

احیای شورابیل به جریان زندگی در منطقه رنگ داد



هرچه به دمای هوا افزوده می‌شود و گرمای طاقت فرسا، تحمل‌مان را کاهش می‌دهد، بیشتر به دنبال مناطق گردشگری می‌رویم تا بتوانیم از گرما فرار کرده و به مکانی خنک پناه ببریم. دریاچه شورابیل یکی از همین مکان‌هاست.



تیت‌های امروز

افزایش سقف تسهیلات خرد
به ۳۰۰ میلیون تومان



وزیر امور اقتصادی و دارایی:

سرعت ترخیص دارو و تجهیزات
پزشکی افزایش یافت



ریزش قیمت مسکن
در تهران میلیاردی شد



فرزندان مقتول دیه
مادرشان را به خیریه
بخشیدند



طارمی جا پای
بنزما و رونالدو نگذاشت



«دیلمان» آخرین روزهای بهاری

عکس: خاطره احمدی‌نژاد/فارس

دیلمان، زیباترین بیلاق شرق گیلان، یکی از بکرترین و دیدنی‌ترین گوشه‌های خطه سرسبز شمال کشور به شمار می‌آید. این بیلاق در آخرین روزهای بهار مجموعه بی‌نظیری از گل‌های بهاری را به نمایش گذاشته است. از نظر تاریخ سکونت، دیلمان یکی از قدیمی‌ترین سکونتگاه‌های بشر در ایران به شمار می‌آید.

دادستان تهران:

سایت‌های غیرمجاز فروش بلیت هواپیما شناسایی می‌شوند

دادستان تهران گفت: به سازمان هواپیمایی کشوری اعلام کردیم که نرخ مصوب ستاد تنظیم بازار درباره بلیت را در سامانه به نمایش بگذارد تا شرکت‌های هواپیمایی مطابق آن عمل کنند.

به گزارش مهر، علی صالحی گفت: ضمن بازرسی، با متخلفان برخورد و وجوه اضافه برگردانده می‌شود. همچنین به پلیس فتا اعلام کردیم تا سایت‌های غیرمجاز فروش بلیت را شناسایی و مسدود کند.

وی افزود: بازرسی همکاران ما از شرکت‌های هواپیمایی و آژانس‌ها و نظارت بر قیمت‌ها، به صورت جدی در دستور کار قرار دارد.

صالحی بیان کرد: در روزهای گذشته جلسه‌ای را با شرکت‌های هواپیمایی برگزار و در آن تأکید کردیم که نرخ مصوب را رعایت کرده و بر آژانس‌ها و چارترکنندگان و سایت‌های طرف قرارداد خود نظارت کافی داشته باشند و نتایج اقدامات خود را به دادستانی اعلام کنند.

روز گذشته رئیس سازمان هواپیمایی در جلسه سازمان هواپیمایی کشوری با دفاتر خدمات مسافرتی، از همکاری با نهادهای بازرسی و برخورد با متخلفان خبر داده بود.



شرکت پاکدیس

ساندیس انواع آبمیوه و نوشیدنی‌های گازدار



سیاسی

رئیس‌جمهور در دیدار رهبران جهاد اسلامی فلسطین:

صهیونیست‌ها به‌دنبال ناامیدی جوانان فلسطینی هستند

رئیس‌جمهور با تأکید بر اینکه عادی‌سازی روابط صهیونیست‌ها با دولت‌های اسلامی و عربی به نتیجه نخواهد رسید، گفت: صهیونیست‌ها از این عادی‌سازی به‌دنبال ناامیدی جوانان فلسطینی از آزادی سرزمین‌هایشان هستند.

به گزارش ایرنا، آیت‌الله «سیدابراهیم رئیسی» شامگاه یکشنبه در دیدار «زیاد نخاله» دبیرکل جنبش جهاد اسلامی فلسطین افزود: روزگاری امید بخشی از فلسطینیان برای رهایی از ظلم و اشغال رژیم صهیونیستی به میزهای مذاکره بود اما امروز حتی طرفداران مذاکره، چشم امید به مجاهدان و نیروهای مقاومت بسته‌اند.

رئیس‌جمهور با بیان اینکه امروز مجاهدان فلسطینی ابتکار عمل را در دست دارند، گفت: ناامید کردن نسل جوان فلسطین از بازپس‌گیری سرزمین‌های اشغالی یکی از اهداف صهیونیست‌ها از تلاش برای عادی‌سازی روابط با برخی کشورهای عربی و اسلامی است اما باور داریم که این تلاش‌ها به نتیجه نمی‌رسد.

مخبر:

وزرا و مسئولان دولت با مجلس همکاری کنند

معاون اول رئیس‌جمهور در جلسه هیأت دولت گفت: رؤسای دستگاه‌های اجرایی و مسئولان دولت باید برای پیشبرد هرچه بهتر برنامه‌های کشور با مجلس همکاری و هماهنگی بیشتری کنند.

به گزارش فارس، جلسه هیأت دولت روز گذشته به ریاست معاون اول رئیس‌جمهور برگزار شد و محمد مخبر در این جلسه با اشاره به تدوین لایحه برنامه هفتم توسعه کشور اظهار کرد: دولت در فرایند تدوین این لایحه تلاش کرد به مأموریت‌های دستگاه‌ها توجه کند. مخبر گفت: از ویژگی‌های بارز این لایحه رویکرد تحولی بوده و به اسناد بالادستی نظام، جهت‌گیری‌های انقلابی، رفع مشکلات اساسی کشور، اصلاح ساختار بودجه و رفع ناترازی‌ها توجه ویژه‌ای شده است.

رئیس قوه قضائیه خبر داد

شناسایی بیش از ۲۰۰ مورد از گلوگاه‌های فساد

رئیس قوه قضائیه گفت: بازرسی کل کشور بیش از ۲۰۰ گلوگاه و بسترهای فساد را شناسایی کرده است.

به گزارش ایرنا، حجت‌الاسلام والمسلمین محسنی اژه‌ای، روز گذشته در نشست شورای عالی قوه قضائیه به مصادیق گزارش ارائه شده از سوی وزیر دادگستری پرداخت. رئیس قوه قضائیه به محموله تلویزیون‌های غیرقابل فروش قاچاق در کردستان، محموله ۱۸۵ هزار دستگاه لوازم برقی در آذربایجان غربی و محموله یخچال در چهارمحال و بختیاری اشاره کرد و به مسئولان قضایی ذیربط بویژه وزیر دادگستری دستور اکید داد این موارد را پیگیری کنند.

وی درباره محموله ۲۲ هزار دستگاه لوازم خانگی در استان تهران گفت: مقام قضایی مربوطه در این باره دستور فروش کالاهای توقیفی را صادر کرده است اما سازمان اموال تملیکی به دلایلی نتوانسته محموله را به فروش برساند اما این موضوع از ناحیه دستگاه قضایی تعیین تکلیف شده است. محسنی اژه‌ای با اشاره به اتفاق رخ داده در استان البرز مبنی بر فوت، معلولیت، نابینایی و مسمومیت تعدادی از افراد به علت مصرف مُسکر مسموم گفت: اولاً اصل مُسکر مُسکر، حرام است و کسانی که مُسکر مصرف می‌کنند مرتکب فعل حرام می‌شوند؛ اما در این قضیه، بحث فروش الکل‌های صنعتی و ادغام این الکل‌ها با محلول‌های دیگر و توزیع آنها مطرح است؛ بنابراین دستگاه‌های انتظامی، اطلاعاتی و امنیتی باید بررسی‌ها و پیگیری‌های لازم را در خصوص افرادی که مبادرت به این کار می‌کنند به عمل آورند.

توقف عرضه دیگنیتی پرستیژ در بورس کالا

نماد معاملاتی خودروی دیگنیتی پرستیژ برای عرضه در بورس کالای ایران به علت اقدام غیرقانونی شرکت بهمن متوقف شد. به گزارش ایرنا، بر اساس اعلام قبلی بورس کالا قرار بود روز گذشته (دوشنبه) ۶۰۰ خودروی دیگنیتی پرستیژ گروه بهمن در تالار خودروی بورس کالا عرضه شود که نماد معاملاتی عرضه این خودرو، حذف و لغو شد. درصد پیش‌پرداخت سفارش خرید این محصول ۱۰۰ درصد اعلام و قیمت پایه این محصول یک میلیارد و ۲۹۶ میلیون تومان اعلام شده بود. همه خودروسازان داخل و مونتاژکاران، موظفند تولیدات خود را فقط در سامانه یکپارچه و براساس نرخ مصوب شورای رقابت، عرضه کنند.

وزیر امور اقتصادی و دارایی:

سرعت ترخیص دارو و تجهیزات پزشکی افزایش یافت

وزیر امور اقتصادی و دارایی روز گذشته در جلسه علنی مجلس که به بررسی عملکرد دستگاه‌های اجرایی در دو حوزه واردات و ترخیص تجهیزات پزشکی اختصاص داشت، گفت: ابلاغیه جدید مربوط به کاهش تعرفه واردات دارو و تجهیزات پزشکی به یک درصد، از ۲۵ خرداد به گمرکات کشور ابلاغ شده و سرعت ترخیص دارو و تجهیزات پزشکی افزایش یافته است. به گزارش ایرنا، احسان خاندوزی افزود: یکی از اقدامات وزارت امور اقتصادی و دارایی و خزانه‌داری کل کشور، تخصیص ماهانه یک درصد مالیات بر ارزش افزوده به بخش بهداشت و درمان است. هر ماه که مالیات ارزش افزوده وصول می‌شود، به شکل خودکار و بدون نیاز به سازمان برنامه و بودجه، یک‌درصد سهم بهداشت و درمان را ارسال می‌کنیم که وی یکی از موانع موجود را لزوم اخذ شناسه ارزی بانک مرکزی برای شرکت‌های واردکننده برشمرد و گفت:

با هماهنگی صورت گرفته، اجازه دادیم بدون لزوم اخذ این شناسه، تا ۹۰ درصد کالا وارد کنند و حقوق گمرکی دارو هم از ۴ درصد به یک درصد تقلیل یافت.

تأکید سران قوا بر صفر شدن مالیات دارو و تجهیزات پزشکی
رئیس مجلس شورای اسلامی هم گفت: مالیات بر ارزش افزوده کالاهای اساسی، دارو و تجهیزات پزشکی یک درصد است که باید صفر شود و این موضوع در جلسه سران قوا پیگیری شد. محمدباقر قالیباف در جلسه علنی روز گذشته مجلس اظهار کرد: بیشتر داروها و تجهیزات پزشکی در گمرک کشور انبار شده که این عامل سبب نرسیدن کالاها به دست مردم شده است. همان‌طور که هدفمندی یارانه‌ها مهم است، تأمین دارو و تجهیزات پزشکی اهمیت دارد و باید سازمان برنامه و بودجه این کار را به بهترین شکل انجام دهد و موضوع ارزی‌های ارز در بخش دارو و تجهیزات توسط خزانه بانک مرکزی بموقع انجام شود.



رئیس مجلس شورای اسلامی هم گفت: مالیات بر ارزش افزوده کالاهای اساسی، دارو و تجهیزات پزشکی یک درصد است که باید صفر شود و این موضوع در جلسه سران قوا پیگیری شد. محمدباقر قالیباف در جلسه علنی روز گذشته مجلس اظهار کرد: بیشتر داروها و تجهیزات پزشکی در گمرک کشور انبار شده که این عامل سبب نرسیدن کالاها به دست مردم شده است. همان‌طور که هدفمندی یارانه‌ها مهم است، تأمین دارو و تجهیزات پزشکی اهمیت دارد و باید سازمان برنامه و بودجه این کار را به بهترین شکل انجام دهد و موضوع ارزی‌های ارز در بخش دارو و تجهیزات توسط خزانه بانک مرکزی بموقع انجام شود.

وزیر امور اقتصادی و دارایی:

با هماهنگی صورت گرفته، اجازه دادیم بدون لزوم اخذ این شناسه، تا ۹۰ درصد کالا وارد کنند و حقوق گمرکی دارو هم از ۴ درصد به یک درصد تقلیل یافت.

تأکید سران قوا بر صفر شدن مالیات دارو و تجهیزات پزشکی
رئیس مجلس شورای اسلامی هم گفت: مالیات بر ارزش افزوده کالاهای اساسی، دارو و تجهیزات پزشکی یک درصد است که باید صفر شود و این موضوع در جلسه سران قوا پیگیری شد. محمدباقر قالیباف در جلسه علنی روز گذشته مجلس اظهار کرد: بیشتر داروها و تجهیزات پزشکی در گمرک کشور انبار شده که این عامل سبب نرسیدن کالاها به دست مردم شده است. همان‌طور که هدفمندی یارانه‌ها مهم است، تأمین دارو و تجهیزات پزشکی اهمیت دارد و باید سازمان برنامه و بودجه این کار را به بهترین شکل انجام دهد و موضوع ارزی‌های ارز در بخش دارو و تجهیزات توسط خزانه بانک مرکزی بموقع انجام شود.

ریزش قیمت مسکن در تهران میلیاردی شد



روند کاهشی قیمت مسکن که از ابتدای سال جاری شروع شده، در یک ماه گذشته سرعت گرفته و طی یک ماه اخیر قیمت برخی واحدهای مسکونی در برخی مناطق تهران بین ۱ تا ۲ میلیارد تومان یعنی ۱۵ تا ۲۰ درصد کاهش داشته است.

به گزارش تسنیم، عوامل متعددی در این آرامش و کاهش قیمت دخیل هستند که می‌توان به برنامه‌های وزارت راه و شهرسازی در این زمینه اشاره کرد که باعث شده تا سهم قابل توجهی از تقاضاهای سوداگری مسکن از این بازار خارج شود. دولت

افزایش سقف تسهیلات خرد به ۳۰۰ میلیون تومان

بانک مرکزی در بخشنامه‌ای به شبکه بانکی، حداکثر مجموع اصل تسهیلات خرد قابل پرداخت به هر مشتری در هر مؤسسه اعتباری را به ۳۰۰ میلیون تومان افزایش داد. به گزارش ایرنا، از تاریخ ابلاغ این دستورالعمل، بانک‌ها و مؤسسات اعتباری موظفند تسهیلات خرد اعطایی را بر اساس شرایط، امتیاز اعتباری، رتبه اعتباری داخلی و سقف اعتبار مشتری در قالب قراردادهای فروش اقساطی، اجاره به شرط تملیک، مرابحه، جعاله و قرض‌الحسنه به مشتری پرداخت کنند. اگر مشتری قبلاً تسهیلات خرد از مؤسسه اعتباری دریافت کرده باشد، مبنای محاسبه مابه‌التفاوت قابل پرداخت به وی، سهم اصل باقی مانده از مانده بدهی است.



بانک مرکزی در بخشنامه‌ای به شبکه بانکی، حداکثر مجموع اصل تسهیلات خرد قابل پرداخت به هر مشتری در هر مؤسسه اعتباری را به ۳۰۰ میلیون تومان افزایش داد. به گزارش ایرنا، از تاریخ ابلاغ این دستورالعمل، بانک‌ها و مؤسسات اعتباری موظفند تسهیلات خرد اعطایی را بر اساس شرایط، امتیاز اعتباری، رتبه اعتباری داخلی و سقف اعتبار مشتری در قالب قراردادهای فروش اقساطی، اجاره به شرط تملیک، مرابحه، جعاله و قرض‌الحسنه به مشتری پرداخت کنند. اگر مشتری قبلاً تسهیلات خرد از مؤسسه اعتباری دریافت کرده باشد، مبنای محاسبه مابه‌التفاوت قابل پرداخت به وی، سهم اصل باقی مانده از مانده بدهی است.



برای ترخیص داروهای مانده در انبارهای گمرک از ۲۵ اردیبهشت به بعد نیازمند دستور شورای عالی هماهنگی اقتصادی سران قوا هستیم که این موضوع در جلسه شورای سران قوا مطرح می‌شود و در صورت صدور مجوز، داروهای مانده در انبارهای گمرک ترخیص خواهند شد.

گمرکی، پس از انتقال به انبارهای شرکت‌های وارد کننده انجام شود. محمد رضوانی‌فر از فراهم شدن امکان پرداخت حقوق گمرکی واردات دارو به صورت نسیه در صورت ناقص بودن مدارک ترخیص با ضمانت بالاترین مقام دستگاه مربوطه خبر داد. وی خاطرنشان کرد:

افزوده، ضمانتنامه بانکی پرداخت کنند داروهای آنها ترخیص می‌شود و تا سقف ۵۰۰ میلیون دلار ملزومات دارویی هم با کپی اسناد ترخیص خواهد شد. امکان حمل یکسره داروهای فوریتی، سرم‌ها و داروهای خاص هم از گمرکات به انبارهای دارویی فراهم شده تا تشریفات

می‌دهد رکود غیرتورمی و روند کاهشی قیمت مسکن تهران و سایر مناطق کشور را تحت تأثیر قرار داده است. طبق گفته فعالان بازار، کاهش قیمت مسکن بخصوص در کلانشهرها مشهود است و ادامه‌دار خواهد بود.

مانند سال گذشته ۲ اقدام تعیین سقف افزایش نرخ اجاره‌بها و پرداخت وام کمک ودیعه مسکن را اجرا کرده و سقف مجاز افزایش نرخ اجاره‌بها در تهران و سایر مناطق کشور به ترتیب ۲۵ و ۲۰ درصد اعلام شده است. رصد بازار مسکن هم نشان



بهره برداری از ۲۹۳ کیلومتر آزادراه و بزرگراه در کشور

مدیرعامل شرکت ساخت و توسعه زیربناهای حمل و نقل از برنامه‌ریزی برای تکمیل و بهره‌برداری از ۲۹۳ کیلومتر آزادراه و بزرگراه در سال جاری خبر داد.

به گزارش مهر، خیرالله خادمی گفت: برای سال جاری، شرکت ساخت برنامه تکمیل و بهره‌برداری از ۲۹۳ کیلومتر آزادراه‌ها را در دستور کار دارد که این میزان طول آزادراهی، معادل ۳ برابر متوسط سالانه ساخت آزادراه‌هاست. سهم دولت و عددی که برای تکمیل این پروژه‌ها درخواست شده معادل ۲۵۰۰ میلیارد تومان است که باید تخصیص یابد.



امضای تفاهمنامه همکاری ترانزیتی ایران و ازبکستان

وزیر راه و شهرسازی کشورمان با وزیر حمل و نقل و ارتباطات جمهوری ازبکستان در حضور رؤسای جمهور دو کشور یادداشت تفاهم در زمینه همکاری جامع حمل‌ونقلی و ترانزیتی امضا کردند. به گزارش ایرنا، دو طرف با امضای تفاهمنامه تمایل خود را برای افزایش تعداد پروازهای منظم اعلام کردند و سازمان هواپیمایی کشوری ایران آمادگی خود را نسبت به برگزاری دوره‌های آموزشی تخصصی هوایی و همکاری در زمینه هوانوردی تجاری اعلام کرد.



چهره‌خبر



ایسنا / تأمین ارز دارو سرعت می‌گیرد.

محمدرضا فرزین، رئیس کل بانک مرکزی تأکید کرد: با توجه به اهمیت تأمین به‌موقع

دارو و کاهش مشکلات مردم در این حوزه، ضروری است شبکه بانکی در اعطای اعتبار و تسهیلات‌دهی به بخش دارو و بهداشت دستورات بانک مرکزی را در اسرع وقت اجرایی کنند.



ایسنا/ فرایند پیش‌فروش بلیت قطارهای مسافری آغاز شد.

منوچهر صفری، مدیرکل راه‌آهن شمال‌غرب اظهارداشت: پیش‌فروش بلیت قطارهای مسافری برای بازه زمانی اول تا ۱۵ تیرماه از ۲۸ خرداد ماه آغاز شده است.



ایسنا/ سه خدمت از طب ایرانی بیمه می‌شود.

نقیسه حسینی یکتا، مدیرکل دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت، گفت: طبق مصوبه هیأت دولت به منظور کاهش پرداخت از جیب مردم حداقل سه خدمت حوزه طب ایرانی تحت پوشش بیمه‌ای قرار می‌گیرد.



ایسنا/ دومین طرح احیای دریاچه ارومیه در آستانه افتتاح است.

محمدصادق معتمدیان، دبیر کارگروه ملی نجات دریاچه ارومیه با

اعلام این خبر اظهارداشت: باحمایت مالی دولت سیزدهم بویژه از محل اعتبارات سفر رئیس جمهوری، فاز سوم تصفیه خانه ارومیه به اتمام رسیده است.



مهر/ مسافران تا ۶ ماه آینده از پایانه جدید شرق تهران جابه‌جا می‌شوند.

جلال بهرامی، معاون حمل و نقل شهرداری تهران اعلام کرد: تا ۶ ماه آینده فاز اول پایانه جدید شرق تهران افتتاح خواهد شد و جابه‌جایی مسافران از پایانه جدید آغاز می‌شود.



ایرنا/سرویس ایاب و ذهاب دانش‌آموزان استثنایی‌رایگان می‌شود.

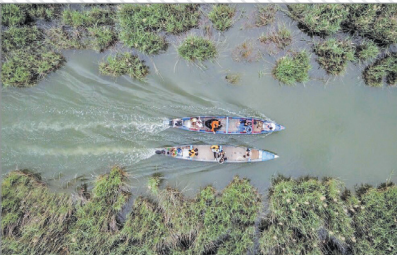
حمید طریفی حسینی، رئیس سازمان آموزش و پرورش استثنایی گفت: با توجه به دستور معاون اول رئیس جمهور به وزارت کشور از اول مهرماه سرویس ایاب و ذهاب دانش‌آموزان استثنایی رایگان می‌شود. در این زمینه شهرداری‌ها باید شرایط ایاب و ذهاب این دانش‌آموزان را فراهم کنند.



تسنیم/ امسال ایجاد ۴۰۰ هزار شغل توسط بنیاد برکت هدف‌گذاری شده است.

محمد ترکمانه، مدیرعامل بنیاد برکت ستاد اجرایی فرمان امام^(ع) با بیان این خبر اعلام کرد: در سال گذشته بنیاد برکت با سرمایه‌گذاری ۸ هزار و ۲۰۰ میلیارد تومانی نزدیک به ۳۰۰ هزار شغل ایجاد کرده است.

ارائه طرح جامع تالاب شادگان به رئیس‌جمهور



میراث آریا/ معاون رئیس‌جمهور و رئیس سازمان حفاظت محیط زیست گفت: خوشبختانه هفته پیش طرح جامع تالاب شادگان آماده و به رئیس‌جمهور تقدیم شد. علی سلاجقه،

تصریح کرد: شخص آیت‌الله رئیسی از ما خواستند تا در مدت کوتاهی نقشه راه مناسبی را برای تالاب شادگان ارائه دهیم که خوشبختانه توانستیم طرح جامع این تالاب را به‌موقع آماده و به رئیس‌جمهور تقدیم کنیم. مباحثی که در زمینه‌های گردشگری و طبیعت‌گردی مناطقی مثل آشوراده و میانکاله نیز مطرح می‌شود، برنامه‌ای مشترک و هماهنگ میان سازمان حفاظت محیط زیست و وزارت میراث‌فرهنگی است.



ثبت ملی دریاچه شورابیل

ایسنا/ مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی استان اردبیل از ثبت دریاچه شورابیل در فهرست آثار ملی خبر داد وگفت: در جلسه شورای ثبت و حریم وزارت میراث‌فرهنگی با ثبت ژئوپارک دریاچه شورابیل در فهرست آثار ملی موافقت شد. حسن محمدی ادیب اظهار داشت: دریاچه شورابیل به عنوان تنها دریاچه طبیعی داخل شهری کشور یکی از ظرفیت‌های مهم گردشگری استان اردبیل به شمار می‌رود و از اهمیت ویژه‌ای در حوزه مواریث طبیعی برخوردار است. ثبت ملی این اثر طبیعی در فهرست آثار ملی می‌تواند در روند حفظ این دریاچه و جلب توجه عمومی بر حفاظت از این اثر ملی مؤثر باشد.

مدیرکل دفتر حفاظت و احیای تالاب‌ها در گفت‌وگو با «ایران»:

۱/۵ میلیون هکتار از تالاب‌ها پتانسیل تبدیل شدن به منشأ گرد و غبار را دارند

فقط ۱۰ درصد از آب رهاسازی شده به تالاب‌ها می‌رسد



هورالعظیم نگران کننده است. وی با اشاره به اینکه منبع آب تأمین‌کننده تالاب هورالعظیم رودخانه کرخه است، افزود: در سه ماهه امسال ورودی آب به تالاب از طریق کرخه کاهش چشمگیری داشته و تقریباً به یک سوم معمول سال‌های قبل رسیده است. از سوی دیگر به دلیل دمای بسیار بالا تبخیر آب هم بیش از حد شده است.

همه این عوامل دست به دست هم داده تا **معاون محیط زیست خوزستان از کاهش آبیگری تالاب هورالعظیم و رسیدن آن به رقم هشداردهنده ۴۴ درصد خبر دهد. مولا تأکید کرد: علاوه بر این شرایط اقلیمی، کشت گسترده شلنوک در بالادست کرخه به نگرانی‌های ما در مورد هورالعظیم افزوده است، در حال حاضر سه برابر میزان مجازی که برای کشت شلنوک درنظر گرفته شده بود، کشت صورت گرفته که اگر این مسأله از سوی دستگاه‌های متولی ازجمله وزارت جهاد کشاورزی و وزارت نیرو مدیریت نشود در یک ماه آینده قطعاً با روند کاهشی آب تالاب شاهد مرگ و میر گسترده آبریان به دلیل کم شدن زیستگاه تنفسی و اکسیژن آنها خواهیم بود.** اما درمورد تالاب شادگان امسال خوشبختانه نگرانی خاصی نداریم زیرا در سال جاری آبی رودخانه جراحی، آورد خوبی داشته و در حال

زهره افشار/ تالاب‌های خوزستان، اکوسیستم‌های ارزشمندی هستند که جریان زندگی آنها همیشه به آب گره خورده است. کم آب شدن یا خشکی تالاب‌های خوزستان ازجمله هورالعظیم و شادگان فقط به این استان جنوبی و کشور ما لطمه نمی‌زند بلکه تأثیر منطقه‌ای دارد و اگر به این نکته توجه کنیم، کوتاهی در مورد حفظ و حراست از این گنجینه‌های طبیعی برایمان گران تمام می‌شود.

تالاب‌های خوزستان هم می‌توانند جلوی ورود ریزگردهای با منشأ خارجی را بگیرند و هم می‌توانند منشأ ریزگردهای داخلی باشند و علاوه بر تأمین معیشت افراد بومی حاشیه آن، تأثیرات اجتماعی زیادی بر زندگی آنها داشته باشند. هورالعظیم بزرگترین تالاب مرزی کشور و تالابی مشترک بین ایران و عراق است که دو سوم مساحت آن در عراق قرار دارد. تالاب بین‌المللی شادگان نیز با وسعت ۴۵۰ هزار هکتار جزو ۲۴ تالاب بین‌المللی جهان است.

وضعیت هورالعظیم: نگران کننده

سید عادل مولا، معاون محیط طبیعی اداره کل حفاظت محیط زیست خوزستان در گفت‌وگو با «ایران» تصریح کرد: امسال نگرانی خاصی در مورد تالاب شادگان نداریم اما وضعیت تالاب

هشدار نارنجی: گرد و خاک از راه رسید

خاک در بیشتر نقاط کشور بویژه پایتخت باشیم . «صادق ضیاییان» مدیرکل پیش‌بینی و هشدار سازمان هواشناسی به «ایران» گفت: بهار را در حالی پشت سر

دیشب توده گرد و خاک با منشأ خارجی که از غرب کشور وارد شده بود به پایتخت رسید تا به ما یادآوری کند با تمام شدن بهار و ورود به فصل تابستان از امروز باید منتظر جولان گرد و

گذاشتیم که امسال به دلیل تغییرات اقلیمی میزان و شدت بارش‌های رگباری دوچندان شده بود اما با ورود به تابستان بیشتر پدیده‌های جوی کشور متوجه گرد و خاک خواهد شد و از این

پس بارش‌های رگباری را بیشتر در استان‌های آذربایجان شرقی، آذربایجان غربی و استان‌های ساحلی خواهیم داشت. ضیاییان گفت: با نفوذ گرد و خاک به آسمان پایتخت که از دیشب رخ

داده امروز شاهد کاهش کیفیت هوای تهران هستیم که علاوه بر استان تهران برای استان‌های البرز، شمال مرکزی و قم هشدار نارنجی هواشناسی صادر شده است . امروز تا بعد از ظهر در

این استان‌ها علاوه بر کاهش شعاع دید و کاهش کیفیت هوا، احتمال خسارت به زیرساخت‌های حساس به گرد و خاک، اختلال در تردد جاده‌ای و نشست و برخاست پروازها وجود دارد.



اعلام آخرین آمار مبتلایان به ایدز در کشور

ایرنا/ بنابر اعلام دفتر مدیریت بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت، تخمین زده می‌شود که ۴۵ هزار و ۴۶۳ نفر در کشور مبتلا به HIV هستند که مرگ ۲۱ هزار و ۸۲۳ نفر آنها ثبت شده است.

تا پایان سال ۱۴۰۱ از بین افراد مبتلا به HIV شناسایی، ثبت و گزارش شده، ۲۳ هزار و ۶۴۰ نفر زنده هستند که از این تعداد یاد شده ۱۸ هزار و ۴۴ نفر برای دریافت خدمات به مراکز ارائه دهنده خدمت مراجعه می‌کنند و تعداد ۱۷ هزار و ۴۷ نفر تحت درمان قرار دارند.



اجرای پویش سلامت بنیاد ۱۵ خرداد در مدارس کشور

ایرنا/ معاون اجتماعی بنیاد ۱۵ خرداد از اجرای پویش‌های سلامت و جمعیت این بنیاد در مدارس خبر داد. محمدرضا دهقان گفت: اجرای پویش‌های غربالگری اسکلتی و حرکتی، شنوایی‌سنجی و کاشت حلازون شنوایی، بنیایی‌سنجی و تأمین کمک‌هزینه خرید عینک و پیشگیری از پوسیدگی دندان در مدارس کشور در دستور کار است. وی تصریح کرد: رصد و پایش مدارس بنیاد ۱۵ خرداد برای اجرای پویش‌های سلامت و جمعیت در حال انجام است و بنیاد ۱۵ خرداد برای اجرایی کردن این پویش‌ها در مدارس سراسر کشور و به ویژه در مناطق محروم و کم‌برخوردار آماده می‌شود.

پیگیری دغدغه‌های بازنشستگان در برنامه هفتم توسعه



ایرنا/ مدیرعامل صندوق بازنشستگی کشوری گفت: کارگروهی متشکل از نمایندگان مجلس شورای اسلامی، نمایندگانی از بازنشستگان و همچنین نمایندگانی از صندوق بازنشستگی کشوری تشکیل می‌شود تا به مطالعه جزئیات برنامه هفتم توسعه بپردازند. نعمت‌الله ترکی اظهارداشت: اعضای کانون‌های بازنشستگی سراسر کشور مطالبات خود پیرامون بندهای مرتبط با بازنشستگان در برنامه هفتم را اعلام کردند که از جمله آن‌ها می‌توان به صدور کارت شناسایی سراسری برای بازنشستگان، بیمه تکمیلی، و کمک هزینه‌های سفر و گردشگری بازنشستگان اشاره کرد.

دسترسی آسان به دریاچه شورابیل

دریاچه شورابیل در ضلع جنوبی شهر اردبیل قرار دارد. پیدا کردن آن هم بسیار آسان است چون مسافران و گردشگران از هر قسمتی که وارد اردبیل شوند تابلوهای راهنمایی که آنها را به سمت این دریاچه راهنمایی کند، به تعداد کافی دیده می‌شود. اگر ۲۰۰ متر از ورودی اردبیل به این دریاچه یا از دورترین نقطه اردبیل هم تصمیم بگیرید که برای گردش به سمت دریاچه بیاپید در کمترین زمان و طی ۱۵ دقیقه به این منطقه خواهید رسید. با وجود این از ظرفیت‌های جالب این منطقه، داشتن مسیر پیاده‌روی آن است که طولانی‌ترین جاده تندرستی کشور هم محسوب می‌شود. مجموعه گردشگری شورابیل ۳ ورودی دارد که در ضلع‌های مختلف آن احداث شده است تا گردشگران برای ورود به این مجموعه پشت ترافیک معطل نشوند.



احیای شورابیل

به جریان زندگی در منطقه رنگ داد

احیای دریاچه شورابیل در سال‌های کم آبی موجب شده این منطقه قطب گردشگری کشور و حتی آب آن برای کشاورزی استفاده شود

زهره توکلی

روزنامه‌نگار

هرچه به دمای هوا افزوده می‌شود و گرمای طاقت فرسا، تحمل‌مان را کاهش می‌دهد، بیشتر به‌دنبال مناطق گردشگری می‌رویم تا راهی پیدا کنیم که شاید بتوانیم حداقل برای چند روز از این گرما فرار کرده و به مکانی پناه ببریم که نسیم خنک را در این روزهای گرم حس کنیم. دریاچه شورابیل یکی از همین مکان‌هاست که ۲۹ خردادماه امسال هم مسئولان از ثبت ملی آن خبر دادند. دریاچه شورابیل، بزرگترین دریاچه طبیعی داخل شهری در کشور است که گفته شده در گذشته تالابی بزرگ در شمال غربی ایران به شمار می‌رفت. در حال حاضر حوزه استحفاظی این دریاچه ۴۰۰ هکتار است که ۱۸۰ هکتار آن دریاچه و ۲۲۰ هکتار بقیه در حوزه طرح جامع منطقه گردشگری شورابیل واقع شده است. در پایتخت کشور هم دریاچه خلیج فارس (چیتگر) در داخل شهر تهران واقع شده اما با وجود اینکه ۱۳۰ هکتار مساحت دارد، برخلاف دریاچه شورابیل، مصنوعی است.

شود. در صورتی که با کم‌آبی که قدیم که هنوز این دریاچه دچار کم آبی نشده بود، زمستان‌ها یخ نمی‌زد اما طی سال‌های اخیر، کل

دریاچه در زمستان یخ می‌زند که جاذبه زمستانی و خاص خود را ایجاد کرده است. لاله با بیان اینکه قبلاً آب این دریاچه جاری نبوده ولی هم اکنون آب دریاچه از یک سمت وارد و از سمت دیگر تخلیه می‌شود، می‌افزاید: از محسّنات باز شدن دریاچه و جاری شدن آب، این است که موجب شده دریاچه شورابیل همانند دریاچه ارومیه خشک نشده و از بین نرود. این در صورتی است که قدمت دریاچه شورابیل از قدمت دریاچه ارومیه بیشتر است. ورود آب به این دریاچه موجب احیای آن شده است. حتی باعث شده این منطقه، قطب گردشگری کشور

استفاده می‌شود. وی می‌افزاید: در قدیم که هنوز این دریاچه دچار کم آبی نشده بود، زمستان‌ها یخ نمی‌زد اما طی سال‌های اخیر، کل دریاچه در زمستان یخ می‌زند که جاذبه زمستانی و خاص خود را ایجاد کرده است. لاله با بیان اینکه قبلاً آب این دریاچه جاری نبوده ولی هم اکنون آب دریاچه از یک سمت وارد و از سمت دیگر تخلیه می‌شود، می‌افزاید: از محسّنات باز شدن دریاچه و جاری شدن آب، این است که موجب شده دریاچه شورابیل همانند دریاچه ارومیه خشک نشده و از بین نرود. این در صورتی است که قدمت دریاچه شورابیل از قدمت دریاچه ارومیه بیشتر است. ورود آب به این دریاچه موجب احیای آن شده است. حتی باعث شده این منطقه، قطب گردشگری کشور

آب دریاچه «شورابیل» همان‌طور که از نامش پیداست، در قدیم شور بوده است. آب این دریاچه از چشمه‌های اطراف و رودخانه‌های منتهی شده به این دریاچه تأمین می‌شد، اما کم آبی چشمه‌های اطراف و ساخت‌وسازهای غیرمجاز، این دریاچه را هم تحت تأثیر قرار داد و آب آن بسیار کم شد. مجتبی لاله، مدیر توسعه گردشگری شورابیل درباره این دریاچه می‌گوید: دهه ۷۰ برای اینکه دریاچه خشک نشود، کانال آبی را از سد اطراف شهر اردبیل به این دریاچه متصل کردند. به طوری که زمستان‌ها دریاچه این کانال آب باز می‌شود تا با ورود آب به دریاچه، کم آبی آن جبران شود. از آب این دریاچه که دیگر شوری سال‌های قبل را ندارد، در تابستان برای آبیاری کشاورزی

۴۰۰

دریاچه شورابیل، بزرگترین دریاچه طبیعی داخل شهری در کشور است که گفته شده در گذشته تالابی بزرگ در شمال غربی ایران به شمار می‌رفت. در حال حاضر حوزه استحفاظی این دریاچه ۴۰۰ هکتار است که ۱۸۰ هکتار آن دریاچه و ۲۲۰ هکتار بقیه در حوزه طرح جامع منطقه گردشگری شورابیل واقع شده است. در پایتخت کشور هم دریاچه خلیج فارس (چیتگر) در داخل شهر تهران واقع شده اما با وجود اینکه ۱۳۰ هکتار مساحت دارد، برخلاف دریاچه شورابیل، مصنوعی است



غارها، جایی برای سفرهای ماجراجویانه

غارهای ایران با ویژگی‌های منحصر به فردی که دارند همیشه برای گردشگران جذاب و دیدنی هستند. پایتخت ایران جاذبه‌های طبیعی و تاریخی بسیاری دارد اما خیلی از این جاذبه‌ها برای گردشگران ناشناخته مانده است. غارهای اطراف تهران جزو مکان‌های کمتر شناخته شده و البته جذاب برای ماجراجویان به حساب می‌آید. در این سفر ماجراجویانه بهتر است کلاه ایمنی و دستکش با خود ببرید و در صورتی که تجربه غارنوردی ندارید حتماً با کمک راهنما به غار وارد شوید.

غار بورنیک

جاده فیروزکوه، روستای هرانده

امکانات تفریحی دریاچه شورابیل

امکانات گردشگری منطقه شورابیل فقط به دریاچه محدود نمی‌شود بلکه در اطراف آن، جاذبه‌های گردشگری هم ایجاد شده و قرار است بزودی کمپ چادر هم احداث شود. به گفته مدیر توسعه گردشگری شورابیل، در این منطقه ۲ مجموعه اقامتی وجود دارد که یکی از هتل‌ها به اسم خود منطقه نامگذاری شده است. یک مجتمع تفریحی، گردشگری و اقامتی هم در شورابیل فعال است که مشرف به دریاچه قرار گرفته است. همچنین یک هتل ۵ ستاره هم به تازگی در اردبیل و در نزدیکی دریاچه احداث شده است. منطقه شورابیل هنوز اقامتگاه بومگردی ندارد اما احداث آن جزو برنامه‌های اجرایی این منطقه است. لاله در این باره تصریح می‌کند: در حال بررسی و طراحی برای ایجاد اقامتگاه بومگردی در این منطقه هستیم چون با توجه به آب و هوای اردبیل باید همه ملاحظات را در نظر گرفت. لذا این طرح به مشاور تحویل داده شده که در صورت اتمام طراحی و بررسی مشاور اجرا خواهد شد. یکی از مهم‌ترین تفریحات در منطقه‌ای که در آن دریاچه قرار گرفته، تفریحات آبی است که اتفاقاً علاقه‌مندان بسیاری هم دارد. قایق، جت اسکی، قایق‌های موتوری و پدالی، بازی‌ها و تفریحات آبی از جمله امکانات تفریحی این دریاچه است که البته به گفته لاله، قرار است به این تفریحات پاراگلایدر هم اضافه شود تا گردشگری در این منطقه رونق بیشتری بگیرد.

زیپ‌لاین موتوری از دیگر امکانات تفریحی این منطقه گردشگری است که برخلاف زیپ‌لاین‌های ثقلی که با وزن جسمی فرد به‌صورت یکطرفه، از سمتی به سمت دیگر حرکت می‌کند، افراد با انرژی موتور از یک طرف دریاچه به سمت دیگر دریاچه جابه‌جا و بار دیگر به مکان اولیه باز گردانده می‌شوند. لاله با بیان اینکه شورابیل شهربازی مدرن روباز و شهربازی سرپوشیده هم دارد، می‌گوید: در حال رایزنی هستیم که «دوچرخه سواری روی سیم» را در بالای دریاچه راه‌اندازی کنیم. با راه‌اندازی آن، دوستداران این ورزش می‌توانند با رکاب زدن دوچرخه مسافت ۱۲۵ متری بالای دریاچه را به‌صورت رفت و برگشت تجربه کنند. امیدواریم این امکان تفریحی- رفاهی، اواخر مرداد ماه راه‌اندازی شود.

یکی از زیبایی‌های مناطق گردشگری این است که سنت‌های قدیمی در آن حفظ شده باشد؛ یکی از این

سنت‌ها، پوشش‌های محلی است. وی در این باره اظهار می‌دارد: برای زنده نگه‌داشتن پوشش سنتی و قدیمی هم مکانی را در اطراف دریاچه ایجاد کرده‌ایم که این پوشش‌ها به نمایش گذاشته می‌شود. در این مکان که به‌صورت چادر، کپر یا آلاچیق‌های عشایری است، تعدادی از عشایر ملبس به پوشش سنتی، به پخت غذاهای محلی نظیر آش دوغ و نان محلی مشغول هستند.

لاله می‌گوید: با وجود این همه امکانات تفریحی و آبی، اولویت اصلی گردشگران برای انتخاب این منطقه، آب و هوای بسیار مطلوب در روزهای گرم سال است. آب و هوای این منطقه حتی در روزهای گرم سال به گونه‌ای است که نیازی به استفاده از کولر نیست به همین علت مردم این منطقه کولر ندارند. همچنین علاوه بر زیبایی‌هایی که این منطقه دارد، قرار داشتن این دریاچه در داخل شهر هم جاذبه‌ای است که گردشگران را برای سفر به این منطقه ترغیب می‌کند. در حالی که در یک سوی این منطقه گردشگری، ساختمان‌های مسکونی قرار گرفته‌اند، در سوی دیگر با قرارگیری دریاچه شورابیل، علاوه بر زیبایی‌های بصری، دسترسی به این دریاچه بسیار آسان شده است. درباره زیبایی این منطقه همین بس که عکاسانی که برای ثبت مناظر گردشگری به این منطقه سفر می‌کنند، می‌توانند کوه سیلان و دریاچه شورابیل را در یک قاب به تصویر بکشند.



بهترین زمان سفر به این منطقه گردشگری اواسط اردیبهشت ماه تا اواخر شهریورماه یا نیمه مهرماه است. از شهر اردبیل به‌عنوان بیلاق ایران یاد می‌شود، دمای هوای شورابیل هم در تابستان حدود ۵ درجه خنک‌تر از داخل این شهر است

پرنده‌ها را در شورابیل ببینید

طبیعی بودن دریاچه شورابیل موجب شده این منطقه زیستگاه خوبی برای پرنده‌ها، مهاجری باشد که طبق گرمسیر یا سردسیر بودن، در تابستان و زمستان به این منطقه سفر کنند. به گفته لاله، اردک چشم طلایی، سیاه و پلیکان خاکستری از معروفترین گونه‌های مهاجر این منطقه هستند. البته قرقاول و مرغابی جزو پرنده‌ها بومی منطقه بودند که امروز به‌دلیل کاهش شوری دریاچه منقرض شده‌اند. به طور کلی اطراف دریاچه ۳ زیستگاه محافظت شده وجود دارد که شرایط طبیعی آنها حفظ شده است.



غار رودافشان
جاده فیروزکوه
روستای رودافشان



از این غذاها ننگردید

نان چرب و حمیس توله از غذاهای سنتی دزفول است. نان چرب محلی، در گذشته پای ثابت مجالس عروسی بود. مواد اصلی این غذا را روغن حیوانی، گوشت، زعفران دم‌کرده و نخود تشکیل می‌دهند که در عین سادگی، بسیار لذیذ و اشتها برانگیز است. حمیس توله یک غذای کاملاً گیاهی است. برای درست کردن این غذا، ساقه‌ها و برگ‌های خرد شده گیاه توله را در مقداری آب می‌پزند. سپس آن را از یک صافی رد کرده و در یک ماهیتابه با پیاز و سیر سرخ شده، زردچوبه، نمک، فلفل و بودر لیمو عمانی تفت می‌دهند. پس از مدتی، رب انار را نیز به مواد اضافه می‌کنند. برای زیباتر و خوشمزه‌تر شدن این غذا می‌توان از دانه‌های انار هم استفاده کرد. حمیس توله از نظر رنگ و ظاهر، شبیه قرمه‌سبزی است. در استان خوزستان، این غذا را اغلب به همراه نان و گاهی با پلو سرو می‌کنند.



کته‌های کنار رودخانه دز از جاذبه‌های تفریحی منحصر به‌فرد برای گردشگران علاقه‌مند به تفریحات آبی است. این دستکندها در دل صخره‌ها کنار رودخانه به چشم می‌خورند و از جنس سنگ کانگومرا هستند

دزفول دستکندهای خنک در انتظار مسافران تابستانی

سعیده احسانی‌راد

روزنامه‌نگار

دزفولی‌ها در تابستان گرم به تفریحگاه‌های کنار رودخانه دز پناه می‌برند. یکی از محبوب‌ترین مکان‌های تفریحی رود دز، کته‌های دزفول است. در گویش دزفولی کت به معنای دستکند و حفره‌های غارمانندی است که به دست انسان‌ها یا به طور طبیعی در دیواره‌های سنگی حاشیه رودخانه دز حفر شده‌اند. دزفولی‌ها با شروع تابستان، کت‌ها را خانه‌تکانی و برای پذیرایی از مسافرانی که از خوزستان و شهرهای دیگر می‌آیند، مهیا می‌کنند. مهدی چناری معاون گردشگری اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی دزفول در گفت‌وگو با خبرنگار «ایران» درباره کته‌هایی که در کنار ساحل رود دز حفر شده است، گفت: کته‌های کنار رودخانه دز از جاذبه‌های تفریحی منحصر به‌فرد برای گردشگران علاقه‌مند به تفریحات آبی است. این دستکندها در دل صخره‌ها کنار رودخانه به چشم می‌خورند و از جنس سنگ کانگومرا هستند.



دزفول شهرآب و آجر

دزفول یکی از شهرهای تاریخی استان خوزستان است که دارای ۱۰۰ تپه تاریخی است و ۱۵۰ اثر در بافت تاریخی‌اش دارد. دزفول به دلیل داشتن تزئینات آجری به شهر آجر معروف است و تزئینات خاص آجرکاری در این شهر نمود زیادی دارد. به همین دلیل طرح‌های خوون چینی دزفول از آیتم‌های تزئینات آجری است که ثبت ملی شده. از شاخصه‌های دیگر دزفول تپه‌های تاریخی و باستانی است که معروف‌ترین آن پغامیش است. اولین نت موسیقی و سند دریانوردی، در کاوش‌های انجام شده در این تپه کشف شده است که بعضی از این آثار در موزه ملی نگهداری می‌شود. کیو از مهم‌ترین صنایع دستی دزفول است که بزودی جهانی می‌شود.

از دیگر کت‌ها بزرگ‌تر و متمایزتر است و گفته می‌شود که بانی و سازنده این کت شخص خیری به نام حاج فرج‌الله است. این کت بعدها به یک استراحتگاه عمومی تبدیل شد. وی تصریح کرد: کت‌ها در زمان جنگ کاربرد پناهگاه داشتند و بعد از جنگ کاربرد تفریحی آن دوباره مورد توجه قرار گرفت. برای اقامت شبانه در کت‌ها مشکلی وجود ندارد چون در حریم شهر است. خنکی کنار کت‌ها در گرمای دزفول بسیار مطبوع است. حفر کته‌های جدید با توجه به اینکه منظر فرهنگی این دستکندها توسط میراث فرهنگی ثبت شده، دیگر امکانپذیر نیست.

معاون گردشگری اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی دزفول منطقه چال‌کندی را یکی دیگر از مکان‌های گردشگری آبی در دزفول اعلام کرد و گفت: چال‌کندی نام دره‌ای است که آب خروجی از سد دز از آنجا می‌گذرد. برای رفتن به این مکان باید از پارک دولت سوار قایق شد. این دره به دلیل داشتن عمق بالای آب و دیواره‌های بلند در دو طرف در فصل تابستان، هوایی خنک و فضایی آرامش‌بخش و دلنشین دارد. در این محل صفه‌هایی محدود وجود دارد. می‌توان آنجا از قایق پیاده شد و مدتی در آن به استراحت و استفاده از فضای آرامش‌بخش پرداخت. آژانس‌های مسافرتی هر هفته برای تفریحات آبی مثل رفتینگ در این منطقه تور برگزار می‌کنند.

وی ادامه داد: کت‌ها در مناطقی مثل گلال، کوپیته، تالخانی و دووه و در بالای رودخانه دز قرار دارند. شبیه بودن فضای درون کت‌ها به غار و نزدیکی به رود باعث شده اقامت در این کت‌ها در طول گرمای روز برای مردم بدون استفاده از هیچ‌گونه وسایل برقی و خنک‌کننده، مطبوع و لذتبخش باشد. ارتفاع کت‌ها بین دو تا چهار متر است و سقف آنها با سنگ‌های ریز و درشت، تزئین می‌شود. مساحت کت‌ها بسته به امکان توسعه و کاربرد آنها از ۵ مترمربع تا بیش از ۱۰۰ مترمربع است. وی بهترین زمان رفتن به کت‌ها را خردادماه تا زمان اوج گرما بیان کرد و گفت: معمولاً تا مهر شاهد حضور گردشگران در کت‌ها هستیم. قایق و جت اسکی از وسایلی است که گردشگران از طریق آنها به کت‌ها می‌آیند. آشنایی با شنا و استفاده از جلیقه نجات در زمان حضور در کت‌ها ضروری است، قایق سواری و انواع ورزش‌های آبی نظیر جت اسکی و ماهی‌گیری در کنار استفاده از کت‌ها خاطره‌انگیز و شادآور است.

چناری بعضی از کت‌ها را دارای مالک خصوصی دانست و اظهار داشت: بعضاً این کت‌ها مالک خصوصی داشتند و به نام آن مالک معرفی می‌شوند یا به اسم منطقه‌اند مثل: گلال، کوپیته، تالخانی، دووه و در بالای رودخانه دز قرار دارند. یکی از معروف‌ترین کت‌های دزفول که در مثل‌های دزفولی آورده می‌شود «کت حاج فرج» است. دهانه کت حاج فرج

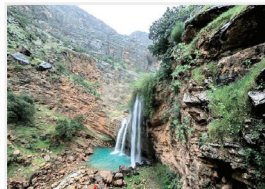


آبشار شوی بزرگترین آبشار خاورمیانه

چناری، آبشار شوی را از دیگر مناطق گردشگری تابستانی در دزفول نام برد و توضیح داد: آبشار تَله‌زنگ که به آبشار دزفول هم معروف است با ارتفاع ۹۰ متر و عرض ۸۵ متر، از بزرگترین آبشارهای خاورمیانه است که با پیوستن به رودخانه دز به سد دز سرازیر می‌شود. آبشار شوی که به آن لقب نیابگاری ایران را داده‌اند، ۴۵۰ متر از سطح دریا ارتفاع دارد. حجم این آبشار با توجه به فصول مختلف سال متغیر است و در فصل بهار به حداکثر خود می‌رسد. این آبشار تا دزفول ۱۰۰ کیلومتر فاصله دارد و باید برای رسیدن به آن یک ساعت و نیم پیاده‌روی کرد. زمستان و بهار بهترین زمان برای دیدن این آبشار است. اقامتگاه بوم‌گردی در محل آبشار در حال راه‌اندازی است و اقامت برای گردشگران فعلاً در منطقه عشایری ممکن است.

نکته‌های سفر به آبشار

بهتر است دو ساعت قبل از طلوع آفتاب حرکت کنید. در روشنایی روز سفر کنید تا به تاریکی نخورید. وسایل ضروری را فراموش نکنید. کوله‌پشتی و آب‌معدنی و غذا به اندازه کافی همراهتان باشد. در مسیر جایی برای خرید کردن نیست. لباس مناسب همراه داشته

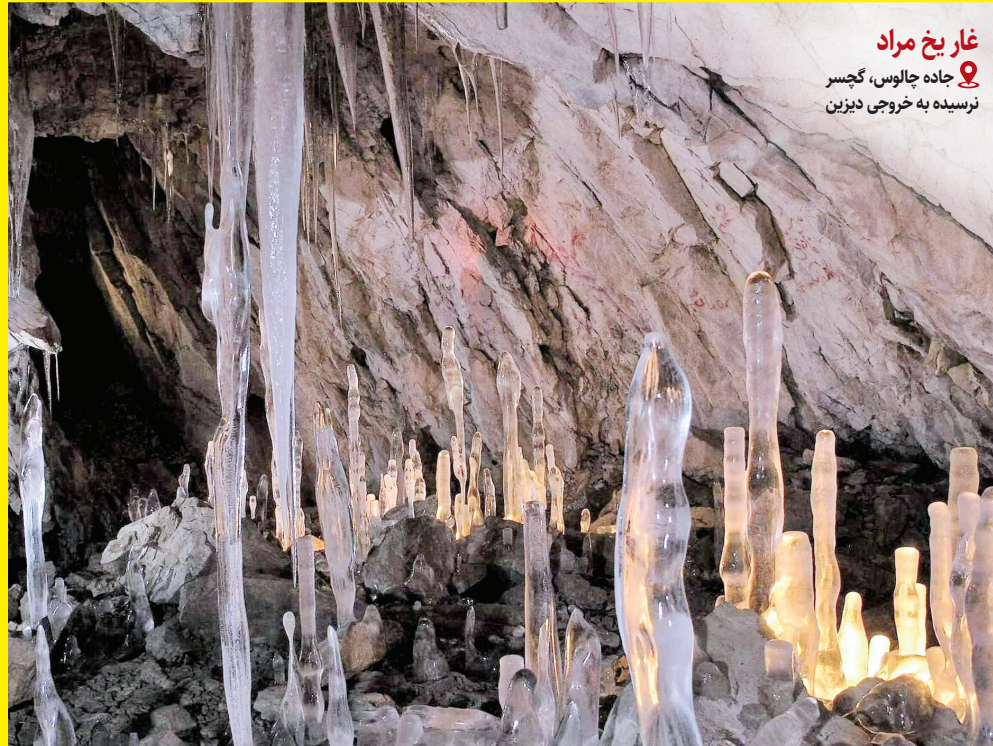


غار یخ مراد

📍 جاده چالوس، گچسر
رسیده به خروجی دیزین

غارگل زرد

📍 ۶۵ کیلومتری جاده هراز، ۴ کیلومتر بعد از جاده خاکی زردگل



فقط فیلم‌های کم‌دی نیستند که خوب می‌فروشند!

سینمای ایران تشنه ژانرهای مختلف

داشتن تنوع ژانری در سینما امری ضروری است و تکیه کردن به یک یا دو ژانر ثابت، باعث دوری مردم از سالن‌های سینما خواهد شد. سینمای ایران در سال‌های اخیر با تکیه بر ژانر کم‌دی، به مسیرش ادامه داده و توانسته بخشی از هزینه‌هایش را در بیاورد ولی ادامه این روند، خوشایند بخش زیادی از سینمادوستان نخواهد بود. باید ترکیب چینش فعلی سینما را ترکیبی ایده‌آل از ژانرهای مختلف دانست. همین چینش هوشمندانه تأثیرش را خیلی زود نشان داده و آمار فروش فیلم‌ها در چند هفته اخیر حکایت از استقبال مردم دارد. در حال حاضر ۱۰ فیلم در حال اکران هستند و به لحاظ کمی و کیفی آمار خوبی را رقم زده‌اند. «فسیل» به عنوان اتفاق خوب این روزهای سینما، توانسته یک تنه ۴ میلیون مخاطب را به سینما بکشد و فروشی ۱۸۰ میلیاردی را ثبت کند. این فیلم کم‌دی از نوروز به روی پرده رفته و فروش خیره‌کننده‌اش عاملی شده تا همچنان روی پرده سینماها بماند. فسیل با گذشت سه ماه، همچنان بیننده دارد و می‌تواند تا چند روز دیگر رکورد فروش ۲۰۰ میلیارد تومانی را بزند.

با فصل شروع اکران‌ها، «شهر هرت» دیگر فیلم کم‌دی‌ای بود که خیلی زود مخاطبانش را پیدا کرد و در مدت زمان کوتاهی بیش از ۸ میلیارد فروش کرد. «آهنگ دو نفره» نیز فیلم کم‌دی دیگری است که همچنان تماشاگر خودش را دارد و بد نمی‌فروشد. فروش بالای فیلم‌های کم‌دی در چند وقت اخیر، بحث‌های زیادی را درباره تک ژانری شدن سینمای ایران مطرح کرده بود. بسیاری از کارشناسان و منتقدان با ابراز نگرانی از نادیده گرفتن ژانرهای دیگر، می‌گفتند که سینما فقط ژانر کم‌دی نیست و باید بتوانیم مردم را با تمامی ژانرها آشنا کنیم. این حرف، حرف درستی است ولی در تمام دنیا، بعضی فیلم‌ها شاید به لحاظ محتوایی خیلی غنی نباشند اما وجه سرگرم‌کننده‌شان، می‌تواند مخاطب زیادی را به سینما بکشاند. در سینمای ایران فیلم‌های کم‌دی چنین کارکردی دارند و سود خوبی را نصیب سازندگان می‌کنند. البته سینمای ایران نشان داده اگر فیلم‌های غیرکم‌دی خوش‌ساخت و جذاب در آن ساخته شود، مردم علاقه‌مند به دیدنش هستند. در حال حاضر فیلم «سه کام حبس» یک درام اجتماعی است که با توجه به تلخی سوژه‌اش، توان کشاندن مردم را به سینما دارد. این فیلم با بهره‌گیری از کارگردانی درست و داستان پرتعلیقش، مخاطبش را ناراضی به خانه نمی‌فرستد. «کت چرمی» به عنوان آخرین ساخته محمدحسین مهدویان نیز در ژانر پلیسی و معمایی اکران شده و با وجود اینکه در قد و قواره‌های فیلم‌های قبلی مهدویان نیست ولی مردم همچنان علاقه‌مند به تماشایش هستند. «نگهبان شب» نیز نام رضا میرکریمی را به عنوان کارگردان پدک می‌کشد و در میان فیلم‌های اجتماعی سینمای ایران، فیلم بدی نیست. فیلم «مصلحت» با سوژه‌ای سیاسی و حساس بالاخره رنگ پرده سینما را به خود دید و فروش قابل قبولش تا امروز، نشان می‌دهد مخاطبان سینما نسبت به چنین فیلم‌هایی کنجکاو هستند. فیلم «تصور» در بخش منتقدان جشنواره فیلم کن به نمایش درآمده و می‌تواند نظر مخاطبان خاص‌پسند سینما را تأمین کند. با وجود اتفاقات متفاوت در سال‌ها اخیر، سینمای ایران روزهای پرفراز و نشیبی را پشت سر گذاشته است. حال به نظر می‌رسد با گذر از روزهای نه چندان خوب، می‌توان به آینده سینمای ایران امیدوار ماند. سینمایی که برای پیشرفتش، باید مدیریت درست را هم به ساخت فیلم‌های باکیفیت ضمیمه کرد.



در حال حاضر فیلم «سه کام حبس» یک درام اجتماعی است که با توجه به تلخی سوژه‌اش، توان کشاندن مردم را به سینما دارد. این فیلم با بهره‌گیری از کارگردانی درست و داستان پرتعلیقش، مخاطبش را ناراضی به خانه نمی‌فرستد. «کت چرمی» به عنوان آخرین ساخته محمدحسین مهدویان نیز در ژانر پلیسی و معمایی اکران شده و با وجود اینکه در قد و قواره‌های فیلم‌های قبلی مهدویان نیست ولی مردم همچنان علاقه‌مند به تماشایش هستند.



نگهبان شب خبری از شگفت زده شدن نیست

«به همین سادگی» و «زیر نور ماه» با شخصیت‌هایی با درونیاتی پیچیده طرف هستیم که هر کنش و واکنش او برای تماشاگر جذابیت زیادی دارد. هیچ‌کدام از شخصیت‌های آخرین فیلم میرکریمی سمپاتیکی نیستند و اجازه همراهی به مخاطب را نمی‌دهند. حتی گاهی سادگی و انفعال بیش از اندازه آنها حرص‌آور می‌شود.

به نظر می‌رسد میرکریمی قصد داشته است با استفاده از اتفاقات روز جامعه فیلمی متناسب و همراه با روح زمانه‌اش بسازد ولی سادگی و رو بودن بیش از اندازه فیلم در داستان، جایی برای مانور دادن بیشتر نمی‌گذارد. تقابل کارگر ساده‌دل با سرمایه‌داران کلاهدار یا تقابل اخلاقی و بی‌اخلاقی، مسائلی رو و آشکار در جامعه هستند که برای پردازش آن در سینما، فیلمساز باید دست پرتی داشته باشد.

شخصیت رسول در نقش کارگر و نگهبان ساختمان پتانسیل زیادی برای پرداخت داشت ولی نگاه محافظه‌کارانه کارگردان اجازه فعلیت به او نداد. در هیچ‌کدام از موقعیت‌های مختلف زندگی رسول که شاهدش هستیم، از غم و شادی‌اش به وجد نمی‌آییم و فقط از دور نظاره‌گر کارهایش هستیم؛ کارهایی بشدت معمولی که از حدی مشخص فراتر نمی‌رود. تغییر و تحولات درونی رسول از ابتدا تا پایان فیلم چیزی نیست که بتواند به موتور محرکه فیلم تبدیل شود. پرهیز از پیچیدگی در روایت، تمهیدی از سوی کارگردان برای ساخت فیلم بوده ولی این جنس از سادگی برخلاف فیلم‌های قبلی میرکریمی چیزی نیست که پر از جزئیات پرکشش باشد.

با وجود نقدهای مرتبط با «نگهبان شب» نباید این فیلم را ضعیف قلمداد کنیم. شاید اگر یک کارگردان فیلم‌اولی این فیلم را می‌ساخت، می‌شد از بعضی ضعف‌های فیلم گذشت اما این فیلم در کارنامه میرکریمی، عقب‌تر از دیگر فیلم‌هایش می‌ایستد.



احمد محمدتبریزی / برای ما که رضا میرکریمی را با فیلم‌های معناگرایانه و مهمی مثل «زیر نور ماه»، «خیلی دور، خیلی نزدیک» و «یه حبه قند» می‌شناسیم، تماشای «نگهبان شب» تجربه خوشایندی نخواهد بود. نه اینکه «نگهبان شب» فیلم بدی باشد، بلکه روح تشنه مخاطبی که انتظار دیدن فیلمی سطح بالا را دارد، ارضا نمی‌کند. کارنامه فیلمسازی میرکریمی در چند سال اخیر کارنامه‌ای پرفرازونشیب بوده است. او پس از درخشیدن با «زیر نور ماه»، «خیلی دور، خیلی نزدیک»، «به همین سادگی» و «یه حبه قند» انگار دچار رخوت و ضعف در فیلم‌هایش شده است. «امروز» و «دختر» فیلم‌های متوسط و معمولی‌ای بودند که کمتر نشانه‌های قبلی سینمای میرکریمی را می‌شد در آنها مشاهده کرد.

در فیلم‌های میرکریمی را ندارد. ساده بودن داستان در سینمای میرکریمی موضوع غریبی نیست. او در دل داستان‌های ساده فیلم‌هایش، معنا و مفاهیم قابل‌توجهی برای دریافت قرار می‌داد، اما این‌بار خبری از آن عناصر معناگرایانه نیست. در «نگهبان شب» همه چیز رو و سطحی بیان می‌شود و تماشاگر را درگیر خودش نمی‌کند. تقابل پسری فقیر و روستایی با انسان‌های گرج و دغل شهری، یکی از ایده‌های تکراری فیلمسازی است که بارها در سینمای خودمان نمونه‌اش ساخته شده است.

وقتی قرار است فیلمی براساس سوژه‌ای که بارها دستمایه ساخته شدن قرار گرفته است ساخته شود، باید در آن، جایی برای شگفتی مخاطب و هیجان‌زده کردن او بگذارد، اما در «نگهبان شب» خبری از شگفت‌زده شدن نیست و فیلم تا انتها بر مدار داستان خطی و ساده‌اش پیش می‌رود و تمام می‌شود. در «نگهبان شب» نه مثل «یه حبه قند» از پیچش‌های داستان و کارگردانی خبری هست، نه مثل «خیلی دور، خیلی نزدیک»،

میرکریمی با چند فیلم اولش به نامی با اعتبار در سینمای ایران تبدیل شد و در ادامه مسیر فیلمسازی‌اش به دست‌انداز افتاد. این اتفاق خوبی برای میرکریمی به شمار نمی‌رود. یک فیلمساز اگر می‌خواهد همیشه در اوج بماند، باید فرازونشیب‌هایش را به حداقل برساند. داشتن روند سینوسی می‌تواند بیشترین ضربه را به اعتبار یک فیلمساز بزند.

میرکریمی با توجه به ضعف‌های فیلم‌های اخیر برای ساخت «قصر شیرین» تصمیم گرفت برای نوشتن فیلمنامه به سراغ فیلمسازی جوان و با ایده‌ای به نام محسن قرایی برود. در نهایت «قصر شیرین» یک فیلم جاده‌ای خوش‌ساخت و سرحال درآمد و بار دیگر درک بالای کارگردانش از سینما را به رخ کشید، اما این اوج گرفتن میرکریمی بار دیگر با سکنه همراه شد تا «نگهبان شب» برخلاف انتظارها، آن چیزی نباشد که طرفداران سینما از این کارگردان انتظار داشته باشند.

«نگهبان شب» بیش از اندازه فیلم ساده‌ای است و آن پیچیدگی‌های آشنا



میرکریمی با توجه به ضعف‌های فیلم‌های اخیر برای ساخت «قصر شیرین» تصمیم گرفت برای نوشتن فیلمنامه به سراغ فیلمسازی جوان و با ایده‌ای به نام محسن قرایی برود. در نهایت «قصر شیرین» یک فیلم جاده‌ای خوش‌ساخت و سرحال درآمد و بار دیگر درک بالای کارگردانش از سینما را به رخ کشید، اما این اوج گرفتن میرکریمی بار دیگر با سکنه همراه شد تا «نگهبان شب» برخلاف انتظارها، آن چیزی نباشد که طرفداران سینما از این کارگردان انتظار داشته باشند.

«نگهبان شب» بیش از اندازه فیلم ساده‌ای است و آن پیچیدگی‌های آشنا در فیلم‌های میرکریمی را ندارد. ساده بودن داستان در سینمای میرکریمی موضوع غریبی نیست.

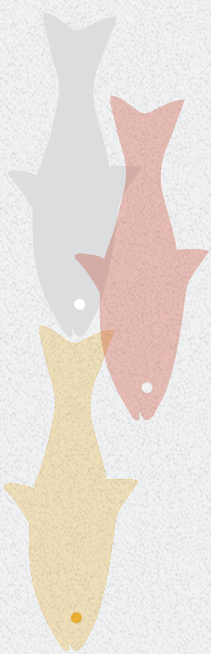




موراکامی تا پیش از نوشتن «کافکا در کرانه»، چندین و چند رمان خوب و خواندنی نوشته و جایزه هم گرفته بود، اما انتشار «کافکا در کرانه» در سال ۲۰۰۲، نویسنده ژاپنی را بر قله ادبیات دنیا نشاند.

موراکامی با این کتاب، قدرت و تسلطش بر داستان‌پردازی و پرداختن به نمادها، نشانه‌ها و اسطوره‌ها را نشان داد.

کتابی پررمز و راز که بشدت ذهن خواننده‌اش را درگیر می‌کند، او را به جهانی دیگر با شخصیت‌هایی متفاوت می‌برد و مجبور به مکاشفه در رابطه با شخصیت‌ها و سرگذشت‌شان می‌کند.



نوشتن از «کافکا در کرانه» همانند خود رمان سخت و پیچیده است، بیش از گفتن و توضیح و تفسیر درباره کتاب، بهتر آن است که کتاب را خواند و به قول نویسنده‌اش «راز درک کتاب کافکا در کرانه، چندین بار خواندن آن است.» «کافکا در کرانه» کتابی پیچیده و جذاب است که قدرت ذهنی خواننده‌اش را به بازی می‌گیرد و او را به دنیاهای کشف نشده می‌برد



شخص می‌شود. این رفت و برگشت‌های کتاب در فصل‌ها، جذابیت خاصی به کتاب بخشیده است و در بخش‌هایی پیچیدگی روایت و اتفاقات و درهم آمیختگی خیال و واقعیت، تعلیق رمان را نفسگیر می‌کند.

تلفیق خیال و واقعیت

رنالیسم جادویی موراکامی، به کتاب، قدرت و جذابیتی عجیب داده است. نویسنده چنان تخیل، رؤیا، واقعیت و خیال را با هم درآمیخته که خواننده نمی‌تواند آنها را از هم تفکیک کند و مرزی برایش قائل شود. شاید در ابتدا این موضوع کمی گیج‌کننده به نظر برسد اما در ادامه و با شناختن دقیق‌تر شخصیت‌ها، خواننده فضای خلق شده در کتاب را باور می‌کند و به شخصیت‌ها نزدیک و نزدیک‌تر می‌شود.

اگر در طول داستان، کافکا را نماد خودآگاه و ناکاتا را نمادی از ناخودآگاه و شهود بدانیم، آن وقت فضای ذهنی نویسنده و شخصیت‌هایش را در طول داستان بهتر درک می‌کنیم. شخصیت‌های کتاب همانند تمام دیگر انسان‌ها، در دو بعد خودآگاه و ناخودآگاه تعریف می‌شوند و زندگی‌شان را بر اساس این دو بعد پیش می‌برند. جهان موازی شکل گرفته در رمان که زندگی کافکا و ناکاتا را همزمان با هم پیش می‌برد، از این قاعده مستثنی نیست و آنها به شکلی پیچیده در حال اثرگذاری بر زندگی همدیگر هستند. زندگی و رؤیاهای کافکا به نحوی با ناکاتا گره خورده است. شخصیت‌های کتاب نیز تک بعدی و معمولی نیستند. آنها در دایره‌ای از اتفاقات قرار دارند و غیرقابل پیش‌بینی بودن سیر اتفاقات، حالتی پر از تعلیق و رمز به داستان داده است.

درونیامیه اصلی و جانمایه بزرگ داستان‌های موراکامی، فقدان، فراموشی، گمگشتگی و جست‌وجوگری است. مفاهیمی که در رمان‌هایش رنگ و بویی فلسفی می‌گیرند و خواننده را به جهانی پرمعنا و عمیق می‌برند. ایده لایبرنت یا پیچ در پیچ بودن و هزارتویی داستان، یکی از دغدغه‌های موراکامی است که در «کافکا در کرانه» به وضوح دیده می‌شود. موراکامی درباره این مفاهیم در کتابش خیلی موضوع را باز نمی‌کند ولی حرف خیلی عمیقی می‌زند: «این راز است. راستش نمی‌دانم این حس فقدان از کجا می‌آید. شاید بگوئید باشد، خیلی چیزها را به عمرم از دست داده‌ام. مثلاً دارم پیر می‌شوم و روز به روز از عمرم می‌کاهد. مدام وقت و امکاناتم را از دست می‌دهم. جوانی و جنب‌وجوش رفته یعنی به یک معنا همه چیز، گاه حیرانم که در پی چیستم. فضای اسرارآمیز خاص خودم را در درونم دارم. این فضای تاریکی است. این پایگاهی است که هنگام نوشتن پا به آن می‌گذارم. این در مخصوصی برای من است.» نوشتن از «کافکا در کرانه» همانند خود رمان سخت و پیچیده است. بیش از گفتن و توضیح و تفسیر درباره کتاب، بهتر آن است که کتاب را خواند و به قول نویسنده‌اش «راز درک کتاب کافکا در کرانه، چندین بار خواندن آن است.» «کافکا در کرانه» کتابی پیچیده و جذاب است که قدرت ذهنی خواننده‌اش را به بازی می‌گیرد و او را به دنیاهای کشف نشده می‌برد.

از کنار ترجمه خوب، ساده نگذردید

از کنار ترجمه خواندنی کتاب ساده عبور نکنیم. قطعاً ترجمه چنین اثری ساده نبوده و مهدی غبرائی، از مترجمان باسابقه کشورمان، با تسلط و دانش زبانی خود، کتاب را شیرین و شیوا ترجمه کرده است. بخش زیادی از لذت خوانش «کافکا در کرانه» به ترجمه روان غبرایی برمی‌گردد که با استادی تمام انجام شده است.



اگر کتابخوان هستید و هنوز «کافکا در کرانه» را نخوانده‌اید، زودتر دست به کار شوید

به وقت غرق شدن در رئالیسم جادویی موراکامی

احمد محمدتبریزی
روزنامه‌نگار

هاروکی موراکامی برای علاقه‌مندان به ادبیات نامی آشناست. کتاب‌های زیادی نوشته، جوایز زیادی برده و آثارش در سراسر دنیا خوانندگان پروپا قرصی دارد. او قطعه پازلی مهم در تاریخ ادبیات است. دنیای ادبیات امروز بدون موراکامی چیزی کم دارد. او با کتاب‌هایش چیزهایی به دنیا اضافه کرده که هیچ‌کس دیگری جز او قادر به انجامش نبوده است. با وجود تعدد کارهای موراکامی، اما یک کار بیشتر از بقیه بر پیشانی‌اش می‌درخشد و شاه‌بیت تمام کتاب‌هایش به شمار می‌رود. «کافکا در کرانه» کتابی خواندنی از نویسنده ژاپنی است که همه آن را بهترین اثر او می‌دانند و شناسنامه کاری موراکامی محسوب می‌شود.

لذت خوانش رمانی نسبتاً حجیم

موراکامی تا پیش از نوشتن «کافکا در کرانه»، چندین و چند رمان خوب و خواندنی نوشته و جایزه هم گرفته بود، اما انتشار «کافکا در کرانه» در سال ۲۰۰۲، نویسنده ژاپنی را بر قله ادبیات دنیا نشاند. موراکامی با این کتاب، قدرت و تسلطش بر داستان‌پردازی و پرداختن به نمادها، نشانه‌ها و اسطوره‌ها را نشان داد. کتابی پررمز و راز که بشدت ذهن خواننده‌اش را درگیر می‌کند، او را به جهانی دیگر با شخصیت‌هایی متفاوت می‌برد و مجبور به مکاشفه در رابطه با شخصیت‌ها و سرگذشت‌شان می‌کند. «کافکا در کرانه» رمان نسبتاً حجیمی است و کسانی که کتاب را خوانده‌اند از اینکه چطور چنین کتاب حجیمی را در مدت زمان کوتاهی خوانده‌اند، متعجب می‌شوند. دلیل خوانش سریع کتاب، تعلیق در داستان و سیر اتفاقات است. این کتاب را باید معمایی ادبی دانست که پر از سفر در زمان، تاریخ‌های پنهان و دنیاهای زیرزمینی است. برای کسانی که کتاب را تا به حال نخوانده‌اند، شاید این سؤال پیش بیاید که نام کافکا بر عنوان کتاب از کجا می‌آید. برخی آن را دلیلی بر فروش کتاب عنوان کردند ولی در اصل انتخاب نام کافکا که از شخصیت اصلی کتاب می‌آید، به ارتباط معنادار شخصیت با نویسنده نامدار چک برمی‌گردد. نشانه‌های زیادی تامورا را که نام مستعار کافکا را برای خود انتخاب کرده، به فرانتس کافکا می‌رساند.

روایت‌هایی تودرتو

«کافکا تامورا» شخصیت اصلی کتاب، همچون نویسنده مورد علاقه‌اش، انسانی منزوی و درونگراست: «هرچه گوشه‌گیرتر و ساکت‌تر می‌شدم، عضلاتم محکم‌تر و سخت‌تر می‌شد. تمام تلاشم این بود که احساساتم را به کسی بروز ندهم، چه همکلاسی باشد و چه معلم، تا سرنخی از افکارم به دست نیاورند. بزودی وارد دنیای پرفراز و نشیب بزرگسالان می‌شدم و می‌دانستم که برای بقا لازم است پوست‌کلفت‌تر از دیگران باشم.» کافکای نوجوان پدری مستبد دارد و خواهر و مادرش در کودکی او را رها کرده و رفته‌اند. پیرنگ اصلی داستان به جست‌وجوی او برای پیدا کردن مادر و خواهرش برمی‌گردد ولی این جست‌وجوگری به این سادگی‌ها اتفاق نمی‌افتد. کافکا در طول رمان تنها نیست و ما با شخصیت عجیب دیگری به نام «ساتورو ناکاتا» طرف هستیم که به‌خاطر حادثه‌ای که در کودکی برایش اتفاق افتاده، ویژگی عجیبی پیدا کرده است: او زبان گربه‌ها را می‌فهمد. او به خاطر بمباران محل زندگی‌اش در کودکی، به کمایی طولانی می‌رود و پس از به هوش آمدن، سواد خواندن و نوشتن را از دست می‌دهد و به جایش با گربه حرف می‌زند. او حالا مردی سالخورده و تنه‌است که با اندک پولی که از دولت می‌گیرد، روزگار می‌گذراند. موراکامی دو شخصیت کافکا و ناکاتا را همزمان با هم پیش می‌برد. در هر فصل با یکی از شخصیت‌ها طرف هستیم. هر دو سفری را به سمت مقصدی نامعلوم شروع کرده‌اند و به دنبال پیدا کردن سؤال‌هایی در مورد خود و هویت حقیقی‌شان هستند و با اینکه داستان زندگی‌شان هیچ ارتباطی به همدیگر ندارد، ولی در طول داستان، سرنوشت‌شان به طرز شگفت‌آوری به هم مرتبط می‌شود و بدون اینکه بدانند روی زندگی هم تأثیر می‌گذارند.

تودرتو بودن روایت‌ها و تغییر کردن زبان داستان، نه تنها خواننده را گیج نمی‌کند بلکه او را وارد فضایی ماورایی و هیجان‌انگیز می‌کند. خواننده در فصل‌های زوج کتاب با ناکاتا روبه‌روست، در این فصل‌ها با زاویه دید سوم شخص یا دانای کل طرف هستیم ولی در فصل‌های فرد که همراه کافکا می‌شویم، زاویه دید کتاب اول



جزایر چند طبقه آشپزخانه

ایده‌های تازه برای همنشینی کاربردها

چند طبقه آشپزخانه یک ویژگی جالب توجه دارند که نقش ناهارخوری، انباری کوچک، فضای کاری و حتی عنصری برای دیزاین زیباتر آشپزخانه‌های اوپن به شمار می‌روند.

داخلی استفاده بهینه کنیم. به گفته طراحان، این شکل از دیزاین آشپزخانه قادر است تا فضای کاری و اجتماعی بی‌شماری را در یک مبلمان داخلی نشان دهد. جزایر دو یا

از راه حل‌های طراحی مؤثر را ارائه می‌دهد. در آینده‌ای نه چندان دور استفاده از جزایر دو طبقه، ما را به دنیای راحت‌تری سوق می‌دهد تا بتوانیم از این ابزار برای چیدمان

آرزو کیهان / داشتن جزیره دو یا چند طبقه در خانه‌هایمان چندان متداول نیست، اما برای طراحان داخلی، این شکل از جزایر منحصر به فرد آشپزخانه، طیف وسیعی



نورپردازی منسجم را انتخاب کنید

برای نورپردازی آشپزخانه می‌توانید از چراغ‌های برنجی یا چراغ‌هایی با فلزی به رنگ طلایی استفاده کنید. باید بدانید تنظیم میزان روشنایی روی پیشخوان، نقش اساسی برعهده دارد و علاوه بر زیبایی دورنما می‌تواند فضایی دلنشین را برای اعضای خانواده به وجود آورد.

ظریف و محتاط فکر کنید

طراحی طبقات کشویی در جزایر آشپزخانه‌ها بسیار مهم است. سیستم قفسه‌های کشویی به سبک صنعتی مانع از درهم و برهمی و به هم ریختگی هنگام آشپزی خواهد شد و ترکیبی از آشپزخانه‌های سنتی را در کنار آشپزخانه مدرن امروزی به وجود می‌آورد.

بیش از یک ماده را انتخاب کنید

هنگام طراحی و ساخت جزیره نیازی نیست که از یک بلوک کامل یکپارچه استفاده شود. امروزه طراحان از مواد مختلفی مثل چوب، گرانیت، سنگ مرمر و تخته سنگ استفاده می‌کنند تا مرزهای متفاوتی روی جزیره ایجاد کنند. به طور مثال ترکیب یک سطح چوبی در کنار سنگ، هدف هر منطقه را متمایز می‌کند. نشستن پشت میز آشپزخانه چوبی برای صرف غذا، بسیار جذاب‌تر است. همچنین اگر جنس بخشی از جزیره آشپزخانه، چوب خام باشد برای اعضای جوان‌تر خانواده در نظر گرفته می‌شود و این فضا کاملاً از منطقه شست‌وشو که با سنگ سفید طراحی شده مجزا خواهد شد.



برای داشتن یک آشپزخانه شیک و مدرن می‌توان در خانه‌هایی که میهمان زیادی دارند، از سنگ گرانیت بزرگ سفید روی جزیره دوطبقه استفاده کرد. در کنار هر بخش جزیره و در دیواره آن طبقاتی از جنس چوب یا سنگ تعبیه می‌شود که نقش دکوری را داشته و برای زیباتر جلوه کردن آشپزخانه از وسایل تزئینی در این بخش‌ها استفاده خواهد شد. حتی می‌توان با تبدیل بخشی از آن به کتابخانه‌ای کوچک، مجلات و کتاب‌های آشپزی یا سایر کتاب‌های مورد علاقه را در آن قرار داد.



مزایای یک جزیره آشپزخانه دوطبقه چیست؟

یک جزیره آشپزخانه دوطبقه با چندمنظوره، یک قطعه مبلمان سفارشی است که نیاز به توجه و طراحی ضروری دارد؛ طراحی با تمرکز بر جزئیاتی مثل میزان ارتفاع، عملکرد و فرم‌های متنوع صورت می‌گیرد تا جزیره چهره‌ای مدرن به آشپزخانه بدهد. طراحان اغلب یک جزیره چند سطحی را برای مصارف مختلف انتخاب می‌کنند، تا کاربردهای مختلفی از مخفی کردن مناطق آشسته برای آماده‌سازی غذا گرفته تا ایجاد مناطق جداگانه برای صرف غذا داشته باشند. یک جزیره آشپزخانه دوطبقه، لایه دیگری از جذابیت بصری را به فضای شما اضافه می‌کند و همچنین مزایای عملکردی زیادی را ارائه می‌دهد. ارتفاع‌های مختلف می‌تواند تضمین کند که مناطق آماده‌سازی غذا به طرز هوشمندانه‌ای پنهان و از فضاهای اجتماعی جدا شده است. به طور مثال بخشی از آن برای دورهمی یا هنگامی که می‌خواهید یک شام معمولی داشته باشید یا وقتی کودکان می‌خواهند تکالیف خود را کنار والدین در آشپزخانه انجام دهند، به کار می‌رود و در عین حال، در طبقه‌ای دیگر والدین در حال آماده کردن وعده‌های غذایی هستند. طبقات سطح پایین جزیره می‌تواند با صندلی‌های ناهارخوری یک ضیافت را برای ارائه تجربه غذاخوری در خانه مانند یک رستوران مجلل فراهم کنند.



هنگام طراحی و ساخت جزیره نیازی نیست که از یک بلوک کامل یکپارچه استفاده شود. امروزه طراحان از مواد مختلفی مثل چوب، گرانیت، سنگ مرمر و تخته سنگ استفاده می‌کنند تا مرزهای متفاوتی روی جزیره ایجاد کنند.





خانه

تقسیم مناسب فضاها

اینگونه جزایر به ما این امکان را می‌دهد که طراحی و عملکرد را در کنار هم پیوند بزنیم. مثلاً وسایل آشپزی را می‌توان به زیبایی در سمت غیر آشپزی جزیره پنهان کرد تا خانواده و میهمانان مجبور نباشند وارد فضای کاری آشپزخانه شوند. به این شکل، فضای اجتماعی و ناهارخوری به خوبی از هم تفکیک خواهد شد.

شارژرها و پریزهای مخفی برای تلفن، لپ‌تاپ‌ها و دستگاه‌های آشپزی مثل پلوپز با دقت در جزیره چند منظوره ادغام می‌شوند. برای انتخاب متریال این بخش از خانه می‌توان با ترکیب به طور مثال چوب و سنگ دو فضای مجزا ایجاد کرد.



آشپزخانه مدرن

برای داشتن یک آشپزخانه شیک و مدرن می‌توان در خانه‌هایی که میهمان زیادی دارند، از سنگ گرانیات بزرگ سفید روی جزیره دوبلکه استفاده کرد. در کنار هر بخش جزیره و در دیواره آن طبقاتی از جنس چوب یا سنگ تعبیه می‌شود که نقش دکوری را داشته و برای زیباتر جلوه کردن آشپزخانه از وسایل تزئینی در این بخش‌ها استفاده خواهد شد. حتی می‌توان با تبدیل بخشی از آن به کتابخانه‌ای کوچک، مجلات و کتاب‌های آشپزی یا سایر کتاب‌های مورد علاقه را در آن قرار داد.

طبقه بالایی محلی برای چیدمان ظروف



گاهی اوقات طراحان از جزایری با جنس «ام دی اف» یا چوب برای دیزاین آشپزخانه و جزایر دوبلکه‌ای استفاده می‌کنند. در این شکل از طراحی، طبقه بالاتر کمی کم عرض‌تر و کوچک‌تر از طبقه پایین انتخاب می‌شود و برای استفاده بهینه از فضا در دیواره آن کسوهایی طراحی می‌شود تا محلی برای قرار دادن ظروف و کارد و چنگال باشد. در اصل اعضای خانواده از طبقه پایین‌تر به‌عنوان ناهارخوری استفاده کنند. در عین حال می‌توان از گازی که درون جزیره تعبیه شده نیز استفاده کرد.

یک فضای اجتماعی ایجاد کنید



در موقعیت‌های اجتماعی، میهمان‌ها و خانواده همیشه به این امید به آشپزخانه می‌آیند که یک نوشیدنی یا یک لقمه غذا بخورند و با صاحبخانه گپ بزنند. در چنین شرایطی استفاده از جزایری با دو پیشخوان می‌تواند کارآمد باشد تا مرزهای واضحی ایجاد کند اما شیک هم به نظر برسد. در چنین فضایی بخش برآمده از جزیره جایگاهی برای آماده‌سازی خوراکی‌هاست و بقیه پیشخوان جزیره، نقش میهمان‌پذیر و نشیمن را بازی می‌کند.

ترندهای عینک آفتابی هم برای کلاس و هم برای مراقبت از چشم‌ها

تابی مردانه ۱۴۰۲

راضیه خونی / عینک‌های آفتابی طی یک دهه گذشته تغییرات زیادی

به خود دیده و به یک اکسسوری ضروری تبدیل شده‌اند. امروزه همه چیز به لطف ترندهای مد، تغییر گرایش‌ها و البته نوآوری تولیدکنندگانی که به نوعی توانسته‌اند این اکسسوری را بسیار جذاب جلوه دهند، تغییر کرده است. می‌توان گفت دیگر کسی نیست که نخواهد از عینک آفتابی استفاده کند. مدل‌های جدید عینک آفتابی مردانه برای سال ۱۴۰۲ به طور قابل توجهی دارای تنوع است و همان‌طور که انتظار می‌رود، محبوب‌ترین آنها گران‌ترند. با این حال قیمت‌ها برای بسیاری از خریداران نگران‌کننده نیست و به دنبال آپشن‌های بیشتری از این اکسسوری هستند. اغلب فکر می‌کنیم که برخی از برندها بدون هیچ دلیل خاصی گران‌تر از بقیه‌اند. اما مدل‌هایی که قصد معرفی آنها را داریم نه به دلیل قیمت، بلکه به خاطر طراحی، کیفیت لنز، مواد استفاده شده و نظرات خریداران، رده‌های برتر را به خود اختصاص داده‌اند.

کلاسیک اما جذاب

برندهای مطرح عینک آفتابی به طور تصادفی تبدیل به یک نماد مد و ترند نشده‌اند. چرا که هر سال مدل‌های جدید خود را با روندهای مد سازگار می‌کنند. آنها می‌دانند که مدل‌های اصلی و رنگارنگ یا کلاسیک را چطور هوشیارانه با ذائقه خریداران خود به روز کنند تا باب میل هر سلیقه‌ای باشد. مثلاً یک مدل کلاسیک در نسخه کمی به روز شده (ری‌بن) که شامل لنزهای غیر پلاریزه، قاب پلاستیکی با کیفیت، در سایز کمی کوچک با ظاهری ساده است، جزو پرمخاطب‌ترین مدل‌های ۱۴۰۲ به شمار می‌آید. در عین حال لنزهای گرادیان به ارائه وضوح بهتر و دید طبیعی‌تر کمک می‌کنند. رنگ‌های مختلفی از این مدل با توجه به سلیقه‌های متفاوت در بازار عرضه شده است.

یک مدل برای همه چهره‌ها

عینک آفتابی «مری یونیسکس» از جنس آلومینیومی و شیشه پلاریزه، طوری طراحی شده که هم برای مردان و هم زنان مناسب است. لنز پلاریزه این عینک‌ها برای کاهش تابش خیره کننده از سطوح و هنگام بارش باران، برف و مه در جاده، ایده آل است. همچنین برای بازگرداندن رنگ‌های واقعی، محافظت کامل از چشم‌ها و از بین بردن بازتابش و پراکندگی نور، انتخابی عالی به شمار می‌آید. این عینک زیبا برای ایجاد راحتی بیشتر و وضوح دید عالی، انتخابی ویژه است و از دیگر ویژگی‌هایش، طراحی جدید آن است؛ طوری که روی هر مدل چهره‌ای (مرد یا زن) به راحتی می‌نشیند و ظاهری باکلاس‌تر به ارمغان می‌آورد. از این عینک آفتابی، در هنگام فعالیت‌هایی مانند دویدن، ماهیگیری، رانندگی، پیاده روی، کوهنوردی و اسکی استفاده می‌شود.

نیم فریم با آپشن پلاریزه

«ورمی پرو» عینک آفتابی مردانه مدل نیم فریم، به لطف قاب پلی کربنات محکم، لنزهای آینه‌ای رنگی، پدهای بینی سلیکونی نرم و لولاهای فلزی بزرگ، کیفیت و دوام بی‌نظیری را ارائه می‌دهد. قاب این مدل عینک‌ها که فقط بخش بالایی شیشه را دربر می‌گیرد آنقدر سبک است که اصلاً روی صورت حس نمی‌شود. دسته‌های براق و استحکام قاب آن تضمینی بر استفاده طولانی مدت از آن است! این مدل در شش رنگ مختلف با قابلیت پلاریزه، نهایت محافظت را برای چشم به ارمغان می‌آورد.

چوبی دست ساز

فریم چوبی دست ساز، مهم‌ترین ویژگی برخی از عینک‌های آفتابی جدید «AndWood» است؛ قاب چوبی، مناسب برای همه چهره‌ها، با لنزهای پلاریزه که محافظت ۱۰۰درصدی از چشمان شما در برابر اشعه‌های مضر UVA/UVB را انجام می‌دهد. از آپشن‌های برجسته این عینک مردانه و زنانه بودن آن است. عینک‌های آفتابی چوبی برای تمام فصول و هر موقعیتی مناسبند؛ به خصوص برای رانندگی، خرید، عکس گرفتن و ساحل. جنس چوب بامبوی این عینک‌های آفتابی از نظر ماندگاری و کیفیت مانند چوب‌های سخت افرا، آبنوس و گردو است. در عین داشتن دوام و استحکام، سبک و راحتند و لولاهای و مواد به کار رفته در آنها از مواد طبیعی و ارگانیک با قابلیت تجدیدپذیری و عاری از عناصر مضر و سمی است. کیفیت همه اجزای این عینک آفتابی به قدری بالاست که سال‌ها می‌توان از آن استفاده کرد. شیشه‌های این عینک آفتابی با طراحی ویژه، هم پلاریزه و هم تیره‌اند. بنابراین حتی اگر در شرایط نور شدید از آن استفاده کنید، محافظت حداکثری در برابر UVA/UVB خواهید داشت.

عینکی نه چندان گران

عینک‌های آفتابی مد روز در سال ۱۴۰۲ از برخی برندهای نه چندان مشهور مثل وردیکت هم، دارای ویژگی‌های زیادی است؛ از اهمیت دادن به گرایش و سلیقه شخصی گرفته تا مد روز و هماهنگی با استایل فرد. هر سلیقه و هر نیازی که داشته باشید به هر حال یک عینک آفتابی با کیفیت باید بخشی از کمد لباس شما را اشغال کند. بیشتر برندهای محبوب عینک آفتابی در مقایسه با مارک‌های کمتر شناخته شده گران‌ترند. با این حال، اکثر عینک‌ها چه برند شناخته شده باشند و چه مارک‌های کمتر شناخته شده، با شیشه‌هایی درجه یک عرضه می‌شوند، چرا که برای محافظت از چشمان شما یک وسیله ضروری به شمار می‌آیند.

مدل هوانوردی؛ هم باکلاس، هم بادوام

یکی از برندهای مطرح عینک آفتابی یعنی «دودوما» به تولید مدل کلاسیک هوانوردی روی آورده است. عینک‌های هوانوردی از ترندهای مناسب برای مردان و زنان در سال ۱۴۰۲، محافظ کامل چشمان شما در برابر اشعه‌های مضر خورشید همچون UVB و UVA و حتی UV۴۰۰ به شمار می‌آید. به این معنی که می‌تواند اشعه‌های نور مضر به کوچکی ۴۰۰ نانومتر را مسدود کند. این عینک از شیشه‌های پلی کربنات با کیفیتی بالا ساخته شده که وضوح دید کاملی به ارمغان می‌آورد. علاوه بر این، شیشه‌های آن از «وو-Revo» ضدضربه و ضدخش است. قاب این عینک‌ها از مواد مرغوب فلزی و با تکنیک‌های خاص طراحی شده که آن را بادوام و نشکن ساخته است.





گاهی اوقات خشم زیاد باعث بروز سکنته‌های قلبی شده و حتی جان ما را به خطر می‌اندازد. برای شناخت بهتر این حس و کنترل آن، باید بدانیم وقتی عصبانی می‌شویم چه اتفاقی در بدن‌مان می‌افتد.

درست بالای ساقه مغز داخل مخچه ساختارهای پیچیده‌تری از جمله آمیگدال وجود دارد. آمیگدال در مرکز مغز واقع شده است، این بخش در موقعیت مناسبی برای تفسیر محرک‌ها و سپس ارتباط مستقیم آن با عملکردهای بدن شما قرار دارد



چرا در زمان خشم بی‌محابا حرف می‌زنیم؟

« هانتسینگر» متخصص علوم روانشناسی، در تحقیقات خود بیان کرده است که خشم در مقایسه با حالت‌های خنثی یا غم‌انگیز منجر به تجلی صریح‌تری از نگرش‌های ضمنی می‌شود. او معتقد است خشم مانند شادی است و تأثیری مشابه دارد، به این معنا که هم شادی و هم خشم اعتماد به نفس ما را افزایش می‌دهند. افرادی که از حالات عاطفی خود مطمئن هستند، نسبت به کسانی که کمتر از خود اطمینان دارند، تمایل بیشتری به ابراز عقاید واقعی و احساسات درونی خود دارند. از این‌رو افراد خشمگین صادقانه‌تر سخن می‌گویند و بی‌محابا با طرف مقابل با لحن بد حرف می‌زنند. خشم باعث افزایش انزجارهای لحظه‌ای می‌شود و به مغز ما فرمان می‌دهد تا صادقانه حس انزجار را به طرف مقابل نشان دهیم تا زمانی که خشم ما فروکش کرده و کنترل مغزمان را بار دیگر به دست بگیریم. به همین دلیل است که زوجها هنگام بروز دعوا از کلماتی استفاده می‌کنند که گاهی اوقات می‌تواند بسیار ناراحت‌کننده و مخرب باشد و با پایان خشم و پس از ادای کلمات ناراحت‌کننده رابطه زوجین مثل سابق نخواهد بود. اما راه‌هایی برای کنترل خشم وجود دارد. با کنترل خشم می‌توان از بروز دردهای بعدی و مخرب جلوگیری کرد.

مدیریت خشم: ۱۲ نکته برای مهار خشم کنترل خلق و خو می‌تواند چالش برانگیز باشد. برای کنترل خشم می‌توان از این نکات ساده استفاده کرد. برای کنترل خشم خود آماده‌اید؟ با تمرین این ۱۰ نکته شروع کنید. دانستن این نکات خوب است اما فقط تمرین این نکات است که موجب نهادینه شدن آنها و کارآمدی‌شان می‌شود.

عصبانیت چرا و وقتی عصبانی هستیم رک حرف می‌زنیم؟

راهکارهایی برای کنترل عصبانیت قبل از اینکه کار دست‌مان بدهد

آرزوکیهان / آیا تا به حال به حدی عصبانی شده‌اید که مثل شخصیت‌های کارتون‌ی از گوش‌هایتان دود بیرون برزند و حرکت پرجوش و خروش خون‌تان را زیر پوستتان احساس کنید؟ تصور کنید که در یک بزرگراه در حال رانندگی هستید و شخصی به‌سرعت و به‌صورت خطرناک از شما سبقت می‌گیرد. شما به احتمال زیاد عصبانی می‌شوید و اعتراض خود را با بوق زدن نشان می‌دهید. خشم یک احساس رایج و حتی سالم است، اما مهم است که با آن به شیوه‌ای مثبت برخورد کنید. عصبانیت کنترل نشده می‌تواند بر سلامت جسم و روابط ما تأثیر بگذارد. گاهی اوقات خشم زیاد باعث بروز سکنته‌های قلبی شده و حتی جان ما را به خطر می‌اندازد. برای شناخت بهتر این حس و کنترل آن، باید بدانیم وقتی عصبانی می‌شویم چه اتفاقی در بدن‌مان می‌افتد. درست بالای ساقه مغز داخل مخچه ساختارهای پیچیده‌تری از جمله آمیگدال وجود دارد. آمیگدال در مرکز مغز واقع شده است، این بخش در موقعیت مناسبی برای تفسیر محرک‌ها و سپس ارتباط مستقیم آن با عملکردهای بدن شما قرار دارد. بنابراین، ابتدایی‌ترین احساسات که برنقاطی مانند نفس و ضربان قلب شما تأثیر می‌گذارند همه توسط آمیگدال کنترل می‌شود. این شامل عصبانیت هم می‌شود. در این پروسه هومورن «نورایی نفرین» وارد جریان خون می‌شود. این هورمون باعث افزایش فشارخون و تعداد ضربان قلب می‌شود. به این ترتیب در حالی که خون به دست و پای شما هجوم می‌آورد صورتان نیز از شدت عصبانیت قرمز می‌شود. ما در زمان عصبانیت بسیار صادقانه سخن می‌گوییم چون میزان اعتماد به نفس‌مان به شدت افزایش می‌یابد.



۱ قبل از صحبت کردن فکر کنید. گفتن چیزی که بعداً از آن پشیمان می‌شوید، آسان است. قبل از گفتن هر چیزی چند لحظه وقت بگذارید و افکار خود را جمع و جور کنید. به دیگران هم که درگیر این موقعیت هستند اجازه دهید همین کار را انجام دهند.

۲ هنگامی که آرام شدید، نگرانی‌های خود را بیان کنید. پس از آنکه کمی آرام شدید نگرانی‌های خود را بیان کنید، ناامیدی خود را به شیوه‌ای قاطعانه اما بدون تقابل مطرح کنید. نگرانی‌ها و نیازهای خود را واضح، مستقیم و بدون آسیب رساندن به دیگران بیان کنید.

۳ کمی ورزش کنید. فعالیت بدنی می‌تواند به کاهش استرسی که باعث عصبانیت شما شده کمک کند. اگر احساس می‌کنید عصبانیت‌تان در حال افزایش است، به پیاده‌روی یا دویدن سریع بروید. یا مدتی را صرف انجام سایر فعالیت‌های بدنی لذت بخش کنید.

۴ تایم اوت بگیرید. تایم اوت فقط برای بچه‌ها نیست. در ساعاتی از روز که معمولاً استرس را هستند، به خود استراحت دهید. چند لحظه سکوت ممکن است به شما کمک کند که آمادگی بیشتری داشته باشید تا بدون عصبانی شدن از عهده کارهای پیش رو برآیید.

۵ راه‌حل‌های ممکن را شناسایی کنید. به جای تمرکز بر چیزی که شما را عصبانی کرده، روی حل و فصل موضوع کار کنید. آیا اتاق نامرتب فرزندتان شما را ناراحت می‌کند؟ در را ببندید. آیا شریک زندگی شما هر شب برای شام دیر می‌کند؟ وعده‌های غذایی را بعدازظهر برنامه‌ریزی کنید یا موافقت کنید که چند بار در هفته خودتان غذا بخورید. این مهم است که بدانید برخی چیزها به سادگی خارج از کنترل شما هستند. سعی کنید درباره آنچه می‌توانید تغییر دهید و آنچه نمی‌توانید تغییر دهید واقع بین باشید. به خودتان یادآوری کنید که عصبانیت چیزی را درست نمی‌کند و ممکن است آن را بدتر کند.

۶ از جملات «من» استفاده کنید. انتقاد یا سرزنش کردن تنها ممکن است تنش را افزایش دهد. در عوض، از عبارات «من» برای توصیف مشکل استفاده کنید. محترمانه و خاص باشید. به‌عنوان مثال، به جای «شما هیچ وقت کار خانه انجام نمی‌دهید»، بگویید: «از اینکه میز را ترک کردی بدون اینکه به من درجمع‌آوری غذا کمک کنی، ناراحتم».

۷ کینه به دل نگیرید. بخشش یک ابزار قدرتمند است. اگر به خشم و سایر احساسات منفی اجازه دهید احساسات مثبت را از بین ببرند، ممکن است در تلخی احساس بی‌عدالتی بلعیده شوید. بخشیدن کسی که شما را عصبانی کرده ممکن است به شما کمک کند تا هم از موقعیت درس بگیرید و هم رابطه خود را تقویت کنید.

۸ از شوخ طبعی برای رهایی از تنش استفاده کنید. روشن شدن موضوع می‌تواند به پراکندگی تنش کمک کند. از شوخ طبعی استفاده کنید تا به شما کمک کند با چیزی که شما را عصبانی می‌کند و یا هر اتفاق غیرواقع بینانه‌ای که احتمال می‌دهید رخ دهد، روبه‌رو شوید. با این حال از طعنه زدن به طرف مقابل پرهیز کنید زیرا می‌تواند به احساسات آسیب برساند و اوضاع را بدتر کند.

۹ مهارت‌های تمدد اعصاب را تمرین کنید. وقتی عصبانیت شما شعله ور شد، مهارت‌های مربوط به کسب آرامش را به کار بگیرید. تمرینات تنفس عمیق را انجام دهید، یک صحنه آرامش بخش را تصور کنید، یک کلمه یا عبارت آرامش بخش را تکرار کنید، مانند «آرامش داشته باش». همچنین می‌توانید به موسیقی گوش دهید، چیزی بنویسید یا چند حرکت ورزشی کششی انجام دهید، هر کاری که برای پیدا کردن آرامش لازم است انجام دهید.

۱۰ بدانید چه زمانی باید کمک بگیرید. یادگیری کنترل خشم گاهی می‌تواند چالش برانگیز باشد. در هر صورت، اگر عصبانیت شما خارج از کنترل به نظر می‌رسد و باعث می‌شود کارهایی انجام دهید که پشیمان می‌شوید، بهتر است از یک متخصص، کمک حرفه‌ای بگیرید.

۱۱ کمی قدم بزنید. قدم زدن می‌تواند به آرام کردن اعصاب شما و کاهش خشم کمک کند. پیاده روی یا دوچرخه سواری کنید یا هر کاری که احساس می‌کنید قادر است شما را به حالت عادی بازگرداند، مثل شیرینی پزی یا آشپزی یا رسیدگی به گلدان‌ها یا باغچه.

۱۲ صحبت کردن را متوقف کنید. هنگامی که عصبانی هستید، ممکن است وسوسه شوید که کلمات خشنی را به زبان آورید، اما این کار فقط به شما آسیب می‌رساند. صحبت نکردن هنگام عصبانیت به شما زمان می‌دهد تا افکار‌تان را جمع کنید.



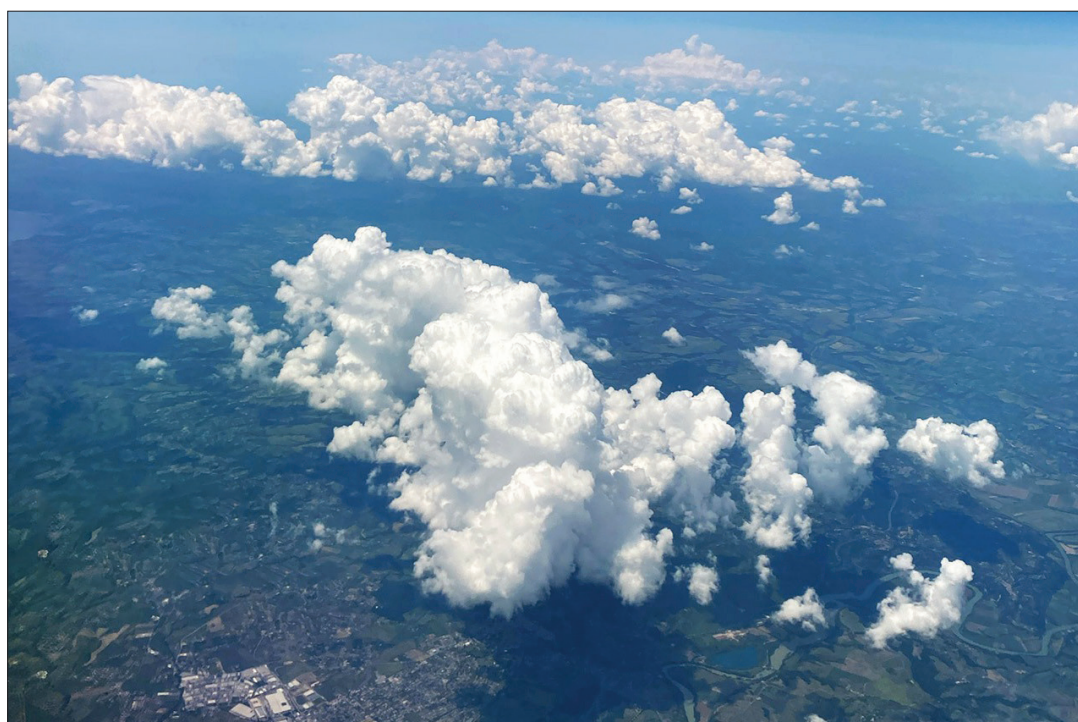
نگاه عکاسانه به روایت‌های روزانه

من بیشتر باده
و سفید می بینم و
انتزاع آن را دوست
دارم.
مری الین مارت

تهیه و تنظیم: کاوس صادق‌قلو



▲ شالیزار در خرم‌آباد/ عکس: فریبا طرحانی/ خبرگزاری ایرنا



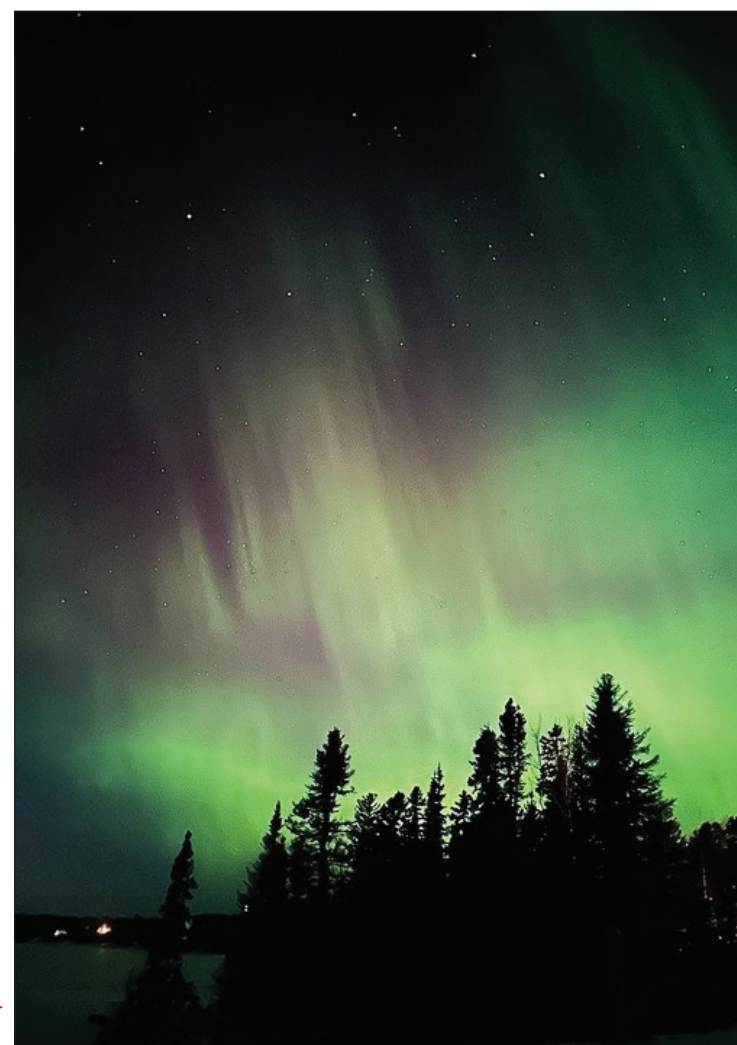
▲ پرسه در میان ابرها/ عکس: فرناز دمنابی/ خبرگزاری میزان



▲ فینال تنیس فیوچرز تهران ۲۰۲۳/ عکس: عرفان کوچاری/ خبرگزاری تسنیم



▲ تمرین تیم ملی والیبال ساحلی در کمپ تیم‌های ملی والیبال
عکس: پیام ثانی/ خبرگزاری ایرنا



▲ شفق قطبی انتاریو کانادا
عکس: زهره ابراهیمی/ خبرگزاری میزان

پرونده خوانی

جنایت

به خاطر تصاحب ثروت شوهر

کامران علمدهی

روزنامه‌نگار

ساعت، ۹ شب پنجشنبه را نشان می‌داد که کارآگاه کریمی خسته از یک روز پرکار وسایلش را جمع کرد تا از اداره بیرون برود قرار بود آن شب با بقیه فامیل در خانه پدرش دورهم باشند اما در همین موقع

تلفن همراهش زنگ خورد.

وقتی تلفن را جواب داد صدای سرهنگ مافوقش را شنید که درمورد پرونده قتل تاجر سرشناس کاغذ سؤال کرد.

سرگرد کریمی گفت: جناب سرهنگ در حال پیگیری پرونده هستیم اما راستش را بخواهید می‌خواستم الان به خانه پدرم بروم که شما تماس گرفتید.

سرهنگ امیری با لحنی جدی گفت: یک نفر را کشته‌اند و شما به فکر میهمانی خانوادگی هستید؟ خیلی سریع کار را شروع کن با پرونده پیچیده‌ای رو به رو هستیم.

سرگرد جواب داد: اطاعت قربان.

بعد هم پیامکی با این محتوا برای همسرش فرستاد: کار مهمی پیش آمده منتظر من نمانید نمی‌توانم بیایم.

سرگرد بلافاصله با معاونش سروان حسینی تماس گرفت و گفت: با پرونده قتل تاجر کاغذ بیا به اتاق من.

چند دقیقه بعد سروان حسینی با پرونده‌ای در دست وارد اتاق سرگرد شد و آن را روی میز گذاشت.

سرگرد شروع به خواندن شرح ماوقع کرد. گزارش اولیه حاکی از آن بود که مرد تاجر در محل کارش به قتل رسیده و به گاوصندوق نیز دستبرد زده‌اند اما سرگرد بعد از خواندن پرونده گفت: سروان یا این گزارش دقیق نیست یا من متوجه یک موردی نمی‌شوم.

بعد دوباره با دقت بیشتری پرونده را مرور کرد؛ سن

قربانی، وضعیت مالی او، ساعت وقوع جنایت، آلت قتاله، سرقت از گاوصندوق، اظهارات همسر مقتول و... در همین لحظه چشم‌های سرگرد برقی زد و با پشت دست ضربه‌ای به برگه‌های کاغذ زد و گفت: اظهارات همسر مقتول متناقض و شک برانگیز است. ضمن اینکه خانه مقتول بازرسی نشده است.

سروان حسینی به میز سرگرد نزدیک شد و در حالی که نوشته‌ها را می‌خواند، گفت: جناب سرگرد من تناقض خاصی در اظهاراتش نمی‌بینم ضمن اینکه این زن در شرایط روحی خوبی نبوده و... سرگرد حرف‌های او را قطع کرد و گفت: این زن به اطلاعاتی اشاره کرده که هیچکسی غیر از مقتول نمی‌توانسته با این جزئیات از آن خبر داشته باشد.

سرگرد پرونده را بست و همان‌طور که روی صندلی‌اش نشسته بود چرخ‌ی زد و از پشت پنجره خیابان را نگاه کرد و نفس عمیقی کشید بعد گفت: تناقض و داستان‌پردازی در تک تک جملاتش موج می‌زند... عقربه ساعت ۲ بامداد را نشان می‌داد و سرگرد همچنان فکرش درگیر پرونده بود تا اینکه بالاخره تصمیمش را گرفت و گفت: باید همسر مقتول را بازداشت کنیم. من مطمئنم یا خودش قاتل است یا همدست قاتل.

اما پس از تماس با بازپرس پرونده نتوانست او را برای صدور دستور

بازداشت زن مقتول مجاب کند. بازپرس گفت: من نمی‌توانم بدون مستندات چنین دستوری بدهم با این حال برای رسیدن به حقیقت مجوز ورود به منزل مقتول را برایت صادر می‌کنم، امیدوارم سرخ محکمه‌پسندی به دست بیاوری. ساعت ۷:۳۰ صبح بود که سرگرد کریمی به اتفاق معاونش و همین‌طور دو نفر از همکارانش به منزل مقتول رفتند. قبل از آنکه زنگ در را بزنند سرگرد به معاونش گفت با همسر مقتول تماس بگیر و از او بپرس که خبر جدیدی دارد یا خیر؟

سروان حسینی هم تماس گرفت و همسر مقتول با اعتماد به نفس کامل جواب داد: نه خبر جدیدی ندارم اما از شما خواهش می‌کنم هرچه زودتر قاتل بی‌رحم همسرم را پیدا کنید و ما را هم در جریان قرار دهید.

چند لحظه بعد سرگرد زنگ

خانه مقتول را زد

وقتی همسر مقتول

جواب داد با شنیدن

صدای سرگرد انگار

دستپا چه شده

بود پرسید که چرا

به آنجا رفته‌اند؟

سرگرد گفت:

برای بازرسی خانه

آمده‌ایم و مجوز

ورود هم داریم.

یک ربع طول

کشید تا فریبا در

را باز کرد. سرگرد با

نگاهی معنادار به

سروان حسینی گفت: مطمئنم که در حال مخفی کردن چیزی است. سروان حسینی گفت: قربان شاید لباس و خانه‌اش نامرتب بوده و خواسته آن را مرتب کند. بالاخره در خانه باز شد و تیم جنایی وارد خانه شد. سرگرد کریمی به همکارش گفت: از جلوی در تکان نخور و حواست هم به ورود و خروج‌ها و کل ساختمان باشد. بعد هم با دونفر از همکارانش راهی طبقه چهارم شدند.

پس از ورود به خانه مأموران شروع به بازرسی خانه کردند اما هنوز چنددقیقه‌ای نگذشته بود که مأموری که قرار بود جلوی در ساختمان مراقب اوضاع باشد در حالی که کیسه پلاستیکی مشکی رنگی همراهش بود، وارد خانه شد و سرگرد کریمی را صدا زد و آرام در گوشش گفت: چند ثانیه پس از ورودتان به ساختمان این کیسه

از پنجره طبقه چهارم به میان شمشادهای کنار پیاده

رو پرتاب شد.

سرگرد کیسه را باز

کرد و دید کاردی

خون آلود با دسته

شکسته، مقداری

طلا و

جواهرات، تعداد زیادی چک و سفته به همراه شناسنامه همسر مقتول و چند سند دیگر داخل کیسه است. سرگرد به داخل آپارتمان برگشت و بعد از چند دقیقه به همسر مقتول گفت: شناسنامه‌ات را بیاور.

او هم با خونسردی گفت: چشم الان می‌آورم.

دقایقی گذشت و از شناسنامه خبری نشد این بار سرگرد با لحنی تند گفت: خانم دنبال چی می‌گردی شناسنامه‌ات توی جیب من است! زن در حالی که نمی‌خواست قافیه را بیازد جواب داد: من نمی‌دانم راجع به چی حرف می‌زنید. شما شناسنامه‌ام را خواستید و من هم دارم می‌گردم تا پیدا کنم.

سرگرد دست در جیبش کرد و گفت: این مگر شناسنامه شما نیست؟

زن میانسال در حالی که شوکه شده بود آب دهانش را قورت داد و با تعجب گفت: بله، ولی دست شما چه کار می‌کند؟

سرگرد جواب داد: خانم شما

چندان هم باهوش و زرنگ

نیستید شما چند دقیقه پیش

هرآن چیزی که فکر می‌کردی

ممکن است راز جنایتت را فاش

کند به خیابان انداختی. در واقع

شما در اظهارات اولیه‌ات سرخ

مهمی به دست پلیس دادی اگر

باهوش بودی در اظهاراتت تا این

اندازه اطلاعات دقیق از آنچه در

گاوصندوق شوهرت

بود نمی‌دادی!

زن میانسال که

شوکه شده بود

ناگهان شروع به

گریه کرد و گفت: با پسرم کاری نداشته باشید همه گناه‌ها تقصیر من است من از او خواستم کمکم کند تا شوهرم را بکشم من مجبور شدم او را بکشم چون دیگر از دست کارهایش خسته شده بودم. بعد در حالی که هق‌هق می‌کرد، گفت: من یکبار در زندگی طعم شکست را چشیده بودم و فکر می‌کردم اگر دوباره ازدواج کنم همه چیز درست می‌شود، اما بار دوم هم شانس نداشتم و مردی نصیبم شد که مشکلات اخلاقی‌اش از چشم هیچکس پنهان نمانده بود. هربار هم که اعتراض می‌کردم می‌گفت همینی که هست اگر نمی‌خواهی وسایلت را جمع کن و برو. اما دیگر تحمل این شکست را نداشتم. به همین خاطر نقشه قتل او را کشیدم. شب حادثه هم به دفتر او رفتم و بعد از کشتن شوهرم با به هم ریختن وسایل و سرقت محتویات گاوصندوق می‌خواستم طوری نشان دهم که شوهرم قربانی یک سرقت خونین شده است.

با اعتراف صریح همسر مقتول، سرگرد که انگار بار سنگینی از دوشش برداشته شده بود با سرهنگ امیری تماس گرفت و گفت: پیرو دستور شما قاتل شناسایی و دستگیر شد.

بعد از تحقیقات تکمیلی و دستگیری پسر جوان مشخص شد که این زن به خاطر تصاحب اموال شوهر ثروتمندش دست به این جنایت زده و مسائلی که در خصوص مشکلات اخلاقی و فساد مقتول مطرح کرده بود فقط داستان‌پردازی و توجیه این جنایت هولناک بوده است.

نگاه کارشناس

معیارهای اشتباه برای ازدواج دوم

فریبا همتی

روانشناس

ازدواج دوم برای زن یا مرد اگر بر اساس معیارهای صحیح و شرایط عقلانی و منطقی صورت نگرفته باشد به طور معمول سرانجام خوشی نخواهد داشت. همان‌طور که می‌دانیم اغلب زنان پس از جدایی از همسر اول خود یا مرگ وی به دلایلی تن به ازدواج دوم می‌دهند.

شاید بتوان گفت مهم‌ترین این دلایل رها شدن از تنهایی و داشتن آینده‌ای مطمئن و البته پشتیبان مالی و حامی است.

اما باید بدانیم که ازدواج کردن با هدف بهره‌گیری از ثروت یا موقعیت خانوادگی همسر، ضدارزش و نکوهیده شمرده شده و به نوعی آفت نهاد خانواده و زمینه‌ساز فروپاشی آن است. در ازدواج‌هایی که به خاطر ثروت یا

شهرت رخ می‌دهد و شناخت و علاقه نقش چندانی نداشته باشد چنانچه مرد یا زن بعد از مدتی متوجه شود که نمی‌تواند به هدف خود برسد بتدریج یا دچار سرخوردگی و مشکلات روحی و افسردگی می‌شود یا به دنبال راهی خواهد بود که بتواند به هدفش به هر طریق دست پیدا کند.

همانند پرونده‌ای که مورد بازخوانی قرار گرفت و زن میانسال که برای فرار از

تنهایی و داشتن حامی مالی با مردی ثروتمند و تاجر ازدواج کرده بود وقتی دریافت شوهرش توجهی به او ندارد و خواسته‌های او را برآورده نمی‌کند بدترین راه یعنی نقشه قتل او را طراحی کرد و نه تنها زندگی خودش بلکه آینده پسر جوانش را نیز بریاد داد.

از سوی دیگر می‌بینیم که این زن حتی وقتی مجبور به اعتراف می‌شود باز هم دست به پنهانکاری زده و علت و

انگیزه‌اش از این جنایت را بی‌اخلاقی شوهرش عنوان می‌کند تا طمع و ترس خود از بی‌نصیب ماندن از اموال شوهرش را برملا نکند. نگاهی به این پرونده و پرونده‌های مشابه دیگری که در مراجع قضایی و انتظامی مطرح است بیش از پیش اهمیت یک ازدواج صحیح یا به عبارتی یک انتخاب آگاهانه، عاقلانه و منطقی را نشان می‌دهد.



● حادثه در حادثه

مرگ بانوی گردشگر
در آبشار ویسادر

یک خانم ۴۳ ساله هنگام بازدید از آبشار ویسادر در بخش پره سر رضوانشهر به دلیل بی‌احتیاطی جان خود را از دست داد . رئیس اورژانس پیش بیمارستانی و مدیریت حوادث شهرستان رضوانشهر گفت: این گردشگر اهل سیاهچال اسالم بود که با خانواده‌اش برای گردش و تفریح به آبشار ویسادر در بخش پره سر این شهرستان رفته اما از بالای آبشار به پایین سقوط کرد و جان خود را از دست داد.

● حوادث جهان

۱۳ کشته

در واژگونی اتوبوس پاکستانی

حادثه واژگونی یک دستگاه اتوبوس مسافبری در بزرگراهی در استان «پنجاب» دست‌کم ۱۳ کشته برجا گذاشت. به گزارش «اینديا تودی»، این اتوبوس با ۳۴ مسافر از «لاهور» به سمت «راولپندی» در حال حرکت بود که به علت نقص در ترمز دچار حادثه و واژگون شد. در میان قربانیان این حادثه پنج زن و سه کودک وجود داشت. همچنین ۲۵ نفر دیگر هم در این تصادف زخمی شده‌اند.

دستگیری ۱۴ نفر

پس از غرق شدن قایق مهاجران



پلیس پاکستان اعلام کرد که ۱۴ متهم به قاچاق مهاجران غرق شده در یونان را دستگیر کرده است. به گزارش رویترز؛ چهارشنبه هفته گذشته حدود ۳۰۰ مهاجر که بیشترشان پاکستانی بودند در اثر واژگونی و غرق شدن قایق در یکی از مرگبارترین بلایای دریایی اروپا در سال‌های اخیر جان خود را از دست دادند. دفتر نخست‌وزیر پاکستان شهباز شریف در بیانیه‌ای اعلام کرد که دولت پاکستان دستور تحقیقات در سطح بالا در مورد یک باند قاچاق انسان را صادر کرده است. طاهر محمود قریشی، یک افسر ارشد پلیس پاکستان به رویترز گفت: ۱۴ نفر مظنون در رابطه با قاچاق انسان دستگیر شده‌اند. گزارش‌های شاهدان نشان می‌دهند که بین ۴۰۰ تا ۷۵۰ نفر در قایق ماهیگیری که در ۸۰ کیلومتری شهر پیلوس در جنوب یونان غرق شده بود، نشسته بودند.

مسافر در هواپیما را باز کرد

یک مسافر برزیلی درهای اضطراری هواپیما را در آسمان باز کرد. اقدام این مسافر منجر به وحشت مسافران حاضر در داخل هواپیما شد. این حادثه روز دوشنبه در فاصله ۳۰ دقیقه پس از بلند شدن هواپیما از ساؤلوئیس به سالوادور رخ داد. یکی از مسافران این حادثه را با دوربین تلفن همراه خود ثبت کرد. خوشبختانه خلبان موفق شد این هواپیما را سالم بر زمین بنشانند. بازرسان فرودگاه تحقیقات در مورد این حادثه را آغاز کرده‌اند. گفته می‌شود که اعضای گروه خواننده محبوب آمریکایی جنوبی تیری از مسافران هواپیمای مربوطه بودند.

دستگیری عامل شهادت
مامور فراجا

گروه حوادث/ عامل اصلی شهادت مأمور فراجا، استوار دوم «مرتضی خانی بندانی» در شهرستان نیکشهر دستگیر شد. سردار دوستعلی جلیلیان فرمانده انتظامی سیستان و بلوچستان در تشریح این خبر گفت: فروردین سال ۱۳۹۸ استوار دوم «مرتضی خانی بندانی» حین انجام مأموریت در یکی از روستاهای شهرستان نیکشهر توسط گروهک معاند به درجه رفیع شهادت نائل آمد. با تلاش شبانه روزی یکی از اشرار مسلح و عامل شهادت شهید «خانی بندانی» شناسایی و پس از رصد و اقدامات شبانه روزی در یک عملیات غافلگیرانه، دستگیر و خودروی پژو ۴۰۵ متهم نیز توقیف شد.

فرزندان مقتول دیه مادرشان
را به خیریه بخشیدند

گروه حوادث/ فرزندان زن میانسالی که ۷ سال قبل به قتل رسیده بود، در حالی از قصاص قاتل مادرشان گذشتند که قرار شد دیه فراهم شده از سوی مرد زندانی را به یک مرکز خیریه اهدا کنند.

و درخواست قصاص داد اما پس از صدور حکم قصاص در حالی که پرونده با تأیید قضات دیوان‌عالی کشور برای اجرا به دادسرای امور جنایی تهران رفته بود، با گذشت ۷ سال از جنایت، چندین جلسه صلح و سازش در دادسرای امور جنایی برگزار شد و خانواده مرد زندانی از وکیل اولیای‌دم خواستند در قبال دریافت دیه رضایت دهند تا سرانجام سه فرزند مقتول اعلام کردند تنها برای رضای خدا قاتل را می‌بخشند و قرار شد ۶۰۰ میلیون تومانی را که خانواده محکوم فراهم کرده‌اند به حساب یک خیریه واریز کنند تا به نیازمندان کمک شود. با گذشت اولیای‌دم، مرد جوان بزودی از جنبه عمومی جرم در دادگاه کیفری استان محاکمه خواهد شد.

به گزارش خبرنگار حوادث «ایران»، مرد زندانی که در سال ۹۵ زن میانسالی را به خاطر سرقت اموالش به قتل رسانده بود، پس از دستگیری مدعی شد راننده مسافربر بوده و هر وقت مقتول نیاز به خودرو داشته او را همراهی می‌کرده اما وقتی متوجه شده است زن میانسال وضع مالی خوبی دارد و تنها زندگی می‌کند و سه فرزندش خارج از کشور هستند، وسوسه سرقت باعث شده است او را به قتل برساند.

با اعتراف متهم به جنایت، وی به بازسازی صحنه قتل پرداخت و در دادگاه کیفری پای میز محاکمه رفت. از آنجایی که سه فرزند مقتول خارج از ایران زندگی می‌کردند، وکیل آنها در دادگاه حاضر شد

محاکمه قاتل به اتهام سرقت اموال مقتول

با همسرم تصمیم گرفتم یکی از دستگاه‌های کارگام را بفروشم. چند روز قبل از ماجرا با مقتول صحبت کردم و فهمیدم او هم می‌خواهد چندین دستگاه قالب‌سازی‌اش را بفروشد که وسوسه شدم و تصمیم گرفتم از کارگاهش سرقت کنم. روز حادثه به او قرص خواب دادم چون دستگاه‌ها سنگین بود و برای حمل آن باید از جرثقیل استفاده می‌کردم دو مالخر را به کارگاهش آوردم و چند دستگاه را فروختم. چند ساعت بعد او از خواب بیدار شد و به ماجرای پی برد می‌خواست با پلیس تماس بگیرد که درگیر شدیم و چند ضربه به سرش زدم. با اعتراف متهم و تکمیل تحقیقات پرونده برای رسیدگی به شعبه دوم دادگاه کیفری یک استان تهران فرستاده شد. در ابتدای جلسه اولیای دم درخواست قصاص کردند. سپس متهم به جایگاه رفت و اتهام قتل عمدی را نپذیرفت و گفت: من قصدم کشتن او نبود فقط می‌خواستم مانع

کامران علمدهی / مرد قالب‌ساز که در جریان سرقت از کارگاه همکاری‌اش او را کشته و به قصاص و حبس محکوم شده بود، بار دیگر محاکمه شد. به گزارش خبرنگار حوادث «ایران»، رسیدگی به این پرونده از یک سال قبل به دنبال کشته شدن صاحب یک کارگاه قالب‌سازی در پاکدشت آغاز شد. کارگر مقتول در توضیح ماجرا به مأموران گفت: وقتی صبح وارد کارگاه شدم جسد صاحبکارم را دیدم که روی زمین افتاده و بیشتر دستگاه‌ها هم سرقت شده بود. مأموران در نخستین گام تحقیقات میدانی را آغاز کردند و پی بردند در نزدیکی محل جنایت یک کارگاه قالب‌سازی دیگر هم فعالیت می‌کند که صاحب آن قصد داشت دستگاه‌های قالب‌سازی‌اش را بفروشد وقتی وی را برای تحقیق و بازجویی بازداشت کردند به قتل اعتراف کرد و گفت: مدتی پیش به خاطر مشکل مالی و اختلاف شدید

کودک گمشده با پهباد پیدا شد

هوایی (پرنده بدون سرنشین) هلال‌احمر استان به محل اعزام شدند. مدیرعامل هلال‌احمر خراسان شمالی تصریح کرد: با تلاش ۱۲ ساعته امدادگران و نجاتگران و استفاده از پرنده بدون سرنشین، پیدا شد. «ابولفضل محبان» مدیرعامل هلال‌احمر خراسان شمالی گفت: ساعت ۲۰:۴۰ شب ۲۷ خرداد گزارشی مبنی بر گم‌شدن یک پسر ۴ ساله در ارتفاعات روستای درصوفیان بجنورد به مرکز پاسخگویی اضطراری ۱۱۲ هلال‌احمر استان اعلام شد و بلافاصله با دریافت گزارش حادثه تیم‌های تخصصی جست‌وجو از جمله تیم جست‌وجوی

کودک ۴ ساله که در ارتفاعات روستایی در بجنورد ناپدید شده بود با تلاش ۱۲ ساعته امدادگران و نجاتگران و استفاده از پرنده بدون سرنشین، پیدا شد. «ابولفضل محبان» مدیرعامل هلال‌احمر خراسان شمالی گفت: ساعت ۲۰:۴۰ شب ۲۷ خرداد گزارشی مبنی بر گم‌شدن یک پسر ۴ ساله در ارتفاعات روستای درصوفیان بجنورد به مرکز پاسخگویی اضطراری ۱۱۲ هلال‌احمر استان اعلام شد و بلافاصله با دریافت گزارش حادثه تیم‌های تخصصی جست‌وجو از جمله تیم جست‌وجوی

زامبی به ایران فرستاده است

تغییر الگوها باید استراتژی ما نیز تغییر کند.وی تصریح کرد: مصرف حشیش در دنیا رتبه اول و تریاک رتبه دوم را دارد. وی درباره اقدامات جمهوری اسلامی ایران در مبارزه با موادمخدر گفت: توجه ایران و ستاد مبارزه با مواد مخدر به این حوزه از اقدامات تحولی دولت سیزدهم بوده است. وی در پاسخ به این سؤال که آیا ماده مخدر زامبی که کشف آن در آمریکا گزارش شده در ایران هم گزارش شده است، گفت: تاکنون موردی از کشف زامبی توسط پلیس و مرکز پژوهش‌ها نداشته‌ایم.

قائم مقام دبیرکل ستاد مبارزه با موادمخدر گفت: ما رتبه اول کشفیات انواع موادمخدر را در سطح جهان داریم و ۹۰ درصد کشفیات تریاک در جهان مربوط به ایران است. علیرضا کاظمی، در نشست خبری صبح دیروز افزود: ۲۸۴ میلیون نفر از جمعیت ۱۵ تا ۶۴ سال در جهان حداقل یکبار و بیشتر مواد مصرف کرده‌اند و سالانه ۵۰۰ هزار نفر به‌دلیل مصرف بیش از حد مواد فوت می‌کنند. افزایش اینترنتی موادمخدر با استفاده از دارک وب و ترویج اسامی فریبنده برای جذب مشتریان جدید در حال جریان است و با توجه به

فیلم ایرانی «voice»؛ برنده جشنواره فیلم «فالودی» مجارستان

ایرنا/ فیلم کوتاه «VOICE» ساخته علی عبداللهی برنده جایزه بهترین کارگردانی بیست‌وپنجمین جشنواره جهانی فیلم «فالودی» مجارستان شد و به نهمین دوره از جشنواره فیلم GBECK کانادا راه یافت.

این جشنواره هر سال یک ارزش ویژه یا معضل اجتماعی را به عنوان مضمون جشنواره در دستور کار قرار می‌دهد.

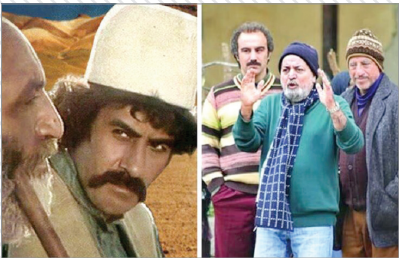
این فیلم کوتاه در تازه‌ترین حضور جهانی خود به نهمین دوره از جشنواره فیلم GBECK FUTURE FILM FESTIVAL کانادا راه یافت.

جایزه اول جشنواره ترانسیلوانیا به یک فیلم ایرانی رسید



ایسنا/ فیلم سینمایی «مثل ماهی روی ماه» ساخته ژرناز حاجی‌ها جایزه بهترین فیلم و جایزه ۱۰ هزار یورووی بیست و دومین جشنواره فیلم ترانسیلوانیا در کشور رومانی را دریافت کرد.فیلم «مثل ماهی رو ماه» که با عنوان «زن، مرد، بچه» نیز شناخته می‌شود، سال گذشته در بخش رقابتی پروکسیمای پنجاه و پنجمین جشنواره فیلم کارلووی واری نیز حضور داشت. بیست و دومین جشنواره فیلم ترانسیلوانیا از ۹ تا ۱۸ ژوئن (۱۹ تا ۲۸ خرداد) در رومانی برگزار شد.

دوست داریم «پایتخت» و «روزی روزگاری» را ادامه دهیم



مدیرکل دفتر فیلمنامه صداوسیما درباره سیاست دنباله‌سازی در تلویزیون گفت: خیلی دلمان می‌خواهد دو سریال «روزی روزگاری» و «پایتخت» را ادامه بدهیم.به گزارش ایرنا، حسین اسدی‌زاده افزود: گروه نگارش سریال پایتخت پیش من نیامده‌اند و هنوز با هم درباره ادامه‌اش حرف نزده‌ایم. اسدی‌زاده با اعلام این خبر که با راه‌اندازی دفتر فیلمنامه صداوسیما، شوراهاى چندگانه حذف شده است، ادامه داد: شورای بررسی اولیه و ثانویه و میانی حذف شده و الان اصلاً شورایی وجود ندارد. ناظرها را با نویسنده‌ها همراه کرده‌ایم که هر نکته‌ای دارند بگویند.

برنامه‌ای به اسم «مسابقه»

کامران علمدهی/ از کودکی تا نوجوانی و بزرگسالی نام مسابقه همواره با شور و شوق و هیجان پیوند خورده است. به تعبیر دیگر حتی وقتی در جمع خانوادگی قرار به برگزاری مسابقه‌ای می‌گذاریم، بلافاصله حس رقابت همراه با نشاط به سراغمان می‌آید حتی به صورت ناخودآگاه ضربان قلب‌مان هم ما را همراهی می‌کند و می‌خواهیم که با شرکت‌کننده پیروز آن مسابقه باشیم یا طرفدار یکی از شرکت‌کنندگان آن. اما چرا وقتی می‌خواهیم ببینند یک مسابقه تلویزیونی از شبکه‌های داخلی باشیم، نه تنها شور و شوقی در ما ایجاد

نمی‌شود بلکه حتی در ریتم ضربان قلب‌مان هم تغییری ایجاد نمی‌کند؟! مسابقات تلویزیونی تقریباً از اوایل دهه ۷۰ در کشور ما شکل جدی به خود گرفت اما در ادامه مسیر نتوانست به موفقیت‌های چندانی دست پیدا کند که دلایل متعددی باعث عدم تحقق این امر بوده است که در ادامه به سه مورد اصلی آن اشاره می‌کنیم: یک، نداشتن یک سناریوی درست و اصولی؛ به این معنا که سازندگان مسابقات تلویزیونی در کشور ما اغلب تنها به دنبال «ساخت» یک برنامه هستند و تلاشی برای «خوب ساختن» ندارند.

یک جدول با دو شرح

جدول عمادی
۱- متداول و مرسوم - توجه کردن به کسی - کلمه شرط
۲- قربانی - رشته‌ای در اسکی
۳- صفحه اینترنتی - سنگ مرمر - فدراسیون جهانی کشتی - چهارمین نت
۴- تجویز پزشک - فتنه - پیر و فروت
۵- باران اندک - کمک - حرکات آرام و گرم کننده ورزشی
۶- چین محصول - شهر «برج طغرل» - استانی با صفا
۷- گلر - کوچک - برادر آبادانی
۸- جمله قرآنی - مقیاس - لباس صاف‌کن - خاور
۹- شهر بی‌دفاع! - رخسار - کار ویزیتور
۱۰- هافیک «ملوان» - درخت‌زار - علامت بیماری
۱۱- سرزنشگر - کتاب مسیح - شاداب و باطراوت
۱۲- واقعه - محبت - عضو پرواز
۱۳- صوتی به معنای نه گفتن - پرخور - عریضه دهنده - قلب دوم!
۱۴- دریا و هیئات - مکار و بدجنس
۱۵- جد - یکپارچگی و هماهنگی - یکد کشیدن وسیله نقلیه

عمودی:
۱- رایپیدن - مدرسه امیرکبیر!
۲- مجموعه ترانه‌های یک خواننده - علم جادو طلای سبز
۳- کلام تردید - غصه - مخفف امیر - تعجب بانو
۴- غذای خونساز! - ضمیر مفعولی - سکوت
۵- اسب رستم - حرکت کردن باد یا نسیم - جامه نازک
۶- کارمند - نفوذ اینترنتی - جلسه بزرگداشت
۷- شیشه کوچک آزمایشگاهی - همه کاره روستا بود - یک نوع کشتی جنگی
۸- ماهی کنسروی - منعی غنی برای پروتئین و آمینو - حروف عددی - کدو تنبل
۹- فانوس دریایی - ضد «کلفتی» - جامه گشاد و بلند
۱۰- گلی فرنگی - خم پارچه - وسایل
۱۱- دردمندی - حدنصاب - کبک کوهستان
۱۲- شوفر - چراگاه ایل - سکه زدن
۱۳- نرم‌افزاری کاربردی - ورودی خانه - تر و تازه
۱۴- کیسه صابون! - عامل بیماری - لاستیک یدکی
۱۵- از وسایل جعبه ابزار - سم کشنده

جدول ویژه
۱- دوربین اینترنتی - مسرت
۲- از حروف یونانی - استراتژی
۳- همانند - کیوتر دشتی - انبار بزرگ غلات - نشانه اسم مصدر
۴- فلز ساختمانی - بی‌سابقه - نگهبان با لای بر یک
۵- شهری نزدیک دیلجان - فیلم بدالله صمدی - نوشتنی پزشک
۶- تیر و کمان رستم - پناهنده - از شهرهای کوچک و مرزی آذربایجان غربی
۷- برنده آلمانی نوبل ادبیات سال ۱۹۹۹- قسمی حلوا - ضمیر بی‌حضور
۸- غمگین - تخلص استاد همایی - شرکت اتومبیل‌ساز فرانسوی - کلمه شرط

نصرالله ناصح پور خواننده پیشکسوت درگذشت



ایرنا/ نصرالله ناصح‌پور خواننده پیشکسوت و عضو سابق هیأت مدیره خانه موسیقی ایران در ۸۳ سالگی دارفانی را وداع گفت. از آثارناصح پور می‌توان به آلبوم‌های «سرودهای آذربایجانی»، «به یاد درویش خان»، «نویانگ کهن» و تألیف کتاب «رساله موسیقی از دره التاج لغره الدیاج» اشاره کرد. مراسم تشییع پیکر این خواننده پیشکسوت روز چهارشنبه، ۳۱ خرداد ماه، ساعت ۹:۳۰ دقیقه صبح از مقابل خانه هنرمندان ایران برگزار می‌شود و پیکر وی در قطعه هنرمندان بهشت زهرا به خاک سپرده خواهد شد.



علاقه مند شود، ترجیح می‌دهد اصل برنامه را ببیند نه کپی آن را. این موارد سبب شده تا حتی به مسابقاتی مثل «کودک شو» و «عجوبه‌ها» که مخاطبان کودک دارند هم توجه چندانی نشود.

ساخته می‌شود چون بسترها به لحاظ اجتماعی، فرهنگی و مالی فراهم نیست، علاوه بر شکست، با سرخه گرفتن مخاطبان هم مواجه خواهد شد. در نتیجه مخاطب اگر هم به سناریوی مسابقه

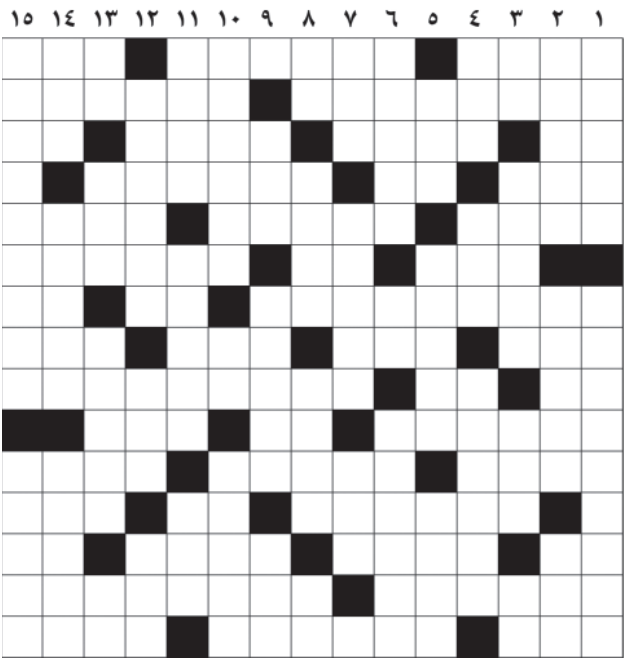
موفق در دنیا صحنه‌ها به خاطر اتفاق‌های غیرمنتظره با یک برداشت ضبط می‌شوند. سبب شده تا دیگر شاهد هیجان و تازگی اتفاقی که ممکن است شرکت‌کنندگان با آن مواجه شوند، نباشیم. این در حالی است که در بسیاری از مسابقات تلویزیونی

جدول روزنامه ایران دارای دو «شرح عادی و ویژه» است. در صورت تمایل به حل دو شرح ابتدا یکی از شرح‌ها را با مداد حل کرده و سپس با پاک کردن جواب شرح اول، به حل شرح دوم بپردازید.

پریشان حواسی - مجلسی در «روسیه»
۶- تیمی در لالیگا - شهر ایالت «آلاباما» - کهن‌ترین دانشگاه جهان
۷- زیستگاه - توقف حین سفر - عمارت
۸- جبه - مرواریدی در دل دریا - از اشکال هندسی - نام آذری
۹- سازمانی مخوف - شهر استان اردبیل - نام سازمان جدایی طلب باسک
۱۰- شهر «مقدونیه» - پاسخ دلگیر کننده - مساوی
۱۱- درخور توجه - آشوب - سخت
۱۲- هاورگرافت - علامت - محل دریافت مدال
۱۳- دهان - بافتن - مختصر - مقیاس طول
۱۴- عقاید - موهوم و غیرواقعی - شک
۱۵- از آثار دوره قاجاریه در شیراز - در مرتبه یکم

۹- زلف - ستون بدن - اثری تاریخی در سوادکوه
۱۰- ایالتی در یونانی دنیا - او - پیرامید
۱۱- جناح چپ - اصطلاحی در موسیقی - ضد «معنوی»
۱۲- سرآمد همه بدیهاست - بغل - شتر بارکش
۱۳- زاپیدن - برج سوم - پایه - نفس غنیمتی
۱۴- چهارنعل - فیلم داود صیوری (۱۴۰۲)
۱۵- طریق - شهر استان سمنان - سنگین

عمودی:
۱- از توابع تهران - نوعی شروع بازی در شطرنج
۲- استان جنوبی - دقت غیرعادی - صدا و نغمه
۳- فنجان قهوه - نوعی خواهر و برادر - قوم بزرگ کشور «تایوان» - طریق میانبر
۴- ستاره (پی‌اس‌جی) - توانایی - ترکیبی از موتور و چتر نجات
۵- همسایه (عمان) - التهاب مغز همراه با



ارقام 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

متوسط								

خیلی سخت								

۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷	۴	۸
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷

آسان								

سخت								

۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷	۴	۸
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷
۱	۸	۵	۷	۴	۸	۱	۵	۷

حل جدول سودوکو شماره ۴۳۳۳

حل جدول سودوکو شماره ۴۳۳۳

حل جدول سودوکو شماره ۴۳۳۳

حل جدول سودوکو شماره ۴۳۳۳

حل جدول سودوکو شماره ۴۳۳۳

