

کارگاه

ماگنامه داخلی شرکت تولیدی و صنعتی عقاب افشان، شماره ۶۷، فروردین ماه ۱۳۹۹

www.oghabafshan.com

در این شماره کالسنکه سبز می‌خوانید:

- حمایت از شرکت عقاب افشان، یک وظیفه ملی و استانی است
- مالکان و رانندگان اتوبوس‌ها به خاطر ویروس کرونا شرایط سختی دارند
- ترمزهای امروزی چگونه در شرایط بحران به یاری رانندگان می‌آیند؟
- ۲۰ دستگاه اتوبوس شهری پارسین در شهر مقدس مشهد
- تحویل ۳۵ دستگاه اتوبوس شهری عقاب-اسکانیا به شهرداری اصفهان
- کاهش ۸۰ درصدی سفر با اتوبوس در نوروز ۹۹

ما
به
میهمانی
آمدیم «تو»

فرارسیدن ماه مبارک رمضان مبارک باد





سفید!



رنگ سوره بخواب

بین شهرها دریا



مادان (سهمور)



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



شرکت معادن آسین

بلاغت

فهرست

- ۲۰ دستگاه اتوبوس شهری پارسین در شهر مقدس مشهد/ ۴
- تولید خودروهای تجاری در سال ۹۸ افزایش یافت/ ۵
- تحویل ۲۵ دستگاه اتوبوس شهری عقاب-اسکانیا به شهرداری اصفهان/ ۶
- کاهش ۸۰ درصدی سفر با اتوبوس در نوروز ۷/۹۹
- حمایت از شرکت عقاب افشان، یک وظیفه ملی و استانی است/ ۸
- مالکان و رانندگان اتوبوس‌ها به خاطر ویروس کرونا شرایط سختی دارند/ ۹
- ترمزهای امروزی چگونه در شرایط بحرانی به یاری رانندگان می‌آیند؟/ ۱۲
- خواب بازار خودرو در عصر کرونا/ ۱۷
- آینده‌ای که در انتظار ماست!/ ۲۰
- رقصی که پیش‌بینی «آلبرت اینشتین» را تأیید کرد!/ ۲۲
- پرفروش‌های بازار موبایل در سالی که گذشت/ ۲۳
- زمین احتمالی بعدی کشف شد!/ ۲۴
- ۷ اهاکار برای قوی تر شدن در فضای مجازی/ ۲۶
- تأثیر تغییرات فرهنگی و اجتماعی بر تدفین ۳۰/
- خطر ورشکستگی و تعطیلی ۲ هزار بومگردی/ ۳۲
- بزرگ‌ترین قلعه خشتی نظامی جهان را در یابید/ ۳۴
- «کرونا» چه بر سر موزه‌های جهان آورده است؟/ ۳۵
- پرسفر و کم‌سفرترین روزها و جاده‌ها در نوروز ۳۶/۹۹
- داستان تغییر معمولی‌ها/ ۴۰
- خنده با «نون.خ»/ ۴۴
- ۹۰ سال است خوشبختم/ ۴۶
- فضای فانتزی/ ۴۸
- آنچه دانشمندان هنوز درباره کرونا نمی‌دانند/ ۵۲
- سلامت روان در دوران قرنطینه کرونا/ ۵۶
- ۱۵ خوراکی که سیستم ایمنی بدنتان را تضمین می‌کند/ ۶۰
- رایکوف و استراماچونی، تجربه‌های متفاوت در دو روزگار/ ۶۴
- علی دایی؛ افتخار در دنیا و بایکوت در داخل/ ۶۶
- افزایش مرگ ناشی از کرونا با دوپینگ!/ ۶۹
- تماشای فراموش‌نشده‌ترین فوتبال‌های تاریخ در روزهای کرونایی/ ۷۰

ماهانامه داخلی شرکت
تولیدی و صنعتی عقاب افشان
سردبیر: حسن گوهرپور
دبیر تحریریه: حسین ابوالفتحی
مدیر هنری و صفحه آرا: 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 رومیانی
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» را به 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 خاطرات خود را از سفر با اتوبوس‌های اسکانیا برای ما به این آدرس kaleshesab@gmail.com بفرستید. منتظر نظرات شما هستیم.



دعای عمر

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

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 أَسْتَوْدِعُكَ 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 التَّوَجُّهُ 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 مهربان‌ترین 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

وَ عَلَيْكَ 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،

وَاحْفَظْنِي 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

۲۰ دستگاه اتوبوس شهری پارسین در شهر مقدس مشهد

را در تاریخ ۲۶ اسفندماه ۹۸ از شرکت عقاب‌افشان تحویل گرفت. گفتنی است بخش اعظم ناوگان حمل و نقل مسافری شهرداری مشهد را محصولات شهری شرکت عقاب‌افشان تشکیل می‌دهند.

جمله محصولات شهری شرکت عقاب‌افشان می‌باشد که در طول چند سال گذشته مورد استقبال مدیران شهری بسیاری از کلان‌شهرهای کشور از جمله شهر مقدس مشهد قرار گرفته است، و شهرداری این شهر آخرین بار، ۲۰ دستگاه از این اتوبوس شهری

شرکت تولیدی و صنعتی عقاب‌افشان، ۲۰ دستگاه اتوبوس شهری پارسین را به شرکت واحد اتوبوسرانی مشهد مقدس تحویل داد تا در آینده به شهروندان مشهدی و زائران امام رضا (ع) خدمت‌رسانی کنند. اتوبوس پارسین با استاندارد یورو ۴ از



تولید خودروهای تجاری در سال ۹۸ افزایش یافت

در بخش وانت اما روند تولید مثبت بوده، چه آنکه تا پایان سال گذشته رشد بیش از ۳۵ درصدی در مقایسه با ۹۷ به ثبت رسیده است. در مجموع ۶۷ هزار و ۱۴۶ دستگاه وانت در کشور تا پایان ۹۸ به تولید رسیده که سایپا بیشترین سهم را به واسطه وانت پراید داشته است. طبق آمار، این شرکت در سال گذشته ۵۱ هزار و ۹۲۵ دستگاه وانت را به تولید رسانده تا نسبت به ۹۷ بالغ بر ۵۹ درصد رشد کند. ایران خودرو اما تنها شش هزار و ۹۶ دستگاه وانت را به تولید رسانده که نشان از کاهش بیش از ۲۶ درصدی دارد. شرکت‌های بخش خصوصی نیز در تولید وانت نقش داشته‌اند که البته آمار دقیق آنها در دست نیست.

در نهایت اما کل تولید ون در سال گذشته ۲۱۷ دستگاه بوده که در مقایسه با ۹۷ بیش از ۸۳ درصد افت را نشان می‌دهد. سهم ایران خودرو از تولید ون ۵۳ دستگاه و افت بالغ بر ۹۰ درصدی بوده و سایپا نیز تنها چهار دستگاه از این محصول تولید داشته که نشان از افت بالغ بر ۹۰ درصدی دارد. باقی ون‌ها را نیز شرکت‌های بخش خصوصی تولید کرده‌اند.

در بخش اتوبوس اما کل تولید طی سال گذشته فقط ۵۳۵ دستگاه بوده که نسبت به سال ۹۷ کاهش ۶ درصدی را نشان می‌دهد. همچنین در مجموع هزار و ۴۸ دستگاه مینی‌بوس و میدل‌باس در کشور تا پایان سال گذشته به تولید رسیده که در مقایسه با ۹۷، از افت حدوداً ۳۷ درصدی حکایت می‌کند. از آنجاکه در حالت تفکیکی، آمار تولید اتوبوس و مینی‌بوس و میدل‌باس شرکت‌ها به صورت تجمیعی لحاظ شده، ایران خودرویی‌ها در کل آماری ۱۶۸ دستگاهی از خود به‌جا گذاشته‌اند. این آمار نشان می‌دهد تولید اتوبوس و مینی‌بوس و میدل‌باس در بخش تجاری‌ساز این شرکت (ایران خودرو دیزل) بیش از ۲۲ درصد کاهش نسبت به ۹۷ داشته است. از واحدهای تجاری‌ساز سایپا نیز خبر می‌رسد تیراژ اتوبوس، مینی‌بوس و میدل‌باس آن‌ها تا پایان سال گذشته، ۲۳۶ دستگاه بوده است. باقیمانده خودروهای تولیدی در این بخش نیز سهم شرکت‌های خصوصی از جمله شرکت تولیدی و صنعتی عقاب‌افشان بوده که در زمینه تولید اتوبوس‌های درون و برون شهری و همچنین مینی‌بوس فعال است.

طبق آمار ارائه‌شده از سوی وزارت صنعت، معدن و تجارت، طی سال گذشته تنها ۷۲ هزار و ۱۹۷ دستگاه انواع محصول تجاری سبک و سنگین شامل کامیون، کشنده، اتوبوس، مینی‌بوس، ون و وانت توسط تجاری‌سازان خصوصی و همچنین شرکت‌های وابسته به خودروسازان نیمه‌دولتی به تولید رسیده است. این آمار از افزایش حدود ۱۴/۵ درصدی تولید تجاری‌ها نسبت به سال ۹۷ حکایت دارد. در حالت تفکیکی تا پایان سال گذشته سه هزار و ۲۵۱ دستگاه انواع کامیون، کامیونت و کشنده در کشور به تولید رسیده است که نسبت به سال ۹۷ افت بیش از ۶۷ درصدی را نشان می‌دهد. در این بخش، ایران خودرویی‌ها آماری هزار و ۲۱۶ دستگاهی را به خود اختصاص داده‌اند که نشان‌دهنده کاهش تیراژ ۳/۸ درصدی است. سایپایی‌ها اما تنها ۶۳۸ دستگاه از این مدل خودروهای تجاری را در سال گذشته تولید کرده و بنابراین در مقایسه با ۹۷، حدود ۸۰ درصد افت را به ثبت رسانده‌اند. باقی تولیدات کامیون، کامیونت و کشنده نیز که عدد پایینی به‌شمار می‌رود، به شرکت‌های خودروساز بخش خصوصی تعلق





تحويل ۳۵ دستگاه اتوبوس شهری عقاب-اسکانیا به شهرداری اصفهان

طریق اوراق مشارکتی که دولت در نظر گرفته بود، تأمین و ۵۰ درصد نیز توسط مدیریت شهری اصفهان پرداخت شد و امیدوارم در سال ۹۹ باز هم شاهد این اقدام باشیم. اگر هزینه‌ها توسط دولت پرداخت شود، تلاش می‌کنیم آن را در قیمت بلیت اتوبوس لحاظ کنیم تا فشار زیادی هم به اقشار آسیب‌پذیر وارد نشود. از نمایندگان فعلی و آینده اصفهان در مجلس درخواست می‌کنم مشکلات اتوبوسرانی را در همه شهرها دنبال کنند تا تعهدات دولت درباره حمل و نقل عمومی پرداخت شود، چون این افزایش قیمت به جز اصفهان در سایر کلانشهرها نیز اتفاق افتاده و شهرداری‌ها نیز چاره‌ای نداشته‌اند.

عقاب-اسکانیا دارای استاندارد یورو ۴ هستند و در آینده نزدیک در قالب ناوگان حمل و نقل شهری اصفهان به مردم شریف این کلانشهر خدمت خواهند کرد. البته شهرداری اصفهان چند روز پیش از تحويل این ۳۵ دستگاه، ۴۰ دستگاه دیگر از همین محصول شرکت عقاب‌افشان را نیز تحويل گرفته بود.

علیرضا نصر اصفهانی، رئیس شورای شهر اصفهان، نیز در این‌باره گفت: خوشبختانه صد دستگاه اتوبوس در بهمن ۹۸ از شرکت تولیدی و صنعتی عقاب‌افشان خریداری شده بود که ۷۵ دستگاه آن در اسفندماه ۹۸ تحويل داده شد. خوشبختانه ۵۰ درصد از بودجه خرید این اتوبوس‌ها از

شرکت واحد اتوبوسرانی شهرداری اصفهان، ۳۵ دستگاه اتوبوس مدل پارسین را از شرکت عقاب‌افشان تحويل گرفت تا مجموع اتوبوس‌های تحويل داده شده به این نهاد در اسفندماه ۹۸ به ۷۵ دستگاه برسد. مجتبی برات‌زاده، مدیر فروش داخلی شرکت عقاب‌افشان، در این رابطه به خبرنگار نشریه کالسکه‌سبز گفت: شهرداری اصفهان در راستای توسعه و به‌روزرسانی ناوگان حمل و نقل شهری خود، ۳۵ دستگاه اتوبوس پارسین جدید این شرکت را در تاریخ بیست و پنجم اسفندماه ۹۸ تحويل گرفت و به ناوگان حمل و نقل شهری خود اضافه کرد. وی تصریح کرد: این اتوبوس‌های شهری



معاون حمل و نقل سازمان راهداری و حمل و نقل جاده‌ای اعلام کرد:

کاهش ۸۰ درصدی سفر با اتوبوس در نوروز ۹۹



نقل جاده‌ای تصریح کرد: در طول این مدت و با اجرای طرح فاصله‌گذاری اجتماعی، در روزهای مختلف روند نزولی سفرهای جاده‌ای با سرعت بیشتری اجرا شد. بنابراین غالب سفرهای جاده‌ای با ناوگان عمومی، به شهروندانی اختصاص داشت که با توجه به اضطراری که داشتند و از سوی دیگر، امکان سفر با خودرو شخصی برایشان مهیا نبود، لذا به سفرهای ضروری با ناوگان عمومی روی آوردند.

سفرهایی که توسط اتوبوس و ناوگان رسمی مسافری در این ایام انجام شد، عمدتاً سفرهای ضروری و اجتناب‌ناپذیر بود. وی این سفرها را با اهداف برگشت به شهر محل اقامت یا محل اشتغال یا مقاصد درمانی ذکر کرد و افزود: رقمی که در بخش حمل و نقل مسافری جاده‌ای داریم، در دو هفته اول سال ۹۹ نسبت به مدت مشابه سال قبل ۸۰ درصد کاهش داشته است. معاون حمل و نقل سازمان راهداری و حمل و

معاون حمل و نقل سازمان راهداری و حمل و نقل جاده‌ای از کاهش ۸۰ درصدی سفرهای جاده‌ای ناوگان عمومی در نوروز امسال در مقایسه با نوروز سال گذشته خبر داد.

مهران قربانی با اشاره به اینکه غالب مراکز گردشگری، اقامتی، هتل‌ها و مراکز مشابه در ایام نوروز ۹۸ به دلیل شیوع ویروس کرونا تعطیل بوده‌اند، گفت: با بررسی‌هایی که انجام داده‌ایم، تقریباً با اطمینان می‌توان گفت که



اسکانیا

علم و فناوری

گردشگری

فرهنگ و هنر

سلامت

ورزش

News

قاسم شریفی، مدیرکل دفتر بازرسی و امور حقوقی استانداری سمنان:

حمایت از شرکت عقاب افشان، یک وظیفه ملی و استانی است



قاسم شریفی، مدیرکل دفتر مدیریت عملکرد، بازرسی و امور حقوقی استانداری سمنان و رئیس کمیته بازرسی و ارزیابی ستاد مقابله با کرونا در استان سمنان، به همراه جمعی از اعضای این ستاد، با مهندس عبدالله اکبری‌راد، عضو هیأت‌مدیره شرکت تولیدی و صنعتی عقاب افشان، و جمعی از کارکنان این مجموعه در محل کارخانه این شرکت در سمنان با هدف بررسی مسائل تولید شرکت عقاب افشان و اجرای دستورالعمل‌های بهداشتی مبارزه با ویروس کرونا در سال جهش تولید دیدار و گفتگو کردند.

شریفی در جریان این دیدار، با اشاره به جایگاه مهم شرکت عقاب افشان در صنعت خودروسازی کشور گفت: خوشبختانه شرکت عقاب افشان به عنوان بزرگترین شرکت اتوبوس‌سازی کشور و از شرکای تجاری اسکانیای سوئد در جهان برای حضور جدی‌تر در بازار داخل و صادرات و افزایش تولید با وجود فشارهای خارجی در سال جهش تولید برنامه‌ریزی کرده است. وی تصریح کرد: عقاب افشان بزرگ‌ترین تولیدکننده اتوبوس در بخش خصوصی کشور است که با سابقه ۶۰ ساله در زمینه تولید انواع اتوبوس، توانسته نقش مهمی را در نوسازی و توسعه ناوگان حمل و نقل عمومی کشور ایفا کند.

مدیرکل دفتر مدیریت عملکرد، بازرسی و امور حقوقی استانداری سمنان در ادامه گفت: در سال جهش تولید، حمایت از شرکت تولیدی و صنعتی عقاب افشان یک وظیفه ملی و استانی است و این شرکت، میراث دهه‌ها تلاش در صنعت خودروسازی کشور است.



گفتگو با مرتضی مقبلی یکی از کلان مالکان محصولات شرکت عقاب افشان

مالکان و رانندگان اتوبوس‌ها به خاطر ویروس کرونا شرایط سختی دارند



خودشان را دارند. البته هر چه هست، خوب یا بد، فعلاً با این شرایطی که کرونا به وجود آورده همه بی‌کار شده‌ایم و اصلاً نمی‌دانیم چه آینده‌ای پیش روی ماست.

کاهش بیماری فراگیر کرونا زودتر تمام شود

راستش هیچوقت فکر نمی‌کردم روزی بیاید که به خاطر یک بیماری ویروسی دنیا به تعطیلی کشیده شود. انگار که این مدل بیماری‌ها و گرفتاری‌ها متعلق به داستان‌ها و قرن‌های گذشته باشد. ما واقعاً شرایط سختی را تجربه می‌کنیم. در ناوگان تابان سیر ۶۸ دستگاه اتوبوس داریم که ۵۸ دستگاه آن مدت‌هاست خوابیده‌اند و تعداد ۱۰ دستگاه آن را هم در خطوط داخلی به کار گرفته‌ام، اما به حدی مسافر کم است که فعالیت آنها هم اصلاً به صرفه نیست. خدا کند این ویروس هرچه سریعتر از کره زمین محو شود. همانطور که می‌دانید، اگر حمل و نقل جاده‌ای در کشوری تعطیل شود، بسیاری از زیرمجموعه‌های اقتصاد آن کشور شامل قطعه‌سازها، قطعه‌فروش‌ها، تعمیرکاران، رانندگان، مالکان و خیلی‌های دیگر دچار گرفتاری می‌شوند، و این مسأله بسیار خطرناک است.

از ابتدا از اسکانیا راضی بودیم

مجموعه ما از ابتدا جزو مشتریان شرکت عقاب افشان بوده و با اینکه نزدیک به ۲۰ سال از

نخستین سفیر تولیدات شرکت عقاب افشان

من و پدرم یکی از اولین افرادی بودیم که اتوبوس‌های تولیدی شرکت عقاب افشان را خریداری کردیم. خاطرم هست از اواخر دهه ۷۰ بود که این شرکت اقدام به تولید انحصاری اتوبوس اسکانیا در ایران کرد و ما هم فکر می‌کنم پنجمین محصول تولیدی شرکت عقاب را خریداری کردیم و مفتخریم که نخستین سفیر این شرکت در جاده‌های بین‌المللی (آنکارا و استانبول) بوده‌ایم، زمانی که با اتوبوس اسکانیا پا به خاک کشور ترکیه گذاشتیم آوازه تولید این محصول در ایران مابین تمامی دست اندرکاران حمل و نقل مسافری آن کشور پیچید. در حال حاضر بیش از نود درصد ناوگان شرکت مسافری ما را اتوبوس‌های مارال و درسا تشکیل می‌دهند.

سفر به کشورهای همسایه

شرکت مسافری و اتوبوس‌های ما در حوزه جابه‌جایی مسافر و گردشگر از داخل کشور به شهرهای استانبول، آنکارا، ترابوزان، کایسری، نخجوان، باکو، سلیمانیه، ایروان، تفریس و باتومی فعالیت می‌کند. ما از ابتدا به جای فعالیت در داخل کشور، مسیر کشورهای خارجی را انتخاب کردیم و فکر هم می‌کنم در این بخش راحت‌تر باشیم؛ اگرچه آن دسته از همکاران ما هم که در خطوط داخلی کار می‌کنند حتماً توجهیهات

ویروس کرونا در همین چند ماه کوتاه حضورش در ایران به بخش‌های مختلفی از اقتصاد کشور لطامت جبران‌ناپذیری زده است. خیلی‌ها را به سمت درهای خروجی کارگاه‌ها هدایت کرده و بسیاری از مشاغل را هم به سمت رکود و زیان پیش برده است. اما شاید یکی از مهمترین بخش‌های متاثر از این مهمان ناخوانده، صنعت حمل و نقل مسافری کشور و به ویژه بخش اتوبوسی آن باشد؛ بخشی که برای رونق دوباره به توجه هرچه سریع‌تر دولت و نهادهای حاکمیتی نیاز دارد.

مرتضی مقبلی شاید یکی از جوان‌ترین اتوبوس‌دارانی باشد که در بخش حمل و نقل مسافری کشور به ویژه سرویس‌های برون مرزی تعداد زیادی اتوبوس دارد و به سهم خودش به مسافران و گردشگران خدمت می‌کند. او متولد سال ۵۶ و اهل شهرستان اهر در استان آذربایجان شرقی است و ۳۸ دستگاه اتوبوس به صورت ناوگان ملکی و ده‌ها اتوبوس در قالب قرارداد استیجاری دارد. ویروس کرونا، ایده‌های اجرایی و شرایط کاری او و مجموعه تحت مدیریتش را دچار رکود کرده است. گفتگوی کالسکه سبز با این فعال جاده‌ای کشور را در ادامه بخوانید.

می کنید. راستش تفاوت کیفیت از زمین تا آسمان است؛ البته به نفع جاده‌های کشورهای خارجی. شاید باور نکنید ولی اگر شما یک بار در جاده‌های کشوری مثل ترکیه رانندگی کنید دیگر هیچ لذتی از رانندگی در جاده‌های کشور خودمان نخواهید برد. شرایط جاده‌ها تقریباً در تمام کشورهای مسیر تردد من، البته به غیر از برخی نقاط ارمنستان، بسیار عالی است. متأسفانه ما از نظر کیفیت جاده‌ها خیلی جا ماندیم و معلوم نیست این تفاوت آشکار در کیفیت تا چه زمانی ادامه می‌یابد. برای مثال، اتوبان تهران- تبریز که یک شاهراه بزرگ است، دست‌اندازهای واقعاً غیرقابل‌تحمیلی دارد؛ یا مثلاً جاده مرند به سمت بازرگان، با اینکه یک مسیر بین‌المللی و ترانزیتی به شمار می‌رود، به حدی بی‌کیفیت و غیراستاندارد است که از نظر من برای کشور آبروریزی بزرگی محسوب می‌شود. امیدوارم مسؤولین به جاده‌ها و کیفیت آسفالت آنها توجه بیشتری داشته باشند، تا هم در ایمنی و هم جلوگیری از استهلاک وسایل نقلیه عمومی گام بزرگی برداشته شود



شاید باور نکنید ولی اگر شما یک بار در جاده‌های کشوری مثل ترکیه رانندگی کنید دیگر هیچ لذتی از رانندگی در جاده‌های کشور خودمان نخواهید برد. شرایط جاده‌ها در تقریباً تمام کشورهای مسیر تردد من، البته به غیر از برخی نقاط ارمنستان، بسیار عالی است

گلچین راننده‌ها در مسیرهای خارجی

من همیشه اعتقاد دارم رانندگانی که در مسیرهای خارجی فعالیت می‌کنند، نماینده راننده‌های ایرانی هستند و به نوعی آبروی کشورمان هم به شمار می‌روند، بنابراین همواره سعی می‌کنم بهترین راننده‌ها را هم از نظر تحصیلات و هم از لحاظ تسلط در رانندگی برای اتوبوس‌هایم انتخاب کنم. ما در مجموعه تابان سیر سعی داشتیم با تعیین خط مشی و تعاریفی سازمانی مانند پوشش همسان کلیه کادر اداری، رانندگان و حتی

اولین اتوبوس اسکانیایی که خریداری کردیم، می‌گذرد همچنان از این اتوبوس‌ها راضی هستیم و شما می‌بینید که هنوز هم بخش اعظم و غالب ناوگان شرکت مسافری ما را اتوبوس‌های عقاب-اسکانیا تشکیل می‌دهند. خوشبختانه این اتوبوس‌ها، ساختار فنی بی‌نظیری دارند و کمتر کسی پیدا می‌شود که بگوید مثلاً موتور یا گیربکس یا بخش فنی دیگری از اتوبوس‌های مارال و در ساضعیف است یا مشکل عمده‌ای دارد. بین مالکان مصطلح است که اگر در جایی نان و آب پیدا نشد پس اقلام فنی و یدکی اسکانیا هم پیدا نمی‌شود. تأمین هزینه گزاف سوخت در مسیرهای برون مرزی عمده دغدغه ما در سرویس‌های خارجی است که خوشبختانه به واسطه تکنولوژی روز محصولات اسکانیا در مصرف بهینه و فوق‌العاده سوخت دغدغه‌ای از این بابت نداریم، نکته مهم این است که اتوبوس‌های مارال و درسا به دلیل تعبیه باک استاندارد با نیاز سرویس‌های داخلی و به خصوص خارجی رضایت عموم مالکان را به خود جلب کرده‌اند

تفاوت کیفیت جاده‌های داخل و خارج؛ از زمین تا آسمان!

خیلی‌ها از ما می‌پرسند کیفیت جاده‌ها در ایران بهتر است یا کشورهایی که به آن سفر





اجتماعی و غلبه بر این ویروس ناخوانده طی مراسمی درخور جایگاه و تلاش سختکوشان عرصه مجازی با اهدای لوح تقدیر از زحمات این عزیزان در اشاعه فرهنگ و خاستگاه این صنف خدمتگزار قدردانی به عمل آوریم.

خدمات پس از فروش عقاب افشان، سرآمد است

انصافاً مجموعه خدمات پس از فروش شرکت عقاب افشان بهتر از تمام مجموعه‌های مشابه دیگر است و ما از این بابت مشکلی نداریم. مشکل اصلی ما در این روزگار، تحریم تأمین قطعات است که آن هم ربطی به شرکت عقاب افشان و خدمات پس از فروش این شرکت ندارد.

متأسفانه کمبود برخی قطعات باعث شده است که ما گاهی برای تأمین نیاز اتوبوس‌های مان راهی بازار سیاه شویم و قطعات را با چندین برابر قیمت واقعی خریداری کنیم. به نظرم دولت باید راهکاری برای این مسأله بیندیشد و با همکاری شرکت عقاب افشان این مشکل را از پیش پای مالکان خودروهای سنگین بردارد.



مهمانداران در احترام به مسافرانمان کوشا باشیم و همچنین تلاش می‌کنیم حقوق و درآمد آنها تا حد ممکن مناسب باشد. من فکر می‌کنم راننده‌های مسیرهای خارج به نسبت رانندگان خطوط داخلی شرایط بسیار بهتری دارند و امیدوارم روزی برسد که همه رانندگان کشور برای برخورداری از زندگی آسوده، حقوق کافی داشته باشند.

تابان سیر مجری فراخوان پیج‌های برگزیده فضای مجازی

همواره بر این باور بودیم که شبکه عظیم صنعت حمل و نقل مسافری اعم از تولیدکنندگان، مالکان، شرکت‌ها، رانندگان، مهمانداران، مجموعه‌های خدماتی و... حلقه‌های همیشه به هم متصل یک زنجیر هستند. از این رو بنا به پیشنهاد همکارانم در واحد روابط عمومی در صدد برگزاری این فراخوان برآمدیم تا با اعمال نظر مخاطبین صفحات تخصصی اتوبوس در فضای مجازی نام تعدادی از مؤثرترین پیج‌ها را پس از نظرسنجی اعلام کنیم که در این بین صفحه اختصاصی شرکت معظم عقاب افشان و صفحه شخصی مسئول واحد تحویل اتوبوس در کارخانه هم جزو برگزیدگان هستند. مترصد آن هستیم تا با مساعد شدن فضای مناسب

من همیشه اعتقاد دارم رانندگانی که در مسیرهای خارجی فعالیت می‌کنند، نماینده راننده‌های ایرانی هستند و به نوعی آبروی کشورمان هم به شمار می‌روند، بنابراین همواره سعی می‌کنم بهترین راننده‌ها را هم از نظر تحصیلات و هم از لحاظ تسلط در رانندگی برای اتوبوس‌هایم انتخاب کنم.

آشنایی با انواع سیستم‌های ترمز

ترمزهای امروزی چگونه در شرایط بحرانی به یاری رانندگان می‌آیند؟

یکی از مزوومات هر خودرو، استفاده از سیستم ترمز مناسب است تا در صورت لزوم و نیاز قادر باشد از سرعت خودرو بکاهد و یا خودرو را متوقف کند. از آنجایی که حفظ جان راننده و سرنشینان وسیله نقلیه امری مهم و حیاتی به شمار می‌رود، استفاده از سیستم ترمز مطمئن و ایمن بسیار حائز اهمیت است. ترمز وظیفه دارد با تولید نیروی اصطکاکی مناسب، انرژی جنبشی چرخ متحرکی را که تحت تاثیر نیروی موتور قرار دارد، بگیرد و به انرژی حرارتی تبدیل و سپس انرژی حرارتی را به فضا پخش کند که این عمل، وسیله نقلیه را از حرکت به سکون وامی‌دارد و یا از سرعت آن می‌کاهد. به‌طور کلی عملکرد سیستم‌های مختلف ترمز از اصول فیزیکی یکسانی پیروی می‌کنند و تنها تفاوتشان در میزان اثر بخشی و نحوه انتقال نیروی پای راننده به ترمزهای تعبیه شده در چرخ‌هاست. ترمزها به دو دسته کلی مکانیکی و هیدرولیکی تقسیم می‌شوند که هر کدام به زیر دسته‌های کوچکتر قسمت می‌شود. در ادامه به بررسی هر یک از این سیستم‌ها می‌پردازیم.



سیستم ترمز مکانیکی

ترمزهای مکانیکی از اولین نمونه‌های تعبیه شده در خودروها هستند. در سیستم ترمز مکانیکی نیروی پای راننده از طریق پدال ترمز به یک کابل واسط منتقل می‌شود و کابل نیروی وارده را به کفشک‌های ترمز منتقل می‌کند. کفشک ترمز در حقیقت همان لنت‌های ترمز هستند با این تفاوت که به جای ایجاد اصطکاک با دیسک، درون یک محفظه‌ی کاسه‌ای شکل قرار دارند و با سطح داخلی کاسه ایجاد اصطکاک می‌کنند. اگرچه این سیستم ساده است، اما ایراداتی دارد که سبب شد به مرور زمان استفاده از

آن منسوخ شود. از جمله ایرادات اساسی این سیستم احتمال پارگی سیم ترمز و از کار افتادن کلی سیستم ترمز است، به علاوه در این سیستم بر خلاف سیستم‌های دیگر نظیر ترمز هیدرولیکی، امکان چند برابر کردن نیروی وارد شده بر پدال وجود ندارد.

سیستم ترمز هیدرولیکی

اساس عملکرد ترمزهای هیدرولیکی تقریباً مشابه ترمز مکانیکی است با این تفاوت که به جای سیم در آن از لوله‌های حاوی سیال غیرقابل تراکم (روغن ترمز) استفاده شده است. به علاوه، به واسطه‌ی سهولت چند

برابر کردن نیروی پای راننده در این سیستم، می‌توان از ترمزهای دیسکی به جای ترمزهای کاسه‌ای استفاده کرد. در این سیستم با فشردن پدال ترمز، ابتدا نیروی پای راننده به واسطه شکل اهرمی پدال چند برابر شده و در مرحله بعد به پیستون اصلی سیستم ترمز اعمال می‌شود. سپس، نیروی پیستون اصلی به سیال موجود در پشت پیستون وارد شده و سبب حرکت سیال در لوله‌های تعبیه شده می‌شود. با حرکت سیال در لوله‌ها، نیروی وارد شده به پیستون اصلی از طریق سیال به پیستون‌های فرعی موجود در ترمزهای چرخ‌ها منتقل می‌شود. سطح پیستون‌های

خودروهای امروزی به سیستم‌های پیچیده کنترلی دیگری نظیر ABS مجهزند که با در نظر گرفتن فاکتورهای گوناگون احتمال قفل شدن چرخ‌ها در شرایط ترمزگیری شدید را پیش‌بینی می‌کنند و با ترمزگیری‌های پیاپی در کسری از ثانیه اجازه قفل شدن را به چرخ‌ها نمی‌دهند.

ترمز کاسه‌ای

ترمز کاسه‌ای از اولین نمونه‌های ترمز در خودروها است. در این ترمزها یک کاسه توخالی به همراه دو کفشک درون آن پشت چرخ نصب می‌شود. کفشک‌های تعبیه شده از یک سر به لولا و از سر دیگر به یک پیستون متصلند.

کاسه‌ی ترمز همزمان با چرخش چرخ شروع به چرخیدن می‌کند و به محض فشردن پدال ترمز، نیروی هیدرولیک به پیستون متصل به کفشک‌ها انتقال می‌یابد و با عملکرد پیستون، کفشک به سطح داخلی

کارافتادن یک مدار، ترمز خودرو دچار مشکل نشود. در سیستم‌های دو مداره، ممکن است یک مدار به چرخ‌های جلو و یک مدار به چرخ‌های عقب متصل باشد، یا یک مدار به چهار چرخ متصل و یک مدار تنها به چرخ‌های جلو متصل باشد.

در شرایط ترمزهای شدید، وزن خودرو به سمت جلو متمایل می‌شود و در نتیجه چرخ‌های عقب وزن کم‌تری تحمل می‌کنند، به همین جهت احتمال قفل شدن چرخ‌های عقب بالا رفته و این شرایط می‌تواند منجر به سر خوردن‌های مرگبار شود. برای جلوگیری از وقوع چنین حالتی، سیستم ترمز اکثر خودروهای امروزی به یک شیر هوشمند حساس به بار مجهز است که می‌تواند فشار روغن ترمز را تنظیم کند.

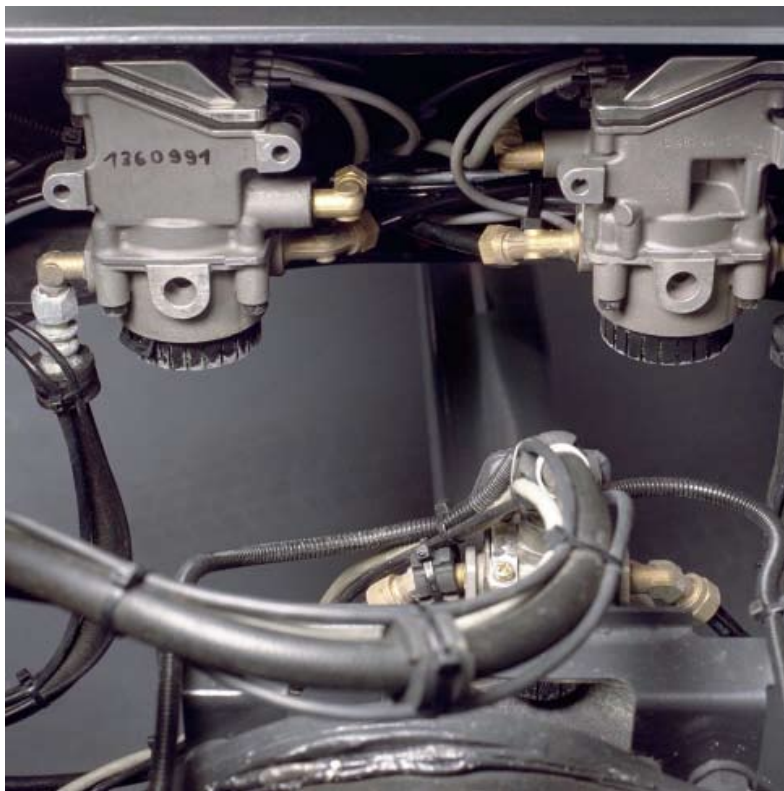
با استفاده از این شیر به چرخ‌ی که در آستانه‌ی سر خوردن قرار دارد فشار کم‌تری از روغن ارسال می‌شود تا از وقوع قفل شدن چرخ جلوگیری شود. علاوه بر این،

فرعی از پیستون اصلی کم‌تر است، به همین جهت نیروی اعمال شده به لنت‌ها با هم افزایش می‌یابد تا در نهایت نیروی اعمال شده بر لنت‌ها چند برابر نیروی اندک پای راننده باشد. مهندسان برای بهبود عملکرد ترمزها و افزایش هرچه بیشتر نیروی پای راننده، سیستم‌های کمکی ترمز را طراحی کرده‌اند. در این سیستم‌ها که اصطلاحاً سیستم ترمز سروو نامیده می‌شوند، اساس عملکرد بر اختلاف فشار پشت و جلو پیستون اصلی بنا نهاده شده است. این سیستم از یک شیر هوا، یک دیافراگم پلاستیکی و یک فنر تشکیل شده است و میان پدال ترمز و سیلندر اصلی ترمز قرار می‌گیرد.

شیر هوا به‌طور مستقیم از طریق یک لوله به منیفولد ورودی هوای پیش‌رانه متصل است که باعث می‌شود هوای موجود در دو طرف دیافراگم مکیده شده و خلأ نسبی در این ناحیه حاکم باشد. با فشردن پدال ترمز، نیروی پای راننده از طریق یک اتصال مکانیکی سبب بسته شدن شیر هوا شده و اجازه می‌دهد هوای خارج به پشت دیافراگم وارد شود.

با ورود هوای خارج اختلاف فشار میان قسمت جلو و پشت دیافراگم ایجاد می‌شود که سبب افزایش نیروی پدال شده و در نهایت نیروی افزایش یافته را به سیلندر اصلی اعمال می‌کند. با برداشته شدن پا از روی پدال، شیر هوا دوباره باز شده و فنر تعبیه شده سبب بازگشت پدال و اتصالات مکانیکی به حالت اول می‌شود. در صورت از کار افتادن پیش‌رانه و یا حتی بروز ایراد در سیستم سروو، سیستم ترمز خودرو همچنان فعال است با این تفاوت که باید نیروی بیشتر تری بر پدال ترمز اعمال شود.

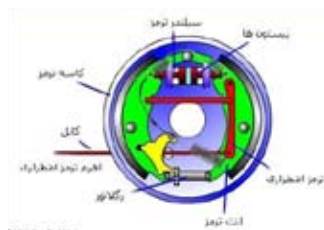
از معضلات سیستم هیدرولیکی می‌توان به احتمال پارگی و نشستی لوله‌های انتقال روغن ترمز اشاره کرد که در نهایت می‌تواند منجر به از کار افتادن سیستم ترمز خودرو شود. برای حل این مشکل، اکثر خودروهای مدرن امروزی به دو مدار جریان سیال مجزا با دو سیلندر اصلی مجهزند تا در صورت از





قدرت بیش تری به چرخ‌ها وارد می‌کنند و قادرند در مسافت کوتاه‌تری خودرو را از حرکت به حالت سکون درآورند.

بخش‌های اصلی تشکیل‌دهنده ترمزهای دیسکی، دیسک ترمز، لنت‌ها و کالیپر ترمز است. دیسک ترمز به چرخ متصل می‌شود و همزمان با چرخ می‌چرخد، دو طرف آن با لنت‌ها احاطه شده است و کالیپر ترمز که همان محفظه پیستون فرعی ترمز است، به لنت‌ها متصل است. با اعمال فشار روی پدال ترمز، پیستون اصلی روغن ترمز را به سمت پیستون‌های فرعی تعبیه شده در چرخ‌ها می‌فرستد. سپس، فشار روغن سبب باز شدن پیستون فرعی شده و پیستون فرعی لنت‌ها را به سطح دیسک فشار می‌دهد تا در اصطکاک با سطح دیسک سبب کاهش سرعت و توقف خودرو شوند. فاصله لنت‌ها از سطح دیسک بسیار اندک است و در حقیقت همواره مماس با سطح دیسک قرار دارند. با برداشتن پا از روی پدال فشار روغن کاهش می‌یابد و فشار لنت‌ها از سطح دیسک برداشته می‌شود. لنت‌ها به مرور زمان و در اثر اصطکاک خورده شده و باید تعویض شوند



اجزای تشکیل‌دهنده ترمز کاسه‌ای

ترمز دیسکی

ترمزهای دیسکی به عنوان جدیدترین نمونه از سیستم‌های ترمز شناخته می‌شوند. در این ترمزها سعی شده مشکلات موجود در نمونه‌های کاسه‌ای تا حد امکان برطرف شود. برای مثال، توانایی انتقال حرارت ترمزهای دیسکی بسیار بهتر از نمونه‌های کاسه‌ای و همین امر سبب می‌شود در شرایط ترمزگیری پیاپی میزان افت عملکرد ترمز بسیار کاهش یابد. به علاوه، وزن ترمزهای دیسکی به مراتب کم‌تر از ترمزهای کاسه‌ای است و قادرند با سرعت بیش تری آب را از روی دیسک کنار بزنند. دیگر مزیت این ترمزها، قدرت بالای آن‌ها است. ترمزهای دیسکی

کاسه می‌چسبد و سبب کاهش سرعت چرخ می‌شود. از مشکلات ترمز کاسه‌ای می‌توان به قدرت کم ترمزگیری و داغ شدن سریع در صورت استفاده مداوم اشاره کرد.

به همین دلیل است که از ترمز کاسه‌ای در چرخ‌های عقب که نیروی ترمز کم‌تری مورد نیاز است، استفاده می‌شود. با وجود ایرادات، ترمزهای کاسه‌ای نیاز به تعمیر و نگهداری اندکی دارند که یک مزیت بزرگ محسوب می‌شود.

به مرور زمان سطح کفشک‌های ترمز در اثر اصطکاک خورده می‌شوند و این امر سبب می‌شود فاصله بین کفشک‌ها با سطح داخلی کاسه بیش تر شود. در نتیجه، باید پدال ترمز بیش تر فشرده شود تا روغن بیش تری به پیستون موجود در ترمز کاسه‌ای وارد شود تا بتواند کفشک‌ها را در فاصله‌ی بیش تری جابه‌جا کند.

برای حل این مشکل، ترمزهای کاسه‌ای جدید به یک سیستم تنظیم فاصله‌ی مکانیکی مجهز شده‌اند که می‌تواند همواره فاصله‌ی کفشک‌ها تا سطح داخلی کاسه را ثابت نگه دارد.



خودروها، شاهد کاهش تلفات و سوانح رانندگی در جاده‌ها هستیم. در حال حاضر و در اغلب خودروهای شرکت‌های بزرگ و معروف خودروسازی از جمله اتوبوس‌های شرکت تولیدی و صنعتی عقاب افشان، چند سیستم ترمز مشخص و تست شده قابلیت و کارایی بیشتری دارند که در ادامه به توضیح آنها خواهیم پرداخت.

سیستم ترمز ضد قفل یا (ABS)

این سیستم از سنسورهای خاصی برای تشخیص سرعت هر چرخ در هنگام ترمز استفاده می‌کند و فشار ترمز را با استفاده از یک سامانه مرکزی به صورت جداگانه در هر چرخ تنظیم می‌کند. انجام این عمل باعث جلوگیری از قفل شدن چرخ‌ها می‌شود. از جمله موارد مثبت دیگر در این سیستم، ثبات و مانورپذیری بیشتر خودرو خصوصاً در هنگام گرفتن ترمز اضطراری و همچنین در مسیرهای لغزنده است. به عبارتی بزرگ‌ترین مزیت سیستم ترمز ضد قفل یا به اختصار ABS این است که به راننده اجازه می‌دهد در شرایط ترمزگیری شدید بتواند در مسیر دلخواه خودرو را هدایت کند. در خودروهایی که به سیستم ABS مجهز نیستند، با فشردن شدید پدال ترمز، یک یا چند چرخ خودرو قفل می‌شود و این امر باعث از دست رفتن کنترل خودرو و سر خوردن آن به جهات غیرقابل پیش‌بینی می‌شود. سیستم ترمز ضد قفل با تشخیص زودتر احتمال قفل شدن

سیستم‌های ترمز الکترونیکی

سیستم ترمز الکترونیکی، یک سیستم هوشمند چندگانه است که جایگزین سازوکار قدیمی مکانیکی شده است. اغلب کامیون‌ها و اتوبوس‌هایی که به این سیستم مجهز هستند در عین حال دارای ترمز دیسکی و سیستم ترمز ABS نیز هستند که از مزوومات بکارگیری و فعال‌سازی سیستم EBS است. سیستم ترمز الکترونیکی به طور کلی و خلاصه عبارت است از یک سیستم با ایمنی سه‌گانه. این موضوع بدین شکل است که در کلیه خودروهای سنگین مثل کامیون‌های سنگین، نیمه سنگین و اتوبوس‌های امروزی، هرگاه مبحث ترمزهای الکترونیکی پیش می‌آید، در حقیقت با چندین سیستم هماهنگ و ترکیبی طرف هستیم. امروزه و با بکارگیری سیستم‌های ایمنی در مبحث

به همین جهت در خودروهای امروزی یک سنسور ساده درون لنت‌ها تعبیه شده است که با کاهش سطح لنت یک چراغ هشدار روی صفحه کیلومترشمار روشن می‌کند. در صورتی که لنت‌ها به موقع تعویض نشوند می‌توانند به سطح دیسک ترمز آسیب بزنند.



اجزای تشکیل دهنده ترمز دیسکی



اسکانیا

علم و فناوری

گردشگری

فرهنگ و هنر

سلامت

ورزش

News

مدیریت موتور ASR و مدیریت ترمز آنرا با یکدیگر ترکیب کند.

سیستم مدیریت ترمز (EBS)

سیستم فعال سازی الکترونیکی قطعات ترمز یا همان ای بی اس (EBS) سازو کاری است که باعث کاهش زمان پاسخ (عملکرد) و افزایش سرعت در قسمت سیلندر یا پوسته ترمز می گردد. با اعمال این سیستم مسیر و فاصله ترمز که گاهی خط ترمز هم نامیده می شود از نقطه شروع به فشردن پدال تا چندین متر کاهش خواهد یافت که در بعضی موقعیت ها می تواند تعیین کننده باشد. عملکرد یکپارچه EBS در کنار ABS و ASR، ثبات رانندگی و قابلیت هدایت مناسب را در طول مدت زمان ترمز فراهم می کند. در هنگام ترمزهای ناگهانی و هنگامی که هر دو چرخ روی اکسل دچار تعلیق می گردند، واحد کنترل EBS، یک سیگنال کامپیوتری FFR را به واحد کنترل موتور EDC می فرستد و گشتاور موتور و به تبع آن کشش کاهش می یابد.

EBS ایمنی تردد را هم برای وسایل نقلیه سنگین دارای اتاق ثابت و هم برای وسایل نقلیه سنگین دارای تریلر یا نیم تریلر افزایش می دهد. ترمزهای چرخها و ترمزهای کمکی با هم عمل می کنند و ایمنی و کارآمدی ترمز را افزایش می دهند. این سیستم به صورت استاندارد روی کامیون ها و اتوبوس های دارای تعلیق بادی نصب می شود و می توان در بعضی کاربردها آن را روی کامیون های دارای فنرهای تخت نیز نصب کرد.

در پایان باید به رانندگان عزیز وسایل نقلیه مخصوصاً رانندگان اتوبوس یادآور شد که سیستم ترمز به واسطه حساسیت و اهمیتی که در خودرو آنها دارد، همواره باید در سلامت کامل باشد و سرویس های دوره ای آن توسط افراد خبره و کارشناسان مراکز خدمات پس از فروش شرکت عقاب افشان در دوره های معین انجام و در صورت داشتن مشکلات احتمالی، رفع عیب شوند.

یا دیفرانسیل قفل شونده است. مشکل این است که در استفاده ی هم زمان از این دو سیستم به سختی می توان اتصالات مکانیکی جعبه دنده را کنترل کرد. برای حل این مشکل، بعضی از سازندگان در هنگام استفاده از ABS، سیستم چهار چرخ محرک را از مدار خارج می کنند و بعضی دیگر با افزودن حس گرهای بیش تر سعی کرده اند تا انعطاف سیستم را بیشتر کنند.

سیستم کنترل کشش (ASR) و (ESP)

این سیستم همانطور که از نامش پیدا است، عمل تعلیق صورت گرفته بر چرخها را مدیریت و خنثی می کند. بیشترین حالت تعلیق در پیچها و در سرعت های بالا اتفاق می افتد و این موضوع به دلیل فشار وارده بر اثر شکستن نیروی حاصل از گریز از مرکز است. این سیستم سازو کاری به عاریت گرفته شده از اتومبیل های فرمول یک است. در اتومبیل های فرمول یک به جهت سرعت بسیار بالا در پیچها اگر سیستمی همانند سیستم ASR غیرفعال و خاموش باشد، خودرو به سرعت کنترل خود را از دست داده و چه بسا منحرف گردد. ASR نیز همانند ABS بدون سیستم مکمل دیگر یعنی EBS کارایی چندانی ندارد و در حقیقت این سیستم توسط واحد کنترل EBS و با استفاده از سنسورهای سرعت چرخ شناسایی می گردد. برای مدیریت موتور ASR، واحد کنترل EBS می تواند

چرخها، فشار روغن را از روی چرخ در آستانه قفل شدن برداشته و در کسری از ثانیه دوباره فشار روغن را اعمال می کند.

این سیستم از یک پردازشگر الکترونیکی، چهار حسگر (یک حسگر برای هر چرخ)، یک پمپ الکترونیکی هیدرولیکی و یک انبساطگر (مخزن تحت فشار) هیدرولیکی تشکیل شده است. حسگرهای تعبیه شده در چرخها به صورت لحظه ای اطلاعات را به پردازشگر ارسال می کنند و پردازشگر با تشخیص آستانه قفل شدن چرخها از طریق یک شیر سروو هیدرولیکی در کسری از ثانیه چندین مرتبه فشار روغن به چرخ را قطع و وصل می کند. در صورت وقوع چنین حالتی، راننده می تواند تکان های ناشی از قطع و وصل ترمز را زیر پای خود از طریق پدال ترمز حس کند. نقش انبساطگر هیدرولیکی این است که در شرایط قطع و وصل سریع فشار روغن، روغن اضافی را وارد مدار هیدرولیکی کند تا هر بار که ترمز قطع و وصل می شود پدال ترمز تا انتها به سمت پایین حرکت نکند. سیستم ABS در شرایطی که اصطکاک سطح اندک است، مانند شرایط بارانی یا رانندگی روی یخ، و ممکن است با کوچک ترین ترمز چرخها قفل شوند، عملکرد فوق العاده ای دارد.

یکی از مشکلاتی که مهندسان ABS با آن مواجه هستند، استفاده از این سیستم در خودروهای مجهز به سیستم چهار چرخ محرک با سیستم دیفرانسیل لغزش محدود



خواب بازار خودرو در عصر کرونا



این روزها که سایه کرونا همچنان بر سر کشور سنگینی می‌کند، بازار خودرو نیز به نوعی تعطیل است و کمتر کسی میل به خرید و فروش دارد. بنابر تصمیم ستاد ملی مقابله با کرونا، کسب‌وکارهای پرخطر به خصوص در تهران فعلاً اجازه فعالیت ندارند و در این بین، نمایشگاه‌های خودرو نیز مشمول همین قاعده بوده‌اند. از همین رو عملاً بازار خودرو طی سال جاری شکل نگرفته و طبعاً خرید و فروش خاصی نیز در این ایام انجام نشده است. هرچند در فضای مجازی و سایت‌های آگهی‌دهنده، به ظاهر معاملات خودرو در جریان است؛ اما به نظر می‌رسد با توجه به بسته بودن مراکز شماره‌گذاری و دفترخانه‌ها، آنجا نیز خرید و فروش خاصی انجام نمی‌شود.

دادند آن را به آینده موکول کنند. در نتیجه این روند، تقاضا در بازار خودرو افت کرد و قیمت‌ها نیز تا حدی پایین آمد؛ اما نه آن زمان و نه حالا که کرونا به دو ماهگی اش در ایران نزدیک شده، قیمت‌ها افت چشمگیری را به خود ندیدند. این البته در حالی است که به نظر می‌رسد اگر کرونا وارد ایران نمی‌شد، قیمت‌ها در اسفندماه رشد چشمگیری را به خود می‌دید و ادامه آن به امروز نیز می‌رسید.

در واقع کرونا به نوعی اجازه نداد منحنی قیمت خودروهای داخلی از آنچه بود، بالاتر برود. تا قبل از داستان کرونا، بازار خودرو در حال دنوردیدن مرزهای قیمت بود، تا جایی که خودرویی مانند پراید، به نزدیکی‌های ۷۳ میلیون تومان رسید و پژو ۴۰۵ هم تا مرز ۱۲۰ میلیون تومان پیش رفت. قیمت همین دو مدل خودرو قدیمی که اتفاقاً تا چندی دیگر قرار است از رده خارج شوند، به خوبی نشان می‌دهد بر بازار خودرو قبل از آمدن کرونا به کشور، چه گذشته است.

در حال حاضر نیز اگر خبری از اوج‌گیری قیمت خودروهای داخلی نیست، این موضوع با تعطیلی بازار و کاهش تقاضا (ناشسی از شیوع کرونا) در ارتباط است. در واقع به نظر می‌رسد اگر ترس شهروندان از ابتلا به کرونا نبود، بازار خودرو در نیمه دوم فروردین احتمالاً باز هم اوج می‌گرفت.

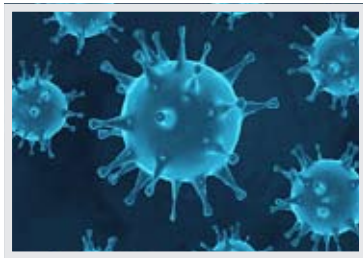
از آن سو خودروسازان نیز به تازگی تولید خود را از سر گرفته و در سال جدید فعلاً هیچ فروش فوری و پیش‌فروشی را انجام نداده‌اند. در نتیجه این موضوع و همچنین تعطیلی بازار خودرو، منحنی دقیقی نیز از قیمت خودروها قابل ارائه نیست؛ کما اینکه برای نرخ کارخانه‌ای خودروها هم فعلاً تصمیم جدیدی اتخاذ نشده است. البته اگر نرخ‌های ارائه‌شده در سایت‌ها و شبکه مجازی را ملاک قرار دهیم، به نظر می‌رسد بحران کرونا تا حدی به شکسته شدن قیمت‌ها منجر شده است.

البته این به آن معنا نیست که قیمت خودروهای داخلی افت سنگینی را تجربه کرده باشد. در واقع به نظر می‌رسد شیوع ویروس کرونا در کشور، بیش از آنکه به کاهش قیمت بینجامد، از ثبت رکوردهای جدید قیمتی جلوگیری کرد. منحنی قیمت در بازار خودرو کشور طی بهمن ماه صعودی شدید را تجربه کرد و پیش‌بینی می‌شد در اسفند و با توجه به شکل‌گیری بازار شب عید، قیمت‌ها بالاتر نیز بروند. این در حالی بود که با اعلام خبر رسمی ورود کرونا به ایران در آخرین روز بهمن، روند حضور و فعالیت شهروندان در بازار خودرو به تدریج کم و کمتر شد. در واقع هر چه جلوتر رفت، ایرانی‌ها بیشتر کرونا را جدی گرفتند و در این بین، خیلی‌ها نیز که قصد خرید و فروش خودرو داشتند، ترجیح

قیمت همراه خواهد بود. این پیش‌بینی از آن جهت است که علائم مثبت اقتصادی و سیاسی برای کاهش قیمت انواع کالا از جمله خودرو، دیده نمی‌شود. رشد قیمت در بازارهای ارز و سکه، تحریم و کاهش قیمت جهانی نفت که به افت درآمدهای ارزی کشور می‌انجامد و همچنین تورم انتظاری، فاکتورهای اثرگذاری هستند که به نظر می‌رسد قیمت خودرو از ناحیه آنها رشد خواهد کرد.

از آن سو البته هنوز تکلیف دستورالعمل قیمت‌گذاری خودرو برای سال ۹۹ نیز مشخص نشده است. طبعاً هرگونه تصمیم دولت در این ماجرا می‌تواند بر سرنوشت قیمت خودروها در بازار اثرگذار باشد. کارشناسان معتقدند ادامه سیاست قیمت‌گذاری دستوری می‌تواند به رشد قیمت‌ها (در بازار) دامن بزند؛ اتفاقی که در سال گذشته نیز رخ داد. به گفته آنها، اگر دولت به اجرای مصوبه قیمت‌گذاری در حاشیه بازار تن دهد، این موضوع می‌تواند در نهایت و البته به شرط رعایت سایر پارامترها (به ویژه عرضه مناسب) به کاهش قیمت‌ها کمک کند.

رسید و برخی نیز معتقدند بحران کرونا حتی تا پاییز نیز ادامه خواهد داشت. به هر حال کرونا هر زمان که پایان یابد و به عبارت



بهرتر، هر وقت ترس شهروندان از این ویروس بریزد، آن نقطه می‌تواند شروع داستان جدیدی از ثبات، کاهش یا افزایش قیمت‌ها باشد؛ هرچند به اعتقاد بیشتر کارشناسان، بازار خودرو در پساکرونا، احتمالاً با رشد

فعالاً اما کرونا همچنان جولان می‌دهد و از همین رو کمتر کسی رغبت به خرید و حتی فروش در این شرایط دارد. به هر حال خرید خودرو معمولاً نیاز به بازدید مشتری دارد، اما با توجه به داستان کرونا و فاصله‌گذاری اجتماعی، خیلی‌ها از بیم ابتلا به این بیماری ترجیح می‌دهند در آینده اقدام به خرید کنند. همین موضوع به نوبه خود سبب شده خرید و فروش خودرو در فضای مجازی نیز چندان رونقی نداشته باشد.

حال این پرسش مطرح است که سرنوشت قیمت پس از بازگشایی نمایشگاه‌های خودرو و فعال شدن بازار، چه خواهد شد؟ آیا منحنی قیمت خودروها روندی با ثبات و حتی رو به نزول را طی می‌کند یا سر به صعود خواهد گذاشت؟

برای پاسخ به این پرسش ابتدا باید جواب این سؤال را بیابیم که بحران کرونا در کشور تا چه زمانی ادامه خواهد داشت و به عبارت بهتر، شهروندان چه زمانی از ترس ابتلا به این ویروس خلاص و روی به بازار خودرو خواهند آورد. کمتر کسی البته پاسخ این پرسش را می‌داند، چه آنکه برخی می‌گویند تا اواسط خرداد به شرایط بهتری خواهیم



علم و فناوری

آینده‌ای که در انتظار ماست! ۲۰/

رقصی که پیش‌بینی «آلبرت اینشتین» را تأیید کرد! ۲۲/

پرفروش‌های بازار موبایل در سالی که گذشت! ۲۳/

زمین احتمالی بعدی کشف شد! ۲۴/

۷ راهکار برای قوی‌تر شدن در فضای مجازی! ۲۶/



کارگاه

[۱۹]

ماهنامه داخلی شرکت عقاب افشان

شماره ۶۷ - فروردین ماه ۱۳۹۹

اسکایا

علم و فناوری

گردشگری

فرهنگ و هنر

سلامت

ورزش

News

آینده‌ای 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 فناوری آن را دارد می‌تواند در لیست قدرت‌های بزرگ باشد. با این مقدمه به برخی از اخبار این حوزه که قطره‌ای از دریاست اشاره می‌کنیم.

پژوهشگران و فناوران معاونت علمی و فناوری ریاست جمهوری طراحی و در کشور ساخته شد. توربین‌های دندانپزشکی ایزاری مهم در کلینیک‌های دندانپزشکی محسوب می‌شوند، این ابزار به رغم اینکه در کلینیک‌ها کاربرد گسترده‌ای دارند، اما ایزاری وارداتی است که خوشبختانه صندوق حمایت از پژوهشگران و فناوران با حمایت از این پروژه، توسعه این ابزار را تحقق بخشیده است.



توربین‌ها ابزارهای چرخنده با سرعت بالا هستند که برای برداشتن نسخ دندان و پوسیدگی در حداقل زمان به کار می‌روند، هندپیس‌ها نیز ابزاری مکانیکی برای انجام انواع روش‌های معمول دندانپزشکی از جمله از بین بردن پوسیدگی، پولیش و تغییر پروتزها است. میکروتوربین‌های با سرعت بالا یکی از اجزای هندپیس‌ها است که فناوری به کار رفته در آن پیشرفته است. برهان بیگزاده مجری طرح پژوهشی «طراحی و ساخت نمونه هندپیس توربین دندانپزشکی» در خصوص این ابزار گفت: تشدید تحریم‌ها در سال‌های اخیر موانعی را در کشور به وجود آورده است. بنابراین واردات هندپیس‌های دندانپزشکی با مشکلاتی روبرو می‌شود، از سویی با وجود توانایی‌های داخلی نیازی به وابستگی کلی در این حوزه به خارج از کشور نیست و می‌توان این فناوری را بومی سازی کرد. در این پروژه نیز توسعه فناوری ساخت این میکروتوربین‌ها

دارد؛ این ربات قادر است سطوح دارای شکل غیرمعمول و غیرهموار و همچنین اشیایی را که بالاتر از سطح زمین قرار دارند، به خوبی ضدعفونی کند. این ربات جدید که eXtreme Disinfection roBOT یا به اختصار (XDBOT) نام دارد، به صورت بی‌سیم و با استفاده از یک لپ‌تاپ یا تبلت کنترل می‌شود و نیازی به حضور کاربر در محل تحت ضدعفونی ندارد. بدین ترتیب احتمال آلوده شدن شخص کاربر به ویروس کرونا منتفی می‌شود.



ربات‌های ضدعفونی کننده موجود در بازار برای پاکسازی و ضدعفونی سطوح صاف و کف خیابان‌ها و ساختمان‌ها طراحی شده‌اند، اما ربات XDBOT به گونه‌ای طراحی شده که قادر است سطوح دارای شکل غیرمعمول و غیرهموار و همچنین اشیایی را که بالاتر از سطح زمین قرار دارند، به خوبی ضدعفونی کند. این ربات دارای یک بازوی متحرک با ۶ محور است که قابلیت شبیه‌سازی حرکات دست انسان را دارد و با استفاده از آن می‌تواند به مکان‌هایی مانند زیر تخت، کلیدهای برق، دستگیره در و سطح زیر و روی میز دسترسی یابد.

توربین دندانپزشکی در کشور بومی سازی شد
توربین دندانپزشکی با تلاش محققان دانشگاه علم و صنعت و با حمایت صندوق حمایت از



تور مجازی بازدید از موزه مشهور انگلیس با کمک یک ربات

با شیوع ویروس کرونا در جهان و در پی آن بسته شدن مؤسسات هنری سراسر جهان، موزه هنرهای معاصر «هستینگز انگلیس» با استفاده از یک ربات دور حضور تورهای مجازی ارائه می‌دهد. هفته گذشته یک ربات در حال حرکت در موزه هنرهای معاصر هستینگز انگلیس بود. با اجازه لیز گیلومر، مدیر موزه هنرهای معاصر هستینگز انگلیس، این ربات که دارای یک صفحه نمایش به اندازه یک آی‌پد است، در موزه حرکت می‌کند و آثار هنری آنجا را در معرض نمایش قرار می‌دهد. افراد می‌توانند با کمک این ربات‌نمایی کامل از تمام جهات موزه داشته باشند و یک سرگرمی بسیار جذاب برای افرادی که به دلیل شیوع ویروس کرونا و قرنطینه در خانه هستند، ایجاد می‌کند. با اینکه ویروس کرونا سبب بسته شدن مؤسسات هنری جهان شد، اما کاری که این موزه انجام داد، متفاوت و جالب است؛ تور مجازی این ربات با استفاده از یک دستگاه دورحضوری تلفن همراه و از طریق وای‌فای امکان دیدن این موزه را برای کاربران درون خانه فراهم می‌کند.

ساخت ربات ضدعفونی کننده با سرعت بالا

محققان دانشگاه فنی نانیانگ در سنگاپور یک ربات نیمه خودکار ساختند که قابلیت ضدعفونی سطوح وسیع را با سرعت بالا

با کاربرد اصلی در دندانپزشکی مد نظر قرار گرفته شده است.



لغو همه رویدادهای فیسبوک تا ژوئن ۲۰۲۱ به خاطر ویروس کرونا

طبق اعلام «مارک زاکربرگ» رئیس شرکت فیسبوک، این شرکت در پی شیوع بیماری همه‌گیر کووید-۱۹ تمامی رویدادهای بزرگ و مهم خود را تا ماه ژوئن سال آینده لغو کرد. مارک زاکربرگ رئیس شرکت فیسبوک امروز اعلام کرد که فیسبوک تا ژوئن ۲۰۲۱ هرگونه رویداد بزرگ حضوری با حضور بیش از ۵۰ نفر را لغو خواهد کرد. برخی از این رویدادها در این مدت به شکل مجازی برگزار خواهند شد، اما فیسبوک هنوز جزئیات و چگونگی برگزاری آنها را مشخص نکرده است. زاکربرگ در یک پیام نوشت: وقتی جامعه سرانجام دوباره شروع به فعالیت کند، باید به آرامی شروع کند تا اطمینان حاصل شود که افرادی که به کار برمی‌گردند، می‌توانند با خیال راحت کار خود را انجام دهند و ما در فیسبوک، احتمال شیوع بیماری در آینده را به حداقل می‌رسانیم.

به روزرسانی نقشه‌های «ویز» با اطلاعات مربوط به ویروس کرونا

برنامه مسیریابی مشهور «ویز» در به روزرسانی جدید خود با کمک از افراد جامعه، نقشه‌ها را به جزئیات مرتبط با بیماری همه‌گیر کووید-۱۹ مجهز کرده است. اغلب مردم این روزها به دلیل سفارش به رعایت شرایط قرنطینه خانگی و فاصله‌گذاری اجتماعی، این روزها زیاد رانندگی نمی‌کنند، چرا که کمتر از خانه بیرون می‌آیند. اما گروه پشتیبان برنامه مسیریابی «ویز» (Waze) متعلق به شرکت گوگل می‌داند که دسترسی به جزئیات خاصی مانند بسته بودن یک مسیر می‌تواند برای کسانی که مجبور به بیرون رفتن از خانه‌های

خود هستند، بسیار مفید باشد. به همین دلیل این گروه با کمک گرفتن از شهروندان و انجمن‌های داوطلبانه، اطلاعات مربوط به کووید-۱۹ و مکان‌های متأثر از شیوع این بیماری را به نقشه‌های خود اضافه کرد. این گروه کاری کرده است که به روزرسانی جدید نقشه‌های «ویز» شامل اطلاع از بسته شدن جاده‌ها و مسیرها، مناطق قرمز و سایر جزئیات و اطلاعات مفید باشد.



این برنامه همچنین ویژگی جدیدی را معرفی کرده است که مکان‌های فروش مواد غذایی و اقلام ضروری را نمایش می‌دهد. گروه پشتیبانی این برنامه مسیریابی از نهادهای دولتی دعوت کرده است تا در این کار مشارکت کنند و همچنین در اطلاع‌رسانی به مردم در مورد بسته شدن مسیرها، مکان‌های انجام آزمایش‌های پزشکی و مکان‌های توزیع مواد غذایی و سایر جزئیات همکاری کنند.

تلویزیون هوشمند با وی‌فای نسل ششم رونمایی شد

شرکت هایسنس از تلویزیون هوشمند با استاندارد وی‌فای ۶ رونمایی کرد که سرعت آن ۲/۷ برابر وی‌فای نسل ۵ است. شرکت «هایسنس» کنفرانسی برای رونمایی از محصول در چین برگزار کرد و چند مدل تلویزیون هوشمند متعلق به ۴ سری مختلف را عرضه کرد.

این شرکت از سری جدید A برای تلویزیون‌های لیزری، سری U برای تلویزیون‌های با کیفیت و مدل‌های X رونمایی کرد. علاوه بر آن در این مراسم سری تلویزیون‌های A نیز رونمایی شد. این سری به تلویزیون‌های مجهز به هوش مصنوعی تعلق دارد. در کل هایسنس بیش از ۳۰ محصول در ۴ سری مختلف رونمایی کرد از جمله ۱۰ تلویزیون با نمایشگر بزرگ بالای ۷۵ اینچ. میان محصولاتی که این شرکت

رونمایی کرد دستگاه A7F smart TV نیز به عنوان نخستین تلویزیون چینی با استاندارد شبکه وایرلس وی‌فای ۶ نیز معرفی شد.



علاوه بر آن تلویزیون مذکور مجهز به دوربینی است که از ویدئو با کیفیت بالا پشتیبانی می‌کند و یک مربی ورزشی هوش مصنوعی و آینه AR HD Magic دارد. سری ایکس تلویزیون‌های این شرکت نیز مجهز به فناوری هوش مصنوعی است و ویژگی‌های مانند تماس ویدئویی چند کانالی، سرویس ابر تمرین ورزشی و سرویس ابر کاریکی دارد.



یادآوری دستبند الکترونیک فاصله‌گذاری اجتماعی به کارگران

شرکت خودروسازی فورد به کارگرانی که هنوز در تاسیسات مشغول کار هستند، دستبند الکترونیکی داده تا حفظ فاصله‌گذاری اجتماعی را به آنها یادآور شود.

شرکت خودروسازی «فورد» به گروه کوچکی از کارگانش که هنوز هم در تاسیسات این شرکت کار می‌کنند دستبند الکترونیکی داده است. هنگامی که کارگران به فاصله یک متر و ۸۰ سانتیمتری (۶ فوتی) یکدیگر نزدیک می‌شوند، این دستبند مرتعش می‌شود. فورد امیدوار است این دستبندها قوانین فاصله‌گذاری اجتماعی را به کارگران یادآوری کند.



رقصی که پیش‌بینی «آلبرت اینشتین» را تأیید کرد!

و نیم به این نتیجه رسیده‌اند که حرکت این ستاره به دور کمان‌ای* حرکتی تقدیمی شوارزشیلد (Schwarzschild precession) است. بیشتر ستاره‌ها و سیارات دارای مدار غیر دایره‌ای هستند و به همین دلیل از جسم مورد نظر که آنها به دورش می‌چرخند، دورتر می‌شوند. مدار S2 حرکت تقدیمی دارد، به این معنی که مکان نزدیکترین نقطه آن به سیاهچاله ابرجرم با هر چرخش تغییر می‌کند. نظریه نسبیت عام پیش‌بینی دقیقی از میزان تغییرات مدار آن دارد که نشان می‌دهد نظریه نسبیت عام با آخرین یافته‌های محققان این تحقیق مطابقت دارد. این مطالعه که با کمک تلسکوپ وی آل تی انجام شد، به دانشمندان کمک می‌کند تا در مورد اجرام مجاور سیاهچاله ابرجرم در مرکز کهکشان راه شیری اطلاعات بیشتری کسب کنند. این مطالعه نتیجه ۲۷ سال مشاهده ستاره S2 است. با وجود تلسکوپ وی آل تی، این تیم معتقد است که آنها می‌توانند ستاره‌های بسیار ضعیفی را که در نزدیکی سیاهچاله ابرجرم حرکت می‌کنند را نیز مشاهده کنند.

است. صد سال بعد دانشمندان همین تأثیر را در حرکت یک ستاره در گردش مدار منبع رادیویی کمان‌ای* در مرکز راه شیری کشف کردند. این یافته‌های جدید، این شواهد که نشان می‌دهد کمان‌ای* باید سیاه چاله‌ای ابرجرم که جرم آن ۴ میلیون برابر جرم خورشید باشد را تقویت می‌کند. کمان‌ای* و چگالی تراکم از ستارگان که در اطراف آن قرار دارند، در فاصله ۲۶ هزار سال نوری از خورشید واقع شده‌اند و مجموعه منحصر به فردی برای آزمایش فیزیکی در یک سامانه گرانش غیرقابل توصیف ارائه می‌دهند. یکی از این ستارگان که S2 نام دارد به سمت سیاهچاله ابرجرم تا نزدیکترین فاصله که کمتر از ۲۰ میلیارد کیلومتر است (صد و بیست برابر فاصله بین خورشید و زمین) حرکت می‌کند و این موضوع آن را به یکی از نزدیکترین ستاره‌هایی که تاکنون در مدارهای اطراف سیاهچاله ابرجرم یافت شده، تبدیل می‌کند. این ستاره هر ۱۶ سال یک بار چرخش به دور یک مدار را کامل می‌کند. محققان اظهار کردند پس از بررسی این ستاره پس از دو دهه

دانشمندان «موسسه فیزیک فرازمینی ماکس پلانک» با بررسی انجام شده توسط تلسکوپ «وی آل تی» برای اولین بار شاهد چرخش یک ستاره در مدار سیاهچاله ابرجرم در مرکز کهکشان راه شیری بودند و این همان چیزی است که آلبرت اینشتین فیزیکدان نظری آلمانی در نظریه نسبیت عام خود پیش‌بینی کرده بود. به گزارش تک‌اکسپلورر، مدار آن ستاره مانند یک روبان گل مانند است و طبق نظریه گرانش نیوتن که پیش‌بینی کرده بود می‌بایست بیضی شکل باشد، نیست. این یافته‌ها به دانشمندان بسیار کمک خواهد کرد و امکان حل معماهای بسیار زیادی را برای آنها فراهم خواهد کرد. نظریه نسبیت عام انیشتین پیش‌بینی می‌کند شی‌ای که دور یک شیء دیگر مدار می‌زند، مدارش بسته نیست، بلکه در صفحه حرکتش حرکت تقدیمی دارد. این اثر مشهور اولین بار در مدار سیاره عطارد در اطراف خورشید مشاهده شد و اولین مدرک اثبات نظریه نسبیت عام بود. حرکت تقدیمی (Precession) به معنی پیچیدن و تغییر جهت‌گیری محور جسمی چرخان



پرفروش‌های بازار موبایل در سالی که گذشت

۴ هزار میلی آمپری وجود دارد.

موبایل شیائومی با سه گزینه RAM انتخابی

یکی دیگر از موبایل‌های پرفروش سال گذشته «شیائومی رد می نوت ۷» است. این دستگاه با وزن ۱۸۶ گرم نمایشگر آل سی دی ۶/۴ اینچی دارد. همچنین این موبایل شیائومی مجهز به اندروید ۹ است که در آن پردازشگر اسنپ دراگون ۶۶۰ کوالکام نصب شده است. در کنار این موارد ۳ گزینه ظرفیت RAM و حافظه داخلی برای دستگاه در نظر گرفته شده است. گزینه‌های انتخابی RAM دستگاه ۴،۳ و ۶ گیگابایت است. حافظه داخلی دستگاه نیز با گزینه‌های ۳۲، ۶۴ و ۱۲۸ گیگابایت عرضه می‌شود. پشت دستگاه ۲ دوربین نصب شده و دوربین جلویی نیز ۱۳ مگاپیکسل است.

موبایل بودند. اما موبایل‌های شرکت‌های شیائومی وان پلاس و نوکیا نیز طرفداران خاص خود را داشتند. در همین راستا برخی از موبایل‌های پرفروش سال گذشته را مرور می‌کنیم.

سامسونگ A۵۰ با ۳ دوربین

این دستگاه در مارس ۲۰۱۹ میلادی با وزن ۱۶۶ گرم به بازار عرضه شد. موبایل A۵۰ با بدنه‌ای از جنس پلاستیک با نمایشگر AMOLED ساخته شده است. اندازه نمایشگر آن نیز ۶/۴ اینچ با وضوح ۱۰۸۰ در ۲۳۴۰ پیکسل است. این دستگاه دارای تراشه Exynos9610 است که پشت آن ۳ دوربین وجود دارد. دوربین سلفی آن نیز ۲۵ مگاپیکسلی است. زیر نمایشگر دستگاه حسگر اثر انگشت قرار دارد. همچنین در این موبایل یک باتری

سال گذشته شرکت‌های بزرگ اپل، سامسونگ و هواوی همچنان پرفروش‌ترین موبایل‌ها را به بازار عرضه کردند اما در این میان موبایل‌های شرکت‌های شیائومی، وان پلاس و نوکیا نیز در گروه پرفروش‌ها بودند. سال گذشته برای صنعت موبایل سال پر فراز و نشیبی بود. هر کدام از تولیدکنندگان این بازار سعی داشتند سهم خود را از بازار بیفزایند و دستگاه‌های بیشتری بفروشند. هر چند برخی نام‌ها در این صنعت تثبیت شده هستند و همچنان بخش اعظم این بازار را در دست خود دارند، اما برخی شرکت‌های تازه نفس نیز با عرضه محصولات مختلف و با کیفیت توانستند در عرصه بین‌المللی پایگاهی برای خود ایجاد کنند. طبق آمار موجود در سال گذشته سامسونگ، اپل و هواوی همچنان برندهای پرفروش بازار

زمین احتمالی بعدی کشف شد!



دانشمندان ناسا با استفاده از داده‌های تلسکوپ فضایی کپلر خبر از کشف یک سیاره فراخورشیدی بسیار شبیه به زمین دادند.

تلسکوپ فضایی کپلر (Kepler) که شکارچی سیارات فراخورشیدی متعلق به ناسا است ممکن است اکنون نتوان از خدمت‌رسانی شده باشد، اما داده‌های آن هنوز تویدبخش است.

گروهی از دانشمندان ناسا داده‌های کپلر را مورد بررسی قرار داده‌اند و یک سیاره زمین‌مانند را کشف کرده‌اند که می‌تواند مانند زمین شرایط پشتیبانی از حیات را داشته باشد. این سیاره فراخورشیدی «Kepler-1649c» نام‌گذاری شده و به دور یک ستاره کوتوله قرمز که در فاصله حدود ۳۰۰ سال نوری از زمین قرار دارد، می‌گردد. این سیاره تقریباً به اندازه زمین است و در «کمربند حیات» ستاره میزبان خود قرار دارد که به آب اجازه می‌دهد تا به صورت مایع روی سطح سیاره وجود داشته باشد.

سیاره «Kepler-1649c» هر ۱۹/۵ روز زمینی، یک دور به دور ستاره میزبان خود می‌چرخد که همچنان انگیز است، چرا که باعث می‌شود این سیاره در کمربند حیات یا منطقه قابل سکونت ستاره میزبان خود قرار بگیرد.

«توماس زوربوچن» سرپرست اداره مأموریت علمی ناسا در بیانیه‌ای گفت: این دنیای جذاب و دوردست، به ما امید بیشتری می‌بخشد که زمین دیگری در میان ستارگان قرار دارد و منتظر کشف توسط ما بوده است.

تلسکوپ «کپلر» در زمان خود صدها سیاره را در فضا جستجو و کشف کرد. اکنون برخی از این داده‌ها هنوز هم اطلاعات خارق‌العاده‌ای از قبیل کشف «Kepler-1649c» را که یک سیاره بالقوه قابل سکونت است، ارائه می‌دهد.

طبق مشاهدات «کپلر»، ۲۰ تا ۲۵ درصد از ۲۲۰ میلیارد ستاره موجود در کهکشان راه شیری دارای دنیاهایی هستند که می‌توانند از حیات میزبانی کنند.

بسیاری از داده‌های «کپلر» از طریق الگوریتم‌های رایانه‌ای فیلتر می‌شوند، اما به نظر می‌رسد که الگوریتم‌های موجود، همه اطلاعات مهم را در نظر نمی‌گیرند. بنابراین گروهی از محققان برای انجام تحقیقات و حصول

کمربند حیات (Habitable Zone) در اخترشناسی بازه‌ای از فاصله در سامانه یک ستاره است که بتوان در آن سیاره‌ای با فشار اتمسفر کافی یافت کرد که شرایط وجود آب مایع در سطح خود را دارا باشد. این فاصله بر مبنای نیازهای شناخته شده بیوسفر زمین، موقعیتش در منظومه شمسی و مقدار انرژی حرارتی که از خورشید دریافت می‌کند، محاسبه می‌شود.

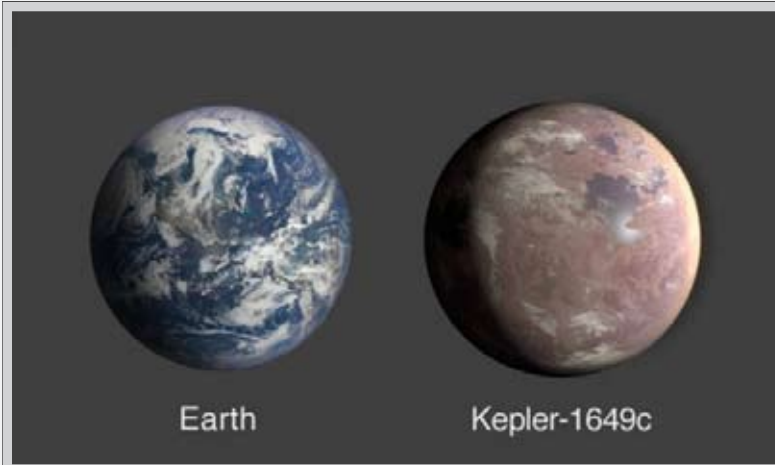
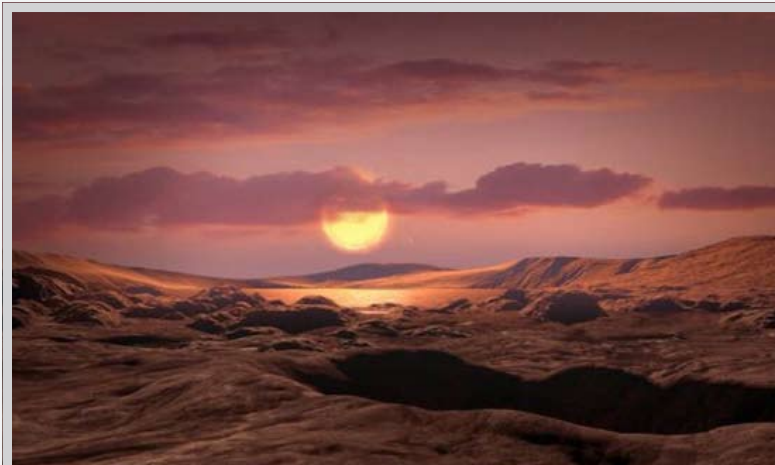
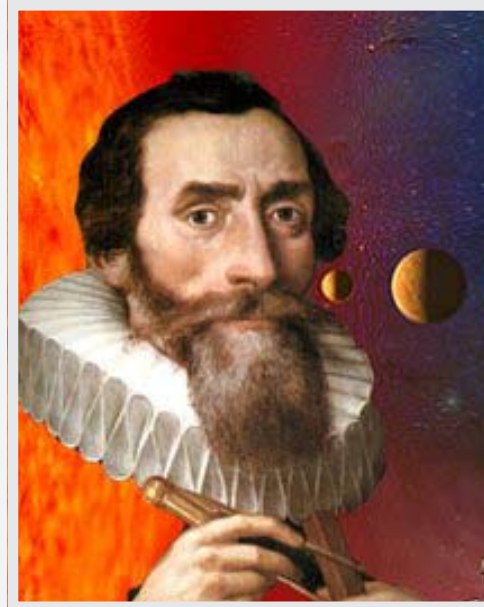
به دلیل اهمیت وجود آب مایع به عنوان لازمه زندگی تصور می‌شود می‌توان با استفاده از کمربند حیات وسعتی از جهان که امکان زندگی فرازمینی در آن وجود دارد را تخمین زد. هر چند بعدها مشخص شد که امکان وجود آب مایع به علت وجود منابع حرارتی دیگر در اجرام آسمانی که خارج از این محدوده قرار دارند نیز وجود دارد و در واقع امکان زیست فرازمینی به این نواحی محدود نمی‌شود.

از سال ۱۹۵۳ میلادی که مفهوم کمربند حیات برای اولین بار مطرح شد تاکنون سیاره‌های زیادی در این نواحی یافت شده‌اند که بیشتر آن‌ها ابرزمین یا غول گازی با ابعادی بسیار بزرگتر از زمین هستند، چرا که شناسایی اینگونه سیارات آسان‌تر است.

نشانه‌ای از کاهش درخشندگی بر اثر گذار سیاره‌ای بیابد. این مأموریت به نام ستاره‌شناس آلمانی «یوهانس کپلر» نام‌گذاری شده‌است.

تلسکوپ فضایی کپلر حتی پس از بازنشستگی هم دست از اکتشاف برنداشت و تصاویری از یک سیاره گازی شبیه به نپتون، یک آب‌زمین و یک سیاره شبیه به زحل (که به دور ستاره‌ای در ابعاد خورشید ما می‌چرخید) را به زمین ارسال کرد. سازمان هوافضای ناسا آخرین تصویر ثبت شده توسط تلسکوپ فضایی کپلر به اسم «Last Light» یا «آخرین نور» را منتشر کرد. ناسا همچنین اظهار داشته که تلسکوپ مذکور یک ماه پس از ثبت این عکس، با اتمام سوخت به پایان عمر خود رسیده است. یافته‌های دانشمندان در مجله Astrophysical منتشر شده است.

تلسکوپ «کپلر» در زمان خود صدها سیاره را در فضا جستجو و کشف کرد. اکنون برخی از این داده‌ها هنوز هم اطلاعات خارق‌العاده‌ای از قبیل کشف «Kepler-1649c» را که یک سیاره بالقوه قابل سکونت است، ارائه می‌دهد.



اطمینان از اینکه کلیه داده‌ها به درستی مطالعه می‌شوند، تشکیل شد و نتیجه داد، زیرا «Kepler-1649c» بخشی از این بازنگری در اطلاعات کپلر است که توسط الگوریتم‌ها نادیده گرفته شده بود.

اندازه سیاره «Kepler-1649c» تنها ۱/۰۶ برابر زمین است و ۷۵ درصد از «انرژی ستاره‌ای» را که سیاره ما از خورشید می‌گیرد، دریافت می‌کند. این ترکیب باعث می‌شود این دنیای تازه کشف شده بسیار خاص باشد.

محققان ناسا نوشتند: سیارات فراخورشیدی دیگری مانند «TRAPPIST-1f» و طبق برخی محاسبات، «Teegarden c» وجود دارند که از لحاظ اندازه به زمین نزدیک هستند. بعضی دیگر نیز مانند «TRAPPIST-1d» و «TOI700d» ممکن است از نظر دما به زمین نزدیک باشند.

فضاپیمای کپلر (Kepler) یک تلسکوپ فضایی ساخت ناسا است که با هدف کشف سیارات فراخورشیدی مشابه زمین در سال ۲۰۰۹ به فضا پرتاب شده‌است و برای این کار، درخشندگی ۱۰۰ هزار ستاره را در عرض ۳/۵ سال بررسی می‌کند تا

عضو شورای عالی فضای مجازی مطرح کرد:

۷ راهکار برای قوی تر شدن در فضای مجازی



عضو حقیقی شورای عالی فضای مجازی با تاکید بر اینکه باید نقشه راه قوی شدن در فضای مجازی را ترسیم کنیم، ۷ راهکار را به عنوان ابزار قوی تر شدن در این فضا تشریح کرد.

رسول جلیلی در خصوص فرمایشات مقام معظم رهبری مبنی بر قوت و برتری در فضای مجازی به عنوان یکی از ابزارهای قوی شدن گفت: باور بنده این است که فضای مجازی و فناوریهای زیرساختی آن و همچنین خدمات و کسب و کارها و محتوای پناشده روی آن از نقطه نظر اقتصادی، پژوهشی، حکمرانی، سبک زندگی، سیاسی و اجتماعی اولویت اول خیلی از کشورها در سطح بین المللی خواهد شد.

وی ادامه داد: کشورهای دنیا دو راه در پیش دارند، یا باید پیشران باشند و یا دنباله رو و حالت سومی وجود ندارد.

قوی شدن تنها راهبرد فعلی ایران در فضای مجازی

عضو حقیقی شورای عالی فضای مجازی گفت: غولهای اقتصادی و صنعتی آسیایی و اروپایی امروز که پیمانهای همکاری نزدیک اقتصادی و سیاسی با آمریکا دارند، حس عقب افتادگی نسبت به آمریکا را درک کرده اند و برای جبران این عقب افتادگی برنامه های جدی و با اولییتی در سطح حکومتی، اتحادیه ای و سطح بنگاهی تدوین کرده اند.

وی ادامه داد: با توجه به کلیه ابعاد حاکم در روابط بین الملل و سه قطبی موجود در روابط بین الملل (آمریکا و هم پیمانان غربی، عبیری و عربی اش؛ جمهوری اسلامی ایران و کشورهای مستقل؛ و سایرین) ما تنها و تنها یک راهبرد در امر فضای مجازی داریم و آن «قوی شدن» است.

دانشیار مهندسی کامپیوتر دانشگاه صنعتی شریف افزود: تنها همین یک راهبرد، بزرگراه رسیدن ما به استقلال در فضای مجازی (در استمرار استقلال در فضای واقعی) و پیمودن قله های تعالی و عزت است. دیگر اقدامها و ساز و کارها همه در طول این تک راهبرد قرار می گیرند.

وی با اشاره به اینکه رهبری معظم به خوبی این نیاز ملی را تشخیص و اعلام کرده اند، خاطر نشان

کرد: قیاس بین قدرت تجهیزاتی ما در دوران دفاع مقدس با امروز، با وضع فضای مجازی ما با آنچه که باید باشد تناسب دارد. این وضع مطلوب ما را عزیزتر خواهد کرد و قدرت تصمیم در اداره امور ملی و تأثیر منطقه ای و بین المللی را به ما ارزانی خواهد داشت.

قوی شدن سیاست کلان فضای مجازی کشور است

جلیلی با بیان اینکه وظیفه سیاست گذاری در جمهوری اسلامی، منطبق با قانون اساسی، بر عهده رهبری است، گفت: قوی شدن یک سیاست کلان و کلی در حوزه فضای مجازی کشور است که در سالهای جاری و پیش رو اولویت زیادی دارد، چرا که غفلت از آن منجر به عقب افتادگی خواهد شد.

وی ادامه داد: رهبری معظم این نیاز را به خوبی در ابتدای سال جاری مطرح کردند و لازم به ذکر است که این سیاست کلی در حکم تأسیس شورای عالی فضای مجازی در قالب ادبیاتی متفاوت ولی مضمونی یکسان، مطرح شده بود که متأسفانه مورد کم مهری مدیران سطوح عالی کشور قرار گرفت و باعث گلایه مندی همه دغدغه مندان و دوستداران استقلال و اقتدار کشور شده است.

وی گفت: موضوع سخت است ولی در یک مقطع تاریخی قرار داریم که اگر به بعدی واگذاریم از دست داده‌ایم. وابستگی، وابستگی انباشته شده می‌آورد و استقلال، استقلال فزاینده.

حاکمیت داده مفهوم قوی شدن را محقق می‌کند

جلیلی حاکمیت داده و حکمرانی اطلاعات را رکن اصلی در فضای مجازی هر کشوری عنوان کرد که می‌تواند مفهوم قوی‌تر شدن در فضای مجازی را محقق کند و گفت: ما هم مثل کشورهای پیشرفته نیاز به باور، قانون، فناوری، صیانت و ارائه خدمات فراگیر ملی روی منابع داده‌ای ملی خود داریم. وی ادامه داد: اتفاقات هفته قبل در خصوص نشست برخی داده‌ها از طریق برخی پیام‌رسان‌های خارجی و بی‌مبالاتی برخی سازمان‌ها در عدم صیانت از داده‌های شهروندان مذموم است و باید درسی باشد برای جلوگیری از رخداد مجدد آنها. دانشیار مهندسی کامپیوتر دانشگاه صنعتی شریف افزود: توجه کنیم که قوت بدون کیفیت، صبر، پشتکار، قناعت، امید، سواد، رصد فناوری، همدلی، و جمع‌سپاری حاصل نمی‌شود.

توسعه زیرساخت‌های بومی برای رهایی فضای مجازی ایران از سلطه دیگران. وی ادامه داد: توسعه زیرساخت‌های بومی و یا حتی راه‌اندازی و مدیریت داخلی فناوری‌های خریداری شده خارجی و در بدترین سناریو اعطای رسمی مجوز به خدمات خارجی در ارائه خدمات داخلی رویکردهایی برای تغییر وضعیت کنونی فضای مجازی کشور است که ایران را از سلطه دیگران خارج می‌کند.

نسبت پهنای باند مصرفی خارج به داخل نگران‌کننده است

جلیلی با تاکید بر اینکه نسبت کنونی پهنای باند مصرفی ایرانیان در داخل کشور از نظر نسبت پهنای باند خارجی به داخلی بسیار تعجب‌آور و نگران‌کننده است، گفت: چرا باید اینقدر برای خرید پهنای باند خارجی یعنی واردات پهنای باند هزینه کنیم؟ در مقابل چقدر صادرات داریم؟ واقعاً نگران‌کننده است و متأسفانه این شیب وضع خوبی ندارد. این عضو شورا عالی فضای مجازی اضافه کرد: مسئولین تصمیم‌گیر ما در این نگرانی تعارف دارند و خود را به فراموشی زده‌اند. در مواردی هم که مورد سؤال قرار می‌گیرند موضوعی غیر مربوط را تویست می‌کنند! دولت در این موضوع نقش اول و اصلی را دارد و مقصر اول و آخر است.

ترسیم نقشه راه قوی شدن با ۷ راهکار

عضو شورای عالی فضای مجازی در خصوص آماده‌سازی

زیرساخت‌های بومی برای تحقق منویات رهبری، گفت: باید نقشه راه قوی شدن را ترسیم کنیم که در این صورت به ۷ راهکار نیاز داریم.

۱ باور و اجرای جدی «اقتصاد مقاومتی» در فضای مجازی کشور از طریق رفع عمده نیازهای بازار داخل با مغز و دست و نوآوری جوانان ایرانی اعم از فناوری، محصولات، خدمات، خدمات، پهنای باند، تنوع محتوا، و به ویژه سرگرمی.

۲ نگرش به داده به عنوان یک دارایی ملی بسیار ارزشمند که صد البته در خدمت نیروی انسانی دانشمند و انگیزه‌مند ایرانی، منجر به توسعه خواهد شد.

۳ تشویق و اجبار به تحقیق و توسعه در صنعت و انجام پژوهش‌های کاربردی در دانشگاه‌ها به نحوی که از هر گونه تحریم فناوری توسط دیگران در امان باشیم و بتوانیم زیست‌بوم کیفی و روانی را برای ایرانیان فراهم کنیم.

۴ تعیین دقیق شاخص‌ها و سختگیری و دقت وافر در ارزیابی محصول و خدمت بومی به نحوی که ایرانی از ایرانی بودن محمل مورد استفاده‌اش در فضای مجازی ببالد.

۵ تسهیل کسب و کار دانش‌بنیان به‌منظور ایجاد تنوع و رقابت و رشد و تعالی بخش خصوصی و بارش امید در دانشجویان و فارغ‌التحصیلان کشور.

۶ صادرات خدمات و محصولات فضای مجازی، به منظور گسترش بازار تقاضا.

۷ توسعه ایرانست به عنوان مکمل اینترنت در جغرافیای ایران، به عنوان یکی از زیرساخت‌های اصلی قوت در فضای مجازی.



پازل و کورس

ساده

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

خیلی ساده

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

متوسط

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

سخت

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

گردشگری

تأثیر تغییرات فرهنگی و اجتماعی بر تدفین / ۳۰
خطر ورشکستگی و تعطیلی ۲ هزار بومگردی / ۳۲
بزرگ‌ترین قلعه خشتی نظامی جهان را دریابید / ۳۴
«کرونا» چه بر سر موزه‌های جهان آورده است؟ / ۳۵
پرسفر و کم‌سفرترین روزها و جاده‌ها در نوروز / ۳۶/۹۹

کارگاه

[۲۹]

ماهنامه داخلی شرکت عقاب افشان

شماره ۶۷ - فروردین ماه ۱۳۹۹

- اسکاتیا
- علم و فناوری
- گردشگری**
- فرهنگ و هنر
- سلامت
- ورزش
- News

تأثیر تغییرات فرهنگی و اجتماعی بر تدفین



موزه مرگ در آلمان یکی از عجیب‌ترین موزه‌های جهان است. موزه‌ای که به جای کتیبه‌های سنگی و آثار باستانی، می‌توان در آن، وسایل تدفین مربوط به قرون وسطی تا امروز را مشاهده کرد.

موزه مرگ در سال ۱۹۹۲ در شهر کاسل آلمان تأسیس شد. هدف از برپایی این موزه، آشنا کردن بازدیدکنندگان با تابوی مرگ، فرهنگ کفن و دفن، عزاداری و یادبودها است. این مؤسسه فرهنگی و تاریخی به بازدیدکنندگان، این امکان را می‌دهد تا پدیده مرگ را از راه استدلال، تحقیق و همچنین طنز مورد بررسی قرار دهند. راهنمایان موزه نیز تلاش می‌کنند تا درباره نحوه برخورد با مرگ به بازدیدکنندگان توضیح دهند و پیشینه و تغییرات فرهنگی و تاریخی این پدیده را نیز برای آن‌ها توصیف کنند. بازدید از این موزه نشان می‌دهد که تغییرات اجتماعی و فرهنگی تا چه اندازه می‌تواند بر شیوه تدفین و عزاداری نیز تأثیر بگذارد.

میزبان برنامه‌های متعددی در طول سال هستند. این برنامه‌ها گاه، همایش‌های علمی و کارگاه‌های آموزشی است و گاه به برگزاری تئاتر، کنسرت و یا برنامه‌های طنز ختم می‌شود. همچنین در ساختمان موزه، فروشگاه و کافی‌شاپ نیز وجود دارد. کافی‌شاپ موزه یک حیاط و تراس بزرگ با منظره‌ای از شهر کاسل دارد که بسیاری از بازدیدکنندگان را مجذوب خود می‌کند

موزه‌ای برای پول در فرانکفورت

یکی دیگر از موزه‌های آلمان، موزه پول در فرانکفورت است. بازدید از موزه پول در فرانکفورت برای کسانی که به جمع‌آوری سکه و اسکناس‌های قدیمی علاقه دارند، هیجان‌انگیز است جایی که ۲۱ سال پیش برای همین موضوع ایجاد شد.

در بخش نمایشگاه دائمی موزه که مساحتی در حدود ۱۴۰۰ مترمربع دارد، ۲۰ هزار شیء مربوط به دوران قرون وسطی تا به امروز وجود دارد که به تدریج گردآوری شده است. این اشیا که بخشی از تاریخ و فرهنگ کشورهای آلمانی‌زبان را نشان می‌دهد، شامل تابوت، لباس مخصوص تشییع، جواهرات، سنگ قبر، مجسمه‌ها و ... است. همچنین در بخشی از نمایشگاه، تابوت‌هایی به شکل خروس و دیگر حیوانات وجود دارد که نشان‌دهنده برداشتی غیر جدی از مرگ است. علاوه بر این، در این بخش، ۱۶۵۰۰ اثر گرافیکی مربوط به قرن پانزدهم تا به امروز نیز دیده می‌شود. این آثار شامل تکنواری‌ها، کاتالوگ‌ها و آگهی‌های منتشر شده در نشریات است. در کنار نمایشگاه دائمی، فضایی برای برگزاری رویدادهای مختلف وجود دارد. مسئولان موزه،

چهل هزار بازدیدکننده داشت. با این حال، مسئولان موزه تصمیم گرفتند که تغییراتی اساسی در فضای آن ایجاد کنند. بالاخره پس از بحث‌های فراوان، کار بازسازی موزه در سال ۲۰۱۴، با بودجه ۱۹ میلیون یورویی آغاز شد. بازسازی ساختمان موزه دو سال به طول انجامید و سرانجام در اواخر سال ۲۰۱۶، ساختمان جدید گشایش یافت. در حال حاضر موزه بانک فدرال آلمان از بخش‌های مختلفی تشکیل شده است. شاید جالب‌ترین بخش موزه مربوط به جمع‌آوری سکه‌ها باشد.

در این بخش، بیش از ۹۰ هزار سکه از دوران باستان تاکنون وجود دارد و سیر تکامل تاریخی سکه نیز به خوبی قابل مشاهده است. بخش دیگری از موزه به انواع اسکناس اختصاص یافته است. در این بخش بیش از ۲۵۰ هزار نوع اسکناس وجود دارد. در قسمت دیگری از موزه، اشیایی دیده می‌شوند که در زمان مبادلات کالا به کالا، نقش پول را ایفا می‌کردند. این بخش با عنوان اشیای قیمتی طرفداران زیادی دارد. همچنین در بخش دیگری از موزه به نقش بانک فدرال آلمان به عنوان بانک مرکزی این کشور پرداخته شده است.

موزه پول یا موزه بانک فدرال آلمان در سال ۱۹۹۹ در فرانکفورت افتتاح شد. این در حالی است که ایده ایجاد موزه‌ای برای نگهداری سکه و اسکناس، پیش از این‌ها در آلمان شکل گرفته بود. در واقع، ۶۴ سال پیش از آنکه مسئولان بانک فدرال به فکر تأسیس موزه پول باشند، مسئولان (بانک) رایش، سکه‌های طلا، نقره و همچنین پول‌های کاغذی زیادی را که جمع‌آوری کرده بودند، در موزه‌ای در برلین به نمایش گذاشتند.

این اموال که به عنوان دارایی‌های (رایش بانک) محسوب می‌شد، در زمان جنگ جهانی دوم توسط نیروهای متفقین مصادره شد. آنطور که سایت موزه گزارش داده است، بعدها در سال ۱۹۵۴، این اموال دوباره در اختیار آلمان (بانک فدرال آلمان) قرار گرفت. بانک فدرال نیز به تدریج و به صورت منظم، مجموعه سکه‌ها و اسکناس‌ها را تکمیل کرد و بالاخره در سال ۱۹۹۹، مجموعه‌های جمع‌آوری‌شده را در موزه‌ای در شهر فرانکفورت در معرض نمایش عموم گذاشت.

موزه پول فرانکفورت به تدریج طرفداران زیادی پیدا کرد، تا جایی که در سال ۲۰۱۴



نائب رییس جامعه بومگردی ایران هشدار داد:

خطر ورشکستگی و تعطیلی ۲ هزار بومگردی



او افزایش غیر کارشناسی تعداد بومگردی‌ها را از اشتباه‌های رخ داده در صنعت گردشگری دانست که همواره مورد نقد بوده و در ادامه آن گفت: برای اینکه تعداد بومگردی‌ها بیشتر شود، وام ۱۰۰ میلیون تومانی کم بهره اختصاص دادند که بسیاری برای اینکه وارد این حرفه شوند این وام را گرفتند، اما حالا در پرداخت اقساط آن مانده‌اند و در وضع موجود نمی‌دانند می‌توانند دوام بیاورند و به این کار ادامه دهند یا نه. برای همین است ما همواره از بومگردی‌ها می‌خواهیم این کار را شغل اول خود ندانند و در کنار آن به حرفه صنایع دستی و فعالیت‌های فرهنگی و کشاورزی هم بپردازند تا اقتصاد پایدار و کم‌خطرتری را تجربه کنند.

نائب رییس جامعه اقامتگاه‌های بومگردی ایران گفت: واضح است که بومگردی‌ها تا چند ماه دیگر هم نمی‌توانند درآمدی به دست آورند که معوقات مالیات، بیمه و هزینه‌های جاری را پرداخت کنند، چون بهار را از دست داده‌اند، بعد هم ماه رمضان فرا می‌رسد که کلاً زمان سفر در کشور نیست، بعد از آن تابستان می‌شود که امکان سفر به بسیاری از مناطق وجود ندارد، در زمستان هم شرایط سفر در برخی دیگر از مناطق کشور وجود ندارد، وضعیت ورود گردشگران خارجی هم که کاملاً معلوم است، عملاً هیچ یک از تالیسات گردشگری در سال ۹۹ امکان نقش

در گفت و گو با ایسنا در وصف اوضاع این اقامتگاه‌ها، اظهار کرد: بومگردی‌ها تقریباً از آبان ماه سال ۹۸، وضعیت تهدیدآمیزی پیدا کرده‌اند، همه امید آن‌ها به تعطیلات نوروز بود تا آن عقب‌ماندگی اقتصادی را جبران کنند که با شیوع ویروس کرونا، فرصت بهار هم از بین رفت.

با آن که وزارت میراث فرهنگی، گردشگر و صنایع دستی، برآوردی کلی از خسارت وارد شده به صنعت گردشگری داشته و از دولت، تخصیص ۳۸ هزار میلیارد ریال تسهیلات بانکی را درخواست کرده است، اما زیان مالی تحمیل شده از ناحیه شیوع ویروس کرونا به اقامتگاه‌های بومگردی هنوز برآورد نشده است.

رضوانیان در این باره توضیح داد: این برآورد خسارت در برخی استان‌ها از جمله اصفهان که از نظر وسعت و پراکندگی، بیشترین تعداد اقامتگاه بومگردی را دارد، انجام شده اما جمع‌آوری این آمار از سطح کشور با توجه به پراکندگی اقامتگاه‌ها و گستردگی جغرافیا، در این مدت زمان محدود، امکان‌پذیر نیست. هرچند واضح است که با توجه به تعداد معمول مهمانان بومگردی‌ها در ماه‌های بهار، خسارت وارد شده به این اقامتگاه‌ها ۱۰۰ درصد بوده، این آسیب به حدی شدید است که برخی از صاحبان بومگردی را بر آن داشته تا اقامتگاه خود را به فروش بگذارند.

نائب رییس جامعه اقامتگاه‌های بومگردی ایران هشدار داد: ۲ هزار بومگردی در خطر ورشکستگی و تعطیلی قرار گرفته‌اند.

افزایش آمار بومگردی‌ها به دو هزار واحد، جزو سیاست‌های اصلی سازمان وقت میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری بود، رؤسای آن بارها درباره رسیدن به این عدد ایده‌آل تا پایان دوران ماموریتشان، سخن گفته و برنامه‌ها چیده بودند. در سال ۹۸ وقتی که این سازمان به وزارتخانه تبدیل شد، باز هم بومگردی‌ها نقش پررنگی در میدان رأی‌گیری داشتند، آن هم با عنوان اقامتگاه‌هایی «ارزان» و «خانواده پسند» که می‌تواند در روزهای تحریم و فشار اقتصادی انگیزه‌ای برای سفرهای ارزان داخلی باشند؛ کسب و کارهایی کوچک که در سال‌های گذشته روستاهای متروک زیادی را احیا کردند و فرهنگ درحال انقراض را نجات دادند و سبب مهاجرت معکوس شدند و اینک در بحران کرونا، با خطر نابودی روبرو شده‌اند. شورای جهانی سفر و گردشگری و سازمان جهانی جهانگردی نیز، خطر تعطیلی و ورشکستگی این کسب و کارهای خرد را در صورت سلب حمایت دولت‌ها، پیش‌بینی کرده‌اند.

اکبر رضوانیان - نائب رییس جامعه حرفه‌ای اقامتگاه‌های بومگردی ایران - که هم‌زمان مسؤل جامعه بومگردی استان اصفهان است،

به مسافرت اختصاص دهند، اگر پولی باشد حتماً ترجیح بر آن است خرج نیازهای اولیه شود. اما دولت می‌تواند این تسهیلات را به کارگران، بازنشستگان، دانشجویان و اقشار دیگر بدهد تا مشوق سفر شود. باید سیستم دقیقی برای این کار طراحی شود تا این تسهیلات فقط خرج سفر شود و بازه زمانی محدودی هم برای مصرف آن تعیین شود. حسن این اقدام آن است که هم از سفر مردم حمایت شده و هم از تعطیلی کسب و کارهای خرد که ماه‌ها زبان مالی را تحمل کرده‌اند، جلوگیری خواهد شد.

نائب رییس جامعه اقامتگاه‌های بوم‌گردی ایران گفت: وقت آن است دولت مشخص کند، گردشگری چه جایگاهی در برنامه‌های آن دارد، اگر اهمیت دارد و می‌خواهد این صنعت حفظ شود، بدانند که با چند ماه مهلت‌دادن برای پرداخت اقساط بیمه، مالیات و هزینه‌های جاری انرژی‌ها نمی‌توان آن را حفظ و یا حمایت کرد، این اقدام فقط گردشگری را با سرعت به سمت پرتگاه نابودی هدایت می‌کند. مگر این که با اختصاص تسهیلات ارزان و سهمیه ویژه بنزین و وام‌های بازنشستگی، فرهنگیان و دانشجویان، سفر را آنقدر شارژ کند که در بسته خانوار ایرانی قرار گیرد، برای این کار همه سازمان‌ها، نهادها و وزارتخانه‌ها باید پای کار باشند و اولویت جدی بدهند.

همین وام ۱۰۰ میلیون تومانی که با کارمزد ۴ درصد و تنفس یک ساله گرفته‌اند، مانده‌اند و نمی‌توانند قسط‌های آن را بدهند چطور می‌تواند ۱۲ درصد سود را در حالی که هیچ درآمدی هم ندارند، دریافت کنند و در عرض دو سال پس بدهند، این چه کمکی به گردشگری است؟!

او همچنین به بخشنامه معاونت گردشگری که از اقامتگاه‌ها درخواست کرده ۵۰ درصد تخفیف در هزینه‌ها برای کادر درمان و پزشکان قائل شوند، اشاره کرد و گفت: اگر نفَس بومگردی‌ها چاق باشد حتماً این کار را انجام می‌دهند، اما شما یک قدم برای بومگردی‌ها بردارید بعد از آن‌ها که مردم به ادامه حیات هستند، بخواهید ۵۰ درصد تخفیف بدهند.

این فعال گردشگری در ادامه پیشنهاد کرد: بهتر است تسهیلاتی که برای تاسیسات گردشگری در نظر گرفته‌اند را یا با سود پایین‌تر و دوره بازپرداخت طولانی‌تر تخصیص دهند یا این تسهیلات را به جای کارآفرینان و شاغلان گردشگری، با عنوان «وام سفر» با سود کمتر و دوره بازپرداخت طولانی به همه اقشار بدهند تا انگیزه سفر شود. وی اضافه کرد: مردم هفته‌ها است در خانه مانده‌اند و به نشاط و سفر نیاز دارند، از آن طرف وضعیت معیشت و اقتصادی مردم خوب نیست، طبیعتاً نمی‌توانند بودجه‌ای را

آفرینی نخواهند داشت.

وی ادامه داد: درست است که کل تاسیسات گردشگری از آبان ماه سال ۹۸ در حال زیان‌دهی است، اما مساله بومگردی این است که در مقایسه با بیزنس‌های کلان، کسب و کار خرد و خانوادگی به حساب می‌آیند که در صورت بی‌توجهی، ضربه سنگین‌تری را متحمل خواهند شد. تعطیلی و نابودی یک بومگردی برابر است با نابودی و تخریب یک قوم، فرهنگ، توسعه پایدار، روستا، ساکنان آن و توقف مهاجرت معکوسی که در این سال‌ها شکل گرفته بود.

رضوانیان یادآور شد: با تعطیلی یک اقامتگاه، فقط یک شغل از بین نمی‌رود، بلکه هویت و فرهنگ نابود خواهد شد. آیا این موضوع ارزش آن را ندارد که نظام بانکی و مالیاتی و اداره‌های برق و گاز و آب تا پایان سال ۹۹ پرداخت هزینه را به تعویق اندازند تا ما هم کمی کمر صاف کنیم و خسارت‌ها را جبران کنیم.

او اضافه کرد: این درخواست را در جلسه اسفندماه با آقای مونس‌سان - وزیر میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی - و آقای دژپسند - وزیر امور اقتصادی و دارایی - مطرح کردیم، چون یقین داریم فقط با سه ماه مهلت دادن برای پرداخت مالیات، حق بیمه و هزینه‌های جاری مثل آب و برق، درد این صنعت و بومگردی‌ها درمان نمی‌شود. آن موقع که تصویری از آینده نداشتیم پیشنهاد کردیم تا شش ماه مهلت بدهند، اما حالا که وضعیت کمی برای صنعت گردشگری روشن شده و سفر در کل جهان تعطیل شده، از سیستم بانکی، امور مالیاتی و اداره‌های آب و برق و بیمه تقاضا می‌کنیم این مهلت را تا یک سال تمدید کنند.

وی افزود: بخش طنز و فکاهی حمایت‌هایی که برای گردشگری در نظر گرفته‌اند، پرداخت تسهیلات بانکی با ۱۲ درصد سود، بدون تنفس و با دوره بازپرداخت دو ساله است، بومگردی‌ها در



بزرگ‌ترین قلعه خشتی نظامی جهان را دریا باید



«قلعه ایرج» یا به گفته افراد محلی «قلعه گبری» شهرستان پیشوا، بزرگ‌ترین قلعه خشتی نظامی جهان است که با وجود آن که به دلیل بی‌توجهی، در آستانه نابودی قرار گرفته ولی از چنان ابهتی برخوردار است که هر گردشگری را به خود جلب می‌کند.

در شمال کمربندی ورامین - پیشوا و در کنار روستای عسکرآباد، قلعه‌ای وسیع با دیواره‌های بلند خودنمایی می‌کند، قلعه‌ای که محلی‌ها از آن به عنوان قلعه گبری یاد می‌کنند و به عنوان بزرگ‌ترین قلعه نظامی خشتی جهان است، جزو آثار تاریخی شهرستان پیشوا محسوب می‌شود. قلعه ایرج، به عنوان یکی از آثار تاریخی مهم شهرستان پیشوا در تاریخ یازدهم شهریور ماه سال ۸۲ به شمار ۹۸۳۵ در فهرست آثار ملی ایران به ثبت رسیده، اثری قدیمی و منحصر به فرد که عدم توجه ویژه به مسئولین، تاخت و تاز عوامل طبیعی و دخالت‌های انسانی آن را در معرض نابودی قرار داده است.

اگر جنوب به آن دروازه شمالی نگاه کنید قله دماوند مانند قاب عکسی زیبا در میان دروازه شمالی خود نمایی می‌کند. دیواره‌های این قلعه که از خشت خام و گل درست شده تا ۲۵ متر ارتفاع داشته که هم اکنون بیشترین ارتفاع این دیواره‌ها که بر اثر فرسایش آبی و بادی تخریب شده ۱۶ متر می‌باشد. ضخامت دیواره‌ها در برخی از مناطق قلعه بین ۱۷ تا ۲۲ متر بوده به طوری که در برخی از دیواره‌ها حفره‌هایی احداث شده بوده که ارابه‌های جنگی از داخل آن عبور می‌کرد و در مرمت‌های صورت گرفته در دیواره شرقی برخی از این اتاقک‌ها بازسازی شده است. در دورتا دور قلعه خندق‌هایی به عرض ۳۰ متر و عمق ۸ متر حفر شده بود که قلعه را از هجوم دشمنان حفظ می‌کرد. در داخل قلعه قصری بوده که امروز از آن هیچ اثری باقی نمانده است چرا که از اراضی داخل این قلعه به منظور کشت انواع محصولات کشاورزی استفاده می‌شود. رشته قناتی با هفت سنگ آب در این قلعه جاری است که از سرچشمه آن هنوز نیز اطلاعات دقیقی به دست نیامده است. طی سال‌های اخیر دروازه و دیواره‌های شرقی این قلعه بازسازی شده و دروازه‌های جنوبی و شمالی نیز قابلیت تردد دارد. با وجود تخریب‌های صورت گرفته در دیواره‌ها، هنوز نیز ابهت این قلعه تاریخی هر گردشگری را به خود جذب کرده و مسافران را به عمق تاریخ ببرد. پیشوا با ۸۰ هزار نفر جمعیت در ۴۵ کیلومتری جنوب شرق تهران واقع شده است.

نظر مورخین به این امر است که قلعه ایرج یک دژ نظامی بوده و نظامیان در آن مستقر بوده‌اند، گرچه مشخص نیست که چه سلسله‌ای و در چه تاریخی آن را بنا کرده‌اند ولی برخی آن را مربوط به دوره کیانیان می‌دانند که آن را برای مقابله از حمله تورانیان احداث کرده‌اند.

آجرهای به کار رفته در این قنات به دوره ساسانیان بر می‌گردد و آثار کشف شده از این قلعه قدیمی قدمت آن را به بیش از ۳ هزار سال پیش از میلاد می‌رساند. طول این قلعه یک هزار ۲۱۴ متر و عرض آن یک هزار و ۱۵۰ متر می‌باشد که در ضلع شمالی ۳۴ برج، ضلع جنوبی ۴۲ برج و روی اضلاع شرقی و غربی ۳۶ برج وجود داشته و امروز اثری از این برج‌ها دیده نمی‌شود. این قلعه یکصد هکتاری به صورت مستطیل کامل بوده و از چهار دروازه جنوبی، شمالی، غربی و شرقی تشکیل شده که دروازه شمالی کاملاً در مقابل قله دماوند قرار گرفته به طوری که



«کرونا» چه بر سر موزه‌های جهان آورده است؟



نمایشگاه‌های بین‌المللی که شامل لغو شدن آن‌ها و نافرجام ماندن امانت‌دادن آثار در سطح بین‌المللی می‌شود، بزرگ‌ترین تأثیر شیوع ویروس «کرونا» بر این حوزه باشد.

اما بخشی که این روزها با روند فزاینده رشد رو به رو بوده است، حضور آنلاین موزه‌ها بوده است. ۴۰ درصد از موزه‌هایی که خدمات آنلاین ارائه می‌دهند با افزایش آمار استفاده از وبسایت رو به رو بوده‌اند که این افزایش در برخی از این موزه‌ها به ۵۰۰ درصد هم رسیده است.

یکی از اهداف این تحقیق دعوت از قانون‌گزاران برای کمک به بقای موزه‌ها در شرایط سخت کنونی است.

موزه‌های مختلفی خواستار کمک مالی دولت بوده‌اند که از جمله آن‌ها به موزه هنر متروپولیتن نیویورک که ماه گذشته خواستار کمک ۴ میلیارد دلاری به بخش فرهنگی شده بود، می‌توان اشاره کرد. حالا موزه‌های ایتالیایی نیز خواستار اختصاص یافتن «بودجه ملی فرهنگی» شده‌اند.

با توجه به اطلاعات منتشر شده توسط موسساتی که آمار خسارت خود را ارائه داده‌اند، با ادامه یافتن روند تعطیلی، ۷۰ درصد از این مؤسسات هر هفته بیش از هزار یورو خسارت می‌بینند.

«موزه تاریخ هنر وین»، «موزه اشتدلیک آمستردام» و «موزه ملی آمستردام» نیز اعلام کردند هر هفته صدها هزار یورو خسارت متحمل می‌شوند.

موزه‌های خصوصی نیز با خسارات شدیدی مواجه شده‌اند؛ بسیاری از این موزه‌ها اعلام کردند با ادامه یافتن این شرایط تمامی بودجه خود را از دست خواهند داد.

به استثنای تعدادی موزه در سوئد، اتریش و آلبانی، تقریباً تمامی موزه‌هایی که در این تحقیق مورد بررسی قرار گرفتند، تعطیل بوده‌اند. بسیاری از این موزه‌های خصوصی از زمان بازگشایی‌شان اطمینان ندارند و بازگشایی احتمالی در اواسط آوریل یا اواخر سپتامبر را تخمین می‌زنند. به نظر می‌رسد خسارت وارد شده به

نتایج بررسی ۶۵۰ موزه و موسسه سراسر جهان نشان می‌دهد، برخی از موزه‌ها هر هفته صدها هزار دلار خسارت می‌بینند.

با توجه به این که موزه‌ها و مؤسسات فرهنگی سراسر جهان به دلیل شیوع ویروس «کرونا» در تعطیلی به سر می‌برند، پیامد اقتصادی ناشی از این معضل همچنان قابل مشاهده است. حالا تحقیق جدیدی که توسط «شبکه سازمان‌های موزه‌های اروپایی» صورت گرفته است، گزارش‌های کلی از حال و روز موزه‌ها در دوران تعطیلی و تأثیرات این روزها بر نحوه عملکردشان ارائه داده است.

با اینکه روند انجام این تحقیق هنوز تا ۱۷ آوریل ادامه دارد، اما نتایج اولیه آن با بررسی ۶۵۰ موزه از تمامی اروپا (شامل موزه‌های کشورهای عضو اتحادیه اروپا)، موزه‌های ایالات متحده، فیلیپین، مالزی، پلی‌نزی فرانسه و ایران مشخص شده است.

برخی از بزرگ‌ترین موزه‌ها که بیشترین تعداد گردشگران را جذب می‌کنند، یک شبه با ۷۵ الی ۸۰ درصد خسارت مواجه شده‌اند.

پرسفر و کمسفرترین روزها و جاده‌ها در نوروز ۹۹



یکی از مسیر یاب آنلاین ایرانی ارزیابی کرد: میزان سفرها در نوروز، ۷۱ درصد کاهش داشته است. این مسیر یاب آنلاین بومی که نتیجه بررسی‌های خود از میزان تردد و سفر بیش از ۴ میلیون کاربر را در فاصله ۲۰ اسفندماه ۹۸ تا ۲۰ فروردین ماه سال ۹۹ منتشر کرده به این جمع‌بندی رسیده است که میزان سفرها در نوروز ۹۹ نسبت به مدت زمان مشابه سال گذشته، ۷۱ درصد کاهش داشته است.

روز اوج و افت سفرها
داده‌های این مسیر یاب گزارش می‌دهد که ۲۵ اسفند، روز اوج مسافرت‌ها بوده است و نسبت به سال گذشته، سفرهای بین‌شهری تنها ۳۶ درصد کاهش داشته است. هرچند پس از ورود به سال ۹۹ و نزدیک شدن به نیمه دوم تعطیلات، سفرها روند نزولی پیدا کرد، به گونه‌ای که در روز ۱۳ فروردین، حجم سفرهای بین‌شهری ۸۴ درصد کمتر از سال گذشته بوده است.
موج دوم کاهش سفرها نیز از هشتم فروردین آغاز شد، زمانی که برای اولین بار طرح فاصله‌گذاری اجتماعی اجرا و محدودیت‌های شدیدی برای تردد های غیر ضروری وضع شد. از سوی دیگر روز ۱۳ فروردین، کمسفرترین روز در جاده‌های کشور بوده است. این موضوع ارتباط مستقیمی با تشدید محدودیت‌ها در

وزارت راه و شهرسازی نیز قبلاً با انتشار اطلاعات مربوط به میزان استفاده از ناوگان حمل و نقل عمومی و جاده‌های، از کاهش ۹۴ درصدی سفرهای ریلی، ۷۵ درصدی سفرهای جاده‌ای با ناوگان حمل و نقل عمومی و ۷۰ درصدی سفرهای هوایی در نوروز ۹۹ خبر داده بود.
این نقشه و مسیر یاب که معمولاً از نقشه‌های گوگل برای مسیریابی استفاده نمی‌کند و نقشه‌های متن باز OSM (سامانه اطلاعات جغرافیایی تحت وب یا Web GIS) را مورد مصرف قرار می‌دهد، با پیش‌بینی کاهش سفرهای بین شهری با شیوع ویروس کرونا، از ۲۳ اسفندماه شروع به سنجش سفرها و ترسیم نمودار و مقایسه سفرهای بین شهری در نوروز ۹۸ با نوروز ۹۹ داشته است.



خلوت‌ترین و شلوغ‌ترین مکان‌ها

این نقشه و مسیریاب، طرح رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی را در هشت شهر بزرگ ایران را نیز بررسی کرده است که شامل گستره‌ی حضور مردم در محل‌هایی مانند بانک، ایستگاه اتوبوس، داروخانه، پمپ‌بنزین، بیمارستان، مساجد، مراکز

جاده‌ی این استان و سوق یافتن مسافرت‌ها به این شهر شده باشد. این موضوع را وزیر ارتباطات براساس میزان مصرف اینترنت در توثیقی نیز تأیید کرد، هرچند که مقامات استان همدان آن را تکذیب کردند.

تردد بین استانی و اعمال جریمه ۵۰۰ هزار تومانی دارد.

شلوغ‌ترین و خلوت‌ترین جاده‌ها

اما شلوغ‌ترین و خلوت‌ترین شریان‌های اصلی کشور کدام جاده‌ها بوده‌اند؟ این نقشه و مسیریاب، میزان کاهش سفرهای بین شهری در بازه زمانی ۲۳ اسفند تا ۱۶ فروردین ماه در ۹ محور اصلی کشور را برای یافتن این پاسخ بررسی کرده و به این نتیجه رسیده است که محور اصفهان - یزد با ۸۹ درصد کاهش ترافیک، کرج - چالوس با ۸۸ درصد کاهش ترافیک، اصفهان - شیراز با ۸۶ درصد کاهش، سه محوری بوده‌اند که بیشترین افت ترافیک را به نسبت تعطیلات سال گذشته تجربه کرده‌اند.

در مقابل محور تهران - همدان ۵۹ درصد کاهش ترافیک داشته و شلوغ‌ترین جاده کشور در این دوران لقب گرفته است. این احتمال مطرح است که انتشار آمارهای تفکیک شده‌ی استانی از سوی وزارت بهداشت و وجود آمار پایین مبتلایان به کرونا در همدان، باعث شلوغی بیشتر در

تغییرات مراجعه شهروندان به مکان‌های مختلف در کل ایران

۲۰ اسفند تا ۲۰ فروردین



در کنار گزارش جزئی و تفکیکی شهر به شهر ارائه شده بود. بر همین اساس ما هم در کنار گزارش کلی سفرهای نوروزی، روندهای مراجعه کاربران به مکان‌های مختلف شهری در این مدت را هم گنجانیدیم و البته مثل همیشه سعی کردیم فقط کپی نکنیم، بلکه جزییات و ایده‌های متفاوت تری را هم ارائه بدیم.

او یادآور شد که این گزارش بر اساس تعداد کاربرانی که با این برنامه در جاده‌ها مسیریابی کردند ارائه شده است که نکات جالبی را درباره سفرها آشکار می‌کند. مطمئنم افراد خبره می‌توانند جزییات و نتایج بیشتری را از این گزارش برای تصمیم‌گیری استخراج کنند. عامل با تاکید بر اینکه حریم خصوصی کاربران این مسیریاب حفظ شده است، گفت: کاربران برای استفاده از این نقشه و مسیریاب، نیاز به ارائه‌ی هیچ اطلاعات هویتی ندارند و بدون نیاز به لاگین یا داشتن حساب کاربری می‌توانند از تمام قابلیت‌های نقشه و مسیریاب استفاده کنند. ساختن یک حساب کاربری و ورود به آن، کاملاً اختیاری است و صرفاً به کاربر کمک می‌کند تا بتواند نقشه را شخصی سازی و اطلاعات مورد نظر خود را برای آینده ذخیره‌سازی کند. با این حال باز هم برای لاگین کاربر را ملزم به ارائه شماره موبایل نکرده‌ایم و کاربر برای ثبت نام صرفاً به یک آدرس ایمیل نیاز دارد. نکته مهم‌تر اینکه در مجموع، کمتر از ۱۰ درصد کاربران وارد حساب کاربری می‌شوند و بیش از ۹۰٪ به شکل کاملاً ناشناس از سیستم استفاده می‌کنند.



خلوت‌ترین نقاط شهری بوده‌اند و با آن که مراکز خدمات درمانی ۴۶ درصد کاهش مراجعه داشته است، اما شلوغ‌ترین نقاط پایتخت بوده‌اند. مدیرعامل این نقشه و مسیریاب آنلاین درباره این داده‌ها و تحلیل‌ها توضیح داد: اولین تلاش ما برای مقابله با کرونا، ارائه‌ی لایه‌ی آنلاین محل‌های پرتردد روی نقشه‌ی «نشان» بود تا افراد بتوانند محل‌های پرخطر و شلوغ را تشخیص دهند. گوگل‌مپس در روزهای گذشته گزارشی از روند رشد یا کاهش تردد در برخی مکان‌ها را برای بیش از ۱۳۰ کشور منتشر کرد که ایران به دلیل تحریم در بین این کشورها جایی نداشت. به هر حال گزارش گوگل در گزارش گوگل روندهای کلی هر کشور

دولتی محلی، پارک و سوپرمارکت‌ها است. میزان مراجعه به این مراکز در بازه زمانی ۲۰ اسفندماه تا ۲۰ فروردین روی نمودار اجرا شده و میزان کاهش آن نسبت به میانگین مراجعه بهمن ماه - زمانی که روال عادی زندگی برقرار بود - محاسبه شده است. بر اساس این اطلاعات، مراجعه به جایگاه‌های سوخت در سراسر ایران، کمترین کاهش را داشته است. در واقع تعداد مراجعه کاربران این مسیریاب به پمپ بنزین‌ها تنها ۴۹ درصد کاهش داشته است. از سوی دیگر به علت شیوع کرونا و تعطیلی‌ها، مساجد ۷۹ درصد کاهش مراجعه داشته‌اند. اما نمودارهای مربوط به تهران نشان می‌دهد مساجد با ۷۸ درصد و ادارات و سازمان‌ها با ۷۷ درصد کاهش مراجعه،



فرهنگ و هنر

داستان تغییر معمولی‌ها/۴۰

خنده با «فون.خ»/۴۴

۹۰ سال است خوشبختم/۴۶

فضای فانتزی/۴۸

نگاهی به سیر تحول شخصیت‌های پایتخت در ۶ فصل

داستان تغییر معمولی‌ها



سیدرضا صالحی
 روزنامه‌نگار

همین که نام کوچک سه شخصیت نقی، ارسطو و بهبود را بدون شرح و توضیح اضافه می‌آوریم و مطمئنیم خوانندگان این سطور آنها را می‌شناسند، خود گواه صادقی است که این شخصیت‌ها به چهره‌های ملی‌نمایشی بدل شده‌اند که هر فرد ایرانی آنها را به مثابه مشاهیر تلویزیونی می‌شناسند. شخصیت‌هایی که طی یک دهه در حافظه تصویری مخاطب چنان ثبت و ضبط شده‌اند و سمپاتی عاطفی با آنها برقرار کرده‌اند که گویی آنها شخصیت‌های واقعی هستند. گواه این مدعا این است که وقتی هر یک از شخصیت‌ها دست به کنش و رفتار و کلامی می‌زنند که مخاطب دوست ندارد نسبت به آن منتقد و معترض شده و گویی خلاف انتظار او عمل کرده است. همه این موارد نشان می‌دهد اینها برخلاف نظر برخی که آن را مصداق تیپ‌سازی می‌دانند به شخصیت نزدیکند و از جمله دلایل این شخصیت بودن، تغییرات تدریجی آنهاست. همان مساله‌ای که قصد داریم در این یادداشت به آن بپردازیم.

پسر خاله با معرفت

ارسطو عامل فقط پسر خاله نقی معمولی نیست، بلکه در کنار او یک زوج کم‌دی را هم شکل می‌دهند که بسیاری از سویه‌های کمیک قصه به کل کل‌های آنها ربط می‌یابد. ارسطو عامل هم مثل نقی معمولی در پایتخت یک، از سادگی بیشتری چه در کاراکترش و چه در ویژگی‌های شخصیتی‌اش برخوردار بود. هم جوان تر بود، هم عاشق پیشه که البته این دومی همچنان با او تا پایتخت ۶ همراه است. ارسطو را می‌توان نقش مکمل نقی معمولی هم دانست که در کنار او قوام یافته و بعدها به شخصیتی مستقل تر بدل شده.

پایتخت ۱؛ ساده، کم ادعا و با معرفت: او در فصل اول این سریال، خرده‌فرهنگ‌های یک

راننده کامیون را هم با خود به همراه داشت که در نوع راه رفتن و حرف زدنش هم قابل ردیابی بود. همراهی او با خانواده معمولی و حمایت‌هایش از آنها ستایش‌برانگیز است هرچند گاهی به تنش‌های هم بین آنها منجر می‌شد.

با این حال او غالباً در برابر نقی کوتاه می‌آمد و معرفت پسر خاله بودن خود را نشان می‌داد. لحن حرف زدن و تکیه کلام‌هایش مثل حساس نشو از جمله مولفه‌هایی است که به او هویت مستقل می‌بخشید و هر بار این تکیه کلام‌ها تغییر می‌کرد تا فدای تو بشم گرفته تا گل گفتن به آدم‌ها در پایتخت ۶. ارسطو عامل نسبت به نقی از شخصیت ساده‌تر و کم‌ادعتری برخوردار بود و غالباً در برابر نقی ادعای فضل می‌کرد تا از او کم نیارود.

پایتخت ۲؛ عاشق، دنیادیده و امروزی:

او وجوه بیشتری از منش‌های عاشق پیشگی خود را بروز داد و تا مرز اهدای کلیه برای جلب نظر طرف مقابلش پیش رفت. ظاهر او نیز طی قسمت‌های مختلف تغییر می‌کرد که از میل او به لاکچری بودن و امروزی بودن خبر می‌داد. او مثل رحمت لباس‌های رنگی و شاد می‌پوشید و خود را دنیا دیده‌تر از نقی می‌دانست. به همین دلیل کل کل‌های او با نقی در قسمت دوم و سوم بیشتر شد.

پایتخت ۳؛ عاشق، جنتلمن و گل‌درشت:

در قسمت سوم ازدواج این شخصیت با چوچانگ زن چینی، او را در موقعیت پرچالشی قرار می‌دهد و اغراق‌های او نمایش شخصیتی جنتلمن از خودش بیشتر می‌شود



دچار دگردیسی‌هایی شده که به خوانش اجمالی آن می‌پردازیم.

پایتخت ۱؛ ساده، محبوب و خانواده‌دوست؛

تاکنون بود و گرچه جسارت و جنگندگی کنونی را داشت، اما هنوز رگه‌هایی از سادگی و محبوب بودن او به عنوان یک فرد شهرستانی در شخصیتش مشهود بود. او واجد یکسری ویژگی‌ها و خصلت‌های فردی و ذاتی است که در همه قسمت‌های پایتخت در شخصیت او قابل ردیابی است. از جمله برخی پارادوکس‌های رفتاری مثل زورگویی و مهربان بودن توامان یا خانواده دوستی و تلاش و تقلا و برای صیانت و پیشرفت خانواده. احساس رهبری و هد فامیل بودن و البته لهجه شیرین مازندرانی‌اش که جزو ویژگی‌های ذاتی اوست. هویت شغلی نقی به عنوان یک گچکار در این قسمت نقشی در هویت فردی و شخصیت‌پردازی‌اش ندارد و او را بیشتر به عنوان یک مسافر که برای مهاجرت به تهران آمده می‌بینیم که درگیر ماجراهای دردسرساز می‌شود. از جمله ویژگی‌های مهم نقی معمولی که نقطه عزیمت آن در همین قسمت زده می‌شود احترام و علاقه شدید او به پدرش بابا پنجلی است و مراقبت و مواظبت از او به طوری که وقتی پدرش در پارک گم می‌شود او به گریه می‌افتد. در

خود می‌گیرد. دیگر شفافیت و زلال بودگی قبل را ندارد و فردگرایی بیشتری در او دیده می‌شود. با این حال همچنان در پشت این ظاهر خشن و ضمخت شده هنوز هم آن سادگی و خوش قلبی هویداست.

همیشه در مسیر تغییر

نقی معمولی قطعاً مهم‌ترین شخصیت سریال پایتخت است نه به این دلیل که بازیگر آن، طراح و خالق اصلی این شخصیت است که نقش محوری او در پیشبرد داستان بیش از دیگران بوده و او سرپرست خانواده‌ای است که داستان پایتخت، قصه و غصه آنهاست یا دست کم نقطه عزیمت و خاستگاه اصلی درام بوده. فامیلی نقی را نباید دست کم گرفت و صرفاً یک عنوان دانست.

در پس این عنوان، مفاهیم و نگرشی نشانه‌شناسی شده و آن را به دالی بدل کرده که مدلولی مفهومی دارد و به شخصیتی از طبقه و اقشار عادی جامعه ارجاع می‌دهد. طبقه‌ای که طیف گسترده‌ای از اقشار اجتماعی را در برمی‌گیرد و در واقع نقی نمادی از توده مردم است که ما در زندگی روزمره و در کوچه و خیابان آنها را می‌بینیم و چه بسا خودمان هم از همان طبقه و طیف هستیم. نقی معمولی از پایتخت ۱ تا پایتخت ۶ گرچه هویت یگانه‌ای داشته و از حیث نمایشی از راکورد دراماتیک خارج نشده اما به مثابه یک شخصیت واقعی

و همین موضوع باعث می‌شود تا مخاطب او را در موقعیت دیگر ببیند.

پایتخت ۴؛ مظلوم، پولدار و اهل پز:

در قسمت چهارم با مرگ چوچانگ چهره مظلوم‌تری از شخصیت ارسطو می‌بینیم که حالا در کنار نقی و در مقابل هما می‌ایستد. در قسمت چهارم بار دیگر کل کل‌های او با نقی بیشتر شده و بهتر شدن اوضاع مالی او که به راهاندازی یک بوتیک همراه می‌شود، جایگاه اقتصادی ارسطو را ارتقاء می‌دهد که تأثیر آن را در رفتار بیرونی و پز دادن‌هایش شاهدیم.

پایتخت ۵؛ عاشق، ناکام در ازدواج و خوش‌قلب؛

او در پایتخت ۵ بار دیگر به یک زن انگلیسی دل می‌بندد و باز هم ناکام می‌ماند. اساساً ناکامی و شکست در ازدواج و فقدان شانس عاطفی از ویژگی‌های ارسطوست که همواره با خوش قلبی و پاکدستی به عنوان خصلت‌های اخلاقی‌اش همراه است. به همین دلیل تغییر روش و منش و حتی ظاهر را در ارسطو می‌بینیم.

پایتخت ۶؛ خلافکار، زمخت و خوش‌قلب؛

منش و ظاهر ارسطو در پایتخت ۶ باعث می‌شود خیلی‌ها جا می‌خورند و حتی آن را پس می‌زنند. ارسطو در این قسمت زندان را تجربه کرده و شمایل آدم‌های خلافکار را به



در موقعیت سفر قرار می‌گیرد که این بار سفر به ترکیه و در نهایت گرفتار شدن در دام داعش در خاک سوریه است. در این قسمت خالی‌بندی‌های نقی و اغراق‌های او درباره خودش بیشتر شده همچنین به شخصیتی آمر بدل می‌شود که این آمریت و تحکم کردن به‌ویژه در ارتباط با خواهرزاده‌اش بهتاش به اوج خود می‌رسد. پز دادن‌ها و منم کردن‌های نقی در این قسمت به‌ویژه در ارتباط با دوست کشتی‌گیر ترکش بیشتر شده و به تنش‌های کلامی با ارسطو و رحمت هم منجر می‌شود. اما در قسمت‌های پایانی و در مواجهه با داعش، شاهد وجوه قهرمانانه نقی هستیم که او اگرچه با دیدن خون دچار غش می‌شود اما وقتی پای حفظ زن و بچه‌اش که پیش می‌آید سینه سپر کرده و به نبرد با دشمن می‌رود. در واقع او از نقی معمولی به نقی قهرمان بدل می‌شود.

پایتخت ۶؛ ریاکار، متناقض و حمایت‌گر:

با نقی معمولی میانسال می‌واجه می‌شویم که راننده نماینده مجلس شده و به دلیل موقعیت شغلی‌اش، درگیر ریاکاری و ظاهرسازی می‌شود و تلاش می‌کند تا با برجسته کردن حاجی شدنش از احترام اجتماعی و امتیازات شغلی بیشتری برخوردار شود. او شخصیتی چندگانه و متناقضی پیدا می‌کند و دیگر آن یکدستی و سادگی گذشته را ندارد. در واقع در پایتخت ۶ شاهد تغییر و تحولاتی در نقی معمولی هستیم که طی یک دهه و با توجه به تغییر و تحولاتی که در جامعه و فشارهای اقتصادی بر ساخته آن شکل گرفته، او نیز تغییر کرده اما همچنان همان جسور بودن، ریسک‌پذیری، خانواده دوستی و نقش

خانه‌اش و بیکاری او، نقی را به فردی حساس و عصبی بدل کرده که به تنش او با اطرافیان هم منجر می‌شود. گرچه او را به عنوان فردی با اعتماد به نفس و جنگنده دیده بودیم اما حالا شاهد شکنندگی در شخصیت او هستیم که اوج این شکنندگی را می‌توان بر سر مزار مادرش و درد دل‌هایش با او ردیابی کرد. با این حال فرصت دوباره‌ای که برای او در مسابقات کشتی ایجاد می‌شود مقاومت و تلاش او برای کسب پیروزی را برانگیخته که موجب می‌شود با برجسته شدن اراده فردی در شخصیت او به یک قهرمان ورزشی بدل شود.

پایتخت ۴؛ معترض، حسود و انتقام‌جو:

وجوه متفاوت تری از شخصیت نقی معمولی به تصویر کشیده می‌شود که برای خیلی از مخاطب ناخوشایند است و نسبت به آن انتقاد و اعتراض هم کردند. نقی در این قسمت به شدت به فردی حسود و بدجنس بدل شده که حس انتقام‌جویی در او اوج می‌گیرد به طوری که این بار در برابر همسرش هما قرار می‌گیرد. او که همواره در کنار و همراه هما بود حالا به دلیل برخی حسادت‌های مردانه نسبت به موقعیت شغلی همسرش که عضو شورای شهر شده به بهانه ساخت خانه‌ای غیر مجاز در برابر او قرار گرفته و خصلت‌های منفی او زیاد می‌شود به طوری که خیلی‌ها نقی معمولی پایتخت ۴ را دوست نداشته و نسبت به او منتقد بودند. گرچه در پایان این قسمت او نسبت به رفتارهایش نادم و پشیمان شده و به همان نقی قبلی برمی‌گردد.

پایتخت ۵؛ حفاظت از خانواده، حامی و قهرمان:

بار دیگر نقی معمولی و خانواده‌اش

کنار این ویژگی‌های شخصیتی باید عشق و علاقه او به همسرش هما را هم اضافه کرده که با تکیه کلام «همابابا» آن را برون‌فکنی می‌کند. احساساتی و هیجانی بودن او که هم زود جوش می‌آورد و هم زود پشیمان می‌شود را هم باید به خصلت‌های او اضافه کرد که در نهایت از او یک شخصیت جدی طنز می‌سازد.

پایتخت ۲؛ رقابت، حسادت و دلسوز:

دلیل حضور در یک گنبد و گلدسته‌سازی، هویت شغلی ملموس تری به خود می‌گیرد که البته چندان تجلی محیطی ندارد. او زود راهی سفری به جنوب می‌شود و باز هم به عنوان یک مسافر، او را در فراز و نشیب‌های سفر می‌بینیم. البته این بار سفر معنای سیال تری به خود می‌گیرد و قصه را به قصه‌ای جاده‌ای بدل می‌کند. از جمله تحولات اخلاقی و رفتاری مهمی که در شخصیت نقی در این قسمت شاهدیم حسادت‌های اوست که گاه تا مرز رفتارهای بچگانه پیش می‌رود. رقابت او با پسرخاله‌اش ارسطو و حسادتش بر سر جایزه‌ای که از شرکت در یک مسابقه تلفنی در تلویزیونی نصیب آنها شده مصداقی از این خصلت رفتاری است که در قسمت‌های بعد پایتخت هم تداوم داشته و گاه به اوج بیشتری می‌رسد. با حضور فهیمه و بهبود در این قسمت، ابعاد و جوانب دیگری از شخصیت نقی در ارتباط با آنها به عنوان خواهر و داماد خانواده بازنمایی می‌شود که از دلسوزی تا رقابت را دربرمی‌گیرد. نقی فارغ از کل‌کل‌هایش با ارسطو که از همان سری اول شکل گرفته و بعدها بیشتر می‌شود نگران ارسطو هم هست و برای او دل می‌سوزاند که مصداقش را باید تلاش او برای منصرف کردن ارسطو از اهدای کلیه‌اش به دایی خانم فدوی (حسین محب‌اهری) جست‌وجو کرد.

پایتخت ۳؛ ورزشکار، حساس و عصبی:

با وجوه دیگری از شخصیت نقی معمولی آشنا می‌شویم که در هویت ورزشکاری او تجلی می‌یابد. او در این قسمت به عنوان یک کشتی‌گیر پیشکسوت ظاهر می‌شود و این موقعیت، حس رقابت و میل به قهرمان‌گرایی او را برجسته می‌کند. گرچه شکست‌هایی که در کشتی می‌خورد همچنین فروریختن

حمایتگرانه‌اش را دارد. گرچه از حیث موقعیت شغلی و اجتماعی کمی غیر معمولی شده اما همچنان نقی معمولی است.

شخصیت دوست‌داشتنی

بهبود فریبا برخلاف نقی و ارسطو، شخصیت ثابت و پایدار پایتخت نبود. در قسمت‌های دوم و سوم حضور داشته و بعد از غیبت در قسمت ۴ و ۵ شاهد بازگشت او در پایتخت ۶ هستیم.

پایتخت ۲: ساده، شیرین و گل‌درشت

بهبود نسبت به نقی و ارسطو از وجوه کمیک‌تری در تیپولوژی بیرونی‌اش برخوردار است و حتی به تیپ نزدیک‌تر است تا شخصیت. او هویت شغلی مشخصی دارد و به عنوان جنگلیان، شمایی از این موقعیت شغلی را در شخصیت فردی‌اش بازتولید می‌کند. از جمله کمی اغراق در خاطره‌گویی از مواجهه با حیوانات. اگرچه نقی معمولی به او حسادت می‌کند یا گاهی جدی‌اش نمی‌گیرد اما بهبود برای او احترام می‌گذارد گرچه جاهایی با او لجبازی هم می‌کند. شخصیت بهبود ترکیبی از سادگی و شیرینی است که لحن حرف‌زدن و فیزیک صورتش به خصوص حالت چشم‌هایش در این شخصیت پردازی به شدت مؤثر است.

پایتخت ۳: تهاجمی، خانواده‌دوست

و رقابت: این شخصیت در این فصل از سریال کمی تهاجمی‌تر می‌شود و کل‌کل‌ها و رقابتش با نقی دست‌کم در جدال‌های کلامی بیشتر می‌شود. بهبود البته مردی زن دوست است و برای فهمیده احترام خاصی قائل است. گاهی از او حساب می‌برد و گاهی بر او سلطه دارد. اوست که نقی و خانواده‌اش را در زمان آوارگی و بی‌خانمانی در خانه‌اش پناه می‌دهد، هرچند نقی در خانه داماد بودن را ننگی بزرگ می‌داند.

پایتخت ۶: اسپیر، شیرین و بیمار (سندرم)

دست بی‌قرار: با توجه به وقفه‌ای که در دو قسمت با عدم حضور بهبود رخ می‌دهد شخصیت او مثل بقیه آدم‌های پایتخت از روند تکاملی و تحولی چندانی برخوردار نیست. اگرچه با بازگشتش در پایتخت ۶ و

اتفاقات عجیب و غریبی که برای او افتاده از جمله سندرم دست بی‌قرار، شاهد شخصیت متفاوتی از بهبود هستیم. او کمی عصبی و هیجانی‌تر شده و حتی در جاهایی غیرقابل پیش‌بینی و ترسناک می‌شود. بیماری‌اش اعتماد به نفس او را گرفته و عدم توانایی‌اش در ارتباط با پسرش بهتاش او را ضعیف کرده. بهبود فریبا در پایتخت ۶ به شخصیتی منفعل بدل می‌شود، اما همچنان مثل دیگر شخصیت‌های قصه دوست‌داشتنی است. شخصیت‌هایی که همه عوض شدند، اما عوضی نشدند!

فراز و نشیب‌ها در پایتختی‌ها

اگر نگاهی به سریال پایتخت داشته باشیم از فصل یک تا ۶، شاهد تعدادی شخصیت‌های ثابت هستیم که هر کدام از این شخصیت‌ها رنگ و لعاب خودشان را داشتند و در طول این شش فصل با تغییراتی روبه‌رو بودند. حال برخی کمتر و بعضی بیشتر.

هما، همسر نقی معمولی: مخاطب او را در

شش فصل می‌بیند. این شخصیت در همه فصول با تغییراتی همراه بود که مخاطب شاهد فراز و نشیب‌های اوست. در ابتدا مخاطب او را به عنوان یک زن تحصیل‌کرده، مهربان و خانواده‌دوست می‌بیند که می‌تواند بهترین راهنمایی را به خانواده کند، حتی بعدها یک زن فعال و اجتماعی می‌شود و سر کار می‌رود، اما به مرور با فعالیت اجتماعی این زن، می‌بینیم که هما عصبی‌تر می‌شود و دیگر نمی‌تواند در موقعیت‌های بحرانی درست تصمیم بگیرد.



رحمت: در طول این شش فصل شاهد تغییرات بسیاری در شخصیت و حتی ظاهر وی در داستان بودیم، رحمت امینی است که در ابتدا یک فرد لات و خروس‌باز بود و بعدها به لحاظ اقتصادی پیشرفت کرد و به رحمت‌شاسی معروف شد. رحمت در فصل‌های ۵ و ۶ درگیر ماجرای عاطفی با فهیمه می‌شود. در فصل ۶ و با بازگشت بهبود شخصیت رحمت نماد یک مرد نجیب ایرانی هم هست که فهیمه را «آبجی» صدا می‌کند، فرزندش را کتک می‌زند تا با رنجش او دوری میان‌شان بیشتر شود و با عجله و قبل از برگشت بهبود از دواج می‌کند.

فهیمه: یکی از دوست‌داشتنی‌ترین شخصیت‌های این مجموعه فهیمه است که از فصل اول تا به ششم مخاطب شاهد سیر صعودی این شخصیت در داستان بود. چراکه در ابتدا با یک زن خانه‌دار روبه‌رو بودیم و به مرور به یک خانم فعال اجتماعی تبدیل شد که روی ظاهر و لباس پوشیدنش تأثیر می‌گذارد. در فصل ۶ خانم آرایشگر می‌شود که خودش را در حد دکتر تصور می‌کند و دست به کارهایی می‌زند که فضای مفرحی را برای مخاطب ایجاد می‌کند.

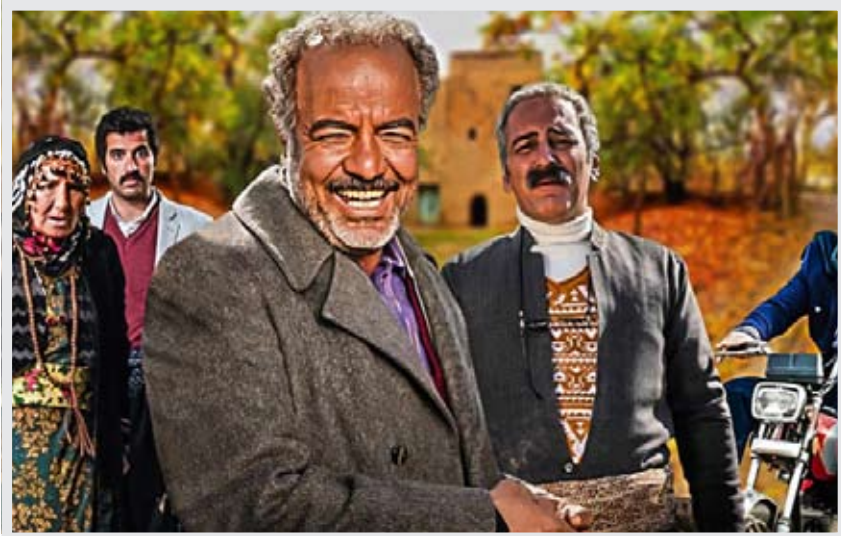
سارا و نیکا: یکی از اتفاقات جالب مجموعه

پایتخت حضور دو کودک به نام سارا و نیکا از ابتدای قسمت اول بود که به دلیل سن کم خیلی دیالوگ نداشتند، اما از آنجا که هر دو در شش فصل حضور داشتند، مردم روند بزرگ شدن آنها را دیدند و حال در فصل ششم نوجوانانی هستند که بدون اجازه از والدین کارهای عجیب و غریب انجام می‌دهند.

رحمان و رحیم: پایتخت، دوقلوهای دیگری

هم دارد به نام رحمان و رحیم که در ادامه ساخت فصل‌های دیگر سریال پایتخت به جمع بازیگران ملحق شدند. نکته قابل تأمل، روند معکوس تحول شخصیتی آنها بود. در فصل پنجم شاهد دزدی این دو کاراکتر از یکی از اعضای خانواده بودیم و در فصل ششم بحث اعتیاد و بی‌احترامی به برادر بزرگ‌تر آنها باعث می‌شود تا الگوی صحیح از جوانان به واسطه این سریال به مخاطب ارائه نشود.

خنده با «نون.خ»



فاطمه عودیانی، زینب علیپور خبرنگار

هر یک از هنرمندان به سهم خودشان سعی می‌کنند در این روزهای کرونایی مردم را سرگرم کنند. یکی از این هنرمندان هم سعید آقاخانی است که سیزدهمین اثر را در کسوت کارگردانی برای این روزهای سخت آماده کرده از بیستم و دوم فروردین مخاطبان تلویزیون را به مناطق زیبای کردنشین ایران برد تا مردم با تماشای قصه‌های آقای نورالدین خانزاده که شهره به آقای «نون.خ» است در این شبها سرگرم شوند البته اکثر مردم ایران زمین، نوروز ۹۸ با این آقا و دخترانش مرجان، شیرین، روژان و کژال از خطه کردنشین آشنا شدند که هرشب لبخند را به لب‌هایشان می‌آورد.

این سریال در نوروز ۹۸ خیلی خوب توانست رسوم و آداب مردم خونگرم کرد را به تصویر بکشد. همین رضایت‌مندی مردم، شبکه یک را برای تولید فصل دوم آن مشتاق کرد، حتی چند کشور همسایه پیشنهاد خرید حق پخش سریال نون خ را داشتند.

قبل از شروع پخش این سریال با تهیه کننده، کارگردان و بازیگران فصل دوم سریال آقای نون خ به گفت و گو نشستیم که در ادامه می‌خوانید.

لهجه مشکل‌دار دایه خانواده!

میرطاهر مظلومی بازیگر، کارگردان و صدپیشه، از جمله بازیگرانی است که در فصل دوم سریال نون خ حضور دارد. وی درباره حضورش در این سریال بیان می‌کند: به نظرم سعید آقاخانی یک کارگردان به شدت کاربلد است و من خیلی چیزها در این کار یاد گرفتم. خیلی خوب بازیگر را هدایت می‌کند و کمدی موقعیت را به خوبی می‌شناسد. امیدوارم این مجموعه ادامه پیدا کند. من بیننده فصل یک هم بودم، اما فکر می‌کنم فصل دوم یک سرورگردن بالاتر از فصل اول است. ضمن این که قصه‌های خوبی در این فصل طراحی شده و کار پر از تعلیق است. وی ادامه می‌دهد: هدایت درست مهدی فرجی به عنوان تهیه کننده و گروه تولید سریال باعث شد آرامش در پشت‌صحنه برقرار باشد و خلاقیت شکل بگیرد. حضور مصطفی تنابنده به عنوان دستیار بسیار تاثیرگذار بود. آقای وفایی هم که فیلمنامه را خیلی خوب نوشته‌اند. البته بارها آقای آقاخانی هم سرصحنه کار را بازنویسی می‌کرد تا بهتر شود. چون در بداهه و سرصحنه چیزهایی شکل می‌گرفت که نیاز به بازنویسی داشت. در کنار همه مواردی که گفتم، حضور بابک اسکندری به عنوان چهره‌پرداز هم خیلی در این کار مؤثر بود. همچنین همه بچه‌های پشت صحنه برای این کار خیلی زحمت کشیدند. مظلومی درباره

سختی‌های این کار هم توضیح می‌دهد: این سریال در شرایط سختی تولید شد. ابتدا در یک روستا کار کردیم که از محل اسکان ما حدود دو ساعت فاصله داشت و هر روز باید این مسافت را تا محل فیلمبرداری طی می‌کردیم. اما همکاری و دوستی با بازیگران و هنرمندان کرد که بسیار مهمان‌نواز و شریف هم هستند، باعث شد خیلی کار لذتبخش باشد و خیلی چیزها یاد بگیرم. در مجموع معتقدم سعید آقاخانی نبوغ ویژه‌ای دارد. بازیگر سریال نون خ ۲، درباره نقشی که در این کار ایفا می‌کند هم گفت: من نقش دایه خانواده را بازی می‌کنم که سال‌ها از دیار خود دور بوده و لهجه‌اش از بین رفته است.

قصه‌ای برای تمام مردم ایران

مخاطبان تلویزیون به محض شنیدن نام سعید آقاخانی به یاد سریال‌های طنز تلویزیون می‌افتند که او در کسوت کارگردان و بازیگر حضور داشته است. او پیش از این در تلویزیون کارگردانی سریال‌های عید امسال، زن بابا، راه در رو، خوش‌نشین‌ها، نقطه سرخط، دزد و پلیس، خروس، روزهای بد، به‌در، بیمار استاندارد و شب عید را به عهده داشته است.

طبیعی است وقتی یک اثر به فصل دوم می‌رسد، توجه متمایزی نسبت به فصل اول دارد. سعید آقاخانی در پاسخ به این پرسش که وجه تمایز

قصه برایشان شیرین و جذاب باشد. تهیه کننده سریال یکی دیگر از امتیازات نون خ ۲ را بهره بردن از بازیگران جدید ذکر می کند و ادامه می دهد: این را مد نظر داشته باشید که آقای آقاخانی که هم در کنار کارگردانی، بازی هم می کند، خودش از خطه کردستان است. همچنین دختران او و ۸۰ درصد از بازیگران سریال کردنشین از کرمانشاه، کردستان و آذربایجان غربی هستند. یعنی ما از ظرفیت هنرمندان بومی که خوش درخشیدند در این فصل بیشتر بهره برده ایم. فرجی در ادامه با اشاره به داستان سریال نون خ ۲ تاکید می کند: داستان در ادامه فصل اول آغاز می شود و شرایط بحرانی برای خانواده آقای نون خ به وجود می آید که به دنبال آن مشکلاتی شکل می گیرد و خانواده درصدد رفع و حل مشکل هستند و اطرافیان هم در جاهایی به او کمک می کنند و در بخش هایی هم مطالبات دارند. محور اصلی سریال، اتحاد، همدلی و همبستگی میان اعضای خانواده است.

وی در پایان می گوید: مخاطبان با تماشای این فصل از سریال نون خ، تصاویر زیبایی از مناطق بکر کردنشین را خواهند دید. یعنی سعی کرده ایم به مردم نشان بدهیم این مناطق به لحاظ گردشگری خیلی زیبا هستند. همچنین بخش خیلی کوتاهی از دیالوگ های سریال نون خ ۲ به زبان کردی پخش می شود، بخش هایی که قابل فهم باشد که نیاز به ترجمه زیرنویس ندارد و بخشی که نیاز داشته باشد، حتما این کار را انجام می دهیم.

بی سر و ته حرف نمی زنیم!

سیروس میمنت، بازیگر نقش کیوان که در فصل نخست سریال نون خ هم حضور داشت، درباره سرنوشت این شخصیت در فصل دوم و تغییرات و ماجراهایی که داشته می گوید: قطعاً مخاطبان این سریال با ویژگی ها و شخصیت کیوان در فصل یک آشنا شده اند. اما خب در فصل دوم قرار است مانند دیگر شخصیت های این مجموعه ماجراهایی را تجربه کند.

حرف زدند. بنابراین خیلی کلیشه ای خواهد بود که ما هم در این باره حرف بزنیم. ما سعی کرده ایم به موضوعاتی بپردازیم که برای مردم جالب باشد.

بحران در خانه آقای نون خ

مهدی فرجی از آن دست تهیه کنندگان تلویزیون است که سال ها در کسوت مدیریت شبکه های مختلف سیما فعالیت داشته و در دوره مدیریت او مجموعه های تماشایی شکل گرفته است. او قبل از تهیه فصل اول و دوم سریال نون خ سریال لژیونر را تهیه کرده بود. وی در پاسخ به این سوال که آیا از ابتدا ساخت فصل دوم از سریال نون خ را پیش بینی کرده بودید یا نه، توضیح می دهد: بله، از ابتدا ماجراهای سریال و شخصیت های قصه به گونه ای طراحی شد که قابلیت تداوم را داشته باشد. خوشبختانه فصل اول سریال نون خ با اقبال مردم رو به رو شد و شخصیت ها را دوست داشتند.

وی درباره تفاوت های این فصل از سریال با فصل قبلی می گوید: بیشتر صحنه های فصل دوم در مناطق کردنشین (کردستان و کرمانشاه) تصویربرداری شده و ما به مسائل مبتلا به مناطق غرب کشور پرداخت کرده ایم که اهالی منطقه با موضوع حس غرابت خواهند کرد. ضمن اینکه قصه به گونه ای انتخاب شده و روایت می شود که همه اهالی ایران زمین نسبت به داستان حس خوب داشته باشند و

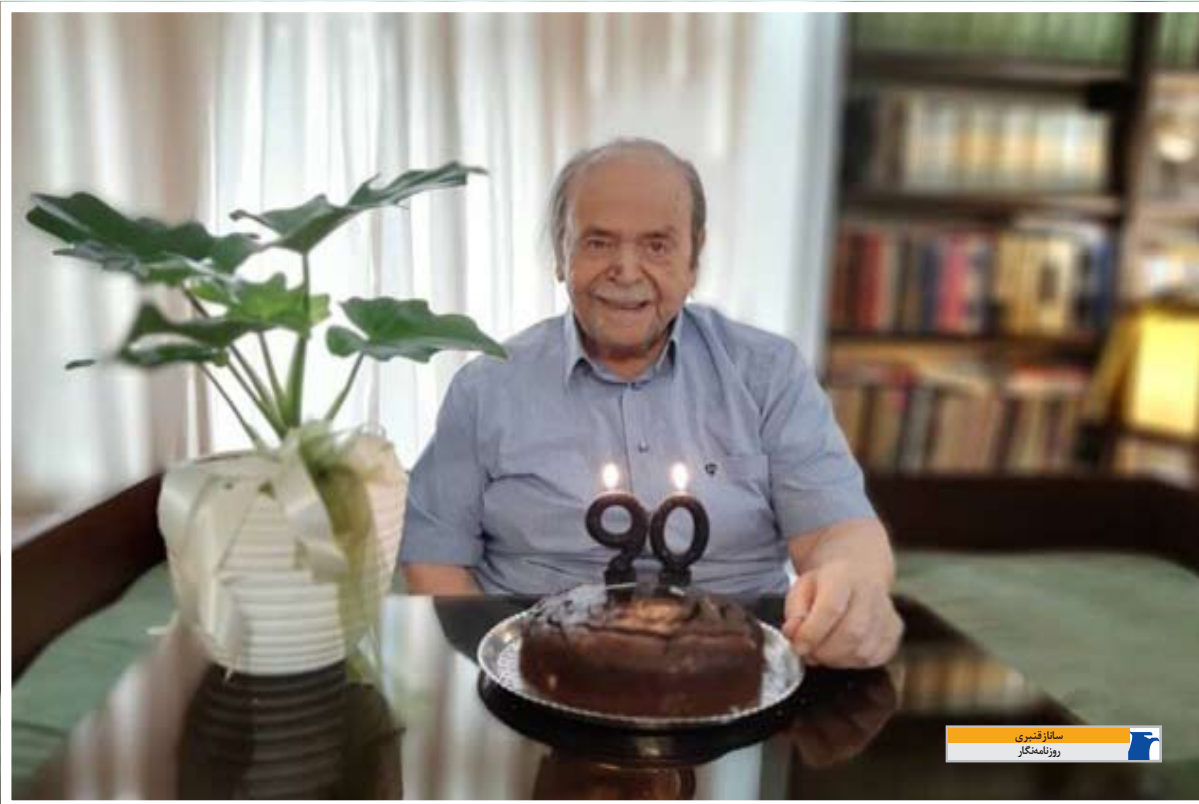


فصل دوم در چه مواردی هست، می گوید: شخصیت های قصه در ادامه قصه نقش آفرینی می کنند. در واقع همان شخصیت ها قصه را تعریف خواهند کرد. ضمن این که این بار درگیر ماجراهایی می شوند که برای این که نمک و شیرینی قصه لو نرود، توضیح بیشتری نمی شود داد و باید مردم سریال را ببینند. اما باید تاکید کنم که بیشتر فضا و مکان ها متنوع شده اند. برای فصل دوم سریال قصه ای در نظر گرفته ایم که تمام مردم ایران دوستش داشته باشند. قصه هم به گونه ای روایت شده که خدای ناکرده مشکلی پیش نیاید و به کسی برنخورد. چون کار طنز سخت است.

وی درباره این که همزمانی نگارش فیلمنامه، بازی در سریال و کارگردانی کردن آن شما را با مشکل مواجهه نکرده، توضیح می دهد: مسلماً زحمت من هنگام کار زیاد شد، اما تلاش کردم که کار را تحت الشعاع خودش قرار ندهد و خیلی خوب پیش برود. مراقب شوخی ها و شخصیت ها بودم که به بیراهه نرود. در مجموع سعی می کنم شخصیت های سریال نون خ همچون فصل قبلی برای مخاطبان واقعی باشد. امیدوارم مردم این فصل از سریال را دوست داشته باشند تا سراغ سری های بعد برویم. در مجموع شخصیت های متنوعی در نون خ ۲ داریم که هر کدام از آنها احساسات، عقاید و ویژگی های رفتاری خودشان را دارند که امیدوارم مخاطبان هم با آنها ارتباط خوبی برقرار کنند.

کارگردان درباره مکان های فیلمبرداری سریال که آیا از دل بافت بومی انتخاب شده یا نه، تاکید می کند: خیلی از این دکورها از دل بافت بومی انتخاب شده، اما به هر حال نیاز به تغییراتی داشت. از فضای بیرون که بکر و طبیعی است در سریال استفاده کرده ایم.

وی در پاسخ به این سوال که آیا به مسائل اجتماعی همچون گران شدن بنزین و ... می پردازید، توضیح می دهد: نه، ما به این موارد نمی پردازیم، چون برنامه های زنده و غیر زنده، اخبار و ... قبل از سریال نون خ ۲ به این موارد پرداختند و جلوتر درباره اش



سالگردین
 روزنامهنگار

گفت و گو با محمد علی کشاورز به مناسبت تولدش

۹۰ سال است خوشبختم

نوشتن از محمد علی کشاورز هم سخت است، هم آسان. مگر کسی که او را نشانسد. بازیگری با کوله‌باری از تجربه و نقش آفرینی ماندگار که به غیر هنر بازیگری، شرافت و بزرگواری اش هم همیشه زیانزد خاص و عام بوده. تولدش بهانه‌ای شد تا با مدیر برنامه‌هایش که از کودکی با استاد بوده، موضوع گفت و گو را در میان بگذارم. گفت و گویی که اگر در شرایط کرونایی به سر نمی‌بردیم شکل و شمایل دیگری به خود می‌گرفت. مثل چند سال پیش با کیک و شیرینی به منزلشان می‌رفتیم و از عشق و صفا و طراوت و زندگی‌شان یاد می‌گرفتیم. خلاصه که در این شرایط سخت، چاره‌ای جز سؤال و جواب‌های اینترنتی نیست که با هزار دوندگی خوشبختانه این اتفاق افتاد. حالا شما هم مثل من با خواندن این گفت و گو متوجه می‌شوید که بزرگواری بیرونی و درونی این اسطوره بازیگری تا چه اندازه محمول خانواده هنرمندی است که جلسات هفتگی مولاناخوانی در منزلشان برگزار می‌کردند و بزرگان هنرمندی که به آنجا رفت و آمد داشتند. این روزها گرچه کشاورز به دلیل کهولت سن و بیماری از دنیای بازیگری کنار رفته، اما شمایل پرمصلابتی که او با نقش‌هایش برای ما ترسیم کرده هیچ زمان از خاطرم محو نخواهد شد. با ورود به نودمین سال پربار زندگی اش هنوز که هنوز است خیلی از خاطرات کوچک و بزرگش را به یاد دارد و برای ما به شیرینی از گذشته‌ها می‌گوید. تنشانش سلامت و سایه‌شان مستدام باد.

از تجربه همکاری تان با مرحوم علی حاتمی بگویید. فکر می‌کنم فیلم «مادر» در کارنامه کاری شما جایگاه ویژه‌ای دارد.

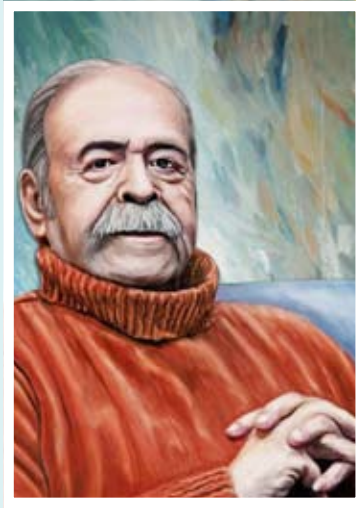
ببینید، من تمام کارهایی که با مرحوم علی حاتمی انجام دادم را خیلی دوست دارم که «مادر» از جمله آنهاست. علی واقعاً انسان باسواد و فهمیده‌ای بود که متاسفانه خیلی زود از نعمت داشتنش محروم شدیم. شما

بود، بلکه از شهرهای دیگر ایران هم می‌آمدند و در جلسات منزل ما شرکت می‌کردند. در دوران دبیرستان هم تئاتر و هم موسیقی کار می‌کردم و علاقه‌ام به هنر به قدری زیاد بود که با این که در رشته پزشکی قبول شدم، اما دیدم نمی‌توانم آن را ادامه دهم. با روحیات سازگار نبود، به همین خاطر انصراف دادم و هنر را ادامه دادم.

آقای کشاورز، چطور شد که به هنر بازیگری علاقه‌مند شدید؟ آیا از اعضای خانواده تان کسی به هنر علاقه‌مند بود؟

من در خانواده‌ای به دنیا آمدم که پدرم اهل شعر و موسیقی بود. خاطرم هست که هر هفته جلسات مولاناخوانی داشتیم و منزل ما محل رفت و آمد بزرگان هنری بود. نه فقط در اصفهان که آن زمان محل زندگی مان

دخترم که در اروپا زندگی می کند برای نوروز به ایران بیاید، ولی با این اتفاقات امکانش میسر نشد. عمیقاً نگران تک تک مردم خوب این مملکت و البته تمام دنیا هستم و امیدوارم هر چه زودتر راه نجاتی برای کل انسان ها پیدا شود. فرصت خوبی است که تشکر ویژه های هم داشته باشم از تمام پزشکان، پرستاران و تمام کسانی که برای مقابله با این بیماری زحمت بسیاری می کشند. آرزوی سلامتی برای تمام هموطنانم دارم و امیدوارم همیشه سالم و سلامت باشند.



امروز در شروع ۹۰ سالگی احساس خوشبختی می کنید؟

بله خدا رو شکر از زندگی ای که کردم راضی هستم. ثمره سال ها زندگی ام تنها فرزندم هست که در اروپا در زمینه هنر انسان مطرح و شناخته شده ای است. دوستان خوبی دارم و دارم، عاشقانه مردم و سرزمینم را دوست دارم و فکر می کنم خوشبختی در زندگی همین چیزهاست. من، هیچ وقت دنبال پول نبودم. چون اعتقاد داشتم پول خوشبختی نمی آورد، هر چند که بودنش برای زندگی راحت تر لازم است و من خیلی وقت ها این راحتی را نداشتم، اما در طول ۹۰ سال زندگی همیشه انسان خوشبختی بودم.

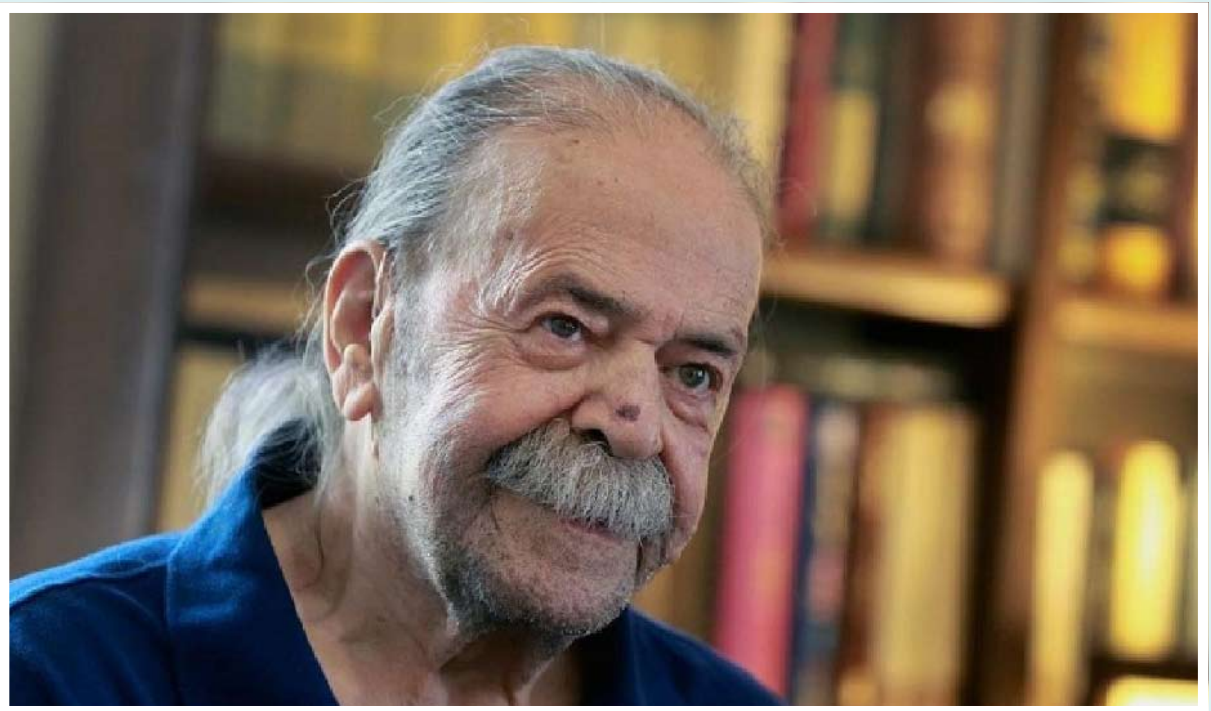
طی هر کاری بحث و گفت و گو وجود دارد، اما آن روزها برای همه ما شرافت و نجابت در اولویت بود. امروز هم به تمام جوان هایی که وارد حوزه بازیگری می شوند توصیه می کنم مطالعه کنند، سفر بروند و بیاموزند و همیشه به خاطر داشته باشند باید با مردم صادق باشند تا مردم آنها را قبول کنند و باور کنند که ما از خودشان هستیم.

در زندگی تان نوروزی عجیب تر و شاید ترسناک تر از نوروز ۹۹ به خاطر دارید؟
واقعاً نوروز بسیار عجیبی داشتیم. قرار بود

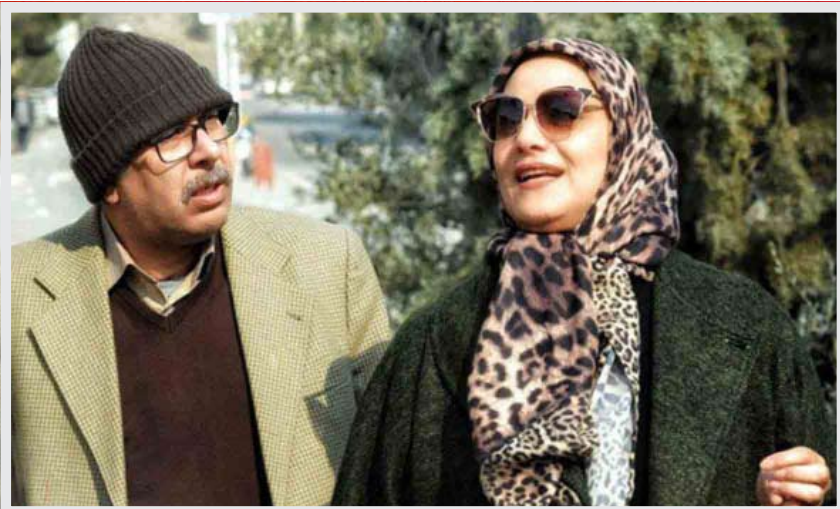
فیلم «دلشدگان» علی حاتمی را ببینید، در زمانی که موسیقی ممنوع بود آن فیلم ساخته شد و با وجود این که بخش های بسیاری از آن را حذف کردند، اما باز هم یکی از فیلم های ماندگار در هنر صنعت موسیقی ایران شد. کمتر کسی است که نداند شهرک سینمایی را علی حاتمی با عشق و برای سینمای ایران بنا نهاد و خوب بود که نام خالق و سازنده اش علی حاتمی را داشته باشد و امروز همه آن را با نام شهرک حاتمی شناختند. من خودم شاهد مراحل ساخت این شهرک بودم که علی حاتمی چه زحمتی برای خشت خشت آنجا کشید. در صورتیکه می توانست آن پول را صرف استفاده شخصی کند، اما این کار را نکرد و کاری انجام داد ماندگار برای هنر این سرزمین.

در طول سال هایی که از عمر شما می گذرد قطعاً با بعضی از اهالی هنر مناقشه هایی داشتید، اما همین که در این عرصه به شایستگی ماندگار شدید نشان از موفقیت تان دارد. راز موفقیت تان چیست؟

به نظرم بهتر است جواب شما را این طور بدهم که من همیشه عاشقانه کار کردم و روی تک تک نقش هایی که بازی می کردم (هر چند کوتاه) خیلی مطالعه و بررسی می کردم. قطعاً



فضای فانتزی



سریال دوپینگ در سکوت خبری و به قول معروف چراغ خاموش تولید شد، اما وقتی رسانه‌های سر از کار عوامل این سریال در آوردند و متوجه حضور هنرمندانی همچون هادی حجازی‌فر، محمد بحرانی، شبنم مقدمی و ... شدند، بسیار برایشان غافلگیرکننده بود، زیرا حجازی‌فر در سینما بازی می‌کرد و یکی از آثار او با نام ایستاده در غبار در قالب مینی مجموعه هم روانه تلویزیون شد، اما در اصل این اثر هم سینمایی بود و در تلویزیون بازی نکرده بود.

همچنین محمد بحرانی که همه به عنوان صداپیشه بیعی و جناب‌خان می‌شناختند و در میان مردم با کارهای عروسکی‌اش شهره هست، یک دفعه در قد و قامت یک بازیگر در سریال نوروزی ظاهر شد. همه این موارد برای رسانه‌های جالب بود و همه به انتظار تماشای یک سریال دیدنی نشسته بودند.

تا این‌که سریال روانه آنتن شبکه سه شد. با این‌که قسمت اول این سریال به لحاظ سوژه برای مخاطبان جذاب و جدید بود، ولی بعد از گذشت چند قسمت داستان در برخی صحنه‌ها به تکرار افتاد البته فضای فانتزی این سریال برای مخاطبان تلویزیون جدید بود، زیرا ما کمتر در تلویزیون سریال طنز فانتزی داشته‌ایم. علاوه بر آن دوپینگ در نظر سنجی‌ها رتبه دوم را کسب کرد و نقاط قوت و ضعف‌های آن در فضای مجازی مورد نقد منتقدان، کارشناسان رسانه و کاربران قرار گرفت.

به همین دلیل ما در قالب پرونده ذیل سعی کرده‌ایم در گفت و گو با عوامل سریال از جمله رضا مقصدی، نویسنده و کارگردان، مینا جعفرزاده، بازیگر و دیگر هنرمندان به نقد و بررسی این سریال بپردازیم.

از فضای متفاوت دوپینگ شروع کنیم، به نظر می‌آید که این تفاوت فقط در بخش فانتزی داستان نیست و ساختار کار را هم درگیر کرده؟ درست است؟

همانطور که گفتید تفاوت آشکار دوپینگ با بقیه سریال‌ها در فضای فانتزی است که دارد اما این تمایز در بخش‌های دیگر از جمله نوع موقعیت‌های کمدی، شخصیت‌سازی‌ها، بخش فنی، دکوپاژ و... هم به چشم می‌خورد به همین دلیل همه این‌ها کنار هم قرار می‌گیرند چرا که ساختار این مجموعه در واقع یک سینمایی تلویزیونی است و نوع پلان بندی‌ها و تدوین آن هم با بقیه سریال‌هایی که پخش می‌شود متفاوت است.

انتخاب این محتوا و قالب در تلویزیون شاید یک ریسک محسوب می‌شد، فکر می‌کنید چقدر در آن موفق بودید؟

از اول هم مجموعه عوامل تلاششان این بود تا این تمایز را در جنبه‌های مختلف لحاظ کنند و این اتفاق از همان روز اول هم در سریال مشهود بود با این حال این نگرانی وجود داشت که ممکن است بیننده با آن ارتباط برقرار نکند اما من شخصاً حس می‌کردم که بیننده تلویزیون دیگر بیننده ۱۵ سال پیش نیست، سریال‌های مختلف ایرانی و خارجی را می‌بیند و به تدوین و پلان بندی‌های مختلف عادت دارد، به همین خاطر این کار هم می‌تواند بیننده خودش را جذب

کند. همچنین طبق برآوردی که تلویزیون کرده دوپینگ دومین مجموعه نوروزی شده و در این بین خیلی‌ها هستند که به کار علاقه مند شدند و فضای فانتزی و شوخی‌های آن را هم دوست دارند، البته کسانی هم هستند که نقدهای منفی نیز به آن وارد کردند.

علاوه بر هادی حجازی‌فر و نقش نسبتاً تازه او، ما نیما شعبان‌نژادی را می‌بینیم که خیلی شبیه همان نیما خندوانه است، چرا به سمت این تکرار رفتید؟

بعد از انتخاب هادی حجازی‌فر برای نقش پدر کیوان، ما دنبال بازیگر جوانی بودیم که در این قالب پدر و پسری جا بگیرد، انتخابی که خیلی سخت بود و در نهایت به نیما رسیدیم. او در فضای تصویر خیلی کار نکرده و هر جا هم که حضور داشته، اصولاً خودش بوده یعنی نیما شعبان‌نژاد همین است که هست. در این بین او گاهی سعی می‌کرد که شکل دیگری شود اما باز به همان نقطه برمی‌گشت. با این حال همین شخصیت هم به نظر من بد نیست و کاراکتر با مزه‌ای شده که مردم با آن ارتباط برقرار کرده‌اند و دوستش دارند.

پس این خود بودن او باعث شده تا ما باز همان نیما را ببینیم؟

بله، البته ما فرصت این که او بخواهد با وجود فشار کاری که وجود داشت تلاش کند و در شیوه

آن در کار هم مشخص است و بیننده هم متوجهش می‌شود. با همه این‌ها دوپینگ برای من تجربه خوبی بود.

قصه فانتزی، آری یا نه؟!

مهم‌ترین نقطه قوت سریال را فضای فانتزی سریال می‌توان دانست که علی‌رغم این‌که نقاط ضعفی هم در داستان و شخصیت‌پردازی وجود داشت، اما سال‌ها بود که در تلویزیون سریال فانتزی ساخته نشده بود. گرچه برخی از منتقدان هم معتقدند که در برخی صحنه‌ها فانتزی و کمدی بودن کار به تکرار می‌افتاد. با این حال می‌توان گفت برای مخاطبانی که به این گونه از سریال سازی علاقه مند هستند، «دوپینگ» اتفاق خوبی محسوب می‌شد.

جبار آذین، منتقد و مدرس: «دوپینگ» مجموعه‌ای فانتزی و بر اساس یک داستانتک تخیلی ساخته و پخش شد. بیش از هر چیز این مجموعه با هدف سرگرم‌سازی مخاطب و راضی نگه داشتن مردم در شرایط کرونا ساخته شده بود. متأسفانه به رغم تبحر مقصودی در نگارش فیلمنامه و تجربه چند کار سینمایی و تلویزیونی در مقام کارگردان اما این مجموعه نتوانست به هدف اصلی خود که ارائه یک سریال خوش ساخت و راضی کننده باشد، دست پیدا کند. مهم‌ترین اشکال این مجموعه نداشتن فیلمنامه منسجم، دراماتیک و هدفمند بود

می‌رود، به هر حال نظرات مختلفی در این باره وجود دارد، شما چطور فکر می‌کنید؟

این موضوع به سلیقه مخاطب هم برمی‌گردد، مثلاً یکی ممکن است بگوید چه شوخی نو جذابی و دیگری آن را بی مزه بداند. علاوه بر این زمانی که کار را جلو بردیم حس کردیم ممکن است به عید نرسد به همین خاطر از آقای برزو نیک‌نژاد خواهش کردیم که بخشی از کار را به طور موزی کارگردانی کند و نزدیک به ۳۰ درصد را هم او پیش برد. در این بین طبیعی است که مجموعه از یکدستی خارج شود و دو جور سلیقه در بخش‌هایی از آن به چشم بخورد اما میزانش آن قدر نیست که ما را به لکنت وا دارد و بیننده را اذیت کند. با همه این‌ها طبق نظرسنجی‌هایی که دیده‌ام، مردم خیلی‌های شوخی‌ها را پسندیده و فهمیده بودند و درصدی هم نظر دیگری داشتند.

با توجه به این که تولید سریال‌های نروزی فشرده‌گی و استرس بالایی دارد، این تجربه برای شما چطور بود؟

بزرگ‌ترین مشکل ما همین بود که باید سریال را خیلی زود آماده می‌کردیم و از سوی دیگر به کرونا برخوردیم و باعث شد تا ما یک ماه از کار را در چند جلسه خلاصه کنیم و اگر پخش نداشتیم ممکن بود آن را نگه داریم و بعد ادامه دهیم. با همه این‌ها پخش تلویزیونی اتفاقاتی را به ما تحمیل می‌کند که انعکاس

بازیش تغییر ایجاد کند را نداشتیم، به همین دلیل ترجیح داد که خودش باشد تا ما هم بتوانیم کار را با سرعت پیش ببریم.

شما از ساختار سینمایی گفتید که در این سریال لحاظ کردید، اصلاً با چه نگاهی به سراغ این شیوه رفتید؟

ابتدا که فیلمنامه نوشته شد، پایه و طرح اولیه آن سینمایی بود، به همین دلیل دوپینگ ریتم سینمایی دارد، چیدمان سکانس‌ها هم به همین ترتیب اغلب دارای جامپ کات و با پرش همراه است و شما خیلی کم سکانس‌های طولانی را در آن می‌بینید. در واقع سکانس‌های موزی با فاصله‌های کوتاه ریتم کار را تند کرده، این ریتم تند باعث شده که هیجان کار بالا برود و سرعت بالایی داشته باشد، قالبی که اغلب در سینما شاهد آن هستیم.

وجود این ریتم و سرعت در یک سریال تلویزیونی لازم است؟ چون گاهی می‌بینیم که همه چیز خیلی سریع پیش می‌رود و با ندیدن بخشی از ماجرا، قصه از دست می‌رود.

بله آن فضا به شکل صرف اقتضای سینماست و البته تلویزیون سرعت کمتری را می‌طلبد؛ من هم متوجه آن هستم اما به هر حال این هم شکلی از کار است و از انجام آن خوشحال هستم چرا که فکر می‌کند اگر بیننده با این وضعیت کنار آمده، به این دلیل است که دوستش داشته. با همه این‌ها سریال سازی در دنیا به این سمت در حال حرکت است که ساختار سینمایی را وارد کار کند و ما هم سعی کردیم که این اتفاق را رقم بزنیم. این آزمایش هم تا حدی جواب داده و در ساخته‌های بعدی احتمال می‌دهم که بتوانیم دقیق‌تر این کار را انجام دهیم تا اشتباهاتمان را هم اصلاح کنیم.

شوخی‌ها و طنز ماجرا هم یکی از بخش‌های اصلی این سریال است که البته گاهی می‌بینیم یک دستی اولش را ندارد و یا به گفته بعضی منتقدان لب مرز است و به سمت لوٹ شدن



شبنم مقدمی. در کل بازیگران خوبی در این سریال حضور داشتند. جبار آذین، منتقد: به رغم حضور بازیگران شاخص و شناخته شده که برای ایفای نقش‌ها گزینش شده بودند، اما به علت ضعف در شخصیت پردازی و هدایت ضعیف کارگردان هیچ کدام نتوانستند در حد قابلیت‌های خود بازی‌های مناسب و چشمگیر ارائه کنند. «دوپینگ» افزون بر اشکال‌های ساختاری از گزینش خوب بازیگران بهره گرفته بود که توانسته بود برخی از ضعف‌های خود را پوشش بدهد.

کارگردان، سکندار سریال

به دلیل فاصله زمانی کوتاهی که بین تولید و پخش این سریال وجود داشت و در ایام نوروز هم شاهد پخش آن بودیم، رضا مقصدی برای کارگردانی بخش‌هایی از سریال دوپینگ از برزو نیک نژاد برای ادامه کار کمک گرفت و سریال با دو کارگردان پیش رفت. البته هر دو کارگردان در حوزه طنز آثار قابل قبول داشتند و در این سریال هم کارگردانی هر دو مورد قضاوت قرار گرفته است. سعید نقدزاده، کارگردان: به لحاظ کارگردانی به عقیده من این سریال از «پایتخت» بهتر بود. اما تخیلی بودن پیش از حد داستان باعث شد که کارگردان نتواند آن را در اجرا خوب در بیاورد. به این معنی که مرز بین تخیل و واقعیت را باید کارگردان به خوبی اجرا می‌کرد که در این زمینه ضعف داشت. اما در کل به نظرم سریال خوبی بود و دیده شد.

سعید جلالی، فیلمنامه نویسنده: از آنجایی

که سریال دوپینگ به لحاظ سوژه چیز عجیب و غریبی ندارد، به همین دلیل نیاز به کارگردانی خاص هم نیست و ضرورت نداشت که کارگردانان هم کارهای خارق العاده انجام بدهند. همانطور که بازی بازیگران ساده و متوسط هست، ما این بخش را در کارگردانی هم می‌بینیم که متوسط هست. این در حالی است که دو کارگردان کار به کارشان مسلط هستند و به قول معروف کار بلد. اما ما به لحاظ میزانشن چیز عجیب و غریبی نمی‌بینیم و میزانشن‌ها هم پیچیده نیستند.

اما در مجموع به همه دوستان خسته نباشید می‌گویم که با وجود شرایط سخت کرونا کار کردند و به این لحاظ دست مریزاد دارند.

را با خوردن قرص زورش زیاد شود یا شیوا قدرت هیپنوتیزم دارد، بعد از چند قسمت به تکرار می‌رسد. سعید نقدزاده، کارگردان: من فکر می‌کنم به نسبت سریال‌های دیگر که در ایام نوروز پخش شد، «دوپینگ» کار خوبی بود. البته نقاط ضعفی هم در فیلمنامه داشت و آن هم فضای تخیلی کار بود.

چالش بازیگران ۳ نسل

یکی از نکات مثبت سریال «دوپینگ» حضور بازیگران شاخص و سرشناسی بود که همگی بازیگران طنزهای هستند و در این زمینه تجربیات خوبی دارند. ضمن این که حضور سه نسل از بازیگران را در این سریال شاهد بودیم. از نیما شعبان نژاد و الناز حبیبی که جزو نسل جوان بازیگران سریال بودند گرفته تا هادی حجازی فر و محمد بحرانی و مینا جعفرزاده. سعید جلالی، فیلمنامه نویسنده: با این که سریال دوپینگ از بازیگران توانمند استفاده کرده بود، اما بازی‌ها در حد متوسط بودند. البته بیشتر از این هم نمی‌شود توقع داشت، زیرا بازیگران درجه یک در یک فیلمنامه درجه یک هم بازی‌های عالی خواهند داشت و یک فیلمنامه متوسط نمی‌تواند دامنه بازیگری را برای بازیگر وسیع کند. برخی شخصیت‌های قصه در برخی قسمت‌ها با نمک بودند و بعضی دیگر نه. اما در مجموع دوپینگ کار ماندگاری در تلویزیون ما نیست و بعد از تمام شدنش خیلی به یاد مخاطب نمی‌ماند.

سعید نقدزاده، کارگردان: ما در طول

این سریال بازی‌های خوبی را از بازیگران شاهد بودیم. از جمله هادی حجازی فر و یا

که موضوع‌های پراکنده و آشفته آن نتوانسته بودند در قالب داستان‌های مرتبط با هم فیلمنامه را شکل دهند. موضوع اصلی سریال که می‌توانست از آن یک فانتزی جذاب و طنز تلویزیونی بسازد، معجونی بود که سبب شد دو شخصیت دختر و پسر صاحب قدرت‌هایی شوند که این قدرت‌ها آنها را در موقعیت‌های مختلف اجتماعی و خانوادگی به گونه‌ای دیگر نشان می‌داد. همین موضوع خوب هم نتوانسته بود به درستی تبدیل شود. چرا که این دو شخصیت می‌توانستند از قدرت‌های خود در مسیر کارهای خوب اجتماعی بهره بگیرند که این اتفاق نیفتاد.

سعید جلالی، فیلمنامه نویسنده: واقعیت

امر این است که فکر می‌کنم ضعف اصلی سریال دوپینگ در فیلمنامه و قصه است. به خاطر این که قصه جذاب نیست و ضمن این که کوتاه است. یعنی این قصه کوتاه و کم‌رنگ در حد و اندازه یک سریال ۲۵ قسمتی نبود که تولید و پخش شود. یعنی داستان آنقدر کشش لازم را برای مخاطبان نداشت و نمی‌تواند بیننده را تا ۲۵ قسمت بکشاند، زیرا اگر چند قسمت از سریال هم نبیند، بعد از آن متوجه می‌شود که چیزی از دست نداده است. بنابراین مخاطب هر زمان فرصت داشته باشد، می‌تواند سریال را ببیند و این موضوع نشان می‌دهد که خط قصه قدرتمند نیست. این در حالی است که تیم سازنده بسیار هم توانمند هستند. حضور بازیگران حرفه‌ای در سریال، تیم کارگردانی اعم از رضا مقصدی و برزو نیک نژاد و ... توقع مخاطبان را بالا می‌برد و شما به عنوان بیننده انتظار دارید که قصه سر و شکل درستی ببینید. این که کامران قصه





سلامت

آنچه دانشمندان هنوز درباره کرونا نمی دانند/ ۵۲

سلامت روان در دوران قرنطینه کرونایی/ ۵۶

۱۵ خوراکی که سیستم ایمنی بدنشان را تضمین می کند/ ۶۰

اسکایا

فناوری اطلاعات

گردشگری

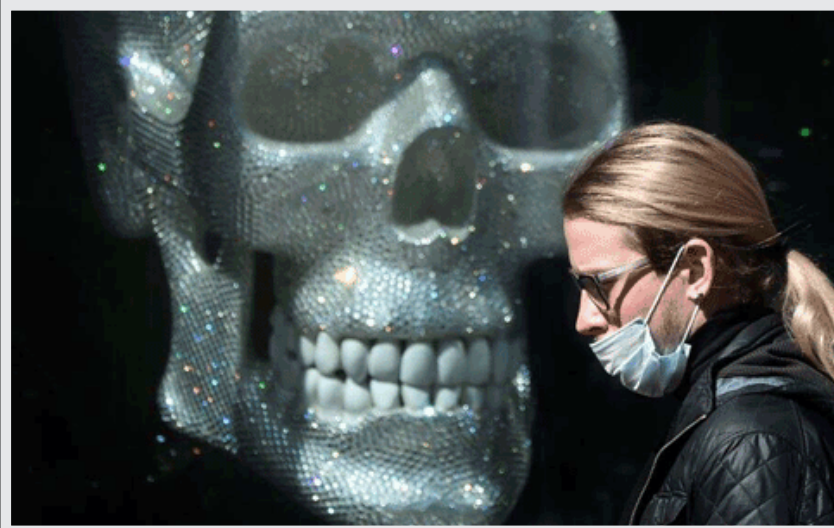
فرهنگ و هنر

سلامت

ورزش

News

آنچه دانشمندان هنوز درباره کرونا نمی دانند



آمار مبتلایان به ویروس
 کرونای جدید در جهان
 از یک و نیم میلیون نفر
 گذشته و تاکنون هزاران
 نفر جان خود را از دست
 داده اند. دانشگاهها،
 آزمایشگاهها و مراکز
 تحقیقاتی در سراسر دنیا
 بیوقفه در پی یافتن
 راهحلی نهایی برای پایان
 دادن به این کابوس
 سال ۲۰۲۰ هستند،
 اما تا این لحظه و در
 زمان انتشار این مطلب،
 هنوز هیچ دورنمای
 روشنی برای پایان این
 وضعیت قابل تصور
 نیست. دانشمندان که
 در تلاش برای ساخت
 واکسن یا تولید دارو
 برای مقابله با ویروس
 کرونای جدید هستند،
 هیچ زمان مشخصی برای
 پایان همهگیری جهانی
 اعلام نکرده اند. در
 خوشبینانهترین حالت،
 برخی پایان تابستان و
 برخی دیگر پایان سال
 جاری میلادی را حداقل
 زمان لازم برای پایان
 بخشیدن به شیوع کرونا
 تخمین زده اند.

نشان داده شود، با سرعت بیشتری می توانند آن را به تولید انبوه برسانند. فراتر از پزشکان و ویروس شناسان و دانشمندان ژنتیک، بخش صنعت و تکنولوژی نیز بی کار ننشسته و مهندسان و طراحان هم در پی یافتن راه حل های خلاقانه برای مقابله با کرونا هستند. کمبود دستگاه های کمک تنفسی در بیمارستان ها یکی از عوامل بالا رفتن مرگومیر در بسیاری کشور های دنیا است. اخباری که از ظرفیت محدود این دستگاه ها در ایتالیا گزارش می شود بسیار نگران کننده و دردناک است. در چنین شرایطی، مهندسان کمپانی مرسدس بنز، تکنولوژی ای به نام CPAP را توسعه داده اند که به احتمال بالا کمبود تجهیزات بسیار گران قیمت دستگاه های تنفسی و ونتیلاتورها را تا حدی جبران می کند. برخی گزارش ها نشان می دهد که تکنولوژی ابداعی مهندسان تیم فرمول یک مرسدس بنز، نیاز بسیاری از بیماران را به دستگاه های تنفسی برطرف خواهد کرد.

تا امروز دانشمندان چیزهای بسیاری درباره بیماری کووید ۱۹ دریافته اند و چیزهای بسیاری هم هست که هنوز مشخص نیست. تعجبی ندارد که در چنین شرایطی، حتی سازمان جهانی بهداشت نیز اطلاعات متناقض و یا موقتی منتشر و بعد از مدتی آن را تصحیح کند. بحث بر سر راه های انتقال ویروس، بحث بر سر این که آیا ماسک N95 قابلیت استفاده دوباره دارد یا نه، یا این که فاصله گیری فیزیکی مجاز یک و نیم متر باشد یا دو متر هنوز به نتیجه نهایی نرسیده است.

پیامدها و تأثیرات ابتلا به ویروسی با قطر ۱۲۵ نانومتر، با وجود پیشرفت های خیره کننده پزشکی و ژنتیک و بهداشت، هنوز نقاط مبهم بسیاری دارد. تا این لحظه در حدود ۷۰ دارو روی میز بررسی دانشمندان جهان است و بر اساس برخی مطالعات، حدود ۳۰ ماده مؤثر در مقابله با ویروس SARS-CoV-2 در حال آزمایش است. از داروهای ضد مالاریا گرفته تا داروهای ضد ابولا و ضد ایدز و روماتیسم هم بررسی شده اند، اما تاکنون اثری که بتوان آن را نتیجه بخش تلقی کرد یافت نشده است.

یکی از دلایل این که دانشمندان داروهای قبلی برای مقابله با عفونت های ویروسی را برای مقابله با کرونا نیز آزمایش می کنند این است که این داروها، از قبل، مراحل تست انسانی و اخذ مجوز را طی کرده اند و اگر کارآمدی و اثربخشی آنها

چیزهایی که دانشمندان می دانند و نمی دانند

ویروس SARS-CoV-2 مکانیسم اثر پیچیده ای دارد و این مسئله بسیاری از دانشمندان را گیج کرده است. بر اساس بسیاری مطالعات علمی منتشر شده تا کنون، بیشتر قربانیان در سراسر دنیا مردان بوده اند، هر چند نرخ ابتلای زنان و مردان به این ویروس یکسان بوده است. در



کمبود دستگاه‌های کمک‌تنفسی در بیمارستان‌ها یکی از عوامل بالا رفتن مرگ‌ومیر در بسیاری کشورهای دنیاست. اخباری که از ظرفیت محدود این دستگاه‌ها در ایتالیا گزارش می‌شود بسیار نگران‌کننده و دردناک است

دارد، فقط به یک واکسن نیاز باشد. برخی دانشمندان معتقدند که سرعت جهش ویروس کرونای جدید از جهش‌های ویروس‌های آنفلوآنزا کمتر است و مشابه ویروس‌های سندروم شدید تنفسی حاد (SARS) و سندروم تنفسی خاورمیانه (MERS) است. البته نکات نومیذکننده‌ای نیز در آخرین یافته‌های دانشمندان وجود دارد و از آن جمله می‌توان به این اشاره کرد که قابلیت انتقال این ویروس به مراتب بیش از آنفلوآنزاست، هیچ ایمنی قبلی در برابر آن وجود ندارد و همه انسان‌ها به صورت بالقوه در برابر ابتلا به این ویروس آسیب‌پذیرند.

آیا امیدی هست؟

هنوز در بین دانشمندان و پزشکان و مؤسسات تحقیقاتی و مقامات سازمان جهانی بهداشت بر سر این که چه دارویی به چه میزان اثربخشی دارد، اتفاق نظری وجود ندارد. برخی دانشمندان برای رمدسیویر Remdesivir که قبلاً برای مقابله با ابولا تولید شده بود، بختی قائل‌اند و همچنان در

بسیاری کشورها بیش از ۶۰ درصد قربانیان مرد بوده‌اند.

برخی پژوهشگران این مسئله را بی‌ارتباط با عملکرد ویروس کرونای می‌دانند و بر این باورند که دلیلش این است که مردان بیش از زنان دخانیات مصرف می‌کنند. برخی دیگر نیز عامل بیولوژیک را در آن دخیل می‌دانند و پاسخ را در هورمون‌های استروژن و تستسترون جست‌وجوی می‌کنند.

نکته مبهم بعدی این است که در ابتدای شیوع ویروس کرونای جدید این باور وجود داشت که فقط افراد سن بالا و با سابقه بیماری قبلی در معرض خطر هستند، اما پس از مدتی مشخص شد که جوانان و افراد کم‌سال و حتی نوزادان نیز در معرض خطر کرونا هستند.

یافته دیگر و مطالعات جدید دانشمندان درباره ویروس کرونای جدید، نتایج نسبتاً امیدبخشی هم دارد. یکی این که برخی مطالعات جدید منتشرشده نشان می‌دهد با توجه به سرعت کند جهش‌های ژنتیکی ویروس جدید، احتمالاً برخلاف آنفلوآنزای فصلی که هر سال نیاز به تولید واکسن جدید





بیماری کووید ۱۹ پرهیز کنند، چون ممکن است عفونت را تشدید کند. وزیر بهداشت فرانسه نیز توصیه کرده بود برای کاهش تب بهتر است از استامینوفن (پاراستامول) استفاده شود، اما سازمان جهانی بهداشت تنها چند روز بعد در روز ۱۹ مارس اخطار خود حذف کرد.

این مسئله فقط محدود به بحران شیوع ویروس کرونای جدید نیست. همین روزهای اخیر، سازمان غذا و داروی ایالات متحده آمریکا FDA توصیه کرد که افراد به هیچ وجه از داروی رانیتیدین استفاده نکنند و مصرف این دارو متوقف و از بازار خارج شود. این دارو در سال ۱۹۷۶ یعنی بیش از چهار سال قبل در انگلستان کشف شد و از سال ۱۹۸۱ برای درمان مشکلات گوارشی استفاده می‌شد و اینک خطرناک تشخیص داده شده و باید کنار گذاشته شود.


در پاسخ به این پرسش که آیا امیدی هست یا نه، چند نکته را نباید از نظر دور داشت. قبل از هر چیز نتایج داده‌ها و بررسی‌های دانشمندان در زمینه این همه‌گیری جهانی است که باید تکمیل شود. چیزهایی که دانشمندان می‌دانند هنوز کمتر از آن است که بتوان در کوتاه‌مدت انتظار داشت به ریشه‌کنی کرونا منجر شود و باعث شود به‌زودی زندگی

حال آزمایش‌های تکمیلی روی آن هستند. برخی دیگر به کلروکین Chloroquin و هیدروکسی کلروکین Hydroxychloroquin که برای مقابله با مالاریا به کار گرفته می‌شد، امید بسته‌اند.

این دانشمندان احتمال می‌دهند که این داروها حتی در کنار داروهای شناخته‌شده ضد ایدز در مقابله با عفونت‌های ویروسی مانند بیماری کووید ۱۹ مؤثر واقع شوند. هرچند مطالعات برخی دانشمندان اثربخشی داروهای ضد ایدز را در مقابله با ویروس کرونای جدید رد می‌کند.

مسئله این است که اعلام اثربخشی یا بی‌اثر بودن یک دارو به این سادگی‌ها ممکن نیست. چنین چیزی منوط به آزمایش‌های فراوان تکرارپذیر است و اگر یک یا چند بیمار در جایی از دنیا بر اثر مصرف دارویی بهبودی یافته‌اند، به این معنا نیست که آن دارو قطعی یا مؤثر است. بر این منوال، برخی پزشکان از اثربخشی دارویی به نام فاوی‌پیراویر صحبت می‌کنند و برخی دیگر اثربخشی آن را تأیید نمی‌کنند.

در دانش پزشکی، چنین اختلاف‌نظرهایی کاملاً طبیعی است. اواسط ماه مارس، سازمان بهداشت جهانی توصیه کرد که مردم از مصرف داروی ایبوپروفن برای تسکین علائم


 دانشمندان احتمال می‌دهند که این داروها حتی در کنار داروهای شناخته‌شده ضد ایدز در مقابله با عفونت‌های ویروسی مانند بیماری کووید ۱۹ مؤثر واقع شوند. هرچند مطالعات برخی دانشمندان اثربخشی داروهای ضد ایدز را در مقابله با ویروس کرونای جدید رد می‌کند



اگر کیت‌های تشخیصی، دستگاه‌های تنفسی، یافتن دارویی کارآمد و کشف واکسن، رعایت قرنطینه و فاصله‌گیری فیزیکی در کشورهای گوناگون طبق برنامه مورد انتظار دانشمندان پیش برود، بله؛ امیدی به متوقف کردن کرونا هست و می‌توان امید داشت زندگی در شهرهای جهان به روال عادی برگردد

برای مثال، مقامات بهداشتی جمهوری چک چندی پیش اعلام کردند حدود ۸۰ درصد از کیت‌های چینی تست کرونا درست کار نمی‌کنند.

مشکل بعدی بر سر راه، توان محدود انجام آزمایش روزانه است. در کشوری مثل آلمان در حال حاضر فقط می‌توان روزانه ۴۰ هزار آزمایش کرونا انجام داد و متخصصان ویروس‌شناسی این کشور به دنبال راهی هستند که این میزان را بتوان به روزی ۲۰۰ تا ۴۰۰ هزار نفر رساند و ژنوم ویروس SARS-CoV-2 را با نمونه‌برداری از مخاط افراد تشخیص داد.

اگر کیت‌های تشخیصی، دستگاه‌های تنفسی، یافتن دارویی کارآمد و کشف واکسن، رعایت قرنطینه و فاصله‌گیری فیزیکی در کشورهای گوناگون طبق برنامه مورد انتظار دانشمندان پیش برود، بله؛ امیدی به متوقف کردن کرونا هست و می‌توان امید داشت زندگی در شهرهای جهان به روال عادی برگردد. نکته این است که این پیش شرط‌ها چه زمانی محقق می‌شوند و سایه هراس از کرونا تا چه زمانی بر سر مردم جهان خواهد بود؛ مسئله‌ای که هنوز برای هیچ‌کس روشن نیست.

عادی در سراسر جهان برقرار شود. مسئله دوم کنترل این بیماری است که با استفاده از کیت‌های تشخیصی، قرنطینه و فاصله‌گیری فیزیکی ممکن می‌شود؛ و مسئله سوم کشف واکسنی است که هنوز تا این لحظه به صورت قطعی پیدا نشده است. مؤسسات تحقیقاتی‌ای که از کشف واکسن خبر داده‌اند کم نیستند. برخی شرکت‌های داروسازی و مؤسسات پژوهشی اجازه انجام تست ضد کرونا روی انسان را دریافت کرده‌اند. شرکت چینی کانسینویو و شرکت‌هایی مثل US-Inovio و بیوان تک BioNTech و کمپانی آلمانی CureVac از جمله شرکت‌هایی هستند که از این ماه یا ماه‌های آینده واکسن‌های خود را روی افراد داوطلب آزمایش خواهند کرد.

در کنار این‌ها، کیت‌های تشخیصی کرونا نیز برای پزشکان از اهمیت بسیاری برخوردارند. کیت‌های تشخیصی با شناسایی افراد مبتلا می‌تواند شیوع بیماری را تا حد امکان کنترل کند و از شمار قربانیان بکاهد. البته تولید کیت‌های تشخیصی نیز به‌سادگی ممکن نیست و از آن جمله می‌توان به اعلام نارضایتی برخی کشورهای اروپایی از کیت‌های چینی تشخیص کرونا اشاره کرد. همچنان که،



باشد که این روزگار سخت نیز بگذرد

سلامت روان در دوران قرنطینه کرونایی



نازنین شادابی
 روانشناس و مشاور خانواده

تا این لحظه اخبار و اطلاعات فراوانی درباره کرونا شنیده‌ایم و یکی از ابعدی که این ویروس تحت تاثیر قرار می‌دهد حوزه روان افراد است. در این دوران استرس، اضطراب و هراس، نمود بیشتری پیدا می‌کند چرا که به دنبال شیوع این ویروس، سبک جدیدی از زندگی (ماتدن در قرنطینه) در پیش روی افراد قرار گرفته است که خود باعث اضطراب در افراد می‌شود. افراد اضطراب فراوان و هراس اجتماعی را تجربه می‌کنند و حتی امکان دارد بیماری‌های قبلی آنها شدیدتر عیان شود. افسردگی و احساس خشم نسبت به خود و دیگران و حتی سیستم مراقبتی کشور ایجاد می‌شود که در نهایت می‌تواند فرد را به سمت احساس ناکامی و ناامیدی از رسیدن به اهدافی که در زندگی داشته است، ببرد.

علائمی مشابه با بیماری کرونا در این حمله پانیک وجود دارد. اما در حمله پانیک تنگی نفس کمتر از نیم ساعت طول می‌کشد که با تمهیدات ساده نیز برطرف می‌شود. در صورتیکه علائم کرونا در عرض نیم ساعت و با به قرص از بین نمی‌رود. به یاد داشته باشید که وقتی انسان درباره یک بیماری مطالبی را می‌خواند علائم شبیه آن را در بدن خود پیدا می‌کند و این به علت خاصیت تلقین‌پذیری انسان است. به همین دلیل اگر دچار علائم شبیه کرونا شدید ولی سریع برطرف شد اصلاً جای نگرانی نیست.

اگر افراد از قبل دچار حملات پانیک بوده‌اند، در قدم اول مداخلات غیر دارویی مانند تنفس عمیق، مدیتیشن، شل کردن عضلات، خوردن نوشیدنی‌های سنتی آرامبخش را امتحان کنند ولی اگر تعداد دفعات حملات زیاد بود با مشورت تلفنی با پزشکان، داروهای قبلی خود را دوباره استفاده کنند. خوشبختانه در این شرایط روانپزشکان و روانشناسان به صورت آنلاین خدماتی را به مراجعین محترم ارائه می‌دهند.

وسواس هم از بیماری‌هایی است که در این دوران امکان دارد تشدید شود. اگر فرد وسواسی یک سری از واقعیت‌ها را درباره کرونا بداند تا حدی این مشکل می‌تواند برطرف شود. یکی اینکه کرونا خود به خود پا ندارد که وارد خانه شود. اگر با کسی در ارتباط نیستند و ارتباط بیرونی ندارند جای نگرانی نیست. اگر دیگر اعضای خانواده وارد

گاه این احساس اضطراب می‌تواند چنان بالا رود که فرد در کل، وجود این بیماری را انکار کند. به هر حال ما با پدیده‌ای روبه‌رو هستیم که برای مان ناآشناست و هر چیزی که برای ما ناشناس باشد اضطراب‌زا است. در این شرایط ناآشنا، افراد غیر متخصص شروع به فرضیه‌سازی کرده و اخبار و شایعات نادرست ایجاد می‌کنند که این امر باز هم بار روانی را سنگین‌تر می‌کند.

ما به‌صورت کلی می‌دانیم پانزده درصد از افراد جامعه دچار اختلالات اضطرابی و افسردگی هستند، در نتیجه در شرایط بحرانی، علائم خاص اضطراب و افسردگی را نشان می‌دهند. اضطراب خود را تنها به شکل ترس نشان نمی‌دهد بلکه به صورت علائم فیزیکی مثل گلو درد، سرفه نیز نمود پیدا می‌کند یا حتی تب خفیفی را بعضی‌ها تجربه می‌کنند زیرا اضطراب باعث التهاب در بدن می‌شود و قدرت سیستم دفاعی بدن را پایین می‌آورد.

بنابراین افراد می‌توانند علائم خفیف سرماخوردگی را تجربه کنند که البته با کرونا متفاوت است. یکی از انواع اضطراب، حملات پانیک است که برخی علائم مشابه بیماری کرونا را شامل می‌شود. در نتیجه، ترس افراد از مبتلا شدن به کرونا بیشتر می‌شود. از جمله علائم حملات پانیک، تپش قلب، احساس مردن، احساس دیوانه شدن، دل درد، درد قفسه سینه، گرگرفتگی، تنگی نفس، تعریق، لرز است. همانطور که می‌بینید

گوش ندادن افراطی به اخبار: اخبار جدید را از یک منبع مطمئن بشنوید تا بتوانید از اطلاعات جدید در ارتباط با این بیماری مطلع شوید. ولی خود را از گوش دادن ۲۴ ساعته به اخبار منع کنید.

کتاب، فیلم، موسیقی: حتماً در دورانی که به کار مشغول بوده‌اید آرزو داشتید تا فیلم‌های خاصی را ببینید یا کتاب‌های مورد علاقه‌تان را بخوانید. همین‌طور موسیقی‌های زیبایی وجود دارند که می‌توانید در این دوران از همه این مواهب استفاده کنید و احساس مفید بودن و لذت بردن داشته باشید.

کارهای عقب‌مانده: کارهای عقب‌مانده در زندگی همه افراد وجود دارد. می‌توانید لیستی از آنها تهیه کنید و به نوبت و روزانه انجام دهید. مثلاً می‌توانید وقت بیشتری با کودک خود بگذرانید به عنوان مثال، با او پازل درست کنید. همچنین کارهای روزمره خود را نیز انجام دهید به زیبایی و بهداشت خود برسید.

زنگ زدن به لیست دفترچه تلفن: در این دوران ارتباط فیزیکی افراد محدود می‌شود و این می‌تواند باعث افسردگی افراد و احساس ناتوانی شود. دلخوشی‌های روزمره و دیدن دوستان و کافی شاپ رفتن‌ها کنسل شده است ولی دوری فیزیکی می‌تواند از طریق تلفن زدن به همه دوستان و آشنایان باعث نزدیکی بیشتر اجتماعی شود. به لطف پیشرفت تکنولوژی می‌توانید تماس تصویری نیز داشته باشید تا از دل‌تنگی‌ها به مقدار فراوانی کاسته شود.

مدیتیشن و ذهن آگاهی: در این دوران که زمان بیشتری را با خود می‌گذرانید، بهتر است تا با خود نیز به صلح برسید و آرامش را تجربه کنید. مدیتیشن می‌تواند به این امر کمک بسیاری کند. می‌توانید زمانی در روز را به این امر اختصاص دهید.

خانه می‌شوند دست‌های خود را بشویند و لباسهایشان را تعویض کنند و فاصله‌گیری فیزیکی اگر رعایت شود خواهند دید که جای نگرانی نیست. جالب اینجاست که بعضی از نشانه‌های افراد با وسواس شستشو احتمال دارد که کم‌رنگ شوند، چرا که آنها می‌بینند سایر افراد نیز با دقت نظافت را رعایت می‌کنند و لذا میزان شستشوی خود را کمتر می‌کنند.

در دوران همه‌گیری کرونا و قرنطینه چگونه به خود کمک کنید؟

اضطراب هیچ‌گاه باعث بیماری کرونا نمی‌شود بلکه سیستم دفاعی بدن را تضعیف و بدن را آماده پذیرایی از ویروس می‌کند، پس با غذای خوب، خواب خوب و ورزش سیستم دفاعی خود را تقویت کنید.

خواب: در این دوران باید خواب کافی و آرام‌بخش داشته باشید. در خانه ماندن طولانی مدت باعث می‌شود تا شب‌ها بیدار بمانیم و روزها دیروقت از خواب بیدار شویم و در نتیجه نظم روزانه به هم بریزد. سعی کنید در زمان مناسب بخوابید و بیدار شوید. نظم روزانه خود را حفظ و به موقع وعده‌های غذایی خود را میل کنید.

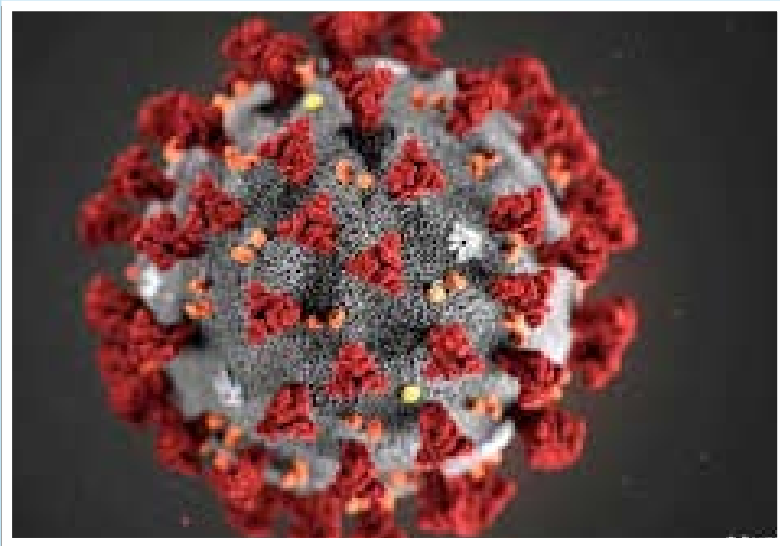
ورزش: داشتن فعالیت فیزیکی در زمان همه‌گیری ویروس کووید-۱۹ برای همه ما چالش برانگیز است. از آنجا که به نظر می‌رسد فرصت فعالیت فیزیکی محدود است، برنامه‌ریزی روزانه برای داشتن فعالیت فیزیکی از اهمیت بیشتری برخوردار است. اکنون زمان تحرک بیشتر و نشستن کمتر است.

اگر در محلی زندگی می‌کنید که می‌توانید در محیط خلوت پیاده‌روی کنید، این کار را انجام دهید. در غیر این صورت در خانه می‌توانید برقصید یا تمرینات ورزشی را به صورت آنلاین از صفحات موجود در شبکه‌های اجتماعی انجام دهید. ورزش باعث ترشح هورمون سروتونین و ایجاد شادی و همدفندی می‌شود.

↓

داشتن فعالیت فیزیکی در زمان همه‌گیری ویروس کووید-۱۹ برای همه ما چالش برانگیز است. از آنجا که به نظر می‌رسد فرصت فعالیت فیزیکی محدود است، برنامه‌ریزی روزانه برای داشتن فعالیت فیزیکی از اهمیت بیشتری برخوردار است. اکنون زمان تحرک بیشتر و نشستن کمتر است





چشم سایر اعضا به کارهای شخصی بپردازید و مثلاً عصرها فرد دیگری در اطاق خود باشد و کارهای شخصی خود را انجام دهد. به این شکل در طول روز ساعت‌هایی هست که در ارتباط با هم نیستید و کمتر در تعامل با هم هستید و به همدیگر فضای دهید.

در این دوران باید مرزها باز تعریف شوند و مسؤولیت‌ها را نیز دوباره تنظیم کنید.

یعنی این که قوانین را دوباره بازسازی کنید. هر کسی باید نقشی در خانواده داشته باشد و همچنین دارای حقوق خاص خود باشد. مثلاً این طور نباشید که فقط یک نفر غذا بپزد، طرف‌ها را بشوید و خانه را تمیز کند. بلکه تقسیم وظایف لازم است به شکلی که بار فقط بر دوش یک نفر نباشد. درک متقابل بسیار مهم است. همه افراد خانواده مهم هستند. رفاه و علاقمندی‌های افراد را باید در این زمان در نظر بگیرید. مثلاً همه افراد بتوانند فیلم مورد علاقه خود را ببینند، نه این که فقط یک نفر تمام مدت فیلم ببیند و بقیه افراد او را مراعات نکنند.

در این دوران می‌توانید کار بیافرینید: افراد شغال، این دوران را به سختی می‌گذرانند و تنوع زندگی‌شان کم می‌شود. پس بهتر است در این زمان فکر کنید که چه کارهایی (مثلاً نقاشی کردن، ساختن وسایل جدید و فعال کردن خلاقیت خودتان) دوست داشتید انجام دهید که تا با حال سمت آن نرفته‌اید. بهتر است در کارهای لذتبخش افراد دیگر خانواده را هم دعوت کنید و بدین ترتیب از بودن با یکدیگر لذت ببرید. پختن کیک دسته‌جمعی و دم کردن چای در کنار هم مثال زیبایی از همکاری اعضای خانواده است.

حمایت از کودکان: کودکان در این دوران آسیب‌پذیرترند،

خلاقیت و استعدادیابی: شاید در طول زندگی برای اولین بار است که از شما خواسته شده در خانه بمانید. این را می‌توانید به‌عنوان هدیه برای خود متصور شوید و به مکاشفه درباره استعدادها و خلاقیت‌های خود بپردازید و ابعاد تاریک وجود خود را بیابید.

لیستی از نگرانی‌های خود را بنویسید: سعی کنید در زمان خاصی به آنها فکر کنید. شاید به این نتیجه برسید که درباره بعضی از این افکار فاجعه‌سازی می‌کنید. به هر حال می‌توانید به صورت آنلاین از روانشناسان کمک بگیرید.

لیست شکرگذاری برای خود تهیه کنید: هر روز مواهبی مانند داشتن خانه، سقفی بالای سر، داشتن فرزند و ... را یادداشت و بابت آنها از کائنات قدردانی کنید.

در این دوران قرنطینه که مجبور به تبعید در خانه خود هستید، مشکلات ارتباطی با اعضای دیگر خانواده نیز ایجاد می‌گردد. تنش داخل خانه زیاد می‌شود، زیرا برخورد افراد در محیطی کوچک زیاد می‌گردد. طنز جالبی که این روزها به وجود آمده این است که خانم‌ها می‌گویند به ما گفته شده بود «شوهرت صبح می‌رود و شب می‌آید و الان این حجم از صمیمیت و بودن برای‌مان غیر قابل هضم است.» مهارت کاهش تنش بین اعضای خانواده و ماندن در خانه کمک بزرگی به افراد دیگر جامعه و کادر درمانی می‌کند و این خود یکی از بزرگترین «مسؤولیت‌های فردی» است.

همانطور که گفته شد در دوران قرنطینه تعارضات افراد با هم شدید می‌شود. مشکلاتی که سال‌ها زیر مشغله‌های کاری پنهان مانده بود شعله‌ور می‌شود. مشکلات با فرزندان، مشکلات خواهرها و برادرها و همچنین مشکلات زوجین به همدیگر می‌تواند در این دوران، بحران را دو چندان کند. یادآوری اصول اولیه رابطه می‌تواند در یاری رساندن به حل تعارضات کمک‌کننده باشد.

بهتر است برای خود فضا ایجاد کنید: یعنی مثلاً صبح تا ظهر را در یک اطاق به دور از

این طور نباشید که فقط یک نفر غذا بپزد، طرف‌ها را بشوید و خانه را تمیز کند. بلکه تقسیم وظایف لازم است به شکلی که بار فقط بر دوش یک نفر نباشد. درک متقابل بسیار مهم است. همه افراد خانواده مهم هستند. رفاه و علاقمندی‌های افراد را باید در این زمان در نظر بگیرید.

چرا که درک واقعی از موضوع ندارند و تحت تأثیر والدین خود هستند و دنیا را از دریچه چشم والدین می‌بینند. در ضمن، کودکان درک درستی از احساسات خود ندارند و نمی‌توانند احساسات را در قالب کلمات بیان کنند و رفتارهایشان شبیه بهانه‌گیری، پرخاشگری، کم‌حوصلگی می‌شود. نکته مهم اینجاست که در این دوران کودکان به شدت نگران از دست دادن والدین خود می‌شوند. در نتیجه، خیلی مهم است که والدین به کودکان با زبان کودکانه بگویند: «یک اتفاقی افتاده که ما تا جایی که می‌توانیم سعی می‌کنیم شرایط را بهبود ببخشیم». این پیام را می‌توانید به شکل داستان‌های قابل فهم مطابق با سن کودکان بگویید. «بچه و بروسای دوست داره ما رو مریض کنه ولی ما عاقلیم، علم داریم و با په سری از کارها نمی‌ذاریم موفق بشه. مثلاً با شستن دست‌ها، با رقص و آواز یا با خونه موندن موم می‌تونیم شکستش بدیم. ما همدیگر رو داریم و کرونا را می‌خوایم شکست بدیم». بهتر است بگوییم کرونا را شکست می‌دهیم نه این که کرونا را بکشیم. برای کودکان «کشتن» واژه اضطراب‌زایی است. رعایت نکات بهداشتی را برای کودکان به شکل بازی در بیاورید. «اگر دستامون رو بشوریم ما برنده می‌شویم. اگر بیرون نریم ما برنده می‌شیم». به کودکان کمک کنید نقاشی بکشند با عروسک‌هایشان بازی کنند. آن‌ها با نقاشی و بازی می‌توانند ترسهایشان را نشان دهند. به آنها اطمینان دهید که اگر کسی مریض شد افراد دیگر به او کمک می‌کنند و پزشکان و پرستارها با مهربانی به همه کمک

می‌کنند.

نکته دیگر این که، اخبار نگران‌کننده را در حضور کودکان به همدیگر نگویید و آنها را دچار دلهره و ترس نکنید. اگر کودکان مدرسه می‌رفته است، بهتر است زندگی روزمره خود را ادامه دهید. مثلاً از ساعت ۸ تا ۹ اگر ریاضی می‌خوانده است سعی کنید در همان زمان درس خود را بخواند و در این دوران برنامه‌های منظم داشته باشید. زمان خاصی را برای بازی و تفریح و وقت مشخصی را برای درس خواندن و خوابیدن و بیدار شدن در نظر بگیرید. حتی اگر دوست دارند می‌توانند با دوستان خود تلفنی صحبت کنند. سعی کنید نظم زندگی بچه‌ها به هم نخورد. از کودکان بخواهید در کارهای خانه به شما کمک کنند. به آنها مسؤولیت بدهید. به این شکل آنها احساس کنترل خواهند داشت و رضایتمندی را تجربه می‌کنند.

حقیقتی که در این روزها می‌توانیم با آن مواجه باشیم از دست دادن فردی از اعضای خانواده است که این موضوع برای خود بزرگسال هم با رنج و اندوه همراه است ولی چگونگی بیان آن برای کودکان نیز امری قابل تأمل است. در مرحله اولیه اگر فردی از اعضای خانواده مدتی در بیمارستان بستری شد به کودک می‌گوییم که «بیمار شده و داره با کرونا مبارزه می‌کنه و دکترها بهش کمک می‌کنند و او هم تلاش می‌کند تا زنده بماند. ما هم برایش دعا می‌کنیم و در خانه می‌مانیم تا بقیه افراد دچار بیماری نشوند و اگر موفق شد همه ما خوشحالیم». اگر متأسفانه یکی از افراد خانواده فوت کرد به کودکان اطلاع

می‌دهیم و می‌گوییم «ما یادش رو در ذهنمون نگه می‌داریم و برای او دعا می‌کنیم». با هر دینی که معتقدید برایش با حضور کودکان دعا بخوانید. به هر حال پنهن کاری را کنار بگذارید و با هم بودن را در این دوران با اعضای داخل خانه و یا از طریق تماس تصویری با سایر اعضای خانواده به نمایش بگذارید و به کودکان امنیت دهید. مشارکت و انجام کار برای فرد متوفی به کودکان کمک می‌کند.

حمایت از نوجوانان: نوجوانان برخلاف کودکان در این شرایط بحرانی از منابع مختلف اخبار و اطلاعات را به دست می‌آورند و امکان دارد به روان آنها آسیب جبران‌ناپذیری برسد. پس بهتر است در این دوران از آنها حمایت کنیم. در این جا چند راهکار ساده ارائه می‌شود.

در طول روز ببینید چند خواسته از نوجوان خود دارید و اگر ده کار از او می‌خواهید و او ۲ مورد را انجام می‌دهد به جنبه مثبت آن فکر کنید و در حال حاضر از ۸ مورد صرف‌نظر کنید و نگران لوس شدن او نباشید چرا که با صرف‌نظر کردن، فرصت تعارض و دعوا را کم می‌کنید و اجازه «نه» شنیدن از جانب فرزند را به صفر می‌رسانید. با همدلی و درک شرایط نوجوانان به سلامت روان همه اعضا کمک کنید.

باید ذره‌بین به دست بگیرید و رفتار مثبت نوجوان خود را در نظر بگیرید. مثلاً وقتی مطلب جالبی می‌گوید به او می‌گویید چه بامزه حرف زدی و او را خوشحال کنید. حتی اگر واکنش جالبی از او نبینید، سعی کنید در این دوران به ساعت بازی و تفریح نوجوان خود گیر ندهید. همین‌طور سعی نکنید در این دوران با اجبار او را به کاری وادارید. مثلاً مجبورش نکنید که اطاقش را تمیز کند بلکه بهتر است کارها را تقسیم کنید. مثلاً بگویید «برای اینکه کمتر به اطاقت پیام خودت لباس‌های کثیف‌تو بزار بیرون بشورم». یا «ظرف‌ها رو بیار بیرون از اطاقت من بشورم». نوجوانان نشان نمی‌دهند که دوست دارند با ما زمانی را بگذرانند ولی بهتر است از آنها بخواهیم که به عنوان مثال در پختن غذا یا انتخاب فیلم به ما کمک کنند.

در پایان، ما گونه انسان در طول تاریخ با مشکلات فراوانی روبه‌رو بوده‌ایم و با خرد و هماهنگی و اتحاد توانسته‌ایم بر آن‌ها فائق آییم. باشد که این روزگار سخت نیز به زودی بگذرد.



۱۵ خوراکی که سیستم ایمنی بدن را تضمین می کند

تغذیه غذاهای خاص ممکن است به تقویت سیستم ایمنی بدن کمک کند. اگر به دنبال راههایی برای جلوگیری از سرماخوردگی در زمستان و آنفولانزا هستید، اولین قدم باید مراجعه به فروشگاه مواد غذایی محلی باشد. وعده‌های غذایی خود را طوری برنامه‌ریزی کنید که شامل این ۱۵ تقویت‌کننده سیستم ایمنی بدن باشد.



فوق‌العاده‌ای است. کلم بروکلی با داشتن ویتامین‌های A، C، و E و همچنین بسیاری از آنتی‌اکسیدان‌ها و فیبر، یکی از سالم‌ترین سبزیجاتی است که می‌توانید به وعده‌های غذایی روزانه تان اضافه کنید. نکته اصلی حفظ مزایا آن، پختن آن در حد امکان - یا حتی مصرف آن به شکل خام است که در این صورت خواص بیشتری دارد.

۴. سیر

سیر تقریباً در تمامی غذاهای بین‌المللی و دنیا یافت می‌شود. این ماده کمی طعم و عطر به غذا اضافه می‌کند و مصرف آن برای سلامتی بسیار مهم است. تمدن‌های اولیه ارزش این ماده غذایی را برای مقابله با عفونت‌ها تشخیص داده بودند. بنا به اطلاعات مربوط به مرکز ملی تغذیه و تحقیقات تکمیل شده درباره سلامت، سیر می‌تواند به کاهش فشار خون و کند شدن سختی شریان‌ها نیز کمک کند. به نظر می‌رسد خواص تقویت‌کننده سیستم ایمنی سیر از غلظت سنگین ترکیبات حاوی گوگرد مانند آلیسین ناشی می‌شود.

۵. زنجبیل

زنجبیل ماده دیگری است که بسیاری از افراد بعد از بیمار شدن به آن روی می‌آورند.

۱. مرکبات

بیشتر افراد بعد از سرما خوردن به ویتامین C متوسل می‌شوند. از این رو که به تقویت سیستم ایمنی بدن کمک می‌کند. تصور می‌شود ویتامین C باعث افزایش تولید گلبول‌های سفید می‌شود. این‌ها برای مبارزه با عفونت‌ها مهم هستند. گریپ فروت، پرتقال‌ها، نارنگی، لیمو، لیموترش و نارنگی یا قافا یا کلمنتین از جمله مرکبات محبوب در این دسته هستند. تقریباً تمام مرکبات دارای ویتامین C زیادی هستند و با انتخاب چنین تنوعی، می‌توان به راحتی در هر وعده غذایی این ویتامین را اضافه کرد.

۲. فلفل دلمه‌ای قرمز

اگر فکر می‌کنید مرکبات دارای بیشترین ویتامین C از هر میوه یا سبزی است، پس باید دوباره و کمی بیشتر فکر کنید. هر گرم فلفل قرمز حاوی دو برابر هر گرم مرکبات ویتامین C است. آن‌ها همچنین منبع غنی بتا کاروتن هستند. علاوه بر تقویت سیستم ایمنی بدن، ویتامین C ممکن است به حفظ سلامت پوست کمک کند. بتا کاروتن برای سلامتی چشم و پوست نیز بسیار مفید است.

۳. کلم بروکلی

کلم بروکلی غنی از ویتامین‌ها و مواد معدنی

می‌دهد که غلظت بالای کور کومین، که رنگ متمایزی به زردچوبه می‌دهد، می‌تواند به کاهش آسیب‌های عضلانی ناشی از ورزش کمک کند و برای ترمیم آسیب عضلات مفید باشد.

۱۰. چای سبز

هر دو چای سبز و سیاه مملو از فلاونوئیدها هستند که نوعی آنتی‌اکسیدان است. چای سبز واقعا عالی است و سرشار از اپی‌گالوکتچین گالات یا EGCG یکی دیگر از آنتی‌اکسیدان‌های قدرتمند است. مشخص شده است که EGCG عملکرد سیستم ایمنی را تقویت می‌کند. فرایند تخمیر چای سیاه باعث از بین رفتن بسیاری از EGCG می‌شود. از طرف دیگر دم کرده چای سبز به دلیل عدم عبود از مرحله تخمیر می‌تواند EGCG را در خود حفظ کند. همچنین چای سبز منبع خوبی از اسید آمینه L-theanine است. L-theanine ممکن است در تولید ترکیبات موثر ضد میکروب در سلول‌های T کمک کند.

۱۱. پاپایا

پاپایا میوه دیگری است که دارای ویتامین C است. می‌توانید ۲۲۴ درصد از مقدار ویتامین C که روزانه توصیه می‌شود را در یک پاپایا پیدا کنید. پاپایا همچنین یک

خوبی برای ویتامین D باشد، بنابراین سعی کنید برندهای را انتخاب کنید که غنی شده با ویتامین D هستند. ویتامین D به تقویت سیستم ایمنی بدن کمک می‌کند و به نظر می‌رسد که سیستم ایمنی بدن را برای مقابله بیماری‌ها تقویت می‌کند.

۸. بادام

هنگامی صحبت از پیشگیری و مقابله با سرماخوردگی می‌شود، بعد از دریافت ویتامین C مصرف مواد غذایی حاوی ویتامین E قرار می‌گیرد. ویتامین E نقش کلیدی در سلامت سیستم ایمنی دارد. یک ویتامین محلول در چربی، به این معنی که نیاز به چربی دارد تا به درستی جذب شود. آجیل‌ها مانند بادام سرشار از ویتامین هستند و همچنین چربی‌های سالم دارند. نصف فنجان بادام، تقریبا برابر با ۴۶ بادام، نزدیک به ۱۰۰ درصد از مقدار روزانه ویتامین E را تامین می‌کند.

۹. زردچوبه

احتمالا زردچوبه را به عنوان یک ترکیب اصلی در میان بسیاری از ادویه‌ها بدانید. اگرچه این ادویه برای سال‌ها است که به عنوان ترکیبی ضد التهابی برای تسکین علائم آرتروز و آرتريت روماتوئید (روماتیسم مفصلی) مورد استفاده قرار می‌گیرد. همچنین تحقیقات ResearchTrusted Source نشان

زنجبیل ممکن است به کاهش التهاب کمک کند، که می‌تواند به کاهش گلودرد و سایر بیماری‌های التهابی کمک کند. زنجبیل همچنین ممکن است برای تسکین و کاهش حالت تهوع مفید باشد.

در حالی که از آن در بسیاری از دسرهای شیرین استفاده می‌شود، زنجبیل دارای طعم تندی است که این به دلیل وجود ترکیبی به نام Gingerol، وابسته به کپسایسین (Capsaicin) است. طبق تحقیقات اخیر روی حیوانات، به نقل از یک منبع قابل اعتماد، زنجبیل ممکن است به کاهش درد مزمن کمک کند و حتی خواص کاهش دهنده کلسترول را دارا باشد.

۶. اسفناج

اسفناج به دلیل مزایای فراوانی که دارد به این لیست اضافه شده است، زیرا نه تنها سرشار از ویتامین C است، بلکه دارای آنتی‌اکسیدان‌ها و بتا کاروتن‌های زیادی نیز است، که ممکن است توانایی سیستم ایمنی بدن را افزایش دهد. تقریبا مشابه کلم بروکلی، اسفناج هم بهتر است به شکل خام مصرف شود، البته در صورتی که به شکلی سالم پخته شود به طوری که مواد مغذی خود را حفظ کند، همچنان می‌تواند مفید باشد. پخت مقدار ویتامین A را افزایش می‌دهد و باعث می‌شود مواد مغذی دیگر از اسید اگزالیک آزاد شوند.

۷. ماست

ماست‌هایی مانند ماست یونانی و کفیر می‌توانند سیستم ایمنی بدن را تقویت کنند. ترکیبات موجود در ماست‌ها ممکن است سیستم ایمنی بدن را برای مقابله با بیماری‌ها تحریک کنند. سعی کنید به جای مصرف انواع ماست‌های کارخانه‌ای، خودتان دست به کار شوید و به جای استفاده از ماست‌های طعم دار کارخانه‌ای، ماست ساده را با میوه‌های سالم و سبزیجات تازه طعم دار کنید. ماست همچنین می‌تواند منبع





عمل کنند. به خاطر داشته باشید که نباید بیشتر از مقدار توصیه شده روزانه، زینک در رژیم غذایی خود داشته باشید. این مقدار برای مردان بالغ، ۱۱ میلی گرم و زنان ۸ میلی گرم است. در واقع زینک می‌تواند عملکرد صحیح سیستم ایمنی بدن را کنترل کند.

سایر روش‌ها برای جلوگیری از سرماخوردگی و آنفولانزا

پیروی از تنوع غذایی، کلید اصلی تغذیه مناسب است. اضافه کردن تنها یکی از این خوراکی‌ها به اندازه کافی برای مقابله با سرماخوردگی و آنفولانزا کافی نخواهد بود، حتی اگر مرتباً آن را بخورید. به دوز و مقدار توصیه شده روزانه توجه کنید تا یک ویتامین را بیش از اندازه و سایر ویتامین‌ها در مقدار کم مصرف نشوند.

پیروی از یک برنامه غذایی سالم شروع بسیار خوبی است و کارهای دیگری نیز وجود دارد که می‌توانید برای محافظت از خانواده و خود در برابر آنفولانزا، سرماخوردگی و سایر بیماری‌ها انجام دهید.

با این اصول اولیه پیشگیری از آنفولانزا شروع کنید، سپس به سراغ واکسن آنفولانزا بروید و تصمیم بگیرید که کدام یک برای شما مناسب‌تر است.

ویتامین B6 در بسیاری از واکنش‌های شیمیایی که در بدن اتفاق می‌افتد، نقش مهمی دارد. همچنین برای تشکیل گلبول‌های قرمز جدید و سالم بسیار مهم است. سوپی که حاوی جوشانده استخوان‌های مرغ باشد حاوی ژلاتین، کندروایتین و سایر مواد مغذی است که برای تقویت سیستم گوارش و ایمنی بدن بسیار مفید است.

۱۴. تخمه آفتابگردان

دانه‌های آفتابگردان سرشار از مواد مغذی از جمله فسفر، منیزیم و ویتامین B6 هستند. آن‌ها همچنین غنی از ویتامین E؛ و آنتی‌اکسیدان قدرتمند فوق‌العاده هستند. ویتامین E در تنظیم و حفظ عملکرد سیستم ایمنی از اهمیت بالایی برخوردار است. غذاهای دیگر با مقادیر زیادی ویتامین E شامل آووکادو و سبزیجات با برگ‌های سبز می‌شوند.

۱۵. غذاهای دریایی

برخی از انواع غذاهای دریایی مانند ماهی و میگو حاوی مقدار فراوانی زینک هستند. زینک به اندازه بسیاری از ویتامین‌ها و مواد معدنی دیگر مورد توجه قرار نمی‌گیرد، مکملی که بدن ما به آن احتیاج دارد تا سلول‌های ایمنی بدن بتوانند به درستی

آنزیم هضم‌کننده به نام پاپائین دارد که دارای اثرات ضد التهابی است. پاپایاها مقادیر مناسبی از پتاسیم، ویتامین‌های گروه B؛ و فولات دارند که همگی برای سلامت کلی مفید هستند.

۱۲. کیوی

درست مانند پاپایا، کیوی‌ها به طور طبیعی سرشار از مواد مغذی ضروری از جمله فولات، پتاسیم، ویتامین K؛ و ویتامین C هستند. ویتامین C سلول‌های سفید خون را برای مقابله با عفونت‌ها تقویت می‌کند، در حالی که سایر ترکیبات مواد مغذی کیوی برای حفظ عملکرد صحیح سایر اعضای بدن مفید است.

۱۳. ماکیان

وقتی بیمار هستید، سوپ مرغ چیزی بیش از یک غذای خوب که دارای اثر دارونما نیست. مصرف گوشت ماکیان به بهبود علائم سرماخوردگی کمک می‌کند و همچنین در وهله اول از ابتلا به بیماری از شما محافظت می‌کند. طیوری مانند مرغ و بوقلمون از نظر ویتامین سرشار از B6 هستند. حدود ۳ اونس (۸۵ گرم) گوشت بوقلمون یا گوشت مرغ حاوی ۴۰ تا ۵۰ درصد از مقدار توصیه شده روزانه B6 است.

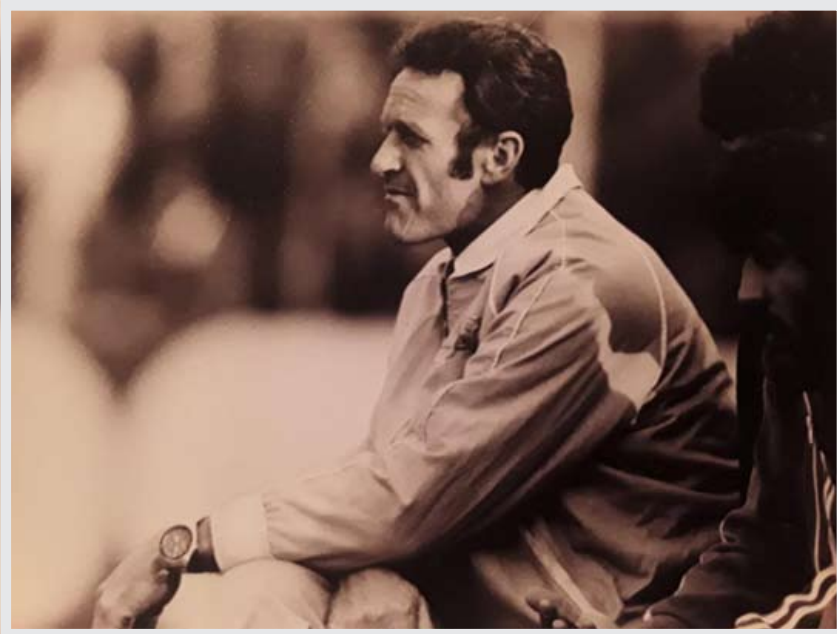
ورزش

رایکوف و استراماچونی، تجربه‌های متفاوت در دو روزگار/۶۴
علی دایی؛ افتخار در دنیا و بایکوت در داخل/۶۶
افزایش مرگ ناشی از کرونا با دوپینگ!/۶۹
تماشای فراموش‌نشده‌ترین فوتبال‌های تاریخ در روزهای
کرونايي/۷۰



نیم قرن پس از اولین قهرمانی تاج در آسیا

رایکوف و استراماچونی، تجربه‌های متفاوت در دوروزگار



نیم قرن پیش، ۲۱ فروردین ۱۳۴۹، تیم تاج قهرمان جام باشگاه‌های آسیا شد؛ عنوانی که هنوز برای دوستان فوتبال در ایران خاطره‌انگیز است. اما چرا آخرین بار این جام ۵ و ۳ دهه پیش برای باشگاه تاج یا استقلال به دست آمد؟ استقلال پس از انقلاب سال ۵۷ ایران، ۷ مرداد ۱۳۷۰ نیز قهرمانی‌اش در آسیا را تکرار کرد، اما ۵ دهه از اولین قهرمانی آسیا و حدود ۳ دهه از آخرین جام آسیایی می‌گذرد و قهرمانی در آسیا به یک آرزو تبدیل شده است و تکرارش برای تیم‌های ایرانی آسان به نظر نمی‌رسد.

تعریف باشگاه‌داری در آسیا تغییر کرده است و فوتبال ایران در زیرساخت‌های حرفه‌ای در مقایسه با باشگاه‌های چندین کشور مدعی فوتبال در آسیا با کمبودهای بزرگی مواجه است. باشگاه‌های ایرانی مثل تاج که ۵ دهه پیش صاحب ورزشگاه و مجموعه‌های ورزشی درآمدزا بودند، باشگاه‌هایی که امکاناتی کم‌نظیر در مقایسه با باشگاه‌های آسیایی داشتند، حالا سال‌هاست که حتی یک زمین تمرین مناسب ندارند، از لحاظ اقتصادی ورشکسته شده‌اند، و موضوع تمام اخبار روزمره آن‌ها درباره دربه‌داری از این زمین به آن زمین برای تمرین و شکایت بازیکنان و مربیان ایرانی و خارجی علیه باشگاه برای دریافت دستمزد است. در چنین بحرانی، حرف زدن درباره قهرمانی در آسیا چندان معنایی ندارد.

رایکوف تحولی بنیادین در فوتبال ایران (تیم ملی و تاج) پدید آورد.

رایکوف در ایران به یک الگوی فنی برای مربیان تبدیل شده بود. او تمرینات را به جریانی حرفه‌ای در باشگاه تبدیل کرد، در حالی که پیش از حضور او، تمرینات تیم‌ها هفته‌ای چند جلسه بود و درباره شکل تمرینات نیز دانش چندانی وجود نداشت. رایکوف اولین بار در ایران ابزار ساده تمرین، مثل توپ مدیسین بال و وزنه را به محل تمرینات تیمش اضافه کرد. او بود که اهداف تمرین را می‌شناخت و برای مربیان ایرانی راه‌های تازه‌ای در مربیگری گشود.

رایکوف در ایران دستمزد حرفه‌ای دریافت می‌کرد. حقوق او ماهیانه ۶۰۰۰ تومان در اواخر دهه ۴۰ بود، در حالی که مربیان ایرانی ماهیانه کمتر از هزار تومان دستمزد می‌گرفتند.

باشگاه استقلال، اما در تمام سال‌های پس از انقلاب، پس از رایکوف هرگز مربی خارجی با میزان اثرگذاری او استخدام نکرد. تاج پیش از انقلاب ایران، از سال ۵۵ تا ۵۷ (پس از جدایی رایکوف) ولادمیر جکیچ را استخدام کرد؛ مربی آلمانی - یوگسلاو که اگر چه در

باشگاه استقلال در ۴ دهه اخیر اگر چه توسط دولت‌ها در ایران اداره شده و همیشه بودجه‌های دولتی دریافت کرده است، اما بودجه‌ها برای خرج‌های روزمره و گزاف هزینه شده‌اند و با تمام سرمایه‌های بربادرفته، حتی یک زمین تمرین مناسب برای این باشگاه ساخته نشده است. فوتبال ایران نه فقط در زیرساخت‌ها و نظام اقتصادی باشگاه‌داری وضعیت نگران‌کننده‌ای دارد، بلکه حتی از مربیان خارجی اثرگذار نیز محروم شده است. جام باشگاه‌های آسیا در سال ۱۳۴۹ محصول زدراکو رایکوف بود؛ مربی یوگسلاو فوتبال ایران که در دهه ۴۰ و ۵۰ برای تیم ملی جوانان، بزرگسالان و باشگاه تاج، نسلی طلایی و ماندگار را ساخت.

منصور پورحیدری که قهرمانی استقلال در آسیا را در سال ۱۳۷۰ به عنوان سرمربی تکرار کرد، شاگرد رایکوف بود و البته مربی یوگسلاو تاج نسلی را ساخت که ناصر حجازی، حسن روشن و غلامحسین مظلومی از ستاره‌هایش بودند. در تیم ملی ایران، مردانی مثل علی پروین با او معنای دیگری از فوتبال را تجربه کردند و از نگاه بسیاری از چهره‌های قدیمی،



شد، در حالی که شاید دو فصل مربیگری او (طبق قرارداد دو ساله) می‌توانست استقلال دیگری بسازد. استراماچونی همواره در ماه‌های حضورش در ایران با مدیران باشگاه دچار اختلاف بود و هرگز نتوانست به هر زبانی به مدیران تفهیم کند که نظم در باشگاه، امکانات تمرین و مواردی از این دست، از بدیهیات در مسیر موفقیت هستند. رایکوف در اسفند ۱۳۴۸ سرمربی استقلال شد و چند ماه پس از حضورش در استقلال، در بهار سال ۱۳۴۹، قهرمان آسیا شد. اما استراماچونی ۶ ماه بعد از حضورش در استقلال، به رغم ساختن تیمی که هواداران را به موفقیت‌های بزرگ امیدوار کرده بود، به این نتیجه رسید که نمی‌تواند روندی موفقیت‌آمیز را با مدیران باشگاه ادامه دهد. این تفاوت در سرنوشت رایکوف و استراماچونی چه بسا همه چیز را درباره دلایل ناکامی استقلال در آسیا با ما در میان بگذارد.

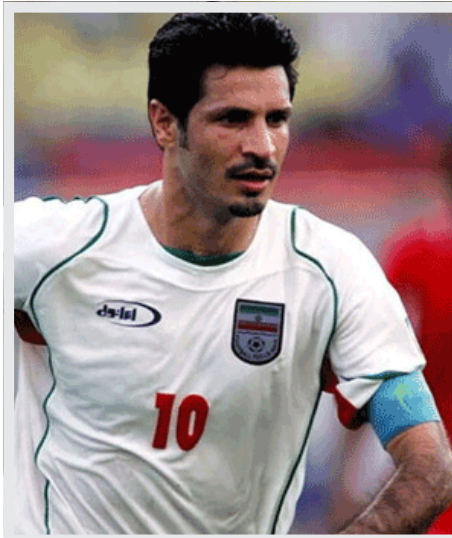
تاج برنده جام نبود، اما او نیز آثار فنی چشمگیری داشت. اما در پی حوادث سال ۵۷، او هم برای همیشه از فوتبال ایران رفت. مربیان خارجی استقلال پس از انقلاب، لئونید بیلفسکی، یوگنی سکوموروخوف، رولاند کخ، وینفرد شفر و آندره‌آ استراماچونی، بودند، اما درباره هیچ‌یک از آن‌ها روایتی در اندازه روایت تاثیرگذاری رایکوف ساخته نشد.

آنچه بر آخرین مربی خارجی استقلال گذشت، نشان می‌دهد که فرصتی برای موفقیت و رشد باشگاه فراهم نمی‌شود. آندره‌آ استراماچونی، سرمربی جوان ایتالیایی استقلال، نیم فصل موفق‌تری را در فصل جاری با استقلال پشت سر گذاشت و موفق شد تغییرات اساسی در کیفیت بازی استقلال پدید آورد و با تیمش به صدر جدول رسید، اما باشگاه به قراردادش با استراماچونی متعهد نبود و او چاره‌ای جز جدایی نداشت. پروژه موفق استراماچونی با استقلال رها



رونالدو همچنان در تعقیب شهریار فوتبال ایران

علی دایی؛ افتخار در دنیا و بایکوت در داخل



ورزشی زندگی او برای تازه‌واردهای علاقه‌مند به فوتبال بازخوانی می‌شود که فوتبالیستی از قاره آسیا بوده که به فاصله هشت سال، دو جام جهانی را تجربه کرده و با حضور در تیم‌های بایرن مونیخ و هرتابرلین و همچنین راهیابی به فینال لیگ قهرمانان اروپا در سال ۹۹ افتخارات زیادی را کسب کرده است. برای نسل جدید هوادارای، یادآوری نام علی دایی افتخار بزرگی برای فوتبال ایران محسوب می‌شود.

میانگین بازی ملی و گلزنی توسط رونالدو شکسته نمی‌شود

رونالدو پرتغالی اولین بازی ملی خود را برای تیم ملی کشورش در سال ۲۰۰۳ انجام داد و حالا بعد از گذشت ۱۶ سال حضور در تیم ملی (چهار سال بیشتر از دوران ملی دایی) به چندقدمی تصاحب عنوان برترین گلزن دنیا رسیده است. گفتنی است علی دایی طی ۱۳ سال و ۱۴۹ مسابقه ملی توانست ۱۰۹ بار گلزنی کند، اما کریس رونالدو طی ۱۶ سال و با پشت‌سرگذاشتن ۱۶۴ مسابقه ملی توانسته ۹۹ بار گلزنی کند. همچنین یکی از گل‌های علی دایی در دوران بازی‌های خود حساب نشد؛ ماجرا از این قرار بود که علی دایی در یکی از دیدارهای انتخابی جام جهانی در ورزشگاه آزادی توانست از روی

رونالدو؛ علی دایی را به نسل جدید معرفی کرد

شهریار فوتبال ایران بعد از جام جهانی ۲۰۰۶ آلمان از تیم ملی خداحافظی کرد و بعد از آن با حضور در سایپا تحت عنوان مربی - بازیکن به کار حرفه‌ای خود در زمین مسابقه پایان داد. دایی که ۱۳ سال پیراهن تیم ملی ایران را بر تن کرده بود، توانست در ۱۴۹ مسابقه ملی ۱۰۹ بار دروازه رقبای خود را باز کند، اما از آخرین گل ملی او تا این لحظه بیش از ۱۳ سال گذشته است و طبیعتاً نسل جدید هواداران فوتبال شناخت زیادی از او ندارند. مجله «فورفور تو» درباره درخشش علی دایی در اروپا از گلزنی او مقابل چلسی نوشته است: «هنگامی که هرتابرلین در یک بازی گروهی لیگ قهرمانان اروپا در سال ۱۹۹۹ با نتیجه ۲ بر یک چلسی را شکست داد، گلزن‌ترین بازیکن بین‌المللی برای تیم آلمانی کارساز بود که بالاتر از فرانک لوبوف بلند شد و دروازه چلسی را باز کرد. علی دایی، مهاجم ایرانی، توانست دوبار برای تیمش گلزنی کند».

گفتنی است در همان فصل بود که کاپیتان تیم ملی ایران موفق شد در ورزشگاه سن‌سیرو دروازه میلان را باز کند تا سالی توفانی را در هرتابرلین پشت‌سر بگذارد. حالا با گلزنی‌های پیاپی رونالدو، گل‌های علی دایی و تاریخچه

سپهر خرمی
روزنامه‌نگار

نشریه معتبر «فور فور تو» گزارشی را درخصوص ۱۰ گلزن برتر تیم‌های ملی فوتبال دنیا منتشر کرده؛ جایی که سال‌هاست علی دایی بدون رقیب جایگاه نخست را در اختیار دارد؛ با این تفاوت که حالا بعد از مدت‌ها بازیکنی رتبه نخست او را تهدید کرده و او کسی نیست جز کریس رونالدو، کاپیتان تیم ملی پرتغال و مهاجم یوونتوس ایتالیا. گلزنی‌های پیاپی کریس رونالدو، به‌خصوص در سال ۲۰۱۹ باعث شد تا بار دیگر بحث آقای‌گلی جهان در قامت تیم‌های ملی تبدیل به سوژه جذاب رسانه‌های دنیا و همچنین کنفدراسیون جهانی فوتبال (فیفا) شود.



پوشکاش مجارستانی برسد. ۱۵ گل زده در سال ۲۰۱۸ و ۲۰۱۹ باعث شد تا او حالا با ۹۹ گل در تعقیب دایی قرار بگیرد. مسابقات تدارکاتی یورو می‌توانست برگزار شود که با شیوع ویروس کرونا تمامی مسابقات فوتبالی به تعویق افتاد و به تبع آن مسابقات یورو نیز در سال ۲۰۲۱ برگزار خواهد شد.

با ادامه این روند حداقل می‌توان این‌طور گفت که احتمال اینکه رکورد علی دایی تا پایان سال ۲۰۲۰ شکسته نشود وجود دارد. همچنین با بالا رفتن سن کریس رونالدو و عدم آمادگی اکثر بازیکنان به لحاظ دور شدن از شرایط مسابقه بعید نیست خللی در روند گلزنی کریس ایجاد شود. این‌طور می‌توان گفت که کرونا توفیق اجباری شد که رکورد دایی فعلاً حفظ شود؛ هرچند کاپیتان سابق تیم ملی ایران نسبت به شکسته شدن رکوردش توسط رونالدو

نقطه پنالتی دروازه کره شمالی را باز کند که با پرتاب نارنجک از سوی تماشاگران ایران، این مسابقه نیمه‌تمام رها شد تا یک گل دایی پرپر شود. با علم به اینکه رونالدو بتواند در مسابقات یوروی پیش‌رو و همچنین دیدارهای تدارکاتی ۱۰ گل بزند و به رکورد دایی برسد، نمی‌تواند از لحاظ میانگین بازی ملی و تعداد گل‌زده از دایی عبور کند.

کرونا؛ صدرنشینی دایی را تمدید کرد

کریس رونالدو به‌خصوص در دو سال اخیر تعداد گل‌های ملی را به شکل عجیبی افزایش داد؛ هرچند رقبای ضعیف و بی‌نام‌ونشان نیز کمک شایانی به مهاجم یوونتوس کردند تا او به چندقدمی علی دایی برسد. رونالدو در سال ۲۰۱۶ و ۲۰۱۷ توانست به ترتیب ۱۱ و ۱۳ گل وارد دروازه رقبا کند تا به رکورد ۸۴ گل ملی فرانتس



با علم به اینکه رونالدو بتواند در مسابقات یوروی پیش‌رو و همچنین دیدارهای تدارکاتی ۱۰ گل بزند و به رکورد دایی برسد، نمی‌تواند از لحاظ میانگین بازی ملی و تعداد گل‌زده از دایی عبور کند

کشور است، اما در ایران شهریار فوتبال ایران نمی‌تواند در تیمی مربیگری کند! دایی در آخرین گفت‌وگویش پیرامون اینکه رخصت شدنش توسط حراست وزارت ورزش باعث شد تا سرمربی تیم ملی نشود، این موضوع را به نوعی تأیید می‌کند. همچنین قوانینی برای انتخابات فدراسیون فوتبال ایران وضع می‌شود که شخصیت شناخته‌شده‌ای مانند دایی که بیش از ۲۰ سال در فوتبال کشور حضور داشته نمی‌تواند برای پست ریاست فدراسیون فوتبال ثبت‌نام کند و واجد شرایط و صلاحیت قلمداد می‌شود. البته این به آن معنی نیست که علی دایی علاقه‌ای به احراز پست ریاست فدراسیون فوتبال داشته باشد، چون خودش پیش‌تر بارها عنوان کرده علاقه‌ای به این سمت‌ها ندارد. او که به توصیه پدر مرحومش از انجام کارهای سیاسی هم سر باز می‌زند، حالا، اما به دلیل به‌زبان آوردن جملاتی که رنگ‌وبوی سیاسی داشته و به مذاق عده‌ای خوش نیامده، مجبور است بیرون بنشیند و کاری به فوتبال نداشته باشد. این‌طور می‌توان گفت دایی در دنیا به‌عنوان نخبه ایرانی شناخته می‌شود، اما در داخل بایکوت است؛ تناقض تلخی که ادامه دارد.

پیش‌تر در گفتگو با سایت کنفدراسیون فوتبال آسیا این‌طور گفته بود: «تا زمانی که این رکورد جهانی را در اختیار داشته باشم، احساس غرور می‌کنم و تصور می‌کنم برای تمام ایرانی‌ها این موضوع صادق است؛ همه آن‌ها از این موضوع خوشحال‌اند؛ در واقع این رکورد به من تعلق ندارد، بلکه متعلق به مردم کشورم است. از شکسته‌شدن رکورد ناراحت و ناامید نخواهم شد، زیرا رکوردها شکستی هستند؛ این اتفاق برای رکورد من هم خواهد افتاد و خوشحالم که بازیکنی به بزرگی رونالدو آن را می‌شکند؛ واقعاً او و نوع بازی کردنش را دوست دارم، رونالدو هنوز در اوج است و همیشه او را در جمع سه بازیکن اول جهان قرار می‌دهم و برای او آرزوی موفقیت می‌کنم.»



دایی افتخار دنیا و در داخل بایکوت مطلق!

با گلزنی‌های رونالدو، حالا بار دیگر نام علی دایی سر زبان‌ها افتاده است. اکثر رسانه‌های معتبر دنیا با دقت این مارا تن گلزنی یک‌طرفه را پیگیری می‌کنند. موضوع کنایه‌آمیز، اما جایی است که علی دایی را در دنیا به اسم یک بازیکن ایرانی می‌شناسند که افتخارش برای مردم این

با گلزنی‌های رونالدو، حالا بار دیگر نام علی دایی سر زبان‌ها افتاده است. اکثر رسانه‌های معتبر دنیا با دقت این مارا تن گلزنی یک‌طرفه را پیگیری می‌کنند. موضوع کنایه‌آمیز، اما جایی است که علی دایی را در دنیا به اسم یک بازیکن ایرانی می‌شناسند که افتخارش برای مردم این کشور است، اما در ایران شهریار فوتبال ایران نمی‌تواند در تیمی مربیگری کند



افزایش مرگ ناشی از کرونا با دوپینگ!

موهای صورت و کلفت شدن صدا در زنان، هم‌چنین افزایش ریسک عفونت‌های ویرال (هیپاتیت B، HIV ایدز) و عفونت‌های باکتریال ناشی از تزریق‌های غیر استریل (فلبیت و اندوکاردیت) هستند.

داروهای مورد سوء مصرف در باشگاه‌ها

دیگر داروهایی که در باشگاه‌ها مورد سوء مصرف قرار می‌گیرند، مواد محرک، مخدر و هورمون‌ها هستند که عوارض خود را دارند که به طور مثال انسولین باعث افت خطرناک قند، داروهای مخدر باعث سرکوب سیستم تنفسی و سرفه و هورمون رشد هم باعث تغییرات متابولیسم و رشد می‌شوند و کورتیکواستروئیدها هم از جمله داروهایی هستند که مورد سوء مصرف قرار می‌گیرند و به طور مشخص باعث سرکوب سیستم ایمنی می‌شوند. دوزهای بالا و سوپرا فیزیولوژیک استروئیدها می‌توانند سیستم ایمنی را سرکوب کنند و باعث کاهش تعداد سلول و عملکرد ایمنی سلولی، کاهش تمایز و تکثیر لنفوسیت‌ها، کاهش تولید آنتی بادی، کاهش تولید برخی سیتوکین‌ها، کاهش فعالیت سیتوتوکسیک سلول‌های Natural Killer و در نتیجه تضعیف واکنش ایمنی شوند و گفتنی است که عوارض متناسب با دوز مصرفی، مدت زمان سوء استفاده و ترکیب مصرف هم‌زمان چند استروئید می‌تواند جدی و طولانی مدت باشد. با توجه به پاندمی (همه‌گیری جهانی) و ویروس کورونا COVID-19 و عوارض شدیدی که این عفونت بر ارگان‌های مختلف بدن از جمله نارسایی تنفسی، عوارض کبدی، التهاب عضله قلب، ایجاد مشکلات سیستم انعقادی و عوارض کلیوی و سایر ارگان‌ها دارد، سرکوب سیستم ایمنی حاصل از سوء مصرف دوزهای بالا و سوپرا فیزیولوژیک استروئیدها، افرادی را که از داروهای فهرست ممنوعه استفاده می‌کنند در معرض خطر بالاتر بروز مشکلات جدی در صورت درگیری با این ویروس قرار می‌دهد و احتمال مرگ ناشی از این عفونت را بالا می‌برد. در شرایط پاندمی ویروس کورونا، علاوه بر تاکید مجدد بر ماندن در منزل و ورزش در خانه، رعایت فاصله‌گیری اجتماعی و رعایت نکات بهداشتی ارائه شده توسط ستاد مبارزه با کورونا، توصیه اکید ستاد ملی مبارزه با دوپینگ توجه به تغذیه مناسب، تمرکز بر تمرینات ورزشی و استفاده نکردن از هرگونه دارو و مکمل است و با ورزش بدون دوپینگ به حفظ روح ورزش، رقابت سالم و منصفانه کمک کنیم.

با توجه همه‌گیری جهانی ویروس کورونا و عوارض شدید این عفونت بر ارگان‌های مختلف بدن، سرکوب سیستم ایمنی حاصل از سوء مصرف دوزهای بالا و سوپرا فیزیولوژیک استروئیدها، افرادی را که از داروهای فهرست ممنوعه استفاده می‌کنند در معرض خطر بالاتر بروز مشکلات جدی در صورت درگیری با این ویروس قرار می‌دهد و احتمال مرگ ناشی از این عفونت را بالا می‌برد. دوز فیزیولوژیک استروئیدهای آنابولیک برای درمان برخی موارد کم‌خونی، جبران کاهش وزن پس از بیماری‌های طولانی یا آسیب‌ها و درمان بیماران با کمبود استروئید نقش دارد و متأسفانه بیش‌ترین گروه از داروهای ممنوعه که مصرف آن توسط ورزشکاران در هر سن، در سطوح ورزش حرفه‌ای و تفریحی با هدف افزایش حجم و قدرت عضلانی و بهبود کارایی ورزشی شیوع پیدا کرده است، استروئیدهای آنابولیک (شامل تستوسترون و داروهای دارای خصوصیات هورمون مردانه) هستند که در باشگاه‌های بدنسازی توسط مربیان ناآگاه، بدون توجه به مشکلات و عوارض جدی ناشی از سوء مصرف آن‌ها و معمولاً هم‌زمان چند استروئید با دوز بالا همراه با سایر گروه‌های دارویی تجویز می‌شود. جوانانی که جذابیت را در داشتن اندامی فوق‌العاده عضلانی می‌دانند، بدون توجه به موقتی بودن این اثرات که اندک زمانی پس از قطع ورزش و مصرف این داروها به حالت نرمال و خدادادی ژنتیک خود بر خواهند گشت و علاوه بر مال، سلامت خود را فدای داشتن ظاهری فریبنده می‌کنند و به‌علاوه عوارض غیرقابل جبرانی را هم تا آخر عمر تحمل خواهند کرد.

شایع‌ترین عوارض سوء مصرف استروئیدها

ستاد ملی مبارزه با دوپینگ در مورد شایع‌ترین عوارض سوء مصرف استروئیدها اعلام می‌کند که بیش‌ترین عوارض شامل وابستگی به استروئید، عوارض کبدی (نارسایی، کیست و سرطان)، عوارض کلیوی، سکنه‌های قلبی و مغزی، التهاب عضله قلب (میوکاردیت)، افزایش فشارخون و چربی خون، تصلب شرایین، عوارض روحی و روانی (پرخاشگری و تغییرات خلق، تمایل به خودکشی)، عوارض پوستی به شکل پوست چرب، آکنه شدید و اسکار پوست ناشی از آن، بزرگ شدن پستان، کاهش میل جنسی، کوچک شدن بیضه‌ها، کاهش شمار اسپرم و ناباروری، ریزش مو در مردان، نامنظمی عادت ماهانه در زنان، رویش



از قرنطینه خانگی لذت ببرید!

تماشای فراموش نشدنی ترین فوتبال های تاریخ در روزهای کرونایی



میلاد زنگنه
کارشناس مکتبیک خودرو

تاریخی را تجربه می کرد. آن ها در تاریخ ۲۵ نوامبر ۱۹۵۳ در ورزشگاه ومبلی شهر لندن مهمان تیم ملی انگلیس شدند. این بازی دوستانه اما چندان دوستانه نبود. انگلیسی ها از سال ۱۹۴۹ در خانه شکست نخورده بودند و این دیدار قرار بود یک چالش بزرگ برای آن ها باشد. چراکه مجارستان نه تنها قدرتمندترین تیم ملی آن روزهای فوتبال را در اختیار داشت بلکه قهرمان المپیک هم بود. بیش از ۱۰۰ هزار نفر در ورزشگاه ومبلی حاضر شدند تا موفقیت تیم ملی کشورشان را جشن بگیرند. اما انگلیسی ها با نتیجه باورنکردنی ۳-۶ رقابت را واگذار کردند. مطبوعات ورزشی انگلستان از این دیدار به عنوان «بازی قرن» یاد می کنند. این باخت سنگین، فدراسیون فوتبال انگلیس را مجاب کرد تا توجه بیشتری به تیم های ملی داشته باشد.

برزیل-ایتالیا؛ سال ۱۹۸۲

آخرین بازی گروه سوم از دومین مرحله گروهی جام جهانی ۱۹۸۲ اسپانیا یکی از

مدتی نامعلوم فلج کرده و حالا مشخص نیست چه زمانی می توانیم به تماشای دوباره یک نود دقیقه نفس گیر زنده بنشینیم. اما این روزهای خسته کننده قرنطینه خانگی، یک فرصت بی نظیر برای تماشای مسابقات تاریخی فوتبال است که احتمالاً آن ها را تماشا نکرده اید. مسابقاتی از دل تاریخ فوتبال که هزاران روز از به صدا درآمدن صدای سوت پایانشان گذشته است. آن ها به اندازه یک فیلم اکشن سرشار از هیجانی تمام نشدنی هستند. در این سفر تاریخی، می توانید تعدادی از فراموش نشدنی ترین مسابقات تاریخ فوتبال که در میان صفحات سرگذشت این ورزش خاطره انگیز گم شده اند را پیدا کنید. در ادامه به معرفی تعدادی از فراموش نشدنی ترین مسابقات تاریخ فوتبال می پردازیم که می توانید آن ها را در قرنطینه تماشا کنید.

مجارستان-انگلستان؛ سال ۱۹۵۳

در دهه ۵۰، فوتبال مجارستان روزهایی

سرگذشت فوتبال سرشار از مسابقات باورنکردنی و حیرت انگیزی است که این روزها در میان صفحات تاریخ گم شده اند. در قرنطینه خانگی، فرصتی فراهم شده تا این مسابقات خیره کننده را تماشا کنید. فوتبال فقط یک ورزش معمولی نیست. حتی تنها یک ورزش پرطرفدار هم نیست. فوتبال خود زندگی است. حقیقتی انکارناپذیر و فلسفه ای پیچیده که دوست داشتنش قلب بزرگی هم نمی خواهد. فوتبال فراتر از سیاست ها، رنگ ها، نژادها و جنسیت ها به زیباترین پدیده ای تبدیل شده که می تواند مردم سراسر دنیا را به یکدیگر نزدیک تر کند. ورزشی که برای بسیاری از هوادارانش صرفاً یک سرگرمی نیست، یک دلیل برای زنده بودن است. این روزها فوتبال به حاشیه دنیا کشیده شده و هیچ نشانی از جذابیت های خارق العاده اش نمی شود. چراکه حدود یک ماه پیش، لیگ های معتبر اروپایی متوقف شدند. پس از آن هم نوبت به سایر لیگ های دنیا رسید تا برای مدتی نامعلوم تعطیل باشند. ویروس کرونا، فوتبال را برای



برزیل - ایتالیا



برزیل - آلمان

رسیده بود. دو غول آن روزهای فوتبال اروپا، گام به گام رقبای خود را شکست دادند و در فینال دوباره برابر یکدیگر قرار گرفتند. این دیدار اما نمی توانست بدون برنده به پایان برسد. با این حال دلیلی هم برای طولانی شدن آن وجود نداشت. «ماریو باسلر» در همان دقیقه ابتدایی مسابقه، بایرن مونیخ را پیش انداخت و این برتری تا ثانیه‌های پایانی مسابقه هم برقرار بود. اما تعویض‌های طلایی «الکس فرگوسن» سرمربی افسانه‌ای منچستر یونایتد، ورق منچستری‌ها را برگرداند. «تدی شرینگهام» و «اوله گونار سولسشر» در وقت‌های اضافی پایان بازی، منچستر یونایتد را پیش انداختند تا مدال طلایی بایرنی‌ها در کمتر از سه دقیقه به مدال نقره تبدیل شود.

موناکو - رئال مادرید؛ سال ۲۰۰۳

موناکو، باشگاه فوتبالی در پادشاهی موناکو در جنوب فرانسه است که باتوجه به مساحت کوچک این کشور، همیشه در فوتبال فرانسه حاضر بوده و یک تیم فرانسوی شناخته می‌شود. آن‌ها در فصل ۰۳-۰۴ فوتبال اروپا به معجزه‌ای فراموش‌نشده تبدیل شدند. شاگردان دیدیه دشان در یک فصل خارق‌العاده ابتدا به عنوان تیم صدرنشین از گروهشان صعود کردند اما در مسیر صعود به فینالی که می‌توانست نخستین قهرمانی

«پلاتینی» شانسش برای گلزنی را از دست داد اما هم‌وطن او «لویییز میگوئل فرناندز تولدو» موفق شد از ناکامی برزیلی‌ها استفاده کند و تیم ملی کشورش را به مرحله نیمه نهایی برساند.

آث میلان - بارسلونا؛ سال ۱۹۹۴

هجدهم می ۱۹۹۴ برای هواداران آث میلان یک روز فراموش‌نشده است. روزی که شاگردان فابیو کاپلو موفق شدند برای پنجمین بار، قهرمانی اروپا را جشن بگیرند. اگرچه مسیر آن‌ها برای رسیدن به دیدار پایانی سخت و طاقت‌فرسا بود اما فینال، آسان‌تر از آن رقابتی بود که انتظارش را می‌کشیدند. بارسلونا به عنوان شگفتی‌ساز آن روزهای فوتبال اروپا، در فینال با چهار گل به آث میلان باخت.

منچستر یونایتد - بایرن مونیخ؛ سال ۱۹۹۹

فینال آخرین دوره لیگ قهرمانان اروپا در قرن بیستم می‌تواند معجزه قرن لقب بگیرد. دیداری باورنکردنی که تقریباً همه ویژگی‌های یک مسابقه فوتبال فراموش‌نشده را در برمی‌گیرد. پیش از رسیدن بایرن مونیخ و منچستر یونایتد به دیدار نهایی، هر دو تیم در مرحله گروهی با یکدیگر هم‌گروه بودند و هر دو دیدار آن‌ها با نتیجه تساوی به پایان

زیباترین مسابقات تاریخ فوتبال است. در جام جهانی ۱۹۸۲ و برای آخرین بار، مسابقات جام جهانی در دو مرحله گروهی برگزار شد تا این مسابقه شکوهمند، برای همیشه در دل تاریخ باقی بماند. صدای سوت آغاز این رقابت در تاریخ ۵ جولای ۱۹۸۲ در بارسلونا شنیده شد. با وجود تلاش‌های سوکراتس و فالکائو در پیراهن تیم ملی برزیل، در نهایت این پائولو روسی بود که موفق شد با سه گل برزیلی‌ها را شکست دهد.

فرانسه - برزیل؛ سال ۱۹۸۶

چهار سال پس از ناکامی برزیلی‌ها در رسیدن به عنوان قهرمانی جام جهانی ۱۹۸۲، آن‌ها به مکزیک سفر کردند تا شانسشان را برای کسب مدال طلا دوباره امتحان کنند. اما فرانسه با ترکیبی پرمهره در مسابقات حاضر شده بود و رقیب آن‌ها در مرحله یک چهارم نهایی شد. اگرچه در ابتدا «کارکا» موفق شد دروازه فرانسوی‌ها را باز کند اما «میشل پلاتینی» پیش از پایان نیمه نخست، بازی را به تساوی کشاند. این رقابت تماشایی ترکیبی از زیباترین دستاوردهای فوتبال است؛ شوت‌های خیره‌کننده، موقعیت‌های از دست‌رفته باورنکردنی و دفاع‌های جانانه. اما دو تیم در ادامه فرصتی جدی برای گلزنی نداشتند تا بازی به ضربات پنالتی کشیده شود. در پنالتی‌ها، اگرچه



موناکو - رئال مادرید

نشان دادند و در سی دقیقه نخست بازی، چهار بار دروازه میزبان را گشودند. در پایان نیمه نخست، برزیل با اختلاف ۵ گل بازنده بود. برزیلی‌ها در کمتر از یک ساعت، رویای قهرمانی در جام جهانی را با رویای فرار از یک شکست تاریخی معاوضه کردند. اما نیمه دوم، هنوز آغاز نشده بود. «آندره شورله» برای دو بار دروازه برزیلی‌ها را گشود تا یک تحقیر فراموش‌نشده به برزیلی‌های عاشق فوتبال تقدیم شود. گل دقیقه نود «اسکار» هیچ دردی از غم سنگین مردم برزیل دوا نکرد تا آن‌ها با نتیجه باورنکردنی ۱-۷ در سرزمینی که عاشقانه دوستش داشتند، تحقیر شوند. با این نتیجه، شاید پیش‌بینی قهرمانی آلمان و شکست دوباره برزیلی‌ها در مسابقه رده‌بندی چندان هم دشوار نباشد. برای تماشای این مسابقات تنها کافی است نام آن‌ها را در اینترنت جستجو کنید. خلاصه یا نسخه کامل همه مسابقات، در سرویس‌های ویدیویی آنلاین موجود است.

سال‌های پایانی دوران بازیگری خود بودند. برزیلی‌ها به سختی از گروهشان به عنوان صدرنشین صعود کردند و برای صعود به جمع هشت تیم نهایی، به ضربات پنالتی متوسل شدند تا شیلی را شکست دهند. در مرحله یک چهارم نهایی، کلمبیا هم رقیب چالش‌برانگیزی برای برزیل بود اما صعود آن‌ها به نیمه نهایی را غیرممکن نکرد. جایی که داوید لوییز و دوستانش باید میزبان آلمان قدرتمندی می‌شدند که یکی از بهترین تیم‌های تاریخش را به برزیل فرستاده بود.

از «مانوئل نویر» درون دروازه تا «مسوت اوزیل» و «میروسلاو کلوze» در خط میانی و خط حمله؛ آلمانی‌ها دندان مسلح به برزیل سفر کرده بودند و رؤیایی به جز قهرمانی نداشتند. رقابت نیمه نهایی در ورزشگاه مینراؤ شهر بلوهوریزنته آغاز شد و سکوها، یک‌صدا شعارهای برزیلی را ساطع می‌کرد. اما برزیلی‌ها از همان ابتدا سلاح‌هایشان را

آن‌ها در لیگ قهرمانان اروپا را قطعی کند، باید مقابل رئال مادرید آماده‌ای قرار می‌گرفتند که به معنای واقعی کلمه یک چالش بزرگ بود. آن‌ها در بازی رفت و در شهر مادرید، با نتیجه ۲-۴ به ترکیب پرمهرای که «زین‌الدین زیدان» و «رونالدو» را هم در اختیار داشت، شکست خوردند. اما در بازی برگشت، «فرناندو مورینتس» با یک درخشش فراموش‌نشده باعث شد موناکویی با نتیجه ۱-۳ برنده شوند و رئال مادرید قدرتمند را از لیگ قهرمانان اروپا حذف کنند. «مورینتس» آن روزها بازیکن رئال مادرید بود و حضور قرضی او در موناکو، مانند شمشیری در قلب هواداران مادریدی فرو رفت.

برزیل-آلمان؛ سال ۲۰۱۴

جام جهانی ۲۰۱۴ فرصتی بود برای برزیلی‌ها تا پس از دوازده سال دوباره طعم شیرینی قهرمانی را بچشند. آن‌ها میزبان مسابقات بودند و همین اتفاق کافی بود تا انتظارات از شاگردان «لویییز فیلیپه اسکولاری» به بالاترین سطح خود برسد. اما حقیقت تلخی که مردم برزیل از آن فراری بودند، آن بود که تیم ملی این کشور ترکیب قدرتمندی برای رسیدن به فینال نداشت. تیم ملی برزیل در حال تغییر نسل بود و بسیاری از بازیکنان لیست ۲۳ نفره آن‌ها برای میزبانی از جام جهانی، تقریباً در



منچستر یونایتد - بایرن مونیخ



مجارستان - انگلستان



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





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