



رهبر انقلاب: کودکان را با بمب آنتی کشتند، غرب خم به ابرو نیاورد

# رسوایی بزرگ غرب

رهبر انقلاب: اگر جهاد شهید سنوار و شهید نصرالله نبود سر نوشت منطقه به شکل دیگری رقم می خورد

صفحه ۲

## تهران صاحب خانه می شود

بازآفرینی ساختمان بلدیه در مراحل پایانی خود قرار دارد



۹۲ درصد

میزان پیشرفت این پروژه است.



۴۹۰۰ مترمربع

مساحت زمین این پروژه است.

صفحه ۱۳

## سناریوهای بنزینی

همشهری گزینه های پیش روی دولت چهاردهم را بررسی کرد

صفحه ۴

در باره افتتاحیه موفق  
فیلم تازه سروش صحت

# صبحانه ۱۲ میلیاردی زرافه ها

عکس: همشهری / احمد خورشیدی

۱۷

# همیشه برای

## هدیه ویژه برای کودکان غزه و لبنان

# دستکش های ننه عصمت

مادری که روزگاری برای رزمندگان دفاع مقدس دستکش می بافت، حالا برای جبهه مقاومت دستکش می بافت



با اسکن این بارکد صحبت های شیرین ننه عصمت را ببینید.

### یادداشت

مهدی فغانلی: کارشناس مسائل سیاسی



## پرونده اصلی: غنی سازی جرأت!

بیش از ۲۰ سال است که نظام سلطه برای اعمال فشار بیشتر به جمهوری اسلامی ایران، پرونده های تحت عنوان هسته ای را ساخته و پرداخته تا به بهانه آن تحریم ها و فشارهایی را تحمیل کند و هزار گاهی آن را داغ می کند

تا این شرایط ادامه یابد.

البته پیش از پرونده هسته ای و در کنار این پرونده، موضوعات دیگری مثل حقوق بشر را هم بهانه کرده و می کند تا حلقه فشار را تنگ و تنگ تر کند.

نگاه عمیق تر به رفتار آمریکا و هم پیمانانش به وضوح این حقیقت را آشکار می سازد که هیچ کدام از این موارد ریشه در واقعیت ندارد و صرفاً بهانه جویی است!

مگر می شود کسی دغدغه هسته ای شدن دیگران را داشته باشد و از فعالیت های هسته ای و حتی ساخت بمب اتم توسط رژیم صهیونیستی چشم پوشی کند؟ مگر می شود کسی دغدغه دگرگونی داشته باشد و با کشورهایی که بویی از مردم سالاری در آنها به مشام نمی رسد هم پیمان باشد؟ مگر می شود کسی داعیه حقوق بشر داشته باشد و با رژیم کودک کش صهیونیستی نزد عشق بیازد؟ و دهها مگر دیگر.

پس ریشه این خصومت ها را کجا باید جست و جو کرد؟

پاسخ های مختلفی به این پرسش می شود داده یکی از آنها «استقلال» است.

آری، استقلال جمهوری اسلامی ایران که در صدر شعار محوری آن یعنی «استقلال، آزادی، جمهوری اسلامی» نمایان است، یکی از ریشه های اساسی این دشمنی است.

نظام سلطه، دیگران را سلطه پذیر می خواهد و استقلال جمهوری اسلامی مانع این سلطه پذیری است و این یعنی به هم زدن نظم مورد علاقه سلطه گران!

این استقلال طلبی نیازمند صیانت همه جانبه است و «جرأت» یا «شجاعت» لازمه این صیانت است.

با ترس و واهمه از نظام سلطه، استقلال طلبی شعاری بیش نیست؛ چرا که نظام سلطه پیوسته از ابزارهای گوناگونی برای ارعاب و تهدید و اگر لازم شد اعمال تهدید استفاده می کند و کشورهای بزدل و سست اراده نمی توانند در این راه استقامت لازم را داشته باشند و سرانجام تسلیم دشمن می شوند.

مشکل نظام سلطه با نظام جمهوری اسلامی ایران به اینجا ختم نمی شود؛ چرا که استقامت شجاعانه این نظام برای حفظ استقلال خود، او را به جایگاه «دولت مقاومت» ارتقا داده و این دولت به تدریج جرأت و شجاعت را به دیگران نیز تزریق کرده و امروز شاهد شکل گیری جبهه مقاومت از من تا لبنان و حتی نقاط دیگر جهان هستیم.

به عبارت دیگر، اتهام و پرونده اصلی جمهوری اسلامی ایران نه غنی سازی اورانیوم بلکه غنی سازی جرأت و شجاعت و صدور آن به نقاط دیگر عالم است و این دوران جدیدی را رقم زده است. حال اگر این دولت مقاومت به هر دلیلی با پس بکشد و از استقلال خود با شجاعت پاسداری نکند، نه تنها بزرگترین دستاورد خود طی بیش از ۴ دهه گذشته را تابه می کند، بلکه ضرزهای مهلک به این مسیر و رویکرد دارد می سازد؛ اینجاست که باید مراقب باشیم دشمن دچار خطای محاسباتی نشود!

دشمن بی پاسخ گذاشتن تجاوز رژیم صهیونیستی به خاک ایران عزیز را حمل بر خردمندی و خویش پنداری نخواهد کرد و از آن، ترس یا ناتوانی برای پاسخگویی برداشتی می کند و این برداشت بدون تدبیر او و حامیانانش را دچار یک خطای محاسباتی می کند؛ این خطای محاسباتی موجب گستاخی دشمن و ادامه تجاوز و سنگین تر کردن فشار به جبهه مقاومت و خود ایران خواهد شد.

پاسخ ایران ذیل راهبرد بازدارندگی فعال باید حساب شده، دقیق، متکرانه و در زمان و مکان مناسب باشد و همچنان در این پاسخ، نه تعلل باید کرد و نه شتابزده عمل کرد.

پاسخ هوشمندانه و مقتدرانه ایران با هدف پیشگیری از خطای محاسباتی رژیم صهیونیستی، غنی سازی جرأت را از تقایم بخشد و قدرت بازدارندگی ایران عزیز را دوچندان می کند.

## کمک ۳ میلیارد و ۹۳۰ میلیون تومانی مردم کرمان

مردم استان کرمان ۳ میلیارد و ۹۳۰ میلیون تومان به پویش «لبنان تنها نیست» کمک کرده اند. ۳۰ میلیون تومان از این مبلغ در قالب طلا و زیورآلات بوده و یک میلیارد و ۴۰۰ میلیون تومان در قالب وجه نقد به مردم غزه و لبنان کمک شده است. همچنین یک میلیارد و ۵۰۰ میلیون تومان در قالب پویش نذرینو از سوی مردم کرمان به مظلومان لبنان کمک شد.

۳,۹۳۰,۰۰۰,۰۰۰

## کمک ۲ میلیاردی مردم کردستان

کمک های مردمی برای حمایت از مردم غزه و لبنان در سطح استان به بیش از ۲ میلیارد و ۱۵۰ میلیون تومان رسید.

۲,۱۵۰,۰۰۰,۰۰۰

## کمک ۵ میلیاردی موکب داران اصفهان

مکب داران اصفهانی با حمایت از مردم مظلوم فلسطین و لبنان، بار دیگر ایستادگی خود را ثابت کردند و در این مسیر علاوه بر کمک های غیرنقدی، تاکنون حدود ۵ میلیارد تومان نذورات نقدی برای کمک به جبهه مقاومت توسط موکب به حساب ها واریز شده است.

۵,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰

## یک ایران پشت جبهه مقاومت

مردم ایران در شهرهای مختلف به جبهه مقاومت لبنان و غزه کمک کرده اند و این پویش همچنان ادامه دارد. علاوه بر بخشش طلا، زمین، ارز و پول رایج ایران، چیزهای دیگری مثل دوچرخه، موبایل و حتی هزینه یک روز کارگری در ساختمان، بین این کمک ها دیده می شود.

## کمک ۳ میلیاردی در شهرستان شیروان

مردم شهرستان شیروان در خراسان شمالی بیش از ۳ میلیارد تومان به مردم غزه و جنوب لبنان کمک کردند. در میان کمک ها یک موبایل گران قیمت، ۶۰ کیلو عسل و ۳ دستگاه دوچرخه که توسط جوانان اهدا شده بود، از همه جالب تر بود.

۳,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰

## کمک ۴ میلیاردی مردم زنجان

نیوکاران و خیراندیشان استان زنجان ۴ میلیارد ریال به لبنان، غزه و یمن کمک نقدی و غیرنقدی کردند. ایستگاه های ثابت و سیار هلال احمر جهت جمع آوری کمک های نقدی و غیرنقدی برای لبنان، یمن و غزه در خانه های هلال، مصلی ها، هیئت های مذهبی، مساجد، پایگاه های امداد و نجات، مراکز آموزشی و دانشگاهی، درمانی و اداری و همچنین میادین پرتردد شهرهای استان برپا شده بود که مردم ۴۰ میلیارد ریال کمک کردند.

۴,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰

### ضمیمه امروز



«دانستنیها» منتشر شد

**آگهی فراخوان مشارکت در ساخت**  
گروه عمران و ساختمان همشهری  
امروز رجوع به صفحه ۳۰

**آگهی مزایده عمومی**  
شرکت صنعتی و بازرگانی صنم در نظر دارد تجهیزات نو و مازاد واحد انحلال کارخانه نمک (تپلور مجدد) خود را به شرح ذیل و از طریق مزایده عمومی بفروش برساند:  
۸ عدد مخزن فلزی و ۲ عدد فیلتر شنی  
۱ عدد لاملا و ۱ عدد آنچکتور  
۵ عدد الکترو موتور یا گیربکس  
مهلت بازدید در روزهای اداری از تاریخ ۱۴۰۳/۰۸/۱۲ لغایت ۱۴۰۳/۰۸/۲۲ می باشد.  
زمان تحویل اسناد تا پایان وقت اداری روز چهارشنبه ۱۴۰۳/۰۸/۲۳ می باشد.  
جهت دریافت اسناد مزایده و اطلاعات تجهیزات و محل بازدید با شماره های زیر تماس حاصل فرمایید.  
۰۲۱۴۳۹۷۶۱۳۱ - ۰۹۱۹۲۰۶۲۱۹۹



6 260641 200359 >



6 260641 200014 >

خبرسازان

تقویت روابط ایران و الجزایر



مسعود پز شکیان، رئیس جمهور در پیامی، فرارسیدن سالگرد آغاز مبارزات الجزایر را به عبدالمجید تبسون، رئیس جمهور و مسردم این کشور تبریک گفت و آمادگی جمهوری اسلامی ایران را برای تقویت و گسترش روابط دو کشور در همه زمینه‌ها اعلام کرد. لایرنا

هشدار به صهیونیست‌ها



سردار حسین سلامی، فرمانده کل سپاه پاسداران اظهار کرد: صهیونیست‌ها فکر می‌کنند با تاپ چند موشک می‌توانند تاریخ را عوض کنند؛ عملیات «وعده صادق ۲» را فراموش نکرده‌اید؛ تجاوز کردید، اما بدانید پاسخ غیر قابل تصویری به شما می‌دهیم. اسپهاندیوز

آخرین وضعیت ۲ ناوشکن ارتش



امیر شهرام ایرانی، فرمانده نیروی دریایی ارتش گفت: ناوشکن‌های سهند و زاگرس آماده‌اند به آب انداخته شوند و منتظر ابلاغ ستادی هستیم. ناوشکن سهند آماده است پس از شرکت در رزمایشی بزرگ، به مأموریت تامین امنیت آب‌های شمال اقیانوس هند، اعزام شود. صداوسیما

دولت

دغدغه‌های مشترک مراجع و دولت

مراجع عظام تقلید در دیدار با رئیس‌جمهور بر ضرورت اولویت‌بخشی به رفع مشکلات مردم تأکید کردند. رئیس‌جمهور پس از سفر شش‌روزه به مشهد مقدس در دومین سفر داخلی خود، روز پنجشنبه به شهر قم رفت؛ سفری یک روزه که با دستور کارهای مختلفی از جمله زیارت بارگاه مطهر حضرت فاطمه معصومه (س) و دیدار و گفت‌وگو با مراجع عظام تقلید همراه بود. دیدار و گفت‌وگو با سیدمحمد شهرستانی، نماینده آیت‌الله سیدعلی سیستانی و سیدمحمد سعیدی، تویلت آستان مقدس حضرت فاطمه معصومه (س) از دیگر برنامه‌های مسعود پز شکیان در این سفر بود. در دیدارهای جداگانه پز شکیان با مراجع عظام تقلید نکات مختلفی مطرح شد که مهم‌ترین محورهای آن را در ادامه می‌خوانید.

آیت‌الله جوادی آملی

- دادن پاسخ قاطع در صورت تحمل هر گونه جنگی بر کشور لزوم مبارزه با فساد
- ضرورت اختلاف‌زدایی در کشور

آیت‌الله مکارم شیرازی

- انجام اقدامات جدی و سریع‌تر برای رفع مشکل مردم در زمینه مسکن
- تأکید بر اهمیت اجرای سریع پروژه فرودگاه قم
- اولویت دادن به مدیران محلی در انتصاب‌های دولتی
- تسریع در تکمیل پروژه‌های نیمه‌تمام

آیت‌الله سبحانی

- تحقق شعار فائق، مسئله اساسی
- مذمت سکوت کم‌سابقه امروز مسلمانان در برابر جنایات رژیم صهیونیستی
- ضرورت حل مشکلات کشور با تعقل و تدبیر
- ضرورت نظارت دقیق‌تر بر مسائل مرتبط با دانشگاه
- توجه دولت به تکمیل پروژه‌های نیمه‌تمام قم، به‌ویژه طرح مونوریل

آیت‌الله نوری همدانی

- قدردانی از مواضع و سخنان پز شکیان در عرصه‌های داخلی و بین‌المللی
- تجلیل از انس و توجه رئیس‌جمهور به قرآن و نهج‌البلاغه

آیت‌الله شبیری زنجانی

- آرزوی موفقیت برای رئیس‌جمهور و دولت چهاردهم

پز شکیان به مراجع تقلید چه گفت؟

رئیس‌جمهور در دیدارهای جداگانه با مراجع عظام تقلید در قم به موضوع‌های متنوعی اشاره کرد که مهم‌ترین محورهای آن را در ادامه می‌خوانید: بی‌توجهی به رهنمودهای (امه‌ع)، دلیل برخی نارضایتی‌ها لزوم تقویت وحدت و کنار گذاشتن اختلاف‌ها در مواجهه با جنایات رژیم صهیونیستی به کار گرفتن همه توان دولت برای رفع مشکلات کشور بر نامه‌ریزی برای رفع ناترازی‌ها، به‌ویژه در حوزه انرژی طی سال آینده رویکرد محوری دولت، جلب رضایتمندی مردم تعیین راهبرد اساسی کسب رضایت مردم با رفع مشکلات و تامین مطالبات آنان



کمک ویژه به جریان مقاومت

یکی از اهالی نیکوکار شهر شریف‌آباد، از توابع استان قزوین باغ ۵ میلیارد ریالی خود را برای کمک به مردم مظلوم و جنگ‌زده فلسطین و لبنان اهدا کرد. علاوه بر اهدای این باغ ۴۰۰ متری، دیگر اهالی شریف‌آباد نیز به این پویش پیوستند و کمک‌های نقدی و غیرنقدی خود را به مراکز جمع‌آوری اهدا کردند. فارس



روابط تهران - مسکو در آستانه تحول مهم

توافقنامه راهبردی جامع ایران و روسیه مناسبات دوجانبه دو کشور را در حوزه‌های متنوع وارد مرحله تازه‌ای خواهد کرد. سرگئی لاوروف، وزیر امور خارجه روسیه در این زمینه تأکید کرد که توافقنامه به‌روزرشده راهبردی جامع ایران و روسیه با توجه به مسائل دفاعی، به‌زودی آماده امضا خواهد شد. ایستنا



رهبر انقلاب: کودکان را با بمب آنتنی کشتند، غرب خم به ابرو نیاورد

رسوایی بزرگ غرب

رهبر انقلاب: اگر جهاد شهید سنوار و شهید نصرالله نبود سر نوشت منطقه به شکل دیگری رقم می‌خورد

رهبر معظم انقلاب در دیدار دست‌اندر کاران برگزاری کنگره ۱۵ هزار شهید استان فارس که در نخستین روزهای آبان ماه برگزار و متن کامل آن

همزمان با برگزاری دومین دوره این کنگره منتشر شد، با اشاره به تحولات جاسازی در منطقه و جنایات رژیم صهیونیستی در لبنان و غزه جبهه مقاومت را پیروز نهایی صفا آرای در برابر

دانشستند. ایشان همچنین با اشاره به ضرورت ارائه روایت‌های درست، به‌ویژه از تاریخ انقلاب اسلامی تأکید کردند: جوان‌های ما امروز احتیاج دارند به شناخت گذشته پرافتخار کشور.



قضایای تاریخ‌ساز

- امروز در گبرودار یک مسئله اساسی و مهم در منطقه هستیم.
- مسائل مربوط به غرب آسیا، لبنان، غزه و کرانه باختری قضایای تاریخ‌ساز است.
- هر کدام از این حوادث می‌تواند منشأ یک جریان و یک حرکت تاریخی به یک سمتی شود.
- اگر امثال شهید سنوار و شهید سیدحسین نصرالله پیدا نمی‌شدند که تا لحظه آخر بجنگند، سر نوشت منطقه یک‌چور بود و حالا که پیدا شدند، یک‌چور دیگر است.

شکست بزرگ غربی‌ها

- در این چیزی که تا امروز واقع شده رژیم صهیونیستی و فرهنگ و تمدن غرب شکست بزرگی خوردند.
- رژیم صهیونیستی شکست خورد، چون فکر می‌کرد می‌تواند به‌آسانی گروه‌های مبارز را نابود کند.
- امروز می‌بیند که با وجود شهادت پنجاه و چند هزار انسان بی‌دفاع و غیرنظامی و چند نفر از سران برجسته مقاومت، در جبهه مقاومت آب از آب تکان نخورده است.
- جبهه مقاومت با همان قدرت و عزم در حال مبارزه است، این بزرگ‌ترین شکست است.
- این همه خرج و تلاش کردند، اما گروه‌های مقاومت همچنان هستند. این بزرگ‌ترین شکست است.

رسوایی غرب

- غربی‌ها نشان دادند در این چندین سال یا چند قرن که دم از حقوق بشر می‌زنند، یک‌سره دروغ گفتند.
- ۱۰ هزار کودک را اسرائیل با بمب آنتنی، با انواع و اقسام سلاح از بین برد، غربی‌ها خم به ابرو نیاوردند.
- سیاستمداران غربی رسوا شدند. این شکست بزرگی است.
- دیگر کسی از «تمدن غرب» حرف نزنند! تمدن غرب این است.
- این تمدن غرب است که برایش اهمیت ندارد بول‌راز مردم خود بگیرد و بفرستد برای این جنایت.
- این بزرگ‌ترین شکستی است که برای غرب پیش آمد.



پیروزی جبهه مقاومت

- پشت‌رژیم صهیونیستی را یک جبهه‌شیراز بر کرده است.
- جبهه مقاومت در مقابل آن جبهه شراکت است.
- به توفیق الهی، پیروزی مال جبهه مقاومت است.

یک امتیاز تمدنی ایران

- یکی از امتیازهای تمدنی کشور عزیز ما تملیق دین، حماسه و هنر است.
- خود قرآن تملیقی است از دین و آیین الهی، حماسه‌های بزرگ و هنر، خود قرآن یک اثر هنری است.
- علاوه بر اینکه در قرآن کریم به محبت و عشق و مانند اینها هم اشاره شده کنار گذاشتن تصویر شده است.
- شاید شیراز و فارس بهترین نقطه‌ای از کشور ما است که این ۳ عنصر تملیق شده در آن به‌وضوح مشاهده می‌شود.
- از دوران جناب احمد بن موسی تا دوران‌های بعد، این ۳ عنصر با همدیگر همراهند.

شیراز: الگوی تملیق دین و هنر

- معروف‌ترین و محبوب‌ترین شاعر کشور، یعنی حافظ شیرازی حافظ قرآن است.
- حافظ شعرش، هنرش، معرفتش، عرفانش، رندی‌اش و همه‌چیزش را از قرآن دارد.
- تملیق از این زیباتر که دین و هنر اینگونه با هم تملیق بشوند؟
- از جناب احمد بن موسی تا عباس دوران و معصومه کرباسی و ۱۵ هزار شهید الگوهای حماسه‌اند.

شناسنامه شیراز و فارس

- نخستین جنگ مسلحانه با استعمار اروپایی را امامقلی‌خان، حاکم فارس انجام داد.
- نخستین جنگ نرم را در تاریخ ایران میرزای شیرازی در ماجرای تحریم تنباکو انجام داده است.
- قوی‌ترین مقاومت عراقی‌ها در مقابل تسلط دولت انگلیس بر عراق را امیرزاده محمدتقی شیرازی فرماندهی کرد.
- نخستین سکه حکومت اسلامی را مرحوم سیدعبدالحسین لاری در شیراز و در جهرم و لار ضرب کرد.
- شهید دستغیب واقعا هم مظهر معنویت و روحانیت بود، هم مظهر اخلاق بود و هم مظهر جهاد بود.
- در همه میدان‌ها شهدایی از این سرزمین، از این منطقه خودشان را نشان دادند. اینها شناسنامه شیراز و فارس است.

آنچه مهم است

- غلط کردند آن کسانی که خیال کردند می‌توانند با چیزی مثل جشن سفیف هنر شیراز، شیراز را از حرم اهل بیت بودن و مرکز دین و ایمان بودن برگردانند به یک نقطه فسادگاه.
- باید نشان دهید برای یک ملت متمدن آنچه مهم است این است که دین‌دار باشد و حماسه‌ساز باشد و هنرمند باشد.
- هنر در خدمت دین، دین همراه با حماسه، حماسه در جهت پیشرفت ملت، اینها است که مهم است.
- امروز هم هستند کسانی که می‌خواهند هنر را از معنویت و حماسه جدا کنند.



توصیه‌هایی به دست‌اندرکاران کنگره شهدا

- تأثیر کنگره شهدا را رصد کنید.
- ببینید برگزاری کنگره شهدا روی افکار عمومی و رفتار جوانان چه تأثیری گذاشته است.
- این رصد کردن‌ها به‌معنای جاسوسی و مخ‌گیری و مانند این حرف‌ها تلقی نشود.
- باید نگاه درست و تشخیص درست حاکم باشد.
- میل به خدمت از آثار این کنگره است.
- اگر دیدید پیشرفتی حاصل نشده، برگردید به کار خودتان و ببینید مشکل کجاست.
- نگاه کنید ببینید عامل پیشرفت چیست، آن را تقویت کنید.

نیاز امروز جوانان

- ما در روایت‌ها ضعیفیم.
- آیا جوان‌های ما ابعاد قضیه تصرف لانه جاسوسی یا شروع جنگ ۸ ساله را می‌دانند؟
- اینها باید روایت شود، روایت درست باید بشود.
- خوشبختانه کارهای خوبی دارد انجام می‌شود.

دولت آلمان، در یک اقدام غیراصولی، واکنش به حق طبیعی و قانونی ایران مبنی بر مجازات جمشید شاره‌مد که عامل ترور و شهادت تنی چند از هموطنانمان در سال ۸۷ در شیراز بود، تصمیم گرفت ۳ کنسولگری ایران را تعطیل کند. سیدعباس عراقچی، وزیر امور خارجه ایران هم در واکنش به اقدام آلمانی‌ها گفت: تعطیلی کنسولگری‌های ایران در آلمان تحریمی علیه ایرانیان مقیم آن کشور است.

مطهر نصیری @Mobtala-n  
بیش از یک ساله که جک بودن حقوق بشر و روابط بین‌الملل برای همه عیان شده. آلمان که به اعدام تروریست ایرانی-آلمانی اعتراض می‌کنه و کنسولگری می‌بنده، وقتی به دکتر فلسطینی-آلمانی با خانواده‌ش توحمله هوایی اسرائیل ترور می‌شن لال می‌شه.

محمدی @mohammadi-zm  
وزیر خارجه آلمان در سازمان ملل پیشنهاد داد مصونیت زنان و کودکان فلسطینی را بردارد، چون کشتن غیرنظامیان توسط اسرائیل ضروری است. حالا هم با وقاحت تمام به خاطر یک تروریست، کنسولگری‌های ایران رو تعطیل کردند. بله رهبر انقلاب فرمودند: «تمدن غرب در ماجرای غزه رسوا شد، دیگر کسی از تمدن غرب حرف نزنند.»



سیدامیرحسین هاشمی @hashemy-ir  
آلمان در اعتراض به اعدام تروریست، جمشید شاره‌مد تمامی کنسولگری‌های ایران رو تعطیل کرده، اما در قبال شهادت بیش از ۴۳ هزار بی‌گناه که بیش از ۱۰ هزار کودک بینشون هست، نهنده کنسولگری اسرائیل رو تعطیل نکرده، بلکه کمک‌های نظامی رو هم افزایش داده!

سیدعلی @seyedaboofazel  
اینجا از اول همین بودند و ماهیتشون روتازه دارن میان بالا و علنی می‌کنن. دنیا امروز دنیای تعارف نیست؛ دنیای مشت‌های آهنین است و وعده‌های که خداوند داده و البته وعده خداوند وعده صادق است.

سیدمحمد حسینی @hosseini-social  
دولت آلمان با سابقه حمایت از صدام در جنگ با ارسال سلاح شیمیایی و شریک جرم اسرائیل بودن در نسل‌کشی مردم غزه، حالا در حمایت آشکار از تروریسم و در واکنش به مجازات شاره‌مد، سرکرده گروهک تروریستی تند، اعلام کرده کنسولگری‌های ج.ا.ا. در فرانکفورت، هامبورگ و مونیخ را می‌بندد!

حسینی @SMHT1358  
آلمان در اعتراض به اعدام سرکرده گروهک تروریستی تند، جمشید شاره‌مد سفیر خود را فراخواند و تمام کنسولگری‌های ایران در آلمان را تعطیل کرد. از غربی‌های متکبر که هنوز در رویای استعمار ملت‌ها هستند، بیزارم و از غربگرها بیزارتر.

سیدیا سیدی @YasserSaiedi  
خب ۳ کنسولگری ایران هم تو آلمان بسته خواهد شد! دولت آلمان فکر می‌کنه به ایران فشار میاره؛ درحالی‌که به شهروندای ایرانی-آلمانی‌ش که اینجا دارن زندگی می‌کنن فشار میاره، با این کار! در همین حد تها!



گشتی در اقتصاد ایران

هیچ مانعی برای عرضه خودرو در بورس کالا وجود ندارد... عبدالناصر همتی، وزیر امور اقتصادی و دارایی گفت: مانعی برای عرضه خودرو در بورس کالا وجود ندارد، اما این اقدام نیازمند هماهنگی بین وزارت صمت، شورای رقابت و بورس است...

علی سعیدی، مدیر عامل مرکز مبادله ارز و طلای ایران در رابطه با علت عرضه بدون پلمب سکه طلا گفت: امروز پلمب سکه قابلیت جعل دارد و مسا به دنبال یک تکنولوژی پلمب غیر قابل جعل هستیم...

غلامرضا نوروزی، وزیر جهاد کشاورزی گفت: در پی تأخیر در پرداخت مطالبات گندمکاران، با پیگیری‌های صورت گرفته در دولت تمام مطالبات گندمکاران تا هفته گذشته پرداخت شد و مطالبات روز شده است...

مصطفی رحبی مشهدی، مدیر عامل توانیر گفت: مشترکان بر مصرفی که بیش از ۲.۵ برابر الگو برق مصرف می کنند، در صورتی که امکان کاهش مصرف ندارند، باید نسبت به نصب مولدهای خورشیدی اقدام کنند...

فرزانه صادق، وزیر راه و شهرسازی از رایزنی با بانک مرکزی برای حل مشکل تخصیص تسهیلات بخش مسکن خبر داد و گفت: آشکالی از بهمن سال گذشته سوخت هواپیما پرداخت می کند تا پلنت ارزان به دست مردم برسد...

۲۰ درصد

محمدرضا فریزن، رئیس کل بانک مرکزی با اشاره به کنترل تورم و کاهش ۲۰ درصدی آن در یک سال و نیم گذشته، گفت: تشدید بی ثباتی در دوره‌ای، موجب شده بود تا تورم مصرف کننده به ۵۵ درصد هم برسد اما با اجرای برنامه‌های بانک مرکزی، تورم در یک سال و نیم گذشته ۲۰ درصد کاهش یافت.



حسین صمصامی، عضو کمیسیون اقتصادی درباره بودجه سال آینده گفت: کاهش ۳ میلیارد دلاری ارز ۲۸۵۰۰ تومانی کالاهای اساسی و افزایش نرخ تسعیر آن و تغییر مبنای ارزش گذاری کالاهای وارداتی از ۲۸۵۰۰ تومان به ۵۵۰۰۰ تومان تبعات تومی دارد و موجب تحمیل حدود ۵۷۰ همت فشار هزینه‌ای بر اقتصاد می شود.

۵۷۰ همت

همشهری گزینه‌های پیش روی دولت چهاردهم را بررسی کرد

سناریوهای بنزینی

رضا کرلایی

روزنامه نگار

خواهد بود؟ به گزارش همشهری، غلامرضا ناچگر دو ن، رئیس کمیسیون تلفیق بودجه ۴۰۴۱ در جریان رسیدگی به کلیات بودجه سال آینده به صراحت گفته که در هر شرایطی مخالف افزایش قیمت میعانات و بنزین هستیم و سیاست‌های کنترلی را قبول داریم. او با اشاره به کاهش بودجه پیش‌بینی شده برای واردات بنزین در سال ۱۴۰۴ گفت: این به معنای افزایش قیمت بنزین نیست بلکه باید دولت ۷ میلیون لیتر بنزین مصرفی را با سیاست‌هایی کاهش دهد تا فشار بر مردم وارد نشود.

پیشنهاد کنترل مصرف وزارت نفت

محمدصادق عظیمی فر، مدیرعامل شرکت ملی پالایش و پخش فرآورده‌های نفتی ایران راه برن رفت از ناترازی بنزین را اجرای سیاست‌های غیرقیمتی و علت اصلی افزایش مصرف را فرسودگی ناوگان حمل‌ونقل و سهم پایین حمل‌ونقل عمومی در جابه‌جایی مسافر و کالای می‌داند و می‌گوید: در طول یک سال گذشته ۳ میلیون متر مکعب یعنی معادل ۱۴ درصد از مصرف سی‌ان‌جی به‌عنوان یکی از ابزارهای متنوع‌سازی سبد سوخت فسیلی ایران در حوزه حمل‌ونقل کم شده است.

تعداد خودروهای فرسوده ۱۳۰۵۱۰۰۰ دستگاه

نسبت خودروهای فرسوده به کل خودروها ۳۷٪

تعداد خودروهای دستگاه ۳۵۱۵۹۰۰۰ در حال تردد



تعداد چه می‌گردد؟ مدیرعامل شرکت ملی پالایش و پخش فرآورده‌های نفتی فاش کرده که ۵۰ درصد از ناوگان حمل‌ونقل خودرویی و ۹۰ درصد از موتورسیکلت‌های در حال تردد فرسوده هستند. سوال مهم مردم این است که چرا نسبت به نوسازی ناوگان حمل‌ونقل جاده‌ای ایران و کاهش مصرف بنزین خودروها اقدام نمی‌شود؟

طرح محمدعلی حلیمی

گشتی در اقتصاد جهان

چین با خودرو برقی از آمریکا پیشی گرفت... شرکت بی‌وای‌دی که غول خودروهای برقی چین است، برای اولین بار از نظر درآمد ماهه، شرکت آمریکایی تسلا را شکست داد. بی‌وای‌دی در آمد عملیاتی ۲۸.۲ میلیارد دلار را در ۳ ماهه سوم ۲۰۲۴ ثبت کرده، اما درآمد شرکت تسلا در همین مدت ۲۵.۲ میلیارد دلار بوده است.

منابع آگام می‌گویند: اوپک پلاس ممکن است افزایش برنامه‌ریزی شده تولید نفت در دسامبر را به مدت یک‌ماه یا بیشتر به تأخیر بیندازد. افزایش ۱۸۰ هزار بشکه در روز تولید اوپک پلاس قرار است توسط ۸ عضو این گروه در دسامبر آغاز شود.

واردات نفت آمریکا از عربستان با افزایش صادرات نفت کانادا به پایین‌ترین میزان در حدود ۴ سال گذشته رسید و در هفته منتهی به ۱۲۵ اکتبر به ۱۲ هزار بشکه در روز کاهش یافت.

تورم بزرگ‌ترین اقتصاد اروپا، آلمان، در ماه اکتبر از ۱/۶ درصد به ۲ درصد رسید. گزارش اولیه اداره آمار فدرال نشان داد که تورم سالانه آلمان در ماه اکتبر به ۲ درصد رسید و نرخ تورم پیش از انتظار تحلیلگران افزایش یافت.

رشد صادرات کره جنوبی در ماه اکتبر به پایین‌ترین حد خود در ماه گذشته رسید. این کشور مازاد تجاری ماهانه ۳.۱۷ میلیارد دلاری داشت که کمتر از ۶۶ میلیارد دلار در ماه قبل بوده است.

رژیم صهیونیستی، افزایش قیمت محصولات سوختی برای مصرف‌کنندگان را اعلام کرد و بدین ترتیب قیمت هسرتین بنزین اکتان ۹۵ بدون سرب به ۱۰۹۵ دلار آمریکا افزایش یافت.

کنترل مصرف بدون تغییر قیمت

در حالی که دولت‌ها در ایران یکی از گزینه‌های کنترل مصرف بنزین را افزایش قیمت می‌دانند اما تجربه چندبار شوک قیمتی نشان داده که این سیاست جواب نمی‌دهد و پس از گذشت مدتی دوباره روند مصرف به حالت اولیه برمی‌گردد و پس از چندسال به سبب افزایش تعداد خودروهای در حال تردد به‌ویژه وسایل نقلیه بنزین‌سوز فرسوده، مصرف صعودی می‌شود. حتی سهمیه‌بندی بنزین هم نتوانست جلوی ناترازی را بگیرد. حالا به نظر می‌رسد دولت پزشکیان می‌تواند به جای انتخاب گزینه افزایش قیمت به فکر گزینه‌های پایدار تر و کم‌هزینه‌تر برود.

برگزاری مناقصه عمومی... شرکت طنین توسعه آزاد از شرکت‌های زیر مجموعه سازمان اتکا در نظر دارد تولید ۲۰۵۰۰۰۰ عدد ماکارونی مورد نیاز خود را در اوزان ۵۰۰ و ۷۰۰ گرمی با برنند در اختیار بصورت برونسپاری (تولید بدون کارخانه) از طریق برگزاری مناقصه عمومی به تأمین کننده واجد شرایط واگذار نماید.

برگزاری مناقصه عمومی... شرکت طنین توسعه آزاد از شرکت‌های زیر مجموعه سازمان اتکا در نظر دارد نسبت به خرید انواع اقلام مورد نیاز خود به شرح ذیل از طریق برگزاری مناقصه عمومی اقدام نماید. لذا متقاضیان شرکت در مناقصه از تاریخ انتشار آگهی به شرح ذیل اقدام نمایند.

برگزاری مناقصه عمومی... شرکت طنین توسعه آزاد از شرکت‌های زیر مجموعه سازمان اتکا در نظر دارد نسبت به خرید انواع اقلام مورد نیاز خود به شرح ذیل از طریق برگزاری مناقصه عمومی اقدام نماید. لذا متقاضیان شرکت در مناقصه از تاریخ انتشار آگهی به شرح ذیل اقدام نمایند.

شرکت توسعه و عمران امید (سهامی عام) وابسته به گروه توسعه ساختمان تدبیر (سهامی خاص) در نظر دارد نسبت به فروش تعداد محدودی از واحدهای مسکونی خود به شرح جدول فوق با شرایط ویژه به صورت نقد و اقساط (بدون کارمزد) از طریق برگزاری مزایده عمومی اقدام نماید. متقاضیان می‌توانند از تاریخ انتشار آگهی لغایت روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۸/۱۶ روزهای شنبه تا چهارشنبه از ساعت ۸:۰۰ الی ۱۷:۰۰ جهت اخذ اطلاعات بیشتر و دریافت اسناد شرکت در مزایده به نشانی ذیل مراجعه نمایند. تهران: میدان آرژانتین، خیابان الوند، خیابان ۳۳، پلاک ۱۴، طبقه پنجم شماره تلفن: ۸۸۱۹۱۷۹۶-۸۸۵۴۳۹۶-۸۸۷۳۹۴۸۳ (داخلی ۴۲۳)

آگهی مناقصه عمومی یک مرحله ای... همزمان با ارزیابی کیفی (یکپارچه) شماره ۲۱-۸/۰۳۱۴۰۳ (نوبت اول) شرکت تهیه و تولید مواد معدنی ایران در نظر دارد «انجام خدمات ایاب و دهاب پرسنل و امور حمل و نقل سبک در مجتمع طلای مونه واقع در استان اصفهان» را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به شماره ثبت ستاد ۲۰۰۳۰۱۰۲۸۰۰۰۰۹۷ و با جزئیات مندرج در اسناد مناقصه یا تقصین شرکت در فرآیند آراجاع کار به مبلغ ۱۵۱۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال (پانزده میلیارد و صد میلیون ریال) (ارزیز نقدی یا ضمانت‌نامه بانکی) برگزار نماید. تاریخ انتشار مناقصه در سامانه ساعت ۱۰ صبح مورخ ۱۴۰۳/۰۸/۰۹ و مهلت زمانی دریافت اسناد مناقصه از سایت تا ساعت ۱۷ مورخ ۱۴۰۳/۰۸/۱۹ و مهلت ارائه پیشنهادات حداکثر تا ساعت ۱۷ روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۹/۰۳ و جلسه بازگشایی پاکات صبح روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۹/۰۴ برگزار می‌گردد. علاقمندان شرکت در مناقصه می‌بایست جهت ثبت نام و دریافت گواهی امضای الکترونیکی با شماره ۱۴۵۶ تماس حاصل نمایند و یا به آدرس اینترنتی www.setadiran.ir مراجعه نمایند.

آگهی... بانک مرکزی جمهوری اسلامی ایران در نظر دارد نسبت به برونسپاری فرآیند توثیق تا تملک اقدام نماید. لذا از پیمانکاران واجد شرایط تقاضا می‌شود نسبت به ارسال رزومه و سایر اطلاعات خود به عنوان اداره تأمین و پشتیبانی به آدرس تهران، بلوار میرداماد، پلاک ۱۹۸، ساختمان بانک مرکزی ج.ا.ا، اداره دبیرخانه مرکزی و امور اسناد، حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۸/۱۶ اقدام نمایند.

بخوانیم... برزگی... هرزگی... شماره تماس پاسخگویی به سوالات: ۰۲۱-۲۹۹۵۶۳۴۹

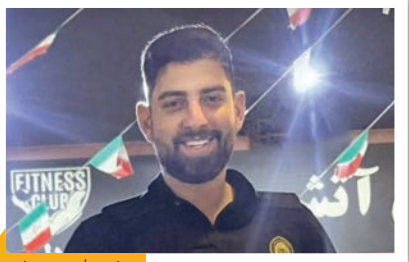


#### نجات ۳ بیمار؛ آخرین مأموریت ایثارگر دفاع مقدس

اعضای بدن یکی از ایثارگران دوران دفاع مقدس که دچار مرگ مغزی شده بود با موافقت اعضای خانواده‌اش به ۳ نفر از بیماران نیازمند اهدا شد. این ایثارگر ایرج حسینی‌زاد نام داشت و ساکن شهرستان مصیری (بامامیدان) واقع در استان کهگیلویه و بویراحمد بود که بعد از مرگ مغزی، کلیه‌ها و کبد وی به بیماران اهدا شد.

#### تنظیلی

### شهادت مأمور پلیس در شهرک غرب



شهید امیرمحمد شمس

در جریان درگیری مسلحانه مأموران پلیس و سارقان خودرو در شهرک غرب تهران، یکی از مأموران بر اثر اصابت گلوله دزدان به شهادت رسید. به گزارش همشهری، بامداد دیروز تیم گشت کلانتری ۱۳۴ شهر ک غرب سرگرم گشتزنی در خیابان‌های این منطقه بودند که متوجه چند جوان مشکوک شدند. آنها سارقان خودرو بودند که به سراغ یک خودروی پشیارفته بودندو قصد سرقت آن را داشتند. مأموران با دیدن این صحنه به سمت سارقان رفتند اما آنها وقتی خودروی پلیس سر رسید، سوار یک پرشیای دیگر شدند و فرار کردند. در این شرایط مأموران گشت به تعقیب دزدان پرداختند و همزمان ماجرا را به مرکز گزارش کردند. سارقان با سرعت زیاد قصد فرار داشتند و حتی به اخطارهای پلیس و شلیک هوایی مأموران نیز توجهی نکردند. در حالی که دقیقه‌ها از تعقیب و گریز پلیس از سارقان خودرو گذشته بود، مأموران خودروی پرشیا را هدف گرفتند و شروع به تیراندازی کردند. گلوله‌های پلیس لاستیک خودروی دزدان را پنجر کرد و باعث متوقف شدن آن شد، اما در همین هنگام دزدان از خودرو بیرون آمدند و شروع به تیراندازی به‌سوی مأموران کردند. در جریان تیراندازی آنها متأسفانه یکی از سرنشینان خودروی پلیس به نام امیر محمد شمسی بر اثر اصابت گلوله مجروح شد و دزدان از فرصت استفاده و اقدام به فرار کردند. این‌در حالی بود که مأمور مجروح نیز به بیمارستان منتقل شد و تحت درمان قرار گرفت. در حالی که تلاش پزشکان برای نجات مامور مجروح ادامه داشت، وی بر اثر شدت جراحات وارده به شهادت رسید و ماجرای شهادت او به سال‌ها صنعتگر، بازر پرس و قتل فقهی تهران گزارش شد. با حضور بازر پرس جنایی در بیمارستان، وی دستورات لازم را صادر کرد و براساس اعلام مرکز اطلاع‌رسانی پلیس تهران، در حال حاضر تیم ویژه‌ای از کار آگاهان برای شناسایی سارقان وارد عمل شده و تحقیقات برای دستگیری آنها ادامه دارد.

#### آن سوی مرز

### دستگیری قاتل دو چرخه‌سوار



جوان آمریکایی که با دوچرخه در محله‌های فلوریدا پرسه می‌زد تا با شناسایی افراد سالخورده و تنها نقشه جنایاتش را عملی کند دستگیر شد.

به گزارش همشهری به نقل از فاکس نیوز، ۱۲ سپتامبر امسال (۲۲ شهریور)، پلیس فلوریدا در جریان ناپدید شدن فردی به نام فرانسیس جناس ۶۷ساله قرار گرفت. صاحب کار فرانسیس از اینکه او ۴روز به محل کارش نیامده بود و جواب تلفنش را نمی‌داد، نگران شد و پلیس را در جریان گم شدن او قرار داد. مأموران جنایت یافتن ردی از مرد سالخورده به خانه او رفتند و پس از ورود به آنجا با صحنه هولناکی روبه‌رو شدند. جسد غرق خون مرد سالخورده در حالی که حدود ۴روز از مرگش می‌گذشت داخل خانه پیدا شد. پزشکی قانونی اعلام کرد که او بر اثر اصابت ضربات متعدد جسم سختی مثل چکش به قتل رسیده و بررسی صحنه جنایت نیز نشان می‌داد که قاتل بعد از این جنایت و سرقت اموال مقتول فراری شده است. از همان زمان تحقیقات برای شناسایی و دستگیری عامل جنایت آغاز شد. یکی از کار آگاهان پلیس برای شناسایی قاتل بیش از ۶۰۰ ساعت فیلم دوربین‌های مداربسته در منطقه‌ای را که جنایت رخ داده بود بررسی کرد و در نهایت توانست مظنون را که جوانی ۱۸ساله به نام اوماریون ایوری بود، شناسایی کند.

تحقیقات برای دستگیری قاتل ادامه داشت. تا اینکه امروز بعد پلیس در جریان یک گزارش دیگر قرار گرفت. زنی در تماس با مأموران گفت که یک مرد غریبه، در حالی که چکشی در دست دارد، اطراف خانه‌اش در حال پرسه زدن است و تلاش می‌کند از پنجره به داخل خانه سرک بکشد. پلیس بلافاصله به آدرس زن تنها رفت اما مرد مشکوک قبل از دستگیری با دوچرخه فرار کرد. پلیس به بررسی شواهد و سرنخ‌ها پرداخت و متوجه شد که مظنون دوچرخه‌سوار، همان قاتل تحت تعقیب است. این یعنی مرد جنایتکار به‌دنبال طعمه‌ای تازه برای اجرای نقشه‌اش می‌گردد. در این شرایط بررسی‌های ویژه ادامه یافت و کار آگاهان توانستند قاتل ۱۸ساله‌ار در مخفیگاهش دستگیر کنند. در بازرسی از خانه وی، چکش خون آلود نیز کشف شد. مرد جنایتکار در بازجویی‌ها گفت که سوار بر دوچرخه به محله‌های مختلف شهر می‌رفت و اقدام به شناسایی افراد سالخورده و تنهایی می‌کرد تا اموالشان را سرقت کند. او اعتراف کرد که در این شرایط بررسی‌های ویژه ادامه به قتل رساند و قصد داشت به جنایاتش ادامه دهد که دستگیر شد. متهم علاوه بر اتهام قتل درجه یک و سرقت با اتهامات دیگری نیز مواجه است و به‌زودی در داد‌گاه حاضر خواهد شد.



#### مأمور پلیس فرشته نجات پسر جوان شد

مأمور پلیس جان فردی را که قصد داشت با پریدن از پل به زندگی خودش خاتمه بدهد نجات داد. پسر جوان حدود ساعت۱۰:۳۰ شامگاه پنجشنبه قصد داشت با پریدن از پلی در شهریار به زندگی خود خاتمه بدهد که افسر گشت کلانتری ۱۳ امیری به با دیدن این صحنه و آرام کردن پسر جوان، در واکنشی سریع مانع از خودکشی او شد.

#### همسر یکی از شهدای مرزبانی از آخرین تماس با شوهرش می‌گوید

## آخرین تماس بامدافع وطن



#### گزارش فائده احدی روزنامه‌نگار

هر روز بعد از درگیری نیروهای مرزبانی با تروریست‌های جیش الفلظم در سیستان و بلوچستان که موجب شهادت ۱۰ نفر از مرزبانان شد، همسر شهید پویا رحمت‌طلب ضیابری، یکی از شهدا در گفت‌وگو با همشهری ناگفته‌هایی از همسر شهیدش بازگو کرد.

به گزارش همشهری، این حادثه پیش از ظهر شنبه ۵ آبان در منطقه گوهر کوه شهرستان نقتان واقع در استان سیستان و بلوچستان اتفاق افتاد. ماجرا از این قرار بود که ساعتی قبل نیروهای پلیس به دنبال تماس مردمی راهی این منطقه شدند، اما در مسیر برگشت ناگهان تروریست‌های مسلح، شروع به تیراندازی به سوی خودروی پلیس کردند. در این شرایط بود که درگیری سختی بین مأموران و تروریست‌ها اتفاق افتاد که در این حادثه ۱۰ نفر از مرزبانان غیور کشورمان به شهادت رسیدند.

گروهیان یکم پویا رحمت‌طلب- متولد سال ۷۴- که حدود یک سال در این منطقه مرزی مشغول دفاع از وطن بود نیز یکی از این شهداست. فاطمه احمدپور، همسر این شهید می‌گوید: حدود یک سال و نیم قبل از دواج ما سر رسیدیم، چون قرار بود ۳سال را به این شکل بگذرانیم. من همیشه در اضطراب و نگرانی بودم چون پویا و همکارانش در منطقه مرزی و در شرایط سخت و حداقل امکانات کار می‌کردند.

#### زندگی از راه دور

فاطمه تازه‌متولد شده که با دلپره روزهای بدون همسرش را می‌شمرد تا او به خانه بازگردد، روزهای سخت جنایی را تحمل می‌کرد، اما هیچ وقت فکر نمی‌کرد که با شهیدشدن همسرش خیلی زود او را از دست بدهد. او می‌گوید: پویا یک ماه در نقتان بود و ۱۵ روز به خانه بازمی‌گشت. زندگی برای ما سخت بود، چون او در منطقه خطرناکی خدمت می‌کرد، او من را باخود نبرد و من در شهر خودمان هر لحظه با خیال دیدن

#### گفت و گو

#### انتقام از تروریست‌ها



زمناپیش عملیاتی شهدای امنیت در استان سیستان و بلوچستان، ۸نفر از اعضای تیم ترور و شرارت شناسایی و دستگیر شدند و ۴نفر نیز به هلاکت رسیدند. او ادامه داد: پنجشنبه‌شب یگان‌های عملیاتی نیروی زمینی سپاه با مشارکت سربازان گنم امام‌مان (مع) در اداره کل اطلاعات استان و فراجا، در مرحله دیگری از رزمناپیش موفق شدند ضربات مهلکی بر پیکره تیم‌های تروریستی نیابتی دشمن در استان سیستان و بلوچستان وارد کنند. در این عملیات که با بهره‌گیری از ادوات، تجهیزات، پهپادهای رزمی نیروی زمینی سپاه و تاکتیک‌های جدید شناسایی و عملیات انجام شد، یکی از عناصر اصلی گروهک تروریستی که در به شهادت رساندن پاسداران و مدافعان امنیت در منطقه گوهر کوه نقتان نقش داشت، دستگیر شد و در مجموع ۸نفر از اعضای گروهک‌های تروریستی دستگیر شدند و ۴نفر به هلاکت رسیدند. همچنین از این تیم‌ها، مقادیر قابل توجهی سلاح و مهمات کشف و ضبط شد.

پیش‌تر سردار احمد فاضل‌آدان، فرمانده کل انتظامی کشور نیز از ادامه عملیات برای دستگیری و انهدام کامل تیم‌های تروریستی خبر داده بود. وی که به استان سیستان و بلوچستان سفر کرده بود گفت: برای سرکشی از همکاران و بررسی عملیات منجر به شهادت ۱۲تن از دزدان وطن در گوهر کوه شهرستان نقتان و همچنین دیدار با بزرگان و سران طوایف وارد استان شدم. خوشبختانه با عملیات بی‌در پی و اقداماتی که سپاه، وزارت اطلاعات و کارکنان پلیس در شناسایی و انهدام تروریست‌ها در منطقه انجام دادند، تیم تروریستی‌ای که منجر به شهادت همکاران ما شده بودند کاملاً متلاشی و منهدم شد. او ادامه داد: در تعقیب باقیمانده تروریست‌های منطقه جنوب شرق کشور هستیم و آن‌شاالله در آینده خبرهای خوبی برای مردم منطقه داریم و امیدوار هستیم که به‌سرعت موضوع تعقیب و هلاکت اشراز مسلح را به اتمام برسانیم و به نتیجه مطلوب برسیم.

### گفت و گو

#### برادرم به‌خاطر من قاتل شد

مینا متولدسال ۱۳۷۶ است. او سر راه خودروهای مدل بالا قرار می‌گرفت و با فریب رانندگان شان می‌گذاشت و با همدمستی دوستش سارق را بچاوباند.

#### در پرونده‌ات نوشته شده که فوق‌لیسانس داری؛

##### پس چه شد که سر از اینجا دوری؟

به‌خاطر تجارت برادرم از زندان. او ۱۰سال از جوانی‌اش را پشت میله‌های زندان گذرانده‌است. می‌خواستم کاری انجام دهم تا از زندان آزاد شوم. از وقتی برادرم زندانی شد، مادر و پدرم پیر و شکسته شدند. برای آزادی برادرم نیاز به پول داشتم. برای همین سرقت را انتخاب کردم.

##### چرا برادرت در زندان است؟

او به‌خاطر من به زندان افتاد. تابستان سال ۹۰. ما به‌همراه خانواده به پارکی در نزدیکی خانه‌مان در یکی از شهرهای شمال‌شرق کشور رفته بودیم. آن روز چند پسر جوان به من متلک انداختند و برادرم که متوجه این موضوع شد با آنها درگیر شد. سپس پسر عموهایم نیز وارد درگیری شدند. یکی از آن جوان‌ها با چاقو به برادرم حمله و او را زخمی کرد. همان موقع برادرم چاقو را از دست او کشید و ضرب‌های به قفسه سینه‌اش زد. همین ضرب به باعث مرگ آن جوان شد و برادرم به اتهام قتل عمد به زندان افتاد. از همان روز سپاهی بر سر همه ما آوار شد؛ روزهایی که برادرم داد‌گاهی می‌شد و در نهایت حکم قصاص وی را صادر کردند. چه شب‌های وحشتناکی را گذرانیدیم؛ به‌خصوص شبی که گفتند برادرم را به انفرا دی برده‌اند تا قبل از طلوع خورشید روز بعد قصاص شود. رقتیم مقابل خانه خانواده مقتول و التماس‌شان کردیم. در نهایت با وساطت ریش‌سفیدان، خانواده مقتول دل‌شان به رحم آمد و برادرم را بخشیدند و او از قصاص‌ها بی‌یافت. اگرچه این بهترین خبر زندگی ما شد، اما خب آنها ۵میلیارد تومان دی می‌خواستند که تهیه این پول برای ما که مستأجر بودیم و آهی در بساط نداشتیم، سخت بود.



### گفت و گو

#### وهمین موجب شد که نقشه سرقت بکشی؟

این گزینه آخرم نبود. ما به کمک خیرین و بی‌سارق شدن حدود ۲میلیارد جور کردیم؛ اما ۲میلیارد کم داشتیم. یکی از دوستام گفت برو دنبال گنج. شاید باون تان نشود؛ اما چند ماهی به یکی از مناطق دورافتاده شیراز رقتیم و اقدام به حفاری کردیم به امید پیدا کردن عتیقه. اما چیزی دستگیرمان نشد. ناچار شدم گزینه سرقت را انتخاب کنم.

#### از جزئیات نقشه‌ای که کشیدی بگو.

در اینستاگرام با فرهاد آشنا شدم. وقتی داستان زندگی‌ام را شنیدم و فهمید نیاز به پول دارم، قبول کرد که با همدستی هم سرقت کنیم. او هم مادرش مریض بود و باید جراحی قلب انجام می‌داد. می‌گفت هزینه جراحی مادرش خیلی زیاد است و شرایط مالی خوبی هم نداشت. من و فرهاد راهی پایتخت شدیم و تا صبح فکر کردیم که چطور می‌توانیم سرقت کنیم تا کبیر نبفتم. بهترین گزینه این بود که مردان متاهل را به دام بیندازیم و با فریب آنها اموال قیمتی‌شان را به سرقت ببریم.

#### با چه شگر دی سرقت می‌کردید؟

من طعمه می‌شدم و راننده ماشین‌های مدل بالا را به دام می‌انداختم. سپس فریبشان می‌دادم و به خانه‌هایشان می‌رفتم و در آنیهم‌باز می‌گذاشتم تا فرهاد که با موتور به‌دنبال ما بود، وارد خانه شود؛ یا از قبل، طعمه‌مان به قرار می‌داندند و در خیابان‌های خلوت رها می‌کردند. یکی از مالباخته‌ها که زنی جوان بود، گفت: وقتی سوار خودروی فرهاد شدیم، تصور کردم راننده آن مسافرکش است. بین راه، مردی جوان هم سوار شد و در بین راه، با چاقو تهدیدم کردند و طلاهایم را به سرقت بردند. سپس دست و پایم را بستند و داخل گونی انداختند و در خیابان‌ها پرت کردند که یک زباله‌گرد

#### چند نفر را با این شگرد به

**دام انداختید؟**
نفر ۷ یا ۸ نفر. تقریباً پول دبه و جراحی حدود ۲ میلیارد جور شده بود و می‌خواستیم مادر فرهاد جور شده بود و با این روش ما با بار به شهرمان برگردیم؛ اما بخت با ما یار نبود. حالا من به جای اینکه برادرم را از زندان آزاد کنم، باید خودم زندانی شوم.

#### شنبه ۱۲ آبان ۱۴۰۳- شماره ۹۲۴۴



صفحه‌آر‌ا علیرضا بهرامی

#### داخلی

### محموله‌های عجیب در فرودگاه

قاچاقچیان حرفه‌ای مواد مخدر هرروز از شگردهای تازه برای قاچاق محموله‌ها پشان استفاده می‌کنند. در روزهای اخیر چند محموله موادمخدر که به شکلی عجیب‌وغریب جاسازی شده بود، پیش از ارسال به مقصد در فرودگاه امام خمینی (ره) کشف شد.

#### آبمیوه‌هایی آغشته به شیشه



تازه‌ترین محموله‌ای که قاچاقچیان موادمخدر قصد داشتند با جاسازی حرفه‌ای و غیر قابل کشف از طریق مرز هوایی به خارج از کشور قاچاق کنند، ۵۲کیلو شیشه بود که چند روز قبل در فرودگاه امام خمینی لورفت. ماجرا از این قرار بود که مأموران پلیس فرودگاه امام‌خمینی(ره) در جریان پایش مسافران ورودی و خروجی فرودگاه، به اطلاعاتی دست یافتند که نشان می‌داد قرار است یک محموله شیشه که به طرز ماهرانه‌ای جاسازی شده، از طریق فرودگاه قاچاق شود. به‌این ترتیب بررسی‌های پلیسی در این باره ادامه یافت تا اینکه آنها موفق شدند این محموله را در بطری‌های آبمیوه کشف کنند. قاچاقچیان محموله‌ای ۹۰کیلو، حاوی بطری‌های آبمیوه آغشته به شیشه کشف کردند و در ادامه معلوم شد میزان خالص مواد کشف‌شده از این محموله ۵۲کیلو است.

#### آجیل با طعم تریاک



یکی دیگر از محموله‌های موادمخدر با جاسازی عجیب‌وغریب که در روزهای اخیر کشف شد، حدود ۵کیلو تریاک در بسته‌های آجیل بود. این محموله زمانی کشف شد که یکی از مسافران چمدان و بارهایش را از گیت‌های بازرسی عبور می‌داد تا در نهایت سوار هواپیما شود؛ اما در جریان بازرسی وسایل این مسافر مأموران پی بردند که به‌احتمال زیاد در یکی از چمدان‌های او موادمخدر جاسازی شده است. در این شرایط بود که چمدان‌های او باز و بازرسی شد. در یکی از این چمدان‌ها بسته‌های آجیل قرار داشت و در نگاه اول مورد مشکوکی به چشم نمی‌خورد؛ اما مأموران در بررسی دقیق تر بسته‌های آجیل موفق شدند ۵کیلو و ۵۰۰گرم تریاک کشف کنند.

#### کمبرندهای تریاکی



قاچاقچیان موادمخدر برای اینکه بتوانند محموله‌شان را از گیت‌های بازرسی عبور دهند، مدت‌ها نقشه می‌کشند؛ درست همانند مردی که چند وقت قبل مقداری تریاک را به شکل کمربندهای چرمی در آورده بود و قصد داشت این کمربندهای تریاکی را از طریق فرودگاه امام خمینی به خارج از کشور منتقل کند؛ اما مأموران در یکی از گیت‌های بازرسی به‌راحتی متوجه ماجرا شدند و با کشف محموله تریاک، این مرد را دستگیر کردند. هرچند محموله کمربندهای تریاکی چندان سنگین نبود، اما این موضوع تحیر و دقت پلیس در کشف محموله‌های موادمخدر را نشان می‌دهد، حتی اگر کوچک و به شکل کمربند باشد.

### زورگیران طعمه‌هایشان را داخل

#### گونی می‌کردند

اعضای یک باند تبهکار در پوشش مسافرکشی طعمه‌هایشان را می‌ربودند و پس از سرقت اموالشان، آنها را با دست و پای بسته داخل گونی می‌انداختند و رها می‌کردند.

به گزارش همشهری، از چندی قبل گزارش زورگیری‌های عجیبی به پلیس پایتخت اعلام شد. بررسی‌ها نشان می‌داد که اعضای یک باند با خودروهای پراید و پژو در خیابان‌های تهران اقدام به مسافرکشی می‌کردند و با تهدید چاقو اموال مسافران را به سرقت می‌بردند. نکته عجیب این بود که متهمان پس از سرقت از طعمه‌هایشان آنها را با دست و پای بسته داخل گونی قرار می‌دادند و در خیابان‌های خلوت رها می‌کردند. یکی از مالباخته‌ها که زنی جوان بود، گفت: وقتی سوار خودروی پراید شدم، تصور کردم راننده آن مسافرکش است. بین راه، مردی جوان هم سوار شد و در بین راه، با چاقو تهدیدم کردند و طلاهایم را به سرقت بردند. سپس دست و پایم را بستند و داخل گونی انداختند و در خیابان‌ها پرت کردند که یک زباله‌گرد

گونی را باز کرد و نتاجم داد. اعضای این باند خشن در صورتی که با مقاومت طعمه‌هایشان مواجه می‌شدند آنها را با چاقو زخمی می‌کردند. با این اطلاعات تحقیقات به دستور قاضی عظیم‌سهرابی، بازر پرس شعبه نهم دادسرای جنایی تهران آغاز شد تا اینکه از طریق چهره نگاری، هویت یکی از اعضای باند شناسایی او و همدستش دستگیر شدند. تحقیقات تکمیلی از متهمان ادامه دارد.

## هواشناسی

### هشدار نارنجی برای جنوب غرب کشور



بنا بر گزارش سازمان هواشناسی کشور روز جمعه (۱۱ آبان) فعالیت سامانه بارشی جدید در غرب و جنوب غرب کشور سبب بارش در کرمانشاه، کردستان، لرستان و برخی مناطق شمال شد. به گزارش همشهری، روز شنبه (۱۲ آبان) علاوه بر بارش در مناطقی که گفته شد، در زنجان،

مناطق جنوبی استان‌های آذربایجان شرقی و آذربایجان غربی نیز ادامه خواهد داشت. همچنین یکشنبه (۱۳ آبان) سامانه بارشی ضمن تقویت در شمال غرب و غربی کشور و شمال خوزستان با حرکت به بخش‌هایی از مرکز و دامنه‌های جنوبی البرز در استان‌های قزوین، البرز و تهران می‌رسد. دوشنبه (۱۴ آبان) علاوه بر این مناطق بارش باران در سمنان، شمال خراسان رضوی و خراسان شمالی نیز رخ می‌دهد. بارش باران در روزهای یکشنبه (۱۳ آبان) و دوشنبه (۱۴ آبان) با صدور هشدار نارنجی هواشناسی همراه است.

## عکس نوشت



نقشه هرمز، ۲۸۰ سال پیش

این نقشه در سال ۱۷۴۶ میلادی توسط «ژاک نیکلاس» از جزیره هرمز طراحی شده است. هرمز در آن دوره از مناطق مهم دادوستد و قطب بازرگانی منطقه به شمار می‌رفت. هرمز در ابتدا بندری در دهانه رود میناب به خلیج فارس بوده است. با یورش مغولان اهالی هرمز به جزیره کنونی کوچ کردند و به تدریج این شهر را ساختند و توسعه دادند.

# کولبران نمک

زنان روستای «سرآقاسید» سال‌هاست کار تهیه نمک از آب چشمه را برعهده دارند

راحله عبدالحسینی

روزنامه‌نگار



زنان روستای سرآقاسید در چهارمحال و بختیاری تهیه نمک از آب چشمه روستا را شش‌دانگ به‌نام خود سندن زده‌اند: کاری جانفرسا که اندک در آمدی نیز برایشان دارد و حالا به‌عنوان میراث ناملوس هم از آن یاد می‌شود. تهیه نمک در این روستا به سال‌های دور برمی‌گردد و دختران از مادران خود فوت و فن را یاد گرفته‌اند و ادامه این کار سخت همچنان به‌دست بانوان روستاست.

## چشمه آب شور



حدود ۲ کیلومتر دورتر از روستای سرآقاسید چشمه آب شور است. تا قبل از نخستین بارش پاییزی از نمای بالا که به این محل نگاه کنید، گودال‌های کوچک و بزرگی به چشم می‌خورند که پر از آب چشمه است. زنان هم در رفت‌وآمد به چشمه و این گودال‌ها هستند و بیت‌های حلیبی روغن پر از آب چشمه را بر دوش دارند تا در گودال‌ها بریزند. علی زاهدی، مدیر امور روستایی چهارمحال و بختیاری به همشهری می‌گوید: «با گرم شدن هوا و کم شدن آب چشمه و به‌دلیل شوری زیاد آب، بلورهای نمک در اطراف چشمه به‌وجود می‌آید.» تابستان‌ها در این روستای پلکانی، زنان روستایی با دل و جان اطراف چشمه حوضچه یا گودال حفر می‌کنند و داخل آن را با نایلون می‌پوشانند تا آب داخل آن بماند و تبخیر شود تا بتوانند بلورهای نمک را برداشت

کنند. این شغل زنانه در روستا بعد از پایان بارندگی از فصل بهار تا قبل از شروع بارندگی و سرد شدن هوا یعنی تا نیمه پاییز ادامه دارد. زنان روستا با بیت‌های حلیبی روغن، آب چشمه را داخل حوضچه‌ها می‌ریزند و منتظر می‌شوند آب تبخیر و نمک حاصل شود.

رضا دادور، دهیار روستا نیز به همشهری می‌گوید: «ندازه و تعداد گودال‌ها از سوی خود زنان هر روستا تعیین می‌شود. در حال حاضر ۲۰۰ نفر از زنان روستا این کار را انجام می‌دهند.»

برای دیدن فیلم این گزارش این کیو آر کد را اسکن کنید



## مشتریان دور و نزدیک

# ۲۰۰ زن روستایی

برداشت کنندگان نمک



زنان روستایی اطراف چشمه حوضچه یا گودال حفر می‌کنند و داخل آن را با نایلون می‌پوشانند تا آب داخل آن بماند و تبخیر شود تا بتوانند بلورهای نمک را برداشت کنند

عکس‌ها با استفاده از دوربین خانگی گرفته شده است



مریم دادور، یکی از زنان روستا ۴۷ ساله است و به همشهری می‌گوید: «تقریباً ۱۰ ساله بودم که با مادرم به چشمه می‌رفتیم. از روستا تا چشمه مسیر سختی دارد. بیت حلیبی پر از آب هم خیلی سنگین است که باید تا حوضچه بیاوریم؛ مثل کولبرها، ما کولبر نمک شده‌ایم.» او این کار را بسیار سخت می‌داند و از دیسک گردن خودش به‌عنوان یکی از بیماری‌هایی که زنان روستا بر اثر این کار سخت به آن دچار می‌شوند، مثال می‌زند و می‌گوید: «الان که گردن درد دارم و نمی‌توانم یک پارچ آب را بلند کنم، دخترانم این کار را انجام می‌دهند. درآمد دارد و از قدیم هم کار زنان بوده است. مردان دنبال دامداری هستند یا برای کار به شهر می‌روند.»

زنان روستا بعد از اینکه بیت‌های حلیبی را این بار پر از نمک کردند، نمک را به خانه می‌برند و آسیاب کردن نمک با غلتک سنگی شروع می‌شود.



زنان روستا بعد از اینکه بیت‌های حلیبی را پر از نمک کردند، نمک را به خانه می‌برند و آسیاب کردن نمک با غلتک سنگی شروع می‌شود

## کارخانه ماشین‌سازی بروجرد به تولید برگشته است



فاطمه مقصودی، نماینده بروجرد در مجلس شورای اسلامی: کارخانه ماشین‌سازی بروجرد سال‌ها تعطیل بود و کارگران حقوق معوق داشتند. در حال حاضر این کارخانه به تولید برگشته و کارگران در آن مشغول به فعالیت هستند و کلنگ طرح توسعه آن نیز به زمین زده شده است.

## گردشگری

### بزرگ‌ترین باغ زرشک دنیا



فصل برداشت زرشک است و تصاویر زیادی از باغ‌های زرشک یا محصول برداشت شده که برای خشک شدن پهن شده دست‌به‌دست می‌شود؛ جالب اینکه ایران بزرگ‌ترین تولیدکننده زرشک است و ۹۸ درصد این محصول هم در خراسان جنوبی تولید می‌شود.

## قطب تولید زرشک در ایران

۵ شهرستان این استان شامل قائنات، زیرکوه، درمیان، سربیشه و بیرجند بیشترین سطح زیر کشت زرشک را دارند. در مجموع سطح زیر کشت زرشک خراسان جنوبی که از آن به‌عنوان باقوت سرخ کویر نیز یاد می‌شود، بیش از ۱۹ هزار و ۴۸۵ هکتار است که از این میزان ۵۱۲ هکتار به‌صورت دیم کشت و سالانه به‌طور میانگین بیش از ۱۰۰ هزار تن زرشک از این مزارع برداشت می‌شود.

## شهرت جهانی یک روستا

خراسان جنوبی دارای رتبه یک سطح زیر کشت زرشک بی‌دانه در جهان است و در نتیجه زرشک بی‌دانه یا قدمت بیش از ۲۵۰ سال توانسته با شرایط اقلیمی و آکولوژی این ناحیه سازش داشته باشد و خشکسالی‌های طولانی و پیاپی را تحمل کند. روستای «افین» با پر خورداری از چند هزار هکتار مزرعه زرشک یکی از بزرگ‌ترین مراکز تولید زرشک بی‌دانه در کشور محسوب می‌شود. افین خاستگاه زرشک دنیا هم محسوب می‌شود و بیشترین زرشک تولیدی کشور در روستای افین به ثمر می‌رسد.

برای تماشای باغ‌های زرشک افین این کیو آر کد را اسکن کنید.



## پدافند غیرعامل قلعه تاریخی فلک الافلاک فعال شد



عطا حسن‌پور، مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی لرستان: سیستم امنیتی موزه جدید باستان‌شناسی و مجموعه فلک‌الافلاک خرم‌آباد تجهیز و به‌روز رسانی شد. فاز نخست سیستم صوتی و پیچینگ این مجموعه تاریخی نیز در راستای پدافند غیرعامل راه‌اندازی شد.

## موضوع مهم برای یونسکو حفظ آثار ملموس و ناملموس کشورهاست



اکبر یوسفی، معاون اجرایی کمیسیون ملی یونسکو در ایران: یکی از موضوعات حائز اهمیت برای یونسکو حفظ آثار ملموس و غیرملموس کشورهاست. طی ۲ سال اخیر، ثبت ۵۴ کاروانسرا و موارد مشابه در یونسکو از سوی جمهوری اسلامی ایران نشاگر پیگیری مداوم و مستمر کمیسیون ملی یونسکو ایران است.

# مرگ اسرارآمیز عروس‌های خلیج فارس

مرگ و میر گسترده عروس‌های دریایی خلیج فارس توجه محققان را جلب کرده است



## گزارش

مجید جباری

روزنامه‌نگار

مرگ جمعی عروس‌های دریایی در منطقه خواجه عطا در استان هرمزگان ایران در روزهای اخیر به یکی از خبرسازترین مسائل زیست‌محیطی به‌ویژه در فضای مجازی تبدیل شده و این مسئله برای سلامت اکوسیستم خلیج فارس و همچنین برای جوامع محلی که به منابع دریایی وابسته هستند، نگرانی‌هایی را ایجاد کرده است. این مرگ و میر گسترده توجه محققان و فعالان محیط‌زیست را به‌خود جلب کرده و پرسش‌هایی را درباره علل احتمالی آن برانگیخته است. مرگ و میر عروس‌های دریایی خلیج فارس در سال‌های اخیر چندین بار اتفاق افتاده و پدیده تازه‌ای نیست. تحقیق و بررسی‌های جامع در زمینه علل مرگ عروس‌های دریایی خلیج فارس صورت نگرفته، اما تقریباً همه کارشناسان بر این باورند که تغییرات اقلیمی و افزایش گرمای آب دلیل اصلی مرگ و میر آبیان زیبای خلیج فارس است.

## مردم، لاشه عروس‌های دریایی را لمس نکنند

مریم احسان‌پور، معاون محیط‌زیست در بای اداره کل حفاظت محیط‌زیست هرمزگان: علت تلف شدن عروس‌های دریایی، تغییرات اقلیمی روزهای گذشته، شوک توفان‌های دریایی و گرم شدن دما در هفته‌های گذشته است و احتمال رخ دادن دوباره این اتفاق در اردیبهشت سال آینده هم وجود دارد. هنگام توفان‌های دریایی در جمعیت کیسه‌تنان و نرم‌تنان تغییر ایجاد می‌شود و برای حفظ تعادل زیست‌محیطی شش‌ماری از این آبزیان به‌صورت زله‌ای متلاشی یا تلف می‌شوند که پدیده‌های طبیعی است. شمار عروس‌های تلف شده کم بوده است که براساس بررسی‌های صورت گرفته پدیده‌های غیرمنتظره نیست و نمی‌توان آن را یک بلوم (مرگ‌ومیر گسترده) زیست‌محیطی نامید؛ بنابراین هر گونه بیماری در این گونه دریایی رد می‌شود. تلف شدن این عروس‌های دریایی هیچ‌گونه خطرات زیست‌محیطی ندارد، اما لازم است مردم و گردشگران به‌علت ایجاد حساسیت پوستی از دست زدن به لاشه‌های آنها خودداری کنند.

## ۴

### عامل مرگ و میر عروس‌های دریایی

آلودگی آب و ورود فاضلاب، آلودگی نفتی و پلاستیک	تغییرات اقلیمی: گرم‌تر شدن دمای آب خلیج فارس	فعالیت‌های صنعتی: نشت نفت و تردد کشتی‌ها	صید: گرفتار شدن در تور صیادان میگو و ماهی
--	--	--	---

## پراکنش

عروس‌های دریایی در سراسر خلیج فارس به‌ویژه در مناطق ساحلی ایران، امارات و کویت دیده می‌شوند.



## بافت تاریخی

### وجود ۳۳۰ هزار خانه ناپایدار در بافت‌های تاریخی کشور

معاون وزیر راه‌وشهرسازی و مدیرعامل شرکت با‌آفرینی شهری ایران در نخستین اجلاس مجمع شهرهای تاریخی ایران که در اصفهان برگزار شد اعلام کرد: نجات جان ۸۳۰ هزار خانوار ساکن در بافت‌های تاریخی که در معرض خطر قرار دارند باید در اولویت قرار گیرد. به گزارش ایرنا، محمد آیینی‌افزود: در بافت‌های تاریخی کشور ۳۳۰ هزار خانه ناپایدار با بیش از ۸۳۰ هزار خانوار وجود دارد که جان آنها در معرض خطر است. وی گفت: این آمار نشان می‌دهد پیش از آنکه در بافت‌های تاریخی باید زندگی و سرزندگی را تحقق بخشیم، باید به نجات زندگی در این بافت‌ها توجه کنیم. معاون وزیر راه‌وشهرسازی با اشاره به اینکه شهر داری‌ها شهرها را زنده نگه می‌دارند، گفت: نباید تنها به دنبال زندگی در بافت تاریخی باشیم، بلکه باید آنها را سرزنده کنیم. محمد آیینی اعلام کرد: این مجمع باید نجات جان ساکنان بافت‌های تاریخی و ایجاد سرزندگی در آنها را دستور اصلی کار خود قرار دهد.

## میراث فرهنگی

### نمایندگان مجلس به امکان تاریخی سرکشی می‌کنند

مدیرعامل صندوق توسعه و احیای اماکن تاریخی گفت: برنامه‌ریزی برای حضور میدانی نمایندگان در بناهای تاریخی با هدف لمس ظرفیت‌ها، دستاوردها و موانع موجود انجام خواهد شد. به گزارش روابط عمومی این صندوق، شهاب طلائی در نشست با اعضای کمیسیون شوراهای و امور داخلی مجلس در یزد با ارائه آماری به بیان روند واگذاری بناهای تاریخی و جذب سرمایه‌های مردمی اشاره کرد و گفت: اگر مجلس شورای اسلامی در برداشتن برخی موانع همراهی کند بسیاری از بناهای تاریخی حاکمیتی و مردمی را می‌توان احیا و بهره‌بردار کرد. محمد صالح جوکار، رئیس کمیسیون شوراهای و امور داخلی مجلس نیز گفت: این کمیسیون برای احیای ظرفیت‌های تاریخی کشور از هیچ تلاشی دریغ نخواهد کرد. وی افزود: با احیای بسیاری از بناهای تاریخی می‌توان علاوه بر حفظ هویت فرهنگی، زمینه ایجاد اشتغال و رونق گردشگری را فراهم کرد.





### برد پیت

## همچنان جلوی دوربین «افیک»

فیلمبرداری فیلم «افیک» با بازی برد پیت تمام نشده و این بازیگر هنوز در حال نقش آفرینی در این فیلم به کارگردانی جوزف کوشینسکی است.

به گزارش ورلد آف ریل، درحالی که تصور می شد فیلمبرداری فیلم «افیک» برد پیت باید مدت ها پیش به پایان رسیده باشد، اما روشن شده که این بازیگر هنوز در حال بازی در برابر دوربین برای تکمیل صحنه های لازم است. به گزارش مهر، تولید این فیلم در ژوئیه ۲۰۲۳ آغاز شد و در حالی که ۱۵ ماه از آن زمان می گذرد، فیلمبرداری هنوز ادامه دارد و برد پیت آخر هفته پیش در گرند پری مکزیک در حال فیلمبرداری صحنه های فیلم دیده شد. انتظار می رود فیلمبرداری تا ماه دسامبر و زمانی که مسابقه ایوطلبی برگزار می شود هم ادامه داشته باشد. در «افیک» برد پیت، دامسون ادریس، کری کاندون و تویاس منزیز بازی می کنند و داستان درباره یک راننده فرمول وان با بازی پیت است که از بازنشستگی خارج می شود تا به عنوان مربی یک راننده جوان و به عنوان هم تیمی او، آخرین دور افتخار را در رقابت ها بزند.

### صحنه

## «هست و نیست» در تئاتر شهر



نمایش عاشقانه «هست و نیست» به نویسندگی احمد قیاض و کارگردانی و تهیه کنندگی علیرضا کنگرلو، از تاریخ ۱۴ تا ۳۰ آبان، هر شب ساعت ۱۹ در کارگاه نمایش مجموعه تئاتر شهر روی صحنه می رود. این نمایش که با بازی بهزاد کریمی و سحر خطیبی در نقش های اصلی و همراهی باسک قادری به عنوان مشاور کارگردان روی صحنه می رود، نگاهی به عشق و پیچیدگی های درونی آن دارد و به تماشاگران فرصتی می دهد تا در سفری از احساسات و عواطف انسانی، به بازتابی از زندگی مدرن دست پیدا کنند. علیرضا کنگرلو، کارگردان این اثر، درباره دغدغه های خود برای به اجرا درآوردن یک نمایش عاشقانه در تئاتر شهر گفت: سال ها در فکر اجرای یک نمایش عاشقانه در تئاتر شهر بودم؛ نمایشی که بتواند احساسات درونی و پیچیده انسان ها را در قالبی شاعرانه و هنری به تصویر بکشد. نمایش «هست و نیست» تلاش من برای خلق فضایی است که تماشاگر را به دنیای درونی شخصیت ها نزدیک کند و او را درگیر شور، حسرت و رنج های عاشقانه کند. این نمایش تنها یک روایت عاشقانه ساده نیست، بلکه سفری عمیق به لایه های پنهان و ناشناخته عشق است. پیش فروش بلیت این نمایش آغاز شده است.

### سینمای جهان



## والس با براندو در تورین

فیلم «والس با براندو» با بازی بیلی زین در نقش این بازیگر محبوب، برای نخستین بار در جشنواره فیلم تورین دیده می شود.

به گزارش وریاتی، بیلی زین قرار است به جشنواره فیلم تورین ایتالیا سفر کند تا در نخستین نمایش جهانی فیلم مستقل «والس با براندو» که انتظار زیادی برای آن وجود دارد، حضور یابد. در این فیلم به کارگردانی بیل فیمن، زین در نقش مارلون براندو در دورانی که او داشت آماده می شد تا در فیلم «پدر خوانده» و «آخرین تانگو در پاریس» بازی کند، ظاهر شده است. «والس با براندو» بر مبنای خاطرات برنارد جاج، معماري که برای این بازیگر کار می کرد، ساخته شده است. در این کتاب جاج درباره این نوشته که چگونه براندو وی را که در آن زمان یک معمار آمانگرای لس آنجلسی بود، از جایگاهش بیرون کشید و او را متقاعد کرد تا در جزیره کوچک غیرقابل سکوتی در تاهیتی، نخستین اقامتگاه بی نشن زیست محیطی جهان را بسازد. بخش اعظم فیلم در همین جزیره تیتاروا فیلمبرداری شد؛ جایی که براندو و جاج سعی کردند معماری و شیوه های پایدار زیست محیطی را اجرا کنند.

**فیلمسازی بازنشستگی ندارد**  
محمدحسین لطیفی، کارگردان سینما، کارگردان در سینما مانند دوی امدادی است؛ یعنی نسلی سینما را از قبل انقلاب به ما تحویل دادند و نسل ما کم کم دارد به دوران بازنشستگی می رسد. هر چند فیلمسازی بازنشستگی ندارد؛ اما واقعیت این است که نسل نو ادامه مسیر را طی می کند. / ایسنا



**مخاطبان فکر می کردند من افغان هستم**  
سوکال قلاتیان، بازیگر فیلم سینمایی «هنگ ها» بیس از اکران فیلم واکنش های باورنکردنی و خوشایند هیجان انگیزی دریافت کرد که می توان گفت شیرین ترین نمره تمام تلاش ها و زحماتم در طول کار شد. چه چیز قشنگ تر از اینکه بعد از دیدن کار برخی از مخاطبان از من می پرسند که شما اصالتا افغانستانی هستید؟! / مهر



سروش صحت با علاقه ساندش سلفی می گیرد. عکس: هاشمیپور / رانا پناه

# صبحانه ۱۲ میلیاردی زرافه ها

افتتاحیه موفق «صبحانه با زرافه ها» فیلم تازه سروش صحت

### پرستاره ترین کمندی این سال ها

۱۶۰ هزار نفر تماشاگر بوده و فروش آن هم به ۱۲ میلیارد تومان رسیده است. ترکیب جذاب و متفاوت بازیگران دومین فیلم سروش صحت باعث شده این فیلم یکی از آثار پر امید گیشه امسال باشد.

در این فیلم، بهرام رادان سال ها بعد از بازی در کمندی خوش ساخت بی پولی ساخته حمید نعمت الله بار دیگر پا به دنیای طنز و کمدی گذاشته.

پژمان جمشیدی، هوتن شکیبا، هادی دهه اخیر سینمای ایران به کارگردانی سروش صحت و تهیه کنندگی سیدمصطفی احمدی از روز چهارشنبه نهم آبان ماه روی پرده سینماها رفته، میزبان بیش از

از روز نهم آبان ماه ۳ فیلم جدید راهی اکران سینماها شدند که اگر چه هر کدام ژانر و داستانی متفاوت دارند اما از بین آنها فقط یک فیلم کمندی به فروش قابل توجهی نسبت به ۳ فیلم دیگر دست پیدا کرده است. همان افتتاحیه نشان داد که یکی از فیلم های پر تماشاگر امسال خواهد بود.

«صبحانه با زرافه ها» دومین ساخته بلند سینمایی سروش صحت که یکی از فیلم های پرستاره امسال هم هست، افتتاحیه پررونقی در روز چهارشنبه داشت. این فیلم با حضور سروش صحت، هادی حجازی فر و هوتن شکیبا روز چهارشنبه در لو توس مال به نمایش در آمد. بهرام رادان، یکی از بازیگران اصلی فیلم که غایب این مراسم بود در پیامی ویدئویی بابت غیبتش عذر خواهی کرد.

«صبحانه با زرافه ها»، پرستاره ترین کمندی دهه اخیر سینمای ایران به کارگردانی سروش صحت و تهیه کنندگی سیدمصطفی احمدی از روز چهارشنبه نهم آبان ماه روی پرده سینماها رفته، میزبان بیش از



### فهیمة پناه آذر

روزنامه نگار

### اکران

### فروش در ۳ روز

۱۲ میلیارد تومان

تعداد تماشاگران ۱۶۰ هزار نفر



هوتن شکیبا از بازیگران «صبحانه با زرافه ها» که حضورش در مراسم افتتاحیه با استقبال مواجه شد.



هادی حجازی فر در لو توس مال؛ حجازی فر در این فیلم کمندی نقش کوتاهی دارد.

# آغاز پیش تولید سریال «پوریای ولی» بعد از ۲ دهه

پس از «سلمان فارسی» و «حضرت موسی»، یک سریال الف و بزه دیگر در راه است

مسعود جعفری جوزانی پس از سریال عظیم و تاریخی «در چشم باد» که ساختش بیش از ۵ سال زمان برد، سودای ساخت سریال «پوریای ولی» را در سر داشت. با این همه او ۶ سال قبل کتاب فیلمنامه «پوریای ولی» را منتشر و آن زمان عنوان کرد که «پوریای ولی» تنها برای او تمام شده نیست، بلکه ساخت و نمایش آن یکی از آرزوهایش است. اما قصه ساخت این سریال که جزو سریال های الف تاریخی رسانه ملی خواهد بود به ۲ دهه

قبل برمی گردد، زمانی که جوزانی فیلمنامه آن را آماده کرد. «پوریای ولی» حکایت زندگی بهلولان محمود خوارزمی ملقب به پوریای ولی است که در فرهنگ ایرانی - اسلامی نامی پر آوازه دارد. بارها خیر آغاز پیش تولید این سریال رسانای شده و تا چندین قدمی ساخت هم رسیده است اما هر بار به دلیلی با این پست مواجه شده است، به نحوی که حتی جعفری جوزانی زمانی به ساخت پوریای ولی در شبکه نمایش خانگی فکر کرد تا به هر نحوی که شده امکان تماشای سرنوشت این قهرمان ایرانی فراهم شود.

### سریال

**۲ دهه سکوت**  
جعفری جوزانی «پوریای ولی» را از اوایل دهه ۷۰ آغاز کرد. اول این کار را به صورت فیلمنامه برای یک فیلم سینمایی نوشت و در نهایت این پروژه را با محمدعلی نجفی و بعد از سفری که به ترکمنستان داشت، آغاز کرد. اما به گفته او پروژه ۷-۶ ماهه خوابید و وقتی به مسکو وقت مراجعه کرد به نتیجه مشخصی نرسیدند و پروژه تا سال ۸۷ متوقف شد. جعفری جوزانی گفته بود در آن سال ها روزی آقای ضرغامی من را به صدا و سیما فراخواند و قرار شد که کار را آغاز کند اما مدبری رفت و مدبری دیگر آمد و مجددا پروژه روی زمین ماند.

**گلایه ای که به سرانجام رسید**  
اول آبان ماه بود که بار دیگر جعفری جوزانی از ساخته نشدن این سریال گلایه کرد. جعفری جوزانی در گفت و گویش اعلام کرد: بیمن جیلی، رئیس صداوسیما ۴ بار با من جلسه گذاشته است و به شدت به دنبال این بودند که سریال «پوریای ولی» ساخته شود. مهدی تقویان، رئیس سیما فیلم نیز بسیار پیگیر بود تا بتوانیم همکاری داشته باشیم اما تا امروز هیچ اتفاقی نیفتاده است. بعد از گذشت ۱۰ روز از صحبت های جعفری جوزانی، به نظر می رسد مدیران سازمان تصمیم گرفته اند که بالاخره تکلیف تولید این سریال الف تاریخی را مشخص کنند.

**پیمان جیلی تکلیف پوریای ولی را مشخص کرد**  
رئیس صداوسیما در متنی که در صفحه شخصی خود قرار داده، خبر داده است که «پس از طرح دغدغه بجای استاد جعفری جوزانی تا ۲ هفته آینده قرارداد پیش تولید سریال «پوریای ولی» امضا خواهد شد.» وی در ادامه متن آورده است: من با آقای جعفری جوزانی صحبت کردم و کارهای نهایی سازی قرارداد فیلمنامه سریال «پوریای ولی» انجام شده است. به نظر می آید که در آینده بسیار نزدیک، یک یا ۲ هفته آینده قرارداد پیش تولید هم با تهیه کننده ای که متولی ساخت این کار می شود امضا خواهد شد.

### کوتاه تر از گزارش



## سالنی به نام مر ترضی احمدی

در ۱۰۰ سالگی راوی فرهنگ اصیل تهران انجام شد

همزمان با ۱۰۰ آبان سالروز تولد صدسالگی مر ترضی احمدی بازیگر فقید سینما، یکی از سالن های پردیس سینمایی باغ کتاب به نام این روایتگر فرهنگ اصیل شهر تهران نامگذاری شد.

به گزارش روابط عمومی مؤسسه تصویر شهر، پیش برده خوانی مدخلی بود برای ورود جدی مر ترضی احمدی به دنیای هنر؛ عالمی که تا پایان حیات، آن را مشتاق با تفکر و اندیشه و البته هنرمندانه دنبال کرد.

برای دستبندی طیف های مختلف فعالیت مر ترضی احمدی در عرصه هنر می توان کتاب هایی را که به یادگار گذاشته ورق زد یا صد پیشگی هایش را در کارتون ها و فیلم ها به خاطر آورد. او بازیگر سینما و تلویزیون هم بود و در فیلم های چون «انابوس»، «بابا شمل» و «یکبار برای همیشه» و بسیاری دیگر حضور یافت.

او که گام های اولیه را از پیش برده خوانی و سپس تئاتر برداشت در سال ۱۳۲۶ گوینده فیلم های خارجی شد و سر از رادیو و تلویزیون هم در آورد. فعالیت او در تئاتر، رادیو، تلویزیون، آواز بیات تهران و... ادامه داشت تا اینکه نقاط ماندگاری چون دوبله برخی شخصیت ها از جمله رویاه مکار در کارتون «پیتوکیو» از راه رسید.

تالیف و گردآوری کتاب با موضوع فرهنگ عامیانه تهران از دیگر فعالیت های این هنرمند بود. کتاب های «کهنه های همیشه نو»، «فرهنگ برویجهای ترون»، و «پرسه در احوالات ترون و تروینا» تالیفات او هستند. برای حفظ تاریخ شفاهی، احمدی برخی از قدیمی ترین ترانه های کوچک بازاری تهران را به صورت ضریب خوانی بازخوانی کرد. مر ترضی احمدی ۳۰ آذر ۱۳۹۳ درگذشت.

پردیس سینمایی باغ کتاب متعلق به مؤسسه تصویر شهر با ۱۰ سالن مدرن در بزگر حقانی واقع شده و پیش از این در مناسبت های دیگر سالن هایی به نام علی حاتمی، شهید مر ترضی آوینی، و رسول ملاقلی پور، فرشته طائر پور و داود رشیدی به عنوان سینماگران دارای تالیف کتاب نامگذاری شده بود.

### هالیوود

## جایزه یک عمر دستاورد سینمایی برای خالق «پدر خوانده»

فرانسیس فورد کاپولا تجلیل می شود



فرانسیس فورد کاپولا به عنوان پنجاهمین دریافت کننده جایزه یک عمر دستاورد سینمایی مؤسسه فیلم آمریکا معرفی شد. کاپولا برای دریافت بالاترین نشان مؤسسه فیلم آمریکا که مراسم ۲۶ آوریل ۲۰۲۵ (۶ اردیبهشت ۱۴۰۴) در تئاتر دالی هالیوود دعوت شده است، جایزه یک عمر دستاورد هنری مؤسسه فیلم آمریکا هر ساله به چهره های اعطا می شود که با استعدادشان نقش اساسی در ارتقای هنر سینما ایفا کرده اند و دستاوردهای آنها مورد تأیید محققان، منتقدان، همتایان حرفه ای و عموم مردم است و آثارشان از آزمون زمان سر بلند خارج شده است.

فرانسیس فورد کاپولا از مهم ترین کارگردان های زنده دنیا به حساب می آید که نقش غیر قابل انکاری در تاریخ سینمای جهان دارد. مجموعه سینمایی «پدر خوانده»، فیلم های «مکالمه»، «پنک آخر الزمان»، «در کولای برم استوکر» و... از جمله آثار مطرح این سینماگر هستند. کاپولا که آخرین ساخته اش «مگالوپلیس» در اکران شکست تجاری خورد، قصد دارد همچنان به مسیرش ادامه دهد. کارگردان فیلم افسانه ای «پدر خوانده» که در سال های اخیر کم کار بوده است به تازگی گفته است: فیلم بعدی اش از مگالوپلیس هم بزرگ تر، عظیم تر و جاه طلبانه تر خواهد بود. کاپولا که حدود ۱۰۰ میلیون دلار برای تهیه شخصی فیلم مگالوپلیس ضرر کرده، بدون اهمیت دادن به این موضوع می خواهد ۳ فیلم دیگر رانیز با سرمایه شخصی خودش و بدون اتکا به استودیوها بسازد. فیلم جدید کاپولا «دید من فصل» نامگذاری شده است. این فیلم قرار است تماما به صورت لایو ساخته شود.

کوچه گرد

تهرانی اصیل داریم؟



لیلا باقری

سبزه میدانم و میانه سالایی با عابری دعوا پیش شده و بعد از جمع شدن ماجرا، مرد بی اینکه مخاطبی داشته باشد، عصبانی و کلافه می گوید: «این شهرستونی ها پاک خراب کردن تهرون روا هر کسسی رو هم می بینی داره یا به لهجه ای حرف می زنه!»  
رو بر می گردانم از مرد که بوی ناپرداشته، ماجرای برتری جویی بین تهرانی و شهرستانی را هم مورانه دل جوریدنش را ندانم؛ البته که مهاجرت بی رویه یکی از چالش های هر مرز و بومی است و باید با تدبیر و برنامه ریزی باشد، اما هنوز بعضی بدون دانستن پیشینه این شهر خودشان را تهرانی اصیل می دانند و بقیه را شهرستانی، ولی شاید برایتان جالب باشد که بدانید با حساب اقلایکی دو موج مهاجرت، چهارگرد فرانسوی در زمان سلطنت آغامحمدخان قاجار، جمعیت تهران را ۱۵ هزار نفر تخمین زد. ۱۳ سال بعد هم در ۱۸۱۰م، جمعیت تهران بین ۲۰ تا ۴۰ هزار نفر برآورد شد. پس معقول است اگر بگویم همه ما شهرستانی هستیم و کل دعوی برخی سر این است که پدر جد من زودتر از پدر تو به تهران آمده و البته که تهران را همین به قول برخی، شهرستانی ها آباد کرده اند.  
اما بالاخره عده ای هم ساکنان اصلی تهران بوده اند و نخستین نوشته ها درباره این افراد در «معجم البلدان» یا قوت حموی آمده است: تهران روستایی بود زیر زمین و حوالی ری و وقتی مأمور از شهری برای گرفتن باج و خراج می آمد همه بیکاره به درون زمین می گریختند. باغ های سرسبز دور تا دور خانه ها هم به استنارشان کمک می کرد، مأمور که می رفت و خطر رفع می شد از درون زمین، بیرون می خزیدند و دوباره به کشت و کار می پرداختند؛ بی گلو و گلاهن چون معلوم نبود وقتی در زمین پناه گرفته بودند چه بالایی سر اموال می آمد و مأمور حتما آنها را برای جبران خسارت با خودش می برد.

این تهرانی است که همه می گویند بعدها با آمدن مردم از شهرهای دیگر سر و مشکل گرفت؛ حتی قبل تر از پایتخت شدنش که نخستین مهاجرت را اهالی باسواد و فرهنگ ری داشتند به روستایی تهران در سال ۶۱۷ هـ.ق و سرمنشأ تحولات شدند. بعد هم که آغامحمدخان قاجار آمد و تهران پایتخت شد و نیازمند به کلی حرفه و کسب و کار برای تقویت شهر نوظهور، موج های بعدی مهاجرت آغاز شد و تهران کم کم جای شد پذیرای اقوام و فرهنگ های گوناگون و همه بعد از یکی دو نفر دیگر تهرانی شدند آن هم اصیل!  
مهرشاد کاظمی، تهرانی شناس می گوید: «آغامحمد خان برای استحکام پایه های سلطنت خود، جمعی از بزرگان و نخبگان شیراز را به پایتخت جدید کوچاند. در اوایل قاجاریه هم باز موجی از مهاجرت داشتیم و هنرمندان شیراز و اصفهان به تهران آمدند؛ از معمار، نقاش و ریخته گر تا روزنامه نویس. خانواده های نامدار و باسواد از فراران و آشتیان همچون قائم مقام هسا و ملک الکتاب ها هم به تهران کوچیدند و بر کرسی های مهم دیوانی تکیه زدند. به تدریج با تشویق شاه، بازرگانان، صنعتگران و صاحبان حرف نیز از سراسر کشور به پایتخت روی آوردند و به جمع اهالی تهران پیوستند.»  
خلاصه اینکه موسیقیدان، معمار، نجار، زرگر و خیاز اغلب از اهالی شیراز و اصفهان بودند، دولتی و لشکری اغلب از مازندران، تبریز و ایروان، کاتبان و میزبان نویس تفرشی ها، ساختمان و کارخانه ساز از دیلی ها، نشر و چاپ خوشا ساری ها، صنف خواربار دریایی ها، نمدامی برچردی ها، لوله کشی آب نظری ها، معماری و بنایی، شعر بافی و حفر قنات بزدی ها، سلسمانی گیلانی ها، عساری خوزستانی ها، لحدف دوزی و گرمابه داری بساز مازندرانی ها، فرش و قالیچه کرمانی ها، چاقوسازی زنجانی ها... و تازه این بخشی از مشاغل است که با حضور مهاجران از شهرهای دیگر در تهران باب شد و رشد پیدا کرد. این نکته هم از قلم نیفتد که مردم تهران از قضا لهجه داشتند و این بی لهجه بودن هم که فخر خیلی هاست از شهر دیگری آمده، اهالی قلم و کتاب از تفرش آمدند و رسم الخط دیوان کشوری را آوردند و اندک تهرانی های واقعا اصیل مانده از موج بیماری های و مهاجران کم کم زبان گفتارشان را به نوشتار رسمی نزدیک کردند. این ماجرا را به آخر ببرم با یک بیت شعر از ملاسحری طهرانی با گویش اصیل تهرانی: «فل را وا که اگه دل می بری، مفر تا شو توننه چا نمی شو...»؛ زلفات ره و باز کن اگه می خوای دل ببری، مرغ که تا شسب رو نبینه به لونه نمی ره.



با اسکن این کیو آر کد، یادگست مربوط به یادداشت را ببینید.

تماشای پاییز از پنجره قطار

ایرانگردی با قطارهای گردشگری روی زیباترین مسیرهای ریلی در پاییز

فاطمه عباسی

چه چیز بی بهتر از اینکه در یک روز، بار سفر ببندیم و از این طبیعت رنگارنگ لذت ببریم. می توانیم با خودروی شخصی بز نیم به دل جاده یا بلیت هواپیما بگیریم و به سرعت به مقصد برسیم، اما اگر بخواهیم در سفر جذاب و خاطره انگیز، به جای مقصد، از مسیر لذت ببریم، تنها راهش این است که سراغ قطارهای گردشگری برویم.



**قطار گردشگری گیلان**  
قطار گردشگری گیلان بر طرفدارترین قطار گردشگری است و هر پنجشنبه از راه آهن تهران راهی گیلان می شود تا در زیبایی های این خطه سرسبز ایران غرق شوید. مسیر این قطار یک طبیعت گردی و سفر تاریخی تمام عیار است و فرصتی را فراهم می کند تا در جاده منجیل، جنگل سراوان، بازارچه محلی زینون رودبار، موزه میراث روستایی گیلان و کاروانسرای شاه عباسی دیدن کنید.

**قطار گردشگری شیرگاه**  
روزهای جمعه و اکثر روزهای تعطیل زمان حرکت این قطار است. تماشای جاذبه های شهری و روستایی، بخش های ابتدایی سفر شماست تا در مسیر، قطار مسیر خود را تغییر دهد. قطار گردشگری شیرگاه، در بنکوه توقف می کند و فرصت تماشای سازه های قدیمی و زیرساخت های ریلی این منطقه را خواهید داشت. علاوه بر تماشای بناهای تاریخی و سازه های مرتبط با تاریخچه خطوط ریلی، مسیر شما در شمال ایران با طبیعتی دیدنی همراه است.

**قطار گردشگری سوادکوه**  
این قطار هر پنجشنبه از تهران راهی منطقه سوادکوه می شود تا مسافران از دیدن منظر حیرت انگیز آن لذت ببرند. در مسیر این قطار از مناطق زیبای کبودرود، سیمین دشت و زمین دشت عبور می کنید و توقفی کوتاه در شوراب خواهید داشت که این توقف فرصتی برای خرید و گشت و گذار است. ادامه مسیر شما نیز از سازه های راه آهن مانند پل ورسک و سه خط ملام عبور خواهد کرد.



**قطار گردشگری لرستان**  
مسیر کوهستانی این قطار، شما را مهمان مناظری می کند که بسیار چشم نواز هستند. این قطار مسیر خود را از شهر درود آغاز می کند و ۱۴ توقف دارد تا پس از مسیری ۴۷ کیلومتری به مقصد برسید. دیدنی های معروف لرستان مانند آبشار پیشه، تالاب ازکن، چشمه آب گوگرد، آبشار آب گرم... زیبایی های طبیعی در مسیر این قطار گردشگری هستند.

**قطار گردشگری تهران - گرگان**  
مسیر تهران به گرگان نیز یکی از دیدنی ترین و زیباترین مسیرهای ریلی در ایران است که جاذبه های مختلف مانند رودخانه، کوه، دره و دشت های سرسبز، مسیری چشم نواز را خلق کرده اند. البته این قطار گردشگری فرصت تماشای سازه های ریلی مختلفی همچون پل ورسک و تونل گدوک را نیز در اختیار مسافران قرار می دهد. از شهرها و ایستگاه های در مسیر این قطار می توان از سیمین دشت، فریزرکوه، شیرگاه، قائم شهر، ساری، نکاو... نام برد.

**قطار گردشگری مشهد - ساری**  
دیگر قطار گردشگری ایران، بین ۲ شهر مشهد و ساری در تردد است که مسیری ۱۴ ساعته را سپری می کند. گذر از میان کوه ها و صخره ها، مناطق روستایی، جنگل های سرسبز و... بخش هایی از سفر با این قطار است. در مسیر شما برای سفر با این قطار گردشگری، ایستگاه های کاشمر، اسفراین، شاهرود، دامغان، سمنان، گرما، فریزرکوه و قائم شهر قرار دارند تا به مقصد برسید.

گردشگری در کویر سبز

خیلی عجیب است که یک منطقه کویری پس از سال ها به خاطر بارش های سیل آسا، دوباره احیا شود و این ماجرا گردشگران را ترغیب کند که به این منطقه سفر کنند. با وجود عجیب بودنش، این اتفاق آسما در مراکش رخ داده و باران های نادر در مناطق بیابانی جنوب شرقی این کشور، باعث احیای دریاچه ها و پرکه های شده است که مدت ها خشک بوده اند. مردم محلی و گردشگران این اتفاق را برکتی از آسمان توصیف می کنند.  
در مرز قوه، یک شهر توریستی در حدود ۶۰۰ کیلومتری جنوب شرقی ریباط، پایتخت مراکش، تپه های طلائی که زمانی خشک شده بودند، اکنون مملو از پرکه ها و دریاچه های پر آب شده است. یوسف آیت، یک راهنما تور محلی که گروهی از گردشگران آلمانی را به سمت دریاچه یاسمینا در میان تپه های شنی مرز قوه هدایت می کند، می گوید: ما از بارندگی های اخیر بسیار خوشحالیم. خالد اسکندولی، یکی دیگر از راهنمایان تور، می گوید که باران بارندگی کنندگان



عکس خانه

کیف ساندیسی



آنهایی که متولد دهه ۶۰ یا ۷۰ هستند حتما یادشان است که در همان سال ها برخی از افراد با پاکت های خالی ساندیسی، کیف درست می کردند! این ماجرا آنقدر رایج شده بود که از هر ۱۰ نفر حداقل یک نفر کیف ساندیسی درستش بود. حالا سسال ها گذشته و به ندرت کیف های ساندیسی دیده می شود اما جالب است بدانید که این فقط ما ایرانی ها نبودیم که با پاکت آمبوه کیف و ساک درست می کردیم. همانطور که در تصویر هم می بینید، خارجی ها همین حالا هم با بسته های یک نوع شکلات معروف با پاکت آمبوه کیف درست می کنند و بدان به خرید می روند! به تازگی هم تصویری از کیف هایی با طرح جلد آمبوه توسط یک سایت آلمانی منتشر شده که این کیف ها در آلمان به قیمت ۲۱.۵۰ یورو و تحت عنوان Sustainable bag فروخته می شود.



# هلمشهری فوت

عکس: مسعود انگری



# ضعیف‌تر از استقلال

اینکه استقلال خوب بازی نمی‌کند حقیقت غیر قابل انکاری است اما نتایج آبی‌ها حتی از نمایش آنها هم بدتر و ضعیف‌تر است

## هنگ کردن به سبک موسی‌مانه

در ۲ بازی‌ای که موسی‌مانه روی نیمکت استقلال نشسته، ویدئوهای زیادی از رفتارهای خشمگینانه او ایرال شده است؛ سرمربی آفریقایی اصلا باور نمی‌کند کجا آمده و چه تیمی را در چه شرایطی تحویل گرفته است

گزارش بازی

## روز هوادار

هفته دهم لیگ برتر فوتبال با برگزاری ۶ مسابقه به پایان رسید. در این ۶ مسابقه که روز گذشته برگزار شد، اتفاق مهم پیروزی سپاهان و بازگشت این تیم به صدر جدول بود. شکست خانگی ملوان و گل گهر مقابل هوادار و فولاد نیز از اتفاقات مهم هفته بودند.

**چادر ملو یک - ذوب آهن صفر**  
چادر ملو که امسال به لیگ برتر آمده و با نتایج خوبش در هفته‌های اخیر شگفتی‌ساز لیگ لقب گرفته، مقابل ذوب آهن هم شروع خوبی در نیمه اول داشت. ذوبی‌ها یکی دو موقعیت به حریف دادند که توسط نوشی صوفیانی مهار شد و نهایتاً در دقیقه ۴۵ دروازه‌شان باز شد؛ آن هم با ۳ ضربه. ارسال بلند دروازه‌بان چادر ملو و اثرگذاری یحیی‌زاده، باعث شد متئوس سانتوس در موقعیت تک‌به‌تک قرار بگیرد و دروازه ذوب آهن را باز کند. در نیمه دوم چادر ملو به خوبی از تک‌گل خودش دفاع کرد و در ضد حملات هم خطرناک ظاهر شد. نهایتاً این مسابقه با همان یک گل به سومین برد متوالی اردکانی‌ها انجامید تا آنها به جمع تیم‌های بالاترین ملحق شوند.

**گل گهر صفر - فولاد یک**  
این جدال ۲ تیم جعفر و سرسخت لیگ برتر بود که بعد از مدعیان اصلی قهرمانی، موج دوم تیم‌های باکیفیت لیگ را تشکیل داده‌اند؛ فولاد منظم یحیی، مقابل گل گهر که از هفته اول به بعد گل نخورده و کلین‌شیت‌های متوالی‌اش همه را شگفت‌زده کرده است. نیمه اول بدون گل مساوی تمام شد تا اخباری و گل گهر از مرز ۶۰ دقیقه گل نخوردن نیز عبور کنند اما در نیمه دوم بالاخره دروازه اخباری بعد از ۶ کلین‌شیت متوالی باز شد و کسی که این طلسم را شکست، موسی کولیپالی، مدافع فولادی‌ها بود. کولیپالی که معمولاً با ضربه سر گل می‌زند، این بار با یک شوت سرکش دروازه سیرجانی‌ها را باز کرد تا فولاد به یک برد با ارزش برسد و تاریخه سوم جدول بالا برود.

**نساجی صفر - مس رفسنجان یک**  
جدال تیم‌های فعلی و سابق ساکت الهامی یکی از بازی‌های حساس جمعه بود که در قلمشهر برگزار شد. مس رفسنجان را مسعود شجاعی از روی سکوها هدایت می‌کرد و البته نارنجی‌پوشان با همین مربی بعد از ۵ هفته ناکامی در لیگ به پیروزی رسیدند. عیسی مرادی در حالی گل برتری مهمان را زد که پیش از او کوین یامگا یک پنالتی را برای میزبان هدر داده بود؛ تیرهورزی‌های نساجی و الهامی همچنان ادامه دارد.

**شمس آذر ۲ - خیبر صفر**  
این دیدار از یک جهت جالب توجه بود و آن قرار گرفتن سرمربیان ۲ تیم مقابل تیم‌های سابق خودشان بود. مصاف مهاجری با خیبری‌ها و دونل سعید دقیقی با تیم شمس آذر در حالی برگزار شد که این تیم‌ها در ۲ سال اخیر توسط همین مربیان به لیگ برتر آمده‌اند و حالا مقابل یکدیگر قرار گرفته‌اند. نیمه اول با تساوی بدون گل به پایان رسید اما در نیمه دوم میزبان برتری‌اش را بر مهمان اثبات کرد و با ۳ گل به برتری رسید. گل اول شمس آذر را میلاد فخرالدینی با ضربه سر زد و در دقیقه پایانی علی آزادمنش با گل کردن یک پنالتی بازی را ۲ بر صفر کرد.

**سپاهان یک - آلومینیوم صفر**  
زوزه مورایس با ۱۰ تغییر در ترکیب تیمش همه را شگفت‌زده کرد. سپاهان البته در بازی‌های قبلی هم تغییرات زیادی در ترکیب داشت اما این بار دیگر سرمربی پر تغالی به سیم آخر زد و از ترکیبی که هفته گذشته مقابل فولاد بازی کرده بود فقط امین حزاباوی پور را بین ۱۱ نفر حفظ کرد. حتی رضا اسدی که مدت‌ها بود در ترکیب قرار نمی‌گرفت این بار از ابتدا به زمین رفت و جالب اینکه در پست سابق خودش یعنی هافبک دفاعی بازی کرد. نیمه اول این مسابقه بدون گل تمام شد اما در نیمه دوم سپاهانی‌ها با تک گل مهدی لیموچی مقابل تیم سابقش پیروز میدان شدند. مورایس در این نیمه کامارا و انزو ونزی را هم به زمین فرستاد و نتیجه را حفظ کرد تا به صدر جدول برگردد.

**ملوان صفر - هوادار ۲**  
با توجه به جایگاه ۲ تیم در جدول رده‌بندی و بازی‌هایی که طی هفته‌های گذشته از آنها دیده بودیم، پیش‌بینی می‌شد ملوان تیم برتر میدان باشد اما در نیمه اول این هوادار بود که همه را با بازی خوبش شگفت‌زده کرد. شاگردان جوان مهدی رحمتی بعد از اینکه یکی دو حمله ملوان را دفاع کردند در دقیقه ۳۱ به گل رسیدند تا قوی سفید در خانه خودش و در کمال ناباوری از قعر نشین جدول عقب بفتند. این گل را پیمان رنجبری روی ارسال مهدی گودرزی زد. ملوان در نیمه دوم هر چه تلاش کرد موفق به جبران نشد و در کمال ناباوری این هوادار بود که در ثانیه‌های پایانی به گل دوم رسید. به این ترتیب نخستین پیروزی این فصل هوادار، خارج از خانه و در زمین تیم موفق ملوان رقم خورد.

پخش زنده
لیگ برتر انکسین
نیوکسل
۱۶:۰۰
آر سنال
بور نموث
۱۸:۳۰
منچستر سیتی
ساوتهمپتون
۱۸:۳۰
اور تون
ناتینگهام فارست
۱۸:۳۰
وستهم
ایپسویچ
۱۸:۳۰
لستر سیتی
لیور پول
۱۸:۳۰
برایتون
۲۱:۰۰
کرپستال پالاس
لیگ یک فرانسه
پاری سن ژرمن
۱۹:۳۰
لانس
سری آ ایتالیا
اودینزه
۲۰:۳۰
یوونتوس
مونزا
۲۳:۱۵
ات میلان
برنامه بازی
لیگ نینگان آسیا
چهارشنبه ۲ آبان ۱۴۰۳
پر سپولیس
۱۹:۳۰
الفرافه
الهلال
۲۱:۳۰
استقلال
لیگ قهرمانان آسیا
شنبه ۱۸ آبان ۱۴۰۳
سپاهان
۱۹:۳۰
شارجه امارات
چهارشنبه ۱۶ آبان ۱۴۰۳
تر اکتور
۱۹:۳۰
روشن تاجیکستان



# ضعیف‌تر از استقلال

اینکه استقلال خوب بازی نمی‌کند حقیقت غیر قابل انکاری است اما نتایج آبی‌ها حتی از نمایش آنها هم بدتر و ضعیف‌تر است

### نگته بازی

#### این حرف‌ها را یادشان نده!

بعد از شکست پرسپولیس مقابل استقلال خوزستان، میکس زون ورزشگاه غدیر پر شد از اظهار نظر بازیکنان سرخپوش علیه داور مسابقه. تقریباً همه آنها اتفاق نظر داشتند که یک یا دو پنالتی به سودشان گرفته نشده است. این در حالی است که چنین اجماعی، ابتدا بین کارشناسان داوری وجود نداشت و بیشتر آنها تصمیمات گروه داوری را تأیید کردند. به‌طور کلی اما یکی از رموز موفقیت پرسپولیس در سال‌های اخیر آن بوده که بازیکنان این تیم به ندرت در مورد داوری و مسائلی از این دست اظهار نظر می‌کردند. حالا اما نوح این حرف‌ها افزایش پیدا کرده و این اصلاً خوب نیست. نفر اول این جریان هم گویا شخص گاردیدو، سرمربی تیم است که بعد از مسابقه در زمین هم به داوران اعتراض کرد. آقا نکن از این کارها، مسائل فنی به کنار اما عادت کردن به چنین بهانه‌گیری‌هایی، پرسپولیس را ۲۰ سال به عقب برمی‌گرداند.

#### ستاد یادآوری بازیکنان به گاردیدو

به‌نظر می‌رسد باشگاه پرسپولیس باید یک ستاد برای یادآوری حضور برخی بازیکنان در این تیم به خوان کارلوس گاردیدو راه بیندازد. در حقیقت گاهی حس می‌شود مربی اسپانیایی فراموش کرده کدام بازیکنان را در تیمش دارد. در مورد امثال یاسین سلمانی و عیسی آل کثیر زیاد حرف زده شده اما محمد خداینده‌لو هم واقعا مورد جالبی است؛ هافبک سرخ‌ها که هر از گاهی به‌عنوان بازیکن تعویضی به میدان می‌آید و معمولاً هم عملکرد بدی نداشت اما مدت‌هاست به نیکمیت چسبیده. خداینده‌لو در بازی با فولاد حضور یک‌نیمه‌ای مؤثری در زمین داشت و گل دوم پرسپولیس را ساخت، پس از آن در بازی با آلمینیوم اراک هم فیکس بود و ۸۲ دقیقه بازی کرد اما بعد از آن مسابقه در لیگ برتر حتی یک دقیقه هم مورد استفاده قرار نگرفته که این عجیب است. آیا گاردیدو یادش هست چنین بازیکنی در تیمش دارد؟! ■ ■ ■ ■

#### دشمن شادکن‌ها!

یکی از حواشی بازی استقلال و تراکتور، درگیری کاپیتان‌های آبی‌ها در پایان نیمه اول بود. شجاع که از سکوها فحش می‌خورد، به سمت آنها «هیس» نشان داد و حسین حسینی هم به‌سوی او یورش برد. کار بالا گرفت و چند بازیکن دیگر هم به درگیری افزوده شدند و خلاصه ماجرا جمع شد. در مورد گل این ماجرا حرفی برای گفتن نداریم اما راه بهتر برای ساکت کردن شجاع، می‌توانست کلین‌شیت کردن حسینی باشد. ششما دروازه‌دارت را بسته نکه می‌دستی، خودبه‌خود آنها خاموش می‌شدند اما بعد از گردگیری در میانه میدان، آن اشتباه فاحش را انجام دادی، گل اول و بعد گل دوم را خوردی و کار به جایی رسید که هوداران به جای خلیل‌زاده، در دقایق پایانی علیه خودتان شعار دادند. خوب این یعنی موفقیت؟ یعنی تعصب؟ حقیقت آن است که بازیکنان استقلال این روزها در حال ارائه دشمن شادکن‌ترین نسخه خود هستند.

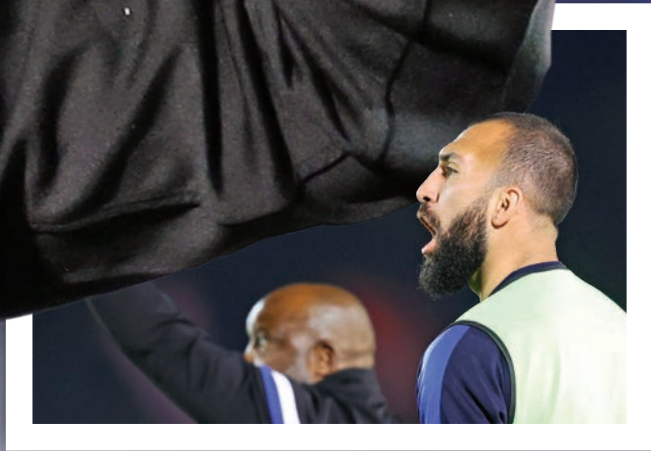
### چهره روز

## بهترین خرید تابستان تراکتور؟

البته که تبریزی‌ها تیم پر مهره‌ای دارند اما امضای اسکوچیچ هم پای کار آنها دیده می‌شود

با برتری ۲ بر صفر مقابل استقلال در تهران، تراکتور توانست با یک بازی بیشتر نسبت به پرسپولیس صدر جدول را از این تیم بگیرد. حالا آنها ۹ امتیازی هستند و به‌نظر می‌رسد کورسی طولانی مدت با پرسپولیس که امروز ۱۷ امتیازی است داشته باشند. از سوی دیگر، مخصوصاً نتایج تراکتور در مسابقات بیرون از خانه عالی بوده است؛ جایی که آنها با لیدر از ۵ بازی، به ثمر رساندن ۱۱ گل و دریافت تنها یک گل، در صدر جدول بازی‌های خانگی لیگ برتر قرار گرفته‌اند. شاید اگر ۲ باخت خانگی دور از انتظار مقابل ذوب‌آهن و فولاد نبود، امروز تراکتور در جدول مسابقات می‌توانست وضعیت بهتری هم داشته باشد. آنچه اما کاملاً مسلم به‌نظر می‌رسد، تأثیر کادرفنی روی عملکرد سرخپوشان است؛ جایی که شاکر گران در اگان اسکوچیچ فوتبال روی زمین و منظمی بازی می‌کنند و به نوعی امضای مربی کروات در نوع نمایش آنها مشهود است.

البته که تراکتور تیم پر مهره‌ای هم هست و اصلاً در همین تابستان ۳ بازیکن اصلی پرسپولیس، قهرمان فصل گذشته را جذب کرد. این یعنی حتماً بخشی از پوئن نتایج و عملکرد خوب تراکتور مربوط به ستاره‌های این تیم است اما نباید فراموش کرد که تراکتور در فصول گذشته هم خریدهای گران قیمت زیادی داشته؛ از جمله زمانی که ۳ کاپیتان تیم ملی یعنی اشکان دژاگا، مسعود شجاعی و احسان حاج‌صفی به این تیم پیوستند. با این حال در این سال‌ها به ندرت فوتبالی چنین خوب، روان و مستمر را از این تیم دیده بودیم. طبیعتاً مثل همه مصداق از این دست، در مورد اسکوچیچ هم باید گفت گذر زمان بیشتر و بهتر کیفیت کار او را در تبریز مشخص خواهد کرد، اما فعلاً تأثیر این مربی روی تیمش مثبت بوده؛ مثل اثری که روی اغلب تیم‌های قبلی‌اش گذاشته است. یک نفر به شوخی نوشته بود: «حالا وقتش شده تراکتور ی‌ها اسکوچیچ را بر برداند و کی‌روش را جای او بگذارند!»



هم به جایی رسیده که در بیشتر آیتیم‌ها بر تر از تراکتور باشد. حتی در خلق موقعیت‌های گل که تراکتوری‌ها برتری نسبی داشته‌اند هم برتری آنها به اندازه بردن با اختلاف ۲ گل نبوده است. تراکتور ۱۳ شوت زده و استقلال ۱۰ شوت، تراکتور ۴ شوت داخل چارچوب داشته و استقلال ۳ شوت و نهایتاً تراکتور به امید گل ۱۰،۸۴ رسیده و استقلال به امید گل ۰،۹۶. یعنی فاصله امید گل ۲ تیم حتی به عدد یک هم نرسیده است. حتی اگر تراکتور با اختلاف یک گل بازی را می‌برد هم آن نتیجه با اغماض نتیجه‌ای منطقی برای این مسابقه بود اما استقلال ۲ گل خورده و از امید گل حدود یک خودش هم بهره‌ای نبرده تا باز هم با اختلاف ۲ گل بازنده این میدان باشد. در سست مثل هفته گذشته که با اختلاف ۲ گل به خیبر خرم‌آباد باخت.

استقلال باز هم بیشتر از امید گلی که به حریف داده بود گل خورد و کمتر از امید گلی که خلق کرده بود گل زد. این انگار تقدیر تیم مریمضی است که در این روزها با سر مربی جدید و خارجی آنها هم ادامه پیدا کرده است. بعد از اینکه نکنونام تیم نگوین بخت امسال را تحویل سهراب بختیاری زاده داد، سهراب در نخستین مسابقه یک برد مقابل هوداران به دست آورد اما بعد از آن دیگر آبی‌ها هیچ برد و هیچ امتیازی به‌دست نیاوردند. استقلال طی ۲ بازی با سهراب و ۲ بازی با موسی‌مانه ۴ باخت متوالی را متحمل شده است. این تیم پیش از رسیدن به‌دست سهراب نیز ۲ باخت متوالی را با جواد نکنونام متحمل شده بود و در واقع نکنونام تیمش را با ۲ باخت متوالی در ۲ بازی آخر به سر مربی بعدی تحویل داد. به این ترتیب باید گفت آبی‌پوشان طی ۷ بازی اخیرشان در لیگ و آسیا به یک برد و ۶ باخت دست یافته‌اند؛ آماری بسیار عجیب برای تیمی که بعد از نایب‌قهرمانی فصل گذشته در لیگ برتر، فصل جدید را با امیدواری‌های فراوانی آغاز کرده بود.

#### مهدی ترابی بالاتر از همه

بهترین بازیکن مسابقه استقلال و تراکتور از دید سایت متریکامهدی ترابی بوده است. این پرسپولیسی سابق با ۲ پاس کلیدی و یک ضربه به چارچوب استقلال و همچنین با دقت پاس ۶۵،۶ درصد توانسته نمره ۷،۹۳ را از متریکادر یافت کند که هم‌اکنون بهترین شوت در جمع بازیکنان کافی بوده است. بعد از او عارف آقاسی و دانیال اسماعیلی فر با نمرات ۷،۰۷ و ۷،۵۰ در رتبه‌های دوم و سوم قرار گرفته‌اند. در تیم استقلال بالاترین نمره کسب‌شده ۷،۲۷ بوده است. جلال‌الدین ماشا‌ریپوف، آرمان رضانی و محمدحسین اسلامی به‌ترتیب با نمره ۷،۲۶، ۷،۲۷ و ۷،۲۵ برترین‌های استقلال بوده‌اند که از این جمع ۳ نفر قبل از پایان مسابقه تعویض شدند و زمین را ترک کردند!

#### اختلاف، کمتر از یک گل

آمارهای سایت متریک نشان می‌دهند که تیم آبی‌پوش در مصاف بزرگ هفته دهم مقابل تراکتور ۵۵ درصد مالکیت توپ داشته و در ۴۵ درصد زمان بازی توپ را به تیم میهمان سپرده است. ۴۵۹ پاس برای استقلال و ۴۲۵ پاس برای تراکتور نشان می‌دهد آبی‌پوشان در تعداد پاس هم از تیم رقیب عقب نبوده‌اند و حتی دقت پاس‌های استقلال هم (۸۲،۴ به ۸۰،۲) از تیم حریف بیشتر بوده است. یعنی ورژن جدید استقلال با هدایت پیستوس موسی‌مانه که حتی خودش هم اقرار کرده هنوز راه درازی تا شفاف‌سازی کامل دارد، با همین یک هفته تمرین

# رامین دخالت نکن!

خلاصه همه احوالات استقلال، شاید در یک جمله

#### هنگ کردن به سبک موسی‌مانه

در همین ۲ بازی‌ای که موسی‌مانه روی نیمکت استقلال نشسته، ویدئوهای زیادی از رفتارهای خصمگانه او ویرال شده است؛ سرمربی آفریقایی که انگار اصلاً باور نمی‌کند کجا آمده و چه تیمی را در چه شرایطی تحویل گرفته است. او که مقابل خیبر بارها به سمت نیمکت خودی بر گشت و داد و فریاد کرد، در این بازی هم در یک صحنه، هنگام آموزش «سر زنی» به آرمان رضانی شکار شد؛ شبیه مربی یک مدرسه فوتبال اظهارات موسی‌مانه بعد از بازی با تراکتور هم غم‌انگیز بود: «می‌دانستم وضع تیم خوب نیست اما فکر نمی‌کردم شرایط تا این حد خراب باشد. بالاخره یک نفر باید به اینجا می‌آمد و قرعه به نام من افتاد.» طبعاً برای قضاوت کردن در مورد او خیلی خیلی زود است و ماه‌ها باید صبر کرد اما به‌طور کلی او کم‌کم متوجه دشواری ماموریتش شده است.

#### همه چیز در یک جمله

دوست نداریم زیاد در مورد رامین رضاییان مطلب بنویسیم اما خودش راه دیگری باقی نمی‌گذارد. رضاییان در این بازی هم شاهکار بود؛ روی گل دوم تراکتور مرتب یک کنش دفاعی غلط دیگر شد و البته برای هشتمین هفته پیاپی نتوانست پاس گل بدهد. با همه اینها، مهم‌ترین برش از نمایش او جای دیگری بود؛ آنجا که اوایل نیمه‌اول، پشت دروازه خودشان به سمت روزه چشمی رفت و به او گفت: «لباس بپوش بیا تو.» رامین رفت که دستور همین تعویض را به کادرفنی هم بدهد، اما روزبه پشت دروازه فریاد زد: «رامین دخالت نکن!» باور کنید حتی در فوتبال محلی هم رخ دادن چنین اتفاقی دور از ذهن است، دیگر خودتان ببینید چه بر سر استقلال آمده است.

#### اعداد که باور نمی‌کنید

استقلال در حالی مقابل تراکتور شکست خورد که تیم تبریزی ۱۸ سال بود نمی‌توانست در تهران آنها را شکست بدهد. حالا شمار امتیازات استقلال از تعداد بازی‌های این تیم هم کمتر شده است؛ ۹ مسابقه، ۸ امتیاز. این یعنی میانگین امتیازگیری امروز استقلال در لیگ برتر حتی یک امتیاز به نسبت هر بازی هم نیست. از سوی دیگر این چهارمین شکست پیاپی استقلال به شمار می‌آید که ۶ مسابقه را باخته و اصلاً به‌نظر می‌رسد قبیح و عار شکست خوردن نزد بازیکنان این تیم از بین رفته باشد. باز هم هست؛ استقلال در حالی در ۹ بازی ابتدایی فصل جدید ۱۶ گل دریافت کرده که در ۲۰ بازی فصل گذشته فقط ۱۵ گل خورده بود. آبی‌ها تنها تیم بدون کلین‌شیت لیگ امسال هستند و بدترین خط دفاع کل مسابقات را در اختیار دارند. این تیم هر بار بیشتر از پرسپولیس گل خورده و همه اینها در حالی است که با وجود انبوه اشتباهات حسین حسینی، او در این فصل مهارت‌های زیادی هم داشته. همه اینها یعنی وضع استقلال است، خیلی خراب.



# گرداب اتحادیه

## آغول از جام حذف شدند

در دور چهارم جام اتحادیه فوتبال انگلستان چه اتفاقاتی افتاد؟ چلسی و منچستر سیتی که قرعه‌های سختی داشتند، حذف شدند. چلسی که همین هفته گذشته ۲ بر صفر نیوکاسل را برده بود، با بارن ذخیره خود و با همین نتیجه به این تیم باخت تا کلاغ‌ها هم انتقام شکست در بازی هفته گذشته و هم حذف مقابل آبی‌ها در جام اتحادیه فصل قبل را یک‌جا بگیرند. سیتی هم که هالند را در ترکیب نداشت، ۲ بر یک به ناتهام باخت و از تورنمنت محبوب گواردیولا کنار رفت. پپ که بین سال‌های ۲۰۱۸ تا ۲۰۲۱، ۴ بار متوالی فاتح جام اتحادیه شده بود، در ۴ فصل اخیر از مرحله یک‌چهارم فراتر نرفته است. در بازی سیتی و ناتهام مساوی ۲-۲ دقیقه ۶۲ به علت مصدومیت شدید از زمین خارج شد. سیتی در هفته‌های آینده باید بدون ساوینیو، دوکو، گریش و باب در خط حمله به مصاف اسپورتینگ، لیورپول و ناتهام برود. دی‌پروینه و کایل واگر هم تا فیفادی بعدی در دسترس نیستند. گواردیولا اعتراف کرد در ۹ سال حضورش در این باشگاه، هرگز تیم او این تعداد مصدوم نداشته است.

**در دیگر بازی‌های این جام چه نتایج به دست آمد؟**  
 لیورپول که امروز در لیگ برتر با برایتون بازی دارد، همین تیم را در جام اتحادیه ۳ بر ۲ شکست داد.  
 منچستریونایتد که با آموریم برای جانشینی تن‌هاخ به توافق رسیده، با سرمربی موقت خود رود فان نیستلروی، پرگل‌ترین پیروزی از زمان حضور تن‌هاخ در این تیم را به‌دست آورد؛ البته در غیاب این مربی هلندی اخراجی! در پیروزی ۵ بر ۲ مقابل لستر سیتی، کاسمیرو و برونو فرناندز هر کدام گل زدند و یک گل هم گارناچو به ثمر رساند. منچستریونایتد آخرین بار در آگوست ۲۰۲۱ موفق شده بود مقابل یک تیم لیگ برتری ۵ گل به ثمر برساند (۵ بر یک مقابل لیدز). برای اولین بار از فوریه ۲۰۲۱ و بعد از پیروزی ۹ بر صفر مقابل ساوتهمپتون، یونایتد موفق شد در نیمه‌اول یک بازی، ۴ گل بزند. نکته دیگر این بازی این بود که بالاخره پای برونو هم به گلزنی باز شد و این پرتغالی پس از زدن ۳۷ شوت به سمت دروازه حریفان، موفق شد نخستین گل فصل خود را برای یونایتد به ثمر برساند. باین دو گل، مجموع گل‌ها و پاس گل‌های برونو فرناندز برای منچستر به ۱۵۸ رسید؛ ۸۱ گل و ۷۰ پاس گل. نیستلروی ۳ بازی دیگر فرصت دارد تا در مدبران باشگاه ثابت کند درباره انتخاب سرمربی اشتباه کرده و آنچه خود داشتند زیگانه تمنا کرده‌اند.  
 قرعه کشی مرحله یک‌چهارم نهایی جام اتحادیه انجام شد و قرعه مرگ به نام ناتهام و یونایتد افتاد: ناتهام - منچستریونایتد، آرسنال - کریستال پالاس، ساوتهمپتون - لیورپول و نیوکاسل - برنتفورد. بازی‌های این مرحله اواسط دسامبر (حدود ۲۰۴۵ روز دیگر) برگزار خواهد شد.



## اولین هت‌تریک جمال

جمال موسیلا یکی از نامزدهای جانشینی کوین دی‌بروینه در منچستر سیتی است. دلیل اینکه این اتفاق فعلاً نیفتاده، این است که گواردیولا هنوز مطمئن نیست برای دهمین سال هم در سیتی می‌ماند یا نه. با این حال بازیکن آلمانی - انگلیسی - افریقایی با این نام خوش که در پیروزی ۴ بر صفر باین در جام حذفی و در زمین مانس، برای نخستین بار در عمرش هت‌تریک کرد، به تمدید قرارداد با باین بسیار نزدیک است. در منیخ به بازیکن پول زیادی می‌دهند اما درآمد او بیشتر از ۸ میلیون یورو در سال نیست. قرارداد جمال تا سال ۲۰۲۷ مهلت دارد و اگر تمدید شود، دستمزد این پدیده به ۲۵ میلیون یورو می‌رسد. جمال احتمال تمدید قراردادش را تأیید کرد و گفت: «بله، ایسن احتمال وجود دارد. ما در حال مذاکره هستیم. من در باین منیخ حس خوبی دارم و خوشحالم.» موسیلا و ونسان کمپانی از کار کردن کنار هم راضی‌اند. سرمربی بلژیکی با باین گفته که جمال می‌تواند مثل زین‌الدین زیدان یا رونالدینیو باشد. خود جمال هم از احتمال آقای گلی‌اش و رقابت با هری کین گفته: «سبک بازی کمپانی من را آقای گل می‌کند.» جمال در صد و هفتاد و چهارمین بازی رسمی خود در باین منیخ، موفق شد پنجاهمین گلش را برای این تیم به ثمر برساند. موسیلا تا این جای فصل در ۱۱ بازی برای باین، ۷ گل و ۴ پاس گل به ثبت رسانده؛ تأثیر مستقیم روی ۱۱ گل.

## خانه کلاغ‌ها

بازی بزرگ این هفته از لیگ‌های باشگاهی اروپا فردا بین منچستریونایتد و چلسی برگزار می‌شود. امروز بازی بزرگ چندانی نداریم و شاید بازی نیوکاسل - آرسنال را بتوان مهم دانست. البته این بازی قطعاً زیبا نخواهد بود چون یک طرف نیوکاسل حضور دارد و طرف دیگر آرسنال که این فصل مثل گذشته زیبا بازی نمی‌کند و آرتتا فقط دنبال نتیجه‌گیری است. کلاغ‌ها در ۳ بازی خانگی قبلی ۲ بار آرسنال را برده و تنها یک بار شکست خورده‌اند. فقط یک بار نیوکاسل توانسته ۳ بار پیپی تویچی‌ها را ببرد که بین سال‌های ۱۹۹۴ تا ۱۹۹۶ این اتفاق افتاده بود. اوضاع نیوکاسل چندان خوب نیست. با اینکه آنها در جام اتحادیه توانستند چلسی را حذف کنند، در ۵ بازی آخر خود در لیگ از پیروزی محروم مانده و فقط ۲ تساوی به‌دست آورده‌اند. از سپتامبر ۲۰۲۲ که تویچی‌ها عازب پیپی بدون برد مانده بودند، این بدترین دوره آنهاست. آرسنال برای این بازی مدافع ندارد؛ یا مثل سالهای محرومند یا مصدوم. این تیم در ۵ بازی اخیر خود در لیگ برتر ۹ گل دریافت کرده است بیشتر از مجموع ۹ بازی قبلی خود (۸ گل) بوده است. در ۴ بازی از این ۵ بازی، ۲ گل یا بیشتر دریافت کرده‌اند که به اندازه ۲۷ بازی قبل تر آنهاست. منچستر سیتی هم پس از شکست از ناتهام و حذف از جام اتحادیه در زمین بورنموث به میدان می‌رود. با اینکه تیم‌های کوچک خوراک گواردیولا و هالند هستند اما بورنموث این فصل شگفتی‌ساز است. آنها هفته پیش توانستند آرسنال را ۲ بر صفر شکست دهند. یک بازی هم در انفیلد هم‌زمان با این مسابقه (۱۸:۳۰) برگزار می‌شود که لیورپول میزبان برایتون است؛ آن هم به فاصله ۲ روز پس از بازی رودرو در جام اتحادیه که آن بازی را فرمزها ۳ بر ۱ بردند و خاکیو گل زد.



## سومین آرژانتینی

### دیبالا گل زد تا یوریچ بماند

یوریچ، سرمربی ناموفق آس‌رم توانست تیم سابق خودش را ببرد و حداقل برای چند ساعت از خطر اخراج بگریزد. رم با تک گل دیبالا بر تورینو غلبه کرد و به جایگاه دهمی سری رسید. در آستانه تقویم فشرده و بازی مقابل تیم‌های نابولی، ناتهام و آتالانتا این سرد برای این تیم و این مربی حیاتی بود. اگر یوریچ نتواند در این دیدارها نتیجه بگیرد، اخراج کمترین پاداش برای اوست. روبرتو مانچینی، کلودیو رانیسری و ادین ترزیچ از گزینه‌های جانشینی یوریچ هستند. گزینه بازگشت هوروسی هم روی میز است. دیبالا، ستاره ۱۹ ساله آرژانتینی رمی‌ها بالاتر از لوتوتارو و مارتینس و مائورو ایکاردی سومین گلزن آرژانتینی تاریخ سری‌ا محسوب می‌شود؛ البته به‌طور مشترک با گونسالو ایگواین. برترین گلزنان آرژانتینی سری‌ا: گابریل باتیستوتا (۱۸۳ گل)، هرنان کرسپیو (۱۵۳ گل)، پائولو دیبالا و گونسالو ایگواین (۱۲۱ گل) و لوتوتارو و مارتینس (۱۰۷ گل). دیبالا در ۳۳ بازی در سری‌ا ۱۲۵ گل و ۶۷ پاس گل ثبت کرده. تکنیک گل‌های دیبالا در سری‌ا: ۱۶ گل برای پالرمو، ۸۲ گل برای یوونتوس و ۲۷ گل برای رم. این سی‌وششمین گل او در ۸۸ بازی با پیراهن آس‌رم بسود (۱۸ پاس گل). دیبالا برای پالرمو، یووه و رم در ۴۷۴ بازی در همه رقابت‌ها ۱۱۲ گل و ۸۲ پاس گل ثبت کرده.



## توپ طلای دوم برای رودری

حاشیه‌های جایزه بهترین بازیکن اروپا ادامه دارد

جایزه توپ طلا طبق معمول منتقدان زیادی داشت. اسمال و پارسال شدت انتقادات به‌حدی بالا رفت که اعتبار جایزه و مجله فرانس فوتبال را زیر سؤال برد. اسمال پس از بیانیه این نشریه علیه رئال مادرید و کری کودکنه‌ای که با شکست ۴ بر صفر رئال در ال‌کلاسیکو برایشان خوانده بود، تعداد منتقدان بیشتر هم شد. زیدان گفته بعد از سال ۲۰۱۸ (موردیچ پالاتز و رونالدو جایزه را برد)، اعتبار توپ طلا زیر سؤال رفت. شکست ۲ بر یک منچستر سیتی مقابل ناتهام در جام اتحادیه هم می‌تواند در کارنامه رودری و آمار باخت‌های سیتی بدون این هافبک اسپانیایی ثبت شود و فرانس فوتبال یک توپ طلای دیگر به این بازیکن بدهد! هنوز آرای ۱۰۰۰ خبرنگاری که در این مراسم حق رأی داشتند، کامل منتشر نشده اما آرای تعدادی از آنها که فاش شده، واقعا عجیب و خنده‌دار است. برخی خبرنگاران بیش از ۲۰ سال است که مطلب ورزشی ننوشته‌اند و براساس ارتباطاتی که با فرانس فوتبال دارند، به‌عنوان نماینده کشورشان در رأی‌گیری شرکت می‌کنند. برونو پوززیو، خبرنگار السالوادور حتی در رتبه دهم نیز به وینیسیوس رأی نداد، البته امتیاز او به رودری هم زیاد نبود و فقط ۴ امتیاز برای این هافبک اسپانیایی آورده داشت. نفرت برتر سال ۲۰۲۴ از نظر این خبرنگار به این ترتیب بودند: بلینگام (۱۵ امتیاز)، هالند (۱۲ امتیاز)، کروس (۱۰ امتیاز)، لوتوتارو و مارتینس (۸ امتیاز)، دنی اولمو (۷ امتیاز)، چالان اوگلو (۵ امتیاز)، رودری (۴ امتیاز)، ورتس (۳ امتیاز)، فون (۲ امتیاز) و روبین دیاس (یک امتیاز). پس از فاش شدن نام این خبرنگار و رأی‌هایی که داده، عکسی از او با پیراهن بارسلونا پیدا شد. البته این عیب نیست که کسی هوادار تیمی باشد، عیب این است که یک خبرنگار ورزشی از کشوری که فوتبالش در درده ۷۸ رتبه‌بندی فیفاست و تنها خاطره فوتبال ملی این کشور در جام جهانی به فاجعه شکست ۱۰ بر ۱ یک مجارستان در سال ۱۹۸۲



## سیل علیه فوتبال

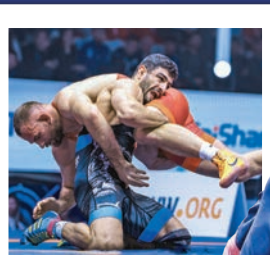
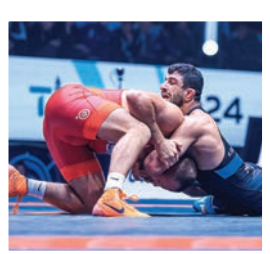
در تقویم جای خالی وجود ندارد  
 سیل در اسپانیا تا دیروز ۱۶۱ کشته داشت و دولت این کشور عزای عمومی اعلام کرد. بارش شدید باران و جاری شدن سیل در شامگاه شنبه موجب طغیان رودخانه‌ها شد و آب سرریز شده در خیابان‌ها و اتوبان‌های والنسیا صدها خودرو را واژگون و روی هم انبار کرد. با توجه به شمار بالای ناپدیدشدگان، احتمال افزایش شمار قربانیان این حادثه همچنان وجود دارد و می‌تواند به بدترین فاجعه مرتبط با طوفان اروپا در بیش از ۵ دهه اخیر تبدیل شود. به دلیل این اتفاقات ۲ دیدار از بازی‌های امروز و یارتال - رایوویکانو والنسیا - رئال مادرید به تعویق افتاد. موضوع این است که فلا امکان برگزاری این مسابقات وجود ندارد. اگر رئال مادرید به مرحله پلی‌لیگ قهرمانان برسد، حتی تا اواسط فوریه سال آینده و شاید تا پایان فصل این بازی برگزار نشود. یکی از زمان‌هایی که احتمال دارد بازی برگزار شود، روزهای بین ۲۹ دسامبر تا پنج‌شنبه خرداد است؛ یعنی پیش از آخرین هفته لیگ. روزهای سی‌ام اردیبهشت تا اول خرداد در تقویم خالی هستند. در صورتی که والنسیا و رئال زودتر از کوبا حذف شوند یا رئال جواز صعود مستقیم به مرحله یک‌هشتم لیگ قهرمانان را به‌دست آورد، روزهای ۲۱ و ۲۲ یا ۲۸ و ۲۹ بهمن هم امکان برگزاری این دیدار معوقه وجود خواهد داشت. مگر آنکه رئال‌ها که بعد از تعطیلات کریسمس باید برای برگزاری جام بین‌قاره‌ای به قطر بروند، از تعطیلات خود بزنند و در این بازی شرکت کنند. فعلا چیزی که روشن است این است که جان انسان‌ها اهمیت بیشتری دارد.  
 پس از ناکامی وینیسیوس در بردن توپ طلا، باشگاه والنسیا و هواداران این تیم برای یوریچ رجز خوانده بودند. ورزشگاه مستایا قتلگاه این بازیکن برزیلی است و او همواره آنجا مورد توهین نژادپرستانه قرار گرفته است. همین لغو این مسابقه یک خبر خوب برای این بازیکن است. با وجود این باشگاه رئال مادرید یک میلیون یورو به قربانیان طوفان و سیل در والنسیا اسپانیا کمک کرده است.  
 رئال و آتسلیان سه‌شنبه این هفته با هم بازی دارند و نکته اینکه آتسلیان هم به دلایل مشابه با رئال مادرید، هفته قبل استراحت کرد. روسوتی به دلیل سیل شهر اسپانیا، بازی بولونیا را انجام نداد. البته آنها امروز با مونزا بازی دارند.



# Porsepolis

# پایان تلخ

سومی کشتی آزاد ایران هیچ کس را راضی نکرد. تیم ۴ نفره ایران در قهرمانی جهان آلپانی فقط یک برنز به دست آورد



مسابقات جهانی اوزان غیرالمپیک که به میزبانی آلپانی برگزار می‌شد، به پایان رسید و تیم کشتی آزاد ایران با کسب یک مدال برنز به عنوان سومی رسید. پیش‌تر فرنگی کاران با کسب یک مدال طلا و یک نقره در جایگاه دومی این رقابت‌ها قرار گرفته بودند.

کامران هم نتوانست مسابقات جهانی در اوزان غیرالمپیک از جایی بسیار پایین‌تر از دومی تیلور آمریکایی و سعدالله یف روس برای حضور در این رقابت‌ها اعلام آمادگی کردند، کشتی‌گیری که باید در وزن ۹۲ کیلوگرم کشتی می‌گرفتند. حضور این دو کشتی‌گیر از این نظر برای ۲ مدال طلای جهانی این وزن هم مسافر آلپانی بود و حضور او در کنار ۴ قهرمان المپیک، کشتی‌های این وزن را جذاب‌تر کرده بود. طبق قرعه هر ۳ قهرمان جهان در یک طرف جدول قرار گرفتند و نخستین روبرویی، جدال تیلور آمریکایی با سعدالله یف روس بود. تیلور ملقب به جادوگر مقابل تاک روس ها هیچ حرفی برای گفتن نداشت و با نتیجه ۷ بر صفر شکست خورد.

در نیمه‌نهایی قاسمیپور به مصاف سعدالله یف رفت و در حالی که تا ثابتهای پایانی برنده کشتی بود، نتیجه را واگذار کرد و به دیدار رده‌بندی رفت. قاسمیپور به همان اندازه که کشتی بی نظیری با سعدالله یف گرفته بود، مقابل تیلور نمایش دور از ذهنی داشت. تیلور و کامران برای مدال برنز مبارزه می‌کردند. همانقدر که تیلور با برنامه کشتی می‌گرفت، قاسمیپور بسیار متزلزل به نظر می‌آمد. در این شرایط بود که تیلور به پیروزی رسید و صاحب مدال برنز شد. پیش از این تیلور هم رتبه یا حسن یزدانی کشتی گرفته بود که در ۵ دیدار به پیروزی رسیده بود که ۲ مرتبه آن با ضربه فنی همراه بود. با این سابقه بود که خیلی‌ها منتظر جدال تیلور و کامران بودند تا ببینند قاسمیپور که در این سال‌ها گفته می‌شد می‌تواند از پس این آمریکایی بر بیاید، چه کار می‌کند. به هر حال او هم مقابل تیلور با نتیجه ۶ بر ۲ باخت. اتفاق مهم بعد از این کشتی خداحافظی تیلور از دنیای قهرمانی بود.



# سلاطین دفاع و ضد حمله

استقلال خوزستان با هدایت میودراگ بوژوویچ، نسخه‌ای کامل و هیجان انگیز از تاکتیک دفاع و ضد حمله مقابل پرسپولیس ارائه کرد



اختلاف بین دو تیم که این هم اختلاف قابل توجهی است. البته دقت پاس هر دو تیم در مقایسه با استقلال و تراکتور که ۲۴ ساعت بعد در شهر قدس به مصاف هم رفتند کمتر بوده که شاید دلیل آن زمین نامهور ورزشگاه غدیر اهواز باشد.

استقلال خوزستان که در این فصل به عنوان نخستین تیم استقلال تهران را شکست داده بود، در هفته دهم پرسپولیس را هم برد تا نخستین باخت سرخپوشان هم در مصاف با این تیم جالب و قابل احترام رقم بخورد. شاگردان میودراگ بوژوویچ این برد با ارزش را با تکیه بر یک گل زودهنگام و سپس ارائه دقیق تاکتیک دفاع و ضد حمله به دست آوردند. تاکتیکی که باعث شد خوزستانی‌ها نصف پرسپولیس مالکیت توپ داشته باشند و یک سوم این تیم شوت بزنند اما در نهایت با اختلاف یک گل بر حریف صاحب‌نام خود که تا آن روز شکست نخورده بود پیروز شوند.

کثرت قرمزها، دقت آبی‌ها نهایتاً با این میزان از مالکیت توپ و برتری کامل پرسپولیس‌ها در این زمینه، امید گل تیم به ۱۰،۳۰ برای پرسپولیس و ۰،۵۸ برای استقلال خوزستان رسید. یعنی لیاقت پرسپولیس، زدن بیش از یک گل بود اما قرمزها به گل نرسیدند و در عوض حریف آنها بود که از موقعیتی با امید گل پایین بهره برد و تک گل مسابقه را زد. پرسپولیس در طول این مسابقه ۱۸ بار شوت زد که رقم خیلی بالایی است اما فقط ۲ شوت این تیم داخل چار چوب بود. در عوض استقلال خوزستان که فقط ۶ شوت زده بود به آمار ۳ شوت داخل چار چوب رسید. در واقع نسبت شوت داخل چار چوب به کل شوت‌ها در استقلال خوزستان ۵۰ درصد و در پرسپولیس فقط ۱۱ درصد بوده است. بهترین بازیکن این مسابقه، همان زنده گل میزبان یعنی محمود مطلق زاده بود که نمره ۷،۸۷ را از متریکا دریافت کرد. بهترین بازیکن پرسپولیس هم امید عالی‌شاه بود که به نمره ۷،۴۶ رسید.

توپ را ببرید خانه‌تان اختلاف ۲ تیم استقلال خوزستان و پرسپولیس در میزان مالکیت توپ، جالب و دیدنی است. پرسپولیس‌ها در پایان این مسابقه به آمار جالب ۶۷ درصد رسیدند و مالکیت استقلالی‌ها از ۲۳ درصد فراتر رفت. یعنی میزان مالکیت تیم مهمان حتی از ۲ برابر میزبان هم کمی بیشتر بود. تعداد پاس‌های سرخپوشان هم ۶۰۳ پاس بود که در مقایسه با ۲۷۲ پاس آبی‌ها اختلاف قابل ملاحظه‌ای را به رخ می‌کشند. ۷۹،۴ درصد از پاس‌های پرسپولیس در این مسابقه درست به مقصد رسیدند، در حالی که میزان دقت پاس نزد بازیکنان استقلال خوزستان ۶۹،۵ درصد بوده است؛ یعنی حدود ۱۰ درصد

15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 \*
A 15x15 crossword puzzle grid with numbers 1 through 15 in the top row and 1 through 15 in the left column.

جدول ۹۲۴۴
افقی:
۱- جذاب و زیبا - مجموعه شعری سروده هوشنگ ابتهاج
۲- کار ناتمام! - بسرای پیشگیری از بیماری تریق می‌شود - سرمای شدید
۳- ستون - سامانه‌ای در سیستم بانکی برای انتقال پول - از ظروف آزمایشگاهی
۴- ... گفتیم و عشق آغاز شد - بزن بهادر - سوسن زرد
۵- پشت‌سیر - سروصدا - بالای کوه
۶- هر یک از نشانه‌های نوشتاری - دوست‌داشتنی
۷- پایان
۸- از واحدهای سنتی وزن و مبیان - پرهیزکار
۹- هستی - غضروف هالی در مفصل زانو - زبانه آتش
۱۰- نیاز - مسابقه پانینی - همه را شامل می‌شود
۱۱- تفت داده و بریان شده - چندمرببه - از اجزای ترمز
۱۲- اراده - جمع طعام - آب ورز
۱۳- تکرار حرفی - فصل پاییز برای بهتر شدن طعم غذا اضافه می‌شود
۱۴- اشعه رنگین - ساقه خوراکی - موی بلند
عمودی:
۱- رمان تاریخی شلوخف - پینر کبابی لبنان - کتف
۲- بیماری ارثی ناشی از کمبود عامل انعقاد خون - تحت تأثیر حرف‌های دیگران است
۳- ستون - سامانه‌ای در سیستم بانکی برای انتقال پول - از ظروف آزمایشگاهی
۴- ... گفتیم و عشق آغاز شد - بزن بهادر - سوسن زرد
۵- پشت‌سیر - سروصدا - بالای کوه
۶- هر یک از نشانه‌های نوشتاری - دوست‌داشتنی
۷- پایان
۸- از واحدهای سنتی وزن و مبیان - پرهیزکار
۹- هستی - غضروف هالی در مفصل زانو - زبانه آتش
۱۰- نیاز - مسابقه پانینی - همه را شامل می‌شود
۱۱- تفت داده و بریان شده - چندمرببه - از اجزای ترمز
۱۲- اراده - جمع طعام - آب ورز
۱۳- تکرار حرفی - فصل پاییز برای بهتر شدن طعم غذا اضافه می‌شود
۱۴- اشعه رنگین - ساقه خوراکی - موی بلند
۱۵- مرکب - اندام تنفسی ماهی - ابر نزدیک زمین
۱۶- افسار - قصه‌گوی سنتی - آلوده به ننگ
۱۷- جرقه آتش - کشته‌شده - صفحات داخلی روزنامه
۱۸- خواب نیمروزی - قطعه موسیقی - بخشنده
۱۹- ترازوی صوفیانه و عاشقانه اثر یوهان ولفگانگ فون گوته
۲۰- اراده - ظرف جوهر و

جدول اعداد | ۴۸۹۳
اعداد ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های سفید قرار دهید که هر رقم در سطرها، ستون‌ها و مربع‌های کوچک ۳ در ۳ یکبار دیده شود. پاسخ‌ها در ادامه آمده است.
سخت
متوسط
سه
سه



روزانه حدود ۴ تن پسماند از داخل کانال‌های هدایت آب‌های سطحی غرب تهران جمع‌آوری می‌شود

## در دسرهای یک فرهنگ زشت

۲۷ کانال جمع‌آوری آب‌های سطحی در منطقه ۹ وجود دارد

صفحه ۱۴

تغییر نگاه مدیران شهری و پیگیری پروژه‌های رهاشده، ۲۰ دستورالعمل سازمان سرمایه‌گذاری است

## ردپای بخش خصوصی در تفریح، درمان، تجارت

**۸۰**  
همت برآورد سرمایه برای طرح‌های جدید سرمایه‌گذاری است

**۵۶۶**  
میلیارد تومان ارزش قراردادهای مشارکتی از سال ۱۴۰۲ است

**۷۵**  
همت ارزش پروژه‌های تعیین تکلیف شده در تهران است

صفحه ۱۵

ترویج ازدواج آسان از اولویت‌های مدیریت شهری است

## احیای تالارهای یاس برای ازدواج آسان

۱۰ تالار در ۹ منطقه تهران ساخته شده است

صفحه ۱۶

داده‌نما

## پروژه‌های پایتخت سربلند در رقابت‌ها

توسعه شهری و بهبود زیرساخت‌های عمومی تنها بخشی از برنامه‌های ساخت‌وساز کلان شهرداری تهران نیست، بلکه عرصه‌ای برای بروز توانایی‌ها و خلاقیت‌های مهندسی را هم فراهم می‌کند؛ طرح‌هایی که گاهی در معرض رقابت‌های ملی و جهانی قرار می‌گیرند تا ارزش فنی و اعتبار اجرایی خود را به اثبات برسانند. اخیراً فاز اول یکی از طرح‌های بزرگ‌راهی تهران (بروجردی) هم توانست در یکی از رقابت‌های مدیریت پروژه به تیره‌های بالا صعود کند.



رتبه‌های کسب شده توسط پروژه‌های شهری در سال‌های اخیر را مرور می‌کنیم.

- سال ۱۴۰۲**  
**عنوان رقابت:** دوازدهمین دوره جایزه ملی مدیریت پروژه ایران  
**پروژه:** فاز نخست بزرگراه شهید بروجردی  
**جایزه:** مدال برنز
- سال ۱۴۰۳**  
**عنوان رقابت:** بیست‌ودومین همایش روز بتن و شانزدهمین کنفرانس ملی بتن  
**پروژه:** تونل اتصال بزرگراه شهیدمهدانی به بزرگراه شهیدخرازی  
**جایزه:** طرح برتر بتنی
- سال ۱۳۹۹**  
**عنوان رقابت:** نهمین دوره جایزه ملی تعالی پروژه  
**پروژه:** ساخت خط ۷ متروی تهران  
**جایزه:** تندیس نقره  
جوایز بین‌المللی جدید
- سال ۲۰۲۳**  
**عنوان رقابت:** جایزه بین‌المللی طراحی و معماری دزین  
**پروژه:** تیم طراحان میدانگاه ایستگاه متروی جهاد تهران  
**جایزه:** طرح برتر زیرساخت و حمل‌ونقل
- سال ۲۰۱۷**  
**عنوان رقابت:** جایزه جهانی برترین‌های طراحی شهری (ایزوکارپ)  
**پروژه:** طرح احیا و ساماندهی رودخانه‌های شهر تهران  
**جایزه:** برترین طراحی



# تهران صاحب‌خانه می‌شود

## باز آفرینی ساختمان بلدی به در مراحل پایانی خود قرار دارد

عکس: همشهری/امیر پیاده‌پور

**مشخصات**  
نام پروژه: خانه شهر  
موقعیت: ضلع شمالی میدان امام خمینی (ره)  
مساحت زمین: ۴۹۰۰ مترمربع  
زیربنا: ۱۸۰۰۰ مترمربع  
تعداد طبقات: ۲۴ طبقه روی زمین و ۲ طبقه زیر زمین  
میزان پیشرفت: ۹۲ درصد  
زمان شروع پروژه: سال ۱۳۹۹  
زمان بهره‌برداری: ۳ ماه آینده  
معماری: برگرفته از موزه هنرهای معاصر و فرهنگسرای نیاوران  
بهره‌بردار: مرکز ارتباطات و امور بین‌الملل شهرداری تهران

ساختمان قدیمی بلدی به در سال ۱۳۰۳ ساخته شد و در سال ۱۳۰۵ به بهره‌برداری رسید. کارکرد این مرکز فراتر از شهرداری بود و در زمینه‌های اقتصادی و مالی نیز فعالیت‌هایی داشت. در سال ۱۳۴۸ این ساختمان تخریب و محل آن به پارکینگ اتوبوس‌های بین‌شهری تبدیل شد. از سال ۱۳۹۶ بازآفرینی بلدی به خانه شهر در دستور کار شهرداری قرار گرفت.

### تاریخچه بلدی

مهدی اسماعیل‌پور روزنامه‌نگار

این روزها با گذر از محدوده میدان امام خمینی سازه‌های نیمه‌کاره دیده می‌شود که اطرافش بنرهایی نصب شده که نشان می‌دهند آینده پروژه چه خواهد بود. این محل که با نام خانه شهر معرفی شده، در واقع همان بلدی سابق است که در گذر زمان دستخوش حوادث و تخریب شد. حالا باز آفرینی بنای تاریخی بلدی به تهران به همان سبک و سلیقه و معماری گذشته، در حال انجام است تا پس از بهره‌برداری به یکی از مهم‌ترین نمادهای شهر تهران و مرکزی برای فعالیت‌های فرهنگی و رسانه‌ای و دیپلماتیک شهرداری تهران و فضایی برای ایجاد ارتباط میان مردم و مدیریت شهری تبدیل شود.

### بخش‌های مختلف خانه شهر



**کارکردهای مجموعه**  
محل برگزاری دیدارها و نشست‌های دیپلماتیک با مهمانان داخلی و خارجی  
محل برگزاری نشست‌های خبری

**ویژگی‌های پروژه**

استفاده از تجهیزات مناسب برای کاهش مصرف انرژی و نصب پنل خورشیدی

نخستین و بزرگ‌ترین پروژه بازآفرینی شهری با حفظ ساختار و شکل سنتی نمای بنا، با طراحی داخلی مدرن در پایتخت و حتی کشور

موزه علی‌اکبرخان صنعتی، بانک تجارت، موزه سکه، موزه ارتباطات، کاخ گلستان، مدرسه دارالفنون، بازار بزرگ تهران و... از جمله اماکن و مراکز تاریخی و گردشگری اطراف «خانه شهر» به شمار می‌روند.

۶ خیابان مهم و تاریخی شهر خیابان لاله‌زار، خیابان فردوسی، خیابان امام خمینی (ره)، خیابان امیرکبیر (چراغ برق)، خیابان باب‌همایون و خیابان ناصرخسرو) به این پروژه منتهی می‌شوند.

پارکینگ برای این مجموعه در نظر گرفته نشده و افراد می‌توانند از طریق ایستگاه مترو که به مجموعه متصل است، به آن دسترسی یابند.

**نماد جدید تهران**

هادی حق‌بین، معاون فنی و عمرانی شهرداری تهران: پروژه ساختمان خانه شهر به‌عنوان تنها پروژه‌ای که در حوزه معاونت فنی و عمرانی دارای روزشمار است، در مرحله نصب تجهیزات نهایی قرار دارد و طی ۸۰ روز آینده تحویل بهره‌بردار خواهد شد تا نسبت به تجهیز میلمان داخلی آن اقدام کند. تمامی تجهیزات پروژه خریداری شده و در حال نصب و تابلو و پست برق آن در حال ساخت است. سرعت اتمام پروژه را افزایش داده‌ایم. پیش‌بینی بودجه پروژه انجام شده و در صدد رفع کمبود اعتبار آن هستیم تا هرچه سریع‌تر این پروژه فاخر و دارای هویت را به‌عنوان نماد جدید تهران به بهره‌برداری برسانیم.



**مهدی چمران، رئیس شورای شهر:** پروژه خانه شهر یک ساختمان خاص است با نمایی ساختمان قدیمی بلدی تهران که با جزئیات و تجهیزات جدید و به‌روز در حال ساخت است و باید ظرفیت‌های زیادی در آن به کار گرفته شود. در ساخت این مجموعه لازم است قابلیت به‌روزرسانی تجهیزات برای سال‌ها و دهه‌های آینده نیز مدنظر قرار بگیرد. باید کارگردهای مختلف آن اعم از موزه، تشریفات و سایر کارکردها انجام پذیرد؛ اما هیچ چیز در آن انحصاری نباشد و به شکل یک موزه ثابت درنماید؛ بلکه باید به محلی برای شناخت شهر و ایجاد ارتباط و تعامل میان شهر و شهروندان و مسئولان تبدیل شود.



**حمل و نقل**

مهدی اسماعیل پور: روزنامه نگار

**پوست اندازی اتوبوس های پایتخت**

به تازگی خبری مبنی بر تغییر در خطوط اتوبوسرانی منتشر شده است، اما این تغییرها در کدام خطوط بوده و چه تغییراتی رخ می دهد؟ مهدی علیزاده، مدیر عامل شرکت واحد اتوبوسرانی تهران و حومه، از اقدامات این شرکت برای مهندسی خطوط اتوبوسرانی با هدف افزایش کارایی این خطوط و جلب رضایت شهروندان خبر می دهد.

**۶ گام برای مهندسی خطوط اتوبوسرانی**

- بازطراحی و اصلاح مسیر
- تعیین نوع ناوگان بهینه هر خط
- نوسازی ناوگان در خطوط
- اصلاح برنامه زمان بندی خطوط (ابتدا و انتهای ساعت کار)
- بهینه سازی جدول های زمان بندی خطوط
- تعیین تعداد بهینه ناوگان

**مهم ترین خطی که تغییر یافته اند**

<b>خط ۳۹۸</b>	حذف خط و ادغام با خط ۴۰۱ مبدأ: حکیمیه، مقصد: چهارراه تهرانپارس
<b>خط ۲۲۳</b>	حذف خط (شهرک پارس - میدان رسالت) و ادغام با خط ۲۰۸ (خاقانی - سراج) مبدأ: شهرک پارس، مقصد: میدان رسالت
<b>خط ۲۱</b>	تغییر مد حمل و نقلی از اتوبوس به مینی بوس مبدأ: خیابان معلم، مقصد: میدان بهارستان
<b>خط ۲۱۲</b>	تغییر مد حمل و نقلی از مینی بوس به اتوبوس مبدأ: میدان امام حسین (ع)، مقصد: پایانه شهیدبهنشتی
<b>خط ۳۱۴</b>	تغییر مد حمل و نقلی از مینی بوس به اتوبوس مبدأ: خیابان معلم، مقصد: میدان ولیعصر (عج)
<b>خط ۲۵۴</b>	تغییر مد حمل و نقلی از اتوبوس به مینی بوس مبدأ: بیمارستان فیاض بخش، مقصد: پایانه متروی نعمت آباد
<b>خط ۲۳۸</b>	تغییر مد حمل و نقلی از مینی بوس به اتوبوس مبدأ: شهرک رسالت، مقصد: میدان محمدیه
<b>خط ۳۵</b>	تغییر بهره بردار از خصوصی به ملکی و تغییر مد حمل و نقلی از اتوبوس به مینی بوس مبدأ: خاورشهر، مقصد: پایانه خاوران
<b>خط ۲۴۵</b>	تغییر بهره بردار از خصوصی به ملکی مبدأ: پایانه متروی شهرری، مقصد: میدان راه آهن (نازی آباد)
<b>خط ۳۱۵</b>	تغییر بهره بردار از ملکی به خصوصی مبدأ: پایانه کوهسار، مقصد: میدان بهارستان
<b>خط ۳۲۳</b>	تغییر بهره بردار از ملکی به خصوصی مبدأ: پایانه شهرک شهید باقری، مقصد: پایانه آزادی
<b>خط ۳۸۰</b>	تغییر بهره بردار از ملکی به خصوصی مبدأ: پایانه وصال، مقصد: پایانه متروی علی آباد
<b>خط ۴۰۴</b>	تغییر بهره بردار از ملکی به خصوصی مبدأ: شهید فتحی، مقصد: دانشگاه جنگ (مترو)

**دسترسی به پایانه جدید شرق**

همزمان با راه اندازی پایانه جدید شرق، خط چهارراه تهرانپارس - پایانه جدید شرق راه اندازی شد تا امکان دسترسی شهروندان به نخستین و نزدیک ترین خط اتوبوس مسافری در اتوبوسرانی فراهم شود.

**دسترسی ساکنان شمال غربی تهران به حمل و نقل عمومی**

با توجه به بافت جدید شهری در شمال غربی شهر تهران (منطقه ۲۲ شهرداری) و نبود پوشش کافی حمل و نقل عمومی، دسترسی شهروندان شهرک الهیه از طریق خط ایجاد شده از آن شهرک به متروی وژاورد فراهم شده است.

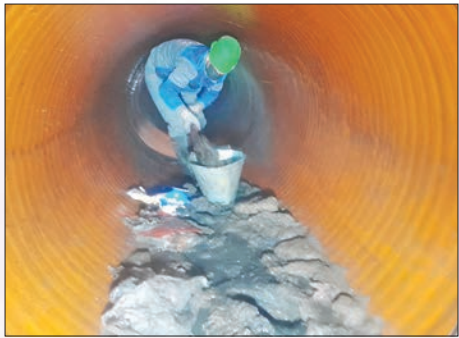
**کاهش مشکلات شهری با بهره برداری از بزرگراه یادگار امام**  
 مهدی پیرهادی، رئیس کمیسیون سلامت، محیط زیست و خدمات شهری شورای اسلامی شهر تهران: پروژه شاخه غربی بزرگراه یادگار امام (ره) به عنوان ابرپروژه شهری تأثیر زیادی بر کاهش معضلات ترافیکی و زیست محیطی دارد و جزو دغدغه های مدیریت شهری در سنوات گذشته بود که در این دوره اجرایی شده است.



**استفاده از ظرفیت های مردمی در شهر**  
 سیدمحمد آقامیری، رئیس کمیته عمران شورای اسلامی شهر تهران: براساس مصوبه شورای اسلامی شهر تهران باید از ظرفیت مردم در پیشبرد اهداف مهم و موضوعات شهری استفاده کرد. در تمام محله ها افرادی با گرایش های مختلف هستند؛ بنابراین به کسانی نیاز داریم که حس مسئولیت بیشتری داشته باشند و پیش از همه محله خود را مدیریت کنند.



«ذوالفقار آوج، به همراه تعدادی از نیروها در حال پایش کانال ها هستند چون در گذر زمان تاسیسات جانبی و کف کانال ها دچار خوردگی شده و در صورت بی توجهی کارایی شان از بین می رود و باعث تخریب می شود.»



«۲۴ هزار متر کانال در تکه نیم پایتخت وجود دارد که به شکل مستمر توسط کارشناسان پایش می شود. در این کانال ها از سوی عوامل اجرایی نظافت و پاکسازی صورت می گیرد.»



«در برخی از کانال ها ظرف های یکبار مصرف و نایلون ۷۰ درصد از تخلیه روزانه را تشکیل می دهند و در برخی از کانال ها رسوب ها به صورت لجن هستند.»

**سهولت تردد شهروندان در زمان بارش**

مر ترضوی، شهردار منطقه ۹، با شروع بارش ها در شهر تهران، تمهیدات پیشگیرانه به لحاظ لایروبی و پاکسازی بموقع حوضچه ها و کانال ها انجام می شود تا شاهد سهولت تردد شهروندان در زمان بارش باشیم. بر حسب ضرورت به صورت ویژه ۲۴ حوضچه زباله گیر، ۱۶ رسوب گیر و حدود ۲۴۰۰۰ متر کانال جمع آوری آب های سطحی در طرح نهضت لایروبی، نظافت، پاکسازی و رسوب برداری شده است.

**۴۵**  
**حوضچه رسوب گیر برای جلوگیری از ورود زباله و ضایعات ساخته شده که مستمر لایروبی و پاکسازی می شوند.**



**جلوگیری از فاجعه**  
 نمی توان دست خالی و بدون گرفتن عکس از محل خارج شد. در این میان ذوالفقار آوج، رئیس اداره مسایل ها و قنوت شهرداری منطقه ۹ پیشنهاد می دهد که یکی از کارگران عکس بگیرد و می گوید: کارگران در برخی نقاط به دلیل شرایط محل مانند عمق زیاد در دوربین گوپر، ماسک و اکسیژن و تجهیزات ایمنی تجهیز می شوند تا بتوانند کار کنند. او درباره دلیل این لایروبی ها می گوید: اگر لایروبی، نظافت و پاکسازی کانال ها صورت نگیرد، زباله ها روی هم انباشته می شوند و در بارندگی ها و سیلاب ها شاهد آب گرفتگی خواهیم بود؛ به همین دلیل عملیات لایروبی به شکل مستمر انجام می شود تا مبادا در فصل بارندگی آب ها بالا بزنند و معبر را تخریب شود. حوالی ساعت ۱۲، کارگران از منهل کانال خارج می شوند و دوربین هم پر از عکس هایی است که در تاریکی و میان زباله ها گرفته شده است. آج می گوید: کارگران بیش از این نمی توانند در کانال ها بمانند؛ چون به دلیل بالا بودن رطوبت و احتمال گاز گرفتگی، برای ما جز لایروبی و پاکسازی کانال های جمع آوری سطحی، جان انسان ها اهمیت دارد.

**برای ۱۳ میلیون چهارم روایت**  
 حین گفت و گو کارگری از داخل کانال سطلی پر از زباله را بالای می فرستد و کارگر بالادستی ها آن را تحویل می گیرند. زابلی می گوید: این کار واقعا سخت است. گاهی حتی ایرانی ها حاضر نیستند وارد منهل های تنگ شوند؛ به ویژه برخی مواقع که باید تا عمق عمتری زمین بروند. گاهی هم جز گاز متان، بوی فاضلاب آزاردهنده می شود؛ چون در بعضی از محدوده ها فاضلاب های غیر مجاز هم وارد کانال ها می شوند. می پرسیم این افراد چقدر حقوق می گیرند که یکی از کارگران می گوید: حدود ۱۳ میلیون تومان و شاید کمی بیشتر، اما باید تمام مدت کار کنیم؛ چون بخشی از حقوق ما بر حسب زباله خروجی از کانال محاسبه می شود.

**رد پای بخش خصوصی در تفریح، درمان، تجارت**

امانی: تغییر نگاه مدیران شهری و پیگیری پروژه های رها شده، دستاورد مهم مدیریت جدید سازمان سرمایه گذاری است

**مزارش فرخنده رفانی**  
 روزنامه نگار

**۳ پروژه مهم سرمایه گذاری در حال اجرا در پایتخت**

**مجموعه تفریحی و شهریاری بوستان بسنج**  
 منطقه: ۱۴  
 زیربنا: ۳۷۰۰۰ مترمربع  
 کاربری: پردهای سینمایی، فودکورت، رستوران، سالن تئاتر، کافه، ۶ طبقه پارکینگ وضعیت کنونی: در حال استفاده

**بیمارستان آتیه ۲**  
 منطقه: ۲  
 زیربنا: ۱۹۰۰۰۰ مترمربع  
 کاربری: درمانی (۲۵ طبقه ۹ طبقه پارکینگ) وضعیت کنونی: در حال احداث

**مجموعه تفریحی و شهریاری بوستان بسنج**  
 منطقه: ۱۴  
 زیربنا: ۲۵۰۰۰ مترمربع  
 کاربری: شهریاری روباز با مساحت ۱۵۰۰۰ مترمربع، شهریاری سرپوشیده با مساحت ۱۰۰۰۰ مترمربع وضعیت کنونی: در حال استفاده

استفاده از ظرفیت های سرمایه گذاران برای اجرای پروژه های شهری نه تنها از جهت برداشتن بار مالی از دوش شهرداری تهران حائز اهمیت است، بلکه در ایجاد حس مشارکت و همدمی نیز نقش بسیار مهمی دارد. تغییر نگاه مدیران شهری به حوزه سرمایه گذاری در ۳ سال اخیر و تعیین تکلیف پروژه های راکد، انگیزه مشارکت را در سرمایه گذاران بخش خصوصی افزایش داده و امروز ده ها پروژه در حوزه های مختلف با مشارکت و سرمایه گذاری مردم در حال اجراست.

**۸۰ همت چشم انداز جذب سرمایه برای طرح های جدید سرمایه گذاری است.**

**موفق ترین پروژه های مشارکتی**  
 بسیاری از پروژه های فعلی شهر تهران با مشارکت شهرداری تهران و بخش خصوصی به سرانجام رسیده اند. نمونه های این پروژه ها شامل موارد زیر است:  
 پروژه بلیت الکترونیک، شهر آفتاب، هایپر استار باکری، بیمارستان آتیه ۲، مجتمع صادقیه، شهر بازی بسنج

۱. پروژه زباله سوز ۶ هزار تنی با سرمایه گذاری ۵۰۰ میلیون دلاری
۲. احداث هتل و ساختمان اداری برج میلاد با ۱۰ همت سرمایه گذاری خارجی
۳. ایجاد پارکینگ و مرکز تجاری ضلع جنوبی حرم حضرت عبدالعظیم (ع) با سرمایه گذاری ۳/۵ همتی
۴. بوستان آزادگان به عنوان طرحی چند منظوره در قالب پارک آبی، فودکورت، پیاده راه، مسیر دوچرخه سواری، موزه و کوشک امیرسلیمانی به ارزش ۲/۵ همت
۵. مرکز تجارت جهانی شهر آفتاب ۲ با حدود ۳ همت سرمایه گذاری
۶. مجتمع مسکونی اوین-درکه با ۲ همت سرمایه گذاری

**۶ پروژه کلان در دست اجرا کدامند؟**

**آخرین اقدامات در حوزه پروژه های سرمایه گذاری**

<b>۲۳</b>	تعداد پروژه های بزرگ مقیاسی که در دوره ششم تعیین تکلیف شد
<b>۷۵</b>	همت ارزش پروژه های تعیین تکلیف شده است
<b>۳۵</b>	تعداد قراردادهای مشارکتی امضا شده در مناطق از ۱۴۰۲ تاکنون است
<b>۵۶۶</b>	میلیارد تومان ارزش قراردادهای مشارکتی منعقد شده از ۱۴۰۲ تاکنون است

**آگهی مناقصه عمومی**

**با ارزیابی فنی بازرگانان تامین کنندگان**

شماره: ۱۴۰۳/۳۴۹۸/م-۱۷۰

**شرکت ایران خودرو خراسان** در نظر دارد مقدار ۲۴۰۰۰ کیلوگرم بودر کلروفوریک مورد نیاز خود را از طریق مناقصه عمومی از تامین کنندگان واجد شرایط خریداری نماید.

سپرده شرکت در مناقصه ۱۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال می باشد.

متقاضیان می توانند جهت دریافت، تکمیل و تحویل اسناد مناقصه از تاریخ ۱۴۰۳/۰۸/۱۲ لغایت ۱۴۰۳/۰۸/۲۰ به شرح ذیل اقدام نمایند:

**۱- نحوه دریافت اسناد مناقصه:** بصورت حضوری از واحد بازرگانی ایران خودرو خراسان در روزهای کاری از ساعت ۸ الی ۱۵ و یا از طریق سایت اینترنتی [www.ikkco.ir](http://www.ikkco.ir) و یا تماس با شماره های تلفن: (۰۵۱-۲۳۵۶۳۰۵۰) و (۰۵۱-۲۳۵۶۳۰۵۰) داخلی (۴۰۲۱)

**۲- محل دریافت و تحویل اسناد مناقصه:** شرکت ایران خودرو خراسان، کیلومتر ۵۵ جاده مشهد - نیشابور دبیرخانه کمیسیون معاملات در روزهای کاری از ساعت ۸ الی ۱۵

لازم به توضیح است تاریخ بازگشایی پاکات الف و ب در روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۸/۲۳ ساعت ۰۹:۰۰ صبح می باشد

● شرکت ایران خودرو خراسان در رد یک یا کلیه پیشنهادات واصله مختار است

● هزینه درج آگهی روزنامه بر عهده شرکت ایران خودرو خراسان است

از نایبات و امور بین الملل

**۲۲ سرمایه گذار در مناطق پای کار آمده اند**  
 نوید خاچه باف، مدیر عامل سازمان سرمایه گذاری و مشارکت های مردمی شهرداری تهران: در حال حاضر حدود ۷۷۰۰۰ کلان پروژه سرمایه گذاری با مشارکت بخش خصوصی در پایتخت در حال اجراست و سرمایه گذاری در حوزه های مختلف مسکونی، تجاری، پسماند، هتل سازی و گردشگری با حضور سرمایه گذاران رونق خواهد یافت. علاوه بر این در مناطق ۲۲ گانه نیز پروژه های متعددی با مشارکت سرمایه گذاران خصوصی پیگیری می شود. فقط در سال گذشته ۱۵۴ فرصت سرمایه گذاری در سطح مناطق شناسایی شد که به انعقاد ۲۲ قرارداد انجامید.

**برای سرمایه گذاران جذابیت ایجاد کنیم**  
 ناصر امانی، عضو شورای شهر تهران: بسیاری از پروژه های کلانشهر تهران را نمی توان با بودجه شهرداری به سرانجام رساند و ناچاریم به سمت جذب سرمایه گذار برویم و با ایجاد انگیزه آنها را به مشارکت ترغیب کنیم. تغییر نگاه مدیران شهری به حوزه سرمایه گذاری و پیگیری برای حل و فصل پروژه های رها شده، دستاورد مهم مدیریت جدید سازمان سرمایه گذاری است. این تغییر نگاه از نکات مهم ایجاد جذابیت برای سرمایه گذاران است. اینکه به دنبال رفع اختلافات با شرک خود هستیم به این معنی است که رویکرد درستی را در تغییر فرهنگ سرمایه گذاری و ایجاد جذابیت برای مشارکت داشتیم.

**بامردم** شماره تلفن ارتباطی با خوانندگان: ۰۲۱۲۳۰۲۳۳۱۶

**سیمپاشی محصولات کشاورزی باید اصولی و استاندارد باشد**  
 در اینکه کشاورزان و باغداران برای نگهداری، رشد محصولات و مقابله با آفات نیاز به استفاده از سموم شیمیایی دارند شکی نیست اما مسئله نگران کننده این است که برخی از آنها برای خلاصی سریع و کامل از شر این آفات از سموم غیر استاندارد و خطرناکی مثل سم پنبه استفاده می کنند. از طرفی فاصله و مدت سیمپاشی ارائه محصولات به بازار هم کوتاه است و این سموم به میزان خطرناکی در محصولات کشاورزی باقی می ماند. این وضعیت موجب به خطر افتادن سلامت افراد جامعه می شود و هزینه دارو و درمان را به خانواده ها و در نهایت کشور تحمیل خواهد کرد. ضروری است سازمان های مسئول تأیید سلامت و کیفیت اقلام خوراکی با نظارت و نمونه گیری مستمر جلوی ورود و عرضه محصولات غیر استاندارد و خطرناک به بازار را بگیرند.

عبدالملکی از تهران

**موقوفات همسان سازی بازنشستگان تامین اجتماعی واریز شود**

متأسفانه موقوفات همسان سازی حقوق بازنشستگان تامین اجتماعی از تیرماه امسال تاکنون پرداخت نشده است. در حالی که ما برای این مبلغ برنامه ریزی و روی آن حساب کرده بودیم. موضوع دیگری که موجب نگرانی و دغدغه بازنشستگان تامین اجتماعی شده این است که نکند مبلغ عیدی آخر سال مانند سال های گذشته باشد. چون مبلغ آن به قدری کم است که ما همیشه شرمنده خانواده مان هستیم. بازنشستگان بهترین سال های سالیانه را صرف خدمت به جامعه و کشور کرده اند و مستحق یک زندگی آرام و بی دغدغه هستند.

یک بازنشسته تامین اجتماعی

ارسال پیام کوتاه خوانندگان: ۰۲۱۲۳۰۲۳۳۱۶

**هدف اصلی ساخت مسکن مهر تغییر کرده است**

زمانی که ایده ساخت مسکن مهر مطرح و بنا به ساخت آن شد هدف، خانه دار کردن شش محروم و ضعیف جامعه بود که در آمد پایینی دارند و توان خرید مسکن در بازار آزاد را ندارند. متأسفانه در کمال تعجب این هدف تغییر کرد و آزاد شدن قیمت و مجوز خرید و فروش آن به بازاری برای سوء استفاده سودجویان بدل شد در نتیجه بسیاری از دلالتان حوزه مسکن با خرید و رها کردن منازل به امید بالاترین قیمت آن به تورم در این زمینه دامن زده اند. همین موضوع موجب بالا رفتن بی رویه قیمت ها شده است. به طوری که دیگر اجاره کردن این آپارتمان ها هم کار هر کسی نیست. از مسئولان درخواست داریم تا با ارائه و پیاده کردن یک راهکار اصولی دست دلالتان مسکن را از این حوزه کوتاه کنند تا اقسار ضعیف جامعه هم بتوانند خانه دار شوند.

میر مطلبی از بروجرد

**تابعیت فرزندان دارای مادر ایرانی در گبرودار بهانه**

مادری ایرانی هستم که برای فرزندانم ۴ سال قبل در خواست تابعیت دادم اما تاکنون کسی پاسخگو نبوده است. هم اکنون فرزندان من بدون شناسنامه و بیمه و محروم از تحصیل هستند و سن ۲ نفر از آنها از زمان شروع به تحصیل گذشته است. اداره اتباع مشهد پاسخگوی ما نیست و از ما تثبیت هویت از سفارت می خواهد در حالی که مادران ایرانی که پدرانشان فوت شده به دلیل نبود شناسنامه پدر تثبیت هویت سفارت نخواهند داشت. از طرفی اداره اتباع مشهد در خواست ترک تابعیت کشور پدري دارد که آن هم سفارت ترک تابعیت نمی دهد. ما برای خود تقاضایی نداریم اما فرزندان ما را به رسمیت بشناسند و مسئولان صدا فرزندان ما را بشنوند.

مادری ایرانی از مشهد

تلگرام بامردم @hamshahri\_bamardom

**فارغ التحصیلان رشته حسابداری اجازه شرکت در آزمون آموزگاری داشته باشند**

هم اکنون مطابق دفترچه استخدامی پذیرش آزمون کار از بین فارغ التحصیلان رشته حسابداری بسیار محدود و در حد سالانه چند نفر آن هم در برخی شهرهاست در حالی که این رشته هم باید مشمول قوانین استخدامی آموزگاری شود. جدای اینها با در نظر گرفتن امتیازاتی برای متاهل ها و افراد دارای فرزند و سسابقه دارها عملاً امکان ورود مجردها و تازه فارغ التحصیلان بسیار محدود و سخت شده است. از مسئولان آموزش و پرورش و سازمان سنجش و وزیر آموزش و پرورش تقاضای پاسخگویی داریم.

محمودی از تهران

**تکلیف ورزشگاه پارس شیراز روشن شود**

ورزشگاه پارس از ۳ دهه قبل چندین بار افتتاح و مجدد تعطیل شده است. ۳ دهه قبل ساخت این ورزشگاه ۵۰ هزار نفری آغاز شد و سرانجام در سال ۱۹۶ افتتاح شد. به دلیل نقایص موجود بارها تا مرز تعطیلی رفت اما به هر حال استفاده از آن تا سال ۱۱۴۰۰ ادامه یافت و سرانجام ورزشگاه تعطیل شد. اکنون ۷ سال پس از افتتاح، این ورزشگاه به مرور در حال تخریب بی است و نیازمندان بازسازی شده است زیرا ۳ سال به حال خود رها شده است. از مسئولان تقاضا داریم بازسازی و نگهداری ورزشگاه را در دستور کار داشته باشند تا بهترین ورزشگاه ایران بعد از ورزشگاه امام رضا (ع) و ورزشگاه شهدای فولاد به روی ورزش دوستان و ورزشکاران بازگشایی شود. زمانی از شیراز

# احیای تالارهای یاس برای ازدواج آسان

ترویج ازدواج آسان از اولویت های مدیریت شهری است



**بازگشت تالارها به شهر**

نوگس معدنی پور، رئیس کمیسیون فرهنگی اجتماعی شورای شهر تهران برنامه چهارم توسعه است و شهرداری تهران در همین راستا باید ۱۷ تالار یاس را بر اساس برنامه ایجاد کند که برخی از این تالارها باید احیا و برخی دیگر توسط بخش خصوصی ساخته شود. در ۲ سال گذشته کارهای خوبی در این زمینه انجام شده و تعدادی از تالارها که تغییر کاربری داده بودند، دوباره احیا شدند. در این دوره با تلاش مدیران شهری تالارهای یاس به شهر بازگشته و مورد استفاده زوج های کم بر خوردار قرار گرفته اند.

**۴ هدف مهم ساخت تالارهای یاس**

- خدمت ارزان باریگان به زوج های جوان
- حذف دغدغه در خانواده های نیازمندان در خصوص ازدواج جوانان
- تغییر سبک زندگی در حوزه ازدواج با تأکید بر مبانی دینی و مذهبی
- ترویج فرهنگ ازدواج آسان متناسب با سنت های دینی و الگوهای رفتاری

**گزارش زینب زینالزاده روزنامه نگار**

ساخت تالارهای یاس اوایل دهه ۹۰ با هدف ترویج ازدواج آسان و حمایت از زوج های کم بر خوردار توسط شهرداری تهران مطرح و پس از پیگیری در نهایت ۱۰ تالار یاس در پایتخت ساخته و بهره برداری شد. زوج های کم بر خوردار می توانستند مراسم خود را با حداقل قیمت برگزار کنند؛ اما بی توجهی به موضوع نگهداشت این تالارها در سال های گذشته سبب شد تا آنها از چرخه خدمت رسانی خارج شوند. مدیریت شهری در این دوره احیای تالارهای یاس را در دستور کار قرار داده و به گفته سیدمحمد نقیب، سرپرست سازمان خدمات و مشارکت های اجتماعی شهرداری تهران به زودی ۳ تالار یاس پس از مرمت و بازسازی به بهره برداری می رسند.

**ساخت ۱۰ تالار یاس**

امکان ایجاد فضای مناسب برای ساخت تالارهای یاس در همه مناطق وجود نداشت چرا که باید این تالارها در نقاطی ساخته می شدند که ترافیک بیشتر به مناطق تحمیل نکنند. از این رو شهرداری تهران موفق شد در ۱۰ منطقه (۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰) تالارهای یاس را بسازد. البته منطقه ۲۰ در این سال ها صاحب ۲ تالار یاس شد.

**استفاده ۴۲۲ زوج از تالارها**

با تلاش شهرداری تهران در این دوره، بازسازی و مرمت تالارهای یاس به سهولت انجام شد. از ابتدای فعالیت دوره ششم مدیریت شهری تاکنون ۴۲۲ زوج از خدمات تالارهای یاس استفاده و با حداقل هزینه ها مراسم ساده برگزار کرده اند.

**پایان بازسازی ۵ تالار**

تالارهای یاس پیش از مدیریت شهری دوره پنجم وضعیت مناسبی داشتند و زوج ها به ویژه زوج های کم بر خوردار از آنها بهره مند می شدند؛ اما در دوره گذشته به دلیل عدم نگهداشت درست دچار فرسودگی شدند و بلااستفاده ماندند. در حال حاضر تالارهای یاس در مناطق ۱۸ و ۱۹ احیا شده اند و ۲ تالار یاس در مناطق ۱۲، ۱۶ و ۱۷ به زودی افتتاح می شود.

**نحوه محاسبه هزینه مراسم**

هزینه برگزاری مراسم در تالارهای یاس قطعاً پایین تر از سایر تالارهاست. تعداد مهمان، نوع غذا و پذیرایی سالن از معیارهای مهم محاسبه هزینه مراسم هستند. البته زوج های کم بر خوردار از تخفیف ۲۰ تا ۱۰۰ درصدی بهره مند می شوند.



## اقتصاد؛ هدف زیست شبانه شهری

حمایت از رونق فضاهای عمومی در شبها به رونق اقتصاد و اشتغال در شهرها می انجامد

زیست شبانه شهری هم بیشتر می شود، اگر چه خیلی از شهرهای جهان به شکلی زیست شبانه دارند اما از ابتدای سال ۲۰۰۰ میلادی این موضوع رسماً مورد توجه قرار گرفت و در سال های اخیر به صورت جزئی و توسعه آتی می زند.

**مجموعه های** که می توانند شبها هم به فعالیت های تجاری بپردازند از سوی شورای شهر و شهرداری لندن مشخص شده اند و فعالیت آنها قبل از دهه ۱۹۵۰ میلادی تقریباً غیرممکن بود. این شهرها به تدریج به سمت بازسازی و بازسازی فضای شهری برای جذب گردشگران و توریست ها حرکت کردند. این شهرها به تدریج به سمت بازسازی و بازسازی فضای شهری برای جذب گردشگران و توریست ها حرکت کردند.

**رستوران ها تعطیل نشوند**  
 زندگی شبانه در لندن تا جایی اهمیت دارد که وقتی فروشگاهها و رستوران های شبانه تعطیل می شوند شهرداری به دنبال تدابیری برای ادامه کار آنهاست. بعد از گسترش و پیوس کرونا در چند سال پیش، حدود یک سوم تا یک چهارم فضاهای شغلی شبانه مانند رستوران هایی که شبها کار می کنند تعطیل شدند و دیگر به چرخه اقتصادی برگشتند.

**لندن**  
 انگلیس

**گردشگران خارجی**  
 در سال گذشته ارزان شدن مقطعی واحد پول ژاپن باعث شد که تعداد گردشگران زیاد شود و قسمتی از آنها به سمت بازارهای شبانه شهر هدایت شدند. مراکز گردشگری که جنبه فرهنگی دارند مانند ساختمان های تاریخی و معابد، شبها تعطیل هستند. تورهایی که گردشگران خارجی را به توکیو می آورند برنامه زمانی خود را به شکلی تنظیم می کنند که روزها به آثار تاریخی بپردازند و شبها با مراکز خرید و رستوران ها بازدید کنند. در مناطقی مانند شینجوکو و شیبویا در توکیو می توان زندگی شبانه را دید.

**نظرسنجی برای زندگی شبانه**  
 مشکل کمبود ایمنی و حمل و نقل باعث کاهش فعالیت رستوران های شهر دوبلین در کشور جمهوری ایرلند شده است اما شهرداری دوبلین به رونق اقتصادی و فرصت های اشتغال ناشی از زندگی شبانه امیدوار است. نظرسنجی از ساکنان دوبلین انجام شد و مجموع اطلاعات و مقایسه نشان داد که دوبلینی ها چرا به مراکز عمومی در ساعات شب مراجعه نمی کنند.

**ژاپن**  
 توکیو

**همراهی ورزشکاران**  
 کمک به رونق اقتصاد شبانه از سال ۲۰۲۳ شکل عملی به خود گرفت و وزارت گردشگری، هنر و فرهنگ، بودجهای برای حمایت از موزه ها و مراکز هنری عمومی که به صورت شبانه به فعالیت ادامه می دهند، اختصاص داد. امسال وزارت حمل و نقل هماهنگی هایی برای حرکت اتوبوس های شبانه روزی انجام داد تا بخشی از رفت و آمد شبانه از این راه انجام شود. بناسنت بین ۶۰۰ تا ۸۰۰ هزار نفر در تمام ۲۴ ساعت به خطوط اتوبوس دسترسی داشته باشند. در تعطیلات آخر هفته دوبلین با خطوط اتوبوس شبانه به شهرها و روستاهای حومه خود متصل می شود و شهرداری همچنان در حال اتصال مکان های برخط گردشگری به این شبکه است.

**جمهوری ایرلند**  
 دوبلین

**ژاپن**  
 توکیو

**سند مالکیت ۱۲۹ مغازه به نام شهرداری تهران صادر شد**  
 حسین اچوری، ریور، شهردار منطقه ۱۹، پس از گذشت ۱۴ سال سند حسنگاری شده (کاداستری) ۱۲۹ مغازه در پروژه مشارکتی الماس ماهان در یکی از مرغوب ترین نقاط منطقه (عبدل آباد) اخذ شد. در این اقدام بیش از ۲ هزار و ۱۶۸ مترمربع، مالکیت شهرداری تهران بر ۱۷۳ واحد پارکینگ مرتبط با تجاری ها نیز تثبیت و احراز شد.

**گزارش کار امروز**

مهم ترین اقدامات مدیریت شهری، کف مناطق رخ می دهد و همشهری در پی مطالبه گری از شهرداری های مناطق است تا مشخص شود در هر منطقه هر روز چه اقدامی انجام شده است.

**منطقه ۱**  
 پروژه های اجرایی در حوزه های عمرانی، ترافیکی، خدمات شهری و اجتماعی تا پایان آذرماه و قبل از بارش های زمستانی به مرحله نهایی می رسند.

**منطقه ۲**  
 پل عابر پیاده مسیر شرق به غرب بزرگراه همت، نرسیده به بزرگراه اشرقی اصفهانی، رفع خطر و مرمت شد.

**منطقه ۳**  
 نشست سمن های منتخب عضو هیأت امنای مدیریت محله های منطقه برگزار و بر در اختیار گذاشتن فضاهای موقت در محله ها برای برگزاری جلسات سمن ها تأکید شد.

**منطقه ۴**  
 فاز دوم بوستان بانوان جدیدچی در مسیر راه تندرسی به مساحت ۱۵۰۰ مترمربع اجرا می شود.

**منطقه ۵**  
 عملیات تراش و روکش مکانیزه آسفالت در بلوار آیت الله کاشانی، مسیر غرب به شرق حداقل میدان شهرزیبا تا یاکری به متراف ۶ هزار مترمربع به پایان رسید.

**منطقه ۶**  
 سیستم تصفیه خانه در ساختمان های بلند مرتبه برای استفاده از آب های خاکستری برای آبیاری فضای سبز در حال اجراست.

**منطقه ۷**  
 معابر، ساختمان ها و بوستان های منطقه، ملبمان شهری، رفع موانع برای دسترسی آسان کم توانان، سالمندان، زنان باردار به معابر ایمن و ساختمان ها مناسب سازی می شوند.

**منطقه ۸**  
 در ملاقات حضوری جعفر شربیانی، عضو شورای اسلامی شهر تهران با شهروندان منطقه به درخواست بیش از ۵ هزار نفر از شهروندان در حوزه شهرسازی و املاک پاسخ داده شد.

**منطقه ۹**  
 با بررسی امکان برخطر منطقه، به مالکان و بهره برداران این اماکن ابلاغ شد تا موارد برخطر را ایمن سازی کنند.

**منطقه ۱۰**  
 دوره آموزشی روباتیک ویژه کودکان و نوجوانان در خصوص آشنایی با ساخت و سازها در مرکز پویش شهر منطقه برگزار شد.

**منطقه ۱۱**  
 ۶ سرپناه ایستگاه تاکسی در ابتدای میدان انقلاب به مقاصد مختلف از جمله میدان راه آهن و ترمینال جنوب ساخته شد.

**منطقه ۱۲**  
 جدارهای آلوده و نازیبای میدان آیینی امام حسین (ع) با هدف حفظ آرامش و زیبایی این میدان پاکسازی شد.

**منطقه ۱۳**  
 پایه چراغ های بوستان جنگلی سرخه حصار به منظور افزایش امنیت و رفاه شهروندان و بهبود کیفیت روشنایی تعویض شد.

**منطقه ۱۴**  
 دور دوم طرح پاتوق، ویژه دختران نوجوان ۱۲ تا ۱۶ سال در منطقه آغاز شده و کارگاه های آموزشی و مهارت آموزی سه شنبه ها در مجموعه شهربانو ۲ برگزار می شود.

**منطقه ۱۵**  
 گاردیل فرسوده خیابان ابومسلم به طول ۱۰ متر به منظور افزایش ضریب ایمنی و کاهش خطرات و تصادف بهسازی شد.

**منطقه ۱۶**  
 اولین تصفیه خانه آب های سطحی در بوستان محرم ترک با مساحت ۳۰۰ سابت ۳۰ مترمربع با هدف استفاده از منابع آب پایدار در دست ساخت قرار گرفت.

**منطقه ۱۷**  
 عملیات روغن پاشی با هدف از بین بردن پسیل زیتون و کنترل آفات مکنده در فصل پاییز در بوستانها و معابر ناحیه ۱۳ آغاز شده است.

**منطقه ۱۸**  
 زمین بدون استفاده و مستهلک بوستان لواسانی با هدف افزایش سرانه فضای بازی کودکان و غنی سازی اوقات فراغت به محوطه بازی تبدیل شد.

**منطقه ۱۹**  
 ۲۰۰ مترمربع ساخت وساز غیرمجاز در ناحیه ۳ با هدف جلوگیری از گسترش ساختمان های نا ایمن رفع خلاف و از ادامه فعالیت آن جلوگیری شد.

**منطقه ۲۰**  
 عملیات ساخت بازار میوه و تره بار در بلوار قدس محله دولت آباد، به منظور دسترسی و استفاده آسان شهروندان از میوه و تره بار آغاز شده است.

**منطقه ۲۱**  
 محوطه اطراف زمین چمن محسنی در خیابان گل محمدی با هدف رسیدگی به وضعیت فضاهای ورزشی بهسازی و تعمیر شد.

**منطقه ۲۲**  
 بیش از ۵۰ درجه نهرهای معابر محلی منطقه با هدف تردد ایمن خودروها همسطح سازی شدند.



# همیشه برای جامعه



با اسکن این بارکد صحبت های شیرین ننه عصمت درباره اهدای بافتنی هایش برای کودکان غزه را بخوانید



عکس: هاشمی پور / حامد خورشیدی

## هدیه ویژه برای کودکان غزه و لبنان دستکش های ننه عصمت

این مادر بزرگ مثل دوران دفاع مقدس، آستین بالا زده و حالا برای جبهه مقاومت دستکش می بافت

گزارش: **الناز عباسیان**  
روزنامه نگار

ننه عصمت را با دستکش های اهدایی اش می شناسند؛ دستکش هایی که راج به ریح با عشق بافته و با مهر به رزمندگان همدیه داده است؛ از رزمندگان روزهای جنگ تحمیلی گرفته تا مدافعان حرم و مرزبانان. این روزها هم قلب این مادر بزرگ اهل محله پونک برای کودکان غزه می تپد و قرار است دستکش های کاموایی او به دست کودکان جنگ زده برسد. جالب اینجاست که دستکش ننه عصمت جایزه ویژه جشنواره مردمی فیلم عمار است که طی سال های اخیر به فعالان جبهه فرهنگی انقلاب اسلامی اهدا می شود.

### دلگرمی رزمندگان با دسترنج مادر بزرگ یزدی

معروف به ننه عصمت شده، اما اسم شناسنامه ای او «فاطمه مغری فلکیان» است. ننه عصمت از همان روزهای جنگ تحمیلی، وقتی هر کسی به روشی برای کمک به جبهه داوطلب می شد، با بافتنی هایش جهاد خود را آغاز کرد و همچنان ادامه دارد. او متولد شهر یور ۱۳۱۹ در شهر یزد است و در سال های دفاع مقدس در همین شهر همین طور مجاهدت می کرد. خودش با لهجه غلیظ و شیرین یزدی می گوید: «پسری نداشتم که به جبهه بفرستم. به دلم افتاد حداقل با هنر بافتنی برای رزمندگان شال و دستکش بیاقم. شنیده بودم در جبهه هوا آنقدر سرد است که دستشان به اسلحه می چسبید. بلام برایشان سوخت. از همان موقع عهد کردم تا زنده ام، شال گردن و دستکش بیاقم و از این کار خسته نمی شوم. آن روزها برای کمک به جبهه یکی مرابا درست می کرد و یکی شال و کلاه می بافت. خیلی ها هم پول و طلا برای کمک به جبهه می فرستادند. من هم با این کار خواستم دینم را به رزمندگان ادا کنم.»

یکی روز، یکی زیر با هر گری که با میل به نخهای رنگی می زند ذکری می خواند. دلش گرم است به اینکه دسترنجش دستشان رزمندگان را گرم خواهد کرد. فرقی هم برایش نمی کند؛ چه مثل آن سال ها رزمندگان دفاع مقدس باشند و چه مثل این روزها مدافعان حرم و مرزبانان وطن. حین بافتن همچنان که تمام حواسش به پذیرایی از مهمانان خبرنگار است، با ذوق می گوید: «رزمندگان زیادی به من سر می زنند و تشکر می کنند. وقتی می بینم هنوز هم دستکش های من را دارند، خوشحال می شوم.»



### اینار



#### بی ریاترین کمک ها

ایرانی ها در این ۲ هفته کمک های فراوانی به جبهه مقاومت و آوارگان غزه و لبنان کرده اند؛ بسیاری از بزرگ ترین داشته های خود که طلا، پول، سکه و حتی خانه است، گذشته و آن را تقدیم کرده اند اما در این میان بودند افرادی که ثروت چندانی نداشتند و با داشته های کوچک خود به این دربار بزرگ قناعت وصل شدند.



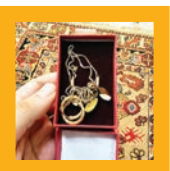
#### یک روز حقوق کارگر فصلی

کارگر فصلی بود. با همان دست های گچی، کارت را داد و گفت: «سهام من رو از امنیت بکش و بده مردم غزه و لبنان که سیر ایران و اسلام شدند.» بنا بود یا کارگر نفهمیدیم اما همه اندک دارایی حساسی را تقدیم کرد. او شناسنامه آمد و شناسنامه رفت. او ترو تمندی بود که همه داشته اش را برای جبهه مقاومت داد.



#### هزینه عروسی برای کودکان غزه

دلش می خواست زودتر بساط عروسی شان به پا شود. شور و شوق پوشیدن لباس عروسی که انتخاب کرده بود یک لحظه هم از فکرش بیرون نمی رفت؛ اما دقیقاً همان روزی که خانواده صحبت های نهایی درباره عروسی را انجام دادند. نظر عروس خاتم تغییر کرد، البته یک ویدئوی ۳۰ ثانیه ای از کودکی اهل غزه نظرش را تغییر داد. دختر بچه ای که شاید جهان در برابر مظلومیتش سکوت کند اما اینجا در ایران به خاطر رنج او عروسی طهورا نکوهی و میلاد امیر یوسفی زوج دهه هشتادی کنسل شده است.



#### دهه نودی های وسط میدان

زنگ تفریح یکسای از بچه های مدرسه با یک جعبه کوچک طلا آمد و گفت از فامیل هامون برای لبنان جمع کردیم؛ کلی هم پول جمع کرده بود. روایت دانش آموزهایی که پول جمع می کنند هم خیلی جذاب است. واقعا تلاش بعضی های پشیمان را انسان می بیند شرم منده می شود که اینها با این سمنشان آنقدر وسط میدان هستند و کار می کنند.

### دنیای تلخ و سواسی ها

در ماه های اخیر زیاد این کلمه را از زبان افراد مختلف شنیده اید که «فلانی اوسه دی داره» یا «فکر کنیم اوسه دی شدید دارم». این واژه انگلیسی همان اختلال سواس فکری - عملی است که افراد در سنین مختلف را تحت تأثیر خود قرار می دهد. این اختلال منجر به ایجاد افکار، نگرانی ها یا تردیدهایی غیر منطقی می شود که اگر قابل درمان نباشند، قابل کنترل خواهند بود.

#### علامه سواس فکری - عملی چیست؟

- این افراد معمولاً درگیر افکار، تصاویر ذهنی و نگرانی های مکرر و ناخواسته می شوند که بسیار آزار دهنده هستند.
- احساس می کنند باید یکسری کارهای تکراری مانند شستن مکرر دست ها یا چک کردن دائم وسایل را انجام دهند تا اضطراب ناشی از افکار سواسی آنها کاهش یابد.
- آنها از افکار و رفتار غیر منطقی خود آگاه هستند، اما احساس می کنند نمی توانند جلوی آنها را بگیرند.
- فرد زمان زیادی از روزش را درگیر این اختلال است و برای آن وقت می گذارد.
- از قرار گرفتن در موقعیت ها و مکان هایی که ممکن است باعث برانگیخته شدن افکار سواسی شود، اجتناب می کند.



#### ریشه این بیماری چیست؟

در حال حاضر، علت اصلی اختلال سواس اوسه دی مشخص نیست و دانشمندان تنها یکسری عوامل را در بروز آن مؤثر می دانند که عبارتند از:

- ژنتیک
- تغییرات مغزی
- تجربه رویداد استرس زا و تروما مخصوصاً در کودکی
- بازوهای غلط و تفکر نادرست در مورد مسئولیت پذیری، خطر و آسیب
- سندرم پانداس (نوعی اختلال عصبی خودبیمانی در کودکان که با عفونت های استرپتوکوکی مرتبط است)

#### عوارض این اختلال چیست؟

- افسردگی
- اختلال در عملکرد روزانه
- مشکل در روابط فردی و اجتماعی
- تنش و اختلافات خانوادگی
- آسیب جسمی مانند عفونت
- مشکل خواب
- تمایل افراد به مصرف الکل یا مواد مخدر
- اجتناب از قرار گرفتن در موقعیت های اجتماعی و خانگی

#### برای درمان سواس به کجا مراجعه کنیم؟

برای تشخیص دقیق و درمان بموقع بیماری سواس به یک پزشک متخصص اعصاب و روان (روانپزشک Psychiatrist) مراجعه کنید.

#### مدت درمان سواس:

اکثر افراد حداقل به مدت یک سال نیاز به پیروی از دوره درمان دارند. پس اگر از این مدت علامت جدی کم یا هیچ گونه علامت نداشتید، ممکن است بتوانید در زمان را متوقف کنید. اگر چه برخی از افراد نیاز به مصرف داروهای تجویز شده از سمت پزشک برای چندین سال دارند.

#### برای سواس فکری چه بخوریم؟

تغذیه می تواند نقش مهمی در مدیریت علائم اختلال سواس فکری - عملی (OCD) داشته باشد؛ با این حال نباید جایگزین درمان های تخصصی شود. برخی از مواد غذایی که به بهبود وضعیت کلی افراد مبتلا به اوسه دی کمک می کنند، شامل موارد زیر هستند:

- مواد غذایی حاوی ویتامین D مانند تخم مرغ، جگر گاو، پنیر، قارچ، شیر، جوی دوسر، ماهی سالمون و قزل آلا
- ویتامین B12 مانند گوشت، تخم مرغ و لبنیات
- حبوبات، آجیل، دانه تخم کتان، غلات، شکلات تلخ، میوه و سبزیجات تازه
- آنتی اکسیدان مانند توت فرنگی، بلوبری، گردو، کلم قرمز و تمشک
- اسیدهای چرب امگا ۳ مانند ماهی های چرب، دانه چیا و دانه کتان

عدد خبر

۴۶ درصد

از بزرگسالان جهان مبتلا به پرفشاری خون هستند اما از بیماری خود اطلاعی ندارند. براساس اعلام سازمان جهانی بهداشت، فشار خون بالا عامل اصلی مرگ‌ومیر زودرس در سراسر جهان است. یکی از اهداف جهانی برای بیماری‌های غیرواگیر کاهش شیوع فشار خون به میزان ۳۳ درصد بین سال‌های ۲۰۱۰ تا ۲۰۳۰ است.

۳۲ درصد

مردم ایران در آخرین بررسی‌های ملی انجام شده از سوی وزارت بهداشت در سال ۱۴۰۰ مبتلا به فشار خون بالا بودند. آمار ابتلا به فشار خون بالا در زنان در سال‌های ۱۳۹۵ و ۱۴۰۰ به ترتیب ۲۷.۵ و ۳۳ درصد و در مردان ۲۵ و ۳۱ درصد بوده است. وضعیت در هر ۲ تنسیت در کل کشور به هم در همین بازه زمانی به ترتیب ۲۶ و ۳۲ درصد اعلام شده است.

۱۵۰ دقیقه

فعالیت هوایی در هفته، مصرف بیشتر سبزیجات و میوه‌ها، کاهش وزن در صورت چاقی، مصرف منظم داروها، نخوردن غذاهای شور و چرب، ترک سیگار و مصرف نکردن نوشیدنی‌های الکلی و به‌طور کلی تغییرات سبک زندگی می‌تواند به پیشگیری و کاهش فشار خون بالا در افراد کمک کند.

سلامت آرش نهاوندی؛ روزنامه‌نگار

## معجزه رژیم کم‌نمک



خوردن بیش از حد نمک می‌تواند منجر به بروز چندین بیماری مانند فشار خون بالا و افزایش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی شود. یک رژیم کم‌نمک نه تنها این خطرات را بر طرف می‌کند که باعث کاهش سریع‌تر وزن هم می‌شود. چند دلیل کمتر شناخته‌شده یک رژیم غذایی کم‌نمک برای مدیریت مؤثر سلامت و کاهش وزن را در ادامه بخوانید.

**۱ کنترل بهتر اشتها:** نمک می‌تواند طعم غذاها را افزایش دهد که ممکن است پرخوری را تشویق کند.

**۲ بهبود جذب مواد مغذی:** سطوح بالای سدیم می‌تواند در جذب مواد مغذی اختلال ایجاد کند.

**۳ تقویت آب‌رسانی:** نمک می‌تواند باعث شود آب کمتری بنوشید. با کاهش مصرف آن، بدن می‌تواند سطح هیدراتاسیون بهتری را حفظ کند.

**۴ انتخاب غذای سالم‌تر:** بسیاری از غذاهای فرآوری‌شده سرشار از نمک هستند و می‌تواند باعث افزایش اشتها و پرخوری شود.

**۵ تعادل سطح قند خون:** مصرف زیاد نمک با مقاومت به انسولین مرتبط است که می‌تواند از کاهش وزن جلوگیری کند.

**۶ پشتیبانی از سلامت روده:** رژیم غذایی کم‌نمک می‌تواند مایکروبیوم روده سالم‌تر را تقویت کند. فلور روده متعادل برای هضم و متابولیسم مؤثر ضروری است.



**ضرورت استفاده از اصطلاح طب ایرانی به جای طب سنتی**  
عبدالحسین خسروپناه، دبیر شورای عالی انقلاب فرهنگی: استفاده از اصطلاح «طب سنتی» مناسب نیست و بهتر است آن را «طب ایرانی» بنامیم. واژه «سنتی» ترجمه‌ای از «Tradition» غربی است که عقل معاد و عقل نظری را قبول دارد و به‌درستی مفهوم دانش بومی ما را بیان نمی‌کند.



**مهاجرت پزشکان به حوزه چشم پزشکی آسیب زنده است**  
محمود جباروند، دبیرکل انجمن چشم پزشکی ایران: در حوزه چشم‌پزشکی هم مهاجرت پزشکان را داریم اما اگر بخواهیم آن را با سایر رشته‌های پزشکی مقایسه کنیم، آسیب به چشم‌پزشکی کشور وارد نمی‌کند. چشم‌پزشکانی داریم که مهارت‌های بالا و نسبت به مردم تعهد دارند و کشور را ترک نمی‌کنند.

# هجوم سکتۀ مغزی به جوان‌ترها

چرا سکتۀ‌های مغزی در جوانان زیاد شده است؟

گزارش پروانه بندپی روزنامه‌نگار

خیلی از ما وقتی فرد جوانی سکتۀ مغزی یا قلبی می‌کند، بسا تعجب می‌گوییم او که جوان بود! یا او که ورزشکار بود! پس چرا بدون دلیل سکتۀ کرد؟ در حالی که به گفته متخصصان مغز و اعصاب، هیچ سکتۀ‌ای به دلیل رخ نمی‌دهد. حتی افراد جوان و ظاهر سلامت نباید ما را به اشتباه بیندازد. خوب است بدانید که سکتۀ مغزی دومین علت شایع مرگ‌ومیر در جهان و همچنین در ایران است. هر چند آمار دقیقی از سکتۀ مغزی جوانان در کشور وجود ندارد، و واقعیت این است خیلی از افرادی که سکتۀ مغزی می‌کنند، جوان هستند، اما چرا جوانان دچار سکتۀ مغزی می‌شوند؟ چرا افرادی که ظاهراً سلامت و بدون هیچ‌گونه بیماری هستند، سکتۀ مغزی می‌کنند؟ دکتر گلاره بنی‌هاشم، متخصص مغز و اعصاب در گفت‌وگو با همشهری این موضوع را کاملاً شفاف کرده و درباره آن توضیح داده است.

■ علل وقوع سکتۀ مغزی در سنین مختلف متفاوت است. در سنین بالاتر معمولاً به این دلیل رخ می‌دهد که فرد فشار خون بالا یا دیابت مزمن دارد که آنها را خوب کنترل نکرده و بر اثر عدم کنترل این ۲ بیماری، سکتۀ اتفاق افتاده است. دلایل دیگری هم برای وقوع سکتۀ مغزی وجود دارند؛ مثل بیماری‌های قلبی.

■ سکتۀ مغزی معمولاً در افراد بالای ۵۰ سال رخ می‌دهد و اگر کسی زیر ۵۰ سال سکتۀ مغزی کند، آن را «سکتۀ در جوانان» حساب می‌کنیم. اما اختلال ریتم قلب علاوه بر سنین بالا، در سنین پایین یعنی ۱۸ تا ۵۰ سال هم اتفاق می‌افتد.

■ درباره سکتۀ مغزی در جوانان، باید اشاره کنم که ما یک بیماری داریم به نام دایسکشن عروق یا پارگی لایه‌های رگ. علت این پارگی می‌تواند بیماری‌های مختلف باشد، اما شایع‌ترین دلیل آن در افراد جوان، «ضربه» است. بیشتر این ضربه‌ها هم در تصادفات رخ می‌دهد. همچنین افرادی که طولانی‌مدت سر خود را عقب نگه می‌دارند (مثلاً در سرشور آرایشگاه‌ها)، یا افرادی که گردن خود را برای رفع خستگی می‌شکنند و از آن صدا درمی‌آورند و اصطلاحاً قولنج گردن خود را می‌گیرند، بیشتر در معرض سکتۀ مغزی هستند.

■ همچنین افرادی که زیاد الکل می‌نوشند و هوشیاری‌شان پایین می‌آید و بعدش خواب‌شان می‌برد و در حالتی می‌خوابند که سر و گردن‌شان در وضعیت مناسبی نیست، احتمال بالایی برای سکتۀ مغزی دارند.

■ افراد جوان چون فکر می‌کنند سکتۀ مغزی نمی‌کنند، وقتی علامتی از آن در خود می‌بینند، معمولاً آنها را جدی نمی‌گیرند. اگر افراد جوان، علامتی مثل درد غیرعادی در گردن بر اثر ضربه داشتند یا مثلاً اگر دهان‌شان حتی برای دقایقی کوتاه کج شد یا اگر دست‌شان لمس شد و بعد از ۱۰ دقیقه خوب شد، حتماً به پزشک مراجعه کنند و فکر نکنند که گذرا بوده است.



## درمانی برای جوش‌های صورت

به‌وجود آمده در بدن یا تغییرات محیطی است. این یک بیماری پوستی شایع جهانی به شمار می‌رود و در ۲۰ تا ۴۰ درصد افراد سنین ۲۰ تا ۴۰ سال دیده می‌شود. کارشناسان معتقدند که در

شیوع دارد و پس از آن درماتیت‌ها (بیماری‌های التهاب، قرمز شدن و خارش پوست) یا آگزماها است که بیشتر در افراد جوان دیده می‌شود. علت بروز آکنه یا همان جوش‌ها، غرور، تغییرات

الگوی بیماری‌های پوستی شایع تقریباً در تمام دنیا مشابه است. به‌طور مثال در همه مناطق دنیا آکنه بیش از سایر بیماری‌های پوستی

نکته روز

**جوش‌های سرسبز**  
لکه‌های سرسبز که حاوی چرکند، نمونه‌ای از آکنه‌اند. این لکه‌ها زمانی تشکیل می‌شوند که گلبول‌های سفید خون به سمت محل منافذ مسدود برای مبارزه با عفونت‌های باکتریایی هجوم می‌آورند. توصیه این است که نقاط پر از چرک را فشار ندهید، چون می‌تواند با رشد بیش از حد باکتری‌ها در منافذ مسدود همراه شود.

**جوش‌های ملتهب**  
جوش‌های ملتهب ضایعات عمیق‌تری در پوست هستند. آنها اشکال شدیدتر آکنه‌اند و می‌توانند ناشی از مسدود شدن منافذی باشند که تحریک و عفونی شده‌اند. آکنه ناگهانی در زنان می‌تواند نشانه عدم تعادل هورمونی مانند سندروم تخمدان پلی‌کیستیک باشد.

**جوش‌های سرسفید**  
جوش سرسفید نوعی آکنه است که به‌دلیل مسدود شدن منافذ ایجاد می‌شود. این جوش‌ها زمانی ایجاد می‌شوند که سلول‌های مرده پوست، چربی و باکتری‌ها زیر پوست به دام بیفتند. اگر سعی کنید یک جوش سرسفید را فشار دهید، معمولاً باز نمی‌شود، زیرا از نظر پزشکی جوش زیرپوستی شناخته می‌شود.

**جوش‌های سرسفید زمانی که پوست مرتباً لایه‌برداری نشود ایجاد می‌شوند، بنابراین مقداری لایه‌برداری ملایم می‌تواند به جلوگیری از این انسدادها کمک کند.**

**اجازه دهید چرک به‌طور طبیعی خارج شود.** لکه‌های فشرده می‌تواند به پوست اطراف آسیب برساند و منجر به ایجاد خراش و زخم شود.

**در موارد التهاب مداوم، اجتناب از اسکراب‌های خشن یا محصولاتی که می‌توانند پوست را بیشتر تحریک کنند بسیار مهم است و عوض درمان‌های ضدالتهابی مانند نیاسینامید یا آزلائیک اسید را امتحان کنید.**

**جوش‌های سرسفید زمانی که پوست مرتباً لایه‌برداری نشود ایجاد می‌شوند، بنابراین مقداری لایه‌برداری ملایم می‌تواند به جلوگیری از این انسدادها کمک کند.**

باکارشناس

## دارویی که برای دندان درد مناسب نیست

آنتی‌بیوتیک‌ها به‌ویژه آموکسی‌سیلین یکی از رایج‌ترین داروهای است که برخی از مردم در زمان دندان‌درد مصرف می‌کنند، در حالی که هیچ تأثیری بر کاهش این درد ندارد و مصرف آن تنها با تجویز پزشک در عفونت‌های دندان‌پزشکی توصیه می‌شود. دکتر مریم پیغون، عضو هیأت علمی دانشکده دندانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد هم استفاده از داروهای آنتی‌بیوتیک برای کاهش درد دندان را یک اشتباه رایج عنوان می‌کند و می‌گوید: «یک نکته بسیار مهم که عموم جامعه باید بدانند این است که آنتی‌بیوتیک سبب کاهش درد نمی‌شود؛ بیمارانی داریم که با درد دندان مراجعه می‌کنند در حالی که مقدار زیادی آنتی‌بیوتیک مصرف کرده‌اند. این امر در آینده می‌تواند مقاومت‌های آنتی‌بیوتیکی در بدن ایجاد کند. بنابراین مردم باید بدانند که در مواقع درد دندان، مصرف داروهای ضدالتهاب مانند ایبوپروفن و ژلوفن توصیه می‌شود.» به تأکید این پزشک، در حوزه بهداشت دهان و دندان، انجام برخی کارهای ساده و کم‌هزینه مانند استفاده مرتب و صحیح از مسواک، بهره‌گیری از نخ دندان و دهانشویه می‌تواند بسیار مفید و کمک‌کننده باشد. پیغون با بیان اینکه دفعات مصرف شیرینی‌ها هم در آسیب به دندان‌ها اثر دارند، می‌گوید: «در این موضوع حجم مواد قندی چندان مطرح نیست و دفعات مصرف مواد قندی مهم است. به‌عنوان مثال اگر فردی در طول روز ۳ بار مواد قندی را با حجم ۵۰ گرم استفاده کند، آسیب مواد قندی برای دندان‌های او کمتر است از زمانی که ۵ بار در روز، ۵ گرم مواد قندی استفاده می‌کند.» به تأکید این پزشک هر بار که افراد مواد قندی استفاده می‌کنند سبب می‌شود که محیط دندان اسیدی شود و در نتیجه مینای دندان در این مواد اسیدی حل و باعث آسیب به دندان شود. در این شرایط یکی از کارهای ساده این است که بعد از هر بار مصرف ماده قندی چنانچه به مسواک دسترسی نداریم، دهان خود را با آب معمولی بشوئیم تا مواد اسیدی دهان کمتر شود.

تغذیه

## ۶ جایگزین تخم‌مرغ در غذاها

اگر دوست ندارید در برخی غذاها و خوراکی‌ها از تخم‌مرغ استفاده کنید، برخی جایگزین‌های گیاهی را در اختیار دارید که به شما کمک می‌کنند. تغذیه‌پهتری داشته باشید. به گزارش تایمز آف ایندیا، مواد معمولی مانند دانه چیا تا موز له یا پوره شده و نس سبب می‌توانند در پخت کلوچه‌های مورد علاقه یا پختن یک غذای سالم مورد استفاده قرار بگیرند. ۶ جایگزین جذاب تخم‌مرغ را در ادامه بخوانید.

**۱ نسس سبیه:** نسس سبیه پوره‌ای است که از سبب پخته شده تهیه می‌شود و یک جایگزین عالی برای تخم‌مرغ در پخت است. استفاده از یک چهارم فنجان (حدود ۵ گرم) نسس سبیه برای جایگزینی یک تخم‌مرغ در دستورالعمل‌های غذایی کافی است.

**۲ پوره موز:** موز له یا پوره شده هم برای پخت کیک، کلوچه و پخت سریع نان گزینه ایده‌آلی به جای تخم‌مرغ است. هر تخم‌مرغ را با نصف یک موز بزرگ جایگزین کنید.

**۳ دانه چیا:** دانه چیا سرشار از اسیدهای چرب امگا ۳، فیبر و سایر ترکیبات گیاهی مفید است. هنگامی که در پخت استفاده می‌شود، بافتی متراکم و سنگین ایجاد می‌کند که برای اوقل، نان و کلوچه مناسب است. برای جایگزینی یک تخم‌مرغ، ۷ گرم دانه چیا را با ۳ فنجان آب مخلوط کنید.

**۴ ماست یا دوغ:** ماست و دوغ هم سرشار از پروتئین هستند و جایگزین بسیار خوبی برای تخم‌مرغ به شمار می‌روند.

**۵ حبوبات:** حبوباتی مانند لوبیا، نخود و عدس سرشار از پروتئین هستند و می‌توان از آنها در بسیاری از غذاها استفاده کرد.

**۶ کره‌های آجیلی:** کره‌های آجیلی مانند کره بادام یا کره بادام زمینی هم می‌توانند جایگزین تخم‌مرغ شوند. حدود ۶۰ گرم از هر نوع کره آجیلی می‌تواند جایگزین یک تخم‌مرغ شود.

شرکت تولیدی خانه گستر  
شماره ثبت: ۱۶۴۴۳ (سهامی خاص)

**آگهی مزایده عمومی**  
ضایعات آهن آلات پروژه پردیس غدیر

شرکت تولیدی خانه گستر در نظر دارد حدود ۲۵ تن ضایعات آهن آلات واقع در پروژه پردیس غدیر از طریق مزایده عمومی بفروشد. متقاضیان می‌توانند ظرف مدت ۷ روز از تاریخ انتشار آگهی جهت تهیه اسناد مزایده به نشانی آدرس پروژه پردیس غدیر (آرام ۲) - تهران - بزرگراه آزادگان، یاست آباد بلوار غدیرخ اکبر مسکونی بعد از تعویض پلاک غدیر سمارت راست پروژه مسکونی نوسازان یک (غذیر) آقای مباتکی، ۰۹۱۲۶۱۱۹۷۰۲ مراجعه و یا از طریق وب سایت شرکت به نشانی [www.tkgso.com](http://www.tkgso.com) اقدام فرمایند. \* هزینه چاپ آگهی و هزینه کارشناسی بر عهده برنده مزایده می‌باشد.

شرکت تولیدی خانه گستر  
شماره ثبت: ۱۶۴۴۳ (سهامی خاص)

**آگهی مناقصه عمومی**  
شرکت تولیدی خانه گستر

در نظر دارد عملیات تهیه کلیه مصالح و دستمزد اجرای کامل نمای بلوکهای D1, D4, B1, B2, C1, C2 از فاز ۳ پروژه یاس سپید اووان واقع در شهرستان اسلامشهر را بصورت نقد و تهاتر طبق شرایط و اسناد مناقصه عمومی، به پیمانکاران واجد شرایط (حقوقی و حقیقی) واگذار نماید. متقاضیان می‌توانند جهت دریافت اسناد شرایط مناقصه از روز شنبه مورخه ۱۴۰۳/۰۸/۱۲ لغایت پایان وقت اداری روز پنجشنبه مورخه ۱۴۰۳/۰۸/۱۷ به آدرس سایت [www.tkgso.com](http://www.tkgso.com) یا با مراجعه به محل کارگاه به آدرس: استان تهران، شهرستان اسلامشهر، شهرک اووان، خیابان ولیعصر، بلوار گلهای شرقی، کوچه پاکبان، فاز ۳ پروژه یاس سپید اووان، کارگاه شرکت تولیدی خانه گستر (سهامی خاص) یا ازانه معرفی نامه نسبت به دریافت اسناد اقدام نمایند. همچنین متقاضیان می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر یا شماره تلفن ۰۲۱-۹۱۰۰۶۲۶۲ داخلی ۲۰۰۸ تماس حاصل فرمایند. هزینه چاپ آگهی مناقصه در روزنامه بر عهده برنده مناقصه می‌باشد.

**آگهی مناقصه عمومی شماره ۱۴۰۳/۱۰۰**

شهرداری منطقه هفت تهران در نظر دارد عملیات مشروح ذیل را از طریق برگزاری مناقصه عمومی طی یک مرحله به پیمانکار واگذار نماید، بدینوسیله از کلیه اشخاص حقوقی واجد شرایط جهت شرکت در مناقصه دعوت بعمل می‌آید.

ردیف	موضوع	مبلغ برآورد (ریال)	سپرده شرکت در مناقصه (ریال)	مدت قرارداد
۱	عملیات تهیه، خرید و نصب تجهیزات لازم جهت پلزاری قندی، باغ راه بهار و قنبرزاده، پل های سید خندان و روشنلان، باغ موزه قصر، محورهای شریعتی و سهپوردی و سایر معابر، میادین و پل های سواره روی منطقه ۷ پروژه های توسعه محله ای)	۲۲۶,۴۸۰,۲۲۰,۴۰۰	۱۱,۴۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۶ ماهه

۱- به قراردادهای منعقدۀه پیش پرداخت تعلق نمی‌گیرد.  
۲- به اطلاع می‌رساند «اسناد مناقصه از طریق تالار آگهی معاملات شهرداری تهران به نشانی [business.tehran.ir](http://business.tehran.ir) قابل رویت و دریافت می‌باشد»  
۳- شرکت کنندگان مجاز به واریز وجه سپرده شرکت در مناقصه به حساب سپرده ۰۰۸۷۵۰۶۰۰۸۷ منطقه نزد بانک شهر سببمه شهید قندی بنام شهرداری منطقه هفت تهران یا ارائه ضمانتنامه معتبر بانکی شرکت در مناقصه می‌باشند.  
۴- پیمانکاران داوطلب شرکت در مناقصه فا دعوت می‌شود برای شرکت در مناقصه فوق‌الذکر و کسب اطلاعات لازم و دریافت اسناد مربوطه به آسور قراردادهای واقع درمیدان شهید قندی، ساختمان مرکزی شهرداری منطقه ۷ تهران، طبقه دوم مراجعه نمایند (تلفن ۸۸۴۹۹۶۰۰). بهای پیشنهادی می‌بایست از حیث مبلغ مشخص و معین و بدون ابهام و بدون خط خوردگی در پاکت «ب» به صورت لاک و مهر شده باشد. حداکثر زمان لازم برای بررسی پیشنهادها و تشخیص برنده مناقصهها و ابلاغ به برنده طبق مفاد این‌نامه معاملات شهرداری تهران عمل می‌شود. ارسال اسناد و مدارک تکمیل شده هیچ‌گونه تعهدی در زمینه انعقاد قرارداد با متقاضیان برای

شهرداری منطقه هفت تهران ایجاد نمی‌کند و مهلت ارائه اسناد و دریافت پاکت ۱۰ روز از تاریخ انتشار آگهی مناقصه ها می‌باشد.  
بدیهی است شرکت در مناقصه و ارائه پیشنهاد به منزله قبول شروط و تکالیف مقرر در اسناد و مدارک مناقصه و قوانین و مقررات شهرداری تهران و آیین‌نامه معاملات شهرداری تهران بوده و شهرداری در رد یک یا کلیه پیشنهادها مختار است. ضمناً مشروح شرایط مناقصه در اسناد و مدارک مربوطه درج گردیده و شرکت‌کنندگان باید کلیه صفحات اسناد و مدارک مناقصهها را پس از مهر و امضا به ترتیب مقرر در اسناد، در پاکت‌های «الف» و «ب» دریافتی به صورت لاک و مهر شده قرار داده و تحویل مدیرخانه مرکزی، واقع در میدان شهید قندی، ساختمان مرکزی شهرداری منطقه ۷، طبقه همکف داده و رسید دریافت نمایند.  
۵- اسناد و فرم شرکت در مناقصه و اسنادمناقصه فقط به فرد صاحب امضاء شرکت متقاضی یا دارای معرفی نامه از شرکت متقاضی تحویل داده خواهد شد.  
۶- پرداخت هزینه انتشار این آگهی به عهده برنده مناقصه می‌باشد.

**روابط عمومی شهرداری منطقه ۷**



## تماشای گزارش

### خاطرات رکوردی



هادی رضایی، طی سال‌ها اسکانداری کمیته رکورد های ملی و حضور در صحنه ثبت هزاران رکورد گوناگون، خاطرات شنیدنی بسیاری دارد: «گاهی در ثبت برخی رکوردها باید با رکورددار چند ساعت یا چندین روز همراه باشیم آن هم با تمام دقت که خدایی ناکرده حتی از کمی در ثبت رکورد از بین نرود؛ یک همراهی تمام عیار که در هم ذات بنداری هر لحظه‌اش با از وجد در پوست نمی‌کنیم یا از استرس بی‌قرار می‌شویم.» این میان شش‌ساعتی و رکورد خوانی رکوردداران بسیاری هم بوده: «گری خوانی‌هایی که به رقابت، ششور و حال بد، خوب است اما تعداد انگشت‌شماری هستند که رجز خوانی‌شان وجهه‌های از لات‌بازی یا خط‌و‌شان کشیدن دارد که با این موارد برخورد می‌شود.» رضایی به یکی از دوست‌داشتنی‌ترین قسمت‌های حرفه‌اش هیجان‌انگیز خود اشاره می‌کند: «گاهی افرادی تماس می‌گیرند و درخواست خود مبنی بر ثبت رکوردی ساده و معمولی از سوی یک بیمار مبتلا به سرطان که مرگش نزدیک است یا کودک کاری که اگر دیده شود مسیر زندگی‌اش تغییر می‌کند را اطلاع می‌دهند که کمیته هم در بر آورده کردن آرزوی آنها هیچ دریغ نمی‌کند.»

# فهرست رکوردهای عجیب ایران

در باره رکوردهای عجیب و غریبی که در کمیته رکوردهای ملی ایران و کتاب گینس ثبت می‌شوند

### زندگی

**سحر جعفریان**  
روزنامه‌نگار

بسیاری‌شان شاید چشم به خلیل عقاب دارند که به عنوان نخستین ایرانی نامش در گینس ثبت شده یا شاید هم با خرده‌استعداد و سرسوزن توانایی عجیب و غریبی که دارند، در بی‌ن و چاه هستند. صاحبان این مهارت‌ها و قدرت‌های شگفت‌انگیز هر چه از هدف و هوا در سر نشان باشد، پیش از جهانی شدن

در گینس هوگ بیور (بنیانگذار مؤسسه گینس در تالیف کتاب رکوردهای جهانی) گذرشان به کمیته ثبت رکوردهای ملی خواهد رسید: آنجا که در لیست بلندبالای ترین‌هایشان، نام و نشان رضایات پور با رکورد هولاهوپ زنی روی سیم ۴ میلی‌متری ماهیگیری، حسنین عاشوری با سخنوری به بیش از ۴۰ زبان زنده جهان و بر باری پر جمعیت‌ترین کلاس آموزشی با حضور ۴ هزار نفر دیده می‌شود.

### ملی‌هایی که جهانی می‌شوند

کم‌نموده و حال‌هم‌اندک نیستند افرادی که به سبب برخورداری ذاتی یا کتسابی و انتسابی، فعالیتی عجیب و غریب از ساعت‌های متمادی حلقه هولاهوپ گرداندن دور گردن یا کمر خود آن هم در وضعیتی دشوار مانند ایستاده بر تیزی قله کوهی بلند یا نیم‌خیز شده روی ناهمواری سخت تا ساخت بزرگ‌ترین و متفاوت‌ترین سازه‌ها و تجهیزات انجام می‌دهند. مهارت‌ها و توانمندی‌هایی این چنین شگفت که برای نمایش و حتی ثبت‌شان با نام و نشان فاعلان و صاحبان خود در کتاب پر آوازه مؤسسه بین‌المللی گینس، باید میلیون‌ها تومان هزینه شود. چنان برهنه و دور از دسترس و حتی غیرممکن که در به سرانجام رسیدن گاهی عجیب و غریب‌تر از آن فعالیت‌ها و استعداد‌های نادر و نادیده، نمایان می‌شد. این شد که جمعی از کارگزاران به پیشگامی هادی رضایی که در حوزه ورزش‌های استقامتی و رزمی، دارنده مدال‌ها و افتخارات ملی بسیار بود، طرح راه‌اندازی کمیته ثبت رکوردهای ملی را پیگیری و در نهایت در سال ۱۳۹۰ به بار و بر سرانند: کمیته‌ای مختص ثبت رکوردهای مختلف از حوزه‌های ورزشی و فرهنگی گرفته تا عرصه‌های علمی و مذهبی ذیل سازمان‌ها و وزارتخانه‌هایی مرتبط مانند ورزش، ارشاد و میراث فرهنگی که برای نخستین بار در کشور، تشکیل می‌شد. از آن سال تاکنون بیش از ۲ هزار رکورد ملی و ۱۰۰ رکورد جهانی مهر شده و گواهینامه تأیید گرفته است.

### کمیته به جای گینس برای ثبت عجیب و غریب‌ترین‌ها

نخستین رکورد کمی بعد از شروع به کار کمیته ملی رکوردها در سال ۱۳۹۰ ثبت شد: زهرا جعفر پور عساله که در ۵۰۰ متر مسیر هم راه رفت و هم حلقه هولاهوپ را به دور خود پیچ و تاب داد؛ هر چند این رکورد، بارها و بارها شکسته شد، نخستین‌بودن در کمیته رکوردهای ملی ایران، غیرقابل شکست است. رکوردها بر اساس موضوعی که دارند مانند

تهایی‌ترین زور بازوی فرد یا افرادی در کشاندن کشتی یا هواپیما یا پر امتیازترین مهارت آشنایی در پخت طولانی‌ترین ساندویچ ژامبون مرغ تنوری در تقسیم‌بندی‌های انفرادی، گروهی، دستاوردهای طبیعی، همراه با اختراعات و ادوات، جانبازان و معلولان، کینز (کودکان) و البته رکوردهای رویایی جای می‌گیرند.

### مژه رکوردهای خوردنی و رکوردهایی که جان دارند

۱۸۰۰ شیزدی دست به‌دست هم دادند و کیاب چرب‌وچیل شتری در ۲۰۵ متر برای اهالی اردکان تدارک دیدند. بدین طریق هم رکوردی خوشمزه به نام خود ثبت کردند و هم به اثبات رساندند که آشپز اگر دست و پنجه‌دار باشد با دو تا چندناشن‌شان، آتش نه شور می‌شود و نه بی‌نمک. رکورددارانی دیگر هم بودند که با رکوردزنی‌های خود از طناب دار یا

### ۳۸۵ ممت در یک دقیقه که رکورد شد!

از جست‌وجویان صفحات نخستین جلد کتاب رکوردهای ایران که سال ۱۴۰۰ به چاپ رسیده چنین برمی‌آید که فریب به ۶۰۰۰ رکورد رکوردهای عجیب و غریب رکوردداران سری در رشته‌های ورزشی دارند و عدد سه‌میلیون بانوان در همه رکوردزنی‌های ثبت‌شده به حدود ۳۰ درصد از کل می‌رسد؛ سهمی کمتر از آقایان که البته لایه‌های تخصصی خاص و شگفت‌انگیز دیده می‌شود. مانند کوبیدن ۳۸۵ ممت در کمتر از یک دقیقه که رکورددارش عاقله صفایی است یا طناب‌زنی همزمان هزار و ۱۰۵ دختر نوجوان که پیوسته اتفاق افتاده است. قابل توجه این‌که تفاوت عالی از نظر موضوعی بین رکوردهایی که رکوردداران دهه ۵۰ تا دهه ۲۰۰۰ قرن جدید وجود دارد. رکوردداران دهه‌های ۵۰ تا اواخر دهه ۷۰ به استفاده‌ها و مهارت‌هایی که اغلب جسمی، بدنی و قدرتی بوده، پرداخته‌اند. حال آنکه رکوردداران دهه‌های ۸۰ تا ۱۴۰۰ بیشتر در ثبت رکوردهای فکری، ذهنی و کم‌تحرک‌تر، درخشیده‌اند. دومین جلد کتاب رکوردهای ایران در بهار ۱۴۰۲ رونمایی خواهد شد.



از جست‌وجوی میان صفحات نخستین جلد کتاب رکوردهای ایران که سال ۱۴۰۰ به چاپ رسیده چنین برمی‌آید که فریب به ۶۰ درصد رکوردهای عجیب و غریب رکوردداران سری در رشته‌های ورزشی دارند و عدد سه‌میلیون بانوان در همه رکوردزنی‌های ثبت‌شده به حدود ۳۰ درصد از کل می‌رسد.



حکم اید، جستند؛ مانند محکوم به اعدامی (قتل غیر عمد) که ۷ دقیقه و ۲ ثانیه میل‌های ۵ کیلویی باستانی را به سر برد و آورد تادل خانواده مقتول به رحم آمد.

### از سلطان گواهینامه ایران تا عاشق به خانم حیوتی امگه

کوچک‌ترین رکورددار کشور، پارسا همدانی ۳ سال دارد که توانسته عضو انجمن جهانی هوش شود و مقابلش، خانم بی‌آزار با کپولتی ۹۰ ساله و رکورد پلانک، عرض اندام می‌کند. از سلطان گواهینامه ایران که بیش از ۳۰ گواهینامه برای جنبانیدن اقسام وسایل نقلیه (هواپیماهای سبک و سنگین، قطار، کشتی، ماشین‌آلات صنعتی) گرفته یا مرد خوابیده ایران که حالا بیش از ۲۰ سال است خواب به چشمانش نیامده یا حتی بسر کرد ۵۵ ساعتی متری که کوتاه‌قامت‌ترین ایرانی است و تاژی‌ها دل به «حیوتی امگه» دختر هندی ۲۲ ساعتی متری باخته که بگذریم، بی‌شمارند رکوردهایی مانند طولانی‌ترین مسافت پیاده‌روی در کمترین زمان که به نام جوانی عشایری از استان فارس ثبت شده، به‌یادداشتگان اعتیاد که رکوردهایی از دودیدن‌های استقامتی و انجام حرکات تبادلی طولانی مدت در نگه‌داشتن توپ روی زانو دارند، رکورد پله‌نوردی معلولانی که با یک دست یا یک پا در کمترین زمان هزار و ۶۹۳ پله برج میلاد را بالا رفته‌اند.

## فراخوان عمومی شماره فراخوان عمومی سرمایه‌گذاری: ۱/ت/س/۱۴۰۳

### دعوت به مشارکت در بازسازی، بهره‌برداری، اجاره و انتقال مجموعه‌های ورزشی

سازمان ورزش شهرداری تهران در نظر دارد برای مشارکت در بازسازی، تجهیز و بهره‌برداری مجموعه‌های ورزشی خود به شرح زیر از طریق فراخوان و مشارکت در بازسازی و تجهیز شریک انتخاب نماید.

- طرح تجهیز و بازسازی مجموعه ورزشی شهید اسکندرو (منطقه ۱۵) به روش R.O.L.T**
  - نشانی: تهران، اتوبان بعثت، شهرک شاهد، پل شاهد، کوچه یکم
  - کاربری ورزشی: سالن چند منظوره
  - مدت زمان تجهیز و بازسازی: ۳ ماه
  - مدت زمان بهره‌برداری طبق نظر کارشناس رسمی: ۶۹ ماه
  - پایه اجاره بهاء ماهیانه سال اول طبق نظر کارشناس رسمی: ۳۷۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال
- طرح تجهیز و بازسازی مجموعه ورزشی امام رضا (ع) (منطقه ۱۵) به روش R.O.L.T**
  - نشانی: تهران، خاورشهر، خیابان شهید موحّد دانش، جنب بانک ملت
  - کاربری ورزشی: سالن چند منظوره، سالن رزمی، تئیس روی میز
  - مدت زمان تجهیز و بازسازی: ۱ ماه
  - مدت زمان بهره‌برداری طبق نظر کارشناس رسمی: ۹۳ ماه
  - پایه اجاره بهاء ماهیانه سال اول طبق نظر کارشناس رسمی: ۲۰۰۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال

بدینوسیله از کلیه اشخاص حقیقی و حقوقی علاقمند دعوت می‌نماید جهت دریافت اسناد رقابت با پرداخت مبلغ ۵۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال (غیرقابل استرداد) از طریق واریز به حساب ۷۰۰۴۴۸۲۲۵۶، شناسه ۶۱۲۳۰۲۶۶ نزد بانک شهر، بنام سازمان ورزش شهرداری تهران اقدام نمایند.

- شرایط عمومی اشخاص حقیقی:** داشتن تابعیت ایرانی - حداقل ۲۵ سال سن - مصدق تصویر تمام صفحات شناسنامه - مصدق تصویر کارت ملی - مدرک تاهل (به‌استثناء قهرمانان و پیشکسوتان ورزشی با تأیید فدراسیون مربوطه) - مصدق کارت پایان خدمت (برای آقایان) - مصدق مدرک تحصیلی کارشناسی یا معادل آن و یا بالاتر - لزوم ثبت‌نام متقاضیان در سامانه ثنا (تصویر برگ تأییدیه) - داشتن دسته چک صیادی (تصویر برگ چک صیادی) - تصویر تأییدیه کد پستی - گواهی امضا
- شرایط اختصاصی متقاضی اشخاص حقیقی:** متقاضیان حقیقی می‌بایست یکی از شروط ذیل را دارا باشند:
  - مقام اول تا سوم کشوری در یکی از رشته‌های ورزشی مصوب وزارت ورزش و جوانان جمهوری اسلامی ایران و یا نخبگان و مفاخر ورزشی دارا بودن قرارداد معتبر بهره‌برداری از ورزشگاه به مدت ۲ سال از مراکز معتبر یا مجوز (پروانه) بهره‌برداری از اداره کل ورزش و جوانان استان تهران که از تاریخ صدور آن ۲ سال گذشته باشد. (ارائه لیست بیمه و دستمزد به مدت ۲ سال الزامی می‌باشد) - مدرک کارشناسی یا بالاتر تربیت بدنی - ارائه معرفی‌نامه از نهادهای دولتی و عمومی غیردولتی مبنی بر مدیریت اماکن ورزشی (حداقل به مدت ۲ سال)
  - شرایط اختصاصی متقاضی اشخاص حقوقی:** اساننامه مرتبط - روزنامه رسمی - آگهی تاسیس و آخرین تغییرات ثبت شده شرکت دارا بودن قرارداد معتبر بهره‌برداری از ورزشگاه به مدت ۲ سال (ارائه لیست بیمه و دستمزد به مدت ۲ سال الزامی می‌باشد)
  - کلیه افراد شرکت‌کننده اعم از حقیقی و حقوقی می‌بایست اهلیت مالی طبق شیوه‌نامه توانسنجی و تشخیص صلاحیت متقاضیان سازمان سرمایه‌گذاری و مشارکت‌های مردمی شهرداری تهران را دارا باشند.
  - دریافت گواهی عدم سوء پیشینه و عدم اعتیاد (اشخاص حقیقی) در صورت برنده شدن قبل از انعقاد قرارداد ضروری می‌باشد.
- (الف) محل دریافت اسناد:** خیابان آزادی، تقاطع یادگار امام، کوچه شهید مشعوف، سازمان ورزش شهرداری تهران، طبقه دوم، اداره قراردادها - شماره تماس: ۰۱۵۱۵۵۰۶۶ داخلي ۵۹۰ - جهت تهیه اسناد بصورت آنلاین به تالار معاملات شهرداری تهران در وب سایت تهران.tchran.ir مراجعه فرمائید.
- (ب) شماره حساب واریز سپرده شرکت در فراخوان:** ۱۰۱۵۱۵۱۵۰۸ بانک شهر (نحوه واریز سپرده، ضمانتنامه بانکی یا فیش نقدی ۳ برگی می‌باشد)
- (ج) مهلت خرید اسناد:** ۷ روز کاری از تاریخ انتشار آگهی تا پایان وقت اداری روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۸/۲۰
- (د) مهلت و محل استرداد اسناد:** ۱۰ روز کاری از تاریخ اتمام مدت خرید اسناد فراخوان (پایان وقت اداری روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۹/۰۴)
- به نشانی: خیابان آزادی، تقاطع یادگار امام، کوچه شهید مشعوف، دبیرخانه مرکزی سازمان ورزش
- درخواست‌هایی که از طریق دیگری یا پس از مهلت مقرر ارائه شوند ترتیب اثر داده نخواهد شد. همچنین سازمان ورزش در رد یک یا تمام پیشنهادات مختار است.
- مسئولیت صحت مدارک و اوراق ارسالی به عهده شرکت‌کنندگان می‌باشد.
- مسئولیت هر گونه خط‌خوردگی، عدم خوانا بودن مدارک، شبهه در احراز سابقه مدیریت و امثالهم به عهده شرکت‌کنندگان می‌باشد و پاکت پیشنهاد قیمت شرکت‌کننده بازگشایی نمی‌گردد.
- شایان ذکر است دبیرخانه سازمان از تحویل پاکت فاقد لاک و مهر معذور می‌باشد.

ضمناً کلیه هزینه‌های مربوط به چاپ آگهی و هزینه هیات کارشناسی به عهده برنده فراخوان عمومی سرمایه‌گذاری می‌باشد.

### سازمان ورزش شهرداری تهران

## آگهی مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده تعاونی مسکن خدامین شهرداری تهران به شماره ثبت ۲۳۶۵۶۵ نوبت دوم

با توجه به عدم حصول حد نصاب قانونی مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده نوبت اول مورخ ۱۴۰۲/۸/۱۰ و عدم رسمیت مجمع مذکور، بدینوسیله از کلیه اعضا محترم شرکت تعاونی دعوت می‌شود با همراه داشتن اصل کارت ملی، اصل شناسنامه و یا وکالتنامه رسمی در جلسه مذکور با دستور جلسه ذیل که در ساعت ۱۰ صبح روز پنجشنبه مورخ ۱۴۰۲/۸/۲۴ به آدرس تهران، وردآورد شمالی، مرواریدشهر، خیابان خاکی، خیابان شهید زحمت‌کش، مجمع پروژه خدامین برگزار می‌گردد حضور به هم رسانند.

**توجه:** در صورتیکه هر یک از اعضا نتوانند در مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده حضور یابند می‌توانند استفاده از حق خود را برای حضور و اعمال رای در مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده به یک نماینده تام‌الاختیار و گذار کنند. تعداد آراء و کالته هر عضو حداکثر یک رای و هر شخص غیر عضو تنها یک رای خواهد بود. لازم بذکر است تأیید نماینده تام‌الاختیار با آقای عباسی بازرس تعاونی و آقای مجید هوشیاری عضو و رئیس هیئت مدیره تعاونی خواهد بود بدین منظور عضو متقاضی اعطای نمایندگی باید حداکثر ۲۴ ساعت قبل از برگزاری مجمع به همراه نماینده خود و با در دست داشتن مدرک موبد عضویت در تعاونی و کارت شناسایی معتبر در محل دفتر شرکت تعاونی حاضر تا پس از احراز هویت طرفین (عضویت متقاضی

## آگهی فراخوان مشارکت در ساخت

**گروه توسعه صنایع و معادن شهر، هلدینگ تخصصی متعلق به بانک شهر، در نظر دارد برای مشارکت در احداث و تکمیل ۴ پروژه مسکونی، اداری و تجاری خود واقع در شهرهای مشهد مقدس، اصفهان و شیراز را از طریق فراخوان مشارکت در ساخت به اشخاص حقیقی یا حقوقی برخوردار از توانمندی فنی و مالی اقدام نماید.**

از کلیه متقاضیان دعوت می‌شود جهت کسب اطلاعات تکمیلی از تاریخ درج آگهی به مدت دو هفته با شماره تلفن ۴۰۲۲۳۲۲۱-۰۲۱ (داخلی ۱۰۱ یا ۱۱۱) تماس حاصل نموده و یا مشخصات خود را به شماره ۴۰۲۲۳۲۱۴-۰۲۱ فکس و یا جهت دریافت مستندات با معرفی‌نامه به آدرس: تهران، خیابان ولیعصر (عج)، روبروی پارک ملت، کوچه حق شناس، کوچه پونک، پلاک ۱، واحد املاک گروه مراجعه نمایند.

نام شهر	مساحت زمین (مترمربع)	توضیحات تکمیلی
مشهد	۸۰،۷۷۹	زمین با کاربری تجاری دارای پیشنویس پروانه تراکم ۳۶٪ و سطح اشغال ۸۰٪، مساحت کل ۵۰۹۲۰ مترمربع در ۱۰ طبقه
مشهد	۴۰،۸۱۰	زمین با کاربری تجاری-اداری-مسکونی دارای پیش پروانه ۲۴ طبقه، مساحت کل ۷۱،۳۰۲ مترمربع
اصفهان	۱۲،۵۰۷	زمین با کاربری اداری و تجاری، دارای پیشنویس پروانه ۱۶ طبقه، مساحت کل ۷۲،۰۰۰ مترمربع
شیراز	۱۱،۱۵۱	پروژه نیمه کاره ۴ طبقه دارای زیربنای ۴۰۶۸۰ مترمربع میزان پیشرفت پروژه ۶۵٪

### گروه توسعه صنایع و معادن شهر

# دانستنیها

DANESTANIHA

دوره جدید، شماره ۱۹، شنبه ۱۲ آبان ۱۴۰۳، ربيع الثاني ۱۴۴۶، ۲۰ نوامبر ۲۰۲۴، ضمیمه شماره ۹۲۴۴ همشهری

همه چیز درباره حافظه شما؛ از کوتاه مدت تا بلند مدت

## رمزگشایی از حافظه انسان



### هوش و حواس مصنوعی

نقش حافظه در هوش مصنوعی همان جایی پررنگ می شود که می تواند داده هایی که در آن ذخیره شده پاسخ سوال شمارا بدهد

### کوتاه به اندازه ۳۰ ثانیه

حافظه کوتاه مدت برای انجام امور روزانه ضروری است

# رمزگشایی از حافظه انسان

بخشی از مغز به نام هیپوکامپ مسئول ذخیره و اطلاعات حافظه است



## سازماندهی حافظه

توانایی دسترسی و بازیابی اطلاعات از حافظه بلندمدت به ما این امکان را می‌دهد که در واقع از این پدیده برای تصمیم‌گیری، تعامل با دیگران و حل مشکلات استفاده کنیم. اما برای اینکه حافظه قابل بازیابی باشد، باید به نحوی سازماندهی شوند. یکی از راه‌های تفکر در مورد سازماندهی حافظه، مدل شبکه معنایی است. این مدل نشان می‌دهد که محرک‌های خاصی حافظه‌های مرتبط را فعال می‌کنند. دیدن یا به خاطر سپردن یک مکان خاص ممکن است خاطراتی را که در آن مکان رخ داده‌اند فعال کند. برای مثال، فکر کردن به ساختمان یک دانشکده خاص، ممکن است خاطرات حضور در کلاس‌ها، مطالعه و معاشرت با همسالان را در ذهن ایجاد کند. برخی از محرک‌ها گاهی اوقات می‌توانند به عنوان محرک‌های قدرتمندی عمل کنند که خاطرات را به ضمیر آگاهانه ما متصل کنند. مثلا رایحه یک نمونه از این محرک‌هاست. استشمام یک بوی خاص، مانند عطر یا کلوچه‌های تازه پخته شده، می‌تواند خاطرات زنده‌ای را ایجاد کند که به افراد و رویدادهای گذشته فرد مرتبط است. برای شناسایی یک عطر، شخص باید به یاد داشته باشد که قبلاً چه زمانی آن را استشمام کرده است، سپس آن را به اطلاعات بصری که در همان زمان رخ داده است متصل کند؛ بنابراین هنگامی که مناطقی از مغز که به حافظه متصل است آسیب می‌بیند، توانایی شناسایی بوها در واقع مختل می‌شود. در عین حال، محققان دریافته‌اند که رایحه می‌تواند به ایجاد خاطرات زندگی نامه‌ای در افرادی که مبتلا به بیماری آلزایمر هستند کمک کند؛ این نشان می‌دهد که خاطرات چقدر می‌توانند قدرتمند باشند.

## حافظه چگونه شکل می‌گیرد

برای ایجاد یک حافظه جدید، اطلاعات باید به شکل قابل استفاده تغییر یابد که از طریق فرایندی به نام رمزگذاری رخ می‌دهد. هنگامی که اطلاعات با موفقیت رمزگذاری شد، باید برای استفاده بعدی در حافظه ذخیره شود. مدت‌هاست که محققان بر این باورند که حافظه به دلیل تغییر در نورون‌های مغز (سلول‌های عصبی) شکل می‌گیرد. امروز ما اینگونه درک می‌کنیم که حافظه از طریق ارتباطاتی که بین این نورون‌ها وجود دارد ایجاد می‌شود. تغییرات در اتصالات بین سلول‌های عصبی (معروف به سیناپس) با یادگیری و حفظ اطلاعات جدید مرتبط است. تقویت این ارتباطات به انتقال اطلاعات به حافظه کمک می‌کند. به همین دلیل است که مرور و تکرار اطلاعات، توانایی به خاطر سپردن آنها را بهبود می‌بخشد. تمرین، ارتباطات بین سیناپس‌هایی را که آن حافظه را ذخیره می‌کنند، تقویت می‌کند. مقدار زیادی از حافظه ذخیره شده در بیشتر مواقع در ضمیر خود آگاه ما قرار دارد؛ به جز زمانی که واقعا نیاز به استفاده از آن داریم. فرایند بازیابی حافظه به ما اجازه می‌دهد تا خاطرات ذخیره شده را آگاهانه به یاد بیاوریم.

**زهرا خلجی | روزنامه‌نگار**  
حافظه به ما کمک می‌کند تا زندگی روزمره خودمان را بسازیم، روابطی را ایجاد کنیم که برای رفاه ما حیاتی است و رویدادهای مهم گذشته خود را به خاطر بسپاریم. در مجموع حافظه زندگی ما را شکل می‌دهد و در تمام جنبه‌های زندگی انسان، از یادگیری و حل مسئله تا تصمیم‌گیری و تعاملات اجتماعی، نقش پررنگی ایفا می‌کند. اکثر شواهد موجود نشان می‌دهد که عملکرد حافظه توسط هیپوکامپ و سایر ساختارهای مرتبط در لوب تمپورال یا گیجگاهی که در دو طرف مغز است انجام می‌شود. درک اینکه حافظه چیست و چگونه کار می‌کند، می‌تواند به ما برای داشتن یک زندگی بهتر و راحت‌تر کمک کند.

## تعریف حافظه از منظر روانشناسان

حافظه به فرایندهای روانی کسب، ذخیره، نگهداری و بازیابی اطلاعات اشاره دارد. حافظه شامل ۳ فرایند اصلی است: رمزگذاری، ذخیره‌سازی و بازیابی. حافظه انسان شامل توانایی حفظ و بازیابی اطلاعات است. با این حال، این یک فرایند بی‌عیب و نقص نیست. گاهی اوقات افراد چیزهایی را فراموش می‌کنند یا به اشتباه به یاد می‌آورند. گاهی نیز اطلاعات در وهله اول به درستی در حافظه رمزگذاری نمی‌شوند. مشکلات حافظه اغلب آزارهای نسبتاً جزئی هستند؛ مانند فراموشی تاریخ تولد. با این حال، می‌توانند نشانه‌ای از مشکلات جدی مانند بیماری آلزایمر و انواع دیگر زوال عقل باشند. این شرایط بر کیفیت زندگی و توانایی عملکرد تأثیر می‌گذارد. در این مطلب به چگونگی شکل‌گیری حافظه و چرایی فراموشی آنها می‌پردازیم.

## حافظه در برابر خاطره

اگر به پیچیدگی فرایند ثبت خاطرات در ذهن فکر کنید احتمالاً چیزی دستگیرتان نمی‌شود و بیشتر گیج می‌شوید. در این مطلب به نقل از نوروساینس به نحوه ماندگاری خاطره و حافظه در ذهن و تفاوت‌ها و کارکرد حافظه در مقابل خاطرات پرداخته شده است.

### حافظه و خاطرات

هنوز هم در روانشناسی یک بحث قدیمی در مورد عملکرد حافظه وجود دارد؛ بحث سر این مورد است که آیا خاطراتی که سرکوب و یا به دست فراموشی سپرده شده‌اند، می‌توانند بازیابی شوند؟ و حتی در صورت اینکه بازیابی شوند، این خاطرات دقیق هستند یا نه؟ به نظر می‌رسد در پاسخ به این سؤال یک اختلاف نظر و شکاف عمیقی میان محققان و متخصصان سلامت روان وجود دارد. در طول تاریخ، متخصصان و پزشکان تمایل زیادی به اثبات این موضوع دارند. خاطراتی که توسط افراد سرکوب می‌شوند، طی یک دوره درمانی می‌توانند کاملاً بازیابی شوند. در میان عموم مردم هم اعتقاد بر این است که خاطرات سرکوب شده می‌توانند بازیابی شوند.

### یادآوری تروما و رویدادهای آسیب‌زا

عموماً بیشتر مردم، خاطرات بسیار ناراحت‌کننده و رویدادهای تروماتیک را به خاطر می‌آورند و گویی هرگز فراموش نمی‌کنند اما لازم است بدانید که گاهی اوقات آسیب‌های شدید و سخت هم فراموش می‌شوند. به تازگی دانشمندان در مورد این موضوع آغاز به مطالعه کرده‌اند و سعی دارند چگونگی این موضوع را درک کنند. درست در زمانی که این فراموشی شدید در مورد خاطرات ناراحت‌کننده و آسیب‌زا آغاز می‌شود، گاهی اوقات یک اختلال تجزیه‌ای همزمان با آن رخ می‌دهد؛ برای مثال این اختلالات می‌توانند شامل فراموشی، مسخ شخصیت و اختلال هویت باشد. از تباخت میان این اختلالات و تروما در انسان‌ها در دست تحقیق و بررسی است.

### خاطرات تا چه مدت در ذهن می‌مانند؟

خاطرات پس از عبور از حافظه حسی و کوتاه‌مدت وارد حافظه بلندمدت می‌شوند. خاطرات کوتاه‌مدت، خاطراتی هستند که در مورد آنها فکر کرده‌ایم اما خاطراتی که در حافظه بلندمدت ما ثبت می‌شوند، ماندگاری زیادی در ذهن دارند و تا سالین سال به خاطر آورده می‌شوند.



# دو خط موازی مهم

مسئول تجميع اطلاعات در مغز در هر دو نیمکره به شکل متقارن وجود دارد

هیپوکامپ ناحیه‌ای به شکل نعل اسب در مغز است که نقش مهمی در تجميع اطلاعات از حافظه کوتاه مدت به حافظه بلندمدت دارد. این بخشی از سیستم لیمبیک است؛ سیستمی که با احساسات و خاطرات بلندمدت مرتبط است. هیپوکامپ در فرایندهای پیچیده‌ای مانند تشکیل، سازماندهی و ذخیره خاطرات نقش دارد. از آنجا که هر دو طرف مغز متقارن هستند، هیپوکامپ در هر دو نیمکره یافت می‌شود.

## اگر هیپوکامپ آسیب ببیند؟

آسیب هیپوکامپ می‌تواند مانع از ایجاد خاطرات جدید شود که به عنوان فراموشی پیش‌گستر شناخته می‌شود. البته باید بدانید که عملکرد هیپوکامپ نیز با افزایش سن کاهش می‌یابد. در حالی که این اختلال عصبی در همه افراد مسن نشان داده نمی‌شود، اما افرادی هم هستند که کاهش این عملکرد را در تست‌های حافظه نشان داده‌اند. معمولاً افراد زمانی که به ۸۰ سالگی می‌رسند، برخی از عملکردهای شناختی در آنها کاهش می‌یابد.

## اتفاق اجتناب‌ناپذیر

در حالی که آلزایمر و سایر مشکلات مربوط به سن بر بسیاری از افراد مسن تأثیر می‌گذارد، از دست دادن حافظه در دوران سالمندی ممکن است رخ ندهد. برخی از توانایی‌ها با افزایش سن کاهش می‌یابد، اما محققان دریافته‌اند که برخی افراد در ۷۰ سالگی اغلب در بسیاری از آزمون‌های شناختی مانند ۲۰ سالگی خود به خوبی عمل می‌کنند. برخی از انواع حافظه حتی با افزایش سن افزایش می‌یابد. اولاً، بسیاری از کارشناسان معتقدند که یک جزء ژنتیک برای حفظ حافظه در دوران سالمندی وجود دارد. ثانیاً، اعتقاد بر این است که انتخاب شیوه زندگی نیز نقش مهمی ایفا می‌کند.

## ماندگاری خاطرات خوب

روانشناسان با توجه به تحقیقاتی که در زمینه خاطرات و حافظه انجام داده‌اند، به این نتیجه رسیده‌اند که خاطرات خوش بیشتر و بهتر از خاطرات بد در ذهن باقی می‌مانند. انجام مطالعه روی دانشجویان گواه بر این مسئله است؛ روانشناسان از آنها خواستند که چند خاطره زندگی‌شان را به خاطر بیاورند؛ پس از گذشت ۲ هفته و بدون اطلاع قبلی دوباره از آنها خواستند که خاطرات قبلی‌شان را به خاطر بیاورند و نتایج نشان داد که افراد ۶۰ درصد از خاطرات منفی خود را به فراموشی سپرده بودند.

## سیناپس‌ها

در مغز انسان، تریلیون‌ها سلول عصبی (سیناپس) وجود دارد که یک شبکه پیچیده و انعطاف‌پذیر را تشکیل می‌دهند و به ما اجازه می‌دهد احساس، رفتار و فکر کنیم. این تغییرات در اتصالات سیناپسی در مناطقی از مغز مانند قشر مخ و هیپوکامپ است که با یادگیری و حفظ اطلاعات جدید مرتبط است.

در تحقیقی که در دانشکده پزشکی نیویورک انجام شد، محققان توانستند تشکیل سیناپس را در مغز موش‌های مهندسی ژنتیک مشاهده کنند. در این آزمایش انتهای سلول‌های عصبی با سرعت زیادی رشد کرد. این نرخ رشد همزمان با توسعه سریع قشر بینایی بود. در حالی که تعداد زیادی از این برجستگی‌های کوچک در نهایت با افزایش سن محو می‌شوند، بسیاری از آنها به شکل خارهای تمام‌عیار خود را ادامه می‌دهند.

## حفظ سلامت سیناپس‌ها

محقق ارشد عصب‌شناسی ون بیائو گان در مصاحبه با وب‌سایت علمی WhyFiles.org در این باره توضیح داد: «ایده ما این بود که انسان در واقع نیازی به ایجاد بسیاری از سیناپس‌های جدید و خلاص شدن از قدیمی‌ها هنگام یادگیری و حفظ ندارد. انسان فقط باید قدرت سیناپس‌های موجود برای یادگیری و حافظه کوتاه مدت را تغییر دهد. با این حال، به احتمال زیاد سیناپس‌های کمی برای دستیابی به حافظه بلندمدت ساخته شده یا حذف شده‌اند. بنابراین واضح است که حفظ سلامت مغز و سیناپس‌ها بسیار مهم است. وخامت سیناپس‌ها به دلیل بیماری‌ها یا نوروتوکسین‌ها با مشکلات شناختی، از دست دادن حافظه، تغییر خلق و خو و سایر تغییرات در عملکرد مغز همراه است.

## خاطرات دوران کودکی

اولین خاطره‌ای که از دوره کودکی به یاد دارید، چیست؟ اخیراً مطالعه‌ای در بریتانیا در خصوص خاطرات دوران کودکی انجام شده است که نشان می‌دهد کودکان بین سن ۷ تا ۱۵ سالگی، ۶۰ درصد و حتی بیشتر اتفاقات و حوادثی که برایشان رخ داده است را به خاطر دارند اما در سن ۸ تا ۹ سال، ۴۰ درصد و حتی کمتر از خاطرات دوره کودکی خود را به یاد می‌آورند.

منبع: لایوساینس

## ۱۱ مورد عجیب درباره حافظه

چند نکته درباره ارتباط مغز و حافظه که ممکن است برای شما جذاب باشد:

**۱** هر بار که یک رویداد یا اطلاعات را در حافظه ایجاد می‌کنید، اتصالات جدید مغزی ایجاد می‌شود.

**۲** مدت‌هاست که محققان معتقدند تغییرات در نوروون‌های مغزی با شکل‌گیری خاطرات ارتباط دارد.

**۳** خواب علاوه بر کمک به حافظه، در یادگیری اطلاعات جدید نیز نقش اساسی دارد.

**۴** رکورد ثبت حافظه به یک کودک ۱۰ ساله به نام نارایانام در گینس ثبت شده است که در ۱۲ دقیقه، ۲۲۵ شیء را به صورت تصادفی به حافظه سپرده است.

**۵** افراد زمانی که چشمان خود را می‌بندند همه چیز را بهتر به خاطر می‌آورند و به سوالات بهتر پاسخ می‌دهند.

**۶** افسردگی می‌تواند بر عملکرد حافظه تأثیر بگذارد و با تضعیف حافظه اپیزودیک حجم مغز را کاهش دهد.

**۷** هفته‌ای چند جلسه مدیتیشن به بهبود عملکرد حافظه کمک می‌کند.

**۸** اگر چه تعداد چپ دست‌ها در سراسر دنیا تنها ۱۰ درصد است اما گفته می‌شود که چپ دست‌ها نسبت به راست دست‌ها عملکرد بهتری در به خاطر سپردن اطلاعات دارند.

**۹** یک چرت کوتاه می‌تواند به بهبود حافظه کمک کند.

**۱۰** اگر می‌خواهید اطلاعات مختلف را بهتر به یاد بیاورید، صاف بنشینید و قوز نکنید! صاف نشستن باعث می‌شود که اکسیژن بهتر به مغز برسد.

**۱۱** صرف زمان در طبیعت باعث بهبود عملکرد حافظه و توجه می‌شود.



حافظه کوتاهمدت برای انجام امور روزانه ضروری است

## کوتاه به اندازه ۳۰ ثانیه

### حافظه کوتاهمدت چطور از دست می‌رود؟

برای بسیاری از ما، تجربه یک دوره از دست دادن حافظه گاهی اوقات بسیار معمول است. این ممکن است مانند فراموش کردن پرداخت شهریه ماهانه، فراموش کردن تاریخ، گم کردن کلیدها یا مشکل پیدا کردن کلمه مناسب باشد. اینکه احساس می‌کنید دائماً چیزهایی را فراموش می‌کنید، آزاردهنده، ناامیدکننده و ترسناک است. از دست دادن حافظه کوتاهمدت حتی ممکن است شما را نگران کند که مغز شما بیش از حد به دستگاه‌هایی مانند تلفن هوشمند متکی است تا حافظه برای به خاطر آوردن اطلاعات. به تازگی وجود هوش مصنوعی هم این نگرانی را تشدید کرده است که نیاز ما به فکر کردن یا به خاطر سپردن را مرتفع کرده است و به همین ترتیب حافظه تنبلی می‌شود.

#### حافظه کوتاهمدت نشانه چیست؟

از دست دادن خفیف حافظه همیشه نشان دهنده مشکل نیست و برخی تغییرات حافظه، بخشی طبیعی از پیری است. از دست دادن حافظه کوتاهمدت همچنین می‌تواند ناشی از عوامل غیر دائمی دیگری باشد، از جمله:

- مصرف الکل و مواد مخدر
- اضطراب
- افسردگی
- غم و اندوه
- خستگی
- عوارض جانبی داروها
- کم‌خوابی و استرس

اگر نگران نقص حافظه یا هر تغییر مغزی دیگری هستید، با پزشک خود صحبت کنید. آنها می‌توانند یک معاینه کامل انجام دهند تا مشخص شود چه چیزی ممکن است باعث ایجاد علائم شما شود و تغییرات سبک زندگی، استراتژی‌ها یا درمان‌هایی را برای بهبود حافظه کوتاهمدت شما توصیه کنند.

حافظه کوتاهمدت نقش حیاتی در شکل دادن توانایی ما برای عملکرد در دنیای اطرافمان دارد؛ اما از نظر ظرفیت و مدت زمان محدود است.

بیماری و آسیب و همچنین افزایش وابستگی به تلفن‌های هوشمند نیز می‌تواند بر توانایی ذخیره خاطرات کوتاهمدت تأثیر بگذارد. همانطور که محققان به یادگیری بیشتر در مورد عوامل مؤثر بر حافظه ادامه می‌دهند، ممکن است راه‌های جدیدی برای تقویت و محافظت از حافظه کوتاهمدت ظاهر شود.

زهرا خلجی |  
روزنامه‌نگار

#### ظرفیت

مقدار اطلاعات قابل ذخیره در حافظه کوتاهمدت می‌تواند متفاوت باشد. در سال ۱۹۵۶ روانشناسی به نام جورج میلر در یک مقاله تأثیرگذار با عنوان «عدد جادویی هفت، به علاوه یا منهای دو»، پیشنهاد کرد که افراد می‌توانند بین ۵ تا ۹ مورد را در حافظه کوتاهمدت ذخیره کنند. اما تحقیقات جدیدتر نشان می‌دهد که افراد می‌توانند تقریباً ۴ تا ۷ مورد را در حافظه کوتاهمدت ذخیره کنند. به عنوان مثال، تصور کنید که سعی می‌کنید یک شماره تلفن را به خاطر بسپارید. طرف مقابل شماره تلفن ۱۰ رقمی را می‌خواند و شما سریع یادداشت می‌کنید. لحظاتی بعد متوجه می‌شوید که شماره را فراموش کرده‌اید. بدون تکرار یا ادامه تکرار شماره - تا زمانی که به حافظه متعهد شود - اطلاعات به سرعت از حافظه کوتاهمدت پاک می‌شوند.

حافظه کوتاهمدت که به عنوان حافظه اولیه یا فعال نیز شناخته می‌شود، همان‌طور که از نامش پیداست، با ظرفیت محدود، مقدار کمی از اطلاعات را در ذهن ذخیره می‌کند و برای مدت کوتاه آنها را در دسترس نگاه می‌دارد.

حافظه کوتاهمدت برای عملکرد روزانه ضروری است؛ به همین دلیل است که تجربه از دست دادن حافظه کوتاهمدت می‌تواند خسته‌کننده و حتی ناتوان‌کننده باشد. اما باید ۲ نکته را همواره در نظر داشت:

**عمر حافظه کوتاهمدت، بسیار کوتاه است؛ به همین دلیل وقتی خاطرات کوتاهمدت تکرار نمی‌شوند، فقط چند ثانیه در ذهن باقی می‌مانند.**

**حافظه کوتاهمدت محدود است؛ معمولاً گفته می‌شود که حافظه کوتاهمدت می‌تواند فقط ۷ مورد (۲ مورد کمتر یا بیشتر) را در یک زمان در خود جای دهد.**

#### حافظه کوتاهمدت چقدر است؟

بیشتر اطلاعاتی که در حافظه کوتاهمدت نگهداری می‌شوند تقریباً بین ۲۰ تا ۳۰ ثانیه یا حتی کمتر ذخیره می‌شوند. برخی از اطلاعات می‌توانند تا یک دقیقه در حافظه کوتاهمدت باقی بمانند، اما بیشتر اطلاعات به‌طور خودکار خیلی سریع تحلیل می‌روند؛ مگر اینکه از استراتژی‌های تمرینی مانند گفتن اطلاعات با صدای بلند یا تکرار ذهنی آنها استفاده کنید.

با این حال، اطلاعات موجود در حافظه کوتاهمدت نیز بسیار مستعد تداخل هستند. هر اطلاعات جدیدی که وارد حافظه کوتاهمدت شود، به سرعت جایگزین اطلاعات قدیمی می‌شود. جالب است بدانید که محیط نیز می‌تواند باعث اختلال در حافظه کوتاهمدت شود. به عنوان مثال، شما ممکن است در اتاق شلوغ و پرسر و صدا باشید و نام کسی را سخت‌تر به خاطر بیایید. در حالی که بسیاری از خاطرات کوتاهمدت به سرعت فراموش می‌شوند تکرار این اطلاعات اجازه می‌دهد تا مرحله بعدی یعنی حافظه بلندمدت ادامه پیدا کند.

#### چه تغییراتی در حافظه رخ می‌دهد؟

مطالعات محققان روان‌شناسی نشان می‌دهد که خاطرات به شکلی ثابت ذخیره نمی‌شوند تا هر وقت به آن نیاز داشتید با وضوح کامل در تصور شما بیایند، بلکه آنها در یافته‌اند که خاطرات هر بار که به آنها دسترسی پیدا می‌کنید دگرگون می‌شوند یا تغییر می‌کنند.

نورون‌ها ابتدا خاطرات را در قشر مغز و هیپوکامپ رمزگذاری می‌کنند. هر بار که خاطره‌ای به یاد می‌آید، توسط مجموعه‌ای از نورون‌های مشابه اما نه یکسان دوباره رمزگذاری می‌شود. دسترسی به حافظه اغلب به قوی‌تر شدن آنها کمک می‌کند، اما تحقیقات نشان داده است که این رمزگذاری مجدد می‌تواند بر نحوه به خاطر سپردن اطلاعات تأثیر بگذارد. جزئیات ظرفیت ممکن است تغییر کنند و جنبه‌های خاصی از حافظه ممکن است تقویت، ضعیف یا حتی به‌طور کلی، بسته به نورون‌هایی که فعال می‌شوند، از بین بروند.

همه خاطرات بلندمدت یکسان ایجاد نمی‌شوند. در حالی که برخی از خاطرات به سرعت به ذهن‌های دیگر ضعیف‌ترند و ممکن است برای متمرکز کردن آنها به تذکر یا یادآوری نیاز داشته باشند.

#### شکندگی حافظه بلندمدت

حافظه بلندمدت می‌تواند به‌طور شگفت‌آوری شکننده و در معرض تغییر، دریافت اطلاعات نادرست و تداخل باشد. الیزابت لوفتوس، کارشناس حافظه در دانشگاه کمبریج نشان داده است که به راحتی می‌توان خاطرات نادرست ایجاد کرد. در یکی از معروف‌ترین آزمایش‌هایش توانست ۲۵ درصد از شرکت‌کنندگان خود را در یک مطالعه مجبور کند که یک خاطره نادرست از گم شدن در کودکی در یک مرکز خرید را باور کنند. چرا حافظه بلندمدت این قدر در معرض این نادرستی است؟ در برخی موارد، افراد جزئیات مهم رویدادها را از دست می‌دهند. برای پر کردن این شکاف‌های گمشده در اطلاعات، مغز گاهی جزئیاتی می‌سازد که به نظر منطقی می‌رسد. خاطرات قدیمی‌تر همچنین می‌توانند در شکل‌گیری خاطرات جدید اختلال ایجاد کنند و یادآوری چیزی را که واقعا اتفاق افتاده دشوار کنند.



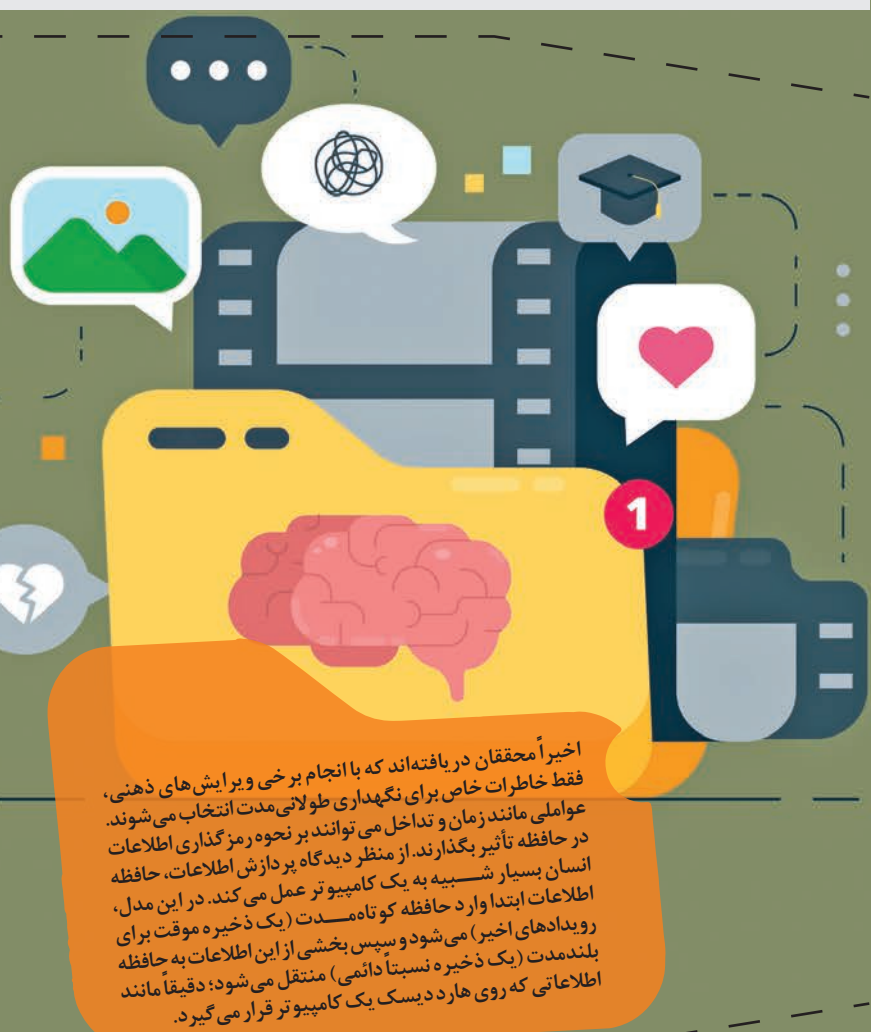
تکرار و تمرین باعث می شود آنچه به حافظه کوتاه مدت سپرده شده است به حافظه بلندمدت منتقل شود

# تبدیل حافظه کوتاه مدت به بلندمدت

محققان، اغلب از آنچه به عنوان مدل ۳ طبقه یاد می شود برای درک مفهوم حافظه انسانی استفاده می کنند. این مدل نشان می دهد که حافظه از ۳ ذخیره اصلی تشکیل شده است؛ حسی، کوتاه مدت و بلندمدت و هر یک از اینها را می توان بر اساس ظرفیت ذخیره سازی و مدت زمان، تشخیص داد. در حالی که حافظه بلندمدت، ظرفیت به ظاهر نامحدودی دارد که سال ها دوام می آورد، حافظه کوتاه مدت هم از نظر ظرفیت و هم از نظر مدت زمان محدود است. برای اینکه یک حافظه حفظ شود، باید از ذخیره های کوتاه مدت به حافظه بلندمدت منتقل شود. مکانیسم های دقیق برای چگونگی این اتفاق بحث برانگیز است و به خوبی شناخته نشده است. مدل کلاسیک که به مدل اتکینسون-سیفرین یا مدل چندوجهی معروف است، می گوید که تمام خاطرات کوتاه مدت پس از مدت زمان معینی به طور خودکار در حافظه بلندمدت قرار می گیرند.

## حافظه بلندمدت چگونه شکل می گیرد؟

مدل پردازش اطلاعات حافظه انسانی شبیه به کار یک کامپیوتر است. اطلاعات وارد حافظه کوتاه مدت (ذخیره موقت) می شود، سپس مقداری از این اطلاعات به حافظه بلندمدت (ذخیره نسبتاً دائمی) منتقل می شود، دقیقاً مانند اطلاعاتی که در هارد دیسک رایانه ذخیره می شود. خاطراتی که به طور مکرر به آنها دسترسی پیدا می کنند قوی تر و به یاد آوردن آنها آسان تر می شود. دسترسی مکرر به این خاطرات، شبکه های عصبی را که اطلاعات در آنها رمزگذاری شده است، تقویت می کند و منجر به یادآوری راحت تر اطلاعات می شود. هنگامی که اطلاعات مورد نیاز است، با استفاده از نشانه های محیطی، مانند دسترسی به یک پوشه ذخیره شده در رایانه، از این ذخیره سازی طولانی مدت خارج می شود. در این حال، این خاطرات ذخیره شده را می توان تغییر داد یا حتی گاهی اوقات به طور کلی از بین برد. خاطراتی که اغلب یادآوری نمی شوند، گاهی اوقات می توانند ضعیف یا با اطلاعات دیگری جایگزین شوند.



اخیراً محققان دریافته اند که با انجام برخی ویرایش های ذهنی، فقط خاطرات خاص برای نگهداری طولانی مدت انتخاب می شوند. عواملی مانند زمان و تداخل می توانند بر نحوه رمزگذاری اطلاعات در حافظه تأثیر بگذارند. از منظر دیدگاه پردازش اطلاعات، حافظه انسان بسیار شبیه به یک کامپیوتر عمل می کند. در این مدل، اطلاعات ابتدا وارد حافظه کوتاه مدت (یک ذخیره موقت برای رویدادهای اخیر) می شود و سپس بخشی از این اطلاعات به حافظه بلندمدت (یک ذخیره نسبتاً دائمی) منتقل می شود؛ دقیقاً مانند اطلاعاتی که روی هارد دیسک یک کامپیوتر قرار می گیرد.

## یک حافظه برای یک عمر

حافظه بلندمدت به انتقال اطلاعات از حافظه کوتاه مدت به ذخیره سازی طولانی مدت برای ایجاد خاطرات ماندگار اشاره دارد. این نوع حافظه از نظر ظرفیت نامحدود و پایدار است و سال ها یا حتی یک عمر ماندگاری دارد. حافظه کوتاه مدت می تواند از طریق فرایندی به نام تثبیت به حافظه بلندمدت تبدیل شود. حافظه بلندمدت را می توان به ۲ نوع مختلف تقسیم کرد: حافظه آشکار (آگاهانه) و ضمنی (ناخودآگاه). اگر بتوانید چیزی را که قبلاً اتفاق افتاده است، به یاد بیاورید، خواه چند ساعت پیش اتفاق افتاده باشد یا چند دهه قبل، آن حافظه بلندمدت است. حافظه بلندمدت مهم است زیرا به ما کمک می کند وقایع مهم زندگی خود را به خاطر بیاوریم. ما همچنین از حافظه بلندمدت برای دسترسی به مهارت ها و رفتارهایی که آموخته ایم و به بقای ما کمک می کند، استفاده می کنیم.

### حافظه بلندمدت صریح

خاطرات بلندمدت صریح، خاطراتی هستند که ما آگاهانه و عمدتاً برای شکل دادن و یادآوری آنها وقت می گذاریم. حافظه آشکار اطلاعاتی مانند تولد بهترین دوست یا شماره تلفن خانواده را در خود جای می دهد. این مدل حافظه بلندمدت اغلب شامل رویدادهای دوران کودکی، تاریخ فارغ التحصیلی، یا کارهای آکادمیکی که در مدرسه آموخته اید می شود. به طور کلی، خاطرات صریح می توانند اپیزودیک یا معنایی باشند.

■ خاطرات اپیزودیک از قسمت های خاصی در زندگی شما شکل می گیرد. نمونه هایی از خاطرات اپیزودیک عبارتند از نخستین باری که دو چرخه سواری کردید یا نخستین روزی که به مدرسه رفتید.

■ خاطرات معنایی حقایق کلی و تکه هایی از اطلاعات هستند که در طول سال ها جذب کرده اید. به عنوان مثال، وقتی یک واقعت تصادفی را هنگام پر کردن جدول کلمات متقاطع به یاد می آورید، آن را از حافظه معنایی خود بیرون می آورید.

### مدت زمان حافظه بلندمدت

مدت زمان حافظه بلندمدت از طریق فرایند تداعی و تمرین و انتقال محتوای حافظه کوتاه مدت می تواند به حافظه بلندمدت تبدیل شود. خاطرات بلندمدت می توانند از چند روز تا چندین دهه ادامه داشته باشند. تعدادی از عوامل وجود دارد که می تواند بر مدت ماندگاری اطلاعات در حافظه بلندمدت تأثیر بگذارد که در زیر آن را تشریح می کنیم:

■ نحوه کدگذاری حافظه در وهله اول می تواند نقش مهمی ایفا کند. اگر زمانی که این تجربه را داشتید بسیار آگاه و هوشیار بودید، احتمالاً حافظه بسیار واضح تر خواهد بود.

■ تعداد دفعاتی که به یک حافظه دسترسی پیدا می کنید نیز می تواند در قدرت و مدت آن حافظه نقش داشته باشد. جای تعجب نیست خاطراتی که به یاد می آورید اغلب تمایل دارند در اطراف ذهن شما باقی بمانند و بسیار قوی تر شوند.

## تمرین و نگهداری

به جای اینکه فقط یک یادآور اطلاعات را مرور کنید، ممکن است به طور مکرر یادداشت های خود را مرور کنید تا زمانی که اطلاعات مهم به حافظه سپرده شود.

تمرین و نگهداری می تواند به انتقال خاطرات از حافظه کوتاه مدت به بلندمدت کمک کند؛ به عنوان مثال، شما ممکن است از این رویکرد هنگام مطالعه مواد برای امتحان استفاده کنید.

## روش هایی برای بهبود حافظه

یکی دیگر از راهبردهای یادگیری که به حدود ۵۰۰ سال قبل از میلاد برمی گردد، روش مکان یابی است. روش مکان یابی شامل قرار دادن ذهنی مواردی است که می خواهید یاد بگیرید یا به خاطر بسپارید در اطراف یک اتاق، مانند روی میز، کنار یک گیاه یا روی صندلی پنجره. برای فعال کردن حافظه خود، سپس خود را در حال رفتن به هر کدام از آن مکان ها تجسم می کنید و باعث به یاد آوردن آن اطلاعات می شوید.

عبارات یادداشتی، اختصارات یا قافیه ها که به راحتی به خاطر سپرده می شوند می توانند به انتقال خاطرات کوتاه مدت به ذخیره سازی طولانی مدت کمک کنند. چند مثال رایج عبارتند از: نام اختصاری که نشان دهنده حرف اول هر رنگ رنگین کمان (قرمز، نارنجی، زرد، سبز، آبی، نیلی و بنفش) است یا ایجاد قافیه ای که برای به خاطر سپردن املا کلمات رایج استفاده می شود.

## تکه تکه کردن حافظه

تکه تکه کردن یکی از تکنیک های حفظ است که می تواند انتقال اطلاعات به حافظه بلندمدت را تسهیل کند. این رویکرد شامل سازماندهی اطلاعات در گروه ها، عبارات، کلمات یا اعداد آسان تر است؛ به عنوان مثال، به خاطر سپردن عدد زیر نیاز به تلاش زیادی دارد: ۶۵،۴۹۵،۳۲۸،۴۶۳. با این حال، اگر ۳ تا ۲ تا ۴ تقسیم شوند، آسان تر به ذهن سپرده می شوند.

## تثبیت حافظه

تثبیت حافظه فرایندی است که در آن مغز خاطرات کوتاه مدت را به خاطرات بلندمدت تبدیل می کند. تکرار یا یادآوری اطلاعات بارها و بارها تغییرات ساختاری در مغز ایجاد می کند که شبکه های عصبی را تقویت می کند. تحریک مکرر آنورون احتمال تکرار آن را در آینده افزایش می دهد.

# رمز گشایی از رمز گذارکها

برای استفاده از اطلاعاتی که در حافظه رمز گذاری شده است، ابتدا باید آن را بازیابی کرد. عوامل زیادی وجود دارند که می توانند بر این فرایند تأثیر بگذارند، از جمله نوع اطلاعات مورد استفاده و نشانه‌های بازیابی. البته این روند همیشه کامل نیست. آیا تا به حال احساس کرده‌اید که به عنوان مثال، پاسخ یک سؤال دور از دسترس شماست؟ این نمونه‌ای از یک مسئله گیج کننده بازیابی حافظه است که به عنوان *lethologica* یا پدیده «نوک زبان» شناخته می شود.

## چگونه حافظه خود را تقویت کنیم؟



قطعاً برای شما پیش آمده که خودتان یا اطرفیان از داشتن حافظه ضعیف شکایت داشته باشید. این امری عادی است. وقتی سعی می کنیم اطلاعات را به خاطر بیاوریم و نمی توانیم، احساس می کنیم که حافظه مان از کار افتاده است. مهم نیست حافظه شما چقدر عالی است؛ چند راهکار وجود دارد که می توانید انجام دهید تا آن را حتی بهتر کنید.

خبر خوب این است که می توان حافظه را بهبود بخشید و فرایند رمز گذاری، ذخیره و به خاطر آوردن اطلاعات را بدون مشکل طی کرد.

در اینجا چند نکته برای تقویت حافظه وجود دارد:

■ **مراقب بدنتان باشید.** اگر با یک رژیم غذایی متعادل، ورزش منظم و خواب کافی از بدن خود مراقبت کنید، سلامت مغز خود را بهبود می بخشید و این به شما کمک می کند تا خاطرات را بهتر پردازش کرده و به یاد آورید.

■ **ذهن خود را ورزش دهید.** چندین فعالیت و معما وجود دارد که می توانید آنها را انجام دهید تا به ذهن خود یک تمرین عالی بدهید.

■ **از تقویم‌ها و دفترهای برنامه ریزی بهره ببرید.** با استفاده از این ابزار ساده، فضای حافظه را در مغزتان پاک کنید تا چیزهای کوچکی مانند فهرست‌های خرید و زمان ملاقات را به خاطر بسپارید.

■ **از نظر ذهنی فعال بمانید.** خواندن، نوشتن و یادگیری مداوم به شما کمک می کند تا از نظر ذهنی فعال بمانید، که می تواند حافظه شما را بهبود بخشد.

■ **یادداشت کنید.** نوشتن با قلم و کاغذ به کاشت حافظه در مغز شما کمک می کند و همچنین می تواند بعداً به عنوان یک یادآور یا مرجع باشد.

■ **به هر چیزی معنی بدهید.** اگر به چیزی معنا ببخشید، راحت تر می توانید آن را به خاطر بسپارید. به عنوان مثال، اگر با فردی که به تازگی ملاقات کرده‌اید یا با فردی که از قبل می شناسید معاشرت کنید، ممکن است بتوانید نام او را بهتر به خاطر بسپارید.

■ **تکرار کنید.** تکرار به حافظه کمک می کند تا فراتر از حافظه کوتاه مدت شما رمز گذاری شود.

■ **از تکنیک‌های به خاطر سپردن استفاده کنید.** تمرین اطلاعات، استفاده از یادداشت‌ها و سایر استراتژی‌های حفظ کردن می تواند به مبارزه با مشکلات جزئی حافظه کمک کند.

**چرا خاطرات دردناک را به یاد می آوریم؟**  
آیا تا به حال توجه کرده‌اید که بسیاری از اوقات، خاطرات دردناک برای مدت طولانی باقی می ماند؟ تحقیقات نشان می دهد که این به دلیل افزایش برانگیختگی بیولوژیکی در طول تجربه منفی است که باعث افزایش طول عمر آن حافظه می شود.

**چرا برخی از خاطرات را فراموش می کنیم؟**  
چرا مردم اغلب اطلاعاتی را که در گذشته آموخته‌اند فراموش می کنند؟ چند توضیح اساسی برای اینکه چرا فراموشی رخ می دهد وجود دارد:  
■ عدم ذخیره حافظه  
■ تداخل  
■ فراموشی با انگیزه

**شکست در بازیابی**  
تحقیقات نشان داده است که یکی از عوامل مهمی که بر شکست حافظه تأثیر می گذارد زمان است. اطلاعات اغلب به سرعت فراموش می شوند، به خصوص اگر افراد به طور فعال اطلاعات را مرور و تکرار نکنند. گاهی اوقات اطلاعات به سادگی از حافظه گم می شوند و در موارد دیگر، از ابتدا به درستی ذخیره نمی شوند. برخی از خاطرات با یکدیگر رقابت می کنند و به خاطر سپردن اطلاعات خاصی را دشوار می کنند. در موارد دیگر، افراد فعالانه سعی می کنند چیزهایی را فراموش کنند که به سادگی نمی خواهند به خاطر بسپارند.

**چرا ما انواع مختلفی از حافظه داریم؟**  
همه انواع حافظه‌های متفاوت مهم هستند و همه آنها عملکردهای مختلفی دارند. حافظه کوتاه مدت به شما امکان می دهد اطلاعات را در یک لحظه پردازش و درک کنید. وقتی یک پاراگراف از یک کتاب را می خوانید و آن را در یک می کنید، این یعنی حافظه کوتاه مدت شما در کار است. بازنشترین و مهم ترین خاطرات شما در حافظه بلندمدت نگهداری می شود. حافظه بلندمدت نحوه راه رفتن، صحبت کردن، دوچرخه سواری و انجام فعالیت‌های روزانه را تسهیل می کند. همچنین به شما امکان می دهد تاریخ‌ها و حقایق مهم را به خاطر بیاورید. در فعالیت‌های روزانه‌تان، مطمئناً بیشتر از همه به حافظه بلندمدت خود متکی هستید. از بیدار شدن از خواب و مسواک زدن گرفته تا سوار شدن به اتوبوس مناسب برای رفت و آمد به محل کار؛ یادآوری همه این مراحل توسط حافظه بلندمدت شما تسهیل می شود.

**این نوع خاطرات چگونه شکل می گیرند؟**  
خاطرات در ۳ مرحله مجزا ساخته می شوند که با رمز گذاری شروع می شوند. رمز گذاری راهی است که به وسیله محرک‌ها و اطلاعات خارجی به مغز شما راه می یابد. این کار می تواند از طریق هر یک از حواس پنج گانه شمارخ دهد.

**مرحله بعدی ذخیره سازی**  
است، جایی که اطلاعاتی که دریافت می کنیم ذخیره و یا به طور خلاصه ذخیره می شود؛ مانند حافظه حسی و کوتاه مدت یا به طور دائمی مانند حافظه بلندمدت.

**مرحله آخر فراوانی است.**  
یادآوری توانایی ما برای بازیابی حافظه‌ای است که قبلاً در ذهن ذخیره شده است. این فرایند همچنین بیان می کند که چگونه حافظه حسی ممکن است به حافظه کوتاه مدت یا حافظه کوتاه مدت به حافظه بلندمدت تبدیل شود.

# هوش و حواس مصنوعی

نقش حافظه در هوش مصنوعی همان جایی پررنگ می‌شود که می‌تواند با داده‌هایی که در آن ذخیره شده پاسخ سؤال شمارا بدهد

توانایی سیستم‌های هوش مصنوعی برای ذخیره، بازیابی و استفاده از اطلاعات در طول زمان برای بهبود عملکرد و ارائه پاسخ‌های دقیق‌تر و مرتبط‌تر به حافظه هوش مصنوعی اشاره دارد. این مفهوم شامل سیستم‌های حافظه مختلفی می‌شود که به هوش مصنوعی اجازه می‌دهد فرایندهای شناختی انسان مانند همچون یادآوری تعاملات گذشته، درک و یادگیری از تجربه‌ها را شبیه‌سازی کند.

## ذخیره‌سازی اطلاعات به شکل کوتاه و بلند

جالب است بدانید که حافظه هوش مصنوعی هم به ۲ مدل بلندمدت و کوتاه‌مدت تقسیم می‌شود. **حافظه بلندمدت:** سیستم‌های هوش مصنوعی، به‌ویژه آنهایی که از مدل‌های زبان بزرگ (LLM) استفاده می‌کنند، می‌توانند حجم وسیعی از اطلاعات را ذخیره کنند که می‌توان به آنها دسترسی پیدا کرد و در دوره‌های طولانی استفاده کرد. این قابلیت به هوش مصنوعی اجازه می‌دهد تا حقایق، فرایندها و ترجیحات کاربر را به‌خاطر بسپارد و کیفیت تعاملات و فرایندهای تصمیم‌گیری را برای او افزایش دهد. **حافظه کوتاه‌مدت:** هوش مصنوعی همچنین از حافظه کوتاه‌مدت برای انجام وظایف فوری در طول تعاملات مداوم استفاده می‌کند. این نوع حافظه برای مدیریت مکالمات و حصول اطمینان از اینکه پاسخ‌ها منسجم و مناسب هستند، حیاتی است.

## محدودیت‌های حافظه در هوش مصنوعی

**محدودیت‌های ذخیره‌سازی:** با وجود پیشرفت‌ها، سیستم‌های هوش مصنوعی همچنان با محدودیت‌هایی در ظرفیت ذخیره‌سازی مواجه هستند. مدیریت کارآمد مجموعه داده‌های بزرگ بدون به خطر انداختن عملکرد می‌تواند چالش‌برانگیز باشد. هنوز شما نمی‌توانید از متن‌هایی با تعداد کلمات خیلی زیاد در ابزارهای تبدیل متن هوش مصنوعی استفاده کنید.

## بازیابی اطلاعات

**درک موضوعی:** حافظه به سیستم‌ها اجازه می‌دهد تا اطلاعات مربوطه را براساس کار فعلی یا زمینه مکالمه به یاد بیاورند. این توانایی استفاده از داده‌های گذشته به هوش مصنوعی کمک می‌کند تا پاسخ‌های دقیق و مرتبط‌تری بدهد. **تعاملات شخصی:** هوش مصنوعی می‌تواند با به‌خاطر سپردن تعاملات قبلی کاربر، تجربیات شخصی‌سازی شده را ارائه دهد. برای مثال، می‌تواند مسائل و اولویت‌های قبلی کاربر را به‌خاطر بیاورد تا پشتیبانی و توصیه‌ها را براساس آن تنظیم کند. این مدل را به‌خصوص در تبلیغاتی که در شبکه‌های اجتماعی زمانی که درباره چیزی حرف زده‌اید، حتما تجربه کرده‌اید.

## تعصب و عدم دقت

**کیفیت داده‌ها:** دقت و قابلیت اطمینان حافظه هوش مصنوعی به کیفیت داده‌هایی که ذخیره می‌کند بستگی دارد. کیفیت پایین داده‌ها می‌تواند منجر به پاسخ‌های مغرضانه یا نادرست شود. **اطلاعات قدیمی:** سیستم‌های هوش مصنوعی باید به‌طور مداوم حافظه خود را به‌روز کنند تا اطمینان حاصل شود که اطلاعات جاری و مرتبط باقی می‌ماند. اطلاعات منسوخ می‌تواند منجر به خروجی‌های گمراه‌کننده یا نادرست شود.

## موازی با توسعه انسانی

### یادگیری لایه‌ای

توسعه سیستم‌های حافظه هوش مصنوعی شباهت‌های جالبی با روانشناسی رشد انسان دارد؛ به‌ویژه در نحوه کسب و استفاده از دانش در طول زندگی مان. حافظه انسان از طریق یادگیری لایه‌ای از مهارت‌های زبانی اولیه تا تصمیم‌گیری‌های پیچیده رشد می‌کند. در نتیجه، پیشرفته‌ترین سیستم‌های هوش مصنوعی برای تقلید از این پیشرفت طراحی شده‌اند. مراحل اولیه توسعه

## یادگیری از تجربه

**یادگیری تطبیقی:** حافظه به سیستم‌ها این اجازه را می‌دهد که از تجربیات گذشته درس بگیرند و عملکرد خود را بهبود بخشند. این کار شامل شناخت الگوها، تطبیق با اطلاعات جدید و اصلاح الگوریتم‌ها براساس داده‌های تاریخی است.

## حافظه انسان مانند

در مجموع حافظه هوش مصنوعی، نقش اساسی در افزایش قابلیت‌های سیستم‌های هوش مصنوعی ایفا و به آنها کمک می‌کند تا اطلاعات را در طول زمان ذخیره، بازیابی و یاد بگیرند. این توانایی برای شبیه‌سازی فرایندهای شناختی انسان مانند کیفیت و ارتباط تعاملات هوش مصنوعی را بهبود می‌بخشد و آنها را شخصی‌تر و آگاه‌تر می‌کند. با این حال، پیاده‌سازی حافظه هوش مصنوعی با چالش‌هایی مرتبط با حریم خصوصی داده‌ها، محدودیت‌های ذخیره‌سازی و ملاحظات هزینه همراه است. درک ارزش و محدودیت‌های حافظه برای تصمیم‌گیرندگان سازمانی که هدفشان استفاده مؤثر از فناوری هوش مصنوعی است، ضروری است. با متعادل کردن هزینه‌ها و منافع، سرمایه‌گذاری در زیرساخت‌های مقیاس‌پذیر و حفظ کیفیت داده‌ها، سازمان‌ها می‌توانند از پتانسیل کامل حافظه برای هدایت نوآوری، بهبود تجربه مشتری و دستیابی به اهداف استراتژیک استفاده کنند.

## همه چیز درباره حافظه فعال

آیا می‌دانستید که امروزه حافظه فعال به‌عنوان یکی از بهترین شاخص‌های موفقیت تحصیلی پیشنهاد می‌شود؟ حافظه فعال یک عملکرد شناختی است که به انسان اجازه می‌دهد تا اطلاعات مربوطه را برای تکمیل یک فعالیت به‌خاطر بسپارد و از آن استفاده کند. اطلاعات از طریق حواس وارد مغز می‌شود و ضمیر خودآگاه ما فرایندهای آن را انجام می‌دهد و از طریق آن اطلاعات، افکار، تجسم‌های درونی و صدای درون را معنا می‌کند. همچنین به افراد محصل اجازه می‌دهد تا چندین بخش از اطلاعات را در ذهن نگه دارند و آنها را دستکاری کنند. البته حافظه فعال اغلب به‌عنوان یک فضای کاری ذهنی توصیف می‌شود که به دانش‌آموزان کمک می‌کند متمرکز بمانند، حواس پرت نشوند و با محیط اطراف خود آشنا شوند.

### فرایند حافظه فعال

- توجه به تجربه‌های در لحظه
- دسترسی به اطلاعات قبلی
- نگهداری و پردازش اطلاعات
- ارضای اهداف فعلی

### برخی از حقایق جالب در مورد حافظه فعال چیست؟

- حافظه فعال توجه را بر تجربیات لحظه‌ای متمرکز می‌کند.
- حافظه فعال فقط چند ثانیه دوام می‌آورد.
- حافظه فعال می‌تواند حدود چهار مورد را در خود جای دهد.
- حافظه فعال نشانگر موفقیت بهتری نسبت به آی کیو، است.

### علامت ضعف حافظه فعال چیست؟

- مشکل در پاسخگویی به سؤالات مستقیم.
- مشکلات پیروی از یک سری دستورالعمل.
- چالش هنگام یادگیری مفاهیم و واژگان جدید.
- مشکل در تکمیل کارها.
- بی‌انگیزه بودن، بی‌توجهی و برهم‌ریختگی تمرکز به راحتی.
- مشکل در به‌خاطر سپردن گذرواژه‌ها، شماره تلفن‌ها و سایر فعالیت‌های حافظه چرخشی.
- مشکل در سازماندهی صداها، جملات و داستان‌ها.



حافظه هوش مصنوعی شامل تشخیص الگوی ساده مشابه نحوه یادگیری کودکان برای تشخیص اشکال و رنگ‌ها است. مراحل بعدی به سمت طبقه‌بندی‌ها و قضاوت‌های پیچیده‌تر موجود در فرایندهای شناختی بزرگسالان پیش می‌رود. با درک این رفتارهای موازی در انسان و هوش مصنوعی، می‌توانیم بهتر درک کنیم که چگونه سیستم‌های حافظه هوش مصنوعی از کارایی و سازگاری یادگیری انسان تقلید می‌کنند.

# فرایند رشد حافظه



## رمزگشایی اطلاعات

خاطره فقط با  
شناسه‌ای ساخته  
می‌شود که به آن توجه  
می‌کنید.

خاطره  
ابتدا توسط  
حواس درک  
می‌شود.

## ادراک

هیپوکامپ  
این اطلاعات را  
در یافت می‌کند و همراه با  
قشر پیشانی تعیین می‌کند  
که ارزش به خاطر سپردن  
دارد یا خیر.

هرچه  
شما بیشتر تمرین  
کنید یا چیزی را به خاطر  
بیاورید، ارتباط قوی‌تر  
و به یاد آوردن آسان‌تر  
می‌شود.

## ذخیره سازی

در  
طول این فرایند  
اطلاعات در حافظه  
حسی ذخیره  
می‌شود.

خاطره  
می‌تواند در  
حافظه کوتاه مدت یا  
بلندمدت ماذخیره  
شود.

## تکرار

## بازیابی

## به یاد آوردن

این  
اتفاق معمولا  
ناخودآگاه می‌افتد و  
بستگی به این دارد که چقدر  
خاطره را مؤثر به ذهن  
سپرده‌اید.

نقص در بازیابی  
یا به خاطر آوردن معمولا  
به دلیل عدم تمرکز رخ  
می‌دهد که شامل این موارد  
است:

## فراموشی

به  
خاطر نیاوردن  
اطلاعات به‌طور  
شفاف

اختلال در  
بازیابی اطلاعات

سلول‌های مغزی در یک شبکه  
برای فرایند اطلاعات با یکدیگر  
کار می‌کنند. وقتی که یک سلول  
سیگنالی را به دیگری از سال می‌کند،  
ارتباط بین آنها رشد می‌کند.

