

در سال هایی که آب برای ما حکم طلا را پیدا کرده است؛

قنات های اصفهان را دریابید



www.nesfejahan.net

روزنامه مستقل استان اصفهان

سه شنبه ۲۸ فروردین ماه ۱۴۰۳ / ۱۶ آوریل ۲۰۲۴ / ۷ شوال ۱۴۴۵
پست و بکم / شماره ۸ / EAS۲ / صفحه ۸۰۰۰ / تومان

حرف های خواندنی محمد ربیعی از
روز عجیب مقابل تراکتور



تاس ذوب آهن در تبریز نشست

در صفحه ۷ بخوانید

از ماجرای گم شدن المیرا تا پیدا شدن یک جسد سوخته

سرنوشت پرونده نازگل

یک ماه پس از گم شدن المیرا زارع، معروف به نازگل، هویت به پزشکی قانونی منتقل شد. المیرا زارع معروف به نازگل، تنها فرزند خانواده بود. که احتمال می رود متعلق به نازگل باشد در ساختمانی مخروبه حوالی خانه پدری زارع کشف و برای شناسایی و همراه مادرش در روسازی...

۶

چطور بدون عطر زدن همیشه خوشبو باشیم؟



۵

هشدار احتمال وقوع سیلاب در اصفهان

۳



مدافع سپاهان مستطیل سبز را رها نمی کند

عکس عجیب از محمد دانشگر مدافع مصدوم سپاهان که در تمرینات تیم سپاهان شرکت کرد محمد دانشگر مدافع مصدوم سپاهان در تمرین این تیم حاضر شد و با دست آتل بسته تمرینات سبکی...

در صفحه ۷ بخوانید

زنگ اقتدار در مدارس اصفهان نواخته شد

۴



طرح جنجالی کاهش ساعت کاری بالاخره در صحن علنی به رای گذاشته می شود

راه پرپیچ و خم تعطیل شدن پنجشنبه ها

۷

جهان نما | کارت های سوخت جمع نمی شود | افزایش تسهیلات خرید موتورسیکلت های برقی | تکنولوژی | ۳ گوشی اندرویدی که خودتان می توانید تعمیرشان کنید | سلامت | جوشاندن چند باره آب خطرناک است!؟

آگهی دعوت شرکت خدمات آزمایشگاهی سانیا اقلیم

سهامی خاص شماره ثبت ۷۰۱۹۰ شناسه ملی ۱۴۰۱۰۸۰۸۷۶۷

بدینوسیله از کلیه صاحبان سهام شرکت خدمات آزمایشگاهی سانیا اقلیم - سهامی خاص دعوت می شود در جلسه مجمع عمومی عادی که رأس ساعت ۰۹:۰۰ مورخه ۱۴۰۳/۰۲/۰۸ روز شنبه در آدرس استان اصفهان، شهرستان اصفهان، بخش مرکزی، شهر اصفهان، محله مسجد مصلی، خیابان جهانگیر خان قشقایی، خیابان شیخ مفید، پلاک ۳۵، طبقه همکف به کد پستی: ۸۱۶۴۷۷۶۴۳۱ تشکیل می گردد حضور بهم رسانید.

دستور جلسه: مجمع عمومی عادی ساعت ۰۹:۰۰ صبح مورخه ۱۴۰۳/۰۲/۰۸

-انتخاب مدیران

-انتخاب بازرسان

هیئت مدیره شرکت

قابل توجه شرکت ها، سازمان و موسسات تجاری و صنعتی

با ما بهتر دیده شوید...
www.nesfejahan.net
تلفن پذیرش آگهی: ۳۴۴۵۲۰۵

درج آگهی در روزنامه نصف جهان یعنی امکان بهتر دیده شدن برای شما

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده

شرکت بابک دشت سپاهان (سهامی خاص) ثبت شده به

شماره ۶۱۵ و شناسه ملی ۱۰۵۰۰۰۳۱۵۳۴

بدینوسیله از کلیه سهامداران شرکت مذکور دعوت می شود تا در جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده که در ساعت ۸ صبح مورخه ۱۴۰۳/۰۲/۰۹ به نشانی: چابهار بلوار امام خمینی جنب جهاد سازندگی شرکت بابک دشت سپاهان تشکیل می گردد، حضور بهم رسانند.

دستور جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده ساعت ۸:

انتخاب و تعیین سمت اعضاء هیئت مدیره

تعیین دارندگان حق امضاء

تعیین بازرسین

انتخاب روزنامه کثیرالانتشار

دعوت کننده: هیئت مدیره

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده

شرکت روغن طلایی احیاء (سهامی خاص)

به شماره ثبت ۳۸۱۸۱ و شناسه ملی ۱۰۲۶۰۵۵۷۵۹۹

بدینوسیله از کلیه سهامداران شرکت مذکور دعوت می شود تا در جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده که در ساعت ۸ صبح مورخه ۱۴۰۳/۰۲/۰۸ در آدرس: استان اصفهان، شهرستان اصفهان، بخش مرکزی، شهر اصفهان، سروستان، کوچه آر ۳، خیابان پروین اعتصامی، پلاک ۱۹، مجتمع تجاری اداری پگاه رزم آوران، طبقه ۳، واحد ۱۲ و کد پستی ۸۱۹۹۹۱۳۴۵۷ تشکیل می گردد حضور بهم رسانند.

دستور جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده:

انتخاب اعضای اصلی هیات مدیره

انتخاب بازرسین

(در صورت حضور وکیل سهامدار در جلسه ارائه کپی برابر اصل و کالتنامه رسمی الزامی است)

دعوت کننده: هیئت مدیره



کارت‌های سوخت جمع نمی شود

سختگوی جایگاه داران سوخت گفت: برنامه‌ای برای جمع آوری کارت‌های سوخت وجود ندارد و متناسب با میزان مصرف و تقاضا کارت سوخت در جایگاه‌ها قرار می‌گیرد. رضا نواز گفت: پیش از عبد بسپاری از جایگاه‌ها فقط یک کارت سوخت داشتند، به جز کلان شهرها و اکثر جایگاه‌های پر تردد و برخی از استان‌های مرزی که معمولاً بیشتر در معرض آسیب بودند، کارت سوخت در جایگاه‌ها کلاً وجود نداشت. او بیان کرد: کارت سوخت جایگاه‌ها جمع نمی‌شود و از این پس هم متناسب با میزان مصرف و تقاضا و یک



لوازم خانگی همراه با نرخ ارز گران شد

قیمت لوازم خانگی در سال ۱۴۰۳ با افزایش ۲۵ تا ۲۵ درصدی مواجه شده است. در حالیست که روز به روز، قدرت خرید مردم نیز کم‌تر می‌شود. بازار لوازم خانگی این روزها حال و هوای خوبی ندارد. اسفند هفتاد سال گذشته بود که زمزمه‌های افزایش قیمت‌ها در این بازار به گوش رسید و حالا شاهد افزایش ۲۵ تا ۲۵ درصدی قیمت لوازم خانگی هستیم. نوسانات نرخ ارز و افزایش قیمت مواد اولیه، بازی اصلی در افزایش قیمت لوازم خانگی به همین روال باقی خواهد ماند. مردم همچنان قدرت خرید پایینی خواهند داشت و فروشندگان هم با مشکلات زیادی روبرو خواهند بود.

خبرخوان

افشای جزئیات تازه از ضربه موشکی

تلسلیف | یک رسانه آمریکایی به‌عقل از یکی از مقامات ارشد آمریکایی جزئیات جدیدی از رخنه موشک‌های ایران در سامانه دفاعی رژیم صهیونیستی و ضربه به دو پایگاه این رژیم فاش کرد، شبکه خبری ای‌بی‌سی نیوز، در گزارشی به‌عقل از یک مقام ارشد آمریکایی که نامش را فاش نکرد، نوشت: حداقل ۹ موشک ایران با شکست یافتند هوایی اسرائیل به دو پایگاه هوایی اسرائیل ضربه زدند.

ترند جدید فرار از مالیات

پورتنام ایران | شنیده‌ها و بررسی‌های میدانی نشان می‌دهد که برخی از نمایندگان اردان خودرو، برای آنکه مالیات پرداخت نکنند، از خریداران خودرو می‌خواهند که بخشی یا کل پول خودرو را به جای رزاق، دلار بدهند. اتحادیه نمایندگان اردان خودرو نیز این موضوع را تأیید و عنوان کرده است این اتفاق از سوی نمایندگان اردان و دفاتر فروش خودرو که مجوز ندارند، رخ می‌دهد.

اولین مخاطب مراکز همسرگزینی

ایسنا | براساس برآورد آمارهای جمعیتی در حال حاضر یک میلیون و ۲۰۰ هزار نفر از مردان و حدود ۵۵۰ هزار نفر از زنان دهه شصتی مجردند که البته از آنجا که مردان متولد این دهه از آنجا که آنها تا مرز ۵۰ سالگی ازدواج خواهند کرد و در این میان دهه‌های دهه شصتی ازدواج نمی‌کنند، اکثریت آنها تا مرز ۵۰ سالگی ازدواج خواهند کرد و در این میان دهه‌های دهه شصتی ازدواج نمی‌کنند، اکثریت آنها تا مرز ۵۰ سالگی ازدواج خواهند کرد و در این میان دهه‌های دهه شصتی ازدواج نمی‌کنند، اکثریت آنها تا مرز ۵۰ سالگی ازدواج خواهند کرد...

برنامه کیفی سازی نان در ۱۵ استان

فارس | رئیس مؤسسه تحقیقات فنی و مهندسی کشاورزی اعلام کرد که برنامه تقویت کیفیت نان در کشور با همکاری ۸ سازمان جهاد کشاورزی و در ۱۵ استان کشور آغاز شد. استان‌های خوزستان و خراسان در این طرح پیشرو هستند. پیش از این در برخی استان‌ها به ویژه در استان‌های شمالی از وضعیت نان کیفیت‌تان انتقاد می‌شد. سولان جهاد کشاورزی می‌گوید علاوه بر اصلاح گندم‌های با پروتئین و گلوتن بالا با جابه جایی گندم استان‌های جنوب و شمال و اختصاص نان در سیلوها تلاش می‌کنند تا کیفیت کیفیت پایین نان را در کشور بهبود بخشند.

توقیف محموله کود شیمیایی

تلسلیف | آموران همگرم کرد که محموله کود شیمیایی ترانزیتی ساخت رژیم صهیونیستی را توقیف کردند. این محموله کود شیمیایی حاوی نترات پتاسیم و ساخت رژیم صهیونیستی بود که از طریق یک دستگام گنایم حمل و جهت انجام تشریفات ترانزیت خارجی به مقصد کشور ازبکستان به همگرم بزرگان اظهار شده بود که توسط آموران همگرم توقیف شد. واردات و ترانزیت هر گونه کالای ساخت رژیم صهیونیستی از طریق همگرم کرد ایران ممنوع است و به تازگی کنترل‌های شدیدی بر روی این کالاها صورت می‌گیرد.

واسطه‌گری یک کشور جدید

تلسلیف | ترکیه بی‌پایه‌ی صاهر کرد در آن گفت که پیش از پاسخ نظامی ایران، در تماس با مقامات ایران و آمریکا طرفین را به اعتدال کرده بود. ترکیه در بیانیه‌اش اعلام کرده که طرفین اعتدال و پیام‌های متقابل خود را از طریق مذاکره کردند. پیش از این روابط بی‌پایه‌ی کشورهای نظیر عمان و قطر بودند.

طرح جنجالی کاهش ساعت کاری بالاخره در محن علنی به ر گذاشته می شود

راه‌پریچ خم تعطیل شدن پنجشنبه‌ها

آیا نمایندگان مجلس تصمیم می‌گیرند که در راه‌پریچ خم تعطیل شدن پنجشنبه‌ها را تأیید می‌کنند؟ طرح کاهش ساعت کاری و تعطیل شدن یک روز دیگر هفته از جمله طرح‌های بر حرف و حدیثی است که مدت‌هاست در مجلس شورای اسلامی در انتظار تعیین تکلیف مانده است. اما گنجه‌بان این طرح از بررسی‌های لازم از کمیسیون اجتماعی به صحن علنی ارجاع شد تا نمایندگان درباره آن رای بدهند. اما وجود دو انهم در زمین میزان ساعات کاری و تعیین روزهای کاری موجب شد که این طرح به کمیسیون اجتماعی برگشت داده شود تا با کار بیشتر روی آن اقدامات نمایندگان برطرف شود. حالا اعضای کمیسیون اجتماعی مجلس شورای اسلامی در اولین نشست این کمیسیون در سال جدید بالاخره تکلیف طرح تعطیلی روز روز در هفته را روشن کرده‌اند و بدون این که اختیار انتخاب شنبه یا پنجشنبه به عنوان روز دوم تعطیلی هفته را به دولت واگذار کنند، خودشان تصمیم گرفتند تعطیلی روز روز پنجشنبه را هم به روز جمعه اضافه کنند. صفای بر اینکه در راه‌پریچ خم کاهش ساعت کاری هم نظر خود را به دولت تحمیل کردند.

سال گذشته اعلام شد مجلس تصمیم گرفته به دولت اختیار دهد که بین روزهای پنجشنبه یا شنبه، یکی را به عنوان تعطیلی هفته انتخاب کند. خلیل‌پهروزی، عضو کمیسیون اجتماعی مجلس درباره این تصمیم مجلس می‌گوید: «در مرحله اول بیشتر بحث تعطیلی روز شنبه را داشتیم، اما به دلیل تعطیلی پیروان در این روز کمیسیون تصمیم‌گیری را به دولت واگذار کرد.» این در حالی است که فعالان اقتصادی معتقدند با توجه به تعطیلی شنبه و یکشنبه‌های همگرم کشورهای جهان، اگر در ایران روزهای پنجشنبه و جمعه تعطیل شود، ارتباط ایران با جهان عملاً در طول ۲۰ روز مختل خواهد شد و برای همین آنها به تأکید از دولت می‌خواهند روز شنبه را تعطیل رسمی اعلام کند. دولت در

این باره سکوت کرده بود اما حالا با تصمیم کمیسیون اجتماعی برای تعطیل اعلام کردن روز پنجشنبه و موافقت ضمنی دولت، تیر مخالفان تعطیلی این روز به سنگ خورده است. پهروزی فر تأیید می‌کند که فشارها به دولت و مجلس باعث شد این دو قوه کشور با تعطیلی پنجشنبه یا بجای شنبه‌ها موافقت کنند و کمیسیون اجتماعی هم بر این تصمیم مهر تأیید بزند. نشست کمیسیون اجتماعی مجلس روز یکشنبه برگزار شد و ولی اسامعی‌رئیس این کمیسیون درباره این که چرا مجلس دولت را در گروه انتخاب روز تعطیل دوم هفته خارج کرده است گفت: «اختلافی که وجود داشت این بود که ما روز تعطیلی هفته را امرایا نگذاریم تا دولت خودش تصمیم بگیرد چه روزی تعطیل باشد اما نهایتاً به

این نتیجه رسیدیم که شش‌ان قانون‌گذاری این است که روز تعطیلی در قانون مجلس شود» این نماینده مجلس البته گفته است که دولت از ابتدا هم موافقت تعطیل شدن پنجشنبه و شنبه بوده است: «ما اصلاح ماده (۸۷) قانون مدیریت خدمات کشوری مورد سازمان اداری و استخدامی به عنوان نماینده دولت اتخاذ شد. دولت نیز با تعطیلی روزهای پنجشنبه علاوه بر جمعه‌ها موافق بود به عبارت دیگر کمیسیون اجتماعی مجلس به نظر دولت برگشت.» رئیس کمیسیون اجتماعی مجلس با اشاره به اینکه ما در اصلاح این ماده به صراحت اعلام شنبه تا چهارشنبه را به عنوان تعطیلی روزهای کاری اعلام کردیم که در صحن مجلس هم مورد ايراد قرار نگرفت، این که همه عبارت دیگر بر اساس این ماده شهرها و استان‌های دیگر هم

چرا دوگانه سوز ها گران شده اند

گجت نیوز | انتشار اخبار متعددی از افزایش قیمت بنزین و شکل‌گیری بازار سیاه فروش کارت سوخت در کشور، موجب شده تا بسیاری از مردم به‌واسطه ترس و نگرانی از گرانی سوخت در آینده نزدیک به خرید خودروهای دوگانه‌سوز روی آورند. این موضوع باعث گرانی نسخه کار کرده یا صفر کیلومتر این خودروها در بازار شده و این روند ادامه‌دار نیز خواهد بود. به‌عنوان مثال در یک هفته اخیر شاهد افزایش قیمت ۱ میلیون تومانی سامنا ۵۰ گانه سوز از گروه خودروسازی سایپا و افزایش ۴۰ میلیون تومانی سورن پلاس دوگانه‌سوز از گروه ایران خودرو بودیم.

میانگین سن فوت‌شدگان در سال ۱۴۰۲

تلسلیف | میانگین سنی فوت‌شدگان در کشور برابر با ۶۶٫۲ سال بوده است که در بین استان‌ها بالاترین میانگین سن مربوط به استان گیلان با ۷۱٫۳ سال و کمترین مربوط به استان سیستان و بلوچستان با ۵۰٫۷ سال است. بر اساس گزارش‌های آماری مرکز جمعیت کشوری سازمان ثبت احوال‌میزان نرخ خام فوت کل کشور در سال ۱۴۰۲ برابر با ۵۳٫۳ در هزار جمعیت بوده است که استان گیلان با نرخ ۷۴٫۴ در هزار نفر جمعیت بیشترین نرخ فوت و استان گلویگیو به یوراخمد با نرخ ۲۹٫۹ در هزار نفر جمعیت کمترین نرخ فوت را در این استان‌ها داشته‌اند. بر اساس گزارش، بیشترین تعداد فوت‌شدگان مربوط به گروه سنی ۸۹-۸۵ سال است.

سهل‌انگاری مجرب‌ها

ایسنا | رئیس پلیس راهور فراجا درباره نقض رانندگان جدید در وقوع تصادفات گفت: معمولاً ایراد می‌گیرند که چون آموزش‌ها کیفی نیستند، رانندگان جدید بیشتر تصادف می‌کنند، اما آمار نشان می‌دهد که اینطور نیست. طبق آمار ارائه شده در نوروز ۱۴۰۳، سهم کسانی که کمتر از یک سال از گواهینامه آن‌ها می‌گذرد در وقوع تصادفات صفر درصد است. همچنین چهار درصد از تصادفات به خاطر رانندگی است که در سال از گواهینامه آن‌ها می‌گذرد. این یعنی ۹۶ درصد از تصادفات توسط کسانی بود که بیش از ۲ سال است که رانندگی کرده‌اند.

تغییر تقویم آموزشی در انتظار تأیید مجلس

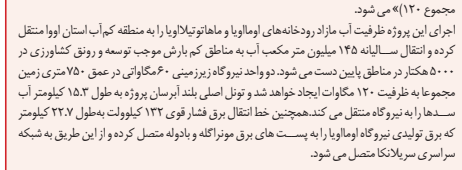
دبیر کل شورای عالی آموزش و پرورش گفت: طرح اصلاح تقویم آموزشی مدارس در نوبت بررسی و تصویب در صحن علنی مجلس است. پیش‌نویس طرح اصلاح قانون تقویم آموزشی توسط مرکز پژوهش‌ها در تعامل با کارشناسان دستگاه‌های مختلف و معاونت قوانین مجلس آماده شد. محمود اطهرانی نماینده اظهار کرد: یک طرح در مجلس شورای اسلامی برای اصلاح تقویم آموزشی تهیه شده بود که به شورای عالی آموزش و پرورش جهت بررسی ارجاع شد و در دستورالعمل‌های روی این طرح به عمل آمد و سپس به مجلس ارسال شد. این طرح در کمیسیون آموزش و تحقیقات مجلس تصویب شد و هم‌اکنون در نوبت نقل و انتقال هر ملک با نقل و انتقال خردویی خواهد شد. طبیعتاً طبق این قواعد عمومی مالیات بر آن امور مالیاتی به عنوان جزئی از این طرح خواهد بود. به‌طبیعتاً هر چه شامل مهریه در نظر نخواهد بود. اما اگر به‌طور خاص مهریه را در نظر بگیریم، انتقال در قالب مهریه قرار است صورت بگیرد. در نتیجه هر انتقال الکتی و با هر انتقال داریم اعم

تغییر تقویم آموزشی در انتظار تأیید مجلس

دبیر کل شورای عالی آموزش و پرورش گفت: طرح اصلاح تقویم آموزشی مدارس در نوبت بررسی و تصویب در صحن علنی مجلس است. پیش‌نویس طرح اصلاح قانون تقویم آموزشی توسط مرکز پژوهش‌ها در تعامل با کارشناسان دستگاه‌های مختلف و معاونت قوانین مجلس آماده شد. محمود اطهرانی نماینده اظهار کرد: یک طرح در مجلس شورای اسلامی برای اصلاح تقویم آموزشی تهیه شده بود که به شورای عالی آموزش و پرورش جهت بررسی ارجاع شد و در دستورالعمل‌های روی این طرح به عمل آمد و سپس به مجلس ارسال شد. این طرح در کمیسیون آموزش و تحقیقات مجلس تصویب شد و هم‌اکنون در نوبت نقل و انتقال هر ملک با نقل و انتقال خردویی خواهد شد. طبیعتاً طبق این قواعد عمومی مالیات بر آن امور مالیاتی به عنوان جزئی از این طرح خواهد بود. به‌طبیعتاً هر چه شامل مهریه در نظر نخواهد بود. اما اگر به‌طور خاص مهریه را در نظر بگیریم، انتقال در قالب مهریه قرار است صورت بگیرد. در نتیجه هر انتقال الکتی و با هر انتقال داریم اعم

ایران چند پروژه مهم آبی در سریلانکا افتتاح می‌کند

ایران اردیبهشت ماه اسامال طرح چند منظره «اموالیا» را در کشور سریلانکا و با حضور روسای جمعی در کشور افتتاح خواهد کرد. طرح چند منظره اموالیا در جنوب شرقی سریلانکا و ۲۰۰ کیلومتری شرق کلمبو، پایتخت این کشور و در منطقه ای نسبتاً محصور و خشک قرار دارد. این پروژه عظیم و منحصر به فرد شامل ساخت «۲ سد»، «تول انتقال آب» و «دو واحد نیروگاه زیرزمینی برق آبی هر یک ۶۰ مگاوات (در مجموع ۱۲۰)» می‌شود. اجرای این پروژه ظرفیت آب مازاد درخانه‌های اموالیا و ماهاتوتیالویا را به منطقه کم‌آب استان اوختل کرده و انتقال سالانه ۱۲۵ میلیون متر مکعب آب به مناطق کم‌آب در جنوب کشور و رونق کشاورزی در ۵۰۰۰ هکتار در مناطق پایین دست می‌شود. دو واحد نیروگاه زیرزمینی ۶۰ مگاواتی در عمق ۷۵۰ متری زمین مجموعاً به ظرفیت ۱۲۰ مگاوات ایجاد خواهد شد و تولید انرژی حدود ۱۵۳ کیلووات بر ساعت در این نیروگاه متعلق می‌کند. همچنین خط انتقال برق فشار قوی ۱۲۲ کیلوولت به طول ۲۲٫۷ کیلومتر که برق تولیدی نیروگاه اموالیا را به پست‌های برق مونراگله و داوله متصل کرده و از این طریق به شبکه سراسری سریلانکا متصل می‌شود.



به گفته سخنگوی سازمان امور مالیاتی کشور، بر اساس حکم قانون ۱۴۴ مالیات مستقیم، هیچ استثنایی برای معافیت مهریه لحاظ نشده است و زمانی که قانون تغییر نکند این معافیت با ارجا است. مهدی موحدی گفت: طبق ماده ۱۴۴ چه‌بیزه منقول مهریه می‌شود و منقول و غیرمنقول و اثر آخر معاف از مالیات خواهد بود. کما این که این ماده اصلاح نشود و با تغییر یبدا نکند طبیعتاً همه به معاف از مالیات خواهد بود. موحدی در خصوص احتمال تغییر قانون در آینده

ناسا مریخ را بمباران کرد!

گجت نیوز | ناسا به‌طور ناخواسته و در جریان تمرین یک روش دفاع سیاره‌ای جدید، با شلیک یک فضاپیما به سیاره دیمورفوس، مریخ را بمباران کرد. یک گزارش تحلیلی جدید، با بررسی زبانه‌های پرتاب شده از سیاره دیمورفوس در نتیجه برخورد فضاپیما DART ناسا با آن، نشان می‌دهد که احتمالاً برخی از این قطعات و سنگ‌ها در مسیر برخورد با مریخ قرار گرفتند و ممکن شد تا سال‌ها به بمباران مریخ و شگ‌گیری دهانه‌های برخوردی جدید روی سطح سیاره سرخ منجر شوند.

جهیزیه و مهریه معاف از مالیات است

وی در پاسخ به سوالی در مورد پرداخت مالیات خودرو، سسکه با املاک که به عنوان مهریه در نظر گرفته می‌شود، در زمان خرید کلاً معاف عمومی می‌شود. بر اساس ماده ۱۴۴ قانون مالیات‌های مستقیم معاف از مالیات دانسته است. رئیس مرکز تنظیم مقررات سازمان امور مالیاتی ادامه داد: بخش معافیت مهریه، بابت خرد و غیره یعنی مهریه که به عنوان مهریه در نظر گرفته شده است شامل مالیات است. معاف از مالیات است فقط صرفاً برای آن انتقالی که در واقع دارد صورت می‌گیرد طبق قواعد عمومی این انتقال مشمول مالیات خواهد بود.



افزایش تسهیلات خرید موتور سیکلت‌های برقی

رئیس شورای اسلامی شهر اصفهان با اعلام اینکه شهرداری در سال جاری تسهیلات بیشتری را برای استفاده شهروندان از موتور سیکلت‌های برقی ارائه می‌دهد...



صندوق حکم برای ۱۰۰۰ واحد صنعتی و باغ در امسال

هدف در این طرح، ۹ و نیم درصد تخلفات متصدیان واحدهای صنعتی کاهش داشته که نشان دهنده رعایت بیش از پیش قانون و فرار گرفتن بیشتر کسبه در چهارچوب قانونی نظام صنفی است...

تغییر نام بزرگراه آزادگان

همزمان با پاسخ مقتدرانه نظام جمهوری اسلامی به مکرهای نظامی رژیم صهیونیستی و درخواست بیان دیدار در جلسه شورای اسلامی شهر اصفهان نسبت به نام گذاری قابل قبول به نام سردار سرلشکر شهید محمد رضا ادهی، تغییر نام بزرگراه آزادگان به «سرلشکر شهید راهدی» امروز با قید دو فوریت به تصویب اعضای شورا رسید...

حضور هلدینگ پترو پالایش در یک نمایشگاه مهم

هلدینگ پترو پالایش اصفهان با حضور شرکت های زیر مجموعه در بیست و هشتمین نمایشگاه بین المللی نفت، گاز، پالایش و پتروشیمی حضوری پررنگ خواهد داشت...

آمدگی ارتش با تجهیزات دفاعی پیشرفته

فرمانده گروه ۵۵ پویانخانه نیروی زمینی ارتش در اصفهان گفته: نظامیان و کادر این پویانخانه با کاکری تجهیزات نظامی خود را برای دفاع مین و ضد پهپاد از دوره های صلح به روز می کنند...

اراده های برای خانه دار شدن خیرنگاران نیست

مدیر خیرات و خدمات خیرنگاران استان اصفهان گفت: مسئولان استانی هیچگونه اراده ای برای خانه دار شدن خیرنگاران، این کشور کم توقع و مطالبه گر ندارند...

آغاز مرحله دوم المپیاد دانش آموزی در اصفهان

رئیس اداره مسابقات آموزش و پرورش استان کل آموزش و پرورش استان اصفهان گفت: المپیاد مرحله دوم دانش آموزی از ۲۵ فروردین ماه آغاز شده و به مدت یک هفته ادامه دارد...

در سال هایی که آب برای ما حکم طلا را پیدا کرده است؛

قنات های اصفهان را دریابید



خاک سازمان جهاد کشاورزی اصفهان بیشتر از ۱۸۰۰ کیلومتر از قنات های این استان را ابتدای اجرای طرح های تربط با قنات تاکنون لاپرویی و احیا شده است...

هشدار احتمال وقوع سیلاب در اصفهان

در این اطلاعیه نسبت به احتمال خسارت به اموال و تسهیلات در مناطق مختلف استان تا اوایل چهارشنبه هفته جاری هشدار زد...

دستگیری ۲۵ سارق طی ۷۲ ساعت در اصفهان

فرمانده انتظامی شهرستان اصفهان از اجرای مرحله دیگری از طرح امنیت محله محور و دستگیری ۲۵ سارق در این رابطه خبر داد...

کاشان، میزبان ۴۸۰ هزار گردشگر در تعطیلات عید فطر

وی گفت: باغ فین کاشان پر بازدیدترین بنای تاریخی استان اصفهان در تعطیلات عید فطر بود...

توقیف خودروهای شوتی حامل درلنجان

آزمایشگاه شامل فلاسک، قهوه ساز، سرخ کن و ... توقیف شد. همچنین پلیس آگاهی فرماندهی انتظامی شهرستان لنجان نیز خودروهای عبوری در یکی از محورهای مواصلاتی دو دستگاه خودروی سواری پژو شوتی حامل کالی قاجاق را توقیف کردند...

تولد نوزادان عجول در آموالانس

مدیر شبکه بهداشت و درمان شهرستان اردستان گفت: طی دو روز دو نوزاد عجول از مادران تولد داخل آموالانس های اورژانس ۱۱۵ زواره به دنیا آمدند...

کشت هندوانه ارگانیک دیم در آران و بیدگل

این چاله ها نزدیک به ۱۰ درصد بیش از هندوانه های معمولی است و به همین دلیل با مواد غذایی کمتر، برای افراد کشاورزی آران و بیدگل گشت ۱۲ هکتار از مزارع کویر آران و بیدگل زیر کشت محصول هندوانه این است که محصول به دست آمده کاملاً طبیعی و بدون کود شیمیایی است...

ساخت ۳۳۴ مسکن خیرساز در شهرستان خوانسار

کمیون جلازه سازی صورت گرفت و این در حالی است که در سال ۱۴۰۱ بالغ بر یک میلیون و ۴۰ هزار متر مربع زیر سازی، ۶۶۰ هزار متر مربع اسکلت ریزی، ۹۵ هزار متر طول جدول گذاری و ۲ هزار و ۸۵۷ متر مربع سنگ فرش انجام شده است...



رونمایی از کارت حافظه اس دی ۴ ترابایتی

کمپانی وسترن دیجیتال از یک کارت حافظه اس دی ۴ ترابایتی رونمایی کرد که می تواند مشکل فضای کم ذخیره اطلاعات دوربین ها را حل کند. شرکت وسترن دیجیتال قصد دارد سال آینده اولین کارت حافظه اس دی ۴ ترابایت در جهان را عرضه کند. این شرکت روز پنجشنبه اعلام کرد که قرار است هفته آینده این محصول را به صورت حضوری به نمایش بگذارد. این کارت جادو از رابط Ultra High Speed ۱-۳ استفاده می کند و از حداکثر سرعت انتقال تئوری ۱۰۴۲ مگابایت بر ثانیه پشتیبانی می کند.



AnandTech گزارش داد که این کارت از حداقل سرعت نوشتن ۱۰ مگابایت بر ثانیه پشتیبانی خواهد کرد. این نشریه همچنین گفت که انتظار می رود حداقل سرعت نوشتن متوالی به ۳۰ مگابایت بر ثانیه برسد. با این مشخصات، کارت SD آینده وسترن دیجیتال باید بتواند فرمت های ویدیویی با نیاز به فضای ذخیره سازی زیاد، از جمله ۸K در خود جای دهد؛ اگرچه این کارت برای پشتیبانی از ضبط ویدیویی ۸K خام به اندازه کافی سریع نخواهد بود. این موضوع توضیح می دهد که چرا وسترن دیجیتال در ابتدا این محصول

را در رویداد سالانه انجمن ملی پخش کنندگان برای متخصصان بخش و رسانه به نمایش گذاشت. وسترن دیجیتال می گوید حاضران در این مراسم می توانند پیش نمایشی از ظرفیت کامل کارت ۴SD ترابایتی را در اختیار داشته باشند و درباره اینکه چگونه این کارت امکانات خلاقانه را برای دوربین ها و لپ تاپها گسترش می دهد، اطلاعات بیشتری کسب کنند. وسترن دیجیتال اشاره ای به قیمت این کارت SD نکرده است که مشکل فضای کم حافظه گوشی ها را برطرف می کند. اما با توجه به قابلیت های پیشرفته و مخاطبان هدف آن که تولید کنندگان محتوای حرفه ای هستند،

این محصول احتمالاً قیمت بالایی خواهد داشت. امروزه بالاترین ظرفیت کارت های SD موجود ۱ ترابایت است. در حالی که کارت های میکرو اس دی ۲ ترابایتی نیز در سال جاری در دسترس قرار خواهند گرفت. با اعلام وسترن دیجیتال، این صنعت به حداکثر پتانسیل کارت های SD نزدیک تر می شود. برای متخصصان با نیازهای ذخیره سازی ۱.۷ این خبر هیجان انگیز است، زیرا داشتن فناوری توانمندتر، امکانات بیشتری مانند کار با رسانه های با رزولوشن بالا را امکان پذیر می کند.



EA امسال از بازی جدید

Fight Night رونمایی می کند

طبق یک گزارش جدید، به نظر می رسد شرکت EA برای معرفی یک بازی جدید از سری Fight Night در سال جاری میلادی برنامه دارد. اولین بازی از مجموعه Fight Night در سال ۲۰۰۴ منتشر شد و با وجود اینکه نقدهای مثبتی را از سوی منتقدین دریافت کرد، اما نتوانست از نظر فروش موفق ظاهر شود. عنوان Fight Night Champions آخرین نسخه این سری به ششمین روز که در سال ۲۰۱۰ منتشر شد و در میان طرفداران محبوب بود. بازی Fight Night Champions ۲ حدود ۲ میلیون نسخه فروخت، اما EA از آن زمان به بعد به بازی های UFC علاقه بیشتری نشان داد. بر اساس یک گزارش جدید، قرار است این موضوع به زودی تغییر کند و منابع ادعا کرده اند که بازی جدید Fight Night در دست ساخت است. در حالی که ورزش های رزمی مختلف تاکنون به عنوان اقتباس های بازی معرفی شده اند، بوکس مورد توجه نیا را به خود جلب نکرده است. این ورزش امروز نیز محبوبیت بیشتری دارد و اینفلوئنسرهای مختلف به بوکس علاقه خود را نشان داده اند.

این گزارش توسط Combat eSports Media منتشر شده است که ادعا می کند اطلاعات واقعی را به اشتراک می گذارد. در حالی که این منبع از اظهار نظر بیشتر خودرادی، در ریویند فورد (Raymond Ford)، یکی از بوکسورهای که به نظر می رسد در بازی حضور داشته باشد، وجود بازی جدید Fight Night را تایید کرده است.

این بوکسور میانی می کند که بوکسورهای دیگری مانند Matt Ebersole از بازی جدید Fight Night اشاره کرده اند. نیک بیکر از Xbox Era، در اولین سال بازی ۲۰۲۱ گزارش های مشابهی را شنیده بود. این منبع داخلی اخیراً پیش از معرفی رسمی پورت PC بازی Ghost of Tsushima، به آن اشاره کرده بود که سخت منابع خود را تایید می کند. هواداران از انتشار این گزارش هیجان زده شده اند و این موضوع نشان می دهد که هنوز تقاضا برای این ورزش در صنعت بازی وجود دارد. در حالی که عناوین UFC و WWE طرفداران بیشماری دارند، اما Fight Night یک سری منحصر به فرد محسوب می شود و به طور خاص برای طرفداران بوکس ارائه می شد.



۳ گوشی اندرویدی که

خودتان می توانید تعمیرشان کنید



نوکیا جی ۲۲

اگر به دنبال یک گوشی اندرویدی ساده می گردید که به سادگی قابل تعمیر باشد، نوکیا G۲۱ یکی از مناسب ترین گزینه ها برای شماست. این گوشی طبعاً از بسیاری زرق و برق های مدرن اندرویدی می بهره است؛ اما در عوض قابلیت ها و مشخصات فنی منحصر فردی دارد که آن را به دستگاهی ارزشمند تبدیل می کند. به عنوان مثال، شارژدهی باتری نوکیا جی ۲۲ حدود سه روز ارزیابی شده و در طراحی فوق العاده پایدار آن از پلاستیک های بازیافتی فراوانی استفاده شده است. همچنین در تست های تعمیر پذیری نیز امتیاز فوق العاده ای به دست آورده و از جمله بهترین گوشی های اندرویدی از این حیث است. البته جدا کردن صفحه نمایش این گوشی اندکی دشوار است؛ اما قاب پشتی آن بدون نیاز به هیچ هونگ چسبی قابل جدا شدن بوده و باتری آن عملاً قابل تعویض طراحی شده است. HMD Global برای ساخت این گوشی با تیم خوشامد iFixit همکاری کرده و امتیاز تعمیر پذیری ۱۰ را برای آن رقم زده است. حضور تیم iFixit فرآیند تولید G۲۱ باعث ارائه دفترچه های راهنمای تعمیر و ابزار آلات اختصاصی به همراه این دستگاه شده که تعمیر آن را بسیار ساده تر کرده و به طوری که عملاً هر کاربر با دانش فنی متوسط قادر به تعمیر سطحی آن خواهد بود. البته عملکرد فنی نوکیا جی ۲۲ در بهترین حالت متوسط ارزیابی می شود. این گوشی به سیستم عامل اندروید ۱۲ مجهز بوده و از دوربین متوسط و نمایشگری با کیفیت نه چندان بالا بهره می برد. بنابراین اگر دنبال یک گوشی توانمند اندرویدی می گردید احتمالاً از خرید G۲۱ شپیمان خواهید شد!



گوگل پیکسل ۸ و پیکسل ۸ پرو

از جمله دیگر گوشی های اندرویدی که به سادگی قابل تعمیر هستند، برچمداران پیکسل ۸ و پیکسل ۸ پرو گوگل هستند که جدیدترین مدل از گوشی های جانب این کمپانی به شمار می روند. آخرین نسل از سری Pixel بهترین قابلیت های نسل قبلی را همچنان ارائه نموده و با بهبود برخی جنبه های عملکردی و افزودن ویژگی های جدید سری برچمداران گوگل را به سطحی بالاتر ارتقا داده است. حسگر جدید ۵۰ مگاپیکسلی این گوشی ها حساسیت بیشتری به ورود نور داشته و تصاویر روشن تر و با کیفیت تری را ثبت می کند. علاوه بر این، پیکسل ۸ همچنین به قابلیت های پیشرفته هوش مصنوعی مجهز است که کاربری های مختلفی از ویرایش حرفه ای و هوشمند تصاویر گرفته تا مدیریت تماس های اسپم ورودی را بر عهده گرفته و احتمالاً در ادامه منبع الهام بسیاری گوشی های دیگر هم خواهد شد. این دست قابلیت ها باعث شده اند که سری پیکسل ۸ گوگل در شمار بهترین گوشی های برچمدان بازار قرار گیرند. دیگر ویژگی منحصر فرد سری PixelA تعمیر پذیری بسیار ساده آن ها بدون نیاز به ابزار خاصی و دانش حرفه ای است. iFixit امتیاز تعمیر پذیری ۶ از ۱۰ را به این گوشی داده؛ چرا که اجزای مختلف این گوشی و کیت های تعمیر آن به راحتی قابل دسترسی بوده و اجزای سخت افزاری مثل صفحه نمایش، دوربین سلفی یا دکمه های کناری آن بدون نیاز به جابجایی قابل تعویض خواهند بود. البته تعمیر کردن قطعات داخلی پیکسل ۸ به خاطر جابجایی باتری و درگاه USB-C آن چندان ساده نیست؛ چرا که باید منطق دستگاه عملاً پشت باتری قرار گرفته و دسترسی به آن به سادگی امکان پذیر نخواهد بود.



فیرفون ۴ و فیرفون ۵

زمانی که بحث از طراحی پایدار گوشی های موبایل و توجه به نگرانی های زیست محیطی توسط گوشی سازان مطرح باشد نام برند Fairphone به خوبی می درخشد. این کمپانی در سال های گذشته هواره سعی کرده مواد تجدیدپذیر و بازیافتی فراوانی را در چرخه تامین خود بگنجانند و از مواد بازیافتی در ساخت بخش های مختلف محصولات خود استفاده کنند. در حال عمل گوشی های این برند از نظر تعمیر پذیری در میان تمامی گوشی های اندرویدی سرآمد هستند. به طوری که دو گوشی Fairphone۵ و Fairphone۴ هر دو موفق به کسب امتیاز کامل ۱۰ از ۱۰ از iFixit شده اند. صفحه نمایش، باز کردن قاب پشتی و تعویض باتری این گوشی عملاً ظرف چند دقیقه امکان پذیر بوده و به حداقل امکانات و ابزارها نیاز دارد. همچنین طراحی این گوشی تا جای ممکن ماژولار انجام شده و اجزای مختلف آن به صورت جداگانه و با برچسب های مجزا از یکدیگر تفکیک شده اند. علاوه بر این قطعات جانبی این گوشی ها نیز به وفور در بازار موجود بوده و دفترچه های راهنمای تعمیر آن نیز تمامی مراحل تعمیر را به سادگی توضیح داده اند. جدیدترین گوشی این کمپانی Fairphone۵ عرضه جهانی محدودی داشته و به همین جهت شهرت چندان زیادی ندارد. با این وجود دستاوردهای فنی این گوشی در به محیط زیست، طراحی ماژولار و پایدار و تکنولوژی های پیشرفته و مدرن ساخت کاملاً مستوحی بوده و باعث شده اند که بسیاری افراد چشم خود را روی موبایل این بسته و با خرید آن اقدام به حمایت از کمپانی سازنده کنند.

انتشار نسخه آزمایشی اندروید ۱۵ گوگل



یکی از قابل توجه ترین موارد اضافه شده در این نسخه آزمایشی، فشار بیشتر برای اجرای تمام برنامه ها به صورت تمام صفحه به طور پیش فرض است. اندروید سال ها است که از برنامه های تمام صفحه مخصوص توسعه دهندگان که از ماه فوریه در حال تست بوده اند، در دسترس قرار گرفته است و به شرکت کنندگان امکان می دهد تا به صورت بی سیم (OTA) این بر روزسانی را نصب کنند. همططور که در مورد نسخه های پیش نمایش توسعه دهندگان هم توصیه می شد، نصب این نسخه تا روی گوشی های با تیلی که استفاده روزانه زیادی از آن دارند، پیشنهاد نمی شود؛ چرا که سری های باگ های زیادی خواهد بود. گوگل در اینبار می گوید: ما در زمینه بهبود ویژگی ها و پایداری اندروید ۱۵ پیشرفت های مستمری داشته ایم و اولین نسخه بتا این تجربه را برای توسعه دهندگان و علاقه مندان به دریافت زودهنگام بر روزسانی ها، در دسترس قرار می دهد. ما با حرکت به سمت عرضه نهایی برای مصرف کنندگان، همچنان از باز خورد جامعه اندروید برای بهبود این بلتفرم و عملکرد آن برای همه استفاده خواهیم کرد.

می توانست درست همانند برنامه های فروشگاه Google Play از این ویژگی بهره مند شوند. همططور که همیشه، مجموعه ای از تغییرات و اضافات زیربنایی دیگر نیز توسط گوگل در این نسخه بتا مستند شده است. پشتیبانی از نمایشگر بریل برای بهبود دسترسی پذیری، یک رابط برنامه نویسی کاربردی (API) جدید برای رمزنگاری کلید تماس سراسری و فاصله گذاری بهتر کارکترها برای اسکریپت های خاص زبان، از جمله این موارد هستند. اگر علاقه مند به بررسی یا نصب نسخه بتا اندروید ۱۵ روی دستگاه خود هستید، می توانید با مراجعه به وبسایت بتا اندروید و ثبت نام دستگاه خود، این کار را انجام دهید. برای هر کاربری که در حال حاضر نسخه پیش نمایش توسعه دهنده اندروید ۱۵ (آچرا) می کند، بر روزسانی بتا باید به صورت خودکار و از طریق وای فای (OTA) دریافت شود. اندروید ۱۵ هنوز به درازای در پیش دارد؛ از جمله این موارد مصرف کنندگان آماده شود. بر اساس جدول زمانی گوگل، انتظار می رود حداقل ۱۳ نسخه بتا دیگر منتشر شود و عرضه نسخه نهایی تا اواخر تابستان به طول انجامد.



برای غذا خوردن کودکان اصرار نکنید

یک متخصص تغذیه گفت: غذای کودک باید متنوع باشد و اصرار کردن برای مصرف غذا در کودک نتیجه عکس می‌دهد. منصور رضایی افزود: در حال حاضر کودکان نسبت به گذشته کم تحرک تر شده‌اند. تعداد بچه‌های خانواده نسبت به گذشته کم تر شده است. همچنین بچه‌ها با نظارت کامل خانواده‌ها زندگی می‌کنند. بنابراین بدغذایی در کودکان افزایش یافته است. وی با بیان اینکه بزرگترین کار در تغذیه اطفال اصرار کردن است، تأکید کرد: با این کار بچه شرطی می‌شود و به شرطی غذا می‌خورد که نتواند چیزی بخورد مانند بچک در دسترس او قرار گیرد. در دسترس بودن هله هوله مدهه او را بر می‌کند و دیگر جای برای مصرف وعده اصلی غذایی نمی‌ماند.

رضایی با تأکید بر این که مادر باید کودک را در خانه مشارکت دهد، ادامه داد: باید اتاق کودک را خنک کنیم تا اشتها او بیشتر شود. غذای کودک باید متنوع باشد و اصرار کردن برای مصرف غذا در کودک نتیجه عکس می‌دهد. این دکتری تغذیه و رژیم غذایی در اظهار نظر کرد: اصول تغذیه صحیح برای اول در مهدکودک و بعد هم در مدرسه توسط متخصص تغذیه آموزش داده شود. برای افزایش اشتها، مادر باید ابتکار داشته باشد، ظاهر غذا را رنگی و جذاب کند. ظرف غذا زیبا باشد و با قرار دادن سبزیجات رنگی کنار هم در بشقاب، اشتها کودک را نسبت به غذا افزایش دهد.

چطور بدون عطر زدن همیشه خوشبو باشیم؟

۱- از لباس‌های خود مراقبت کنید

گاهی منشأ آن بوی بد، نه بدن مان، بلکه لباس‌هایمان است. بیه‌هین دلیل، لباس‌های عرقی‌پایه به صورت پشت و رو شسته شوند تا شوینده بهتر بتواند درون آن بوی نامطبوع را از بین ببرد. اگر لباس‌هایمان بوی خیلی بدی می‌داند، می‌توانید آن‌ها را پیش از شستن، در محلول سرکه بخیسانید. اما بهترین از آن نرم کننده‌های لباس استفاده نکنید. این محصولات را چه با یک لایه ی باز می‌پوشانند که مانع از عبور هوا می‌شود. به همین دلیل، بیشتر عرق می‌کنید و با بکتری‌های که بوی ناخوشایندی متصاعد می‌کنند، سریع تر تکثیر می‌شوند. علاوه بر این، از گذاشتن لباس‌ها در کمد به صورت فشرده خودداری کنید. این کار مانع از عبور هوا از لای لباس‌ها می‌شود و باعث می‌شود لباس‌ها به سرعت بوی باگیرند.

۲- در مصرف قهوه زیاده روی نکنید

شما نباید رژیم غذایی معمول خود را بدون مشورت با متخصص تغذیه به کلی تغییر دهید، اما می‌توانید سعی کنید مصرف برخی مواد غذایی را کاهش دهید. برخی محققان توصیه می‌کنند مصرف قهوه و میوه‌های تازه را بیشتر کنید. همچنین برخی متخصصان پوست مدعی هستند مصرف عصاره ی خوراکی نمناخ لعل می‌تواند به بهبود بوی عرق کمک کند.

۳- مصرف گوشت قرمز و لبنیات را محدود کنید

به گفته دانشمندان مواد غذایی‌ای که بیشتر، آن‌ها را مصرف می‌کنیم، می‌توانند روی بوی عرق بدن مان تأثیر بگذارند. برای مثال، گوشت قرمز حاوی مقادیر زیادی اسیدهای چرب است و اگر بدن قادر به تجزیه این مواد نباشد، بوی عرق می‌تواند به طرز خفگی‌کننده‌ای آنگذ شود. سبزیجات چلیپایی مانند کلم بروکلی و کلم بروکسل هم می‌توانند مشکلات زیادی ایجاد کنند. اگر گوگرد درون این سبزیجات به باکتری‌هایی برسد که روی سطح پوست زندگی می‌کنند، این باکتری‌ها شروع به تولید بوی نامطبوعی مانند تخم مرغ کنند. به علاوه، بدن بعضی افراد قادر به پردازش کامل ماده تری‌متیل‌آمین که در لوبیا، تخم مرغ و شیر وجود دارد، نیست.

در نتیجه این ماده از ترکیب از طریق منافذ پوست دفع می‌شود، اماری که سبب می‌شود بدن فرد بویی شبیه به بوی نا ماهی پیدا کند.



۴- سعی کنید با صابون‌های آنتی باکتریال حمام نکنید

هر چقدر هم که خود را در حمام خوب بشوید، بعضی باکتری‌ها کامکان روی پوست باقی می‌مانند. این چیز بد نیست، چون این میکروبیوم بوی طبیعی بدن مان را تولید می‌کند که برای بسیاری از اطرافیان ما جذاب است. به همین دلیل نباید در استفاده از صابون‌های آنتی باکتریال زیاده روی کنید. این محصول بهداشتی می‌تواند تعادل طبیعی میکروبیوم پوست را برهم بزند و باعث از بین رفتن میکروارگانیسم‌های مفیدی شود که جای آن‌ها را باکتری‌های مضر خواهد گرفت. همین امر باعث تولید بوی ناخوشایند از بدن می‌شود. بهتر است از صابون‌های ملایم استفاده کنید.

۵- بعد از حمام، خود را خوب خشک کنید

بعد از حمام باید تمام بدن مان را با یک حوله ی تمیز خوب خشک کنید و توجه ویژه‌ای به په‌نقاطی از بدن داشته باشید که معمولاً بیشتر عرق می‌کنند. باکتری‌هایی که عامل تولید بوی نامطبوع هستند، در محیط‌های مرطوب سریع تر ظاهر می‌شوند، به همین دلیل نباید با بدن خیس، لباس بپوشید.

۶- ورزش منظم می‌تواند کمک کننده باشد

ورزش کردن ما را به یاد عرق کردن می‌اندازد، به همین دلیل بعد از ورزش باید به سرعت دوش بگیرید و لباس تمیز بپوشید. اما محققان می‌گویند ورزش منظم می‌تواند باعث بازگشت بوی طبیعی پوست شود. در حقیقت، هر چه بیشتر عرق کنید، با عرق کردن باک‌ها شویند، بوی بدن هم بهتر می‌شود.

۷- کمبود خواب می‌تواند روی بوی بدن مان تأثیر بگذارد

بوی بدن از وضعیت روانی هم تأثیر می‌گیرد. اگر عصبی، تحت اضطراب مداوم باشید یا کمبود خواب داشته باشید، بوی بدن مان می‌تواند نامطبوع شود. در عین حال، استفاده از روغن‌های معطر در اتاق خواب ممکن است به خوابیدن شما کمک کند. رایحه اسطوخودوس و بابونه برای آرامش گرفتن بهترین هستند. و اگر روغن‌های معطر را به بالش یا ملحفه خود بزنید، بعد از یک خواب شبانه، بوی خوبی هم خواهید داد.

۶ فایده شگفت‌انگیز خرما برای سلامتی

سطح کلسترول و چلوگیری از افزایش وزن و چاقی مفید باشد. همچنین مصرف خرما خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ، سسکته مغزی، دیابت نوع ۲ و بیماری قلبی را کاهش می‌دهد.

۱. پیشگیری از بیماری‌های مزمن

خرما سرشار از ترکیبات گیاهی است که به عنوان آنتی اکسیدان عمل می‌کنند. آنتی اکسیدان‌ها از سلول‌های شما در برابر آسیب‌های ناشی از رادیکال‌های آزاد محافظت می‌کنند. رادیکال‌های آزاد در ایجاد بیماری‌های خود ایمنی، بیماری قلب و عروقی، ام‌رابراید و حتی سرطان نقش دارند. خرما حاوی انواع مختلفی از آنتی اکسیدان‌ها از جمله: کاروتنوئیدها، فلاونوئیدها، لیگنان‌ها، اسیدهای فولیک و پلی‌فنول‌هاست که به چلوگیری از ایجاد و پیشرفت بیماری‌های مزمن کمک می‌کنند.

۲. تقویت سلامت مغز

چندین مطالعه، مصرف خرما را به دلیل محتوای آنتی اکسیدانی‌ها با بهبود عملکرد مغز

خرما دارای فواید بسیاری برای سلامتی بدن است که برای مثال می‌توان به کاهش وزن و چربی‌سوزی، چلوگیری از سرطان روده و درمان یبوست اشاره کرد. خرما یک خوراکی مقوی و حاوی درصد بالایی از مواد معدنی و ویتامین‌های ضروری برای بدن است. هر یک وعده خرما (یا چهار عدد آن) ۲۰۰ در صد، سد، ۱۵ درصد منیزیم، ۱۴ درصد منگنز، ۲۳ درصد پتاسیم، ۱۷ درصد ویتامین B۶ و ۳۶ گرم پروتئین مورد نیاز بدن شما را تأمین می‌کند. خرما همچنین دارای فیبر بالایی (حدود ۷ گرم در هر وعده) است. همچنین از دیگر فواید خوردن خرما می‌توان به جبران کمبود آهن اشاره کرد.

۱. ارتقای سلامت عصبی

خرما حاوی فواید است و تحقیقات نشان می‌دهد که فواید فیبر برای سلامتی، فراتر از بهبود عملکرد دستگاه گوارش است. دریافت مقدار زیادی فیبر از سبزیجات و میوه‌هایی مانند خرما می‌تواند در بهبود سلامت قلب، تبخیر سطح قند خون، کاهش



مربط دانسته‌اند. آنتی اکسیدان‌ها از التهاب در سراسر بدن، از جمله در مغز، چلوگیری می‌کنند. التهاب مغز با ایجاد بیماری‌هایی مانند آلزایمر و پارکینسون در ارتباط است.

۴. کمک به تسهیل زایمان طبیعی

شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد خوردن خرما می‌تواند زایمان را تسهیل کند. به نظر می‌رسد ترکیبات موجود در خرما گیرنده‌های اکسی توسین را تحریک می‌کند. وجود اکسی توسین کلید اصلی کنترل انقباضات مادر حین زایمان است. همچنین از آنجا که خرما منبع عالی کربوهیدرات‌های سالم و سرشار از قندهای طبیعی است، خوردن آن در اواخر بارداری به مادر کمک می‌کند تا انرژی کافی برای زایمان خود ذخیره کند.

۵. خواص ضدیبوری برای پوست

هورمون‌های گیاهی (فیتوهورمون‌ها) موجود در خرما دارای خواص ضد یبوری برای پوست هستند. از همین رو گاهی اوقات از فیتوهورمون‌ها در تولید محصولات مراقبت

چگونه پوسیدگی‌های دندان را کاهش دهیم؟

بررسی‌ها بیانگر این است که تقریباً نیمی از جمعیت جهان به پوسیدگی دندان مبتلا هستند و این در حالیکه که محدود کردن مصرف قندهای آزاد به کمتر از ۱۰ درصد کل انرژی دریافتی، میزان پوسیدگی دندان را به حداقل می‌رساند. گزارش‌ها بیانگر این است پوسیدگی دندان، شایع‌ترین بیماری غیرواگیر دنیا است. پوسیدگی دندان‌ها می‌تواند بر سلامت عمومی اثر بگذارد. پوسیدگی دندان هر چند سلامت عمومی را تحت تأثیر قرار می‌دهد اما تا حد قابل توجهی با بهره‌گرفتن از مداخلات ساده و مقرون به صرفه در سطح جمعیت و فردی قابل پیشگیری است. درمان هواره برهزینه‌است و میزان دسترسی به درمان در کشورهای کم‌درآمد و با درآمد محدود ممکن است مطلوب نباشد؛ به نحوی که دندان‌های آسیب‌دیده از پوسیدگی باعث درد یا ناراحتی می‌شوند و تحت تأثیر همین موضوع هم دندان‌های پوسیده به دلیل ناتوانی مالی جهت ترمیم، کشیده می‌شوند. اگرچه تمام افراد در معرض پوسیدگی دندان قرار دارند اما میزان پوسیدگی دندان

بررسی‌ها بیانگر این است که تقریباً نیمی از جمعیت جهان به پوسیدگی دندان مبتلا هستند و این در حالیکه که محدود کردن مصرف قندهای آزاد به کمتر از ۱۰ درصد کل انرژی دریافتی، میزان پوسیدگی دندان را به حداقل می‌رساند. گزارش‌ها بیانگر این است پوسیدگی دندان، شایع‌ترین بیماری غیرواگیر دنیا است. پوسیدگی دندان‌ها می‌تواند بر سلامت عمومی اثر بگذارد. پوسیدگی دندان هر چند سلامت عمومی را تحت تأثیر قرار می‌دهد اما تا حد قابل توجهی با بهره‌گرفتن از مداخلات ساده و مقرون به صرفه در سطح جمعیت و فردی قابل پیشگیری است. درمان هواره برهزینه‌است و میزان دسترسی به درمان در کشورهای کم‌درآمد و با درآمد محدود ممکن است مطلوب نباشد؛ به نحوی که دندان‌های آسیب‌دیده از پوسیدگی باعث درد یا ناراحتی می‌شوند و تحت تأثیر همین موضوع هم دندان‌های پوسیده به دلیل ناتوانی مالی جهت ترمیم، کشیده می‌شوند. اگرچه تمام افراد در معرض پوسیدگی دندان قرار دارند اما میزان پوسیدگی دندان



جوشاندن چند باره آب خطرناک است؟!؟

شده به وجود آمد؛ جوشاندن آب منجر به تشکیل به اصطلاح "آب سنگین" می‌شود که حاوی دوتریوم و تریتیوم است و با این حال پس از جوشیدن آب این مواد با اندازه‌های بسیار ریز تشکیل می‌شوند و آسیبی به همراه ندارند.

وقتی آب می‌جوشد، غلظت نمک‌های معدنی در آن افزایش می‌یابد چرا که در تخمیر می‌شود اما نمک‌ها باقی می‌مانند و به همین خاطر نمک‌ها با راحتی داخل کتری رسوب می‌کنند و این رسوب‌ها می‌تواند خطرناک‌تر است کتری مرتباً تمیز شود.

هنگام جوشاندن آب، کلر باقی‌مانده در آب جوشیده، غلظت نمک‌های معدنی در آن افزایش می‌یابد چرا که در تخمیر می‌شود اما نمک‌ها با راحتی داخل کتری رسوب می‌کنند و این رسوب‌ها می‌تواند خطرناک‌تر است کتری مرتباً تمیز شود. اگرچه کتری رسوب می‌کند و می‌تواند موجب تشدید آنکه شود. بنابراین اگر از آب گرم استفاده شود و رسوبات داخل کتری مرتباً تمیز شود، می‌توان با بارها بارها جوشاندن، چرا که هیچ خطری برای سلامتی ندارد.

ممکن است در اوله کشی شده برخی ناخالصی‌ها وجود داشته باشد که سا را مجبور به جوشاندن قبیل از استفاده آب بکند اما بعضی افراد بر این باورند که آب چندبار جوشانده شده خطرناک است آیا این صحت دارد؟

ممکن است در اوله کشی شده برخی ناخالصی‌ها وجود داشته باشد که سا را مجبور به جوشاندن قبیل از استفاده آب بکند اما بعضی افراد بر این باورند که آب چندبار جوشانده شده خطرناک است آیا این صحت دارد؟





ستاره ملی پوش سپاهان دور از روزهای اوج

دومین فصل حضور رامین رضایتیان در سپاهان استثنایی آغاز شد و او در طول ۱۱ هفته ابتدایی لیگ برتر و همین طور دور گروهی رقابت‌های لیگ قهرمانان آسیا ستاره‌ی بی‌دلیل آسمان طلایی پوشان اصفهانی بود. به لطف همین روزها رضایتیان همچنان اثرگذارترین بازیکن فصل سپاهان با ثبت ۹ گل، ۹ پاس گل و گرفتن یک پنالتی به شمار می‌رود. این روزها اما سپاهان فاصله زیادی با روزهای درخشان هفته‌های ابتدایی دارد و شاید یکی از دلایل این فاصله گرفتن رامین رضایتیان از روزهای اوج خود باشد. رضایتیان پیش از آغاز جام ملتهای آسیا دچار آسیب دیدگی شد و پس از بازگشت هم هنوز توانسته به فرم ایدل برسد و این موضوعی است که این بازیکن در آخرین مصاحبه خود به آن اشاره کرده است.

حسن یزدانی از اول اردیبهشت برمی‌گردد

رئیس هیئت کشتی مازندران در پاسخ به این سوال که حسن یزدانی دارند ۹ ماه کشتی المپیک و جهان از چه زمانی قرار است اسارت تمرینات کشتی‌اش را بزنند، عنوان کرد: اول اردیبهشت تمریناتش را شروع می‌کند و در این مدت هنوز روی تشک نیامده، اما تمرینات بدنسازی‌اش را دنبال کرده است. امید شایگان درباره اینکه حسن یزدانی چه زمانی قادر به ورود به چرخه و حضور در تورنمنت بین‌المللی است؟ گفته: بستگی به نظر پزشکان و بعد از آن هم مربیان تیم ملی دارد. اما فکر می‌کنم از وقتی روی تشک آمد، بعد از یک ماه شرایط حضور در مسابقه را پیدا کند. اینکه او چه زمانی و به چه مسابقاتی اعزام شود، بستگی به فدراسیون کشتی دارد.



نوید کیا با مسی‌ها ۱۵ امتیازی می‌شود؟



محرم نوید کیا امیدوار است با بسرد مقابل فولاد خوزستان توانمند از رکورد امتیازگیری ساکت الهامی در ۹ هفته ابتدایی نیم‌فصل عبور کند.

اگرچه روند مس رفسنجان با محرم نوید کیا قابل قبول بوده و این تیم در ۸ مسابقه لیگ برتری که با سرمربی جدید حضور یافته، شکستی را تجربه نکرده، اما عملکرد امتیازی تیم نوید کیا در مقایسه با ساکت الهامی در ۸ هفته ابتدایی لیگ برتر چندان تفاوتی نداشته است.

مس رفسنجان که نیم فصل اول را با ساکت الهامی پشت سر گذاشت، با وجود شروع بدی که داشت اما در ادامه بهتر شد و توانست چندین پیروزی متوالی را نیز بدست بیاورد.

مس با هدایت الهامی در پایان هفته هشتم لیگ برتر ۳ پیروزی مقابل اوهیمونیم اراک، دو سپاهان اصفهان و پیکان تهران و ۲ تساوی در برابر هوادار تهران و نساجی مازندران کسب کرد و ۱۱ امتیازی بود. جالب اینکه تا نجات پوشان حالا با هدایت نوید کیا در ۸ بازی ابتدایی نیم فصل دوم ۲ پیروزی و ۶ تساوی داشتند و ۱۲ امتیاز گرفته‌اند.

به عبارت بهتر از نظر کسب امتیاز مس رفسنجان در ۸ هفته ابتدایی مسابقات با هدایت الهامی و نوید کیا تفاوت زیادی نداشته و حتی تیم الهامی با وجود اینکه یک امتیاز کمتر کسب کرد، یک برد بیشتر به دست آورد. ضمن اینکه نوید کیا روی نیکبختی مس هنوز برتری در داخل خانه مقابل حریفان کسب نکرده و دو پیروزی او در مقابلش مقابل نساجی و اراک مقابل اوهیمونیم بوده است.

نکته قابل توجه اینکه تیم تحت هدایت ساکت الهامی در هفته نهم لیگ برتر هم موفق شد فولاد خوزستان را شکست دهد و در پایان این هفته ۱۴ امتیاز داشت. حالا محرم نوید کیا امیدوار است که در اهواز مقابل فولاد در دور برگشت به برد برسد و از کوردی که ساکت الهامی به جا گذاشت، عبور کند. هرچند که حریف روز جمعه تا نجات پوشان هم تیم قدرتمندی است و در خانه خود برای بهبود شرایطش در جدول تلاش خواهد کرد.

باید دید مس رفسنجان در اهواز چه کاری را از پیش خواهد برد و می‌تواند با بسرد مقابل فولاد همچنان از نظر امتیازی از تیم نسیم فصل اول با هدایت الهامی پیش باشد، یا اینکه اتفاقات دیگری رخ دهد.

حرف‌های خواندنی محمد ربیعی از روز عجیب مقابل تراکتور

تاسی ذوب آهن در تبریز نشست

در تصاویری که روز جمعه از تبریز در سراسر ایران پخش می‌شد، لحظه‌ای که امیرحسین جدی تپ برای چهارم وارد تراکتور کرد، کارگردان تلویزیونی به دوربین کنار زمین سوییچ کرد و در حالی که در پس زمینه بازیکنان ذوب آهن در حین شادی گل به چشم می‌خوردند، محمد ربیعی با بلند بلند به سمت نیکبخت تیش برگشت تا شادی خود را با همکارانش تقسیم کند. او در پیش‌بینی ۳-۴ مقابل تراکتور بود نتیجه‌ای که هیچکس آن را پیش‌بینی نمی‌کرد. سرمربی ذوب آهن بعد از این پیروزی شگفت‌انگیز در تبریز، خود را آماده یک بازی حساس دیگر، این بار مقابل سپاهان می‌کند.

آقای ربیعی در تبریز دقیقاً چه اتفاقی افتاد؟ فکر می‌کنم شیوه مناسبی را برای بازی تراکتور انتخاب کرده بودیم و البته بخت هم با ما یار بود. این را به شما بگویم که ما در پی یک بحران سخت به این مسابقه رسیده بودیم و بچه‌ها هر چه داشتند را برای من در زمین گذاشتند، اما نمی‌توانم از این هم غافل بشوم که با وجود نمایش‌های خوبمان در مسابقات قبلی، مثلاً بازی شمس اذر با استقلال خوزستان را هم با نمایش‌های مشابه باخته بودیم. پس گاهی هم شما احتیاج دارید به قول معروف توانمند شدن و این اتفاق برای تیم من در بازی تراکتور افتاد. یعنی خوش شانس‌ی عامل پیروزی شما بود؟ نه، فعلاً اینطور نیست. اما چیزی که در بازی تراکتور اتفاق خیلی شبیه به چیزی شد که ما برای این مسابقه پیش‌بینی کرده بودیم و انتظار مسابقه طبق آنلیز ما پیش می‌رفت. برتری ما در نیمه اول کمک زیادی کرد تا بتوانیم از افزایش پشت دفاع تراکتور که به دنبال کسب گل مساوی بود، استفاده کنیم و گل‌های بعدی را با عمر برسانیم.

تسماً در روزی موفق تسدید تراکتور را ببردید که تماشاگر بسیار زیادی هم در ورزشگاه حضور داشت و زنان تبریزی هم برای اولین بار در استادیوم یادگار بودند.

جو هواداری تراکتور استثنایی است و به نظر من طوری که آنها به تیم‌شان علاقه دارند و ورزشگاه را پر می‌کنند. در همه جای ایران مشابه ندارد و همین دلیل هم هست که تراکتور، همیشه در فوتبال ایران یک تیم قابل احترام و مدعی است. ما وقتی وارد ورزشگاه شدیم و آن جمعیت را دیدیم، البته انتظارش را داشتیم اما بچه‌ها تجربه‌ای که داشتند و صحبت‌هایی که با آنها شده بود، تحت تاثیر جو قرار گرفتند و کارشان پیش بردند. ضمن اینکه آن گل ما در نیمه اول کمی هواداران تراکتور را سرد کرد و من فکر می‌کنم به مرور شرایط طوری پیش رفت که ما تیمی شدیم از حضور جمعیت در ورزشگاه استفاده کردیم. البته اینطور پیروزی‌ها یک حس دوگانه را برای شما به ارمغان می‌آورد و در حالی که از درخشش بازیکنان و تیم‌تان خوشحال هستید، ناراحت شدن این خیل جمعیت هم کمی در آن حس مثبت شما ایجاد می‌کند. به هر حال امیدوارم تراکتور در بازی‌های بعدی این شرایط بهتری به زمین بیاورد و با کسب نتایج خوب دل هوادارانش را شاد کند.

ایا جو استادیوم به برد شما کمک نکرد؟ نمی‌دانم، ولی فکر می‌کنم وقتی یک‌صد علیه یک بازیکن شمار بدهند، روی عملکرد او تاثیر می‌گذارد و شاید حسین روح‌پرمندی در صحنه گل چهارم اصلاً توپ را نادیده نگرفت و گل خورد.

تسماً یک بازی حذفی هم با تراکتور دارید که این چهارمین بازی استیمتیم شما و یا کوکوسس خواهد بود. چطور شما در سه بازی قبلی هم پیروزی رسیدید؟ راستش را نخواهید نمی‌توانم درباره سسر بار از خاصی صحبت کنم. به هر حال در فوتبال پیش می‌آید که شما به صورت خاص در یک بازی رو در رو

پدیده سپاهان دیر بازی کرد، کازان باخت



روبین کازان در حضور کوتاه مدت مهاجم ایرانی خود مقابل سامارا مغلوب شد. در ادامه در هفته بیست و چهارم برتر روسیه، تیم فوتبال روبین کازان که کسری طاهری را برای دومین فصل پیاپی در فهرست و جزء نفرات ذخیره داشت، به مصاف این تیم رده ششمی رفت. باران طاهری که در چهار هفته گذشته لیگ برتر روسیه نمایش خوبی نداشتند و یک تساوی و یک پیروزی به پاس آورده و دو شکست متحمل شده بودند، این بار هم در زمین تیم سامارا با شکست روبین را ترک کردند.

تیم فوتبال روبین کازان در دیدار خارج از خانه مقابل سامارا با نتیجه ۲ بر صفر شکست خورد تا ۲۲ امتیازی و در رده نهم جدول لیگ برتر روسیه بماند و فرصت صعود به رتبه ششم را از دست بدهد. کسری طاهری، مهاجم سابق سپاهان که در جام جهانی زیر ۱۷ سال دو گل به ثمر رساند و یک پاس گل داد و در هفته گذشته لیگ برتر روسیه ۲۵ دقیقه مقابل اورسورگ داشت و نخستین بار در این رقابت‌ها به میدان رفت، در این مسابقه هم در دقیقه ۹۰ برابر سامارا به زمین آمد.



مدافع سپاهان مستطیل سبز را رها نمی‌کند

عکس عجیب از محمد دانشگر مدافع مصوم سپاهان در تمرینات تیم سپاهان شرکت کرد.

محمد دانشگر مدافع مصوم سپاهان در تمرین این تیم حاضر شد با دست آتل بسته تمرینات سبکی را پشت سر گذاشت و آمادگی نسبی خود را حفظ کند.

این بازیکن که در بازی با صنعت نفت نادان مصوم شد و از زمین مسابقه دور شد هفته‌های پایانی لیگ برتر را از دست داد تا سپاهان یکی از مهره‌های مهم خود را در اختیار نداشته باشد.

دانشگر با توجه به اینکه آسیب‌دیدگی‌اش از ناحیه دست است و می‌تواند تمرین دوی و تمرینات سبک را انجام دهد با کفش ورزشی در محل تمرین سپاهان شرکت می‌کند تا همچنان در کنار تیم باشد و لحاظ روحی روانی و تا حدودی جسمانی دور از مسابقات قرار نگیرد. سپاهان در هفته‌های گذشته ضعف قابل توجهی در کارهای دفاعی داشته و دست دادن مهره اصلی خط دفاعی آسیب بیشتری به این تیم وارد کرده و باید دید مهره‌های جانشین می‌توانند جای خالی این بازیکن را در تک‌برگ پر کنند یا خیر!

یوسفی:

برای دربی اصفهان انگیزه گرفتیم

هافبک تیم فوتبال ذوب آهن تأکید کرد، شاگردان محمد ربیعی با برتری مقابل تراکتور برای رویارویی با سپاهان انگیزه و روحیه گرفته‌اند.

فرین یوسفی تصریح کرد: برد تراکتور در استانه بازی مقابل سپاهان به اعضای تیم کمک کرد از نظر روحی و روانی انگیزه خوبی بگیریم. این مسابقه هر چه که بود تمام شد و تمام تمرکز ما از این به بعد روی بازی مقابل سپاهان و شهر شب اصفهان است. اسامیل در لیگ برتر بازی آسان و دو ندارد، ضمن اینکه در تیم فصل دوم شرایط همیشه سخت‌تر هم می‌شود. ما در تمام بازی‌ها با تمرکز بالا در میدان حاضر باشیم و امیدوارم به حق مان برسیم.

موفق بشوید. در خارج از ایران هم این مسئله هست و در لیگ خودمان هم ممکن است اتفاق بیفتد که شکل بازی تو تیم طوری باشد که درصد موفقیت یکی از تیم‌ها همیشه بالاتر باشد و خوشحالیم که من هم در این موقعیت بودم و برده‌ای دلچسپی را مقابل تراکتور داشته‌ام. باور کنید کار ساده‌ای نیست که بتوانید در یک فصل دو بار مقابل تراکتور به پیروزی برسید و این کار خیلی بزرگی بوده که بچه‌های ذوب آهن آن را انجام دادند.

یک سوال دیگر از تسماً در باره شادی گل تان است. وقتی تیم گل چهارم را زد، یک طورهایی از خود بیخود شده بودید. ضمن اینکه به هر حال موقعیت بسیار خاصی بود.

بله، ما بعد از آن بحران، بردی را به دست آوردیم که کاملاً نتایج قبلی را تحت تاثیر خودش قرار داد و به نوعی به شایستگی تیم ما صحنه گذاشت و همه فهمیدند که اگر ذوب آهن مشکلاتی را پشت سر گذاشته، به طبیعت فوتبال برمی‌گردد که گاهی روی خوشش را به شما نشان نمی‌دهد و الا این تیم همان تیمی است که در تیم فصل اول در نتیجه خوبی کارش را تمام کرده بود. البته تیم من به نسبت نیم فصل اول پنجاه درصد توان خود را از دست داده و تیمی از بازیکنان جدا یا مصوم شده‌اند و ما نظرم مهره اصلاً شرایط خوبی نداریم، اما با این حال ما در بازی‌های برگشت هم در اغلب مسابقاتی که نتیجه خوبی به دست نیآوریم باید پیروز می‌شیم. شائلی خراب کترینج مشکلات دوری داشتیم و البته در بعضی مواقع هم بی دقت بودیم که منجر به این شد که من حتی تصمیم به جدایی از ذوب آهن بگیرم، در حالی که به کار خودم در اینجا ایمان داشتم و فکر کردم اگر کنار بکشم، تیم به شرایط قبلی خودش برخواهد گشت که به هر صورت ما این درخواست من موافقت نشد و امروز هم در این مرحله هستیم.

تسماً در این هفته با تیمی مسابقه دارید که روزهای خیلی خیلی سسختی را پشت سر می‌گذارند و مثل تراکتور، مربی خارجی‌اش بخششی از اعتبار خود را در فوتبال ایران از دست داده است. چه اتفاقی برای مربیان خارجی در فوتبال ایران رخ می‌دهد؟

این چیزی است که من خودم هم خیلی دوست دارم درباره‌اش بخوانم و با آدم‌هایی که فوتبال را می‌نمایند، در این زمینه تحلیل بخوانم. نمی‌توانم فکر می‌کنم یک مقدار شرایط فوتبال ایران سراسری مربیان خارجی که به مسائل طبیعی و عادی پیروان ما عادت ندارند، کار را سخت می‌کند و آنها تمرکزشان را به مرور از دست می‌دهند. شاید هم مسئله فقط فوتبال باشد و جزء مسائل طبیعی فوتبال، ولی با آن شوری که سپاهان داشت، همه انتظار داشتیم آنها مدعی جدی قهرمانی باشند. در خود تراکتور هم به هر حال آقای نوزوی سرمایه‌گذاری فوق‌العاده‌ای کرده و اینطور به نظر می‌رسد که آنها یک مدعی بزرگ باشند؛ اگر در همین سه هفته هم نتایج بهتری می‌گرفتند، شانس شان زیاد بود، ولی

دو تیم دچار لغتی شده‌اند که هواداران تصور نمی‌کردند. فکر می‌کنم آنها در این مقطع احتیاج به حمایت طرفداران شان هم دارند و نباید به این سادگی‌ها نامید شد. همان‌طور که استقلال و پرسپولیس به واسطه همین جریان‌های هواداری و انزویستی که پشت سرشان هست، همیشه مدعی هستند. در مورد بقیه تیم‌ها هم به همین زواری است. ما در زمین‌های خودمان باید کسی میدان را خالی کند.



03 ستاره سپاهان متاهل شد رضا مهدی که پس از چند سال دوری بار دیگر به اصفهان بازگشته و برای سپاهان بازی می‌کند. چند ماه بعد از بازگشت دوباره به شهر که دوران جوانی و روزهای ابتدایی فوتبال حرفه‌ای خود را در آن پشت سر گذاشته، تصمیم به ایجاد تغییر در زندگی شخصی خود گرفته و در صفحه اینستاگرامش خبر از نواح خود داده است. اسدی البته این روزها چه از زندگی شخصی شرایط بسیار خوبی را تجربه می‌کند اما در آرزوی سپاهان به دلیل عدم نتیجه‌گیری این تیم، بی‌شک به مانند ستاره سابق شرایط خوبی ندارد و امیدوار است وضعیت با قهرمانی در جام حذفی در یکی از بهترین‌ترین سال‌های زندگی‌اش عوض شود.

02 پاتر برای حضور در ایران عجله داشت! سرمربی تیم لیگال ایران با کسب عنوان نایب قهرمانی به خود و تیمش در لیگ اوکراین خاتمه داد. در چهارمین مسابقه فینال رقابت‌های لیگ والبال اوکراین تیم‌های پادولپایلی و دنیام پروسی مقابل هم قرار گرفتند که این مسابقه با نتیجه ۳ بر ۲ به سود پروسی خاتمه پیدا کرد تا این تیم در مجموع با کسب ۳ پیروزی از ۵ مسابقه عنوان قهرمانی رقابت‌های لیگ اوکراین را کسب کند. به این ترتیب در حالی که هفته می‌شد پاتر ۴ اردیبهشت ماه برای هدایت تیم والبال ایران به تهران خواهد آمد. احتمال دارد او چند روز دیگر در راه ایران بماند.
01 قرارداد مربی گیتی پسند تمدید شد احمد بری‌آذر مربی تیم فوتبال گیتی‌پسند با حضور در دفتر باشگاه و مذاکره با مدیران مجموعه، قرارداد خود را به مدت یک سال تمدید کرد و به این ترتیب تیم فوتبال گیتی‌پسند را در لیگ برتر ۱۴۰۳-۱۴۰۴ همراهی خواهد کرد. بری‌آذر فصل گذشته هم با گیتی‌پسند قهرمان لیگ برتر فوتبال شد و عنوان نایب قهرمانی تیم ملی بین‌المللی بازی در کارنامه خود دارد. پیش از این هدیت مدبره باشگاه گیتی‌پسند به اتفاق آرام محمد کاشورز سرمربی فعلی تیم فوتبال این باشگاه را برای اسال آینده لیاقت کرد و با بیشتر اعضای اصلی تیم برای فصل پیش رو قرارداد منعقد کرده است.

