

همیشه رکی

■ ضربات همزمان لبنان، یمن و عراق به صهیونیست ها

■ نتایهو: ایران از ۷ جبهه به ما حمله کرده است

■ موج جدید حملات راکتی حزب الله به اسرائیل

حمله وحشیانه صهیونیست ها به مردم در منطقه مسکونی ضاحیه

عبور از خط قرمز

سید حسن نصرالله، پیش تر کشتار مردم بی گناه لبنان را عبور از خطوط قرمز دانسته بود



صفحه ۳

دستاوردهای سفر ۳ روزه رئیس جمهور به سازمان ملل

کارنامه پزشکيان در نیویورک

از دیپلماسی فشرده و دیدارهای پشت هم تا مواضع محکم علیه رژیم صهیونیستی

صفحه ۲

۸ مسیر برای گشت وگذار در شهر

از افزایش ۱۰۰ میلیارد تومانی بودجه حوزه گردشگری تا ایجاد گذرهای تفریحی در دوره ششم مدیریت شهری

صفحه ۱۶



یک روز با آقای بازیگر در ایستگاه حسن آباد

بفشه خواه آتش نشان شد

صفحه ۱۳

همیشه رکی

اجانزه نفوذی

فی دهم

نفوذ - دشمنی
نفوذ - آموزشی
نفوذ - رسانهای

با اسکن این کیوارکد
فایل با کیفیت همشهری
جمعه را دانلود کنید
و همه چیز درباره نفوذ
را بخوانید؛ از نفوذ فرهنگی
و اقتصادی تا راهکارهایی
برای بستن باب نفوذ...



دیدگاه

مهدی فضائلی: کارشناس مسائل سیاسی

فرامتن یک دیدار



دیدار چهارشنبه ۴ مهرماه رهبر انقلاب با پیشکسوتان و فعالان دفاع مقدس و مقاومت، مانند همه دیدارهای دیگر بیاناتی داشت که در دسترس همگان است و حاوی نکات بسیار مهم و ارزشمند بود.

اما این یادداشت می خواهد به یکی از فرامتن های این بیانات اشاره ای داشته باشد؛ فرامتنی که اهمیتش بیش از متن نباشد، کمتر نیست و بدون تردید از چشم مراکز رصد و تحلیل دشمنان نیز پنهان نمانده است!

فرامتن را با توجه به اتمسفر و فضای حاکم بر این دیدار باید مورد توجه و تحلیل قرار داد؛ هفته دفاع مقدس، تحولات لبنان، شرارت های رژیم صهیونیستی، توقع خونخواهی شهید هنیه، انفعال برخی افراد و جریان های داخلی و احساس خطر برخی نیروهای انقلابی از سرنوشت مقاومت.

شاید توقع برخی از این دیدار، یک سخنرانی حماسی و سرشار از رجز و تهدید دشمن بود اما برعکس، شاهد بیاناتی تیبینی، عمیق و در عین حال امیدبخش بودیم.

در چنین شرایط پیچیده و خطیری، اولین چیزی که ذهن نکته سنج و عمیق را به خود جلب می کند «آرامش» رهبر انقلاب بود.

در این دیدار، کوچک ترین نگرانی و اضطرابی در متن بیانات، لحن و زبان بدن ایشان احساس نمی شد و برعکس، آرامش و طمأنینه حاکم بر این سه رکن چنان بود که گویی نه هیچ تهدید و خطر ویژه ای روی داده و نه قرار است روی دهد.

وقتی کلام، لحن و زبان بدن هر سه، بیانگر آرامش و طمأنینه باشد یعنی این آرامش، درونی و قلبی است و نه نمایشی و مصنوعی.

این آرامش و اطمینان واقعی و درونی، از اعتماد به توانمندی جبهه مقاومت و به ویژه حزب الله لبنان بسرای دفاع از خود و آمادگی برای ایستادن در برابر شرارت های جنون آمیز رژیم صهیونیستی و توان پاسخ درخور به آن، اطمینان کامل به شکست دشمنی صهیونیستی و در یک کلام، از ایمان کامل به وعده های الهی ناشی می شود.

این آرامش من را به یاد نخستین واکنش امام خمینی (ره) به تهاجم رژیم بعث عراق به ایران عزیز در ۳۱ شهریور ۵۹ انداخت.

در شرایطی که بسیاری، خوف و وحشت سراسر وجودشان را احاطه کرده بود و با توجه به شرایط سیاسی داخلی و عدم هرگونه آمادگی در نیروهای مسلح کشورمان از سویی و آمادگی بالا و حمایت جهانی از صدام از سوی دیگر، کوچک ترین نشانه ای از توان ما برای مقابله و ایستادگی به چشم نمی آمد چه برسد به تفوق بر دشمن، امام با قاطعیت تمام و بدون ذره ای وا همه و نگرانی چنین فرمودند:

«این یک دزدی آمده است یک سنگی انداخته و فرار کرده، رفته است سرچاپی.»

آرامشی که بارها و بارها در بزنگاه های مهم از امام راحل و خلف صالح ایشان مشاهده کردیم مصداقی بارز از این ۲۶ سوره رعد است که:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ.

شرکت فروش اموال مازاد بانکها (فام)

اطلاعیه آگهی مزایده ۱۴۰۳/۰۶

تظر به درخواست تعدادی از متقاضیان محترم خرید املاک مبتنی بر تمدید زمان انجام مزایده لذا بدین وسیله به اطلاع می رساند آخرین مهلت شرکت در مزایده تا ساعت ۱۷ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۰۸ در استان ها و تا ساعت ۱۷ روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۰۹ در تهران تمدید گردید بدینوسیله است یاکات حاوی پیشنهادات خرید واصله نیز روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۱۰ راس ساعت ۱۱ صبح در دفتر مرکزی شرکت فام مفتوح و فرانت خواهد شد. جهت کسب اطلاعات بیشتر به شماره تلفن دفتر مرکزی تهران ۰۲۱-۲۲۰۵۸۰ تماس حاصل نمایند.

داده نما

گرافیک: مهدی سلامی

ضربات همزمان محور مقاومت

حزب الله لبنان، مقاومت عراق و یمن، مراکز مهمی را در سراسر سرزمین های اشغالی هدف قرار دادند

عراقی ها کدام مواضع اسرائیل را هدف قرار دادند؟

- حمله مقاومت عراق با استفاده از یک پهپاد انتحاری در بلندی های جولان اشغالی
- مقاومت عراق ۲۹ شهریور اعلام کرد که به هدفی در حیفا با پهپاد حمله کرده
- حمله پهپادی مقاومت عراق به اسرائیل از خمی بر جای گذاشت
- حمله با پهپاد به بندر ایلات و قطع صادرات پتاس رژیم صهیونیستی
- پایگاه اطلاع رسانی وای نت اسرائیل: پیوستن مقاومت عراق به نیروهای حزب الله چالش جدید پیش روی اسرائیل است

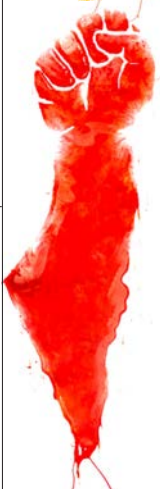


دومین حمله یمن با موشک هاییرسونیک

- حمله با موشک هاییرسونیک و پهپاد
- زخمی شدن دست کم ۸ صهیونیست
- بیش از ۲ میلیون شهرک نشین به پناهگاه ها گریختند
- شبکه از ۱۴ اسرائیل از پدافند هوایی اشغالگران انتقاد کرد
- یمن با موشک فلسطین ۱ در بار اول به تل آویو حمله کرد
- حمله دوم یمن با موشک بالستیک فلسطین ۲ بود
- از یمن موشک هایی شلیک شد که رادارهای اسرائیل شناسایی نکردند
- منابع ارشد یمنی: تجاوز آمریکایی - انگلیسی ما را خنثی نمی کند
- حمله پهپادی به عسقلان توسط ارتش یمن
- حمله دوم به تل آویو با موشک فلسطین ۲
- موشک مافوق صوت در عرض ۱۱،۵ دقیقه به تل آویو رسید
- یحیی سریع: یک هدف حیاتی و مهم - در منطقه اشغالی عسقلان با پهپاد نوع «یافا» مورد حمله قرار دادیم

حزب الله کدام مناطق اراضی اشغالی را زد؟

- شهرک کریات موتز کین
- مرکز نظامی رافائل در حیفا
- شهرک کریات شمونه در شمال اراضی اشغالی
- پایگاه فرماندهی دادو در شمال
- پایگاه نظامیان ذخیره در عمیعاد در الجلیل
- شهرک اجهود
- پایگاه فرماندهی شمشون
- شهرک کریات آتا
- شهر صفد
- شهرک روش بیتا
- شهرک نظامی میشار
- پایگاه هوایی میرون
- مرکز اصلی مهمات منطقه شمالی در پایگاه نیمرا
- حمله فرماندهی یگان ویژه شایث ۱۳ در عتلیت
- حمله با موشک بالستیک به تل آویو
- شهر طبریا و شهرک ایلاتیا



یادداشت

محمدعلی صدقی: کارشناس منطقه

استراتژی حزب الله لبنان



هدف قرار دادن سید حسن نصرالله، رویای قدیمی رژیم صهیونیستی است و بیش از ۲ دهه می شود که ترور ایشان در صدر فهرست ترور اسرائیل است. رژیم صهیونیست ها همیشه یک فهرست ترور دارند از ابتدای تاسیس رژیم صهیونیستی هم این فهرست ترور وجود داشته و از ۲۲ دهه پیش نام «سید حسن نصرالله» در صدر این فهرست ترور قرار داشته است. البته ممکن است که صهیونیست ها با هدف ایجاد جنگ روانی، برخی ادعاها را در باره ترور سید حسن نصرالله مطرح کنند، اما جنگ روانی یک مسئله همیشگی است و چیز جدیدی هم نیست. هدف از این جنگ روانی هم این است که حتی اگر خبر ترور تأیید نشود، ادعای انجام ترور باعث رعب و وحشت و یأس و ناامیدی در جبهه مقابل خواهد شد. انتشار اینگونه خبرها همچنین به صورت یک موج فرسایشی باعث شکستن روحیه و اراده عمومی حامیان مقاومت خواهد شد. لذا «خبر ترور سید حسن نصرالله» با هدف جنگ روانی گسترده علیه نیروهای مقاومت صورت گرفت.

این در حالی است که هم در لبنان و هم فلسطین، یک اراده عمومی برای مقابله با اسرائیل وجود دارد. تقابل افکار عمومی لبنان و فلسطین با رژیم صهیونیستی خیلی متفاوت و پررنگ تر از دیگر کشورهای اسلامی و عربی است. در واقع عزمی که در این دو کشور برای مقابله با اسرائیل وجود دارد، عزم همه را با پذیرش هزینه هاست. از سوی دیگر، ترور فرماندهان حزب الله یک شیوه قدیمی اسرائیل برای مقابله با حزب الله لبنان است. حزب الله در جریان مقابله با اسرائیل فرماندهان ارشدی مانند «سیدعباس موسوی» و «عماد مغنیه» را از دست داده اما شهادت این عزیزان هیچ گاه سطح حملات حزب الله را کمتر نکرده بلکه بعد از ترور دبیرکل پیشین حزب الله، سطح حملات این سازمان افزایش پیدا کرد تا آنجا که ترور سیدعباس موسوی منجر به اخراج اسرائیل از جنوب لبنان در نتیجه تشدید حملات حزب الله شد.

در حال حاضر هم اگر اتفاقی برای فرماندهان حزب الله رخ دهد، سطح درگیری ها افزایش پیدا خواهد کرد. این استراتژی حزب الله است که هر قدر ضربه دشمن سخت باشد، ضربه مقابل باید سخت تر باشد. مقاومت، سازه بسیار بزرگ و محکم تری از موقعیت یک نفر دارد. به طور کلی، برای مقابله با اسرائیل به یک تشکیلات منسجم و قدرتمند و ریشتر نیاز است و حزب الله توانسته به این سطح از توان و تشکیلات دست یابد. حذف افراد نمی تواند مسیر حزب الله را دگرگون کند یا سطح رزمی را پایین بیاورد، بلکه در مقابل، پاسخ حزب الله به حملات اسرائیل را شدت خواهد بخشید. حمله اخیر به منطقه ضاحیه در جنوب بیروت با ۱۰ بمب یک تنی، جنون آمیز به مثابه یک جنایت تمام عیار صورت گرفته است. محله ضاحیه بسیار متراکم است، اما سطح این حملات بی سابقه نیست.

در جنگ ۲۳ روزه هم اسرائیل اعلام کرد که خانه «سید حسن نصرالله» را هدف قرار داده و شایعه سید حسن سید حسن نصرالله در همه جا پخش شد، اما پس از چندی سید حسن نصرالله در تلویزیون ظاهر شد و اعلام کرد که یک کشتی اسرائیلی را در دریای مدیترانه زدیم. همان زمان تصویر ناوچه ساعر اسرائیلی پس از حمله حزب الله همه جا پخش شد. لذا ادعاها درباره ترور دبیرکل حزب الله لبنان تا زمانی ندارد. ۱۸ سال پیش هم چنین شایعاتی منتشر شد تا روحیه جوانان و حامیان حزب الله دچار فرسایش شود.

در عین حال باید در نظر داشته باشیم که با حذف فرماندهان مقاومت، تغییر در مسیر جبهادی مقاومت رخ نخواهد داد. فرماندهان مقاومت تا چند دهه دارای جانشینان مشخص هستند و وصیتنامه شان آماده است و همه می دانند که پیش فرض اولیه این نیست که عمر طولانی داشته باشند. اکنون بیش از آنکه بخوایم نگران شایعات «انابیل هاگاری» و «سنگولی» ارتش اسرائیل باشیم، باید چشم انتظار پاسخ حزب الله به این تجاوزات باشیم؛ به خصوص اینکه در این حمله غیرنظامیان نیز شهید شدند. حزب الله قبلا به خوبی به تجاوزات صهیونیست ها پاسخ داده است و در حال حاضر نیز مقاومت لبنان جز پاسخ به صهیونیست ها هیچ گزینه دیگری ندارد.

از سوی دیگر، سید حسن نصرالله تاکید کرده است تا زمانی که جنگ در غزه ادامه دارد، پاسخ حزب الله هم به اشغالگران ادامه خواهد داشت. این به معنای گروه خوردن حملات مقاومت حزب الله به پرونده جنگ در نوار غزه است؛ پیوندی که برای اسرائیل آزاردهنده شده و از این رو تا آویو در تلاش برای جدا کردن مقاومت حزب الله لبنان از جنگ غزه است.



برهم خوردن موازنه قدرت دشمن

سردار حسین سلامی، فرمانده کل سپاه با اشاره به قدرت مردم و نظام مقدس جمهوری اسلامی گفت: امروز ایران به عنوان یک نظام معتبر در دستگاه جهانی صاحب نقش است و قدرت ایمان مردم باعث شکست دشمن است و هر کجا انقلاب وارد شد، موازنه قدرت دشمن را برهم زد. افراس

پرونده‌ای که بسته شده است

محمدرضا عارف، معاون اول رئیس‌جمهور با بیان اینکه دشمن پرونده سرنگون کردن نظام اسلامی را برای همیشه بسته است، اظهار کرد: آنها اکنون تنها به دنبال بهانه‌هایی مانند سلاح هسته‌ای می‌روند؛ در حالی که خودشان هم می‌دانند هرگز دنبال سلاح هسته‌ای نبوده و نیستیم. ایرنا

نسخه به روز از توافق هسته‌ای

رافائل گروسی، مدیر کل آژانس بین‌المللی انرژی اتمی ادعا کرد: باید تلاش کنیم بر نامه هسته‌ای ایران را دوباره در چارچوب توافق شده قرار دهیم، اما در نسخه‌های به‌روز این موضوع گفت‌وگویی است که قرار است داشته باشیم. به‌زودی در تهران خواهیم بود تا این کار را انجام دهیم. ایسنا

دیپلماسی

قطر؛ مقصد سومین سفر خارجی پزشکیان

مدیر کل روابط عمومی دفتر رئیس‌جمهور اعلام کرد که مسعود پزشکیان، دوشنبه (نهم مهرماه) در رأس هیاتی بلند پایه و در سفری ۲ روزه، به منظور شرکت در نشست سران کشورهای عضو مجمع گفت‌وگوهای همکاری آسیا عازم قطر می‌شود. حبیب‌الله عباسی افزود: دیدار و گفت‌وگو با مقام‌های کشور قطر از دیگر برنامه‌های سفر ۳ روزه رئیس‌جمهور به دو حه است. ایرنا

درخواست ویژه از ایران

وزیر امور خارجه ایران با اشاره به افزایش درخواست‌ها برای عضویت در بریکس گفت: در ملاقات‌های دوجانبه، چند کشور به ما سفارش کردند از درخواست آنها برای عضویت در بریکس حمایت کنیم. سید عباس عراقچی در جمع خبرنگاران در نیویورک افزود: این نشان می‌دهد بریکس جای خود را در نظم نوین جهانی و روابط بین‌الملل باز می‌کند و ظرفیت‌های متعددی دارد. البته بریکس موانعی نیز دارد که باید رفع شود که در جلسه وزرای خارجه هم درباره این موانع بحث شد. وی همچنین با بیان اینکه بحث لبنان و تهاجم رژیم صهیونیستی، از مهم‌ترین موضوع‌هایی بود که فضای آسماال سازمان ملل را تحت‌تأثیر قرار داد، افزود: متأسفانه شورای امنیت همچنان به دلیل سیاست آمریکا که از به نتیجه رسیدن این جلسات جلوگیری می‌کند، باز هم در تصمیم‌گیری ناکام بود. افراس

ادامه رایزنی‌های عراقچی در نیویورک

وزیران امور خارجه آلمان و لهستان به‌صورت جداگانه با سیدعباس عراقچی، وزیر امور خارجه ایران در نیویورک دیدار و رایزنی کردند. آخرین تحولات بین‌المللی و منطقه‌ای و همچنین روابط دوجانبه از مهم‌ترین محورهای گفت‌وگو عراقچی با آنالنا بریوک و رادوسلاو سیکورسکی بود. ایسنا

تیشتر خبر

خبرهای کوتاه از دنیای سیاست

- سیداحمد خاتمی، خطیب نماز جمعه تهران بر پیگیری قصور احتمالی عاملان حادثه معدن طیس تأکید کرد.
- محمدجواد ظریف، معاون راهبردی رئیس‌جمهور با تأکید بر اینکه نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی یقین خود را به تداوم جنگ با حماس و حزب‌الله لبنان گره زده است، تأکید کرد که پیروزی صهیونیست‌ها در این جنگ غیرممکن است.
- محمد گلزاری، دبیر شورای اطلاع‌رسانی دولت گفت: آمادگی داریم ۳ خبرنگار مستقل به‌همراه یک نفر از شورای اطلاع‌رسانی دولت را به‌منظور پیگیری چند و چون اقدام‌های انجام شده، به طیس اعزام کنیم.
- نشست وزرای امور خارجه مجمع گفت‌وگو همکاری آسیا (ACD) به ریاست سیدعباس عراقچی، وزیر امور خارجه ایران در نیویورک برگزار شد.
- اسدالله بادامچیان، دبیر کل حزب مؤتلفه اسلامی تأکید کرد: اظهارات رئیس‌جمهور در مجمع عمومی سازمان ملل درباره رژیم صهیونیستی جدی و قوی بود.
- ناصر کنعانی، سخنگوی وزارت امور خارجه تأکید کرد: آمریکا شریک در چه یک جنایات جنگی رژیم اسرائیل در نسل‌کشی فلسطینیان و جنایات جاری علیه ملت لبنان است.
- کاظم غریب‌آبادی، معاون وزیر امور خارجه در نشست عالی‌رتبه مجمع عمومی سازمان ملل تأکید کرد که جامعه جهانی باید رژیم صهیونیستی را به عضویت در آن بی‌تی ملزم کند.
- دونالد ترامپ طی یک نشست خبری در نیویورک اعلام کرد آماده مذاکره با ایران درباره نسخه جدید توافق هسته‌ای مهمی است که در زمان ریاست جمهوری‌اش آن را کتلت گذاشت.

اقدام ویژه نژاد در سیستان و بلوچستان

نیروی زمینی ارتش علاوه بر برقراری امنیت در مرزهای سیستان و بلوچستان، در زمینه خدمت‌رسانی به مردم نیز فعال است. امیرکومرنت حیدری، فرمانده این نیرو با اشاره به ساخت بیمارستان ۶۴ تختخوابی در زاهدان، تأکید کرد که این بیمارستان نقش بسزایی در بالا بردن ضربات بهداشتی و درمانی در استان دارد. پایگاه اطلاع‌رسانی ارتش



قول دولت به خانواده‌های جان‌باختگان معدن طیس

سخنگوی دولت به خانواده‌های جان‌باختگان معدن طیس قول داد دولت چهاردهم از آنان پشتیبانی خواهد کرد. فاطمه مهاجرانی طی پستی در فضای مجازی در این باره نوشت: دغدغه آینده و هزینه‌هایی که بر آنان تحمیل خواهد شد، نباید بر آن رنج‌ها بیفزاید. دولت پشتیبان خانواده‌های جان‌باختگان معدن طیس است. ایرنا

کارنامه پزشکیان در نیویورک

دیپلماسی فشرده رئیس‌جمهور در جریان سفر ۳ روزه به آمریکا با دستاوردهایی در حوزه‌های مختلف همراه بوده است

رسانه‌های آمریکایی و بین‌المللی نشان می‌دهد برنامه‌های رئیس‌جمهور ایران در کانون توجه رسانه‌ها قرار داشته و با پوشش گسترده‌ای از سوی شبکه‌ها و خبرگزاری‌های آمریکایی مواجه شده است؛ موضوعی که پیش از هر چیز، می‌توان آن را نکته قابل توجهی در دستیابی به اهداف ترسیمی در حوزه «دیپلماسی عمومی» به حساب آورد. از سوی دیگر ۲ سخنرانی رئیس‌جمهور ایرانی در نیویورک به‌دست آمد. بررسی

گزارش

علیرضا احمدی
روزنامه‌نگار

دومین سفر خارجی رئیس‌جمهور در حالی روز پنجشنبه گذشته به پایان رسید که نخستین حضور مسعود پزشکیان در مجمع عمومی سازمان ملل با دستاوردهای چندگانه‌ای همراه بود؛ دستاوردهایی که در نتیجه ۳ روز دیپلماسی فشرده هیات ایرانی در نیویورک به‌دست آمد. بررسی

دیپلماسی عمومی

یکی از مهم‌ترین نکته‌های حضور ۳ روزه نهمین رئیس‌جمهور ایران در هفتادونهمین مجمع عمومی سازمان ملل، توجه ویژه به «دیپلماسی عمومی» از سوی رئیس‌جمهور و هیات ایرانی بود که در قالب حضور در برنامه‌های مختلف و گفت‌وگو با رسانه‌های بین‌المللی نمود یافت؛ در ادامه به بررسی آنها می‌پردازیم.

- دیدار و گفت‌وگو با مدیران و خبرنگاران ارشد رسانه‌های آمریکایی
- دیدار با اعضای گروه الدرز (گروه ریش‌سفیدان متنفذ) که متشکل از سران سابق کشورها و سازمان‌های بین‌المللی است.
- حضور در نشست با حضور جمعی از رهبران ادیان الهی
- دیدار با تعدادی از علمای دینی
- برگزاری نشست با جمعی از اندیشه‌ورزان ارشد آمریکایی
- دیدار با جمعی از ایرانیان مقیم آمریکا
- گفت‌وگو با رسانه‌های آمریکایی، از جمله شبکه خبری سی.ان.ان

صدای ایران در نیویورک

حضور رئیس‌جمهور در هفتادونهمین مجمع عمومی سازمان ملل ۵ دستور کار ویژه داشت؛ یکی سخنرانی در مجمع عمومی این سازمان و دیگری تبیین مواضع ایران در حوزه‌های مختلف در نشست «میتاق آینده» که با طرح مواضع مهمی نیز همراه بود.



دیدارهای دوجانبه

انجام دیدارهای دوجانبه با طیف متنوعی از سران کشورهای مختلف جهان، از مهم‌ترین دستاوردهای حضور ۳ روزه رئیس‌جمهور در مجمع عمومی سازمان ملل بود که در ادامه به بررسی آنها می‌پردازیم.

محورها

- تأکید بر ضرورت توقف هرچه سریع‌تر جنایات رژیم صهیونیستی در غزه و لبنان
- انتقاد از استانداردهای دوگانه غربی‌ها در حوزه حقوق بشر به‌ویژه در قبال جنایات صهیونیست‌ها در غزه
- رایزنی درباره تحولات منطقه
- بحث و گفت‌وگو درباره تحولات بین‌المللی
- رایزنی درباره توسعه مناسبات دوجانبه به‌ویژه در حوزه اقتصادی - تجاری
- بحث و گفت‌وگو درباره پرونده تحریم‌ها به‌ویژه با طرف‌های اروپایی
- تأکید ایران بر عزم قاطع برای توسعه مناسبات با همسایگان

دیدارها

- ۱- ویولا آمهرد، رئیس‌جمهور سوئیس
- ۲- الکساندر اشتوب، رئیس‌جمهور فنلاند
- ۳- رجب طیب اردوغان، رئیس‌جمهور ترکیه
- ۴- شارل میشل، رئیس شورای اروپا
- ۵- آنتونیو گوتش، دبیرکل سازمان ملل
- ۶- امامعلی رحمان، رئیس‌جمهور تاجیکستان
- ۷- وانگ یی، وزیر امور خارجه چین
- ۸- الکساندر ووچیچ، رئیس‌جمهور صربستان
- ۹- امانوئل مکران، رئیس‌جمهور فرانسه
- ۱۰- صباح خالد الحمد الصباح، ولیعهد امیر کویت
- ۱۱- شهباز شریف، نخست‌وزیر پاکستان
- ۱۲- نجیب میقاتی، نخست‌وزیر لبنان
- ۱۳- یوناس گار استوره، نخست‌وزیر نروژ
- ۱۴- رومن رادف، رئیس‌جمهور بلغارستان
- ۱۵- عبدالفتاح برهان، رئیس‌جمهوری سودان



- تبیین مواضع روشن ایران درباره تحولات غزه و لبنان
- تشریح نوع نگاه ایران به تحولات منطقه‌ای و توسعه مناسبات با همسایگان
- شفاف‌سازی مواضع تهران درباره توافق هسته‌ای و چشم‌انداز آینده در این زمینه
- تشریح دلایل، بسترها و پیش‌زمینه‌های گسترش نامی در منطقه
- تبیین رویکردهای ظالمانه غربی در حوزه اعمال تحریم‌ها
- آسیب‌شناسی صلح و امنیت در جهان و تبیین دیدگاه ایران درباره ایجاد و تقویت آن
- تأکید بر تصویرسازی غلط از ایران امروز در رسانه‌های غربی
- تشریح تلاش‌های دولت برای تسهیل ترده و تعامل ایرانیان خارج از کشور



- ۴ مه‌رمه
سخنرانی اصلی مجمع عمومی سازمان ملل
- ۳ مه‌رمه
حضور در نشست میتاق آینده که با سخنرانی سران کشورهای مختلف برگزار شد

- تأکید بر تقویت نظام چندجانبه‌گرایی به‌منظور برخورد ریشه‌ای با چالش‌هایی همچون جنگ، تبعیض، فقر و گرسنگی
- تأکید بر نقش فرهنگ و ارزش‌های خانواده و ضرورت گفت‌وگوهای بین‌نسلی
- ارائه پیشنهاد برای تهیه گزارشی جامع از وضعیت کشورهای قربانی تحریم از سوی دبیرکل سازمان ملل
- تأکید بر خواست ایران مبنی بر اصلاحات فوری در ساختار حکمرانی موسسات مالی بین‌المللی
- تأکید بر جهان و خاورمیانه‌ای عاری از سلاح‌های هسته‌ای و کشتار جمعی
- تبیین موضع ایران مبنی بر ضرورت مبارزه واقعی با تروریسم
- تأکید بر پایان اشغالگری، توقف آپارتاید در فلسطین و آتش‌بس فوری در غزه
- اعلام آمادگی ایران برای مرادفات موثر با قدرت‌های جهان و همسایگان از جایگاه برابر
- تبیین جنایت رژیم صهیونیستی و تداوم نسل‌کشی در سرزمین‌های اشغالی
- تأکید بر حمایت ایران از جنبش‌های آزادیبخش و مردمی
- تبیین مواضع اصولی ایران درباره جنگ در اوکراین
- اشاره به پیامدهای تحریم‌های ظالمانه غربی

کارنامه یک سفر ۳ روزه

نخستین حضور رئیس‌جمهور چهاردهم در مجمع عمومی سازمان ملل از جنبه‌های مختلف دارای اهمیت ویژه و با دستاوردهای مهمی همراه بود که در ادامه به بررسی بخشی از آنها می‌پردازیم.

- تبدیل جنایات رژیم صهیونیستی در غزه و لبنان به اصلی‌ترین موضوع مورد توجه در نیویورک با تحرک دیپلماتیک
- اجماع‌سازی میان کشورهای اسلامی به‌منظور مقابله منسجم‌تر با جنایات رژیم صهیونیستی
- پیگیری دیپلماسی همسایگی و انجام رایزنی‌های موثر به‌منظور توسعه مناسبات دوجانبه
- رایزنی با مقام‌های اروپایی درباره تحریم‌ها و توافق بر استمرار نشست‌های تخصصی در این زمینه
- تبیین صریح دیدگاه‌ها و مواضع جمهوری اسلامی درباره تحولات جاری در سطح منطقه
- تحقق تفاهم‌های دوجانبه با برخی کشورها به‌منظور تقویت و توسعه همکاری‌ها در عرصه‌های مختلف
- تفاهم با چین به‌منظور تسریع در اجرای قراردادهای توافق‌های فی‌المبین
- خنثی‌سازی ایران هراسی‌های صورت گرفته در میان ایرانیان مقیم خارج از کشور
- پیگیری موضوع تسهیل رفت‌وآمد ایرانیان مقیم آمریکا به کشور
- استرداد ششمین محموله بزرگ مواد تاریخی و فرهنگی ایران، شامل ۱۱۰۰ لوح هخامنشی مصادره شده از سوی دولت آمریکا



رهبری

پیام رهبر معظم انقلاب

به مناسبت روز مهمانی لاله‌ها

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای، رهبر معظم انقلاب در پیامی به مناسبت هفته دفاع مقدس و روز «مهمانی لاله‌ها»، گرامیداشت یاد شهیدان والامقام را ضامن سلامت مسیر حرکت ملت ایران و منجر شدن از جهت‌گیری انقلاب دانستند.

بسم الله الرحمن الرحيم

هفته دفاع مقدس، فرصت مغتنمی برای نورانی کردن فضای کشور و یاد شهیدان والامقام است. این یاد گرامی، ضامن سلامت مسیر حرکت ملت ایران و منجر شدن از جهت‌گیری انقلاب است و باید قدر و ارزش آن را دانست. غفلت‌ها و سرگرمی‌های روزمره زندگی، همراه با ما است. باید نگذاشت این عوارض طبیعی، ما را از آن منشأ نورانیت و طهارت دور کند. با امید به کمک خداوند دانا و توانا.

سیدعلی خامنه‌ای
شهر ۱۴۰۳



با بالا رفتن تنش‌ها در جنوب لبنان، جنگ اخیر

با رژیم صهیونیستی وارد مرحله جدیدی شده و عراق و یمن حملات سنگینی علیه اهداف اسرائیلی انجام دادند.

مصطفی نجفی
@Mostafa_Najafii

مستشاران در عراق، سوریه و لبنان مستقر هستند و پشتیبانی از حزب‌الله متناسب با وضعیت جنگ در حال انجام است. جمهوری اسلامی به خوبی می‌داند که نتیجه این نبرد نظم آینده و موازنه قدرت منطقه‌ای را تعیین می‌کند و به همین جهت، با تمام ظرفیت از حزب‌الله حمایت خواهد کرد.

سعید مهربان
@Saied_M_313

هی میگو پاشو برو لبنان به حزب‌الله کمک کن! ما بسیجی‌ها همه خون شهید حججی تو رگمونه، از آرزوی «شهادت» ما رو می‌ترسونید؟ ما گوشمون به دهان ولی فقیه است.

سیدحسینی
@Seyed47

حزب‌الله با استفاده از موشک هدایت‌شونده ایرانی، الماس یک لانچر سامانه پدافند هوایی گنبد آهنین رو مورد اصابت قرار داد. این اتفاق به‌شدت توسط کاربران در رسانه‌ها و در سطح بین‌المللی بازتاب پیدا کرد و تحلیلگران بین‌المللی از قدرت‌های سلاح‌های تولیدشده توسط ایران و توانایی نیروهای متحد ایران سخن می‌گفتند.

کوروش علینانی
@caf_e_ein

حزب‌الله، دولت لبنان و گروه‌های مردمی غیر از حزب‌الله در لبنان، هیچ‌یک نگفته‌اند که نیاز به حضور نیروی انسانی و رزمندگان غیرلبنانی دارند. این برخورد کودستانی و هیستریک با فریاد «زود باش برو لبنان» نه ربطی به لبنان دارد، نه پایگاه عقلمندی موجهی دارد و نه به جایی خواهد رسید.

مهدی اسکندری
@mahdies110

در غزه تهاجم اصلی زمینی بود، در لبنان هوایی. ضمن اینکه طبق گزارش‌ها ارتش ۴۰ هزار نیروی زمینی از کشورهای محور مقاومت در جولان آماده ورود به اسرائیل هستند؛ فرماندهی و هماهنگی هم مشخصه که با ایرانه، صبر کنید موقع هشتگ زدن و تجمع هم می‌رسه... یواش یواش.



لیبک جهان به حماس

تنهایی قصاب غزه در سازمان ملل



کمتر از چند ساعت پس از آنکه «عزت الشریق»، عضو دفتر سیاسی جنبش حماس از اعضای حاضر در نشست مجمع عمومی سازمان ملل خواست هنگام سخنرانی نتایج این نشست را ترک کنند، مجمع عمومی سازمان ملل هنگام سخنرانی نتایج این مهمانان خالی شد. تصاویر منتشر شده از مجمع عمومی سازمان ملل صف خروج حاضران در این نشست را هنگام آغاز سخنان نتایج نشان می دهد. همچنین تصاویر صدلی های خالی سازمان ملل در هنگام سخنرانی نتایج نیز بسیار مورد توجه قرار گرفته است:

- **جنگ در ۶ جبهه:** نتایج سخنان خود را با اشاره به جنگ در ۶ جبهه مورد حمایت ایران آغاز کرد.
- **ترس از حمله ایران:** نخست وزیر رژیم صهیونیستی همچنین درباره حمله مستقیم ایران به اسرائیل هشدار داد.
- **هم صدایی نتایج با اپوزیسیون ایران:** بنیامین نتانیاو در ادامه ادعاهای ضد ایرانی خود هم صد با اپوزیسیون خارج نشین ایران خواستار بازگشت تحریم های سازمان ملل علیه تهران شد.
- **نقشه بازی دوباره در سازمان ملل:** نتایج همچنین در سخنرانی خود ۲ نقشه را با عنوان «برکت» و «لعنت» نمایش داد. او به توافق های سازش برخی کشورهای عربی در مقابل تنش با ایران اشاره کرد.
- **التماس صلح با عربستان:** در حالی که عربستان هر گونه عادی سازی روابط با اسرائیل در شرایط فعلی جنگ غزه را تأیید نکرد، اما نتایج گفته برای به ثمر رسیدن توافق های عادی سازی با کشورهای عرب، باید یک توافق تاریخی صلح با عربستان سعودی حاصل شود.
- **تمسخر محمود عباس:** نتایج همچنین در سخنانش محمود عباس، رئیس تشکیلات خودگردان فلسطین را برای درخواست لغو عضویت اسرائیل در سازمان ملل به تمسخر گرفت و با پوزخند گفت درخواست لغو عضویت اسرائیل «از طرف عباس بوده حماس».

■ **حضور خانواده های اسرای اسرائیلی:** شماری از اعضای خانواده های اسرای اسرائیلی هنگام سخنرانی نتایج در مجمع عمومی سازمان ملل در این نشست به صورت اعتراضی حضور داشتند. همچنین شمار زیادی از معترض هم خارج از سازمان ملل به تظاهرات علیه جنگ غزه پرداختند. براساس گزارشی که رسانه عبری یديعت احارائوت منتشر کرده، نتایج سخنان خود را با تکرار کلمات خاصی همراه کرده بود:

پیروزی مطلق	مقایسه حماس با داعش
۱۲۹ بار	۲۶ بار
اسرای اسرائیلی	ایران؛ محور شرارت
۴۳۷ بار	۱۰۹ بار
قطر و مصر هر کدام	رفح
۸۰۶ بار	۹۳ بار
محور فیلادلفیا	نازی ها
۳۰ بار	۲۰ بار

عکا شهر ارواح شد

تشدید تنش در شمال فلسطین اشغالی باعث شده تا روال عادی زندگی در بسیاری از شهرهای این مناطق مختل شود. رئیس اداره محلی شهر اشغالی عکا اعلام کرده که وضعیت این شهر بسیار دشوار و تقریباً خالی از سکنه شده است.

عکا یکی از شهرهای شمالی مهم رژیم صهیونیستی است که در سواحل مدیترانه قرار دارد، اما در چند ماه گذشته بسیاری از ساکنان ۶۰ هزار نفری آن ناگزیر به مهاجرت از این منطقه شدند. شلیک موشک ها و اکت های حزب الله لبنان در پاسخ به جنگ غزه باعث احساس ناامنی شدیدی در میان ساکنان این منطقه شده و از این رو این شهر مهم شمالی اسرائیل اکنون بیشتر به شهر ارواح شباهت دارد.

حمله موشکی گسترده از لبنان به منطقه عکا و خلیج حيفا در اراضی اشغالی از جمله تحولات ثابت هر روز این مناطق است. ۲ روز پیش هم ارتش رژیم صهیونیستی اعلام کرد که ده ها موشک به سمت عکا و خلیج حيفا شلیک شده و برخی منابع عبری زبان نیز تأکید کردند که دست کم ۳۰ موشک از سوی لبنان این مناطق را هدف قرار داده اند. هفته گذشته تصاویری از آتش سوزی در منطقه کریوت در جنوب عکا در نتیجه اصابت موشک های حزب الله منتشر شد و نشان داد که اوضاع عکا عادی نیست.

نظارات گسترده ضد اسرائیلی مقابل مقر سازمان ملل

هزاران نفر در نیویورک در حمایت از فلسطین و غزه و محکومیت حضور نتایج در این شهر برای شرکت در نشست مجمع عمومی سازمان ملل دست به تظاهرات زدند. تظاهرات کنندگان با دست گرفتن پرچم فلسطین، خواستار توقف جنگ و حملات رژیم اشغالگر صهیونیستی علیه غزه و لبنان و پایان اشغال سرزمین فلسطین شدند. / المیادین

بزرگ ترین حمله یمنی ها علیه ناوشکن های آمریکایی

«سرتیپ یحیی سریع»، سخنگوی نیروهای مسلح یمن اعلام کرد که نیروهای مسلح، طی یک عملیات ۳ ناوشکن آمریکایی را در دریای سرخ هدف گرفتند که این حمله با ۲۳ موشک بالستیک، کروز و پهپاد صورت گرفت. این عملیات دریایی بزرگ ترین در نوع خود بوده است. / المسیره

خبرهایی که نمی بینید

حمله وحشیانه صهیونیست ها به مردم در منطقه مسکونی ضاحیه

عبور از خط قرمز

سید حسن نصرالله، پیش تر کشتار مردم بی گناه لبنان را عبور از خطوط قرمز دانسته بود



حملات شدید هوایی از تش اشغالگر اسرائیل به منطقه ضاحیه جنوبی بیروت در حالی صورت گرفت که رسانه های عبری - غربی اعلام کردند هدف حمله، شخص سید حسن نصرالله، دبیر کل حزب الله لبنان بوده است. شبکه ۱۲ تلویزیون اسرائیل مدعی شد که اسرائیل از مدت ها قبل طرح

تورر سید حسن نصرالله را آماده کرده و در انتظار پرگزاری نشست مشترک فرماندهان ارشد حزب الله در کنار یکدیگر بود. بنا بر ادعای این شبکه، ارتش اسرائیل از تشکیل جلسه فرماندهان ارشد حزب الله در محل مزر بور با حضور سید حسن نصرالله مطلع شده بود. اما چند منبع رسانه ای، این خبر را تکذیب کردند. این در حالی است که

طبق گزارش ها دست کم ۱۴ غیر نظامیان این حمله به شهادت رسیده اند. سید حسن نصرالله پیش از این اعلام کرده بود که هدف قرار دادن غیر نظامیان خط قرمز مقاومت است. وی در ۲۷ بهمن سال گذشته تصریح کرده بود: «صهیونیست ها اگر می خواستند می توانستند کاری بکنند غیر نظامیان

واکنش خبرگزاری المیادین

رسانه های صهیونیستی همچنین گزارش دادند که هدف اسرائیل از حمله به مقر اصلی حزب الله لبنان ترور سید حسن نصرالله بوده است. مدیر رسانه المیادین هم گفت: وضعیت آقای نصرالله خوب است و او در سلامت کامل به سر می برد.

باز شدن پناهگاه ها در سراسر سرزمین های اشغالی

وبگاه عبری والا اعلام کرد که در پناهگاه ها در تل اویو و سراسر سرزمین های اشغالی باز شده است. سامانه های پدافند هوایی و گروه های امدادی در سراسر فلسطین اشغالی از بیم حمله گسترده حزب الله به حالت آماده باش درآمده اند. رادار ارتش رژیم صهیونیستی اعلام کرد که از ساکنان صفد، میرون، بلندی های جولان و الجریل خواسته شده که در نزدیکی پناهگاه ها بمانند. خبرگزاری ان بی سی به نقل از یک مقام اسرائیلی خبر داد: ما انتظار داریم حزب الله پس از هدف قرار گرفتن مقرهای خود، اقدام به انجام یک حمله تلافی جویانه گسترده کند. رسانه های عبری نیز اعلام کردند که هم مان با آماده سازی برای پاسخ حزب الله، بیم آن در تل اویو وجود دارد که ایران حمله گسترده ای انجام دهد. برخی رسانه های عبری از به صدر آمدن آژیر هشدار در مناطق مختلف سرزمین های اشغالی در هراس از عملیات انتقامی حزب الله و ایران خبر دادند. رسانه های اسرائیل از آماده باش سفارخانه های رژیم صهیونیستی در سراسر جهان از بیم پاسخ به حملات وحشیانه این رژیم به ضاحیه جنوبی بیروت خبر دادند.

آمار تلفات بمباران جنوب بیروت

شبکه المنار گفت که طبق اولین گزارش های منابع خبری دست کم ۱۴ غیر نظامی در تجاؤز رژیم صهیونیستی به ضاحیه بیروت به شهادت رسیده اند که البته این آمار اولیه است.

پنتاگون: در حملات اسرائیل به بیروت دخیل نبودیم

سخنگوی وزارت دفاع آمریکا نیز اعلام کرد: واشنگتن در حملات هوایی ارتش رژیم صهیونیستی به مقر حزب الله در بیروت دخیل نبوده و حتی از آن اطلاع نداشته است. واشنگتن همچنان به دنبال حصول راه حل دیپلماتیک برای منطقه است.

تغییر قواعد بازی

سفارت ایران در لبنان در واکنش به بمباران ضاحیه بیروت: رژیم اسرائیل باز هم مرتکب قتل عام خونینی با حمله به محله های مسکونی پر جمعیت شد و بار الهه توجیهات نادرست سعی در سرپوش گذاشتن بر جنایت وحشیانه خود دارد. بدون شک این جنایت محکوم و تشدید خطرناک تنش هاست که قواعد بازی را تغییر می دهد و مجازات مناسب برای عامل آن لازم است.



بمباران با ۱۰ بمب ۲ هزار پوندی

ارتش اشغالگر اسرائیل در ادامه جنایات خود در لبنان، عصر دیروز چندین ساختمان در ضاحیه جنوبی را به شدت بمباران کرد. شبکه الجزیره خبر داد که حملات هوایی شدید در جنوب بیروت رخ داده و حداقل ۱۰ انفجار بزرگ ثبت شده است. سخنگوی ارتش اشغالگر اسرائیل در بیانیه ای مدعی شد که مقر مرکزی حزب الله و مرکز فرماندهی ایسن گروه مقاومت در قلب ضاحیه جنوبی بیروت مورد هدف حمله هوایی قرار گرفته است. این حمله هوایی در منطقه «حاره حریسک» رخ داده و به گفته منابع لبنانی چند ساختمان به طور کامل تخریب شده اند. در این راستا منابع اسرائیلی گزارش دادند که ارتش این رژیم در بمباران ضاحیه بیروت از ۱۰ بمب ۲ هزار پوندی سنگر شکن (حدود یک تن) استفاده کرده است. در این حمله که با استفاده از جنگنده های اف-۳۵ صورت گرفته، ۴ ساختمان به طور کامل با خاک یکسان شدند.

نشست ناتمام نتایج با خبر نگاران

روزنامه تایمز اسرائیل گزارش داده که بنیامین نتانیاو، نخست وزیر رژیم صهیونیستی نشست خبری خود با خبرنگاران اسرائیلی را ناتمام گذاشت. این اتفاق بعد از آن رخ داد که رومن گامفین، مشاور نظامی نتانیاو چیزی در گوش او گفت. رسانه های صهیونیستی همچنین تصاویری از نتایج در حال مکالمه تلفنی پشت یک میز معمولی منتشر کردند و نوشتند که این تصویر مربوط به لحظه صدور دستور حمله به ضاحیه بوده است. همچنین تصویری از اتاق رصد و هدایت عملیات ارتش تروریستی اسرائیل در ضاحیه بیروت منتشر شده است.

شایعه ترور سید حسن نصرالله

دقایقی بعد از این حمله، خبرگزاری های و رسانه های غربی، خبر ترور سید حسن نصرالله، رهبر حزب الله لبنان را در بوق و کرنا کردند. این در حالی است که شبکه صهیونیستی «کان» اعلام کرد که درباره حضور سید حسن نصرالله در ساختمان های مورد هدف، اطمینانی وجود ندارد. همان رسانه ها همچنین اعلام کردند که فرد ترور شده، سید هاشم صفی الدین، رئیس شورای اجرایی حزب الله بوده است. اما روزنامه ها ارتص در این خصوص نوشت: احتمالاً خطایی در گزارش های شناسایی سید هاشم صفی الدین به جای سید حسن نصرالله رخ داده است. خبرگزاری رویترز به نقل از یک منبع در حزب الله اعلام کرد: سید هاشم صفی الدین، رئیس شورای اجرایی این حزب زنده است. نیویورک تایمز به نقل از مقام اسرائیلی و ۲ مقام آمریکایی که خواستند نامشان فاش نشود، نوشت: هدف از بمباران دیروز در بیروت سید حسن نصرالله بود اما هنوز مشخص نیست که آیا در زمان این حمله وی در ساختمان های مورد حمله حضور داشته یا نه.

سید حسن نصرالله در سلامت کامل به سر می برد

ساعتی بعد، خبرگزاری های فرانسه و رویترز به نقل از منابع نزدیک به حزب الله گزارش دادند که سید حسن نصرالله در سلامت کامل به سر می برد. شبکه پرس تی وی هم به نقل از منابع امنیتی اعلام کرد که سید حسن نصرالله در مکانی امن است. مسئول رسانه ای حزب الله نیز گفت که رهبر مقاومت اسلامی در محل حمله (ضاحیه بیروت) نبوده و در سلامت است.

شهید ابوصالح که بود؟



ستاد اطلاع رسانی جنگ مقاومت اسلامی حزب الله لبنان اعلام کرد که فرمانده مجاهد، محمد حسین سرور، ملقب به حاج ابوصالح در حملات رژیم صهیونیستی در راه قدس به شهادت رسیده است. شهید ابوصالح مسئولیت های متعددی از جمله فرماندهی یگان موشکی زمین به هوا و یگان عزیز در نیروهای رضوان را بر عهده داشته و فرستاده حزب الله به یمن بوده است.

- این فرمانده ارشد حزب الله متولد سال ۱۹۷۳ و از ساکنان شهرک عبثا الشعب در جنوب لبنان بود.
- ابوصالح بیش از ۴۰ سال پیش، در سال ۱۹۸۶ به گروه مقاومت حزب الله پیوست.
- شهید ابوصالح مسئول برنامه ریزی و هدایت شماری از حملات هوایی علیه صهیونیست ها بوده است.
- ابوصالح هدایت و فرماندهی پروژه های ساخت پهپاد در جنوب لبنان را بر عهده داشت.
- ابوصالح همچنین مرکزی برای ساخت پهپاد های شناسایی، تهاجمی و انتحاری ایجاد کرد.
- جمع آوری اطلاعات امنیتی در لبنان از جمله مسئولیت های شهید ابوصالح بود.
- ابوصالح در مقابله با حملات تکفیری ها در مرزهای شرقی لبنان و سوریه نقشی کلیدی داشت.
- فرمانده ابوصالح از سال ۲۰۲۰ مسئولیت نیروی هوایی در مقاومت را بر عهده گرفت.
- ابوصالح مسئول اصلی آموزش پر تاب موشک های بالستیک به نیروهای مسلح یمن نیز بود.
- این فرمانده ارشد حزب الله مسئول سه بخش اصلی در یگان هوایی حزب الله بود:

- پهپادها
- موشک های نقطه زن
- موشک های زمین به هوای وابسته به پدافند هوایی برای مقابله با جنگنده های دشمن

ارتش رژیم صهیونیستی اعلام کرده که شهید ابوصالح طی نبردهای عملیات طوفان الاقصی مسئولیت تدوین و اجرای چندین حمله پهپادی به جبهه داخلی سرزمین های اشغالی را عهده دار بوده است. گفته شده عملیات ترور ابوصالح با جنگنده اف-۳۵ و در نزدیکی محل ترور ابراهیم عقیل، از فرماندهان ارشد حزب الله در بیروت صورت گرفته است. بنا به اعلام وبگاه خبری المنار، ابوصالح ۳ روز پیش از شهادت از یمن به لبنان بازگشته بود.

رفتار عجیب هلند غذا برای غزه، سلاح برای اسرائیل

هلند اعلام کرده است که ۳ میلیون یورو جهت کمک های غذایی برای کودکان غزه اختصاص می دهد. براساس گزارش ریپابلیکین، دولت هلند در بیانیه ای این میزان کمک را اعلام کرده است. اما شاید باور تان نشود که بخشی از مصیبت و بحران کنونی کودکان جنگ زده غزه ناشی از در اختیار داشتن همان سلاح هایی است که هلند به اسرائیل صادر کرده است. صادرات تسلیحات هلندی به اسرائیل حتی در اوج جنگ غزه نیز جریان داشته است؛ تا آنجا که کمتر از ۳ ماه پیش در اواخر تیرماه، دادگاهی در هلند با صدور حکمی از دولت این کشور خواست تا صادرات قطعات اف-۳۵ به اسرائیل را به دلیل احتمال نقض حقوق بشر دوستانه بین المللی متوقف کند. اف-۳۵ از جمله همان جنگنده هایی است که در یک سال گذشته بارها بمبها و موشک های خود را بر سر مردم غزه ریخته است.

آمار صادرات سلاح از هلند به اسرائیل در سال ۲۰۲۳

۸۷۵ هزار یورو	۱۰۰ هزار یورو	۸۶ هزار یورو
تکنولوژی نظامی	قطعات جاشنی نارنجک و فناوری	دوربین های حرارتی
۸,۰۵۶ هزار یورو	۱۶ هزار یورو	۳۴۳ هزار یورو
قطعات سیستم های ارتباطی	سیستم های بینایی خودرو	قطعات رادار ضد هوایی
۴۹۹ هزار یورو	۸۷۵ هزار یورو	۱,۲۱۴ هزار یورو
قطعات سیستم های سونار	فناوری هواپیماهای جنگنده F-16	قطعات کشتی های جنگی

مجموع ارزش صادرات تسلیحات هلند به رژیم صهیونیستی در سال ۲۰۲۳ بیش از ۱۲ میلیون یورو

صادرات سلاح از هلند به اسرائیل در ۱۰ سال گذشته (ارقام به میلیون یورو)

۲۰۱۴	۱/۱۹	۲۰۱۹	۰/۴۱
۲۰۱۵	۵/۵۰	۲۰۲۰	۰/۱۸
۲۰۱۶	۰/۵۹	۲۰۲۱	۱/۱۵
۲۰۱۷	۰/۲۷	۲۰۲۲	۱۲/۵۳
۲۰۱۸	۰/۶۹		

مجموعه صادرات تسلیحات هلند به اسرائیل از ۲۰۱۴ تا ۲۰۲۳ ۳۴/۵۸ میلیون یورو

کارت عابر بانک مقتولان قاتل را گیر انداخت

تحقیقات درباره قتل عضو یک خانواده در کرمانشاه راز سرقتی مرگبار را فاش کرد. به گزارش همشهری، این جنایت چند روز قبل در یکی از محله‌های کرمانشاه اتفاق افتاد و در جریان آن مردی ۷۰ ساله و زن ۶۳ و ۹۴ ساله بر اثر شلیک گلوله به قتل رسیدند. شواهد به دست آمده در صحنه قتل نشان می‌داد که این جنایت با انگیزه سرقت اتفاق افتاده است. در این بین کارآگاهان جنایی بی‌پروا بودند که پسر جوانی که اعتیاد شدیدی به شیشه دارد در چند مرحله با استفاده از کارت عابر بانک مقتولان که از خانه آنها دزدیده بود، از حسابشان پول برداشت کرده است. او دستگیر شد و از مخفیگاهش کارت عابر بانک مقتولان و خودروی تیبای مسروقه کشف شد. متهم ۳۹ ساله که از اقوام دور قربانیان است در اعترافاتش گفت که برای سرقت وارد خانه قربانیان شده، آنها را با کلت کمری به قتل رسانده و اجسادشان را در چاهی در اطراف شهر انداخته است. با اعتراف این مرد، اجساد قربانیان نیز کشف شد.

سرقت ۳۰۰ میلیونی صندوق دار

صندوق دار یک قنادی در مدت کوتاهی از آنجا ۳۰۰ میلیون تومان سرقت کرد اما عاقبت دستش رو شد. به گزارش همشهری، صاحب یک قنادی در غرب تهران از مدتی قبل متوجه شد که موجودی حساب صندوق مغازه در حال کم شدن است و به نظر می‌رسد فردی به حساب مغازه دستبرد زده است. با شکایت او تحقیقات پلیس آغاز و مشخص شد عامل سرقت کسی جز صندوق دار قنادی نیست. به این ترتیب او دستگیر شد و اعتراف کرد که در یک سال گذشته، پس از فروش اجناس قنادی به مشتریان، شماره کارت شخصی خود را به آنها می‌دهد و در این مدت حدود ۳۰۰ میلیون تومان سرقت کرده است.

هشدار درباره پیامک‌های قضایی

معاونت پیشگیری از وقوع جرم قوه قضاییه نسبت به وقوع کلاهبرداری از طریق ارسال پیامک با سیم‌کارت‌های شخصی به شهروندان هشدار داد. براساس اعلام این معاونت همه پیامک‌های ابلاغی از سامانه‌های قضایی، فقط با سرشماره ADLIRAN ارسال می‌شود و هرگز برای ارسال آنها از شماره سیم‌کارت شخصی استفاده نمی‌شود.



مرد یزدی نجات بخش ۲ بیمار شد

خانواده مردی که دچار مرگ مغزی شده بود، اعضای بدن او را به ۲ بیمار نیازمند اهدا کردند. این مرد ۴۹ ساله که اکبر رحمانی نعیملی نام داشت و اهل یزد بود چند روز قبل بر اثر خونریزی دچار مرگ مغزی شد. بعد از آن بود که خانواده‌اش ۲ کلیه او را به ۲ بیمار نیازمند اهدا کردند و به آنها زندگی دوباره بخشیدند.



گروگانگیری کلاهبردار تهرانی در لندن



گزارش الهه فراهانی روزنامه نگار

تبهکار ایرانی که در لندن با اجیر کردن ۴ مجرم کلمبیایی نقشه گروگانگیری و سرقت ۳۰۰ هزار دلاری از یک تبعه ایرانی را عملی کرده بود، تحت تعقیب اینترپل قرار گرفت.

به گزارش همشهری، این پرونده چند روز قبل با شکایت یک صراف تهرانی در اداره یکم پلیس آگاهی پایتخت گشوده شد. شاکي که صاحب یک صرافی در غرب تهران است به مأموران پول معامله به ایران کمک‌شاکنم. به این ترتیب قرار شد که نماینده آنها در لندن نزد صرافی مادی در این شهر برود و حدود ۳۰۰ هزار پوند به او پرداخت کند. پس از پرداخت این پول به رابط مادی در لندن، من هم ۳۰۰ هزار دلار به پویا پرداخت و در این میان کمیسیون که مبلغ قابل توجهی بود را دریافت کنم.

شاکي ادامه داد: روز بعد رابط ما به محل قرار که خیابانی در لندن بود، رفت تا پوندها را دریافت کند. همان روز پویا و ۳ مرد دیگر که مدعی بود از همکاری هستند به صرافی ما آمدند. من همزمان با رابطمان به صورت تصویری تماس گرفتم و او تأیید کرد که پوندها را تحویل گرفته است. من هم ۳۰۰ هزار دلار را تحویل پویا و همکارانش دادم و آنها صرافی را ترک کردند اما تنها چند دقیقه بعد بود که متوجه شدم در دام یک باند بین‌المللی گرفتار شده‌ام.

آدم‌ربایی در لندن

مرد صراف در ادامه توضیح داد: روزی که رابط ما برای دریافت پوندها به محل قرار رفته بود،

همکاری و مبادله ارز با آنها نشده بودند. به همین دلیل تا کام مانده و مجدداً به پایتخت برگشته بودند تا سوزه جدیدی پیدا کنند.

دستگیری پیش از کلاهبرداری

سجاد برای اجرای دوباره نقشه‌اش از دختر مورد علاقه‌اش کمک گرفت. دختر جوان لباس پلیس به تن داشت و وانمود می‌کرد برای محافظت از انجام این معامله آمده است تا آن را کاملاً قانونی جلوه دهد. سجاد و همسرانش به یک صرافی در حوالی میدان فردوسی رفتند و به صاحب صرافی گفتند که شرکت شان دولتی است و حتی یک خانم پلیس هم برای حفاظت آنها را همراهی می‌کند. با این حرف‌ها توانستند اعتماد صراف را جلب کنند و می‌خواستند با همان شگرد قبلی ۵۰۰ هزار دلار اخذ کنند اما پلیس که در جریان نقشه جدید آنها قرار گرفته بود، موفق شد پیش از اجرای آن، سجاد را به همراه دختر مورد علاقه‌اش و همچنین ۳ همدم دیگرش دستگیر کند.

سعی کرده بود رزی از خودش به جا نگذارد اما در جریان بررسی‌های تخصصی پلیس شناسایی و معلوم شد که او و همسرانش برای اجرای نقشه‌های مشابه به استان‌های اصفهان و خوزستان سفر کرده‌اند تا با شناسایی چند صراف، نقشه مجرمانه خود را پیش ببرند اما صرافانی که شناسایی کرده بودند، حاضر به

زندانی بند کلاهبرداری، سردسته باند

متهمان برای انجام تحقیقات به اداره آگاهی تهران منتقل شدند. سجاد که عضو اصلی گروه در تهران است و سابقه کلاهبرداری دارد، در تحقیقات گفت: سردسته، طراح و مغز متفکر گروه ما فرهاد نام دارد که حالا در انگلیس به سر می‌برد. او ادامه داد: با فرهاد در زندان آشنا شدم. سال‌ها قبل که به جرم کلاهبرداری دستگیر شده بودم، به همان بندی رفتم که فرهاد در آنجا بود. او یک کلاهبردار حرفه‌ای و با سابقه بود. وقتی با هم دوست شدیم، گفت که یک نقشه جدید برای پولدار شدن دارد. بعد هم توضیح داد که پس از آزادی به انگلیس می‌رود تا بسا اجیر کردن چند خلافکار خارجی، نقشه را عملی کند. قرار شد من در تهران با معرفی خودم به عنوان تاجر، صراف‌ها را فریب بدهم و فرهاد و همسرانش در لندن هم نقشه گروگانگیری را عملی کنند. در این مدت به سراغ صرافان زیادی رفتم اما آنها قبول نمی‌کردند که این معامله را انجام دهند. به جز ۲ صراف تهرانی که در لندن نمایندگی داشتند و ما موفق شدیم از یکی از آنها سرقت کنیم؛ اما قبل از اجرای نقشه سرقت از دومی، گیر افتادیم. براساس این گزارش، با دستگیری اعضای این گروه در تهران و به درخواست باز پرس، اینترپل وارد ماجرا شده و برای فرهاد که در لندن به سر می‌برد، درخواست صدور اعلان فرم شده است. با صدور این اعلان، اینترپل انگلیس، تبهکار ایرانی را تحت تعقیب قرار می‌دهد تا پس از دستگیری، وی به ایران منتقل و به اتهام سرقت و آدم‌ربایی محاکمه شود.

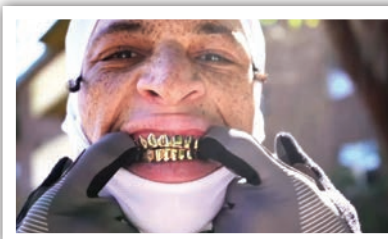
شروع تحقیقات

با ثبت اظهارات شاکي، مأموران راهی صرافی او شدند و در بررسی تصاویر دوربین‌های مدار بسته، تصویر ۴ متهم شیک‌پوش را به دست آوردند. در ادامه تحقیقات یکی از آنها به نام سجاد شناسایی و معلوم شد که وی قبلاً نیز به اتهام کلاهبرداری دستگیر و زندانی شده است.

نقشه‌های نافرجام

سجاد اگر چه با تغییر چهره و گریم صورت

جنایت خونین رپر دندان طلایی



خواننده رپ استرالیایی که به دنبال اختلافات شخصی یک بازیکن راگی با ضربات چاقو به قتل رسانده بود، دستگیر شد. به گزارش دیلی میل، این جنایت هفته گذشته در نزدیکی رستورانی در سیدنی رخ داد. بررسی‌های پلیس نشان داد که جیکوب تامر اسپینس، رپر دندان طلایی استرالیایی پس از چاقو زدن به سیتالکی، بازیکن محبوب لیگ راگی و به قتل رساندن او با په فرار گذاشته است. به گفته شاهدان، مقتول در رستوران در حال خوردن غذا بود که خواننده رپ سراغش آمد، او را به بیرون از رستوران کشاند و با ضربات چاقو به قتل رساند. مأموران در خانه قاتل که در ۱۰۰ متری رستوران بود، لباس‌های آغشته به خون کشف کردند و چند ساعت بعد موفق شدند او را دستگیر کنند. رپر دندان طلایی قرار است به زودی به اتهام قتل درجه یک محاکمه شود.

معمای مرگ در ساختمان نیمه‌کاره

با پیدا شدن جسد مرد ۶۰ ساله در ساختمان نیمه‌کاره، تحقیقات برای رازگشایی از مرگ اسرارآمیز او آغاز شده است. به گزارش همشهری، جسد این مرد شامگاه پنجشنبه در طبقه منفی یک ساختمان نیمه‌کاره در جنوب پایتخت پیدا شد. بررسی‌ها نشان می‌دهد که حدود ۸ روز از مرگ این مرد ۶۰ ساله می‌گذرد و این در حالی است که در این مدت کسی، حتی کارگران در ساختمان نیمه‌کاره حضور نداشتند. به دستور قاضی سالار صنعتگر، باز پرس ویژه قتل تهران، تحقیقات برای کشف مرگ اسرارآمیز این مرد آغاز شده است.

رویا ساختمان آریا

ردیف	نام پروژه	کاربری	طبقه/موقعیت	مساحت تقریبی (متر مربع)	مبلغ پایه مزایده (ریال)	پیشرفت فیزیکی
۱	اول شرقی	جهان آریا مسکونی	اول شرقی	۱۱۸	۱۸۲,۹۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۰۰%
۲	اول غربی			۱۱۸	۱۸۲,۹۰۰,۰۰۰,۰۰۰	
۳	دوم غربی			۱۲۲	۱۹۵,۲۰۰,۰۰۰,۰۰۰	
۴	سوم شرقی			۱۲۲	۲۰۱,۳۰۰,۰۰۰,۰۰۰	
۵	چهارم غربی			۱۲۲	۲۰۷,۴۰۰,۰۰۰,۰۰۰	
۶	پنجم شرقی			۱۲۲	۲۱۹,۶۰۰,۰۰۰,۰۰۰	
۷	پنجم غربی			۱۲۲	۲۱۹,۶۰۰,۰۰۰,۰۰۰	
۸	شوق	مسکونی	اول جنوبی	۱۰۳	۱۳۴,۹۳۰,۰۰۰,۰۰۰	۹۸%
۹	شوق	مسکونی	سوم جنوبی	۱۱۵	۱۵۶,۴۰۰,۰۰۰,۰۰۰	

*** واحدهای فوق به انضمام یک واحد پارکینگ و یک باب انباری می باشند.**
نشانی: تهران، یوسف آباد، خیابان جهان آریا، کوچه چهل و یکم، پلاک ۳۴
*** نحوه دریافت ثمن معامله:** ۲۰٪ نقد، ۱۰٪ تحویل، ۷۰٪ در اقساط ۳۰ ماهه

شرکت رویا ساختمان آریا (سهامی خاص) وابسته به گروه توسعه ساختمان تهران، بزرگراه آیت الله مهدوی کنی، بلوار کوکب غربی، خیابان نسیم ۱، خیابان شوق، نبش جنوب شرقی خیابان سحر و شوق، پلاک ۲۶
*** نحوه دریافت ثمن معامله:** ۳۰٪ نقد، ۱۰٪ تحویل، ۶۰٪ در اقساط ۲۷ ماهه

و یا ضمانتنامه بانکی به میزان ۵ درصد قیمت پایه طبق فرم شرایط ساختمان تدبیر در نظر دارد نسبت به فروش تعداد محدودی از واحدهای مسکونی خود به شرح جدول فوق با شرایط ویژه بصورت نقد و اقساط (بدون کارمزد) از طریق برگزار آری مزایده عمومی اقدام نماید. متقاضیان می توانند از تاریخ انتشار آگهی لغایت روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۲۵ طی روزهای شنبه تا چهارشنبه از ساعت ۸:۰۰ الی ۱۶:۰۰ جهت اخذ اطلاعات بیشتر و دریافت اسناد شرکت در مزایده به پیشنهادهای فاقد سیرده، مخدوش، مبهم، مشروط و کمتر از مبلغ پایه از درجه اعتبارساقط می باشد.

دختر فروش شرکت به نشانی: تهران، میدان آرژانتین، خیابان یازدید از پروژه ها با هماهنگی دفتر فروش شرکت، الزامی می باشد.

الوند، خیابان ۳۳، پلاک ۱۴، طبقه پنجم مراجعه و یا با شماره تلفن: ۰۲۱-۸۸۱۹۸۴۲۹ تماس حاصل نمایند.

متقاضیان جهت اخذ اطلاعات بیشتر می توانند از تاریخ انتشار آگهی به نشانی های اینترنتی www.arc.co.ir و www.tcdgroup.ir مراجعه نمایند.

شرکت در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادهای مختار است.

پاکت های پیشنهادی به همراه یک فقره چک بانکی تضمینی، فیش واریزی برنده می باشد.

www.arc.co.ir www.tcdgroup.ir

مزایده ۱۳ - ۱۴۰۳

گروه توسعه ساختمان تدبیر

ردیف	نام پروژه	کاربری	طبقه/موقعیت	مساحت تقریبی (متر مربع)	مبلغ پایه مزایده (ریال)	پیشرفت فیزیکی
۱	کاشانی (پاربان)	تجاری	همکف	۵۸۶	۲,۱۰۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۰۰%

نشانی: تهران، خیابان آیت الله کاشانی، حدفاصل خیابان گلستان شمالی و خیابان سلیمی جهرمی، پلاک ۲۲
*** نحوه دریافت ثمن معامله:** ۱۵٪ نقد، ۵٪ تحویل، ۸۰٪ اقساط ۳۶ ماهه

ردیف	نام پروژه	کاربری	طبقه/موقعیت	مساحت تقریبی (متر مربع)	مبلغ پایه مزایده (ریال)	پیشرفت فیزیکی
۲	زیتون	مسکونی	اول شمال شرقی	۹۵	۱۱۸,۹۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۸۶%
۳			اول شمال غربی	۹۶	۱۲۰,۱۴۰,۰۰۰,۰۰۰	
۴			دوم شمال شرقی	۹۶	۱۲۲,۰۲۵,۰۰۰,۰۰۰	
۵			دوم شمال غربی	۹۷	۱۲۳,۶۰۰,۰۰۰,۰۰۰	
۶			سوم شمال شرقی	۹۶	۱۲۴,۲۱۸,۰۰۰,۰۰۰	
۷			سوم شمال غربی	۹۷	۱۲۵,۸۸۷,۰۰۰,۰۰۰	
۸			سوم جنوب غربی	۱۱۸	۱۶۱,۳۵۰,۰۰۰,۰۰۰	
۹			چهارم شمال شرقی	۹۶	۱۲۶,۶۹۰,۰۰۰,۰۰۰	
۱۰			چهارم شمال غربی	۹۷	۱۲۸,۱۹۴,۰۰۰,۰۰۰	
۱۱			چهارم جنوب شرقی	۱۱۹	۱۶۵,۸۳۰,۰۰۰,۰۰۰	
۱۲			چهارم جنوب غربی	۱۱۸	۱۶۴,۸۰۰,۰۰۰,۰۰۰	
۱۳			پنجم شمال غربی	۹۷	۱۳۰,۰۸۱,۰۰۰,۰۰۰	
۱۴			پنجم شمال شرقی	۹۶	۱۲۹,۲۱۴,۰۰۰,۰۰۰	
۱۵			پنجم جنوبی	۲۳۷,۵۵	۳۳۱,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	

نشانی: تهران، انتهای بزرگراه ستاری، خیابان زیتون، خیابان طور جنوبی، خیابان اخلاص
*** نحوه دریافت ثمن معامله:** ۳۰٪ نقد، ۱۰٪ تحویل، ۶۰٪ اقساط ۲۷ ماهه

شرکت بهساز کاشانه تهران (سهامی عام) وابسته به گروه توسعه ساختمان تدبیر (سهامی خاص) در نظر دارد نسبت به فروش تعداد محدودی از واحدهای تجاری و مسکونی خود به شرح جدول فوق با شرایط ویژه بصورت نقد و اقساط (بدون کارمزد) از طریق برگزاری مزایده عمومی اقدام نماید. متقاضیان می توانند از تاریخ انتشار آگهی لغایت روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۲۵ طی روزهای شنبه تا چهارشنبه از ساعت ۸:۰۰ الی ۱۶:۰۰ جهت اخذ اطلاعات بیشتر و دریافت اسناد شرکت در مزایده به نشانی زیر مراجعه نمایند.

دفتر فروش تهران: میدان آرژانتین، خیابان الوند، خیابان ۳۳، پلاک ۱۴، طبقه پنجم، واحد فروش شماره تلفن: ۰۲۱-۸۸۱۹۸۴۱۷۸

شرایط شرکت در مزایده:

- شرکت در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادهای مختار است.
- پاکت های پیشنهادی به همراه یک فقره چک بانکی تضمینی، فیش واریزی

www.behsazco.ir www.tcdgroup.ir

برای ثبت جهانی محور ساسانی-اشکانی کرمانشاه نیاز است و به‌گفته داریوش فرمانی، مدیرکل میراث فرهنگی استان کرمانشاه تا پیش از به‌دست آمدن آثار دوره پارینه‌سنگی میانی و جدید در کرمانشاه تصور بر این بود که کرمانشاه حدود ۲۰۰هزار سال قدمت دارد که با کشفیات اخیر مشخص شد قدمت این استان به حدود۱.۵میلیون سال قبل بازمی‌گردد.

هزینه یک شب اقامت در یک هتل ۵س‌تاره ایران‌پران گردشگرخارجی است و به‌گفته جمشید حمزه‌زاده، رئیس جامعه هتلداران ایران، این مبلغ همان مبلغی است که از گردشگران داخلی گرفته می‌شود. این در حالی است که به‌گفته حمزه‌زاده باید از گردشگران خارجی به جای دریافت ریال برای اقامت در هتل‌ها، از ودلار گرفته شود تا مشکلات هتلدارها حل شود.

واکنش به خبر استفاده از میلگرد و بتن در نقش رستم

پایگاه میراث جهانی تخت جمشید درباره خبر استفاده از میلگرد و بتن در محوطه باستانی نقش رستم اعلام کرد: آنچه در این محوطه در حال انجام است، پس از رایزنی‌ها و واقعیت‌های موجود اعتباری و محدودیت زمانی براساس طرح مصوب و مجوز رسمی پژوهشگاه میراث فرهنگی بوده و هیچ میلگرد و بتنی در نقش رستم به کار نرفته است و طی یک‌ماه آینده مشکل آب‌های سطحی این محوطه در زمان بارندگی حل خواهد شد. پیش‌تر سیپاوش آریا، کاشنگر و پژوهشگر میراث فرهنگی به ایسنا گفته بود: «نقش رستم» که میراث جهانی کشور است به بهانه کاوش‌های باستان‌شناسی در خطر قرار گرفته و سراسر کف محوطه نزدیک به ۳۰۰ متر کنده شد تا با بتن و میلگرد درون آن پر شود.



سند کاروانسرای شاه‌عباسی سمنان امروز به نام میراث فرهنگی می‌شود
حجت‌الاسلام والمسلمین غلامحسین محسنی اژه‌ای، رئیس قوه قضاییه:کاروانسرای شاه‌عباسی سمنان، امروز باید از سوی دادگستری سمنان به نام میراث فرهنگی یا هر دستگاه مسئول معرفی شده‌سند زده‌شود. دادگستری استان موظف است براساس توافق نوشته شده، از امروز (شنبه) این بنا را تحویل دهد.

بازگشت محموله ششم الواح هخامنشی

حدود ۱۶ هزار لوح هخامنشی هنوز در آمریکاست

مخزن موزه ملی ایران نگهداری‌شود.

محموله تازه به تهران رسیده حاوی ۱۱۰۰لوح هخامنشی است که سال ۱۳۱۳در کاوش‌های باستان‌شناختی باروی تخت جمشید کشف و سال۱۳۱۴با موافقت دولت وقت در دوران رضاشاه برای رمزگشایی به مؤسسه شرق‌شناسی شیکاگو امانت داده شدند.

پرونده بازگشت الواح هخامنشی ایران حدود ۹۰سال است که باز مانده و هنوز ده‌ها هزار لوح هخامنشی متعلق به مردم

میراث فرهنگی
محمد باریکانی
روزنامه‌نگار

ششمین محموله از الواح هخامنشیی ایران شب گذشته و در هواپیمای حامل رئیس‌جمهوری از نیویورک به تهران بازگردانده شد تا بدین ترتیب الواح هخامنشی به امانت داده شده به مؤسسه شرق‌شناسی شیکاگو به کشور بازگردد و در

۱۳۱۱	زمان یافتن الواح هخامنشی در باروی تخت جمشید
۱۳۱۴	ورود الواح هخامنشی به آمریکا
۳۰۰۰۰ <p>قطعه</p>	برآوردتعداد الواح هخامنشی سالم و خرده‌شده منتقل شده به آمریکا
۲۰۰۰ <p>صندوق</p>	تعداد صندوق‌های حاوی الواح هخامنشی که به آمریکا ارسال شد
۱۵۹۰۰ <p>قطعه</p>	تعداد الواح هخامنشی که هنوز در آمریکا ست
۶۶۳۵ <p>قطعه</p>	تعداد الواح هخامنشی بازگشته به ایران



ایران و گرجستان در حوزه باستان‌شناسی و مرمت آثار تاریخی همکاری می‌کنند
سیدرضا صالحی امیری، وزیر میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی: در دیدار با وزیر فرهنگ گرجستان بر افزایش همکاری‌های ۲کشور در ۳حوزه مرمت اشیاء، باستان‌شناسی و فعالیت نمایشگاهی تأکید شد. افزایش ارتباط با کشورهای حوزه قفقاز ازجمله گرجستان از برنامه‌های وزارت میراث‌فرهنگی است.

حذف سفر از سبد خانوار ایرانی؟

هم‌زمان با آغاز روز جهانی گردشگری و هفته ملی گردشگری در ایران، معاون گردشگری وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی در نشست با خبرنگاران و در پاسخ به پرسش همشهری در خصوص تعداد گردشگران ورودی به ایران از کشورهای لغو‌روادید یکجانبه از سوی ایران اعلام کرد: ورود اتباع خارجی از کشورهایی که ایران با آنها یکطرفه لغو‌روادید کرده است ۲۵درصد افزایش داشته است.

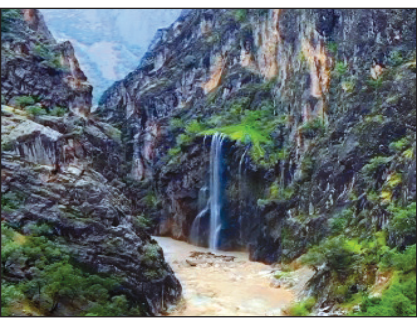
علی‌اصغر سالبافیان، در پاسخ به سؤال همشهری درخصوص نبود زیرساخت‌های لازم برای مسافر در ایران و گران‌بودن سفر در کشور که منجر به ماشین‌خوابی و خیابان‌خوابی گردشگران و مسافران شده است، افزود: متأسفانه سفر در حال خارج شدن از سبد خانوار است و به همین منظور برای حمایت از انجام سفر توسط مردم طرح پیشنهادی «پارانه سفر خانوار» را که نیازمند ۵۰هزار میلیارد تومان اعتبار است به دولت ارائه کرده‌ایم. سالبافیان همچنین در پاسخ به این سؤال همشهری که چه تلاش‌هایی برای کاهش ایران‌هراسی در وزارت میراث فرهنگی انجام شده است؟ افزود: تصویری که عامدانه برخی رسانه‌های خارجی از ایران منعکس می‌کنند در جذب گردشگر از برخی کشورها تأثیر داشته است و جذب گردشگر از کشورهای اروپایی را تحت تأثیر قرار داده، اما با طراحی محصولات متنوع، تقاضاهای متفاوت داشته‌ایم، مثلاً گردشگری سلامت کمتر تحت تأثیر قرار گرفت.

معاون گردشگری افزود: پس از لغو‌روادید با حدود ۳۰کشور به‌ویژه از کشورهای خلیج‌فارس و کشورهای دورتر در آسیا از جمله هند افزایش گردشگر را تجربه کرده‌ایم.

معاون گردشگری همچنین ضعف در زیرساخت و حوزه معرفی و تبلیغ ایران و حمل‌ونقل را ازجمله عوامل تأثیرگذار در کمیت و کیفیت جذب گردشگر خارجی عنوان کرد و گفت: اگر می‌گوییم ۱۵میلیون گردشگر طبق برنامه هفتم توسعه باید به ایران جذب شود، حتماً شرایط آن را باید فراهم کرد، وگرنه گردشگری مبتنی بر کشورهای همسایه خواهد شد. سالبافیان تأکید کرد: استعمار پرواز مستقیم از ایران به کشورهایی که لغو‌روادید شده‌انددر جذب گردشگر اثرگذار است. لازم است سیاست منعطف حوزه حمل‌ونقل هوایی اجرا شود؛ موضوعاتی همچون «زادی پنجم» و «آسمان باز» که از برنامه هفتم توسعه حذف شده بودند دوباره پیگیری می‌شود.

۶۴۲۰خانوار روستایی خراسان شمالی بیمه شدند
محمدرضایبیدی، مدیر صندوق بیمه اجتماعی کشاورزان، روستاییان و عشایر خراسان‌شمالی: ۶۴۲۰خانوار روستایی و عشایری در ۶ماه نخست امسال زیر پوشش این صندوق رفتند. از این تعداد ۱۴۲۰انقر به‌صورت عادی و بقیه در قالب طرح‌های مختلف بیمه شده‌اند.

مرز تماشایی ۳ استان



مرزی که ۳ استان کشور را از طریق رودخانه و کوه از هم تفکیک کرده، جذابیت‌های بصری بسیاری را ایجاد کرده است. اگر در دورنمای پل کابلی در شهرستان لالی استان خوزستان قرار بگیرید، قلعه کینو در استان خوزستان را از میان ۲ کوهی که رودخانه از آن عبور می‌کند مشاهده خواهید کرد. همچنین کوهی که در سمت راست قرار دارد، متعلق به لرستان است و کوه سمت چپ به چهارمحال و بختیاری تعلق دارد. در اینجا طبیعت مرز ۳ استان را مشخص کرده است که نمایی شگفت‌انگیز را پیش‌روی مخاطبان قرار می‌دهد. مرز مشترک خوزستان، لرستان و چهارمحال و بختیاری یکی از مناطق زیبا در ایران به حساب می‌آید که شما می‌توانید در یک نگاه بخش کوچکی از این ۳ استان را مشاهده کنید.

استان‌های چهارمحال و بختیاری و خوزستان منافع مشترک زیادی دارند ولی این مرز مشترکی که به همراه استان لرستان ایجاد شده است، جلوه زیبای دیگری از طبیعت زاگرس است. اما جالب اینکه پل کابلی هم که از روی آن چشم‌انداز این مرز قابل دیدن است یک جاذبه گردشگری محسوب می‌شود. این پل که بانام پل کابلی شهدای لالی نیز شناخته می‌شود، یکی از پروژه‌های عظیم ارتباطی در ایران است و یکی از جاذبه‌های گردشگری شهرستان لالی به شمار می‌رود. پل کابلی لالی، طولانی‌ترین پل کابلی ایران است. این پل روی رود زیبای کارون قرار گرفته است. این پل، طولی به اندازه ۴۶۰متر دارد و ارتفاع آن از سطح زمین ۷۵متر است.

برای نمایش مرز مشترک خوزستان، لرستان و چهارمحال و بختیاری این کیو آر کد را اسکن کنید.



۴۰هزار میلیارد ریال برای توسعه زیرساخت شهرک‌های صنعتی اصفهان هزینه شد
رسول سوری، مدیرعامل شرکت شهرک‌های صنعتی اصفهان: پیش از ۴۰هزار میلیارد ریال برای توسعه زیرساخت‌های شهرک‌ها و نواحی صنعتی این استان در ۲سال گذشته، هزینه و بسیاری از مشکلات تولیدکنندگان رفع شد. عملیات اجرایی بیش از ۱۰۰پروژه دیگر نیز آغاز شده است.

بافت تاریخی قم



بافت تاریخی

۳۱۵هکتار است
و در هسته مرکزی شهر
واقع شده و شامل ۱۰محله
اصلی است که از دوره قاجار
شکل گرفته‌اند.
بازار قدیمی شهر قم نیز
عمری بیش از ۶۰۰سال دارد
و قدمت آن به دوران صفویه
وقاجاریه می‌رسد.

به تماشای قم

به مناسبت روز ملی قم به دیدنی‌های

کمتر شناخته‌شده این استان سر می‌زنیم

گزارش
راحله عبدالحسینی
روزنامه‌نگار

روز ملی قم مصادف با ۲۳ربیع‌الاول(۶مهر)، یعنی سالروز ورود حضرت معصومه(س) به شهر قم، از ۶سال پیش به تقویم کشور اضافه شد و هر سال از این روز تا ۱۰ربیع‌الثانی(۲۳مهر)، روز ولادت امام حسن عسکری(ع) به‌عنوان ایام معصومیه معرفی شده است. قم به برکت وجود آستان مقدس بانوی کرامت، مسجد مقدس جمکران و حرم مطهر امامزادگان در طول سال از ۲۰میلیون زائر ایرانی و غیر ایرانی میزبانی می‌کند که یک میلیون نفر از این زائران عراقی هستند. بیشتر مسافرانی که قم را به‌عنوان مقصد سفر انتخاب می‌کنند قصدشان زیارت حضرت معصومه(س) است، اما اماکن گردشگری قم هم کم و دیدنشان خالی از لطف نیست.



پایتخت انگشتر ایران

وجود معادن سنگ‌های قیمتی و نیمه‌قیمتی موجب شده است تا قم از ظرفیت بسیار بالایی در حوزه انگشتر برخوردار باشد و از این رو در سال ۱۳۹۹ قم به‌عنوان شهر ملی انگشتر ثبت ملی شد. در استان قم بیش از ۸۰۰کارگاه تولید زیورات سنتی فعال است.

دریاچه نمک قم

دریاچه نمک قم بخشی از کویر مرکزی ایران است که قسمتی از یک دریاچه باستانی را تشکیل می‌دهد و نام‌های دیگری مثل دریاچه نمک کاشان، دریاچه قم و دریاچه آران دارد.

دیر گچین؛ مادر کاروانسراهای ایران

قدمت کاروانسرای دیر گچین به دوران حکومت ساسانیان می‌رسد و در دوران سلجوقیان، صفویان وقاجاریان مرمت شده است. دیر گچین که مادر کاروانسراهای ایران لقب گرفته، در راه باستانی ری به اصفهان قرار داشته است.

کوه خضر نبی

کوه خضر نبی در ۶کیلومتری جنوب قم قرار دارد و قم از فراز این کوه دیده می‌شود. ۳هزار سال پیش بر قله این کوه غاری بوده که امروز مسجد کوچکی است و گفته می‌شود محل زیارت خضر نبی بوده است.

ورود کاروان حضرت معصومه س به قم



۱ تان
۱۹۵ هجری شمسی

۲۳ ربیع‌الاول
سال ۲۰۱ هجری قمری



تالاب بهشت معصومه
تالاب بهشت معصومه یکی از تالاب‌های زیبای قم و از جاذبه‌های طبیعی و گردشگری آن است که در شمال شهر قم قرار گرفته و وسعت آن به ۵ هکتار می‌رسد.



یاد

«مهمانی از کارائیب» برای اکران عمومی آماده می‌شود



«مهمانی از کارائیب» نخستین تجربه کارگردانی بهزاد فراهانی پس از ۱۳ سال، برای اکران عمومی آماده می‌شود. به گزارش مشاور رسانه‌ای پروژه، فیلم سینمایی «مهمانی از کارائیب» به کارگردانی بهزاد فراهانی و تهیه‌کنندگی شهرام گیل‌آبادی که تابستان سال ۱۴۰۰ ساخته شد، پس از گذشت ۳ سال از ساخت، رفع توقیف شده و به‌زودی روی پرده سینماهای سراسر کشور خواهد رفت.

بهزاد فراهانی فیلمنامه «مهمانی از کارائیب» را براساس کتابی به قلم خودش نوشته و حمیدرضا قطبی در نخستین تجربه کارگردانی فراهانی او را به‌عنوان مشاور کارگردان همراهی کرده است. رضا بابک، بیوک میرزایی، شقایق فراهانی، کامران تختی، رامین ناصر نصیر، مهناز غمخور، فهیمه رحیم‌نیا، آذر خورشید فراهانی، علی میلانی، مهدی میامی، رامین پورایمان و نوشین تبریزی بازیگرانی هستند که در این فیلم عاشقانه مقابل دوربین رفته‌اند.

سینماحقیقت

۱۲۳ کشور در هجدهمین جشنواره سینماحقیقت



۲۲۱۴ مستند خارجی از ۱۲۳ کشور خواستار حضور در هجدهمین جشنواره بین‌المللی فیلم مستند ایران «سینماحقیقت» شدند.

به گزارش روابط عمومی مرکز گسترش سینمای مستند، تجربی و پویانمایی، با پایان مهلت دریافت آثار برای حضور در بخش بین‌الملل هجدهمین جشنواره بین‌المللی سینماحقیقت، ۱۲۳ کشور برای شرکت در این دوره از جشنواره فیلم‌های خود را به دبیرخانه ارسال کرده‌اند. از ۲۲۱۴ مستند خارجی که به دبیرخانه جشنواره هجدهم ارسال شده است، ۱۱۶۲۵ اثر در بخش کوتاه، ۱۵۰۰ اثر در بخش بلند و ۱۸۹ اثر در بخش نیمه‌بلند خواستار حضور در این دوره از جشنواره هستند. این مستندها از ۱۲۳ کشور، از جمله کانادا، انگلیس، هند، برزیل، اسپانیا، مصر، ترکیه، ایتالیا، روسیه، آرژانتین، آمریکا، چین، فرانسه، آلمان، مکزیک، اندونزی، پرترنال و یونان متقاضی حضور در هجدهمین جشنواره سینماحقیقت هستند. هجدهمین جشنواره بین‌المللی فیلم مستند ایران سینماحقیقت به دبیری محمد حمیدی‌مقدم آذرماه ۱۴۰۳ برگزار می‌شود.

دفاع مقدس

سینمای دفاع مقدس نیازمند تفکرات تازه است

احمد نجفی درباره جایگاه سینمای دفاع مقدس در سینمای ایران و اینکه آثار دفاع مقدسی چقدر توانسته‌اند به حوزه دفاع مقدس بپردازند و موفق عمل کنند، گفت: کارهای خوبی ساخته شده، اما به قدر کمات نبوده است. باید بیشتر در این حوزه کار کرد و در شأن دفاع مقدس آثار خوبی ساخت. او معتقد است سینمای دفاع مقدس نیازمند اندیشه‌ها و افکار نو است و در این حوزه هم باید شاهد تحولات جدی باشیم. این پیشکسوت سینما و تلویزیون که با ایرنا گفت‌وگو می‌کرد در ادامه گفت: دوران دفاع مقدس، دوران باشکوهی در تاریخ ایران است. لذا درباره این دوران باید آنگونه که شایسته است، فیلم ساخت و فیلم‌های نو با اندیشه‌های تازه تولید کرد. نجفی همچنین گفت: به‌بچه‌های نیروی انتظامی همیشه به شوخی می‌گویم من جد شما هستم و پلیس بودم. شاید «کارگاه علوی» معروف‌ترین کار پلیس در کشور باشد. او افزود:

اجازتی در آن زمان در سریال‌ها بود و کارگاه علوی بسیار هم مورد استقبال قرار گرفت. قبل از آن چنین آثاری نبود و بهانه‌ای بود تا از نیروی انتظامی از گذشته، حال و آینده تقدیر شود. نجفی همچنین گفت: کار دیگری داشتیم که در آن نقش پلیس را بازی کردم به نام «یک مرد، یک شهر» که آن هم کار خوبی بود، اما کارگاه علوی شاید بهترین کاری باشد که بیشتر مورد توجه قرار گرفت.

در دهه ۶۰ برای هر سلیقه‌ای فیلم وجود داشت
حسن وارسته، فیلمنامه‌نویس: در دهه ۶۰ یا ۷۰ که مربوط به دوران جوانی من است همیشه در سینماها فیلم‌هایی در چندین ژانر وجود داشت و در کنار «آچارنشین‌ها» شاهد اکران فیلم‌هایی چون «مترسک»، «کمال‌الملک» و «عقاب‌ها» بودیم و برای هر سلیقه‌ای یک فیلم وجود داشت. / ایلنا



کیانوش عیاری مثل یک دانشکده سینمایی است
حسن رضایی، بازیگر: شخص کیانوش عیاری برای نسل جوان همچون یک دانشگاه است و دقیق شدن در شیوه کار او می‌تواند آموخته‌های فراوانی برای علاقه‌مندان به سینما داشته باشد. زمانی که او فیلم‌های «شبح کزدم» و «آبادانی‌ها» را کارگردانی کرد، بسیاری به سینما علاقه‌مند شدند. / ایسنا



رنگ پول، نرخ دستمزد

دستمزد بازیگران در طول ۴ دهه از چه قاعده‌ای پیروی کرده است؟



سریال‌هایی که دستمزدها را بالا بردند
۲۰٪ رشد بخش خصوصی
میان‌های دهه ۷۰ به بعد با تغییرات جامعه که شامل فضای فرهنگی و اجتماعی هم می‌شد و فاصله گرفتن از تصدی‌گری دولت در همه عرصه‌ها و البته تغییر مدیران، از آن حساسیت گذشته روی دستمزدها هم کاسته شد. با رشد بخش خصوصی در دهه ۷۰ پرداخت دستمزدها هم بیشتر بر مبنای نظام عرضه و تقاضا بنا شد. در این سال‌ها سینمای ایران به مرور به چهره‌های جوان و تازه‌نفس میدان داد و برخی بازیگران گران دهه ۶۰، نسبت به این موضوع واکنش نشان دادند. در این سال‌ها به‌شکلی طبیعی بازیگرانی که در فروش بالای فیلم‌ها مؤثر بودند، دستمزدهای کلان دریافت می‌کردند.

گزارش مسعود پویا روزنامه‌نگار
قاعده پرداخت دستمزد در سینما در همه جای دنیا مبتنی بر نظام عرضه و تقاضاست. پرداخت دستمزدهای نجومی با منطق عرضه و تقاضا صورت می‌گیرد. وقتی حضور یک بازیگر در فروش بالای یک فیلم تأثیرگذار است و باعث بازگشت سرمایه و سوددهی سرشار به کمپانی سازنده می‌شود، دستمزد پرداختی هم منطبق با همین میزان پولسازی است. با این منطق نام‌گروز تقریباً همیشه از رابرت دنیرو بیشتر دستمزد گرفته است، چون فروش جهانی فیلم‌های نام‌گروز بیشتر از رابرت دنیرو است و در این میان جایگاه و اعتبار هنری بازیگر آنقدر مهم نیست که میزان پولساز بودنش؛ قاعده‌ای که در اینجا خیلی رعایت نمی‌شود، چون اغلب فیلم‌ها و سریال‌ها بدون توجه به منطق عرضه و تقاضا تولید می‌شوند.

دهه ۸۰: تورم دستمزد با سریال‌های تلویزیون
در دهه ۸۰ این تلویزیون بود که نظم بازار را برهم زد. پرداخت دستمزدهای ماهانه نجومی در تلویزیون، دستمزد را در سینما هم بالا برد. با تضعیف بخش خصوصی در دهه ۸۰ تهیه‌کننده‌ای که قصد استفاده از بازیگری گران‌قیمت را داشت، از هزینه‌های تولید می‌کاست و قید حضور چهره‌های حرفه‌ای و توانا را می‌زد تا توان پرداخت دستمزد بالای مثلاً محمدرضا گلزار را داشته باشد.

دهه ۹۰: عصر پلنفرم و اسپانسر
دهه ۹۰ دهه حضور اسپانسرها و سرمایه‌گذاران در سینما و سریال‌های نمایش خانگی بود. به مرور هر قدر از اقبال عمومی نسبت به فیلم‌ها و سریال‌ها کاسته شد، میزان پرداختی به بازیگرانی که سوپرستار نامیده می‌شدند بالاتر رفت. اگر در دهه ۷۰ هدی تهرانی دستمزد بالایی می‌گرفت این در یافتی با گیشه پررونق و سودی که نصیب تهیه‌کننده می‌شد، قابل توجیه بود. در دهه ۹۰ سوپرستارها دیگر نیاز چندانی به اقبال عمومی نداشتند، چون تهیه‌کننده، به سود اهمیت چندانی نداشت، چون سود اصلی از مجرای دیگر به‌دست آمده بود و اتفاقاً هرچه پروژه گران‌تر تمام می‌شد، بهتر بود. در این دهه برای دریافت دستمزد بالا مشهور بودن کفایت می‌کرد و نیازی به محبوبیت (که قاعدتاً میزانش باید از مسیر گیشه تعیین می‌شد) نبود. اگر تا چند سال پیش دستمزد شامل ۴۰٪ درصد از هزینه‌ها می‌شد، در این زمان این رقم در برخی پروژه‌ها به بالای ۶۰٪ درصد هم رسیده بود. بازیگران در بسیاری از فیلم‌ها و سریال‌های این سال‌ها برای آینده شدن و بترتینی که توجیه‌کننده هزینه‌ها باشد، گرد هم آمدند و نتیجه‌اش گران‌ترین منطق بود.

دهه ۶۰: عصر ستاره‌ستیزی
دهه ۶۰، دهه ستاره‌ستیزی و تلاش برای مقابله با سینمای تجاری بود؛ دهه‌ای که متولیان سینمای ایران قصد ریل‌گذاری تازه‌ای برای سینما داشتند و از هر آنچه یادآور سینمای قبل از انقلاب باشد، هر چه می‌کردند. یکی از مهم‌ترین مصادیق سینمای گذشته بحث ستاره‌سالاری بود. وقتی مهم‌ترین و پولسازترین ستاره‌های سینما کنار رفتند، جای‌های تئاتری‌ها و چهره‌های جوان باز شد. بسیاری از فیلم‌ها به‌صورت تعاونی و با وام بانکی ساخته شدند و با حذف آنچه ستاره‌سالاری خوانده می‌شد، کوشیده شد تا روند پرداخت دستمزدها هم کنترل شود، اما خیلی زود منطق بازار، خودش را بر همه چیز از جمله نظام پرداخت دستمزدها مسلط کرد. سینمای دهه ۶۰ هم ستاره‌های خود را یافت و وقتی فیلم‌های یک بازیگر با فروش بالایی مواجه می‌شد، دستمزدش هم بالا می‌رفت. مدیریت سینما هم با این موضوع تقریباً کنار آمد. ولی در چند مورد شکایت تهیه‌کننده از بازیگر به واسطه طلب دستمزد بیشتر کار را به ممنوع‌الکاری هم کشاند؛ مثلاً در اوایل دهه ۶۰ وقتی فیلمبردار فیلم «مرگ پلنگ» طولانی‌تر از برآوردها شد، فرامرز قریبیان طلب دستمزد بیشتری کرد؛ دستمزدی که تهیه‌کننده ابتدا پرداخت و بعد به وزارت ارشاد شکایت کرد. نتیجه شکایت یک سال خانه‌نشینی فرامرز قریبیان به‌عنوان یکی از محبوب‌ترین بازیگران آن سال‌ها بود.

در حال حاضر مهم‌ترین چالش تولید در سینما پرداخت دستمزد بازیگران است و گاهی وقت‌ها ۸۰ درصد هزینه تولید یک فیلم سینمایی را دستمزد بازیگران تشکیل می‌دهد.
دقیقاً در دورانی که سینمای ایران به‌علت شیوع کرونا بدترین روزهایش را در سریال‌هایی از راه رسیدند که سرمایه‌گذارانشان بی‌صحابا برای حضور سوپرستارها پول خرج می‌کردند.

وقتی قریبیان به‌خاطر دستمزد ممنوع‌الکار شد
در دهه ۶۰ قریبیان مدتی ممنوع‌الکار شد؛ دلیلش هم شکایت تهیه‌کننده فیلم «مرگ پلنگ» بود؛ فیلمی که فیلمبرداریش طولانی شده بود و درخواست قریبیان برای اضافه دستمزد بعد از پایان فیلمبرداری مرگ پلنگ، منجر به ممنوع‌الکار شدنش شد. در آن سال‌ها وزارت ارشاد روی دستمزد بازیگران حساسیت داشت و با سقفی هم برای دستمزدها تعیین کرده بود. مجموعه اینها باعث شد قریبیان گریزان از جنجال و حاشیه دچار مشکل شود.

اکبر عبدی؛ آکتور گران سینما
دهه ۷۰ هفت‌نامه‌ها خبر دادند اکبر عبدی به دلیل درخواست دستمزد یکمیلیون و ۵۰۰ هزار تومانی که آن سال‌ها غیرمتعارف و نجومی محسوب می‌شد، با شکایت تهیه‌کننده، توسط وزارت ارشاد ممنوع‌الکار شده است عبدی در این باره گفت: «به تهیه‌کننده گفتم ترک و پوست‌کنده می‌خواهی بنده سرقطبی فروش فیلمت شو؛ بنابراین یکمیلیون و ۵۰۰ هزار تومان دستمزد می‌خواهم... آیا من چند نام‌موفقیت خودم را تا حدی باین می‌آورم که قرار است تقادم کنند و بستک در هانم بگذارند و تو یک‌ساله بگشیم، حقم را بگیرم؟»



کوتاه‌تر از گزارش



ستارگان سینمای ایران ۲۲ سال پیش چقدر دستمزد می‌گرفتند؟

نشریه «فیلم و سینما» مردادماه سال ۸۱ گزارشی منتشر کرد که تیرش این بود: «ستارگان سینمای ایران چقدر دستمزد می‌گیرند؟» در این گزارش به رقم دستمزد تعدادی از چهره‌های پرطرفدار آن سال‌ها اشاره شده است؛ از هدیه تهرانی و خسرو شکیبایی گرفته تا ابوالفضل پورعرب و لیلیا حاتمی. با گذشت ۲۲ سال از زمان انتشار این گزارش، دستمزد محبوب‌ترین بازیگران سینمای ایران در ۲ دهه کمتر از حداقل حقوق مصوب کارگران در این سال‌هاست؛ البته باید این نکته را در نظر گرفت که آن زمان نرخ دلار و سکه چقدر بود. سال ۸۱ که هدیه تهرانی با ۱۰ میلیون تومان دستمزد گران‌ترین بازیگر سینمای ایران بود، نرخ دلار به نزدیک ۸۰۰ تومان رسیده بود و قیمت سکه بهار آزادی حدود ۷۰ هزار تومان بود.

خسرو شکیبایی؛ دستمزد بالا برای فیلم تجاری و تخفیف برای همکاری با نقوایی

در گزارش فیلم و سینما، از خسرو شکیبایی یکی از بازیگران محبوب آن سال‌ها به‌عنوان یکی از چهره‌هایی که دستمزد بالایی می‌گیرد، نام برده شده است. زنده‌یاد شکیبایی از اواخر دهه ۶۰ و پس از اکران فیلم «هامون» در سطح اول سینمای ایران فعالیت داشت و طبیعی بود که دستمزد بالایی بگیرد. در گزارش این نشریه درباره شکیبایی آمده است: «خسرو شکیبایی برای فیلم «مزاحم» ۸ میلیون و نیم دستمزد دریافت کرده است. طبق گفته یک تهیه‌کننده، شکیبایی برای بازی در «میکس» و «دختر دایی گمشده» تخفیف قابل توجهی در دستمزدش داده است.»

دستمزد ۱۰ میلیون تومانی هدیه تهرانی؛ سقف قرارداد سینمای ایران
هدیه تهرانی مهم‌ترین ستاره زن سینمای ایران در نیمه دوم دهه ۷۰ و نیمه اول دهه ۸۰، سال ۷۸ برای فیلم «دست‌های آلوده» ۳ میلیون و ۵۰۰ هزار تومان دستمزد گرفته بود.

در تابستان سال ۸۱، دستمزد تهرانی که در آن مقطع همه فیلم‌هایش با موفقیت تجاری مواجه شده بود به ۱۰ میلیون تومان رسیده بود. دستمزد ۱۰ میلیون تومانی سقف دریافتی بازیگران سینما در ابتدای دهه ۸۰ بود.

اسکار

فیلم هندی؛ نماینده بریتانیا در اسکار



آکادمی فیلم بریتانیا (بفتا) فیلم «سانتوش» ساخته‌ساندبا سوری را به‌عنوان انتخاب خود برای رقابت در بخش بهترین فیلم بلند بین‌المللی معرفی کرد. سانتوش به نویسندگی و کارگردانی سوری در بخش نوعی نگاه جشنواره فیلم کن امسال برای نخستین‌بار رونمایی شد. در خلاصه‌داستان این فیلم آمده است: در مناطق روستایی شمال هند، سانتوش که به‌تازگی بیوه شده است، شغل شوهر مرحومش به‌عنوان مأمور پلیس را به ارث می‌برد و درگیر تحقیق درباره قتل یک دختر جوان می‌شود. در این فیلم بازیگرانی چون شاهانا گوسوامی و سونینیا اجوار بازی کرده‌اند و مایک گودریچ، جیمز بوشر، بالناز دی گانی و آلن مک‌الکس نیز تهیه‌کنندگی آن را بر عهده داشته‌اند. فیلم فارسی‌زبان «گردن‌کُز ساخته حسن ناظر، کارگردان ایرانی در سال ۲۰۲۳ نماینده اسکار بریتانیا بود و سال گذشته نیز فیلم «منطقه مورد علاقه» ساخته جاناناتان گلیراز بریتانیا برنده این جایزه شد. برای واجد شرایط بودن، یک فیلم بریتانیایی باید عمدتاً غیرانگلیسی زبان و در خارج از ایالات‌متحده بین ۱ نوامبر ۲۰۲۲ تا ۳۰ سپتامبر ۲۰۲۴ اکران شده باشد. پیش از این کمیته اسکار کشورهایی چون فرانسه، آرژانتین، مکزیک، کانادا، شیلی، کاستاریکا، مراکش، پاناما، پرو، اروگوئه، کامبوج، ژاپن، قریزستان، آلمان، ترکیه، عراق، فلسطین، کره جنوبی، تایلند، ارمنستان، اتریش، بلغارستان، گرواسی، چک، استونی، مجارستان، ایرلند، لوتونی، لیتوانی، رومانی، اوکراین، ایسلند، کنیا، فنلاند، هند، آرژانتین و مکزیک نیز فیلم منتخب خود را به آکادمی اسکار اعلام کرده‌اند.

همیشه

عکس: اسفندیاری



مشروع بقای

جوادر سما استعفا کرده و احتمالاً کسی مخالف رفتن او نیست اما بازی پس فردا مقابل السد قطر باعث شده فعلاً او در پستش بماند

گزارش بازی

دراگان در صدر

اسکوچیچ صدرنشین لیگ شد و این کار را با یک پیروزی باارزش در زمین صدرنشین قبلی انجام داد

هفته دوم لیگ برتر با برگزاری ۶ مسابقه در روزهای پنجشنبه و جمعه ادامه یافت و مهم‌ترین پیروزی در این بازی‌ها نصیب تراکتور شد. تراکتور در اصفهان بر سپاهان غلبه کرد و این دوئل ۶ امتیازی را در صدر جدول برد. ملوان هم با یک پیروزی دیگر با تراکتور هم‌امتیاز شد و آلومینیوم با کسب نخستین برد خودش از استقلال سبقت گرفت.

☑ شمس آذر صفر - نساجی صفر
۲۴ ساعت بعد از دربی بزرگ تهران، نساجی و شمس آذر دومین بازی هفته ششم لیگ برتر را در قزوین برگزار کردند که ۲ تیم در پایان به تساوی بدون گل رسیدند. این مسابقه اگرچه بدون گل تمام شد اما پر از صحنه‌های جذاب و دیدنی بود که به گل ختم نشد. میزبان با اخراج صدقی از دقیقه ۲۰ تا یک پار کمتر بازی کرد اما از تیم نساجی هم سیامک نعمتی برای دومین بار در این فصل کارت قرمز گرفت و ۲ تیم از اواخر نیمه اول ۱۰ به ۱۰ بازی کردند.

☑ گل گهر صفر - هوادار صفر
در نخستین بازی جمعه جدال گل گهر و هوادار در سیرجان بدون گل مساوی تمام شد تا تیم میزبان فرصت حضور در رتبه‌های بالای جدول را از دست بدهد. گل گهر از هفته اول به بعد هیچ گلی نخورده و هوادار هم در کل ۶ هفته هیچ گلی زده است. بنابراین گل زدن هوادار طبیعی بود اما گل زدن گل گهر کمی غیرمنتظره به نظر می‌رسید.

☑ چادرملو یک - مس رفسنجان صفر
چادرملو اردکان در دومین بازی خانگی اش دومین برد را هم به دست آورد تا صاحب رکورد صدرصد امتیاز در بازی‌های خانگی باشد. حریف اردکانی‌ها این بار مس رفسنجان بود که شاگردان نویدکیا تا دقیقه ۹۰ هم صاحب یک امتیاز بودند که هادی حبیبی نژاد در دقیقه سوم وقت‌های تلف‌شده دروازه مهمان را باز کرد و ورزشگاه شهید نصیری یزد را مملو از شور و شادی کرد.

☑ ملوان یک - استقلال خوزستان صفر
ملوان با یک پیروزی خانگی دیگر ۱۳ امتیازی شد و در همسایگی سپاهان و تراکتور در صدر نشست. حریف انزلی‌چی‌ها استقلال خوزستان بود که مقاومت خوبی کرد اما با گل باقری در دقیقه ۸۶ بالاخره تسلیم شد. ملوان در این ۶ هفته فقط یک باخت به سپاهان و یک مساوی به استقلال داده و سایر بازی‌هایش را برده است.

☑ آلومینیوم یک - خیبر خرم‌آباد صفر
رحمان جعفری، مهاجمی که در تراکتور به او بازی نمی‌رسید بلافاصله بعد از جدایی از این تیم و پیوستن به آلومینیوم برای تیم جدیدش گل زد و آراکی‌ها را به نخستین برد فصل رساند. جدال آلومینیوم و خیبر ۲۴ ساعت بعد از دربی تهران و در همان ورزشگاه میزبان دربی برگزار شد. جعفری دقیقه ۴۱ گل زد و خیبر که تازه سرمربی‌اش را تغییر داده با رفتن مهاجمی و آمدن جانشین خارجی او در نخستین بازی شکست خورد. این نتیجه آلومینیوم را از قعر جدول کند و بالاتر از استقلال تهران در رتبه دهم قرار داد.

☑ سپاهان صفر - تراکتور یک
اما مهم‌ترین بازی عصر جمعه را ۲ تیم تراکتور و سپاهان از ساعت ۱۸:۳۰ در ورزشگاه فولادشهر آغاز کردند. سپاهان که تا قبل از این بازی با ۱۳ امتیاز صدرنشین بود با ترکیب نیازمند، محمدی، حزباوی، حردانی، یوسفی، اسدی، لیموچی، کریمی، رضایی، محبی و انزوزنی به زمین رفت؛ ترکیبی که نسبت به بازی قبلی مقابل ذوب‌آهن ۳ تغییر داشت و حردانی، انزوزنی و کاوه رضایی جانشین هنانوف، برایان دایو و گودرزی شده بودند. به این ترتیب خرید بزرگ و سرشناس سپاهانی‌ها یعنی انزوزنی بالاخره بعد از چند هفته وارد ترکیب اصلی شد. دقیقه ۲۰ مهدی تریایی به دلیل خطا روی محبی اخراج شد و تراکتور ۷۰ دقیقه باقی‌مانده را ۱۰ نفره بازی کرد. تا قبل از این اخراج هر دو تیم موقعیت‌هایی روی دروازه یکدیگر خلق کرده بودند اما کم‌دقتی مهاجمان و درخشش ۲ دروازه‌بان باعث شد نتیجه بدون گل باقی بماند. در ادامه و در حالی که سپاهان با یک بازیکن بیشتر و با امتیاز میزبانی، تیم غالب میدان به‌نظر می‌رسید، این تراکتور بود که در یک ضدحمله به گلی غافلگیرکننده رسید. شوت آواز، دفع دوضرب نیازمند و ضربه حسین زاده در برگشت، هم مسابقه را یک بر صفر و هم حسین زاده را ۴ گل کرد و به تنهایی او را به صدر جدول گلزن‌ها فرستاد. در نیمه دوم، بوکر کامارا هم برای زردپوشان به زمین رفت ولی نه او و نه سایر بازیکنان سپاهان نتوانستند دروازه تراکتور را با خطر جدی روبرو کنند و دروازه بیرانوند تا پایان بازی بسته ماند. این نتیجه، نخستین باخت خانگی سپاهان را رقم زد و تراکتور را در صدر جدول با این تیم هم‌امتیاز کرد. البته ملوان هم با ۳ امتیازی که دیروز در انزلی گرفت با این دو تیم هم‌امتیاز شد تا هر سه تیم صاحب ۱۳ امتیاز باشند.

لیگ برتر ایران - هفته ۶
فولاد ذوب‌آهن 19:00
لیگ برتر آنگلیس
نیوکسل منچستر سیتی 15:00
آر سنال لستر سیتی 17:30
چلسی برایتون 17:30
اور توت کر پستال پلاس 17:30
ناتینگهام فارست فولام 17:30
ولوز لیور پول 20:00
لالیگا اسپانیا
اوساسونا بار سلونا 22:30
سری آ ایالتیا
اودینزه اینتر 16:30
جنوا یوونتوس 19:30
برنامه بازی
بوندس لیگا آلمان
بایرن مونیخ بایر لورکوزن 20:00
برنامه بازی
لالیگا اسپانیا
یکشنبه ۸ مهر ۱۴۰۳
اتلتیکو مادرید رئال مادرید 22:30

Juan Carlos Carrido

تولک یک مربی پر...

قافیه را به انتقادات نباخت

بعد از اعلام فهرست پرسپولیس، خیلی از هواداران به شکلی قابل انتظار از خط خوردن پاسین سلمانی و حضور بازیکنی مثل سعید مهری انتقاد کردند. گاریدو پیش از این نیز چنین فشارهایی را تحمل کرده بود. انتخاب او اما این بوده که قافیه را نیازد و کار خودش را بکند. نهایتاً هم در پایان بازی، این مرد اسپانیایی بود که سر بلند شد؛ زیباتر از اینکه مهری به زمین برود و پناحتی بگیرد؟



۲

بهترین تعویض‌ها را کرد

طبیعتاً تعویض، یکی از بهترین سنج‌ها برای داوری در مورد عملکرد مربیان است و گاریدو چهارشنبه‌شب از این حیث هم نمره قبولی گرفت. به شکلی معنادار، هر سه بازیکن تعویضی او در متن حرکت منجر به پناحتی قرار داشتند؛ لوکاس ژوانو که با آگاهی محیطی بالا توپ را برای مسعود ریگی رها کرد، ایوب علמוד که ساتر کرد و مهری که پناحتی گرفت.



۳

تیمش را برای برد به میدان فرستاد

آنچه از دقایق آغازین دربی کاملاً به چشم آمد، این بود که گاریدو تیمش را برای برد به میدان فرستاده است. با وجود آنکه شاید ترکیب ابتدایی استقلال حتی قوی‌تر هم بنظر می‌رسید، مربی اسپانیایی مرعوب این شرایط و نیز عدم حضور غایبان نامدار تیمش نشد و از آغاز روی کسب امتیاز تمرکز کرد. شرایط طوری بود که بازیکنان استقلال از اواخر نیمه‌اول فهمیده بودند حریف پرسپولیس نمی‌شوند و اشتیاق چندانی به ادامه بازی نداشتند.



۴

تواضع داشت

بعد از چنین بردی اما، تواضع و فروتنی گاریدو هم قابل تأمل بسود؛ مردی که اغلب اوقات، اظهاراتش در نشست‌های خبری باعث تحسین او می‌شود. گاریدو به جسی گل و خودنمایی، احترام رقیب را حفظ کرد و با وجود آنکه پرسپولیس در طول بازی نمایش برتری داشت، مدعی شد ممکن بود شاساگرد دانش بازی را با یک گل بیازند. همین هاست که چنین بردی را ارزشمندتر می‌کند.



۵



حالا گاریدو بیش از هر زمان دیگری در فوتبال ایران جدی گرفته خواهد شد

بهبود رسانی | اگرچه خوان کارلوس گاریدو پیش از این نیز نشانه‌هایی از اثرگذاری مطلوب روی پرسپولیس بروز داده بود، اما بدون تردید برتری در دربی تهران، یک نقطه عطف برای مرد اسپانیایی خواهد بود؛ آنچه باعث می‌شود او از هر زمان دیگری جدی‌تر گرفته شود و فرصت بهتری برای اعمال ایده‌هایش روی نیمکت سرخ‌پوشان به‌دست بیاورد. چهارشنبه چهارم مهر، تاریخ تولد رسمی یک مربی خارجی در فوتبال ایران است؛ کسی که حالا خیلی از مخاطبان و منتقدان با احترام بیشتری از او یاد می‌کنند. بیایید اهمیت کاری را که گاریدو در دربی کرد با هم مرور کنیم.

بازیکنانش را به خطر نینداخت

۲ بازیکن خارجی مهم پرسپولیس، روزهای پیش از دربی را با مصدومیت سپری کردند و در شرایطی که به‌نظر می‌رسید مشکلی بابت حضور در بازی با استقلال نداشته باشند، روز دربی صدرصد آماده نشدند. شاید کادرفنی پرسپولیس می‌توانست به‌زور قرص و آمول اوستون اورونوف و ایوب علمود را به این بازی برساند اما گاریدو با حرفه‌ای‌گری، یک فصل را فدای یک بازی نکرد. اورونوف کلاً مشغول استراحت شد و علمود هم کمتر از ۱۵ دقیقه به میدان رفت. این، یک نگاه درست است.



۱

نگته بازی

حالا چه می‌گفتی؟

یکی از نکات جالب دربی، تأخیر مفصل استقلال در ورود به زمین، پیش از آغاز نیمه دوم بود. در شرایطی که پرسپولیس‌ها وارد میدان شده بودند، چیزی حدود ۷ دقیقه منتظر شاگردان جواد نکونام شدند و این موضوع حتی اعتراض گاریدو به داور چهارم را هم در پی آورد. تأخیر یک تیم در ورود به زمین، معمولاً به این معنی است که مربی دارد حرف‌های مهمی به آنها می‌زند. با وجود این، صادقانه باید گفت در وقت دوم هم مثل نیمه‌اول، اصلاً اثری از تفکرات کادرفنی در نمایش استقلال‌ها پیدا نبود. برای این مدل فوتبالی که آبی‌ها بازی کردند، همان ۱۵ دقیقه بین آ نیمه هم زیاد است و کل حرف را در یک دقیقه می‌شود زد؛ از همه جا ساتر کنید روی دروازه و مدام هم خودتان را ببینداز روی زمین! غیر از این است؟

بزرگ‌ترین جنجال دربی، خشتی شد!

دقایق پایانی دربی ۱-۰، اتفاقی رخ داد که اگر کامل می‌شد، یکی از بزرگ‌ترین جنجال‌های سالیان اخیر فوتبال ایران را به‌وجود می‌آورد. داستان به صحنه‌ای مربوط می‌شد که استقلال برای جبران گل خورده فشار می‌آورد و بی‌محاسباتی توپ روی دروازه پرسپولیس می‌ریخت. در این زمان رافائل سیلوا، مدافع آبی‌ها مصدوم شد و در محوطه جریمه پرسپولیس روی زمین افتاد. بازیکنان استقلال اما به‌خاطر عجله‌ای که داشتند، به این موضوع توجه نکردند و بازی را ادامه دادند. در نهایت این سروش رفیعی بود که بعد از تصاحب توپ، آن را به اوت فرستاد. قاعدتاً استقلال‌ها باید بعد از پرتاب اوت، توپ را به بازیکنان پرسپولیس برمی‌گرداندند اما چنین نکردند و حتی از مان‌رضانی ضربه سر زد که گندوز آن را گرفت. اگر توپ رضانی گل شده بود، الان آ تیم داشتند خرخره هم را می‌جویند!

برای فرشاد، فرجی شد

بی‌هیچ تردیدی، یکی از بهترین بازیکنان پرسپولیس در دربی ۱-۰، فرشاد فرجی بود. در شرایطی که هواداران این تیم از حضور دو ساعت قبل از بازی و با شنیدن خبر غیبت ایوب علمود در این مسابقه زانو می‌غم بغل گرفته بودند، فرجی در سمت راست خط دفاعی به میدان رفت و همه را غافلگیر کرد. این بازیکن عملکردی کم‌نقص و قابل ستایش داشت. او در کارهای دفاعی چندانی به مشکل نخورد که البته یکی از دلایل هم می‌توانست میل هجومی پایین استقلال‌ها برای این مسابقه بوده باشد. فرجی همچنین گهنگاری در برنامه‌های تهاجمی تیم هم ایفای نقش کرد که از جمله آنها باید به ساتر تماشاگرش برای علی‌علی‌پور در نیمه‌اول اشاره کنیم؛ تویی که به شکل خطرناکی راهی کرنر شد. در حقیقت مصدومیت ایوب، فرجی برای فرشاد بود تا تلاش و زحمت، لیاقتش را نشان بدهد.

جام جهانی



پایان تلخ

شاگردان شمسایی خیلی زود از جام جهانی فوتسال حذف شدند تیم ملی فوتسال ایران با شکست مقابل مراکش، خیلی زود از جام جهانی حذف شد. این اتفاق در حالی رخ داد که پس از صعود ایران از دور گروهی و حضور در سمت سخت جدول، انتظار می‌رفت ایران حداقل یک بازی دور حذفی را پشت سر بگذارد و آماده تقابل با برزیل شود. شاگردان شمسایی یک‌نیمه ناامیدکننده مقابل مراکش داشتند و با شکست ۴ بر یک به رختکن رفتند. ملی‌پوشان ایران در آغاز نیمه‌دوم و در همان دقیقه ابتدایی، اختلاف را به حداقل رساندند اما در ادامه تلاش هایشان برای زدن گل چهارم به نتیجه نرسید و حتی پناحتی ثانیه‌های پایانی هم برای ایران در دست رفت تا شمسایی و شاگردانش در پایان مرحله یک‌هشتم به خانه برگردند. فرانسه که با شکست مقابل ایران به سمت آسان جدول رفته بود، روز گذشته با نتیجه ۵ بر ۲ از سد تایلند گذشت و حریف پاراگوئه در مرحله بعد شد. جالب اینکه پرتغال که مطرح‌ترین تیم سمت آسان جدول بود، با شکست مقابل قزاقستان از دور رقابت‌ها کنار رفت.

حالا که تیم ملی فوتسال ایران از دور رقابت‌ها کنار رفته، بدنیست نگاهی به عملکرد این تیم در جام‌های جهانی گذشته داشته باشیم. فوتسال ایران در نخستین دوره جام جهانی غایب بود و برای اولین بار در جام جهانی ۱۹۹۲ هنگ‌کنگ مجوز حضور در این رقابت‌ها را به دست آورد. تیم ملی ایران در این دوره از مرحله دوم گروهی اول و دوم صعود کرد و خودش را به نیمه‌نهایی رساند اما در نهایت با شکست مقابل آمریکا و پس از آن اسپانیا، صاحب رتبه چهارم شد. در ۱۹۹۶ اسپانیا، فوتسال ایران در پایان مرحله گروهی اول از دور رقابت‌ها حذف شد. این اتفاق در ۲۰۰۰ گواتمالا و ۲۰۰۴ تایوان هم تکرار شد و ایران در پایان گروهی اول از دور رقابت‌ها کنار رفت. فوتسال ایران در ۲۰۰۸ برزیل، از مرحله اول گروهی صعود کرد و در پایان مرحله دوم گروهی از رقابت‌ها حذف شد. با تغییر فرمت بازی‌ها، ایران در ۲۰۱۲ تایلند از مرحله گروهی صعود کرد اما در یک‌هشتم به کلمبیا باخت و از دور رقابت‌ها کنار رفت. بهترین عملکرد ایران در جام‌های جهانی به ۲۰۱۶ کلمبیا برمی‌گردد؛ جایی که ایران در نیمه‌نهایی به روسیه باخت اما در رده‌بندی موفق شد بر تبال را شکست دهد و تیم سوم لقب بگیرد. در ۲۰۲۱ لیتوانی ایران خودش را به دور حذفی رساند و در یک‌هشتم از یکستان را شکست داد اما پس از آن به قزاقستان باخت و به خانه برگشت. در ۲۰۲۴ هم که پرونده ایران در همان مرحله یک‌هشتم بسته شد، آن هم با یک‌شکست عجیب مقابل مراکش!

پرسپولیس در تمامی آمارها - از مالکیت و پاس تا شوت و امید گل - برتر از استقلال بوده و آبی‌ها فقط در تعداد خطا عدد بزرگ‌تری را ثبت کرده‌اند

۱۴۳ پاس بیشتر

پرسپولیس در مالکیت توپ و تعداد پاس، برتری کاملاً محسوس داشت. قرمزها ۵۷۲٫۲ درصد از زمان بازی صاحب توپ بودند و فقط در ۴۲٫۷ درصد توپ را به استقلال سپردند. ۴۵۷ پاس توسط سرخپوشان در مقابل ۳۱۴ پاسی که استقلال‌ها ردوبدل کردند، نشان از برتری قابل توجه پرسپولیس در استفاده از توپ داشت. در دقت پاس هم اوضاع قرمزها بهتر بود چون آمار ۸۱٫۴ درصد برای سرخپوشان و ۷۵٫۲ درصد برای آبی‌ها ثبت شده است. آمار موفقیت در نبردهای تن‌به‌تن هم اگرچه نزدیک است (۵۱٫۵٪ برای آبی‌ها و ۴۸٫۵٪ برای سرخپوشان) اما حکایت از برتری نسبی پرسپولیس‌ها دارد. در چنین وضعیتی، استقلال‌ها برای آنکه قافیه را کامل به حریف نیازند به خطا کردن رو آوردند و در طول این مسابقه تقریباً ۲۲ درصد بیشتر از حریف خطا کردند. ۸ خطا از سوی پرسپولیس و ۱۳ خطا از سوی آبی‌ها، علاوه بر اینکه خطاهای بیشتر استقلال را نشان می‌دهد، حاکی از یک دربی نسبتاً کم‌خطا تر از دربی‌های قبلی است.



فقط خطای استقلال بیشتر بود!

بازیکن زمین از نگاه متریکا، گزینه عجیب و غیرمنتظره‌ای است؛ بازیکنی که در شرایط عادی اصلاً بازیکن فیکس پرسپولیس نیست و مصدومیت ایوب علمود او را در لیست ۱۱ نفره دربی کرد. فرشاد فرجی، مدافع راست پرسپولیس در دربی ۹۰ دقیقه کامل بازی کرد، ۶۶ پاس داشت و دقت پاس هایش ۸۰٫۴ بود. او ۱۰ عملکرد دفاعی هم انجام داد اما برگ برنده‌ای که بیش از هر پارامتر دیگری باعث کسب نمره بالا از سوی فرجی شد، پاس‌های کلیدی او برای هم‌تیمی‌ها بود. فرجی با ۲ پاس کلیدی که هر یک از آنها می‌توانست تبدیل به گل دربی شود، درخشش خاصی در این بخش داشت و بیش از هر بازیکن دیگری در این میدان پاس کلیدی داد. مجموع پاس‌های کلیدی پرسپولیس‌ها در این مسابقه ۹ پاس بود که بهتر تیب توسط فرجی (۳)، وحید امیری (۲)، رفیعی، ریگی، احمدزاده و میلاد محمدی صادر شد. استقلال هم ۲ پاس کلیدی داشت که جلالی (۲)، رضاییان (۲)، کاکوتای و کوشکی خالق آن بودند. چون استقلال تازه در لحظات پایانی و بعد از دریافت گل به هجوم روی آورده، تعداد زیادی از این پاس‌ها در لحظات پایانی و به نام بازیکنان جانشین که تازه دقیقه ۹۰ به زمین آمده بودند، ثبت شده است. در مجموع و براساس نمرات متریکا، بهترین بازیکنان این دربی فرشاد فرجی با نمره ۷٫۸۲، کنتانی‌زادگان با نمره ۷٫۶۸ و مسعود ریگی با نمره ۷٫۶۲ بودند. ضعیف‌ترین بازیکن میدان هم رافائل سیلوا بود با نمره ۶٫۶۸؛ کمی پایین‌تر از ماشااوریوف و رامین رضاییان.

به یک تساوی بدون گل رضایت بدهد اما تیم باحوصله او تا آخرین دقایق ناامید نشد و البته تعویض‌های همزمانش در ۱۰ دقیقه پایانی هم به کار تیم آمدند تا استقلال تسلیم شود و نکونام بالاخره طعم شکست در دربی را تجربه کند. گاریدو مسابقه‌ای را برد که در آن خلق موقعیت کار بسیار مشکلی بود و تا قبل از اعلام آن ضربه پناحتی، مجموع امید گل آ تیم به عدد یک نمی‌رسید؛ یعنی آ تیم مجموعاً به اندازه زن یک گل موقعیت خلق نکرده بودند.

خارج از چارچوب خطرناک‌تر بود | امید گل استقلال در دربی چهارشنبه‌شب ۰٫۶۴ بود. امید گل، نتیجه ۷ شوت استقلال‌ها بود که فقط ۲۸ درصد آنها داخل چارچوب بودند. ۷ ضربه استقلال‌ها را رافائل سیلوا، سامان فلاح، ابوالفضل جلالی، پلانکو، آرمان رضانی و محمدحسین مرادمند زدند که رضانی با وجود حضور یک‌نیمه‌ای آبار در موقعیت ضربه‌زدن قرار گرفت؛ چنان که مشخص است از ۷ ضربه استقلال‌ها ۴ ضربه به مدافعان این تیم اختصاص دارد که نشان از برنامه‌ریزی آبی‌ها روی ضربات ایستگاهی و کرنرها دارد. در این میان فقط ضربه سامان فلاح و یکی از ۴ ضربه رضانی در چارچوب بودند که به‌راحتی توسط گوندوز مهار شدند. خطرناک‌ترین ضربه استقلال البته یکی از آن ۵ ضربه خارج از چارچوب این تیم بود؛ شوت جلالی در نیمه‌اول که موقعیت آن روی اشتباه دروازه‌بان پرسپولیس به‌دست آمد و نهایتاً به تیر افقی دروازه برخورد کرد.

جانشین ایوب، بهترین شد

در زمینه آمارهای فردی و با توجه به امتیازاتی که سایت متریکا به بازیکن‌ها داده، آ بازیکن برتر این میدان از تیم پرسپولیس بوده‌اند و بهترین بازیکن استقلال که ابوالفضل جلالی است، بعد از آن ۴ نفر، صاحب پنجمین نمره خوب این دربی شده است. بهترین



بایر در زمین بایرن

احتمالا زیباترین بازی تا این مقطع فصل را خواهیم دید



شکست نخورده است (۲ برد و یک تساوی). آنها در بوندس لیگا دوران طولانی تری مقابل بایرن بدون شکست نمانده‌اند و امشب شاید بتوانند یک رکورد جدید ثبت کنند.

■ ژابی آلونسو می‌تواند پس از گونو کلوتر و ارنست هابل به سومین مربی تاریخ بوندس لیگا تبدیل شود که در هر ۴ دیدار اول خود با بایرن بی شکست می‌ماند.

■ بایرن صدرنشین لیگ، میزبان بایرلور کوزن است که در رده دوم قرار دارد. بایرن هیچ‌یک از ۱۶ بازی اخیر خود در بوندس لیگا را مقابل یک تیم رده دومی نباخته است (۱۱ برد و ۵ تساوی).

■ بایرن با ۴ پیروزی از ۴ بازی و تفاضل گل +۱۳ بهترین شروع مشترک یک فصل در تاریخ بوندس لیگا را تجربه کرده است. تا به حال فقط خود بایرن در فصل ۱۷-۲۰۱۶ و اشتوتگارت در فصل ۹۷-۱۹۹۶ این کار را انجام داده بودند.

■ لور کوزن در ۴ بازی ابتدایی گل‌ها را در بوندس لیگا در این مرحله از فصل و مشترک با فصل ۱۵-۲۰۱۴ است. آخرین قهرمانی که در ۴ بازی اول فصل ۹۹-۱۹۹۸ بود. بایرن مونیخ هم فصل ۷۵-۱۹۷۴ در ۴ مسابقه نخست لیگ به‌عنوان مدافع عنوان قهرمانی، ۱۱ گل خورده بود.

۲۴ بازی و در پایان فصل فقط ۱۹ گل دریافت کرده بود اما این فصل در ازای ۱۳ گل زده، ۹ گل خورده است. بایرن مونیخ هم ۱۶ گل زده و فقط ۳ گل دریافت کرده است.

■ ۲۹ گل زده بایرن در عیاز اول فصل، رکورد باشگاه است و ۲۰ گل آنها در یک هفته، مساوی است با رکورد تاریخ باشگاه.

■ هر کی‌با ۴۱ گل، گلزن ترین بازیکن انگلیسی در تاریخ بوندس لیگاست. او این کار را فقط در ۳۶ مسابقه انجام داد. هر کی در ۱ بازی آخر با پیراهن تیم مونیخی ۱۴ گل و ۵ پاس گل ثبت کرده و در بازی با ووردربرمن برای سومین بازی پیاپی روی حداقل ۳ گل تیش اثر گذار بود.

■ لور کوزن در ۳ بازی آخر گل به تیم‌های حریف زده؛ ۳ بر ولفسبورگ را برده، ۴ بر صفر فاینورد و ۴ بر یک هوفنهایم را. تنها شکست این فصل آنها ۳ بر ۲ و مقابل لایپزش بوده. بایرن مونیخ در ۵ بازی آخر در همه رقابت‌ها ۲۵ گل به ثمر رسانده؛ میانگین ۵ گل در بازی.

■ در هر بازی آخر تنها یک برد به بایرن مونیخ رسیده که به ۲ سال پیش و به روز هشتم مهر مربوط می‌شود که آنها ۴ بر صفر بایر را بردند. ۳ بار هم بایر مقابل بایرن برنده بوده، از جمله برد ۳ بر صفر و قاطع فصل گذشته مقابل تیم توماس توخل.

■ لور کوزن در ۳ بازی اخیر خود در بوندس لیگا مقابل افسی بایرن

فلیکس زوایر قضاوت مهم‌ترین بازی امروز فوتبال جهان را به عهده خواهد داشت؛ مسابقه‌ای که ساعت ۲۰ در ورزشگاه آلیانس آرنا بین بایرن مونیخ و بایرلور کوزن برگزار می‌شود. بایرن مونیخ با سرمربی بلژیکی جدید خود، ونسان کمپانی همه بازی‌ها را پر گل می‌برد. تیم او حتی اگر امشب بیازد، باز هم در صدر می‌ماند؛ مگر آنکه باختلاف ۳ گل بیازد.

بایرن مونیخ از بس در سال‌های اخیر قهرمان شده بود، سابقه بازی مقابل تیم مدافع عنوان قهرمانی را ندارد. آخرین بار فصل ۱۳-۲۰۱۲ بود که آنها مقابل دور تموند قرار گرفتند؛ تیمی که فصل پیش از آن قهرمان بوندس لیگا شده بود. آن بازی یک-یک مساوی تمام شد. پس از آن بایرن در همه لیگ‌ها به قهرمانی رسید تا فصل پیش که این عنوان را به بایر واگذار کرد. آخرین باری که باورایی‌ها مقابل تیم قهرمان قرار گرفتند و بازی را بردند، به ۱۴ سال پیش برمی‌گردد؛ فوری به ۲۰۱۰ و پیروزی ۳ بر یک در ولفسبورگ.

■ بایرلور کوزن همچنان به سیاق یک فصل و نیم اخیر با مربیگری ژابی آلونسو پیش می‌رود؛ آنها گل‌های خود را زمانی می‌زنند که از حریف عقب افتاده‌اند و داور در آستانه زدن سوت پایان مسابقه است. بایر فصل پیش بعد از

Xabi Alonso vs Vincent Kompany

بچه مدرسه‌ای توی زمین

یک‌بار در درسی تهران وقتی مهدی عبدی برای تیم کالدرون به استقلال گل زد، هواداران به‌شوخ می‌گفتند که او از پشت میز مدرسه وارد ترکیب پرسپولیس شده. حالا این جمله را می‌شود درباره بعضی از بازیکنان آرسنال به کار برد. دوره‌ای که ونگر در آرسنال حضور داشت، استفاده از بازیکنان نوجوان فلسفه او و تیمش بود، اما با رفتن ونگر و با آمدن آرتا، این رسم به فراموشی سپرده شد و تنها یکی دو بازیکن جوان مثل اسمیت رو در تیم پدیده شدند. با این حال، امسال گویا ارتقا صد دارد به فلسفه سابق باشگاه هم عمل کند. در بازی با اینترماپمی تمدید نمی‌کند و به روساریو بازمی‌گردد تا به باشگاه دوران بچگی‌اش ادای دین کند. زمانی که مسی آن حرف‌ها را زده بود، به دلیل اینکه در تیم ملی آرژانتین ناموفق بود، علیه او انتقادهای زیادی شد و هموطنانش او را به بی‌غیرتی متهم می‌کردند. حالا با قهرمانی جام جهانی و آفرمانی گویا آمریکا، مسی تهدیدی از سوی آنها احساس نمی‌کند. البته اینکه آرژانتین خیلی امن نیست، هنوز هم حرف درستی است.



نقاب نژادپرستان

هواداران اتلتی برای وینی برنامه‌های وحشتناکی دارند

که مدام توی چشم باشد. او گفته داوری مثل موزیک متن فیلم است؛ تأثیر می‌گذارد اما شنیده نمی‌شود. وقتی روی وینی خطا می‌شود، به قدری غر می‌زند تا داور یک کارت هم به خودش بدهد. مهاجم برزیلی در مجموع، ۴۹ خطا با تیم اول دریافت کرده و یکبار هم در تیم ب یعنی کاستیا توسط داور اخراج شده است. برای بازی فردا که امپایه هم به دلیل مصدومیت در دسترس نیست، آنجلوتی به سیستم فصل گذشته با ۲ مهاجم و وینی و رودریگو برمی‌گردد. این سیستم به وینیسوس کمک می‌کند از کناره‌های زمین و تماشگران حاضر در ورزشگاه دور تر بماند. اما انتیکو با سرمربی آرژانتینی خود که استاد بازی ناخوامراندانه و جنگ روانی است و همین‌طور با حمله تماشگران خودی به وینیسوس، می‌تواند روی بازی حریف تأثیر بگذارد. اعتراض‌ها و غرهای وینگر برزیلی حتی آنجلوتی را هم عصبانی کرده. شاید بهتر باشد یک روانشناس برای استخدام شود یا یک کریم باقری که هر وقت این بازیکن غرولند کرد، با سبلی به سرافش برود و او را آرام کند!

زیادی دریافت کرده‌اند. وینیسوس جونپور در بازی با دیپورتیسو آدوس چهارمین کارت زرد خود را در این فصل دریافت کرد که ۳ کارت از این کارت‌ها در بازی‌های لیگا بوده است. البته در بعضی از بازی‌های داوری مسئله اصلی می‌شود. مثلاً در همین بازی با آدوس که در ورزشگاه خودی بر گزار می‌شد و تماشاگران کاری به وینی نداشتند، ۱۱ بار روی او تکل شد که یک رکورد در فصل جاری بود. داور بی‌تجربه که نخستین بار بازی رنال را قضاوت می‌کرد، نتوانست بازیکنان خشن تیم همپان را مدیریت کند و در عوض، به بازیکنان معترض رنال کارت‌های زیادی داد. بازیکنان خشن تیم همپان را مدیریت کند و در عوض، به بازیکنان معترض رنال کارت‌های زیادی داد. داور می‌هم که برای دربی مادرید انتخاب شده، گلزده عیبی است. بوسکتس فر ۳۰ ساله تنها یک سال در لیگای ۲ داوری کرده بود که به لالیگا دعوت شد و حالا در دومین سال تجربه لالیگای‌اش، این مسابقه سنگین و پیچیده را به او سپرده‌اند. کمیته داوران لالیگا به او خیلی امید دارند. خصوصیت این داور که نتوانسته با بازیکن فوتبال شود، این است که در زمین دیده نمی‌شود. خودش معتقد است که داور نباید کاری کند

دادگاهی در اسپانیا یک هوادار مایور کارا که فصل ۲۳-۲۰۲۲ با اتهام نژادپرستی علیه سامونتل چوکوئزه (بازیکن خودی) و وینیسوس جونپور روبرو شده بود، به یک سال زندان و اسلحه ممنوعیت ورود به ورزشگاه محکوم کرد. هم‌زمان با اعلام این خبر و حکم امیدوار کننده، یک خبر بد هم منتشر شد؛ اولترهای هوادار انتیکو مارید در آستانه شهر آورد فراد از هواداران خواست‌اند با ماسک به ورزشگاه بیایند تا حین توهین نژادپرستانه به وینیسوس که کار مورد علاقه آنها در این سال هاست، توسط دوربین‌ها شناسایی نشوند. حتی تماشاگران حاضر در ورزشگاه مترو پولیتانو تهدید شده‌اند که اگر با گوشی یا دوربین خود از دیگران فیلم بگیرند، دوربین آنها ضبط و خرد می‌شود.

البته خود وینی هم در تحریک تماشاگران تیم‌های میزبان بی‌تقصیر نیست. او انگار مثل ریبستیانو رانالدو از نفرت تماشاگران رقیب تغذیه می‌کند. با قنادن جدید که در پی اعتراض به داور، بازیکن اخطار می‌گیرد، او و بازیکن رنال مادرید کارت‌های

بازنشسته‌ها و مازادها

هانسی فلیک تیمی را به موفقیت رسانده که کلی مصدوم دارد و بازیکنان ناشناس و مازاد در آن بازی می‌کنند و قرار است یک دروازبان بازنشسته به آن اضافه شود

روند ثبت قرارداد شزنی با بارسلونا در مراحل پایانی قرار دارد و این دروازبان لهستانی از دوشنبه به هموطنش لواندوفسکی می‌پیوندد. شزنی که تا همین بهار امسال سال‌ها دروازبان شماره یک یوونتوس بود و سابقه پوشیدن پیراهن آرسنال را هم دارد، در تابستان تصمیم به خداحافظی گرفت اما مصدومیت طولانی تراشنگن و نبودن گزینه‌های آزاد زیاد در بازار، این دروازبان ۳۴ ساله تصمیمش را تغییر داد و به این نتیجه رسید یک فصل دیگر هم در باشگاه بزرگ دیگری به بازی ادامه دهد. با خارج شدن تراشنگن از فهرست تیم، بارسلونا می‌تواند از حقوق دروازبان آلمانی که آزاد شده، قرارداد شزنی و دنی اولمو را ثبت کند. اولمو به خاطر مصدومیت کریستنسن توانسته بود مجوز موقت بازی در لالیگا را به دست آورد.

البته پیش از قطعی شدن شزنی، هانسی فلیک، سرمربی آلمانی بارسلونا از پنیای اعلام حمایت کرده و او را دروازبان شماره یک تیم خوانده بود اما با آمدن شزنی و در صورت آمادگی او، این دروازبان گزینه اصلی ترکیب خواهد بود. این‌کلی پنی در نخستین بازی بعد از مصدومیت تراشنگن کلین شیت کرد که دومین کلین شیت فصل بارسلونا بود.

فلیک فعلا با بدون دروازبان، در حال درو کردن همه تیم‌های اسپانیایی است. او هفتمین بازی این فصل خود را هم با گل لواندوفسکی مقابل ختافه با پیروزی به پایان برد که یک رکورد است. البته ۲ بار دیگر هم در فصل‌های ۱۴-۲۰۱۳ و ۱۸-۲۰۱۷ بارسلونا ۲ بازی نخست فصل را برده بود. فلیک با خط هافبکی متشکل از گارسیا، کاسادو و توره وارد مسابقه با ختافه شد؛ چیزی که یک ماه پیش هیچ کس تصورش را نمی‌کرد؛ این بازیکنان تا آخرین روز در لیست خروج قرضی تیم بودند. فلیک هیچ‌وقت غر نمی‌زند، او باید الگوی همه مربیان جهان باشد.

تنها شکست‌های فلیک روی نیمکت بارسا به ۲ بازی مقابل موناکو برمی‌گردد که یکی از آنها غیررسمی و در جام خوان گامپر بود. تیم او در ۷ بازی لالیگای ۲۳ گل به حریفان زده که از میانگین ۲۳ گل لالیگای امسال بیشتر است.

لواندوفسکی با ۳۷ گل بالاتر از ایوز پرس از ویرا تان (۶) و امپایه و رافینیا (۵) بهترین گلزن این فصل است. او پس از این مسابقه از یامال که ۵ پاس گل در این ۷ مسابقه داده است، تمجید و به او نصیحت کرد: «یامال بهترین وینگر جهان است و دوران حرفه‌ای او طولانی خواهد بود. او ۱۷ سال دارد و باید به ۱۰ تا ۱۵ سال آینده فکر کند. گاهی اوقات یامال دوران حرفه‌ای هم‌تراز از آغاز آن است! امیدوارم یامال حرفه‌ای و قوی به کارش ادامه دهد و فقط به فکر ۲۰ سال آینده نباشد.»

بارسا امروز با اواسونو بازی دارد تا برای بازی این هفته لیگ قهرمانان اروپا آماده شود.

مسی در آمریکا نمی‌ماند

لیونل مسی چند سال پیش گفته بود آرژانتین امنیت ندارد و نمی‌خواهد به تیم دوران کودکی‌اش- کودک‌اش- نیولز اولدبویز- برگردد و امنیت خانواده‌اش را به خطر بیندازد. اما انگار نظر او عوض شده است. آل ناسیونال اسپانیا ادعا کرده است که مسی قراردادش را با اینترماپمی تمدید نمی‌کند و به روساریو بازمی‌گردد تا به باشگاه دوران بچگی‌اش ادای دین کند. زمانی که مسی آن حرف‌ها را زده بود، به دلیل اینکه در تیم ملی آرژانتین ناموفق بود، علیه او انتقادهای زیادی شد و هموطنانش او را به بی‌غیرتی متهم می‌کردند. حالا با قهرمانی جام جهانی و آفرمانی گویا آمریکا، مسی تهدیدی از سوی آنها احساس نمی‌کند. البته اینکه آرژانتین خیلی امن نیست، هنوز هم حرف درستی است.

مورینیو؛ رکورددار اروپایی

پیروزی ۲ بر صفر فترا باغچه مقابل تیم بلژیکی سن ژیلوا در لیگ اروپا یک نکته عجیب اما جالب داشت؛ ژوزه مورینیو با نهمین تیم مختلف در رقابت‌های اروپایی حاضر شد؛ البته اگر دورانی را که او به‌عنوان مترجم و دستیار با ریاسون انگلیسی روی نیمکت بارسلونا حضور داشت، جزو کارنامه مورینیو را به حساب بیاوریم، هیچ مربی دیگری در این قرن با این همه تیم در مسابقات اروپایی حضور نداشته است. بنفیکا، پورتو، چلسی، اینتر، رنال مادرید، خودی و وینیسوس، می‌تواند روی بازی حریف مورینیو تأثیر بگذارد. اعتراض‌ها و غرهای وینگر برزیلی حتی مورینیو ۲ قهرمانی لیگ قهرمانان (UCL) پورتو و اینتر، ۲ قهرمانی لیگ اروپا (پورتو، مورینیو) و یک قهرمانی لیگ کنفرانس (رم) را تجربه کرده است.

از این همه جاه طلبی ادیت نمی‌شوی؟

منچستر یونایتد نخستین بازی خود در لیگ اروپا را با تونته هلند هم یک-یک مساوی کرد. ششاپلین سرخ طی ۹ بازی اخیر در رقابت‌های قاره‌ای تنها یکبار برنده شده، ۴ بازی را مساوی کرده و ۵ مسابقه را باخته‌اند. البته باشگاه همچنان از سرمربی هلندی که تیم اسبق خودش را نتوانسته برود، حمایت می‌کند. واکنش تن‌هاخ به انتقادها همچنان تکراری است: «تکسراسر می‌کنم، ما ۲ قهرمانی کسب کرده‌ایم و هنوز هم در این فصل جاه طلب هستیم.» بله، تسلاوی با تونته، جاه طلبی است. باید دید مالکان باشگاه بالاخره تا چه زمانی می‌خواهند پای مردم هلندی بمانند؛ شخصی که موفقیتی نداشته اما اعتماد به نفس زیادی دارد.

پول کثیف، تمیز شد

یکی از ایرادهایی که می‌شود به باشگاه‌هایی همچون منچستر سیتی گرفت، این است که آنها پول خارج از فوتبال را به فوتبال می‌آورند و رقابت با سایر باشگاه‌ها را ناخوامراندانه پیش می‌برند. حالا یک دادگاه اعلام کرده که این باشگاه حق دارد از شرکت‌های زیرمجموعه مالکان خود به‌عنوان اسپانسر استفاده و از پول آنها خرج کند. قوانین طراحی شده PL برای محدود کردن میزان پرداختی‌های مالکان به باشگاه‌ها بود که به‌عنوان اسپانسر می‌توانند پرداخت کنند. این پرونده از تریابی با دادگاه ۱۱۵ اتهام وارده به منچستر سیتی ندارد؛ پرونده‌ای که می‌تواند سببی را به دسته‌های پایین‌تر بفرستد و ستاره‌های این تیم را راهی لیگ‌های دیگر کند.

پپ بالای سر سه شیرها

روزنامه دیلی میل که البته اخبار آن خیلی وقت‌ها تکذیب می‌شود، در گزارشی ادعا کرده که فدراسیون فوتبال انگلیس با گواردیولا برای هدایت تیم ملی این کشور به توافق دست یافته است. پپ فصل آخر حضورش را در منچستر سیتی سپری می‌کند و هنوز قراردادش را تمدید نکرده است. البته دستمزد سالی ۲۰ میلیون پوندی این سرمربی برای تیم ملی انگلیس، مشکلی است که هنوز از سوی اتحادیه فوتبال حل نشده. برای تیمی که سالی ۸-۷ مسابقه رسمی دارد، چنین حقوقی معقول به نظر نمی‌رسد. مصاحبه‌های اخیر پپ و همچنین درگیری و دعوی حقوقی منچستر سیتی ممکن است دوران او را روی نیمکت سیتین‌ها به پایان برده؛ دورانی که برای آبی‌های شهر منچستر رویایی بوده است.



بیستمین پویش قرار خدمت به منطقه ۱۲ رسید

تمرکز پروژه‌های شهری در جنوب پایتخت

صحبت‌های بی‌واسطه با مردم و رونمایی از ۲ کتاب و تجلیل از عباس شیرخدا

صفحه ۱۵

تهران برای روزهای بحرانی چه امکاناتی دارد؟

تجهیزات خاص



۵۴۰۰

نفر تعداد کل نیروهای سازمان آتش نشانی اعم از ستادی و عملیاتی است



۲

دستگاه پهپاد در تهران برای شناسایی محل در آتش‌سوزی‌هایی که دود شدید دارد



۴۲

دستگاه نردبان بلند هیدرولیکی دو، ۸ تا ۶۴ متری از بلندترین نردبان‌های آتش‌نشانی دنیا را داریم

صفحه ۱۴

از افزایش ۱۰۰ میلیارد تومانی بودجه حوزه گردشگری تا ایجاد گذرهای تفریحی در دوره ششم مدیریت شهری

۸ مسیر برای گشت و گذار در پایتخت

توسعه گردشگری با مرمت بناهای تاریخی

صفحه ۱۶



بنفشه‌خواه آتش نشان شد

خداقوت رضا بنفشه‌خواه به آتش نشانان ایستگاه حسن‌آباد در روزی که با نام مردان آتش‌سند خورده است

عکس یادگاری

مردان جوان و میناسال از دیدن آقای بازیگر خوشحال شده‌اند و بساط عکس یادگاری داغ می‌شود. صحبت‌های خودمانی ادامه پیدا می‌کند و بازیگر بنفشه‌خواه از ایستگاه آتش‌نشانی با اهدای سبد گل و هدایایی که به رسم یادبود از طرف روزنامه همنشینی برای دل‌آورد مردان عرصه آتش تدارک دیده شده بود، به پایان می‌رسد.

گزارش تصویری

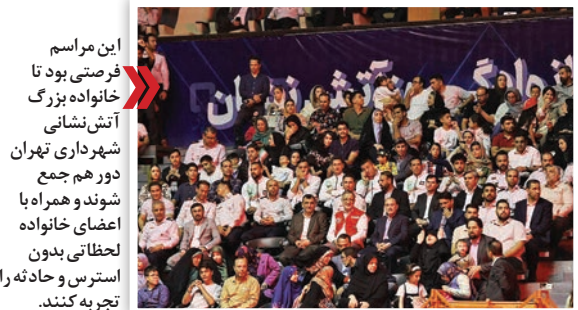
زیب زینال‌زاده: روزنامه نگار

دوره‌می آتش نشانان در مجموعه ورزشی آزادی

آیین بزرگداشت روز آتش نشان از روز پنجشنبه (مهر) در مجموعه ورزشی آزادی ۱۲ هزار نفری آزادی شده و اختتامیه این مراسم امروز (۷ مهر) با حضور مسعود پزشکیان رئیس‌جمهور و علیرضا زاکانی شهردار تهران برگزار می‌شود.



پنجشنبه در نخستین شب این مراسم، شهردار تهران از ۱۲میلاد آتش نشانی تیم ورزشی سازمان آتش نشانی که ۶۷عبدالطلا نقره و برنز مسابقات جهانی آتش نشانان در کشور دانمارک را به دست آورده بودند، تجلیل کرد.



گذشتن از جان کار آسانی نیست

رویدی ایستگاه آتش نشانی حسن‌آباد با تصاویر شهیدای آتش نشانی بلاسکو مزین شده است. بنفشه‌خواه با دیدن تصاویر و بعد از ذکر فاتحه می‌گوید: «یکی از غمگین‌ترین روزهای عمرم روز فاتحه بلاسکو بود. یادم است نمی‌توانستم در خانه بند شوم و اخبار را از تلویزیون بیگیری کنم. هر روز صبح می‌آمدم، ساعت‌ها آن اطراف برسه می‌زدم و با بغض و گریه برمی‌گشتم. آتش نشانان روح بلندی دارند که برای نجات مردم به آب و آتش می‌زنند. اینکه به خاطر جان و مال مردم از جانت بگذری، کار آسانی نیست و هر قدر به این افراد دستمزد و پاداش بدهند جبران نمی‌شود.»



خاطره بازی با آقای بازیگر

صحبت‌ها گل می‌اندازد و امدادگران از بنفشه‌خواه می‌خواهند خاطره‌ای از آتش نشانی تعریف کنند: «روبه‌روی خانه ما در محله شیاب باغ بزرگی است که مدتی پیش آتش گرفته بود. وقتی به آتش نشانی زنگ زدم، خیلی سریع آمدند و آتش را خاموش کردند. من از سرعت عمل آنها تشکر کردم و آنها هم از من تشکر می‌کردند که به موقع زنگ زده‌ام و...»



جرأت نداشتیم آتش نشان شوم

همین که وارد ایستگاه می‌شود با تک‌تک افراد سلام و احوالپرسی می‌کند و به دعوت فرمانده وارد دفتر ایستگاه می‌شود. لباس عملیات امداد و نجات آتش نشانی را بر تن می‌کند و در پاسخ به این سؤال که «با دلش می‌خواست آتش نشان شود؟» با لبخند می‌گوید: «راستش از بچگی دوست داشتم آتش نشان شوم، ولی هیچ وقت جراتش را نداشتم. درست است که آتش نشان نشدم ولی به آتش نشان‌ها ارادت دارم و افتخار می‌کنم که این لباس را پوشیده‌ام.»

مدال آوران آتش نشان

چند روز قبل در مسابقات ورزشی آتش نشانان جهان که در کشور دانمارک برگزار شد، تیم ورزشی آتش نشانان سازمان آتش نشانی تهران با کسب ۶۷مدال، خوش درخشید. جواد نوروزی از آتش نشانان ایستگاه حسن‌آباد که در این رقابت‌ها موفق به کسب ۱۰مدال (۲طلا، ۲نقره و ۶برنز) شده است، درباره اهمیت ورزش برای آتش نشانان می‌گوید: «آتش نشانی از آن شغل‌هایی است که باید بدن ورزیده داشته باشی تا بتوانی از پس عملیات‌های امداد و نجات بریایی. برای همین من ورزش روزانه و حرفه‌ای را از سال‌ها پیش شروع کردم و حالا خوشحالم که در این رقابت‌ها در چند رشته از جمله کشتی، پاورلیفتینگ، شنا و... موفق شدم مدال بگیرم.» امیرحسین باجلان یکی دیگر از آتش نشانان ایستگاه حسن‌آباد که از این مسابقات با ۷مدال (۲طلا، ۲نقره، ۳برنز) بازگشته، معتقد است سطح رقابت‌ها بسیار بالا بوده به‌ویژه ورزشکاران اروپایی بسیار قدر بودند. «ولی خوشحالم که موفق شدیم با دست پر به کشورمان برگردیم و دل همکاران و هموطنان‌مان را شاد کنیم.»

گزارش پریسانوری

در مجموعه تلویزیونی عملیات ۱۲۵ با ایفای نقش آتش نشان، از نزدیک با زندگی آتش نشانان آشنا و به قول خودش، تازه بعد از بازی در این سریال متوجه شده که کار آتش نشانان چقدر سخت و پرخطر است. رضا بنفشه‌خواه، بازیگر پیشکسوت سینما و تلویزیون کشورمان که اخیراً با



بازی یا تجربه واقعی؟

بنفشه‌خواه تجربه آتش نشان بودن را دارد اما در سریال او سال‌ها قبل در یکی از قسمت‌های مجموعه تلویزیونی عملیات ۱۲۵ ایفای نقش کرده است. او وقتی به شغل غربی محوطه ایستگاه محل اجرای تمرین عملیات امداد و نجات از جبه می‌رسد، خداقوت گویان به امدادگران، می‌افزاید: «بعد از آن سریال به در عمق خطر و دشواری شغل آتش نشانی پی بردم. شما چطور ساعت‌ها با این لباس کار می‌کنید. این لباس گرم و سنگین است و من بعد از چند دقیقه پوشیدن عرق کرده‌ام. واقعا درود به شرفتان، افتخار می‌کنم که امروز هم، لباس شما و به نوعی همکار شما شدم.»



6 260641 200359



6 260641 200014

درباره نخستین ایستگاه آتش نشانی تهران بیشتر بدانیم



اولین و بزرگترین ایستگاه آتش نشانی تهران (اطفائیه) حدود یک قرن قبل در گاراژی به نام گاراژ حسینی در میدان حسن آباد کار خود را آغاز کرد. تجهیزات اولیه این ایستگاه ۴ خودروی آبپاش بود که مأموریت داشتند صبح یا بعد از ظهر خیابان های خاکی تهران را برای جلوگیری از بلند شدن گرد و خاک آبپاشی کنند. بعدها شیلنگی به قسمت پشتی این خودروها وصل کردند تا آگر آتش سوزی رخ داد بتوان از آنها برای خاموش کردن آتش استفاده کرد. با افزایش تعداد آتش سوزی ها، بلدیة تهران تصمیم به ایجاد یک ایستگاه آتش نشانی برای تهران گرفت که این ایستگاه در همان میدان حسن آباد - که آن زمان قبرستان تهران بود - ایجاد شد.

تجهیزات خاص

تهران برای روزهای بحرانی چه امکاناتی دارد؟

گزارش فرخنده رفانی روزنامه نگار

صدای آژیر خودروی آتش نشانی که به گوش می رسد، گرچه خیر از «حادثه» و «خطر» در نقطه ای از شهر می دهد اما اطمینان از «رسیدگی» و «رفع خطر» را هم با خود به همراه دارد و آرامش خاطر می که خیالمان را در مواقع بحران راحت می کند. چرا که حتی تصور اینکه حادثه ای باشد و آژیر آتش نشانی نباشد هم وحشتناک است. شاهد این مدعا هم اعداد و ارقام از وضعیت ایستگاه ها و تجهیزات آتش نشانی در گوشه و کنار پایتخت است که به کمک جلال ملکی، سخنگوی سازمان آتش نشانی تهران به آنها رسیده ایم.

قدرت مانور آتش نشانی پایتخت

سازمان آتش نشانی و خدمات ایمنی شهر تهران در سال های اخیر با افزایش کمی و کیفی تجهیزات و امکانات، نشان داده از توان بالایی برای ورود به حوادث بزرگ مقیاس و متنوع برخوردار است؛ تجهیزاتی که بعضا در مقایسه با کشورهای منطقه و دنیا از شرایط بهتری برخوردار است. به گفته سخنگوی این سازمان، تقریبا حادثه ای وجود ندارد که



۲ دستگاه پهباد در تهران برای شناسایی محل در آتش سوزی هایی که دود شدیدی دارد.

۴۲ دستگاه نردبان بلند هیدرولیکی دو، ۸ تا ۶۴ متری از بلندترین نردبان های آتش نشانی دنیا را داریم.

۵۴۰۰ نفر تعداد کل نیروهای سازمان آتش نشانی عملیاتی است.

۲۰۰۰ تعداد خودروهای عملیاتی سبک و سنگین سازمان آتش نشانی است.

۱۳۸ ایستگاه آتش نشانی (۱۳۷ ایستگاه آتشیان + یک ایستگاه بانوان) در تهران دایر است.

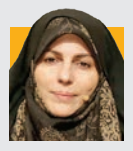
بزرگترین ایستگاه های آتش نشانی شهر تهران از لحاظ وسعت و تعداد خودرو:

- ایستگاه یک (شهید اصغری، حسن آباد)
- ایستگاه ۵ (شهید شفايي، بزرگراه نواب)
- ایستگاه ۲۱ (شهید منفرد، کیانشهر)
- ایستگاه ۲۵ (شهید صالحی، سعادت آباد)
- ایستگاه ۲۳ (شهید شمیرانی، مجیدیه شمالی)
- ایستگاه ۲۷ (شهید ابراهیم خودرو، جنت آباد جنوبی)



ایجاد مجموعه شهردخت در قلب تهران

مریم اردبیلی، مدیرکل امور زنان و خانواده شهرداری تهران؛ ایجاد زیرساخت هایی چون مجموعه شهرداری، بوستان بانوان، مجموعه شهردخت و... در دستور کار شهرداری تهران قرار دارد. اکنون ۶ مجموعه شهردخت در مناطق ۲، ۸، ۱۹ و ۲۰ راه اندازی شده و فعال هستند و قرار است تا پایان سال هفتمین شهردخت در منطقه ۱۲ ایجاد شود.



آتش نشانی تهران با این ظرفیت نیرو و تجهیزات قابل قبول، از پس آن بر نیاید و این یعنی اطمینان و خیال راحت برای یک شهروند. او تأکید می کند: تعداد نردبان های هیدرولیکی آتش نشانی تهران از کل ایستگاه های آتش نشانی کشور بیشتر است و از لحاظ تعداد از بسیاری کشورهای مدعی، آمار بهتری داریم.

خدمات رسانی در گروه های تخصصی

- گروه حریق:** کار این گروه خاموش کردن آتش است.
- گروه نجات:** حوادث غیرحریق مثل حبس در آسانسور، سقوط در چاه، حوادث تصادف، غرق شدن، نجات افراد از فضاهای دودگرفته در حوادث آتش سوزی را برعهده دارد.
- گروه هزمت (HAZMAT):** مبارزه با حوادث شیمیایی از قبیل حوادث آزمایشگاهی، نشت مواد شیمیایی انجام می دهد.
- گروه امداد ویژه:** نجات افراد در حوادث کوهستان، غرق در دریا و دریاچه (غواصی) رسالت اصلی این گروه است.
- گروه پشتیبانی:** اعضایش پشتیبانی کننده تمام عملیات با تجهیزات مکمل هستند.



تجهیزات ویژه آتش نشانی تهران

- جرثقیل های فوق سنگین ۳ تا ۱۳۰ تن
- تانکرهای آب ۱۰ هزار تا ۳۰ هزار لیتری
- خودروهای فوماتیک، ویژه مبارزه با حریق مخازن نفتی به ۷۰ متر قدرت پرتاب آب و کف
- تجهیزات کامل گروه های هزمت برای مقابله با تهدیدات شیمیایی شامل لباس های خاص
- کامیون های هذتی اطفای حریق
- بیل مکانیکی زنجیری ۴۰ تن
- خودروهای تخصصی عملیات در مراتع، جنگل ها و اماکن صعب العبور
- خودروهای تخصصی عملیات و تردد در معابر کم عرض مانند بازار تهران
- خودروهای جدید تجهیزات دستگاه تنفسی
- ریات مانیتور اطفاء، برای آتش سوزی هایی که نمی توان به ۲۰ تا ۳۰ متری آن نزدیک شد.

نوبت دوم صبا نفت

فراخوان مناقصه عمومی دو مرحله ای تهیه و حمل مصالح و اجرای عملیات تکمیلی نازک کاری و نما و تاسیسات الکتریکی و مکانیکی محوطه سازی پروژه صبا نیایش در شهر تهران

شرکت مهندسی و ساختمانی صبا نفت در نظر دارد جهت تهیه و حمل مصالح و اجرای عملیات تکمیلی سفت کاری، نازک کاری، نما، تاسیسات الکتریکی و مکانیکی، محوطه سازی پروژه صبا نیایش خود در شهر تهران، به سطح زیربنای حدوداً ۸۷،۰۰۰ مترمربع در ۲۵ طبقه (۴ طبقه زیرزمین + همکف + ۲۰ طبقه بالا) و با برآورد اولیه حدوداً ۳۷۰۰ میلیارد ریال، از پیمانکاران دارای گواهینامه صلاحیت ۱ ابتدیه و ۱ تاسیسات سازمان برنامه و بودجه (به صورت توانمان)، جهت اجرای عملیات فوق دعوت بعمل آورد.

علاقه مندان جهت دریافت مدارک و اسناد مناقصه حداکثر تا ساعت ۱۵ روز شنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۷/۱۴ به دفتر مرکزی این شرکت به آدرس تهران، میدان شیخ بهایی، خیابان ونک غربی، پلاک ۱۷۲ دبیرخانه کمیسیون معاملات مراجعه و حداکثر تا ساعت ۱۵ روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۷/۱۴، اسناد و مدارک خود را به آدرس فوق تحویل نمایند.

www.sabanafit.com

فراخوان مزایده عمومی

دانشگاه صنعتی شریف در نظر دارد منافع غرفه های مرکز خدمات رفاهی و خوابگاه های وابسته دانشگاه را از طریق برگزاری مزایده عمومی واگذار نماید.

لطفا جهت کسب اطلاعات بیشتر و اخذ اسناد مزایده به بخش اطلاعیه های سایت دانشگاه به آدرس www.sharif.ir یا سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) مراجعه فرمایید. کلیه شرکت کنندگان می توانند اسناد مزایده را از طریق سامانه های ذکر شده دریافت و پس از پرینت، تکمیل و به همراه سایر مدارک در مهلت مقرر به دفتر مدیریت امور مالی دانشگاه تحویل نمایند.

هزینه چاپ آگهی در روزنامه با برنده فراخوان می باشد.

آگهی مناقصه عمومی دو مرحله ای صنایع شیمیایی شهدای اصفهان

شماره مناقصه ۰۳-۱۰۰/۷۲

صنایع شیمیایی اصفهان در نظر دارد ترانس و لنتاژ قدرت مورد نیاز خود را از طریق مناقصه عمومی خریداری نماید. تامین کنندگان واجد شرایط می توانند حداکثر ظرف مدت ۱۰ روز از تاریخ چاپ آگهی، جهت دریافت اسناد مناقصه، تکمیل و عودت آن به همراه رزومه کاری و معرفی نامه به آدرس: اصفهان، زرین شهر، صنایع شیمیایی اصفهان مراجعه نمایند (صندوق پستی ۱۵۹)

هزینه آگهی بر عهده برنده مناقصه می باشد.

تلفن دریافت اسناد: ۰۲۱۵۲۳۲۲۶۰۰ داخلی ۸۳۸۱۰

روابط عمومی صنایع شیمیایی شهدای اصفهان

آگهی مزایده

شرکت پشتیبانی و نوسازی هلیکوپترهای ایران (پنها)

در نظر دارد ۷ باب مغازه را به صورت جداگانه و یا به صورت یکجا و از طریق مزایده به اشخاص حقیقی یا حقوقی واجد شرایط به صورت فروش قطعی واگذار نماید.

مکان: تهران، سهرابه امین حضور، خیابان امیرکبیر، خیابان دیالمه، نبش کوچه موحدی، ساختمان ولیعصر (عج)

زمان بازدید: ۹ و ۱۰ و ۱۱ مهر ماه ۱۴۰۳

ساعت بازدید: از ساعت ۹ صبح الی ۱۴

مراجعه کنندگان می توانند هنگام بازدید نسبت به دریافت اسناد مزایده اقدام نمایند همچنین می توانند تا تاریخ ۱۵ مهر ۱۴۰۳ با مراجعه به درب شماره ۲ شرکت پنها واقع در میدان آزادی، بلوار معراج، مدیریت فروش و امور قراردادهای و با تلفن هماهنگی ۰۶۶۴۰۰۶۶۴ نسبت به تهیه اسناد مربوطه اقدام نمایند.

زمان برگشت اسناد حداکثر تا تاریخ ۱۶/۷/۱۴۰۳

پرداخت هزینه برگزاری مزایده و نیز هزینه کارشناسی بر عهده برنده مزایده خواهد بود شرکت (پنها) در رد یا قبول تمامی پیشنهادهای مختار می باشد.

آگهی شناسائی پیمانکاران جهت مناقصه عمومی

پروژه احیاء مرجان های مسیر خط لوله دریائی جدید فاز ۱۶

نوبت اول شناسه: ۱۷۹۲۶۳۲

شرکت نفت و گاز پارس در نظر دارد، بازسازی بستر آسیب دیده دریا به میزان ۱۵۰۰۰ قطعه قلمه مرجان از گونه های مقاوم با سرعت رشد بالا و بومی استان بوشهر در محل پارک ملی نابیند را به پیمانکاران دارای تجربه لازم واگذار نماید. لذا از متقاضیان دعوت بعمل می آید در صورت تمایل تا یک هفته پس از چاپ آگهی نوبت دوم نسبت به ارسال " تصویر برابر اصل کلیه اسناد و مدارک ثبتی، خلاصه ای از سوابق کاری مرتبط و گواهینامه های آن شرکت "، به آدرس تهران، خیابان دکتر قاطمی، خیابان پروین اعتصامی، پلاک ۱، کدپستی: ۱۴۱۴۷۱۳۱۱۱ دفتر کمیسیون مناقصات، اقدام فرمایند. در صورت نیاز جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۰۲۱-۸۳۷۶۲۸۱۵ تماس حاصل نمایید.

شرکت نفت و گاز پارس روابط عمومی

مناقصه عمومی (دو مرحله ای)

تأمین ۷۰/۰۰۰ کیلوگرم برنج ایرانی

یک شرکت معتبر در نظر دارد تأمین ۷۰ تن برنج ایرانی درجه یک از نوع هاشمی یا طارم را با شرایط مندرج در اسناد مناقصه به شرکت یا شخص حقیقی واجد شرایط و دارای صلاحیت واگذار نماید.

موضوع مناقصه: تأمین ۷۰ تن برنج ایرانی درجه یک از نوع هاشمی یا طارم

مدت زمان تحویل: حداکثر ۲۰ روز طی مراحل مختلف

مبلغ تضمین شرکت در مناقصه: سه میلیارد ریال به در صورت نیاز به کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۰۳۱-۵۴۴۳۳۷۵-تماس حاصل فرمایید.

فراخوان جذب سرمایه گذار ساخت پروژه رضوان

سازمان نوسازی شهر تهران به عنوان متولی نوسازی بافت های فرسوده شهر، در نظر دارد نسبت به شناسایی و جذب سرمایه گذار جهت تأمین مالی، طراحی و ساخت پروژه احداث مجتمع مسکونی واقع در منطقه ۲۰ شهر تهران موسوم به پروژه رضوان به آدرس تهران، بزرگراه شهید آوینی، خیابان میثم، خیابان سیدالشهدا (ع)، پروژه رضوان مطابق با مشخصات ذیل اقدام نماید:

نام پروژه	مساحت زمین	کاربری ها	زیربنای ناخالص	مدت زمان ساخت
رضوان	۲۹۰۹۹ مترمربع	مجتمع مسکونی، تجاری و خدمات پشتیبان (آموزشی، ورزشی، درمانی، مذهبی، فرهنگی، گردشگری و تفریحی، تاسیسات و تجهیزات شهری)	۱۲۶۷۰۱ مترمربع	۳۶ ماه

از این رو از کلیه سرمایه گذاران حقوقی واجد صلاحیت، دعوت به عمل می آید تا با پرداخت و ارائه فیش واریزی به مبلغ ۱۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال (غیرقابل استرداد) به حساب جاری بانک شهر به شماره ۱۰۰۵۶۱۲۲۱۲ به نام این سازمان با شناسه ۴۱۴۸۳۴۴۹۵۸۷۴۰۴، با در دست داشتن مدارک شناسایی معتبر، از روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۰۷ تا پایان وقت اداری روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۱۸ به اداره حقوقی سازمان نوسازی شهر تهران به نشانی تهران، میدان ولیعصر، خیابان کریم خان زند، نبش خیابان به آفرین، پلاک ۳۹۰ مراجعه نموده و اسناد پروژه را دریافت نمایند.

- همراه داشتن معرفی نامه شرکت و مدارک شناسایی معتبر متقاضی جهت خرید اسناد الزامی است.
- به درخواست هایی که از طریق دیگر یا پس از مهلت مقرر ارائه شوند ترتیب اثر داده نخواهد شد.
- جهت ایجاد فضای رقابتی سالم، در صورت حضور شرکت هایی با هیات مدیره مشترک، هر دو یا چند پیشنهاد توسط سازمان نوسازی رد خواهد شد.
- بدیهی است ارسال مدارک، هیچ گونه حقی را برای متقاضیان ایجاد نخواهد کرد و سازمان نوسازی شهر تهران در رد یا انتخاب متقاضیان جهت ادامه فرآیند فراخوان مختار است.
- هزینه چاپ آگهی و هیات کارشناسان رسمی پس از برنده برنده فراخوان است.
- متقاضیان می توانند حداکثر تا پایان وقت اداری روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۲۹ اسناد تکمیل شده را به واحد حراست سازمان نوسازی شهر تهران تحویل داده و رسید دریافت کنند.
- مبلغ تضمین شرکت در فراخوان معادل ۲۸۸،۷۵۳،۶۴۰،۰۰۰ ریال و به صورت چک صیادی یا ضمانت بانکی مطابق اسناد فراخوان می باشد.
- متقاضیان سرمایه گذاری می توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر به درگاه این سازمان به آدرس nosazi.tehran.ir مراجعه و یا با شماره ۸۸۹۲۱۸۹۰۰۴ داخلی ۳۸۰ تماس حاصل فرمایند.
- بازگشایی پاکت الف و ب رأس ساعت ۹ صبح روز سه شنبه ۱۴۰۳/۰۸/۰۱ در محله سالن اجتماعات سازمان برگزار خواهد شد.

روابط عمومی سازمان نوسازی شهر تهران

عمران پریسناری؛ روزنامه‌نگار

رفع معارضات پروژه ۱۴ ساله در غرب تهران

پروژه ساخت و بهره‌برداری از بزرگراه شهیدبروجردی در غرب تهران پس از ۱۴ سال سرعت گرفته و فاز دوم این پروژه با رفع معارضات تا یک‌سال آینده به بهره‌برداری می‌رسد. با تکمیل ساخت این بزرگراه، دسترسی بزرگراهی شمالی جنوبی در غرب تهران ایجاد می‌شود. به گفته هادی حق‌بین، معاون فنی و عمرانی شهردار تهران، این موضوع تأثیر بسزایی بر کاهش ترافیک این محدوده پایتخت خواهد داشت.

اکنون پروژه چه وضعیتی دارد؟

۳/۷ کیلومتر طول فاز اول پروژه بوده که سال گذشته در همین روزها به بهره‌برداری رسید.
۱/۱ کیلومتر طول فاز دوم پروژه است که تا سال آینده به بهره‌برداری می‌رسد.

تکمیل بزرگراه شهیدبروجردی چه دستاوردی دارد؟

اتصال بزرگراه آزادگان به بزرگراه یادگار امام (ره)

تکمیل دسترسی بزرگراهی شمالی-جنوبی در غرب تهران

اتصال آزادراه تهران-سواه به بزرگراه فتح

چه زمان رفع معارضات می‌شود؟ تا ۲ ماه آینده

بهره‌برداری از پروژه در سال ۱۴۰۴

بزرگراه شهیدبروجردی در امتداد شمالی آزادراه تهران-سواه واقع شده و با افتتاح ۳٫۷ کیلومتر از آن با عنوان فاز نخست پروژه، دسترسی‌های بزرگراهی در جنوب غرب تهران به‌ویژه محله یافت‌آباد بهبود یافت. قطعه دوم بزرگراه شهیدبروجردی به طول ۱٫۱ کیلومتر از حد فاصل بلوار الغدیر تا بلوار بهار در محدوده یافت‌آباد و بازار آهن شادآباد در حال ساخت است و با وجود پیچیدگی‌های اجرایی متعدد، بهره‌برداری از آن ظرف کمتر از یک سال آتی هدف‌گذاری شده است.

بازدید از برج میلاد با تخفیف ۵۰ درصدی
 عباس حیدری، مدیرعامل برج میلاد: همزمان با آغاز هفته گردشگری (۶ تا ۱۳ مهرماه) بلیت‌های بازدید برج میلاد با تخفیف ۵۰ درصدی ارائه می‌شود. علاقه‌مندان با تخفیف پیش‌بینی شده می‌توانند از مجموعه گردشگری برج میلاد، طبقه سکوی دید باز، موزه مشاهیر، موزه شهرداری و کیند آسمان بازدید کنند.



اجرای برنامه‌های گردشگری با محوریت کودک و خانواده
 سیدمحمدحسین حجازی، مدیرعامل منطقه فرهنگی و گردشگری عباس‌آباد: به مناسبت هفته گردشگری (۶ تا ۱۳ مهرماه) برنامه‌های متنوعی با محوریت کودک و خانواده پیش‌بینی شده که گردشگری کودک در قالب جشنواره یادبادک‌ها، کمپ‌های گردشگری کودک، استعدادیابی کودکان و... برگزار می‌شود.



تمرکز پروژه‌های شهری در جنوب پایتخت

بیستمین پویش قرار خدمت به منطقه ۱۲ رسید



محل اصلی برگزاری پویش قرار خدمت بود، مسالنی که با حضور اهالی و جمعی از کارکنان شهرداری منطقه پر بود. شهردار تهران خطاب به حاضران تأکید کرد: با خودداری و داشتن برنامه دقیق می‌توان تمام ناممکن‌ها را اجرا کرد. روزی که برنامه خود را به شورای شهر ارائه کرد یکی از اعضا گفت می‌دانید شهرداری ۷۰ هزار میلیارد بدهی دارد و مانند سنگی است که به پای کسی بسته شده باشد. شهردار قبلی در تلویزیون گفته بود که من چون به‌کارم، نمی‌توانم کار کنم. بانک‌ها گفتند که ۱۶۹ هزار میلیارد تومان به ما بدهکارید. تا امسال ۹۰ همت کم شد، ۲۳ همت پرداخت شد و بقیه هم تا پایان سال پرداخت می‌شود. سال ۱۴۰۱ فقط مبلغی دایم تا معاملات

قفل نشود. سال ۱۴۰۲ پای مذاکره رفتیم. ۱۵ شهریور ۱۴۰۰ خزانه واحد اعلام شد و ۲۳ شهریور تنش مالی رفع شد.

بزرگ‌شده منطقه ۱۲ هستم
 در این دیدار صمیمی، شهردار تهران درباره موضوعات مختلف از وجود ۲۶۱ هزار پلاک ناپایدار در تهران و اعطای یک طبقه اضافه به مالکان بافت‌های فرسوده تا واردات و ترخیص تاکسی برقی و رفع آلاینده‌ی کاتی را مطرح کرد و در بخشی از کلامش نیز درباره وضعیت منطقه ۱۲ گفت: در منطقه ۱۲ و میدان شوش، میدان خراسان و سرویس بزرگ شده‌ام. منطقه ۱۲ زمانی می‌تواند روی پای خود بایستد که طرح‌های بزرگ داشته باشد.

پروژه تعاونی مسکن ۲۵ هزار واحدی

مجید باقری، معاون برنامه‌ریزی و توسعه سرمایه انسانی شهردار تهران: در شهرداری تهران ۱۰۰ هزار نفر فعالاند. اگر بخواهیم با بعد خانواده حساب کنیم، نیم میلیون نفر می‌شوند که در قالب ۴۴۴ هزار خانوار زندگی می‌کنند. در حالی که جمعیت منطقه ۱۲ حدود ۲۳۰ هزار نفر است، کل خانواده شهرداری از جمعیت این منطقه بیشتر است. در مورد ساخت مسکن ۲۵ هزار واحدی برای کارکنان شهرداری در انتظار نهایی شدن قرارداد خرید زمین هستیم و اشتباهات تعاونی‌های دیگر را تکرار نمی‌کنیم.

توسعه هویت و سبک زندگی در منطقه ۱۲

محمدامین توکلی‌زاده، معاون امور اجتماعی و فرهنگی شهردار تهران: سند توسعه شهر تهران هویت و سبک زندگی است و منطقه‌ای مانند منطقه ۱۲ هویت ملی، ایثارگری و تاریخ پرپاری دارد، سرآمد مناطق دیگر است و همچنین جایگاه ویژه‌ای در پایتخت دارد. روایت سبک زندگی شخصیت‌های بزرگ علمی، سیاسی و دینی که در این منطقه زندگی کرده و می‌کنند، سبب شکل‌گیری سبک زندگی درستی در این منطقه شده است که باید به خوبی به آن توجه کرد.

طرح هیأت امنای محله‌ها در حال پیگیری است

لطف‌الله فروزنده، معاون مالی و اقتصاد شهری شهردار تهران: شورای عدالت اداری موضوع شورایی‌ها را لغو کرد و در این دوره از شهرداری به جای آن، طرح هیأت امنای محلات را تهیه کردیم که کارهای آن در حال پیگیری است. تهران ۴ هزار هکتار بافت فرسوده دارد، اما به‌دلیل نبود مدیریت یکپارچه شهری، برای حل مشکلات شهر باید با تشکیل قرارگاه‌ها با همه دستگاه‌ها کارها را پیش برد.

برای حفاظت از بافت تاریخی باید خودرو را حذف کرد

حمیدرضا ضارمی، معاون معماری و شهرسازی شهردار تهران: با توجه به طرح تفصیلی منطقه ۱۲، باید طرح‌های توسعه‌ای وابسته به خودرو در منطقه را حذف کرد و سراغ طرح‌های کل‌نگر با محوریت انسان رفت. بازار بزرگ تهران نمونه‌ای از محدودهای فعال بدون حضور خودرو است که گردش مالی بسیاری دارد و مردم نیز آنجا را این‌گونه پذیرفته‌اند. با نگاه نوین شهرسازی در منطقه ۱۲ برای حفاظت از بافت باید حضور خودرو را از آن حذف کرد و سراغ الگوی اقتصاد دانش‌بنیان رفت.

اولویت‌بندی پروژه‌ها با نظر شهروندان

وحیدرضا انارکی محمدی، شهردار منطقه ۱۲: بافت تاریخی در منطقه ۱۲ با بافت فرسوده همپوشانی دارد که باعث شده نتوانیم به بعضی مطالبات مالکان پاسخ بدهیم. در این دوره برای نخستین بار توانستیم پروژه‌ها را با نظر شهروندان اولویت‌بندی کنیم که بیشترین مطالبات در حوزه عمرانی بوده است. اعتبارات امسال منطقه ۱۲ گذشته و ۵ برابر سال گذشته و ۳۷۵ میلیارد تومان اعتبار برای پروژه‌های «من شهر دارم» در منطقه در نظر گرفته شده است.

آگهی مزایده عمومی
 شماره ۱۶۷-۱۴۰۳/۷ (نوبت دوم)
شرکت تهیه و تولید مواد معدنی ایران به نمایندگی از سازمان توسعه و نوسازی معادن و صنایع معدنی ایران در نظر دارد مزایده عمومی «فروش ۵ هزار تن کلوخه کالامین تولیدی مجتمع سرب و روی مهدی‌آباد واقع در استان یزد» را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به شماره ثبت ستاد ۱۰۰۲۸۰۰۰۰۳۴ و با جزئیات مندرج در اسناد مزایده و با تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار به مبلغ ۱۳،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال (سیزده میلیارد ریال)، برگزار نماید. تاریخ انتشار مزایده در سامانه ساعت ۱۰ صبح مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۰۳ و مهلت زمانی دریافت اسناد مزایده از سایت تا ساعت ۱۷ مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۱۸ و مهلت زمان ارائه پیشنهادات حداکثر تا ساعت ۱۷ روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۲۸ می‌باشد. علاقه‌مندان شرکت در مزایده می‌بایست جهت دریافت اسناد و همچنین جهت ثبت نام و دریافت گواهی امضای الکترونیکی با شماره ۱۴۵۶ تماس حاصل نمایند و یا به آدرس اینترنتی www.setadiran.ir مراجعه نمایند. ضمناً جلسه بازگشایی پاکات صبح روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۲۹ برگزار می‌گردد.

با همه‌شهری در متری دیده شوید
 تبلیغات محیطی ایستگاه‌های مترو
 تبلیغات بدنه قطار
 تبلیغات درون واگن‌ها
 پذیرش آگهی ۰۱۸۱۹

اهدای خون = اهدای زندگی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گلستان
در اجرای عملیات پروژه احداث ساختمان بیمارستان ۹۱ تخت خوابی گالیکش - استان گلستان دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی گلستان در نظر دارد اجرای کامل عملیات ساختمانی پروژه احداث ساختمان بیمارستان ۹۱ تخت خوابی واقع در شهرستان گالیکش استان را از طریق واگذاری به سرمایه‌گذار بخش خصوصی به انجام رساند. لذا کلیه سرمایه‌گذاران متقاضی می‌توانند حداکثر ظرف مدت ۳ روز پس از تاریخ درج آگهی درخواست کتبی خود را به آدرس: استان گلستان - گرگان - بلوار هیرکانیا - ورودی غربی سازمان مرکزی دانشگاه علوم پزشکی گلستان دفتر ریاست ارائه نمایند.

آگهی شناسایی تامین کنندگان
 (ساخت یا تامین) سیستم بازرسی و کنترل رنگ گرانول رشته ای روی خط تولید با دوربین صنعتی
 شرکت تولیدات پتروشیمی قائد بصیر (سهامی عام) در نظر دارد نسبت به شناسایی تامین کنندگان سیستم بازرسی و کنترل رنگ گرانول رشته ای روی خط تولید با دوربین صنعتی جهت رشته‌های گرانول خود اقدام نماید. لذا از کلیه سازندگان داخلی دعوت به عمل می‌آید جهت معرفی توانمندی‌های خود. حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۷/۲۰ رزومه شرکت و پیشنهاد فنی خود را به آدرس تهران، خیابان سنول جنوبی، کوچه ۱۲ متری دوم، پلاک ۱ کدپستی: ۱۹۹۵۸۷۳۷۶۵ شرکت تولیدات پتروشیمی قائد بصیر تحویل نمایند. شماره تلفن تماس جهت کسب اطلاعات بیشتر ۵ الی ۵۷۳۸۲۳۶۲ - ۵۳۱ داخلی ۱۰۶

فراخوان ارزیابی کیفی جهت برگزاری مناقصه عمومی دو مرحله ای: 0331320180953001 DT2
تقاضای شماره: STONE TRAP/341-01809-53-001
 شرکت ملی مناطق نفتخیز جنوب در نظر دارد کالای مورد نیاز خود را مطابق جدول زیر بصورت فراخوان ارزیابی کیفی جهت برگزاری مناقصه عمومی از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) تامین نماید. کلیه مراحل برگزاری مناقصه، از دریافت اسناد مناقصه تا ارائه پیشنهاد مناقصه و بازگشایی پاکات از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.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.

تعداد اقلام	موضوع مناقصه	واحد	مقدار کالا	شماره فراخوان در سامانه ستاد	مبلغ تضمین
۲	STONE TRAP	NO	۵۰	۳۴۰۳۹۲۳۸۰۰۰۰۹۸۵	۷۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال

NOTE: TECH EVALUATION SHOULD BE DONE BY END USER (E & C OIL & GAS PLANTS, MECH ENG AHWAZ)
 ATTENTION: THE ABOVE ITEM HAVE TO BE MANUFACTURED IN ACC WITH NACESTD MR-0175/ISO 15156

ارائه گواهی بازرسی مطابق با سطح ۲ و آزمایشات حین ساخت و شخص ثالث قبل از حمل کالا الزامی است.

لذا کلیه مناقصه‌گرانی که فعالیت آنها مرتبط با شرح کالای مورد درخواست می‌باشد می‌توانند ظرف مدت ۱۴ روز از چاپ آگهی نوبت دوم با مراجعه به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به نشانی www.setadiran.ir نسبت به چاپ و تکمیل فرمهای شماره ۲ و شامل تعهدنامه ارائه کالا و خدمات پس از فروش، اقدام نمایند و می‌بایست ظرف مدت ۴ روز پس از اتمام مهلت اولیه، نسبت به برگزاری فرمهای مذکور به همراه مدارک و مستندات تکمیلی مطابق با اسنادزدهای شرکت ملی مناطق نفتخیز جنوب و بر اساس موارد مندرج در جدول ارزیابی کیفی (برای معاملات کمتر از بیست برابر نصاب معاملات متوسط) در سامانه ستاد اقدام نمایند.

• شرط دریافت اسناد مناقصه توسط مناقصه‌گران کسب امتیاز حداقل ۶۰٪ در ارزیابی کیفی می‌باشد. «دریافت امتیاز مذکور بر اساس شاخص‌های اعلام شده در جدول ارزیابی کیفی می‌باشد.»
 • اسناد و مدارک مناقصه پس از برگزاری فرآیند ارزیابی کیفی و ارسال دعوتنامه، از طریق سامانه ستاد برای مناقصه‌گران واجد شرایط ارسال خواهد شد.
 • با وصول حداقل یک فقره پیشنهاد معتبر، در موعد زمانبندی مناقصه گشایش پاکات انجام می‌شود. بدهی است این امر نافی «حداقل تعداد مناقصه‌گران در فهرست کوتاه»، موضوع ماده ۱۰ آیین‌نامه ارزیابی کیفی مناقصه‌گران نمی‌باشد.
 • کلیه مدارک ارزیابی کیفی در قالب یک فایل PDF در سامانه ستاد بارگذاری گردد. ضمناً مدارک بصورت دسته بندی شده و منطبق با شاخص‌های اعلام شده (توان مالی/ارزیابی و تحارب قبلی/استانداردها/گارانتی) بارگذاری گردند.

واحد مکانیکال اداره تدارکات خرید کالای داخلی (تلفن ۰۶۱-۳۴۱-۲۵۰۶۰)

آگهی مناقصه عمومی یک مرحله‌ای
 شماره GB-1403-CO-04
پروژه تامین و اجرای سیستم جمع آوری گرد و غبار (DUST COLLECTOR)
 برابر با اصل شده در دفتر اسناد رسمی، تضمین شرکت در مناقصه (ب) شامل: اسناد و مدارک فنی (ج) شامل: برگ پیشنهاد قیمت انجام مناقصه مشروط بر حصول شرایط مناقصه گذار و بر مبنای ارزیابی فنی است. شرکت تولیدات پتروشیمی قائد بصیر (سهامی عام) در نظر دارد نسبت به شناسایی تامین کنندگان جهت کسب اطلاعات بیشتر ۵ الی ۵۷۳۸۲۳۶۲ - ۵۳۱ داخلی ۱۱۸ لازم به ذکر است هزینه چاپ آگهی بر عهده برنده (برندگان) مناقصه می‌باشد. شرکت تولیدات پتروشیمی قائد بصیر

حکم رتبه‌بندی بازنشستگان آموزش و پرورش چه شد؟
 بنا بود که سازمان آموزش و پرورش برای افرادی که در آستانه بازنشستگی هستند حکم رتبه‌بندی را اعمال کند تا طبق آن حقوق و مزایای این افراد وارز بشود. من یک سال است که بازنشسته شده‌ام. هنوز نه خبری از حکم رتبه‌بندی است و نه تغییری در حقوق در یافتی اتفاق افتاده. در خواست دارم مسئولان پیگیری انجام این طرح باشند تا حق بازنشستگان این سازمان که سال‌ها برای خدمت به فرزندان کشور زحمت کشیده‌اند پایمال نشود.

یک بازنشسته آموزش و پرورش

درخواست بازسازی سالی ورزشی شهر گوه‌ران
 شهر گوه‌ران واقع در استان هرمزگان تنها یک سالن ورزشی داشت که آن هم به دلیل بارندگی‌های شدید و مداوم اخیر تخریب شد. مکانی که تنها دلخوشی جوانان این شهر بود و ساعتی را به ورزش و تفریح در آن مشغول بودند. مسلمانان بازسازی و احیای این سالن بود چه گزارشی نمی‌خواهد اما در عوض دل جوانان محروم و قانع این شهر را خوش خواهد کرد. فیضی از هرمزگان

مرسوله‌های پستی به موقع ارسال نمی‌شوند
 معلوم نیست که چرا چند وقتی است مرسوله‌های پستی به‌موقع به‌دست گیرندگان نمی‌رسند. این مشکل اخیراً چندی پستی برای من پیش آمده و دچار دردسر شده‌ام. چند باری هم با سامانه ۱۹۵ که مختص شکایات اداره پست است تماس گرفته‌ام اما تا تری آنی داده نشده است. تنها راه راه سال کالا و اجناس به راه‌های دور هم استفاده از خدمات پستی است. الان تکلیف من و افرادی مانند من که با این مشکل مواجه شده‌اند چیست؟
 گرمارودی از تهران

ارسال پیام کوتاه خوانندگان
 ۰۲۱۲۳۰۲۳۹۱۶

بر افزایش نرخ بلیت‌های هوا پیمایان نظارت شود
 متأسفانه از ابتدای شهریور ماه امسال نرخ بلیت تهران به مشهد و بالعکس در تمامی شرکت‌ها و خطوط هوا پیمایی دوبرابر است. در حالی که نه در وضعیت پذیرایی و امکانات داخلی هوا پیمایان تفاوتی صورت گرفته و نه خود هوا پیمایان تعویض شده‌اند. سؤال اینجاست که علت این افزایش آن هم دو برابری چیست؟ این وضعیت برای افرادی که به هر دلیل مجبورند در این مسیر تردد کنند واقعاً نگران‌کننده است.
 شکوری از تهران

دلایل فاجعه معدن طیس به دقت پیگیری و ارزیابی شود
 جان‌باختن تعدادی از هموطنان زحمتکش و عزیزمان در حادثه اخیر معدن طیس دل همه ما را به درد آورد. کار در معدن یکی از سخت‌ترین و پرخطرترین کارهای دنیاست و تحمل و صبر زیادی می‌طلبد. از آنجا که چرخ اقتصاد کشور به‌دست این عزیزان می‌چرخد چاره‌دارد که حادثه اخیر به دقت مورد بررسی قرار گیرد. اگر فردی افرادی در این رابطه اهمال کرده‌اند مورد مواخات قرار بگیرند و اگر هم مشکلات فنی موجب این حادثه در دناک شده به سرعت رفع شود تا دیگر شاهد چنین اتفاقات ناگوار و دلخراشی نباشیم.
 علی‌پور از بزد

سامانه تلفنی برج میلاد مجدد راه‌اندازی شود
 چند روز است که به‌طور مرتب با سامانه تلفنی ۸۵۸۵ برج میلاد که قرار است پاسخگو و راهنمای شهروندان باشد تماس می‌گیرم ولی هر بار فقط صدای ضبط شده به گوش می‌رسد و خبری از وصل شدن به کارشناسان نیست. قبلاً این سامانه پاسخگو بود و سؤالات مراجعان را به درستی پاسخ می‌داد. لطفاً این سامانه مجدد راه‌اندازی شود.

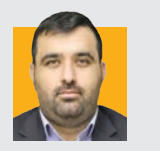
قائدی از تهران

پیامک
 تلگرام بامردم @bamardom_hamshahri

برای مازندران سایت زیاده‌احداث شود
 حدود ۴ دهه است که زیله‌های استان مازندران به سایت زیله آق‌قلا که بین گمیشان - اینچه‌برون استان گلستان واقع شده منتقل و دیو می‌شود. حمل غیراستاندارد این زیله‌ها موجب راه‌افتادن شیرابه در مسیر و انتشار بوی نامطبوع می‌شود. از سوی دیگر به‌علت حجم بالای ورود و انباشت زیله در این سایت که چیزی حدود هزار تن در روز است امکان دفن بهداشتی و اصولی آن وجود ندارد و زیله‌ها در فضای باز به حال خود رها می‌شوند که همین موضوع موجب انتشار انواع بیماری‌ها و آلودگی شدید محیط زیست خواهد شد. از این گذشته این سایت دیگر گنجایی و ظرفیت نگهداشت این حجم از زیله را ندارد. وقت آن رسیده تا مسئولان هر چه سریع‌تر نسبت به ساخت و راه‌اندازی یک سایت انباشت و دفن زیله در استان مازندران اقدام کنند تا این مشکلات حل شود.

تکلیف ویلاها و باغ‌های غیرقانونی اطراف شیراز مشخص شود
 متأسفانه چند سالی است که باغ‌ها و ویلاهای شخصی فراوانی اکثراً غیرقانونی در اطراف شهر شیراز و مناطق قلات، دوکوهک و پیران ساخته شده است و چون این ویلاها و باغ‌ها مستخر دارند در فصل گرما اقدام به بر کردن استخرهایشان جهت تفریح می‌کنند که پیامد این کار تا الان با قطعی ۱۴ تا ۱۶ ساعت آب برای شهروندان شیرازی همراه بوده است. مسلمانان وقتی ویلا یا باغی بدون مجوز و به شکل غیرقانونی احداث شود، امکانات قانونی استفاده از آب و برق و گاز را هم ندارد و مالکانش مجبور به دور زدن قانون و تضرع حق سایر شهروندان خواهند شد. به همین جهت درخواست داریم تا این اماکن غیرقانونی تخریب و صاحبانشان مکلف به پرداخت جریمه شوند.

شهروندی از شیراز



جمع‌آوری ۶ تن پسماند از خلایز
 حسین اخگرپور، شهردار منطقه ۱۹: در قالب طرح ساماندهی آسیب‌های اجتماعی با زباله‌ها عوامل و مراکز غیرمجاز جمع‌آوری و دیوی پسماند برخورد می‌شود. در این راستا ۷ گاز محل دیوی پسماند غیرمجاز در خلایز شناسایی و ۶ تن زباله خشک دیو شده در این گازها جمع‌آوری و به ایستگاه پسماند منطقه منتقل شد.

۸ مسیر برای گشت و گذار در پایتخت

از افزایش ۱۰۰ میلیارد تومانی بودجه حوزه گردشگری تا ایجاد گذرهای تفریحی در دوره ششم مدیریت شهری



مسیرهای گردشگری جدید (سال ۱۴۰۲) کجا ایجاد شده‌است؟
 ■ مسیر ۱۳۰۰ متری: این مسیر کوهپیمایی شماره ۲ است که شهروندان با تردد در آن می‌توانند از پروژه «بوم‌کلبه» اقامتگاه بومگردی بوستان جنگلی سرخ‌حصار بازدید و استفاده کنند.

مسیر راگا
 منطقه کوهستانی راگا در شهری قرار گرفته است که مسیر جدید کوهنوردی زیبایی در آن ایجاد شده تا کوهنوردان هنگام صعود به این قله شاهد تصاویر زیبایی از پوشش گیاهی و... باشند.

گذر برکت
 این گذر گردشگری با ۲۹ غرفه در بلوار شاهد منطقه ۸ ساخته شده که ۲۲ غرفه اغذیه‌فروشی، یک غرفه صنایع دستی، ۴ غرفه سوغاتی و ۲ غرفه عرصه محصولات فرهنگی دارد.

گذر باب‌همایون
 این گذر در ضلع جنوبی میدان امام خمینی (ره) قرار گرفته که ۴۰ غرفه از جمله ۲۳ غرفه اغذیه‌فروشی، ۴ غرفه صنایع دستی و ۱۳ غرفه سوغاتی دارد.

تبادلات فرهنگی در مسیرهای گردشگری
 گذر گردشگری برای تهران یک فرصت است؛ فرصتی که می‌تواند از یک سو زمینه‌ساز رونق صنعت گردشگری شود و از سوی دیگر درآمدهای پایدار شهر را افزایش دهد. در گذرهای گردشگری صرفاً سرو غذا اتفاق نمی‌افتد؛ چرا که در این گذرها غرفه‌هایی برای عرضه انواع نوشیدنی‌های محلی و سنتی و... صنایع دستی و حتی مکانی برای نواخته شدن سازها و اجرای آوازهای سنتی و... پیش‌بینی شده است؛ بنابراین گذرهای گردشگری مکانی برای تبادلات فرهنگ و آداب‌ورسوم هم محسوب می‌شوند.

بازسازی گذرهای قدیمی
 گذرهای سسی‌تیر و باب‌همایون از گذرهای گردشگری قدیمی تهران هستند که ابتدا تنها چند غرفه عرضه غذا در این خیابان‌ها مشغول بودند و کم‌کم کافه سیار و غرفه‌های عرضه انواع نوشیدنی سرد گرم هم اضافه شدند. با توجه به مشکلات و چالش‌های ایجادشده در خیابان سسی‌تیر و نارضایتی شهروندان، در طرح بازنگری و بازسازی این گذر، با تصمیم مدیریت شهری غرفه‌ها جمع‌آوری شدند. گذر باب‌همایون هم با طراحی ویژه‌ای همچنان به فعالیت خود ادامه داد. ۳ گذر گردشگری در مناطق ۸ و ۹ هم به بهره‌برداری شده و در اختیار شهروندان قرار گرفته است.

منطقه ۱۴ گذر گردشگری ده‌حقی
منطقه ۲۰ گذر گردشگری زائر
منطقه ۱۶ گذر گردشگری نیلوفر
منطقه ۱۸ مسیر گردشگری فیروزبزر
منطقه ۱۱ گذر گردشگری میدان راه‌آهن
منطقه ۲۱ مسیر گردشگری کودک

منطقه ۲۲ گذر گردشگری فرهنگی ریحانه



۸ گذر گردشگری جدید کجا ایجاد می‌شود؟

مقایسه وضعیت بودجه گردشگری تهران

- سال ۱۴۰۱ - ۱۴۰۰: ۴ میلیارد تومان
- سال ۱۴۰۲: ۲۵ میلیارد تومان
- سال ۱۴۰۳: ۱۰۰ میلیارد تومان

سیداحمد علوی، رئیس کمیته گردشگری شورای شهر تهران: علاوه بر مسیرهای گردشگری، تهران شهری با تمدن بیش از ۸ هزار ساله است و وجود اماکنی چون عمارت مسعودیه، خانه‌موزه مقدم، باغ نگارستان، خانه اتحادیه و... ظرفیت‌هایی هستند که می‌توان از آنها برای جذب گردشگر استفاده کرد؛ البته عمارت‌های تاریخی دیگری هم در تهران وجود دارند که می‌توان با احیا و مرمت آنها، دامنه گردشگری پایتخت را گسترده‌تر کرد. نمونه این بناها عمارت کوشک امیرسلیمانی (منطقه ۱۵) است که مرمت آن آغاز شده است. زندان هارون الرشید در مسگرآباد (منطقه ۱۵) هم ظرفیت دیگری است که بازسازی می‌شود. البته این ملک در اختیار سازمان اوقاف بوده و نیاز است تا شهرداری تهران طبق توافق با این سازمان مقدمات بازسازی و مرمت بنا را فراهم کند.



دسترسی خیابان دستغیب به بزرگراه یادگار باز می‌شود

مردم تهران از پروژه توسعه یادگار امام (ره) منتفع می‌شوند
 مهدی اخ‌الصنایع، شهردار منطقه ۱۰: تکمیل پروژه توسعه بزرگراه یادگار امام (ره) در این دوره از مدیریت شهری به‌صورت جدی و ویژه در دستور کار قرار گرفت و تصمیم بر آن شد تا در یک بازه زمانی یک‌ساله، شاخه شرقی پروژه بزرگراه یادگار امام (ره) به بهره‌برداری برسد. به سرانجام رساندن این پروژه یکی از کارهای ویژه در شهرداری تهران است، به‌طوری‌که هم ساکنان منطقه ۱۰ و هم سایر شهروندان تهرانی از آن منتفع می‌شوند.
 در همین راستا با حمایت شورای اسلامی شهر و شهرداری تهران، با حضور تیم شغرفه کارشناسان دادگستری تملک پلاک‌های معارض در محدوده میدان جی از هفته آینده آغاز می‌شود. تلاش ما این است که برای تملک با مالکان به توافق برسیم.



آخرین وضعیت تملک

- تعداد املاک معارض: ۱۰۵ پدی
- محدوده املاک معارض: ۲۸ پلاک
- زمان لازم برای تملک املاک معارض: ۲ ماه

گزارش روزنامه‌نگار
مهدی اسماعیل‌پور
 خروج بزرگراه یادگار امام (ره) از بن‌بست و اتصال آن به بزرگراه آزادگان و در ادامه جاده ساوه ابرپروژه‌ای است که شاخه شرقی آن در محدوده منطقه ۱۰ تهران در جریان است. پس از جابه‌جایی درختان در سال گذشته، اکنون تملک املاک معارض در جریان است. آن زمان برای اجرای این پروژه، بزرگراه یادگار امام (ره) بعد از خیابان امام خمینی مسدود و بار ترافیکی این معبر در خیابان‌های اطراف سرریز شد. حالا خبر رسیده است که تا حدود یک ماه آینده مسیر خیابان دستغیب هم بازگشایی می‌شود و ترافیک ایجادشده در این محدوده کاهش می‌یابد. مهدی اخ‌الصنایع، شهردار منطقه ۱۰ آخرین وضعیت این پروژه را بر ابرامان می‌گوید.

تشکیل پرونده قضایی برای شرکت لبنیاتی
 مهدی بابایی، رئیس کمیته ایمنی شورای شهر تهران: ساختمان یک‌شرکت لبنیاتی در منطقه ۹ لایمن بوده و اختراهای مرکز از سوی شورای شهر تهران در راستای ایمن‌سازی ساختمان به مدیران شرکت داده شد. تاکنون اقدامی صورت نگرفته و از این‌رو مقرر شد تا پرونده قضایی برای این شرکت تشکیل شود.

گزارش کار امروز

مهم‌ترین اقدامات مدیریت شهری، کف مناطق رخ می‌دهد و هم‌شهری در پی مطالبه‌گری از شهرداری‌های مناطق است تا مشخص شود در هر منطقه هر روز چه اقدامی انجام شده است.

منطقه ۱
 فاز دوم نقره‌گاه خرگوش دره به مساحت ۱۰ هزار مترمربع حدفاصل انتهای فاز یک تا تقاطع خیابان آبادان آغاز و از ۴۶ درصد پیشرفت فیزیکی برخوردار شده است.

منطقه ۲
 بیش از ۱۳۰ تن پسماند غیرمجاز و ۱۶ محل غیرمجاز پسماند پلمب و ۴۲ دستگاه خودروی غیرمجاز توقیف شد.

منطقه ۳
 کاروان خودرویی شامل ۸ خودروی مزین به پرچم‌هایی با شعارها و مضامین دفاع مقدس تا ۸ مهرماه ۱۴۰۳ از مدارس منطقه در خیابان‌ها و معابر و میدان‌ها به حرکت درمی‌آید.

منطقه ۴
 پاکسازی، آسفالت ریزی، بازپیرایی و بهسازی معابر در قالب طرح ۳۴۰۰ درجه و خدمت‌رسانی در خیابان نیروی دریایی و فرجام اجرا شد.

منطقه ۵
 در راستای ترویج فرهنگ تفکیک پسماند خشک از مبدأ معرفی اپلیکیشن به دانش‌آموزان، زنگ توماند در مدارس منطقه به صدا درآمد.

منطقه ۶
 سازه فرهنگی «بدرقه پاران» به‌صورت قطار دوجویی که یادآور قطار بدرقه زمندگان ۸ سال دفاع مقدس به‌سوی جبهه جیبه‌هاست در میدان انقلاب اجرایی شد.

منطقه ۷
 خانه محیط‌زیست در مساجد الجواد (ع)، تلاجیان، حجت‌بن‌الحسن عسگری (ع) و مالک اشتر راه‌اندازی شد.

منطقه ۸
 هم‌زمان با گرامی‌داشت هفته دفاع مقدس، مسابقات ورزشی جام‌بازار و معلولان شهر تهران با حضور حدود یک‌صدوبچه‌ها نفر از ورزشکاران جام‌بازار و معلول در مجموعه ورزشی آزادگان برگزار می‌شود.

منطقه ۹
 ۸ دستگاه اتوبوس نو به ناوگان حمل‌ونقل عمومی و پایانه‌های ترددی منطقه اضافه شد.

منطقه ۱۰
 با هدف تسهیل تردد شهروندان و در ادامه اجرای عملیات آسفالت در سطح معابر منطقه، کوجه روپا واقع در خیابان سلمان فارسی آسفالت شد.

منطقه ۱۱
 عملیات اجرایی مرمت آسفالت مدرسه علامه حلی در محدوده شهری منطقه توسط عوامل فنی و عمرانی این منطقه در حال اجرا است.

منطقه ۱۲
 یک سالن ورزشی کشتی و زورخانه‌ای در محله هنرندی ساخته می‌شود. دوره‌های مسلمانان نیز با هدف ایجاد حال‌خوب و اجرای برنامه‌های مختلف فرهنگی همچون خاطره‌گویی و شعرخوانی در سرای محله بهارستان برگزار شد.

منطقه ۱۳
 ۵۵ پروژه شهری، در قالب طرح الگوی خدمت در ۴ محور سستی نیروی هوایی، صفا، پنجم نیروی هوایی و امامت اجرا شد.

منطقه ۱۴
 هم‌زمان با هفته دفاع مقدس آیین غبارروبی و عطرافشانی مزار مطهر شهدای گمنام در دارالمؤمنین تهران برگزار شد.

منطقه ۱۵
 آیین افتتاح یادمان شهدای گمنام بوستان حضرت ولیعصر (عج) می‌شود. دوره‌های مسلمانان نیز با هدف ایجاد حال‌خوب و اجرای برنامه‌های مختلف فرهنگی همچون خاطره‌گویی و شعرخوانی در سرای محله بهارستان برگزار شد.

منطقه ۱۶
 مراسم غبارروبی مزار شهدای گمنام با حضور شهردار منطقه، فرمانده بسیج حوزه شهرد همت و جمعی از مدیران شهری برگزار شد.

منطقه ۱۷
 کارگاه پوینش همگانی «شهر آماده» با موضوع پناهگیری و تخلیه امن اضطراری در ریلگاه پشتیبانی‌آی‌احمد برگزار شد.

منطقه ۱۸
 به‌منظور افزایش سرانه ورزشی در ماه‌های اخیر ۲۱ باب زمین چمن مصنوعی در محله‌های منطقه احداث و بهسازی شده است. جشنواره مهر آتش‌نشان با رویکرد آموزش نحوه مواجهه با حریق به دانش‌آموزان در مدارس منطقه برگزار شد.

منطقه ۱۹
 آیین نامگذاری پلاک‌کوبی معبر به نام شهید مدافع سلامت «مصطفی علیادری» در محله خانی‌آباد خیابان شهرداری جنوبی برگزار شد.

منطقه ۲۰
 کارگاه‌های آموزشی با موضوع سلامت محور مرتبط با سالمندان در زمینه‌های ژنوتکناسی، پیشگیری از بیماری‌ها و مراقبت‌های خاص برگزار شد.

منطقه ۲۱
 کارگاه آموزشی هنری با عنوان «بهترین‌ها از دورریختنی‌ها» در مدارس سطح منطقه برگزار شد.

منطقه ۲۲
 با هدف تسهیل تردد شهروندان اجرای عملیات لکه‌گیری نیمه‌مکانیزه آسفالت در بلوار مظفر شمالی انجام شد.

همیشه



عینک‌های هوشمند نسل جدید می‌توانند علاوه بر ارتباط با دنیای مجازی، کار را برای کاربر در دنیای واقعی راحت‌تر کنند

تبدیل تخیل به واقعیت

یک فناوری تمام‌عیار

مسا پلتفرمز در رویداد متاکانکت علاوه بر معرفی ویژگی‌های جدید دیگر عینک هوشمند یعنی ری‌بن، از عینک هوشمند خود با نام اوربون Orion رونمایی کرد که به ادعای آنها این پیشرفته‌ترین عینک واقعیت افزوده در دنیاست. ساخت اوربون متا هرسال زمان برده و حالا به یک پل برای ارتباط بین دنیای فیزیکی و مجازی تبدیل شده است که مردم را در مرکز قرار می‌دهد تا بتوانند در هر جایی از جهان در لحظه حضور داشته باشند، به هم متصل شوند و توانمندتر شوند. این عینک با نمایشگرهای هولوگرافیک بزرگ، تجربه‌های دیجیتال بی‌حد و حصری را امکان‌پذیر می‌کند که به کاربر اجازه می‌دهند محتوای دوبعدی و سه‌بعدی را در هر مکانی که می‌خواهد تجربه دادند؛ تا جایی که بهترین عینک هوشمند را هفته گذشته شرکت متا رونمایی کرد.

زهرخالجی گزارش روزنامه‌نگار

صنعت فناوری سال‌ها در تلاش است عینک‌های هوشمند را به باز یگر جدید این عرصه با یک انقلاب عظیم تبدیل کند، اما در سالیان گذشته همواره با چندین چالش فنی مواجه بوده است؛ چالش‌هایی که حتی منجر به شکست شرکتی به عظمت گوگل شد و مسیر تولید و رونمایی از عینک هوشمند آنها به بن‌بست رسید، ولی از آن زمان، این مقوله بی‌سر و صدا پیشرفت کرده است و شرکت‌هایی مانند متا، اپل و آمازون به تعقیب رویایی که همیشه در فیلم‌های علمی-تخیلی به تصویر کشیده می‌شد، ادامه دادند؛ تا جایی که بهترین عینک هوشمند را هفته گذشته شرکت متا رونمایی کرد.



مناسب برای ارتباط با ChatGPT

علاقه‌مندان به تجربه عینک هوشمند اگر جیتی بخواهند که به‌طور خاص با رویات چت ChatGPT ارتباط برقرار کند، به جای عینک‌های گران‌منا، احتمالا عینک هوشمند Lucyd Lyte را انتخاب می‌کنند. با دلتو اپلیکیشن Lucyd و اتصال گوشی خود به این عینک هوشمند از طریق بلوتوث، کاربر می‌تواند با ChatGPT صحبت و با صدای خود از آن سؤال کند و پاسخ بگیرد البته به شرطی که به اینترنت هم متصل باشد. اگر کاربر آیفون داشته باشد، می‌تواند با استفاده از Siri یا ChatGPT صحبت کند؛ در حالی که در گوشی‌های اندرویدی در حال حاضر باید هر بار قبل از صحبت کردن، ChatGPT را به‌صورت دستی فعال کند. فقط برخلاف عینک‌های هوشمند ری‌بن، این عینک‌ها دوربین ندارند؛ بنابراین کاربر نمی‌تواند برای نگاه کردن و پرسیدن به نسخه جدید GPT-40 بکیه کند.

عینک هوشمند چیست؟

عینک‌های هوشمند مدرن به جای طراحی‌های بی‌نظم و پر جسته استناد دارند و به‌طور یکپارچه با زندگی روزمره ترکیب می‌شوند. با تمام این پیشرفت‌ها، این سؤال به‌وجود می‌آید که عینک هوشمند دقیقاً چیست و چگونه کار می‌کند؟ عینک‌های هوشمند مانند عینک‌های معمولی هستند که می‌توانند ترکیبی از واقعیت افزوده (AR)، هوش مصنوعی (AI)، بلندگوها و قابلیت‌های چندرسانه‌ای را با ویژگی‌های خاص که بر اساس مدل متفاوت است، در خود جای دهند؛ به‌عنوان مثال عینک‌های هوشمند با قابلیت واقعیت افزوده می‌توانند محتوای دیجیتال را مستقیماً در میدان دید شما بپوش دهند. برخلاف صفحه‌نمایش‌های سنتی، شما از طریق این عینک‌ها نگاه می‌کنید و دست خود را برای تعامل با اشیای مجازی در محیط اطراف خود باز می‌گذارید.



عینک آمازونی

عینک هوشمند ساخت شرکت آمازون به نام اکو فریم نسل ۳ همانطور که انتظار می‌رود دسترسی صوتی به دستیار صوتی الکسا را ارائه می‌دهد. این ویژگی در صورتی مفید است که خانه کاربر مجهز به فناوری خانه هوشمند سازگار با الکسا باشد؛ زیرا نه تنها می‌تواند آن را با بلندگوهای هوشمند خود کنترل کند، بلکه می‌تواند آن را با استفاده از عینک هوشمند خود مدیریت کند. همچنین می‌شود از الکسا برای سایر ویژگی‌های مفید مانند پخش موسیقی یا یادکست در تلفن متصل خود و یافتن پاسخ سؤالات استفاده کرد. متأسفانه، فراتر از کار با الکسا، در مورد این عینک هوشمند چیز زیادی برای نوشتن وجود ندارد.



قابل درک و لمس کند تا نیازهای او را پیش‌بینی کند و به‌طور فعال پاسخ دهد. متا به‌عنوان یک غول فناوری با برخ کشیدن آخرین پیشرفت خود، دستیار هوشمند خود را در اوربون گنجانده است؛ بنابراین این عینک درک می‌کند که کاربر آن در دنیای فیزیکی به چه چیزی نگاه می‌کنند و می‌تواند با تجسم‌های مفید به آنها کمک کند. برای درک بهتر مثلاً کاربر می‌تواند زمانی که عینک را به چشم دارد در یخچال را باز کند و براساس آنچه داخل آن است، از دستیار صوتی بخواهد طرز تهیه یک غذا را بپزد یا هنگام شستن ظروف با یک دوست تماس ویدیویی بگیرد.

تبدیل سیگنال به واقعیت

مارک زاکربرگ، مدیرعامل متا تعریف ملموس‌تری از بهترین عینک هوشمند جهان دارد: هیچ سیمی در این عینک وجود ندارد و وزن آن کمتر از ۱۰۰ گرم است. این



ری‌بن در کنار متا

عینک هوشمند دیگر متا با برند معروف ری‌بن پیش از این رونمایی شده بود که با ویژگی‌های جدید به‌روز شده است. تأثیر هوش مصنوعی متا در ری‌بن مشهود است و ویژگی Look and Ask (بین و بپرس) را در آن فعال کرده است. اگر کاربر درخواست خود را با «هی متا، نگاه کن...» شروع کند، عینک عکسی از آنچه کاربر می‌بیند، می‌گیرد و از آن تصویر برای هر پاسخی استفاده می‌کند. ممکن است برای یافتن پاسخ مشکل داشته و همچنان خطا داشته باشد، اما ماهیت استفاده بدون دست و توانایی استفاده از تصاویر به‌عنوان زمینه، فوق‌العاده مفید است. در حقیقت هوش مصنوعی متا در تقلید از سطح درک انسانی بهتر از هر رقیب دیگری عمل می‌کند.

شرکت متا اعلام کرده که ساخت هر یک از عینک‌های جدید اوربون حدود ۱۰ هزار دلار هزینه داشته است، اما آنها بدنیال این هستند که قیمت را به رقم قابل قبولی برای عرضه به بازار کاهش دهند



ایجاد گوناگون هوش مصنوعی

حسین افشین، معاون علمی رئیس‌جمهور: برنامه جامع اقدام مشترک هوش مصنوعی دارای چندین بُعد است: بُعد اخلاقی، امنیتی، نظری، فلسفی، فقهی و حقوقی، تکنولوژی و کاربردی که بازنگران آن، «بخش خصوصی» هستند که با باز یگران هر قسمت این اکوسیستم، جلسات جداگانه‌ای را برگزار کرده‌ایم.



آلتمن فریبکار است

ایلان ماسک، مدیرعامل تسلا: سم آلتمن ۷۰ درصد از OpenAI را تصاحب می‌کند که با ارزش فعلی ۱۵۰ میلیارد دلاری آن، ۵۰ میلیارد دلار سهام خواهد بود. مسن یک سرمایه‌دار هستم و عاشق ترو تمند شدن مردم از کسب و کارشان، چیزی که دوست ندارم روش‌های فریبکارانه‌ای است که سم انجام می‌دهد. هرگز متوجه نمی‌شویید که او راست می‌گوید یا نه. پولدار شدن خوب است، فقط بگویند که می‌خواهد ترو تمند شوید. شما دنیا را تغییر می‌دهید و لایق دریافت پاداش هستید، اما دروغ نگویند.



نبرد در اروپا

گوگل در اتحادیه اروپا شکایتی علیه مایکروسافت به ثبت رسانده و این شرکت راه‌عملگردهای ضد رقابتی متهم کرده است. درگیری این دو غول فناوری به حوزه رایانش ابری مربوط می‌شود. مایکروسافت در ژوئیه سال جاری میلادی ۲۰ میلیون یورو فرمات برای تسویه‌شکایت آنی تراست (CISPE) درباره عملگردهای مجوزهای ابر رایانشی اش پرداخت کرد تا از تحقیق اتحادیه اروپا در این زمینه اجتناب کند.



رکورد شکنی استارلینک

استارلینک در صفحه خود در شبکه اجتماعی ایکس اعلام کرد که اکنون بیش از ۴ میلیون نفر را با اینترنت پرسرعت در بیش از ۱۰۰ کشور، قلمرو و بسیاری از بازارهای دیگر متصل می‌کند. این شرکت زیرمجموعه اسپیس ایکس فقط از اواخر ماه مه تاکنون یک میلیون مشتری جدید به دست آورده است. این شرکت ارائه سرویس‌های خود به‌صورت آزمایشی را از اکتبر سال ۲۰۲۰ آغاز کرد و در دسامبر سال ۲۰۲۲ به نقطه عطف یک میلیون مشترک دست پیدا کرد.

ارز دیجیتال

کوه، موش زابید

روای ترو تمند شدن با استفاده از بازی همستر کامبت، رسماً پنجشنبه گذشته به پایان رسید و کاربران دریافتند که زحماتی که کشیده‌اند، بسیار بیشتر از پولی است که کسب کرده‌اند. برخی از سایت‌های ایرانی با تیتراژ کوه همستر موش زابید، به استقبال لیست شدن این دیجیتال کوین رفتند. با این حال نمی‌توان این موضوع را نادیده گرفت که لیست شدن توکن همستر کامبت (HMSTR) در صرافی‌های ارز دیجیتال یکی از مهم‌ترین رویدادهای چند روز اخیر در دنیای ارزهای دیجیتال محسوب می‌شود؛ به‌خصوص آنکه بسیاری از کسانی که این بازی را با جدیت تمام دنبال می‌کردند، منتظر بودند تا ماحصل تلاش خود را به واحد پول واقعی تبدیل کنند، اما آن چیزی که انتظار داشتند با آن چیزی که رخ داد، فاصله‌ای عجیب داشت. بلافاصله پس از لیست شدن رسمی، ابتدا کیف پول «تون کبیر» که همستر باها (خصوصاً در ایران)، آن را برای دریافت سکه‌های شان معرفی کرده بودند، با اختلال روبه‌رو شد. اندکی بعد و با هجوم فروشنده‌گان توکن‌های همستر به صرافی‌های دیجیتال، قیمت آن به‌شدت کاهش یافت. در حالی که شروع قیمت این ارز دیجیتال با اندکی بیش از یک سنت آمریکا آغاز شد، اما در زمان تنظیم این خبر، قیمت هر سکه همستر تقریباً ۷۰۰ دلار بود. پس از آنکه قیمت آن به محاسبه درآمد کاربران پرداخت، این بازی تلگرامی بنا بر گفته سازندگان، بیش از ۲۰۰ میلیون کاربر را جذب خود کرد. نکته‌ای که شاید بسیاری از آن غافل بودند، سوق دادن کاربران به سمت برخی شبکه‌های اجتماعی و سایت‌ها مانند یوتیوب برای کسب سکه بیشتر بود. در حالی که کاربران مشغول جمع‌آوری سکه از طریق تماشای ویدئوهای روزانه همستر کامبت در یوتیوب بودند، مالکان هم سعی در کسب درآمد از محتوای پخش شده‌شان در یوتیوب داشتند. یوتیوب به ازای هر هزار بازدید، ۱۸ دلار به کاربر خود پرداخت می‌کند و کانال همستر تنها در روز پنجشنبه با ۲ ویدئو، ۲۰ میلیون مشاهده کننده داشته است.



عکس نوشت



قیمت جهانی برای باگاتی باگاتی زوندا ۷۶۰۰ دیامانته ورده یکی از خاص‌ترین و نادرترین بر خودروهای جهان است که به تازگی و با کارکرد ۷۰۰ کیلومتر، برای فروش گذاشته شده است. این خودرو، تک‌ساخت است و مجموعه «مکارتونیک» به‌عنوان مالکش، آن را ۱۰ میلیون دلار قیمت‌گذاری کرده است. این خودرو که در سال ۲۰۱۷ تولید شده، دارای بدنه‌ای تماماً از فیبرکربن با بافت متالیک و خطوط سبز رنگ است که آن را از سایر مدل‌های زوندا متمایز می‌کند.

اینفوگرافیک

رونمایی از شیائومی جدید

شرکت شیائومی پنجشنبه گذشته به‌صورت رسمی از گوشی Xiaomi 14T Pro خود رونمایی کرد. این گوشی ۹۰۰ یورویی با تراشه مدیاتک داینمیتی ۹۳۰۰ پلاس ارائه می‌شود و دارای سیستم‌عامل اندروید ۱۴ و هابیر اواس است.

صفحه نمایش ۶٫۶۷ اینچ | دوربین اصلی ۵۰ مگاپیکسل

رم ۱۶/۱۲ گیگابایت | وزن ۲۶۹ گرم

در یک ماه، توسط یکی از دانشجویان هاروارد مصرف شد تا ببیند که تغییر در سطح کلسترول خونش ایجاد می‌شود یا نه. اما با اینکه زرده تخم مرغ کلسترول بالایی دارد، بعد از یک ماه نه تنها میزان کلسترول او بالا نرفت که به مقدار اندکی هم پایین آمد. در نتیجه حدس زده می‌شود که کلسترول تخم مرغ سالم بوده و چندان باعث رشد کلسترول در بدن نمی‌شود.

مردان، زنانی که دچار پوکی استخوان می‌شوند و احتمال لقی شدن و افتادن دندان‌هایشان وجود دارد. پوکی استخوان نشانه کاهش تراکم و استحکام استخوان‌هاست و با افزایش سن بیشتر خودش را نشان می‌دهد. افراد غالباً متوجه این عارضه نمی‌شوند تا وقتی که شکستگی استخوان اتفاق می‌افتد. اما دندان‌ها می‌توانند هشدار دهنده مناسبی به این منظور باشند.

از کودکان و نوجوانان در حال رشد در جهان، دچار نزدیک بینی هستند. نکته هشدار دهنده اینجاست که این رقم تا سال ۲۰۵۰، یعنی ۲۶ سال دیگر، به بیش از ۷۴ میلیون نفر می‌رسد. این میزان از افراد درگیر با نزدیک بینی، نزدیک به ۴۰ درصد جمعیت کودکان و نوجوانان این دوره خواهد بود. این اعداد، براساس تحقیقی که در بیش از ۵۰ کشور جهان صورت گرفته، اعلام شده است.

گوشت قرمز و خطر ابتلا به دیابت نوع ۲



آیا می‌دانستید که مصرف گوشت فرآوری شده و حتی فرآوری نشده، می‌تواند باعث افزایش خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ شود؟ این تحقیق، نتیجه مطالعاتی است که روی ۲ میلیون نفر در ۲۰ کشور جهان انجام شده است که مدیریت آن را محققانی از دانشگاه کمبریج بر عهده داشته‌اند. در این تحقیق، حتی گوشت قرمز فرآوری نشده نیز با افزایش خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ مرتبط دانسته شده است. در این تحقیقات، محققان دریافته‌اند که اگر به‌طور مرتب ۵۰ گرم گوشت فرآوری شده در روز که معادل ۲ برش زامبون باشد، مصرف کنید، این می‌تواند ۱۵ درصد ابتلا به دیابت نوع ۲ را بیشتر کند. همچنین مصرف ۱۰۰ گرم گوشت قرمز فرآوری نشده در روز که معادل یک استیک کوچک باشد، ۱۰ درصد باعث رشد خطر بیشتر ابتلا به دیابت نوع ۲ خواهد بود.

جالب اینکه در این تحقیقات جهانی، مصرف مرتب ۱۰۰ گرم گوشت طیور در روز در تحلیل‌های اولیه با ۸ درصد خطر بیشتر همراه بوده. اما در تحلیل‌های نهایی این تحقیقات، این درصد کمتر و ضعیف‌تر شده است، در حالی که درصد گوشت قرمز فرآوری شده و نشده دست نخورده باقی مانده است.

خستگی مداوم یا نشانه‌های انرژی‌زا

برخی از افراد نوشیدنی‌های انرژی‌زا را مصرف می‌کنند تا خستگی‌شان رفع شده و انرژی بیشتری داشته باشند. اما مصرف بیش از حد آنها دقیقاً موجب خستگی مداوم می‌شود. سطح بالای ویتامین «ب» در این نوشیدنی‌ها سریع انرژی شما را رشد می‌دهد، اما در ادامه باعث افت شدید انرژی‌تان خواهد بود.



اعلام فرآورده‌های غذایی غیرمجاز

از سوی سازمان غذا و دارو اسامی تعدادی از فرآورده‌های غذایی غیرمجاز به تازگی اعلام شده است. بادام زمینی قاقالیس، کنجد سفید شاهدانه نوبرانه، قاووت چهل گیاه گیاهستان، خرما کیکاب دیماس، خرما کیکاب خشت و خرما مضافتی دیماس از جمله این فرآورده‌ها هستند.

۵ خوراکی سالمی که اضافه وزن می‌آورد

خیلی‌ها برای مدیریت وزن‌شان بر خوردن خوراکی‌های سالم تمرکز می‌کنند. با این حال، حتی برخی از سالم‌ترین خوراکی‌ها در صورت مصرف بیش از حد یا بدون آگاهی کافی، می‌توانند به افزایش وزن کمک کنند. در حالی که این خوراکی‌ها دارای مواد مغذی متراکم و سرشار از فواید هستند، مهم است که به نحوه ادغام آنها در رژیم غذایی خود توجه داشته باشید. در این مطلب به ۵ خوراکی سالمی که می‌توانند به‌طور مخفیانه در افزایش وزن نقش داشته باشند، نگاهی دقیق‌تر کرده‌ایم.

آجیل و کره آجیل



در حالی که آجیل‌ها فواید متعددی برای سلامت قلب و بهبود عملکرد مغز دارند، اما به‌طور باور نکر دنی دارای کالری متراکم نیز هستند. یک مشت کوچک آجیل به راحتی می‌تواند ۱۵۰ تا ۲۰۰ کالری داشته باشد و کره‌های آجیل، مانند کره بادام زمینی یا بادام، حتی کالری‌های بیشتری نیز دارند. مصرف بیش از حد آجیل یا کره آجیل بدون در نظر گرفتن محتوای کالری آنها می‌تواند منجر به افزایش وزن ناخواسته شود.

راه‌حل: هنگام انتخاب آنها در رژیم غذایی خود، کنترل وعده غذایی، ضروری است. آنها را در وعده‌های کوچک میل کنید.

آووکادو



این میوه سرشار از فیبر، پتاسیم و ویتامین‌های ضروری است که آن را به یک مکمل عالی برای هر رژیم غذایی تبدیل می‌کند. با این حال، مانند آجیل، آووکادو نیز پر کالری است. یک آووکادوی متوسط، حاوی حدود ۲۴۰ کالری است. اگر به‌طور مکرر آووکادو را به سالا، اسموتی یا نان تست اضافه می‌کنید، بدون اینکه حجم وعده‌ها را اندازه‌گیری کنید، ممکن است کالری بیشتری از آنچه تصور می‌کنید مصرف کنید.

راه‌حل: هنگام لذت بردن از این میوه خامه‌ای، رعایت اعتدال مهم است.

گرانولا



این خوراکی در حالی که می‌تواند منبع فیبر و چربی‌های سالم باشد، دارای کالری و قندهای افزوده بالایی است؛ به‌ویژه انواعی که در فروشگاه‌ها موجود است. یک وعده گرانولا (معمولاً یک چهارم فنجان) می‌تواند ۲۰۰ تا ۳۰۰ کالری داشته باشد، اما بسیاری از افراد، ناآگاهانه مقدار بیشتری از آن را مصرف می‌کنند. محتوای قند بالای این خوراکی همچنین می‌تواند سطح قند خون را افزایش دهد و بعد منجر به گرسنگی و ولع در غذا خوردن شود.

راه‌حل: گرانولای خانگی را حداقل با شکر درست کنید و همیشه مقدار آن را اندازه‌بگیرید تا ز یادآوری نکنید.

اسموتی و آبمیوه



اسموتی‌ها و آبمیوه‌های تهیه شده از میوه‌ها و سبزیجات تازه می‌توانند راهی عالی برای دریافت مواد مغذی باشند. با این حال، بسیاری از مردم ناخودآگاه مقادیر زیادی از مواد پر کالری مانند موز، کره بادام زمینی، ماست و عسل را اضافه می‌کنند و یک نوشیدنی سالم را به یک بمب کالری تبدیل می‌کنند. علاوه بر این، آبمیوه‌ها، حتی زمانی که تازه باشند، فاقد فیبر هستند و می‌توانند باعث افزایش قند خون شوند که منجر به افزایش گرسنگی می‌شود.

راه‌حل: هنگام تهیه اسموتی، روی افزودن سبزیجات و میوه‌های کم قند تمرکز و مواد پر کالری را محدود کنید.

میوه‌های خشک



فرایند خشک کردن، قندهای طبیعی و کالری موجود در این میوه‌ها را متمرکز می‌کند؛ به‌عنوان مثال، یک فنجان انگور تازه حدود ۶۰ کالری دارد، اما یک فنجان کشمش حدود ۴۰۰ کالری وارد بدن شما می‌کند و در حالی که این غذاها مملو از مواد مغذی ضروری هستند، فواید سلامتی متعددی را ارائه می‌دهند و مصرف بیش از حد آنها آسان است ولی ناآگاهانه باعث از بین بردن تلاش‌های کاهش وزن می‌شود. کلید جلوگیری از افزایش وزن از این غذاهای سالم، خوردن آگاهانه، کنترل وعده‌های غذایی و متعادل کردن آنها با سایر گزینه‌های غنی از مواد مغذی است.

راه‌حل: با توجه به اندازه وعده‌ها و آگاهی از کالری این غذاها می‌توانید از مزایای آنها بدون عوارض ناخواسته افزایش وزن، بهره‌مند شوید.



مصرف بالای یک داروی خطرناک

آنتی‌بیوتیک‌ها دوباره به صدر مصرف برگشته‌اند
آموکسی‌سیلین پر فروش‌ترین داروی نیمه اول سال ۱۴۰۳ شد



مريم سرخوش

روزنامه‌نگار

تا همین چند ماه پیش پر فروش‌ترین داروی کشور متفورمین بود (براساس آمارنامه دارویی ۱۴۰۲) و پس از آن ادالت کلد، اسپیرین و لوئور و کسین جایگاه‌های بعدی را در اختیار داشتند. اما حالا یک داروی خطرناک و بر عارضه صدرنشین داروهای پر فروش شده است.

سازمان غذا و دارو اسامی ۱۰ داروی پر فروش نیمه نخست سال ۱۴۰۳ را اعلام کرده و رتبه نخست برای یکی از شناخته‌شده‌ترین آنتی‌بیوتیک‌هاست؛ یعنی آموکسی‌سیلین؛ به گفته سید حیدر محمدی، رئیس سازمان غذا و دارو: «در نیمه نخست اسامی کسول آموکسی‌سیلین ۵۰۰ میلی‌گرم از لحاظ تعداد و مبلغ پر فروش‌ترین داروی بازار بوده‌واز فهرست ۱۰ موردی داروهای پر فروش ۴ مورد مربوط به آنتی‌بیوتیک‌هاست که نشان می‌دهد باید در حوزه تجویز و مصرف خودسرانه این دارو اقدامات فرهنگی بیشتری صورت بگیرد.»

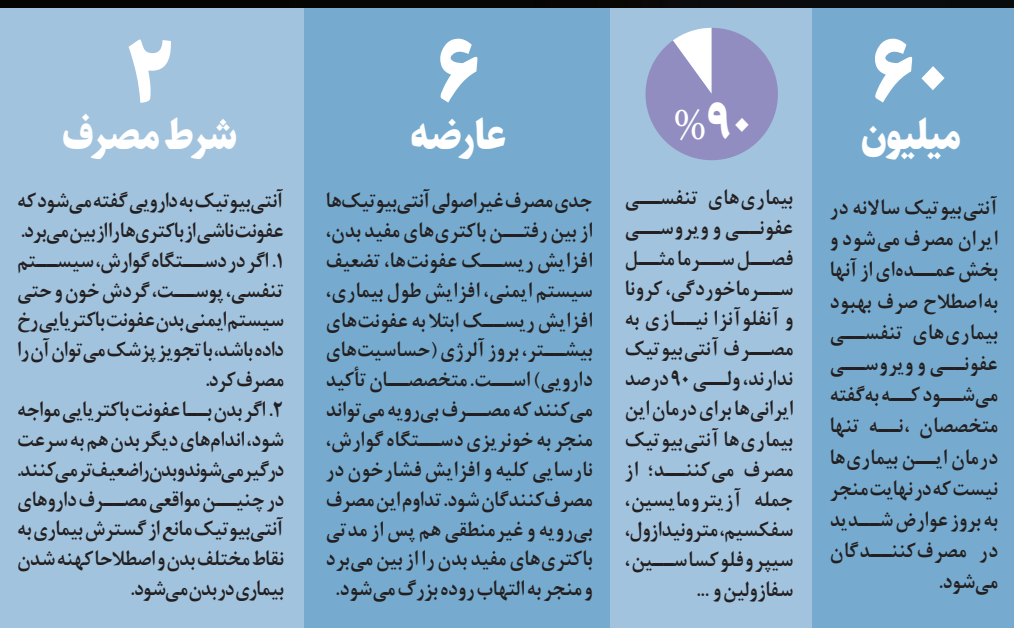
مصرف بی‌رویه و غیرمنطقی آنتی‌بیوتیک‌ها در ایران به‌عنوان یکی از معضله‌های مهم نظام سلامت همیشه مطرح بوده و است. پزشکان طی سال‌های اخیر بارها نسبت به مصرف خودسرانه دارو به‌ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها هشدار داده‌اند، اما به‌نظر می‌رسد که نه تنها تغییری در رویکرد مصرف در بازار دارویی کشور به‌وجود نیامده که حالا به یکی از داروهای پر فروش و پر مصرف بدل شده‌اند. بررسی‌ها نشان می‌دهد با وجودی که آنتی‌بیوتیک‌ها جزو داروهای بدون نسخه (OTC) نیستند، اما بدون هیچ نظارت خاصی در داروخانه‌ها به راحتی در اختیار بیماران قرار می‌گیرد و با وجود تمام مخاطرات هیچ دستگاهی هم به این روند نظارت ندارد. چند نکته مهم درباره پر فروش‌ترین داروی سال ۱۴۰۳ در نیمه نخست سال را در ادامه بخوانید.

مبارزه آنتی‌بیوتیکی با ویروس ساده



بررسی بازار دارویی کشور در نیمه نخست سال ۱۴۰۳ نشان می‌دهد که پر مصرف‌ترین و پر تعدادترین رده‌های دارویی، آنتی‌بیوتیک‌هایی هستند که بخش عمده مصرف آنها خودسرانه و برای بیماری‌های ویروسی ساده است. نکته‌ای که دکتر بابک پورقلیچ، پزشک عمومی هم آن را تأیید می‌کند و می‌گوید: «بهبود یک بیماری ویروسی ساده معمولاً ۳ تا ۷ روز زمانبر است و پس از آن علائم از بین می‌رود. اما برخی بیماران از همان ابتدا اقدام به مصرف آنتی‌بیوتیک می‌کنند که باعث می‌شود میکروبه‌های ساده از بین رفته

و نوع خطرناک‌تر و مقاوم‌تر فرصت جولان پیدا کنند. به همین دلیل یک بیماری ویروسی کوتاه‌مدت طول درمان بیشتری پیدا می‌کند.» به گفته این پزشک، آنتی‌بیوتیک‌ها جزو داروهای بدون نسخه یا به اصطلاح OTCها نیستند، اما با وجود این آمار فروش و مصرف آنها بالاست؛ در حالی که بسیاری از مصرف‌کنندگان از خطرات آن آگاه نیستند. او تأکید می‌کند: «مصرف خودسرانه آنتی‌بیوتیک برای بیماری‌های ساده باعث می‌شود که اگر فرد در آینده دچار برخی عفونت‌ها درده، گوش، سینوس و... شود، دیگر بدن به آن آنتی‌بیوتیک جواب ندهد و مقاومت خواهد داشت. به همین دلیل مصرف آنتی‌بیوتیک قوی‌تری ضرورت پیدا می‌کند که همان‌ها عوارض خاص خودش را دارد.»



بیماری‌های تنفسی و ویروسی فصل سرما مثل سرماخوردگی، کرونا و آنفلوآنزا نیازی به مصرف آنتی‌بیوتیک ندارند، ولی ۹۰ درصد ایرانی‌ها برای درمان این بیماری‌ها آنتی‌بیوتیک مصرف می‌کنند؛ از جمله آزیتر و مایسین، سفکسیم، مترونیدازول، سیپروفلوکساسین، سفازولین و...

جدی مصرف غیراصولی آنتی‌بیوتیک‌ها از بین رفتن باکتری‌های مفید بدن، افزایش ریسک عفونت‌ها، تضعیف سیستم ایمنی، افزایش طول بیماری، افزایش ریسک ابتلا به عفونت‌های بیشتر، بروز آلرژی (حساسیت‌های دارویی) است. متخصصان تأکید می‌کنند که مصرف بی‌رویه می‌تواند منجر به خونریزی دستگاه گوارش، نارسایی کلیه و افزایش فشار خون در مصرف‌کنندگان شود. تاوادم این مصرف بی‌رویه و غیرمنطقی هم پس از مدتی باکتری‌های مفید بدن را از بین می‌برد و منجر به التهاب روده بزرگ می‌شود.

آنتی‌بیوتیک به‌درستی استفاده می‌شود که عفونت ناشی از باکتری‌ها را از بین می‌برد. اگر در دستگاه گوارش، سیستم تنفسی، پوست، گردش خون و حتی سیستم ایمنی بدن عفونت باکتریایی رخ داده باشد، با تجویز پزشک می‌توان آن را مصرف کرد. اگر بدن شما عفونت باکتریایی مواجه شود، اقدام‌های دیگر بدن هم به سرعت درگیر می‌شوند و بدن را ضعیف‌تر می‌کنند. در چنین مواقعی مصرف داروهای آنتی‌بیوتیک مانع از گسترش بیماری به نقاط مختلف بدن و اصطلاحاً کهنه شدن بیماری در بدن می‌شود.

آگهی شناسایی سرمایه گذار شماره ۴۰۳/۲/۲۵

شرکت تولید تجهیزات سنگین ایمن رسا (متعلق به هیگو) در نظر دارد نسبت به شناسایی سرمایه گذار در پروژه ساخت شهرک مسکونی تجاری خود اقدام نماید.

- ✳️ مساحت زمین: حدوداً ۹۶۰۰۰ مترمربع
- ✳️ جانمایی زمین و محل اجرای پروژه: اراک، جنب کارخانه شرکت تولید تجهیزات سنگین ایمن رسا
- ✳️ روش همکاری: مشارکت

شایان ذکر می‌باشد این آگهی صرفاً به منظور شناسایی و ارزیابی سرمایه گذاران انتشار یافته و پس از بررسی مدارک متقاضیان و ارزیابی نهایی، در صورت احراز صلاحیت نسبت به دعوت از متقاضیان سرمایه گذاری ذی صلاح اقدام لازم صورت خواهد گرفت. لذا از کلیه شرکت‌های ذی صلاح دعوت می‌شود نسبت به ارسال سوابق، رزومه کاری و شیوه تامین مالی خود تا تاریخ پایان آگهی (۱۴۰۳/۰۷/۱۷) اقدام نمایند.

اشخاص حقیقی و حقوقی می‌توانند از تاریخ درج آگهی (۱۴۰۳/۰۷/۰۷) لغایت ۱۴۰۳/۰۷/۱۷ جهت بازدید از زمین و ارائه پاکت سوابق و رزومه به آدرس: اراک، میدان صنعت، بلوار شهید بختیاری، بعد از پل، شرکت تولید تجهیزات سنگین ایمن رسا (متعلق به هیگو)، امور حقوقی و قراردادها مراجعه فرمایند. ضمناً جهت اخذ اطلاعات بیشتر می‌توانند با شماره تلفن ۰۸۶-۳۳۶۹۰۹۳۵ و شماره موبایل ۰۹۱۷۶۲۶۳۱۸ تماس بگیرند.

آگهی مزایده فروش خودرو سواری MG GS

شرکت صنایع گلدیوران

در نظر دارد دو دستگاه خودرو ام جی مدل GS را از طریق مزایده به فروش برساند.

کلیه متقاضیان می‌توانند از تاریخ ۱۴۰۳/۰۷/۰۷ تا ۱۴۰۳/۰۷/۱۱ الی ۱۴۰۳/۰۷/۱۱ جهت هماهنگی بازدید با شماره های زیر تماس حاصل نمایید.

۰۲۱ - ۸۳۵۸۱۰۶۳

۰۹۱۲۶۲۶۸۸۹۴ آقای امید

بخوانیم برای پاک زندگی



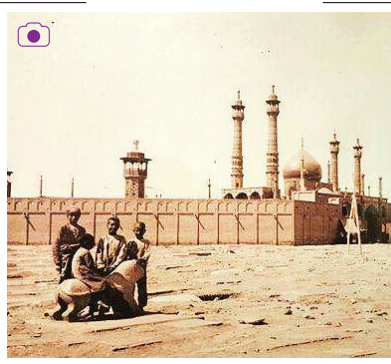
۱۸ تا ۲۰ مهرماه، نتیجه کنکور سراسری اعلام می شود
عبدالرسول پیورعیاس، سرپرست سازمان سنجش؛ نتایج نهایی کنکور سراسری ۱۴۰۳ در روزهای ۱۸ تا ۲۰ مهرماه اعلام می شود. همچنین فرصت ۱۲ روزه به دانشگاه ها و مراکز آموزش عالی برای انجام مصاحبه برای رشته های خاص داده شد و نتایج ۱۲ مهر به سازمان سنجش باز می گردد.



کدام بناهای اوقاف واگذار می شود؟
غلامرضا عادل، سخنگوی سازمان اوقاف و امور خیریه؛ در برخی آب انبارها یا کاروانسراهای وقف شده، بهره برداری به بخش خصوصی واگذار می شود، اما باید به این نکته توجه داشت که حدود ۹۰ درصد این بناهای تاریخی امامزاده ها و مساجد هستند که واگذاری آنها منتفی است.

صفحات: ۱، مجید اصغری

عکس نوشت



رود حضرت معصومه ۳ به قم
۲۳ ربیع الاول سالروز ورود حضرت معصومه (س) به شهر قم است و دیدار بانوی کرامت از این روز تا ۱۰ ربیع الثانی روز ولادت امام حسن عسکری (ع) غرق شادی و سرور است. شعرای امام معصومه با اتفاق نظر اعضای شورای فرهنگ عمومی استان، «قم، جهان شهر تمدنی اهل بیت علیهم السلام» انتخاب شد.

رفاه و تأمین اجتماعی

۱۹۶ میلیارد وام به اقشار کم درآمد

کمک به اقشار کم درآمد، زنان سرپرست خانوار، دانشجویان کم بضاعت و... برای دولت سیزدهم اهمیت بسیار زیادی داشت. به همین دلیل از ابتدای اسامال تا پایان شهریور ۷ هزار و ۱۴۳ فقره وام قرض الحسنه به مددجویان کمیته امداد پرداخت شده است. اکبر بیات، مدیر امور شعب صندوق قرض الحسنه امداد ولایت (کمیته امداد) استان تهران در این باره گفته است: مبلغ ۹۵ میلیارد و ۹۹۶ میلیون تومان از طریق صندوق امداد ولایت به مددجویان تحت حمایت کمیته امداد استان تهران و سایر نیازمندان واجد شرایط پرداخت شده است. او ادامه داد: از این تعداد ۵ هزار و ۹۶۲ فقره وام کارگشایی، ۶۲۴ هزار فقره وام اشتغال، ۱۰۰ فقره وام مسکن و ۴۵۷ فقره در قالب امور فرهنگی بوده است. بیات با بیان اینکه از تسهیلات صندوق قرض الحسنه امداد ولایت تا سقف ۱۰ میلیون تومان هیچ کارمزدی اخذ نمی شود، تأکید کرد: برای تسهیلات بالای ۱۰ میلیون تومان نیز ۲ درصد، تنها یکبار به عنوان کارمزد دریافت می شود.

جهیزیه یا جشنواره خودنمایی

چگونه یک جهیزیه به صرفه و مفید که کمر شکن نباشد، بخریم؟

گزارش
لیلا شریف
روزنامه نگار

سال هاست که تهیه جهیزیه در ایران، فقط خرید چند وسیله ضروری برای شروع زندگی مشترک نیست؛ زوج ها و به تبع آن والدین شان دنبال این هستند که هزار و یک قلم لوازم خانه بخرند که مبادا یک رنگ کمتر از هم رنگی جماعت باشند. اتفاقاً همین نگاه هم باعث شده که از دواج مانند هفت خان رستم جلوه کند و خرید جهیزیه و در ادامه آن جشن عروسی همان غول سخت مرحله آخر از دواج باشد.

بگو مگو بر سر قهوه ساز

کافی است سسری به بازار لوازم خانگی بزنید؛ مثلاً امین حضور، آنجا زوج هایی را می بینید که در حال خرید لوازم غیر ضروری و البته بسیار گران برای تهیه جهیزیه هستند؛ از قهوه ساز و ماست ساز گرفته تا میوه خشک کن و نان تست کن و... بعضی از اقلام را هم که اینفلوئنسر ها تبلیغ کرده اند و زوج ها به ویژه دختران جوان فکر می کنند که اگر آن را در خانه نداشته باشند، زندگی طعم خوشی به خود نمی گیرند؛ نمونه آن قهوه ساز ۸۰ میلیونی یک برند مطرح است؛ دختر که از تماشای انواع مختلف قهوه ساز یک برند معروف چشمانش برق می زند، دست روی گران ترین مدل گذاشته بود: «هن همین مدل رو می خوام، می کن این چون قهوه هم آسیاب می کنه، خیلی خوبه.» فروشنده وقتی چهره نگران مادر را از شنیدن قیمت ۸۰ میلیون تومانی قهوه ساز دید، تلاش کرد تا با گفتن تفاوت های جزئی این قهوه ساز با مدل پایین تر، دختر را از خرید پشیمان کند، اما از اصرارهای دختر مشخص بود که قرار نیست بدون این دستگاه به خانه بخت برود.

سنگینی وسایل اضافه در لیست جهیزیه

گشت و گذار در مغازه های فروش لوازم خانگی، واقعیت جدید و البته عجیبی از کالاهایی را نمایان می کند که همراه با جهیزیه به راهی زوج های جوان می شود. مصطفی که سال ها مشغول فروش وسایل خانگی است از تقاضاهای جدید برای خرید جهیزیه می گوید: «آن که این اوتوخرهای ایستاده مد شده، بعضی ها دنبال این جنسها می گردن، دیگه اینا هم الان مد شدن.» این فروشنده ادامه می دهد: «آن جارو هوشمند و قهوه ساز هم خیلی خواهان داره؛ دخترای جوان که با خانواده هاشون میان، دنبال این وسایل هم می گردن.» در کنار این وسایل می توان به کالاهایی مانند ماست بند برقی، بستنی ساز، میوه خشک کن و... به عنوان وسایل غیر ضروری اشاره کرد که دختر ها و پسر های دمیخت از هیچ تلاشی برای خریدشان صرف نظر نمی کنند.

داده نما

۷ مشوق جدید برای تازه سر بازارها

اگر سن تان به سر بازی رسیده و برای رفتن به خدمت شک دارید، می توانید بر اساس صحبت های اخیر سردار موسی کمالی، مشاور عالی فرمانده قرارگاه مرکزی مپارت آموزی کارکنان وظیفه نیروهای مسلح تصمیم بگیرید. او گفته است: برابر ضوابط ابلاغی، سربازان ماهری که قبل از اعزام به خدمت در سامانه سخا ثبت نام کنند، از مشوق های خوبی برخوردار می شوند.

چه کسانی از این طرح برخوردار می شوند؟
مشمولان اعزامی آبان و آذر

۴ دسته مشمول
۱ گروه پزشکی و پیراپزشکی
۲ فارغ التحصیلان مقاطع مختلف دانشگاه ها
۳ فارغ التحصیلان دیپلم هنرستان فنی و کاردانش
۴ دارندگان گواهینامه مهارتی ۸۰ ساعت به بالا

مشوق ها
✓ یک ماه کسر خدمت
✓ انتخاب سازمان محل خدمت
✓ بخشش اضافه خدمت
✓ یک ماه مرخصی تشویقی
✓ اعطای یک درجه بالاتر
✓ تعویق اعزام
✓ استفاده به عنوان مربی و کمک مربی

مهلت ثبت نام
مشمولان اعزامی آبان تا ۱۰ مهر
مشمولان اعزامی آذر تا ۵ آبان

شرایط ثبت نام
فارغ التحصیلان مقاطع مختلف دانشگاه ها در سامانه سخا
فارغ التحصیلان گروه پزشکی علاوه بر ثبت نام در سامانه سخا باید مدارک خود را در سامانه کارآمد وزارت علوم بارگذاری کنند.



مزایده عمومی املاک در استان گیلان

شرکت مهندسی و ساختمانی صبا نفت در نظر دارد تعداد محدودی قطعه زمین تفکیکی واقع در استان گیلان شهر رستم آباد با مشخصات مندرج در جدول زیر را از طریق مزایده عمومی به فروش برساند. متقاضیان محترم می توانند طی روزهای اداری دوشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۰۲ لغایت شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۱۴، ساعت ۸ الی ۱۶ جهت دریافت فرم شرکت در مزایده به نشانی: تهران - میدان شیخ بهایی - خیابان ونک غربی - روبروی بوستان آفتاب پلاک ۱۷۲ - دفتر مرکزی شرکت مهندسی و ساختمانی صبا نفت - طبقه چهارم - دبیرخانه کمیسیون معاملات و یا سایت شرکت صبا نفت مراجعه نمایند.

آدرس املاک	اسناد	مساحت (متر مربع)	موقعیت	توضیحات	میزان سپرده شرکت در مزایده برای هر قطعه (ریال)
استان گیلان شهرستان رستم آباد، خیابان ولیعصر (عج)، خ مادر و کودک، کوچه صبا شهر	سند تک برگ تفکیکی	تعدادی از قطعات ۱۵۰ مترمربع و مابقی متفاوت	مسکونی	شش دانگ ۲۰ قطعه زمین تفکیکی با سند تک برگ و پروانه ساختمانی مسکونی	۲۵۰,۰۰۰,۰۰۰

● بازدید با هماهنگی قبلی یا در پارتان فروش طی روزهای اداری دوشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۰۲ لغایت شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۱۴، ساعت ۸ الی ۱۶ امکان پذیر است.
● میزان سپرده شرکت در مزایده برای هریک از ردیف ها طبق مبلغ مندرج در جدول می باشد که بایستی بصورت واریز بحساب شماره ۱۴۰۵۲۵۶۲۰ بانک مسکن شعبه توایسر کد ۲۷۲۱ بنام شرکت مهندسی و ساختمانی صبا نفت و ارائه فیش نقدی و یا ضمانتنامه معتبر بانکی در وجه شرکت مهندسی و ساختمانی صبا نفت در اسناد مزایده ارائه شود.
● آخرین تاریخ تحویل پاکت های در بسته پیشنهادها پایان وقت اداری روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۰۲ می باشد.
● تاریخ بازگشایی پاکت های حاوی پیشنهادها ساعت ۱۴ روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۰۲ می باشد.
● شرکت مهندسی و ساختمانی صبا نفت در پذیرش یا رد پیشنهاد/پیشنهادها مخیر می باشد و در صورت انصراف فروشنده، هیچگونه خسارتی به پیشنهاد دهندگان پرداخت نخواهد شد.
● سایر اطلاعات و جزئیات مربوطه در اسناد مزایده آمده است.

تلفن تماس: ۰۲۱-۸۶۷۶۹۱۵۱ | www.sabanaft.com | میدان شیخ بهایی، خیابان ونک غربی، پلاک ۱۷۲

آگهی شناسایی پیمانکار

شرکت نوآوران فن آوازه (دیجی کالا) در نظر دارد «تامین نیروهای روز مزد» را از طریق مناقصه واگذار نماید.

لذا از پیمانکاران فعال و واجد شرایط که دارای گواهی تایید صلاحیت پیمانکاری و مجوز های قانونی رتبه دار از مراجع ذیصلاح می باشند، دعوت میگردد تا از تاریخ انتشار این آگهی به مدت یک هفته نسبت به ارسال رزومه کاری خود به نشانی ذیل اقدام نمایند.

ار سال رزومه به منزله دعوت به مناقصه نبوده و پیمانکاران واجد شرایط پس از ارزیابی و احراز حد نصاب لازم، دعوت به مناقصه خواهند شد.

نشانی جهت ارسال رزومه: خیابان خدامی، روبروی هتل هما، نبش کوچه شادی ۱، ساختمان دیجی کالا طبقه ششم، واحد خرید

شماره تماس: ۰۲۱-۶۱۹۳۰۰۰۰۰ داخلی ۶۱۹۹ - تلفن همراهِ: ۰۲۱-۰۹۱۰۲۲۹۸۴۴۰ آقای مبارکی

آگهی مناقصه شماره ۲۵-۱۴۰۳

شهرداری منطقه ۶ تهران در نظر دارد موارد مندرج در جدول زیر را، از طریق برگزاری تشریفات مناقصه عمومی به متقاضیان واجد شرایط واگذار نماید.

(الف) سپرده ی شرکت در مناقصه: متقاضیان می توانند مبلغ سپرده را به صورت نقد به حساب اعلامی در اسناد مناقصه واریز نمایند.

(ب) محل دریافت اسناد و قبول پیشنهادات: محل دریافت، اداره قراردادهای شهرداری منطقه ۶ تهران واقع در خیابان سیدجمالالدین اسدآبادی، میدان سیدجمالالدین اسدآبادی ساختمان شماره یک، طبقه سوم و محل تحویل دبیرخانه مرکزی شهرداری منطقه ۶ تهران واقع در خیابان سیدجمالالدین اسدآبادی، میدان

ردیف	موضوع	مبلغ پایه مناقصه (ریال)	میزان سپرده (ریال)	مدت
۱	عملیات نگهداری فضای سبز ناحیه شش و تاسیسات وابسته منطقه	۳۳۶,۳۷۹,۲۶۰,۲۰۰	۱۶,۸۲۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۲ ماه

دارایان گواهینامه تعیین توان فنی و تشخیص صلاحیت معتبر در رشته کشاورزی را رتبه مرتبط با پرآورد، دارای ظرفیت ربالی و سقف مجاز انجام کار از سازمان برنامه و بودجه کشور در روز برگزاری مناقصه
دارای تاییدیه کارت الکترونیک با وضعیت معتبر از سامانه تأمین کنندگان کالا و خدمات شهرداری تهران در حوزه معاونت شهری و محیط زیست شهرداری تهران در روز برگزاری مناقصه

شهرداری منطقه شش

آگهی مناقصه شماره ۲۶-۱۴۰۳

اسدآبادی، میدان سیدجمالالدین اسدآبادی ساختمان شماره دو، طبقه همکف می باشد.

(د) مهلت ارائه اسناد: ده روز از تاریخ چاپ و انتشار آگهی.

بدیهی است شرکت در مناقصه در ارائه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد مناقصه بوده و شهرداری در رد یک یا تمام پیشنهادها مختار است و هزینه آگهی به عهده برندگان مناقصه می باشد. ضمناً هیچگونه پیش پرداختی پیش بینی نگردیده است. اسناد مناقصه از طریق تالار آگهی معاملات شهرداری تهران به نشانی **business.tehran.ir** قابل رویت می باشد. تمامی متقاضیان شرکت در مناقصه موظفند در هنگام تحویل پاکتها به دبیرخانه، نسبت به ارائه شناسه ملی برای اشخاص حقوقی و کد ملی و تاریخ تولد برای اشخاص حقیقی اقدام نمایند.

ردیف	موضوع	مبلغ پرآورد مناقصه (ریال)	میزان سپرده (ریال)	مدت
۱	عملیات احداث تونل جمع آوری آبهای سطحی خیابان ولیعصر (عج) سر شاخه ونک محدوده هفت پل تا خیابان تختی	۱,۳۵۷,۲۳۶,۰۱۵,۷۶۸	۶۷,۸۷۰,۸۰۰,۰۰۰	۱۸ ماه

دارا بودن گواهینامه تعیین توان فنی و تشخیص صلاحیت معتبر (با ظرفیت آزاد ربالی و تعدادی) در رشته آب، حداقل رتبه ۴ از سازمان مدیریت و برنامه و بودجه کشور در روز برگزاری مناقصه
داشتن ظرفیت آزاد ربالی و تعدادی از سامانه کارت الکترونیک تأمین کنندگان کالا و خدمات شهرداری تهران به آدرس **tehran.ir** در روز برگزاری مناقصه

شهرداری منطقه شش

آگهی فراخوان مناقصه عمومی یک مرحله ای

تاریخ اولین درج فراخوان در روزنامه کثیرالانتشار (در صورت واریز وجه از طریق اینترنتی می بایست موضوع به تأیید امور مالی این سازمان واقع در آدرس خیابان حافظ شمالی رسیده و پس از آن جهت خرید اسناد به آدرس بند دو مراجعه گردد).

۲- محل دریافت اسناد: خیابان آزادی خیابان اسکندری شمالی خیابان طوسی پلاک ۱۰۱ طبقه سوم امور قراردادهای شماره تماس ۰۲۱۹۶۰۲۰۵۶۷

۳- ارائه اسناد تکمیل شده بصورت رسمی و در پاکت در بسته و مهر و امضاء شده توسط صاحبان امضای مجاز، بر اساس تاریخ های درج شده در اسناد فراخوان؛

۴- کلیه مکاتبات و مرادات و تحویل اسناد مناقصه به آدرس تهران- خیابان حافظ شمالی - ساختمان شماره ۵۵۹ - سازمان مهندسی و عمران شهر تهران - دبیرخانه، شماره فاکس ۰۲۱۸۹۲۳۱۲۲

۵- مناقصه گزار در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادات اختیار کامل دارد.

۶- برنده مناقصه بر اساس شرایط مناقصه، ضوابط و آئین نامه های داخلی مناقصه گزار تعیین می شود.

۷- هزینه چاپ آگهی به عهده برنده مناقصه می باشد.

بدیهی است ابتدا اسناد و مدارک ارائه شده توسط شرکتها بر اساس ضوابط و شرایط مناقصه مورد بررسی قرار گرفته و در صورت تأیید آن، نسبت به بازگشایی پاکت های پیشنهاد قیمت اقدام خواهد گردید. ارائه سوابق و مدارک واصله هیچ گونه حقی را برای متقاضیان ایجاد نمی نماید.

سازمان مهندسی و عمران شهر تهران

سازمان مهندسی و عمران شهر تهران در نظر دارد جهت «اجرای عملیات احداث سازه پایه چراغ های هفده الی بیست و پنج ابروج باند ۲۹ چپ فرودگاه مهرآباد» با برآورد اولیه ۸۸,۷۷۲,۹۰۳,۲۱۹ ریال از بین اشخاص حقوقی که دارای شرایط ذیل هستند، پیمانکار انتخاب نماید:

حداقل شرایط لازم جهت امکان شرکت در مناقصه:

- دارای کد اقتصادی
- دارای دفتر در استان تهران (طبق سند مالکیت یا قرارداد اجاره حداقل تا پایان سال ۱۴۰۳ بصورت کپی برابر با اصل)؛
- دارای کارت الکترونیک آرایه دهندگان خدمت و تأمین کنندگان شهرداری تهران؛
- دارای کارت صلاحیت معتبر حداقل پایه ۳ در رشته ابنیه از سازمان برنامه و بودجه کل کشور؛
- دارای سابقه و تجربه مشابه مورد تأیید؛
- لذا از کلیه شرکت های دارای شرایط فوق الذکر دعوت بعمل می آید در صورت تمایل به همکاری، نسبت به شرکت در این فراخوان بشرح زیر اقدام نمایند:

۱- ارائه نامه رسمی اعلام آمادگی متقاضی و دریافت اسناد فراخوان توسط نماینده متقاضی با ارائه معرفی نامه و فیش واریزی به مبلغ ۳,۵۰۰,۰۰۰ ریال به حساب جاری شماره ۱۰۰۷۸۵۶۹۵۶۸۴ و به شماره شبای ۱۰۰۷۸۵۶۹۵۶۸۴ نزد بانک شهر شعبه حافظ شمالی کد ۲۳۹ به نام سازمان مهندسی و عمران شهر تهران به شناسه ملی ۱۴۰۰۵۶۱۰۷۹۵ به منظور خرید اسناد حداکثر ظرف مدت ۱۰ روز پس از



کسانی که بعد از ساعات ۱۱ به در مانگاه رسیده‌اند، امروز نمی‌توانند در کمیسیون شرکت کنند و فردا ساعت ۸ صبح دوباره باید به در مانگاه مراجعه کنند، ولی کسانی که ارائه مدارک و مصاحبه‌های پزشکی آنها در کمیسیون انجام شده باید منتظر بمانند که ۲ هفته تا ۴۰ روز دیگر نظر نهایی کمیسیون به دستشان برسد تا اگر معافیت گرفته باشند، هزینه صدور کارت معافیت را با طیب خاطر پرداخت کنند و اگر معاف از رزم یا مشمول خدمت شناخته شده باشند، خود را برای گذراندن دوره آموزشی معرفی کنند...

**یک هفته
روزه ۴۰**

پزشکان معتمد و شورای پزشکی تشخیص داده‌اند رژه رفتن و گذراندن دوره رزم مقدماتی بسا این پای آسیب دیده شاید عمری او را زمینگیر کند

“

معاینه برای معافیت

در کمیسیون‌های پزشکی بیمارستان امام سجاد (ع) چه می‌گذرد؟

بخوانند و صبح زود بیدار شوند و خلاصه همه کارهایی را که یک عمر از آن گریزان بوده‌اند، با هم و یک‌جا انجام دهند! بعضی از آنها هم مثل کیومرث مدت‌ها درد کشیده‌اند و خطر به تعویق انداختن عمل جراحی‌شان را به جان خریده‌اند تا وقتی گذرشان به کمیسیون پزشکی افتاد، شاید تا زگی زخم‌شان مجاب کردن پزشکان تیزهوش و کارگشته کمیسیون را آسان تر کند، اما در کمیسیون شاید همه نقشه‌های آنها نقش بر آب شود و هیچ‌یک از این ترس‌ها و دلایل‌های واقعی با ساختگی به کارشان نیاید.

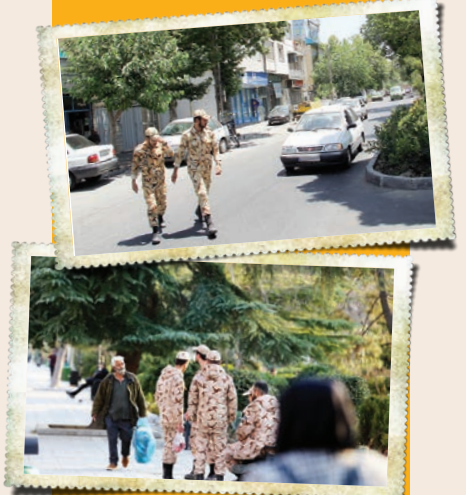
آمده‌اند به کمیسیون پزشکی تا بدون اما و اگر از خدمت سربازی معاف شوند. حسابی هم سند و مدرک جمع آوری کرده‌اند تا نشان دهند توانایی گذراندن این دوره سخت و سنگین را ندارند و نباید توقع باشد که آنها حدود ۲ سال نگرهبانی‌های اردوهای نظامی و کلاس‌های آموزشی جورواجور را تحمل کنند، غذای بدون مخلفات و نه چندان چرب و چیلی آسایشگاه را بدون غرزدن بخورند، سر ساعت

زندگی
رابعه تیموری
روزنامه نگار



تماشای گزارش

**اضطراب
چندین ساله**



با آنکه متین خیلی مراقب بود کسی متوجه نشود او برای معاف شدن چه کارهای خطرناکی انجام داده، ولی رضا از دلشوره و این در و آن در زدنش خیلی زود دستش را از آزار داده و شدت بیماری صرع او کمتر از مقداری است که ادعا و وانمود می‌کند. استرس و اضطراب دوره سربازی از نوجوانی متین را آزار داده و حتی برای اینکه شاید بتواند از فعالیت‌های نظامی این دوره معاف شود تا توانسته درس خوانده و در رشته علوم آزمایشگاهی مدرک کارشناسی ارشد گرفته، ولی حالا که وقت اعزام شده، انگار دوران خدمت بدون فعالیت‌های نظامی را هم نمی‌تواند بگذراند و با گواهی پزشکی و استنادهایی که جمع آوری کرده، امیدوار است معاف شود. هیچ‌کس نمی‌تواند با همراه وارد اتاق کمیسیون شود و باید به تنهایی به پرسش‌های پزشکان و کارشناسان کمیسیون جواب دهد، ولی مادر متین او را همراهی و سعی می‌کند به او قوت قلب بدهد تا از پس منافع‌گرددن اعضای کمیسیون به خوبی بر آید.

خطای عجیب

کیومرث موقع مسابقه فوتبال حساسی جدی است و اگر بازیکنان تیم مخالف روی او خطا کنند، با قیل و قال داور را مجبور می‌کند با سختگیری او را تنبیه کند، ولی ۴ ماه پیش وقتی بازیکن تیم حریف روی پای او تکل خطرناکی رفت که گرفتن کارت قرمز و اخراج حداقل جریمه‌اش بود، اصلاً بدقلقی و دادوهوار نکرد. حتی در مدت ۲ ماهی که به دلیل عمل جراحی پارگی رباط یا خانه‌نشین شده بود، گلایه و شکایتی نمی‌کرد و امیدوار بود حکمت این مدمومیت روز معاینات پزشکی قبل از اعزام روشن شود. امروز پزشک معتمد و شورای پزشکی تشخیص داده‌اند رژه رفتن و گذراندن دوره رزم مقدماتی با این پای آسیب‌دیده شاید عمری او را زمینگیر کند، ولی رضا که از ۴ ماه پیش مشغول تحقیق درباره شرایط معافیت از سربازی است، تشخیص می‌دهد که با این پارگی رباط در خوش‌بینانه‌ترین حالت معاف از رزم می‌شود و نمی‌تواند از گذراندن دوره سربازی خود را معاف کند. رضا بدون طحال به دنیا آمده و به دلیل محروم بودن از این عضو هیچ‌وقت نتوانسته یک دل سیر برف بازی کند، زیر باران قدم بزند یا وقتی سازمان هواشناسی درباره شرایط نامناسب هوای پایتخت هشدار می‌دهد، ادای آدم‌های پر تحمل بی‌خیال را در آورد و بی‌کار زندگی‌اش برود، ولی امروز جزو کسانی است که حکما رای معافیت را از کمیسیون پزشکی می‌گیرد.

خطای عجیب

تعدادی از آنها انگار یقین دارند که موافقت اعضای کمیسیون را جلب می‌کنند یا با اعزام به خدمت کنار آمده‌اند که بدون اضطراب منتظر رسیدن نوبتشان هستند، ولی اغلب آنها بی‌قراری و تا یکی از اتاق کمیسیون بیرون می‌آید یکی‌یکی به سراغش می‌روند تا درباره سؤالاتی که از او پرسیده‌اند و حال و هوای کمیسیون بپندارند. «خیلی سؤال پیچت کردن؟ فاشون چیه؟ دنبال بپونه هستن که بفرستن ما را یا مدارک را نگاه می‌کنن؟ بداخلاقن یا می‌گذرانن دو کلام حرف بزنی؟...» کیومرث دلش می‌خواهد مثل یک آدم خونسر در نظرش بماند، ولی دایره نتیجه کمیسیون نمی‌گذارد آرام سر جایش بنشینند و تمام هوش و حواسش به حرف‌های کسانی است که از اتاق کمیسیون بیرون آمده‌اند: «طوری حرف نمی‌زنند که مشخص شود نظرشان چی است، می‌گویند منتظر بمانید ۴۰ روز دیگر نتیجه به شما اعلام می‌شود... اگر ببینند کسی استرس دارد با حرف‌هایشان آرامش می‌کنند...»

جای نگرانی نیست

تعدادی از آنها انگار یقین دارند که موافقت اعضای کمیسیون را جلب می‌کنند یا با اعزام به خدمت کنار آمده‌اند که بدون اضطراب منتظر رسیدن نوبتشان هستند، ولی اغلب آنها بی‌قراری و تا یکی از اتاق کمیسیون بیرون می‌آید یکی‌یکی به سراغش می‌روند تا درباره سؤالاتی که از او پرسیده‌اند و حال و هوای کمیسیون بپندارند. «خیلی سؤال پیچت کردن؟ فاشون چیه؟ دنبال بپونه هستن که بفرستن ما را یا مدارک را نگاه می‌کنن؟ بداخلاقن یا می‌گذرانن دو کلام حرف بزنی؟...» کیومرث دلش می‌خواهد مثل یک آدم خونسر در نظرش بماند، ولی دایره نتیجه کمیسیون نمی‌گذارد آرام سر جایش بنشینند و تمام هوش و حواسش به حرف‌های کسانی است که از اتاق کمیسیون بیرون آمده‌اند: «طوری حرف نمی‌زنند که مشخص شود نظرشان چی است، می‌گویند منتظر بمانید ۴۰ روز دیگر نتیجه به شما اعلام می‌شود... اگر ببینند کسی استرس دارد با حرف‌هایشان آرامش می‌کنند...»

یاشانس و یا اقبال

در اصلی بیمارستان مخصوص مراجعان بخش‌های بستری است و ورودی در مانگاه بیمارستان در کوچهای فرعی قرار دارد. مراجعان در مانگاه‌ها باید قبل از حضور و اینترنتی نوبت می‌گرفتند، ولی کسانی که برای شرکت در کمیسیون پزشکی معرفی شده‌اند، بدون مراجعه به پذیرش در مانگاه به طبقه چهارم می‌روند و در آنجا کمیسیون براساس برگه‌های معرفی شورای پزشکی نوبت مراجعان را تعیین می‌کند. در میان آنها تک‌توک سربازانی که موقع گذراندن دوره خدمت آسیب دیده‌اند، یونیفرم به تن دارند و موهایشان آراسته و کوتاه است، ولی جوانک‌هایی که هنوز فکر می‌کنند در بیماری‌ای که مدت‌ها عذابشان داده، باعث معافیتشان از خدمت سربازی شود، خرمن موهایشان را خوب آب و شانه کرده‌اند و با لباس استین کوتاه و شلوار جین به کمیسیون آمده‌اند.

تعدادی از آنها انگار یقین دارند که موافقت اعضای کمیسیون را جلب می‌کنند یا با اعزام به خدمت کنار آمده‌اند که بدون اضطراب منتظر رسیدن نوبتشان هستند ولی اغلب آنها بی‌قراری دارند



آگهی دعوت مجمع عمومی عادی نوبت اول

شرکت تعاونی مسکن کارکنان مخابرات کرج
به شماره ثبت ۶۷۸ و شناسه ملی ۱۰۱۰۰۰۸۸۹۹۶

بدینوسیله از کلیه اعضا محترم شرکت تعاونی دعوت می‌شود تا در مجمع عمومی عادی نوبت اول راس ساعت ۹ صبح روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۷/۲۵ در محل سالن کنفرانس مسجد رسول اکرم جهانشهر تشکیل می‌گردد حضور بهم رسانند. در صورتی که حضور عضوی در مجمع عمومی میسر نباشد می‌تواند حق حضور و اعمال رای را از سوی خود به نماینده تام الاختیار خود واگذار نماید. در این صورت هیچ‌کس از اعضا نمی‌تواند نمایندگی بیش از یک عضو و افراد غیر عضو نیز نمی‌توانند نمایندگی بیش از یک عضو را بپذیرند. وکالت دهنده و وکالت گیرنده حداکثر تا ۴۸ ساعت قبل از تشکیل مجمع بایستی در ساعت اداری به اداره حسابداری اداره کل مخابرات استان البرز مراجعه و فرم وکالت را تکمیل و تحویل دهند. همچنین برگه نمایندگی مزبور با امضا یک نفر از اعضا هیات مدیره معتبر خواهد بود.

کандیدهای هیات تصفیه بایستی حداکثر ۷ روز پس از انتشار آگهی همراه با مدارک شناسایی معتبر به اداره حسابداری اداره کل مخابرات استان البرز مراجعه نمایند.

مصوبات مجمع عمومی در صورت رسمیت یافتن و عدم مغایرت با ضوابط قانونی برای کلیه اعضا اعم از حاضر و غایب نافذ و معتبر خواهد بود.

این جلسه با حضور اکثریت اعضا به رسمیت می‌رسد.

دستور جلسه مجمع عمومی عادی نوبت اول:

۱. استماع گزارش هیات تصفیه
۲. طرح تصویب اخذ مجوز از مجمع جهت انعقاد قرارداد با وکیل و کارشناس رسمی دادگستری
۳. طرح و تصویب میزان پاداش اعضای هیات تصفیه
۴. انتخاب اعضای هیات تصفیه تعاونی مسکن
۵. طرح و تصویب تعیین مدت زمان هیات تصفیه برای ۲ سال

هیات تصفیه تعاونی مسکن کارکنان مخابرات کرج

شرکت مهندسی وساختهای صبا نفت

سرمایه گذار در صنعت ساختمان

مناقصه عمومی خرید پنل سمنت برد به همراه متعلقات مربوطه پروژه صباپایش (شماره مناقصه: ۴۴۷-م-۱۴۰۳)

شرکت مهندسی و ساختمانی صبا نفت در نظر دارد از طریق مناقصه عمومی نسبت به خرید پنل سمنت برد به همراه کلیه متعلقات مربوطه پروژه صباپایش واقع در تهران اقدام نماید.

- تاریخ شروع فروش اسناد مناقصه: **شنبه ۱۴۰۳/۰۷/۰۷**
- آخرین مهلت تسلیم پیشنهاد قیمت: **چهارشنبه ۱۴۰۳/۰۷/۱۵**
- تاریخ پایان فروش اسناد مناقصه: **یکشنبه ۱۴۰۳/۰۷/۱۵**
- آخرین مهلت تسلیم پیشنهاد قیمت: **چهارشنبه ۱۴۰۳/۰۷/۲۵** (ساعت ۱۲ ظهر)
- مبلغ فروش اسناد: **۲۰۰۰۰۰۰۰ ریال**
- مبلغ تضمین شرکت در مناقصه: **۱۳۵۰۰۰۰۰۰ ریال** بصورت ضمانتنامه بانکی یا واریز وجه نقد
- آدرس شرکت: میدان شیخ بهایی - خیابان ونک غربی - روبروی بوستان آفتاب - پلاک ۱۷۲
- آدرس چهارم - دبیرخانه کمیسیون معاملات
- هزینه آگهی به عهده برنده مناقصه می‌باشد.
- تلفن تماس: **۰۲۶۶۹۶۰۰۰۰ داخلی ۲۳۳ و ۲۳۲** (روزهای شنبه تا چهارشنبه از ساعت ۹ الی ۱۵)
- **مقتضیان محترم جهت اطلاع بیشتر به وبسایت شرکت به نشانی ذیل مراجعه نمایند.**

www.sabanft.com

فراخوان‌های مدیریت تأمین ایرانسل

مهر ۱۴۰۳ - ۰۱ - ۳۵۷

- **تأمین ۲۳۰۰ کیلومتر نوار خطر**
- **تأمین ۵۰۰ عدد ویرتین شبیشه‌ای**
- **تأمین ۵۰۰ عدد تابلوی برجمی**
- **تأمین پیشخوان، قفسه و صندوق**
- **ساخت ۲۰۰ عدد کانتر متحرک**
- **طراحی لباس فرم**

شرکت تولیدی خانه گستر

شماره ثبت: ۱۶۶۴۳۳ (سهامی خاص)

آگهی مناقصه عمومی

شرکت تولیدی خانه گستر

شرکت تولیدی خانه گستر در نظر دارد حمل خاکهای حاصل از خاکبرداری و تخلیه در گود مجاز شهرداری واقع در تهران، منطقه شاد آباد، خیابان ۱۷ شهرپور، روبروی بازار آهن، پلاک ۱۷ و ۱۹ را به پیمانکاران واجد شرایط (حقیقی یا حقوقی) واگذار نماید. مقتضیان می‌توانند جهت تهیه اسناد مناقصه از تاریخ شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۷/۰۷ لغایت پایان وقت اداری روز پنجشنبه ۱۴۰۳/۰۷/۱۲ به آدرس سایت www.tkgso.com و یا با مراجعه به محل دفتر مرکزی شرکت تولیدی خانه گستر به نشانی: تهران، بزرگراه علامه جعفری غرب، قبل از تقاطع آزادگان، بلوار جهاد شمالی، خیابان ۴۹، خیابان نصر ۵ پلاک ۴۰ با ارائه معرفی نامه نسبت به دریافت اسناد اقدام نمایند.

همچنین مقتضیان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۰۲۱-۹۱۰۰۶۲۶۲ داخلی ۲۰۰۸ و ۲۰۰۷ تماس حاصل نمایند.

هزینه چاپ آگهی به عهده برنده مناقصه می‌باشد.

شرکت تولیدی خانه گستر در رد یا قبول هر یک و یا تمامی پیشنهادهای با نظر کمیسیون معاملات، مختار خواهد بود.

ایرانسل MTN

آگهی فراخوان مناقصه عمومی

بند سه مراجعه گردد)

۲- محل تحویل اسناد: خیابان آزادی خیابان اسکندری شمالی خیابان طوسی پلاک ۱۰۱ طبقه سوم امور قراردادهای شماره تماس ۰۲۱۹۶۰۲۰۵۶۵

۴- ارائه اسناد تکمیل شده بصورت رسمی و در پاکت در بسته و مهر و امضا شده توسط صاحبان مجاز ، بر اساس تاریخ های درج شده در اسناد فراخوان.

۵- کلیه مکاتبات و مرادوات به آدرس تهران- خیابان حافظ شمالی- ساختمان شماره ۵۵۹ - سازمان مهندسی و عمران شهر تهران- دبیرخانه شماره فاکس ۰۲۱۸۸۹۲۳۱۲۲

۶- فرایند ارجاع کار فراخوان همزمان طی یک فراخوان می‌باشد ولیکن انتخاب برنده هر مناقصه و انعقاد قرارداد برای حمل و خرید مصالح بصورت جداگانه و منفک از هم انجام می‌گردد.

۷- مناقصه گزار در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادهای انتخابی کامل دارد.

۸- برنده مناقصه بر اساس شرایط مناقصه ، ضوابط و آئین نامه های داخلی مناقصه گزار تعیین می‌شود.

بدیهی است ابتدا اسناد و مدارک ارائه شده توسط شرکت‌ها بر اساس ضوابط و شرایط مناقصه مورد بررسی قرار گرفته و در صورت تأیید آن ، نسبت به بازگشایی پاکت پیشنهاد قیمت اقدام خواهد گردید. و ارائه سوابق و مدارک واصله هیچگونه حقی را برای مقتضیان ایجاد نمی‌نماید. هزینه چاپ آگهی به عهده برنده مربوطه می‌باشد.

سازمان مهندسی و عمران شهر تهران

آگهی تجدید فراخوان مناقصه عمومی

تهران به شناسه ملی ۱۴۰۰۵۶۱۰۷۹۵ به منظور خرید اسناد حداکثر ظرف مدت ۱۰ روز پس از تاریخ اولین درج فراخوان در روزنامه کثیرالانتشار (در صورت واریز وجه از طریق اینترنتی میبایست موضوع به تأیید امور مالی این سازمان واقع در آدرس خیابان حافظ شمالی رسیده و پس از آن جهت خرید اسناد به آدرس بند سه مراجعه گردد)

۲- محل تحویل اسناد: خیابان آزادی خیابان اسکندری شمالی خیابان طوسی پلاک ۱۰۱ طبقه سوم امور قراردادهای شماره تماس ۰۲۱۹۶۰۲۰۵۶۵

۴- ارائه اسناد تکمیل شده بصورت رسمی و در پاکت در بسته و مهر و امضا شده توسط صاحبان مجاز ، بر اساس تاریخ های درج شده در اسناد فراخوان.

۵- کلیه مکاتبات و مرادوات به آدرس تهران- خیابان حافظ شمالی- ساختمان شماره ۵۵۹ - سازمان مهندسی و عمران شهر تهران- دبیرخانه شماره فاکس ۰۲۱۸۸۹۲۳۱۲۲

۶- فرایند ارجاع کار فراخوان همزمان طی یک فراخوان می‌باشد ولیکن انتخاب برنده هر مناقصه و انعقاد قرارداد برای حمل و خرید مصالح بصورت جداگانه و منفک از هم انجام می‌گردد.

۷- مناقصه گزار در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادهای انتخابی کامل دارد.

۸- برنده مناقصه بر اساس شرایط مناقصه ، ضوابط و آئین نامه های داخلی مناقصه گزار تعیین می‌شود.

بدیهی است ابتدا اسناد و مدارک ارائه شده توسط شرکت‌ها بر اساس ضوابط و شرایط مناقصه مورد بررسی قرار گرفته و در صورت تأیید آن ، نسبت به بازگشایی پاکت پیشنهاد قیمت اقدام خواهد گردید. و ارائه سوابق و مدارک واصله هیچگونه حقی را برای مقتضیان ایجاد نمی‌نماید. هزینه چاپ آگهی به عهده برندگان مربوطه می‌باشد.

سازمان مهندسی و عمران شهر تهران

آشپزی



فوت و فن تهیه

کیک‌ها، ساندویچ‌ها

و تنقلات مورد علاقه دانش‌آموزان در خانه

بفرمایید میان وعده سالم

کلوچه کنجدی



زمان آماده‌سازی ۲۰ دقیقه

زمان پخت ۳۵ دقیقه

مواد لازم
تخم مرغ درشت: ۴ عدد
پودر شکر: یک پیمانه
آرد سفید: ۳ پیمانه
روغن مایع: سه چهارم پیمانه
ماست شیرین: ۳ قاشق غذاخوری
بیکنینگ پودر: یک قاشق غذاخوری
سرصاف: پودر هل: نصف قاشق غذاخوری
وانیل: یک چهارم قاشق چایخوری
نمک: یک پنس یا نوک قاشق چایخوری

روش تهیه
۱. ابتدا پودر شکر، وانیل و تخم مرغ را داخل یک ظرف ریخته و ۵ دقیقه با دور تند همزن برقی هم بزنید تا به حالت پفکی و کرم رنگ دربیاید.
۲. مقداری روغن مایع داخل مواد اضافه ریخته و خیلی آرام آن را هم بزنید تا مخلوط شوند.

۳. در ادامه کمی بیکنینگ پودر به ماست بیفزایید و آن را مخلوط کنید و منتظر بمانید تا پف کند و حباب روی آن تشکیل شود. وقتی این اتفاق افتاد، آن را به مخلوط تخم مرغ اضافه کنید و پودر هل را نیز داخل مواد بریزید و با دور کند همزن هم بزنید تا کاملاً یکدست و یکنواخت شوند.
۴. در این مرحله آرد را ۳ بار الک کنید تا نرم شود. سپس با کمی نمک داخل مواد بریزید و با دور کند همزن برقی هم بزنید تا مخلوط شده و غلظت مناسب پیدا کنند.
۵. در این مرحله خمیر کلوچه را داخل یک ظرف گذاشته و با سلفون بپوشانید و نیم ساعت درون فریزر بگذارید تا سفت تر شود.

۶. پس از گذشت زمان مناسب، مواد را از فریزر خارج کرده و کف دست خود را با روغن مایع چرب کنید. خمیر را به شکل گلوله‌های گرد در آورید و در کنجد بغلتانید و با فاصله‌های مشخص داخل سینی‌ای که از قبل کاغذ روغنی درون آن قرار داده‌اید، بگذارید.
۷. در نهایت کلوچه‌ها را برای ۲۰ دقیقه داخل فر با دمای ۱۷۰ درجه سانتی‌گراد بگذارید تا بپزند و طلایی رنگ شوند.



نکته
برای اینکه کلوچه‌ها جای کافی برای پف کردن و حجم گرفتن داشته باشند، باید با فاصله از یکدیگر قرار بگیرند تا شکل و فرم‌شان مناسب باشد.

میان وعده سالم

از آنجا که دانش‌آموزان ساعت‌های طولانی از روز را در مراکز آموزشی سپری می‌کنند، نیاز به خوراکی برای زنگ‌های تفریح دارند تا دچار ضعف نشوند و به یادگیری‌شان لطمه‌ای وارد نشود. از طرفی از میان وعده مدرسه به عنوان یکی از اجزای رژیم غذایی نام برده می‌شود که نقش مهمی در رشد کودکان دارد. برخی خانواده‌ها از کیک‌ها و بیسکویت و آب‌میوه‌های صنعتی برای تغذیه فرزندشان استفاده می‌کنند اما برخی دیگر میان وعده سالم را ترجیح می‌دهند. تهیه این میان وعده‌های سالم چندان سخت نیست و می‌توانید از کیک تا اسموتی و ساندویچ را در کیف فرزندان خود قرار دهید.

چطور برای زنگ تفریح دانش‌آموزان کیک و شیرینی تهیه کنیم؟ میان وعده شیرین

حرف از خوراکی و میان وعده برای دانش‌آموزان مدرسه که می‌شود، کیک و شیرینی‌ها جزو گزینه‌های جذاب و دوست‌داشتنی قرار می‌گیرند؛ به ویژه اگر در خانه تهیه شده باشند و والدین به سلامت و تازگی‌شان اطمینان داشته باشند. طعم دلپذیر انواع کلوچه، کاپ کیک، کوکی، دونات و... باعث می‌شود تا دانش‌آموزان انرژی بیشتری گرفته و لحظات شیرینی را کنار هم‌کلاسی‌های خود تجربه کنند. فاطمه باقری، مدرس آشپزی طرز تهیه چند نوع کیک و شیرینی مناسب میان وعده‌های مدرسه را آموزش داده که درست کردن‌شان خالی از لطف نیست.

سعیده مرادی

مواد لازم
کره: ۱۰۰ گرم
آرد: یک و نیم پیمانه
شکر: دو سوم پیمانه
تخم مرغ: ۲ عدد
وانیل: یک دوم قاشق غذاخوری
جوش شیرین: یک دوم قاشق غذاخوری
بیکنینگ پودر: یک چهارم قاشق چایخوری
نمک: یک دوم قاشق غذاخوری
شکلات تلخ: یک دوم پیمانه
شکلات چپسی: به مقدار کافی

زمان آماده‌سازی ۴۰ دقیقه

زمان پخت ۱۲ دقیقه



کوکی شکلاتی

روش تهیه
۱. کره را ۳۰ دقیقه قبل از یخچال خارج کنید تا با دمای محیط تنظیم شود و به حالت نرم درآید. سپس همراه شکر داخل ظرفی مناسب ریخته و با همزن برقی برای ۳ تا ۴ دقیقه هم بزنید.
۲. تخم مرغ‌ها را با وانیل داخل مخلوط کره و شکر ریخته و به هم زدن ادامه دهید تا یکدست شوند. سپس مخلوط آرد و بیکنینگ پودر را ۳ بار الک کنید و در ۳ مرحله به مخلوط تخم مرغ بیفزایید و هم بزنید. شکلات تلخ خرد شده را داخل خمیر کوکی بریزید. روی کاسه خمیر را با سلفون بپوشانید و آن را برای ۳۰ دقیقه در یخچال استراحت دهید. در ادامه خمیر را به شکل گرد در آورید و آن را به مدت ۱۰ تا ۱۲ دقیقه داخل فر با درجه ۱۸۰ درجه سانتی‌گراد قرار دهید تا کوکی‌ها کاملاً بپزند.

نکته
اگر کوکی هنگام پخت بیش از حد پهن شد، پیش از آنکه مایه به فر منتقل شود، حداقل ۱۵ دقیقه در یخچال فرست استراحت دهید.

کاپ کیک پرتقالی

زمان آماده‌سازی ۳۵ دقیقه

زمان پخت ۲۰ دقیقه



مواد لازم
تخم مرغ: ۳ عدد
شکر: ۷ قاشق غذاخوری
پوست پرتقال رنده شده: ۲ قاشق مرباخوری
وانیل: یک قاشق چایخوری
آب پرتقال: ۶ قاشق غذاخوری
روغن مایع: ۶ قاشق غذاخوری
بیکنینگ پودر: ۲ قاشق مرباخوری
آرد: ۱ قاشق غذاخوری

روش تهیه
۱. تخم مرغ‌ها را بشکینید و سپس با چنگال هم بزنید تا سفیده و زرده مخلوط شوند.
۲. شکر، وانیل و پوست پرتقال رنده شده و آب پرتقال و روغن را به تخم مرغ‌ها اضافه کنید و خوب هم بزنید تا مایه یکدست شکل بگیرد.
۳. آرد و بیکنینگ پودر الک شده را کم کم به مواد اضافه کنید و آنها را هم بزنید تا مخلوطی یکنواخت به دست آید.
۴. مخلوط آماده شده را در قالب کاپ کیک بریزید؛ به شکلی که هر قالب تا نیمه پر شود. قالب‌ها را در قابلمه حاوی آب جوش قرار دهید تا برای ۲۰ دقیقه روی حرارت بسیار کم بماند و محتویات آن بپزد.

نکته
در تهیه کاپ کیک با فر هم کافی است کیک‌ها را برای ۲۰ دقیقه در فر با دمای ۱۷۰ درجه سانتی‌گراد بپزید.

کیک یزدی

زمان آماده‌سازی ۴۵ دقیقه

زمان پخت ۲۰ دقیقه



مواد لازم
آرد سفید: ۳۰۰ گرم
تخم مرغ: ۳ عدد
شکر: ۲۰۰ گرم
ماست غلیظ: ۱۵۰ گرم
روغن مایع: ۱۷۵ گرم
عسل: یک قاشق غذاخوری
بیکنینگ پودر: یک قاشق غذاخوری
پودر هل: یک و نیم قاشق غذاخوری
گلاب: ۳ قاشق غذاخوری

روش تهیه
۱. تخم مرغ‌ها را بشکینید و در ظرف مناسبی با همزن برقی بزنید تا یکدست شوند. سپس شکر، روغن مایع و ماست را هم اضافه کنید و به هم زدن ادامه دهید.
۲. گلاب، هل و عسل را به ترتیب به مواد بیفزایید. سپس مخلوط آرد و بیکنینگ پودر را با هم الک کرده و در چند مرحله به مواد اضافه کنید و با همزن به آرامی هم بزنید.
۳. مایه کیک را داخل قالب بریزید. برای ۱۰ دقیقه در فر با دمای ۲۰۰ درجه سانتی‌گراد که از قبل گرم شده بگذارید تا کاملاً پف کند.
۴. وقتی کیک‌ها پف کرد، درجه فر را کم کنید و به دمای ۱۸۰ درجه برسانید. ۱۰ دقیقه دیگر اجازه دهید تا طلایی و پخته شوند.

نکته
اگر زمان آماده‌سازی مایه کیک و پخت آن زیاد باشد، اطراف کیک پف کرده و وسط آن پف نمی‌کند.

دونات سیب

زمان آماده‌سازی ۱۵ دقیقه

زمان پخت ۱۰ دقیقه



مواد لازم
سیب: ۳ تا ۴ عدد متوسط
آرد: ۲۵۰ گرم
بیکنینگ پودر: یک قاشق چایخوری
نمک: یک دوم قاشق چایخوری
تخم مرغ: یک عدد
باترمیلک: ۵۰ میلی‌لیتر
شیر: ۸۰ میلی‌لیتر
شکر: ۵۰ گرم
دارچین: یک قاشق چایخوری
جوز هندی: یک دوم قاشق چایخوری
روغن: به میزان لازم

روش تهیه
۱. ابتدا سیب‌ها را حلقه حلقه کنید.
۲. در کاسه‌ای آرد، شکر، بیکنینگ پودر، دارچین، جوز هندی و نمک را بریزید و با قاشق هم بزنید. سپس یک عدد تخم مرغ زده شده را به ترکیب اضافه کنید.
۳. با تر میلک را به مواد بیفزایید و هم بزنید تا خمیر بگیرد. سپس شیر را کم کم به خمیر اضافه کنید و هم بزنید تا خمیر نرم شود.
۴. در ماهیتابه گودی به اندازه کافی روغن بریزید و آن را روی حرارت متوسط قرار دهید. حلقه‌های سیب را تک تک داخل خمیر فرو کنید و بلافاصله در روغن بیندازید تا سرخ شود.

نکته
سیب‌هایی را که در این دونات استفاده می‌کنید، باتوجه به سلیقه‌تان می‌توانید پوست بگیرید یا با پوست در دونات استفاده کنید.

نان لقمه آلمانی



زمان آماده‌سازی ۱۰ دقیقه

زمان پخت ۲۰ دقیقه

مواد لازم

● آرد قنادی: ۲ لیوان دسته‌دار
● تخم‌مرغ: یک عدد ● روغن مایع: ۴ قاشق غذاخوری
● نمک: نصف قاشق چای‌خوری ● شکر: یک قاشق غذاخوری ● خمیر مایه: یک قاشق غذاخوری ● آب گرم: یک لیوان فرانسوی
● دسته‌دار: روغن سرخ‌کردنی: به میزان لازم
● دارچین، پودر قند، مغز پسته یا مغز گردو: برای تزیین

روش تهیه
۱. شکر و خمیر مایه را مخلوط کنید. سپس آب گرم با دمای تقریبی ۴۰ درجه سانتی‌گراد را به ترکیب اضافه و هم بزنید. سپس در ظرف را بسته و ۱۰ دقیقه استراحت دهید.

۲. در ادامه نمک، تخم‌مرغ و روغن مایه را به خمیر اضافه کنید و با همزن بزنید تا یکدست شود. سپس آرد الک‌شده را کم کم به مواد بیفزایید و هم بزنید.

۳. کاسه حاوی خمیر نان لقمه‌ای را در محل گرم قرار دهید و حدود یک ساعت منتظر بمانید تا خمیر کاملاً استراحت کند. در طول این مدت، حجم خمیر باید ۲ برابر شود.

۴. پس از استراحت نهایی خمیر، نوبت به طبخ نان لقمه‌ای آلمانی می‌رسد. برای این منظور، تابه را همراه با مقداری روغن مایع روی حرارت متوسط قرار دهید. پس از داغ شدن روغن، چانه‌های خمیر را در روغن بگذارید تا سرخ شود.

۵. پس از سرخ شدن نان‌ها، روغن اضافی را بگیرید سپس داخل آن را با مواد دلخواه پر کرده و در نهایت در مخلوط پودر قند و دارچین بپلانتانید.



نکته
هر قدر زمان استراحت خمیر نان بیشتر باشد، پف آن هم بیشتر خواهد شد.

چگونه نان را به شیوه نوین تهیه کنیم؟ تنور داغ نان خانگی

از قدیم، نان به عنوان یکی از مهم‌ترین خوراکی‌ها در میان انواع غذاها شناخته می‌شود. در اصل نان گزینه‌ای کامل و ایده‌آل برای تأمین انرژی است. برخی نان را با ترکیب چند ماده غذایی در کیف مدرسه دانش آموزان خود قرار می‌دهند؛ در حالی که می‌توان نان‌های خوشمزه و جذابی را در خانه تهیه کرد و به تنهایی جزو میان وعده مدرسه گذاشت.

مریم باقرپور

نان کروسان شکلاتی

زمان آماده‌سازی ۴۰ دقیقه
زمان پخت ۲۰ دقیقه

مواد لازم

● تخم‌مرغ: یک عدد ● شیر ولرم: دوسوم پیمانه ● آرد سفید قنادی: ۲ پیمانه ● پودر خمیر مایه: یک و یک دوم قاشق چای‌خوری ● شکر: یک چهارم پیمانه ● کره: ۲۰ گرم ● نمک: یک دوم قاشق چای‌خوری ● مواد لازم برای قسمت میانی کروسان: کره نرم: ۱۰۰ گرم ● شکلات چیپسی یا تخته‌ای: به میزان لازم ● زرده تخم‌مرغ: یک عدد



برای داخل کروسان می‌توان از کشمش یا گردو هم استفاده کرد.

روش تهیه
۱. خمیر مایه، آب ولرم و یک قاشق غذاخوری شکر را داخل کاسه‌ای بریزید، مخلوط کنید و ۵ تا ۱۰ دقیقه به آن فرصت دهید تا خمیر مایه به عمل آید، سپس باقیمانده شکر، نمک، شیر و ۵۰ گرم از کره را داخل قابلمه‌ای بریزید و روی حرارت ملایم قرار دهید تا کره ذوب شود سپس داخل یک کاسه بریزید و آرد را به آن اضافه کنید. کمی هم بزنید سپس خمیر مایه را هم اضافه کنید و هم بزنید تا خمیر نرمی به دست بیاید.

۲. خمیر را ۵ دقیقه ورز دهید. سپس به شکل توپ در آورید و داخل کاسه‌ای چرب شده بگذارید تا استراحت کند. ۱۰۰ گرم کره باقیمانده را روی کاغذ روغنی یا فویل به ضخامت یک سانتی‌متر پهن کنید و داخل فریزر قرار دهید تا سرد و سفت شود. روی میز خمیر را پهن کنید، آرد بپاشید و با وردنه پهن کنید. سپس کره سرد را در مرکز خمیر قرار دهید. لبه‌های خمیر را روی هم بیاورید و به هم بچسبانید تا کره مخفی شود. سپس خمیر را چند تا بزنید و روی هم بیاورید تا اندازه‌اش یک چهارم شود.

۳. خمیر را ۳۰ دقیقه در یخچال بگذارید، سپس بیرون بیاورید و صاف کنید و دوباره در یخچال بگذارید. پس از استراحت نهایی خمیر را نازک پهن کنید و به شکل مثلث برش زده، سپس مقداری شکلات چیپسی در وسط خمیر بریزید و رول کنید. خمیرهای آماده شده را داخل سینی فر یا فاصله قرار دهید و ۲ ساعت داخل فر خاموش بگذارید تا استراحت کند. زرده تخم‌مرغ را با کمی شیر یا آب رقیق کنید و روی خمیرها بریزید. سپس ۱۵ تا ۲۰ دقیقه داخل فر از قبل آماده‌شده با دمای ۲۰۰ درجه سانتی‌گراد قرار دهید تا پخته شود.

نان پروتچن عسلی

زمان آماده‌سازی ۴۰ دقیقه

زمان پخت ۶۰ دقیقه



مواد لازم

● آب گرم: ۲.۵ پیمانه ● روغن: یک چهارم پیمانه ● عسل: یک دوم پیمانه ● آرد سفید: ۳ و نیم پیمانه ● پودر کاکائو: ۲ قاشق سوپ‌خوری ● خمیر مایه: ۲ قاشق سوپ‌خوری ● آرد نان سنگک: ۳ تا ۳ پیمانه ● نمک: یک قاشق چای‌خوری ● بادام خردشده: ۳ قاشق سوپ‌خوری

روش تهیه
۱. آب گرم، روغن مایع و عسل را با همزن برقی بزنید. سپس آرد را اضافه کرده و به هم‌زدن ادامه دهید. پودر کاکائو، مایه خمیر و نمک را افزوده و همچنان هم بزنید تا مواد مخلوط شوند. سپس خمیر را ۱۰ دقیقه استراحت بدهید. آرد نان سنگک را بیفزایید و دوباره هم بزنید تا خمیر یکدست شود. سپس ۳۰ تا ۶۰ دقیقه به خمیر استراحت دهید.
۲. در ادامه خمیر را به ۲ قسمت تقسیم کنید و داخل قالب نان چرب شده قرار دهید. مقداری بادام خرد ریخته و دوباره به خمیر استراحت دهید.
۳. ۱۰ دقیقه قبل از پایان استراحت، فسر را با دمای ۱۸۰ درجه سانتی‌گراد روشن کنید تا گرم شود. نان‌ها را به مدت ۳۰ تا ۴۰ دقیقه داخل فر قرار دهید تا بپزد.

نکته
به زمان پخت و استراحت کاملاً توجه کنید تا نتیجه خوبی به دست آید. در صورت تمایل از کنجد و مغز تخمه برای روی نان استفاده کنید.

نان پنیر و سبزیجات

زمان آماده‌سازی ۶۰ دقیقه

زمان پخت ۲۰ دقیقه



مواد لازم

● آرد: ۵۰۰ گرم ● آب: ۲۵۰ گرم ● مخمر فوری: ۵ گرم ● شیر خشک: ۵۰ گرم ● روغن مایع: به میزان لازم ● نمک: نوک پنبس ● شکر: ۲۰ گرم ● شلوبد، ربان یا سبزیجات دلخواه: یک قاشق غذاخوری ● پنیر صبحانه: ۲۰۰ گرم ● گردوی خرد شده: ۱۰۰ گرم ● کنجد: به میزان لازم ● زرده تخم‌مرغ: یک عدد

روش تهیه
۱. مواد خشک مخمر فوری، شیر خشک، نمک، شکر و آرد را با هم مخلوط کنید. ۲۵۰ گرم آب همراه روغن بیفزایید و هم بزنید تا خمیر درست شود. خمیر را ۳۰ دقیقه ورز دهید. سپس ۴۵ دقیقه استراحت دهید. خمیر را پس از استراحت گرد کرده و روی سطح صاف آردپاشی شده باز کنید.
۲. پنیر صبحانه، شلوبد و گردو اضافه کنید. همه مواد آماده‌شده را روی خمیر بریزید. خمیر نان را با دست رول کرده و پیچید و ۳۰ دقیقه استراحت دهید. سپس زرده تخم‌مرغ را روی خمیرهای رول شده بمالید. خمیر را در سینی چرب‌شده قرار داده و ۱۵ دقیقه داخل فر ۲۰۰ درجه سانتی‌گراد بگذارید تا پخته شود.

نکته
به جای پنیر صبحانه می‌توان از پنیر خامه‌ای هم استفاده کرد.

نان زیتون ایتالیایی

زمان آماده‌سازی ۲۰ دقیقه

زمان پخت ۵۰ دقیقه



مواد لازم

● تخم‌مرغ: ۲ عدد ● زیتون سبزی یا سیاه: ۱۲۵ گرم ● شیر ولرم: یک پیمانه ● شکر: یک قاشق غذاخوری ● روغن زیتون: ۳۰ قاشق غذاخوری ● خمیر مایه: یک قاشق غذاخوری ● نمک: یک قاشق چای‌خوری ● نعنا یا پونه خشک: یک قاشق غذاخوری

روش تهیه
۱. داخل یک لیوان یا کاسه شیر ولرم، خمیر مایه و شکر را بریزید و کنار بگذارید تا خمیر مایه عمل بیاید.
۲. تخم‌مرغ را همراه نمک، روغن زیتون، نعنا یا پونه با چنگال دستی هم بزنید. سپس خمیر مایه عمل آمده را به مواد فوق اضافه کنید و به هم‌زدن ادامه دهید. در ادامه کم کم آرد را اضافه کنید. خمیر را ۱۰ دقیقه ورز دهید تا نرم شود. سپس به مدت یک ساعت در جای گرم قرار دهید تا حجم خمیر ۲ برابر شود.
۳. خمیر را پهن کنید و زیتون بدون هسته را روی آن بپاشید. سپس اجازه دهید برای نیم ساعت دیگر استراحت کند. فر را از قبل گرم کنید. سپس قالب نان را ۳۵ دقیقه در آن قرار دهید تا نان طلایی شود.

نکته
می‌توانید از سبزی‌های دلخواه مانند رزماری برای این نان استفاده کنید.

آبمیوه‌های صنعتی را با استفاده از این میوه‌ها از کیف فرزندانتان حذف کنید نوشیدنی‌های رنگارنگ برای مدرسه‌ای‌ها

✓ نیلوفر ذوالفقاری
اسموتی‌ها، نوشیدنی‌های خوش رنگ و خوش طعمی هستند که از ترکیب میوه‌ها، مغزهای خوراکی، لبنیات و بعضی مواد غذایی مفید درست می‌شوند. درست کردن آنها ساده و سریع است و می‌تواند جایگزین آبمیوه‌های صنعتی باشد. ترکیب اولیه نوشیدنی‌های خانگی می‌تواند بسته به ذائقه و سلیقه دانش آموزان تغییر کند و تنوع آنها آنقدر زیاد است که می‌تواند به پای ثابت نوشیدنی‌های دلچسب و مفید برای دانش آموزان تبدیل شود.

مواد لازم
• موز متوسط: یک عدد
• خرما: ۲ عدد
• گردوی خردشده: یک نیم قاشق غذاخوری
• شیر: یک لیوان
• یخ: نصف لیوان

زمان آماده‌سازی ۱۵ دقیقه

اسموتی موز و گردو

روش تهیه

۱. پوست موز را بگیرید و آن را به قطعات کوچک خرد کنید. بهتر است موز را از قبل در یخچال بگذارید تا خنک باشد.
۲. هسته خرما را جدا کنید. اگر از خرما خشک استفاده می‌کنید، آن را در آب گرم بگذارید تا نرم شود.
۳. موز، شیر، یخ و خرما را در مخلوط‌کن بریزید. دستگاه را چندبار روشن کنید تا مواد به خوبی با هم ترکیب شوند.
۴. اسموتی را در قمقمه‌ای که در آن به خوبی محکم می‌شود بریزید و در یخچال قرار دهید.

می‌توانید از یک قاشق عسل برای شیرین شدن طعم این اسموتی استفاده کنید.

اسموتی‌های خوشمزه با بادام زمینی



اسموتی کره بادام زمینی و پرتقال

زمان آماده‌سازی ۱۰ دقیقه

مواد لازم
• پرتقال: ۲ عدد
• موز: یک عدد
• آب: یک لیوان
• عصاره وانیل: نصف قاشق چای‌خوری
• کره بادام زمینی: ۲ قاشق غذاخوری

- روش تهیه**
۱. پرتقال‌های خرد شده، موز، آب، عصاره وانیل و کره بادام زمینی را داخل مخلوط‌کن بریزید.
 ۲. مواد را ۳۰ ثانیه یا بیشتر هم بزنید تا ترکیب یک‌دست و نرم به دست بیاید.
 ۳. اسموتی را در ظرف مناسب در یخچال قرار دهید تا قبل از نوشیدن خنک شود.

در صورت تمایل می‌توانید در این اسموتی به جای آب از شیر استفاده کنید.



اسموتی ماست و زنجبیل

زمان آماده‌سازی ۱۵ دقیقه



مواد لازم
• تکه‌های موز منجمدشده: نصف لیوان
• ماست ساده یونانی: یک لیوان
• کره بادام زمینی: ۲ قاشق غذاخوری
• زنجبیل رنده شده تازه: یک قاشق چای‌خوری
• دارچین: نصف قاشق چای‌خوری
• جوز هندی و هل: نوک قاشق چای‌خوری
• قطعه‌های یخ: یک فنجان

- روش تهیه**
۱. تکه‌های موز را در فریزر بگذارید تا یخ بزند. سپس از فریزر خارج و همراه ماست یونانی در مخلوط‌کن ترکیب کنید.
 ۲. کره بادام زمینی را به مخلوط اضافه کنید. اگر ترکیب سفت بود، می‌توانید یک قاشق آب به آن اضافه کنید تا مواد بهتر با هم ترکیب شوند.
 ۳. زنجبیل، دارچین، جوز هندی و هل را هم روی بقیه مواد بریزید و دوباره در مخلوط‌کن بریزید تا مواد ترکیب شوند.
 ۴. یخ‌های خردشده را به ترکیب داخل مخلوط‌کن اضافه کنید. مواد را آنقدر ترکیب کنید تا مایعی یکدست به دست بیاید.

اسموتی نارنگی و سیب

زمان آماده‌سازی ۱۰ دقیقه



مواد لازم
• نارنگی: ۲ عدد
• سیب: ۲ عدد
• شیر سرد: یک لیوان
• عسل: یک قاشق چای‌خوری
• دارچین: نصف قاشق چای‌خوری

- روش تهیه**
۱. تکه‌های میوه (سیب و نارنگی) را همراه شیر سرد در مخلوط‌کن بریزید و برای ۲ دقیقه دستگاه را روشن کنید.
 ۲. وقتی میوه‌ها و شیر خوب مخلوط شد، عسل و دارچین را اضافه کنید و چند دقیقه بعد مخلوط‌کن را روشن کنید تا طعم ترکیبات یکدست شود.
 ۳. اسموتی را در ظرفی در بسته درون یخچال بگذارید تا خنک شود. می‌توانید به آن یخ هم اضافه کنید.

اسموتی پرتقال و هویج

زمان آماده‌سازی ۱۰ دقیقه



مواد لازم
• هویج متوسط: ۲ عدد
• پرتقال: ۲ عدد
• زنجبیل خردشده: نصف قاشق چای‌خوری
• جو دوسر: ۲ قاشق غذاخوری (اختیاری)
• یخ: ۱۰۰ گرم

- روش تهیه**
۱. هویج‌ها و پرتقال‌ها را خوب بشویید و پوست آنها را بگیرید.
 ۲. هویج‌ها را در شست خرد کنید. می‌توانید با توجه به قدرت مخلوط‌کن هویج‌ها را رنده کنید.
 ۳. هویج‌های خردشده، پرتقال، زنجبیل، جو دوسر و یخ را در مخلوط‌کن بریزید.
 ۴. مواد را تا زمانی که نرم و یکدست شود، با یکدیگر مخلوط کنید. سپس در قمقمه کودک‌کان بریزید و در آن را ببندید.

اسموتی ژله و کره بادام زمینی

زمان آماده‌سازی ۳۰ دقیقه

مواد لازم
• کره بادام زمینی: ۲ قاشق غذاخوری
• ژله میوه‌ای یا ساده: ۲ قاشق غذاخوری
• موز یخ‌زده: یک عدد
• شیر: ۲ لیوان
• عسل: یک قاشق غذاخوری

- روش تهیه**
۱. پودر ژله را در یک لیوان آب جوش حل کنید، سپس یک لیوان آب سرد به آن اضافه کنید و ظرف را در یخچال بگذارید تا ژله ببندد.
 ۲. موز یخ‌زده را به همراه شیر، عسل و کره بادام زمینی در مخلوط‌کن بریزید.
 ۳. بعد از یک مرحله ترکیب مواد، ژله را هم اضافه و دوباره همه مواد را با هم مخلوط کنید تا یکدست شود.

در صورت تمایل می‌توانید در این اسموتی به جای آب از شیر استفاده کنید.

برای اینکه اسموتی طعم شیرین بگیرد، به جای شکر از عسل استفاده کنید.

بهتر است از نارنگی‌های کاملاً رسیده و نرم استفاده کنید تا اسموتی بافت و طعم بهتری پیدا کند.

اگر اسموتی خیلی غلیظ شد، کمی آب به آن اضافه کنید.

چوب شور خانگی



زمان آماده‌سازی ۲۰ دقیقه

مواد لازم
• شیر: یک لیوان • آرد: ۲ لیوان
• نمک: ۲ قاشق چایخوری
• بیکنگ پودر: یک قاشق چایخوری
• سرکه سفید: یک قاشق غذاخوری
• روغن: نصف لیوان
• سفیده تخم مرغ: ۲ عدد
• کنجد بوداده: نصف لیوان

روش تهیه
۱. شیر را در کاسه‌ای بریزید و روغن را به آن اضافه کنید؛ سپس نمک و بیکنگ پودر را همراه سرکه سفید به آن اضافه و همه مواد را با همزن دستی کاملاً مخلوط کنید.
۲. آرد را کم کم به این ترکیب اضافه و مواد را با قاشق مخلوط کنید، تا جایی که خمیر سفت شود.
۳. ورز دادن خمیر و اضافه کردن آرد را تا جایی ادامه دهید که خمیر دیگر به دستتان نچسبد. خمیر را روی تخته آردپاشی شده بگذارید.
۴. به اندازه یک گردو از خمیر با چاقو ببرید و در دستتان به صورت لوله‌های باریک در بیاورید.
۵. روی یک سینی مناسب کنجد بپاشید. چوب شورها را ابتدا در سفیده تخم مرغ و بعد در کنجد بغلتانید تا کاملاً با کنجد پوشانده شوند.
۶. چوب شورها را در تابه‌ای با حرارت ملایم سرخ کنید. مراقب باشید هر دو طرف چوب شورها به خوبی سرخ شود.



نکته
می‌توانید چوب شورها را بدون استفاده از روغن در فر بپزید. استفاده از ادویه‌ها و طعم دهنده‌های دلخواه هم می‌تواند چوب شورهای متنوعی برایتان بسازد.

خوراکی‌های سالم را جایگزین مواد غیرمفید کنید

تنقلات زنگ تفریح

بچه‌ها عاشق تنقلات و هله‌هوله‌ها با طعم‌های متنوع هستند و از چیپس و پفک گرفته تا انواع شکلات و لواشک را می‌توان در ساعت‌های تفریح و زنگ استراحت در دستانتان دید. از طرفی یکی از دغدغه‌های والدین دانش‌آموزان این است که چطور فرزندان خود را از این هله‌هوله‌ها دور و تنقلات سالم را جایگزین مواد غیرمفید کنند. روش تهیه چند مدل هله‌هوله سالم خانگی را آموزش داده‌ایم تا برای فرزندان خود را از این هله‌هوله‌ها دور و تنقلات سالم را جایگزین مواد غیرمفید آماده کنید.

چیپس موز

زمان آماده‌سازی ۳۰ دقیقه

مواد لازم
• موز ورقه شده: ۲ عدد
• شکر: ۲ قاشق غذاخوری
• روغن زیتون: به میزان لازم
• نمک و فلفل: به میزان لازم

روش تهیه
۱. موزها را پوست بکنید و به صورت نازک ورقه‌های موز را در شکر بغلتانید تا هر دو طرف آنها به خوبی با شکر پوشانده شود.
۲. سینی فر را با روغن زیتون چرب کنید، موزها را در سینی بچینید و روی آنها کمی نمک و فلفل بپاشید.
۳. سینی را ۲۰ دقیقه در فر بگذارید، بعد از ۱۰ دقیقه موزها را برگردانید تا هر دو طرف آنها چپیبسی شود.

نکته
مراقب باشید شکر خوب روی سطح موزها پخش شود و به صورت گلوله‌ای به موزها نچسبد.



چیپس سرکه‌ای خانگی

زمان آماده‌سازی ۱۵ دقیقه



مواد لازم
• سیب زمینی: ۴ عدد
• سرکه: ۴ قاشق غذاخوری
• بیکنگ پودر: یک قاشق غذاخوری
• نمک، روغن سرخ‌کردنی و یخ: به میزان لازم

روش تهیه
۱. سیب زمینی‌ها را پوست بکنید و خیلی نازک ورقه‌ای کنید سپس داخل ظرف آب و یخ بریزید تا ترد شوند.
۲. سرکه را به ظرف سیب زمینی‌ها اضافه کنید و بیکنگ پودر را در همین ترکیب حل کنید.
۳. سیب زمینی‌ها را در آبکش بریزید و بعد با پارچه تمیز خشک کنید.
۴. روغن را در قابلمه‌ای گود داغ کنید. سیب زمینی‌ها را در روغن شاور کنید تا طلایی شوند.

نکته
بعد از سرخ شدن باید چیپس‌ها را روی دستمال حوله‌ای پهن کنید تا سرد شوند و به هم نچسبند.

گرانولای مغزهای خوراکی

زمان آماده‌سازی ۶۰ دقیقه



مواد لازم
• سیبوس جودوسر: ۲ لیوان
• میوه خشک: یک لیوان
• کنجد: نصف لیوان
• مغز گردو، بادام و پسته: هر کدام یک قاشق غذاخوری
• خرما: ۵ عدد
• عسل: ۲ قاشق غذاخوری
• دارچین: یک قاشق چایخوری
• کره: ۵ گرم
• شیره انگور: یک لیوان

روش تهیه
۱. هسته‌های خرما را جدا و ریش ریش کنید. مغزهای خوراکی خرد شده را به آن اضافه و در مخلوط‌کن ترکیب کنید.
۲. سیبوس جودوسر و دارچین را به مواد خشک اضافه کنید. سپس عسل را همراه شیره انگور و کره روی حرارت بگذارید. این ترکیب را به مواد مخلوط شده اضافه کنید و آرام هم بزنید.
۳. مواد گرانولا را روی یک سینی که کف آن کاغذ روغنی انداخته‌اید پهن کنید.
۴. سینی را یک ساعت در یخچال یا ۲۰ دقیقه در فریزر قرار دهید. وقتی گرانولا سفت شد آن را برش بزنید.

نکته
گرانولای خانگی را می‌توانید تا ۲ ماه در یخچال نگهداری کنید.

پاپ کورن خانگی

زمان آماده‌سازی ۱۰ دقیقه



مواد لازم
• دانه ذرت: یک لیوان
• روغن آفتابگردان: ۵ قاشق غذاخوری
• نمک: یک قاشق چایخوری

روش تهیه
۱. روغن را در یک قابلمه استیل یا هر قابلمه نازک دیگری بریزید و تا داغ شدن روغن، آن را حرارت دهید.
۲. دانه‌های ذرت را با ادویه به روغن داغ شده درون قابلمه اضافه کنید.
۳. وقتی صدای ترکیدن نخستین ذرت را شنیدید، حرارت شعله را کمتر کنید و تا زمانی که تمام ذرت‌ها نترکیده‌اند، در قابلمه را برنارید.
۴. با تمام شدن صدای ترکیدن ذرت‌ها، شعله را خاموش و پاپ کورن را به ظرف مناسب منتقل کنید.

نکته
قراردادن دانه‌های ذرت در جای مرطوب باعث می‌شود ذرت‌ها حتی در روغن داغ هم به خوبی باز نشوند یا بسوزند.

با حداقل مواد غذایی، برای فرزندان خود ساندویچ تهیه کنید

لقمه‌های غنی و دوست داشتنی

دانش آموزی که ساعت‌های طولانی پشت نیمکت مدرسه می‌نشیند تا دروس مختلف را یاد بگیرد، زنگ‌های تفریح، احتیاج به دریافت انرژی دارد. کارشناسان تغذیه معتقدند یک میان وعده سالم و مغذی، کمک می‌کند تا حافظه کوتاه مدت، میزان توانایی یادگیری و حتی پیشرفت تحصیلی دانش آموز افزایش پیدا کند. اگر نگران سلامت فرزندان هستید و می‌خواهید یک میان وعده سالم نوش جان کنند، پیشنهاد ما ساندویچ است؛ آن هم ساندویچ‌هایی که در خانه و با کمترین وسایل می‌توانید تهیه کنید. در اینجا چند مدل از این ساندویچ‌ها را آموزش داده‌ایم.

✓ مهدیه تقوی‌راد

مواد لازم

- ماکارونی: ۱۵۰ گرم
- گوشت چرخ‌کرده: ۱۰۰ گرم
- پیاز متوسط: یک عدد
- نان باگت: ۲ عدد
- فلفل دلمه‌ای خرد شده: ۲ قاشق
- نان یا سیب زمینی: به میزان لازم (برای ته دیگ)
- رب گوجه‌فرنگی: یک قاشق غذاخوری
- نمک، فلفل، زردچوبه، کاری و پودر آویشن: به میزان لازم

زمان آماده‌سازی ۲۰ دقیقه

زمان پخت ۴۵ دقیقه

ساندویچ ماکارونی



روش تهیه

۱. پیاز را خرد کرده و تفت دهید. سپس گوشت چرخ‌کرده را در پیازها سرخ کنید. تمامی چاشنی‌ها به جز آویشن را اضافه کنید تا با هم مخلوط شود.
۲. بعد از سرخ شدن گوشت چرخ‌کرده، فلفل دلمه‌ای و در ادامه آن رب گوجه و آویشن را اضافه کرده و هم بزنید.
۳. درون قابلمه‌ای آب بریزید و بگذارید جوش بیاید. سپس درون آن کمی روغن و نمک بریزید. ماکارونی‌ها را به آن اضافه کنید و پس از ۶ تا ۷ دقیقه آنها را آبکش کنید.
۴. ته قابلمه را چرب کنید و با نان یا سیب زمینی بپوشانید. سپس لایه لایه ماکارونی و مواد را درون قابلمه بریزید و اجازه دهید مخلوط ۳۰ تا ۴۰ دقیقه دم بکشد.
۵. نان‌های باگت را برش داده و از مخلوط ماکارونی درون آنها بریزید.

برای خوش طعم کردن ساندویچ می‌توانید گوجه، کاهو یا خیارشور به آن اضافه کنید.



ساندویچ پوره سیب زمینی



زمان آماده‌سازی ۲۰ دقیقه

پخت ۴۵ دقیقه

مواد لازم

- جعفری: ۵۰ گرم
- سیب زمینی: ۵ عدد متوسط
- کره:
- شیر: یک لیوان
- نمک و فلفل سیاه: به میزان لازم

روش تهیه

- ۱- سیب زمینی را بعد از شستن با آب و نمک، آبپز کنید.
- ۲- جعفری را پاک کرده و ساطوری خرد کرده و در ظرف بریزید.
- ۳- بعد از اینکه سیب زمینی‌ها پخت، آنها را داخل آب سرد بریزید تا خنک شود. بعد از خنک شدن سیب زمینی‌ها، آنها را کمی له کنید.
- ۴- کره‌ای را که به دمای محیط رسیده است به سیب زمینی اضافه کرده و هم بزنید.
- ۵- شیر، نمک و فلفل سیاه را روی مواد ریخته و کاملاً مخلوط کنید.
- ۶- بعد از اینکه مواد به خوبی مخلوط شد، جعفری ساطوری شده را به مواد فوق اضافه کرده و مجدداً هم بزنید.
- ۷- در نان باگت مقدار دلخواه از پوره سیب زمینی بریزید.

روش تهیه

- می‌توانید روغن یا خامه صبحانه را جایگزین شیر کنید، در این صورت طعم ساندویچ پوره سیب زمینی کمی تغییر می‌کند.
- برای خوشمزه‌تر شدن این ساندویچ، مقداری نعناع خشک یا تازه را هم می‌توانید به مواد ساندویچ اضافه کنید.
- در صورت تمایل برای خوش‌طعم‌تر شدن این ساندویچ می‌توانید شیر را به همراه برگ روزماری، آویشن یا مریم‌گلی گرم کرده و به پوره سیب زمینی اضافه کنید.

ساندویچ کتلت

زمان آماده‌سازی ۲۰ دقیقه

زمان پخت ۴۵ دقیقه



مواد لازم

- گوشت چرخ‌کرده: ۲۰۰ گرم
- پیاز: یک عدد
- سیب زمینی: یک عدد کوچک
- تخم مرغ: یک عدد
- نان بربری: به مقدار کافی
- سیبوس نان: به مقدار کافی
- زیتون پرورده: به میزان کافی
- نمک، فلفل سیاه و فلفل قرمز: به میزان کافی
- زردچوبه، پودر آویشن و پودر تخم گشنیز: به میزان کافی
- گوجه فرنگی، خیارشور، پیاز و جعفری: برای سرو

روش تهیه

۱. سیب زمینی را پخته، سپس رنده کنید. نان بربری را هم در کاسه‌ای آب قرار دهید تا کاملاً خیس بخورد. سپس آن را فشار دهید تا آب اضافی‌اش خارج شود.
۲. پیاز رنده و آب گرفته شده را با گوشت چرخ‌کرده، سیب زمینی رنده شده و تخم مرغ مخلوط کنید.
۳. مقداری نمک، فلفل سیاه، فلفل قرمز، زردچوبه، پودر آویشن و تخم گشنیز را به ترکیبات طرف اضافه کنید و خوب ورز دهید تا یکدست شود. سپس در یخچال قرار دهید. پس از یک ساعت استراحت مایه کتلت، در سیبوس نان آن را کامل بغلطانید، سپس دوطرف کتلت‌ها را سرخ کنید. کتلت‌ها را همراه گوجه فرنگی، خیار شور و مخلوط پیاز، جعفری و زیتون پرورده داخل نان ساندویچی بگذارید.

برای اینکه روغن اضافی کتلت گرفته شود، بعد از بیرون آوردن از روغن، آنها را روی دستمال روغن‌گیر بگذارید.

ساندویچ مرغ

زمان آماده‌سازی ۱۵ دقیقه

زمان پخت ۶۰ دقیقه



مواد لازم

- سینه مرغ: یک عدد
- پیاز: یک عدد
- قارچ: ۸ عدد
- رب گوجه فرنگی: یک قاشق
- میراخوری: سبزه ۲ حبه
- جعفری: یک دسته کوچک
- پیازچه: ۲ ساقه
- خیارشور: ۴ عدد
- سس مایونز: یک قاشق غذاخوری
- سس کچاپ: یک قاشق غذاخوری
- نمک، فلفل سیاه، آویشن، پاپریکا و زردچوبه: به میزان لازم
- روغن

روش تهیه

۱. سینه مرغ را سرخ کرده و همراه ۲ لیوان آب، یک حبه سیر و مقداری نمک و زردچوبه داخل قابلمه مناسب بریزید و بگذارید بپزد. پس از آن خلالی خرد کنید.
۲. پیاز را خلالی و تفت دهید. قارچ‌ها را خرد کرده و به تابه اضافه کنید و با حرارت بالا سرخ کنید.
۳. پس از سرخ شدن قارچ‌ها، نمک و ادویه‌ها را به تابه اضافه کرده و تفت دهید. مرغ را به مواد تابه اضافه کرده و کمی تفت دهید تا سرخ شود.
۴. مواد درون تابه را یک سمت جمع کرده و رب گوجه فرنگی را در سمت دیگر تابه تفت دهید. در نهایت سیر رنده شده را هم تفت دهید و هم بزنید تا یک دست شود.
۵. در ادامه سس را با ترکیب جعفری، پیازچه، خیارشور، سس مایونز و کچاپ تهیه کنید. سپس مقداری از مخلوط مرغ را درون نان باگت بریزید و با سس مزه‌دار کنید.

در صورت تمایل می‌توانید از مقداری گوجه فرنگی و پیاز ورقه شده نیز استفاده کنید.

ساندویچ کباب تابه‌ای

زمان آماده‌سازی ۱۵ دقیقه

زمان پخت ۴۰ دقیقه



مواد لازم

- گوشت چرخ‌کرده: ۳۰۰ گرم
- پیاز: یک عدد
- گوجه فرنگی: یک عدد
- قارچ: ۲۰۰ گرم
- نان باگت: ۲ عدد
- فلفل دلمه‌ای کوچک: یک عدد
- سیر متوسط: یک حبه
- پنیر ورقه‌ای: ۲ ورق
- نمک، فلفل سیاه، پودر آویشن و پودر سبزه: به میزان لازم

روش تهیه

۱. پیاز رنده شده و گوشت چرخ‌کرده را با هم مخلوط کنید. سپس نمک و فلفل را به مواد بیفزایید و اجازه دهید این ترکیب چند دقیقه بماند تا مزه‌دار شود.
۲. تابه را روی حرارت گذاشته و بدون اضافه کردن روغن، مقداری از گوشت کف آن پهن کنید. کمی بعد به آن روغن اضافه کنید. قارچ‌ها را خرد کرده و درون ظرف دیگر ریخته و سرخ کنید. سپس فلفل دلمه‌ای خرد شده را به مخلوط اضافه کنید.
۳. گوجه و سیر خرد شده را به قارچ و فلفل دلمه اضافه کرده و مابقی چاشنی‌ها را روی آنها بریزید و بگذارید تا کباب‌ها سرخ شود. وقتی کباب تابه‌ای‌ها سرخ شد، از تابه خارج کرده و روی دستمال روغن‌گیر قرار دهید تا روغن آن گرفته شود. نان‌ها را برش داده و درون آنها را با کباب تابه، مخلوط قارچ، گوجه و پنیر گودا پر کنید.

می‌توانید قبل از پز کردن نان‌های باگت، داخل نان کمی سس گوجه فرنگی بریزید.

خواص پوره سیب زمینی

- پوره سیب زمینی سرشار از چربی‌های اشباع نشده است که برای حفظ سطوح کلسترول، جلوگیری از بروز چند بیماری حرکتی و به حفظ پوست کمک می‌کند.
- عامل مهم دیگری که پوره سیب زمینی را غنی می‌کند، محتوای پروتئین و کربوهیدرات آن است. پوره سیب زمینی سرشار از ویتامین C، ویتامین B و پتاسیم است که هر یک از آنها برای بدن انسان عالی عمل می‌کنند.
- ساندویچ پوره سیب زمینی می‌تواند میان وعده مناسبی برای دانش‌آموزان باشد؛ چون با توجه به ذائقه فرزندان می‌توان مواد آن را کم و زیاد کرد و از چاشنی‌های مختلف بهره‌مند شد.

اسنک بادمجان



زمان آماده سازی ۲۰ دقیقه

زمان پخت ۱۰ دقیقه

مواد لازم
• بادمجان: ۲ عدد
• نان تست: ۴ عدد
• پنیر پیتزا: به میزان لازم
• پنیر سفید: ۱۰۰ گرم
• کره: مقداری
• نمک و فلفل: به میزان لازم

روش تهیه
۱. بادمجان‌ها را شسته و به صورت حلقه‌ای برش بزنید. سپس کمی نمک روی بادمجان‌ها بریزید و یک ربع صبر کنید تا آبش کشیده شود.
۲. در تابه کمی روغن یا کره بریزید و بادمجان‌ها را تفت دهید.
۳. پنیر سفید، پنیر پیتزا، نمک و فلفل را به بادمجان‌ها اضافه کنید.
۴. مقداری از مواد مخلوط شده را روی نان تست بریزید و یک نان تست دیگر روی مواد بگذارید و داخل ساندویچ‌ساز قرار دهید.

نکته
در صورت تمایل می‌توانید از جعفری خرد شده برای بهتر شدن طعم غذا استفاده کنید.

اسنک کدو



زمان آماده سازی ۱۰ دقیقه

زمان پخت ۱۵ دقیقه

مواد لازم
• تخم مرغ: ۲ عدد
• کدو: ۴ عدد
• آرد سوخاری: یک پیمانه
• آرد سفید: نصف پیمانه
• سس مایونز: یک سوم پیمانه
• آبلیمو: یک قاشق چای خوری
• نمک و فلفل: به میزان لازم

روش تهیه
۱. کدوها را حلقه‌ای خرد کنید و سپس در آرد سفید و تخم مرغ بغلتانید. در ادامه کدوها را داخل آرد سوخاری بغلتانید و در روغنی که از قبل داغ شده است سرخ کنید.
۲. سس مایونز، نمک، فلفل و آبلیمو را داخل ظرف هم‌بزنید.
۳. اسنک‌های کدو را داخل ظرف مناسب سرو کنید و همراه با سس آماده شده میل کنید.

نکته
این نوع اسنک برای دانش آموزانی که به غذاهای سوخاری علاقه مند هستند مناسب است.

اسنک پیتزایی وقارچ و سیب زمینی خانگی را امتحان کنید

جایگزینی برای نان و پنیر

دیگر گذشت آن روزها که بچه‌ها لقمه نان و پنیر ساده به مدرسه می‌بردند؛ اکنون با توجه به تنوع غذایی و سلیقه بچه‌های امروزی اغلب خانواده‌ها لقمه‌های متنوع غذایی برای میان وعده دانش آموزان در مدرسه تهیه می‌کنند. یکی از این میان وعده‌های مورد علاقه بچه‌های امروزی اسنک است. اگر فرزند دانش آموز دارید می‌توانید انواع اسنک با مواد غذایی مفید تهیه کنید تا فرزندتان یک میان وعده سالم و مغذی برای زنگ تفریحش به همراه داشته باشد.

پریسانوری

مواد لازم
• نان تست: ۸ عدد
• گوشت چرخ کرده: ۴۰۰ گرم
• قارچ: ۲۰۰ گرم
• فلفل دلمه‌ای: یک عدد
• پیاز: یک عدد
• رب گوجه فرنگی: یک قاشق غذاخوری
• سس کچاپ: به میزان لازم برای تزیین
• فلفل سیاه، پودر آویشن و نمک: به میزان لازم
• پنیر پیتزا: به میزان لازم



اسنک زمان آماده سازی ۱۵ دقیقه
پیتزا زمان پخت ۱۰ دقیقه

روش تهیه
۱. پیاز را نگینی خرد کنید و درون تابه‌ای تفت دهید. سپس گوشت چرخ کرده را به آن اضافه کنید.
۲. بعد از تغییر رنگ گوشت، فلفل سیاه، پودر آویشن و نمک را اضافه کنید.
۳. در ادامه فلفل دلمه‌ای و قارچ را اضافه کنید و رب گوجه فرنگی را هم تفت دهید و به مواد اضافه کنید و به خوبی مخلوط کنید.
۴. در مرحله بعد، مقداری از مواد را روی نان تست بریزید. کمی پنیر پیتزا را هم روی مواد بگذارید.
۵. در نهایت یک نان تست دیگر روی مواد قرار دهید و داخل ساندویچ‌ساز بگذارید.

نکته
برای تهیه این اسنک از فرآورده‌های گوشتی و مرغی مانند زامبون، سوییس و کالباس هم می‌توان استفاده کرد.

قارچ و سیب زمینی

زمان آماده سازی ۱۰ دقیقه

زمان پخت ۲۰ دقیقه



مواد لازم
• سیب زمینی: یک عدد
• قارچ: ۷ عدد
• نان تست: ۴ عدد
• پنیر پیتزا: به میزان لازم
• کره یا روغن: به میزان لازم
• نمک، فلفل سیاه و آویشن: به میزان لازم

روش تهیه
۱. سیب زمینی‌ها را شسته، پوست گرفته و نگینی خرد کنید.
۲. سیب زمینی خرد شده را با کره یا روغن تفت دهید تا طلایی شود.
۳. قارچ‌ها را به صورت ورقه‌ای برش دهید و به سیب زمینی اضافه کنید و کمی تفت دهید تا نرم شود.
۴. نمک، فلفل سیاه و آویشن را به مخلوط اضافه کنید و خوب هم‌بزنید.
۵. مواد را همراه پنیر پیتزا وسط دو نان تست بریزید و آن را داخل ساندویچ‌ساز قرار دهید.

نکته
در صورت داشتن اضافه وزن، می‌توانید این اسنک را بدون پنیر پیتزا هم تهیه کنید.

اسنک ذرت

زمان آماده سازی ۲۰ دقیقه

زمان پخت ۱۰ دقیقه



مواد لازم
• قارچ متوسط: ۴ عدد
• ذرت پخته شده: ۲ قاشق غذاخوری
• فلفل دلمه‌ای: یک عدد
• گوجه فرنگی: ۲ عدد
• پنیر پیتزا رنده شده: یک فنجان
• کره، نمک و فلفل سیاه: به میزان لازم

روش تهیه
۱. ابتدا قارچ را خرد کرده و در تابه کمی کره تفت دهید.
۲. تابه را از روی حرارت بردارید تا به دمای اتاق برسد.
۳. فلفل دلمه‌ای و گوجه فرنگی را ریز خرد کرده و به قارچ اضافه کنید.
۴. ذرت، نمک، فلفل سیاه و پنیر پیتزا را روی مواد بریزید و خوب هم‌بزنید تا ترکیب شود.
۵. ترکیب به دست آمده را روی نان تست بریزید و در ساندویچ‌ساز قرار دهید.

نکته
می‌توانید به جای ذرت پخته شده از کنسرو آماده ذرت استفاده کنید.

اسنک مرغ و تخم مرغ

زمان آماده سازی ۱۵ دقیقه

زمان پخت ۱۰ دقیقه



مواد لازم
• سینه مرغ پخته شده: ۴ عدد
• زرده تخم مرغ آب‌پز: ۲ عدد
• فلفل دلمه‌ای: یک عدد
• نان تست: ۱۲ عدد
• پنیر پیتزا: ۶ عدد ورقه‌ای

روش تهیه
۱. سینه مرغ ریش ریش شده را همراه با زرده تخم مرغ، روی نان تست بچینید.
۲. فلفل دلمه‌ای خرد شده را روی آن بریزید.
۳. یک عدد پنیر ورقه‌ای به مواد اضافه کنید.
۴. با قرار دادن یک نان تست روی ترکیب، آن را داخل ساندویچ‌ساز قرار دهید.
۵. اسنک آماده شده را می‌توانید با استفاده از سس قرمز تزیین کنید.

نکته
می‌توانید برای عطر و طعم بهتر کمی سبزیجات خرد شده مثل جعفری و گشنیز به این غذا اضافه کنید.

صاحب امتیاز: مؤسسه همشهری
مدیر مسئول: محسن مهدیان
سردبیر: دانیال معمار
واحد فنی:
مدیر فنی: حامد یزدانی، مدیر هنری: مهدی سلامی
گرافیک و صفحه‌آرایی: حمید یزدانی، سعید غفوری، امید روشنگر
ویرایش عکس: کامیاب نویدی
صفحه‌خوانی: سمانه مومن، هاله جوانفر، اعظم آجوربندیان

معاون ضمايم: پروانه بهرام‌نژاد
دبیر ویژه‌نامه: مریم باقرپور

صندوق پستی: ۱۹۳۹۵۵۴۴۶
تلفن: ۲۳۰۰۰۰۰۰
نمابر: ۲۳۰۰۰۰۰۰
پدیرش آگهی: ۸۴۳۲۱۰۰۰
چاپ: همشهری
توزیع و اشتراک:
موسسه نشر گستر امروز نوین

دوچرخه، بچه‌ها، خانواده، پایداری، اقتصاد،
تندرستی، خردنامه، داستان، دانستنیها، ماه،
سرزمین‌من، معماری، ۲۴، شهرنگار، سرخ و محله

نشانی: تهران، خیابان ولیعصر ۴، نرسیده به پارکوی،
کوچه شهید قربانی، شماره ۱۴، روزنامه همشهری

برای ساعت‌های طولانی حضور در مدرسه سالاد آماده کنیم ساده، انرژی‌زا و سیرکننده

بلکه به دلیل داشتن ترکیبی از انواع سبزی و مواد پروتئینی یا حبوبات، غذایی بسیار مقوی، کامل و در عین حال، سبک هستند که می‌توانند بدون ایجاد حس خواب‌آلودگی و سنگینی، دانش‌آموزان را چند ساعت سیر و سر حال نگه دارند. با چند نوع سالاد مقوی که می‌توانند غذا یا میان‌وعده‌ای جذاب برای زنگ تفریح بچه‌ها باشند، آشنا شوید.

وقتی فرزندانتان نه غذای گرم می‌خواهند و نه هله‌هوله‌های شور و شیرین، هیچ چیزی نمی‌تواند به اندازه یک سالاد خوش آب و رنگ و مقوی آنها را سر حال بیاورد. اغلب سالادها به عنوان پیش‌غذا یا میان‌وعده شناخته می‌شوند، اما بعضی از انواع سالادها نه تنها می‌توانند وعده غذایی محسوب شوند،

فرخنده رفائی

زمان آماده‌سازی ۱۰ دقیقه
زمان پخت ۱۵ دقیقه

سالاد تخم‌مرغ و سیب‌زمینی

مواد لازم
تخم‌مرغ: ۲ عدد • سیب‌زمینی: یک عدد
درشت یا ۲ عدد متوسط • قارچ: ۵ عدد
شویب: نصف فنجان • پیازچه: ۲ ساقه
آب‌لیمو: ۲ قاشق غذاخوری • سس مایونز: یک قاشق
غذاخوری • نمک و فلفل سیاه: به میزان لازم

روش تهیه
۱. تخم‌مرغ‌ها را آب‌پز کنید، بعد از خنک شدن پوست بگیرید و حلقه حلقه کنید.
۲. سیب‌زمینی‌ها را پوست بگیرید، مکعبی برش دهید و آب‌پز کنید.
۳. قارچ‌ها را قاچ کنید و در کمی کره تفت دهید. پیازچه را در اندازه‌های ۲ سانتی‌متری برش بزنید.
۴. مवाद را به آرامی در ظرفی با هم مخلوط و سپس شویب خردشده را به آن اضافه کنید. در نهایت مواد را با آب‌لیمو، سس مایونز و نمک و فلفل مزه‌دار کنید.

نکته
پیازچه را می‌توان از مواد حذف کرد تا در ظرف غذایی دانش‌آموز بوی ناخوشایند ایجاد نشود.



زمان آماده‌سازی ۲ ساعت
زمان پخت ۳۰ دقیقه

سالاد ماکارونی

مواد لازم
ماکارونی فرمی: یک فنجان • گوجه‌فرنگی: یک عدد (یا ۶ عدد گوجه‌گیلاسی) • خیار: یک عدد • پیاز بنفش حلقه شده: یک سوم فنجان • پنیر سفید: یک دوم فنجان • زامبون: یک سوم فنجان • ذرت پخته: یک فنجان • جعفری ساطوری: یک چهارم فنجان • نمک، فلفل سیاه، آب‌لیمو (یا سس مایونز): به میزان لازم

روش تهیه
۱- ماکارونی فرمی را ۷ دقیقه بپزید. سپس انواع سبزی، پنیر و زامبون را جداگانه خرد کنید.
۲. همه مواد خردشده را در ظرفی جداگانه مخلوط کنید. سپس ذرت پخته را به دیگر مواد اضافه کنید.
۳. ماکارونی پخته را بعد از سرد شدن به مواد دیگر اضافه کنید. همه مواد را به آرامی با هم مخلوط کنید و مواظب باشید که گوجه‌فرنگی‌ها له نشود.
۴- ترکیب حاصل را با آب‌لیموی تازه، نمک و فلفل سیاه مطابق ذائقه مزه‌دار کنید.

نکته
در صورت تمایل می‌توانید از برش‌های کوچک نان تست در این سالاد استفاده کنید.



زمان آماده‌سازی ۵ دقیقه
زمان پخت ۱۰ دقیقه

سالاد میوه و اسفناج

مواد لازم
اسفناج مینیاتور: ۲ فنجان خردشده • سیب سبز یا قرمز: نصف فنجان • گردو: نصف فنجان • پنیر: نصف فنجان • عسل: یک قاشق غذاخوری • دارچین: نصف قاشق چای‌خوری • آب‌لیمو: یک قاشق غذاخوری

روش تهیه
۱- اسفناج‌های مینیاتور را خوب بشویید و اجازه دهید خشک شود.
۲- سیب رادر قطعات نازک برش دهید و به اسفناج اضافه کنید. مغز گردوها را به مواد بیفزایید.
۳- عسل را به کمک مایکروفر یا حرارت غیرمستقیم کمی گرم و دارچین را به آن اضافه کنید.
۴- تمامی مواد به همراه مخلوط عسل و دارچین ترکیب کنید. در نهایت آب‌لیمو را به عنوان سس به سالاد بیفزایید.

نکته
می‌توان به جای مغز گردو، از مغز بادام استفاده کرد.



زمان آماده‌سازی ۱۰ دقیقه
زمان پخت ۳ ساعت

سالاد حبوبات

مواد لازم
حبوبات: یک لیوان • خیار: یک عدد • جعفری و ریحان: چند ساقه • مغز کاهو: یک عدد • آب‌لیمو: ۳ قاشق غذاخوری • نمک و فلفل: به میزان لازم

روش تهیه
۱. حبوبات را از ۲۴ ساعت قبل در آب خیس کنید.
۲. خیار را به دلخواه برش دهید. سپس مغز کاهو را خرد کنید.
۳. حبوبات را در ظرفی با دیگر مواد مخلوط کنید. در ادامه به آن جعفری و ریحان بیفزایید.
۴. مواد را با کمی آب‌لیمو و نمک و فلفل مزه‌دار کنید.

نکته
وجود حبوبات باعث سیر شدن دانش‌آموز در ساعت‌های طولانی می‌شود.

