نشده اند. این در حالی است که تقاضا برای نمونه خارجی مکمل ها در کشور بالاست و به همین دلیل سودجویان به دنبال نمونه های تقلبی این مکمل ها در کشورهای همسایه هستند.» ناصری تأکید می کند: «اگر داروخانه ای اقدام به تحویل مکملی کند که برچسب اصالت وزارت بهداشت را نداشته باشد، این اقدام تخلف است اما مشکل اینجاست که هر قدر داروخانه ها می خواهند داروی مجاز عرضه کنند، مردم هم آنها را به این سمت هل می دهند چون تقاضا برای خرید محصولات غیر مجاز نه تنها مکمل ها که درباره سایر محصولات سلامت محور مثل داروها و لوازم بهداشتی ها زیاد است که البته این تأیید چنین تخلفی از سوی داروخانه ها نیست.»



مکمل خارجی نداریم

چند سالی است که دیگر مکمل های خارجی وارد کشور نمی شوند و خارجی ها همان تحت لیسانس های تولید داخل هستند

فروش خارجی ها در داروخانه ها

یکی از مشکلات این حوزه تقاضای مردم برای خرید مکمل های خارجی است که البته به فرهنگ مصرف کالای خارجی در مردم ایران مربوط می شود و فقط شامل مکمل ها نیست. مردم مازمانی که می خواهند کفش هم بخرند، اگر پول کافی داشته باشند، ایرانی نمی خرند. این فرهنگ زمانی مشکل ایجاد می کند که فرد در مراجعه به داروخانه، اصرار بر خرید محصول خارجی دارد اما نمی داند که این محصولات خارجی را در کشور نداریم. به همین دلیل آن چیزی که در بسیاری موارد داروخانه ها به عنوان مکمل خارجی عرضه می کنند، همان محصولات تحت لیسانس است که تحت نام برند یک شرکت خارجی در داخل کشور تولید می شود. اما روی جعبه تمامی این محصولات، ساخت ایران قید شده است.



بیشترین تقلب در این مکمل ها

بیشترین سهم قاچاق و تقلب در مکمل ها درباره مکمل های ورزشی وجود دارد که خارج از چرخه اصلی عرضه این محصولات یعنی داروخانه ها فروخته می شوند. آنهايي که به صورت پودر تهیه می شوند و به تکنولوژی پیچیده برای ساخت هم نیاز ندارند. تخلفات درباره مکمل های ورزشی به دلیل مصرف از سوی جوان ها و اثربخشی برخی از آنها هم بیشتر است. آنها یک پودر پروتئینی قاچاق می خرند و آن را مؤثرتر می دانند اما آگاه نیستند که دلیل این اثربخشی، داروها و مواد نیروزای غیرمجازی است که به این پودرها اضافه شده، اما این اثربخشی جذابیّت محصول را برای مصرف کننده بیشتر می کند.

وضعیت تولید مکمل در کشور

تولید مکمل ها در کشور از حدود سال ۹۸ رونق جدی تری گرفت و به این دلیل که مکمل ها پروسه قیمت گذاری بهتری نسبت به دارو داشتند، بسیاری از شرکت های داروسازی به این سمت آمدند که در کنار محصولات دارویی مکمل ها را هم تولید کنند. ایران جزو کشورهای است که تمام مکمل های پیش در کارخانه های داروسازی تولید می شوند و چند شرکتی هم که هنوز تولید دارو ندارند، استانداردهایی که وزارت بهداشت از شرکت های دارویی مطالبه می کند را دارا هستند. این در حالی است که در سطح دنیا مکمل ها در سطح نزدیک تر به صنایع غذایی تولید می شوند.

ماجرای تولید مکمل ها

مکمل ها شامل ویتامین ها، مواد معدنی، ترکیبات ویتامین ها و مواد معدنی با عصاره های گیاهی، آمینواسیدها و پروتئین ها هستند و تولیدشان به ۲ صورت انجام می گیرد؛ آنهايي که با دانش فنی و فرمولاسیون شرکت های داخلی تولید می شوند و گروه دوم هم تحت لیسانس و فرمولاسیون شرکت خارجی در حال تولید هستند. این محصولات همان برندی هستند که شرکت خارجی سازنده اولیه، ساخت و دانش فنی آن را به شرکت ایرانی منتقل کرده و در نهایت محصول با همان نام و برند خارجی تولید می شود. البته همانقدر که در حوزه تولید محصولات آماده مصرف پیشرفت کرده ایم، در بسیاری موارد مولتی ویتامین مینرال که محصول تولید شده یک شرکت ایرانی یا تحت لیسانس یک شرکت خارجی است، مواد اولیه شان به احتمال زیاد وارداتی هستند.

چند سالی می شود که تمام مکمل های موجود در کشور در کارخانه های داروسازی ایران تولید می شوند و تقریباً هیچ وارداتی برای این محصول در کشور وجود ندارد. اینها را سیدمحمد ناصری، دبیر سندیکا تولیدکنندگان مکمل ایران می گوید و تأکید می کند: «اگر در داروخانه ها، محصولی را تحت عنوان برند خارجی عرضه می کنند، همان هایی هستند که تحت لیسانس و فرمولاسیون شرکت خارجی از سوی شرکت های داخلی تولید شده اند و ادعای تولید آن توسط شرکت خارجی در کشور دیگر مورد تأیید نیست.» او تأکید می کند که تنها مرکز معتبر برای عرضه این محصولات هم داروخانه ها هستند و اگر در محلی خارج از این اصناف عرضه شوند، قاچاق و فاقد اصالت خواهند بود. نکات مهمی که دبیر سندیکا تولیدکنندگان مکمل ایران درباره این محصولات بیان کرده را در ادامه بخوانید.

محدودیت واردات

به موازات رشد تولید مکمل ها در داخل کشور و همزمان با محدودیت های منابع ارزی، وزارت بهداشت و وزارت صنعت و معدن را در این مسیر قرار داد که جلوی واردات مکمل ها را بگیرند. این تصمیم کاهش ارزش برای کشور داشت چون تعداد زیادی از محصولات با وجود ۱۰ تا ۱۵ تولیدکننده ضرورتی به واردات نداشتند. البته این الگویی است که در کشورهای همسایه ایران هم وجود دارد و به جز واردات تعدادی از مکمل هایی که مربوط به برندهای معتبر دنیا هستند، آنها هم به سمت خودکفایی در تولید مکمل ها حرکت کرده اند. بر این اساس تقریباً هیچ مکمل وارداتی در کشور ما هم وجود ندارد.



عوارض ۱۲ مکمل معروف

مصرف برخی مکمل‌ها و ویتامین‌ها آمار بالایی در کشور دارد اما عوارض‌شان باورنکردنی است

حتی یک گشت و گذار کوتاه در فضای مجازی هم، یک بست اتفاقی و پیشنهادی را پیش‌رویتان قرار می‌دهد که یک پزشک یا بلاگر سلامت در حال تبلیغ ویتامین‌ها و مکمل‌هایی است که به زعم او برای رفع خستگی، دردهای عضلانی، بی‌حالی و احساس کسالت و هزار و یک مشکل جسمانی دیگر باید مصرف کنید. برای همه هم یک نسخه واحد می‌پیچند و فرقی نمی‌کند که چندساله باشید. امگا ۳ را برای خشکی پوست در فصل سرما تجویز می‌کنند و ویتامین B و C را برای رفع کسالت و بی‌حالی، ویتامین D برای رفع افسردگی، آهن برای آرامش و رفع خستگی، منیزیم را هم برای خواب راحت، گرفتگی عضلانی، فشار خون و... مردم هم این محصولات را طبق توصیه این افراد با تجویز اطرافیان در حالی مصرف می‌کنند که از عوارض آنها آگاهی ندارند. پژوهش‌های جدید نشان می‌دهد که مصرف بی‌رویه ویتامین E احتمال ابتلا به مشکلات پروستات را در مردان زیاد می‌کند یا مصرف بی‌رویه مکمل روی (زینک) احتمال ابتلا به کم‌خونی را در پی دارد. متولیان حوزه سلامت می‌گویند که عوارض این مکمل‌ها و ویتامین‌ها که برخی از آنها برای مردم معروف و شناخته شده هم هستند و مصرف بالایی هم در کشور دارند، باورنکردنی است. ۱۰ مکمل و ویتامین نام آشنا و عوارضی که می‌توانند در صورت مصرف خودسرانه در مصرف کنندگان رقم بزنند را در ادامه بخوانید.

بکمپلکس، ب۱۲ و نوروبیون

همه این ویتامین‌ها عوارض دارند و عوارض‌شان هم شناخته شده است. این ویتامین‌ها حتما باید با تجویز پزشک مصرف شوند. تبلیغ این محصولات بدون تجویز پزشک ممنوع است. هر چند داروخانه‌های ما به راحتی آنها را در اختیار افراد قرار می‌دهند اما مطالعات جدید نشان می‌دهد که بعضی از ویتامین‌ها مثل نوروبیون اگر به مقدار زیاد، بی‌رویه و نامحدود مصرف شوند، سرطان‌زا هستند.

مکمل‌ها

مکمل‌ها مجموعه‌ای از املاح و ویتامین‌ها هستند. هر عوارضی که ویتامین‌ها به صورت جداگانه دارند، مکمل‌ها یکجا با هم دارند؛ چون یک مکمل حاوی چندین ویتامین است. مصرف هر محصول خوراکی اگر بیش از حد باشد، عوارضی برای بدن دارد و مکمل‌ها هم از این قاعده مستثنی نیستند. کوچک‌ترین عارضه مصرف آنها تجمع در کبد و ایجاد عارضه‌های بزرگ‌تر است.

قرص آهن

قرص‌های آهن ۱۰ مزیت دارند و هزاران عیب. بسیاری از مصرف کنندگان محصول دچار تجمع آهن در کبد و مسمومیت کبدی می‌شوند. بسیاری از این افراد هم نه تنها به آهن نیاز ندارند، بلکه ممکن است اضافه آهن هم داشته باشند؛ اما افراد براساس توصیه‌های غیرمتخصصان اقدام به مصرف این محصول می‌کنند.

منیزیم

اگر میزان منیزیم در بدن پایین باشد، باید مصرف شود؛ البته سطح منیزیم و کمبود آن در بدن را نمی‌توان از رنگ چشم، پوست، رنگ زبان، نبض و حرف زدن فهمید. پتاسیم، سدیم و قند خون فقط با چکاپ و آزمایش قابل تشخیص است.

امگا ۳

امگا ۳ تقویت کننده است و روی کبد و چربی خون اثر مناسبی دارد اما لازم است که به میزان مناسب و با تجویز پزشک مصرف شود چراکه مصرف بیش از اندازه آن قطعاً آسیب‌زا است.

ویتامین دی

اگر ویتامین دی بدن کافی یا زیاد باشد، مصرف خودسرانه آن عوارضی از جمله سنگ کلیه، پوکی استخوان و مشکلات استخوانی دارد. این ویتامین محلول در چربی است و مقدار اضافی آن در بدن می‌تواند تجمع شود و ایجاد مشکلات و اختلالاتی در سیستم استخوانی بدن کند؛ بنابراین ضرورت دارد که با آزمایش میزان کمبود ویتامین دی در بدن افراد مشخص شود و بر همان اساس تجویز صورت بگیرد.

مکمل‌های افزایش وزن

این محصولات حاوی کورتون هستند که سیستم ایمنی افراد را ضعیف می‌کند و عوارض بسیار شدیدی برای فرد به همراه دارد. ابتلا به فشار خون بالا، افزایش قند خون، بروز آب‌مروارید در چشم و خشکی پوست از جمله مهم‌ترین عوارض مصرف کورتون است. این مکمل‌ها همچنین می‌توانند مشکلات استخوانی و سوء جذب مواد معدنی ایجاد کنند.

ویتامین C

مشکلات گوارشی از جمله اسهال، جذب بیش از حد آهن و خطر تجمع آهن در بدن، از عوارض مصرف خودسرانه ویتامین C است. بیماران زیادی هستند که به دلیل مصرف بی‌رویه ویتامین C دچار مشکلات عدیده سنگ کلیه یا مشکلات کبدی و عروقی شده‌اند.

ویتامین آ

مصرف ویتامین آ می‌تواند اختلالات مختلفی را ایجاد کند و باعث بروز حالاتی مانند گیجی و سردرد، زخم‌های دهانی و حالت تهوع و استفراغ شود.

پودرهای ورزشی

آمار فروش این محصولات در باشگاه‌های ورزشی بالاست و حتی در فضای مجازی و بستر اینترنت هم به راحتی عرضه می‌شوند. کمترین عارضه آنها فشار به کبد و بالا بردن آنزیم‌های کبدی است که بدن را به سمت نارسایی کبدی هم می‌کشاند. به طور کلی مکمل‌های باشگاهی بی‌فایده و خطرناکند و هزینه‌های زیادی را به مصرف کنندگان تحمیل می‌کنند. علاوه بر آسیب‌های کبدی، مشکلات استخوانی هم از عوارض جدی آنهاست.

کلسیم

مصرف خودسرانه کلسیم در دسته مکمل‌ها می‌تواند مشکلات مختلفی ایجاد کند. کلسیم اضافی در عروق فرد رسوب و برای او مشکلاتی ایجاد می‌کند. پزشکان معمولاً به افراد بالای ۵۰ سال توصیه می‌کنند که مکمل کلسیم را روزانه حدود ۵۰۰ میلی‌گرم مصرف کنند اما در سنین زیر ۵۰ سال معمولاً بدون مشورت پزشک، مصرف مکمل کلسیم توصیه نمی‌شود.

مولتی ویتامین‌ها

مصرف عادی مولتی ویتامین حتی در سالمندان هم توصیه نمی‌شود چون برخی از آنها ترکیبات گیاهی مانند جینسینگ و سیر دارند که باید نسبت به مصرف آنها دقت شود. این ترکیبات با برخی داروها تداخل دارد و منجر به بروز عوارض می‌شود.