

در شورای شهر شیراز تصویب شد:

ورود خودروهای

سنگین ممنوع

صحن علنی شورای شهر شیراز در بخش نطق و دستور کار پیرامون ممنوعیت ورود کامیون به محدوده شهرها برای عدم بروز حواث جبران‌ناپذیر تصادف برگزار شد. طرح دو فوریتی درخواست الزام شهرداری به استفاده از کلیه امکانات و توانمندی‌های موجود جهت جلوگیری از ورود

خودروهایی سنگین و ورود کامیون به شهر شیراز از طریق خروجی آزادراه به محور غرب شیراز به تصویب رسید. شهرداری شیراز مکلف شد به اعمال اقدامات و رازینی‌های مقتضی، ضمن استفاده از کلیه امکانات و توانمندی‌های موجود جهت جلوگیری از ورود

شهرداری شیراز بر مدار دوام؛

امسال، سال طلایی
توسعه شیراز است



صفحه ۷

رئیس مجلس شورای اسلامی:
در برابر رهبر شجاع انقلاب و مردم سر تعظیم فرود می‌آورم

رئیس مجلس شورای اسلامی گفت: نماز جمعه هفته گذشته رهبر حکیم انقلاب اسلامی، روشن‌ترین جلوه اتحاد و اقتدار ملی بود. محمدباقر قالیباف، رئیس مجلس شورای اسلامی در جلسه علنی مجلس شورای



۲

فرمانده نیروی دریایی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی:
برای تمام شرایط آماده‌ایم

فرمانده نیروی دریایی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی گفت: جمهوری اسلامی ایران در مقابل هر کسبکه بخواهد در منطقه با آتش بازی کند، قاطعانه خواهد ایستاد. علیرضا تنگسیری، فرمانده نیروی دریایی سپاه



۲

سقف سوخت‌گیری با کارت شخصی ۵۰ لیتر شد

صفحه ۵

معاون اجرایی رئیس‌جمهور:
حمایت از محور مقاومت
در چهار چوب منافع ملی و پروتکل‌های بین‌المللی است

معاون اجرایی رئیس‌جمهور و سرپرست نهاد ریاست‌جمهوری با تأکید بر اینکه ایران به حمایت از متحدان خود ادامه می‌دهد، گفت: حمایت‌های ایران از محور مقاومت ...



۲

نجمه قنبری

N.ghanbari@sobhannews.ir

یک سال پس از آن روز



یک سال پیش، در روز هفتم اکتبر نیروهای جنبش حماس در یک عملیات پیچیده و در سکوت امنیتی غیر منتظره، عملیاتی مقلب به طوفان‌الاقصی را علیه رژیم اسرائیل در سرزمین‌های اشغالی آغاز کردند. عملیات حماس برای اولین بار ضربه بسیار سنگینی را به پیکره حاکمیت اسرائیل وارد ساخت. امروز اما در حالی که حمله وحشیانه رژیم صهیونیستی به نوار غزه به یک سالگی رسیده است که تلفات غیرنظامیان در منطقه محاصره شده فلسطین از ۴۱ هزار نفر فراتر رفته که بیشتر آنها زن و کودک هستند و جنگ در دیگر جبهه‌ها نیز در حال فراگیری شدن است. رژیم اسرائیل با حمایت آمریکا از هفتم اکتبر جنگ ویرانگری را علیه ساکنان نوار غزه به راه انداخته است که بر اثر آن، افرون بر ویرانی‌های عظیم و قطعی مرگبار بیش از هزاران فلسطینی که بیشتر آنها زن و کودک هستند، شهید و زخمی شده‌اند.

ایس رژیم با تحقیر جامعه بین‌المللی و نادیده گرفتن قطعنامه شورای امنیت سازمان ملل برای توقف فوری جنگ و دستورات دیوان بین‌المللی دادگستری برای اتخاذ تدابیری جهت جلوگیری از اقدامات نسل‌کشی و بهبود وضعیت فاجعه بار انسانی در غزه همچنان به جنایات نسل‌کشی علیه ساکنان غزه ادامه می‌دهد.

امروز در حالی که جنگ در غزه به سالگرد خود نزدیک می‌شود، کارشناسان همچنان در رابطه با اینکه اسرائیل موفق به دستیابی به اهداف خود خواهد شد، دچار شک و تردید هستند و جنایت‌های انکارناپذیر رژیم صهیونیستی علیه غزه در حالی در یک‌سالگی این جنگ همچنان ادامه دارند که اسناد و مدارک معتبری از آگاهی و ادعان متحضان این رژیم به‌ویژه آمریکا درباره ارتکاب رژیم صهیونیستی به جنایت گسترده از جمله جنایت جنگی در غزه منتشر می‌شوند. جنگ رژیم صهیونیستی علیه غزه در حالی یک‌ساله می‌شود که تردیدها درباره وقوع انواع جنایت‌ها در این باره‌یکه به دست ارتش این رژیم کاملاً رنگ باخته است؛ انتشار و افشای گاه و بگاه گزارش‌های مربوط در این باره نیز مهر تأییدی بر انکارناپذیر بودن جنایت‌های نسل‌کشی و علیه بشریت رژیم صهیونیستی علیه فلسطینی‌ها در غزه هستند. جنگی که ژئوپلیتیک منطقه را کاملاً دگرگون کرد.

کودکان، بدون فیش به عمره می‌روند

فارس- در حالی که همه افراد برای عمره باید فیش داشته باشند، سازمان حج می‌گوید که برخی از کودکان «بدون داشتن فیش» هم می‌توانند به زیارت خانه خدا بروند.

«زمانی فیش عمره خریدیم فرزندی نداشتیم که برای آنها هم بخریم. حالا که با ۲ فرزند قصد سفر خانوادگی داریم، نمی‌دانم باید چه کنیم.» این را دارنده فیش عمره حسین اسکندری که سال ۹۰ برای خود و همسرش فیش خرید، می‌گوید. دفاتر زیارتی اعلام کرده‌اند که عمره «بدون داشتن فیش» امکان‌پذیر نیست، اما سیدعباس حسینی، رئیس سازمان حج می‌گوید که «کودکان متولد سال ۹۰ به بعد در صورتی که پدر یا مادرشان فیش عمره داشته باشد، برای این سفر نیازی به فیش ندارند.» آخرین ثبت‌نام عمره سال ۹۰ انجام شد و با توجه به اینکه بیش از ۶ میلیون نفر در صف انتظار بودند، ثبت‌نام‌ها متوقف شد و دیگر ثبت‌نامی نیز صورت نگرفت. در آن زمان همه افراد از کودک و بزرگسال، برای زیارت خانه خدا باید فیش عمره می‌خریدند.

اکنون که پس از حدود ۹ سال اعزام‌های عمره برقرار شده، افرادی که در زمان عرضه فیش از سوی سازمان حج، ودیعه‌گذاری کرده بودند، با پرداخت هزینه نهایی می‌توانند فرزندان کم‌تر از ۱۳ سال خود را به زیارت ببرند. معاون سازمان حج غلامرضا رضایی می‌گوید که «اگر افراد فیش عمره را از شخص دیگری خریده باشند (اسناد خرید و فروش فیش)، مشمول قانون تبعیت نمی‌شوند» و باید برای فرزندان نیز جداگانه فیش تهیه کنند.

رئیس مجلس:

مجلس اجرای متناسب‌سازی حقوق بازنشستگان را پیگیری می‌کند

پرداخت کند؛ تاکنون نزدیک به ۳۰ همت به صورت نقدی و اوراق پرداخت شده و مابقی مانده است که تأمین اجتماعی علت را نداشتن بودجه بیان می‌کند. حاجی دلگانی در ادامه خواستار برگزاری جلسه‌ای با رئیس سازمان برنامه و بودجه، وزیر رفاه و رئیس سازمان تأمین اجتماعی، تأمین اجتماعی نیروهای مسلح و رئیس صندوق بازنشستگی شد تا علت تأخیر در پرداخت‌ها مشخص شود. محمدباقر قالیباف، رئیس مجلس در پاسخ به این تذکر گفت: به طور حتم این جلسه برگزار خواهد شد و پیگیری‌های لازم صورت خواهد گرفت، امیدواریم این مشکل حل شود.



رئیس کمیسیون عمران شورا تأکید کرد:
تسریع در اجرای قطعه هشت آزاد راه شیراز-اصفهان

۳

ایسنا- نایب رئیس کمیسیون اصل نود خواستار پیگیری موضوع متناسب‌سازی حقوق بازنشستگان در مجلس شد که در پاسخ رئیس مجلس تأکید کرد که حتماً پیگیری می‌شود. حسینعلی حاجی دلگانی در جلسه علنی روز گذشته مجلس شورای اسلامی در تذکری گفت: در برنامه هفتم توسعه موضوع متناسب‌سازی حقوق بازنشستگان به تصویب رسید که مبالغی علی‌الحساب برای بازنشستگان لشکری و کشوری واریز شده اما بازنشستگان تأمین اجتماعی فراموش شده‌اند. وی یادآور شد: طبق بودجه باید دولت ۱۳۰ همت به تأمین اجتماعی

معاون اول رئیس‌جمهور:

راهبرد وفاق دولت باید در همگرایی با سایر قوا نمود پیدا کند

چون رفع ناترازی‌ها و برخی نارسایی‌های اقتصادی و اجتماعی بدون همکاری قوا به ویژه قوه قضائیه امکان‌پذیر نیست و امیدواریم که در ماه‌های پیش‌رو نتایج اقدام‌های همگرایانه را به سمع و نظر مردم در قالب «خبرهای خوب» برسانیم. معاون اول قوه قضائیه نیز در این جلسه با تأکید بر این که اقدامات دستگاه قضا در مسیر کمک به دولت برای اداره بهتر کشور است گفت: حداکثر توان مجموعه‌های قضایی در حمایت از دولت به منظور خدمت‌رسانی بهتر به مردم به کار گرفته خواهد شد. همچنین در این جلسه مقرر شد کمیته‌ای به منظور افزایش تعامل رسانه‌ای دو قوه تشکیل و جلسات آن به صورت منظم برگزار شود.

همگرایی و همصدایی با سایر قوا نمود پیدا کند. وی خاطرنشان کرد: اگر در موضوعی اختلاف یا مسئله‌ای حل نشده پیش آید، ابتدا باید نظرات کارشناسی دو قوه حل شده و سپس با محوریت حل مسئله و ایجاد هم‌صدایی و امیدآفرینی دنبال شود و نتیجه اقدام مثبت و کار انجام یافته به مردم اطلاع‌رسانی شود. معاون اول رئیس‌جمهور تصریح کرد: فهم مشترک می‌تواند بسیاری از سوء تفاهم‌ها را به توافق نزدیک کند و هرچا جلسات مشورتی با نگاهي مشفقانه برگزار شده نتیجه‌اش سرعت در یافتن پاسخ و ایجاد امیدآفرینی در مردم بوده است. عارف با تمجید از مشی همدلانه رئیس قوه قضائیه در تعامل با دولت وفاق ملی گفت: به یقین حل مشکلاتی

دبیر شورای عالی انقلاب فرهنگی:

تأثیر معدل قطعی است

باید رشد علمی داشته باشند. وی عنوان کرد: قرار است مصوبه کنکور اصلاحاتی داشته باشد که در دستور جلسه یک ماه دیگر شورا این بحث را مطرح می‌کنیم. دبیر شورای عالی انقلاب فرهنگی خاطرنشان کرد: تأثیر معدل قطعی است و در بعضی پایه‌ها اصلاحاتی صورت می‌گیرد. اما اصل مصوبه قطعی است و تغییر نمی‌کند. حجت الاسلام خسروپناه تصریح کرد: اعضای شورا باید این اصلاحات را انجام دهند و نمی‌شود که سخنگوی یک دستگاه دیگر بگوید لغو می‌شود یا نمی‌شود و صرفاً اعضای شورای عالی انقلاب فرهنگی می‌توانند مصوبه را تغییر دهند و مشکلات برگزاری اجرای امتحانات نهایی باید رفع شود. وی درباره اجرای برگزاری امتحانات نهایی نیز تأکید کرد: باید مشکلات اجرا را حل کنیم. سال دوم که امتحانات نهایی اجرا شد، مشکلات از سال اول کمتر بود و سال سوم بهتر شد.

دبیر شورای عالی انقلاب فرهنگی ادامه داد: به مصوبه‌ای در این رابطه داشته باشیم، باری بر آموزش و پرورش اضافه می‌شود و از آنجا که این وزارتخانه، مرجع تشخیص کارشناسی است، تمامی تصمیم‌ها با نظارت و نظر کارشناسان شورای عالی آموزش و پرورش و وزارت آموزش و پرورش اخذ خواهد شد. حجت الاسلام خسروپناه در پاسخ به پرسشی درباره مصوبات شورای عالی انقلاب فرهنگی برای دانشگاه فرهنگیان نیز اظهار کرد: هیئت مرکزی جذب مستقل برای دانشگاه فرهنگیان در نظر گرفته شد تا در این رابطه تسهیل‌گری بیشتری انجام شود اما در صورت فرایند جذب در وزارت علوم و وزارت بهداشت کار سنگینی است. دبیر شورای عالی آموزش و پرورش در پاسخ به پرسشی درباره مصوبه دیگری است که این دانشگاهیان پس از گذراندن دو یا سه ترم از طریق گزینشی که دانشگاه فرهنگیان خواهد داشت و انجام دوره‌های تربیت معلم جذب می‌شوند.

دبیر شورای عالی انقلاب فرهنگی افزود: با امکانات و فناوری‌های پیشرفته که سازمان سنجش خریداری کرده، بسیار به آموزش و پرورش در اجرای کردن دقیق‌تر امتحانات نهایی کمک می‌کند. حجت الاسلام خسروپناه درباره نارضایتی المپیادی‌ها از تأثیر معدل در کنکور و شیوه برگزاری امتحانات نهایی توضیح داد: با توجه به اینکه برخی دغدغه‌ها کاملاً بجا است طی چند جلسه با المپیادی‌ها، نظرات آنها جمع‌آوری شده است البته

ایرنا- دبیر شورای عالی انقلاب فرهنگی گفت: بخشی از مصوبه کنکور اصلاح می‌شود اما تأثیر معدل قطعی است و لغو نمی‌شود. حجت‌الاسلام عبدالحسین خسروپناه درباره نارضایتی دانش‌آموزان نسبت به امتحانات نهایی توضیح داد: تحقیقات میدانی درباره مصوبه کنکور شورای عالی انقلاب فرهنگی انجام شده و بسیاری از دانش‌آموزان از این شیوه ابراز رضایت کرده‌اند. وی ادامه داد: در سفری که روز گذشته به نیشابور و مشهد داشتم، بسیاری از دانش‌آموزان درخواست کردند که این مصوبه شورا تغییر نکند، چراکه با این شیوه کتاب‌های درسی را مطالعه و با معلمان ارتباط برقرار می‌کنند. دبیر شورای عالی انقلاب فرهنگی با اشاره به اینکه اما این موضوع به معنای آن نیست که در آزمون نهایی و مصوبه شورا اصلاحاتی نباید انجام دهیم، افزود: برای مصوبه کنکور تحقیقات میدانی در مرکز پژوهش‌های مجلس شورای اسلامی و جهاد دانشگاهی انجام شده و همچنین قرار است که با کمک آموزش و پرورش تحقیقی برای خانواده‌ها انجام دهیم تا مجموع آرا و نظرات آنها را هم مشاهده کنیم و اگر لازم است اصلاحیه‌هایی صورت گیرد. حجت‌الاسلام خسروپناه یادآور شد: به هر حال تعلیم و تربیت کشور باید رشد کند و در این راستا فشار بیش از حد هم نباید به دانش‌آموزان وارد کنیم چراکه آنها با روش اعتدالی

طرح پاسخ سخت به اقدام احتمالی صهیونیست‌ها آماده است

تسلیم- یک منبع آگاه در نیروهای مسلح به خبرنگار دفاعی گفت: طرح پاسخ لازم به اقدام احتمالی صهیونیست‌ها کاملاً آماده است و در صورتی که اسرائیل اقدامی کند، تردیدی در عملیاتی شدن ضربه متقابل ایران وجود نخواهد داشت.

وی گفت: در طرح ایران، چند نوع ضربه متقابل و مشخص وجود دارد که بسته به نوع اقدام صهیونیست‌ها درباره اجرای شدن یک یا چند تا از آنها تصمیم‌گیری فوری خواهد شد. این منبع مطلع تأکید کرد: ایران بانک اهداف متعددی از اسرائیل دارد و وعده صادق ۲ هم نشان داد که هر نقطه‌ای که اراده کنیم، می‌توانیم یا خاک یکسان کنیم.

معاون راهبردی رئیس‌جمهوری:

وقت آن رسیده بشنویم به‌جای اینکه همواره بگوییم

ایسنا- محمدجواد ظریف، معاون راهبردی رئیس‌جمهوری گفت: ما در جامعه با بحران‌های دشوار و سختی روبه‌رو هستیم که پاسخ‌های دولتی جوابگو نیست و نیاز است به جای ارائه پاسخ به مردم از آنان پاسخ بخواهیم. محمدجواد ظریف در مراسم اعطای اولین جایزه نوآوری اجتماعی ایران که در تالار وحدت برگزار شد، اظهار کرد: ما باید مجری پاسخ‌هایی باشیم که مردم با درک عمیق مسئله به آن رسیده‌اند.

وی ادامه داد: شجاعت می‌خواهد بپذیریم همه راه‌حل‌ها در مغز ما نیست؛ راه‌حل‌ها در مغز ۸۵ میلیون ایرانی آزاد، فهیم‌د و سرافراز است، ایرانی‌هایی که برای ما افتخار آفرینند و با فرهنگ ایثار، شهادت، نوآوری و خلاقیت در برابر همه سختی‌ها، ناملایمات و اشتباهات ما سرافرازانه ایستادند و افتخار آفرینند.

معاون راهبردی رئیس‌جمهوری با اشاره به اینکه جایزه نوآوری اجتماعی (جانا) را زمینه‌ای برای گفت‌وگو میان دولت و بخش خصوصی یا زیست‌بوم اجتماعی یا جامعه مدنی و نخبگان می‌دانیم، تصریح کرد: گفت‌وگو با شنیدن شروع می‌شود. وقت آن رسیده که ما بشنویم به‌جای اینکه همواره بگوییم.

امروز با افتخار اعلام می‌کنم ما آماده‌ایم، آماده شنیدن و فهمیدن هستیم چرا که سعی داریم در مسیر وفاق ملی در کنار جامعه باشیم. وی با بیان اینکه راه‌های سنتی حل مسئله ما را به جایی نخواهند برد، گفت: باید مسئله را از نو تعریف کنیم و برای هر مسئله‌ای اجازه دهیم ذی‌نفعان یعنی جامعه مدنی، زنان، جوانان و فعالان اجتماعی که به خیرعمومی فکر می‌کنند راه‌حل پیدا کنند و ما تنها تسهیل‌گر نظر آنان باشیم و روش حل مسئله را بیاموزیم.

ظریف تأکید کرد: ما در مسیر نو و هماهنگی که رئیس‌جمهور گفته‌اند به عنوان وفاق ملی، شنونده‌ایم و در خدمت جامعه و زیست بوم‌ها طوری باید عمل کنیم که همان‌طور که شرکت‌های نوآور اقتصادی می‌توانند از دولت کمک بگیرند، نوآوران اجتماعی را نیز کمک کنیم یا اگر کمک نمی‌کنیم مانع آنان نباشیم.



سینمای ایران هفته دوم مهر را در حالی پشت سر گذاشت که به دلیل اعلام عزای عمومی و تعطیلی سینماها سررا نه فروش فیلم‌ها کاهش یافت و به نظر می‌رسد این هفته وضعیت فروش به روال عادی بازگردد. برمنیای آمار سمفا تا ساعت ۰۰:۴۵ باامداد روز گذشته، ۱۷ میلیون و ۳۲۵ هزار و ۲۳۹ نفر در ۴۴۴ هزار و ۴۸۵ سانسی که ۴۱ فیلم سینمای ایران را در سالن‌های سینمایی نمایش می‌دهند، به تماشای آثار نشست‌اند و فروشی نزدیک به ۹۷۹ میلیارد و ۲۰۷ میلیون و ۷۵۱ هزار تومان را برای سینمای ایران به ارمغان آورده‌اند. بدین ترتیب فروش سینمای ایران ۹۷۹ میلیاردی شد.

در هفت روز گذشته فیلم‌های سینمای ایران فرصت نمایش در ۱۱ هزار و ۹۴۷ سانس را پیدا کرده‌اند و توسط ۲۶۱ هزار و ۲۱۷ نفر تماشا شده‌اند. به این ترتیب در این هفته، میزان فروش سینمای ایران عددی معادل با ۱۷ میلیارد و ۱۴۴ میلیون و ۹۴۶ هزار تومان بوده است که نسبت به هفته قبل کاهش ۱۳میلیاردی فروش را تجربه کرده است البته این کاهش فروش و مخاطب به واسطه عزای عمومی و تعطیلی سینماها بوده است. به همین دلیل در هفته گذشته شاهد کاهش رقم فروش تمام آثار به واسطه تعطیلی سینماها هستیم. همچنین فیلم جدیدی به چرخه اکران وارد نشده است. انیمیشن «بی‌عی قهرمان» به کارگردانی حسین صفارزادگان و میثم حسینی که اکران خود را از ۴ مهر آغاز کرده در هفته دوم اکران با فروش بیش از ۲ میلیارد

اکران آنلاین «خجالت نکش ۲» از فردا

ایرنا- اکران آنلاین فیلم کمدی «خجالت نکش ۲» از ۱۷ مهر آغاز می‌شود.

و ۱۲۳ میلیون تومان همچنان درصدر جدول فروش قرار گرفته است. این انیمیشن رقابتی چون «تگزاس ۳»، «مفت بر» و «پول و پارتی» را پشت سر گذاشته و عنوان پرفروش‌ترین فیلم هفته گذشته را کسب کرده است. «تگزاس ۳» با در اختیار داشتن ۳۲۳ سالن سینما، توسط بیش از ۴۵ هزار نفر تماشا شده و فروش ۳ میلیارد و ۷۸ میلیون تومانی را تجربه کرده است. «تگزاس ۳» مثل هفته گذشته صدر جدول را به «بی‌عی قهرمان» واگذار کرده و باید دید این فیلم دوباره به صدر جدول باز می‌گردد یا خیر. «تگزاس ۳» پرفروش‌ترین فیلم سال ۱۴۰۳ تا امروز است که اکران خود را از ۸ خرداد به تهیه‌کنندگی ابراهیم عامریان به سرگروهی پردیس سینمایی هویزه آغاز کرده و با دراختیار داشتن ۷۰۸ سالن سینما توسط ۴ هزار و ۳۴۲ نفر تماشا شده و به فروشی



بیشتر از ۲۴۳ میلیارد تومان رسیده است. «پول و پارتی» سعید سهیلی که از ۳ مرداد بر پرده سینماها نقش بسته، مدت‌ها است صدر جدول را واگذار کرده و با ۳۱ هزار و ۳۵ مخاطب در جایگاه سوم قرار دارد. این فیلم در هفته گذشته به فروش حدود ۲میلیارد و ۱۰۱ میلیون تومانی دست یافته است. کمدی رمانتیک «پول و پارتی» که اکران خود را توسط پخش شایسته فیلم در سینماهای سراسر کشور آغاز کرده است، با جذب حدود ۱ میلیون و ۵۳۵ هزار مخاطب به فروش کلی بیش از ۸۳ میلیارد تومان رسیده است. فیلم سینمایی «مفت‌بر» به کارگردانی عادل تبریزی که اکران خود را از ۱۵شهریور آغاز کرده است؛ این هفته با کاهش فروش همچنان در جایگاه چهارم جدول فروش قرار گرفته است. ۲ میلیارد و ۲۶ میلیون تومان عددی است که از فروش این فیلم سینمایی

اکران آنلاین فیلم سینمایی «خجالت نکش ۲» از ساعت ۲۰ سه‌شنبه ۱۷ مهر ۱۴۰۳ آغاز می‌شود. فیلم سینمایی «خجالت نکش ۲» به‌تهیه‌کنندگی امیر پروین حسینی، کارگردانی رضا مقصودی و نویسندگی افرا جورابلو به تازگی اکران خود در سینماها را به پایان رسانده و ضمن فروش قابل توجه، مورد استقبال مخاطبان نیز قرار گرفته است. این فیلم کمدی در سال ۱۴۰۲ در مدت زمان ۹۵ دقیقه ساخته شده است. تعدادی از بازیگران «خجالت نکش ۲» عبارتند از احمد مهرانفر، شبنم مقدمی، بهاره کیان‌افشار، بهرنگز علوی، محمد معتمدی، سعید امیرسلیمانی و مجید شهریار. فیلم «خجالت نکش ۲» داستان قنبر و صنم است که در ادامه قسمت قبلی، با چالش‌های تازه‌ای در زندگی مشترکشان دست‌وپنجه نرم می‌کنند. در این فیلم عشق، شوخی و ماجراجویی‌های

انیمیشنی که صدر نشین جدول است

اعلام شده است.

فیلم سینمایی «قیف» به کارگردانی محسن امیریوسفی که اکران خود را از ۱۵ شهریور آغاز کرده این هفته با فروش بیش از ۱ میلیارد و ۸۵۲ میلیون تومان در جایگاه پنجم جدول فروش قرار گرفته است. «شه‌سوار» به کارگردانی حسین نمازی که از ۲۱ شهریور بر پرده سینماها نقش بسته است، در هفته گذشته توسط بیش از ۱۹ هزار نفر تماشا شده و به فروش ۱ میلیارد و ۴۲۵ میلیون تومان در هفته چهارم اکران دست یافته است. بر این اساس این فیلم در جایگاه ششم قرار می‌گیرد.

فیلم سینمایی «قلب رقه» به کارگردانی خیرالله تقیانی که اکران خود را از ۲۴ مرداد آغاز کرده با فروش بیش از ۸۹۵ میلیون تومانی در جایگاه هفتم قرار می‌گیرد، این فیلم آکشن جنگی از آغاز اکران ثبات و فروش خوبی را تجربه کرده است. «خجالت نکش ۲» که از ۱۶ خرداد بر پرده سینماها نقش بسته در هفته گذشته توسط بیش از ۱۰ هزار نفر تماشا شده و به فروش ۷۲۱ میلیون تومان دست یافته و در جایگاه هشتم جدول فروش قرار گرفته است. فیلم سینمایی «شهر گربه‌ها ۲» به کارگردانی سیدجواد هاشمی نیز که اکران خود را از ۱۵ شهریور آغاز کرده است با حضور بیش از ۷ هزار مخاطب فروش ۵۲۶ میلیون را تجربه کرده و در جایگاه نهم قرار دارد. «اغوش باز» به کارگردانی بهروز شعبانی که از ۲۱ شهریور بر پرده سینماها نقش بسته است در هفته گذشته توسط بیش از ۵ هزار نفر



بی‌پایان شخصیت‌های «خجالت نکش ۱» ادامه پیدا می‌کند.

این فیلم محصول سال ۱۳۹۶ است که این قسمت هم اکران موفقی در سینماها داشت.

برای تماشای این فیلم در بخش سینما آنلاین فیلم‌نت نیاز به د ا ش تن اشتراک پلتفرم نیست و با خرید بلیت به

بلیت به

خجالت نکش ۲

دادم و سعی کردم از بازیکنان رو به جلوتر استفاده کنم. نفراتی که تیم حریف را تحت فشار قرار داده و بتوانند پاس بدهند. سرمربی موقت استقلال خاطرنشان کرد: سعی کردم از نفراتی استفاده کنم که از کل فضای بازی استفاده کنیم و خدا را شکر همین هم شد. بختیاری‌زاده درخصوص اینکه آیا تاکنون درمورد جذب سرمربی خارجی با او مشورت شده است، عنوان کرد: خیر. در این چند روز بیشتر با بچه‌های تیم درگیر شناسایی تیم هوادار و نقاط ضعف حودمان بودیم. سوال‌های این نشست تا حدی شبیه هم است. پس از این بازی حتما برای من هم مهم است که باشگاه می‌خواهد چه تصمیمی بگیرد. البته تاکید می‌کنم استقلال و هواداران مهم هستند. امیدوارم در آینده تغییرات مثبتی رخ بدهد.

وی درباره حمایت فرهاد مجیدی از خودش و گزینه بودن این مربی برای سرمربیگری استقلال، عنوان کرد: او عزیز من است. ما همه همبازیان خود در ارتباط هستیم. این باید یک بدعت خوبی باشد که هر کدام از ما اگر در باشگاه فعال نیستیم، برای تیم و مربی‌اش خوب بخواهیم. حتی اگر مربی کارزار باشد.

اگر می‌گویم استقلال را دوست داریم فقط نباید منتظر باشیم که حودمان در مجموعه باشیم. فرهاد شایستگی‌های خود را نشان داده و یکی از تاریخ‌سازان باشگاه است. از ما تشکر هم کردم. حتی افرادی که انتقاد کردند از روی دلسوزی بود و ایرادی ندارد. انتقاد هم جزئی از کار فوتبال حرفه ای است.

حرفه ای است.

تجلیل از تیم قهرمان مسابقات گل کوچک دستگاه‌های اجرایی فارس



به پیروزی در این مسابقه شد و به مقام سوم مسابقات رسید.

در این مسابقات ۱۲۶گل در مجموع ۱۸ مسابقه به ثمر رسید که علیرضا مکارماتی با ۱۲گل از کمیته امداد، آقای گل این رقابت ها شد.

فیلم کوتاه

پخش سریال «طلوع فجر» در اولین سالگرد عملیات طوفان الاقصی

ایسنا- سریال «طلوع فجر» روایتگر ماهیت خانواده فلسطینی است که به هر طریق به سرزمین خود پایبند می‌ماند، ازز شبکه افق پخش می‌شود. سریال طلوع فجر به کارگردانی حسام حمدی ابودان و نویسندگی زکریا فتحی ساخته شده است. قدس اشعالي، آوارگان و شهرهای قدیمی فلسطین، داستان اسیران و مصائب آنها در داخل زندان‌های اسرائیل و انواع مقاومت در برابر اشغالگران از موضوعات پرداخته شده در این مجموعه است.

این سریال هرب ساعت ۲۳ به روی آنتن می‌رود.

سریال طلوع فجر نشان‌دهنده ویژگی‌های مبارزاتی مردم فلسطین در مواجهه با نیروهای اشغالگر اسرائیل است؛ در حالی که وقایع آن نشان‌دهنده ماهیت خانواده فلسطینی است که به هر طریق به سرزمین خود پایبند است و تجربیات مستمّر آن در مقابله با متجاوز در سرزمین خود به نمایش گذاشته می‌شود.

سیر واقع سریال ویژگی‌های درگیری‌هایی را که بین مبارزان فلسطینی با ساساده‌ترین امکانات در مقابل زرادخانه نظامی اسرائیل رخ می‌دهد به تصویر می‌کشد.

تکرار این مجموعه تلویزیونی روز بعد ساعت ۱۱ صبح از شبکه افق سیما است.

سینما

رکورد منفی «جوکر ۲» در سینما

ایسنا- فیلم «جوکر ۲» با بازی واکین فینیکس و لیدی گاگا اولین فیلم هالیوودی براساس داستان‌های مأمور نام گرفت که نمره کیفی «D» از مخاطبان دریافت می‌کند و احتمالا حدود ۴۰ میلیون دلار در اکران آغازین بفروشد. «جوکر: جنون مشترک» ساخته تاد فیلیپس به عنوان نخستین فیلم کمیک بوکی (بر اساس داستان‌ها مصور) هالیوودی که امتیاز سینمایی «D» (CinemaScore) را از تماشاگران دریافت می‌کند، تاریخ ساز شد و مخاطبان ناراضیانی خود را از دنباله فیلم موفق «جوکر» ابراز کردند. این نارضایتی در افتتاحیه‌های پردردرسر فیلم و در گیشه مشخص شده است، جایی که محصول کمپانی فیلم برادران وارنر بسیار کمتر از انتظارات ظاهر شده است. «جوکر: جنون مشترک» روز جمعه ۳۰ میلیون دلار از جمله ۷ میلیون دلار پیش‌نمایش کسب کرد. استودیوهای رقیب فروش افتتاحیه این فیلم با بازی واکین فینیکس و لیدی گاگا را بین ۴۲ میلیون تا ۴۷ میلیون دلار و برخی حتی کمتر از ۴۰ میلیون دلار پیش‌بینی می‌کند.

انتظار می‌رفت که جوکر ۲ در نخستین آخر هفته اکران در سینماهای آمریکا ۵۰ تا ۶۰ میلیون دلار فروش کند. این در حالی است که قسمت اول این فیلم در سال ۲۰۱۹به فروش آغازین ۹۶۲ میلیون دلاری در آمریکا دست یافت و در نهایت فروش جهانی یک میلیارد دلاری را در گیشه جهانی رقم زد. «جوکر: جنون مشترک» ساخته تاد فیلیپس با درجه سی «R» که اولین نمایش جنونی خود را در جشنواره فیلم ونیز و با بازخورددهی متفاوت از سوسی منتقدان و مخاطبان تجربه کرد، یک فیلم چند ژانری با عنصر قوی موسیقی است که خارج از تعاریف متداول یک فیلم کمیک بوکی معمول قرار می‌گیرد. نگران‌کننده‌تر از درآمد فروش اکران پیشی افتتاحیه، نمره بسیار پایین مخاطبان به این فیلم در وبسایت «PostTrak» است، جایی که تماشاگران به آن نیم‌ستاره از پنج، مشابه امتیاز فیلم جدید «هنگولوپولیس» اثر فرانسیس فورد کاپولا دادند.فیلم اصلی «جوکر» در سال ۲۰۱۹ در ۱۲ شاخه جوایز آکادمی اسکار از جمله بهترین فیلم، کارگردانی، فیلمنامه اقتباسی نامزد اسکار شد و در نهایت جایزه اسکار بهترین بازیگر مرد (واکین فینیکس) و بهترین موسیقی متن (هیلدور گودنادوتیر) را کسب کرد. «فینیکس» دومین هنرپشهای بود که برای بازی در نقش «جوکر» جایزه اسکار را دریافت کرد.

گولسیانی بهترین گلزن خارجی تاریخ پرسپولیس شد



باشگاه خبرنگاران- مدافع گرجستانی پرسپولیس با گلزنی مقابل چادملو موفق شد با ۱۷ گل بهترین گلزن خارجی تاریخ باشگاه پرسپولیس شود.

گنورگی گولسیانی، مدافع گلزن گرجستانی پرسپولیس در واپسین دقایق بازی موفق شد دروازه چادملو را باز کند تا سرخپوشان با تک گل او به پیروزی برسند. او با این گل توانست از رکورد ۱۶ گل آلن ویل گلزن انگلیسی پرسپولیس در دهه ۵۰ عبور کند و به تنهایی بهترین گلزن خارجی سرخپوشان در تاریخ این باشگاه شود. گولسیانی در هفته پایانی فصل گذشته لیگ برتر در بازی با مس رفسنجان گل قهرمانی تیمش را به ثمر رساند و به رکورد ویتل رسیده بود که با گلزنی مقابل چادملو به تنهایی رکورد دار شد.

گانوین منشا با ۱۴ ابراهیم توره با ۱۳ و ایمون زاید با ۱۲ گل در رده‌های دوم تا پنجم برترین گلزنان خارجی تاریخ پرسپولیس هستند.

جریمه میلیاردی فدراسیون موتور سواری و اتومبیلرانی

تسنیم- شرکت پرشیا خودرو توانست با حکم قضایی خسارت میلیاردی خود را از حساب فدراسیون موتورسواری و اتومبیلرانی به دلیل عدم اجرای تعهدات قرارداد منقذ در سال ۱۳۹۷ برداشت کند.

این قرارداد در زمان ریاست محمود صیدانلو و حمید سجادی، وزیر وقت ورزش و جوانان، منعقد شده بود و بر اساس آن، پرشیا خودرو متعهد به واردات موتورهای سنکچین و ایجاد باشگاه ورزشی برای شرکت در مسابقات قهرمانی ایران شده بود. اما در نهایت، هیچ موتور سنکچینی وارد و باشگاهی نیز تأسیس نشد.این اتفاق در حالی است که ورزشکاران این فدراسیون از هیچ‌گونه حمایتی از سوی خودروسازان و تولیدکنندگان موتور در ایران برخوردار نیستند و با مشکلات جدی مالی و تأمین تجهیزات مواجه‌اند. تلاش‌های مازیار ناظمی، رئیس فعلی فدراسیون، برای تهاات خسارت با ارائه خدمات آموزشی و مسابقاتی نیز ناکام ماند و شرکت پرشیا خودرو تصمیم گرفت حکم قضایی را اجرایی کند.

۳ فدراسیون در یک ساختمان

ایسنا- قرار است فدراسیون روئینگ و انجمن بادبانی که از فدراسیون قایقرانی جدا شده‌اند، در همان محل فدراسیون قایقرانی کار خود را آغاز کنند.با وجودی که روئینگ و بادبانی از فدراسیون قایقرانی جدا شده و با حکم احمد دنیامالی وزیر ورزش جوانان محسن شادی به عنوان سرپرست فدراسیون روئینگ و علی اصغر محمودی به عنوان رئیس انجمن بادبانی منصوب شده‌اند قرار است این فدراسیون و انجمن در محل فدراسیون قایقرانی فعالیت خود را آغاز کنند.البته بادبانی حدود دو سال قبل از فدراسیون قایقرانی جدا شده بود و در ابتدا هم به یک فدراسیون مستقل تبدیل شد و دفتر آن در محل فدراسیون قایقرانی قرار داشت اما در نهایت این فدراسیون منحل و به انجمن تبدیل شد.اکتوب به گفته محمودی رئیس انجمن بادبانی قرار است انجمن بادبانی و فدراسیون روئینگ در محل فدراسیون قایقرانی مستقر باشند و کار خود را در این فدراسیون آغاز کنند. علی اصغر محمودی، رئیس انجمن بادبانی گفت: دستور وزیر و معاون قهرمانی وزارت این بود که تا زمانی که ساختار و ساختمان‌های جدای این انجمن و فدراسیون تشکیل شود و کادر خود را انتخاب کنیم برای مدت محدودی در فدراسیون قایقرانی بمانیم.

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست سال جاری در حالی سپری شد که نهضت خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی که به‌طور مشترک بر اساس سیاست‌های توسعه‌ای شهر و متکی بر خواسته‌های مردمی برنامه‌ریزی و اجرا شده و هدف آن علاوه بر توسعه همه‌جانبه، کیفیت‌بخشی به خدمات و بهبود زندگی شهری است. اقدامات خدماتی و عمرانی که به‌طور مشترک براساس سیاست‌های توسعه‌ای شهر و متکی برخواست‌های مردمی برنامه‌ریزی و اجرا شده و هدف آن علاوه بر توسعه همه‌جانبه، کیفیت‌بخشی به خدمات و بهبود زندگی شهری است. آنچه به‌عنوان سودای پیشرفت و توسعه شیراز در افق ۱۴۰۴ ترسیم شده، رسیدن به سطحی از بهبود کیفیت خدمات عمرانی و خدماتی است که زندگی در شیراز را از دیگر کلانشهرها ممتاز و متمایز کند.

شهردار شیراز با اشاره به این نکات معتقد است: شهرها دریافته‌اند اگر ارائه خدمات شهری و عمرانی همسو با سیاست‌های توسعه‌ای، براساس خواست جمعی نیز برنامه‌ریزی و نیازسنجی شوند، کیفیت و رضایت بیشتری ایجاد خواهند کرد. آن‌چنان‌که شاید با کمی تغییر و همسو با مقتضیات زمانه بشود گفت مصداق «صلاح مملکت خویش مردمان دانند» می‌تواند از سویی مفهوم معاصرتر و روشن‌تری داشته

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

باشد و از سویی با از میان بردن شکاف عمیق میان مسئولین و مردم، شیوه کارآمدتری را پیش روی تصمیم‌گیری‌های مدیران شهری قرار می‌دهد. این نگاهی است که می‌توان ادعا کرد خواهد توانست به این نهضت‌های خدمات شهری و عمرانی، جریان مشخص‌تری ببخشد. کارگشا باشد و مدیریت شهری را مردمی‌تر سازد. محمدمحسن اسدی باور به مشارکت مردمی در اداره شهر را ضروری می‌داند و در این خصوص می‌افزاید: خوشحالم که بگویم یکی از مواهب شهرداری شیراز به‌ویژه در ۲ سال اخیر این بوده که مردم به مدیریت شهری نزدیک‌تر شده‌اند و راه توسعه و تعالی شهر را در خلال دغدغه‌هایشان به ما نشان خواهند داد و درنتیجه، فرهنگ اعتماد و درک متقابل، جای خود را به‌خوبی در گفتمان شهری شیراز پیدا خواهد کرد. این مقام ارشد شهری شیراز اعتقاد دارد: فارغ از هر شعاری، باور دارم در کنار مردم و برای مردم بودن، نزد مدیریت شهری شیراز یک موهبت است و باید بگویم نهضت خدمات شهری و عمرانی شیراز براساس راهبرد مردمی‌سازی مدیریت شهر و توجه به همین نشانه‌های مطلوب بوده که تدوین گردیده و در حال اجراست. شهردار شیراز با این توضیح که

شهرودنمان شیراز قرار می‌گیرد.کمربندی این شهر که در حال حاضر از وسط شهر کنونی شیراز گذر می‌کند در دو سمت آن ساخت و سازهای شهری و منازل مسکونی بسیاری دیده می‌شود. مصطفی بحرینی، دادستان مرکز استان فارس شیراز به مشکلات مسیری آزاد فکر کرده است. این محور که شاید روزی در حاشیه شیراز قرار داشته اما اکنون به دلیل توسعه کلانشهر شیراز به عنوان مسیری شهری مورد استفاده شهروندان شیراز قرار می‌گیرد.کمربندی این شهر که در حال حاضر از وسط شهر کنونی شیراز گذر می‌کند در دو سمت آن ساخت و سازهای شهری و منازل مسکونی بسیاری دیده می‌شود. مصطفی بحرینی، دادستان مرکز استان فارس شیراز

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش **سیحان**، کمربندی شیراز راه دسترسی از مرکز فارس به استان‌های جنوبی است و براساس مشاهدات و اعلام مقامات مسئول یکی از پرتراکم‌ترین محورهای فارس و به قتلگه اهالی و مسافران این استان شهره است. این بار دادستان مرکز استان بررسی مسئله روشنایی این مسیر را برای رفع بخشی از مشکلات مسیر آزاد فکر کرده است. این محور که توسعه کلانشهر شیراز به عنوان مسیری شهری مورد استفاده شهروندان شیراز قرار می‌گیرد.کمربندی این شهر که در حال حاضر از وسط شهر کنونی شیراز گذر می‌کند در دو سمت آن ساخت و سازهای شهری و منازل مسکونی بسیاری دیده می‌شود. مصطفی بحرینی، دادستان مرکز استان فارس شیراز

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

مدیرعامل شرکت شهرک‌های صنعتی فارس:

به گزارش **سیحان**، مسعود عظیمی، مدیرعامل شرکت شهرک‌های صنعتی در ادامه بازدیدهای میدانی نظارتی از شهرک‌ها و نواحی صنعتی استان از زیرساخت‌های نواحی صنعتی حسن‌آباد و خنج‌جشت در شهرستان اقلید بازدید کرد. مسعود عظیمی در این بازدیدها ضمن بررسی آخرین وضعیت اجرای پروژه‌های زیرساختی با سرمایه‌گذاران و صنعتگران مستقر در این نواحی صنعتی به گفت‌وگو پرداخت و برای رفع مسائل و مشکلات دستورات لازم را صادر کرد و از آماده بودن زیرساخت‌های این ناحیه صنعتی برای واگذاری به متقاضیان خبر داد.

عظیمی با بیان اینکه این ناحیه صنعتی ظرفیت مناسبی برای استقرار طرح‌های تولیدی و صنعتی به ویژه در حوزه صنایع تبدیلی و تکمیلی بخش کشاورزی دارد،گفت: با توجه به پتانسیل منطقه، این ناحیه صنعتی می‌تواند در توسعه و ایجاد اشتغال نقش مهمی را ایفا کند.

وی با اشاره به اینکه یکی از رویکردهای برنامه هفتم توسعه، جلوگیری از مهاجرت به شهر و توسعه روستاها است، گفت: تأمین زیرساخت‌ها در این مناطق و همچنین فعال شدن واحدهای صنعتی و تولیدی، عامل ایجاد اشتغال در

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی استان فارس:

حفاظت و ساماندهی کاخ ساسانی سروستان بااعتبار ۲ میلیارد و ۶۵۰ میلیون تومان

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش **سیحان**، محمد ثابت اقلیدی، مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی استان فارس از اختصاص بیش از ۲ میلیارد و ۶۵۰ میلیون تومان اعتبار برای مرمت، حفاظت و ساماندهی کاخ ساسانی سروستان خبر داد. محمد ثابت اقلیدی در دیدار با غلامرضا توکل، نماینده مردم شهرستان‌های سروستان، خرامه و کوار در مجلس شورای اسلامی گفت: کاخ ساسانی سروستان یکی از بناهای ثبت‌شده در فهرست جهانی است که هم‌اکنون دو پروژه مهم مرمتی و حفاظتی در این بنای جهانی در حال اجرا است.

او افزود: اجرای مسیر دومنظوره بازدید و دسترسی ایمن به فضاهای معماری کاخ سروستان با بیش از دو میلیارد و ۶۵۰

میلیون تومان اعتبار اجرای می‌شود. مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی استان فارس کاخ ساساندهی و اجرای مسیر دومنظوره (حفاظتی - گردشگری) برای گنبد آجری کاخ ساسانی سروستان در دستور کار است.

به‌طوری‌که با اجرای این پروژه‌ها مسیر دسترسی پله به بالای

شهرداری شیراز بر مدار دوام:

امسال، سال طلایی توسعه شیراز است



شبه به آنچه در بسیاری از کلانشهرها وجود دارد - لحظه‌ای متوقف نشده‌اند.

وی خاطرنشان می‌کند: هم‌زمان در تمام جبهه‌های خدماتی و توسعه‌ای، زیرساختی و فرهنگی فعال هستیم و به‌یقین معتقدم که شیراز در کنار تمام جذابیت‌هایش در حال گذار به دوران طلایی خود در چند دهه اخیر است و این شتاب بخشی به‌ویژه در سال پایانی دوره ششم شورای اسلامی‌شهر جدی‌تر، شایسته‌تر و محسوس‌تر خواهد بود. اسدی، ماهیت شکل‌گیری نهضت خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز را توجه به همین رسالت عنوان می‌کند و می‌گوید: علاقه‌مندیم کیفیت زندگی در شیراز به بالاترین سطح از رضایت‌مندی شهروندان برسد.

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش **سیحان**، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

سیاست مدیریت شهری این کلانشهر توزیع عادلانه خدمات شهری و عمرانی در شهر و به همه شهروندان است، معتقد است: به‌طور کامل و در تمام حوزه‌ها مشغول فعالیت هستیم، بهداشت عمومی، توسعه محیط زیست شهری، تجهیز مبلمان شهری، توسعه زیرساختی، گسترش ناوگان جابجایی شهری و حمل‌ونقل ریلی، زیباسازی و بهسازی سیما، کالبد و منظر شهری، رویدادهای فرهنگی و هنری، ایجاد بسترهای سرمایه‌پذیری و سرمایه‌گذاری، زیرسازی و بهسازی پیروواره معابر، آسفالت خیابان‌ها، جمع‌آوری آب‌های سطحی، بهسازی و ایمن‌سازی مسیر رودها، سیاست‌های مرتبط با نشاط اجتماعی، آموزش و فرهنگ‌سازی‌ها، کنترل ترافیک، مدیریت بحران‌های احتمالی، ایمن‌سازی و پیشگیری از آسیب‌های غیرمترقبه و ایجاد مؤلفه‌های تساب‌آوری شهر، محرومیت‌زدایی و مدیریت آسیب‌های فرهنگی و اجتماعی، توسعه زیرساخت‌های مختلف گردشگری، تفریحات عمومی و ورزشی، همچنین توسعه سمرانه پارکینگ‌ها و پایانه‌ها، بازارچه‌ها و میدان‌های مرتبط با صنایع و محصولات، مناسب‌سازی فضا و امکانات شهری برای بانوان، سالخوردگان، کودکان، توان‌خواهان و بیش از ۳۰۰ سرفصل و حداقل ۱۰۰ پروژه و ابرپروژه در تمام مناطق شیراز، هم‌زمان در عمق زمین، در پیکره و سطح و حتی بر پیشانی بلند ارتفاعات شیراز، در تلاش برای آنچه شایسته مردم شیراز است.

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوام، ادامه دارد. اقدامات خدماتی و عمرانی

به گزارش سیحان، شش ماه نخست

سال جاری در حالی سپری شد که نهضت

خدمات شهری و عمرانی شهرداری شیراز

همچون دو سال گذشته همچنان بر مدار

دوشنبه ۱۶ مهر ۱۴۰۳ • سال سی و یکم • شماره ۶۳۹۲

سبحان

روزنامه ایران

صاحب امتیاز: مؤسسه فرهنگی هنری دنیای اندیشه سبحان

مدیر مسئول: سید ابوالحسن حقایقی

دفتر مرکزی: شیراز خیابان سی‌متری سینما سعدی

خیابان دلال‌آوار شرقی ساختمان تالان واحد ۱۴

تلفن: ۰۴۰ ۲۲۳۴۰۰۴۱ نمابر: ۰۴۱ ۲۲۳۴۰۰۴۱

سازمان آگهی‌ها: ۰۴۲ ۳۲۳۴۰۰۴۲

شماره پیامک: ۸۵۱۱۱۵ ۳۰۰۰۹۹۰۰ لیتوگرافی و چاپ: خلیج فارس

Email: info@sobhannews.ir www.sobhannews.ir

■ پین‌نامه اخلاقی حرفه‌ای روزنامه سبحان را در وبسایت بخوانید.

ادبیات

داستانی هنرمندانه از پیچیدگی احساسات آدمی

کتاب «اینترمتزو» که نام آن اصطلاحی در موسیقی است، رمانی جدید از سالی رونی (Sally Rooney) یکی از نویسندگان برجسته و معاصر ایرلندی است که با رمان‌هایی چون «گفت‌وگوهای با دوستان» و «آدم‌های معمولی» شناخته می‌شود. ژانر کتاب در دسته ادبیات معاصر قرار می‌گیرد و با تمرکز بر روابط انسانی، مسائل عاطفی و موضوعات خانوادگی نوشته شده است. این اثر همچون دیگر کارهای

رونی، سبک ساده و در عین حال عمیقی دارد که به بررسی دقیق احساسات شخصیت‌ها و روابط پیچیده آنها می‌پردازد. این کتاب داستان دو برادر به نام‌های پیتر و ایوان کوکب را روایت می‌کند. این دو در ظاهر تفاوت‌های زیادی با هم دارند؛ پیتر، وکیلی موفق و با اعتماد به نفس در دوبلین است، در حالی که ایوان بیشتر به عنوان فردی مستقل و آزاد شناخته می‌شود که همواره به دنبال معنای زندگی است؛ پیتر با ظاهر منطقی و ساختارمندش، ظاهراً هیچ مشکلی ندارد، اما زیر این پوسته احساساتی پیچیده و حل‌نشده وجود دارد که او را از درون متلاطم می‌کنند. در مقابل، ایوان که ممکن است از نگاه دیگران بی‌مسئولیت به نظر برسد، در جست‌وجوی عمق عاطفی و فلسفی است که زندگی را برای او معنی‌دار می‌سازد. در میانه یک تابستان گرم، این دو برادر ناچار می‌شوند با گذشته و روابط خانوادگی خود مواجه شوند و در این مسیر با چالش‌هایی روبه‌رو می‌شوند که به کشف‌های تازه‌ای در مورد یکدیگر و خودشان منجر می‌شود. رونی در این کتاب به زیبایی به موضوعاتی چون عشق، غم و پیچیدگی روابط خانوادگی می‌پردازد و خواننده را در دنیای احساسی و عمیق شخصیت‌هایش غرق می‌کند.

«برنامه‌ریزی ارتباطات بحران» در بازار کتاب

کتاب «برنامه‌ریزی ارتباطات بحران و راهبردهایی برای رهبران سازمان‌های غیرانتفاعی» در اختیار علاقه‌مندان قرار گرفت. این کتاب به بررسی موقعیت منحصر به فردی می‌پردازد که سازمان‌های غیرانتفاعی در ارائه خدمات عمومی و مدیریت موقعیت‌های اضطراری و بحرانی دارا هستند و همچنین ارائه چارچوب‌های نظری و مفهومی می‌پردازد که در طراحی موثرتر ارتباطات بحران در سازمان‌های غیرانتفاعی در مواجهه با بحران‌های مختلف به‌کار گرفته می‌شوند. کتاب «برنامه‌ریزی ارتباطات بحران و راهبردهایی برای رهبران سازمان‌های غیرانتفاعی» با بهره‌گیری از مطالعات موردی خلاقانه که به بررسی اثرات طرح‌های ارتباطات بحران می‌پردازد، دانش پایه‌ای درباره طرح‌های ارتباطات بحران، راهبردهای نظریه محور، سنخ‌شناسی بحران و منابع طراحی ارتباطات بحران را در اختیار خوانندگان قرار می‌دهد.

داستان روایی ممکن‌تر از همیشه

مسئله‌اش، مسئله فلسطین است. رمان حول محور همین مسئله شکل گرفته و حوادثش نیز مستقیم یا غیرمستقیم به آن ربط دارند. به گذشته، به تاریخ می‌رود و هویت مورد هجوم اعراب ساکن فلسطین را جست‌وجو می‌کند. «به وقتی اینجا یافا بود، بعد، صهیونیست‌ها اسمش رو تل آویو گذاشتن. پشت پنجره ایستاده بود و چای می‌نوشید، چشم‌هایش را در میان شلوغی خفه‌کننده‌ای به آسمان خراش‌ها دوخته بود. نوری نمی‌تابید و همه‌جا غبار آلود بود؛ البته نه به‌خاطر شلوغی و جمعیت و تراکم ساختمان‌ها به‌خاطر مشت‌های غارتگر و غاصب، فساد همه‌جا را گرفته بود. مندر سعی می‌کرد بغضش را خفه کند با صدای لرزان ادامه داد: چهل سال قبل از روز نکبت یهودی‌ها تو محله‌ای به اسم تل آویو تسوی یافا زندگی می‌کردن؛ اما کم‌کم تل آویو یافا رو بلعید. از رمان «تل آویو سقوط کرد» صحبت می‌کنیم. رمانی درباره یک رویا که زمانی دور و حتی برای عده‌ای ناممکن به نظر می‌رسید، اما اکنون بسیاری – حتی از جمع بدبین‌ها – به نزدیکی آن باور کرده‌اند. رمانی نوشته سمیه علی‌هاشم که به قلم سحیده سادات حسینی (نشر کتابستان معرفت) به فارسی ترجمه شده است. داستانی که از دنیای بدون اسرائیل، از ممکن بودن وجود این دنیا و نیز راه رسیدن به آن صحبت می‌کند. سمیه علی‌هاشم لبنانی است. صهیونیست‌ها را می‌شناسند. خوب می‌شناسد. بساور دارد که نه فقط منطقه آسیای غربی، که جهان بدون اسرائیل قطعاً جای بهتری خواهد بود.

پیامبر اکرم (ص):

به راستی شرم، از ایمان است و ایمان در بهشت جای دارد.

المعجم الکبیر : ج ۱۰ ص ۱۹۶ ح ۱۰۴۴۲

فن‌آوری

تاریخ عرضه گوشی‌های نوا ۱۳ هواوی فاش شد؛ هر آنچه انتظار داریم

۱) آبان ۱۴۰۳) به‌عنوان زمان احتمالی معرفی این سری مطرح شده است. افشاگر دیگری در ویبو با نام UncleKanshan نیز همین تاریخ را تایید کرد. سری نوا ۱۲ در تاریخ ۲۶ دسامبر (۵ دی ۱۴۰۲) معرفی و عرضه جهانی آن در ماه مارس (اسفند ۱۴۰۲ و فروردین ۱۴۰۳) آغاز شد. بنابراین اگر شایعات صحت داشته باشند، سری نوا ۱۳ نسبت به نسل قبل دو ماه زودتر معرفی خواهد شد.

انتظار می‌رود سری نوا ۱۳ شامل چهار مدل نوا ۱۳ لایت، نوا ۱۳ استاندارد، نوا ۱۳ پرو و نوا ۱۳ اولترا باشد. طبق گزارش‌ها، همه این دستگاه‌ها از تراشه پرچمدار Kirin ۹۰۱۰ استفاده خواهند کرد که قبلاً در سری پیورا ۷۰ هواوی به‌کار رفته است. همچنین گفته می‌شود مدل‌های پرو و اولترا از قابلیت اتصال ماهواره‌ای پشتیبانی می‌کنند.

احتمال دارد سری نوا ۱۳ از برندینگ دوربین XMAGE که در گوشی‌های پرچمدار سری پیورا و میت هواوی دیده می‌شود، بهره‌بربرد. همچنین انتظار می‌رود این سری با دوربین سلفی دوگانه، تجربه عکاسی سلفی بهتری ارائه دهد.



هواوی روزهای پرکاری را پیش‌رو دارد و انتظار می‌رود تا پایان سال ۲۰۲۴ شاهد معرفی سه سری گوشی هوشمند از این شرکت باشیم. سری نوا ۱۳، میت ۷۰ و گوشی تاشدنی میت ایکس ۶ در لیست محصولات آینده غول فناوری چینی قرار دارند، اما به‌نظر می‌رسد سری نوا ۱۳ زودتر روانه بازار شوند.

طبق ادعای افشاگر نام‌آشنا Digital Chat Station، انتظار می‌رفت سری نوا ۱۳ در ماه مهر رونمایی شود. اکنون باتوجه‌به گزارش Fixed Focus Digital، یکی دیگر از افشاگران مطرح ویبو، تاریخ ۲۲ اکتبر

چند اشتباه رایج درباره آبرسانی به بدن



کنید که مایعات دیگری (مانند آب) بنوشید و مصرف کافئین هم کنترل‌شده باشد، زیرا مصرف زیاد کافئین می‌تواند به مشکلات سلامتی دیگری منجر شود.

◆ **افسانه شماره ۴: کم‌آبی بدن به این معنی است که تشنه‌اید**

بدن زمانی که عملکرد درستی داشته باشد، حدود ۵۵ تا ۶۰ درصد وزنش آب است. دکتر کوهن می‌گوید زمانی که بدن درست آبرسانی شده باشد، داخل سلول‌ها هم آب کافی برای عملکرد درست آنها وجود دارد. سلول‌ها وقتی آب کافی نداشته باشند، به‌طور کارآمد عمل نمی‌کنند و بدن شروع به تولید نشانه‌هایی مانند تشنگی، سردرد یا خستگی می‌کند تا ما را از وضعیت کم‌آبی آگاه کند و برای ارسال این نشانه‌ها از انرژی و منابعی که می‌توانند برای عملکردهای دیگر به‌کار استفاده شوند، کمک می‌گیرد. باید توجه داشت که آبرسانی درست به بدن فقط به معنای دریافت آب کافی نیست بلکه بدن باید در حالت «هموستاز» قرار گیرد، یعنی سطح مواد معدنی، ویتامین‌ها و مایعات متعادل باشد.

◆ **افسانه شماره ۵: تشنگی تنها نشانه کم‌آبی بدن است**

درست است که تشنگی یکی از اولین نشانه‌های کم‌آبی است اما نشانه‌های دیگری هم وجود دارند که ممکن است از آنها غافل شویم و با علائم بیماری‌های دیگر اشتباه بگیریم. این نشانه‌ها عبارتند از سرگیجه، سردرد، خستگی پوست، خشکی دهان یا خستگی.

یکی دیگر از نشانه‌های مهم کم‌آبی تغییر رنگ و تیره شدن ادرار است.

سلامت

◆ **افسانه شماره ۶: نیازی نیست برای کم‌آبی به پزشک مراجعه کنید**

این طور نیست. هرچه بیشتر بدون آب بمانید، خطر بروز علائم جدی‌تر ناشی از کم‌آبی بدن افزایش می‌یابد. دکتر کوهن هشدار می‌دهد که کم‌آبی شدید می‌تواند به تولید نشدن ادرار (آنوری)، سرگیجه که ایستادن یا راه رفتن عادی را دشوار می‌کند، فشارخون پایین، تپش قلب، تب، بی‌حالی و گیجی منجر شود و در موارد بسیار شدیدتر به تشنج، شوک یا کما بینجامد.

◆ **افسانه شماره ۷: اگر به طور منظم آب بنوشید، دچار تشنگی نمی‌شوید**

اگر مدام آب می‌نوشید اما همچنان احساس تشنگی می‌کنید، ممکن است پای مشکلات اساسی دیگری مانند کم‌خونی، قاعدگی یا دیابت در میان باشد. اگر احساس می‌کنید آب کافی می‌نوشید همچنان تشنه‌ترید، حتماً با پزشک مشورت کنید. برخی داروها (مانند داروهای آلرژی یا ضد تهوع) هم می‌تواند احساس خشکی در دهان به وجود آورد که لزوماً به نوشیدن آب کافی مربوط نمی‌شود.

◆ **افسانه شماره ۸: هر روز باید الکترولیت بیشتری بنوشید**

بستگی دارد. الکترولیت‌ها مواد معدنی موجود در مایعات بدن هستند مانند سدیم، پتاسیم، کلرید و منیزیم که برای عملکردهای مختلف بدن مانند حفظ آبرسانی ضروری‌اند. ما هنگام تعریق یا دفع ادرار، الکترولیت از دست می‌دهیم. با این حال عرق کردن در یک روز معمولی از نظر جریان سطح الکترولیت نگران‌کننده نیست زیرا اغلب بزرگسالان از طریق غذا، الکترولیت‌های کافی دریافت می‌کنند. اما اگر ورزش‌های شدید مانند بیش از ۷۵ دقیقه تمرین بدنی داشته‌اید، یا مدت زمان زیادی در گرما مانده‌اید، احتمالاً به الکترولیت اضافی نیاز دارید. با این حال در مصرف الکترولیت‌ها زیاده‌روی نکنید زیرا مصرف بیش از حد آنها به کلیه‌ها فشار وارد می‌کند.

◆ **افسانه شماره ۹: مشکلی به نام نوشیدن بیش از حد آب وجود ندارد**

چرا وجود دارد و آبرسانی بیش از حد بدن ممکن است مشکلات اساسی ایجاد می‌کند. مسمومیت با آب زمانی اتفاق می‌افتد که فردی با سرعت زیاد آب می‌نوشد و تعادل الکترولیت‌های بدنش از بین می‌رود. برخی افراد حتی به دلیل نوشیدن آب زیاد جانشان را از دست داده‌اند.

دانستی

آیا پوست‌کندن میوه کار درستی است؟

توت‌ها حاوی ترکیبات فنلی بیشتری نسبت به خود میوه است. بنا بر یافته‌های محققان، فنل‌ها دارای اثرات ضد التهابی و ضد میکروبی هستند و همچنین از سلول‌ها در برابر آسیب توسط اشکال خاصی از اکسیژن محافظت می‌کنند. از طرفی دانشمندان دیگر می‌گویند که پوست میوه‌ها و سبزیجات ممکن است حاوی آفت کش‌ها و مواد سمی باشد که برای کشتن آفات و پاتوژن‌های گیاهی استفاده می‌شوند. فقط تمیز کردن درست و با کیفیت بالا می‌تواند این آلودگی‌ها را از بین ببرد.

طرح روز



این صلابت، ارث اجدادی ماست

منبع: فارس

عکس خبر



■ برداشت زیتون- رودبار گیلان



■ روز ملی روستا و عشایر



■ یاشماق چارقد یا روس‌یزنان آذربایجان



■ کویر بشرویه - استان خراسان جنوبی



■ لیگ برتر فوتبال

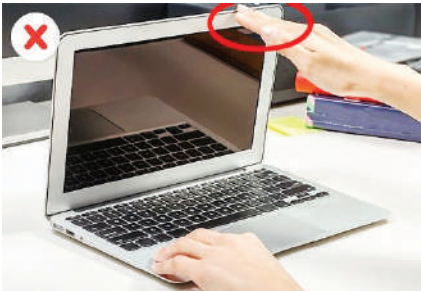
دانش زندگی

چگونه عمر لپ‌تاپ را افزایش دهیم؟

می‌شوند الکتریسیته ساکن ایجاد می‌شود و این به طور بالقوه برای مدارهای الکتریکی خطرناک است. این متخصص توصیه کرد که برای جلوگیری از آلودگی درپچه تهویه، از لپ‌تاپ منحصرأ روی سطوح سخت استفاده شود. درست است که لپ‌تاپ یک وسیله جمع و جور است که در هر مکانی حتی روی میز و تخت خواب می‌شود از آن استفاده کرد اما سطوح نرم می‌توانند به آن آسیب بزنند

چون منبع پرز و گرد و غبار بیشتری نسبت به سطوح سخت هستند و احتمال انتقال آن به درپچه‌ها بیشتر است. نکته دیگر مربوط به خشک‌کننده است. اگر به طور فواصل و در مدت زمان طولانی در طول روز از دستگاه استفاده می‌کنید، برای حل این مشکل داغ شدن دستگاه می‌توانید پایه مخصوص خشک‌کننده لپ‌تاپ خریداری کنید.

علاوه بر این‌ها، این متخصص استفاده از صفحه کلید سیلیکونی را نیز توصیه کرد. این وسیله جانبی مخصوصاً برای افرادی که دوست دارند حین کار با رایانه میان وعده بخورند مفید خواهد بود. کارور نه تنها از مکانیسم‌های فشار دادن کلیدها محافظت می‌کند، بلکه در صورت ریختن نوشیدنی و خوراک روی لپ‌تاپ، به نوعی آن را نجات می‌دهد.



قاب امروز



فروشگاه هنرهای ایرانی

■ دستگیری باند فروش اشیاء باستانی تقلبی