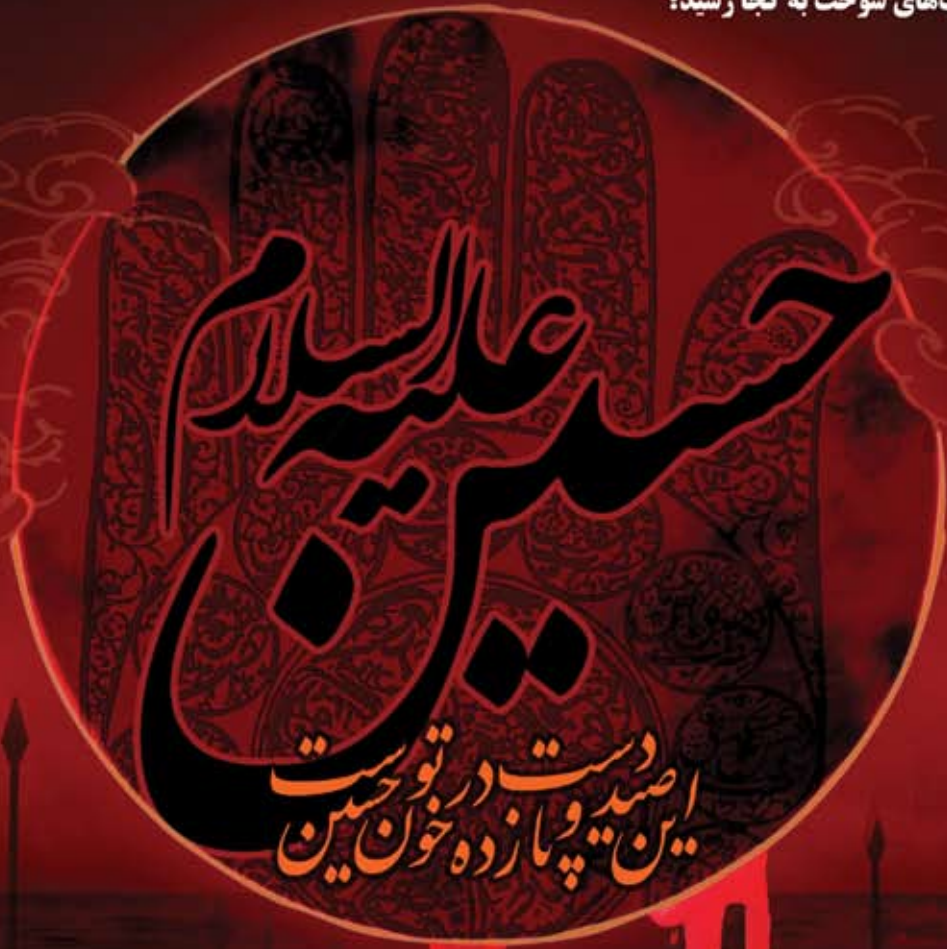


در این شماره کالسنه سبز می خوانید:

- امضای ۱۲ قرارداد همکاری میان ایران خودرو و دیزل و شرکت عقاب افشان
- آغاز به کار ۸۰ دستگاه اتوبوس شهری عقاب-اسکانیا در اصفهان با فرمان وزیر راه و شهرسازی
- بازدید رئیس هیأت عامل ایدرو از خط تولید محصولات عقاب افشان
- تحویل ۱۵ دستگاه اتوبوس شهری عقاب-اسکانیا به شهرداری کرج
- سامانه FMS موجب کاهش سوانح جاده‌ای اتوبوس‌های اسکانیا شده است
- سرنوشت صدور کارت‌های سوخت به کجا رسید؟



امسال محرم امام حسین(ع) با شیوع ویروس کرونا
 حال و هوای دیگری دارد

بتاب ای مه که

دل غمین است...





آلاینده‌های کمتر، هوای پاک‌تر

اتوبوس شهری عقاب - اسکانیا (مدل پارسین)

استاندارد آلاینده‌گی EURO 4

مجهز به سیستم SCR

فیلتر DPF

سیستم سوخت‌رسانی common rail



شرکت تولیدی و صنعتی عقاب افشان
تولید کننده انواع اتوبوس عقاب - اسکانیا در ایران

www.oghabafshan.com

فهرست

فهرست

- سیتروئن که بود؟/۴۱
- سرنوشت صدور کارت‌های سوخت به جکارسید؟/۶۱
- از آلپ سوئیس تا آلپ‌های ایران /۳۶
- مهم‌ترین آتش‌سوزی‌ها در بناهای تاریخی/۳۸
- سفر نباید کرد! /۴۰
- آب‌نمی‌بندیم/۴۲
- سربال‌های شبکه خانگی فضای آثار ترکیه‌ای دارند/۴۳
- ثبت نام «غلامحسین امیرخانی» در گنجینه زنده بشری/۴۴
- شقایق دهقان: کمدی را از مهران مدیری آموختم/۴۶
- اکران آنلاین «ستاخیز»/۴۷
- سرق‌های علنی که برای کسی مهم نیست!/۴۸
- ضربه کرونا به «صنعت موسیقی»/۵۰
- نقش سلامت روان در ازدواج/۵۲
- چگونه بر بحران میان‌سال‌ها غلبه کنیم؟/۵۶
- من ماسک می‌زنم به خاطر تو! /۶۰
- خطر بزرگ بیخ گوش تیم ملی فوتبال/۶۴
- ۱۵ میلیارد برای باشگاه پرسپولیس در آمدزایی کردم/۶۶
- بزرگ‌ترین راز کاپیتان اول پرسپولیس‌ها/۶۹
- فقط یک اسم: کریم باقری/۷۰
- «بچه فلاح» به لیدز بونایتد می‌رود؟/۷۱
- ۵ ماده غذایی که نباید قبل از ورزش مصرف کنید/۷۲
- مویایل‌های اندرویدی زلزله را به کاربران خبر می‌دهند/۲۹
- آسانسور پرماجرای کاخ مرمر/۳۲
- «کاخ ثابت» اثر تاریخی است/۳۴
- جهانی که در انتظار ماست/۲۰
- سقف دهان جایگزین اثر انگشت و تشخیص چهره/۲۲
- کشف یک سیاره صورتی/۲۴
- کلاه تکنولوژی بر سر حیوانات/۲۵
- تشخیص کرونا در کمتر از ۲۰ ثانیه/۲۶
- تصفیه آب با استفاده از نور خورشید/۲۸
- موبایل‌های اندرویدی زلزله را به کاربران خبر می‌دهند/۲۹
- آسانسور پرماجرای کاخ مرمر/۳۲
- «کاخ ثابت» اثر تاریخی است/۳۴

ماهنامه داخلی شرکت تولیدی و صنعتی عقاب‌افشان
سردبیر: حسن گوهرپور
دبیر تحریریه: حسین ابوالفتحی
مدیر هنری و صفحه‌آرا: محمد گودرزی، فاطمه رنجبر
دبیر عکس: محمد فتحی
طراح جلد: مریم منصوبی
تحریریه: انسیه جنتی، فاطمه رضائیان، ابوذر مارکولایی، حامد امینی، وحیده جلال کمالی، حسین صفدری، شیما شکوه، ناعمه پرهین، معصومه بهرامیان، عمید روبیاتی
گروه ترجمه و ویرایش: کامبیز ربانی
قدرت ستارنژاد



w w w . o g h a b a f s h a n . c o m

«کالسه سبز» راه صورت رایگان از رانندگان محترم اسکانیا بخواهید...
این نشریه برای احترام به وقت مسافران و ایجاد سفری همراه با آرامش و آموزش منتشر می‌شود. نظر مسافران محترم و رانندگان ارجمند در صورت علاقه آن‌ها حتما در این نشریه منتشر خواهد شد. علاقه‌مندان می‌توانند نظرات خود را با ذکر نام، به شماره پیامکی که پایین تمام صفحات درج شده ارسال و در شماره بعد آن را ملاحظه فرمایند. همچنین می‌توانید خطرات خود را از سفر با اتوبوس‌های اسکانیا برای ما به این آدرس kaleshab@gmail.com بفرستید. منتظر نظرات شما هستیم.

دعای سفر



وقتی مسافر آماده سفر شد غسل کند، پس از آن دو رکعت نماز بگزارد و از خدا خیر خود را طلب نماید و آیه‌الکرسی بخواند و حمد و ثنای الهی بجا آورد و صلوات بر حضرت رسول و آل او بفرستد. سپس این دعا را بخواند:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْتَدْعُكَ الْيَوْمَ

خدایا من خود را در این روز به عنوان ودیعت به تو سپردم
نَفْسِي وَأَهْلِي وَمَالِي وَوَلَدِي وَمَنْ كَانَ مِنِّي بِسَبِيلِ الشَّاهِدِ مِنْهُمْ وَالْغَائِبِ
خودم و خاندانم و مال و فرزندانم و هر که را با من راهی دارد حاضرشان و غائبشان را
اللَّهُمَّ احْفَظْنَا بِحِفْظِ الْإِيمَانِ وَاحْفَظْ عَلَيْنَا

خدایا حفظ کن ما را به حفظ ایمان و نگهبان بر ما باش
اللَّهُمَّ اجْعَلْنَا فِي رَحْمَتِكَ وَلَا تَسْلُبْنَا فَضْلَكَ أَنَا إِلَيْكَ رَاغِبُونَ.
خدایا ما را در کنف رحمت خویش قرار ده و فضلت را از ما سلب مفرما که ما به تو مشتاقیم.
اللَّهُمَّ إِنَّا نَعُوذُ بِكَ مِنْ وَعَثَاءِ السَّفَرِ وَكَابَةِ الْمُنْقَلَبِ وَسَوْءِ الْمُنْظَرِ فِي الْأَهْلِ وَالْمَالِ وَالْوَلَدِ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ.
خدایا به تو پناه بریم از رنج سفر و اندوهناک برگشتن و بدی دیدار در خاندان و مال و فرزند در دنیا و آخرت.

اللَّهُمَّ إِنِّي أَتَوَجَّهُ إِلَيْكَ هَذَا التَّوَجُّهَ طَلِبًا لِمَرْضَاتِكَ وَتَقَرُّبًا إِلَيْكَ.

خدایا من به تو رو کنم در این رو کردن به خاطر این که جویای خشنودی تو و تقرب جستن به درگاهت هستم

اللَّهُمَّ أَفْبَلِّغْنِي مَا أَوْمَلْتَهُ وَأَرْجُوهُ فَيْكَ وَفِي أَوْلِيَايَكَ

خدایا پس مرا به آرزویم و آنچه از تو و اولیائت است برسان
يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ.

امید دارم ای مهربان ترین مهربانان.

مسافر پس از دعای صفحه مقابل تسبیحات
حضرت فاطمه سلام الله علیها را بخواند و سوره
حمد را از پیش رو و از جانب راست و از جانب
چپ بخواند و همچنین آیه الکرسی را از سه جانب
بخواند، و بگوید:

اللَّهُمَّ إِلَيْكَ وَجَّهْتُ وَجْهِي

خدایا به سوی تو گرداندم رویم را

وَعَلَيْكَ خَلَّفْتُ أَهْلِي وَمَالِي وَمَا خَوَّلْتَنِي وَقَدْ وَثَقْتُ بِكَ فَلَا

و به امید تو بجای گذاردم خانواده و مال و آنچه را به من مرحمت فرمودی

و به تو اطمینان کردم پس

تُخَيِّبُنِي يَا مَنْ لَا يُخَيِّبُ مَنْ أَرَادَهُ وَلَا يُضَيِّعُ مَنْ حَفِظَهُ اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَإِلَيْهِ

ناامیدم مکن ای که ناامید نکند، هر که را به او توجه کند، و ضایع نکند

هر که را او محافظت کند خدایا درود فرست بر محمد و آتش،

وَأَحْفَظْنِي فِيمَا غَبْتُ عَنْهُ وَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي

و محافظت کن آنچه را مربوط به من است و من از آنها دورم و مرا به خودم وامگذار

يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ الدُّعَاءُ

ای مهربانترین مهربانان.

سپس مسافر سوره توحید را یازده مرتبه و سوره انا انزلنا و آیه الکرسی و سوره

ناس و سوره فلق را بخواند

و صدقه بدهد و سفر را آغاز کند.

منبع: مفاتیح الجنان

آشنایی با یکی از قدیمی ترین چهره‌های خودروسازی فرانسه

سیتروئن که بود؟



آندره گوستاو سیتروئن ۵ فوریه ۱۸۷۸ در پاریس متولد شد و ۳ ژوئیه ۱۹۳۵ در همین شهر چشم از جهان فرو بست. او مهندس و کارخانه‌دار برجسته فرانسوی بود که روش‌های تولید انبوه هنری فورد را در صنعت خودروسازی اروپا متداول کرد. او بیشتر به خاطر خودرویی که نامش بر وی مانده، یعنی سیتروئن و نیز به کار بردن چرخ‌دنده‌های مارپیچی دوپل شهره است.

خودروسازی مورس - تولیدکننده خودروهایی مسابقه - توانست در ۱۹۰۸ تولید خود را از ۱۲۵ خودرو به ۱۲۰۰ خودرو در سال افزایش دهد. در ۱۹۱۲ سیتروئن شرکت چرخ‌دنده‌های سیتروئن را راه‌اندازی کرد و همزمان به ریاست فدراسیون کارفرمایان خودرو نائل شد. پیش از شروع جنگ جهانی اول در سفری به آمریکا با هنری فورد دیدار کرد.

با وقوع جنگ جهانی اول، سیتروئن - که به‌عنوان کاپیتان دوم توپخانه به ارتش فرانسه پیوسته بود - توانست ارتش این کشور را متقاعد به تولید انبوه تسلیحات کند.

در ۱۹۱۵ یک کارخانه تولید جنگ‌افزار را راه‌اندازی کرد که سالانه تا ۵۵ هزار گلوله توپ تولید می‌کرد. در پی این موفقیت مسئولیت سازماندهی تأمین برخی مواد اولیه حیاتی برای همه کارخانه‌های اسلحه‌سازی فرانسه بر عهده وی نهاده شد. سیتروئن طی این جنگ - بیش از هر چیز به‌عنوان یک کارشناس پیشرو تولید در فرانسه - به شهرتی بین‌المللی رسید. وی همچنین به کارخانه رنو که طی جنگ ۳۵ هزار نفر را برای تولید جنگ‌افزار به کار گرفته بود، کمک شایانی کرد.

پس از جنگ جهانی اول در میانه ۱۹۱۹ سیتروئن به‌عنوان یکی از مدیران شرکت فرانسوی دوپل به کار گرفته شد. هدف این شرکت ساخت

او پنجمین و آخرین فرزند یک تاجر الماس یهودی با نام لوی سیتروئن از هلند و همسر لهستانی اش ماتسا کلايمن و نیز از خویشاوندان نزدیک فیلسوف انگلیسی سرای. جی. آیر بود.

وقتی آندره شش ساله بود پدرش - احتمالاً به دنبال سرمایه‌گذاری در یک معدن الماس آفریقای جنوبی که با عدم موفقیت مواجه شد - خودکشی کرد. گفته می‌شود آندره جوان با مشاهده ساخته شدن برج ایفل (در سال‌های ۱۸۸۹-۱۸۸۷) تصمیم گرفت که یک مهندس شود.

وی در ۱۹۰۰ از «اکول پلی‌تکنیک» فارغ‌التحصیل شد و پس از آن به‌عنوان یک مهندس و طراح صنعتی مشغول به کار شد. در همان سال از لهستان که زادگاه مادرش بود، دیدار کرد. طی این سفر نجاری را دید که مشغول کار روی چرخ‌دنده‌ای با ساختار استخوان ماهی بود. این چرخ‌دنده با صدای کمتر و به شکلی روان‌تر کار می‌کرد.

سیتروئن حق اختراع و امتیاز آن را با مبلغی بسیار اندک خریداری کرد که همین خرید ساده منجر به اختراعی شد که به سیتروئن اعتبار فراوانی بخشید؛ یعنی چرخ‌دنده‌های مارپیچی دوپل. همچنین طراح آرم شرکت سیتروئن نیز از همین طرح الهام گرفته است. سیتروئن با همراهی دو تن از دوستانش یک کارگاه ساخت چرخ‌دنده‌های مارپیچی راه‌اندازی کرد. با دستیاری وی کارخانه

پاریس به خاک سپرده شد. در ۱۹۹۲، پارکی در پاریس به نام آندره سیتروئن افتتاح شد که در کنار کارخانه خودروسازی سابق سیتروئن - که تا دهه ۱۹۷۰ دایر بود - واقع شده بود. کارخانه مزبور طی سال‌های ۱۹۷۶ تا ۱۹۸۴ تخریب شد. در ۱۹۹۸ نام آندره سیتروئن به فهرست تالار مشاهیر صنعت خودروسازی در بورن میشیگان افزوده شد. برند سیتروئن امروزه یکی از معروف‌ترین شرکت‌های خودروسازی کشور فرانسه است که به صورت مشترک با برند پژو فعالیت دارد و شرکت پژوسیتروئن مالکیت آن را برعهده دارد.



آندره سیتروئن در ۱۹۳۵ در حالی در پی ابتلا به سرطان معده درگذشت که برای تولید خودرو پول کافی در اختیار نداشت. او در گورستان مونپارناس با حضور خاخام اعظم

خودروهای بخار در فرانسه بود. دیگر مدیران این شرکت عبارت بودند از پل سیکالت از شرکت رنو، ام. مری از شرکت تورکات مری؛ ام. دلاگ، طراح خودرو. این طراحی آسان نبود و سیتروئن به پروژه‌های دیگری روی آورد.

در ۱۹۱۹ سیتروئن کارخانه اسلحه‌سازی اصلی خود را به منظور تولید انبوه اتومبیلی کوچک و ارزان تغییر کاربری داد و به این ترتیب نخستین خودرو سیتروئن با نام سیتروئن تیپ ای، در ۱۹۱۹ به خط تولید رسید. در سال ۱۹۲۰ شرکت متبوع وی به دلیل کمبود سرمایه باب مذاکراتی را با کمپانی جنرال موتورز برای فروش شرکت گشود اما مدیران وقت جنرال موتورز در مراحل پایانی واگذاری، این سرمایه‌گذاری را نامعقول دانسته و معامله را فسخ کردند. در پی این انصراف، کارخانه‌های جدید سیتروئن راهاندازی و بدل به یکی از بزرگ‌ترین شرکت‌های خودروساز در فرانسه (بزرگ‌ترین در اروپا و چهارمین در جهان) شد. در ژانویه ۱۹۳۱ دولت فرانسه به وی مدال «افسر بزرگ لژیون دونور» را اعطا کرد. سیتروئن سفرهای علمی متعددی را تأمین مالی کرد که از آن میان باید به طی مسافت ۱۳ هزار کیلومتری یک خودرو از بیروت تا پکن اشاره کرد (۳۲-۱۹۳۱). تولید اسباب‌بازی‌های سیتروئن، نورپردازی برج ایفل و میدان کنکورده برای نمایش نام تجاری سیتروئن با ۱۲۵ هزار لامپ از جمله فعالیت‌های تجاری وی در سال ۱۹۲۵ بود که این نورپردازی تا سال ۱۹۳۴ و ورشکستگی شرکت ادامه یافت.

شرکت سیتروئن طی دوران رکود بزرگ حاضر نشد از هزینه‌های خود بکاهد و تنها اتومبیل دیفرانسیل جلو آن زمان با نام سیتروئن ۷ را در ۱۹۳۴ روانه بازار کرد که هر چند فروش شرکت را بالا برد اما هزینه‌های بالای تولید آن به ورشکستگی شرکت سیتروئن در ۱۹۳۴ انجامید. آندره سیتروئن کنترل شرکت را از دست داد و کمپانی میشلین که تولیدکننده لاستیک‌های اتومبیل بود آن را تصاحب کرد اما شرکت در ۱۹۳۵ از نو سازماندهی شد.



سرنوشت صدور کارت‌های سوخت به کجا رسید؟



سوخت صادر شود، در شرایط مفقود شدن کارت یا دلایل دیگر کارت سوخت المثنی جدید صادر می‌شود و این مساله محدودیتی ندارد.

درخواست المثنی کارت هوشمند سوخت

طبق اعلام شرکت ملی پخش فرآورده‌های نفتی، صدور کارت سوخت هوشمند المثنی فقط از طریق دفاتر پلیس +۱۰ مقدور است، زیرا افرادی سودجو با هدف دستیابی به اطلاعات شخصی و کارت بانکی و کلاهبرداری از هموطنان و سوء استفاده‌های احتمالی اقدام به ایجاد سایت‌های غیرمجاز کرده‌اند.

بنابراین کسانی که کارت سوخت ندارند و تاکنون نیز درخواست صدور کارت سوخت نکرده‌اند، می‌توانند خود یا وکیل قانونی‌شان با در دست داشتن مدارک هویتی مالک خودرو و وسیله نقلیه به مراکز پلیس +۱۰ مراجعه کنند. حذف رمز کارت سوخت نیز در این دفاتر قابل انجام است. مدارک هویتی مالک برای درخواست



کاهی با بیان اینکه آمار دقیقی از خودروهایی که تاکنون اقدام به دریافت کارت سوخت نکرده‌اند نیست، گفت: به نظر می‌رسد که تعداد این خودروها کمتر از ۱۰ درصد باشد اما هر چه تقاضا وجود داشته باشد پاسخ خواهیم داد و مشکلی برای صدور کارت سوخت وجود ندارد. سخنگوی شرکت ملی پخش فرآورده‌های نفتی با بیان این که لازم است افراد در نگهداشت کارت سوخت خود دقت کافی داشته باشند، تصریح کرد: اگر به هر دلیلی مالک خودرو تقاضای کارت سوخت المثنی داشته باشد، کارت برای آن فرد صادر می‌شود؛ البته این موضوع به معنای این نیست که برای هر خودرو دو بار کارت

تأخیر در صدور کارت‌های سوخت وسائل نقلیه گازوئیل سوز و بنزین سوز در ماه‌های اخیر زمینه ایجاد مشکلات بسیاری را برای مالکان این خودروها پدید آورده است. اتفاقی که حالا سخنگوی شرکت ملی پخش فرآورده‌های نفتی را به واکنش واداشته تا اعلام کند که «در حال حاضر صدور کارت‌های سوخت متقاضیان در دست اقدام بوده و تلاش ما این است که در سریع‌ترین زمان ممکن به این نیاز پاسخ دهیم.» فاطمه کاهی در خصوص آخرین وضعیت صدور کارت‌های سوخت، اظهار کرد: کارت‌ها به ترتیب درخواست‌ها در حال صدور و توزیع است و از حدود ۷۰۰ هزار درخواست کارت سوخت خودروهای شخصی تاکنون حدود ۲۰۰ هزار کارت برای صدور و پاکت‌گذاری ارسال شده است و به زودی به دست هموطنان خواهد رسید. وی با بیان اینکه افراد می‌توانند برای پیگیری بیشتر به سایت epolice.ir مراجعه کنند، شیوع ویروس کرونا را عامل ایجاد این تأخیر دانست و گفت: به زودی کارت‌های سوخت به دست متقاضیان می‌رسد.



از آخرین وضعیت کارت خود باخبر شوند. همچنین افرادی که کارت سوخت آن‌ها از سال ۱۳۹۴ صادر و در باجه‌های معطله پست مانده، می‌توانند در قسمت رهگیری مرسوله پستی آن را پیگیری کنند و با در دست داشتن کارت شناسایی معتبر و کارت و سند خودرو به اداره پست مورد نظر خود مراجعه و کارت سوخت خود را دریافت کنند.

اگر کارت سوخت مربوط به خودروهای نوشماره و یا ثبت‌نامی در سایت دولت همراه (GSB) باشد، مالکان باید مبلغ مصوب شده را بابت هزینه صدور کارت سوخت به متصدی تحویل دهنده کارت سوخت بپردازند. شرکت ملی پخش و پالایش فرآورده‌های نفتی اعلام کرده که متقاضیان در صورتی که در این باره سؤال داشته باشند، می‌توانند به پورتال این شرکت با آدرس WWW.NIOPDC.IR مراجعه یا با شماره پاسخگویی ۰۹۶۲۷ تماس بگیرند.

کنترل مصرف سوخت با توجه به میانگین بالای مصرف سوخت، افزایش توان صادرات، مبارزه با قاچاق سوخت و اختصاص منابع حاصل از مدیریت مصرف به مردم به ویژه اقشار ضعیف و کم‌درآمد به صورت مستقیم و نیز کاهش آلودگی هوا در کلانشهرها و شهرها از جمله اهداف اجرای طرح سهمیه‌بندی بنزین اعلام شده است.



درخواست المثنی ندارند. کارت سوخت این اشخاص از طریق اداره پست به آدرسی که اعلام کرده‌اند ارسال می‌شود.

نحوه پیگیری کارت هوشمند سوخت

متقاضیان کارت‌های هوشمند سوخت ابتدا باید وارد سایت www.epolice.ir شده و سپس روی گزینه کارت سوخت کلیک کنند. بعد در قسمت پیگیری صدور کارت سوخت نسبت به وارد کردن نوع و شماره پلاک خودرو اقدام و روی گزینه پیگیری کارت سوخت کلیک کنند. در این قسمت، شماره مرسوله پستی نمایان می‌شود که با کلیک روی گزینه شرکت پست که به رنگ آبی نوشته شده، وارد سامانه رهگیری مرسولات می‌شوید و با فعال کردن گزینه جست‌وجو، وضعیت کارت سوخت مشخص می‌شود.

متقاضیان به منظور اطلاع دقیق از وضعیت کارت سوخت هم با کلیک روی گزینه مشاهده جزئیات کامل مرسوله می‌توانند

المثنی کارت هوشمند سوخت نیز به شرح زیر است: برای اشخاص حقیقی، یکی از مدارک شناسایی معتبر مالک وسیله نقلیه شامل اصل شناسنامه یا کارت ملی هوشمند یا گذرنامه نیاز است.

برای اشخاص حقوقی نیز معرفی نامه رسمی از سازمان یا شرکت مربوطه با امضاء و مهر مجاز به همراه اصل شناسنامه یا کارت ملی هوشمند یا گذرنامه نماینده نیاز است. دارندگان وکالتنامه معتبر قانونی از مالک نیز می‌توانند با ارائه مدارک شناسایی معتبر شامل اصل شناسنامه یا کارت ملی هوشمند یا گذرنامه نسبت به اخذ خدمات مورد نیاز اقدام کنند.

در مورد خودروهای لیزینگی (خودروهای اجاره به شرط تملیک)، اسناد و مدارک در اختیار استفاده‌کننده خودرو شامل کارت خودرو ملاک عمل است. مدارک شناسایی وسیله نقلیه نیز شامل کارت شناسایی خودرو یا شناسنامه مالکیت وسیله نقلیه یا بنچاق محضری به همراه بیمه نامه شخص ثالث معتبر می‌شود. اما برای تکمیل فرم تعهدنامه در دفاتر پلیس +۱۰ واریز مبلغ ۱۰ هزار تومان در پایانه‌های POS بانک ملت مستقر در این دفاتر و اخذ رسید ثبت درخواست کارت هوشمند سوخت المثنی از کاربر، مراحل است که باید طی شود. کسانی که در سایت دولت همراه ثبت‌نام کرده‌اند، نیازی به ارائه

اسکایا

علم و فناوری

گردشگری

فرهنگ و هنر

سلامت

ورزش

News



IMNA
 Photo: Rasoul Shojaei

شرکت عقاب افشان در مسیر نوسازی ناوگان اتوبوسرانی شهری نصف جهان آغاز به کار ۸۰ دستگاه اتوبوس شهری عقاب-اسکانیا در اصفهان با فرمان وزیر راه و شهرسازی

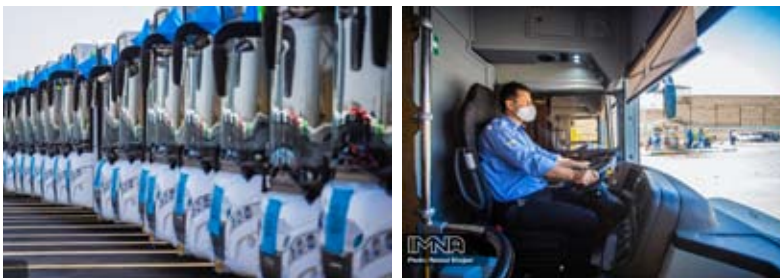
همزمان با عید سعید غدیر خم، طی مراسم باشکوهی، از ۸۰ دستگاه اتوبوس شهری عقاب-اسکانیا مدل پار سین در شهر اصفهان رونمایی شد و این اتوبوس‌ها با فرمان محمد اسلامی، وزیر راه و شهرسازی، رسماً وارد ناوگان حمل و نقل عمومی این کلانشهر شدند. شرکت عقاب افشان، این ۸۰ دستگاه اتوبوس شهری را که دارای استاندارد یورو ۴ هستند، به تازگی در چند نوبت به شرکت واحد اتوبوسرانی اصفهان تحویل داده بود. به گفته شهردار اصفهان، در مرحله نخست، ۸۰ دستگاه از این اتوبوس‌ها به ارزش ۲۲۵۰ میلیارد ریال وارد ناوگان اتوبوسرانی اصفهان شد و در آینده نزدیک ۲۰ دستگاه اتوبوس دیگر نیز به این ناوگان اضافه می‌گردد. «جک مکانیکی رمپ معلولان» برای استفاده افراد دارای معلولیت، سیستم ایمنی و سرمیشی مطلوب و متناسب با استانداردها و فیلتر DPF و انطباق با استاندارد یورو چهار برای کاهش آلودگی ناشی از مصرف سوخت از مهمترین ویژگی‌های این اتوبوس‌های جدید است.





همزمان با ورود ۸۰ دستگاه اتوبوس جدید به ناوگان حمل و نقل شهری، پارک سوار صفه در ورودی جنوب اصفهان، منطقه شش، مجاور ترمینال صفه، با حضور وزیر راه و شهرسازی افتتاح شد.

وزیر راه و شهرسازی در این مراسم با تقدیر از همت شهرداری اصفهان، خدمت بی‌منت، پیوسته و پایرجا برای رفاه مردم را جزو تکالیف دولت و نهادهای خدمتگزار مانند شهرداری برشمرد و گفت: تفکر ایجاد پارک سوار با اتوبوس‌هایی که رفاه مردم و نیاز معلولان را تأمین و زمان سفر را کوتاه می‌کند، جزو خدمات ماندگار و مورد توجه مدیریت شهری است و باید به صورت پیوسته به آن پرداخته شود.



IMNA
Photo: Rasoul Shojaei

اسکانیا

علم و فناوری

گردشگری

فرهنگ و هنر

سلامت

ورزش

News



وی افزود: با مشارکت همه دستگاه‌ها و تفاهمات لازم در هفته جاری امیدواریم فاز مقدماتی مترو بهارستان تا پایان سال با همت همکاران ما به بهره‌برداری برسد و در ادامه بتوانیم اطراف اصفهان را به مترو شهر اصفهان متصل کنیم. این‌ها جزو برنامه‌های آتی و بنیادین اصفهان به شمار می‌رود.

وزیر راه و شهرسازی با بیان اینکه اصفهان به عنوان پایتخت میراث گران‌بهای ایران و اسلام باید بتواند از لحاظ معماری و شهرسازی در بستر تاریخ برای آیندگان توسعه یابد، ادامه داد: استفاده از فناوری‌های روز در راه‌آهن شهری و سیستم مدیریت هوشمند شهر و مدیریت شهرسازی هوشمند در دستور کار وزارت راه است.

محمد اسلامی با بیان اینکه موضوع مهم در وزارت راه و شهرسازی، ارتقای کیفیت زندگی مردم در شهرهاست، افزود: از اهداف دیگر این وزارت، کاهش پیمایش‌های غیر ضرور و فراهم کردن وسایل حمل‌ونقل زمینی استاندارد و باکیفیت برای استفاده مردم است تا کمترین زمان تردد و حداکثر بهینه‌سازی در استفاده از انرژی میسر شود.

اتوبوس‌های درون‌شهری تردد می‌کنند. شهردار اصفهان ادامه داد: اتوبوس‌های شهر اصفهان روزانه ۲ هزار و ۶۰۰ کیلومتر مسافت را طی می‌کنند و در ۲ هزار و ۵۰۰ ایستگاه توقف دارند. خوشبختانه با اتفاق امروز و عدالت اجتماعی که برای توزیع اتوبوس‌ها در نظر گرفته می‌شود، شهروندان عزیز خرسند خواهند شد و اطمینان دارم بسیاری از مردم ماشین‌های شخصی را برای حفظ سلامتی خود، جامعه، کاهش آلودگی‌ها و روان‌سازی ترافیک کنار می‌گذارند و با اتوبوس‌های جدید که در ۳۰ خط توزیع می‌شوند، تردد می‌کنند.

پیچیدگی‌های فراوان، مبلغ ۲۰۰ میلیارد تومان اوراق مشارکت برای خرید اتوبوس دریافت کند.

وی با بیان اینکه امروز شاهد بهره‌برداری از ۸۰ دستگاه اتوبوس با استانداردهای جدید هستیم، افزود: ناوگان اتوبوسرانی شهرداری اصفهان در مجموع دارای ۱۴۰۰ دستگاه اتوبوس است. ۹۶۰ دستگاه اتوبوس قبل از کرونا در خدمت مردم بود و هم‌اکنون ۷۵۰ اتوبوس فعال است. قبل از کرونا ۵۲۰ هزار مسافر روزانه با اتوبوس در شهر جابه‌جا می‌شدند و هم‌اکنون ۲۵۰ هزار مسافر با

عدالت اجتماعی در توزیع اتوبوس‌ها رعایت می‌شود

قدرت‌الله نوروزی، شهردار اصفهان، در این مراسم اظهار کرد: امروز یکی از روزهای پرافتخار اصفهان است. سال گذشته در شرایط بسیار سخت توانستیم با کمک دولت، استانداری و حمایت اعضای شورای شهر، قراردادی را برای خرید ۱۰۰ دستگاه اتوبوس با شرکت عقاب‌افشان، شریک تجاری اسکانیا، تنظیم کنیم. شهرداری اصفهان در روزهایی که هیچ کارخانه‌ای در کشور اتوبوس نداشت و اعتباری نیز وجود نداشت، توانست با وجود



اسکانیا

علم و فناوری

گردشگری

فرهنگ و هنر

سلامت

ورزش

News



پایان سال به ناوگان اضافه می شود، افزود: اتوبوس های فرسوده طی قراردادهایی با کارخانه های تولیدکننده در حال بازسازی است و هم اکنون قرارداد بازسازی یکصد دستگاه از این اتوبوس ها با یکی از همین شرکت ها که در بازسازی اتوبوس ها تخصص دارد، امضا شده و ۷۰۰ دستگاه دیگر نیز مشمول انعقاد قرارداد با چند کارخانه است. این امر، تأثیر چشمگیری در بحث تغییر زیرساخت های سخت افزاری ناوگان اتوبوسرانی شهر اصفهان دارد.

است، کاهش چشمگیر آلاینده ها را شاهد خواهیم بود. طبق برنامه ریزی صورت گرفته، این ۸۰ دستگاه اتوبوس جدید جایگزین ۸۰ اتوبوس فرسوده ای می شود که استانداردهای آنها قدیمی شده بود. خوشبختانه اتوبوس های جدید شرکت عقاب افشان، جدای از مباحث آلاینده ای، از تجهیزات و آپشن های روز برخوردار است؛ از جمله کولر که مورد درخواست بسیاری از شهروندان بود. وی با بیان اینکه ۲۰ دستگاه اتوبوس دیگر تا

کاهش چشمگیر آلاینده ها با ورود اتوبوس های جدید

عباس روحانی، مدیرعامل شرکت واحد اتوبوسرانی اصفهان، در حاشیه این مراسم با اشاره به بهره برداری از ۸۰ دستگاه اتوبوس جدید در اصفهان، اظهار کرد: این ۸۰ دستگاه تأثیر چشمگیری بر پارامترها و شاخصه های اصلی حمل و نقل شهر ایجاد می کند. با توجه به اینکه این اتوبوس ها دارای استانداردهای یورو ۴ و مجهز به سیستم های پیشرفته

امضای ۱۲ قرارداد همکاری میان ایران خودرو دیزل و شرکت عقاب افشان



با حضور مدیرعامل و مدیران ارشد ایران خودرو دیزل و مدیران عامل شرکت‌های وابسته به گروه صنایع خودروسازی عقاب افشان، ۱۲ قرارداد طراحی و ساخت قطعات، تحقیق و توسعه اتاق، بدنه و تزئینات، شاسی، موتور و قوای محرکه به امضا رسید.

در این نشست که با حضور مدیرعامل و مدیران ارشد این دو گروه خودروسازی در محل سایت مرکزی ایران خودرو دیزل برگزار شد، طراحی پلتفرم مشترک بین این دو گروه خودروسازی نیز مورد تأکید قرار گرفت.

همکاری این دو شرکت مطرح در زمینه خودروهای تجاری، نویدبخش فصل تازه‌ای در صنعت تولید این رده از خودروها در ایران است.

مدیرعامل و نایب‌رئیس هیأت‌مدیره

هومپاسازه پارس، کیفیت‌گستر پارسیان و یارکو در نشست با مدیرعامل و مدیران ارشد گروه صنعتی ایران خودرو دیزل حضور داشتند.

شرکت عقاب افشان و مدیران عامل شرکت‌های سمن‌آذین، سرماگستر، پاکران خودرو، ایده‌فناوران، هیوا، ایده‌گران خودرو پارسیان، کومش‌ران موتور دیزلی،



اسکانیا

علم و فناوری

گردشگری

فرهنگ و هنر

سلامت

ورزش

News

بازدید رئیس هیأت عامل ایدرو از خط تولید محصولات عقاب افشان



دکتر امیر بیات، معاون وزیر صنعت، معدن و تجارت و رئیس هیأت عامل ایدرو (سازمان گسترش و نوسازی صنایع ایران) به همراه دکتر اعتمادی، معاون توسعه صنایع حمل و نقل این سازمان، از خط تولید محصولات شرکت تولیدی و صنعتی عقاب افشان بازدید کرد و در گفتگو با مدیران این شرکت در جریان روند تولید و مشکلات شرکت عقاب افشان قرار گرفت.

وی در جریان این بازدید با اشاره به توانمندی‌های کشور در حوزه تولید خودروهای تجاری و سنگین گفت: یکی از مشکلات ما در صنعت خودرو، موضوع پلتفرم مشترک است که در بخش خودروهای تجاری هم این موضوع مشاهده می‌شود. مطمئناً برای رقابت با شرکت‌های خودروساز خارجی، طراحی پلتفرم مشترک ضروری است تا بهای تمام شده محصول کاهش پیدا کند. با کاهش قیمت تمام شده و طراحی پلتفرم مشترک، می‌توانیم علاوه بر افزایش میزان و تیراژ تولید، استانداردسازی را به معنای واقعی گسترش و

می‌کند.

رئیس هیأت عامل ایدرو خاطر نشان کرد: در شرایط مبارزه با تحریم اقتصادی و مشکلات بیماری کرونا، حمایت از تولیدکنندگان، نقش مهمی را در ثبات اقتصادی کشور به همراه خواهد داشت.

توسعه دهیم.

معاون وزیر صمت با اشاره به موضوع تحریم‌های ظالمانه تصریح کرد: علی‌رغم همه فشارها، وزارت صمت با تمام قدرت مسیرهای خنثی‌سازی تحریم‌ها و داخلی‌سازی و ورود ماشین‌آلات، تجهیزات و مواد اولیه را دنبال



تحویل ۱۵ دستگاه اتوبوس شهری عقاب - اسکانیا به شهرداری کرج



شرکت تولیدی و صنعتی عقاب افشان در ادامه تلاش برای نوسازی ناوگان حمل و نقل درون و برون شهری کشور، ۱۵ دستگاه اتوبوس شهری یورو ۴ را به شهرداری کرج تحویل داد.

مجتبی براتزاده، مدیر فروش داخلی شرکت عقاب افشان، در این رابطه گفت: شهرداری کرج با هدف به روزرسانی ناوگان حمل و نقل شهری خود درخواست خرید ۱۵ دستگاه اتوبوس پارسین، از محصولات شهری شرکت عقاب افشان، را داشت که این اتوبوس ها بعد از تولید در اختیار شهرداری کرج قرار گرفت تا به ناوگان حمل و نقل عمومی این کلاتشهر اضافه شود.

براتزاده همچنین از واگذاری دو دستگاه اتوبوس مارال به شرکت سنگ آهن مرکزی ایران در بافق خبر داد.

قالب ناوگان حمل و نقل شهری کرج به مردم شریف این کلاتشهر خدمت رسانی خواهند کرد.

وی تصریح کرد: این اتوبوس های شهری که دارای استاندارد یورو ۴ هستند، از این پس در



گفتگو با مهندس نعمتی، رئیس سامانه کنترل هوشمند ناوگان شرکت عقاب افشان

سامانه FMS موجب کاهش سوانح جاده‌ای اتوبوس‌های اسکانیا شده است

سامانه کنترل هوشمند مدیریت ناوگان یا سامانه FMS از سال ۹۵ با هدف رصد آنلاین شرایط فنی و ایمنی اتوبوس‌های اسکانیا در شرکت عقاب افشان راه اندازی شد و شروع به کار کرد. این سامانه توانایی این را دارد که به صورت آنلاین سلامت فنی و ایمنی اتوبوس‌های اسکانیا را چک کند و در صورت بروز خطا یا ایراد در این اتوبوس‌ها، موضوع را در کمترین زمان ممکن به اطلاع مالکان یا رانندگان اتوبوس‌های اسکانیا برساند. طبق اعلام مهدی نعمتی، رئیس سامانه کنترل هوشمند ناوگان شرکت عقاب افشان، در حال حاضر ۴۳۰۰ دستگاه اتوبوس تولیدی این شرکت به این سامانه مجهز شده‌اند و خدمات آنلاین آن را دریافت می‌کنند. گفتگوی کالسه سبز با مهندس مهدی نعمتی را در ادامه بخوانید.



راننده ارائه می‌دهیم. لذا در چنین وضعیتی اگر راننده بخواهد ما می‌توانیم گزارشات نواقص فنی رویت شده از اتوبوس مربوطه در سامانه را در اختیار نزدیکترین مرکز خدمات پس از فروش شرکت عقاب افشان قرار دهیم تا اقدامات لازم از جمله اعزام نیروی امدادی همراه با لوازم مورد نیاز نقص ایجاد شده را در موقعیت جغرافیایی اتوبوس فراهم سازیم. این کار هم هزینه‌های تعمیراتی را کم می‌کند و هم در اتلاف زمان صرفه‌جویی خواهد کرد. یکی دیگر از خدمات مهم سامانه هوشمند ناوگان این است که در طول ۲۴ ساعت شبانه روز کلیه ایرادات و نواقص فنی به صورت دیباگ بروی اتوبوس انجام می‌گیرد

همین‌طور این سامانه به ما این امکان را داده است تا در لحظه بارانندگان و مالکان اتوبوس‌ها در ارتباط باشیم و مشکلات و وسیله نقلیه آنها را از طریق تماس تلفنی یا سامانه پیامکی اطلاع‌رسانی کنیم. خوشبختانه سامانه FMS کمک‌های متعددی به مالکان و رانندگان اتوبوس‌های اسکانیا در ایران کرده است. برای مثال، اگر یک اتوبوس، در حال تردد دچار نقص فنی یا آلام بروی صفحه آمپر شد، راننده می‌تواند با ما تماس بگیرد و به صورت رایگان با اعلام شماره شاسی اتوبوس خود درخواست دیباگ از راه دور داشته باشد. در این شرایط ما با بررسی نواقص ایجاد شده اقدامات لازم برای رفع ایرادات پیش آمده را به صورت مشاوره به

در حال حاضر، سامانه FMS یا سامانه هوشمند ناوگان در شرکت عقاب افشان بر چه فعالیت‌هایی تمرکز دارد؟

به طور کلی، این سامانه، خدمات جدید و آنلاین را به مالکان و مشتریان شرکت عقاب افشان ارائه می‌دهد. طبق آخرین آمار، ۴۳۰۰ دستگاه اتوبوس اسکانیا مجهز به این سامانه هستند که می‌توانیم به آنها خدمات شبانه‌روزی آنلاین ارائه دهیم. این سامانه، توانایی این را دارد که به صورت آنلاین وضعیت سلامت فنی اتوبوس، نحوه عملکرد کلیه سیستم‌ها و سنسورها، موقعیت جغرافیایی، سرعت‌ها و مسیرهای طی شده و بخش عظیمی از این اطلاعات را رصد کنیم.

با توجه به اهمیت ایمنی اتوبوس‌ها در جاده‌ها، اگر برای مثال اتوبوسی دچار مشکل باشد و اخطارها از طریق سامانه هوشمند ناوگان برای مالک و راننده آن اتوبوس ارسال شود و در مقابل، آن‌ها به این هشدارها بی‌تفاوت باشند، چه ضمانت اجرایی برای رفع این نواقص و بالا رفتن ایمنی اتوبوس وجود دارد؟

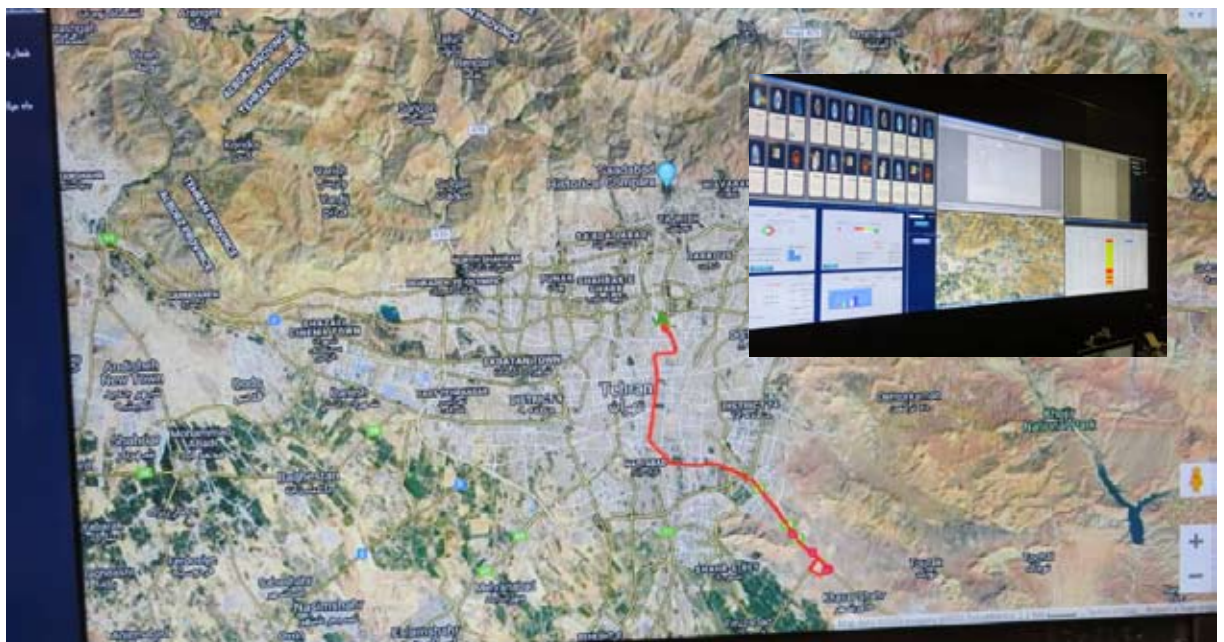
خوشبختانه ما از سال ۹۷ با سازمان راهداری کشور همکاری می‌کنیم و اطلاعاتی که در سامانه هوشمند ناوگان رصد می‌شود به صورت آنلاین در اختیار این سازمان قرار می‌گیرد. بنابراین، زمانی که این اخطارها در حوزه‌های ایمنی برای مالک یا راننده اتوبوس ارسال می‌شود، اگر در یک بازه زمانی مشخص نسبت به رفع نقص یا مشکل ایمنی اتوبوس اقدام گردد، اخطار به صورت سیستمی از پرونده آن اتوبوس حذف می‌شود اما اگر در همین بازه زمانی بعد از اطلاع‌رسانی مکرر، مالک نسبت به رفع ایراد اتوبوس خود بی‌تفاوت باشد، سازمان راهداری از طریق قوانین می‌تواند با مالک یا راننده آن اتوبوس برخورد کند. یکی از راهکارهایی که سازمان راهداری رانندگان را ملزم به رفع ایرادات ایمنی حاد از قبیل رفع نقص سیستم ترمز می‌کند منع تردد اتوبوس با غیرفعالسازی کارت هوشمند آن انجام می‌گیرد که به دفعات این اتفاق افتاده است.

جلوی مشکلات بزرگ‌تر گرفته شود.

آیا این امکان وجود دارد که در آینده، حوزه فعالیت این سامانه گسترده‌تر شود و به اتوبوس‌های غیراسکانیا و سایر وسایل نقلیه عمومی خدمات‌رسانی کند؟

البته این موضوع بستگی به سیاست مدیران ارشد شرکت عقاب افشان دارد اما در حال حاضر علاوه بر اتوبوس‌های درون شهری و بین‌شهری اسکانیا ما با به بعضی از شرکت‌ها در زمینه ماشین‌آلات راهسازی هم وارد همکاری شده‌ایم و به آنها خدمات از راه دور و آنلاین ارائه می‌دهیم. برای مثال ما از راه دور می‌توانیم ماشین‌آلات راهسازی را در هر نقطه‌ای از کشور دیاگ بزنیم و ضمن گزارش موقعیت جغرافیایی، ساعات کارکرد دستگاه، میزان مصرف سوخت و... را ثبت و گزارش کنیم. این سامانه می‌تواند حتی با مشخص کردن علل بروز ایرادات فنی این وسایل نقلیه، نسبت به رفع ایراد و اعزام نیروهای تعمیراتی هم اقدام کند. این کار هم هزینه تعمیر و نگهداری این ماشین‌آلات را کاهش می‌دهد و هم سرعت عمل بسیار بیشتری برای رفع نقص آنها خواهد داشت که این امر در ارائه خدمات بسیار ارزشمند است.

و با طبقه‌بندی کد خطاها مشکلات مربوط به بخش ایمنی از جمله وضعیت سلامت سیستم ترمز ABS، درصد ضخامت لنت ترمز، عملکرد ریتارد، سیستم باد APS و کلیه سنسورهای اتوبوس از طریق سامانه چک و رصد می‌شود. این اطلاعات برای مالکین و سازمان‌ها که دارای چندین دستگاه اتوبوس اسکانیا هستند و هیچ‌گونه امکانی برای رصد کردن و بررسی سلامت فنی خودروها و رفتار رانندگان خود را ندارند مفید است. مالکین یا سازمان‌ها می‌توانند به واسطه همکاری با ما از خدمات سامانه بهره‌مند شوند و برای مدیریت صحیح ناوگان حمل و نقل مربوطه خود برنامه‌ریزی‌های لازم از قبیل سرویس‌های دوره‌ای فنی، نواقص و هزینه‌های احتمالی را تحت کنترل بگیرند. ما این امکان را داریم که به صورت روزانه و یا هر لحظه که مالک یا راننده اتوبوس‌ها بخواهند بتوانیم این اطلاعات را در اختیار آنها بگذاریم. برای مثال ما امکانات سامانه را در اختیار اتوبوسرانی درون شهری استان‌های قم، اصفهان، کرج و یزد قرار داده‌ایم و به آنها خدمات فنی آنلاین ارائه می‌دهیم. به طور کلی این سامانه کمک کرده است قبل از اینکه مشکل جدی و پرهزینه‌ای برای اتوبوس‌های اسکانیا ایجاد شود با رفع مشکلات و نقص‌های کوچکتر



ردیف	کد خط	نوع حادثه	تاریخ و مکان	توضیح مختصراً	نام ناو حادثه‌ای	تلفن	پلاک
۱	۳۳۳	کنترل پونت	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	محمود لشکری	۰۹۱۸۲۲۸۱۲۶	۳۳۳-۲۲۰۱۲۶
۲	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	زبان	سوزده شمسود	۰۹۱۴۴۱۵۳۱	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۳	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	زبان	منجد کریمیان ج	---	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۴	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۵	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۶	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۷	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۸	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۹	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۱۰	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۱۱	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۱۲	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۱۳	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۱۴	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۱۵	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۱۶	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۱۷	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۱۸	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۱۹	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۲۰	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۲۱	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۲۲	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۲۳	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۲۴	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۲۵	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۲۶	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۲۷	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۲۸	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۲۹	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵
۳۰	۳۳۳	زبان	۳۳۳ ۱۳۹۸/۵/۲۸	کنترل پونت	کنترل پونت	۰۹۱۳۳۳۳۳۳	۳۳۳-۴۵۰۳۵

وسيله نقلیه خود در مراکز خدمات پس از فروش شرکت عقاب‌افشان یا هر تعمیرگاه دیگری و اعلام آن به سازمان راهداری، از مسیر ما دوباره کارت هوشمند خود را فعال کرده‌اند.

مالکان و رانندگان اتوبوس‌ها تا چه حد با سامانه کنترل هوشمند ناوگان ارتباط برقرار کرده‌اند و آن را به نفع خود می‌دانند؟

در ابتدای راه‌اندازی این سامانه، طبیعی بود که چون شناختی نسبت به آن نداشتند، مقاومت‌هایی از خود نشان دهند اما به مرور زمان وقتی متوجه ارزش‌های این سامانه شدند، با آن کنار آمدند و امروز از وجود سامانه کنترل هوشمند ناوگان بسیار راضی هستند. نکته مهم اینکه این سامانه به ما هم کمک کرد تا زنجیره ارتباط مالکان اتوبوس‌ها با شرکت عقاب‌افشان قطع نشود و بهتر شدن کیفیت خدمات، کاهش حوادث و رضایت مشتریان را شاهد بوده‌ایم. رانندگان عزیز باید بدانند که تمامی تلاش‌های ما در مورد سامانه کنترل هوشمند ناوگان در جهت کاهش حوادث جاده‌ای اتوبوس‌ها و سلامت مسافران آنهاست و ما در این سامانه تمرکزمان را روی ارائه خدمات آنلاین به مشتریان و مالکان اتوبوس‌های اسکانیا قرار داده‌ایم. طبعاً مسائل بازرندگی و اعمال قانون را سازمان راهداری و نیروهای پلیس راهور انجام می‌دهند.

اتوبوس جلوگیری خواهد کرد. خوشبختانه همه نهادهای مرتبط با این سامانه از جمله سازمان راهداری و پلیس راهنمایی و رانندگی معتقدند که ظهور این سامانه و دیگر سامانه‌های نظارتی موجب کاهش چشمگیر حوادث جاده‌ای برای اتوبوس‌ها شده است.

آیا آمارهایی در زمینه فعالیت سامانه کنترل هوشمند ناوگان وجود دارد؟

همانطور که گفتیم، در حال حاضر ۴۳۰۰ دستگاه اتوبوس اسکانیا مجهز به سامانه کنترل هوشمند ناوگان هستند که به صورت روزانه رصد می‌شوند. ما از طریق این سامانه در سال ۹۸ و نیمه اول سال ۹۹ بیش از ۲۷۵۰۰ پیامک اختطار جهت اطلاع‌رسانی را برای مالکان اتوبوس‌ها از طریق دفتر ایمنی و ترافیک راهداری ارسال کرده‌ایم که این روند همچنان با جدیت ادامه دارد. برای مثال، در مرداد ماه امسال پنج هزار پیامک نقص فنی ایمنی حاد مثل تمام شدن لنت‌ها، نقص در سیستم ABS و ... برای رانندگان اتوبوس‌ها ارسال شده است. نکته مهم اینکه تاکنون ۱۴۰۰ دستگاه اتوبوس به دلیل عدم توجه به رفع نقص تجهیزات ایمنی اتوبوس‌های خود بعد از چندین بار اطلاع‌رسانی مکرر درباره منع تردد و غیر فعالسازی کارت هوشمند اتوبوس از جانب سازمان راهداری مواجه شده‌اند که البته این افراد بعد از رفع نقص

فکر می‌کنید چقدر میزان سوانح و حوادث جاده‌ای اتوبوس‌ها از طریق سامانه کنترل هوشمند ناوگان کاهش یافته است؟

ما بر حسب وظیفه، روزانه فعالیت اتوبوس‌ها را رصد می‌کنیم و خیلی وقت‌ها پیش می‌آید که مالک متوجه نقص فنی اتوبوسش نیست و اقدام به جابه‌جایی مسافران می‌کند. این موضوع، خیلی خطرآفرین است. خوشبختانه این سامانه به یاری مالکان اتوبوس‌ها آمده و با رصد لحظه‌ای اتوبوس‌ها، اختطارها و نواقص فنی و ایمنی این وسایل نقلیه را به مالکان و رانندگان گزارش می‌کند. این اقدام علاوه بر اینکه باعث می‌شود اتوبوس با ایمنی کافی در جاده تردد کند، جلوگیری از خسارت‌های فنی پرهزینه اتوبوس‌ها را هم می‌گیرد و در عین حال، آرامش خاطر راننده را نیز تأمین می‌کند. بی‌شک وقتی راننده اتوبوس می‌داند که سامانه‌ای به صورت لحظه‌ای شرایط فنی و ایمنی اتوبوس را رصد می‌کند، با خیال آسوده‌تری تمرکزش را به رانندگی خود معطوف می‌سازد. این موضوع بر کیفیت رانندگی می‌افزاید و قطعاً تأثیر بسیاری بر کاهش حوادث دارد. از طرفی، سازمان راهداری نیز به صورت لحظه‌ای در حال رصد اتوبوس‌ها از طریق سامانه FMS است و اگر اتوبوسی با شرایط ناپایمن در جاده تردد کند، از حرکت آن

علم و فناوری

- جهانی که در انتظار ماست / ۲۰
- سقف دهان جایگزین اثر انگشت و تشخیص چهره / ۲۲
- کشف یک سیاره صورتی / ۲۴
- کلاه تکنولوژی بر سر حیوانات / ۲۵
- تشخیص کرونا در کمتر از ۲۰ ثانیه / ۲۶
- تصفیه آب با استفاده از نور خورشید / ۲۸
- موبایل‌های اندرویدی زلزله را به کاربران خبر می‌دهند / ۲۹

کارگاه

[۱۹]

ماهنامه داخلی شرکت عقاب افشان

شماره ۷۰ - مرداد ماه ۱۳۹۹

اسکایا

علم و فناوری

گردشگری

فرهنگ و هنر

سلامت

ورزش

News

جهانی که در انتظار ماست

در دنیای فناوری نمی‌توان ادعا داشت که هر روز اتفاقات تازه‌ای رخ می‌دهد! شاید این تعبیر برای دنیای فناوری بهتر باشد که بگوییم در هر لحظه، رخداد تازه‌ای در این دنیا به وقوع پیوسته که می‌تواند تمام معادلات پیش از خود را دستخوش تردید کند. امروز فناوری اطلاعات یکی از مهمترین مولفه‌های قدرت‌های اقتصادی، سیاسی، اجتماعی و علمی است. کشوری که توانایی فناوریانه دارد می‌تواند در لیست قدرت‌های بزرگ باشد. با این مقدمه به برخی از اخبار این حوزه که قطره‌ای از دریاست اشاره می‌کنیم.

خبر را دارد، پیش‌بینی می‌کنیم بارگیری محصولات اپل به بازار چین به شدت کاهش یابد.



کشف یک لکه خورشیدی به اندازه مریخ

یک ستاره‌شناس آماتور از کشف یک لکه خورشیدی به اندازه مریخ خبر داد که در حال چرخش به سمت زمین است و شراره‌های خورشیدی ناشی از آن می‌تواند بر ارتباطات رادیویی، جی. پی. اس و شبکه برق تأثیر بگذارد. به گزارش روزنامه دیلی میل، مارتین وایز که یک ستاره‌شناس آماتور است این لکه خورشیدی جدید را در شهر ترنتون در ایالت فلوریدای آمریکا رصد و ثبت کرد. وی این تصویر را با یک تلسکوپ هشت اینچی و با استفاده از فیلترهای خورشیدی گرفته است. این لکه خورشیدی که AR2770 نامگذاری شده است، یک «هسته تاریک اولیه» به اندازه قطر مریخ دارد و شماری از «لکه‌های کوچک» به اندازه دهانه آتشفشان در سطح آن وجود دارد. AR2770 از اعضای «چرخه خورشیدی ۲۵»، دوره ۱۱ ساله جدید فعالیت الکترومغناطیسی خورشید است و با شراره‌های خورشیدی جزئی مشاهده شد.

صندل‌های زیست تخریب‌پذیر از جنس جلبک

محققان آمریکایی برای کاهش میزان زباله‌های مضر پلاستیکی که وارد اقیانوس‌ها می‌شوند، دمپایی‌هایی از جنس جلبک ساختند.

پژوهشگران دانشگاه آرهوس دانمارک، گیاهان موسوم به باقلائیان می‌توانند دوستان و دشمنان خود را شناسایی کنند. این گیاهان، میکروب‌های مفید را تشخیص می‌دهند و میکروب‌های مضر را می‌رانند. این کار برای تولید گیاهان سالم و ایمنی غذای جهان مهم است. پژوهشگران در این بررسی دریافتند که باقلائیان چگونه از مایه اصلی پروتئین‌های گیرنده استفاده می‌کنند و سیگنال‌های مولکولی میکروب‌ها را درمی‌یابند. این یافته‌های قابل توجه، به پژوهشگران کمک می‌کند تا گیرنده‌های ایمنی را دوباره برنامه‌ریزی کنند و به مهندسی محصولات کشاورزی بپردازند.



آیفون قربانی ممنوعیت «وی چت»

یکی از تحلیلگران محصولات اپل پیش‌بینی می‌کند با اجرای دستور ترامپ مبنی بر ممنوعیت وی چت، فروش آیفون ۲۵ تا ۳۰ درصد کاهش می‌یابد. به اعتقاد یکی از تحلیلگران محصولات اپل، پس از ممنوعیت اپلیکیشن چینی «وی چت» توسط دونالد ترامپ، احتمالاً بارگیری محموله‌های آیفون ۳۰ درصد کاهش یابد.

«مینگ چی کو» یکی از تحلیلگران موسسه کی‌جی‌آی سکیوریتیز در یادداشتی برای سرمایه‌گذاران می‌نویسد: از آنجا که «وی چت» در زندگی روزانه مردم چین نقش مهمی دارد و قابلیت‌هایی مانند پیام‌رسانی، پرداخت تجاری، شبکه اجتماعی و خوانش



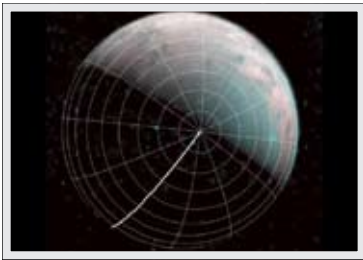
عرضه لپ‌تاپ با ۱۹ ساعت شارژ

شرکت دل از عرضه قریب‌الوقوع لپ‌تاپ جدید کروم بوک با امنیت بالا و امکانات پیشرفته برای صاحبان مشاغل خبر داده است. این لپ‌تاپ لتیتود ۷۴۱۰ نام دارد. لپ‌تاپ یادشده در دو مدل متفاوت با فیبر کربنی یا پوشش آلومینیومی عرضه می‌شود و در آن از نسل دهم پردازنده‌های Core i7 اینتل استفاده شده است. ۱۶ گیگابایت رم DDR4 هم برای این لپ‌تاپ در نظر گرفته شده است. عمر باتری این لپ‌تاپ نیز ۱۹ ساعت است که در نوع خود کم نظیر است. همچنین لتیتود ۷۴۱۰ مجهز به فناوری شارژ سریع است و ۸۰ درصد باتری آن در یک ساعت و ۳۵ درصد باتری آن در دقیقه شارژ می‌شود.



گیاهان، دوست و دشمن خود را می‌شناسند!

پژوهشگران دانمارکی در بررسی جدید خود دریافتند که گیاهان، این توانایی را دارند که دوست و دشمن خود را تشخیص دهند!



ثبت اولین تصاویر از قطب شمال قمر مشتری

فضاپیمای «جونو» سازمان فضایی آمریکا (ناسا) اولین تصاویر را از قطب شمال یخی قمر مشتری به نام «گانیمد» ثبت کرد. سیاره مشتری ۷۹ قمر شناسایی شده دارد که به دور این سیاره در حال چرخش هستند. بزرگ‌ترین این قمرها «گانیمد» نام دارد که در سال ۱۶۱۰ توسط گالیله کشف شد. اگر چه این قمر مدت‌ها قبل کشف شده بود اما تا چند وقت پیش فناوری کافی برای رصد جزئیات این قمر وجود نداشت. اکنون برای اولین بار فضاپیمای «جونو» ناسا با کمک ابزار JIRAM خود موفق شده است اولین تصاویر راز مرزهای شمالی گانیمد ثبت کند. این تصاویر در روز ۲۶ دسامبر سال ۲۰۱۹ که فضاپیمای جونو از نزدیکی سیاره مشتری عبور می‌کرد، گرفته شده است؛ این تصاویر اولین نقشه مادون قرمز از قطب شمال این قمر بزرگ را ارائه می‌دهد.

سن جهان ۱۳/۸ میلیارد سال است

ستاره‌شناسان با بررسی قدیمی‌ترین نور موجود در آسمان تأیید کردند که جهان حدود ۱۳.۸ میلیارد سال قدمت دارد. این محققان اندازه‌گیری خود را در زمینه تابش زمینه کیهانی (CMB) که قدیمی‌ترین نور جهان است، توضیح دادند. بر اساس این گزارش، یک تیم تحقیقاتی ۱۴۰ نفره از ۴۱ مؤسسه و هفت کشور جهان به سرپرستی دانشگاه «پرینستون»، نتایج یک مطالعه انجام شده در تلسکوپ کیهان‌شناسی واقع در صحرای Atacama در شمال شیلی منتشر کردند. تابش زمینه کیهانی پس از «مه بانگ» در نظر گرفته می‌شود؛ مه بانگ در حال حاضر تنها توضیح ارائه شده در مورد آغاز جهان است. این ستاره‌شناسان تأکید دارند این نتیجه تقریباً با برآورد قبلی محققان ماهواره پلانک موافق است. نتیجه تصویری از جهان از ۱۳.۸ میلیارد سال پیش است.

آلاینده را حذف کند و در عین حال امکان تنفس و راحتی بیشتری نسبت به ماسک‌های رایج دارند. طراحی این ماسک‌ها به گونه‌ای است که تمیز کردن آن با اتانول مشکلی ایجاد نکرده و در نتیجه این ماسک‌ها قابل شستشو و استفاده مجدد هستند. بنابراین، از نظر هزینه این ماسک‌ها مقرون به صرفه بوده و موجب صرفه‌جویی در هزینه‌ها می‌شود. در مقایسه با ماسک‌های تولید شده توسط شرکت‌هایی نظیر 3M، این ماسک نانویی کره‌ای‌ها یک جهش بزرگ فناورانه محسوب می‌شود که هم اثربخشی بالایی داشته و هم جریان هوا از آن به راحتی عبور می‌کند.



ضد آفتاب فضایی هم ساخته شد

محققان با الهام از ضد آفتاب، محافظی برای فضانوردان ابداع کرده‌اند که از آنها در برابر اشعه‌های خطرناک فضایی محافظت می‌کند. محققان دانشگاه «نورث وسترن» با ساختن نوع جدیدی از ملاتین غنی شده با سلنیوم، یک ماده بیولوژیکی به نام «سلنولاتین» ایجاد کردند که از بافت‌های انسانی محافظت می‌کند. آزمایش این ماده بیولوژیکی در آزمایشگاه نشان داد که سلول‌هایی که به این ضد آفتاب آغشته شده بودند، پس از قرار گرفتن در معرض دوز کشنده‌ای از اشعه، چرخه عادی حیاتشان را ادامه دادند. آزمایش‌های دیگر نشان دادند، زمانی سلنولاتین به خودی خود در بدن تکثیر می‌شود که سلول‌ها مواد مغذی مناسب دریافت کنند؛ به این ترتیب فضانوردان می‌توانند هنگام سفر به فضا محافظی برای بدنشان تولید کنند. ناتان جیانشی رهبر این تحقیق گفت: توجه روزافزون به سفرهای فضایی و نیاز به مواد زیستی که چند کاربردی هستند و از بدن انسان در برابر اشعه‌های رادیواکتیو محافظت می‌کنند، سبب شده تحقیقات زیادی درباره ظرفیت‌های ملاتین انجام شود.

محققان دانشگاه «کالیفرنیا سن دیگو» در جریان یک تحقیق برای ساخت دمپایی‌های لانگشتی و سایر کفش‌هایی که معمولاً از پلاستیک انعطاف‌پذیر ساخته می‌شوند، موفق به تولید فوم‌های «پلی‌اورتان» از روغن جلبک شدند.



اما دمپایی جدید با فوم ابداعی محققان که از جلبک ساخته شده است پس از ۱۶ هفته به کمپوست (پسماندهای آلی) و خاک تجزیه می‌شود. محققان گفتند که این فوم قوانین تجاری مورد نیاز برای استفاده در کفپوش دمپایی‌های لانگشتی و همچنین لایه بخش میانی این کفش‌ها را تأمین می‌کند. براساس گزارش‌ها در ۵۰ سال گذشته، بشر بیش از ۶ میلیارد تن زباله‌های پلاستیکی تولید کرده است. از این میزان، تنها حدود ۹ درصد بازیافت، ۱۲ درصد سوزانده شدند و ۷۹ درصد باقی مانده در محل‌های دفن زباله یا محیط طبیعی انباشته شده‌اند.



ماسک نانو سبک‌تر از ورق کاغذ تولید شد

یک شرکت کره‌ای، با استفاده از نانوالیاف، ماسک نانو به وزن تقریبی یک ورق کاغذ تولید کرده است که کارایی بالایی دارد. شرکت کره‌ای تاپتک (Topotec) ماسک‌های بسیار سبک از جنس الیاف نانو را تولید کرده است که مشکل ماسک‌های رایج جراحی را ندارد. این ماسک‌ها قابلیت فیلتراسیون بالایی داشته و می‌تواند بیش از ۹۶ درصد از ذرات

سقف دهان جایگزین اثر انگشت و تشخیص چهره



مانند فشردن یا حرکت دادن زبان را انجام دهند.

طراحان گفتند: در یک سیستم تأیید هویت، عنصر انسانی یکی از ضعیف‌ترین پیوندهاست. روش‌ها و رابط‌های تأیید هویت فعلی برای نظارت به اندازه کافی انعطاف‌پذیر نیستند. گذرواژه‌ها در معرض خطر فاش شدن قرار دارند و کنترل این موضوع نیز سخت است به همین دلیل در حال حاضر شرکت‌های بیشتر و بیشتری به سمت استفاده از فناوری بیومتریک رفته‌اند. با این حال، مردم اثری از اطلاعات بیومتریک را به راحتی و ناخودآگاه در همه جا به جا می‌گذارند که این موضوع سبب می‌شود تا هکرها به راحتی از بتوانند اطلاعات هویتی آنها را جعل کنند.

زیست‌سنجشی یا بیومتریک (Biometrics)، به نوع خاصی از روش‌های امنیتی گفته می‌شود که در آن برای کنترل دسترسی و برقراری امنیت از ویژگی‌های قابل

"برن کایالی" (Beren Kayali)، "پال مندیتا" (Paul Mendieta) و "لی مارولت سونچین" (Lea Marolt Sonnenschein) دانشجویان دانشکده طراحی دانشگاه سلطنتی لندن هستند که این ابزار پوشیدنی را توسعه داده‌اند. محققان این دستگاه را ساختند تا بتوانند هک کردن داده‌های بیومتریک "علنی" (out-in-the-open) مانند اثر انگشت یا صداها را برای هکرها سخت‌تر کنند.

بعد از اینکه کاربر دستگاه مذکور را در دهان خود قرار داد، دستگاه می‌بایست سنجش بیومتریک ذخیره شده درون خود را بررسی کند تا دریابد که آیا دستگاه مذکور متعلق به آنهاست یا خیر. سپس، برای باز کردن قفل دستگاه‌های خاص، "یک کد حسی یک بار مصرف" به کاربر ارسال می‌شود (فرایندی که به سیگنال اینترنت یا وای‌فای نیاز دارد) و آنها باید یک عمل حسی از پیش تعریف شده

گروهی از دانشجویان رشته طراحی کالج سلطنتی لندن دستگاهی پوشیدنی ایجاد کرده‌اند که می‌تواند در داخل دهان افراد پنهان شود و به عنوان یک ابزار تأیید هویت عمل کند و جایگزینی برای اثر انگشت و تشخیص چهره شود.

این دستگاه «استیلت» (Stealth) نام دارد و با جایگزین کردن رمزهای عبور با رابط تأیید هویت که هویت کاربر را با استفاده از بیومتریک دهان تأیید می‌کند، اطلاعات حساس و دیجیتالی کاربران را ایمن نگه می‌دارد.

دستگاه استیلت همانند زمانی که برخی افراد می‌بایست برای عمل ارتودنسی آن سیم‌ها را روی دندان‌های خود قرار دهند، روی چین‌های سقف دهان کاربر قرار می‌گیرد و دقیقاً همانند اثر انگشت کار می‌کند. چین‌های سقف دهان (rugae) هر فرد با دیگری متفاوت است و دارای الگوی خاصی است.

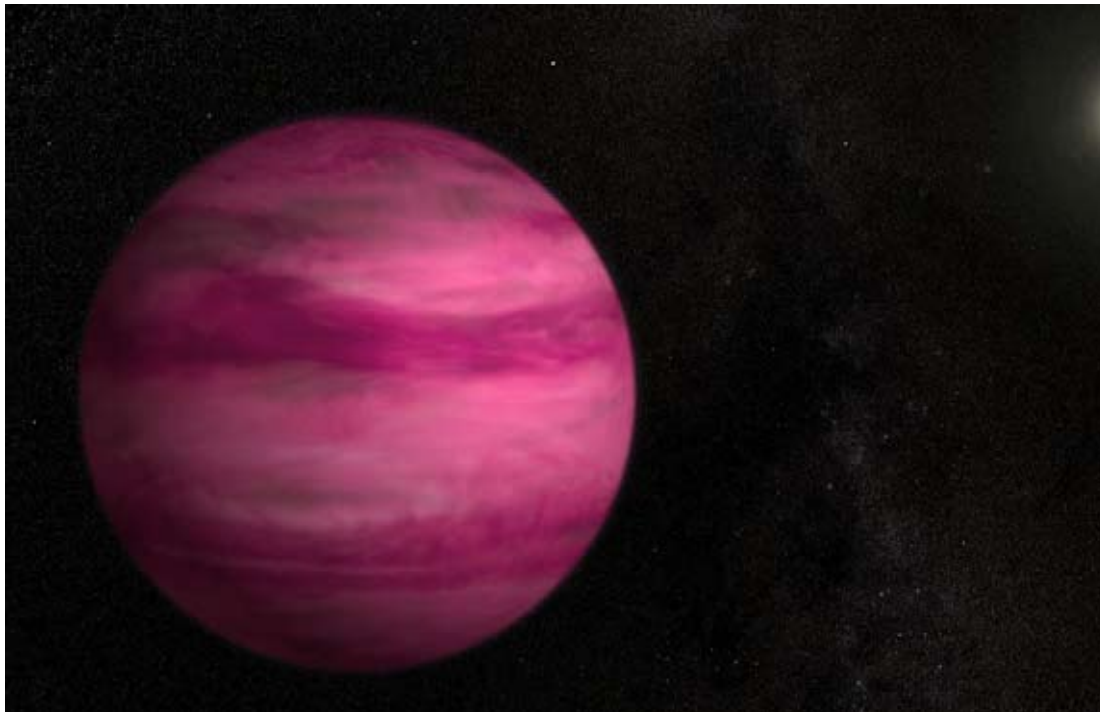


بر هوش مصنوعی است. این دستگاه در هنگام اتصال به دستگاه‌هایی مانند تلفن‌های هوشمند، همچنین می‌تواند مزه‌های شبیه‌سازی شده دیجیتالی را به دهان منتقل کند تا بتواند تماس‌های دریافتی یا پیام‌های دریافتی را برقرار کند. به عنوان مثال، ممکن است طعم شیرین برای برقراری تماس با اعضای خانواده مورد استفاده قرار گیرد و برای انجام این عمل کاربر می‌بایست زبان خود را سه بار روی نقطه خاصی بزند تا با خانواده خود تماس گیرد و یا در صورت عدم پاسخگویی آنها به خانواده خود اطلاع دهد تا فوری با او تماس گیرند و این عمل مشابه پاسخ خودکار در آیفون و آی وچ است. محققان گفتند: این می‌تواند نمادی ترین و قوی‌ترین سیستم شناسایی نسل ما باشد. در آینده هدف ما ایجاد یک پوست دوم در داخل دهان است تا بتوان از آن به عنوان یک رابط استفاده شود. آن‌ها همچنین در حال تحقیق در مورد استفاده از بزاق به عنوان نشانگری از حضور یک بیماری خاص در افراد هستند. محققان افزودند: داده‌های بزاق افراد آینده‌ای از سلامت جسمی و روحی افراد است. آن‌ها داده‌های فوری و ارزشمندی هستند. در حالی که خوشبین هستیم که حسگرهای بزاق طی سال‌های آینده آماده خواهند شد، ما معتقدیم که باید یک وسیله مناسب برای قرار دادن آنها در دهان افراد نیز ایجاد کنیم.

به گفته محققان، دهان دارای بیومتریکی های متعدد است که به طور طبیعی پنهان بوده و به راحتی توسط افراد دیگر قابل جمع‌آوری نیستند. این بیومتریکی‌ها شامل سطح رویی زبان، دندان‌ها، بین‌های سقف دهان و بزاق است. آن‌ها طی این مطالعه دستگاهی را توسعه دادند که در چین‌های سقف دهان قرار می‌گیرند زیرا آن قسمت از دهان هر شخص با شخص دیگر فرق دارد و مشابه با دیگر افراد نیست. برای طراحان، جالب‌ترین عنصر دستگاه مذکور، پتانسیل آن در ترکیب روش‌های مختلف جمع‌آوری داده‌های درون دهانی مانند بیومتریکی، دما، رطوبت و فشار و استفاده از این روش در یک الگوریتم مبتنی

اندازه‌گیری بدن انسان یا هر موجود زنده دیگر استفاده می‌شود. همانگونه که از واژه بیومتریکی برمی‌آید در این روش با استفاده از الگوریتم‌های ریاضی از اندام‌ها برداشت‌های ثابت و یکتایی می‌شود که می‌توان از آن به عنوان یک گذرواژه یکسان و تقلیدناپذیر و گاه تغییرناپذیر استفاده کرد. به گفته طراحان، اسکندر اثر انگشت را می‌توان در ۸۰ درصد از مواقع با فناوری که فقط دو هزار دلار هزینه آن است، فریب داد. آن‌ها افزودند: هنگامی که بیومتریکی جعل یا هک شود، ما هیچ کاری برای تغییر آنها نمی‌توانیم انجام دهیم. اگر فکر می‌کنید تغییر رمز عبور دشوار است، سعی کنید اثر انگشت خود را تغییر دهید.





کشف یک سیاره صورتی

سیارات در جریان شکل‌گیری بسیار داغ هستند و برای مدتی پس از اینکه تمامی مواد اطراف خود را جمع کردند، همچنان داغ می‌مانند. بنابراین صدها میلیون سال طول می‌کشد تا سیارات در نهایت خنک شوند اما GJ 504b هنوز زمان زیادی را سپری نکرده است.

این سیاره حدود ۱۶۰ میلیون سال پیش تشکیل شده بنابراین هنوز کاملاً داغ است و درخشش گرمای آن در واقع همان چیزی است که رنگ صورتی این سیاره را ایجاد کرده است که ناسا آن را به رنگ «شکوفه گیلاس سیاه» تشبیه می‌کند. ناسا توضیح می‌دهد که دمای این سیاره حدود ۴۶۰ درجه فارنهایت (۲۳۷ درجه سلسیوس) است. این سیاره به دور ستاره‌ای از نوع G0 که GJ 504 نام دارد و اندکی داغ‌تر از خورشید است، می‌چرخد. این ستاره را با چشم غیر مسلح می‌توان در صورت فلکی «دوشیزه» مشاهده کرد.

کم‌جرم‌ترین سیاره‌ای است که تا کنون اطراف ستاره‌ای همانند خورشید با استفاده از فناوری‌های تصویربرداری مستقیم کشف شده است.

به نظر می‌رسد که وجود سیاره‌هایی به اندازه مشتری در سراسر کهکشان راه شیری رایج باشد؛ ستاره‌شناسان همچنین تعدادی از این سیاره‌ها را در خارج از منظومه شمسی ما کشف کرده‌اند.

اما موضوع غیرمعمول در مورد این سیاره این است که GJ 504b در فاصله حدود ۹ برابر مسافتی که مشتری که به دور خورشید می‌چرخد، به دور ستاره خود می‌چرخد و این موضوع ایده‌های نظری درباره چگونگی شکل‌گیری سیارات غول‌پیکر را به چالش می‌کشد. اگر این سیاره در منظومه شمسی ما قرار داشته باشد، در واقع دورتر از مدار نپتون خواهد بود، و این موضوع، مسئله‌ای برای ستاره‌شناسان است.

ستاره‌شناسان یک سیاره جدید غول‌پیکر کشف کردند که حدود ۱۶۰ میلیون سال پیش تشکیل شده است و اکنون به رنگ صورتی می‌درخشد.

به گزارش پایگاه اینترنتی ناسا، یک گروه بین‌المللی از ستاره‌شناسان با استفاده از داده‌های مادون قرمز از تلسکوپ «سوبارو» در هاوائی، از سیاره‌ای غول‌پیکر که در اطراف ستاره درخشان GJ 504 می‌چرخد، تصویربرداری کرده‌اند.

این سیاره غول‌پیکر که در فاصله ۵۷ سال نوری از زمین قرار دارد به رنگ شکوفه گیلاس سیاه است؛ این دومین سیاره‌ای است که ستاره‌شناسان مستقیماً متوجه رنگ آن شده‌اند؛ اولین سیاره‌ای که ستاره‌شناسان رنگ آن را مشاهده کردند HD 189733b بود.

این سیاره جدید که GJ 504b نامیده می‌شود به اندازه سیاره مشتری است و اما جرم آن چند برابر مشتری است و



خودداری شیرها از حمله به گاوهایی که پشتشان چشم دارند!

کلاه تکنولوژی بر سر حیوانات

نتایج حیرت انگیز بود. زیرا هیچ یک از گاوهای دارای طرح چشم مورد حمله قرار نگرفتند. اکنون ثابت شده است که مشاهده شکارچی توسط طعمه باعث می‌شود شکارچی آن را رها کند و بی خیال حمله شود.

۱۵ گاو از ۸۳۵ گاو که نقاشی نشده بودند و چهار گاو از ۵۴۳ گاو که علامت ضربدر داشتند، مورد حمله قرار گرفتند و کشته شدند.

در اینجا مشخص شد که بهتر است گاوها حتی اگر کشیدن چشم روی پشت آنها امکان پذیر نیست، علامت گذاری شوند و دست نخورده باقی نمانند.

البته این نتایج مطمئناً برای مدتی پابرجا خواهد بود. با این حال، ممکن است حیوانات شکارچی به خصوص گربهسانان بزرگ در نهایت به این موضوع عادت کنند و دوباره فارغ از نقاشی‌ها شروع به حمله به گاوها کنند.

پیش از این راه‌های دیگری مانند محصور کردن گله‌ها در فضاهای محدود در شب یا حصار کشیدن دور گله انجام شده بود. اما گویا اینها کافی نیستند، چرا که حصارها مانع حیوانات شکارچی وحشی و گرسنه نمی‌شود.

به طور کلی ۱۴ گله شامل ۲۰۶۱ رأس گاو در این مطالعه شرکت داده شدند. در این تحقیق چهار ساله، روی پشت ۶۸۳ گاو طرح چشم نقاشی شد که در کل، یک سوم هر گله را شامل می‌شد.

همچنین یک سوم هر گله با علامت ضربدر علامت گذاری شدند و بقیه گله همانطور که بودند، دست نخورده باقی ماندند. این مطالعه یک مطالعه طولانی بود و در کل ۴۹ بار نقاشی انجام شد که هر بار ۲۴ روز ماندگاری داشت.

همه گله‌ها در یک منطقه تغذیه می‌شدند تا به میزان یکسانی در معرض دید حیوانات شکارچی قرار داشته باشند.

محققان متوجه شدند که کشیدن نقش دو چشم در پشت گاوها می‌تواند موجب عدم حمله شیرها و شکار آنها شود.

صنعت دام منبع اصلی معیشت در کشورها و مناطق در حال توسعه است و نیاز به حمایت از این منبع درآمد و زندگی مردمان این مناطق به شدت احساس می‌شود. به خصوص در آفریقای جنوبی، مسئله اصلی این است که دامداران باید این حیوانات را از حیوانات شکارچی دور نگه دارند.

اکنون یک مطالعه جدید در مورد محافظت از گله گاوها نتیجه جالبی را نشان داده است؛ حیوانات گوشتخوار و شکارچی به دامهایی که پشتشان چشم دارند حمله نمی‌کنند!

این مطالعه در منطقه اوکوانگو دلتا در بوتسوانا که بخشی از آفریقای جنوبی است، انجام شد و در تاریخ هفت اوت در مجله Nature به چاپ رسیده است.

تشخیص کرونا در کمتر از ۲۰ ثانیه



یک شرکت ایرانی برای نخستین بار یکی از معروفترین دستگاه‌های تصویربرداری سیار تشخیص بیماری کرونا را که توانایی تشخیص در کمتر از ۲۰ ثانیه را دارد، مونتاز و به بازار عرضه کرد.

این شرکت فناوری ایرانی توانسته یکی از معروفترین دستگاه‌های اروپایی در زمینه تصویربرداری سیار را که در حال حاضر جزو اولین رده تشخیص بیماری کرونا است، به کشور منتقل و مونتاز کند. با استفاده از این دستگاه می‌توان در کمتر از ۲۰ ثانیه ابتلای فرد به کرونا را تشخیص داد.

در اپیدمی یک بیماری در جامعه پس از مرحله بیماریابی، اولین و مهم‌ترین مرحله، تشخیص بیماری است، تشخیص به‌ویژه در زمان همه‌گیری یک بیماری باید از حساسیت، دقت و سرعت بالایی برخوردار باشد، برای تشخیص یک بیماری از ابزارهای مهمی چون معاینات بالینی، آزمایش‌های پزشکی، تصویربرداری و موارد دیگر بهره گرفته می‌شود.

آن مریض را به سی تی اسکن ارجاع می‌دهند و برای اطمینان بیشتر از کیت‌های تشخیص کرونا استفاده می‌کنند، اگر بیمار از این فیلتر که شامل تصویربرداری قفسه سینه است، رد شود به سرعت می‌توانند فرد بیمار تصمیم‌گیری کنند.

مدیرعامل این شرکت فناوری یادآور شد: در مواردی که بیمار توانایی رفتن به بخش رادیوگرافی و سی تی اسکن را ندارد، می‌توان دستگاه را بالای سر بیمار برد و در کمتر از چند ثانیه عکس رادیوگرافی را روی مانیتور دستگاه مشاهده کرد.

تصاویر ثبت شده توسط سیستم پکسف فلش و سی دی قابل انتقال هستند، مهم‌ترین برتری تصویربرداری قفسه سینه بر سی تی اسکن در بیماران کرونایی کاهش احتمال انتقال ویروس در جریان روند انجام آنها است، به خصوص در رادیوگرافی موبایل این خطر می‌تواند به حداقل برسد، تمیز و ضد عفونی‌کردن دستگاه سی تی اسکن بسیار دشوار است.

برای اولین بار است که این دستگاه از مجوز مونتاز با کمک صندوق پژوهش و فناوری تجهیزات پزشکی غیر دولتی دارد، تبدیل به تولید مستقل در ایران می‌شود، نه تنها در ایران بلکه در خاورمیانه هم حتی این تولید مستقل دستگاه به این سطح فناوری هنوز منحصر به فرد است.

این دستگاه، دستگاهی است که به لحاظ تکنولوژی خودش را ثابت کرده است و معروفترین

با توجه به شیوع بیماری کرونا در دنیا و به دنبال آن در ایران، تشخیص این ویروس جدید خود به تنهایی از معضلات بسیاری از کشورها شده چرا که بسیاری از علائم این بیماری با بیماری آنفلوآنزا و سرماخوردگی مشترک است، تصویربرداری، سی تی اسکن و آزمایش با کیت‌های تشخیصی کرونا از جمله راه‌های تشخیص این بیماری به شمار می‌رود.

دستگاه تصویربرداری سیار که در اصطلاح پزشکی به آن تصویربرداری موبایل نیز می‌گویند دستگاه ایکس‌ری بسیار سنگین و های تک است که به دلیل داشتن چرخ به آن تصویربرداری سیار گفته می‌شود.

سهیل صادقیان مدیرعامل این شرکت فناوری در خصوص این دستگاه روز یکشنبه در گفت و گو با خبرنگار دانشگاه و آموزش ایرنا اظهار داشت: با توجه به اپیدمی کرونا استفاده‌ای که از این دستگاه در شناسایی این ویروس می‌شود مربوط به تصویربرداری از قفسه سینه است.

وی خاطر نشان کرد: برای بیمارانی که ریه درگیر با ویروس کرونا دارند می‌توانیم در کمتر از ۲۰ ثانیه با استفاده از این دستگاه آن را تشخیص دهیم که آیا فرد بیمار نیاز به آی سی یو و مراقبت‌های بیشتر دارد یا خیر.

وی اظهار داشت: از لحاظ استاندارد سازمان بهداشت جهانی، تصویربرداری از قفسه سینه، اولین رده تشخیص بیماری کرونا است و بعد از

حمایت‌ها اطلاع‌رسانی شد بیشتر از مبلغ دریافتی ارزش داشته است.

وی در خصوص مدت زمان لازم برای بومی سازی این دستگاه گفت: کمتر از یک سال زمان برای بومی‌سازی این دستگاه لازم است البته روی این پروژه ۱۰ سال به صورت علمی کار شده است اما به دلیل اینکه به لحاظ مالی و فنی پشتوانه نداشتیم زمان بسیاری را سپری کرده اما می‌توان گفت با توجه به آن عقبه علمی که وجود دارد در کمتر از یکسال با کمک صندوق نوآوری و شکوفایی تولید مستقل آن را انجام دهیم.

این دستگاه در ابتدای سال ۹۹ در پلویون متشکل از ۵۰ شرکت دانش بنیان و فناور در نمایشگاه جهش تولید و دستاوردهای مقابله با کرونا Corotech2020 که با حمایت صندوق نوآوری و شکوفایی و معاونت علمی و فناوری ریاست جمهوری، برپا شده بود؛ در معرض دید قرار گرفت.

معکوس این محصول افزود: صندوق نوآوری و شکوفایی از شرکت‌های دانش بنیان حمایت می‌کند در صورتی که ما شرکت فناور هستیم هنوز دانش بنیان نشده‌ایم اما به دلیل اینکه طرح ما طرح‌های تک بود و سطح آن نیز متفاوت است از طریق صندوق‌های واسط یعنی صندوق‌های پژوهش و فناوری غیردولتی تجهیزات پزشکی توانستیم از حمایت‌های صندوق نوآوری و شکوفایی برخوردار شویم.

صادقیان بیان کرد: کمک صندوق پژوهش و فناوری که واسط صندوق نوآوری و شکوفایی هستند حداقل پروسه کاری ما را ۵ سال جلو انداخت، ما توانستیم از ۵۰۰ میلیون تومان تسهیلات این صندوق استفاده کنیم، به لحاظ ارزش قیمتی این دستگاه، قیمت واحد معادل خارجی آن ۳ میلیارد تومان است و دستگاه ما الان نیز یک و نیم میلیارد تومان قیمت دارد، مبلغ به لحاظ عددی، مبلغ زیادی نبود ولی اینکه ما وارد این ورطه شدیم و در خصوص

دستگاه کاربردی در اروپا است اما ما برای اولین بار توانستیم تکنولوژی آن را به ایران منتقل کنیم و در نظر داریم در آینده نزدیک این دستگاه را به طور مستقل تولید و طرح‌های پیشرفته آن را عرضه کنیم.

در حال حاضر دستگاه موجود کاملاً مونتاژ ایران است، ما در مرحله نخست ابتدا به صورت قطعات ریز این دستگاه را مونتاژ کرده‌ایم و از این به بعد روی مهندسی معکوس این دستگاه کار می‌کنیم که بتوانیم قطعات آن را بسازیم در حال حاضر این کار را روی مونوپلاک دستگاه انجام می‌دهیم.

هنوز مهندسی معکوس این دستگاه تمام نشده است ولی مونتاژ ایران این دستگاه انجام و در حال حاضر چند دستگاه وارد بازار ایران شد و مورد استفاده بیمارستان‌ها و مراکز تحقیقاتی کشور شده است.

مدیرعامل این شرکت فناور در خصوص استفاده از حمایت‌ها و تسهیلات صندوق نوآوری و شکوفایی برای تولید مهندسی





تصفیه آب با استفاده از نور خورشید

منبع انرژی روی زمین است. هدف ما توسعه یک فرآیند نمک‌زدایی مبتنی بر استفاده از نور خورشید بود که یک راه حل با صرفه و اقتصادی و سازگار با محیط زیست نیز است.

چارچوب‌های فلزی-آلی گروهی از ترکیبات متشکل از یون‌های فلزی است که یک ماده بلوری را تشکیل می‌دهد. طی این مطالعه محققان یک چارچوب فلزی-آلی اختصاصی به نام PSP-MIL-53 ایجاد کردند. محققان نشان دادند که MIL-53-PSP با مصرف انرژی پایین قادر به تولید ۱۳۹.۵ لیتر آب شیرین در هر کیلوگرم چارچوب فلزی-آلی در روز است.

پروفسور وانگ گفت: این مطالعه با موفقیت نشان داده است که چارچوب‌های فلزی-آلی دارای انرژی و ثبات خاصی در فرایند شیرین کردن آب هستند. این چارچوب‌های فلزی-آلی وابسته به تابش آفتاب به طور بالقوه می‌توانند ابزارهای کم‌مصرف و سازگار با محیط زیستی برای فرایند شیرین کردن آب و استخراج مواد معدنی باشند.

چارچوب‌های فلزی-آلی در روز تولید کنند. سازمان بهداشت جهانی پیشنهاد می‌کند که آب آشامیدنی با کیفیت خوب باید کل مواد جامد محلول آن کمتر از ۶۰۰ بخش در میلیون (ppm) باشد و محققان این مطالعه توانستند تنها در ۳۰ دقیقه به کل مواد جامد محلول کمتر از ۵۰۰ بخش در میلیون برسند و چارچوب‌های فلزی-آلی را برای استفاده مجدد در عرض چهار دقیقه در زیر نور آفتاب بازسازی کنند.

پروفسور «هانتینگ وانگ» (Huanting Wang) نویسنده اصلی این مطالعه از دانشکده مهندسی شیمی دانشگاه مانس در استرالیا گفت که این کار راهی نوین برای طراحی مواد برای نمک‌زدایی آب به روشی پیشرفته به روی آنها گشوده است. پروفسور وانگ گفت: فرایند نمک‌زدایی یا شیرین کردن آب برای رفع کمبود آب در سطح جهان استفاده شده است. ما طی این مطالعه از فرایند مذکور و با استفاده از نور خورشید برای تبدیل آب لب شور و آب دریا به آب آشامیدنی استفاده کردیم. نور خورشید فراوان‌ترین و تجدیدپذیرترین

محققان «دانشگاه مانس» استرالیا در مطالعه اخیرشان موفق به تصفیه آب با استفاده از نور خورشید شدند.

محققان با استفاده از چارچوب‌های فلزی-آلی (MOF) و نور خورشید توانستند در کمتر از ۳۰ دقیقه آب لب‌شور و آب دریا را به آب آشامیدنی تمیز تبدیل کنند. آب لب‌شور (Brackish water) آبی است که میزان نمک در آن از آب شیرین بیشتر و از آب دریا کمتر باشد. آب لب‌شور آبی است که کل مواد جامد آن بین ۱۵۰۰ تا ۵۰۰۰ میلی‌گرم در لیتر باشد و معمولاً بر اثر مخلوط شدن آب دریا و آب رودخانه‌هایی که به دریا می‌ریزد پیدا می‌شود. همچنین برخی دریاچه‌ها و تالاب‌ها ممکن است دارای آب لب‌شور باشد و نیز در مناطق نزدیک به دریا آب‌چاه‌ها به علت نفوذ آب دریا لب‌شور هستند.

این کار محققان می‌تواند آب آشامیدنی میلیون‌ها نفر در سراسر جهان را تأمین کند. طی این مطالعه محققان توانستند ذرات مضر را از آب فیلتر کنند و ۱۳۹.۵ لیتر آب تمیز را به ازای هر کیلوگرم

موبایل‌های اندرویدی زلزله را به کاربران خبر می‌دهند

گوگل سیستم هشدار زلزله در ایالت کالیفرنیا را در موبایل‌های اندروید ارائه می‌کند که چند ثانیه یا دقیقه قبل از زلزله به کاربر پیام می‌دهد.

گوگل با رونمایی از نخستین سیستم گسترده هشدار زلزله در ایالت کالیفرنیا اعلام کرد در آینده می‌توان از موبایل‌های اندروید برای رصد زلزله در سراسر جهان استفاده کرد. همچنین می‌توان در آینده با استفاده از این دستگاه‌ها پیام‌های هشدار زلزله فراهم کرد.

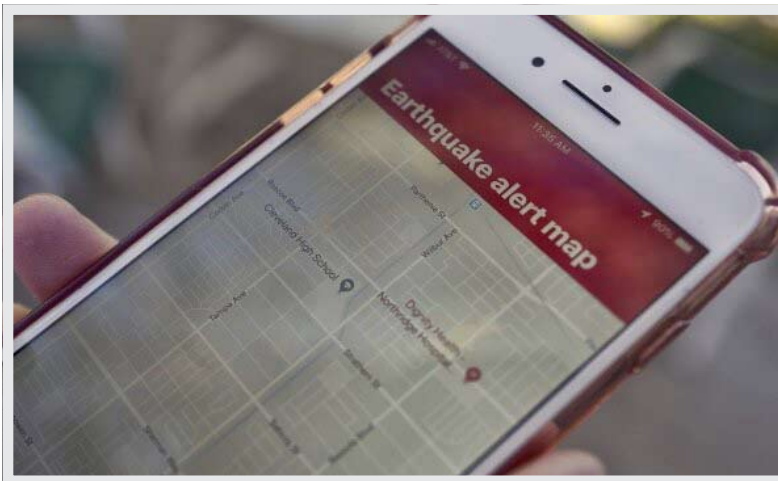
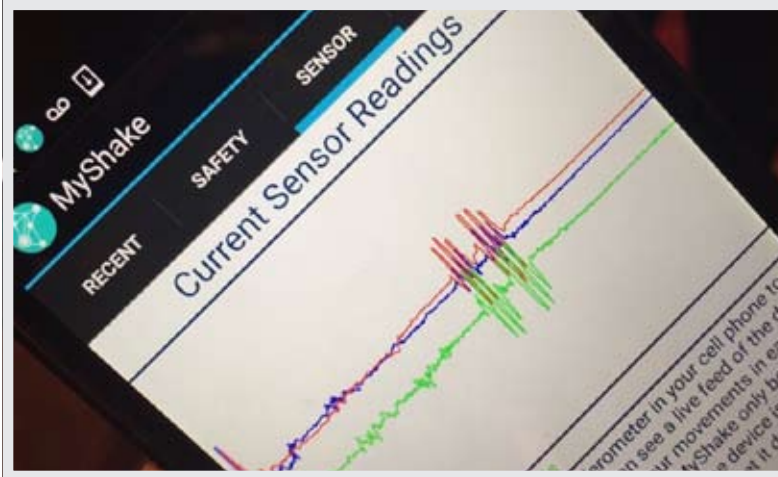
در همین راستا گوگل با همکاری مقامات ایالت کالیفرنیا و سازمان زمین‌شناسی آمریکا یک سیستم هشدار زلزله برای موبایل‌های اندروید ساخته که روی این سیستم عامل موبایل فعال می‌شود.

کاربران موبایل‌های اندرویدی که سرویس‌های مکان‌یابی را فعال کرده‌اند و در فاصله نزدیکی از زلزله‌ای به وسعت ۴.۵ ریشتر یا بالاتر قرار داشته باشند، یک پیام دریافت می‌کنند که به آنها هشدار می‌دهد روی زمین بنشینند و پناه بگیرند.

این پیام هشدار براساس لرزش پیش بینی شده در یک مکان خاص و با شدت مشخصی ارسال می‌شود. با توجه به میزان مسافت فرد از محل وقوع زلزله، پیام هشدار چند ثانیه یا حتی چند دقیقه زودتر برای فرد ارسال می‌شود. همچنین این هشدار وسعت تخمینی زلزله و مسافت آن با کاربر را نیز به او نشان می‌دهد.

طبق اطلاعات موجود پیام هشدار مذکور به وسیله سیستم هشدار لرزش کالیفرنیا صادر می‌شود. این سیستم سیگنال‌هایی مربوط به بیش از ۷۰۰ لرزش سنج نصب شده در ایالت کالیفرنیا را بررسی می‌کند. این سیگنال‌ها موج‌های ارتعاشی را رصد می‌کنند.

به این ترتیب نیازی نیست کاربران اپلیکیشن MyShake را برای دریافت پیام‌های هشدار نصب کنند. این اپلیکیشن در دانشگاه برکلی کالیفرنیا توسعه یافته و سال گذشته عرضه شد.



گاوین نیوسام فرماندار ایالت کالیفرنیا در این خصوص در بیانیه‌ای نوشت: رونمایی این سیستم بدان معناست که سیستم هشدار زلزله کالیفرنیا روی تمام موبایل‌های استاندارد اندروید کار می‌کند.

همچنین گوگل اعلام کرد موبایل‌های اندروید به زودی به وسیله حسگرهای شتاب‌سنج حرکتی زلزله‌ها در سراسر جهان را ردیابی می‌کنند.

این درحالی است که سیستم عامل اندروید در سراسر جهان بیش از ۲ میلیارد کاربر دارد. البته کاربران آیفون پیام‌های هشدار را از طریق سیستم عامل اپل دریافت نمی‌کنند.



پازل

			8				5	1
8				4		9		2
1	9			2		6		
					2	4	3	
		2				7		
	1	7	6					
		6		8			2	9
2		9		1				3
4	8				3			

ساده

			8				5	6
			6		4		8	
	1	5				6		
2					8			9
9			6		2			3
	8			9				7
			4				6	1
		2		1			3	
	7	4				5		

خیلی ساده

5				1		8		
	7	2	6				3	
	4				3			5
				2			1	
3		8				6		7
	5			6				
1			2				9	
	8				4	1	5	
		5		9				6

متوسط

	8	1						
			3					7
							2	
					8	9		
6								4
						1		
					4		1	9
7	5		6					
			2					

سخت

گردشگری

آسانسور پرماجرای کاخ مرمر/۳۲

«کاخ نابت» اثر تاریخی است/۳۴

از آلپ سوئیس تا آلپ‌های ایران/۳۶

مهم‌ترین آتش‌سوزی‌ها در بناهای تاریخی/۳۸

سفر نباید کرد/۴۰

کارگاه

[۳۱]

ماهنامه داخلی شرکت عقاب‌افشان

شماره ۷۰ - مرداد ماه ۱۳۹۹

اسکاتیا

علم و فناوری

گردشگری

فرهنگ و هنر

سلامت

ورزش

News

w w w . o g h a b a f s h a n . c o m



آسانسور پرماجرای کاخ مرمر!

و پسر ناخلفش چه کرده‌اند و تاریخ این مردم آنجا به نمایش گذاشته شده است.»
در مدتی که کاخ مرمر در اختیار مجمع تشخیص مصلحت نظام بود بارها و بارها کارشناسان میراث فرهنگی برای مرمت‌های نقاشی و با دیوارهای آن به این کاخ رفته‌اند بنابراین در این مدت سازمان میراث فرهنگی وقت در جریان اتفاقات افتاده در این کاخ بوده است اما سؤال اینجاست که چرا واکنشی به آن‌ها نداشته است و همانطور که فتاح گفته چرا سکوت کرده‌اند این سکوت مشابه همان اتفاقی است که درباره آلبوم خانه کاخ گلستان رخ داده و حالا مدیریت آن بعد از ۶ ماه اعلام کرده که یکی از اموال این آلبوم خانه مفقود شده است!

از طرف دیگر فتاح درباره الحاق جکوزی و حمام به این کاخ که زیبایی آن را به مسجد شیخ لطف الله تشبیه می‌کنند خبر داده است موضوعی که از دید خبرنگاران میراث فرهنگی در بهمن ماه سال گذشته که برای اولین بار از آن بازدید کردند مخفی نگه داشته شد! حالا اما از وجود چنین سازه‌هایی خبر داده‌اند و اینکه قرار است اصلاحاتی در آن انجام شود.

البته همان زمان گفتند که درهای این کاخ را به روی مردم باز می‌کنند اما تا

این کاخ‌ها مسئولان مستقر می‌شدند اینجا را میکروسکوپی بازسازی کردیم تا به حالت اول برگردد ولی چنین چیزی نمی‌شود چون کاخ آسیب دیده است در این کاخ که هنر کشور به نمایش گذاشته شده است آسانسور وجود دارد آنجا را کنده‌اند و پتک زده‌اند و در طبقه دوم آن حمام و جکوزی و سونا درست کرده‌اند. این میراث که به همه جا ایراد می‌گیرد کجا بوده و چرا نگفته‌اند این کاخ آسیب دیده است. الان اصلاح کردیم این کاخ مردمی شده است تا مردم ببینند که رضاشاه

کاخ مرمر پس از ۶ ماه باز هم خبرساز شد بهمن ماه از این جهت که درهای آن به روی مردم پس از سال‌ها باز خواهد شد و این بار درباره وجود جکوزی و امکانات هتل ۵ ستاره در کاخ تاریخی و ملی!

این موضوع باز هم توسط پرویز فتاح رئیس بنیاد مستضعفان انقلاب اسلامی در مصاحبه تلویزیونی مطرح شد، او گفته است: «در ۴ ماه اینجا را بازسازی کردیم برای موزه هنر ایران و اگر کرونا اجازه بدهد درهای آن را به روی مردم از خیابان ولیعصر باز می‌کنیم نباید در



با ثریا اسفندیاری و همچنین مراسم نامزدی ایشان با فرح همگی در این کاخ برگزار شده است. پس از ترور شاه در محوطه این کاخ توسط رضا شمس‌آبادی، دفتر ویژه شاه به کاخ صاحبقرانیه جابجا شد. بخش‌هایی از کاخ مرمر در سال ۱۳۸۷ مرمت و بازسازی شد.

ملی ایران از کاخ گلستان به این کاخ آورده شده و در زیر زمین آن نگهداری می‌شد. در سال‌های نخست پادشاهی پهلوی دوم، از این کاخ به عنوان دفتر رسمی و محل برگزاری دیدارها، ملاقات‌ها به‌کار گرفته می‌شد. فوزیه و محمدرضا پهلوی در این کاخ با یکدیگر زندگی می‌کردند و مراسم عقد شاه

کنون این اتفاق نیفتاده است فتاح یک بار گفته بود که در پساکرونا این اتفاق می‌افتد. پساکرونايي که معلوم نیست چه وقت است. با این حال دیوارهای ورودی کاخ مرمر از سمت خیابان ولیعصر نقاشی دیواری شده تا نشان دهنده وجود یک موزه هنر در این مکان باشد.

مسئولان مرمت کاخ می‌گویند که این آسانسور اگر چه برای یک طبقه ایجاد شده اما طوری قرار داده‌اند که آسیبی به بنا نمی‌زند و قابل حذف است. هر چند که نباید ایجاد می‌شد اما برای سهولت در رفت و آمد ایجاد شده بود. آنطور که فتاح گفته است طبقه اول سالن اجتماعات و طبقه دوم نیز امکاناتی مانند سونا و جکوزی کار شده است و معلوم است که این وسط آسانسور برای افراد ناتوان به وجود نیامده است.



درباره کاخ مرمر

در ویکی‌پدیا در مورد کاخ مرمر آمده: کاخ مرمر یکی از کاخ‌های تاریخی تهران در دوره پهلوی است که در مرکز تهران جای گرفته‌است. این اثر در تاریخ ۳۰ خرداد ۱۳۵۷ با شماره ثبت ۱۶۰۶ به‌عنوان یکی از آثار ملی ایران به ثبت رسیده‌است. این کاخ در سال ۱۳۵۵ و با هدف آشنایی بیشتر مردم با بنیانگذار رژیم پهلوی، و محل زندگی و کار او به موزه تغییر کاربری داد و عنوان «موزه» برای آن انتخاب شد. این موزه تا سال ۱۳۵۷ و سقوط نظام سلطه پادشاهی به کار خود ادامه داد. این کاخ در بعد از انقلاب در اختیار مجمع تشخیص مصلحت قرار و در سال ۱۳۹۷ توسط مجمع تشخیص مصلحت نظام به بنیاد مستضعفان تحویل و در سال ۱۳۹۸ با کاربری موزه در اختیار عموم قرار گرفت.



پیشینه

زمین کاخ مرمر در ابتدا متعلق به شاهزادگان قاجاری و از جمله خاندان خانواده فرمانفرماتیان بود. این بنا به دستور محمدرضا توازباشویلی خان بزرگ گرج و با معماری لئون تادوسیان بنا نهاده شد. این کاخ در آغاز به عنوان خانه محمدرضا بود و بعد از بخشش به پهلوی به عنوان دفتر کار و محل اقامت زمستانی رضاشاه قرار گرفت و تا پیش از تدوین قانون خزانه ملی، جواهرات





۶ دلیلی که برای اثبات ملی بودن «کاخ ثابت پاسال» ارائه شد

«کاخ ثابت» اثر تاریخی است

شعبه ۳ تجدیدنظر دیوان عدالت اداری بر اساس درخواست تجدیدنظر از سوی اداره کل میراث فرهنگی استان تهران درباره رأی دادگاه بدوی به موضوع کاخ ثابت پاسال ورود کرده و این بار اقدام به صدور رأی قطعی کرد. در رأی صادره که اواخر تیرماه صادر شد ۶ دلیل برای اثبات ملی بودن این کاخ بیان شده است در این رأی دادگاه تجدید نظر به اساسنامه و وظایف سازمان میراث فرهنگی وقت و وزارتخانه فعلی اشاره و اعلام کرده که سازمان میراث فرهنگی موظف است آثار باقیمانده از گذشتگان را شناسایی و در فهرست میراث ملی ایران ثبت کند و در راستای حفظ و احیای آنها بکوشد. در این رأی همچنین به قانون دیگری اشاره شده و در آن آمده است: علاوه بر آثار مشمول قانون حفظ آثار ملی مصوب ۱۳۰۹، آثار غیرمنقولی که از نظر تاریخی یا شئون ملی واجد اهمیت هستند صرف نظر از تاریخ ایجاد آنها، در زمره آثار ملی قلمداد می‌شوند و این سازمان مکلف به شناسایی و ثبت این آثار است.

دلیل اول

تشخیص اهمیت یک اثر با سازمان میراث فرهنگی است. این سازمان با توجه به نوع معماری و هنر به کار رفته در احداث معماری کاخ ثابت پاسال که معماری آن هم‌سنگ کاخ ورسای فرانسه ارزیابی شده است نسبت به ثبت آن در فهرست آثار ملی اقدام کرده و دلایل و مدارک ابرازی از سوی شکات و ادعاهای آنها از جمله عدم تعلق ملک و بنای کاخ به شخصی به نام ثابت از ارزش‌های فرهنگی هنری و تاریخی بنا نمی‌کاهد چه اینکه سبب ثبت بنا در فهرست آثار ملی نه تعلق آن به شخص خاص بلکه ویژگی‌های تاریخی و معماری کاخ بوده است.

دلیل دوم

ادعای مطرح شده درباره قدمت بنا و اینکه ساختمان کاخ مربوط به دوره پهلوی بوده و آثار ملی صرفاً این‌گونه باقی مانده از زمان زندیه و قبل از آن است، به صراحت حکم ماده واحده قانون ثبت آثار ملی که آثار واجد اهمیت تاریخی و شئون ملی را از شرط قدمت مستثنی کرده و صرف نظر از زمان ساخت و پیدایش آن صرفاً به سبب وجود خصیصه ملی و تاریخی بودن اثر آن را جزو آثار ملی اعلام کرده است ادعای شکات غیرموجه است.

دلیل سوم

از سوی شکات هیچ‌گونه دلیلی بر عدم

رعایت تشریفات ثبت بنا در فهرست آثار ملی ارائه نشده است و مطالب مندرج در دادخواست و ضامناً و مدارک پیوست آن کمترین علتی بر تخلف سازمان میراث فرهنگی از مقررات در ثبت بنای موضوع شکایت ارائه نشده است و شعبه محترم بدوی صادرکننده رأی نیز در توجیه عدم رعایت مقررات ثبت اثر در فهرست آثار ملی هیچ‌گونه دلیلی ذکر نکرده است.

دلیل چهارم

اقدامات سایر سازمان‌ها مانند شهرداری در صدور پروانه ساختمان برای ملک ثبت شده در فهرست آثار ملی با توجه به تکلیف قانونی شهرداری مبنی بر استعلام موضوع از سازمان

علاوه بر صدمه زدن به این بنای ارزشمند برای بافت محله امانیه هم در دسرساز هستند. فکرش را کنید در خیابان شلوغی مثل جردن مجتمع تجاری مثل پالادیوم قد علم کند! وی می‌گوید: «زمزمه‌هایی از تلاش مالک برای بیرون آوردن این ملک از ثبت ملی به گوش می‌رسد. از طرفی هم شنیده می‌شود با رأی دیوان عدالت اداری، مالک قصد دریافت مجوز و پروانه ساخت دارد. یکی دیگر از شایعاتی که این روزها درباره این ملک به گوش می‌رسد این است که در هر حال، مالک می‌خواهد بنا را حفظ کند و در محوطه حیاط کاخ مجتمع تازه‌ای بسازد. در این صورت بنای ساخته شده حریم این اثر ثبتی را تحت تأثیر قرار می‌دهد و سلامت ملک را به خطر می‌اندازد.»

موادفروشان دستگیر شده را به اینجا می‌آوردند

زیرزمین و پارکینگ کاخ «ثابت پاسال» ماه‌های نخست بعد از انقلاب اسلامی محل نگهداری از معتادان و فروشندگان موادمخدر بود که دستگیری می‌شدند. بعدها این کاخ به بانکی خصوصی فروخته شد. گجبری، استفاده از پنجره‌ها و پرده‌های بلند بلژیکی، استفاده از سنگ مرمر در تزیینات شومینه، ستون‌های بلند به سبک ستون‌های عمارت‌های اروپایی و... از زیبایی‌های این کاخ امانیه است. وجود یک صحن تئاتر روباز در گوشه‌ای از حیاط عمارت از دیگر ویژگی‌های این خانه است. خانواده ثابت پاسال تنها ۲ سال در این خانه سکونت داشتند و بعد از انقلاب اسلامی به آمریکا گریختند.

حبیب‌الله ثابت طراحی نمای داخلی خانه را به شرکت معروف فرانسوی سپرد. استفاده از این تزیینات و مجسمه‌های کلاسیک در خانه، ارزش و زیبایی آن را دوچندان کرده بود. درهای این کاخ سال‌هاست بسته مانده و از وضع دقیق عمارت طی این سال‌ها اطلاعی در دست نیست.

این عمارت متعلق به دوره پهلوی دوم است و با مساحتی بیش از ۱۱ هزار و ۵۰۰ مترمربع در شمال بلوار افریقا قرار دارد. لازم به ذکر است حبیب‌الله ثابت بهایی و از دست نشانده‌های رژیم طاغوت بود؛ اما باید شرایط بنای ساخته شده را از او جدا کرد.

را نقض کرده و حکم به رد شکایت شاکیان داده و رأی صادره را قطعی دانسته است. بنابراین دیگر فرصت اعتراض وجود ندارد. با این حساب می‌توان گفت که کاخ ثابت پاسال پس از ۶ سال تلاش رسانه‌ها و کارشناسان مربوطه برای معرفی این بنای تاریخی و ثبت آن در فهرست میراث ملی به بار نشست و این بنا به عنوان میراث ملی باقی ماند.

درباره کاخ ثابت

کاخ «ثابت پاسال» با معماری ویژه خود گوشه‌هایی از قصر ورسای، کاخ سفید و معماری اروپا در قرن ۱۹ میلادی را یادآوری می‌کند. این خانه جا خوش کرده در محله امانیه، سرگذشت چندین مطلوبی نداشت و سال‌هاست در کشاکش تخریب و نوسازی یا مرمت و احیاء اخبارش دست به دست می‌شود. ثبت ملی این عمارت که به کاخ سنگی یا کاخ ورسای تهران معروف است، آن را از تخریب نجات داد اما ...



زمزمه‌های تخریب

کاخ ثابت پاسال تا قبل از انقلاب اسلامی محل سکونت خانواده «حبیب‌الله ثابت» بود. بعد از انقلاب این خانه در اختیار نهادهای امنیتی قرار گرفت و دست آخر به یکی از بانک‌های خصوصی فروخته شد. مالکیت خصوصی این ملک در محله امانیه همان و آغاز تلاش‌ها برای ساخت‌وساز مجتمع تجاری- فرهنگی در این ملک همان. درست در روزهایی که زمزمه‌های تخریب این عمارت به گوش می‌رسید ثبت ملی این خانه توانست موقتاً آن را از خطر تخریب نجات دهد. مدیر وقت کمیته پیگیری حفاظت از خانه‌های تاریخی شهر تهران می‌گوید: «طرح‌های مختلفی برای ساخت‌وساز در ملک کاخ ثابت پاسال ارائه شده است. این طرح‌ها

میراث فرهنگی قبل از هرگونه اقدام به تجویز ساخت و ساز نمی‌تواند اقدامات سازمان میراث فرهنگی در ثبت اثر ملی را مخدوش کند و برخلاف ادعای شکات صدور پروانه ساختمان دلیلی بر اثبات خواسته آنها بوده و استناد به پروانه ساختمان صادره از سوی شهرداری بلاوجه است زیرا صدور پروانه ساختمان از سوی شهرداری بدون رعایت تکلیف قانونی استعلام سازمان میراث فرهنگی مغایر قانون بوده و بدیهی است که تصمیم و عمل خلاف قانون ایجاد حق نمی‌کند و حقی قابل استناد است که بر مبنای مشروع ایجاد شده باشد.

دلیل پنجم

تشخیص سازمان میراث فرهنگی در شناسایی آثار ملی و فرهنگی و تاریخی و ثبت ملی آثار عملی حاکمیتی است که به سبب آمره بودن آن هرگونه توافق یا تصمیم برخلاف آن نفوذ حقوقی ندارد و حقی برای طرفین آن ایجاد نمی‌کند. از همین رو هرگونه توافق یا اقدام قبل یا بعد از ثبت اثر ملی در خصوص صدور پروانه ساختمان یا مجوز تخریب و نوسازی ملک صادر شده و صورت گرفته باشد با اقدام سازمان میراث فرهنگی در ثبت بنا در فهرست آثار ملی باطل و بلااثر است و قابلیت استناد ندارد.

دلیل ششم

استناد به قواعد عمومی مالکیت موضوع مواد ۳۰ و ۳۱ قانون مدنی و یا اصول کلی قانون اساسی در خصوص حرمت مالکیت با توجه به صراحت حکم قوانین خاص در خصوص صلاحیت سازمان میراث فرهنگی و ضرورت ثبت آثار ملی فرهنگی و تاریخی کشور و جاهت ندارد و قوانین خاص مربوط به ثبت آثار ملی با تحدید مالکیت در خصوص ابنیه و اموال تاریخی و فرهنگی قوانین مربوط به اطلاق مالکیت را تخصیص زده‌اند. ضمن اینکه ثبت ملک در فهرست آثار ملی موجب زوال حق مالکیت مالکان آن و سلب حق از آنها نمی‌شود بلکه اعمال تصرفات مالکانه را محدود به مقررات خاص و اجازه سازمان میراث فرهنگی می‌کند.

شعبه تجدیدنظر بر اساس این ۶ دلیل و به استناد ماده ۷۱ قانون تشکیلات و آئین دادرسی دیوان عدالت اداری، رأی دادگاه بدوی

از آلپ سوئیس تا آلپ‌های ایران



یک راهنمای گردشگری گفت: اروپایی‌ها اگرچه در کشور سوئیس می‌توانند جاذبه‌های طبیعی آلپ را می‌توانند ببینند اما تنها در ایران است که می‌توانند در کنار طبیعت بکر شاهد زندگی مردم عشایری باشند.

حبیب محمدحسینی راهنمای گردشگری استان چهارمحال و بختیاری به مهر گفت: گردشگران خارجی این استان معمولاً با مراجعه به سایت‌ها با جاذبه‌های گردشگری اینجا آشنا می‌شوند. این گروه‌های توریستی از اروپا و کشور سوئیس برای دیدن جاذبه‌های طبیعی می‌آیند و از طبیعت چهارمحال و بختیاری به عنوان آلپ ایران یاد می‌کنند. اگرچه که خودشان جاذبه طبیعی کوه‌های آلپ را دارند اما جاذبه‌ای به نام عشایر را ندارند، در واقع عشایر برای استان پتانسیل مهمی هستند. گردشگران خارجی دوست دارند در کنار آنها چند روزی زندگی کنند حتی نان بپزند و یا شیر بدوشند. آن‌ها وقتی از اینجا می‌روند گروه دیگری را معرفی می‌کنند تا در ایران سفر کنند.

استان چهارمحال و بختیاری در تبلیغات و جذب گردشگر جلوتر رفته است.

آلپ دوم ایران

این البته تمام ماجرا برای آلپ ایران نیست. ایران جای دیگری هم دارد که به آلپ مشهور است. به آلپ ایران شهرت دارد؛ جای دوری نیست، اشترانکوه، تحفای الهی برای زاگرس. منطقه‌ای که در اوج تابستان، زمستان را در خود نگاه داشته. گواه، تونل برفی آنست که از منحصر به فردترین جاذبه‌های طبیعی کشور محسوب می‌شود. در میان دره‌های آن قلب فیروزه‌های اش سر بر آسمان آورده و زیر لب ذکر خدا می‌گوید. چون نگینی دل هر گوهری را نوازش می‌دهد و وسوسه‌ای در جان معشوق می‌اندازد.

آری دریاچه گهر، دریاچه‌ای واقع در دره زیبای نی‌گاه (نگار) مملو از آلاله و اشک مریم؛ صحنی برای خرامش و عشوه‌گری‌های آهوان. شب‌ها، ستارگان چون معشوقه‌هایی چشمک‌زن بر دل عاشق زخمه می‌زنند و با خنیاگری او را به خویش می‌خوانند؛ هر از چند گاهی نسیمی، نوازشگر گونه‌هايت می‌شود و سردی نفسش سرخی را مهمان جانت می‌کند.

گهر نگین زاگرس که به اعتقاد «ایزابلا لوسی بیشوب» در بین اروپاییان به دریاچه ایران شهره است. با اینکه می‌تواند برندی برای معرفی کل

وی گفت: اروپایی‌ها با این جاذبه ناآشنا هستند اینک عده‌ای با خانواده کوچ کنند و عده‌ای با ماشین و یا اینکه زن و بچه‌هایشان را از راه ساده عبور دهند و خودشان از مسیرهای سخت کوچ کنند. قطعاً عشایر ما هم از تکنولوژی روز تأثیر گرفته اما هنوز جاذبه مهمی برای استان است. او با اشاره به ساخت مستند «رؤیای ممنوعه» گفت: سه نوع کوچ در استان انجام می‌شود یکی افرادی که با خانواده خود کوچ می‌کنند دیگری کوچ با ماشین و نوع دیگری از کوچ که ایل زن و کودکشان را از راه‌های ساده‌تر می‌فرستند و خودشان پیاده مسیرهای سخت را می‌روند. در یکی از این مسیرها که مستند رؤیای ممنوعه نیز ساخته شد من آنها را همراهی کردم. این راهنمای گردشگری با بیان اینکه این استان را با طبیعت گردی، رفتینگ در آب‌های خروشان و کوهنوردی و طبیعت‌بکر و عشایرش می‌توان معرفی کرد گفت: متأسفانه برای طبیعتگردی استان و اینکه در استان چه ثروتی وجود دارد تبلیغی نمی‌شود در واقع جاذبه‌های این استان در کفنی از طبیعت و برف مدفون شده است. ما در مثلث شهرهای گردشگری حضور نداریم در حالی که اصفهان با شهر کرد یک ساعت فاصله دارد. همه گردشگران تنها برای دیدن فرهنگ به ایران نمی‌آیند کسی که بخواهد طبیعت را ببیند می‌تواند با فاصله کوتاهی به چهارمحال و بختیاری بیاید. اکنون استان همدان از



ایران باشد اما هنوز ناشناخته در میان آشنایان خود مانده! این منطقه توجه ویژه‌ای را می‌طلبد چرا که می‌تواند بدرخشد اگر درست صیقل داده شود.

متولی حفاظت از دریاچه گهر

مدیران محلی می‌گویند: متولی حفاظت از دریاچه گهر به عهده اداره کل حفاظت محیط‌زیست استان است چرا که در منطقه حفاظت شده اشترانکوه قرار دارد. فصل گردشگری از ۱۵ خرداد تا ۳۱ شهریور است و دستگاه‌های اجرایی زیادی در ساماندهی به این منطقه و خدمات‌رسانی به مردم نقش دارند. هر اداره‌ای در حوزه فعالیت خود نقشی در این منطقه دارد به طور مثال بحث گردشگری به عهده میراث فرهنگی، امداد و نجات با هلال احمر، ایجاد امنیت و آرامش با نیروی انتظامی و جمع‌آوری زباله با شهرداری است. برای اداره این منطقه بهترین حالت ممکن و ایده‌آل آن باید به صورت یک منطقه آزاد در نظر گرفته شود تا مدیر با اقتدار بیشتری بتواند بر کار سایر دستگاه‌ها نظارت داشته باشد و در صورت کم‌کاری از هر دستگاه با آن برخورد قاطع داشته باشد.

خوشبختانه - غیر از زمان کرونا - در بحث گردشگری منطقه با استقبال خوب و قابل توجهی روبرو بوده و این به خاطر هماهنگی و کار منسجم دستگاه‌هاست که هر کدام به نوبه خود وظایف خود را به نحوی مطلوب انجام داد. حفاظت از دریاچه گهر به عهده اداره کل حفاظت محیط‌زیست است چرا که در منطقه حفاظت شده اشترانکوه قرار دارد. مدیریت اجرایی و هماهنگ‌کننده این منطقه نیز در فصل گردشگری به عهده یکی از کارکنان اداره کل حفاظت محیط‌زیست استان است و خدمات‌رسانی به گردشگران به صورت چند سیستمی صورت می‌گیرد.

وظیفه میراث

وظیفه میراث این است که به سایت‌های گردشگری برای توسعه این صنعت تسهیلات بدهد و بر آنها نیز نظارت داشته باشد.

مهم‌ترین آتش‌سوزی‌ها در بناهای تاریخی



آتش در کلیسای نانت فرانسه اولین و آخرین حادثه این چنینی در بناهای تاریخی نبوده و از گذشته‌های دور تا کنون موزه‌ها، کلیساها، کاخ‌ها، کتابخانه‌ها و بناهای تاریخی زیادی در مناطق مختلف جهان طعمه حریق شده و آسیب‌های گاه جبران‌ناپذیری به آنها وارد شده است.

به گزارش اسپنا، آتش در کلیسای جامع قرن پانزدهمی شهر نانت فرانسه که با نام کلیسای «سن پیر» و «سن پل» نیز شناخته می‌شود، پس از چندین ساعت تلاش ماموران آتش‌شان کنترل شد. هر چند تنها شیشه‌های رنگی نمای جلویی کلیسا و یک آرگ قدیمی آن سوخت و آسیب جدی به ساختمان و سقف کلیسا وارد نشد، اما سرنوشت آتش‌سوزی در بناهای تاریخی معمولاً با این درجه کم از آسیب‌ها، ختم به خیر نمی‌شود. شاهد این ادعا را می‌توان بناهای تاریخی دانست که در طول سالیان گذشته یا به طوری کلی خاکستر شده یا با خسارت‌های بسیار جدی مواجه شده‌اند.

این موزه نیز به طور کامل نابود شد. این موزه که بزرگ‌ترین موزه تاریخ طبیعی و قدیمی‌ترین موزه برزیل بود، از سال ۱۹۰۲ در محل سابق کاخ سلطنتی سائو کریستوئو ایجاد شده و دویستمین سالگرد فعالیت خود را جشن گرفته بود. موزه ملی برزیل دارای چندین بخش مختلف از جمله مردم‌شناسی، باستان‌شناسی و دیرینه‌شناسی و در مجموع میزبان ۲۰ میلیون اثر بود.

مه‌ار آتش‌سوزی در کلیسای جامع شهر نوتردام فرانسه

آوریل سال گذشته بود که آتش بزرگی در کلیسای معروف و ۸۵۰ ساله «نوتردام» در شهر پاریس برافروخته شد و با آنکه بیشتر آثار مذهبی و هنری این کلیسا در جریان این آتش‌سوزی از این مکان نجات داده شدند، اما ساختار این بنای تاریخی شامل سقف و مناره آن به شدت آسیب دید. وقوع آتش‌سوزی در این کلیسا به عنوان یک پرستشگاه کاتولیک، موزه‌ای با آثار هنری و تاریخی فراوان و یک جاذبه گردشگری محبوب با سالانه ۱۳ میلیون گردشگر، یکی از بزرگ‌ترین تراژدی‌های فرهنگی سال ۲۰۱۹ بود.

امانوئل ماکرون - رئیس‌جمهور فرانسه - موعده پنج ساله را برای بازسازی این بنای تاریخی تعیین کرد اما بیش از هزار متخصص مرمت و بازسازی با امضای یک نامه اعتراضی نسبت به مدت زمان تعیین‌شده هشدار دادند و بازسازی این کلیسا را در ظرف مدت پنج سال غیرممکن دانستند. اکنون فرآیند مرمت این بنای تاریخی پس از یک وقفه به دلیل شیوع ویروس کرونا از سر گرفته شده است.

آتش‌سوزی در کلیسای موزه ملی برزیل

موزه ملی برزیل در سال ۲۰۱۸ در پی یک آتش‌سوزی بزرگ ۹۰ درصد از آثار خود را از دست داد و مجموعه‌های آثار تاریخی مصرشناسی

آتش‌سوزی در دانشگاه لُنْ بِلژیک

دانشگاه لُنْ بِلژیک برای داشتن یکی از فاخرترین کتابخانه‌ها در اروپا شهرت داشت، اما این کتابخانه که در سال ۱۸۳۴ بنا شده بود دو بار به صورت کامل در آتش سوخت، یک بار در سال ۱۹۱۴ و در جریان حمله آلمان‌ها به بلژیک در بحبوحه جنگ جهانی اول که سربازان آلمانی ۲۳۰ هزار نسخه کتاب و ۹۵۰ نسخه خطی را به آتش کشیدند و بار دوم در جریان نبرد لُنْ در سال ۱۹۴۰ و در جنگ جهانی دوم. این کتابخانه در سال ۱۹۵۱ بار دیگر بازسازی شد و در سال ۱۹۸۷ در فهرست آثار تاریخی حفاظت شده قرار گرفت.

آتش‌سوزی در کتابخانه دانشگاه کریستال پالاس لندن

کریستال پالاس بنایی از چدن و شیشه مسطح

فعال است.

سومین ساختمان از مجموعه کاخ‌های «کریستین اسپرگ» در دانمارک در ۱۷۹۴ در آتش سوخت. برپایی اولین قلعه از این مجموعه بنا در سال ۱۱۶۷ انجام شد. این ساختمان از اوایل سده پانزدهم میلادی، در نقش ساختمان مرکزی حکومت پابرجا بود، تا ۱۷۹۴ به عنوان محل اقامت اصلی شاه استفاده می‌شد و اکنون از ۱۸۴۹ به عنوان محل برگزاری پارلمان استفاده می‌شود.

آتش‌سوزی بناها در ایران معاصر

در کنار هُرم آتشی که بخشی از تاریخ را از حافظه دنیا پاک کرده، می‌توان به آتشی که گریبان بناهای تاریخی کشورمان را گرفته نیز اشاره کرد. فاجعه پلاسکو، توجه‌ها را به سمت آتش‌سوزی‌هایی که بعداً گریبان هر ساختمان یا بنای تاریخی را می‌گرفت، جلب کرد، شاید به همین دلیل هم آمار زیادی از سرخی آتش در بناهای تاریخی تا قبل از پلاسکو بیرون نیامده، اما لیستی که بعد از پلاسکو در ذهن‌ها نقش بسته هر روز قطورتر می‌شود. مسجد جامع ساری نیز به واسطه سوختن بیش از ۷۰ درصدی‌اش در این لیست قرار می‌گیرد که تقریباً به جز چهارچوب اصلی‌اش، چیزی از بنای تاریخی آن باقی نماند.

آتش‌سوزی بازار جهانی تبریز برای دومین بار در سال گذشته، آتش‌سوزی ضلع شمال غربی میدان حسن آباد، خسارت ۱۰۰ میلیونی آتش به مسجد جامع قزوین در سال ۱۳۹۱، آتش‌سوزی‌های گاه و بیگاه در بازار تهران مانند آتش‌بازار کفاش‌ها در دو روز جمعه ۲۷ تیر، یا آتش‌سوزی «کاروانسرا و سرای ملاحسین بازار کهنه قم» در سال گذشته که برای خاموش کردن آن بخش دیگری از کاروانسرا را تخریب کردند، فقط بخشی از آسیبی است که به بناهای تاریخی در کشور وارد شده، هر چند میراث فرهنگی بارها از برگزاری جلساتی خبر داده که قرار است به موقع و در زمان وقوع بحران‌ها وارد کار شوند.

بخش عمده‌ای از بازار بلوک، هسته تجاری شهر، از جمله سقف کلیسای سنت جیمز فعلی در آن آتش‌سوزی از بین رفت. همچنین ساختمان ۱۸۳۱ سالن شهر تورنتو و بازار سنت لارنس آسیب دید و از بین رفت. در سال ۴۸ قبل از میلاد هم کتابخانه اسکندریه به طور تصادفی در زمان محاصره توسط جولوس سزار سوخت. در سال ۱۶۵۲ میلادی با آتش گرفتن تالار شهرداری آمستردام، گنجینه‌ها و مدارک تاریخی مهمی سوختند.

قصر سلطنتی «Tre Kronor» در استکهلم سوئد متعلق به قرون وسطی در آتش سوخت. گفته می‌شود این قلعه در اواسط قرن ۱۳ میلادی با نام قلعه سلطنتی ساخته شد، زمانی که این قصر در ۱۶۹۷ سقوط کرد، بیشتر کتابخانه ملی سوئد و آرشیوهای سلطنتی نابود شدند، به همین دلیل امکان به دست آوردن اطلاعات دقیق از تاریخ اولیه این کشور در دسترس نیست. کاخ سلطنتی «کوندنبورگ» هم در ۱۷۳۱ میلادی در بروکسل در آتش سوخت و هیچ‌گاه بازسازی نشد، اطلاعات دیگری درباره این کاخ تاریخی و نحوه آتش‌سوزی آن در دسترس نیست. کاخ سلطنتی «الکزار» در مادرید اسپانیا هم در شب کریسمس در ۱۷۳۴ در آتش سوخت و امروز جای آن کاخ سلطنتی جدید قرار گرفته است.

«وتل دیو پاريس» اولین و قدیمی‌ترین بیمارستان شهر پاریس و قدیمی‌ترین بیمارستان فعال دنیاست که در سال ۶۵۱ میلادی توسط سن لاندري تأسیس شد و در ۱۷۷۲ آتش گرفت و حالا با وجود همه حوادث مخربی که از سرگذرانده همچنان



در هاید پارک لندن در انگلستان بود که برای میزبانی نمایشگاه بزرگ (نمایشگاه دستاوردهای صنعتی همه ملل) در سال ۱۸۵۱ برپا شد. کریستال پالاس به عنوان نخستین و بزرگترین بنای ساخته شده از شیشه و فلز که از اولین آثار برجسته در دوران مدرن معماری شناخته می‌شود در سال ۱۹۳۶ در اثر آتش‌سوزی ویران شد. کار به همان آتش‌سوزی ختم نشد، بلکه بقایای این بنا نیز در سال ۱۹۴۱ به کلی نابود شد.

آتش‌سوزی بناهای معروف دنیا در تاریخ

تاریخچه آتش‌سوزی در بناهای تاریخی تنها به دوران معاصر و قرون اخیر منتهی نمی‌شود، با نگاهی به تاریخ آتش‌سوزی‌ها در دنیا می‌توان لیستی بلندبالا از این اتفاق در بناهای تاریخی در گذشته نیز به دست آورد. ۴۸۰ قبل از میلاد «آکروپولیس» که در شمال شرقی پارتون در آتن به عنوان پایتخت یونان و در مرتفع‌ترین نقطه دشت قرار داشت در آتش سوخت.

مردم یونان این مجموعه تاریخی را یک نماد ملی می‌دانند که براساس شواهد تاریخی این شهر باستانی در طول دومین حمله به یونان در آتش سوخت.

معبد «آرتمیس» در افسس که آن را یکی از عجایب هفتگانه جهان می‌نامند نیز ۵۵۰ قبل از میلاد در زمان امپراطوری یونان ساخته شد. معبد آرتمیس در شب ۲۱ ژوئیه سال ۳۵۶ پیش از میلاد، توسط مردی به نام هروستراتوس (Herosstratus) برای جاودانه کردن نام خود در تاریخ، در آتش سوخت.

جست‌وجوها نام «پرسپولیس» را به عنوان یکی از مکان‌های تاریخی که در ۳۳۰ قبل از میلاد توسط الکساندر به آتش کشیده شده ثبت کرده‌اند، اما هیچ سند تاریخی برای این اتفاق به دست نیامده است.

آتش‌سوزی بزرگ تورنتو در هفتم آوریل ۱۸۴۹ اتفاق افتاد، این آتش‌سوزی که با نام «آتش کلیسای جامع» نیز در ذهن مردم شناخته شده است، نخستین آتش بزرگ در تاریخ تورنتو، انتاریو و کانادا نامیده می‌شود.



سفر نباید کرد!

بیشتر می‌شود. مراکز اقامتی و تأسیسات گردشگری برای اینکه بتوانند هزینه بیشتری به دست بیاورند و یا نبود مسافر را در ایام قرنطینه خانگی جبران کنند؛ کمتر به رعایت فاصله‌گذاری اقدام می‌کنند. به عنوان مثال گفته شده بود که هتل‌ها می‌بایست برای هر ۲۴ تا ۴۸ ساعت اتاق خود را از زمانی اقامت مسافر بعدی خالی نگه دارند اما این اتفاق هم نمی‌افتد و اگر این اقدام در برخی از هتل‌ها انجام شود قاعدتاً به این دلیل است که آن هتل خالی از مسافر بوده است.

در هتل‌هایی که اتفاقاً پرستاره هستند و انتظار می‌رود که بهتر رعایت کنند؛ در برخی از شهرستان‌ها اهمیتی به وجود مواد ضدعفونی کننده در رستوران‌ها و یا در پذیرش نمی‌دهند.

این‌ها مواردی است که نشان می‌دهد وزارت میراث فرهنگی در نظارت و بازدید بازرسان همچنان منفعل عمل می‌کند و بازرسان سخت‌گیری‌های لازم را درباره این تأسیسات گردشگری ندارند.

در بسیاری از رستوران‌های بین راهی نیز دیده می‌شود قاشق و چنگال‌ها و یا لیوان‌ها بدون هیچ پوششی روزها روی میز چیده شده‌اند و در انتظار مهمان هستند. شاید لازم بود بازرسان سرزده به این مراکز مراجعه می‌کردند.

این روزها که شیوع ویروس کرونا بسیار زیاد شده، برخی از مراکز اقامتی و گردشگری و حتی موزه‌ها همچنان بسته هستند و برخی که مدتی باز بودند، حالا برای اینکه مشکلات بیشتری دامن آنها را نگیرد، ترجیح داده‌اند فعلاً بسته بمانند. بنابراین پیش از سفر باید از فعالیت آنها مطمئن شد.

ترمینال تفاوت دیگری با زمان‌های دیگر از سال و زمانی که هیچ ویروسی در کشور شایع نشده بود؛ ندارد. مایع دستشویی بیشتر اوقات تمام شده است و زمین همچنان خیس.

اغذیه‌فروشی ترمینال نیز نه مایع ضدعفونی کننده دارد و نه فروشندگان آن رعایت مسائل بهداشتی را کرده‌اند ولی عده‌ای در حال غذا خوردن هستند. اتوبوس‌ها در مسیرهایی که بیشترین تردد را دارند پر از مسافرنند. شاید تعدادی از صندلی آنها خالی باشد اما در طول مسیر و حتی بیرون از ترمینال مسافران عبوری زیادی را سوار می‌کنند پس اینکه گفته شده بود مسافران یکی در میان روی صندلی‌ها بنشینند عملاً رعایت نمی‌شود.

اعتراض مسافران به راننده موجب می‌شود که راننده درخواست هزینه اضافه‌تر بابت یک مسافر را طلب کند. بنابراین فاصله اجتماعی در اتوبوس‌های مملو از مسافری است که کنار هم می‌نشینند بدون اینکه در طول سفر کمتر موارد بهداشتی رعایت شود. بیشتر صندلی‌ها به‌خصوص صندلی اتوبوس‌های قدیمی، همانند گذشته همچنان آلوده هستند و احساس نمی‌شود که رویه آنها تعویض شده باشد. زمانی که به استان‌ها و یا شهرستان‌های دورتر از پایتخت سفر کنید تعداد افرادی که مسائل بهداشتی را کمتر رعایت نمی‌کنند

مسئولان وزارت میراث فرهنگی در گفتگوهای خود اعلام می‌کنند سفرها تعطیل نیست. موزه‌ها و مراکز اقامتی و سایت‌های گردشگری باز هستند و مردم با رعایت پروتکل‌های شخصی و استفاده از خودروهای شخصی و یا استفاده از حمل و نقل عمومی با رعایت فاصله همچنان می‌توانند سفر کنند.

اما مسئولان وزارت بهداشت همچنان اعلام می‌کنند یکی از مهمترین دلایل شیوع ویروس کرونا، سفرهای متعدد است.

جدا از این‌ها که توجه به آنها نشان می‌دهد سفر کردن در چنین شرایطی یکی از پرریسک‌ترین اقدامات است به‌خصوص اگر سفرها جنبه کاری و ضروری نداشته باشد مسئله دیگر در عدم رعایت افراد به مسائل بهداشتی و عدم رعایت پروتکل‌ها در تأسیسات گردشگری و یا خدمات حمل و نقل عمومی است. کافی است سری به ترمینال جنوب زده شود تا وضعیت مسافران و رعایت بهداشت بیشتر ملموس باشد. مشاهدات خبرنگار مهر حاکی از آن است که نه راننده‌ها و نه پرسنل ترمینال استفاده از ماسک را جدی نمی‌گیرند. فضای سرپسته ترمینال که همراه با بوی سیگار میزبان مسافران است مملو از افرادی است که نه ماسک به صورت دارند و نه دستکش به دست. سرویس‌های بهداشتی

فرهنگ و هنر

آب نمی‌بندیم/ ۴۲

سربال‌های شبکه خانگی فضای آثار ترکیه‌ای دارند/ ۴۳

ثبت نام «غلامحسین امیرخانی» در گنجینه زنده بشری/ ۴۴

شقایق دهقان: کم‌دی را از مهران مدیری آموختم/ ۴۶

اکران آنلاین «رستاخیز»/ ۴۷

سرفتهای علنی که برای کسی مهم نیست/ ۴۸

ضربه کرونا به «صنعت موسیقی»/ ۵۰

کارگاه

[۴۱]

ماهنامه داخلی شرکت عقاب‌افشان

شماره ۷۰ - مرداد ماه ۱۳۹۹

اسکاتیا

علم و فناوری

کرشگره

فرهنگ و هنر

سلامت

ورزش

News

w w w . o g h a b a s h a n c o m

نویسنده بچه مهندس:

آب نمی بندیم



و باید قصه‌ای باشد که مردم پا به پای ما جلو بیایند و از کار لذت ببرند. من در تمام آثارم چه کمدی و چه ملودرام سعی کردم کم‌فروشی نکنم و برای همین فیلمنامه‌هایم را بارها بازنویسی کرده‌ام. نویسنده سریال «پایتخت» در ادامه درباره تابوهایی مثل خواستگاری زن از مرد که در سریال «بچه مهندس» شکسته شد گفت: بعضی از موضوعات باور و حتی خط قرمز من است و قرار نیست تابوی آنها شکسته شود. من چیزی را در قصه می‌آورم که قرار است به فرهنگ افزوده کند.

سعی می‌کنیم برخی از دغدغه‌های اجتماعی که عرف است یا شرع به آن ایراد نگرفته است اما به دلایلی تابو شده است در قصه مطرح کنیم خواستگاری دختر از پسر هم از همین موارد بود و در ادامه سریال هم با همین نگاه قرار نیست خط قرمزها را بشکنیم. در فصل چهارم هم موضوعاتی مطرح می‌شود که جوان محور و نخبگی محور باشد همانطور که در فصل سوم همه موضوعاتی بود که مورد نظر جوانان بود.



زیاد بود.

وارسته اضافه کرد: مردم به ملودرام هم نیاز دارند اما کیفیت قصه مهم است. ممکن است کمدی بنویسید اما کمدی خوبی از آب درنیاید و مراتب از یک ملودرام بدتر باشد.

این نویسنده درباره قصه «بچه مهندس ۴» اظهار کرد: ما نمی‌خواهیم به قصه آب ببندیم

نویسنده «بچه مهندس ۴» اظهار کرد: ما نمی‌خواهیم به قصه آب ببندیم و باید قصه‌ای باشد که مردم پا به پای ما جلو بیایند و از کار لذت ببرند.

حسن وارسته درباره فیلمنامه «بچه مهندس ۴» و اینکه در چه مرحله‌ای قرار دارد به خبرنگار جام جم آنلاین بیان کرد: در حال ایده‌پردازی و طراحی قصه هستیم تا بتوانیم نگارش فیلمنامه را هم شروع کنیم. با این حال ابتدا باید اسکلت داستان را دربیابیم.

وی درباره اینکه مردم اکنون بیشتر به کمدی نیاز دارند یا ملودرام عنوان کرد: مردم قصه را دوست دارند قصه‌ای که محکم و مرغوب باشد.

اگر این نوع قصه کمدی باشد به دلیل مفرح بودنش مردم استقبال می‌کنند اگر ملودرام و تراژدی هم باشد و لو جانسوز باشد مردم باز هم با آن همذات پنداری می‌کنند. به هر حال مردم به حس عاطفی و مباحث عاشقانه هم نیاز دارند و یکی از موفقیت‌های «بچه مهندس» این بود که مباحث عاشقانه سریال

سریال‌های شبکه خانگی فضای آثار ترکیه‌ای دارند



خانواده بیکار شده بود و به همین دلیل خلاف می‌کند اینها دغدغه‌های روز ماست فکر می‌کنم اینکه مردم نان ندارند بخورند برایشان اولویت زیادی دارد و دوست دارند اینها را در سریال‌ها ببینند. یا در بخش دیگر سریال ما به تولید ملی پرداختیم و اینکه خانواده چقدر می‌توند با پشت هم بودن ضعف‌ها را پوشش دهد.

وی اضافه کرد: با اینکه موضوعات خیانت و عشق و عاشقی در سینما و شبکه خانگی زیادی در بورس است اما فکر می‌کنم باید در تلویزیون روی موضوعات خانوادگی بیشتر کار کنیم. «پدرسالار» یکی از سریال‌های جذاب تلویزیون بود که آن هم اساس‌اش روی خانواده استوار شده بود.

خدارحمی در پایان درباره کم‌کاری‌اش در این سال‌ها بیان کرد: در این چند سال کم‌کار شده بودم چون نقش‌هایی که پیشنهاد می‌شد درشان رزومه من نبود. نقش‌ها در سریال‌هایی بود که شامل سکس‌هایی می‌شد که بود و نبودشان فرقی نمی‌کند و برای همین تصمیم گرفتم صبوری کنم.



شده است خیلی با سریال‌های نمایش خانگی ارتباط برقرار نمی‌کنم. هرچند این سریال‌ها از لحاظ پوشش، دکور و زیبایی‌های بصری خیلی زرق و برق دارد ولی من به عنوان مخاطب علاقه‌ای به آنها ندارم.

خدارحمی درباره «دخترم نرگس» نیز گفت: فکر می‌کنم موضوعات خانوادگی مهمتر از عشق و عاشقی است و این سریال هم به این موضوعات پرداخته بود. به طور مثال پسر

آنچه که چند وقتی است در سریال‌ها نمی‌بینیم محور خانواده است و برعکس سریال «دخترم نرگس» فضایی خانودگی داشت.

مریم خدارحمی بازیگر سریال «دخترم نرگس» درباره این سریال و جذابیت آن برای مخاطب بیان کرد: به نظرم آنچه که چند وقتی است در سریال‌ها نمی‌بینیم محور خانواده است و برعکس این سریال فضایی خانوادگی داشت.

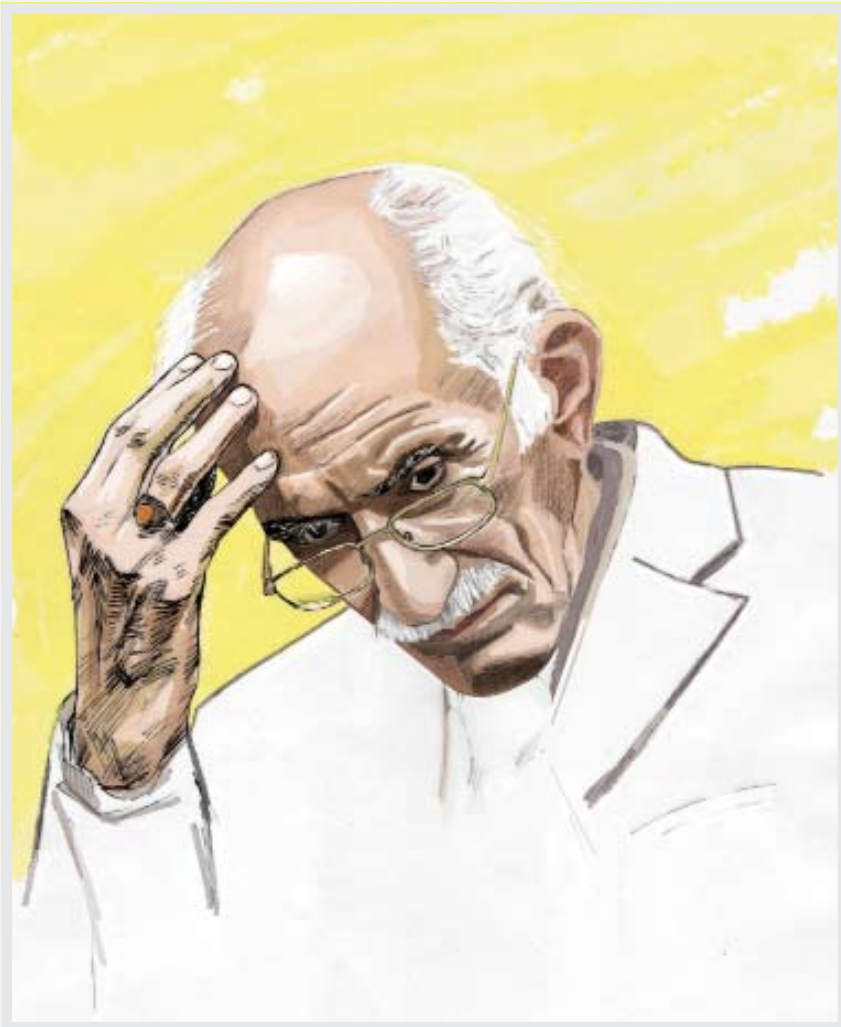
وی اضافه کرد: جدیداً سریال‌سازان سعی می‌کنند از تم و فضای سریال‌های ترکی استفاده کنند و نویسنده و کارگردان در سریال‌های شبکه خانگی بیشتر سراغ موضوعات سریال‌های ترکی می‌روند.

خدارحمی عنوان کرد: با این حال سریال ما از این فضاها دور بود و بیشتر به سمت خانواده آمد. تلویزیون و سینما در این سال‌ها از سریال‌های خانوادگی دور شده است و بیشتر سراغ رابطه‌های عاشقانه رفته است.

وی ادامه داد: خود من به دلیل فضای عاشقانه‌ای که از سریال‌های ترکیه‌ای گرفته

اعتراض ایران به پیشنهاد ترکیه برای ثبت «خوشنویسی اسلامی»

ثبت نام «غلامحسین امیرخانی» در گنجینه زنده بشری



معاون میراث فرهنگی، اعتراض رسمی ایران را نسبت به پیشنهاد ترکیه برای ثبت پرونده «خوشنویسی اسلامی» در اجلاس سال ۲۰۲۱ به یونسکو ارائه داد. محمدحسن طالبیان، گفت: همان‌طور که پیش‌تر اعلام شده بود، برای سال ۲۰۲۰ پرونده‌ای با عنوان خوشنویسی از سوی ترکیه مطرح نبود، اما بنا بر اطلاع واصله اخیر، ترکیه پرونده‌ای را با عنوان خوشنویسی اسلامی برای سال ۲۰۲۱ به یونسکو ارائه داده که این امر مورد اعتراض ایران قرار گرفته است.

او افزود: همان‌طور که قبلاً نیز اعلام شد، هر کشوری می‌تواند میراث فرهنگی ناملموس خوشنویسی کشور خود را ثبت کند، اما صفت اسلامی در واقع به گستره‌ای بیش از کشور ترکیه اشاره دارد و این خلاف کنوانسیون ۲۰۰۳ حراست از میراث فرهنگی ناملموس است.

کشورهای عربی نیز برای سال ۲۰۲۱، پرونده‌ای را با عنوان خوشنویسی عربی برای یونسکو ارسال کرده‌اند. چراکه طبق مفاد کنوانسیون مذکور، ثبت یک عنصر فرهنگی انحصار و مالکیت ایجاد نمی‌کند، اما اعتراض ما به پرونده خوشنویسی اسلامی ایرادی فنی است، به این معنا که صفت اسلامی اشاره به گستره‌ای بیش از محدوده ترکیه دارد و ترکیه نمی‌تواند از این عنوان برای پرونده خوشنویسی این کشور بهره ببرد.

ثبت نام «غلامحسین امیرخانی» در گنجینه زنده بشری

همچنین وزیر میراث فرهنگی، گردشگری و

طالبیان بیان داشت: عنوان پرونده پیشنهادی ترکیه برای خوشنویسی، دارای صفت اسلامی است که این امر مورد اعتراض رسمی ایران قرار گرفته است. چراکه صفت اسلامی نمی‌تواند محدود به ترکیه باشد، فارغ از آن که منشأ خوشنویسی اسلامی را باید در ایران جست.

او تاکید و یادآوری کرد: ایران نیز برای سال ۲۰۲۱، پرونده خوشنویسی خود را در چهارچوب فهرست اقدامات خوب پاسداری برای یونسکو ارسال کرده است. معاون میراث فرهنگی کشور گفت: ثبت خوشنویسی از سوی کشورهای مختلف قبلاً نیز صورت گرفته است؛ مثلاً چین خوشنویسی چینی را در سال ۲۰۰۹ ثبت کرده و

وی می‌توان به مدیریت و ریاست شورای عالی انجمن خوشنویسان ایران، مدیریت فرهنگسرای ارسباران (هنر) و ریاست شورای عالی خانه هنرمندان ایران اشاره کرد.

امیرخانی در انجمن خوشنویسان ایران به کار تعلیم خط به خوشنویسان و استادان مشغول است و بسیاری از خوشنویسان صاحب‌نام معاصر از جمله مهدی فلاح، علی شیرازی، امیراحمد فلسفی، علی اشرف صندوق آبادی، جواد بختیاری و... شاگرد غلامحسین امیرخانی هستند و بیشتر خوشنویسان معاصر به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم از خط او مشق کرده‌اند.

غلامحسین امیرخانی ده‌ها نمایشگاه فردی و گروهی در داخل و خارج از کشور از جمله نمایشگاه‌هایی در انگلستان، فرانسه، پاکستان و سوریه بر پا کرده است

استاد امیرخانی در سال ۱۳۸۱ به عنوان چهره برگزیده همایش چهره‌های ماندگار انتخاب شد، در سال ۱۳۷۸ نشان درجه یک فرهنگ و هنر، سال ۱۳۸۸ برای دومین بار، نشان درجه یک فرهنگ و هنر و سال ۱۳۹۵ مدال ادب و هنر فرانسه (نشان شوالیه) را دریافت کرد.

از آثار و تالیفات او می‌توان به رسم‌الخط امیرخانی، آداب‌الخط امیرخانی و کتابت، گلستان سعدی، رباعیات خیام، دیوان خواجوی کرمانی، صحیفه هستی، فرازهایی از شاهنامه، دوازده بند محتشم کاشانی، دیوان حافظ، ترجیع‌بند هاتف اصفهانی و پیام مهربانی به مناسبت نوروز باستانی در ۱۲ تابلو، اشاره کرد.



صنایع‌دستی در نامه‌ای به استانداران تهران و قزوین مراتب ثبت نام استاد غلامحسین امیرخانی به عنوان گنجینه زنده بشری را ابلاغ کرد.

در نامه دکتر علی اصغر مونسان وزیر میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی خطاب به انوشیروان محسنی بندپی استاندار تهران و هدایت‌الله جمالی‌پور استاندار قزوین آمده است: در راستای اجرای ماده ۱ از قانون تشکیل سازمان میراث فرهنگی و گردشگری مصوب سال ۱۳۸۲ و مواد ۱۱ و ۱۲ از قانون الحاق جمهوری اسلامی ایران به کنوانسیون بین‌المللی حفظ میراث فرهنگی ناملموس مصوب سال ۱۳۸۴ و مواد ۲ و ۳ آیین‌نامه اجرایی قانون مذکور مصوب ۶/۱۱/۱۳۸۷ هیئت‌وزیران و با رعایت مقررات آیین‌نامه اجرایی مذکور، میراث فرهنگی ناملموس با عنوان «استاد غلامحسین امیرخانی؛ گنجینه زنده بشری در خط نستعلیق» به شماره ۴۵ در تاریخ ۱۱/۱۳۹۸/۲۹ در فهرست ملی «ساده‌کاران میراث فرهنگی ناملموس» به ثبت رسیده است. هرگونه اقدام که موجب حفظ و احیای این میراث شود، مورد تأکید است.

استاد غلامحسین امیرخانی متولد سال ۱۳۱۸ در طالقان از هنرمندان نام‌دار خوشنویسی معاصر ایران است. او در نگارش خط نستعلیق ریز و درشت، دستی قوی و مهارتی مثال‌زدنی و فوق‌العاده دارد در حدی که بسیاری او را برترین نستعلیق‌نویس حال حاضر ایران می‌دانند.

او در خط نستعلیق شاگرد استادانی چون سیدحسین میرخانی و سیدحسن میرخانی بود و افزون بر آن از خط استادان قدیمی مانند میرعمادالحسنی، میرزای کلهر، عمادالکتاب، علی اکبر کاوه و... مشق کرده است.

امیرخانی در نستعلیق‌نویسی به شیوه‌ای ویژه رسید که مورد اقبال بسیاری از استادان خوشنویسی کشور قرار گرفته است.

امیرخانی از سال ۱۳۴۰ در اداره کل هنرهای زیبا در وزارت فرهنگ و هنر سابق به سمت خطاط استخدام شد. از مشاغل دیگر



شقایق دهقان:

کمدی را از مهران مدیری آموختم

این بازیگر درباره نقش ماندگارش در سریال «ساختمان پزشکان» گفت: از اول قرار نبود من در این نقش بازی کنم و دوست دیگری سر کار رفته بود که پس از مدتی پشیمان شده بود و دیگر نقش را ادامه نداد.

پسر من در آن زمان ۲ ساله بود و من نمی‌خواستم وقت زیادی سر کار باشم برای همین شرط گذاشتم که می‌آیم اما نباید خیلی نقش طولانی داشته باشم. دقیقاً هم همین طور شد و فقط در هر قسمت ۵ یا ۶ دقیقه حضور داشتم. دهقان درباره بازیگری پژمان جمشیدی و نظر عباس غزالی در این باره، تصریح کرد: همیشه تصور بر این است که ورزشکاران بیشتر به توانایی جسمی خود اهمیت می‌دهند و از قوای ذهنی خود استفاده نمی‌کنند در حالی که ورزشکاران تمرکز بیشتری را تمرین می‌کنند. پژمان جمشیدی آنقدر سر سریال «پژمان» خوب و حساب شده بازی می‌کرد که همه را شگفت زده کرد.

می‌کنند دانسته‌هایشان را مدیون مهران مدیری هستند.

بازیگر «ساختمان پزشکان» درباره کم‌کاری در سینما اظهار کرد: سال ۷۹ با فیلم رضا میرکریمی «زیر نور ماه» در سینما بودم و نقش سختی هم داشتم اما بعد از آن، آنقدر سریال‌های نود شصتی و طولانی کار می‌کردم که نه تنها وقتی برای سینما برابرم نمی‌ماند، بلکه تهیه‌کنندگان سینما هم معمولاً چهره‌هایی را که زیادی در تلویزیون حضور دارند و دیده می‌شوند، نمی‌خواهند.



شقایق دهقان گفت که کمدی را از مهران مدیری آموخته است.

وی درباره آخرین حضورش در تلویزیون با سریال «نون.خ» گفت: ما تا قبل از عید فیلمبرداری داشتیم اما به دلیل کرونا تقریباً نصف سریال ساخته نشد و نیمه تمام ماند. کارهای سعید آقاخانی اینقدر رئال است و زبان ویژه‌ای دارد که اگر جنس بازی شبیه به کار نداشته باشید اصلاً به کار نمی‌آید. این بازیگر درباره بهترین نقشی که تا به حال بازی کرده اظهار کرد: می‌دانم که نقش خانم شیرزاد در سریال «ساختمان پزشکان» در این سال‌ها از همه بیشتر مورد توجه قرار گرفت اما اگر بخواهم خودم انتخاب کنم، نقشی را که در سریال «دزد و پلیس» داشتم بسیار دوست دارم.

دهقان درباره کارگردان مورد علاقه‌اش که با او کار کرده است، افزود: همه کارگردان‌ها خوب بودند اما اگر بخواهم بگویم کمدی با این سبک تلویزیونی را که من کار می‌کنم از که آموختم باید نام مهران مدیری را بیاورم. بیشتر افرادی که کار کمدی در تلویزیون

اکران آنلاین «رستاخیز»



بیش از پنج سال از توقیف فیلم «رستاخیز» می‌گذرد و با توجه به مشکلاتی که بر سر اکران عمومی آن وجود داشته و مجوزی هم که برای نمایش دارد، در آستانه ماه محرم اکران آنلاینش مطرح شده، اما آیا این فیلم می‌تواند در ایران اکران اینترنتی داشته باشد؟ تابستان سال ۹۴ بود که فیلم «رستاخیز» با مجوزی که داشت به اکران عمومی درآمد، اما عمر این اکران یک روز بیشتر نبود و خیلی سریع بخاطر نظرهایی که خارج از سازمان سینمایی وجود داشت از پرده پایین کشیده شد. کشمکش بر سر اکران این فیلم در تمام پنج سال گذشته وجود داشت و سال قبل بعد از قاچاق نسخه عربی فیلم و پخش آن در اینترنت وضعیت بلاتکلیف فیلم برای نمایش بفرنج‌تر و درخواست‌هایی برای عرضه «رستاخیز» در شبکه نمایش خانگی مطرح شد. اما حالا که بخاطر شیوع ویروس کرونا، اکران آنلاین در دنیا و نیز ایران رونق گرفته و به روزهای ماه محرم و صفر هم نزدیک می‌شویم، موضوع اکران «رستاخیز» به عنوان یکی از برجسته‌ترین فیلم‌های ساخته شده درباره عاشورا بر سر زبان‌ها افتاده است.

۱۹ مردادماه، در نشست خبری رییس سازمان سینمایی این سؤال مطرح شد که آیا با توجه به سهم بیشتر فارابی به عنوان یکی از زیرمجموعه‌های سازمان سینمایی این فیلم در محرم اکران آنلاین می‌شود؟ که انتظامی پاسخ داد: مجوز نمایش فیلم سال گذشته صادر شده و این اتفاق از نظر سازمان سینمایی مانعی ندارد و به نظر مالکان فیلم بستگی دارد. اگرچه خبر مجوز داشتن «رستاخیز» جدید نبود، اما این سؤال را می‌توان طرح کرد که آیا سازندگان فیلم که در سال‌های گذشته تلاش زیادی برای رفع مشکل نمایش فیلم انجام دادند و راضی به تغییر در آن نشدند و جلو پخش اینترنتی نسخه عربی فیلم را هم گرفتند و تماشای آن را حرام دانستند، حاضرند فیلم خود را در VODهای ایران که بلافاصله فیلم از آن‌ها کپی می‌شود و فقط هم تماشاگر داخل ایران می‌تواند آن را ببیند، به صورت آنلاین اکران کنند؟

آنلاین فیلم «رستاخیز» در ایران نشدنی است و اگر هم روزی اتفاق بیفتد ابتدا باید در پلتفرم‌های دیگر که مخاطبان گسترده‌تری از همه کشورها دارد انجام شود.

«رستاخیز» که از مقطع تاریخی مرگ معاویه تا شهادت امام حسین (ع) در روز عاشورا را روایت می‌کند، در سسی و دومین جشنواره فیلم فجر موفق به دریافت ۹ سیمرغ بلورین و جایزه مصطفی عقاد شد. همچنین «رستاخیز» در اولین حضور جهانی خود در جشنواره فیلم بغداد جایزه بزرگ و تندیس تماشاگران را گرفت. اکران این فیلم پس از یک روز نمایش در سال ۹۴، در پی اعتراض‌های غیر رسمی بخاطر به تصویر درآمدن چهره‌ای از حضرت ابوالفضل (ع) به دستور وزیر ارشاد وقت متوقف شد.

پیش‌تر احمدرضا درویش - کارگردان «رستاخیز» - به ایسنا گفته بود، «جهان اسلام، جهان شیعه و دنیای غرب مخاطبان این فیلم هستند» و همین یک جمله بر این تأکید دارد که فیلم باید در شرایطی اکران - حتی به صورت اینترنتی - شود که مخاطب مدنظر سازندگان هم امکان دسترسی به آن را داشته باشند. علاوه بر این‌ها تقی علیقلی‌زاده - تهیه‌کننده فیلم - هم در گفت‌وگویی با ایسنا از اقدام برای دوبله «رستاخیز» به زبان‌های عربی، فرانسه، آذری، ترکی، انگلیسی و اسپانیایی خبر داده بود و حضور بازیگران خارجی نیز موید همین است که اگر قرار باشد فیلم به صورت آنلاین اکران شود قطعاً از طریق پلتفرم‌های ایران قابل اجرا خواهد بود. بر این اساس به نظر می‌رسد طرح اکران

نسرین فقیه‌ملک مرزبان مطرح کرد

سرقت‌های علنی که برای کسی مهم نیست!

این پژوهشگر با اشاره به سرقت ادبی در فضای آکادمیک می‌گوید: بارها و بارها می‌بینیم که افراد مقاله‌ها و پایان‌نامه‌ها را کاملاً علنی دوباره به نام خودشان چاپ می‌کنند. یک نفر باید متولی این امور باشد؛ به نظر می‌آید این اصلاً برای کسی مهم نیست.



بحث‌هایی که در حوزه‌های دنبال کردن شعرها در سایت‌ها مشاهده می‌شود، باعث شده کمتر کسی شعر دیگری را به نام خود بزند، گرچه باز هم اینطور هست ولی خیلی کمتر است.

فقیه‌ملک مرزبان ادامه داد: در نتیجه در این ماجرا عملاً ما متوجه می‌شویم که برداشت‌های آزاد، برداشت‌های تک‌بیتی و استفاده از تخیل و ماجراهایی که در حوزه تولید خلاقیت ذهنی صور خیال هست، اتفاق می‌افتد، ولی این که عین شعر دیگری را به نام خود بزنند، به نظر من چون در فضای مجازی قدرت جست‌وجو وجود دارد، نسبت به قبل که من داور بسیاری از مسابقات شعر بودم و خیلی علنی می‌دیدیم که افراد این کار را می‌کنند حالا این قدرت کمتر شده چرا که قدرت جست‌وجو بالا است و این کار خیلی سریع لو می‌رود. ما که خیلی سریع‌تر جست‌وجو می‌کنیم، به سرعت متوجه می‌شویم این دروغین است و شاعر یا داستان‌نویس اصلی چه کسی بوده و در نتیجه این قضیه نسبت به قبل کم‌رنگ شده است.

این دانشیار گروه زبان و ادبیات فارسی دانشگاه الزهرا همچنین درباره چگونگی جلوگیری از سرقت ادبی از گذشته تا کنون بیان کرد: در گذشته بحث سرقت ادبی را در کتاب‌های زیادی داشتیم؛ مثلاً من یادم است وقتی از دکتر زرین کوب می‌پرسیدیم که چرا این قدر کلمه‌ای را مشکل نوشته و از

نسرین فقیه‌ملک مرزبان - پژوهشگر و مدرس دانشگاه - در گفت‌وگو با ایسنا، درباره سرقت ادبی به‌ویژه در فضای آکادمیک و وضعیت رسیدگی به آن اظهار کرد: در مورد ادبیات و سرقت ادبی باید به دو جامعه ادبی در روزگارمان دقت کنیم؛ یکی جامعه آکادمیک شامل دانشگاه و رشته ادبیات فارسی است و کسانی که مرادفات آکادمیک دارند، در فضایی به سر می‌برند که در حوزه پژوهش ادبی بیشتر از حوزه تولید و خلاقیت گام برمی‌دارد. در این فضا اصلاً به صورت کاملاً زشت و شرم‌آوری مقوله کپی کردن و متقلبانانه پژوهش کردن خیلی علنی در مورد پژوهش‌ها، کتاب‌ها و پایان‌نامه‌ها اتفاق می‌افتد. آموزش عالی هم حتماً می‌داند اما به هر حال کسی ترفندی برای این قضیه ندارد و اصلاً کپی‌رایت و حق مالکیت فکری‌ای مطرح نیست و این کار خیلی علنی است.

او سپس با اشاره به سرقت ادبی در جامعه شاعران، نویسندگان و مترجمان گفت: در حوزه کار خلاقیت و تولید بعضاً موارد مشترکی وجود دارد؛ یعنی افراد هم آکادمیک هستند و هم شاعر یا نویسنده. در این فضا ماجرا کمی پیچیده‌تر است؛ یعنی به دلیل مقوله‌های مجازی گاهی وقت‌ها شعر دیگری را به نام خود زدن سخت‌تر شده و نمی‌توان داستان کس دیگری را به نام خود زد چون مقوله سرچ، کلیدواژه و

فقیه‌ملک‌مرزبان همچنین در توضیح دیگر علت‌هایی که باعث ترویج سرقت ادبی می‌شود گفت: از طرفی تشویق‌ها هم کم است، شاید شرایط اقتصادی، توجه‌ها یا شیوه سیستم و سازماندهی کارهای فرهنگی باعث شده تشویق‌ها برای کسانی که در عرصه‌های ادبی درخشان می‌شوند، بسیار اندک باشد به نسبت هجوم ارزش‌هایی که مخصوصاً در میان جوان‌ها و هنرمندان وجود دارد. به همین دلیل وقتی میزانی از تشویق افراد برجسته و بازاریابی افراد سارق نداریم، طبیعی است که یله و رها است و همه چیز در اختیار کسانی است که می‌خواهند در این بازار استفاده‌های متعدد ببرند.

اما در عرصه‌های محافل ادبی کسانی که سارق هستند، مذموم‌اند و قاعدتاً وقتی در جمعی از آن‌ها یاد می‌شود متأسفانه به بدی یاد می‌شود و لو می‌روند. اما یک نظام بالاسری وجود ندارد، قطعاً نظام فرهنگی‌ای که در همه جای دنیا هم هست باید شکل جدی‌تری بگیرد، خصوصاً در عرصه‌های آکادمیک.

بارها و بارها می‌بینیم که افراد مقاله‌ها و پایان‌نامه‌ها را کاملاً علنی دوباره به نام خودشان چاپ می‌کنند. یک نفر باید متولی این امور باشد؛ اما به نظر می‌آید این اصلاً برای کسی مهم نیست. این یک مقدار از ارزش رشته‌های آکادمیک ما هم کم کرده است.

نثر راحتی استفاده نکرده‌اید، ایشان خیلی راحت می‌گفتند که «لااقل کسانی که اهل کوشش هستند به این دست پیدا کنند و این همه رونویسی کتاب‌های من را به نام خودشان نکنند». یعنی حتی از قبل هم این اتفاق خیلی راحت می‌افتاده است.

او افزود: واقعیت این است که جاه‌طلبی، شهرت و کسب اعتبار باعث می‌شود افرادی حتی در حوزه‌های فرهنگی که قاعدتاً باید خلاف این روند را طی کند دست به چنین کارهایی می‌زنند. ما می‌توانیم در خیلی از موارد با مناسب کردن این بستر که شکلی بازدارنده و تشویقی داشته باشد از آن جلوگیری کنیم. کسانی که خیلی دست به این کارها می‌زنند در هیچ جایی از کشور ما تنبیه نمی‌شوند، یعنی هیچ قانونی وجود ندارد که بازدارنده باشد، هر کس هر چه دلش می‌خواهد می‌گوید و هر جور دلش می‌خواهد می‌نویسد و چاپ می‌کند و عملاً می‌بینیم که کسی بازدارنده از این که مالکیت فکری کسی را برداشته‌اند و به نام خودشان کرده‌اند، نیست.



در گذشته بحث سرقت ادبی را در کتاب‌های زیادی داشتیم؛ مثلاً من بادم است وقتی از دکتر زرین‌کوب می‌پرسیدیم که چرا این قدر کلمه‌ای را مشکل نوشته و از نثر راحتی استفاده نکرده‌اید، ایشان خیلی راحت می‌گفتند که «لااقل کسانی که اهل کوشش هستند به این دست پیدا کنند و این همه رونویسی کتاب‌های من را به نام خودشان نکنند»





محمد معتمدی مطرح کرد:

ضربه کرونا به «صنعت موسیقی»

محمد معتمدی با بیان اینکه جنس موسیقی از جنس باد هواست درباره این اظهار نظرش توضیح می‌دهد: سال‌هاست که تمرکز صنعت موسیقی بر برگزاری کنسرت‌هاست. در نتیجه با شیوع بیماری کرونا، ضربه بزرگی به موسیقی ایران و جهان وارد شد. به گزارش ایسنا، محمد معتمدی، خواننده موسیقی ایرانی با آرزوی روزهای خوش و به دور از بیماری برای مردم ایران اظهار کرد: امیدوارم به یمن مبارکی این اعیاد و روزها حال و احوال همه مردم ایران خوب باشد و بیماری کرونا و شرایطی که ایجاد کرده از جامعه ایران رخت بریندد.

خواننده قطعه «حالا که می‌روی» با بیان اینکه «جنس موسیقی از جنس باد هواست»، درباره تأثیر کرونا بر موسیقی ایران نظر داد: سال‌هاست که تمرکز صنعت موسیقی از حوزه انتشار و نشر قطعه و سی دی به سمت برگزاری کنسرت‌ها گرایش پیدا کرده است. در نتیجه با شیوع بیماری کرونا، ضربه بزرگی به موسیقی ایران و جهان وارد شد و هنوز هم بعد از چندین ماه کنسرت‌ها تعطیل است. با توجه

به گسترش فضای مجازی موسیقی دیگر امنیت ندارد و وقتی یک قطعه‌ای در فضای مجازی منتشر شود دیگر رفته است. معتمدی با بیان اینکه در این شرایط برگزاری کنسرت‌ها، جذابیت و حال و هوای دلپذیری ندارد، افزود: برگزاری کنسرت‌های موسیقی با شرایط سختگیرانه و سالن‌های تقریباً خالی، برای برگزارکنندگان صرفه اقتصادی ندارد؛ چرا که دستمزد خوانندگان و نوازندگان تنها یک بخش از ماجراست و اجاره سالن، تبلیغات و ... هزینه‌های سنگین و زیادی را بر دوش تهیه‌کنندگان می‌گذارد. خواننده آلبوم «سرمست» در ادامه با اشاره به نقش خواننده‌ها در شرایط سخت امروز یادآور شد: الان بهترین زمان برای تولید محتوا، قطعات جدید و برنامه‌ریزی برای آینده توسط خوانندگان کشورمان است. خواننده‌ها می‌توانند در این شرایط با تزریق امید به جامعه از طریق نشر و تولید آثار موسیقایی، حال و هوای جامعه را تغییر دهند. وی درباره تلفیق موسیقی پاپ با موسیقی سنتی و جذب نسل جدید به موسیقی اصیل

ایرانی گفت: در اوایل دهه شصت به دلیل فضای ملتهبی که در جامعه وجود داشت نوعی از موسیقی سنتی ایرانی به جامعه ارائه شد که موسیقی ردیف دستگاهی بود. هرچند که این نوع موسیقی توسط بهترین اساتید و هنرمندان موسیقی اجرا شد اما نوعی از موسیقی کلاسیک سنتی ایران بود متشکل از همه اجزای آن از پیش درآمد، تک نوازی بدون کلام تا تحریر و آواز خواننده بود.

این خواننده با حضور در برنامه «عید همدلی» با نام بردن از فعالیت برخی از استادان مشهور موسیقی در این دهه تصریح کرد: اتفاقی که افتاد این بود که مخاطبان عام نتوانستند با این نوع موسیقی جدی، ارتباط کاملی برقرار کنند و در نتیجه به قول معروف حوصله‌شان سر رفت. در یک برهه‌ای نیز با ورود موسیقی پاپ به ایران و جذابیت و زرق و برق آن بسیاری از مخاطبان موسیقی سنتی را به سمت خود کشاند. معتمدی با بیان اینکه این وضعیت ادامه داشت تا زمانی که نیازی در جامعه احساس شد، ادامه داد: اگر فرهنگ و موسیقی سنتی در جامعه کم رنگ شوند، باور و اعتقادات مردم هم کم می‌شود؛ چرا که همه آن چیزی که به عنوان فرهنگمان می‌شناسیم سوار بر اسب موسیقی به ما رسیده است. وی در پایان گفت: اذان، مناجات‌ها، اشعار شاعران جزئی از این فرهنگ هستند و ما نباید بگذاریم که این نغمه‌ها فراموش شوند. تنها باید رنگ و نمای جدیدی از این نغمه‌ها، دستگاه‌ها و گوشه‌های ایرانی به مخاطب ارائه دهیم و اصل موسیقی ایرانی را حفظ کنیم.

سلامت

نقش سلامت روان در ازدواج/ ۵۲
چگونه بر بحران میانسالی غلبه کنیم؟/ ۵۶
من ماسک می‌زنم به خاطر تو!/ ۶۰



برای داشتن ازدواجی موفقیت‌آمیز سلامت روان، شاخصی غیرقابل انکار است

نقش سلامت روان در ازدواج



نازنین شادابی
روانشناس و مشاور خانواده

یکی از ارکان اساسی سلامت روان، داشتن رابطه با دیگران است. روابط انسانی حائز اهمیت است چرا که هم ایجاد سلامت روان و هم تخریب روان فرد در گرو روابط افراد با یکدیگر است. جمله بسیار معروفی یکی از بزرگان علم روانشناسی بدین‌گونه است که «ما در رابطه به دنیا می‌آییم، در رابطه بزرگ می‌شویم، در رابطه بیمار می‌شویم و با رابطه درمان می‌یابیم». برای داشتن رابطه خوب و دلخواه «آگاهی» اصل اول است. آگاهی بدین معنا است که دریابیم «ما چه می‌خواهیم و نیاز ما چیست و خواسته خود را در چه نوع رابطه‌ای و با چه فردی می‌توانیم برآورده کنیم». یکی از انواع روابط انسانی ازدواج است که در روزگار نه‌چندان دور به شکل سنتی یا به اجبار صورت می‌گرفته است. حتی در زمان حال نیز بعضی از افراد از بد روزگار مجبور می‌شوند زیر یک سقف با هم زندگی کنند. تاکید اصلی روانشناسان بر لزوم آشنایی و آگاهی از ویژگی‌های یکدیگر قبل از ازدواج است ولی باز هم جای امیدواری است که ازدواج دو فرد حتی اگر آن‌گونه که خواسته آنها بوده صورت نگرفته است، بر اساس علم روانشناسی می‌تواند قابلیت رشد و تعالی داشته باشد مشروط بر این که هر دو نفر حاضر باشند برای بهبود روابط خود سرمایه‌گذاری کنند. به هر حال، از آنجا که پیشگیری بهتر از درمان است در انتخاب همسر بهتر است به نکاتی کلیدی آگاهی داشته باشید و چنانچه در فرایند آشنایی، در طرف مقابل خود هر کدام از آن موارد را مشاهده کردید، با متخصص این امر مشورت کنید.

سلامت روان

در جامعه امروزی ما، با توجه به انواع و اقسام فشارهای مادی و روانی، میزان ابتلای افراد به اختلالات روانشناختی بیشتر از سال‌های قبل شده است. به عنوان مثال، این روزها افسردگی و اضطراب از بزرگترین عوامل مرگ افراد جوان یا از کارافتادگی آنها اعلام شده است. برای داشتن ازدواجی موفقیت‌آمیز سلامت روان شاخصی غیرقابل انکار است. لذا شما باید بدانید فرد مورد نظرتان از سلامت روان برخوردار است یا خیر. حتی این نکته را باید درباره خودتان نیز با دقت بررسی کنید که آیا فردی سالم هستید یا خیر. اگر از نظر روانشناختی سلامت روان ندارید با ازدواج، به مراتب حال‌تان بدتر خواهد شد. همه ما نقاط قوت و ضعف داریم. همه ما گاهی غمگین و ناشاد هستیم و گاهی مشکلات فراوانی را تجربه می‌کنیم. اما گاهی ضعف‌های روانشناختی ما احتیاج به حضور درمانگری دارد تا بتواند دستان ما را بگیرد و کمک‌مان کند.

اختلالات خلقی

الف) اختلال دوقطبی: ازدواج با فردی که دچار اختلال دوقطبی است می‌تواند سخت و دشوار باشد و شما را در معرض جدایی قرار دهد. پس بهتر است به نشانه‌های این اختلال در فرد مقابل‌تان توجه کنید و آنها را نادیده نگیرید. این

افراد دچار تغییرات شدید هیجانی می‌شوند. یعنی امکان دارد یک روز بسیار پرانرژی، امیدوار، فعال، پرحرف و دارای اهداف بزرگ ولی روز دیگر بی‌تفاوت به زندگی و ناراحت و خسته باشند. البته می‌تواند این تغییرات در طی یک هفته یا چند ماه نیز صورت پذیرد. بنابراین اگر این علائم را دیدید بهتر است از متخصص برای تشخیص دوقطبی نظر بخواهید. باید بدانیم که تغییر خلق در همه افراد می‌تواند وجود داشته باشد و شما نمی‌توانید به راحتی به سایرین برچسب دوقطبی بزنید. شما تنها باید شک کنید و از متخصص تشخیص‌نهایی را بخواهید. این بیماری را جدی بگیرید چرا که این بیماری تا آخر عمر همراه فرد است و احتیاج به دارودرمانی و روان‌درمانی همیشگی دارد. در نهایت انتخاب اصلی با شماست ولی بهتر است که قبل از ورود به چنین ازدواجی با شرایط ویژه این افراد آشنا بشوید.

ب) اختلال وسواسی-جبری: در نگاه اول، زندگی با افراد وسواسی شاید زیبا به نظر برسد. همه چیز تمیز و راحت به چشم می‌آید، مثلاً ماشین این افراد از شدت تمیزی برق می‌زند و لباس‌های اتوکشیده و مرتبی بر تن دارند ولی واقعاً زندگی با فرد وسواسی دشوار است. وسواس انواع مختلفی دارد از جمله وسواس

و او بار پنجم تصادفاً متوجه شود شما جای دیگری بوده‌اید، دیگر نمی‌توانید فرد مورد نظر را پارانوئید بنامید.

ب) اختلال شخصیت خودشیفته: افراد خودشیفته در نگاه اول به شدت جذاب هستند و شاید به خود افتخار کنید که نامزد چنین فردی شده‌اید. اما باید بدانید با فردی در ارتباط هستید که شما را تحقیر خواهد کرد و هیچ حقی برای شما قائل نخواهد بود چون این‌گونه افراد اصولاً فکر می‌کنند افراد خاصی هستند و فقط برای نمونه تولید شده‌اند و مستحق همه موهبت‌های خاص‌اند و فقط آنها هستند که بهترین‌اند. اگر فکر می‌کنید این نگاه از بالا به پایین آنها به خاطر شغل خاص آنها و بیکاری شماست یا به علت تحصیلات عالی آنها و دانشجو بودن شما است، سخت در اشتباهید. آن‌ها دچار اختلال شخصیت خودشیفته هستند پس حواس‌تان باشد فرد مقابل تا چه حد استانداردهای بالا دارد؟ چقدر انتقاد می‌کند؟

روبه‌رو هستید که می‌تواند حتی برای شما خطرناک باشد و شما را تهدید به مرگ کند و شاید حتی این کار را انجام دهد. پس قبل از ورود به رابطه با این افراد جمع‌آوری اطلاعات و به قول معروف پیشگیری بهتر است. اگر فردی را ملاقات می‌کنید که به جزئیات ارتباطی شما خیلی اهمیت می‌دهد به‌عنوان مثال به نوع پوشش شما خیلی گیر می‌دهد، به روابط شما شک دارد و بدبین است، با چه کسی بودید و کجا بودید و چه کردید شما، برای او دغدغه اصلی است باید نگران باشید. در ابتدا این کنجکاوی‌ها را نشانه محبت و عشق می‌دانید و هر لحظه به اصطلاح لوکیشن خود را برای او می‌فرستید و نام این رابطه را عشق می‌دانید اما بهتر است بدانید که به جای خیال خوش، بهتر است ابتدا از متخصص نظر بخواهید. البته گاهی خود ما نطفه بی‌اعتمادی را در طرف مقابل می‌کاریم. مثلاً آگه چهار بار جواب تلفن فردی را ندهیم و بگوییم با فلانی بودم

شستشو و تمیزی و وسواس چک کردن و وسواس مذهبی و غیره. اگر نشانه‌هایی دال بر وجود وسواس مشاهده کردید بهتر است که با متخصص مشورت کنید تا بدانید واقعاً فرد مقابل دچار وسواس است یا به‌عنوان مثال فقط فردی مرتب و پاکیزه است.

پ) اضطراب: همان‌طور که گفتیم با توجه به شرایط معیشتی، اقتصادی و اجتماعی کنونی همه ما دچار طیف‌های مختلف اضطراب هستیم اما هدف اصلی، شناسایی فردی است که با اتفاقات روزمره دچار چنان اضطرابی می‌شود که عملاً او را زمین‌گیر می‌کند. این افراد عملکرد خود را از دست می‌دهند و به اصطلاح ذهن و بدن‌شان قفل می‌شود. باز هم بهتر است با روانشناس یا روانپزشک مشورت کنید.

اختلالات شخصیت

الف) اختلال شخصیت پارانوئید: با فردی



باشند ولی در ادامه کلافه کننده‌اند چرا که همیشه نگران از دست دادن شما هستند، در نتیجه سعی می‌کنند به شکلی در همه جا با شما باشند. اگر نشانه‌هایی دال بر وابستگی در نامزدتان دیدید حتماً با روانشناس مشورت کنید. این وابستگی می‌تواند به سمت پدر و مادرشان باشد و به اصطلاح بند ناف عاطفی آنها بریده نشده باشد که در این صورت نیز شما در ازدواج‌تان دچار مشکل خواهید شد.

سایر اختلالات

- مصرف الکل و مواد مخدر: در نظر بگیرید که اعتیاد به هر گونه مواد و مشروبات الکلی می‌تواند زندگی شما را تلخ کند. اگر می‌بینید با مصرف بعضی مواد حال فرد مورد نظرتان عالی است و در صورت نبود آن ماده، دچار مشکل می‌شود پای اعتیاد در میان است. شما می‌توانید تغییرات خلقی و رفتاری او را نشانه‌ای برای تأمل بدانید و حتماً به متخصص مراجعه کنید.

- پر خاشگری و خشم تکانه‌ای: پر خاشگری و افسردگی دو روی یک سکه هستند، بدین معنا که فرد می‌تواند افسرده باشد و به جای غم و بی‌تفاوتی رفتار پر خاشگرانه نشان دهد.

چقدر برای خودش حقوق خاص قائل است؟ اگر این نشانه‌ها را دیدید باز هم مراجعه به روانشناس باید اولویت اول شما باشد. (پ) اختلال شخصیت مرزی: این افراد به شما محبت زیادی می‌کنند و اغواگر هستند و شما را مجذوب خود می‌کنند ولی زیر همه حرکات آنها اضطراب نهفته است. در این افراد نیز با تغییر رفتار و احساس مواجه هستید. آن‌ها هر وقت که احساس کنند در معرض طرد شدن هستند، واکنش‌های افراطی نشان می‌دهند. پس متخصص می‌تواند شما را درباره چگونگی رفتار با این افراد راهنمایی کند.

(ت) اختلال شخصیت وابسته: این افراد به هر قیمتی که باشد مایلند به شما بچسبند و شما را وادار کنند که با آنها ازدواج کنید. آن‌ها حاضرند از حقوق خود بگذرند و در مقابل خواسته‌های شما لبخند بزنند و آنها را قبول کنند. در ابتدا فکر می‌کنید بهترین فرد ممکن را یافته‌اید چرا که آنها مطیع، قانع، حرف گوش کن هستند و سریع برای هر چیزی معذرت می‌خواهند. آن‌ها خود واقعی‌شان را نشان نمی‌دهند تا ترک نشوند. این گروه از افراد، شاید در ابتدا دلنشین

←
- مصرف الکل و مواد مخدر: در نظر بگیرید که اعتیاد به هر گونه مواد و مشروبات الکلی می‌تواند زندگی شما را تلخ کند. اگر می‌بینید با مصرف بعضی مواد حال فرد مورد نظرتان عالی است و در صورت نبود آن ماده، دچار مشکل می‌شود پای اعتیاد در میان است





فعالیت و سرگرمی برای او مطرح می‌کنید برای آنها مشکلی می‌تراشد و از همه چیز ایراد می‌گیرد باز هم باید سلامت روان او توسط متخصص بررسی شود.

نکات ذکر شده تنها بخشی از موارد تأمل برانگیز برای آشنایی با فردی است که قصد ازدواج یا هر نوع رابطه‌ای با او دارید و قطعاً جنبه‌های دیگری وجود دارند که تمام آنها نیز باید بررسی شوند. حتماً متوجه شده‌اید که برای دیدن این ویژگی‌ها و کشف آنها در نامزدتان، سپری کردن زمان کوتاه با او بی‌فایده است. لذا قبل از عقد باید مدت‌زمان کافی و لازم را با هم بگذرانید تا در موقعیت‌های مختلف بتوانید واکنش‌های او را ببینید و هرگاه با مواردی که بیان شد، روبه‌رو شدید لازم است ترمز کنید و حتماً نظر روانشناس و یا روانپزشک را جویا شوید. متخصص این امر، شما و نامزدتان را ارزیابی خواهد کرد ولی در نهایت تصمیم در مورد ازدواج کردن یا جدا شدن با خود شماست.

منبع

- برگرفته از وبینار دکتر علی صاحبی و دکتر مهدی اسکندری.

اگر متوجه شدید نامزدتان سر هر موضوعی که خلاف نظر اوست خشمگین می‌شود، فحش می‌دهد یا با مردم دعوا می‌کند و حتی به خودش ضربه می‌زند، جایی ایستاده‌اید که بهتر است قدم‌های‌تان را با احتیاط بیشتری بردارید. این افراد سر موضوعات معمولی گیر می‌دهند و بحث‌های تکراری مشابه هم ایجاد می‌کنند. اشتباهات شما را نمی‌بخشند و طولانی‌مدت قهر می‌کنند. اگر دیدید با فردی کینه‌ای مواجهه هستید که حتماً باید شما را به خاطر اشتباهاتان تنبیه کند حتماً مشکلی در سلامت روان مطرح است.

- گاهی شما با فردی مواجه هستید که درباره موضوعات مهم ازدواج مانند داشتن فرزند یا نخواستن آن، استقلال مالی، چگونگی مدیریت مالی، چگونگی ارتباط با والدین‌تان و موضوعاتی از این دست ورود پیدا نمی‌کند و هرگاه شما می‌خواهید نظر او را بدانید یا بی‌میل است یا از صحبت درباره این مسائل ناتوان است، فکر نکنید که او فردی بی‌خیال است، بلکه حتماً پای مشکلی در سلامت روان در میان است.

- گاهی شما با فردی مواجه می‌شوید که دوست ندارد با کسی آشنا شود. هر چه

افراد خودشیفته در نگاه اول به شدت جذاب هستند و شاید به خود افتخار کنید که نامزد چنین فردی شده‌اید. اما باید بدانید با فردی در ارتباط هستید که شما را تحقیر خواهد کرد و هیچ حقی برای شما قائل نخواهد بود چون این‌گونه افراد اصولاً فکر می‌کنند افراد خاصی هستند و فقط برای نمونه تولید شده‌اند

چگونه بر بحران میان‌سالی غلبه کنیم؟



افرادی که در جوانی و نوجوانی با علیق و آرزوهای خود زندگی کرده و به راه خود رفته‌اند، کمتر از سایرین به بحران میان‌سالی دچار می‌شوند و پذیرش میان‌سالی برایشان راحت‌تر است اما دسته دیگر که اکثریت را تشکیل می‌دهند، ناگهان درمی‌یابند که سنشان بالا رفته، زمان گذشته و آنها هنوز برای رویاها و آرزوهایشان کاری نکرده‌اند. آگاهی به این موضوع می‌تواند برای این گروه از مردان و زنان افسوس و پشیمانی زیادی به بار آورد و موجب بروز علائم و پیامدهای میان‌سالی در شکلی حاد شود.

همه کسانی که ۳۵ سالگی را پشت سر گذاشته‌اند با تغییراتی که در خلق‌وخو، رفتار و احساساتشان پدید آمده آشنا نیستند یا از دیدن علائمی در خود که سابقه نداشته تعجب کرده‌اند: بی‌قراری، ناامیدی، بی‌حوصلگی، تغییرات شغلی شتاب‌زده و حتی رها کردن خانواده و سر به کوه و بیابان گذاشتن. این تغییرات ورود به دوران میان‌سالی را به یکی از بزرگ‌ترین چالش‌های هر فرد در دوران میان‌سالی بدل می‌کند. در دوران میان‌سالی که ۳۵ تا ۵۵ سالگی را دربرمی‌گیرد، فرد ممکن است نسبت به زندگی پیشینه یا شریک زندگی خود احساس ملال کند و برای ایجاد تغییر در زندگی خود، میلی قوی را حس کند. سویی مثبت این دوران «آغاز فردیت» یا شروع فرایند تحقق نفس یا «خودشکوفایی» است که تا هنگام مرگ ادامه می‌یابد. در این مقاله ضمن تشریح علائم و پیامدهای میان‌سالی راهکارهای غلبه و گذر از بحران میان‌سالی ارائه شده است.

بحران میان‌سالی چیست؟

اولین بار الیوت ژاک (Elliot Jaques) در سال ۱۹۶۵ مفهوم بحران میان‌سالی را مطرح کرد و روان‌شناسان پیرو فروید (Freud) مانند کارل یونگ (Carl Jung) به‌صورتی گسترده از آن استفاده کردند. بحران میان‌سالی دوره‌ای طبیعی در زندگی افراد است که طی آن فرد از دوره جوانی به دوره میان‌سالی وارد می‌شود. اریک اریکسون، در نظریه معروف هشت مرحله‌ای خود، این مرحله را «بزرگ‌سالی میانه» نامید و این‌گونه توضیح داد: مرحله‌ای که مردم به‌طور طبیعی با سؤالاتی در مورد معنی و هدف زندگی خود دست‌وپنجه نرم می‌کنند. به اعتقاد اریکسون، با تنظیمات لازم در دوران میان‌سالی، افراد می‌توانند تا آخرین مرحله از زندگی، تحت عنوان «اواخر بزرگ‌سالی» به‌رضایتی طولانی مدت دست یابند.

در دوره میان‌سالی، افراد دستاوردها، اهداف و داشته‌های فعلی‌شان را با آن چه در جوانی یا نوجوانی آرزو داشتند مقایسه می‌کنند. بنا به مطالعات انجام‌شده، مردان و زنان بحران میان‌سالی را تجربه می‌کنند اما علائم و پیامدهای این بحران در آنها متفاوت است. مردان اغلب بر دستاوردهایشان تمرکز می‌کنند و تمایل دارند موفقیت‌هایشان را به اطرافیان ثابت کنند اما زنان تمایل دارند ظاهر فیزیکی و جذابیت‌های

ظاهری‌شان را حفظ کنند. در مردان میان‌سالی با عصبانیت، پرخاشگری، بی‌تفاوتی و ترک کار یا منزل همراه است و در زنان با ناامیدی، افسردگی، بی‌حوصلگی و افسوس و سرزنش دیگران. از آنجا که اغلب میان‌سالان در این دوره فرزندان خود را بزرگ کرده و به‌عنوان والدین وظایف چندانی ندارند، مایل‌اند کارهایی انجام بدهند که در گذشته به دلیل وجود فرزندان از انجام آن چشم‌پوشی کرده بودند.

نکته جالب توجه این که افرادی که در جوانی و نوجوانی با علیق و آرزوهای خود زندگی کرده و به راه خود رفته‌اند، کمتر از سایرین به بحران میان‌سالی دچار می‌شوند و پذیرش میان‌سالی برایشان راحت‌تر است اما دسته دیگر که اکثریت را تشکیل می‌دهند، ناگهان درمی‌یابند که سنشان بالا رفته، زمان گذشته و آنها هنوز برای رویاها و آرزوهایشان کاری نکرده‌اند. آگاهی به این موضوع می‌تواند برای این گروه از مردان و زنان افسوس و پشیمانی زیادی به بار آورد و موجب بروز علائم و پیامدهای میان‌سالی در شکلی حاد شود.

در هر حال، بحران میان‌سالی در این افراد به شکل‌های خفیف یا خطرناک بروز می‌کند و بر سلامتی، رفاه و وضعیت مالی افراد تأثیر می‌گذارد. اگر افراد علائم و نشانه‌های این دوران و بحران آن را بشناسند و به‌محض بروز این علائم، کاری انجام دهند، می‌توانند از آن به سلامت گذر کرده

روبه‌رو خواهند شد و تنها در چگونگی ابراز آن متفاوت خواهند بود.

پیامدهای بحران میان‌سالی

طبق مطالعه‌ای که نتایج آن در روزنامه نیویورک تایمز منتشر شد، پیامدهای ورود به یکی از اساسی‌ترین دهه‌های زندگی یعنی از ۳۵ تا ۵۵ سالگی می‌تواند از هر فرد به‌فرد دیگر بسیار متمایز باشد اما به‌طور کلی حداقل یکی از موارد زیر تجربه خواهند شد:

تغییرات ناگهانی در خلق‌وخو، رفتار و احساسات

بروز تغییرات ناگهانی در فرد از اولین نشانه‌های دوران میان‌سالی است. کسانی که دچار بحران میان‌سالی می‌شوند ممکن است اقدام به تغییر ناگهانی شغل، روابط عاطفی، محل و شهر سکونت یا سر و وضع خود کنند. این افراد میل شدیدی به ایجاد تغییر پیدا می‌کنند و در این زمینه تصمیم‌های شتاب‌زده‌ای می‌گیرند که ممکن است قابل برگشت نباشد.



روان‌پزشکی بیمارستان برین‌مار می‌گوید: علت اختلاف در نشانه‌های بحران میان‌سالی میان زنان و مردان به‌ویژه در زمینه اختلال افسردگی، به باورهای فرهنگی جای افتاده بین مردم بازمی‌گردد. بر اساس بخش بزرگی از این اعتقادات، مردان دارای خلق‌وخویی تهاجمی‌تر هستند و کمتر روی احساسات خود تمرکز می‌کنند اما نمی‌توان این تفکر نسبتاً غالب را به کل یک جامعه تعمیم داد.

عصبانیت علامت مشکلی زمینه‌ای است و لزوماً همیشه با افسردگی در ارتباط نخواهد بود. بدین ترتیب به احتمال زیاد زنان و مردان به یک نسبت با علائم بحران میان‌سالی

و این بحران را به فرصت خودشکوفایی تبدیل کنند

علائم بحران میان‌سالی در مردان و زنان

همان‌طور که ذکر شد، یکی از شایع‌ترین نشانه‌هایی که در دوران بحران ۴۰ سالگی دیده می‌شود آشفتگی روحی و افسردگی است. با استناد به مقاله‌ای که توسط مجله آمریکایی آنالیتیک به چاپ رسیده است، علائم افسردگی مرتبط با بحران میان‌سالی در مردان و زنان مقداری متفاوت خواهد بود. برای مثال اکثر بانوان حالاتی مشابه غم و اندوه، ناامیدی، فقدان احساس لذت و خستگی جسمی را تجربه می‌کنند. این در حالی است که آقایان علاوه بر این نشانه‌ها، با موارد زیر هم دست‌وپنجه نرم خواهند کرد:

- پرخاشگری
 - تحریک‌پذیری
 - افزایش ریسک‌پذیری
 - از دست دادن کنترل
 - عصبانیت ناگهانی
- دکتر Stephen Mechanick مدیر گروه





تغییر در عادات خواب

دوره میان‌سالی با تغییر در عادات خوابیدن در صورت ناتوانی در خوابیدن یا میل به زیاد خوابیدن همراه است. این تغییر در خواب مستقیماً روی زندگی روزانه فرد تأثیر گذاشته و پیامدهای منفی به همراه دارد.

تغییر در روابط و جایگزینی دوستان قدیم با رفقای جدید جوان

فردی که با بحران میان‌سالی درگیر است از طی شدن جوانی خود و نزدیکی به مرگ بیمناک شده و ناخودآگاه برای مقابله با این مسأله با رفقای قدیم خود که یادآور سن واقعی و گذشته به گمان او از دست‌رفته هستند قطع رابطه کرده و در جستجوی یافتن دوستان جوان برمی‌آید تا در رابطه با جوانان میان‌سالی خود را فراموش کند.

توجه زیاد به ظاهر

افراد درگیر با بحران میان‌سالی برای به تعویق انداختن درک خود از میان‌سالی بیش از گذشته به سر و وضع و ظاهر خود حساس شده به اقداماتی از جمله رنگ کردن موها، تراشیدن ریش و سبیل، پوشیدن لباس جوانانه و به‌کارگیری انواع کرم‌ها برای رفع چین‌وچروک از پوست صورت و بدن دست

می‌زنند.

احساس ناامیدی و بی‌تفاوتی

ممکن است یک فرد با فرارسیدن دوران میانی زندگی به‌مرور و ارزیابی دستاوردها و شکست‌های خود چه در روابط عاشقانه و چه از نظر مالی، اخلاقی و دانشگاهی بپردازد. با آن که ممکن است در سنین دیگر دیدگاه سالم‌تری به این دسته مسائل وجود داشته باشد، اما بحران میان‌سالی سبب می‌شود که مردم به‌ویژه مردان با حساسیت بیشتری به موارد مذکور نگاه کنند و دچار احساسات منفی مانند عدم موفقیت، اندوه، فقدان و ناامیدی شوند.

ترس از مرگ

یکی دیگر از علائمی که به‌کرات دیده می‌شود، ترس و دلهره شدید ناشی از تفکر درباره موضوع مرگ خواهد بود. باز هم این مشکل بیش از بانوان به سراغ آقایان خواهد رفت و با القای مداوم احساس ناراحتی، اضطراب و عصبانیت را تبدیل به همراهانی طبیعی خواهد ساخت.

استرس مالی

استرس مالی معمولاً به دلیل تصور

بی‌کفایتی در تأمین نیازهای خود، همسر و فرزندان ایجاد می‌شود و به‌تدریج ذهن فرد را به تسخیر خود در خواهد آورد. در واقع حتی ممکن است هیچ‌گونه کمبود اقتصادی هم وجود نداشته باشد، اما بحران ۴۰ سالگی منجر به افت سطح انرژی مغز علاوه بر بدن شده و تفکرات نادرست را تکرار می‌کند.

تغییرات سلامتی

همان‌طور که می‌دانیم با افزایش سن سلول‌های بدن وارد روند پیری می‌شوند و از این رو یک‌سری مشکلات مرتبط با سلامت جسمانی تقریباً غیر قابل‌اجتناب هستند اما بخش عمده‌ای از این چالش‌ها نیز به‌وسیله بحران ۴۰ سالگی خلق می‌شوند و عملاً از نظر علمی اثبات‌پذیر نیستند.

برای مثال فشار خون بالا، کلسترول، دیابت یا عدم توانایی برقراری رابطه جنسی مواردی هستند که با افزایش سن در ارتباط خواهند بود. اما هر یک از این مشکلات با استرس، اضطراب دائمی و احساس ترس تشدید می‌شوند و این در حالی است که انسان با یک ذهن آرام قادر به حل شمار زیادی از بیماری‌های خود خواهد بود.

سایر علائم

از جمله دیگر عوارض بحران میان‌سالی می‌توان به افزایش یا کاهش شدید وزن، حسادت‌ورزی، بی‌خوابی، احساس کلافگی، بی‌توجهی به ظاهر، عدم توانایی تصمیم‌گیری، مشکلات ارتباطی و فراموش کاری اشاره کرد.

راهکار غلبه و گذر از بحران میان‌سالی

دوران میان‌سالی به عنوان بخشی طبیعی از زندگی برای تمام افراد وجود دارد. مطالعات روانشناسان نشان می‌دهد که وجود این دوران الزاماً با بروز بحران و پیامدهای منفی همراه نیست و می‌توان با لحاظ کردن مواردی میان‌سالی را به نقطه عطفی برای پختگی و خودشکوفایی فردی بدل کرد.

پذیرش و شناخت میان‌سالی

روبرو شدن با دوران جدیدی از زندگی که با تغییرات فیزیولوژیکی و ذهنی در انسان همراه است و پذیرش آن مهم‌ترین رویکردی است که ما را از افتادن در بحران میان‌سالی حفظ می‌کند. آگاهی یافتن از تغییرات خلقی و رفتاری این دوران فرد را کمک می‌کند تا به شناسایی خود دست یابد و بتواند خود را برای مواجهه با تغییرات پیش رو آماده کند.

پرهیز از شتاب‌زدگی

دوران میان‌سالی با افزایش ریسک همراه است و میل شدید به تغییر در بسیاری از اوقات سبب اقداماتی می‌شود که پیامدهایی منفی و زیان‌بار برای شخص به همراه دارد. از این رو در این دوره تصمیمات خود را با اطرافیان و معتمدانی بزرگ‌تر از خود در میان بگذارید یا انجام آن را موکول به بعد کنید. همچنین نوشتن تصمیم‌ها و مرور مجدد آن می‌تواند شمارا از اتخاذ تصمیم‌های شتاب‌زده مصون دارد.

تجدید عشق با همسر خود

یکی از پیامدهای بحران میان‌سالی نیاز افراد به روابط عاطفی جدید و پرشور است. اگر شخص نتواند این رابطه را درون خانواده و با همسر خود تجدید و احیا کند به روابط خارج از دواج خود سوق می‌یابد که بدترین ضربه را به زندگی او وارد می‌آورد. پس لازم است تلاش کنیم تا در میان‌سالی روابط عاطفی و عاشقانه خود را با همسر خویش احیا کنیم و با طرح موضوع و اجرای برنامه‌ها و ایده‌های مناسب این مرحله را به تجدید میثاق عاطفی با همسر و زندگی زناشویی تبدیل کنیم.

مراقبه و ذهن‌آگاهی

در دوران میان‌سالی و در پی آگاهی به

ناپایداری زندگی و حتمی بودن مرگ، بهترین راهکار درنیفتادن به ناامیدی و افسردگی ناشی از آگاهی به مرگ و استفاده مثبت از آن در پیش گرفتن مراقبه است به هر روش و با هر مسلكی که مورد علاقه فرد باشد. مراقبه و ذهن‌آگاهی تأثیر بسیار مؤثری در کاهش اضطراب و استرس ناشی از میان‌سالی داشته و زمینه را برای خودشکوفایی فرد و رضایتمندی از زندگی مهیا می‌کند.

بحران میان‌سالی چقدر طول می‌کشد؟

روانشناسان دانشگاه استنفورد معتقد هستند که مدت‌زمان پایداری این بحران از هر فرد به فرد دیگر کاملاً متفاوت است و وابستگی زیادی به تفاوت‌های روان‌شناختی میان افراد دارد اما بر اساس یافته‌های مطالعه مذکور چنانچه هیچ‌گونه اقدامی در جهت درمان و بهبودی انجام نشود، بحران ۴۰ سالگی می‌تواند تا ۵ سال از عمر فرد را درگیر خود کرده و پیامدهایی را ایجاد کند که گاهی برطرف کردن آنها چندین سال دیگر طول خواهد کشید.

این در حالی است که آگاهی و پذیرش میان‌سالی و انجام مراقبه و تمرینات ذهن‌آگاهی در کنار احیای روابط عاشقانه با همسر و سایر موارد می‌توانند نتیجه را به کلی تغییر دهد.»



من ماسک می‌زنم به خاطر تو!



کرونا مثل منگنه شهروندان را در تنگنا قرار داده است؛ یک روی این سکه فشار اقتصادی است و روی دیگرش، انواع گرفتاری‌ها. این‌طور مواقع عده‌ای یکر است سراغ دولت می‌روند و نهادها و ارگان‌های مختلف را به چالش می‌کشند. قاعدتاً عده‌ای هم از آن طرف بام می‌افتند و همه مسئولیت‌ها را به گردن مردم می‌اندازند. ما هم در این گزارش به مسئولیت اجتماعی شهروندان خواهیم پرداخت اما از این منظر که همواره در هر بحرانی مردم پیشتازتر از نهادهای دولتی و حاکمیتی بوده‌اند و چرا حالا در این شرایط سخت نتوانند از پس چنین مسئولیتی در قبال یکدیگر و در قبال جامعه و کشور خود برآیند؟

شکل ممکن مسئولیت خود را انجام دهد اما شهروندان بدون توجه به این موضوع مسئولیت شهروندی و اخلاقی و انسانی خود را انجام دهند؛ به فکر مشکلات اقتصادی یکدیگر باشند، در غم یکدیگر شریک باشند و... به گفته جامعه‌شناسان مسئولیت اجتماعی شهروندان و مسئولیت دولت‌ها دو موضوع جدای از هم نیست و بدون در نظر گرفتن یکی، دیگری نیز مختل خواهد شد.

یعقوب موسوی، جامعه‌شناس، با اعتقاد بر این که مسئولیت‌پذیری یک امر مشترک بین مردم و دولت است، می‌گوید: «مسئولیت اجتماعی بویژه در شرایط همه‌گیری کرونا یک سیکل به هم پیوسته است. یعنی یک نظام به هم متصل که هم مردم و هم مسئولان را شامل می‌شود. انتظاری که از دولت می‌رود این است که سنجیده و دقیق و با مطالعه و استفاده از تجربیات دیگر کشورها جلو برود اما نقش و وظیفه مردم در قبال کرونا کمتر از دولت نیست بلکه شاید هم مهم‌تر باشد.

به لحاظ آموزه‌های دینی، اخلاقی و اجتماعی هر کسی مسئول صیانت از سلامت خویش است و خداوند به انسان توانایی محافظت از خود داده است. رعایت بهداشت فردی امروز مهم‌تر از گذشته شده و این نیاز به گفتن ندارد و همه باید به عنوان یک مسئولیت اجتماعی آن را رعایت کنند. بنابراین انتظار از دستگاه متولی بهداشت

به اعتقاد اردشیر گراوند، جامعه‌شناس، مسئولیت اجتماعی یعنی مسئولیت تام است برای حل مشکلات. از نظر او کسی نباید و نمی‌تواند از این مسئولیت شانه خالی کند؛ چراکه بدون در نظر داشتن چنین مسئولیتی، شیرازه اجتماعی از هم خواهد پاشید: «مردم توانایی مشارکت در حل مشکلات خودشان را دارند، یعنی در حوزه اقتصادی، اجتماعی، بهداشتی و حتی طبیعی می‌توانند مشکلات را حل کنند. این درست است که دولت باید به وظایف خودش عمل کند اما این وظیفه‌مندی دولت به معنای سلب وظیفه شهروندان نیست. در حوزه بهداشت این وظیفه کف اخلاق و کف احترام به دیگری است یعنی رعایت پروتکل‌های بهداشتی مثل ماسک زدن و رعایت فاصله اجتماعی. گاهی ممکن است نخواهیم موارد بهداشتی را رعایت کنیم و مدعی شویم که حق خودمان است و دل‌مان نمی‌خواهد برای سلامتی خودمان کاری کنیم اما اینجا حق فردی موضوعیت ندارد، مسأله «حق دیگری» است. این که یک نفر بگوید به شما چه مربوط من می‌خواهم بمیرم حرف کاملاً احمقانه‌ای است، این کشتن دیگران است و قرار نیست یک نفر با مرگ خودش باعث ابتلا و مرگ دیگری بشود.

آیا می‌توان مسئولیت شهروندی را موضوعی جدا از مسئولیت دولت دانست؟ مثلاً می‌توان گفت دولت هیچ ورودی نکند یا به بدترین

اجتماعی‌اش با لایی کشیدن و سرعت رفتن تلاش می‌کند زودتر از دیگران به مقصد برسد. اما از طرف دیگر مردم باید به نکته ظریف هم توجه کنند و آن استفاده و ترویج الگوهای ایثار است.

در روزهای سخت است که الگوهای ایثار به کمک ما می‌آیند. باید این الگوها را تقویت کنیم و دست در دست هم از این روزهای سخت عبور کنیم.»

در زمینه فشارهای اقتصادی و تورم فزاینده نیز همین تحلیل کاربرد دارد. گراوند مسئولیت اجتماعی شهروندان را در این زمینه در چند شاخه تعریف می‌کند و معتقد است باید در این برهه بیشتر از گذشته از کالای تولید داخل حمایت کرد: «اول این که به اندازه خرید کنیم، مسأله بعدی این که مناسب بخریم، یعنی چیزهایی بخریم که نیاز داریم و همین طور وظیفه بعدی مسئولیت اجتماعی شهروندان خرید محصولات داخلی است. قبول داریم که کیفیت محصولات خارجی گاهی اوقات از محصولات داخلی بیشتر است اما اگر از محصولات داخلی با این شرایط حمایت نکنیم چرخه اقتصادی با مشکل جدی‌تری مواجه می‌شود.»



بیماری خیلی زود به حاشیه می‌رود.» اصغر مهاجری، جامعه‌شناس نیز ایده «امید اجتماعی» را راهکاری برای مسئولیت‌پذیری شهروندان می‌داند و معتقد است، اگر دولت امید به زندگی را بالا ببرد مردم به امید اجتماعی روی می‌آورند و مسئولیت‌پذیر هم می‌شوند: «مطالعات نشان می‌دهد وقتی مردم متوجه می‌شوند قرار نیست امید اجتماعی تحقق پیدا کند هر کسی به دنبال کشیدن گلیم خود از آب می‌رود. یعنی به دنبال ظرفیت‌ها و توانمندی‌های فردی می‌روند و هر کسی مشکل خودش را حل می‌کند و به دیگری توجهی نمی‌کند. در این صورت جامعه دچار مشکل بزرگی می‌شود. امروز بسیاری از کارها از مسیر فردی انجام می‌شود؛ مثلاً کسی بدون توجه به مسئولیت

برای بهداشت فردی موضوعی غیرمنطقی است؛ البته وزارت بهداشت در زمینه مبارزه با کرونا و ارتقای سلامت جامعه تلاش زیادی انجام می‌دهد و همین تعداد قربانیان کادر درمان برای درمان بیماران مبتلا به کرونا نشان از عزم پزشکان و پرستاران در این راه دارد و باید به آن افتخار کرد. اما این که اگر کسی سرما می‌خورد یا دچار تنگی نفس می‌شود وزارت بهداشت را مقصر بداند و مدعی شود که آنها باید مصونیت ایجاد می‌کردند یک انتظار بیهوده و غلطی است.» موسوی در عین حال مسئولیت اجتماعی را مربوط به همه اقشار جامعه می‌داند و گوشزد می‌کند که این یک وظیفه اجتماعی است که کارگر تا تاجر و دانشجو و استاد و هنرمند و ورزشکار همه باید از خودشان مراقبت کنند: «استفاده از ماسک که مسئولان وزارت بهداشت بارها بر آن تأکید دارند یکی از راه‌های مراقبت است. نقش مردم در مقابله با این بیماری زیاد است. یک گام بلندتر این که آنها می‌توانند با هدیه کردن یا نذر ماسک در ترویج فرهنگ ماسک زدن نقش داشته باشند. اگر اراده جمعی برای مقابله با کرونا باشد و مردم در این راه مشارکت کنند این





او اعتقاد دارد لازم نیست به صورت آرمانی در فکر نجات جامعه باشیم بلکه همین که از احوالات نزدیکان خودمان و دوستان و همکاران مطلع باشیم و اگر نیازمند هستیم دست‌شان را بگیریم در نهایت جامعه هم نجات پیدا خواهد کرد: «اگر قرار است چیزی برای خودمان بخریم خوب است که ببینیم دور و برمان هم اگر نیاز دارند، برای آنها هم خرید کنیم. در ایام محرم و صفر می‌توانیم به جای غذای نذری مواد خشک غذایی را به دست اطرفیانی که نیازمند هستند برسانیم.»

مدارا و همدلی راهکاری است که یعقوب موسوی مطرح می‌کند و معتقد است ایرانی‌ها در طول تاریخ با همدلی از مشکلات بسیاری سربلند بیرون آمده‌اند: «متأسفانه شرایط کشور ما از جهاتی واقعاً خاص است. ما جزو معدود کشورهایی هستیم که به‌صورت متراکم و رو به افزایش معضلات خودمان را تولید و بازتولید می‌کنیم. توده مردم امروز یا به‌دلیل تحریم یا ساختار بیمار اقتصاد، نوع مدیریت یک طرفه و فساد سیستماتیک در شرایط تلخ اقتصادی و اجتماعی به سر می‌برند. در این شرایط مردم اعتماد لازم به نهادهای مختلف ندارند و به همین

می‌داند که مردم با این سرمایه بزرگ به کمک هم می‌آیند: «در طول تاریخ سرمایه‌ای به نام همیاری و خیرات و کمک‌های مؤمنانه در بلایایی مثل قحطی و بیماری همه‌گیر کمک ما آمده است. بنابراین هر جا دولت کم آورده دست به دامان مردم شده و مردم هم کمک کرده‌اند. این سرمایه خیلی مفید است و باید آن را از طریق سازمان‌های مردم‌نهاد تقویت کرد چون این سرمایه یکی از گنجینه‌ها و داشته‌های خوب ما است.»

علت بیرون آمدن از این بحران کار بسیار دشواری است که جز با مدارا و فداکاری امکان ندارد. البته این اولین بار نیست که ایرانی‌ها با این مشکلات مواجه می‌شوند ... مردم ما در تاریخ از بسیاری از مرارت‌ها و مصائب سربلند بیرون آمده‌اند و این بار نیز با مسئولیت اجتماعی و کنار هم بودن سرافراز بیرون خواهند آمد.»
 مهاجری هم همیاری و خیرات و کمک‌های مؤمنانه را به‌عنوان سرمایه‌های بزرگ فرهنگی



ورزش

خطر بزرگ بیخ گوش تیم ملی فوتبال/ ۶۴
۱۵ میلیارد برای باشگاه پرسپولیس در آندزایی کردم/ ۶۶
بزرگ‌ترین راز کاپیتان اول پرسپولیس‌ها/ ۶۹
فقط یک اسم: کریم باقری!/ ۷۰
«بچه فلاح» به لیدز یونایتد می‌رود؟/ ۷۱
۵ ماده غذایی که نباید قبل از ورزش مصرف کنید/ ۷۲

اسکیتا

علم و فناوری

کارتینگ

فرهنگ و هنر

سلامت

ورزش

News

آیا فیفا میزبانی مقدماتی جام جهانی را از ایران می‌گیرد؟

خطر بزرگ بیخ گوش تیم ملی فوتبال



بعد از شانس‌های که ایران برای میزبانی در لیگ قهرمانان آسیا در سال ۲۰۲۰ از دست داد، حالا همان طور که انتظارش می‌رفت بحث بازی‌های ملی وسط آمده و احتمال دارد یوزهای ایرانی چهار بازی حساس باقیمانده خود از دور اول مقدماتی جام جهانی ۲۰۲۲ را به خاطر شیوع بیماری کرونا در کشورهای دیگر برگزار کنند. اسکوپچ و شاگردانش به انجام سه دیدار از چهار دیدار باقیمانده در تهران دل بسته بودند؛ چون ایران در این مسابقات محکوم به برد است اما انجام بازی خارج از ایران می‌تواند هر اتفاقی را برای تیم ملی رقم بزند؛ مسائلی که ممکن است به قیمت از دست رفتن شانس حضور ایران در جام جهانی ۲۰۲۲ تمام شود.

خطر سلب میزبانی به علت کرونا

طبق برنامه اعلام‌شده از سوی AFC چهار دیدار باقیمانده ایران در گروه C مقدماتی جام جهانی در مهر و آبان سال جاری برگزار می‌شود. رویارویی با هنگ‌کنگ، بحرین و عراق در تهران و بازی با کامبوج در خانه حریف فعلاً برنامه پیش روی تیم ملی است اما این روزها زمزمه‌های جدیدی درباره سلب میزبانی از کشورهایی که شیوع کرونا در آنها بالاست، شنیده می‌شود. این روزها آمار مبتلایان در ایران طی ۲۴ ساعت حدود ۲ هزار نفر و آمار فوت‌شدگان هم نزدیک به ۲۰۰ نفر گزارش می‌شود؛ اتفاق تلخی که می‌تواند بهانه‌ای برای سلب میزبانی از ایران باشد. البته این ماجرا خیلی هم خلاف قانون نیست و شاید حتی فدراسیون هم در صورت اعلام AFC نتواند برابر آن مقاومت کند. در پروتکل بهداشتی فیفا که دو ماه پیش در اختیار فدراسیون‌های عضو قرار گرفت بندی وجود دارد که به تیم‌های ملی و باشگاهی اجازه می‌دهد به کشورهای پرخطر در زمینه کرونا سفر نکنند.

بهانه‌هایی که دست‌خارجی‌هاست

علاوه بر صحبت‌های اخیر رئیس‌جمهوری که به احتمال ابتدای ۲۵ میلیون ایرانی به کرونا بر اساس یک تحقیق خبر داده بود، مصاحبه‌های پرتعداد اهالی فوتبال در ایران هم می‌تواند بهانه‌ای برای

کشور‌های رقیب ایران باشد که به آن استناد کرده و حاضر به سفر به ایران نشوند. در دو ماه اخیر بارها از سوی بازیکنان و مربیان مصاحبه‌هایی علیه سازمان لیگ و فدراسیون منتشر شده که نباید به علت آمار بالای کرونا مسابقات را از سر می‌گرفتند. همچنین ابتلای تعدادی از بازیکنان تیم‌های مختلف از جمله استقلال و فولاد به کرونا و لغو مسابقات آنها در لیگ برتر می‌تواند به لیست دلایل سفر نکردن تیم‌های رقیب ایران به تهران بیفزاید.

ایران در صدر کشورهای غرب آسیا

در جدول تعداد مبتلایان به کرونا در جهان ایران بعد از هند در رده دوم کشورهای آسیایی است و در غرب آسیا هم در رده نخست قرار دارد. این اتفاق خوبی برای فوتبال ایران هم نیست چون از نظر آماری هم AFC و حتی کشورهای رقیب ایران می‌توانند با این بهانه که کرونا در ایران در وضع حادی قرار دارد، از سفر به تهران سر باز بزنند. عراق، بحرین، هنگ‌کنگ و کامبوج که هم‌گروهی‌های ایران هستند، تعداد مبتلایان بسیار کمتری از ایران دارند؛ اگر چه جمعیت این کشورها هم از ایران کمتر است.

احتمال برگزاری متمرکز باز هم به ضرر ایران

بعید نیست مانند تصمیمی که AFC برای

بازی های مرگ و زندگی برای تیم ملی

نباید یادمان برود که دو باخت برابر بحرین و عراق شرایط نامساعدی را برای تیم ملی فوتبال در گروه C مقدماتی جام جهانی رقم زده و بازی های پیش رو برای ایران حکم مرگ و زندگی را دارد.

برخلاف چیزی که به نظر می رسد شاید این روزها جدی ترین مأموریت فدراسیون فوتبال رسیدگی به وضع تیم ملی و تعیین تکلیف میزبانی بازی های آینده باشد که کمتر از ۹۰ روز تا رسیدن به این موعد باقی مانده است. بدون شک، بازی کردن تیم ملی در ورزشگاه آزادی با رقبایی همچون عراق و بحرین با قرار گرفتن روبه روی آنها در ورزشگاه خانگی حریف تفاوت های بسیاری خواهد داشت؛ حتی اگر خبری از حضور تماشاگران هم نباشد.

فدراسیون فوتبال قطعاً با رایزنی می تواند جو به وجود آمده علیه ایران را پیرامون شیوع ویروس کرونا به حداقل برساند و با دادن تضمین پیرامون اجرای کامل پروتکل های بهداشتی از حق میزبانی ایران دفاع کند.



برای کنفدراسیون فوتبال آسیا بحرین باشد که تا کنون فقط ۱۴۷ کشته در جریان شیوع ویروس کرونا داشته است. این اتفاق باز هم به ضرر ایران خواهد بود. هیچ کس اتفاقات بازی رفت با بحرین را از یاد نبرده که در نهایت به باخت ایران هم منجر شد. قطعاً شاگردان اسکوچیچ شرایط خوبی برای برد در ۴ بازی باقیمانده خود در بحرین نخواهند داشت.

ادامه لیگ قهرمانان آسیا گرفت و قطر را به عنوان میزبان در غرب آسیا معرفی کرد، برای مقدماتی جام جهانی نیز تصمیم مشابهی گرفته شود؛ به عنوان مثال در هر گروه یک تیم به عنوان میزبان معرفی و ادامه مسابقات مرحله اول مقدماتی جام جهانی در قاره آسیا به صورت متمرکز در آن کشور برگزار شود. محدودیت هایی که برخی از کشورها در زمان شیوع ویروس کرونا لحاظ کردند، دیگر دلیلی است که می تواند AFC را به سمت برگزاری متمرکز مسابقات سوق بدهد؛ مثلاً ایران بعد از سفر به کامبوج باید ۱۴ روز در قرنطینه باشد یا این که برخی کشورها اجازه ورود به شهروندان هنگ کنگ نمی دهد و به همین علت شاید بازی های هر گروه به میزبانی یکی از کشورهای همان گروه به انجام برسد. در این صورت باز هم شانس ایران برای میزبانی از بازی های گروه C در قاره آسیا زیاد نیست. به هر حال از نظر آماری همان طور که پیش از این هم اشاره کردیم، ایران در صدر کشورهای غرب آسیا قرار دارد و بعید است با توجه به وضع فعلی AFC میزبانی را به ایران بدهد. شاید در آن صورت نخستین انتخاب



گفتگو با علیرضا بیرانوند دروازه بان شماره یک تیم ملی فوتبال

۱۵ میلیارد برای باشگاه پرسپولیس در آمدزایی کردم



علیرضا بیرانوند بی شک یکی از تاثیرگذارترین مهره‌های پرسپولیس در قهرمانی‌های چهارگانه این تیم است. دروازه بان‌های چندین تیم فوتبال آنتروپ در لیگ بلژیک شد تا بعد از سال‌ها جمع سرخ‌های پایتخت را ترک کند. او که این روزها در بلژیک به سر می‌برد می‌گوید در طول چهار سال کمتر از ۶ میلیارد تومان از این باشگاه دریافتی داشته است اما بیش از ۱۵ میلیارد برای پرسپولیس در آمدزایی کرده تا این باشگاه در شرایط بحرانی بتواند مطالبات برانکو ایوانکوویچ را بپردازد. او کلیه‌هایی را از مدیران فعلی باشگاه پرسپولیس مطرح کرده و همچنین به قهرمانی اخیر این تیم اشاراتی داشته است. در ادامه گفت‌وگو با بیرانوند را می‌خوانید:

در مقطعی کالدرون با برخی بازیکنان دچار مشکل شد اما او به سبک یک مربی حرفه‌ای با تمام وجودش برای پرسپولیس کار می‌کرد که حاصل آن هم قهرمانی تیم در نیم فصل بود. بعد از او هم آقای گل محمدی آمد و کار نیمه تمام کالدرون را تمام کرد. گل محمدی واقعاً نشان داد به عنوان یک مربی ایرانی توانایی این را دارد که روند خوب پرسپولیس را ادامه دهد. او واقعاً با شخصیت و با دانش است.

خیلی‌ها می‌گویند پرسپولیس حالا باید برای قهرمانی آسیا بجنگد. یعنی یک برنامه‌ریزی مشخص برای این موضوع داشته باشد. آیا فکر می‌کنی گل محمدی

قدرتمندی بسازد. او کم کم تغییرات در نفرات ایجاد کرد و به نوعی آجرهای ساخت پرسپولیس فعلی را روی هم گذاشت تا الان به این افتخار رسیدیم.

در کسب این ۴ قهرمانی در لیگ برتر با سه مربی کار کردی. پس از نظر تو برانکو بهترین مربی پرسپولیس بود؟

هر مربی‌ای سبک خاص خودش را دارد. آقای برانکو نیاز به تعریف من ندارد و همه می‌دانند او چقدر برای پرسپولیس زحمت کشیده و چه تیمی ساخته است. بعد از جدایی او کسی که می‌آمد کار سختی داشت با این حال آقای کالدرون هم آمدند و واقعاً برای تیم زحمت کشیدند. شاید

ابتدا درباره چهار سال حضور در پرسپولیس صحبت کن. زمانی که به پرسپولیس آمدی، تصور چنین روزی را داشتی که با این تیم پوکر کنی؟

راستش را بخواهید ابتدا فکر نمی‌کردم روزی این چنین تاریخ‌سازی کنیم اما می‌دانستم باشگاه بزرگ پرسپولیس پتانسیل بالایی دارد که با حمایت هوادارانش در لیگ ایران تاریخ‌سازی کند. ما با کمک برانکو پیش رفتیم و توانستیم با حمایتی که از هواداران احساس می‌کردیم پیش برویم و به قله‌های افتخار برسیم. پرسپولیس پیش از حضور من همراه برانکو نایب‌قهرمان لیگ شده بود که این نشان می‌داد برانکو یک سال پیش از قهرمانی تلاش کرده بوده تیم



پول در سخت‌ترین شرایط به باشگاه کمک کرد تا مطالبات برانکو را پرداخت کنند. در طول ۴ سال شاید جمع دریافتی من از پرسپولیس به ۶ میلیارد تومان هم نرسد اما با این ۷۰۰ هزار دلار فکر می‌کنم با نرخ دلار روز، بیش از ۱۵ میلیارد برای باشگاه پرسپولیس درآمدزایی کردم.

از بازیکنانی بودی که در تمام این چهار قهرمانی نقش مهمی را ایفا کردی. درباره این موضوع هم صحبت کن.

حقیقتاً من با پرسپولیس ۸ جام کسب کرده‌ام اما این آخرها با من نامهربانی شد.

چرا؟

اگر دقت کرده باشید در جشن قهرمانی و اهدای جام نام همه از جمله برخی کارمندان باشگاه را صدا زدند، نام استوکس را هم صدا زدند اما خبری از نام من نبود. گویی اصلاً بازیکن پرسپولیس نبودم. کسی که گوینده ورزشگاه است، اسامی را از روی لیستی می‌خواند که باشگاه در اختیارش گذاشته است، پس باشگاه اسم مرا نداده که صدا بزنند. جالب است حتی وقتی برای دریافت مدال با باشگاه تماس گرفتم، به من گفتند مدال‌ها تمام شده است، منتظر باش تا پیگیری کنیم و از سازمان لیگ برایت بگیریم.

به بسته شدن پنجره نقل و انتقالاتی اشاره کردی. بعد از جام جهانی به خاطر عملکرد خوبی که داشتی صحبت‌هایی درباره جدایی‌ات از پرسپولیس مطرح شد اما جدا نشدی. این موضوع به محرومیت پرسپولیس از نقل و انتقالات ارتباط داشت؟

بگذارید حقیقتی را بگویم. آنقدر پرسپولیس را دوست داشتم که می‌خواستم سالها در این تیم بمانم. وقتی در ایران بازی می‌کنید چه افتخاری بالاتر از این که بازیکن پرسپولیس باشید؟ به خاطر همین پیش از جام جهانی قراردادام را ۵ ساله تمدید کردم. شاید هر فوتبالیستی پیش از جام جهانی چنین کاری نکند اما قراردادام را تمدید کردم که اگر قرار به جدایی‌ام شد با پرداخت مبلغی به یک تیم خارجی بروم. اینگونه می‌توانستم به باشگاه کمک کنم. بعد از جام جهانی هم شرایط برای حضورم در فوتبال اروپا مهیا بود اما با توجه به محرومیت پرسپولیس از نقل و انتقالات، نامردی بود که تیم را رها کنم. ماندم و به فینال آسیا رسیدیم. بعد جام ملت‌های آسیا باز هم شرایط جدایی‌ام مهیا بود اما می‌دانستم با رفتنم تیم دچار مشکل می‌شود. با این حال بندی در قراردادام گنجانده شد که بر اساس آن در صورت پیشنهاد خارجی، ۷۰۰ هزار دلار به پرسپولیس برسد. حالا هم می‌بینید همین

می‌تواند این رؤیا را محقق کند؟

قهرمانی در آسیا واقعاً سخت است و اینگونه نیست که ما بگوییم قهرمان آسیا بشویم و در دور بعد به قهرمانی برسیم. برای کسب جام لیگ قهرمانان آسیا برنامه‌ریزی بسیار مهم است. در کل من فکر می‌کنم پرسپولیس با آقای گل محمدی قله‌های افتخار را فتح خواهد کرد.

درست است که قهرمانی در آسیا به برنامه‌ریزی نیاز دارد اما شما یک بار به فینال لیگ قهرمانان آسیا رسیدید که البته واکنش زیبایی تو مقابل ضربه سر زاوی تأثیر زیادی در رسیدن به فینال داشت.

در آن بازی من وظیفه‌ام انجام دادم و اجازه ندادم توپ به گل تبدیل شود. خوشحالم عکس‌العمل من در آن صحنه باعث به دست آمدن افتخار بزرگی برای پرسپولیس شد. ما همان سال مشکلات فراوانی داشتیم. بسته بودن پنجره نقل و انتقالاتی و مشکلات مالی کار را سخت کرده بود. ما همان سال با هنر مربیگری برانکو و غیرت و تلاش بازیکنان به فینال رسیدیم. اگر از نقل و انتقالات محروم نبودیم و بازیکنانمان مصدوم نمی‌شدند قطعاً می‌توانستیم کاشیما را هم شکست بدهیم. در هر حال حضور در فینال لیگ قهرمانان آسیا افتخار بزرگی بود.



پیش از ترک تهران، در خبرها داشتیم که با باشگاه دچار اختلاف مالی شده‌ای. موضوع اختلاف با باشگاه بر سر چیست؟

من با باشگاه پرسپولیس اختلاف ندارم. پرسپولیس محبوب من است، چرا باید اختلاف داشته باشم؟ ناراحتی من از مدیران باشگاه است. کسانی که احترام من را نگه نداشتند. کسانی که خود را صاحب این پوکر می‌دانند اما به من گفتند آپشن‌های قهرمانی به تو تعلق نمی‌گیرد، ببینید موضوع من و پرسپولیس بر سر پول نیست. موضوع این است که رفتار مدیران باشگاه با من خوب و محترمانه نبود و این مرا ناراحت می‌کند. اینکه به من می‌گویند باید بمانی تا پایان فصل بعد آپشن قهرمانی را به تو بدهیم، درست نیست. بیماری کرونا آمد و شرایط لیگ تغییر کرد اما بر اساس قرارداد سه‌جانبه من، پرسپولیس و آنتورپ، قانوناً نمی‌توانستم تا پایان بازی‌ها بمانم. باز هم می‌گویم موضوع پول نیست، موضوع بی‌احترامی مدیران باشگاه است.

مساله دیگری که مطرح شده بود، بحث قرارداد الحاقیه یک و نیم میلیاردی تو بود که باشگاه قبول نداشت.

واقعاً برایم عجیب است. سرپرست باشگاه امضای مدیرعامل قبلی را قبول ندارد. چطور ممکن است در یک شرکت دولتی، سرپرست فعلی که نقش مدیرعامل را دارد، امضای


مدیرعامل قبلی را قبول ندارد؟ در نیم فصل زمانی که با باشگاه آنتورپ قرارداد امضا کردم، آن‌ها اصرار داشتند زودتر به بلژیک سفر کنم. اگر می‌رفتم با توجه به شرایط حساس لیگ، پرسپولیس دچار مشکل می‌شد. مانند تا پایان فصل و به خاطر این موضوع آقای انصاری فرد یک الحاقیه به قراردادم اضافه کرد و حالا آقای رسول پناه می‌گوید این الحاقیه ارزش قانونی ندارد. موضوع واقعاً پول نیست. ناراحتی من از این است که مدیران باشگاه صادق نیستند و احترام بازیکنی که برای باشگاه زحمت کشیده را نگه نمی‌دارند. من تمام وجودم را برای پرسپولیس گذاشتم و برای خوشحالی هواداران تلاش کردم، اما مدیران باشگاه در حق من نامردی کردند.

این صحبت‌ها نشان می‌دهد که حسابی بر سر مسائل مالی ناراحت هستی.

مهم نیست. وکیلیم پیگیری خواهد کرد اما من انتظار نداشتم چنین رفتاری با من بشود. ای کاش مدیران باشگاه کمی با صداقت با بازیکنان رفتار کنند.

به عنوان سؤال پایانی آینده‌ات را در آنتورپ چطور پیش‌بینی می‌کنی؟

من نماینده ایران هستم و قطعاً اهداف بزرگی در اروپا دارم. تلاش می‌کنم بهترین عملکرد را در آنتورپ داشته باشم تا دوباره ایرانی‌ها و پرسپولیس‌ها به من افتخار کنند.


 اگر دقت کرده باشید در جشن قهرمانی و اهدای جام نام همه از جمله برخی کارمندان باشگاه را صدا زدند، نام استوکس را هم صدا زدند اما خبری از نام من نبود. گویی اصلاً بازیکن پرسپولیس نبودم. کسی که گوینده ورزشگاه است، اسامی را از روی لیستی می‌خواند که باشگاه در اختیارش گذاشته است، پس باشگاه اسم مرا نداده که صدا بزنند

داریم» استفاده می‌کند. بدون هرگونه تعارف و مبالغه، دستاورد پرسپولیس تا همین جا هم عالی و بی‌نظیر بوده؛ در این صورت حتماً تیم‌های دیگری هم می‌توانستند ۳ یا ۴ قهرمانی پیاپی را جشن بگیرند. با این همه حسینی به این مقدار راضی نیست و هنوز چیزهای بیشتری از فوتبال می‌خواهد.

بازیکنان پرسپولیس می‌گویند: «حسینی در رختکن بزرگ‌تری می‌کند» و اگر این طور باشد، راحت می‌شود فهمید پشت پرده جنگجویی و مبارزه‌طلبی کل تیم، همین تفکر کاپیتان قرار گرفته است. بدون چنین ذهنیت قدرتمندی، جلال نمی‌توانست ۸ قهرمانی لیگ برتری به‌دست بیاورد. بدون این روح چالش‌گرا و سیری‌ناپذیر، حسینی قادر نبود پس از یک بار ترک پرسپولیس و یک بار منتفی شدن بازگشتش به این تیم، دوباره سرخپوش شود و برای خودش در تاریخ باشگاه جایگاهی بی‌بدیل بسازد. شاید هر بازیکن دیگری جای او بود و ابتدای لیگ پانزدهم با جواب منفی برانکو مواجه می‌شد، قید پرسپولیس را می‌زد و به زراندوزی در سال‌های پایانی فوتبالش فکر می‌کرد اما حسینی تفکر دیگری دارد. او از لیگ شانزدهم به پرسپولیس برگشت و از همان سال قهرمانی‌های این تیم شروع شد.

کاپیتان حالا در پایان فصلی که با نیمکت‌نشینی‌اش همراه شده و شایعه خداحافظی او را هم در دل داشت، همچنان از «کارهای مهم‌تر» حرف می‌زند و حتی اگر این یک تعارف هم باشد، باز فوق‌العاده آموزنده است.



بزرگ‌ترین راز کاپیتان اول پرسپولیس‌ها



در شلوغی‌های جشن قهرمانی پرسپولیس، جلال حسینی یکی از نخستین نفراتی بود که در مصاحبه زنده تلویزیونی حاضر شد. کاپیتان پرسپولیس در این مصاحبه از یک جمله بسیار جالب استفاده کرد؛ جمله‌ای که شاید راز تداوم حیرت‌انگیز حسینی را در سینه داشت. جلال گفت: «به هواداران تبریک می‌گویم. آن‌ها حق دارند شاهد باشند و بیش از این لذت ببرند. برای ما اما همه‌چیز همین امشب تمام می‌شود. از فردا کارهای مهم‌تر و بزرگ‌تری داریم.»

حواستان باشد که مدافع ۳۸ ساله پرسپولیس‌ها این حرف را بعد از یک پیروزی معمولی یا مثلاً بردن داربی نمی‌زند. پس از نخستین پوکر تاریخ فوتبال ایران است که جلال از عبارت «کارهای مهم‌تری

در ستایش مردی که پرسپولیس برایش مهمتر از نام‌ها بود

فقط یک اسم: کریم باقری!



و دنبال براندازی سرمربی نیست. بنابراین طبیعی است که برای همه یک چهره امین و مورد اعتماد باشد.

۴ کریم باقری فرم مطلوب بدنی‌اش را حفظ کرده و در بسیاری از آیت‌های تمرینی پایه‌پای بازیکنان می‌دود. همین مسئله نقش مهمی در جمع شدن حاشیه‌های تیم دارد. او به‌علاوه یک کاریزما کمی نظیر شخصیتی دارد که باعث می‌شود همه بازیکنان تیم هم حرمتش را نگه دارند. طبیعتاً سود اصلی این ماجرا به تیم و سرمربی‌اش می‌رسد.

۵ تغییر آدم‌ها، هدف کریم باقری را تغییر نمی‌دهد. او دل در گروی تیم و مأموریت حرفه‌ای‌اش دارد؛ نه این که اگر برانکو رفت تا مدتی دلتنگ او باشد و اگر کالدرون را به جفا رانند، به نشانه اعتراض کار را زمین بگذارد. همه‌جای دنیا مورد اعتمادترین کارمندان کسانی هستند که به جای افراد، به سازمان وفادارند.

در فوتبال ایران، بهترین مثال برای این داستان کریم باقری است؛ کسی که در ۵ سال گذشته با ۵ مدیرعامل، ۴ سرپرست و ۳ سرمربی کار کرده، اما یک سر سوزن حاشیه نداشته است.

و ۷۰۰ میلیون تومان ببیند. قرارداد کریم ظرف ۶ سال تقریباً ۱۰ برابر شده، اما حتی افشای این رقم هم هواداران پرسپولیس را عصبانی نکرد. واکنش بسیاری از آنها این بود که کریم ارزش دریافت این دستمزد را دارد. این یعنی علاوه بر سرمربیان مختلف، طرفداران پرسپولیس هم نقش مؤثر و ویژه باقری را به رسمیت شناخته‌اند.

۲ گابریل کالدرون در آخرین پیام ویدئویی‌اش ضمن اسم بردن از همه همکارانش در پرسپولیس، از کریم باقری به‌عنوان «برادر» خودش یاد می‌کند؛ کسی که همیشه فقط به موفقیت تیم فکر می‌کرد. فقط کافی است این مسئله را با نوع قضاوت کالدرون در مورد افشین پیروانی مقایسه کنید تا بسیاری از مسائل روشن شود! باقری بعد از جدایی کالدرون در مورد این مربی گفته بود: «از همه طرف به او ظلم شد.»

۳ راز مقبولیت کریم ساده است. در فوتبال ایران «باندبازی» حرف اول را می‌زند و سرمربی از هیچ‌کس به اندازه دستیار خودش نمی‌ترسد، اما آقا کریم ۶ سال پیش دستیار بود، هنوز دستیار است و ۶ سال دیگر هم دستیار خواهد ماند. او به سهم واقعی‌اش از فوتبال قانع است

چرا ستایش از باقری وجه مشترک هر سه مربی آخر پرسپولیس بوده است؟ برانکو، کالدرون و یحیی گل‌محمدی سه دنیای کاملاً متفاوت در پرسپولیس داشتند. اولی یک ویرانه را بازسازی کرد، دومی دوران پر از رنج «گذار» را بر عهده گرفت و سومی همین حالا سکان یک تیم موفق را به دست دارد.

یکی از معدود وجوه مشترک هر سه نفر اما، تأکید روی نقش ویژه کریم باقری است. باور کردنی نیست که برانکو و کالدرون در پیام تبریک‌شان به مناسبت پوکر قهرمانی به‌طور ویژه از باقری اسم برده‌اند. یحیی گل‌محمدی هم اخیراً در واکنش به شایعه جدایی باقری و حضورش در تیم ملی، از ضرورت حفظ او در کادر فنی سخن گفته بود.

همه اینها یعنی کریم ستون موفقیت‌های پرسپولیس است. اما به‌راستی چرا کسی که در این سال‌ها حتی یک جمله فنی هم به زبان نیاورده، تا این حد مورد وثوق است؟ به نظر می‌رسد کریم باقری مربی، یک پدیده منحصر به فرد در فوتبال ایران است.

۱ قرارداد کریم باقری در لیگ سیزدهم به‌عنوان دستیار علی‌دایی فقط ۱۸۰ میلیون تومان بود اما باشگاه امسال حاضر شده با او قراردادی به ارزش یک‌میلیارد

«بچه فلاح» به لیدر یونایتد می رود؟

در عصری که به نظر می رسد «پدر پولدار داشتن بهترین شغل دنیاست» موفقیت آنها که روی پای خودشان ایستاده اند، به کسی باج نداده اند و همه زندگی شان در مبارزه برای به دست آوردن حداقل ها خلاصه شده، لذت بخش است. «آن ها محبوب ترین دوقلوهای فوتبال ایران هستند. میلاد و مهرداد محمدی، آن قدر شبیه به هم که هنوز هم برای بسیاری تشخیص این که کدام یک در بلژیک بازی می کند و کدام یک در آوس پرتغال سخت است. وقتی موهای سرشان را مدل سر بازی کوتاه می کنند، تشخیص سخت تر هم می شود! خودشان یک بار در برنامه ۹۰ اعتراف کردند از این شباهت استفاده کرده اند و در یک مسابقه هر کدام یک نیمه به زمین رفته اند!

احسان محمدی
روزنامه نگار



چندی پیش مهرداد مهمان برنامه فوتبال برتر بود و مثل همیشه گفت و گویش در شبکه های اجتماعی به واسطه شوخی هایش مورد توجه قرار گرفت. این که گفت: «از زبان پرتغالی فقط فحش هایش را یاد گرفته!» بازیکنی که در اولین فصل حضورش در پرتغال ۶ بار بهترین بازیکن زمین شد و حالا این بخت را دارد که به تیم های بزرگ تری برود.

باشگاه لیدر یونایتد انگلیس هم برای به خدمت گرفتن میلاد علاقه نشان داده است؛ تیمی که ستاره هایی مثل اریک کانتونا، جیمی فلویید هاسلبنک، مارک ویدوکا، آلن اسمیت، دیوید بتی، جکی چارلتون، تونی یبوا، ریو فردیناند، توماس برولین و ... در آن توپ زده اند. یک انتقال دلچسب که اگر رخ بدهد لیگ برتر جزیره را برای ما جذاب تر می کند. پسری که هیچ وقت از این که بگوید پیک رستوران بوده ابایی ندارد. بچه جنوب شهر با تلهجه و بی ادا.

مردم دوستش دارند حتی اگر در چند برنامه تلویزیونی میزان سوادش در تاریخ و جغرافیا دستمایه شوخی و خنده قرار بگیرد. او جایی ادعا نکرده که جغرافیادان است. اتفاقاً هر وقت تریبون داشته گفته خیلی دنبال «سواد - مواد» نبوده و عشقش کار و مادر و فوتبال است. شاید به خاطر همین بی نقاب بودن کمتر در بین اهل رسانه کشته - مرده دارد. از آنهایی که چند نفر استوری های اینستاگرام شان را تبدیل کنند به مهم ترین خبر روز فوتبال ایران!

در عصر جدید این یکی از الزامات مدرن است که ستاره ها باید کنار دستشان مشاور رسانه ای داشته باشند یا دست کم کسانی که آنها در تیترا خبرها نگه دارند. میلاد اگر

داشت درخشش مقابل آس رم حتماً بیشتر از سوتی دادنش موقع پرتاب اوت دستی و ایرال می شد. او که حالا پیراهن خنت بلژیک را می پوشد در مرحله یک شانزدهم لیگ اروپا در خانه رم آن قدر مقابل اسپینازولا خوش درخشید که پائولو فونسکا مجبور به تعویض مهره خودش شد. بازیکنی که از تیم روسی با نام غریب احمد گروژنی به بلژیک رفته



است برای اثبات خودش خیلی تلاش کرد؛ آن هم وقتی که رسانه ها بیشتر روی بازیکنان دیگر تمرکز داشتند. مهدی مهدوی کیا زمانی که در عضویت باشگاه آلمانی هامبورگ بود می گفت حتی در تمرینات تیم هم یک تیم تجهیز شده رسانه ای برای پوشش فعالیت نائوهیرو تاکاهارا بازیکن ژاپنی از این کشور می آیند و کوچک ترین اتفاقات مربوط به او را پوشش می دادند اما من تنها بودم. این «تنها بودن» شاید امروز به مدد شبکه های اجتماعی تا اندازه رفع و رجوع شده باشد و بعضی بازیکنان به تنهایی به تیم رسانه ای خودشان تبدیل شده باشند اما میلاد این طور نیست. دست کم آن چه ما می بینیم نشان می دهد او به حمایت رسانه ای نیاز دارد. بازیکن سختکوش و با استعدادی که سماجت یکی از ویژگی های بازی اوست، نیاز دارد که در داخل و خارج از کشور یک مشاور رسانه ای کار بلد داشته باشد. کسی که درخشش هایش را علنی تر کند و البته رابطه اش با هواداران تیم خنت را مستحکم تر. آن وقت شاید برای بچه «منطقه فلاح» مسیره ها به انگلیس هموارتر شود.»



۵ ماده غذایی که نباید قبل از ورزش مصرف کنید

و می‌توانند عملکرد سیستم گوارش را تنظیم کرده و به شما کمک کنند به مدت طولانی‌تری احساس سیری داشته باشید با این حال، این نوع مواد غذایی برای مصرف قبل از تمرینات ورزشی مناسب نیستند زیرا هضم طولانی آنها به ایجاد اختلالات گوارشی مانند نفخ، حالت تهوع، گاز و درد معده منجر می‌شود و شما را از ادامه تمرینات باز می‌دارد.

چربی‌های سالم

درست مثل مواد غذایی دارای فیبر، چربی‌های سالم مانند آجیل، ماهی سالمون، آووکادو و لبنیات نیز هضم طولانی‌تری دارند و مدت بیشتری در بدن باقی می‌مانند.

هدف از تغذیه قبل از تمرین آماده شدن بدن برای ورزش است و برای این منظور، غذا باید هضم شده و آماده استفاده از آن به عنوان سوخت باشد. اگر می‌خواهید قبل از تمرین چربی مصرف کنید، حتماً یک تا دو ساعت قبل از ورزش این کار را انجام دهید.

کلم بروکسل و گل کلم از سبزیجات مهمی هستند که باید آنها را در رژیم غذایی خود بگنجانید. با این حال این سبزیجات گزینه مناسبی برای مصرف قبل از تمرینات ورزشی نیستند. دلیلش این است که این سبزیجات سرشار از ترکیبی به نام رافینوز هستند که یک کربوهیدرات غیر قابل هضم است و می‌تواند باعث ایجاد نفخ شکم و گاز بیش از حد شود.

غذاهای پرادویه

غذای پرادویه می‌توانند دیر هضمی، سوزش معده و رفلاکس را به همراه داشته باشند و با ایجاد درد معده شما را وادار به ترک زودهنگام تمرینات ورزشی کنند یا بر توانایی شما در انجام تمرینات تأثیر بگذارند.

مواد غذایی دارای فیبر بالا

به طور کلی، غذاهای سرشار از فیبر مانند نان سبوس‌دار، ماکارونی سبوس‌دار و جو دوسر برای سلامت مفید هستند

مصرف مواد غذایی مناسب قبل از پرداختن به فعالیت‌های ورزشی برای افراد فعال و ورزشکار یک نکته مهم است اما دانستن این که چه مواد غذایی را نباید قبل از ورزش مصرف کرد هم به همان اندازه برای داشتن یک تمرین ورزشی عالی کلیدی است. موارد زیر، مواد غذایی‌ای هستند که هرگز نباید قبل از تمرینات ورزشی مصرف شوند:

نوشیدنی‌های کربناته

نوشیدنی‌های کربناته در عین حال که عاری از مواد مغذی مفید هستند، معمولاً محتوای قند بالایی نیز دارند. بنابراین جای تعجب نیست که این نوشیدنی‌ها یک انتخاب نامناسب برای مصرف قبل از پرداختن به تمرینات ورزشی هستند. قند بالا و کربناته بودن نوشیدنی‌های گازدار می‌تواند باعث احساس نفخ، افت انرژی، درد معده و حالت تهوع در حین تمرین شود.

سبزیجات چلیپایی

سبزیجات چلیپایی مانند کلم بروکلی،



SCANIA



OGHAS

شرکت تولیدی و صنعتی عقاب افشان
تولید کننده انواع اتوبوس عقاب - اسکانیا در ایران

www.oghabafshan.com

با دقت و انتخاب خوب، به جزئیات سفر خود بیندیشید



مرکز خدمات پس از فروش عقاب افشان

شرکت تولیدی و صنعتی عقاب افشان
تولید کننده انواع اتوبوس عقاب - اسکانیا در ایران



مرکز امداد جاده ای خدمات پس از فروش :

تلفن: ۳۱ ۴۶۷۱ ۳۳ (۰۲۱)

شکایات، انتقادات و پیشنهادات:

تلفن: ۶۲ ۴۲ ۲۵ ۳۳ (۰۲۱)

سامانه پیامکی: ۵۳ ۵۵۵ ۵۰۰۰

www.oghabafshan.com
workshop@oghabafshan.com