

↓ به راحتی می‌توانید هر صبح خورشید را در آغوش بگیرید

چند راه برای اینکه سحرخیز شویم

بدن برخی از ما مستعد عملکرد بهتر در شب است و همچون جغدها شب‌ها را برای فعالیت انتخاب می‌کند اما روال زندگی عادی به صورتی است که باید هر صبح بموقع در محل کارمان حضور داشته باشیم. پس بهتر است سبک زندگی‌مان را تغییر دهیم زیرا شیوه زندگی و میزان بهره‌وری با نوع از خواب بیدارشدن‌مان ارتباط مستقیم دارد.



تیتراهای امروز

رئیس جمهور:

جامعه اسلامی از هتک حرمت قرآن کریم نخواهد گذشت

رئیس جمهور با اشاره به اهانت به قرآن کریم در روزهای اخیر در یک کشور غربی مدعی آزادی بیان گفت: ببینید به ارزشمندترین کتاب الهی که برای هدایت بشر آمده چطور اهانت می‌کنند، جامعه اسلامی از این توهین نخواهد گذشت.



رئیس جمهور در آیین بهره‌برداری از

پروژه‌های آب، برق و فاضلاب استان کرمان:

دولت مصمم به جبران عقب‌ماندگی‌ها در پروژه‌های زیرساختی است



وزیر میراث فرهنگی

گردشگری و صنایع دستی خبر داد

ثابت زاوین

به‌عنوان شهر ملی ابریشم



محوطه تئاتر شهر

در تسخیر عروسک‌ها

با آغاز نوزدهمین جشنواره نمایش عروسکی تهران- مبارک در روز پنجشنبه هشتم تیر، هنرمندان با عروسک‌هایشان با ۱۱ اجرا، جمعیتی بزرگ از تماشاگران مشتاق را به محوطه تئاتر شهر کشاندند.



یک بام و دو هوای برخورد با بنگاه‌های غیرمجاز

نایب رئیس اتحادیه مشاوران املاک تهران گفت: بازرسان اتحادیه موفق به شناسایی ۹۵۰ بنگاه املاک غیرمجاز شدند اما مهم‌تر از شناسایی این بنگاه‌ها، پلمب آنها و اخذ تدابیری برای جلوگیری از فعالیت دوباره‌شان است.



محدودیت برای مشترکان پرمصرف برق



انکار تعرض به دختر دانشجو در دادگاه

پسر شرور که به اتهام شکنجه و آزار دختر دانشجو پای میز محاکمه ایستاده بود منکر اتهام خود شد.



حواشی تمرین آبی پوشان پایتخت با واکنش کمیته انضباطی همراه شد

ورود ۳ متخلف به ورزشگاه‌های کشور ممنوع



فوتچل

ورزشی محلی در گیلان

مسابقات فوتچل (فوتبال در شالیزار) به منظور بازگشت جوانان روستا به مزارع، عصر چهارشنبه (۷ تیر ۱۴۰۲) در روستای کینچاه آستانه اشرافیه برگزار شد. فوتچل از ورزش‌های محلی گیلان است که مسابقات آن هر سال به‌طور منظم در روستاهای مختلف استان برگزار می‌شود.



مجتبی محمدی/ایرنا

تازه‌ها

وزیر کشور خبر داد

بخشی از ایمنی مرزها به سامانه‌های هوشمند سپرده می‌شود

وزیر کشور گفت: در آینده نزدیک بخشی از وظایف ایمنی مرزی را سامانه‌های هوشمند بر عهده خواهند گرفت. به گزارش ایرنا، احمد وحیدی با اشاره به برقراری امنیت در تمامی مرزهای کشور به خصوص مرزهای شرقی افزود: به طور حتم از هرگونه تجهیزات نرم افزاری و سخت افزاری برای توسعه امنیت مرزی استقبال خواهیم کرد. وحیدی با تأکید بر اینکه ثبات در مرزهای شرقی کشور برقرار است، گفت: وضعیت مرزهای مشترک با افغانستان در آرامش است و فعلاً با طالبان مشکلی نداریم. وحیدی ادامه داد: امیدواریم افغان‌ها هم توجه بیشتری به همه ضوابط و اصول مرزداری و مرزبانی داشته باشند و دیگر شاهد موارد پیش آمده نباشیم. وی گفت: عزیزان فراجا برابر با قانون به وظایف خود عمل می‌کنند و همه آنها باید به قانونی که از سوی فراجا اعمال می‌شود تمکین کنند.

سخنگوی پلیس: درخواست صدور گذرنامه، اینترنتی شد

سخنگوی پلیس از اینترنتی شدن امکان ثبت‌نام و تمدید گذرنامه خبر داد و گفت: متقاضیان با نصب نرم‌افزار «پلیس من» می‌توانند در کمتر از یک هفته گذرنامه خود را در منزل دریافت کنند. به گزارش تسنیم، سردار سعید منتظرالمهدی با بیان اینکه بعد از ثبت درخواست صدور یا تمدید گذرنامه افراد احراز هویت می‌شوند، گفت: پیش‌تر برای درخواست صدور یا تمدید گذرنامه افراد باید به دفاتر پلیس ۱۰۴ مراجعه می‌کردند، اما دیگر نیازی به مراجعه نیست و آنها می‌توانند از طریق نرم‌افزار «پلیس من» درخواست خود را ثبت کنند.

رکورد تحویل گاز به نیروگاه‌های کشور شکست، برق تابستان تأمین شد

با ثبت رکورد تحویل روزانه ۳۰۹ میلیون مترمکعب گاز به نیروگاه‌های گرم کشور، رکورد جدیدی در این زمینه به ثبت رسید که بدون شک نقش مهمی در تأمین پایدار برق کشور خواهد داشت.

به گزارش تسنیم، در شرایطی که بیش از ۹۰ درصد تولید برق کشور در ساعات پیک، به نیروگاه‌های حرارتی وابسته است و سوخت اصلی نیروگاه‌های حرارتی کشور گاز طبیعی است، تأمین مستمر و حداکثری گاز، نقش مهمی در تولید برق تابستانه و جلوگیری از بروز خاموشی‌ها دارد. مدیرعامل شرکت ملی گاز ایران



مشاور مدیرعامل شرکت ملی گاز هم در این باره گفت: رکورد گاز تحویلی به نیروگاه‌های کشور این روزها شکسته شده است؛ برای مقایسه بد نیست بدانیم که طبق گزارش

آژانس بین‌المللی انرژی، میانگین گاز تحویلی روسیه به کل اروپا در سال ۲۰۲۱ و پیش از آغاز جنگ روسیه و اوکراین، روزانه حدود ۳۰۸ میلیون مترمکعب در روز بوده است.

سخنگوی هواپیمایی جمهوری اسلامی ایران:

پروازهای اربعین از چهارم شهریور آغاز می‌شود

سخنگوی هواپیمایی جمهوری اسلامی ایران گفت: پروازهای اربعین از چهارم شهریورماه آغاز می‌شود و تا بیستم این ماه ادامه خواهد شد. به گزارش ایرنا، حسام قربانعلی، با اشاره به برگزاری مراسم اربعین در روز پانزدهم شهریورماه گفت: در این ایام خدمات ویژه‌ای برای انتقال زوار و همچنین موبک داران از تاریخ شنبه ۴ شهریور ماه، یعنی یازده روز قبل

آب و هوا

کاهش ۵ درجه‌ای دما در برخی مناطق

سازمان هواشناسی با صدور هشدار فعالیت سامانه بارشی و شکل‌گیری جریانات خزری برای نوار شمالی کشور از کاهش ۳ تا ۵ درجه‌ای دما در برخی مناطق خبر داد. به گزارش تسنیم، پیش‌بینی کلی نقشه‌های همدیدی و آینده‌نگری سازمان هواشناسی نشان می‌دهد امروز در استان‌های آذربایجان غربی، آذربایجان شرقی، ارتفاعات اردبیل، ارتفاعات هرمزگان و ارتفاعات جنوبی سیستان و

بلوچستان، رگبار پراکنده، و وزش باد پیش‌بینی شده است. با نفوذ جریانات خنک شمالی از سوی دریای خزر در استان‌های گیلان، مازندران، شرق اردبیل و برخی مناطق گلستان، بارش باران روی می‌دهد. فردا یکشنبه در گیلان، مازندران و ارتفاعات گلستان بارش‌های خفیف پیش‌بینی می‌شود. دوشنبه و سه‌شنبه در ارتفاعات البرز مرکزی رگبار پراکنده روی می‌دهد و در سایر

مناطق کشور جو پایداری حاکم خواهد بود. هوای استان‌های ساحلی دریای خزر و اردبیل طی امروز و فردا ۳ تا ۵ تا درجه خنک می‌شود. از بعدازظهر شنبه تا دوشنبه در جنوب تهران، قم و شمال و شرق اصفهان سرعت وزش باد افزایش می‌یابد که در برخی مناطق با خیزش گردوخاک همراه خواهد بود. شرق دریای عمان طی ۴ روز آینده، دریای خزر امروز و خلیج فارس تا دوشنبه، موج است.

سیاسی

رئیس‌جمهور:

جامعه اسلامی از هتک حرمت قرآن کریم نخواهد گذشت

رئیس‌جمهور با اشاره به اهانت به قرآن کریم در روزهای اخیر در یک کشور غربی مدعی آزادی بیان گفت: ببینید به ارزشمندترین کتاب الهی که برای هدایت بشر آمده چطور اهانت می‌کنند، جامعه اسلامی از این توهین نخواهد گذشت. به گزارش ایرنا، دکتر آیت‌الله سیدابراهیم رئیسی روز گذشته پس از بازدید از روند اجرای خط لوله انتقال آب خلیج فارس، در جمع نمازگزاران جمعه در مصلاهی شهر رفسنجان افزود: به ارزشمندترین کتاب الهی که برای هدایت بشر آمده اهانت می‌کنند و نه فقط ۲ میلیارد مسلمان، بلکه پیروان تمامی ادیان الهی، آسمانی و ابراهیمی قلوبشان جریحه‌دار شده است. وی با بیان اینکه تمام صاحبان مکاتب الهی، متدینین، آزادزان و آزادمردان عالم قلوبشان جریحه‌دار شده، تصریح کرد: توهین به کتاب کامل قرآن عزیز ما، توهین به همه ادیان الهی، انسانیت، بشریت و همه ارزش‌های الهی است که جامعه اسلامی از این توهین نخواهد گذشت. آیت‌الله رئیسی تصریح کرد: جوانان بدانند آنان که مدعی آزادی بیان هستند، چطور استبدادی، استکباری و با روحیه تفرعن مقدسات مسلمانان را مورد اهانت قرار می‌دهند؛ آیا این قابل گذشت است؟

وی افزود: جوانان بشناسند اینها دروغ می‌گویند و طرفدار آزادی بیان، قلم و عقیده نیستند، بلکه با آزادی مخالفند و می‌خواهند استبداد خود را با تابلوی آزادی بیان به بشریت تحمیل کنند.

آیت‌الله رئیسی با بیان اینکه قرآن جلوه آزادی است و به بشریت آزادی می‌آموزد، اظهارداشت: ایان که این اهانت‌ها را به مقدسات انجام می‌دهند، با آزادی مخالفند.

مخبر:

دستگاه‌های دولتی موظف به تهیه پیوست دانش بنیان هستند

معاون اول رئیس‌جمهور با بیان اینکه شرکت‌های دانش‌بنیان و اقتصاد دیجیتال یک میانبر برای پیشرفت هستند، گفت: در دولت مصوب شده تا همه دستگاه‌های دولتی موظف به تهیه پیوست دانش‌بنیان شوند.

به گزارش ایرنا، محمد مخبر روز پنجشنبه با حضور دوساعته در محل دائمی نمایشگاه‌های بین‌المللی تهران از بیست و ششمین نمایشگاه بین‌المللی کامپی (الکترونیک، کامپیوتر، تجارت الکترونیک) که ۴ تا ۷ تیرماه با حضور شرکت‌های داخلی و خارجی در محل دائمی نمایشگاه‌های بین‌المللی تهران برگزار شد، بازدید کرد.

مخبر در حاشیه بازدید از نمایشگاه کامپی با اشاره به ظرفیت‌های بسیار زیاد شرکت‌های دانش بنیان و اقتصاد دیجیتال داخلی در حل مشکلات کشور، تأکید کرد: در چند سال آینده ۶۰ درصد GDP اقتصاد کشورهای دنیا را اقتصاد دیجیتال و تجارت الکترونیک تشکیل می‌دهد.

وی ادامه داد: از مزیت‌های جدی و اساسی برای توسعه کشور نیروهای جوان و نخبه، خلاق، با جسارت و با اعتماد به نفس بالا در حوزه اقتصاد دیجیتال هستند که عزم راسخ دولت سیزدهم در بیشترین استفاده و حمایت و پشتیبانی از آنهاست.

مخبر با تأکید بر اینکه شرکت‌های دانش‌بنیان و اقتصاد دیجیتال هرگاه در هر حوزه‌ای بویژه نفت، صنعت و کشاورزی بکارگیری شدند، یک میانبر برای پیشرفت بوده‌اند، افزود: باید با کمک وزارت ارتباطات و ساماندهی و ایجاد یک ساختار و کانون برای فعالان این حوزه زمینه‌ای مهیا شود تا بتوان مرتب مشکلات آنها را رصد، پیگیری و حل کرد.

قیمت طلا کاهشی می‌شود

یکی از فعالان بازار طلا گفت: در هفته نخست تیرماه بازار طلا آرام و باثبات بود و پیش‌بینی می‌شود با توجه به کاهش تقاضا، قیمت‌ها کاهشی باشد. به گزارش ایرنا، محمد کشتی‌آری افزود: هفته گذشته قیمت جهانی طلا و فلزات گران‌بهای نقره، پلاتین و پالادیوم با کاهش همراه بود اما نرخ ارز با توجه به اتفاقات روسیه افزایش چند صدم درصدی داشت که دوباره به قیمت‌های اولیه بازگشت. وی با اشاره به اینکه در هفته گذشته حباب سکه به دلیل کاهش تقاضا ۱۰۰ هزار تومان کم شد و به ۵ میلیون و ۵۰۰ هزار تومان رسید، گفت: وضعیت بازار داخل طلا با توجه به روند کاهشی انس جهانی با نوسان اندکی همراه بود اما در مجموع هفته باثبات و آرامی را شاهد بودیم.



اما این دولت ضمن ارج نهادن به همه اقدامات صورت گرفته، مصمم به جبران عقب‌ماندگی‌ها بوده و نتیجه چنین رویکردی، بهره‌برداری از پروژه‌های مختلف آب، برق و فاضلاب در استان کرمان است. رئیس‌جمهور هدف‌گذاری برای رفع تنش آبی ۱۰ هزار روستا از سوی وزیر جهادی و پرتلاش نیرو را از اقدامات مهم دولت برای رفع مشکلات مردم دانست و گفت: امروز اعلام می‌کنیم در نتیجه چنین رویکردی، مشکل تنش آبی بیش از ۳ هزار روستا حل شده و تا آخر دولت، مشکل مابقی روستاها بتدریج حل خواهد شد.

رئیس‌جمهور در آیین بهره‌برداری از پروژه‌های آب، برق و فاضلاب استان کرمان:

دولت مصمم به جبران عقب‌ماندگی‌ها در پروژه‌های زیرساختی است



عکس: پایگاه اطلاع‌رسانی ریاست‌جمهوری

روز گذشته همزمان با سفر رئیس‌جمهور و وزیر نیرو به استان کرمان، ۱۲ پروژه صنعت آب و برق این استان با اعتبار ۱۵ هزار و ۶۰۹ میلیارد تومان افتتاح شد. به گزارش پایگاه اطلاع‌رسانی ریاست‌جمهوری، دکتر آیت‌الله سید ابراهیم رئیسی، لازمه پیشرفت کشور بویژه استان کرمان را در بخش‌های مختلف کشتا و رزی، صنعت، گردشگری و ترانزیت، تکمیل و توسعه زیرساخت‌ها عنوان کرد و گفت: مشغله‌های متعدد، دولت را از این مسائل حیاتی غافل نکرده و یکی از محورهای مهم اقدامات دولت، تکمیل و توسعه زیرساخت‌ها در این استان است.

وی لازمه جبران عقب‌ماندگی‌ها در طرح‌ها و پروژه‌های عمرانی و زیرساختی کشور را روحیه جهادی مدیران و مسئولان دانست و گفت: ما در بخش آب، برق و فاضلاب مشکلاتی داریم که در سال‌های گذشته مورد بی‌توجهی قرار گرفت

محرابیان با اشاره به طرح‌های افتتاحی استان کرمان، افزود: طرح انتقال آب از سد نسا، یکی از بهترین کیفیت‌های آب کشور را ارائه می‌دهد. خط انتقال این طرح برای تأمین آب شرب بم و بروات فراهم است و در سفر، مصوب شد این آب را به شرقی‌ترین نقاط استان انتقال دهیم.

به گزارش تسنیم، علی‌اکبر محرابیان افزود: باید از ذخایر آب‌های سطحی و سدهای این استان حداکثر استفاده را کرد و پروژه‌هایی در شرق، جنوب و دیگر نقاط به این منظور (برای انتقال آب سدها به شهرها) تعریف شده است. وزیر نیرو استفاده از بهترین منبع آبی یعنی شیرین‌سازی و انتقال آب دریا را مهم

۴ برنامه ویژه دولت برای تأمین آب شرب پایدار

وزیر نیرو در سفر به استان کرمان از ۴ برنامه ویژه دولت برای تأمین آب شرب باکیفیت و پایدار استان با تأکید بر استفاده از پساب برای صنعت خبر داد و گفت: هم‌اکنون طرح جهاد آبرسانی در ۶۶۹ روستای کرمان پیشرفت ۳۷ درصدی دارد.

یک بام و دوهوای برخورد با بنگاه‌های غیرمجاز

غیرمجاز به صورت شبکه‌ای و محدود، با تعداد زیادی مشاور درحال فعالیت هستند. چون می‌دانند شناسایی آنها زمان‌بر است به فعالیت خود ادامه می‌دهند و پس از رسیدن به برنامه‌های خود، بنگاه را تعطیل کرده و به محله دیگری می‌روند.

بیگی نژاد افزود: می‌توان گفت از ۹۵۰ بنگاه املاکی که تاکنون در تهران شناسایی شده، هنوز همه آنها پلمب نشده‌اند و در حال فعالیت هستند. شناسایی این بنگاه‌ها یک روند و اجرای مراحل قانونی پس از شناسایی و ممانعت از عدم فعالیت دوباره آنها، روند دیگری است.



هرمزگان و بوشهر صدرنشینان اشتغالزایی

بر اساس سامانه رصد اشتغال وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی ۵ استان بیشترین درصد پیشرفت تعهد اشتغال در سال ۱۴۰۲ را به ثبت رساندند که استان‌های هرمزگان، بوشهر، قزوین، کرمانشاه و سمنان صدرنشین بودند.

به گزارش ایرنا، استان بوشهر با ۱۳.۵۷ درصد، قزوین با ۱۲.۲۴ درصد، کرمانشاه با ۱۲.۹ درصد و سمنان با ۱۱.۵۹ درصد بیشترین پیشرفت تعهد اشتغال را بعد از هرمزگان به ثبت رسانده‌اند.



امروز، آخرین مهلت تسلیم اظهارنامه مشاغل

سخنگوی سازمان امور مالیاتی با اعلام اینکه امروز (دهم تیرماه) آخرین مهلت تسلیم اظهارنامه مشاغل و تکمیل فرم تبصره ماده ۱۰۰ است، گفت: این مهلت تمدید نخواهد شد.

به گزارش ایسنا، مهدی موحدی بکنظر افزود: امسال بیش از ۴ میلیون و ۸۰۰ هزار مؤدی از طریق تسلیم اظهارنامه و تکمیل فرم تبصره ماده ۱۰۰ به تعیین تکلیف مالیات سال گذشته خود پرداختند در حالی که سال گذشته حدود ۳ میلیون و ۸۸ هزار نفر فرم تبصره ماده ۱۰۰ را تکمیل کردند.



نوسازی ۲۸۰ هزار مسکن روستایی در دولت سیزدهم

معاون بازسازی و مسکن روستایی بنیاد مسکن انقلاب اسلامی با اشاره به آغاز عملیات نوسازی ۲۸۰ هزار واحد روستایی در دولت سیزدهم، گفت: از این تعداد ۱۴۰ هزار واحد به اتمام رسیده و ۱۴۰ هزار واحد دیگر نیز در دست ساخت داریم.

به گزارش ایرنا، مجید جودی افزود: امروز سهم مسکن مقاوم نسبت به کل واحدهای روستایی به ۵۳ درصد رسیده، در حالی که این رقم در سال ۱۳۸۴ تنها ۵ درصد بوده است.



چهره خبر



فارس / ۲۹ هزار فقره
دادرسی الکترونیکی
در دادگستری
کل استان تهران
برگزار شد.

علی القاصی، رئیس کل دادگستری استان تهران با اشاره به دستاوردهای مجموعه قضایی استان تهران در حوزه استفاده از فناوری‌های نوین، توضیح داد: با تأمین زیرساخت‌های لازم در حال حاضر بخش عمده‌ای از رسیدگی‌ها از طریق ویدئوکنفرانس و به صورت الکترونیکی انجام می‌شود؛ به طوری که در سال گذشته بالغ بر ۲۹ هزار فقره دادرسی در پرونده‌های زندانی دار به صورت الکترونیک و بدون مراجعه اصحاب پرونده انجام شد.



فارس / ۲۵۰۰ دستگاه
اتوبوس تا پایان
سال وارد ناوگان
حمل و نقل عمومی
می شود.

علیرضا زاکانی شهردار تهران با بیان اینکه امسال بودجه خوبی برای حمل و نقل عمومی در نظر گرفته ایم، اظهارداشت: قرار است تا پایان سال جاری هزار دستگاه اتوبوس تحویل داده شود. بحث واردات ۱۰۰۰ دستگاه اتوبوس را هم داریم. ۵۰۰ دستگاه اتوبوس هم بازسازی می‌شود و در مجموع تا پایان سال ۲۵۰۰ دستگاه اتوبوس وارد ناوگان می شود.



ایرنا / اسکیت سواران
در تصادفات
صد درصد مقصر
شناخته خواهند شد.

سرهنگ رابعه جوان بخت، رئیس اداره تصادفات پلیس راهور تهران بزرگ بر ممنوعیت اسکیت‌سواری در سطح بزرگراهی و تمامی خیابان‌های اصلی و فرعی تأکید و اعلام کرد: در صورت بروز حادثه کاربران این وسایل تفریحی کاملاً مقصر شناخته خواهند شد.



ایرنا / ۵۰ هزار نفر
در قالب اردوهای
راهیان نور از مناطق
عملیاتی شمال غرب
کشور بازدید
می کنند.

سردار علی ناظری، جانشین رئیس سازمان حفظ آثار و ارزش‌های دفاع مقدس سپاه و بسیج اظهارداشت: تابستان امسال ۵۰ هزار نفر در قالب اردوهای راهیان نور از مناطق عملیاتی شمال غرب کشور بویژه سردشت بازدید می‌کنند.



ایسنا / دستورالعمل
ثبت نام دانش
آموزان اتباع هنوز
ابلاغ نشده است.

سیدمجتبی هاشمی، رئیس ستاد مرکزی ثبت‌نام دانش‌آموزان وزارت آموزش و پرورش با اعلام این خبر و با بیان اینکه در حوزه ثبت نام دانش‌آموزان اتباع باید با وزارت کشور و وزارت امور خارجه هماهنگ شویم، اظهار داشت: سیاست‌های عمومی جمهوری اسلامی ایران میزبانی از این عزیزان است، یعنی همان امکاناتی که دانش‌آموزان هم میهن ما در مدارس و برای تحصیل می‌گیرند، دانش‌آموزان اتباع هم می‌گیرند.

سیلزدگان سیستان و بلوچستان
مراقب حمله گاندوها باشند

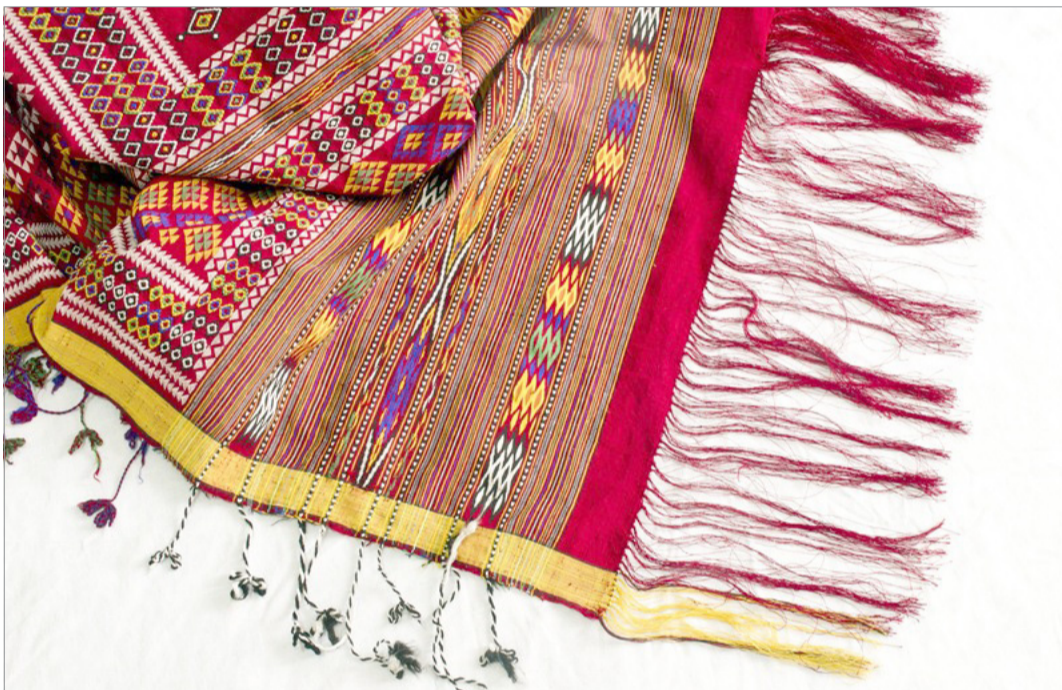
ایرنا/ مدیرکل حفاظت محیط زیست سیستان و بلوچستان گفت: با توجه به بارندگی‌های اخیر و سیلاب به وجود آمده در جنوب این استان احتمال خروج تمساح پوزه کوتاه (گاندو) از برکه وجود دارد که مردم باید بشدت مراقب حمله آنها باشند. داوود میرشکار اظهارداشت: با وجود وسعت بسیار زیاد زیستگاه تمساح پوزه کوتاه و نداشتن امکان حصارکشی و ایجاد محدودیت، علاوه بر نصب تابلوهای جدید هشداردهنده و گشت و کنترل مداوم همیاران و محیطبانان این اداره کل، مباحث آموزشی در روش‌های گوناگون در منطقه اجرا شده، اما متأسفانه بی‌احتیاطی و توجه نکردن به علائم هشداردهنده گاهی موجب بروز حوادث ناگواری می‌شود.

۱۹۸ نفر بر اثر غرق‌شدگی
در کشور جان باختند

مهر/ بنابر اعلام سازمان اورژانس، در ۳ ماهه اول امسال، ۱۹۸ نفر بر اثر غرق‌شدگی در کشور جان باختند. استان‌های مازندران، خوزستان و خراسان رضوی بیشترین آمار فوتی‌های ناشی از غرق‌شدگی را داشته‌اند. در ۳ ماهه اول امسال، ۳۱۸ نفر غرق شدند که این آمار در مقایسه با مدت مشابه سال قبل که ۴۴۹ نفر بود، ۲۸ درصد کاهش یافته است. از ۳۱۸ نفر غرق شده، ۱۹۸ نفر جان خود را از دست دادند و عوامل اورژانس ۱۲۰ نفر را از مرگ حتمی نجات دادند. پس از رودخانه‌ها، غرق‌شدگی در دریا و استخرهای کشاورزی بیشترین آمار تلفات را در بر می‌گیرد.

وزیر میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی خبر داد

ثبت زاوین به عنوان شهر ملی ابریشم



وزیر میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی در بازدید از شهر زاوین از ثبت پرونده زاوین به عنوان شهر ملی ابریشم خبر داد و اظهار داشت: شهرستان کلات نادری یکی از شهرستان‌های مهم خراسان رضوی و به صورت قلعه بزرگ طبیعی است. سیدعزت‌الله ضرغامی در حاشیه سفر یک‌روزه به شهرستان کلات نادری با بیان اینکه جغرافیای خاص شهرستان کلات موجب شده بود به لحاظ نظامی از سوی نادرشاه که به دنبال کشورگشایی بود، انتخاب شود، گفت: از ویژگی‌های مهم شهرستان کلات می‌توان به صنایع دستی مهم آن اشاره کرد که انتخاب روستای زاوین با هنر ابریشم‌بافی، روستای آقداش به واسطه هنر گلیم‌بافی و شهر لاین به واسطه هنر نواربافی در سطح ملی برای معرفی و ماندگاری این هنرها در حال انجام است.

وی از عمارت کاخ خورشید به عنوان یکی از بهترین عمارت‌های میراث فرهنگی کشور که از معماری باشکوهی برخوردار است، نام برد و تصریح کرد: عمارت کاخ خورشید توسط میراث فرهنگی اداره می‌شود و مردم از نقاط مختلف برای دیدن این عمارت به کلات نادری سفر می‌کنند.

وزیر میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی خاطر نشان کرد: طی روزهای اخیر چند اثر ملی صنایع دستی این منطقه شناسایی شده و در حال ثبت هستند که اولین مورد آن مربوط به شهر زاوین معروف به شهر ابریشم است و هنرمندان بسیاری به خصوص بانوان در صنعت ابریشم‌بافی مشغول به کار هستند.

ضرغامی انتخاب وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی ایران به ریاست شورای حکام میراث ناملموس فرهنگی در آسیای غربی و مرکزی با حضور ۲۴ کشور جهان را رویدادی قابل توجه و بالاترین موقعیت قانونی در حوزه میراث فرهنگی در این منطقه دانست و افزود: ایران موقعیت‌ها و تلاش‌های خوبی را در گستره منطقه‌ای و بین‌المللی و در حوزه میراث فرهنگی رقم زده است.

طرح محور فرهنگی باغ راه قصر خورشید آغاز شد
طرح محور فرهنگی باغ راه قصر

میراث فرهنگی در این منطقه دانست و افزود: ایران موقعیت‌ها و تلاش‌های خوبی را در گستره منطقه‌ای و بین‌المللی و در حوزه میراث فرهنگی رقم زده است.

طول ۱۶۰ متر است که تاکنون از ۲۱۶۴ مترمربع قابل تملک به میزان ۱۷۴۰ مترمربع تملک شده است؛ برای این طرح ۳ میلیارد ریال در سال ۱۳۸۷ هزینه شده و هنوز ۹ ملک به مترای ۶۲۰ مترمربع تملک نشده است. برای تملک ۵۰ میلیارد ریال برای اجرای طرح ۴۵ میلیارد ریال اعتبار پیش‌بینی شده است.



شهر زاوین معروف به شهر ابریشم است و هنرمندان بسیاری به خصوص بانوان در صنعت ابریشم‌بافی مشغول به کار هستند

خورشید به مسجد کبود گنبد با حضور سیدعزت‌الله ضرغامی وزیر میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی، نصرالله پژمان‌فر و فاطمه رحمانی نمایندگان مردم مشهد و کلات در مجلس شورای اسلامی آغاز شد.

اعزام تیم‌های امدادی هلال احمر ایران به عربستان

وی با بیان اینکه برنامه‌ریزی‌هایی برای سال آینده انجام شد که تیمی از امدادگران ایران برای کمک به هلال احمر سعودی، به این کشور اعزام شود، اضافه کرد: مقرر شد برای اعزام بیماران ایرانی به جده و از جده به ایران، هلال احمر عربستان آمبولانس در اختیار هلال احمر کشورمان قرار دهد. به اضافه اینکه برای تردد آمبولانس‌های هلال احمر ایران در عربستان و برای رفاه بیشتر حال حجاج ایرانی با تمام معافیت‌ها و ویژگی‌هایی که آمبولانس‌های عربستان دارد، توافق شد و تسهیل تردد ویژه آمبولانس‌های جمعیت هلال احمر در شرایط بحران هم تصویب شد.

رئیس جمعیت هلال احمر در دیدار با همتای عربستانی در مکه مکرمه، درباره توسعه همکاری‌های دوجانبه برای ارتقای خدمات بهداشتی، درمانی و امدادی به حجاج ایرانی گفت‌وگو کرد. به گزارش مهر، پیرحسین کولیوند گفت: عربستان، یک اپلیکیشن به نام «کمکم کن» دارد که زائران هر کمک درمانی و امدادی نیاز داشته باشند با ورود به این اپلیکیشن و درخواست، کادر درمانی به کمک بیمار می‌آیند. این اپلیکیشن زبان فارسی ندارد که مقرر شد با کمک هلال احمر ایران و برای حج آینده، زبان فارسی هم به اپلیکیشن اضافه شود.

دستفروشی دورتا دور
تئاتر شهر ممنوع شد

ایسنا/ مدیرعامل شرکت ساماندهی صنایع و مشاغل شهر تهران با اشاره به اینکه برخی از دستفروشان نیازمند واقعی نیستند و از فضا سوءاستفاده می‌کنند، تأکید کرد: دستفروشی در دورتا دور تئاتر شهر ممنوع است و تخلف محسوب می‌شود. سعید بیگی گفت: شرکت ساماندهی صنایع و مشاغل شهر تهران موظف است پس از شناسایی افرادی که نیازمند هستند و دستفروشی می‌کنند جایی را برای آنها فراهم کند. در این مسیر یا از بازار روزهای فعال استفاده می‌کنیم یا ساماندهی در محل را انجام می‌دهیم یا آنها را در بازارهای ثابتی که داریم اسکان می‌دهیم.



۳۰ پایگاه تابستانی میزبان دانش‌آموزان

مهر/ معاون پرورشی و فرهنگی وزارت آموزش و پرورش گفت: وزارت آموزش و پرورش برای تابستان امسال نزدیک به ۳۰ هزار پایگاه تابستانی را برای اوقات فراغت دانش‌آموزان به صف کرده است. اصغر باقرزاده افزود: ۳۶۶ پایگاه بسیج و ۲۴۹ پایگاه اتحادیه انجمن‌های اسلامی دانش‌آموزان، ۲۲۰ پایگاه پرورش فکری کودکان و نوجوانان، ۱۹۲ اردوگاه دانش‌آموزی، ۱۰۳ مدرسه غیردولتی و ۲۹ پایگاه هلال احمر برای میزبانی از دانش‌آموزان در تابستان در نظر گرفته شده است. ۷۱ هزار دارالقرآن هم در تابستان به کمک آموزش و پرورش آمده و فعال هستند.



خانه آیت‌الله طالقانی مرمت می‌شود

ایسنا/ معاون میراث فرهنگی، اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان البرز از مرمت خانه آیت‌الله طالقانی به دنبال توافق با فرزندان او، خبر داد و اظهارداشت: جلسه‌ای با پسر بزرگ آقای طالقانی داشتیم و مذاکراتی صورت گرفت که به توافق منجر شد. از این رو قرار شد میراث فرهنگی به موضوع مرمت خانه ورود کند و اقداماتی که نیاز است در این بنا انجام دهیم. شهرام محمودی افزود: کارشناسان میراث فرهنگی از این خانه بازدید کردند و بنا را عیب‌یابی و از نواقص و مشکلات آن فهرست‌برداری کردند تا مرمت‌های لازم انجام شود.

گل شهری پر از جاذبه‌های گردشگری که گمنام مانده است

سرزمین چهار اقلیم

مرجان قندی
روزنامه‌نگار

گلپایگان اقلیمی کهن و باستانی با وسعتی حدود ۲ هزار و ۴۲۰ کیلومترمربع همچون نگینی در غرب استان اصفهان می‌درخشد. با سفر به گلپایگان علاوه بر لذت دیدن جاذبه‌های تاریخی و گردشگری دیاری کهن می‌توانید از شلوغی کلانشهرتان فاصله بگیرید و به این منطقه خوش آب و هوا پناه ببرید. گلپایگان با آثار تاریخی و طبیعی بسیاری، از جمله مسجد جامع گلپایگان، ارگ گوگد، مناره گلپایگان، کیوترخانه، تنگ غرقاب، غار قلعه جمال، روستای کوچری و... جلوه‌ای بی‌نظیر از تاریخ و فرهنگ ایران را برای گردشگران به نمایش می‌گذارد. گلپایگان این شهر نام آشنا و پرآوازه به شهر چهار اقلیم معروف است؛ چون از شمال و غرب به کوه‌های پوشیده از برف، از شرق به بیابان، از جنوب به دشت‌ها و باغ‌ها و از شمال شرقی به دشت‌های وسیع با پوشش گیاهی گسترده منتهی می‌شود. تاریخ زندگی در این سرزمین کهن به دوران پارینه سنگی میانی و نوسنگی می‌رسد. سنگ نگاره‌هایی که در گوشه و کنار این شهرستان وجود دارد، شواهدی بر این ادعاست، چراکه کهن‌ترین سازه‌های ایرانیان مثل تیر و کمان در این سنگ نگاره‌ها به تصویر کشیده شده است. گلپایگان همچنین از قدیم به‌عنوان قطب تولید شیر و فرآورده‌های دامی کشور شناخته شده به طوری که لبنیات و البته کباب این شهر همیشه زبانزد خاص و عام است.



کوچری؛ جایی مناسب برای کمپ و پیکنیک در طبیعت گلپایگان

دشت‌های فراخ و درختان سر به آسمان کشیده، بیشه‌زارهایی سرسبز و متراکم پر از درختان سپیدار، بید و نسترن، رودخانه‌های خروشان و... باعث به‌وجود آمدن اکوسیستم بی‌همتایی در گلپایگان شده است. رودخانه زیبای اناریار در ۸ کیلومتری جنوب غربی گلپایگان، سرچشمه حیات و سرزندگی در منطقه کوچری است. منطقه‌ای با طبیعتی چشم‌نواز که به دلیل داشتن هوایی پاک و مطبوع به مرکز تفریحی-توریستی تبدیل شده است و در تمام فصول سال گردشگران زیادی را به آنجا می‌کشاند. این منطقه بهترین موقعیت برای برپایی کمپ و گذراندن یک روز خوب در طبیعت گلپایگان است. فقط یادتان باشد که وسایل و ملزومات کمپ یا پیک نیک‌تان مثل خوراکی و آب آشامیدنی را همراه خودتان ببرید چون برخلاف توریستی بودن منطقه که باید امکانات رفاهی به راحتی در اختیار گردشگران قرار گیرد، به سختی می‌توانید به فروشگاه مواد غذایی دسترسی پیدا کنید.

شاهکار معماری صفویان در بازار ۴۰۰ ساله گلپایگان

گلپایگان دیدنی‌های بسیاری دارد اما شاید مهمترین جایی که اغلب مسافران به آنجا می‌روند بازار سنتی این شهر باشد. این اثر ۴۰۰ ساله که معماری آن در دوره صفویان بازسازی شده، زمانی نبض حیات و امور بازرگانی این شهر بود. مرکزی پویا که حس همبستگی و اتحاد، انسجام و همکاری را بین مردم رواج می‌داد. اهمیت این بازار همیشه به لحاظ سبک معماری آن مورد توجه بوده؛ مثل استفاده از نور طبیعی که از طاق‌های آجری به درون فضای بازار تابیده می‌شود. این بازار که در سال ۱۳۸۴ در لیست آثار ملی ایران به ثبت رسیده است، از یک طرف به مناره گلپایگان و از طرف دیگر به مسجد جامع راه دارد. بنابراین گردشگران بعد از گشت‌وگذار در بازار، می‌توانند از این دو اثر تاریخی هم دیدن کنند.

ارگ گوگد، اقامتگاهی برای مسافران از قدیم تا حال

در این شهر بناهایی وجود دارد که به رغم قدمت زیادشان هنوز پابرجاست. قلعه‌های خشتی چند هزار ساله و دژهای کهن گلپایگان که با هر هجومی در تاریخ تخریب و دوباره در دوره آرامش و سکون بازسازی شده‌اند از این جمله‌اند. ارگ تاریخی گوگد یکی از این قلعه‌های خشتی و دیدنی گلپایگان است که از دیرباز سایه‌سار مسافران بوده است. برج و بارویی عظیم در گوشه‌ای از صحرا برای پذیرش کاروان‌های خسته که به شوق رسیدن به قلعه راه زیادی را طی می‌کردند تا در امنیت و آسایش این بنا غبار خستگی مسیری سخت را از تن به در کنند. البته به گفته قدیمی‌های گلپایگان ارگ تاریخی گوگد صرفاً یک کاروانسرا برای رفع خستگی و استراحت زائران، مسافران، تجار و... نبود بلکه محلی بود برای تبادل اطلاعات و اخبار، تا بتوانند بهترین مسیر را برای ادامه سفر انتخاب کنند. ارگ گوگد که حدود چهار قرن پیش ساخته شده، در زمان صلح و آرامش به‌عنوان کاروانسرا و در زمان جنگ، به‌عنوان دژ نظامی مورد استفاده قرار می‌گرفت. این بنا با مساحتی حدود ۵۰۰۰ مترمربع چهار برج در ۴ رأس خود دارد. این کاروانسرا در بعضی از قسمت‌ها از دو طبقه تشکیل شده است که براساس تاریخ نوشته شده درباره این مکان بزرگان و پادشاهان و افراد نامی در طبقات بالا و مقامات پایین‌تر در طبقات پایین ساکن می‌شدند. ارگ تاریخی گوگد به شکل مربع ساخته شده و دیوارهای سرخ رنگ آن ۱۲ متر ارتفاع دارد. یکی از جلوه‌های دیدنی این بنا حیاط



«میل گلپایگان» راهنمای مسافران جاده ابریشم

درست در کنار بازار مناره‌ای بلند از جنس آجر سر برافراشته که قدمتی حدود ۱۰۰۰ سال دارد. مناره گلپایگان که به فانوس صحرایی جهان هم شناخته شده، راهنمای کاروان‌های جاده ابریشم بوده است. این مناره ۱۸ متری شهر گلپایگان که به آن «میل گلپایگان» هم گفته می‌شود، زمانی از بلندترین مناره‌های ایران بوده و در اصل به‌منظور هدایت کاروان‌ها در شهر ساخته شده بود. به این ترتیب که در بالای آن آتشی روشن می‌شد تا مسافران بتوانند در شب راه خودشان را پیدا کنند و با امنیت بیشتری سفر کنند.



خنک‌ترین شهرها برای سفرهای تابستانی

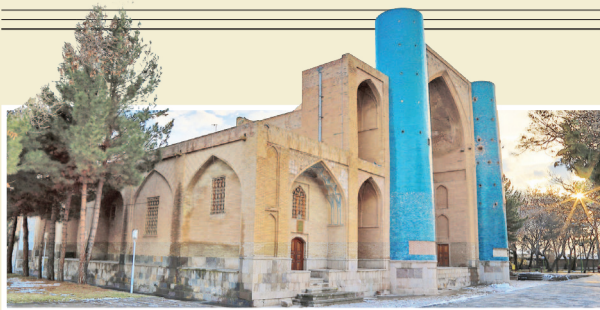
تابستان وقت سفر است. اولویت اغلب مسافران در این فصل، سفر به شهرهایی است که آب و هوایی خنک داشته باشند تا گرمی هوا مانعی برای گشت و گذارشان در زمان سفر نشود. شهرهایی مثل لرستان، کردستان، کرمانشاه، آذربایجان غربی و شرقی، اردبیل، چهارمحال و بختیاری، ارتفاعات گیلان و مازندران، زنجان و همدان که البته بجز آب و هوایی خنک، جاذبه‌های گردشگری فراوانی نیز دارند، هر سال مقصد بسیاری از گردشگران در روزهای تابستان هستند.



دریاچه گهر
لرستان

اولسینگاه
ماسال





اهر شهر ورنی و شیریند



سعیده احسانی راد
روزنامه‌نگار

منطقه گردشگری و بکر

ارتفاعات بکر و دیدنی روستای مزرعه و کوه شیور در شمالی‌ترین نقطه شهرستان اهر در فاصله ۲۰ کیلومتری از اهر در جهت شرقی - غربی کشیده شده است. منطقه گردشگری ارتفاعات روستای مزرعه و قله شیور علاوه بر داشتن مراتع، مزارع، بیلاقات عشایری، عشایر چلبیانلو و روستاهای آبی پیرزن، مزرعه، چوبند، حاج علی بیگ کندی، زندآباد، انجر و لامان، مکانی بکر و طبیعی با چشمه‌های گواراست از جمله «سویوخ بولاغ» و «چونوش گولی». منطقه گردشگری و بکر کوه شیور با داشتن دو قله شبیه گوش خرگوش و یک قله کوچک در کنار این دو قله، به مانند دیواری عظیم زمین‌های پست و بلند شمال و جنوب را از هم جدا کرده است. کوه شیور از قدیم بسیار مورد توجه بوده و به عنوان موزه زمین شناسی از جمله کوه‌های غنی از معادن مس و سنگ‌های باتولیتی است.

خانه ورنی در خانه تاریخی دکتر قاسم خان

در شهر اهر خانه‌های تاریخی که قدمت آن به دوره قاجار می‌رسد و متعلق به شخصی به نام دکتر قاسم خان اهری از پزشکان نامی در دوران خود بوده است، به نام خانه ورنی معروف است که محلی برای فروش و نمایش صنایع دستی است.

آثار تاریخی اهر

رئیس اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی اهر به دیگر آثار تاریخی شهر اهر اشاره کرد و گفت: مقبره شیخ شهاب‌الدین اهری با ۱۳ هکتار در قسمت جنوبی شهر واقع شده است که تنها موزه ادب و عرفان کشور است. بقعه تاریخی شیخ شهاب‌الدین اهری در دوره ایلخانی و اوایل دوره صفوی به احتمال زیاد در زمان شاه عباس اول ساخته شده است. این بقعه محل آرامگاه شیخ شهاب‌الدین اهری است. بنا، دربرگیرنده ساختمان‌های خود مسجد، ایوانی بلند، مناره‌ها و تعدادی غرفه است. مسجد شیخ شهاب‌الدین که در ضلع شرقی صحن این بقعه قرار دارد، دارای گچبری‌ها و تزئینات نقاشی است. دور تا دور دیوار مسجد دستخط‌هایی وجود دارد که بین آنها دست‌نوشته‌هایی از شیخ بهایی، شاه عباس سوم و ابوالقاسم نباتی را تشخیص داده‌اند. این بقعه از سال ۱۳۷۴ به موزه ادب و عرفان تبدیل شده است.

سوغات اهر

کمتر شهری در ایران وجود دارد که شیرینی و نان مخصوص و به نام خود نداشته باشد. شهر اهر یک نوع شیرینی با نام «اهری» و نوعی نان به نام «نان اهری» (یتی قات) دارد که جزو سوغات این شهرستان محسوب می‌شود. در بازار تاریخی اهر می‌توانید خوراکی‌هایی از جمله شیرینی اهری، نان روغنی شیرین و فیتیر پخته شده با مغز گردو را به عنوان سوغاتی تهیه کنید. همچنین طعم لبینات خوشمزه طبیعی از شیر و خامه و پنیر را تجربه کنید. نان اهری به دلیل وجود پودر هل و زنجبیل بسیار معطر و خوش طعم است و با وجود اینکه به آن نان می‌گویند، درواقع نوعی کلوچه خوشمزه است و بافت آن مانند نان نیست. شیرینی اهری در سال ۱۳۹۴ از سوی سازمان میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی در فهرست آثار ملی ناملموس ایران به ثبت رسیده است.

مختصات متفاوت مسجد جامع اهر

مسجد جامع اهر از قدیمی‌ترین آثار تاریخی در این شهر است که هزار سال قدمت دارد و به دوران سلجوقیان بر می‌گردد. این مسجد دارای ۲۱ گنبد است که البته در دوران حکومت‌های مختلف صفوی، قاجار و پهلوی به تعداد آن اضافه شده است. آنچه موجب منحصر به فرد شدن این بنای تاریخی شده، مختصات آن است که در هیچ‌کدام از مساجد تاریخی به جا مانده در ایران دیده نمی‌شود.



جاذبه‌های نزدیک جنگل فندقلو

رئیس اداره کل میراث فرهنگی و گردشگری اهر درباره جاذبه‌های نزدیک جنگل فندقلو گفت: در مسیر دسترسی روستای انداب و جنگل طبیعی فندقلو، امامزاده معروف به سیدلر واقع شده که در اطراف چشمه و محور گیلان افیل علاوه بر رودخانه اهرچایی و باغ‌ها و جنگل‌های اطراف، تالاب یوسفلو و تالاب دیب سیز، چنارهای کهنسال یوزباشلو و زکلیگ، قلعه نوردوز و چمنزارها و بیلاقی‌های ارتفاعات همراه با چشمه‌ها و رودها و آبشارها وجود دارد.

اهر از شهرستان‌های قدیمی استان آذربایجان شرقی در ۸۵ کیلومتری تبریز است. این شهر بیش از ۱۰۰ اثر تاریخی ثبت شده دارد و به شهر ورنی شناخته می‌شود. اهر در کنار ورزقان، هریس، کلبر و خداآفرین در منطقه ارسباران، ظرفیت‌های گردشگری زیادی دارد. حسن باقرپور، رئیس اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی اهر در گفت‌وگو با خبرنگار «ایران» درباره جاذبه‌های شهر اهر گفت: در ۲۵ کیلومتری جاده اهر به مشکین شهر بر فراز کوه‌های سرسبز روستای انداب، منطقه نمونه گردشگری فندقلو با طبیعت بکر و درختان طبیعی فندق، محیطی گردشگر پسند است. این جنگل‌ها در دامنه کوه‌های بزرگوش در نزدیکی منطقه حفاظت شده پایگاری است. هر گردشگری که به جنگل‌های قره داغ (ارسباران) بخصوص پارک جنگلی فندقلو اهر می‌آید محو زیبایی‌های آن می‌شود و می‌خواهد چند روزی را در این منطقه سپری کند اما به دلیل نداشتن هتل و اقامتگاه، گردشگران مجبورند زمان کوتاهی را در جنگل‌های فندقلو بمانند. باقرپور درباره کمپ زدن و اقامت در پارک جنگلی فندقلو گفت: این منطقه جزو مناطق کمتر توسعه یافته است که نیاز به معرفی دارد و زیرساخت‌های معمولی و ابتدایی مثل آلاچیق، نمازخانه و سرویس‌های بهداشتی برای اقامت چادری دارد. وی اضافه کرد: خوشبختانه راه دسترسی به پارک جنگلی فندقلو آسفالت شده است. امیدواریم با افزایش امکانات رفاهی و ایجاد فضاهای مناسب برای گردشگران در این منطقه شاهد رونق گردشگری منطقه باشیم. باقرپور به جاذبه‌های گیاهی این جنگل اشاره کرد و گفت: در این جنگل گیاهان و درختچه‌های محلی از جمله فندق و بلوط فراوان است. پوشش گیاهی آن طوری است که به سختی می‌توان از لابه لای درختان عبور کرد و حتی مناطقی وجود دارد که عبور انسان از آنجا غیرممکن است. رئیس اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی اهر به گردشگران توصیه کرد اگر قصد اقامت شبانه در جنگل فندقلو را دارند حتماً چادر بزنند یا برای اقامت به روستاهای اطراف جنگل‌های فندقلو بروند.

اهر شهر ورنی

اهر در سال ۹۹ به عنوان شهر ملی ورنی شناخته شد. ورنی سوغات خاص شهر اهر به حساب می‌آید. رئیس اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی اهر درباره ورنی اهر گفت: ورنی زیراندازی مابین گلیم و فرش است و در ابعاد مختلف در دو نوع ابریشمی خالص و پشمی است و گاهی اوقات از ترکیب این دو نوع هم استفاده می‌شود. ورنی محصولی است میان گلیم و فرش که همچون سایر گلیم‌ها به صورت ذهنی و بدون نقشه از پیش تهیه شده به وسیله زنان و دختران عشایر و روستاییان منطقه ارسباران بافته می‌شود. تار و پود این فرش همانند قالی از نخ‌های پنبه‌ای، پشمی و ابریشمی فراهم شده و گاهی برای چله‌کشی از پشم گوسفند هم که در منطقه فراوان است، استفاده می‌شود. نقشه «ورنی» نشانگر اعتقادات، آداب و رسوم و باورهای مردم این منطقه است. در بافت آن همچنین از تخیلات ذهنی و شکل حیوانات و پرندگان استفاده می‌شود. معمولاً برای رنگ‌بندی ورنی از رنگ‌های لاک، کرم، آبی روشن، سفید و پیازی استفاده شده و در ابعاد مختلف به بازار عرضه می‌شود. «ورنی» به دلیل عدم استفاده از گرّه در بافت آن جزو گلیم و به دلیل طرح، نقشه و شکل ظاهری آن مشابه قالی به نظر می‌آید. باقرپور از تهیه مقدمات برای ثبت جهانی ورنی به نام اهر خبر داد و گفت: در حال حاضر ۱۵ آموزشگاه برای آموزش ورنی در اهر از سوی سازمان فنی و حرفه‌ای ایجاد شده و ۶ کارگاه برای آموزش ورنی در اهر فعال است.



رعایت موارد ایمنی در جنگل‌های فندقلو

رئیس اداره کل میراث فرهنگی و گردشگری اهر از گردشگران خواست در جنگل آتش بریا نزنند و نظافت را رعایت کنند. در آنجا سطل آشغال برای زباله‌های گردشگران تعبیه شده است.

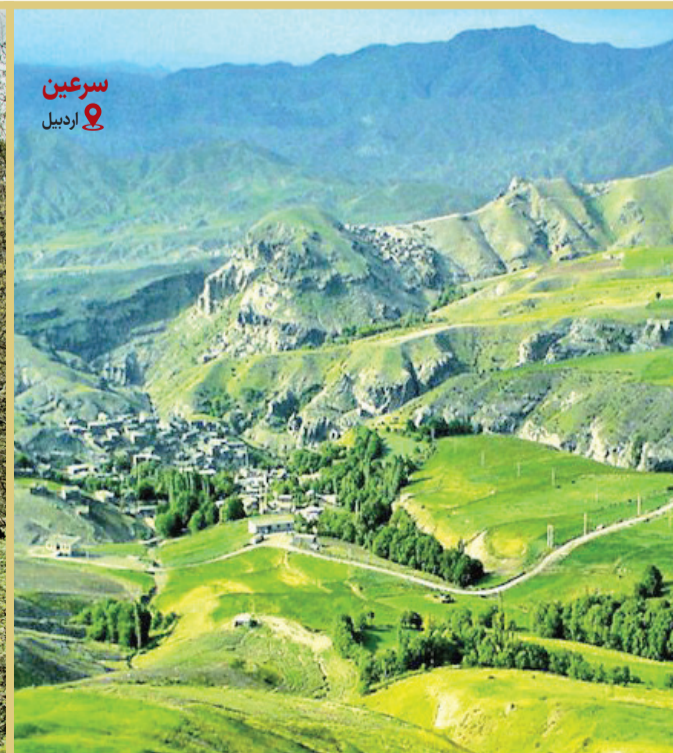
مازیچال



جنگل النگرده



سرعین



چند فیلم ورزشی که دیدنشان انگیزه رسیدن به هدف را در بیننده بیدار می‌کند

موفقیت‌آلودگی با

ما می‌گویند. همچنین فیلم‌های ورزشی گاهی اوقات تنها به مضامین ورزشی بسنده نمی‌کنند و با به تصویر کشیدن داستان‌هایی عموماً واقعی و تأثیرگذار، روایت خود را به زندگی اجتماعی پیوند می‌زنند. پس بد نیست هر از چند گاهی در میان فیلم‌های ژانرهای مختلف، نگاهی به فیلم‌های ورزشی بیندازیم و انگیزه‌های مان برای رسیدن به اهداف مان را بالا ببریم.

معطوف کردن توجه‌شان به زندگی ورزشکاران و مسیری که می‌پیمایند، درون خودشان حسای از انگیزه، شوق و رسیدن به هدف را دارند. بعضی از این فیلم‌ها میل به رقابت و مبارزه را درون بیننده بیدار می‌کنند و بعضی دیگر انگیزه‌های شخص برای مدیریت و خودسازی را به تصویر می‌کشند. به همین خاطر تماشای فیلم‌های ورزشی وای لذت تماشای فیلم، نکات ریز و مهمی درباره زندگی به

احمد محمدتبریزی / زندگی ورزشکاران حرفه‌ای یا چگونگی مدیریت یک تیم برای بسیاری از مردم جذابیت زیادی دارد. ورزشکاران حرفه‌ای با تمرین‌ها و مشقت‌های زیادی که متحمل می‌شوند، خودشان را از دیگران جدا می‌کنند و با تمرین زیاد به مراحل بالایی در ورزش می‌رسند. رسیدن به چنین جایگاهی ساده نیست و هرکسی توان دستیابی به آن را ندارد. فیلم‌های ورزشی با



Moneyball

تیم، بودجه کمی دارد و بین باید تیمش را بر اساس همین بودجه ببندد. پس او با توجه به محدودیت‌هایش، به جای اینکه سراغ بازیکنان مطرح و گرانبه‌تر برود، با کمک یک آنالیزور حرفه‌ای، سراغ بازیکنانی می‌رود که با وجود داشتن استعداد، دست‌کم گرفته شده‌اند و قیمت پایینی دارند. بین، تیمش را با استفاده از همین بازیکنان می‌بندد و در طول فصل به رکوردی شگفت‌انگیز در تاریخ بیسیال جهان می‌رسد. تیم اوکلند با ۲۰ برد پی‌درپی، تمام رقبا را از پیش رو برمی‌دارد و خودش را به فینال مسابقات می‌رساند. آوازه شگرذ مدیریتی بین، در میان تیم‌های ورزشی می‌پیچد و او را به عنوان مدیری با استراتژی‌های خاص مشهور می‌کند.

مانیبال (Moneyball)
ستاره فیلم: برد پیت
کارگردان: بنت میلر

«مانیبال» نه تنها درباره ورزش، بلکه درباره مدیریت و کارآفرینی صحبت می‌کند. فیلم با یک جمله از قهرمان افسانه‌ای بیسیال امریکا شروع می‌شود: «باور کردنی نیست که درباره بازی که تمام عمرت کرده‌ای، چقدر کم می‌دانی.» این جمله، به مخاطبان فیلم می‌گوید، حتی دریاچه آنچه انجام داده‌اید و تصور می‌کنید در آن تجربه کافی دارید هم، شاید در اشتباه باشید. این فیلم نیز با اقتباس از زمانی بیوگرافی ساخته شد و خیلی زود پس از اکران در میان عموم مردم و علاقه‌مندان به ورزش‌های دیگر هم طرفدار پیدا کرد. فیلم، داستان مدیر یک تیم بیسیال را به تصویر می‌کشد که تمام تلاش خودش را می‌کند تا تیم را از بحران و ناکامی نجات دهد. آنچه که فیلم را بیش از اندازه تماشایی می‌کند، راهکار شخصیت اصلی فیلم به نام بیلی بین است. او مدیر تیم بیسیال اوکلند شده و این تیم نه تنها فصلی فاجعه‌بار را پشت سر گذاشته بلکه در انتهای فصل، سه بازیکن اصلی خودش را از دست می‌دهد. در چنین شرایطی یک مدیر برای موفقیت باید چه کار کند؟ بیلی بین نشان می‌دهد چگونه با استفاده از کوچکترین فرصت‌ها، بزرگترین موفقیت‌ها را رقم زد.

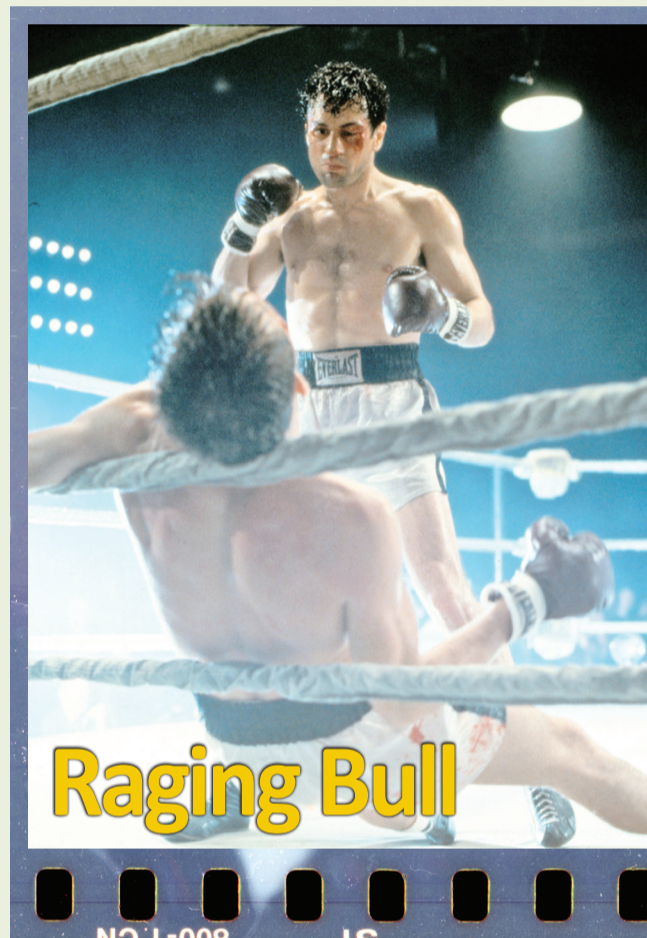


The Way Back

موفقیت در ورزش، باید ابتدا روی خودش کار کند. آغاز تغییرات در زندگی شخصی جک، او را در زمینه مدیریت تیم به موفقیت‌های زیادی می‌رساند. هراندازه که جک از الکل و زندگی ناسالم قبلی‌اش فاصله می‌گیرد، به همان اندازه در ورزش موفق می‌شود. او روحیه جنگندگی و مبارزه را بین بازیکنان مدرسه می‌آورد و آنها را از تیمی ضعیف به تیمی مدعی تبدیل می‌کند. جک، استعداد نهفته بازیکنان را کشف می‌کند، به آنها اعتماد به نفس می‌دهد و نظم و انضباط را به آنها می‌آموزد. هرچند جک در ادامه، اعتیادش به الکل را از سر می‌گیرد، ولی پیش آمدن چند اتفاق تلخ، باعث می‌شود تا برای همیشه به خودش بیاید و دوباره ورزش کردن را از سر بگیرد. «راه بی‌بازگشت» نشان می‌دهد موفقیت در ورزش به این راحتی به دست نمی‌آید و برای دستیابی به آن، باید سخت تمرین کرد، منضبط بود و زندگی سالمی داشت.

راه بازگشت (The Way Back)
ستاره فیلم: بن افلک
کارگردان: کاوین اوکانر

چه چیزی بهتر از ورزش می‌تواند زندگی از هم فروپاشیده یک بازیکن قدیمی را دوباره جمع و جور کند و او را به زندگی برگرداند؟ جک کانینگهام در دوران دبیرستان، ستاره بسکتبال مدرسه بوده و برای تیم مدرسه‌اش افتخارآفرینی کرده است؛ اما زندگی جک پس از مدرسه، با مواد و مشروب درآمیخته می‌شود و او را از زندگی حرفه‌ای و سالمش دور می‌کند. در این میان حادثه‌های تلخ و ناگوار مثل مرگ فرزند هم کافی است تا جک را به یک دائم‌الخمر تبدیل کند. شخصیت افسرده و معتاد به الکل جک، هیچ راه‌گیزی به خود نمی‌بیند تا اینکه به او پیشنهاد می‌شود مربیگری تیم بسکتبال مدرسه را برعهده بگیرد. او ابتدا با کمال بی‌میلی این پیشنهاد را می‌پذیرد ولی در ادامه، کار با بچه‌های دبیرستان به بخش مهمی از زندگی‌اش تبدیل می‌شود. جک در شروع مربیگری، تغییری در زندگی‌اش به وجود نمی‌آورد. اعتیاد به الکل همچنان در زندگی‌اش نقش دارد و همین باعث می‌شود تا در کار مربیگری‌اش نیز نتواند موفقیت خاصی به دست بیاورد. او متوجه می‌شود برای



Raging Bull

دوربین قرار گرفت و یکی از بهترین فیلم‌هایش را کارگردانی کرد. «گاو خشمگین» با ظرافت زیادی وارد زندگی یک ورزشکار حرفه‌ای می‌شود و چالش‌ها و روابط او را به تصویر می‌کشد. فیلم نشان می‌دهد رسیدن به عنوان قهرمانی در ورزش به این سادگی‌ها نیست و ورزشکار باید سختی‌های زیادی را متحمل شود. تحمل فشارهای ناشی از تمرین‌ها و مبارزه‌ها، تأثیرش را روی زندگی شخصی ورزشکار هم می‌گذارد و از او انسانی پرخاشگر و خشمگین می‌سازد.

گاو خشمگین (Raging Bull)
ستاره فیلم: رابرت دنیرو
کارگردان: مارتن اسکورسیزی

این فیلم بر اساس کتاب «گاو خشمگین» که زندگینامه جیک لاموتا، مشت‌زن میان‌وزن آمریکایی است، ساخته شد. رابرت دنیرو پس از مطالعه کتاب، ایده اقتباس و ساخت فیلمی بر اساس کتاب را به مارتین اسکورسیزی پیشنهاد داد و پس از تأیید آقای کارگردان، پل شیریدر و مادریک مارتین در دو هفته فیلمنامه «گاو خشمگین» را نوشتند. از نگاه بسیاری از منتقدان، «گاو خشمگین» بهترین فیلم ورزشی تاریخ سینما به شمار می‌رود. رابرت دنیرو برای بازی در این فیلم، ۲۵ کیلوگرم وزنش را افزایش داد تا به لحاظ فیزیکی بیشتر به یک بوکسور شبیه شود. اسکورسیزی در نهایت استادی و مهارت، پشت

است که ارزش فیلم را زیاد می‌کند و بیننده را وارد زندگی حرفه‌ای و خصوصی یک ورزشکار حرفه‌ای می‌کند. نکته جالب درباره بازی دنیرو در «گاو خشمگین» اینجاست که وقتی جیک لاموتای واقعی با دنیرو در پشت صحنه مواجه می‌شود، ادعا می‌کند که دنیرو در حال حاضر یکی از ۲۰ بوکسور اول جهان است. همین تمرینات و سختی‌هایی که دنیرو برای این فیلم کشید، تأثیر مهمی در باورپذیر شدن داستان فیلم داشت.





درباره کتاب «برگ ریزان»، آخرین اثر ویل دورانت
که ۳۲ سال پس از مرگش کشف شد

سفری از نوزادی تا مرگ همراه با طبیعت و هنر

احمد محمدتیریزی
روزنامه‌نگار

بیشتر ما ویل دورانت را با اثر سترگ و معروفش به نام «تاریخ تمدن» به یاد می‌آوریم و این نویسنده بزرگ را با کتاب‌های تاریخی‌اش می‌شناسیم. اما ویل دورانت در کنار آثار تاریخی‌اش، در حوزه‌های دیگری هم قلم زده بود و کتاب «برگ‌ریزان» یکی از آن کتاب‌هاست. این کتاب آخرین و شخصی‌ترین اثر این نویسنده شهیر به شمار می‌رود و او در آن به موضوعات مختلفی پرداخته است. این کتاب ۳۲ سال پس از مرگ خالقش کشف شد و به قول نویسنده‌اش، کلام آخر او درباره زندگی، عشق، خدا و جنگ است.

و سرمستی مدام است و تجربه زندگی هنوز با روزمرگی و سرخوردگی تلخ نشده است. برای بسیاری از ما، جوانی تنها دوره‌ای از زندگی است که به واقع زندگی‌اش می‌کنیم. اما این دوران زیبا و دل‌انگیز یک تراژدی بزرگ دارد: «تراژدی زندگی این است که تنها زمانی خرد را به ما می‌دهد که جوانی‌مان را رها کرده است. آه، اگر در جوانی دانا بودیم و در پیری توانا.» پس از کودکی و جوانی، سرور و مهربانی می‌شود. دوره‌ای که در آن انسان محافظه‌کارتر و خردمندتر شده و با ناباوری متوجه می‌شود مخزن نیروهایش دیگر پر نخواهد شد. در این دوره ما بیشتر از هر زمان دیگری، متوجه کوتاهی عمر می‌شویم و انگار بر فراز کوهی ایستاده‌ایم و بی‌آنکه نیاز باشد به دوردست بنگریم، آن پایین، مرگ را می‌بینیم. با تمام توان و بیشتر از قبل کار می‌کنیم تا فراموش کنیم که مرگ در انتظار ماست. نگاهمان را به خاطرات روزهایی برمی‌گردانیم که بوی مرگ در آن راه نداشت. در نهایت سالخوردگی از راه می‌رسد و پس از آن مرگ: «در تاریخ تنها یک چیز قطعی است، و آن زوال است؛ تنها یک چیز زندگی قطعی است و آن مرگ است. این می‌تواند تراژدی بزرگ کهنسالی باشد.» ما می‌میریم و بر زمین می‌افتیم تا زندگی جوان و قدرتمند بماند. اگر قرار بود تا ابد زنده باشیم، رویش باز می‌ماند و عضو جوان‌تر جایی روی زمین نمی‌یافت.

طغیانی علیه زیبایی

ویل دورانت پس از بررسی موضوع و مفاهیم مهمی مثل جوانی و میانسالی و مرگ، به سراغ دیگر مفاهیم تعیین‌کننده زندگی بشر می‌رود. اخلاق، نژاد، زنان، جنسیت، جنگ، سیاست، هنر، علم و آموزش. همه مضامین مهمی هستند که از نظر دورانت دور نمانده‌اند. هنر یکی از مباحثی است که ویل دورانت به آن ورود می‌کند. او خودش را یک هوادار هنر کلاسیک معرفی می‌کند و نگاه خوشبینانه‌ای به هنر مدرن ندارد. از دیدگاه او، با انقلاب صنعتی و مدرن شدن جوامع، حس زیبایی‌شناسانه انسان به سطحی مشترک و همگانی تقلیل پیدا کرده است. برای هنرمند امروز، هیچ قانون، معیار و نمونه‌ای وجود ندارد و او می‌تواند هر چیزی را بدون توجه به فرم به عنوان هنر ارائه کند. چنین هنرمندی می‌گوید که نیازی به آموختن ندارد و با درهم‌آمیختگی رنگ‌ها، می‌تواند چشم‌های عادی مردم را برانگیزد و میلیونرها را فریفته کند. به همین خاطر بسیاری از تولیدات هنری، هیچ معنایی را منتقل نمی‌کند و شکوه و عظمت درون آدمی بیدار نمی‌شود: «هنر بدون علم فقر است و علم بدون هنر بربریت است. باشد که همه علوم بکوشند تا در زیبایی و خرد به تکامل برسند و باشد که ما شادمان شویم آنگاه که علمی به هنر تبدیل می‌شود.»



ویل دورانت پس از بررسی موضوع و مفاهیم مهمی مثل جوانی و میانسالی و مرگ، به سراغ دیگر مفاهیم تعیین‌کننده زندگی بشر می‌رود. اخلاق، نژاد، زنان، جنسیت، جنگ، سیاست، هنر، علم و آموزش. همه مضامین مهمی هستند که از نظر دورانت دور نمانده‌اند. هنر یکی از مباحثی است که ویل دورانت به آن ورود می‌کند. او خودش را یک هوادار هنر کلاسیک معرفی می‌کند و نگاه خوشبینانه‌ای به هنر مدرن ندارد.



آموزگاری به نام طبیعت

آموزش، موضوع مهم دیگری است که نویسنده به آن می‌پردازد. دورانت بهترین روش آموزش در مدارس را از طریق هنرهای دستی و خانگی می‌داند. پسرها باید استفاده از ابزار عادی، نجاری و لوله‌کشی را بیاموزند و تعمیرات سطحی در خانه و موتور برخی ماشین‌ها را انجام دهند و دختران باید روش‌های آشپزی، مدیریت خانه و مهر و مراقبت مادری را فرا بگیرند. آموختن حرفه مسأله مهمی است که در آموزش‌های امروزی کمتر به آن توجه می‌شود. دورانت عقیده دارد اگر دختران، نتوانند خانه، همسر و فرزند را مدیریت کنند دانستن زبان خارجی، باستان‌شناسی و مثلثات هیچ سودی برایشان نخواهد داشت. او از طبیعت نیز غافل نیست و بزرگترین سرچشمه رنج و شادی را بعد از آدم‌های اطرافمان، طبیعت می‌داند: «دوست دارم کودکان همانگونه که زیبایی‌های طبیعت را می‌شناسند، با ترس‌های آن نیز آشنا شوند و طبیعی بودن کوشش، رنج، خطر و مرگ را بپذیرند.» در نگاه دورانت، طبیعت معلم خوبی برای آموختن خیلی چیزهاست و باید از طبیعت درس‌های تلخ و شیرینش را یاد گرفت: «یقیناً دوست دارم فرزندانمان گوناگونی بی‌انتهای طبیعت را به خوبی درک کنند؛ که نه تنها شکوفا شدن و سرسبزی‌هایش، بلکه مه‌های اسرارآمیز و فرسوده شدن تدریجی‌اش را نیز دوست داشته باشند. شناختن خوشه پروین در آسمان و باغبانی کردن باغچه را یاد بگیرند.» از دیدگاه دورانت، به جای خسته کردن بچه‌ها با آموختن زبان‌های بیگانه، جان‌شان را با ادبیات زنده پر کنیم. آشنایی با هرودوت، خیام، دانته، یا خواندن دن کیشوت و بینواییان و آثار بالزاک و فلور بېش از هر چیز دیگری در آموزش بچه‌ها و بهتر زندگی کردن‌شان نقش دارد. همچنین فلسفه را نباید از نظر دور داشت چرا که راه خوشایندتر برای درک زندگی به شمار می‌رود.



برای خواندن «برگ‌ریزان» نباید همانند دیگر کتاب‌های دورانت، توقع اثری تاریخی با روندی پیوسته را داشت. در «برگ‌ریزان» ما با خرده جستارهایی در موضوعات مختلف طرف هستیم و قرار است نظر نویسنده‌ای یا به سن گذاشته و با تجربه را بخوانیم که دنیا را گشته و با آدم‌های مختلفی نشست و برخاست داشته است. خواندن چنین کتابی باید تجربه هیجان‌انگیزی باشد چون شخصی مانند ویل دورانت که سال‌های زیادی از عمرش را در سفر و در حال مطالعه بوده، حرف‌های مهمی برای گفتن دارد.



منتقد جنگ طلبی امریکا

یکی از نکات جالب توجه کتاب، حرف‌های انتقادی ویل دورانت به جنگ و بویژه جنگ امریکا در ویتنام برمی‌گردد. او در فصلی جداگانه توضیح می‌دهد جنگ ریشه در انگیزه‌های طبیعی انسان دارد و نفس انسان اصلی‌ترین خاستگاه جنگ بوده است. او با نگاهی تاریخی، جنگ و نزاع بر سرزمین و غذا را که به بقا می‌انجامیده پیش می‌کشد و معتقد است این ویژگی همچنان در وجود انسان‌ها ریشه دارد. پرداختن به ریشه‌های تاریخی جنگ از سوی ویل دورانت جزئیات زیادی در خود دارد. اما ماجرا وقتی جالب‌تر می‌شود که او لبه تیز انتقاد را به سمت سیاست‌های جنگ‌طلبانه امریکا می‌کشد. دورانت به عنوان یک امریکایی، منتقد سرسخت سیاست‌های جنگ‌طلبانه کشورش است و با نگاهی بدبینانه، وضعیت جنگی کشورش در ویتنام را نقد می‌کند. حرف‌هایی که نویسنده در این بخش می‌زند جای تأمل بسیار دارد. این تاریخدان امریکایی معتقد است سیاستمداران کشورش به جای وعده برپاسازی یک امپراطوری امریکایی، با پایگاه‌های نظامی و انبارهای اسلحه در کشورهای هزاران کیلومتر دورتر، می‌توانست به شکلی ارزان‌تر و انسانی‌تر به مناطق فقیر و محروم دنیا، غذا و فناوری صادر کند.

دنیای معصومانه کودکان

دورانت «برگ‌ریزان» را در شرایطی نوشت که امریکا و غرب همچنان درگیر تبعات جنگ‌های جهانی قرن بیستم بودند و سلطه سرمایه‌داری در جهان در حال گسترش و ارزش‌های اجتماعی در حال تغییر و دگرگونی بود. به نوعی این کتاب را نقطه پایانی بر شصت و چند سال تجربه ویل دورانت می‌دانند که ثمره سال‌ها تحقیق او درباره تاریخ، ادیان، فلسفه و هنر در آن آمده است. برای خواندن «برگ‌ریزان» نباید همانند دیگر کتاب‌های دورانت، توقع اثری تاریخی با روندی پیوسته را داشت. در «برگ‌ریزان» ما با خرده جستارهایی در موضوعات مختلف طرف هستیم و قرار است نظر نویسنده‌ای یا به سن گذاشته و با تجربه را بخوانیم که دنیا را گشته و با آدم‌های مختلفی نشست و برخاست داشته است. خواندن چنین کتابی باید تجربه هیجان‌انگیزی باشد چون شخصی مانند ویل دورانت که سال‌های زیادی از عمرش را در سفر و در حال مطالعه بوده، حرف‌های مهمی برای گفتن دارد.

کتاب از چندین فصل درباره مسائل مختلف تشکیل شده است و نویسنده در هر بخش درباره موضوع مهمی درباره زندگی صحبت می‌کند. فصل اول کتاب درباره شروع زندگی آدم‌هاست. ویل دورانت خیلی شیرین این مبحث را باز می‌کند و با نگاهی به دنیای معصومانه کودکان از سادگی و زلالی در کارهایشان می‌نویسد و صداقت و صراحت بی‌پرده آنان را ستایش می‌کند: «نوزادی را نگاه کن، ممکن است کثیف باشد اما حیرت‌انگیز است، واقعیتی مضحک دارد و امکانی بی‌نهایت، در خود بذر آن معجزه غایی را دارد: رشد. آیا می‌توانی تصور کنی که این ملغمه عجیب و ننگ و تَنگ و درد، روزی توان درک عشق، اضطراب، نیایش، رنج، آفرینش، متافیزیک و مرگ را خواهد داشت؟» ویل دورانت کودکان را شروع و پایان فلسفه می‌داند که در رشدشان اسرار تمام مسائل متافیزیکی را دارند.

سرمستی مدام جوانی

او سپس سری به دوره جوانی می‌زند و از دوره بازی، به کار و از دوران وابستگی به خانواده تا وابستگی به خود می‌رود. جوانی دوره خطرپذیری، ماجراجویی



درخشش در میان نقش‌ها و رنگ‌ها

ترندهای مد دخترانه و پسرانه برای تابستان

راضیه خوئینی / دنیای مد برای کودکان در تابستان امسال، ایده‌های فراوانی را راهی بازار کرده است! سبک‌ها، رنگ‌ها، چاپ‌ها و جنس‌های مرغوبی که امسال سبک لباس پوشیدن فرزندان شما را متفاوت کرده تا آنها را در کانون توجه قرار دهد. از آنجا که روزهای آفتابی‌تر در راهند و مدرسه‌ها به پایان رسیده لباس‌ها و اکسسوری‌های زیادی برای تفریح و لذت بردن هر چه بیشتر فرزندان از تعطیلات تابستانی روانه فروشگاه‌های بچگانه شده است.

انتخاب مهم
در درجه اول سعی کنید به طرح‌ها و جنس‌هایی روی بیاورید که مسئولیت پذیری بیشتری نسبت به محیط زیست داشته باشند ولی در عین حال راحتی بیشتری را برای فرزندان در روزهای داغ به ارمغان بیاورند.



روند مد دخترانه امسال

از رنگ‌های مرسوم برای دختران کوچولوی شما می‌توان به شلوارک آبی آسمانی، لباس‌های ارغوانی، تی‌شرت صورتی پاستلی با یقه گلدوزی شده، لباس صورتی فوشیا و بندینگ‌خور اشاره کرد. شلوارک بندینگ‌دار آجری و نارنجی، تی‌شرت آبی با یقه گرد چین‌دار، لباس میهمانی طلایی رنگ با کمر کشی باریک، پیراهن بندی زرد، شلوار سبز کم‌رنگ هم می‌تواند توجه دختران کوچک را جلب کند.

مدل‌های پسرانه

از مدل لباس‌های پسرانه که این روزها مد شده است، می‌توان به شلوارهای گرمکن سبز، کلاه‌های طرح‌دار هواپیما، شلوار ورزشی خاکستری کدر و تی‌شرت بنفش پرنرنگ اشاره کرد.



الهام از دو دهه پیش

مدل‌های ۲۰۰۰ یک بار دیگر در سال ۲۰۲۳ در کانون توجه قرار گرفته است. طراحان مد زنانه، مردانه، بچگانه و نوجوان امسال بیش از همیشه از آن الهام می‌گیرند. روندی که تیبی مشابه لباس‌های ورزشی یا موج سواری برای کودکان شما به ارمغان می‌آورد؛ جنس‌های خنک و راحت در رنگ‌های شاد و الگوهای بامزه که بچه‌ها آن را دوست خواهند داشت. قطعات کلیدی این گرایش برای کودکان شامل گرمکن یا سویشرت‌هایی با کلاه یا ساده، شلوارک برمودا، تی‌شرت نخ با طرح‌های اصلی، شلوار جین، کفش ورزشی یا اسپرت، پیراهن‌هایی گشاد برای پوشیدن به‌عنوان یک کت، شلوارهای گشاد و راحت، لباس‌های طرح‌دار، پیراهن‌های بلند، کیف، کلاه، جوراب‌های ورزشی، کفش‌های شیری رنگ و صندل‌هایی با بند پهن است.

اکسسوری‌های پسرانه

اکسسوری‌های پسرانه که به دو دهه قبل باز می‌گردد شامل کلاه آبی با لبه‌ای از طرح چوب پنبه‌ای، کیف کمری آبی، کفش کتانی و کفش اسپرت پارچه‌ای آبی با طرح چهارخانه است.



مدل‌های دخترانه

از مدل لباس‌های دخترانه، می‌توان به تی‌شرت‌های یاسی، عینک آفتابی مدل قلبی بنفش، شلوار پاستلی، تی‌شرت‌هایی با طرح‌های چاپی اشاره کرد.

رنگ‌های کودکان، مد روزهای تابستانی

رنگ‌های مد روز را از روی بسیاری از لباس‌ها، دامن‌ها، شلوارها و تی‌شرت‌ها می‌توان حدس زد! برخی رنگ‌های مد روز و طرح‌های زیبا برای مدل‌های دخترانه شامل رنگ‌های پاستلی از جمله آبی آسمانی، ارغوانی، هلوبی، صورتی ملایم، سبز روشن و زرد قناری است. این رنگ‌ها برای فصل تابستان ضروری بوده و لطافت و درخشندگی را به هر لباسی می‌بخشند!

بازگشت به دو دهه پیش

لباس‌هایی زیبا که با الهام از طرح‌های ۲۰۰۰ بازطراحی شده‌اند، طرح‌هایی که در آنها رنگ‌های مد روز در بهار و تابستان امسال موج می‌زند، گاهی هم نقش‌ها و چاپ‌هایی زیبا روی رنگ‌های مد روز افزوده می‌شوند تا مدل‌هایی باب میل دختران کوچک شما باشند. در برخی طرح‌ها، چاپ‌هایی جذاب روی لباس‌ها می‌نشینند تا تبدیل به مدل‌هایی پسر پسند شوند و گاهی لمسی کوچک و یکپارچه از طرح‌های بوهمی به این سبک‌های کودکانه افزوده شده است تا شادتر جلوه کنند.

روند مد پسرانه امسال

سبز و آبی، رنگ اصلی برای تابستان امسال در روند مد پسرانه است. درخشش دوباره سبز و آبی در نسخه‌هایی کلاسیک مانند خاکی و سرمه‌ای و در ترکیب با نسخه‌های امروزی‌تر آبی خاکستری، فیروزه‌ای و سبز تیره خواهد بود. رنگ‌های تند همچون بنفش، شتری، زرد و قرمز به ظاهر پسران شما جذابیت بیشتری می‌بخشد. رنگ‌های روشن مانند سفید، استخوانی و خاکستری برای پوشیدن در هر شرایطی ایده‌آل به شمار می‌آید. رنگ‌های پاستلی شامل ارغوانی، آبی آسمانی، سبز روشن، اصالت و جنبه‌ای خنک را به لباس‌های پسرانه می‌بخشند.



اکسسوری‌های دخترانه

اکسسوری‌های جذاب دخترانه شامل کلاه گلدار، دمپایی صورتی با گل‌هایی سفید، دستبند و گردنبند موج سواری رنگارنگ است.

نقش‌های چاپی مد روز برای دختران

طرح‌های مد روز: سویشرت سبزیابی به رنگ دریا، طرح‌های گلدار، تی‌شرت آبی با گل‌های درشت، تی‌شرت قرمز، پیراهن مرجانی با چاپ طرح‌های میوه‌ای، شلوارهایی با طرح گل‌های سبز، کلاه صورتی، تی‌شرت طرح گیلاسی، کفش‌های کلاسیک بندخور که با نقش گل‌های صورتی به روز شده همگی می‌توانند ظاهری به روز به کودکان ببخشند.

چهارخانه و ترکیب رنگ‌ها به سبک ۲۰۰۰!

چاپ پیام: نوشته‌های چاپی، ستاره مد در میان لباس‌های پسرانه امسال هستند! روی تی‌شرت‌ها و سویشرت‌ها می‌توان جملاتی مانند «زندگی رنگی»، «نسل لبخند» و واژه‌های پرمعنی مشابه خواند. در برخی طرح‌ها چاپ‌های بزرگ روی مدل‌های XXL یا خیلی گشاد تکرار می‌شود. عینک‌های آفتابی پسرانه آبی رنگ، تی‌شرت‌های سبز روشن و قرمز، بادگیر خاکی خنک، کفش‌های کتانی به رنگ آبی سرمه‌ای و خاکی، آبی تیره، شلوارک سبز تند و بژ، همگی از رنگ‌های چشمگیر پشت ویتترین فروشگاه‌های بچگانه است.

چاپ‌های مد روز برای پسران

طرح‌های چاپی مد روز برای پسران شامل سویشرت و

تی‌شرت‌های طرح ساحلی، مدل‌هایی به رنگ خاکی و رنگارنگ است. راه راه زرد و لیمویی یا سفید با طرح لیمو از دیگر ترندهای مدل بچگانه است.

انتخاب لباس راحتی

این یک روند مد است که سال به سال روی آن تأکید می‌شود. سویشرت، تی‌شرت، شلوار گرمکن، شلوارک برمودا، کتانی و کفش‌های اسپرت، صندل‌های راحتی و ژاکت‌های نخ به رنگ روشن هرگز در مجموعه‌های کودکانه اینقدر زیاد نبوده‌اند. این مدل‌ها اغلب به‌عنوان لباس‌های روزمره استفاده می‌شود و در طرح و جنس‌هایی طراحی شده‌اند که راحتی و نشاط بیشتر برای کودکان به ارمغان بیاورند. این مدل‌ها اغلب مورد پسند افرادی با تیپ‌های کژوال و شیک است.

نگاهی به استفاده از شیشه در معماری

دعوت نور به خانه

شیشه، جداکننده‌ای که فضاها را به هم پیوند می‌دهد

آرزو کیهان
روزنامه‌نگار

شیشه یکی از مهمترین اکتشافات بشر است. حدود ۷۵۰۰ سال است که از کشف آن می‌گذرد و کاربردهای زیادی برای انسان داشته است. با این حال، اولین سوابق شیشه‌سازی به مصر و بین‌النهرین بازمی‌گردد. از آن زمان، تسلط بر تکنیک ساخت در تمدن‌ها و ملل مختلف رو به رشد بوده تا اینکه انقلاب صنعتی این ماده را رواج و اجازه تولید آن را در مقیاس وسیع داد. شیشه برای اولین بار در معماری حدود ۱۰۰ سال پس از میلاد به عنوان عنصر آب‌بندی مورد استفاده قرار گرفت. این عنصر شفاف شاید جزو اولین انتخاب شما برای شکل دادن به دکوراسیون فضای داخلی مورد نظرتان نباشد اما بدون شک یکی از جذاب‌ترین گزینه‌هاست. این متریال شفاف قادر است فضای سنگینی را که به خاطر حضور دیگر مصالح ایجاد شده، سبک کند و اگر به درستی به کار برده شود قادر است فضا را روشن‌تر و بزرگ‌تر جلوه دهد. شیشه از زمان توسعه اولیه فناوری ساخت، راهی طولانی را پیموده است. چیزی که شیشه را به عنوان یک مصالح ساختمانی در میان سایر موارد منحصر به فرد می‌کند، ویژگی‌های همه‌کاره آن است. امکانات بی‌پایانی را در دگرگونی فضاها هم از نظر زیبایی‌شناختی و هم از نظر کاربردی ایجاد می‌کند. همان‌طور که تکنولوژی و ساخت شیشه همچنان در حال پیشرفت است، مزایای آن در حال حاضر فراتر از کاربرد رایج در معماری و طراحی داخلی است. امروزه فناوری‌هایی مانند چاپ شیشه‌ای دیجیتال محبوبیت پیدا کرده و در مهندسی و معماری مورد توجه است.

حس فضای بزرگ‌تر

مواد شیشه‌ای مانند آئینه‌ها عمل می‌کنند. شیشه در نخستین نگاه، توهم فضای بیشتر را ایجاد می‌کند و به ویژگی‌های بیرونی اجازه می‌دهد تا بخشی از ترکیب طراحی داخلی باشند. همچنین موجب اتصال فضای بیرون و درون به هم می‌شود. برای مثال، پنجره‌های شیشه‌ای از کف تا سقف، امکان انتقال دید بصری بین فضاهای داخلی و خارجی را فراهم می‌کنند.

زیبایی‌شناسی بصری

میزان علاقه بصری که یک ویژگی شیشه‌ای می‌تواند به یک ساختمان بیفزاید، بدون شک چشمگیر است. شیشه نه تنها در میان خانه‌های مدرن و معاصر، بلکه در پروژه‌های جدید طراحی معماری خلاقانه نیز محبوب شده است و تصویری از ظرافت و پیچیدگی را بدون دکوراسیون بیش از حد تداعی می‌کند.

مقاومت در برابر عوامل محیطی

یکی دیگر از مزایای استفاده از شیشه در طراحی داخلی جدا از زیبایی بصری، خواص و مقاومت آن در برابر عوامل محیطی است. شیشه در برابر آب و هوا مقاوم و یک عایق حرارتی عالی است.

نور طبیعی

شیشه اجازه می‌دهد تا نور طبیعی وارد اتاق شود و محیطی باز و دلپذیر ایجاد کند. استفاده

می‌توان آن را به اشکال و انواع مختلف تغییر و توسعه داد. شیشه می‌تواند دو فضای مختلف را بدون دیوار به یکدیگر متصل کند. نوع خاصی از شیشه می‌تواند یک عنصر تزئینی باشد یا می‌تواند حریم خصوصی بصری یک فضا را فراهم کند. در حالی که شیشه به احتمال زیاد با لعاب و جنبه‌های ساختاری اتاق مرتبط است، اما به همین جا ختم نمی‌شود. می‌توان از شیشه به عنوان یک میز قهوه خوری کوچک هم استفاده کرد زیرا قادر است جذابیت بصری کلی در فضای داخلی چه در نشیمن و چه دیگر نقاط خانه ایجاد کند. سطوح شیشه‌ای زیبا و ظریف هستند و طراحان می‌توانند با استفاده از شیشه، راحت‌تر زیبایی را در معماری به نمایش بگذارند. شیشه‌ها در اندازه‌ها و ابعاد متفاوت می‌توانند کاربردهای جالبی داشته باشند. گاهی اوقات به جای پارتیشن‌ها جداکننده فضا خواهند بود و گاهی نقش پلکان را بازی می‌کنند.

شیشه، دیوار شفاف جداکننده‌ها

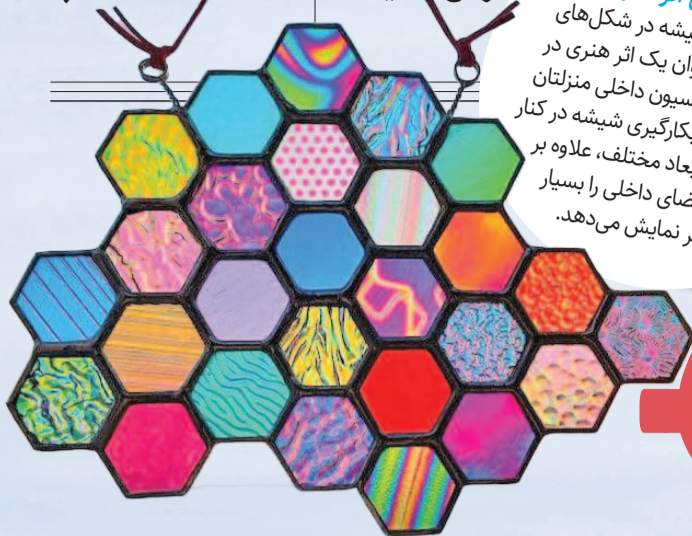
سالیهاست که طراحان در دیزاین داخلی از شیشه‌ها به عنوان دیوارهای جداکننده استفاده می‌کنند. شکل این دیوارهای جداکننده می‌تواند متفاوت باشد یا به صورت کاملاً شفاف و تخت یا به شکل مشبک. در حالت دیگر می‌توان شیشه‌های ضخیم جداکننده را به صورت تاشو طراحی کرد و در زمان لازم می‌توان آن را تا کرد و به فضای خود بعد بیشتری داد.

وقتی قرار است دو فضا از یکدیگر جدا شود گزینه‌های متعددی پیش روی شماست. این گزینه‌ها از دیوارکشی گرفته تا انتخاب مصالح، به کاربردن رنگ‌های گوناگون، ایجاد اختلاف سطح و البته استفاده از پارتیشن هر کدام مزایای خاص خود را دارند. در چنین شرایطی استفاده از پارتیشن‌های شیشه‌ای بسیار کارآمد خواهد بود. پارتیشن‌های شیشه‌ای به نور امکان عبور از فضایی به فضای دیگر را می‌دهند و درعین حال پیوستگی بین دو بخش جدا شده را حفظ می‌کنند. استفاده از پارتیشن‌های شیشه‌ای در فضاهای کوچک بسیار مناسب خواهد بود.

شیشه در نقش اثر هنری

می‌توانید از شیشه در شکل‌های مختلف به عنوان یک اثر هنری در طراحی و دکوراسیون داخلی منزلتان استفاده کنید. بکارگیری شیشه در کنار آئینه‌ها در ابعاد مختلف، علاوه بر زیبایی، فضای داخلی را بسیار بزرگ‌تر نمایش می‌دهد.

خوش بلیقه



درهای شیشه‌ای

تقریباً هر بخش ساختمان را می‌توان با درهای شیشه‌ای از هم جدا کرد. اما بیشترین کاربرد شیشه در ساخت درهای کشویی یا همان اسلایدی است.



کفپوش‌های شیشه‌ای

کفپوش‌های شیشه‌ای شاید به اندازه دیگر کفپوش‌ها محکم و مقاوم نباشند اما زیبایی و جذابیتی که استفاده از آنها به دکوراسیون یک فضا می‌دهد مثال زدنی است. این گونه کفپوش‌ها عموماً در فضاهای لوکس مثل لابی هتل‌ها و رستوران‌های شیک بیشتر مورد استفاده قرار می‌گیرد.



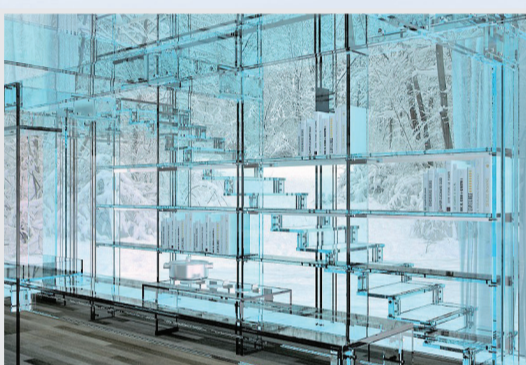
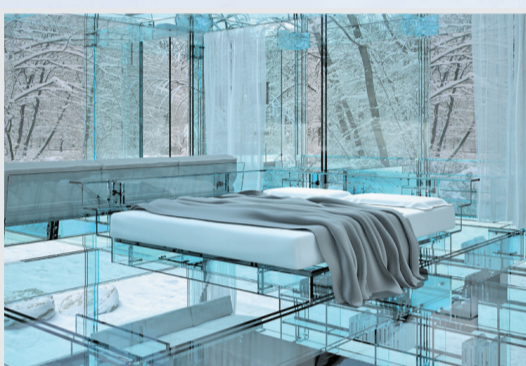
کتابخانه و دکوراسیون شیشه‌ای

شاید مهم‌ترین استفاده از شیشه در دکوراسیون داخلی به شکل میلمان شیشه‌ای یا کتابخانه شیشه‌ای باشد. میلمان و وسایل شیشه‌ای به ما در طراحی داخلی کمک خواهند کرد و چه تمایز را در طراحی بوجود آوریم. استفاده از میز، صندلی، قفسه‌ها، گلدان‌ها و مجسمه‌ها می‌توانند ظاهری زیبا به فضای داخلی ما بدهند.



باکس پله شیشه‌ای

اغلب باکس پله‌های شیشه‌ای در دیزاین داخلی استفاده می‌شود. این باکس‌ها از شیشه مقاوم ساخته شده و به فضای داخلی ظاهری زیبا می‌دهد. باکس پله‌های شیشه‌ای مواقعی به کار می‌آید که پلکان به جای قرار گرفتن در گوشه فضا در بخش میانی فضای داخلی قرار می‌گیرد و قصد داریم تا زیبایی بیشتری بین دو طبقه درون ساختمانی بوجود آوریم.



استفاده از شیشه در طراحی داخلی

چه معمار در حال ساخت یک ساختمان جدید باشید و چه به دنبال بازسازی دفترتان، به احتمال زیاد در مورد عناصر طراحی مختلف تحقیق کرده‌اید تا امکانات خود را در کنار هم قرار دهید. یکی از عناصر رایج طراحی که ممکن است در نظر بگیری استفاده از شیشه است. شیشه را می‌توان روی پنجره‌ها، درها، دیوارها، سقف‌ها، جداکننده‌های اتاق و دیگر عناصر طراحی منحصر به فرد استفاده کرد.





آرزو کیهان / زود بیدار شدن از خواب شاید چالش بسیاری از ما باشد. اما بیشتر روزهای هفته لازم است صبح زود از رختخواب بیرون بیایید و سرکار بروید، بنابراین باید یاد بگیرید که چطور هر صبح بموقع از خواب بیدار شوید. بدن برخی از ما مستعد عملکرد بهتر در شب است و همچون جغدها شب‌ها را برای فعالیت انتخاب می‌کند اما روال زندگی عادی به صورتی است که باید هر صبح بموقع در محل کارمان حضور داشته باشیم. پس بهتر است سبک زندگی مان را تغییر دهیم زیرا شیوه زندگی و میزان بهره‌وری با نوع از خواب بیدار شدن مان ارتباط مستقیم دارد. این نکات تخصصی مطمئناً به شما کمک می‌کند تا سحرخیز شوید.

به راحتی می‌توانید هر صبح خورشید را در آغوش بگیرید

چند راه برای اینکه سحرخیز شویم



زود بیدار شدن به شما زمان می‌دهد تا یک صبحانه سالم درست کنید. لازم نیست مفصل باشد. اسموتی‌ها، سالادها و کاسه‌های میوه فقط به چند دقیقه وقت نیاز دارند تا آماده شوند. افراد سحرخیز این زمان را دارند تا یک صبحانه ساده و سالم برای خود و خانواده‌شان تهیه کنند. اگر دیر از خواب بیدار شوید، این احتمال وجود دارد که برای همه چیز وقت کم داشته باشید. وقتی دیر می‌کنید، اغلب یک صبحانه آسان مانند پیراشکی یا کلوچه می‌خورید، یا اصلاً صبحانه را حذف می‌کنید

به زمان خوابتان توجه کنید

داشتن یک صبح شاد و سالم، از همان صبح نه بلکه از شب قبل شروع می‌شود. تعداد ساعات ایده‌آلی را که برای خوابیدن در شب نیاز دارید تا در صبح احساس بهتری داشته باشید، بدانید. سپس یک ساعت یا بیشتر به خود فرصت دهید تا خود را برای خواب شبانه آماده کنید؛ ساده به نظر می‌رسد. مطمئن شدن از هر کاری که می‌توانید برای خواب راحت انجام دهید، ارزشش را دارد و صبح روز بعد متوجه این موضوع خواهید شد. بنا بر تحقیقات نور سفید - آبی تلفن همراه می‌تواند هورمون خواب را به مدت ۹۰ دقیقه سرکوب کند پس بهتر است یک ساعت و نیم قبل از خواب از تلفن همراهتان استفاده نکنید. این موضوع را در نظر داشته باشید و برنامه‌ای برای تنظیم زمان استفاده از تلفن همراهتان در نظر بگیرید.

هر شب کارهای صبح روز بعد را یادداشت کنید

مشخص کنید که می‌خواهید صبح چه کاری انجام دهید و برای انجام هر کاری بدون عجله چقدر زمان نیاز دارید. به این ترتیب، زنگ ساعت خود را برای زمانی تنظیم می‌کنید که به شما امکان می‌دهد قبل از رفتن به محل کار یا شروع روز، کمی ورزش کنید، دوش بگیرید، صبحانه بخورید، در صورت داشتن فرزند به کارهای آنها رسیدگی کنید و غذای حیوان خانگی‌تان را بدهید و در نهایت آماده شوید.

زمان خوابتان را مشخص نگه دارید

آنی میلر، درمانگر و متخصص خواب رفتاری می‌گوید: بیدار شدن هر روزمان در یک زمان مشخص ضروری است. (بله، ما در مورد تعطیلات آخر هفته نیز صحبت می‌کنیم) زیرا تغییر ساعت خواب و بیدار شدن می‌تواند بر عادات خواب و بیدار شدن تأثیر نامطلوب بگذارد.

فوراً از رختخواب خارج شوید

چرت زدن یا دراز کشیدن در رختخواب پس از بیدار شدن و نگاه کردن به تلفن برای بیداری و هوشیاری، خوب نیست و می‌تواند اضطراب بیشتری ایجاد کند.

سعی کنید کمتر از تلفن همراهتان استفاده کنید

اگر با زنگ هشدار تلفن همراهتان از خواب بیدار می‌شوید تلفن همراه را در

جایی قرار دهید تا مجبور شوید برای خاموش کردن صدای هشدارش از جاپتان بلند شوید و تا تلفن همراه حرکت کنید. بنابراین باید از رختخواب بلند شوید تا در ابتدای روز تحرک داشته باشید؛ البته به هیچ وجه نباید خود را با تلفن همراهتان مشغول کنید.

در دست گرفتن تلفن و نگاه کردن به فهرست کارهایتان می‌تواند استرس و اضطراب را افزایش دهد. اگر می‌توانید قبل از شروع روزتان کمی زمان بگذارید و به انجام فعالیت‌های آرامش بخشی مانند ورزش یا مدیتیشن بپردازید، این کار میزان استرس شما را کاهش می‌دهد و ذهن‌تان را مثبت می‌کند.

به خودتان زمان بدهید

یک روتین صبحگاهی ایده آل نیاز به تمرکز و تنفس دارد. هر صبح می‌تواند زمانی باشد که بسیاری از ما احساس اضطراب، خستگی و بی‌انگیزگی داریم. بنابراین حرکات خود را آگاهانه و با آرامش بیشتر انجام دهید. سعی کنید برای خود زمان کافی بگذارید تا احساس تعجیل یا احتمال فشار بر خود را نداشته باشید.

هر صبح کمی ورزش کنید

اگر می‌خواهید صبحی دلپذیر داشته باشید، هر صبح کمی ورزش کنید. اجرایی کردن این کار یک تمرین و عادت خوب است و می‌تواند ریتم ساعات شبانه روزی شما را تنظیم کند. با این روش هر صبح احساس هوشیاری بیشتری می‌کنید.

خود را در معرض نور قرار دهید

اولین کاری که باید انجام دهید این است که نور خورشید را پس از بیدار شدن دریافت کنید. این نور در بدن هورمون ملاتونین تولید می‌کند و به بدن‌تان هشدار می‌دهد «هی وقت بیدار شدن

است.» این کار هوشیاری شما را افزایش می‌دهد و ساعت بدن‌تان را تنظیم می‌کند. نور صبح، خوابیدن در شب را برای شما آسان‌تر می‌کند، بنابراین برای افزایش انرژی بیشتر، بهتر است تمرین و ورزش صبحگاهی را بیرون از خانه به طور مثال پارک یا حیاط انجام دهید.

کاری را انجام دهید که از آن لذت می‌برید

تنظیم زنگ ساعت به گونه‌ای که هر روز زودتر از خواب بیدار شوید، کار آسانی نیست. پس می‌توانید برنامه‌ای برای صبح در نظر بگیرید که از آن لذت می‌برید. به این ترتیب راحت‌تر و با انگیزه بیشتری از خواب بیدار می‌شوید. روزتان را با نوشیدن یک لیوان قهوه آغاز کنید تا سرحال‌تر شوید. خوردن یک صبحانه خوشمزه هم می‌تواند برای آغاز روزی خوش، مفید باشد؛ در صورتی که وقت بیشتری دارید و شاغل نیستید می‌توانید روتین صبحگاهی خوبی شامل ورزش کردن، خواندن روزنامه و حل کردن جدول قبل از آغاز کارهای روزمره را در برنامه صبحگاهی داشته باشید.

صبحانه سالم بخورید

برای داشتن روزی مفید که با احساس بهتری آغاز شود بهتر است سوخت و ساز بدن‌تان را تنظیم کنید به همین دلیل به هیچ عنوان صبحانه را از وعده‌های غذایی تان حذف نکنید. بنا بر اطلاعات دانشگاه هاروارد، یک صبحانه ایده آل انرژی زا، شامل کربوهیدرات‌های پرفیبر، پروتئین و برخی میوه‌ها یا سبزیجات است. بلغور، جو دوسر با شیر و نان تست با میوه و آجیل یا کره بادام زمینی، گزینه خوبی است. زود بیدار شدن به شما زمان می‌دهد تا یک صبحانه سالم درست کنید. لازم نیست مفصل باشد. اسموتی‌ها، سالادها و کاسه‌های میوه فقط به چند دقیقه وقت نیاز دارند تا آماده شوند. افراد سحرخیز این زمان را دارند تا یک صبحانه ساده و سالم برای خود و خانواده‌شان تهیه کنند. اگر دیر از خواب بیدار شوید، این احتمال وجود دارد که برای همه چیز وقت کم داشته باشید. وقتی دیر می‌کنید، اغلب یک صبحانه آسان مانند پیراشکی یا کلوچه می‌خورید، یا اصلاً صبحانه را حذف می‌کنید. صبحانه یک وعده غذایی مهم است که انرژی لازم برای شروع روز به شما می‌دهد. نادیده گرفتن این وعده غذایی باعث می‌شود بدن شما به انرژی نیاز داشته باشد و در نهایت چیزی سرشار از قند یا چربی می‌خورید تا فوراً خود را سیر کنید.





نگاه عکاسانه به روایت‌های روزانه

هیچ چیز جالب
تر از منظره چهره
انسان نیست.
اروین کرشنر

تهیه و تنظیم: کاوس صادقلو

▲ مسابقات فوتچل (فوتبال در شالیزار) در روستای کینچاه آستانه اشرفیه / عکس: مجتبی محمدی / خبرگزاری ایرنا



▲ آبشار مارگون در استان فارس / عکس: حنا خلیج / خبرگزاری ایرنا



▲ تمرین تیم فوتبال استقلال / عکس: مسعود شهرستانی / خبرگزاری تسنیم



▲ در دل مه
جاده خلخال به اسالم
عکس: کاوس صادقلو



▲ آئین «قوریان پای»
در عشایر آذربایجان
عکس: مهدی ایمانی
خبرگزاری فارس

▶ جاذبه‌های گردشگری
کردستان (دریاچه زریوار)
عکس: محمد قجر
خبرگزاری ایسنا





فرجام شوم میهمانی دوستانه برای زوج جوان

کامران علمدهی / زن میانسال با چهره‌ای نگران به اداره پلیس رفت و در حالی که اضطراب در چهره‌اش موج می‌زد رو به افسر نگهبان کرد و گفت: دخترم مژگان ناپدید شده است همه جا دنبالش گشتم، اما خبری از او نیست. مطمئنم گم شدن دخترم زیر سر شهرام است.

توجهم را جلب کرد و احساس کردم عاشقش شده‌ام. چند روز بعد شهرام به من زنگ زد و گفت که مژگان شام دعوت کرده و من هم از دعوتشان استقبال کردم و به خانه آنها رفتم. کم‌کم با مژگان گرم گرفتیم و من هفته‌ای چند شب به خانه آنها می‌رفتم و آنها هم به خانهم می‌آمدند تا اینکه یک روز شهرام به تنهایی به خانهم آمد و گفت مژگان قهر کرده و می‌خواهد از من جدا شود. من همان موقع فهمیدم که آنها اختلافات زیادی دارند و من می‌توانم از این فرصت به نفع خودم استفاده کنم. به همین خاطر به بهانه حل اختلاف میان او و شهرام با مژگان تماس گرفتم که بعد از چند دقیقه موضوع صحبت از شهرام به سمت من و خودش کشیده شد و توانستم نظرش را جلب کنم بعد هم ارتباطمان صمیمی‌تر شد تا اینکه شهرام به ماجرای ارتباط ما پی برد و طلاق گرفتند. بعد از آن دیگر من و مژگان با هم بودیم و می‌خواستیم صیغه‌اش کنم که شنیدم شهرام او را کشته است.

به دنبال اظهارات این مرد و تکمیل تحقیقات برای شهرام به اتهام قتل همسرش کیفرخواست صادر و پرونده برای رسیدگی به شعبه دوم دادگاه کیفری یک استان تهران فرستاده شد.

مادر و پدر مژگان برای داماد سابقشان قصاص خواستند، این در حالی است که پدر متهم به عنوان کفیل فرزندان مقتول که هنوز به سن قانونی نرسیده‌اند باید برای پسرش درخواست مجازات کند.

اعلام شده رفتند و جسد مژگان را کشف و با دستور قضایی به پزشکی قانونی منتقل کردند. در ادامه مأموران سراغ دوست شهرام رفتند و او بازداشت شد. مرد جوان پس از دستگیری سعی کرد خودش را بی‌خبر نشان دهد اما وقتی با مدارک معتبر روبه‌رو شد به ناچار اعتراف کرد و گفت: دو سال قبل همراه شهرام و مژگان به جشنی دعوت شده بودم اولین بار بود که همسر شهرام را می‌دیدم، نمی‌دانم چه شد که زیبایی او

روز حادثه با مژگان به سمت فیروزکوه رفتیم و کمی صحبت کردیم بعد هم چون داروی اعصاب می‌خورد گفت خسته است و سرش را روی صندلی گذاشت و خوابید، من هم از فرصت استفاده کردم و تلفنش را برداشتم تا بررسی کنم اما در کمال ناپاوری عکس‌های دوست صمیمی خودم را با مژگان دیدم. آنقدر عصبانی شدم که بدون هیچ مقدمه‌ای چاقویم را از داخل داشبورد درآوردم و با چند ضربه او را کشتم و بعد هم جسدش را در یکی از باغ‌های فیروزکوه دفن کردم. پس از آن هم تعدادی قرص مخدر گرفتم و بدون هیچ فکری آنها را خوردم تا به زندگی‌ام پایان دهم، اما وقتی بیهوش شده بودم رهگذری با اورژانس تماس گرفته بود و مرا به بیمارستان رساندند و زنده ماندم. کاش مرده بودم. وقتی یاد آن فیلم‌ها و عکس‌ها می‌افتم حالم بد می‌شود.

پس از اعتراف‌های شهرام، مأموران با تیم تشخیص هویت راهی محل

نجات یافته بود بازجویی از او را آغاز کردند، اما پیش از بازجویی، پلیس با لکه‌های خون در داخل خودروی شهرام هم مواجه شد. شهرام در ابتدا تلاش کرد تا با سکوت از پاسخ دادن طفره برود اما وقتی در برابر مستندات مأموران قرار گرفت به ناچار لب به اعتراف گشود و گفت: پس از ۴ سال زندگی مشترک با مژگان و در حالی که به او اعتماد کامل داشتم چند پیامک ناشناس مرا به او مشکوک کرد و چند هفته‌ای او را زیرنظر گرفتم و به نظرم رسید او با مرد غریبه‌ای در ارتباط است. در نهایت یک روز از او خواستم تا واقعیت را به من بگوید، اما مژگان ارتباط با مرد غریبه را کتمان کرد و در آخر هم گفت که اگر به او اعتماد ندارم بهتر است از هم جدا شویم. اختلاف‌های ما تا جایی پیش رفت که از هم جدا شدیم، اما چند وقت به خاطر دو دخترمان با هم رفت و آمد می‌کردیم.

شهرام نفس عمیقی کشید و افزود:

قرص‌های مخدر در بیمارستانی در شرق تهران بستری است. از سوی دیگر مأموران با بررسی تلفن‌های همراه مژگان و شهرام پی بردند که آخرین بار تلفن همراه هر دو آنها در محدوده فیروزکوه آنتن‌دهی داشته است. این موضوعات که همزمان با ناپدید شدن مژگان رخ داده بود ارتباط این دو نفر را قوت بخشید و مأموران بلافاصله به بیمارستان اعزام شدند و پس از ساعت‌ها انتظار و در زمانی که شهرام از مرگ حتمی



یک روز مژگان به خانه ما آمد و گفت که درخواست طلاق داده و بزودی از شهرام جدا می‌شود. ما خیلی شوکه شدیم

وقتی به توصیه افسر پلیس دقایقی روی صندلی نشست تا آرام‌تر شود، ادامه داد: دخترم ۴ سال قبل با پسری به نام شهرام ازدواج کرد و صاحب دو دختر شدند. بعد از مدتی اختلاف‌های آنها زیاد شد و هرچقدر من و همسرم تلاش کردیم تا مشکل آنها را حل کنیم، موفق نشدیم تا اینکه یک روز مژگان به خانه ما آمد و گفت که درخواست طلاق داده و بزودی از شهرام جدا می‌شود. ما خیلی شوکه شدیم و خواستیم با شهرام صحبت کنیم، اما مژگان خیلی قاطع جلوی ما ایستاد و عنوان کرد، ما تصمیم‌مان را گرفته‌ایم و می‌خواهیم به صورت توافقی از هم طلاق بگیریم.

زن در حالی که اشک می‌ریخت، ادامه داد: بعد از حرف‌های دخترم تا چند ساعت همه سکوت کرده بودیم و فکر می‌کردیم او عصبانی است اما هر بار صحبتی از زندگی مشترکش می‌شد به یکباره به هم می‌ریخت، به همین خاطر ترجیح دادیم حرفی نزنیم تا اینکه یک روز آمد و گفت بالاخره از دست شهرام راحت شدم و طلاق گرفتیم.

ما به خواسته او احترام گذاشتیم و اعتراضی نکردیم. دخترم صبح‌ها سرکار می‌رفت و شب‌ها به خانه برمی‌گشت، زندگی عادی شده بود تا اینکه ناپدید شد. حتی به شهرام و خانواده‌اش هم تلفن کردیم و جویای دخترمان شدیم اما آنها مدعی شدند خبری ندارند.

پس از اظهارات زن میانسال و در حالی که مأموران پلیس ردیابی مژگان را در دستور کارشان قرار داده بودند به پلیس گزارش رسید که شهرام به خاطر سوءمصرف

نگاهی به علل همسرکشی

همسر خود استفاده کرده و نقش معاونت و مشارکت نیز داشته‌اند. در نهایت باید گفت اگر بتوانیم فشارهای روانی و اجتماعی و اقتصادی را کاهش دهیم و انتخاب بهتری در زندگی برای ازدواج داشته باشیم بی‌تردید شاهد قتل‌های خانوادگی و همسرکشی کمتری خواهیم بود.

راه‌های قانونی فرار و اجتناب از موقعیت‌هایی که در آن گرفتار شده بودند، دلسرد شده‌اند. همچنین در این پژوهش آمده، مردان در تمام موارد، خود به تنهایی و بدون کمک فرد یا افراد دیگر، دست به قتل همسران خود زده‌اند، درحالی که زنان از کمک فرد یا افراد دیگر در قتل

دوستان بزهکار رابطه داشته و یا خود سابقه بزهکاری قبل از قتل داشته‌اند. بنابراین، در زمان بروز مشکلات و فشارهای زندگی نیز از حمایت‌های اطرافیان، خانواده و دوستان و همچنین سازمان‌ها و شبکه‌های حمایتی سالم و بهنجار محروم بوده و در نتیجه، پس از تلاش‌های بسیار، از یافتن

سوی همسر و بعد از آن حسادت، درگیری فیزیکی، مشکلات مالی، افسردگی، الکل و مواد مخدر و خیانت بوده است در ۲۶ درصد از موارد نیز، قاتل بعد از ۲۴ ساعت خودکشی کرده است. نکته دیگر اینکه، اکثر زنان و مردان همسرکش از شبکه حمایتی سالم برخوردار نبوده و برعکس با

جدی مورد توجه قرار گرفته و محققان زیادی، علل و عوامل این پدیده را مورد بررسی و مطالعه قرار داده‌اند. بر اساس یک پژوهش جهانی فشارهای روانی، اجتماعی و اقتصادی از عمده‌ترین عوامل در ایجاد خشونت است. مهم‌ترین و بیشترین انگیزه قتل‌ها، پایان و ترک رابطه از

قتل‌های خانوادگی، بخصوص همسرکشی، برخلاف قتل‌های دیگر، خشونتی تصادفی نیست بلکه نتیجه سال‌ها خشونت خانوادگی، فشارها و پیامدهای زیانبار فردی و اجتماعی را در خود پنهان دارد. پدیده همسرکشی و خشونت در خانواده در تمام جوامع دنیا به عنوان معضلی

**حوادث جهان****هشدار «هوای سمی»
برای ۱۰۰ میلیون آمریکایی**

طولانی شدن آتش‌سوزی‌های جنگلی در کانادا و گسترش تبعات آن همچون انتشار دود غلیظ و سمی به مناطق وسیع‌تر از جمله سراسر غرب میانه و شرق ایالات متحده، دست‌کم ۱۰۰ میلیون آمریکایی را با هشدار شدید آلودگی هوا و خطر استنشاق هوای سمی مواجه کرد.

به گزارش رویترز، اداره ملی خدمات جوی ایالات متحده روز پنجشنبه اعلام کرد که هشدارهای کیفیت نامطلوب هوا در بخشی از ایالات متحده از ایالت ویسکانسین و شمال ایلینوی گرفته تا نیویورک و سواحل شرقی ادامه دارد.

بیش از ۱۰۰ میلیون آمریکایی باید فعالیت‌های طولانی مدت در فضای باز را محدود کنند و در صورت نیاز و چنانچه به بیماری‌های ریوی و تنفسی مبتلا هستند، ماسک بزنند. همچنین به کودکان و سالمندان توصیه شده تا فعالیت‌های فیزیکی سنگین را به حداقل رسانده یا از آن اجتناب کنند.

بنابراین گزارش منطقه‌ای به وسعت هشت میلیون هکتار یعنی مساحتی بزرگتر از «ویرجینیای غربی» تاکنون بر اثر این حریق‌ها سوخته است.

قاچاق موی انسان

پلیس فرودگاه بین‌المللی استانبول یک محموله قاچاق ۹۳ کیلوگرمی از موی طبیعی انسان را کشف و ضبط کرد.

به گزارش آتاتولی، یگان حفاظت گمرک‌های ترکیه در عملیاتی در فرودگاه بین‌المللی استانبول این محموله را از چمدان یک مسافر کشف کرد.

وزارت تجارت ترکیه اعلام کرده است: این محموله قاچاق از اتیوپی وارد ترکیه شده و ارزش محموله یک میلیون و ۳۴۰ هزار لیره اعلام شده است.

مرگ یک کودک در سیل کره

مقامات کره جنوبی اعلام کردند که بارندگی‌های سیل‌آسا در نواحی شرق و جنوب شرق این کشور منجر به رانش زمین و مرگ کودک یک ساله شده است.

به گزارش «یواس نیوز»، بارش‌های شدید و مداوم روز جمعه همچنین صدها خانواده را مجبور به تخلیه خانه‌هایشان کرده و سیل به آبگرفتگی و مسدود شدن بسیاری از جاده‌ها و پل‌ها منجر شده است.

به گفته مقامات، حادثه رانش زمین در شهر «یونگجو» در یکی از استان‌های شرقی این کشور رخ داده است.

امدادگران موفق شدند ۹ نفر را از خانه‌ای که زیر گل و لای عظیم مدفون شده بود، زنده خارج کنند اما کودک خردسالی که به همراه این افراد به بیمارستان منتقل شده بود دقیقی بعد به دلیل شدت آسیب‌های وارده جانش را از دست داد.

**۴ کشته در تصادف با شتر**

گروه حوادث/ برخورد یک دستگاه سواری پژو ۴۰۵ با یک شتر در محور ریگان-ایرانشهر چهار کشته و ۲ مصدوم داشت. به گزارش جمعیت هلال احمر کرمان، ساعت یک و نیم بامداد پنجشنبه ۸ تیر در ۱۵ کیلومتر ۴۰۵ با یک شتر برخورد کرد و از مسیر اصلی منحرف شد.

در پی کسب اطلاع از این سانحه رانندگی بلافاصله یک تیم امداد هلال احمر به محل حادثه اعزام شد و در نخستین بررسی‌ها مشخص شد ۴ سرنشین خودرو جان باخته و ۲ نفر نیز مصدوم شده‌اند که بعد از امدادسانی به عوامل مربوطه تحویل شدند.

**۱۱ مصدوم
در سقوط چرخ فلک دالفک**

گروه حوادث/ سقوط چرخ فلک در بوستان فدک شهرسازی دالفک قزوین ۱۱ مصدوم برجا گذاشت. حسن اسماعیلی رئیس مرکز اورژانس پیش‌بیمارستانی استان قزوین گفت: ساعت ۲۲:۲۲

پنجشنبه ۸ تیرماه با مرکز ارتباطات اورژانس پیش‌بیمارستانی استان قزوین تماسی حاکمی از سقوط چرخ فلک واقع در شهرسازی دالفک قزوین در پارک ملی باراجین گزارش شد. این حادثه ۱۱ مصدوم داشت که ۷ نفر به بیمارستان منتقل شدند. پس از این حادثه و حضور پلیس نظارت بر اماکن عمومی و دادستان عمومی و انقلاب مرکز استان قزوین تا اطلاع ثانوی بازیگاه و شهرسازی دالفک پلمب شد.

انکار تعرض به دختر دانشجو در دادگاه

گروه حوادث/ پسر سرور که به اتهام شکنجه و آزار دختر دانشجو پای میز محاکمه ایستاده بود منکر اتهام خود شد.

شده و مورد ضرب و جرح قرار گرفته است برای مهرداد کیفرخواست صادر و پرونده‌اش به شعبه ششم دادگاه کیفری یک استان تهران فرستاده شد.

در ابتدای جلسه محاکمه، شاکی خواستار اشد مجازات شد اما وقتی مهرداد ۲۹ ساله ربه روی قضات ایستاد منکر اتهامش شد و گفت: این دختر خودش با من تماس گرفت و خواهان ملاقات با من شد من با میل خودش با او رابطه برقرار کردم و اتهام آزار و اذیت را قبول ندارم و اصلاً آفشین را نمی‌شناسم.

در پایان جلسه قضات وارد شور شدند تا حکم صادر کنند.

می‌خواهد در مورد موضوع مهمی با من صحبت کند وقتی مخالفت کردم گفت باید کاری کنی که آفشین در دادسرا اعلام گذشت کند. من برای صحبت با او سر قرار رفتم اما وقتی سوار خودرواش شدم او درها را قفل کرد و بشدت مرا کتک زد. بعد بدون توجه به التماس‌هایم آزارم داد و گفت اگر شکایت کنی این بار آفشین را می‌کشم.

با اظهارات دختر جوان مأموران به ردیابی مهرداد پرداختند و وی را بازداشت کردند. در حالی که پزشکی قانونی آزار و اذیت دختر دانشجو را تأیید کرده و در گزارش اعلام کرده بود وی بشدت شکنجه

به گزارش خبرنگار «حوادث ایران»، یک ماه قبل دختر ۲۲ ساله‌ای به پلیس آگاهی رفت و از پسری به اتهام شکنجه و آزار و اذیت شکایت کرد و گفت: مدتی قبل در دانشگاه با پسری به نام آفشین آشنا شدم و قرار بود ازدواج کنیم اما یک شب با من تماس گرفت و گفت در یک درگیری خیابانی از سوی پسری به نام مهرداد با چاقو زخمی شده و در بیمارستان است. مدتی بعد او بهبود یافت و وقتی ترخیص شد از مهرداد شکایت کرد.

دختر جوان ادامه داد: پرونده آنها در دادسرا تحت رسیدگی بود که یک روز مهرداد با من تماس گرفت و گفت

سارقان مسلح طلافروشی پای میز محاکمه

قبل از سرقت به تهران آمدم و در این مدت در پارک‌ها می‌خوابیدیم. موتور را هم از مردی اجاره کردیم و ۳۰۰ هزار تومان به‌عنوان بیعانه دادیم و موتور را در مشیریه تحویل گرفتیم و قرار شد مابقی را هنگام بازگرداندن موتور برگردانیم. او ادامه داد: این طلافروشی در محل خلوتی بود به همین دلیل آن را انتخاب کردیم. ما ۲۴ اسفند سال ۱۴۰۰ هم در پرنه ۳ کیلو طلا به همین شیوه و شگرد سرقت کردیم. نیمی از طلاها را فروختیم اما مابقی را چون می‌دانستیم که طلا گران می‌شود، نفروختیم و نگه داشتیم تا گران شود.

به دنبال اعتراف متهمان و پس از بازسازی صحنه سرقت و تکمیل تحقیقات باز پرس شعبه پنجم دادسرای امور جنایی تهران برای متهم اصلی پرونده که تیراندازی کرده بود اتهام محاربه و قتل را صادر کرد و برای برادرزاده‌اش که در این سرقت رعب‌آور همراه او بود، معاونت در قتل صادر شد. بدین ترتیب پرونده برای رسیدگی به اتهام قتل به دادگاه کیفری استان و برای رسیدگی به اتهام محاربه به دادگاه عمومی و انقلاب تهران ارجاع خواهد شد.

محل و رهگذران که شاهد ماجرا بودند، با محاصره موتورسواران می‌خواستند مانع فرار آنها شوند. سارقان که مردم را سد راه خود می‌دیدند اقدام به تیراندازی کرده و سه نفر را مصدوم کردند، اما در نهایت با تلاش مردم دو متهم دستگیر و تحویل پلیس شدند.

در حالی که تحقیقات در این زمینه ادامه داشت سه روز بعد، یکی از مصدومان جان باخت. با گزارش مرگ مرد جوان به باز پرس محمد جواد شفعی، پرونده برای رسیدگی به شعبه پنجم دادسرای امور جنایی تهران ارجاع شد. در بررسی‌های اولیه مشخص شد که عاملان این سرقت مرگبار عمو و برادرزاده هستند. آنها در تحقیقات به جرم خود اعتراف کرده و مرد ۴۳ ساله در تحقیقات گفت: ۲۲ سال قبل با برادرم در تهرانپارس به همین شگرد دست به سرقت مسلحانه طلافروشی زدیم اما دستگیر و به ۱۵ سال حبس محکوم شدیم. با اعتراض به رأی صادره، حکم به ۱۱ سال حبس دادند و سرانجام نیز پس از ۷ سال آزاد شدیم. در این مدت جرایم خرد انجام می‌دادیم. ما ساکن یکی از شهرستان‌های مرکزی کشور هستیم. سه روز

مرضیه همایونی/ مردان مسلحی که هنگام سرقت از یک طلافروشی، مرد جوانی را به قتل رسانده بودند، به اتهام محاربه و قتل بزودی در دادگاه انقلاب و دادگاه کیفری تهران محاکمه خواهند شد.

به گزارش خبرنگار حوادث «ایران»، ساعت ۹ شب سه‌شنبه ۱۰ خرداد سال ۱۴۰۱ دو مرد با صورت‌های نقابدار سوار بر موتورسیکلت بدون پلاک، مقابل یک طلافروشی در خیابان معیاد شمالی منطقه خانی‌آبادنو توقف کردند. مردان نقابدار از موتور پیاده شده و یکی از آنها در حالی که اسلحه کلاشنیکوفی در دست داشت مقابل طلافروشی ایستاد و نفر دوم با پتک شروع به ضربه زدن به شیشه ویتترین مغازه کرد. مرد طلافروش با مشاهده سارقان، بلافاصله آذیر خطر را به صدا درآورد و سارق بدون توجه به دوربین‌های طلافروشی و آذیر خطر به تلاشش برای شکستن ویتترین طلافروشی ادامه داد.

سارقان پس از شکستن شیشه ویتترین، حدود ۶ کیلوگرم طلاهای مغازه را داخل کیسه سیاه رنگی ریختند و به سمت موتورسیکلت‌شان رفتند تا فرار کنند اما اهالی

قاتل ره‌عنبر دستگیر شد

گروه حوادث/ عاملان تیراندازی و قتل رهگذر جوان، در تحقیقات پلیسی بازداشت شدند.

به گزارش خبرنگار حوادث «ایران»، جمعه یکم اردیبهشت، مرگ پسر ۱۸ ساله‌ای با شلیک گلوله در خیابان به باز پرس محمدرضا صاحب جمعی، از شعبه ششم دادسرای امور جنایی تهران اعلام شد. دوست مقتول که شاهد این جنایت بود به تیم جنایی گفت:

مقتول از دوستانم بود و در یک کارگاه میل‌سازی کار می‌کرد؛ با هم به خانه برمی‌گشتیم که سرنشینان یک خودرو شروع به تیراندازی به سمت خودروی

دیگری کردند در این میان یک گلوله هم به دوستم خورد و کشته شد. در بازبینی دوربین‌های مدار بسته اطراف محل درگیری و تحقیقات میدانی هویت متهمان بدست آمده و در ادامه بررسی‌ها بازداشت شدند.

در حالی که متهمان دستگیر شده هر کدام قتل را به گردن دیگری می‌انداختند سرانجام هویت اصلی عامل تیراندازی شناسایی شد و گفت: با گروه مقابل اختلاف داشتیم و کارمان به درگیری کشید اما وقتی فهمیدیم یک رهگذر را کشته ایم به شهرستان فرار کردیم و با هویت جعلی زندگی می‌کردیم.

مرگ ۴ کارگر در آتش‌سوزی کارگاه میل‌سازی

گروه حوادث/ آتش‌سوزی مرگبار در یک کارگاه میل‌سازی در محله مرتضی‌گرد تهران منجر به مرگ ۴ کارگر شد.

سید جلال ملکی؛ سخنگوی سازمان آتش‌نشانی و خدمات ایمنی شهرداری تهران اظهار کرد: ساعت ۵:۳۰ صبح پنج‌شنبه ۸ تیر حادثه آتش‌سوزی کارگاه میل‌سازی در محله مرتضی‌گرد خیابان فرهنگ به سامانه ۱۲۵ گزارش داده شد. با اعلام این خبر، سه ایستگاه آتش‌نشانی به محل حادثه اعزام شدند. نخستین بررسی‌ها نشان می‌داد که یک کارگاه میل‌سازی به وسعت ۳۰۰ متر دچار آتش‌سوزی شده است از آنجا که در کارگاه از داخل قفل بود.

آتش‌نشانان در نخستین گام با استفاده از تجهیزات هیدرولیکی در را باز کردند و با حجم بسیار زیاد دود رو به رو شدند که به دلیل حجم زیاد ابر و اسفنج کندسوزی رخ داده بود. ملکی تصریح کرد: آتش‌نشانان در جریان عملیات اطفای حریق وارد طبقه بالایی کارگاه که اتاق ویژه استراحت کارگران بود شدند و جسد چهار مرد را مشاهده کردند که به احتمال زیاد به دلیل دود گرفتگی ناشی از اسفنج به کام مرگ فرو رفته بودند. وی خاطر نشان کرد:

جسد این چهار کارگر به عوامل انتظامی تحویل داده شد و آتش‌نشانان پس از ایمن‌سازی محل را ترک کردند.

جزئیات برنامه‌های هفته فرهنگی ایران در روسیه اعلام شد

ایرنا/ سفیر جمهوری اسلامی ایران در مسکو گفت: برنامه‌های هفته فرهنگی ایران در روسیه سه‌شنبه ۱۳ تیرماه جاری با حضور وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی و وزیر فرهنگ فدراسیون روسیه گشایش می‌یابد.

کازم جلالی روز جمعه در نشست رسانه‌های مرکز خبری بین‌المللی راسیا سیودنیا (روسیه امروز) در مسکو افزود: این برنامه بعد از چهار سال وقفه به دلیل همه‌گیری کرونا و طبق برنامه به میزبانی شهرهای مسکو و سن پترزبورگ برگزار می‌شود. برنامه‌های هفته فرهنگی ایران در روسیه در پنج بخش شامل نمایشگاه‌های هنرهای سنتی ایران، فرش ایرانی، برنامه مشترک ارکستر ملی ایران و ارکستر جوانان روسیه و نمایش فیلم و پویانمایی برگزار خواهد شد. سفیر ایران در روسیه افزود: هنرمندان ۲۰ رشته هنری در رشته‌هایی مانند نگارگری، تذهیب، معرق، خاتم‌کاری، قلم‌زنی، فیروزه‌کوبی، حکاکی چرم، ساخت زیورات، قلم‌کاری، پوشاک اقوام، سفال و سرامیک، عکس، مجسمه‌سازی، فرش‌بافی، بافت گلیم و نقاشی خط در نمایشگاه هنرهای سنتی ایران در سالن کارگر و کشاورز در مجموعه ودنخا مسکو برپا خواهد شد و میزبان بازدیدکنندگان خواهد بود.

آغاز تصویربرداری فیلم مهرا مدیری

ایرنا/ فیلمبرداری فیلم سینمایی «ساعت ۶ صبح» به نویسندگی و کارگردانی مهرا مدیری در تهران آغاز شد.

در این فیلم که مضمونی اجتماعی دارد سمیرا حسن پور، مهرداد صدیقیان، مونا فرجاد، تینو صالحی، سعید زارعی، مهرا مدیری و جمعی از بازیگران تئاتر بازی می‌کنند. این فیلم پیش از این «بن بست» نام داشت که به «ساعت ۶ صبح» تغییر نام پیدا کرد.

کریستیز معادله‌ها را بهم زد

ایسنا/ مزایده اخیر «کریستیز» در حالی به پایان رسید که با وجود ارائه آثار هنرمندان نامدار، برخی از آثار هنری کمتر از قیمت‌های پیش‌بینی‌شده به فروش رسیدند. در پایان این حراجی در مجموع آثاری به ارزش ۸۱.۱ میلیون دلار به فروش رسید. با اینکه آثار هنری هنرمندان برجسته‌ای در این حراجی به فروش گذاشته شدند، اما برخی از آثار هنری به قیمتی کمتر از نزدیک به پایین‌ترین برآوردهای قبلی فروخته شدند و در مجموع حراجی با فراز و نشیب به پایان رسید. هنرمندانی که آثارشان با قیمت‌های کمتر از پایین‌ترین قیمت برآوردهای فروخته شد، عبارتند از: «آلبرتو بوری»، «سای تومبلی» و «لوئیز بوژوا». با این حال، آثار «ادگار دگا»، «دیمین هرست» و «دیوید هاکنی» بسیار بالاتر از قیمت‌های پیش‌بینی‌شده فروخته شدند.



محوطه تئاتر شهر در تسخیر عروسک‌ها

در آغاز نوزدهمین جشنواره نمایش عروسکی تهران- مبارک در روز پنجشنبه هشتم تیر، هنرمندان با عروسک‌هایشان با ۱۱ اجرا، جمعیتی بزرگ از تماشاگران مشتاق را به محوطه تئاتر شهر کشاندند و با ایجاد حال و هوای هنری، این محیط را به تسخیر خود درآوردند. به گزارش ایرنا، این فضای پُر شور و نشاط، تأکیدی بود بر اینکه حریم تئاتر شهر، به جای ازدحام، غوغا، بی‌نظمی و آشفتگی، باید محیطی باشد برای پذیرایی از مشتاقان و علاقه‌مندان به فرهنگ و هنر. استقبال از اجراهای صحنه‌ای

در سالن‌های تئاتر شهر هم بسیار خوب بود. از جمله آثار این روز نمایش «شب» به نویسندگی و کارگردانی فاطمه صمصامی، در کارگاه نمایش میزبان تماشاگران مشتاقی بود که به دلیل پر شدن ظرفیت، روی صندلی‌های متحرک در گوشه‌های سالن نشستند. حضور پررنگ سفیران و رایزن‌های فرهنگی هفت کشور خارجی از دیگر نکات جالب توجه اجراها در تالار هنر و تئاتر شهر بود. در اجرای نمایش «پیرو سمانی» از کشور گرجستان به کارگردانی النا ماتسخوناشویلی در تالار

قشقای مجموعه تئاتر شهر، حضور همزمان کازم نظری مدیرکل هنرهای نمایشی و هادی حجازی‌فر، دبیر جشنواره و رایزن فرهنگی ایران، جلب نظر می‌کرد. نمایش «جزیره گنج» به کارگردانی فابیو ساپری از کشور برزیل هم که در تالار هنر اجرا شد، میزبان سفیران و میهمانانی از کشورهای پرتغال، شیلی، کوبا، آرژانتین، سوئیس، مکزیک، ونزوئلا و بولیوی بود. همچنین تالارهای نمایشی مجموعه تئاتر شهر در روز دومین روز از جشنواره میزبان ۴ اثر نمایشی در بخش صحنه‌ای و ۴ نمایش



شعرخوانی بخش جدید جایزه ادبی «فوروارد»

ایسنا / نامزدهای نهایی جوایز ادبی شعر «فوروارد» سال ۲۰۲۳ در حالی اعلام شد که برای نخستین بار بخش رقابتی شعرخوانی نیز به این جایزه ادبی اضافه شده است و به این ترتیب علاوه بر بهترین مجموعه شعر، نخستین مجموعه شعر و تک شعر، جایزه جدیدی برای بهترین شعرخوانی نیز در نظر گرفته شده است. برنده جایزه بهترین شعرخوانی مبلغ ۱۰۰۰ پوند دریافت خواهد کرد. فهرست نامزدهای نهایی دریافت جایزه بهترین شعرخوانی، «راجر رابینسون» برای اجرای شعر «چهره‌های شهر دریا را می‌بینند»، «بودان پیاسکی» برای شعر «قرب به یقین» و «آریا ایپ» برای «و چشم ما به اروپا است» هستند. برندگان امسال در شانزدهم اکتبر معرفی خواهند شد.



به کارگردانی گلناز اکبری از کرمانشاه (بخش فراگیر) در کارگاه آموزش به صحنه رفت. نوزدهمین جشنواره بین‌المللی تئاتر عروسکی تهران مبارک از هشتم تا هفدهم تیرماه برگزار می‌شود. ماتسخوناشویلی از گرجستان (بخش بین‌الملل) در تالار قشقای به روی صحنه رفت. نمایش «مئلث» به کارگردانی قیس یساقی از مشهد (بخش بزرگسال) در تالار سایه اجرا شد و نمایش «قطعه گمشده» در فضای باز بود. در تالار اصلی تئاتر شهر، نمایش «گره نره و روباه مکار» به کارگردانی اوشان محمودی از تهران در بخش میهمان، میزبان مخاطبان بود و نمایش «نیکونیکلادزه» به نویسندگی و کارگردانی آلنا

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. 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. ۴۲۵۱ جدول سودوکو

جدول سودوکو ۸۲۲۰. Grid with numbers 1-8.

جدول سودوکو ویژه شماره ۸۲۱۹. Grid with numbers 1-15.

جدول سودوکو شماره ۸۲۱۹. Grid with numbers 1-15.

جدول عادی

افقی: ۱ - هوش و استعداد فوق العاده دارد - از رشته‌های تحصیلی فیلگوش - جهانگردی - آگاهی ۲ - شاگرد دکان - ترسان - احتیاج و وجوب مخروبه و منهدم - بس - بچه پرو ۵ - زیر پا مانده - پارچه استری - یکی از وسائل موسیقی - حرف زمین‌شوی! ۶ - عنوان امپراتور عثمانی - قشر، پوسته - به‌ت‌زده ۷ - درخت جنگلی - تکیه دادن - دیکته ۸ - نام دخترانه - پدر فرنگی - باطراوت ۹ - حضور داشتن - مسنجر و نرم‌افزار تلفنی - مرکب انسان‌ها قبل از ساخت خودرو ۱۰ - پارچه زریفت - پرنده خوش‌آواز - دوستی ۱۱ - دهان‌کجی - دانشگاه - فانی - از ویتامین‌ها ۱۲ - نقیض «کهنه» - پرستیدنی مشرک - جاه و مقام ۱۳ - در خارج از مسیر اصلی - گل خشک - سرگرد سابق ۱۴ - هر چیز آویزان - استادیوم «پارسلونا» - ناکس ۱۵ - فیزیک‌دان معروف فرانسوی - آخرش ته‌چاه است!

عمودی

۱ - قهرمان سری آ ایتالیا در فصل اخیر - آرام اما مودی ۲ - نشان دادن - استاد قصیده‌سرای شعر پارسی - سرمایه زندگی ۳ - لنگرگاه - ناپاکی - جوهر مازو ۴ - مجبور کردن - مقابل «کارفرما» ۵ - کلاه فرنگی - شکافتن قبر - ساختار معماری یا مهندسی ثابت ۶ - کلامی برای شگفتی - موی گردن اسب - اول هر چیز - تکبر ۷ - شادابی و تازگی - پایه‌ها، درجات - مردمک چشم ۸ - مقام ارشد اداره - سرزمینی باستانی - آبگینه صاف و شفاف ۹ - دریغ - گوشمالی دادن - دهمین خلیفه عباسی ۱۰ - آب کردن - سال‌ها - انداختن چیزی با دست - چین زلف ۱۱ - کوب و آسیب - پفکردگی - مخفف پوج ۱۲ - ماسک - عمران و توسعه ۱۳ - مجموعه قواعد و مقرراتی است که نظم اجتماعی را تأمین می‌کند - شریک جرم - متولد شده ۱۴ - شهر روشنايي - آنگیر - کلبه چوبی ۱۵ - ترشی خوشمزه - کالانما

جدول ویژه

۱ - دریاچه آفریقا - کارگردان فیلم «ماه سرکش» (۲۰۲۳) ۲ - سلام رمزی کار - جلودگویی - جمع رئیس ۳ - شاخاب - عددی ترتیبی - برانگیختن ۴ - مجبور به کاری - پسوند نسبت - شهر «نیال» ۵ - مارکی بر مایکروفر - سرپناه - رنگ مایع - آماس ۶ - مشت‌زنی - حمله - سخا ۷ - تابیلوی تبلیغاتی - خنثیود - شهر هنری فرانسه روزنامه - خطاب غیروژدیانه - نمایش ۸ - مجلس قانون‌گذاری «تایوان» - گیاه خورشیدی - نام «دکارث» ۱۰ - ضمیر متصل اول شخص جمع - متحدالقول

متوسط

Table with 9 rows and 9 columns for Medium Sudoku.

خیلی سخت

Table with 9 rows and 9 columns for Very Hard Sudoku.

آسان

Table with 9 rows and 9 columns for Easy Sudoku.

سخت

Table with 9 rows and 9 columns for Hard Sudoku.

Grids for various puzzle types with numbers and symbols.

**ملی پوشان کبیدی ایران
به نقره آسیا بسنده کردند**



تیم ملی کبیدی ایران در پایان مسابقات قهرمانی آسیا با واگذاری نتیجه مقابل هند به مدال نقره رسید. به گزارش فارس، تیم ملی کبیدی ایران که صبح جمعه با نتیجه ۷۰ بر ۱۳ مقابل ژاپن به برتری رسیده بود، به فینال مسابقات قهرمانی آسیا در کره جنوبی راه یافت. ملی پوشان ایران در فینال این مسابقات مقابل هند به میدان رفتند و با نتیجه ۳۲ بر ۴۱ مغلوب هند شدند و به مدال نقره رسیدند. تیم ملی کبیدی ایران در مرحله گروهی مقابل چین تایپه، هنگ کنگ، کره جنوبی و ژاپن پیروز و برابر هند شکست خورده بود. آنها پس از واگذاری نتیجه مقابل هند در رده دوم ایستادند. تیم هند در فینال بازی های آسیایی ۲۰۱۸ اندونزی برابر ایران شکست خورده بود و با پیروزی امروز موفق شد انتقام آن شکست را بگیرد.

اولین تمرین آبی پوشان پایتخت برای فصل جدید، در حالی از ساعت ۱۸ پنجشنبه در کمپ مرحوم ناصر حجازی آغاز شد که حواشی فراوانی داشت. تعدادی با حضور در کمپ مرحوم ناصر حجازی، هوادارانی که علیه حجت کریمی شعار می دادند را کتک زدند. به گزارش ایرنا، پس از این اتفاق بود که باشگاه استقلال بیانیه ای صادر کرد. در این بیانیه آمده: «باشگاه استقلال ضمن محکومیت شدید این حادثه، از تمامی هواداران دوست داشتنی عذرخواهی می کند. حضور افرادی که پیش از این براحتی در کنار مجموعه باشگاه استقلال حضور داشتند، به دستور سرپرست مدیرعاملی باشگاه ممنوع شد و بدون شک و با همکاری خود هواداران که صاحبان اصلی باشگاه هستند، مانع از رویدادن اتفاقاتی مشابه آنچه رخ داد، خواهیم شد.»

حواشی تمرین آبی پوشان پایتخت با واکنش کمیته انضباطی همراه شد

ورود ۳ متخلف به ورزشگاه های کشور ممنوع

برخورد با عوامل اتفاقات رخ داده
به دنبال این حادثه، وزارت ورزش و جوانان بیانیه ای منتشر کرد. در این بیانیه ای آمده است: وزارت ورزش و جوانان با ابراز تأسف از آنچه در جریان تمرین استقلال رخ داد و با تأکید بر اینکه تکریم هواداران در ورزش از دستورات و تأکیدات همیشگی وزیر محترم ورزش و جوانان بوده، اعلام می کند، با دستور صریح و مؤکد مقام عالی وزارت، حراست این وزارتخانه مأموریت دارد به طور دقیق و کارشناسی اتفاقات رخ داده و تأسف برانگیز در جریان تمرین دیروز (هشت تیر) تیم استقلال را پیگیری کند. بر اساس این دستور، برخورد جدی با عوامل داخل باشگاه که مسبب اتفاقات پنجشنبه گذشته بودند نیز باید انجام پذیرد و در این بین نباید هیچ گونه مماشاتی به دلیل سمت احتمالی مقرران این اتفاق در کار باشد. همچنین حراست وزارت ورزش و جوانان مأموریت دارد با همکاری دستگاه های ذیصلاح، عوامل خارجی که خارج از مجموعه باشگاه استقلال از دیگر مسببان برخورد زشت و زننده

برخورد با عوامل اتفاقات رخ داده

به دنبال این حادثه، وزارت

شورای عالی امنیت ملی، ورود زنان به ورزشگاه های فوتبال را تصویب کرد



رئیس فدراسیون فوتبال اعلام کرد: شورای امنیت ملی، ورود بانوان به ورزشگاه ها را تصویب کرده و کارگروهی برای آن تعیین شده که تصمیم گیری درباره نحوه اجرا را بر عهده دارد. به گزارش ایسنا، مهدی تاج درباره حضور بانوان در ورزشگاه ها گفت: ورود بانوان را خواهیم داشت. شورای امنیت ملی خوشبختانه این موضوع را تصویب کرده است. وزارت کشور، وزارت ورزش و جوانان، فدراسیون فوتبال و دو دستگاه اطلاعاتی برای چگونگی ورود بانوان برنامه ریزی می کنند. آمدن و نیامدن آنها دیگر مطرح نیست. در ورزشگاه هایی مثل گل گهر، سپاهان، ذوب آهن و غدیر اهواز که مناسب است بانوان حضور پیدا خواهند کرد. ورزشگاه آزادی هم باید آماده شود.

پذیرفتنی نیست و حساب نسبت به برخورد قانونی با آنها از طریق محاکم مربوطه اقدام کند. وزارت ورزش و جوانان اعلام می کند مسئولیت خبرنگاران و تصویربرداران رسانه های محترم گروهی برعهده باشگاه بوده و در این میان هیچ گونه عذری

صدر دستور موقت برای سه هوادار

به گزارش ایرنا، بر اساس اعلام فدراسیون فوتبال به دلیل تخلفات صورت گرفته از سوی سه نفر در حاشیه تمرین تیم استقلال تهران مبنی بر بد رفتاری نسبت به هواداران حاضر در کمپ تمرینی مرحوم حجازی، تخلفات فوق درخور صدور دستور موقت بوده و نقرات فوق تا اطلاع ثانوی از حضور



بازگشت زن شماره یک سابق تنیس جهان به میادین کارولین ورنیاکی تنیسور شماره ۱ سابق جهان پس از سه سال وقفه و دوری از میادین، در توبیتی از بازگشت خود به این ورزش خبر داد و نوشت: در اوپن آمریکا و در ماه آگوست باز خواهم گشت تا دوباره به میدان بروم. به گزارش ایرنا، گفته می شود ورنیاکی در سال ۲۰۱۸ به آرتریت روماتوئید مبتلا شد؛ او در آن زمان اعلام کرد قصد استراحت دارد و می خواهد تشکیل خانواده بدهد. این بانوی تنیسور در حال حاضر دو فرزند دارد و اعلام کرده در مسابقات آتی خانواده اش او را همراهی خواهند کرد.

مهدی طارمی، مهاجم ایرانی پورتو، در فصل گذشته ۸ بار بهترین بازیکن زمین شد و توانست از سوی لیگ پرتغال با ۲۷۹۹ امتیاز، در صدر قرار گیرد. به گزارش فارس، طارمی در مجموع مسابقات ۵۱ بار به میدان رفت و آمار خیره کننده ۳۱ گل و ۱۴ پاس گل را به ثبت رساند. ستاره ایرانی برای اولین بار نیز به مقام آقای گلی در لیگ پرتغال رسید. این بازیکن اکنون از سوی تیم هایی مثل میلان و مارسی پیشنهاد دارد.

هیجان در کورس شتردوانی



برای دومین بار روستای نصرت آباد شهر شاهده یزد میزبان شرکت کنندگان کورس شتردوانی بود. سوت آغاز این مسابقه ساعت ۶ بعد از ظهر پنجشنبه گذشته به صدا درآمد و ۲۱ شرکت کننده در گروه های ۵ و ۶ نفره مسابقه را آغاز کردند. شترها در حالی که ساربان های خود را حمل می کردند به جدال با هم پرداختند تا زودتر به پایان خط برسند. پس از طی مسافت مشخص، شترها و ساربان هایشان به خط پایان رسیدند و نقرات برتر هر گروه به رقابت با هم پرداختند. جایزه نقرات برتر، سفر به مشهد مقدس بود اما برگزار کنندگان این

مسابقه برای ترویج فرهنگ و هنر یزدی، به تمامی افراد شرکت کننده پارچه های مخمل هدیه دادند. زمانی که گردشگران ایرانی و خارجی از این مسابقه با خبر شدند خودشان را به شهر شاهده رساندند و از نزدیک رقابت ۲۱ شتر را نظاره کردند. رقابتی هیجان انگیز که در کمتر محلی می توان نظارگر آن بود. شهر شاهده که معدن پرورش شتر در این استان است یکی از قدیمی ترین ساربان های کشور را نیز دارد. مرد ۹۵ ساله ای که به گفته خودش از دوران جوانی ساربان شتر بوده و حالا هم همچنان این کار را ادامه می دهد.



سهراب مرادی؛ با دنیای قهرمانی خداحافظی کرد

ایرنا/ سهراب مرادی، قهرمان وزنه برداری ایران از دنیای قهرمانی خداحافظی کرد. این ملی پوش وزنه برداری ایران از دنیای قهرمانی پولاد سرد خداحافظی کرد. فدراسیون وزنه برداری خبر خداحافظی نابغه ایرانی را از دنیای قهرمانی تأیید کرد. مرادی که ۲ مدال طلای قهرمانی جهان (۲۰۱۷) و (۲۰۱۸) را در کارنامه دارد یکی از نخبگان ایران و جهان در دسته ۹۴ و ۹۶ کیلوگرم بود که توانست رکوردشکنی های متعددی در جهان داشته باشد.



ماندگار فرزانی؛ به فینال تور جهانی صعود کرد

مهر/ ماندگار فرزانی تنیسور جوان ایران با شکست نماینده ترکیه، به فینال تور جهانی راه یافت. مرحله نیمه نهایی رقابت های تور جهانی تنیس کمتر از ۱۸ سال با صعود نماینده ایران به فینال این رقابت ها همراه بود. در مرحله نیمه نهایی تور جهانی تنیس و در بخش دختران، ماندگار فرزانی موفق شد با نتیجه ۲ بر یک از سد دنیز دیلک بخت دوم قهرمانی عبور کرده و به عنوان اولین تنیسور، راهی فینال شود.



قلی زاده؛ گران ترین بازیکن لیگ لهستان

تسنیم/ مطابق گزارش یک رسانه کشور لهستان، وینگر تیم ملی فوتبال ایران به زودی گرانتیقیمت ترین بازیکن تاریخ لیگ این کشور لقب می گیرد. سایت «pl.gol۲۴» لهستان درباره احتمال انتقال علی قلی زاده نوشت: «باشگاه لخ پوزنان بزودی قلی زاده را به مبلغ ۱/۸ میلیون یورو جذب خواهد کرد. تاکنون هیچ باشگاه لهستانی، چنین مبلغی برای جذب بازیکن خرج نکرده است و وینگر تیم ملی ایران با این انتقال، به گران ترین بازیکن لهستان تبدیل می شود.

**پایان قصه میهماندوست و تکه انودی آذربایجان
چراغ سبز برای بازگشت به خانه**

فائزه زمانی / رضا میهماندوست سرمربی تیم ملی تکه انودی آذربایجان بار دیگر استعفا داد؛ استعفایی که حالا می تواند به منزله نشان دادن چراغ سبز به هادی ساعی رئیس فدراسیون تکه انودی کشورمان، برای بازگشت به تیم ملی باشد. میهماندوست پرافتخارترین سرمربی تیم ملی تکه انودی ایران سال ۹۱ در اعتراض به سیاست های محمدرضا پولادگر رئیس وقت فدراسیون بابت پرداخت نشدن مطالباتش، اعلام کرد تا زمان دریافت حقوقش، سر تمرین تیم ملی نخواهد رفت، اعتراضی که به گفته خودش مسئولان فدراسیون آن را استعفا تلقی کردند تا کار او را یکسره کرده و اخراجش کنند. ۱۱ سال از آن روزها می گذرد، حالا به نظر می رسد با توجه به شرایط نامطلوب تیم ملی تکه انودی در مسابقات اخیر بویژه کسب فقط ۲ برنز در مسابقات جهانی مکزیک و قرار گرفتن در جایگاه دوازدهم جهان، این بهترین فرصت برای بازگشت میهماندوست به خانه است، تا شاید تکه انودی دوباره بتواند برای بازگشت به دوران خوشش اوج بگیرد. خرداد ۱۴۰۱ هم میهماندوست یکبار به بهانه شرایط نامطلوب تیم ملی آذربایجان از سمت خود استعفا داد، اما از آنجایی که بیژن مقالنو تازه بعد از اخراج فریبز عسگری کار خودش را در تیم ملی شروع کرده بود، کمیته فنی ترجیح داد تا همچنان به مقالنو فرصت دهد، بنابراین هادی ساعی برخلاف تمایل قلبی اش چشمش را روی برگرداندن پرافتخارترین سرمربی تاریخ تکه انودی ایران بست، میهماندوست هم دوباره به تیم ملی آذربایجان برگشت. حالا بعد از گذشت یک سال، با ادامه روند ضعیف تیم ملی، به نظر می رسد استعفای میهماندوست بی ربط به بازگشتش به تیم ملی و جایگزین شدن مقالنو نباشد.

طارمی، بهترین بهترین های پرتغال شد

مهدی طارمی، مهاجم ایرانی پورتو، در فصل گذشته ۸ بار بهترین بازیکن زمین شد و توانست از سوی لیگ پرتغال با ۲۷۹۹ امتیاز، در صدر قرار گیرد. به گزارش فارس، طارمی در مجموع مسابقات ۵۱ بار به میدان رفت و آمار خیره کننده ۳۱ گل و ۱۴ پاس گل را به ثبت رساند. ستاره ایرانی برای اولین بار نیز به مقام آقای گلی در لیگ پرتغال رسید. این بازیکن اکنون از سوی تیم هایی مثل میلان و مارسی پیشنهاد دارد.

هندبال جوانان قهرمانی آسیا؛ شکست دختران ایران مقابل چین

تیم هندبال دختران ایران در نخستین دیدار خود در چارچوب مسابقات قهرمانی جوانان آسیا به مصاف چین رفت که این بازی با برتری ۲۳ بر ۲۹ حریف همراه بود. به گزارش تسنیم، دختران هندبال ایران در گروه B این رقابت ها با تیم های هند، ازبکستان، چین و چین تایپه هم گروه هستند و امروز در دومین دیدار خود از ساعت ۹:۳۰ رودروی ازبکستان صف آرای خواهند کرد. این مسابقات از دیروز آغاز شده و تا ۱۸ تیر در هنگ کنگ ادامه دارد.

بازگشت زن شماره یک سابق تنیس جهان به میادین

کارولین ورنیاکی تنیسور شماره ۱ سابق جهان پس از سه سال وقفه و دوری از میادین، در توبیتی از بازگشت خود به این ورزش خبر داد و نوشت: در اوپن آمریکا و در ماه آگوست باز خواهم گشت تا دوباره به میدان بروم. به گزارش ایرنا، گفته می شود ورنیاکی در سال ۲۰۱۸ به آرتریت روماتوئید مبتلا شد؛ او در آن زمان اعلام کرد قصد استراحت دارد و می خواهد تشکیل خانواده بدهد. این بانوی تنیسور در حال حاضر دو فرزند دارد و اعلام کرده در مسابقات آتی خانواده اش او را همراهی خواهند کرد.



Official: 370,000 Iranian students registered for summer camps

The Deputy Director of Education and Culture at Iran's Ministry of Education, Asghar Baqerzadeh, revealed that 370,000 students have registered for summer camps thus far. Baqerzadeh emphasized that this year's summer slogan is "non-stop training," with the aim of providing educational opportunities through all institutions, families, and schools, Mehr News reported.

Iran's cool regions for a summer trip

Kurdestan Province

Kurdestan Province is located at the foot of Zagros Mountains. The mountainous area includes numerous attractions in the summer. From Sanandaj to Marivan, Uramanat to Paveh, all have cool climates and a rare nature. The best season to travel to Kurdestan Province is spring, but that doesn't mean you won't enjoy the cool

weather in the summer. Kurdestan Province has a rich cultural history as well. If you choose this land for your summer trips, remember to visit its historical places. Don't miss chatting and hanging out with people of Kurdestan, as they are friendly and hospitable. These cool regions in Iran offer a refreshing



Sanandaj
IRNA

escape from the summer heat and provide a unique and enjoyable travel experience. Whether you are seeking

natural beauty, historical sites, or cultural exploration, these destinations have something to offer for everyone.

Lorestan Province



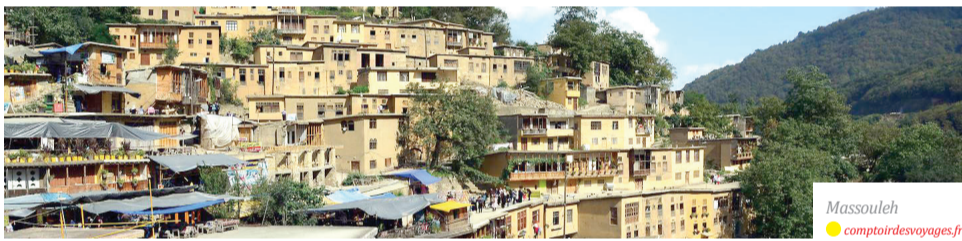
Pol-e Dokhtar
Itto.org

One of the best choices for summer trips in Iran is Lorestan Province. Cool hills, magnificent moun-

tains, and natural waterfalls can give you the experience of a wonderful journey, as if it were spring

instead of summer. Given that Lorestan has 12 percent of the whole country's water, it can be one of the main reasons that this city is amazingly cool. If you choose Lorestan Province for traveling, you can find accommodations in Borujerd, Pol-e Dokhtar, Dorud, Nurabad, Delfan or Khorram Abad. Not only does Lor-

estan have a unique nature, but it is also a city with 4,000 years of antiquity. The discovery of many ceramics and carvings from the pre-Median period testifies to its antiquity. So keep in mind to visit the historical sites in Lorestan Province. Visiting the historical monuments of ancient times would make your trip perfect.



Massouleh
comptoirdesvoyages.fr

Massouleh

Massouleh is undoubtedly one of the most charming cool cities in Iran and a popular destination in the summer. This city is suitable for travel

in all seasons, but its pleasant coolness in the summer is an extraordinary experience. Located in the mountains of Gilan Province, Massouleh is often covered in fog and has a cool and refreshing climate. The unique architecture of its

houses, along with its placement on the slopes of the Alborz Mountains and its proximity to the dense forests of the north, creates a delightful experience that makes a summer trip to Massouleh unforgettable.



Ardebil
sepanja.com

Ardebil

Ardebil is one of the cities that you must visit at least once in your lifetime. It is one of the coldest regions in Iran. The extraordinary nature of

this city, along with its other tourist attractions, ensures a memorable trip for you. Shorabil Lake is one of the most beautiful natural attractions in the city, and there are various recreational activities available in and around

the lake, such as boating and picnicking. Other attractions include the Mausoleum of Sheikh Safi al-Din Ardabili, a UNESCO World Heritage Site, and the Sabalan Mountain where you can enjoy hiking and trekking.

Social Desk

The head of Iran Parliament's environmental faction announced the end of the plundering of the nation's aquatic life and expressed determination to permanently ban industrial trawling in the country. In response to a petition from hundreds of southern fishermen demanding an end to industrial trawl fishing, Sommyeh Rafiei, a member of the Islamic Council's environmental faction, emphasized the faction's commitment to supporting local fishermen. Rafiei highlighted the positive impact of the two-year suspension of trawl fishing, which was implemented with the president's approval, on preserving aquatic resources in the south and sustaining local livelihoods. She stressed that economic activities must align with the country's environmental capacity to prevent degradation. Before the trawl fishing ban, local fishing communities expressed

In pursuit of aquatic preservation Environmental faction seeks permanent ban on industrial trawling

dissatisfaction with the depletion of aquatic resources caused by industrial trawling vessels. Rafiei revealed that these vessels received fuel subsidies from the government while claiming to create jobs and meet the country's needs. As fish stocks dwindled, local fishermen incurred higher costs and used more fuel to venture further out to sea, often returning empty-handed. The parliamentary environmental faction successfully imposed a two-year ban on industrial trawling activities starting November 21, 2020, despite significant pressure from the industrial trawling entities. Rafiei stated that the Iranian Fish-



IRNA

eries Science Research Institute was tasked with monitoring aquatic stocks in the Persian Gulf and the Sea of Oman during this period and submitting a report for further decision-making. However, no comprehensive report has been provided to date. Rafiei warned that the

trawl profiteers are seeking to revive trawl fishing and emphasized the need for environmentally friendly fishing methods to replace destructive trawl fishing. Despite allocating the required amount of money for membership fees in international conventions to obtain fishing licenses in the

Indian Ocean, none of the mentioned ships have begun operations in those waters. In their petition, local fishermen expressed gratitude for the two-year ban on fishing trawlers in the Persian Gulf and the Sea of Oman, which has led to the relative revival of aquatic resources and improved the food basket of indigenous people. The petitioners urged the members of the parliamentary environmental faction, academic staff, and officials to take decisive action regarding the permanent ban of trawlers. The local fishermen's letter emphasized that industrial fishing vessels, under the pretext of having a fishing license, operated without proper monitoring and supervision by the Iranian Fisheries Organization. These vessels encroached upon the waters of the southern coast, destroying habitats and looting valuable aquatic resources and species, despite warnings from local fishermen.

Understanding Persian palatial vocabulary



Persepolis Tachara Palace

The Persians used a varied, though not terribly precise, nomenclature for their palace architecture: Apadana, hadiš, and tachara. Much like those Old Persian words that refer to characteristically Persian deities, institutions, or concepts, the words for "palace" are often left untranslated in Elamite or Babylonian versions of inscriptions. These words have also become technical terms in scholarship, which has used them as labels for specific building types. However, the nature of an association between these words and specific architectural forms is not entirely clear, and it is worth taking a moment to take a step back and reassess the evidence. The most common words for "palace" in Old Persian are tachara and hadiš, and they appear in the inscriptions of more

than one king. The structures whose inscriptions include these terms vary greatly in ground plan, size, and layout. Some feature a hypostyle hall fronted by a portico, including Darius I's and Xerxes I's "private palaces" at Persepolis and Artaxerxes II's Shaur Palace at Susa. However, Darius I's "Mesopotamian"-style palace complex at Susa features no such portico or hypostyle hall, and its Old Persian inscriptions call it both a tachara and a hadiš. Similarly, Artaxerxes II's inscriptions from his palace in southern Iran call it a hadiš in the Old Persian version, while introducing phonetic renditions of the Old Persian term tachara in the Elamite and Babylonian versions. The only term that all three inscriptions appear to have used in common is the word "paradise".