

## جبهه اصلاحات و هواداران دولت باید در یک جبهه قرار گیرند

رئیس شورای سیاست گذاری اصلاح طلبان گفت که اگر اصولگرایان و اعتدالیون در انتخابات آینده در یک جبهه واحد قرار گیرند می توانند اکثریت مجلس را به دست بیاورند. محمد رضا عارف در گفت و گویی اظهار کرد: ما از ابتدا که فعالیت های انتخاباتی را کلید زدیم بر این موضوع تاکید کردیم که جبهه اصلاحات و هواداران دولت باید در یک جبهه قرار گیرند به ویژه که ما در انتخابات سال ۹۲ نتیجه ی خوبی از این بابت گرفتیم و اکنون هم چاره ای نداریم جز اینکه با هم باشیم. وی افزود: توصیه ما به دوستان اعتدالیون این است که بپذیرند با هم باشیم و با یک لیست وارد شویم. قطعا با دوستانمان در این جهت تعامل خواهیم کرد تا آن شاءالله به این هدف برسیم. این فعال سیاسی خاطر نشان کرد: پیش بینی ما این است که با هم باشیم؛ چرا که در این صورت می توانیم به راحتی اکثریت را در مجلس به دست آوریم و مجلسی روی کار می آید که می تواند به جد پشتیبان دولت در اجرا و پیشرفت برنامه هایش باشد. رئیس شورای سیاست گذاری اصلاح طلبان در پاسخ به سوالی درباره ی احتمال درخواست اصلاح طلبان از لاریجانی برای پذیرش ...

صفحه ۳



### تلگرام جان سالم به در میبرد؟

طی دو هفته گذشته موضوع فیلتر شدن تلگرام از سوی کمیته تعیین مصادیق محتوی ... صفحه ۵



### باید اهانت به اقوام ایرانی جرم تلقی گردد

دکتر محسن رضایی دبیر مجمع تشخیص مصلحت نظام با انتشار عکسی ... صفحه ۲



### در زندگی ام کسی به من نگفته بود صحبت نکن!

کارلوس کی روش در نشست خبری پیش از دیدار تیمش و ترکمنستان از دور ... صفحه ۷

## داعش، گامی دیگر به عقب

پیشروی های ارتش سوریه که از چند هفته پیش و به موازات توسعه عملیات هوایی روسیه در این کشور آغاز شده، همچنان ادامه دارد و اکنون در حال گسترش یافتن به مجموعه ای از اهداف استراتژیک است که شاید تا همین چندی پیش، موفقیت ارتش در آن ها امری بسیار بعید به نظر می رسید. در یکی از تازه ترین و مهمترین تحولات، ارتش سوریه روز گذشته توانست محاصره فرودگاه نظامی «کوبرس» در شرق حلب را در هم بشکند. به این ترتیب، اکنون گروه های تروریستی یکی از غنایم استراتژیک ... صفحه ۴



رهبان انقلاب در دیدار با رؤسای دانشگاه ها و مراکز آموزش عالی:

# مسئولین فرهنگی دانشگاه ها بفهمند چه می کنند

صفحه ۲



# بایودنت



طعمی ماندگار و بدون شکر  
حاوی زایلنول و محافظ دندان

[www.Biodentco.com](http://www.Biodentco.com)





## عربستان برای تیراندازی در دزفول پول خرج کرد

دبیرشورای عالی امنیت ملی با اشاره به حقوق گرفتن عاملان تیراندازی دزفول از سرویس امنیتی سعودی تأکید کرد، اگر سعودی‌ها بخواهند مشکلات میان دو کشور حل شود، باید از شرارت علیه ایران دست بردارند.
«علی شمشخانی»، دربار‌ه روابط ایران و عربستان و افق موجود برای حل مشکلات بین دو کشور گفت: اگر سعودی‌ها بخواهند، مشکلات میان دو کشور حل خواهد شد؛ آنها باید دست از شرارت علیه ایران بردارند.

شمخانی با بیان اینکه عربستان در محیط داخل

ایران دست به اقدامات ناخوشایندی می‌زند، اظهار داشت: تیمی که اخیراً در دزفول علیه یک هیئت مذهبی تیراندازی و در نفر راشهید کرد، از سرویس امنیتی سعودی حقوق می‌گرفت.

وی تأکید کرد: در منطقه امروز ریال سعودی نقش

تعیین‌کننده‌ای در سوریه دارد؛ این کشور مردم بی دفاع یمن را بمباران می‌کند.

شمخانی اظهار داشت: عربستان در هر محفلی

به دنبال بسیج بی دلیل اعراب علیه ایران است، در حالی که نیازی به این کار نیست؛ ما رابطه تاریخی خوبی باعرب‌ها داریم، بایدشکاف در جهان اسلام را کم کرد؛ به نظر می‌آید که دوستان سعودی باید به کارنامه عملشان بهتر بنگرند و در صورت تغییر این رویه اگر اراده کنند به طور قطع موضوع از طرف ایران قابل حل است.

وی در خصوص اینکه چرا شمار شهدای ایرانی در سوریه افزایش یافته است و آیا ایران در فکر اعزام نیروی زمینی به سوریه در صورتی مداخله نظامی طرف‌های دیگر در سوریه است گفت: در سوریه موضوع کمبود نیروی انسانی نیست، سوری‌ها از سرزمین خود دفاع می‌کنند و مشکلی ندارند. جمهوری اسلامی ایران خواهان اعزام نیروی زمینی نبوده و نیست، چرا که نیازی به این امر نیست. شمشخانی خاطرنشان کرد: علت شهادت تعدادی از نیروهای ایرانی – که رقم آن البته زیر پنجاه شهید است– بالا رفتن میزان درگیری‌ها است. طبیعتاً با توجه به وسعت گسترده درگیری‌های امروز در مقایسه با سابق که ساکن بود، مستشاران بیشتری از ایران حضور دارند.

دبیرشورای عالی امنیت ملی در پاسخ به این سؤال که آیا گفت وگوهای بین‌المللی برای حل بحران سوریه موفق می‌شود، اظهار داشت: به نظر می‌رسد این تنها راه حل است، و هر زمان که همه به این راه حل اعتماد و اعتقاد پیدا کنند و مبارزه جدی با تروریسم انجام دهند این موضوع قابل تحقق است، اما اگر بخواهند از تروریسم به عنوان ابزار برای پیشبرد راهبردشان در منطقه استفاده کنند و با تردید تحت تأثیر بعضی از نظرات افراطی بعضی از کشورهای منطقه و با عینک شماری از کشورهای منطقه بخواهند به‌موضوع نگاه کنند، متأسفانه دشواری تداوم پیدا خواهد کرد.



پیگیری روز



### باید اهانت به اقوام ایرانی جرم تلقی گردد

دکتر محسن رضایی دبیر مجمع تشخیص مصلحت نظام با انتشار عکسی با لباس بختیاری، در یادداشتی اینستاگرامی نسبت به توهین‌هایی که به اقوام می‌شود واکنش نشان داد، او در یادداشت خود نوشت:
«ظاهرا اهانت به اقوام ایرانی پایانی ندارد. اگر هم برنامه‌ریزی شده نباشد بی‌توجهی است. دیروز در سریال سرزمین کهن به بختیاری‌های سربلند اهانت شد و امروز در برنامه‌ای دیگر به آذری‌های باغیرت و چندی پیش به اعراب وفادار ایرانی. باید اهانت به اقوام ایرانی جرم تلقی گردد و در مجلس تصویب شود و برای آن مجازات در نظر بگیرند. اقوام ایرانی بدون ایران و بدون بدون اقوام ایرانی معنا ندارد. در دفاع مقدس ، لشکرک پر افتخار عاشورای آذر بایجان در کنار لشکریان سایر اقوام، در دفاع از انقلاب اسلامی حماسه آفرینند. در انقلاب مشروطه لشکر بختیاری‌ها و لشکرگه‌های از گیلان و آذربایجان استنباد را از بین بردند. در انقلاب اسلامی هم همه اقوام ایرانی شرکت داشتند. البته تذکر دو نکته را ضروری می‌دانم: نخست آنکه باید مردم با حفظ آرامش و رعایت امنیت عمومی در این موارد پیگیری را به متولیان قانونی بسپارند و دوم آنکه اگر مجموعه‌ای در توهین خود عمدی نداشت و بابت سهو خود پشیمان بود، عذرخواهی او را بپذیریم.»

# مسئولین فرهنگی دانشگاه‌ها بفهمند چه می‌کنند؟

## برخی کار فرهنگی را با کنسرت و اردوهای مختلط اشتباه گرفته اند

بوجود خواهد آورد. رهبر انقلاب اسلامی، «استعمار» و «بمب‌اتم» را دو نمونه تاریخی از نتایج قرار گرفتن علم در مسیر غلط دانستند و افزودند: باید همواره مراقب باشیم تا اخلاق و معنویت در کنار علم قرار گیرد.

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای «نیازسنجی علمی» برای حال و آینده کشور را بسیار ضروری خواندند و گفتند: در حرکت علمی باید نیازهای فعلی و نیازهای آینده کشور مد نظر قرار گیرند و در رشته‌هایی سرمایه‌گذاری شود که مورد نیاز کشور است.

ایشان جهت‌دهی به مقالات علمی و پایان‌نامه‌های دکترها در چارچوب نیازهای فعلی و آینده کشور را موضوعی مهم دانستند و افزودند: دانش هسته‌ای از جمله موضوعات مورد نیاز کشور است که از سالها پیش بروی آن سرمایه‌گذاری شد زیرا اگر امکان استفاده از نفت نباشد و یا ذخایر نفت به پایان برسد قطعاً نیازمند انرژی جایگزین هستیم.

رهبر انقلاب اسلامی بار دیگر به موضوع تولید اورانیوم بیست درصد به دست دانشمندان جوان ایرانی اشاره کردند و گفتند: در مقطعی سوخت راکتور تهران که برای تولید رادیو دار است، رو به پایان بود و غربی‌ها شروط خفت باری برای تحویل این سوخت مطرح کردند اما جوانان با استعداد و مؤمن ما با تلاش شبانه

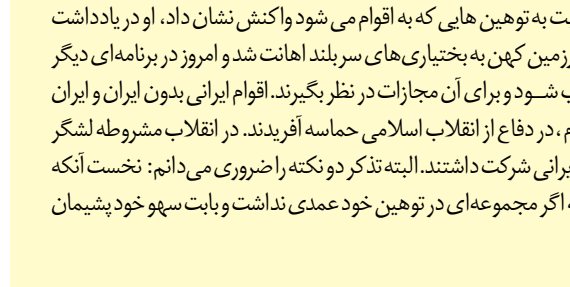


روزی، اورانیوم بیست درصد را تولید و نیاز کشور را برطرف کردند.

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای با تأکید بر اینکه سخت‌ترین مرحله غنی‌سازی اورانیوم، تا میزان بیست درصد است و دستیابی به غنی‌سازی بالاتر از آن تا نود و نه درصد براحتی امکان‌پذیر است، گفتند: علت دستپاچگی غربی‌ها در قضیه هسته‌ای، همین موضوع بود. البته اگر آنها همان موقع سوخت راکتور تهران را تحویل می‌دادند، ما به دنبال غنی‌سازی بیست درصد نمی‌رفتیم. ایشان در جمع بندی این بخش از سخنان خود خاطرنشان کردند: نیازسنجی علمی و سرمایه‌گذاری بروی دانش مورد نیاز کشور بسیار مهم است و باید همواره مدنظر قرار گیرد.

رهبر انقلاب اسلامی، «سرعت‌پیشرفت علمی» را برای جبران عقب‌ماندگی‌ها و همچنین استمرار حرکت علمی، بسیار ضروری و اساسی خواندند و گفتند: متأسفانه برخی که خود دانشگاهی هستند، در دانشگاه‌ها به دانشجویان می‌گویند که این پیشرفت‌های علمی دروغ است! اگر نادرست است، پس چرا مرکز تحقیقات رژیم صهیونیستی از پیشرفت علمی ایران ابراز نگرانی می‌کند؟ ایشان با اشاره به عقب‌ماندگی تاریخی علمی کشور، تأکید کردند: اگر سرعت پیشرفت علمی کشور کم شود، فاصله ما با حرکت علمی دنیا بیشتر خواهد شد، بنابراین باید سرعت پیشرفت خود را حفظ کنیم.

رهبر انقلاب اسلامی پژوهش محور شدن دانشگاه‌ها، اجرای دقیق نقشه جامع علمی کشور، توجه به کیفیت آموزش عالی و تعیین شاخص‌های دقیق و منطبق با واقعیات، و ارتباط دانشگاه با صنعت را مورد تأکید قرار دادند و گفتند: یکی از راه‌های ایجاد اشتغال برای دانش‌آموختگان دانشگاه‌ها، برقراری ارتباط میان صنعت و دانشگاه است که لازمه این موضوع هم، برنامه‌ریزی وزرای مربوطه و ایجاد همکاری جامع میان دانشگاه‌ها و صنعت در بخش‌های دولتی و غیردولتی است.



## مسئولین فرهنگی دانشگاه‌ها بفهمند چه می‌کنند؟

## برخی کار فرهنگی را با کنسرت و اردوهای مختلط اشتباه گرفته اند

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای به لزوم نقش آفرینی دانشگاهها در اقتصاد مقاومتی از طریق شرکت‌های دانش بنیان نیز اشاره و درخصوص اجرای سیاستهای اقتصاد مقاومتی، خاطرنشان کردند: درخصوص اجرای اقتصاد مقاومتی آن چیزی که باید اتفاق بیفتد هنوز اتفاق نیفتاده است و مسئولان دولتی تازه، گزارشی درباره برنامه‌های در نظر گرفته شده برای اجرای اقتصاد مقاومتی به من داده‌اند.

ایشان در ادامه به موضوع مسائل فرهنگی در دانشگاهها نیز اشاره کردند و با انتقاد از برخی اقدامات انجام گرفته، گفتند: برخی کار فرهنگی را با کنسرت و اردوهای مختلط اشتباه گرفته‌اند و برای توجیه کار غلط خود می‌گویند، دانشجویان باید شاد باشند!

رهبر انقلاب اسلامی افزودند: شاد بودن برای هر محیطی خوب است، اما به چه قیمتی؟ به قیمت برگزاری مراسم و اردوهای مختلط؟ مگر غربی‌ها از اختلاط چه بهره‌ای از جز جنایات کنونی جنسی برده‌اند که ما بدنبال پیروی از همان شیوه‌ها هستیم.

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای با تأکید بر اینکه کار فرهنگی ماهیت دیگری دارد، گفتند: مسئولین فرهنگی دانشگاهها بفهمند چه می‌کنند؟ کار فرهنگی

صحيح این است که انسان مؤمن، متخلق، انقلابی، معتقد به آرمانها، دوستدار کشور و نظام اسلامی و دارای بصیرت و عمق دینی و سیاسی تربیت شود.

ایشان بصیرت دینی و سیاسی را برای جوانان و جلوگیری از لغزشها بسیار مهم خواندند و خاطرنشان کردند: علت لغزش بسیاری از افراد در فتنه ۸۸، که انسانهای بدی هم نبودند، نداشتن بصیرت بود. هنگامی که طرف مقابل می‌گوید «انتخابات بهانه است و اصل نظام نشانه‌است»، فرد معتقد به نظام چه باید بکند؟ اگر بصیرت نباشد، وظیفه ی لحظه ی نیاز انجام نخواهد شد.

رهبر انقلاب اسلامی، ایجاد اعتماد به نفس و امید به آینده در میان جوانان را از دیگر کارهای فرهنگی لازم در دانشگاهها برشمردند و گفتند: در کشور نقاط امیدواری بسیار زیاد است که از جمله آنها ظرفیت‌های فراوان و موقعیت و اقتدار کنونی کشور است. حضرت آیت‌الله خامنه‌ای خود کم‌بینی را بزرگترین خطر خواندند و افزودند: خود کم‌بینی و دست کم گرفتن توانایی و قدرت ملت و کشور باعث می‌شود،

در شرایطی که همه به قدرت و نفوذ جمهوری اسلامی ایران در منطقه، ادعان دارند، فردی در داخل بگوید «ما کسی نیستیم و منزوی هستیم.» ایشان تربیت جوانان معتقد به استقلال فکری، سیاسی، فرهنگی و اقتصادی را از دیگر کارهای فرهنگی لازم در دانشگاهها دانستند و گفتند: خبرهایی که به من از برخی دانشگاهها می‌رسد و امیدوارم که درست نباشند، بر خلاف این موارد است بگونه‌ای که تشکل‌های مؤمن و انقلابی و خوش فکر راحت فشار قرار می‌دهند.

رهبر انقلاب اسلامی خطاب به مسئولان وزارت علوم و بهداشت و رؤسای دانشگاهها تأکید کردند: باید به جوانهای انقلابی و مؤمن، خوش‌روحیه، متدین و دارای عزت نفس میدان بدهید بگونه‌ای که فضا دست آنها باشد.

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای در جمع‌بندی سخنانشان، با اشاره به علاقه دیرین و فراوان خود به دانشگاه‌و جامعه‌دانشگاهی، خاطرنشان کردند: امروز دانشگاه‌و دانشجو آماج بزرگترین توطئه‌هاست و دشمنان کشور از حضور دانشگاهیان با روحیه انقلابی و تهاجمی در میدان و برهم زدن خط قرمزهای آنان و بالا بردن پرچم علم و پر رنگ کردن شعارهای انقلابی وحشت دارند و برای مقابله با این حرکت برنامه‌ریزی و هزینه‌های سنگینی می‌کنند.

ایشان به تغییر روشهای استعماری در دوره کنونی اشاره کردند و افزودند: سلطه‌گران اکنون به دنبال این هستند که تفکر عناصر فعال، هوشمند و نخبه یک کشور را به نحوی تغییر دهند که این عناصر، اهداف آنان را برآورده کنند.

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای همچنین با تأکید بر ضرورت ترویج ارزشها در محیطهای دانشگاهی، گفتند: باید به دغدغه دانشجویان ارزشی و انقلابی و همچنین هزاران نفر از اساتید مؤمن و انقلابی که امروز در دانشگاهها هستند، توجه کرد و از این اساتید قدردانی و قدرشناسی کرد.

واکنش روز

## گزارش «بی بی سی» تحریف آشکار تاریخ است



در پی طرح ادعای پیام محرمانه حضرت امام(ره) به جیمی کارتر، قائم‌مقام موسسه تنظیم و نشر آثار حضرت امام خمینی(ره) به این ادعاها پاسخ داد. حمید انصاری گفت: نوشته گزارش گونه‌های که در تاریخ‌های غیر قابل اعتماد بی‌بی‌سی با عنوان پیام محرمانه آیت‌الله خمینی به کارتر، به بهانه انتشار سندی از وزارت خارجه آمریکا منتشر شده‌است، در بردارنده توهین به امام خمینی، تحریف آشکار سخنی بسیار مهم از امام – که بیانگر روش همیشه ثابت حضرت امام در طول دوران مبارزه و انقلاب اسلامی در برابر آمریکاست – و همچنین حاوی چندین ادعای خلاف واقع و کذب پیرامون پیام حضرت امام به دولتمردان آمریکا و خلاف‌گویی در رابطه با برخی وقایع روزهای نخست پیروزی انقلاب و نسبت دروغ به شهید آیت‌الله دکتر بهشتی است. در این نوشته برای جذب مخاطب، انتشار مطالب امام را «جدید و کامل که پس از سی و چندسال منتشر می‌شود» معرفی کرده است. این سخن نیز خلاف واقع است. سخنان امام که موضوع گزارش بی‌بی‌سی است، حد اقل از دودهمه قبل به صورت کامل منتشر شده و در صحیفه امام هم سال‌ها قبل آمده است. در ادعای بی‌بی‌سی، سخنان امام «پیام امام به کارتر» معرفی شده که اصلاً واقعیت ندارد. امام هیچ‌گاه به کارتر پیام نفرستاده است، بلکه سخنان قاطع و متین همراه با هشدارهای جدی امام، پاسخ به درخواست‌های دولت کارتر بوده است. ضمن اینکه مطالبی که امام خمینی در این گفتار فرموده است، برخلاف ادعای القایی که در گزارش بی‌بی‌سی شده، جنبه محرمانه ندارد. عین و یا مضمون مطالب امام در این گفتار در سخنرانی‌ها و مصاحبه‌های همان روز و روزهای قبل و بعد از تاریخ این سخنان، بیان شده است. در گزارش این شبکه انگلیسی و نامود شده است که سخنان تند امام خمینی علیه آمریکا مربوط به سال ۵۸ و بعد از تسخیر لانه جاسوسی بوده ولی از آن وی در پی تماس با آمریکا بوده و سیاستی دیگر و دوگانه داشته است.



## گزارش آژانس درباره PMD اوایل آذرماه منتشر می‌شود

نماینده کشورمان در آژانس بین‌المللی انرژی اتمی گفت: پیش‌بینی می‌شود، گزارش آژانس درباره PMD اوایل آذرماه منتشر شود. رضاجفی سفیر و نماینده‌دام ایران در آژانس بین‌المللی انرژی اتمی در حاشیه نشست مشترک سفرای ایران در خارج از کشور با مسئولان سازمان انرژی اتمی در پاسخ به پرسشی درباره فرایند گزارش دهی آژانس برای بستن پرونده PMD گفت: طبق نقشه راه همکاری ایران و آژانس، اقدامات کامل را انجام دادیم و آژانس ۱۵ اکتبر بیانیه‌ای صادر و اعلام کرد که ایران همه اقدامات را انجام داده است.

وی افزود: از این مرحله به بعد آژانس شروع به نگارش گزارش برای ارزیابی نهایی خواهد کرد که البته ما جلسه‌ای به عنوان جلسه جمع‌بندی قبل از انتشار گزارش خواهیم داشت و پیش‌بینی می‌شود که گزارش آژانس اوایل آذر منتشر شود. نجفی در گفت‌وگو با خبرگزاری صدا و سیما اضافه کرد: در این جلسه آخرین نکات را با آژانس بررسی خواهیم کرد و گزارش باید زمینه‌رافراهم کند تا قطعنامه شورای ۵+۱ در جلسه فوق‌العاده شورای حکام در ۲۴ آذر ارائه شود.

نماینده کشورمان در آژانس بین‌المللی انرژی اتمی تأکید کرد: طبق برجام، این کشورها متعهد هستند که قطعنامه‌ای با هدف بستن موضوعات گذشته مربوط به PMD ارائه کنند. وی گفت: همانطور که در نامه رهبر معظم انقلاب ذکر شده، یکی از شروط اجرای اقدامات کشورمان به ویژه درباره راکتور اراک و تبادل سوخت، بسته شدن پرونده PMD است. نجفی افزود: این مرحله، مرحله مهمی است و پیش‌بینی می‌کنیم که گزارش آژانس ارائه و این پرونده بسته شود.



## تعبیر جمع آوری سانتر یفیوژها نادرست است

رئیس تیم کارشناسی مذاکره‌کننده هسته‌ای گفت: باز طراحی اراک پس از اجرای رسمی توافق آغاز خواهد شد و پیش از آن مقدمات از جمله خروج قلب راکتور صورت می‌گیرد.

حمید بعیدی نژاد، رئیس تیم کارشناسی مذاکره‌کننده هسته‌ای کشورمان، در بازدید از نمایشگاه در پاسخ به سوالی درباره سند باز طراحی اراک اظهار کرد: سندی که تهیه شده بر اساس یکی از بندهای برجام است که می‌گوید باید پس از تصویب برجام در روندهای داخلی کشورها و قبل از اجرای بازطراحی، سندی بین ایران و اعضای ۵+۱ تحت عنوان official document (سند رسمی) تهیه شود که در آن کشورهای ۵+۱ تعهد جدی خود و مسئولیت‌هایی را که در قبال مدرن‌سازی اراک دارند، قید کنند.

وی با اشاره به اینکه سندی نهایی شده است و در انتظار امضای آن هستیم اظهار کرد: انتخاب اصلی و مورد نظر ما این است که سند را وزیران امور خارجه امضا کنند اما اینکه چه فرصتی پیدا شود تا همه وزرا حضور داشته باشند هنوز مشخص نیست. ممکن است در حاشیه نشست وین برای سوریه که به هفته آینده موکول شده است در صورت حضور همه وزیران امور خارجه ۵+۱ این فرصت فراهم شود یا اینکه به زمان دیگری موکول خواهد شد.

وی در پاسخ به این سوال که بر این اساس باز طراحی اراک از چه زمانی آغاز خواهد شد؟ اظهار داشت: بازطراحی بعد از اجرای برجام شروع می‌شود و ما باید منتظر باشیم که موعد اجرای برجام فرا برسد. مقدمات در حال نهایی شدن هستند. تیم‌های کارشناسی به ویژه چینی‌ها در حال انجام اقدامات لازم هستند. هیات‌های چینی به ایران سفر می‌کنند، هیات‌های ایرانی به این کشور می‌روند و اقدامات کارشناسی انجام می‌شود که بعد از اجرای برجام وارد مرحله بازطراحی شویم.

وی در پاسخ به این سوال که آیا بازطراحی نیازمند مقدمات عملی نیز خواهد بود اظهار داشت: مقدمات عملی مورد نیاز این است که باید قلب راکتور تغییر کند و بر این اساس قلب قدیمی راکتور خارج می‌شود تا قلب جدید بعد از اجرا که وارد مراحل بازطراحی شدیم جایگزین شود.

وی تصریح کرد: قلب جدید باید ابتدا طراحی شود که این امر زمان‌بر است. در مرحله بعدی ساخته خواهد شد و بعد از آن در مرحله اجرانصب می‌شود. برای این اقدام باید کارهای عملیاتی انجام شود. قبل از اجرا فقط ما باید اطمینان پیدا کنیم که طرف مقابل به تعهدات و مسئولیت‌هایی که دارد پایبند خواهد بود تا بتوانیم به مرحله اجرا دست پیدا کنیم.

بعیدی نژاد همچنین درباره گزارش‌های منتشر شده درباره توقف جمع‌آوری سانتر یفیوژها گفت: تعبیری که تحت عنوان جمع‌آوری سانتر یفیوژها مطرح می‌شود تعبیر درستی نیست. سانتر یفیوژها قرار نیست جمع‌آوری شوند و آن تعدادی که در برجام بر آنها تأکید شده تحت مراقبت، نگهداری خواهند شد و چیزی تحت عنوان جمع‌آوری سانتر یفیوژها وجود ندارد.

## جبهه اصلاحات و هواداران دولت باید در یک جبهه قرار گیرند

رئیس شورای سیاست‌گذاری اصلاح طلبان گفت که اگر اصولگرایان و اعتدالیون در انتخابات آینده در یک جبهه واحد قرار گیرند می‌توانند اکثریت مجلس را به دست بیاورند. محمدرضا عارف در گفت‌وگویی اظهار کرد: ما از ابتدا که فعالیت‌های انتخاباتی را کلید زدیم بر این موضوع تأکید کردیم که جبهه اصلاحات و هواداران دولت باید در یک جبهه قرار گیرند به ویژه که ما در انتخابات سال ۹۲ نتیجه خوبی از این بابت گرفتیم و اکنون هم چاره‌ای نداریم جز اینکه با هم باشیم. وی افزود: توصیه ما به دوستان اعتدالیون این است که بپذیرند با هم باشیم و با یک لیست وارد شویم. قطعاً با دوستانمان در این جهت تعامل خواهیم کرد تا ان شاء الله به این هدف برسیم. این فعال سیاسی خاطرنشان کرد: پیش بینی ما این است که با هم باشیم؛ چرا که در این صورت می‌توانیم به راحتی اکثریت را در مجلس به دست آوریم و مجلسی روی کار می‌آید که می‌تواند به جد پشتیبان دولت در اجرا و پیشرفت برنامه‌هایش باشد. رئیس شورای سیاست‌گذاری اصلاح طلبان در پاسخ به سوالی درباره احتمال درخواست اصلاح طلبان از لاریجانی برای پذیرش ریاست مجلس در دوره آینده نیز گفت: موضوع ریاست مجلس بحث زود هنگامی است، اما قطعاً لیست اصلاحات شامل اصلاح طلبان خواهد بود و ان شاء الله اصولگرایان هم لیست خود را ارائه می‌کنند.



## تکذیب کاهش حضور سپاه در سوریه



جانشین فرمانده کل سپاه با بیان اینکه میزان حضور نیروهای سپاه در سوریه تغییر خاصی نکرده است، گفت: عملیات آزادسازی تا به نتیجه رسیدن ادامه پیدا می‌کند. سردار حسین سلامی جانشین فرمانده کل سپاه در پاسخ به سوالی مبنی بر اینکه آیا طی چند روز اخیر حضور نیروهای سپاه در سوریه کاهش یا افزایش یافته است، گفت: حضور سپاه در سوریه تغییر خاصی نکرده است. وی با اشاره به عملیات آزادسازی حلب اظهار داشت: این عملیات تا الان موفق بوده و انشاء الله ادامه پیدا خواهد کرد و موفقیت‌های بعدی هم به دست می‌آید. جانشین فرمانده کل سپاه در خصوص هدف از این عملیات گفت: هدف اصلی آزاد کردن ملت سوریه از چنگال تروریست‌هاست و این به هر شکل ادامه پیدا می‌کند تا به نتیجه درستی برسد.

## اصولگرایان به وحدت نمی‌رسند



دبیرکل جمعیت آبادگران جوان ایران اسلامی با بیان اینکه اصولگرایان در انتخابات آینده به وحدت نمی‌رسند گفت که در انتخابات مجلس آینده شانس پیروزی مستقل‌ها و معتدلیین بیشتر از باندهای اصولگرا و اصلاح طلب است.

حسن بیادی در گفتگو با خبرنگار ایسنا اظهار کرد: در حال حاضر احزاب اصولگرا به تقاهمی نرسیده‌اند البته گروه‌های خاصی که به صورت بانندی و جزیره‌ای در بین احزاب اصولگرا در حال فعالیت هستند اقدامات‌شان را انجام می‌دهند و احتمال رسیدن به تفاهم در بین آن‌ها وجود دارد. وی در ادامه با بیان اینکه اصولگرایان در انتخابات به وحدت نمی‌رسند گفت: ممکن است باندهای اصولگرا به وحدت برسند. یعنی چند حزب اصولگرا دور یکدیگر جمع شوند و بانندی را تشکیل دهند و بعد لیست واحد بدهند.

## مردم به افراطی‌ها رای نمی‌دهند



یک عضو فراکسیون رهروان ولایت مجلس شورای اسلامی گفت که حضور افراطیون در مجلس آینده از دو جناح چپ و راست به شکل حداقلی خواهد بود.

ایرج ندیمی اظهار کرد: معتقدم مردم در انتخابات آینده مجلس به افراطی‌های دو گروه رای نمی‌دهند؛ چرا که آراش را برای رشد و توسعه کشور لازم‌تر می‌بینند.

وی با اشاره به افزایش تحركات انتخاباتی گروه‌ها و احزاب سیاسی یادآور شد: چند مولفه می‌تواند مجلس بعد از تحت الشعاع قرار دهد؛ یکی قوه مجریه و کارکرد مسئولین، دیگری دیپلماسی خارجی، برجام و کاهش مخاطرات بین‌المللی که برای مردم قابل توجه است و دیگری معیشت، اشتغال و درآمد که می‌تواند در انتخابات مجلس آینده اثرگذار باشد.

# کاش همه مسئولان ما دیپلمات بودند!



اندازه کل کشورش اهمیت دارد. یک دیپلمات وقتی در یک سازمان بین‌المللی از مردم سرزمینش سخن می‌گوید باید درک و احساسی اصیل از مردم دورترین مناطق کشورش داشته باشد تا بتواند در مورد آن با دیگران حرف بزند و حق آنان بستاند. ای کاش همه مسئولان ایران جغرافیای کشور را می‌شناختند و وقتی در هیات دولت و یا در مجلس و یا در شورای معاونان وزارتخانه و یا سازمان‌شان، تصمیم می‌گیرند، متوجه باشند که برای که و برای چه تصمیم می‌گیرند!

به یک دیپلمات‌های می‌آموزند که روحیه کار جمعی را در خود تقویت کنند، بتوانند با دیگران کار کنند، بتوانند در یک گروه با رقیب منطقه‌ای و بین‌المللی اش با هدف واحد در مورد موضوعی خاص کار کنند، در قالب یک تیم بین‌المللی مسئولیت بپذیرد، در قالب تیم نقش به خود بگیرد. کاش همه مسئولان ایرانی می‌آموختند که با کار گروهی و مسئولیت‌پذیری در قالب تیم، می‌توانند خدمت بیشتری به این مردم و سرزمین کنند.

یک دیپلمات می‌آموزد که ساخت‌تحلیل و اجرا را از هم جدا کند؛ او می‌آموزد در حوزه تحلیل و کار کارشناسی باید تحلیل دقیق و شخصی خود را حتی اگر صد درجه با تحلیل مقام مافوقش تفاوت داشت، ارائه دهد و تحلیلش را باب میل مافوق تنظیم نکند؛ اما در ساخت اجرا یک دیپلمات مقید و محدود به دستور و مقام مافوق است، او به ما می‌آموخت که حتی اگر یک تصمیم غلط، خوب اجرا شود، بهتر از این است که یک تصمیم غلط، غلط هم اجرا شود. کاش همه مسئولان و سیاستمداران ما، مانند دیپلمات‌ها تفاوت این دو حوزه را می‌دانستند. چه اینکه اکنون خیلی از مسئولان ما تحلیل‌هایشان را بر اساس میل مافوق خود تنظیم می‌کنند و اتفاقاً در مقام اجرا هم بر خلاف میل مافوق عمل می‌کنند!

و یا واکنش. یک دیپلمات به دو کلمه ایران و ایرانیان تعهد تام دارد. هر کجانی از ایران و ایرانی باشد، یک دیپلمات باید حاضر باشد، رصد کند، مشاهده کند، مشارکت کند و هیچ‌گاه غائب نباشد وقتی از ایران و ایرانی سخن در میان است. کاش همه مسئولان دیپلمات بودند و همیشه حساس به کلمه ایران و ایرانیان بودند، به جای جناح و فرقه و باند.

یک دیپلمات‌یاد می‌گیرد که در کمین فرصت باشد تا از آنان نعمت بسازد برای مردمش. یک دیپلمات باید تهدید را بشناسد، پیش از آنکه تهدید به خطر منجر شود، آن را ببیند و حس کند و بشناسد و رفع تهدید کند! به دیپلمات می‌آموزند که کنش و واکنش او در بند لحظه‌ها است. او باید این الوقت باشد تا فرصتی از بین نرود و تهدیدی مردمش را تهدید کند. کاش همه مسئولان ما دیپلمات بودند، قدر فرصت‌ها را می‌دانستند و تهدیدها را از چهره این کشور می‌زدودند. یک دیپلمات می‌آموزد بر خود مسلط باشد و کنترل عواطف و احساساتش را در اختیار داشته باشد و در آوردگاه‌های حساس بین‌المللی، خشم و غرور و تعصبش را کنترل کند. هنگامی که از عصیان‌ت ندان هایش را بر هم فشار می‌دهد، خشم خود را فرونشاند تا لطمه‌ای به آنچه که بناسد برای مردم، منفعت نام گیرد، دست یابد. او می‌آموزد که خشم و نفرتین و عشق و عاطفه را به گونه‌ای مصرف کند؛ که بهره‌ای از آن عواطف دردی از مردمانش را در کارهای مهم دوا کند. کاش همه مسئولان ما دیپلمات بودند تا هنر تسلط بر خود را می‌آموختند! تا مهارت خندیدن و گریستن به خاطر منفعت مردم را یاد می‌گرفتند و برای تخلیه هیجان‌های نهفته خود، کشور و مردمش را دچار تشویش و تنش نمی‌کردند. یک دیپلمات باید جغرافیای سرزمینش را بشناسد، بداند که مرزهای کشورش به کجا ختم می‌شود، برای یک دیپلمات یک رودخانه کم اهمیت مرزی، به

این روزها که دولت و مخالفین از باب تحقیر، همدیگر را تحریم و تهدید و عموماً منفعت مردم و کشور را در این نزاع درونی قربانی می‌کنند، بد نیست از آنان خواست که برای مدت کوتاهی هم که شده «آیین دیپلمات بودن» بیاموزند تا به جای قربانی کردن منافع ملت، شکوفا کننده باشند. می‌رسید چرا آیین دیپلمات بودن بیاموزند؟

برای اینکه یک دیپلمات می‌آموزد که با محاسبه حرف اضافه حرف بزند، به او می‌آموزند که هر حرف او و هر کلامش بر منافع ملی مردمش و کشور مستقیماً تأثیر می‌گذارد. دیپلمات باید بیاموزد که چه بگوید و چه نگوید. کجا بگوید و کجا نگوید؛ کم بگوید یا زیاد و... کاش همه مسئولان دیپلمات بودند تا با محاسبه حرف اضافه سخن بگویند. کاش می‌دانستند که سخنان و عبارات آنان، مستقیماً بر منافع مردم کشورشان تأثیر می‌گذارد. کاش می‌دانستند که نزاع‌های بی‌حاصل آنان کاهنده منفعت مردم است.

به یک دیپلمات می‌آموزند که به نفع مردم کشورش و برای ملتش در محیط بین الملل، اجماع‌سازی کند؛ به او آموزش می‌دهند که زبان و فرهنگ دیگران را بیاموزد تا بتواند با آنان تعامل کند و قادر باشد آنان را قانع کند به انجام آنچه برای ملتش لازم و مفید است. یک دیپلمات اگر نتواند با دیگران صحبت کند، اگر نتواند حرف‌های آنان را گوش کند و اگر نتواند با استدلال و منطق، دیگران را به نفع منافع مردمش، قانع کند، دیگر دیپلمات نیست. کاش مسئولان هم دیپلمات بودند و می‌آموختند که باید با زبان مردم یا آنان سخن بگویند، می‌آموختند که گاهی به جای ابلاغ، باید با آنان صحبت کرد؛ گاهی به حرفشان گوش کرد و... کاش مسئولان همه دیپلمات بودند!

به یک دیپلمات می‌آموزند به دو کلمه حساس باشد و همیشه آماده برای کنش

سایت نگار

افکار خیر نوشت: «مشکلات را با وصله پینه نمی‌توان حل کرد»

اسید محمد غرضی وزیر اسبق نفت معتقد است که بسته دولت برای تحریک بخش تقاضا و خروج از رکود، نوعی وصله پینه مشکلات اقتصادی است و راه به جایی نمی‌برد.

شغاف نوشت: «پسران مجرد هم روز به روز بیشتر می‌شوند»

آردواج یا تجرد؟ اشتغال یا بی‌کاری؟ دو پار جدانشدنی که همیشه شانه به شانه هم قدم برمی‌دارند و اگر یکی از این دو نباشد دیگری را به تعویق می‌اندازد. دو شاخصه‌ای که هیچ‌گاه بر دیگری اولیت نخواهند داشت

پویش نوشت: «رسانه حق ندارد به هیچ قومیتی توهین کند»

مسعود پز بشکیان گفت: رسانه ملی حق ندارد به هیچ‌کس به هیچ فرد به هیچ قومیتی به بهانه خندان دیگران توهین کند، اصل اقبال قبول نیست چه ترک باشد چه کرد باشد چه لر باشد اصلاً مسخره است.

جماران نوشت: از مفاهیم اساسی برای مسائل بانندی استفاده نکنیم

انصاری معاون پارلمانی رئیس جمهور گفت: باید مراقب باشیم تا موضوعاتی از قبیل «نفوذ» که از سوی مقام معظم رهبری مطرح می‌شود در همان مفهوم واقعی خودش به جامعه منتقل شود و فراتر از آن تا جایی پیش نرود که از مفاهیم اساسی نظام برای مسائل حزبی و بانندی استفاده کنیم.

عکس روز



تشییع پیکر مدافع حرم شهید محمد طحان در سمنان



## بین الملل

## نابناک

### عربستان به سوی کودتای داخلی پیش می‌رود؟

نشریه آمریکایی « کریستین ساینس مانیتور » می نویسد بدتر شدن وضعیت سلامت پادشاه سعودی طی یک سال اخیر، به منازعه قدرت شدیدی در عربستان دامن زده که افرادی را از نسل ها و رویکردهای سیاسی مختلف در این کشور، درگیر خود کرده است. منابع آگاه می‌گوینددر غیبت سلمان، شاهزاده محمد بن نایف مسئولیت امنیت داخلی را بر عهده داشته و محمد بن سلمان، قائم مقام ولیعهد و پسر پادشاه، به رتق و فتق امور مر بوط به روابط خارجی، اقتصاد و مسائل دفاعی مشغول بوده است. با این وجود، با توجه به دسترسی محمد بن سلمان به مشاوران پدرش و همچنین نقش وی در جنگ یمن، این شاهزاده جوان مسئولیت بیشتری را بر عهده گرفته و عملاً در نقش رئیس موقت دولت ظاهر می شود. البته منازعه بر سر حکومت بر عربستان را نمی‌توان در یک جدال دو نفره خلاصه کرد. در داخل خاندان آل سعود یک منازعه گسترده‌تر میان اصلاح‌طلبان و محافظه‌کاران در جریان است. اصلاح‌طلبان حاضر در خاندان سلطنتی، به سرعت به مخالفت با سلمان برخاستند؛ زیرا وی مایل به کاستن از شدت سرکوب شیعیان عربستان نیست و حاضر به بازنگری در حکم اعدام شیخ نمر، روحانی سرشناس شیعه عربستانی و علی النمر، برادرزاده وی نیز نمی‌باشد. پادشاه همچنین از آزادی ده‌ها تن از زندانیان سیاسی نیز خودداری کرده است. گزینه این گروه برای پادشاهی، احمد بن عبدالعزیز است. در مقابل، نامی که از سوی محافظه‌کاران مطرح می‌شود، مقرن بن عبدالعزیز، رئیس سابق سرویس اطلاعاتی عربستان سعودی است. در ماه آوریل، وی توسط سلمان از سمت ولیعهدی کنار گذاشته شد.

# داعش، گامی دیگر به عقب

### موفقیت ارتش سوریه در شکستن محاصره فرودگاه استراتژیک کویرس



پیشروی‌های ارتش سوریه که از چند هفته پیش وبه موازات توسعه عملیات هوایی روسیه در این کشور آغاز شده، همچنان ادامه دارد و اکنون در حال گسترش یافتن به مجموعه‌ای از اهداف استراتژیک است که شاید تا همین چندی پیش، موفقیت ارتش در آن‌ها امری بسیار بعید به نظر می‌رسید. در یکی از تازه‌ترین و مهمترین تحولات، ارتش سوریه روز گذشته توانست محاصره فرودگاه نظامی « کویرس » در شرق حلب را در هم بشکند. به این ترتیب، اکنون گروه‌های تروریستی یکی از غنایم استراتژیک مهم خود را از دست داده‌اندو همین امر، زمینه را برای ادامه پیشروی ارتش سوریه به سمت حلب و آزادسازی کامل این شهر هموارتر می‌کند. این در حالی است که در عرصه دیپلماتیک نیز قرار است طی روزهای آتی نشست جدیدی در باره حل و فصل سیاسی بحران سوریه با مشارکت شماری از کشورها برگزار شود.
اواخر وقت روز گذشته، خبرگزاری فرانسه در گزارش‌های خود از سوریه اعلام کرد اعلام کرد ارتش و نیروهای مردمی سوریه در عملیات خود، محاصره سه ساله پایگاه هوایی کویرس در شرق شهر حلب واقع در شمال این کشور را شکستند. در این عملیات نیروهای مسلح سوریه که همراه با درگیری شدید در اطراف این پایگاه نظامی با تروریست‌ها رخ داد، شمار زیادی از تروریست‌های داعش کشته شدند. همزمان، خبرگزاری رویترز نیز به نقل از دیدهبان حقوق بشر سوریه، هدف عملیات ارتش سوریه با همکاری نیروهای مردمی را تأمین امنیت فرودگاه نظامی کویرس یا دانشکده هوایی به عنوان بزرگترین پایگاه هوایی ارتش سوریه و پاکسازی مناطق اطراف آن دانست. این گروه ناظر بر اوضاع سوریه، قبلاً اعلام کرده بود، نیروهای ارتش این کشور پس از درگیری‌های شدید با تروریست‌ها، به نزدیکی دیوارهای پایگاه کویرس رسیده‌اند.

فرودگاه کویرس یا دانشکده هوایی که بزرگترین پایگاه هوایی ارتش سوریه در شمال این کشور و مرکز آموزش خلبانان سوری است، در جنگ سال ۱۹۶۷ با رژیم اسرائیل نقشی مهم و فعال داشت. کویرس علاوه بر این که آشیانه هواپیماهای جنگی ارتش سوریه است، در برگیرنده سه مرکز آموزشی خلبانان نیروهای هوایی و دریایی و همافران و تکنیسین‌های

#### رصدخانه



ریزش زمین در پارکینگ یک رستوران در آمریکا. تلاش ماموران نجات برای پیدا کردن قربانیان شکسته شدن سد در برزیل.



خورشید از پشت چرخ و فلکی در کورلا در منطقه خودمختار اویغور در استان شین جیانگ چین طلوع می کند.



مراسم تشییع جنازه هفت نفر از مردم هزاره (افغانستان) که توسط داعش سر بریده شده بودند در کابل برگزار شد.

**العهد**  


### تعیین رئیس‌جمهور لبنان باز هم به تعویق افتاد

رئیس مجلس لبنان بار دیگر نشست پارلمان این کشور برای انتخاب رئیس‌جمهور را در سایه اختلافات گروه‌های داخلی لبنان به تعویق انداخت. نیه‌به نشست پارلمان لبنان برای انتخاب رئیس‌جمهور را به روز چهارشنبه، دوم دسامبر موکول کرد. اختلافات بین نیه‌به بری و میشل عون، رئیس جریان آزادملی و تلاش حزب‌الله برای میانجگری در این رابطه، عامل اصلی تعویق این نشست بوده است. بری خواستار برگزاری نشست پارلمان در زمان مقرر خود در روزهای چهارشنبه و پنج شنبه بوده و عون می‌گوید در صورت عدم حضور بند مربوط به بررسی قانون انتخابات، در نشست این هفته حاضر نخواهد شد.

**REUTERS**  


### انتقاد جمهوری خواهان از مواضع ترامپ در باره سوریه

نامزدهای حزب جمهوری خواه آمریکا در انتخابات مقدماتی این حزب، شب گذشته در چهارمین مناظره تلویزیونی خود به مواضع دونالد ترامپ در قبال مناقشه سوریه و همچنین دیدگاه‌هایش درباره ولادیمیر پوتین، رئیس‌جمهور روسیه حمله کردندو مواضع رقیب هم‌حزب خود را در این موارد، غیرواقع‌بینانه دانستند. دونالد ترامپ به علت این که هنوز دیدگاه‌ها و مواضع خود را در مسائل مهم بین‌المللی به روشنی بیان نکرده، بارها هدف انتقاد رقبای هم‌حزبی خود قرار گرفته است. ترامپ از مداخله نظامی روسیه بر علیه گروه تروریستی داعش در سوریه استقبال می‌کند.

**the guardian**  


### طرح جدید آمریکا برای اشاعه تسلیحات هسته‌ای

آمریکا قصد دارد بمب‌های هسته‌ای «بی‌۱۶» خود را توسعه دهد که این مسئله مورد انتقاد مخالفان اشاعه تسلیحات هسته‌ای است. مخالفان این طرح، ارتقای این بمب‌ها را در واقع ساخت تسلیحات تازه هسته‌ای می‌دانند. منتقدان، به شدت از صرف هزینه هنگفت برای بمب هسته‌ای «بی‌۱۶» آمریکا انتقاد کرده‌اند. این بمب، قدیمی و یک سلاح کشنده است که در حال حاضر، هیچ نقشی در دکترین هسته‌ای ناتو یا آمریکا ندارد. با این وجود ارتقای این بمب هسته‌ای در نتیجه لابی آزمایشگاه‌های تسلیحات هسته‌ای آغاز شده است.

**HAARETZ**  


### در خواست نتانیاھو برای اشغال کامل « جولان »

بنیامین نتانیاھو خواستار الحاق رسمی منطقه جولان به سرزمین‌های اشغالی شده است. نتانیاھو در دیدار روز دوشنبه خود با باراک اوباما اشاره کرده که مایل است موضع واشنگتن را در خصوص تصمیم رژیم اسرائیل منی بر الحاق بلندی‌های جولان، بشنود؛ اقدامی که هرگز از سوی جامعه بین‌المللی به رسمیت شناخته نشده است. نتانیاھو گفته که تردید دارد سوریه دوباره متحد و یکپارچه شود و تحت یک حکومت واحد قدرتمند قرار گیرد.





## طرح کامل شبکه ملی اطلاعات آماده است

رئیس سازمان فناوری اطلاعات صبح دیروز در حاشیه بازدید از نمایشگاه مطبوعات و گفت‌وگو با رسانه‌های مختلف گفت: همچنین تهیه طرح‌های تفصیلی شبکه ملی اطلاعات برای تغییر، بهبود و ارتقای این موضوع مهم در حال انجام است. نصرالله جهانگرد از ایجاد کارگروه‌ی با حضور وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات به‌همراه معاونان، پیمانکاران و اپراتورها خبر داد و گفت: تصمیم‌گیری‌های لازم برای این موضوع در این کارگروه انجام می‌شود و مراحل اجرایی آن نیز به‌اجرا درمی‌آید.

جهانگرد در بیان اینکه بخش‌های مهمی از حوزه زیرساختی این شبکه انجام شده‌یاد در حال انجام است، گفت: شبکه‌های دسترسی به تدریج در حال افزایش یا بهبود هستند. وی افزود: در شرایط کنونی ظرفیت تعداد زیادی از شبکه‌های فرعی مهم مانند بانک، سلامت، پست الکترونیکی و کتابخانه‌ها محدود است که امیدواریم با سرمایه‌گذاری‌های جدید ظرفیت این مجموعه‌ها برای مبادله اطلاعات بیشتر شود و توان تراکنش‌ها بهبود یابد. جهانگرد گفت: فعالیت‌های مربوط به طراحی شبکه ملی اطلاعات با مشارکت نخبگان دانشگاهی و صنعتی براساس چهارچوب‌هایی که شورای عالی مجازی تعیین کرد، آغاز شد. رئیس سازمان فناوری اطلاعات ادامه داد: گزارش پیشرفت شبکه ملی اطلاعات با نظارت مرکز ملی در حال تدوین است و در آینده نزدیک به شورای فضای مجازی ارائه خواهد شد. معاون وزیر ارتباطات افزود: چون مجبوریم زیرساخت‌ها را تامین کنیم اقدامات فنی برای تقویت استقلال شبکه نیز صورت گرفته است. گروه‌های طراحی در حال حاضر با کمک اپراتورها بخش‌های پایین دستی را طراحی جزئی‌تر می‌کنند تا سرمایه‌گذاری‌ها متناسب با آن انجام شود. جهانگرد گفت: همچنین با هماهنگی مجموعه‌های دولت درصدد هستیم تا تسهیلات خدمات به صورت یکپارچه در اختیار مردم قرار گیرد. وی تاکید کرد: این اقدام به‌زودی با نصب پورتال رسمی دولت الکترونیکی اجرایی و به تدریج کامل خواهد شد.

جهانگرد به انتخاب اعضای دومین دوره شورای عالی فضای مجازی اشاره کرد و گفت: باتدبیر حکیمانه رهبر معظم انقلاب و حکم بسیار دقیق رهبری برای اعضای این شورا، راهکارهای اجرایی به خوبی روشن شده و گام‌های فنی در حال برداشته شدن است. وی اظهار امیدواری کرد: اعضای جدید با اتخاذ راهکارهای مناسب بتوانند موضوعات این حوزه را به سمت اجرایی شدن، پیش ببرند و این مجموعه نیز از حمایت‌های شورای عالی فضای مجازی برخوردار شود. معاون وزیر ارتباطات همچنین از کاربران ایرانی خواست تا با استفاده از موتورهای جست‌وجوگر ملی باعث افزایش کاربرد آن‌ها شوند.

جهانگرد گفت: برای داشتن شبکه ملی اطلاعات باید ابزارهایی تولید کنیم که به‌کمک کنند تا در اندازه‌های ملی مستقل باشیم. وی افزود: موتور جست‌وجوگر، ایمیل و شبکه‌های اجتماعی از ابزارهای یک شبکه مستقل است اما از لحاظ کاربرد، ظرفیت، توانایی، شرایط بازار و رقبا نیز در آن اثرگذار است. وی اضافه کرد: بنابراین پیشنهاد ما به کاربران ایرانی این است حتما مرورگر و موتورهای جست‌وجوگر ایرانی را در صفحه اول خود قرار دهند و جست‌وجوهای خود را ابتدا با این ابزار انجام دهند زیرا این جست‌وجوها به موتورهای جست‌وجوگر آموزش می‌دهد و باعث جمع‌آوری داده می‌شود بنابراین همان‌طور که با جست‌وجو از طریق گوگل باعث تقویت آن می‌شویم با حمایت ملی از این موتورها نیز می‌توانیم باعث تقویت آن‌ها شویم.

### پروژه محرمانه مایکروسافت برای تولید سیستم عامل جدید

این پروژه روی صفحه شخصی خود در شبکه اجتماعی لینکدین این خبر را تایید کرد.

او خود را به عنوان یک از بنیانگذاران، معماران و مدیر مرکز انکوباتور سیستم عامل جدید مایکروسافت معرفی کرد. البته

پروفایل شخصی بروم اعلام می‌کند که او از سال ۲۰۰۵ در شرکت مایکروسافت مشغول به کار بوده و در سال ۲۰۱۵ هم به شرکت گوگل پیوسته است. «جو دوفی» از مدیران توسعه نرم‌افزار و زبان‌های برنامه‌نویسی در گروه Midori چندی پیش توضیح داد این گروه برنامه‌ریزی کرده است تا در آینده نزدیک ده‌ها مطلب وبلاگی در مورد پروژه Midori را منتشر کند.
نخستین مطلب در این باره روز گذشته منتشر شد و قرار است مایکروسافت در آینده نزدیک برنامه‌های دقیق خود را در این زمینه منتشر کند.



حدود یک سال قبل خبری منتشر شد که در آن پروژه جدید مایکروسافت موسوم به Midori را معرفی کردند و منابع آگاه گفتند در این پروژه سیستم عامل جدید در شرکت مایکروسافت ساخته می‌شود. این روزها خبرهای جدید

در این زمینه به گوش می‌رسد و سری مطالبی که روی وبلاگ‌های رسمی منتشر شده حاکی از آن است که گروه Midori به مدت بیش از ۱۰ سال روی این پروژه کار کرده‌اند.

منابع آگاه هم‌اکنون گزارش دادند گروه Midori به جز تولید سیستم عامل محصولات دیگری را هم توسعه می‌دهد که از جمله آنها می‌توان به مرورگر اینترنتی جدید، ابزارهای مرتبط و … اشاره کرد. در حال حاضر بیش از ۱۰۰ کارشناس در گروه Midori مایکروسافت مشغول به کار هستند. «کریس بروم» یکی از اعضای

### آسیب پذیری اپلیکشن های iOS بیشتر از اندروید است

بوده است. در این گزارش آمار و ارقام دقیقی ارائه نشده، اما به این موضوع اشاره شده که اپلیکشن های موبایل به طور متوسط ۹ آسیب‌پذیری دارند و اپلیکشن های iOS آسیب‌پذیری بیشتری نسبت به اپ‌های اندرویدی داشته‌اند.



شایع‌ترین آسیب‌پذیری‌ها، فاش شدن اطلاعات شخصی بوده که رقم آن ۲۷ درصد اعلام شده است. در رتبه بعدی، تصدیق ID و مشکلات مجوز اپلیکشن‌ها با ۲۳ درصد از کل حفره‌های امنیتی است. بسیاری آسیب‌پذیری‌های دیگر مثل ضعف‌های رمزنگاری، فاش شدن اطلاعات فنی و لاگ‌ها نیز سهم بالایی را به خود اختصاص داده‌اند.
باتوجه به این که این گزارش‌ها از سوی کمپانی‌های معتبری ارائه شده‌اند می‌توان تاحدی به نتایج آنها اعتماد کرد، اما اگر این گزارش حاوی جزئیات بیشتری بود، می‌شد در این باره قضاوت بهتری داشت.

## تلگرام جان سالم به در میرد؟

موج دوم اخبار و احتمالاً در رابطه با فیلتر شدن پیام رسان محبوب



# ACCESS DENIED?!

تلگرام این هفته برگزار نمی‌شود اما به هر ترتیب موضوع تلگرام در دستور کار جلسه آینده این کارگروه قرار دارد.

خرم آبادی در مورد پاسخ مثبت تلگرام به درخواست ایران برای مسدودکردن صفحات غیراخلاقی، تاکید کرد: پنج درصد از کانال‌های فیلترشده از قبل هم فیلتر بوده و این موضوع ربطی به درخواست وزارت ارتباطات از مدیران این شبکه ندارد. ظاهراً پاول دوروف، مدیر تلگرام اعلام کرده که در اجرای سیاست‌های داخلی تلگرام، کانال‌های مستهجن را فیلتر می‌کند که منظور وی صرفاً کانال‌های عمومی مستهجن بوده است. دوروف تاکید کرده بود که مسدودسازی این موارد ربطی به درخواست ایران ندارد.

به گفته‌ی دبیر کارگروه تعیین مصادیق محتوای مجرمانه اینترنتی، متأسفانه هم اکنون افرادی که پیش از این کانال‌های عمومی مستهجن و مبتذل درست کرده بودند برای فرار از مسدود شدن، نوع کانال خود را از عمومی به خصوصی تغییر داده‌اند اما در میزان و نوع محتوای مستهجن و تعداد کاربران‌شان و نیز دسترسی به این کانال‌ها، هیچ محدودیتی ایجاد نشده است. در این کانال‌ها تنها تهدید محدودیت این است که تعداد اعضای کانال

به کاربر عضو اعلام نمی‌شود. به گفته‌ی خرم آبادی، حتی بسیاری از کانال‌های مستهجن و غیراخلاقی بعد از مسدود شدن، عنوان خود

طی دو هفته گذشته موضوع فیلتر شدن تلگرام از سوی کمیته تعیین مصادیق محتوای مجرمانه به یکی از مهمترین مباحث رسانه‌ای تبدیل شد. پیام رسان محبوب ایرانی‌های هرچند با کمی اقبال و خوش شانسى از آخرین تشکیل جلسه این گروه جان سالم به در برد، اما گویا مجدد اخبار حاکی از آن است که خطر فیلترینگ آن همچنان بالا است.

بعد از آنکه «پاول دوروف» بنیانگذار روسی تلگرام چندى پیش با انتشار متنى در کانال شخصی خود اذعان کرد که تصور وی در مورد مسدود شدن تلگرام در ایران «عجولانه و پیش از موعد» بوده است، و به شکلی تقریباً رسمی بابت این تصور خود غذرخواهی نیز کرد، به نظر می‌رسید که ماجرای فیلتر شدن تلگرام حداقل تا مدت زمانى نامعلوم به تعویق افتاده است. دوروف اشاره کرده بود که کانال‌ها و ربات‌های غیر اخلاقی در تلگرام پیش از این نیز مسدود شده‌اند و نگرانی مقامات ایرانی در این رابطه کاملاً بی‌مورد است. اما گویا ماجرا اینبار به گونه‌ای دیگر رقم می‌خورد. به گفته‌ی دبیر کارگروه کمیته تعیین مصادیق محتوای مجرمانه اینترنتی، ۹۵ درصد کانال‌های غیراخلاقی شبکه پیام رسان تلگرام باز است و موضوع مسدودسازی این شبکه اجتماعی همچنان در دستور کار کمیته تعیین مصادیق قرار دارد. بر اساس گفته‌های عبدالصمد خرم آبادی، اگرچه جلسه تصمیم‌گیری درباره‌ی فیلترینگ

نمی‌شود تاکید کرد: این شبکه علاوه بر انتشار محتوای غیر اخلاقی، دارای کانال‌ها و گروه‌هایی است که علیه امنیت کشور، مقدسات اسلامی و فرهنگ و هویت ملی مردم ایران اقدام به انتشار محتوای مجرمانه می‌کنند و کارگروه با درنظر گرفتن همه ابعاد، این موضوع را مورد بررسی قرار داده و تصمیم مقتضی را اتخاذ خواهد کرد.

حال آنگونه که مشخص است نه اظهارات دوروف و نه اخبار و واکنش‌های رسانه‌ای و افکار عمومی در مورد فیلترینگ تلگرام نتوانسته است خطر مسدود شدن این شبکه پیام‌رسان محبوب در ایران را رفع کند. کمیته تعیین مصادیق محتوی مجرمانه همچنان به دلیل وجود کانال‌ها و ربات‌های غیر اخلاقی در تلگرام به دنبال تعیین تکلیف نهایی این شبکه است و آنگونه که مشخص شده، فیلترینگ و ایجاد مسدودیت، اولین گزینه انتخابی اعضای این کارگروه است.

این در حالی است که هم اکنون و بعد از گذشت تقریباً یک ماه از راه اندازی امکان جدید در این شبکه، یعنی کانال، تلگرام به یکی از منابع اصلی اطلاع‌رسانی و خبر پراکنی در ایران تبدیل شده است و هم اکنون تقریباً همه رسانه‌های معتبر داخلی اعم از وب‌سایت‌ها و خبرگذاری‌ها باره اندازی کانال ویژه خود در این پیام‌رسان، از قابلیت جدید نهایت استفاده را میکنند.

### نوت‌بوک ایسوس مخصوص کاربران ایرانی



گرافیکی پرقدرت NVidia GTX 950M مجهز به ۴ گیگابایت حافظه مستقل گرافیکی است که معمولاً در دستگاه‌های مخصوص بازی این موضوع یافت می‌شود. این کارت

گرافیک از Direct X 11 پشتیبانی می‌کند که به معنای پشتیبانی از جدیدترین بازی‌های کامپیوتر است. نوت‌بوک مدل ۷۵۰۲ مجهز به سیستم خنک‌کننده پیشرفته‌ای متشکل از لوله‌های حرارتی مسی و دو فن است که این موضوع منجر به کاهش تولید صدایمی‌شود.

کمپانی تایوانی ایسوس برای کاربران ایرانی یک سری ویژه معرفی کرده است. مدل ۷۵۰۲ از سری نوت‌بوک‌های این شرکت مطابق با سلیقه کاربران ایرانی طراحی شده است.

وزن کم، مشخصات قوی و بدنه فلزی از ویژگی‌های اصلی این مدل است. بدنه این مدل تمام از جنس فلز است. این دستگاه ۲۱/۷ میلیمتر ضخامت و ۲ کیلوگرم وزن دارد که به‌همراه دوپردازنده‌نسل جدید اینتل عرضه شده است. این دستگاه مجهز به پردازنده

### اضافه شدن امکان مسیر یابی آفلاین به نقشه گوگل



بزودی شاهد عرضه‌ی آن برای سیستم عامل iOS نیز خواهیم بود. ویژگی جدید به شما اجازه می‌دهد تا نقشه‌ی ذخیره شده را جستجو کرده و مسیر خود را برای رسیدن به محل

مورد نظر، بدون نیاز به اتصال به اینترنت بیابید. در استفاده از این ویژگی امکان اطلاع از اوضاع ترافیکی مسیر به صورت لحظه‌ای وجود نخواهد داشت اما این اطلاعات به محض اتصال به اینترنت بروزرسانی خواهند شد.

گوگل شش ماه قبل در زمان برگزاری کنفرانس توسعه دهندگان خود اعلام کرد که امکان مسیریابی و جستجوی آفلاین را به سرویس گوگل میز اضافه خواهد کرد.

حالا این شرکت به وعده‌ی خود عمل کرده و پس از ۶ ماه این ویژگی را از امروز به صورت رسمی عرضه خواهد کرد. این قابلیت به گونه‌ای طراحی شده تا به خوبی در کنار نسخه‌ی آنلاین گوگل میز، عمل کند. ویژگی مذکور از امروز برای اندروید عرضه شده و

رصدخانه

### نخستین لپ تاپ چندمنظوره مقاوم دنیا



گیگابایت رم را در خود جای داده و به انتخاب خریدار از سیستم عامل ویندوز ۱۰ پرو یا ویندوز ۷ پروفشنال بهره خواهد برد. براساس اعلام شرکت سازنده، Tough-Book 20 شش حالت

مختلف برای استفاده دارد که عبارتند از قالب معمولی لپ تابی، تبلت، مد تاشو (که در آن کیبورد به سمت عقب نمایشگر تا می‌شود)، وضعیت کیفی (دستگاه دارای دسته برای حمل است)، مد قابل تبدیل و در نهایت حالت خودرو.

پاناسونیک برای آن دسته از کاربرانش که انتظاراتی فراتر از حد معمول از لپ تاپ خود دارند، دستگاهی به‌نام Toughbook 20 را معرفی کرده‌است که کیبورد و نمایشگر آن قابلیت جدا

شدن از یکدیگر را دارند. این محصول که برای استفاده در محیط‌های خشن طراحی شده وزنی در حدود ۱/۷۶ کیلوگرم دارد و شاید ظاهر چندان جذابی نداشته باشد اما امکانات خوبی نظیر نسل ششم پردازنده Core vPro اینتل، اس اس دی با ظرفیت ۱۲۸ گیگابایت و هشت



## چه کنیم تا دچار افزایش چربی خون نشویم؟

ایسنا- شیمافا، کارشناس تغذیه گفت: گاهی مقدار چربی خون، بیش از حد طبیعی است، این مسأله می‌تواند سطح کلسترول را در خون ما بالا ببرد و این موضوع هم می‌تواند خطر بیماری قلبی، حمله قلبی یا سکته مغزی را در ما افزایش دهد، زیرا چربی به دیواره‌های عروق خونی می‌چسبد و جریان خون را کند می‌کند.

هیچ فردی از رسوب رگه‌های چربی در سرخرگ‌ها که به تدریج تبدیل به پلاک‌های رشته‌ای می‌شوند در امان نیست و از عوامل اصلی خطر ساز آن می‌توان به اختلالات چربی خون، دیابت، پرفشاری خون، بی‌تحرکی، چاقی و مصرف دخانیات اشاره کرد. کلسترول به طور عمده از طریق غذایی که می‌خوریم مانند، گوشت قرمز، شیر، پنیر، بستنی، یا بعضی از روغن‌های غذایی و یا کره و زرده تخم مرغ وارد بدن ما می‌شود.

این کارشناس تغذیه با اشاره به اینکه وجود چربی‌ها به اندازه کافی و طبیعی، نه تنها مشکلی برای سلامت فرد ایجاد نمی‌کند که حتی ضروری است، اضافه کرد: همان گونه که رژیم غذایی نامناسب، در افزایش چربی خون تأثیرگذار است، رژیم غذایی سالم می‌تواند در کاهش چربی و پیشگیری از بروز این مشکل، مؤثر باشد. وی افزود: پیشگیری از این بیماری‌ها باید هر چه سریع‌تر از اوایل عمر آغاز شود و عادت دادن کودکان و نوجوانان به اصول تغذیه سالم می‌تواند تا حد زیادی به این موضوع کمک کند. بیماری‌های قلبی عروقی، بیشتر به علت بالا رفتن میزان کلسترول به وجود می‌آید و یک رژیم غذایی متعادل، در پیشگیری و درمان بیماری‌های قلبی - عروقی، مفید واقع می‌شود. با کاهش هر یک درصد از سطح کلسترول خون، دو درصد از میزان بروز بیماری‌های قلبی عروقی کم می‌شود.

وی با بیان اینکه هر چند دریافت کلسترول زیاد از طریق رژیم غذایی موجب افزایش کلسترول بد (LDL) می‌شود، ولی با این حال، تأثیر منفی آن کمتر از اسیدهای چرب اشباع است؛ افزود: بیشتر مواد غذایی حاوی چربی‌های اشباع به ویژه چربی‌های حیوانی و جامد، منبع غنی از کلسترول بوده و محدودیت مصرف آن‌ها به کاهش کلسترول دریافتی منجر می‌شود.

سیگار در بروز بیماری‌های قلبی - عروقی ثابت شده است و سیگار علت بسیاری از مرگ و میرها است. زنانی که سیگار می‌کشند و قرص‌های ضد بارداری مصرف می‌کنند ۱۰ برابر سایر زنان در معرض خطر بیماری‌های قلبی - عروقی هستند.

راهکارهای کنترل آن داشتن رژیم غذایی غنی از سبزی و میوه، مصرف ماهی، محدود کردن دریافت چربی‌های اشباع به کمتر از ۷ درصد انرژی و چربی‌های ترانس به کمتر از یک درصد انرژی و کلسترول به کمتر از ۳۰۰ میلی‌گرم در روز از طریق انتخاب درست، انتخاب محصولات لبنی بدون چربی و یا یک درصد چربی، به حداقل رساندن دریافت چربی‌های هیدروژنه و تهیه کردن غذاها در حد امکان به صورت کباب‌پز یا بخارپز و اجتناب از سرخ کردن زیاد مواد غذایی است.

## خواص سرکه شیره از منظر طب سنتی

محصولاتی مانند کشمش، آلو، مویز، میوه‌های خشک‌شده موادی شیمیایی مانند تیزاب و یا دود گوگرد می‌زنند که بسیار مضر است. توصیه می‌شود نوع طبیعی و آفتابی آن را انتخاب کنیم حتی اگر ظاهر شکلی نداشته باشند. سویق ترکیبی از آرد

بوداده شده جو و گندم سیوس دار است که در روایات نیز توصیه شده است. سویق برای کم‌خونی، ضعف بدن، رشد کودکان و مشکلات گوارشی بسیار مؤثر است. می‌توان سویق را با کمی عسل، گلاب و نیز آرد جوانه گندم ترکیب کرد و مصرف کرد.



تسنیم - محمد دریایی مشاور طب سنتی گفت: سرکه‌شیره‌ی نوشابه طبیعی بسیار باارزشی است که به رفع ضعف عمومی بسیار کمک می‌کند. ترکیبی از سرکه انگور یا سرکه خرما و شیرۀ انگور که به نسبت‌های مشخصی ترکیب شده و دارای خواص غذایی و درمانی فراوانی است؛ این شربت، مقوی برای بدن، شیرافزای برای مادران و مؤثر در هضم غذا، مفید برای کبد و دستگاه گوارش، مفید برای درمان کم‌خونی و تقویت قوای جنسی است. وی افزود: به‌طور عمومی برای افزایش ماندگاری

## آشنایی با خواص پرتقال خونی

آب پرتقال خونی از چاق شدن جلوگیری می‌کند و پژوهش‌های دیگر که به زودی منتشر خواهند شد نشان می‌دهند کسانی که آب پرتقال خونی می‌نوشند کمتر در معرض حملات قلبی و عروقی قرار می‌گیرند.



کشت پرتقال‌های خونی بسیار دشوار است چرا که باید بلافاصله قبل از برداشت در دمای سرد قرار گیرند تا تولید آنتوسیانین در آنها تحریک شود. به همین دلیل کشت پرتقال خونی در دامنه‌ی یکی از کوه‌های سیسیل انجام می‌شود.

شفاآلین - محققان اثر آنتوسیانین را که در میوه‌ها و سایر خوراکی‌های قرمز و بنفش رنگ مانند پرتقال خونی، گیلاس، توت‌فرنگی و چای ترش وجود دارد، بررسی کرده و به این نتیجه رسیده‌اند که این ماده در کاهش خطر ابتلا به عوارض قلبی و چاقی مفرا نقش دارد.

خوشبختانه مصرف پرتقال خونی که حاوی مقدار زیادی آنتوسیانین است. محققان استدلال می‌کنند رنگدانه‌های قرمز، بنفش و آبی این میوه از بدن در برابر بیماری‌های بسیاری محافظت می‌کنند. که

# غذاهای ضد آلزایمر کدامند؟

## تجویز طب سنتی برای این بیماری چیست؟

کشورهای اطراف مدیترانه می‌باشد. رژیم غذایی مدیترانه‌ای شامل انواع میوه‌ها، سبزیجات، حبوبات، ماهی، روغن زیتون، برخی فرآورده‌های لبنی، و گوشت و مرغ آن هم به میزان کم می‌باشد.

اگرچه مطالعات بیشتری نیاز است، اما نتایج این مطالعات، بیانگر کاهش خطر ابتلا به آلزایمر و کاهش مرگ‌ومیر این بیماران بوده است. با این گفته‌ها، طبق تحقیقاتی که در زمینه آلزایمر انجام شده، بسیاری از محققان بر این باور هستند که افراد باید شیوه مناسب و سالمی را برای زندگی خود اتخاذ کنند، به این ترتیب که مثلاً غذاهای حاوی اسیدهای چرب اشباع شده را بسیار کاهش دهند و بیشتر از آنتی‌اکسیدان‌ها و ویتامین‌های گروه B استفاده نمایند.

### آنتی‌اکسیدان‌ها

مطالعات نشان داده‌اند که رادیکال‌های آزاد مولکول‌های ناپایدار می‌باشند که باعث پیری زودرس می‌شوند و سلول‌های بدن را از بین می‌برند. برای کاهش تماس با رادیکال‌های آزاد، کمتر در برابر آلاینده‌های زیست‌محیطی قرار بگیرد و سیگار نکشد.

به هر حال، رادیکال‌های آزاد محصول سوخت و ساز بدن هستند، اتفاقی که در هر دقیقه از روز رخ می‌دهد. از آنجایی که از بین بردن رادیکال‌های آزاد به طور کامل غیرممکن است، مصرف غذاهای حاوی آنتی‌اکسیدان‌ها، مثل ویتامین E، ویتامین C، بتاکاروتن و فلاونوئیدها، می‌تواند کمک کند. غذاهایی که دارای آنتی‌اکسیدان‌های زیادی هستند، عبارتند از: توت‌ها، سبزیجات با برگ سبز تیره و سبزیجات نارنجی رنگ، آجیل‌ها و لوبیاه‌ها.

به‌طور خاص، مطالعات نشان داده‌اند که پس از انجام آزمایشات مختلف روی موش‌های صحرایی و موش‌های آزمایشگاهی به منظور مطالعه روند توسعه بیماری آلزایمر، دیده شد که عملکرد ذهنی آن‌ها پس از استفاده از زغال‌اخته، توت‌فرنگی و توت‌ها، بهبود یافته است. جای سبز نیز از منابع مهم آنتی‌اکسیدان‌هاست. با این وجود هنوز به‌طور خاص ثابت نشده که برای پیشگیری از آلزایمر مفید است یا خیر، اما ثابت شده که استفاده از جای سبز آن هم به تعداد ۵ فنجان در روز، بروز بیماری‌های قلبی را کاهش می‌دهد.

### تجویز طب سنتی برای این بیماری چیست؟

صرف‌نظر از توصیه‌های پزشکان برای در امان ماندن از عوارض آلزایمر و حتی پیشگیری از آن طب سنتی از دیر باز توصیه‌های مختلفی داشته است. در طب سنتی یکی از علل فراموشی، سردی مغز محسوب می‌شود که به همین خاطر توصیه طب سنتی علاوه بر گرم نگه داشتن سر و استفاده از کلاه‌های پشمی، اجتناب و پرهیز از مصرف خوراکی‌هایی با طبع سرد است.

مصرف ارده یا شیرۀ انگور و خرما به‌عنوان یک خوردنی بسیار مقوی با طبع گرم در وعده صبحانه از جمله توصیه‌های طب سنتی برای پیشگیری از آلزایمر است. توصیه می‌شود به مدت ۴ تا ۸ ماه، در هفته ۵ مرتبه از این مخلوط گرم و مقوی استفاده شود. مصرف روزانه مغز‌های خام گردو، پسته و فندق و بادام درختی به‌عنوان تنقلات روزانه علاوه بر جلوگیری از افزایش کلسترول در این زمینه نیز توصیه شده است.

خوردن فسنجانی که از ترکیب مساوی بادام و گردو تهیه شود هفته‌ای ۳ مرتبه و خوردن روزانه ۴۰ عدد مویز نیز از دیگر پیشنهاد‌های طب سنتی در مقابله با آلزایمر است. از دیگر توصیه‌های طب سنتی در این زمینه استنشام مداوم عطرهای گرم مانند عطر یاس و ترگس و همین‌طور گلاب اصل است. مصرف روزانه ۲ استکان شربت عسل نیز مؤثر تشخیص داده می‌شود.



از موارد منطقی کشف‌شده در این مورد، رژیم‌های غذایی هستند. تحقیقات نشان می‌دهند که ارتباط خاصی بین غذاها و آلزایمر وجود دارد.

### اسیدهای چرب امگا ۳

بسیاری از تحقیقات، بیانگر ارتباط بین رژیم غذایی حاوی میزان بالایی ماهی و اسیدهای چرب امگا-۳ و کاهش پیشرفت آلزایمر بوده‌اند.

### ویتامین‌های گروه B

سطح بالای هموسیستین در خون با خطر زوال عقل در ارتباط است. تحقیقات نشان داده‌اند که افزایش مصرف فولات و ویتامین‌های B۶ و B۱۲، با از بین بردن هموسیستین در ارتباط می‌باشد که می‌تواند از بروز آلزایمر پیشگیری کند.

### رژیم غذایی مدیترانه‌ای

اخیرا مطالعاتی توسط محققان بخش مغز و اعصاب در مرکز پزشکی دانشگاه کلمبیا در نیویورک انجام‌شده که در مورد رژیم‌های غذایی معمولی مردم

بیماری آلزایمر به‌عنوان یکی از پیچیده‌ترین بیماری‌های مغزی از جمله عارضه‌هایی است که از دوران میان‌سالی به بعد و به‌ویژه در دوران سالمندی گریبان بسیاری از افراد را می‌گیرد؛ بیماری‌ای که با تخریب سلول‌های مغز، فرد را دچار مشکلات پیچیده‌ای می‌کند.

کارشناسان در حال مطالعه هستند که چگونه رژیم غذایی ممکن است زمان شروع و پیشرفت بیماری آلزایمر را تحت تأثیر قرار دهد. آخرین تحقیقات راجع به این بیماری را با هم مرور می‌کنیم؛ در زندگی هیچ چیز ترسناک‌تر از این نیست که کسانی را که دوست داریم و به آن‌ها عشق می‌ورزیم و همین‌طور گذشته خودمان، و حتی شخص خودمان را فراموش کنیم. بیش از ۵ میلیون نفر در آمریکای شمالی با این بیماری دست و پنجه نرم می‌کنند.

با وجود تحقیقات گسترده به عمل آمده، درمان قطعی برای درمان بیماری آلزایمر به دست نیامده و هنوز هم علت بروز این بیماری کاملاً ناشناخته باقی مانده است. کارشناسان علت بروز این بیماری را مجموع‌عای از عوامل ژنتیکی و محیطی می‌دانند، ولی آن‌ها هنوز در حال بررسی این موضوع هستند که چگونه آلزایمر به وجود می‌آید و چگونه می‌تواند از بروز آن جلوگیری کنند. یکی

## بیشترین علت مرگ و میر کودکان

فارس - عباس مؤمن‌زاده فوق‌تخصص عفونی کودکان گفت: در کودکی به دلیل ناقص بودن سیستم ایمنی و در کهولت سن به دلیل از کار افتادگی سیستم ایمنی‌های عفونی سلامت افراد را تهدید می‌کنند. برای پیشگیری از بیماری‌های عفونی و از کار افتادگی سیستم ایمنی در دوران کهن‌سالی نسبت به کودکی اقدامات کمتری می‌توان انجام داد، ولی در طب اطفال با پیشگیری، بهداشت کودکان، واکسن، شناخت بیماری‌ها می‌توان اقدامات گسترده‌ای جهت پیشگیری از ابتلای کودکان به بیماری‌های عفونی انجام داد. سالانه ۵ تا ۱۲ میلیون کودک جان خود را از دست می‌دهند که بیشترین آمار آن مربوط به کشورهای جهان سوم و به علت بیماری‌های عفونی است. پزشکان باید با مهارت لازم اقداماتی انجام دهند تا از مرگ و میر کودکان به دلیل بیماری‌های عفونی جلوگیری شود؛ خوشبختانه ایران کشوری پیشرو در کنترل بیماری‌های عفونی بوده و واکسیناسیون کشوری نیز به‌روز است. قدیم کودکان به دلیل عفونت گوش و حلق فوت می‌کردند.



## با وجود دل‌پیچه باز هم شیر بخوریم؟

باشگاه خبرنگاران - دکتر تیرنگ رضائستانی متخصص تغذیه گفت: بعضی از اشخاص بعد از نوشیدن شیر دچار نفخ روده می‌شوند که این مشکل به دلیل قطع مصرف شیر بعد از دوران شیرخوارگی و کودکی است. افراد بعد از سن کودکی به دلایل مختلف شیر را از وعده‌های غذایی خود حذف کردند که پس از آن دیگر روده این اشخاص آنزیم لازم را برای هضم شیر که لاکنوز نامیده می‌شود را ترشح نمی‌کند در نتیجه لاکنوز برای تجزیه و هضم به روده بزرگ می‌رود و در آن‌جا تمیز می‌شود که گاز ایجاد شده در مواقعی دل‌پیچه و اسهال فرد را در پی دارد. این حالت به دلیل آلرژی افراد به برخی پروتئین‌های شیر گاو است که این پروتئین‌ها در دمای بالا تغییر شکل می‌دهند و ماهیت آن‌ها تغییر می‌کند در نتیجه از آلرژی‌زایی آن‌ها کاسته می‌شود که این اشخاص می‌توانند شیر حرارت‌دیده و گرم را مصرف کنند و مشکلی در آن‌ها ایجاد نخواهد شد.



## روشی برای دفع سنگ کلیه

دکتر کیومرث دانشور فوق تخصص تغذیه گفت: این تصور که نوشیدن آب زیاد می‌تواند به سلامت کلیه‌ها کمک کند درست نیست و میزان مصرف آب در افراد سالم در حد هشت لیوان کفایت می‌کند. متأسفانه بیماران کلیوی نیز بر اساس همین تفکر اشتباه همواره به نوشیدن آب زیاد توصیه می‌شوند. وی افزود: این در حالیست که چنانچه فردی دچار نارسایی کلیه باشد نوشیدن آب زیاد نه تنها کمکی به او نمی‌کند، بلکه فشار مضاعفی را نیز به کلیه‌های او وارد می‌کند که برای کلیه‌ها مضر است. نوشیدن آب زیاد شاید تنها بتواند به میزان اندکی در جابجایی سنگ مؤثر باشد، اما هرگز توان شکستن هسته مرکزی سنگ و دفع آن را ندارد. در جهت دفع سنگ کلیه توصیه ما نوشیدن مایعات همراه آب لیمو بویژه نوشیدن دلستر تلخ و آلبیوم است. مصرف آلبیوم به شکستن سنگ کلیه کمک کرده و نوشیدن دلستر تلخ موجب دفع بدنه شکسته شده سنگ و شن می‌شود.





## بکن باوئر متهم جدید فساد مالی

رینهارد رانوال که به تازگی جایگزین ولفگانگ نیرسیاخ شده فرانتس بکن باوئر را متهم کرده که برای میزبانی جام جهانی ۲۰۰۶ رشوه پرداخت کرده است. بکن باوئر و نیرسیاخ هر دو عضو کمیته برگزارکننده جام جهانی ۲۰۰۶ بودند. اشیپگل به تازگی گزارش داده بکن باوئر برای میزبانی جام جهانی ۲۰۰۶ به جک وارنر که به دلیل فساد مالی به طور مصادم العمر در محرومیت به سر می برد، رشوه پرداخت کرده تا رای او را بخرد. خیرگزاری آلمان هم عنوان کرده که بکن باوئر و مشاورش به نام فدور رادمان که وی هم عضو کمیته پیشنهاددهنده بوده، پیش نویسی را به وارنر ارائه کرده اند مبنی بر اینکه همه نوع سرویسی به وی خواهند داد. بر پایه این گزارش، در ژوئیه سال ۲۰۰۰ قرارداد بین بکن باوئر و جک وارنر به امضا می رسد که برگزاری بازی های دوستانه و بلیت های جام جهانی بخشی از آن بوده است. در این قرارداد، قیصر فوتبال آلمان همه نوع سرویسی را به رئیس کونکاکاف پیشنهاد می کند بدون اینکه پرداختی مستقیم در کار بوده باشد.

## احتمال انتقال پودولسکی به تیم آلمانی

گفته می شود پودولسکی به زودی از گالاتاساری ترکیه راهی بوئندس لیگا می شود تا برای تیم هافنهایم بازی کند. با این حال هافنهایم این خبرها را رد کرده و اعلام کرده پیشنهادی برای پودولسکی نداشته است. رسانه های ترک خبر انتقال لوکاس پودولسکی مهاجم ملی پوش آلمانی به بوئندس لیگا را مطرح کرده اند و می گویند هافنهایم پیشنهاد این انتقال را مطرح کرده چون به کمکی که این مهاجم می تواند به تیم بکند، علاقمند است. بر مبنای این گزارش ما هلیگ ۶ میلیون یوروی برای این انتقال پیشنهاد شده، اما باشگاه ترکیه ای مبلغ بیشتری را رد نظر دارد. این در حالی است که باشگاه هافنهایم تمایلی برای افزایش رقم پیشنهادی خود ندارد. هافنهایم به تازگی هاب اسپنیزو را به عنوان سرمربی انتخاب کرده تا با پایان قرارداد مارکوس گیزدول در پایان فصل، جایگزین وی شود. پودولسکی از آرسنال به گالاتاساری ترکیه رفته بود.

## دهمین توپ طلای سوئد برای زلاتان

زلاتان ابراهیموویچ برای نهمین بار پیاپی و برای دهمین بار در مجموع، جایزه توپ طلای سوئد را از آن خود کرد. این مهاجم تیم ملی سوئد که به تازگی به عنوان برترین گلزن تاریخ باشگاه پارسیون ژرمن نیز دست پیدا کرده دوشنبه شب در استکهلم جایزه برترین بازیکن سال سوئد را از دستان لوئیز فیگوی پرتغالی که همسری سوئدی دارد، دریافت کرد. زلاتان در این خصوص گفت: من سال گذشته قول دادم که اسمال دهمین جایزه را از آن خود کنم. البته نمی دانم برای سال آینده بتوانم چنین قولی بدهم یا نه. اما این باعث می شود زمان دورانی بقیتم که یک بازیکن جوان در تیم فوتبال مالمو بودم. عادت داشتم در رختکن بنشینم، به اطراف نگاه کنم و فکر کنم که «برای موفق بودن باید ۱۰ بار بهتر از دیگران باشم». وی افزود: من دوباره تاریخ ساز شده ام. امیدوارم یکی پیدا نشود و آنچه من تجربه کرده ام را تجربه کند. این لذتی است که نمی توان توضیحش داد. از همه کسانی که مرا از روز اول دنبال کرده اند تشکر می کنم. جایزه توپ الماس هم به «هدویگ لیندال» دروازه بان تیم ملی سوئد بانوان سوئد رسید.

# در زندگی ام کسی به من نگفته بود صحبت نکن!

کارلوس کی روش در نشست خبری پیش از بازی با ترکمنستان



او درباره این که برخی از بازیکنان دیر به اردوی تیم ملی اضافه شدند و امکان دارد از آنها استفاده کنید یا خیر عنوان کرد: این موضوع مزایا و معایبی برای تیم ملی دارد. این که آنها در عرصه بین المللی توپ می زنند و این موضوع تجربیات خوبی را برای فوتبال ایران به همراه دارد و از سوی دیگر این که فرصت محدودی برای کار گروهی داریم با مشکل مواجه هستیم.

او ادامه داد: مسئله مهم این است که بازی با ترکمنستان را در آزادی برگزار می کنیم و پس از آن با پروازی ۲۴ ساعته به گوآم می رویم در دیدار با ترکمنستان یازده نفری به میدان می روند که با تغییر ۳-۴ نفره باید به مصاف گوآم بروند.

او در پاسخ به سوال دیگری درباره این که یکی از مربیان لیگ برتری عنوان کرده که اگر تیم ملی شب قبل از دیدار با ترکمنستان و گوآم اردو بزند با اختلاف ۵-۶ گل پیروز می شود، تصریح کرد: همه این امکان را دارند که اظهار نظر کنند. بعضی از نظرات منطقی است و برخی این گونه نیست و ما می توانیم این توافقی را نکنیم اما سوال من این است که اگر این مربی در جام حذفی با تیمی دسته سه بازی داشته باشد آیا از سه ماه قبل به بازیکنانش تعطیلی می دهد. بر این اهمیت ندارد که چه کسی این اظهار نظر را مطرح کرده و نمی دانم چه کسی بوده به هر حال هر کسی بوده اظهار نظر خودش را مطرح کرده و من هم نظر خودم را گفتم. من این اعتقاد را دارم که برای آماده سازی نه تنها کسب سه امتیاز مهم است که آماده سازی تیم ملی در مسیر جام جهانی اهمیت دارد. این یک وظیفه بزرگ است که روی دوش بنده قرار دارد. مطمئنا این که بازیکنان اردو و تمرین های لازم را انجام دهند فرصت خواهند داشت تا به سطح بین المللی برسند و این امکان را

کارلوس کی روش در نشست خبری پیش از دیدار تیمش و ترکمنستان از دور انتخابی جام جهانی ۲۰۱۸ اظهار کرد: به همه کسانی که امروز حضور دارند خوش آمد می گویم و امیدوارم برای بازی فردا تشویق لازم را انجام دهید تا هواداران به حمایت از تیم ملی بپردازند.

وی ادامه داد: همان گونه که مطلع هستید فردا بازی مهمی را مقابل ترکمنستان برگزار خواهیم کرد و بسیار حائز اهمیت است که امتیازی را که در دیدار رفت از دست دادیم، جبران کنیم. در دیدار رفت بازی خوبی انجام دادیم اما فرصت های زیادی را از دست دادیم و در بعد هجومی نتوانستیم از ضربات نهایی خود استفاده کنیم. امیدوارم فردا در ورزشگاه آزادی از موقعیت های خودمان استفاده کنیم.

سرمربی تیم ملی فوتبال ایران با اشاره به این که باید به سه امتیاز دیدار مقابل ترکمنستان فکر کنیم، گفت: نه تنها کسب سه امتیاز که آماده سازی برای آینده فوتبال ایران در چنین دیدارهایی مد نظر ماست. همان طور که سمت چپ و راست من ملاحظه می کنید ۴ دروازه بان جوان را در تیم ملی داریم که نسل آینده دروازه بانی ایران خواهند بود. چند اسم دیگر هم مد نظرمان است که می توان به رشید مظاهری اشاره کرد. برگزاری اردوها و بازی های مصادوم می تواند به آماده سازی این دروازه بان ها و بازیکنان کمک کند. ما چشم به سه امتیاز فردا داریم اما در عین حال نگاهمان به آینده است.

کی روش در پاسخ به سوال خبرنگاری مبنی بر این که آیا اتفاقات یک هفته اخیر در روند تیم ملی تاثیرگذار خواهد بود یا خیر گفت: در این باره عذرخواهی می کنم و صحبتی ندارم.

وی در پاسخ به سوال دیگری در ارتباط با حضور دروازه بان های جوان در نشست خبری گفت: چنین دیدارهایی می تواند برای تیم ملی به عنوان فرصت تلقی شود تا به آینده نگاه کنند. دلیل این که امروز این ۴ دروازه بان اینجا هستند این است که کارهایی در تیم ملی صورت و انجام می گیرد. این که در دروازه بانی چه کارهایی در حال صورت گرفتن است و این که ما در دیدارهایی مانند بازی با گوآم نمی توانیم اردوهای طولانی داشته باشیم و فرصت بسیار کمی پیش رو داریم و دلیل دیگر حضور این بازیکنان این است که می خواهیم توضیح دهیم از بعد فیزیکی و روانی هر چند ما فرصتی برای بازی های تدارکاتی نداریم اما باید هم برای سه امتیاز بجنگیم و هم برای آینده آمادگی لازم را برای بازیکنان ایجاد کنیم که ریسک بالایی دارد. باید توجه داشته باشیم که در تمامی قسمت های هر اردو بازیکنان مختلفی را به تیم ملی دعوت کنیم و می توانیم آینده فوتبال ایران را شکل دهیم. حضور بازیکنان جوانی همچون بیرانوند، مکانی و اخباری نشان دهنده این است که اگر روی این بازیکنان بیشتر کار کنیم می توانیم شرایط بهتری داشته باشیم. من امروز صبح درخواست کردم که یک قرص سردرد به من بدهند چرا که انتخاب بین این بازیکنان بسیار سخت است.

سرمربی تیم ملی افزود: با انجام دادن این کار آن چه باید در فوتبال ایران انجام شود را نشان می دهیم چرا که آینده چند سال فوتبال ایران در اختیار این بازیکنان است و من بسیار راضی هستم.

کی روش در پاسخ به سوالی درباره مشکل ایجاد روادید برای برخی بازیکنان در تیم ملی برای بازی با گوآم عنوان کرد: آیا مسئله ویزا مربوط به مسائل فنی می شود؟ اگر مربوط به مسائل فنی نمی شود در این زمینه صحبت نمی کنم؛ چرا که این موضوعی اداری است.

### خبر آخر

## داورزنی: مردم نگران المپیک شدن والیبال نباشند

محمدرضا داورزنی در نمایشگاه مطبوعات و خبرگزاری ها در مورد آخرین وضعیت کادرفنی تیم ملی والیبال ایران اظهار کرد: تا آخرین ساعات سه شنبه شب مذاکرات خود را دنبال کردیم و تا کنون حضور سپهچلو بر روی نیمکت تیم ملی قطعی شده است. از میان لوزانو و آناستازی نیز یک کدام تا جمعه هدایت تیم والیبال ایران را بر عهده خواهند گرفت. وی ادامه داد: در حال حاضر بحث ها برای انتخاب سرمربی تیم ملی ادامه دارد. آنچه در این میان مهم است فاصله زمانی است. ما تا رقابت های انتخابی المپیک باید تیم ملی را به حداقل کادر آمادگی خود برسانیم. تلاش می کنیم تا از یک سرمربی خوب استفاده کنیم که از دانش بالایی برخوردار بوده و با شناخت کافی بتواند در تیم ملی اثرگذار باشد. رئیس فدراسیون والیبال در پاسخ به این سوال که فکر می کنید چقدر شانس رسیدن به المپیک ۲۰۱۶ را داشته باشیم؟ گفت: مردم نگران رسیدن ایران به المپیک ۲۰۱۶ نباشند.

وی در پاسخ به این سوال که چرا گاهی حاشیه هایی توسط برخی ملی پوشان در مورد رسانه ها به وجود آمده؟ گفت: اگر درک متقابلی میان رسانه ها و بازیکنان تیم ملی وجود داشته باشد قطعا سوء تفاهم ها حل می شود. وقتی درک متقابل وجود نداشته باشد این سوء تفاهم ها به وجود می آید.

داورزنی اضافه کرد: برای مثال اتفاقی که در جام واکنس رخ داد و بعد از آن شاهد اظهار نظر کاپیتان تیم ملی بودیم سبب به وجود آمدن برخی از مسائل شد. در آن مقطع زمانی کاپیتان تیم ملی از مردم لهستان به خاطر بازی های ایران عذرخواهی کرد و در آن سوو برخی از رسانه ها مسائلی را در این زمینه مطرح کردند. این در حالی بود که بازیکنان تیم ملی به دفاع از مردم ایران به خاطر نتایج ضعیف عذرخواهی کرده بودند.

رئیس فدراسیون والیبال در ادامه صحبت های خود با بیان اینکه رسانه ها نقش مهمی را در ورزش ایفا می کنند، گفت: اعتقاد دارم در شرایط حاضر که شیوه اطلاع رسانی بسیار متفاوت از گذشته شده و سرعت نقش بسیار بالایی را ایفا می کند این شرایط نباید سبب ایجاد آسیب شود.

### تیترو

## رسیدن بهداد به ریو، پرسش بی پاسخ

کسی نخواهد با قاطعیت بگوید بهداد به المپیک نمی رسد شاید یک قضات زود هنگام والیته تاثیرگذار در روجیه بهداد سلیمی باشد. رسیدن یا نرسیدن بهداد به المپیک چند ماه دیگر مشخص می شود و بهتر است تا آن موقع هر کسی هر کمکی که می تواند انجام بدهد. اگر هم کاری از کسی بر نمی آید بهتر است مشکل ایجاد نکنیم.

### باقری: بهداد به المپیک می رسد

ماجرای مصدومیت بهداد سلیمی به سوژه اصلی این روزهای ورزش برداری تبدیل شده است. در حالی که شایعات درباره اینکه امید اصلی مدال طلای المپیک به ریو می رسد یا نه؟ هر روز افزایش پیدا می کند اما داود باقری، رئیس کمیته پزشکی فدراسیون ورزش برداری گفت او می تواند در بازی های ریو حاضر باشد: «زمانی که ACL (رباط صلیبی) پاره می شود، شش ماه زمان می برد تا ترمیم شود. در این مدت مراقبت بسیار مهم است و ممکن است ترمیم آن در یک ورزشکار بیشتر زمان ببرد و در موردی کمی کمتر اما اگر روال عادی طی شود همان شش ماه زمان لازم است.» باقری ادامه داد: «بهداد سلیمی هفته آینده عمل می شود و تا ریبیهشت شش ماه دوره ترمیم ACL او به پایان می رسد و تا المپیک سه، چهار ماه فرصت دارد.»

مصدومیت بهداد سلیمی در آستانه حضور در مسابقات جهانی ورزش برداری بدترین اتفاق ممکن برای ورزش ایران بود. این مصدومیت آن هم در روزهایی که تلاش می شد تا این ورزش بردار بتواند جایگاه از دست رفته خود در مسابقات جهانی تاشکند را به دست بیاورد تمامی برنامه ریزی های کادر فنی و همچنین این ورزش بردار سختکوش را به هم زد. حالا بیش از ۱۰ روز از این مصدومیت می گذرد و باید بهداد آماده جراحی شود. معمولا وقتی مصدومیت از ناحیه رباط صلیبی یا مینیسک به وجود می آید نیاز است تا مدتی ورزشکار به استراحت بپردازد تا ورم محل آسیب دیده کاهش پیدا کند و شرایط برای جراحی آماده شود. به نظر می رسد تا هفته آینده شرایط کاملا برای جراحی فراهم شود. به همین دلیل قهرمان المپیک لندن هفته آینده توسط دکتر کیهانی جراحی خواهد شد. بهداد سلیمی که در جریان تمرینات از ناحیه زانو دچار آسیب دیدگی شده بود، قرار است دوشنبه یا سه شنبه هفته آینده توسط دکتر کیهانی تحت عمل جراحی قرار بگیرد. این جراحی که انجام شود این سوال مطرح خواهد شد که آیا بهداد به المپیک می رسد یا نه؟ در همان روزهای ابتدایی که این مصدومیت رخ داد بعد از بررسی ها و معاینه ها، از سوی پزشکان معالج اعلام شد که بهداد می تواند به بازی های المپیک برسد. این خبر البته این روزها

### اینستوگرافی



### چهار روز

## کرار به پایان خط با استقلال رسید

گویا قبل از نیم فصل اسمال باید منتظر پایان داستان استقلال و کرار باشیم. سرپرست باشگاه استقلال اعلام کرد که قرارداد هافبک عراقی آبی پوشان فسخ خواهد شد. بهرام افشارزاده در خصوص آخرین وضعیت کرار جاسم اظهار داشت: در حال مقدمات انجام کارها هستیم تا قرارداد این بازیکن به زودی فسخ شود. وی افزود: پس از بررسی انجام شده تصمیم گرفتیم که با این بازیکن ادامه همکاری نداشته باشیم، ضمن اینکه ما پولی نداریم که به این بازیکن بدهیم و به همین دلیل دنبال فسخ قراردادش هستیم.





از آن همه دیروز / بازخوانی تاریخ

## نمایش گر اقتدار زبان فارسی در ترجمه



عبدالله کوثری، مترجم، ویراستار و شاعر ایرانی ۲۲ آبان ۱۳۲۵ در همدان متولد شد. شهرت او بیش از هر چیز مرهون ترجمه‌هایی است که در حوزه ادبیات داستانی انجام داده است. کتاب‌های «جنگ آخر زمان» و «خاطرات پس از مرگ» با ترجمه او به ترتیب در دوره‌های هجدهم و بیست و دوم انتخاب کتاب سال جمهوری اسلامی ایران به عنوان کتاب سال برگزیده شده‌اند. یکی از نویسندگان بزرگی که کوثری آثارش را

به فارسی ترجمه کرده کارلوس فونتتس است. از جمله آثاری که او از این داستان‌نویس مطرح آمریکای لاتین ترجمه کرده می‌توان به این نام‌ها اشاره کرد: آئورا، خودم با دیگران، پوست انداختن، گر نیگوی پیر و… جی تامس شاتر الکساندر یوشکین، روانکاو وداستان‌های دیگر اثر ماشادو آسپس، استاد شیشه‌ای اثر میکل سروانتس، مرگ در آند اثر ماریو بارگاس یوسا از دیگر ترجمه‌های عبدالله کوثری است. آثاری که او به اهالی کتاب شناسانده، آثاری عظیم و با ارزش است و نقش او در شناخت ما از ادبیات آمریکای لاتین انکارناپذیر است. وقتی نام عبدالله کوثری به عنوان مترجم بر کتابی می‌نشیند، بی‌شک می‌توان آن کتاب را با لذت و آرامش خواند. ویژگی بارز ترجمه‌های او نثر روان و سلیس این متون است. او از معدود مترجمان ایرانی است که در عین حفظ حال و هوای یک اثر و وفاداری به لحن نویسنده، زبان فارسی را به تمامی پاس می‌دارد. ترجمه‌های کوثری عاری از اشتباه‌اند و نمونه بارز نثر سلامت و منسجم فارسی معاصر است. وی قدرت و انعطاف زبان فارسی را در ترجمه‌های خود به خوبی نمایش می‌دهد.

### خودزنی / محیط زیست

مشاور سازمان حفاظت محیط زیست خبر داد:

## ایجاد نگرش علمی در حوزه محیط زیست برای دانش‌آموزان

مشاور آموزش و پژوهش حفاظت محیط زیست از تعامل و همکاری میان سازمان محیط زیست و وزارت آموزش و پرورش خبر داد و گفت: در قالب این همکاری‌ها و تعاملات ایجاد نگرش علمی در حوزه محیط زیست برای دانش‌آموزان، معلمان و اولیای دانش‌آموزان به عنوان یک هدف، پیگیری می‌شود.
رژما جواهری‌پور در ادامه گفت: با توجه به اینکه ساختاری از گذشته برای ایجاد تعامل و همکاری میان سازمان حفاظت محیط زیست و سایر نهادها به ویژه وزارت آموزش و پرورش ایجاد نشده بود، فعالیت‌های جدیدی انجام شده تا برای هر دو ارگان راهکارها و زمینه همکاری به طور مشخص برنامه‌ریزی شود. در همین راستا در دو سال گذشته تلاش‌های زیادی شده است که دفاتر مختلف سازمان حفاظت محیط زیست و بخش‌ها و معاونت آموزش و پرورش راهکار مناسب برای تعامل دقیق و موثر را ایجاد کنند.

وی افزود: اخیرا ایجاد نگرش علمی در زمینه محیط زیست در میان دانش‌آموزان، معلمان، بخش‌های ستادی آموزش و پرورش و اولیای دانش‌آموزان به طور جدی مورد پیگیری قرار گرفته است تا از این طریق بتوان ضمن مشخص کردن مشکلات محیط زیستی برای دانش‌آموزان از دوران کودکی و نوجوانی، آنها را برای مقابله با مشکلات محیط زیستی آماده کنیم.

مشاور آموزش و پژوهش حفاظت محیط زیست با اشاره به اینکه معلمان و اولیای دانش‌آموزان در این طرح جزء هدف‌ها قرار گرفته‌اند تاکید کرد: از فضای بیان مشکل و رویکردهای رفع مشکلات بانگرش علمی استفاده خواهیم کرد تا بتوانیم معضلات را به بهترین شکل ممکن حل و فصل کنیم. جواهری‌پور تاکید کرد: در دو سال گذشته مشکلات محیط زیستی برای دانش‌آموزان تبیین شده است و ترجیح داده‌ایم که برای گروه‌های خاص با زبان همان مخاطبان، مشکلات را تشریح کنیم و در حال حاضر به مرحله‌ای رسیده‌ایم که انتظار داریم محیط آموزش و پرورش اعم از دانش‌آموز، معلم، اولیا و حتی خیرین مدرسه‌ساز هم که به نوعی در حوزه آموزش و پرورش درگیر هستند در این طرح شرکت کنند. مشاور آموزش و پژوهش حفاظت محیط زیست با اشاره به راه‌اندازی پژوهش‌سرایی تحت عنوان «دوستدار محیط زیست» در شهرستان ری گفت: این پژوهشکده در شهر ری واقع شده و به عنوان پایلوت، هدایت طرح‌های مختلف را برعهده گرفته است. همچنین دفاتر مختلف معاونت‌ها به ویژه معاونت آموزش متوسطه، معاونت تربیت بدنی و سلامت در حوزه تشریح مسائل و جلب همکاری‌ها، فعالیت‌های گسترده‌ای را انجام می‌دهند.

جواهری‌پور افزود: امیدواریم با پیگیری این طرح در سه سال آینده در سال اول، پتانسیل‌های دانشی جوانان و مخاطبان با برگزاری جشنواره‌های مختلف سنجیده شود و با همکاری رسانه‌ها بتوانیم در این زمینه اطلاع‌رسانی دقیقی داشته باشیم. در سال دوم طرح نیز با آموزش‌ها و جهت‌دهی‌های علمی، طرح پیش‌خواه‌درفت نه‌اینها در سال سوم با اجرای درست طرح و نتیجه‌گیری‌ها، همان‌طور که هدف این طرح است با جامعه‌ای خردمند در زمینه محیط زیست مواجه باشیم. (منبع: ایسنا)



### فارسی را پاس بداریم

## حیف که در دین اسلام خودکشی حرام است

سعدی علیه‌الرحمه فرموده است: «یکی را گفتمند عالم بی عمل به چه ماند، گفت به زنبور بی عسل». مصداق بارز این سخن سعدی «شرکت بهره‌برداری راه‌آهن شهری تهران و حومه» است. دیروز در خط متروی صادقیه- فرهنگسرا، زمانی که قصد داشتم از قطار پیاده شوم چشمم به نوشته‌ای خورد که آه از نهادم پرآورد و اعصابم را به کلی تعطیل کرد. نوشتهٔ مذکور این بود: «ساعت مطالعه شما چند است؟» و در ادامه آمده بود: «جامعه وقتی فرزاندگی و سعادت می‌یابد که مطالعه کار روزانه‌اش باشد». این جملات مضحک و بی سر و ته مثلا قرار است مسافران مترو را به خواندن ترغیب کند؟ واقعا برداران حوزه فرهنگی با روابط عمومی «شرکت بهره‌برداری راه‌آهن شهری تهران و حومه» انتظار دارند با چنین عبارات و جملات سخیفی، مردم را به مطالعه سوق دهند و به خیال خام خودشان فرهنگ کتاب‌خوانی را در جامعه رواج دهند؟ کسانی که چنین جملاتی را به خورد من و شما می‌دهند، جز اثبات بی‌سوادی خود هیچ طرفی بر نخواهند بست. این بزرگواران از نوشتن دو جمله راست و درست فارسی عاجز‌ند و این معضل،

نان داغ کباب داغ / تازه‌های نشر

## همه حرف‌های ابن سینا در باره موسیقی

«جوامع علم موسیقی: ریاضیات شفاء» با ترجمه و شرح عبدالله انوار منتشر شد

بنیاد علمی و فرهنگی بوعلی سینا، شرحی جدید بر آثار ابن سینا را با عنوان «جوامع علم موسیقی: ریاضیات شفاء» با ترجمه و شرح سید عبدالله انوار، مصحح و نسخه‌شناس منتشر کرده است. ابن سینا که از سرآمدان فلسفه اسلامی است، در این رساله خود به شرح و بسط موسیقی پرداخته است.

در بخشی از پیشگفتار این کتاب می‌خوانیم: «فلسفه و حکمت سینیوی و بیش از آن طب سینیوی و کتاب مستطاب «قانون» به مدت ۵ قرن کتاب شاخص علمی در اروپا بوده است که این کتاب و درمان‌های پزشکی سینیوی هنوز هم به‌طور مستمر در اقصی نقاط جهان از آمریکا تا آسیا مورد توجه و اقبال عمومی است. میراث حکیم هزاره‌ها؛ اینک بیش از هر زمان دیگری مورد توجه محافل حوزوی و دانشگاهی در ایران و شرق و غرب عالم است. کتاب‌ها و رساله‌های او بارها و بارها تجدید چاپ می‌شوند و تصحیح متون و نسخ خطی آثار شیخ و بازخوانی، نقد، بررسی و شرح و بسط آرای حکمی، فلسفی و طبی‌اش در مراکز علمی و پژوهشی هنوز هم رونق بسیار دارد…»

کتاب‌های بوعلی سینا با احترام و تکریم تدریس شده و صدها و بلکه هزاران نقد و شرح و حاشیه و تعلیقه و… در باره آنها به انجام رسیده است. زبان رسمی جهان اسلام در عصر زندگی ابن سینا، عربی بوده و البته شیخ کتاب‌هایی ارزنده به لغت پارسی و زبان مادری‌اش نیز از خود بر جای گذاشته است.

سید عبدالله انوار، کتاب حاضر را در ۶ مقاله تصحیح کرده است که هر کدام از مقالات دارای فصل‌های مجزایی است. این نسخه‌شناس پیشکسوت در مقدمه خود بر این کتاب نوشته است:

گردش روزگار برعکس است



چه مهربان بودی ای بار / چه مهربان بودی وقتی دروغ می‌گفتی... (فروغ فرخزاد)

### با کاروان حله / اخبار هنر

## کریستیانو رونالدو روی فرش قرمز

کریستیانو رونالدو بازیکن سابق تیم منچستر یونایتد برای نمایش فیلمش روی فرش قرمز لندن رفت. کریستیانو رونالدو بازیکن پرتغالی برای نمایش فیلمی مستند با عنوان «رونالدو» که پرتره‌ای از اوست، دیشب روی فرش قرمز رفت. رونالدو در این مراسم با الکس فرگوسن سرمربی سابق تیم منچستر یونایتد همراه شده بود و اواخر شب زوزه مورنینو هم به این پیوست. رونالدو که با صفی از طرفداران عکس می‌انداخت،

می‌خواست رکورد بیشترین تعداد سلفی را بشکند و تصدیق‌نامه‌های دیگر رکورد‌های جهانی گینس از جمله رکورد بیشترین «لایک»‌های فیس‌بوکی برای یک نفر را هم دریافت کرد. این فیلم که ساخته تیمی است که مستندهای آیرتون سناو ایمی و این هالوس را ساخته‌بودند، به قسمت حرفه‌ای زندگی رونالدو و همچنین لحظات احساساتی تر بین او و سرش می‌پردازد. منند در باره این فیلم گفت: «شما شانس می‌برای دیدن کریستیانو رونالدوی واقعی خواهید داشت.» گفتنی است کریستیانو رونالدو دوس سانتوس اویرو، زاده ۵ فوریه در پست مهاجم برای باشگاه فوتبال رئال مادرید و تیم ملی پرتغال بازی می‌کند. او در سال ۲۰۰۹ با انتقال ۸۰ میلیون پوندی‌اش (۹۴ میلیون یورو، ۶٫۱۴۱ میلیون دلار) از منچستر یونایتد به رئال مادرید، به گران‌ترین بازیکن تاریخ فوتبال جهان تبدیل شد. رکوردی که بر اساس گزارش‌های منتشر شده، با انتقال ۱۰۰ میلیون یوروی گرت بیل از تاتنهام به رئال مادرید در سال ۲۰۱۳، شکسته شد. او با حقوق سالانه ۲۱ میلیون یورو، بالاترین درآمد بین بازیکنان فوتبال جهان دارد. برخی روی‌رأه‌ترین بازیکن فوتبال در جهان ویکی از بهترین‌های تاریخ فوتبال می‌دانند

## سوت‌بان

تادر طلب دوست همی بشتام
عمرم به کران رسید و من در خوابم
گیرم که وصال دوست در خوابم یافت
این عمر گذشته را کجا در یام
(فرخی سبستانی، قرن چهارم، رباعیات)

«برگردان یکی از کتب «شفاء» از زبان عربی به فارسی است. این کتاب که در صفحه‌عنوان چاپی آن به نام «جوامع علم موسیقی» آمده است و به ظاهر باید این نام از سوی مؤلف آن، حضرت شیخ‌الرئیس بوعلی سینا بر آن گذارده شده باشد، در مباحث نظری علم موسیقی بحث می‌نماید و کتاب سوم از فلسفه اوسط «شفاء» ست و فلسفه اوسط نیز بحث در ریاضیات، یا به قول طلاب، علم تعلیمی می‌کند و چنان‌که به‌وقت بر خواندن کتاب مشاهده خواهید کرد محتویات آن در شش مقالهت آمده است و هر مقالهت آن، بر حسب احتواء مطالب تحت خود، دارای فصول مختلف بر حسب شمار است که در بین آنها مقاله پنجم واجد بیشترین فصول، یعنی پنج فصل است و مقالهت دوم و چهارم و ششم حاوی کمترین فصول، یعنی هر مقاله دارای دو فصل می‌باشد.»

انوار در ادامه مقدمه خود از مفقود شدن کتابی با عنوان «لواحق» خبر داده و نوشته است: «متأسفانه حضرت

شیخ در برابر همه کتاب‌های نوشته خود، کتابی به نام «لواحق» داشته‌اند که امروزه به‌دست نیست. این کتاب به محاذات سایر کتاب‌های شیخ قرار داشته و شیخ، همه نوآوری‌های خود را در هر زمینه‌ای، در این کتاب می‌نگاشته‌اند، حتی نوآوری‌هایی که در خود کتاب مربوطه نمی‌نگاشته‌اند. در موسیقی هم، نوآوری‌هایی که در کتاب «جوامع علم موسیقی» آنها را نیابورده‌اند، در پایان آن، به «لواحق» ارجاع داده‌اند.»

## حملهٔ آنلاین به نامزد جمهوری خواه آمریکا



الخاندرو گونزالس ایناریتو برنده اسکار، دونالد ترامپ نامزد جمهوری‌خواه انتخابات ریاست جمهوری آمریکا را تقبیح کرد. او در یک سخنرانی از دونالد ترامپ که تلاش دارد به‌عنوان نامزد جمهوری‌خواهان به دور بعدی انتخابات ریاست جمهوری آمریکا راه‌پیدا کند، به‌خاطر حرف‌هایی که علیه‌مکزیک زده‌است به شدت انتقاد کرد. ایناریتو که در جشن «هنر+فیلم» سخنرانی می‌کرد درست زمانی پشت میکروفون قرار

گرفت که دونالد ترامپ در برنامه شوی زنده شبانه شبکه NBC حضور یافته بود. در این برنامه که در موزه هنر لس آنجلس ترتیب داده شده بود تا از ایناریتو تقدیر شود، او ترامپ را بیگانه‌ستیز خواند. ایناریتو با اشاره به‌سخنانی که ترامپ در این مدت علیه‌مکزیک‌ها بیان کرده است، گفت: چنین تفسیرهایی اصلا قابل قبول نیست و نباید اقلیت‌های جامعه را تحقیر کرد. هر چند ایناریتو از ترامپ به‌طور مشخص نام‌نبرد، اما دقیقاً نشان داد با نامزدی وی مخالف است و افزود حرف‌های او که از طریق رسانه‌ها تکرار می‌شود ممکن است به معضلات نژادی داخل جامعه دامن بزند. ایناریتو که در مکزیکوسیتی متولد شده و امسال اسکار بهترین کارگردانی را به‌خاطر فیلم «مرد پرنده‌ای» دریافت کرد، در سخنرانی‌اش گفت: اگر به بیان چنین کلماتی ادامه دهیم تخم نفرت را در جامعه می‌پراکنیم و میلیون‌ها تن از مهاجران مکزیک‌ی و لاتین تبارها را به‌خطر می‌اندازیم؛ در حالی که مهاجران در سراسر دنیا امروز سرنوشت پرحتری دارند. ایناریتو متن کامل سخنرانی‌اش را به دو زبان انگلیسی و مکزیک‌ی به صورت آنلاین منتشر کرد.

«مطالعه» را اضافه کرد؟ «ساعت» به تتهایی می‌تواند مسندالیه یک فعل اسنادی باشد، اما «ساعت مطالعه» نمی‌تواند مسندالیه «چند» باشد. این جمله از بیخ و بن غلط است. آنقدر غلط است که نمی‌توانم بیش از این به آن فکر کنم. می‌ترسم فشار عصبی ناشی از فکر کردن به این جمله، کارم را به سکنهٔ مغزی بکشانند.

\*\*\*

نشسته‌ام پشت میز کارم. به صدای باران گوش سپرده‌ام و از خودم می‌پرسم نوشتن این یادداشت چه فایده‌ای دارد. اولین بار نیست که در مترو به چنین عبارات مضحکی برمی‌خورم. می‌دانم که آخرین بار هم نخواهد بود. در زمانه‌ای که امور فرهنگی یک سرزمین-در اغلب موارد- به کسانی سپرده می‌شود که با الفبای فرهنگ بیگانه‌اند، حرص خوردن و غر زدن بنده و امثال بنده البته راه به جایی نخواهد‌برد. حقتش بود در اعتراض به جملاتی از این قبیل خودم را می‌انداختم جلو مترو. حیف که در دین مبین اسلام خودکشی حرام است. حیف…

<sup>[1]</sup> حیف که در دین مبین اسلام خودکشی حرام است



Welcome to  
**KISH ISLAND**  
Dec.  
2015



ششمین

همایش و نمایشگاه

شهر ایده آل

6th Gathering & Exhibition of  
**IDEAL CITY**

محل برگزاری: جزیره کیش  
زمان برگزاری: ۱۰ الی ۱۳ دی ماه ۱۳۹۴

Jan. 2016 / KISH Island

[www.idealcity.ir](http://www.idealcity.ir)

با ارایه راهکارهای مناسب زمینه‌های اجرایی شدن طرح‌های مبتکرانه و خلاق را در اختیار شهرداری‌ها و شوراهای اسلامی شهرها قرار دهند. و همچنین سازمان‌ها و واحدهای زیر مجموعه شهرداری‌ها، نتایج پروژه‌های قابل عرضه به سایر شهرها در سطح ملی را در این نمایشگاه ارائه نمایند.

سازمان شهرداری‌ها و دهیاری‌های کشور بعنوان متولی امر مدیریت، خدمات، عمران و حمل و نقل شهری از رویداد فوق‌الذکر حمایت و پشتیبانی بعمل آورده است. عاطفی با بیان اینکه در حوزه مدیریت شهری نیازمند فرهنگ‌سازی و ارائه آموزش‌های تخصصی در سطح شهرداری‌ها هستیم، ابراز امیدواری نمود با برگزاری چنین همایش‌ها و گردهمایی‌های تخصصی، دست اندرکاران این حوزه با الگوهای مدیریتی روزآمد و کاربردی و همچنین مدیریت صحیح پروژه‌ها، کاهش هزینه‌ها و استفاده از توان بخش خصوصی برای سرمایه‌گذاری در پروژه‌های عمران شهری بیش از پیش آشنا شوند.

به گزارش روابط عمومی رویداد شهر ایده آل، ششمین نمایشگاه و همایش شهر ایده آل طی روزهای دهم الی سیزدهم دی ماه سال جاری در جزیره کیش برگزار می‌گردد. مهدی عاطفی مدیر اجرایی این رویداد اعلام نمود: طی برگزاری ششمین نمایشگاه شهر ایده آل، شهرداری‌ها ضمن بازدید و حضور در این نمایشگاه در بخش‌های فضای سبز، زیبا سازی، مبلمان شهری، ترافیک و حمل و نقل شهری و همچنین ارائه فرصت‌های ویژه سرمایه‌گذاری برای جلب مشارکت بخش خصوصی در اجرای آنها شرکت خواهند نمود.

وی همچنین در خصوص ششمین همایش شهر ایده آل اظهار کرد:

ششمین دوره این رویداد با هدف ارائه پروژه‌های برتر شهرداری‌های کشور و همچنین مدیریت سرمایه‌گذاری مشترک در شهرداری‌ها برگزار خواهد شد.

مدیر اجرایی رویداد شهر ایده آل افزود: این همایش فرصت مناسبی است تا پژوهشگران و صاحب‌نظران

مشارکت در ایجاد یک تمدن پیشرفته جهانی (جهان شهر و شهر های جهانی)

ارتباط هماهنگ با محیط زیست در همه ترازهای شهری (واحد های مسکونی و تجاری، خیابان ها و شوارع، پارک ها و میادین، ...)

بهره برداری بهینه از ظرفیت‌های موجود در زیست بوم (انرژی، امکانات طبیعی، ...)

به حداقل رساندن زمینه های خطر خیزی مختص جوامع مدرن

ارائه خدمات تکنولوژیک با بالاترین کیفیت به شهروندان

ایجاد بستر مناسب جهت بهره گیری مدبرانه از تکنولوژی های پیشرفته، متوسط و تراز پائین در طراحی و ساخت سازه ها و زیر ساخت های شهری

شهرداری‌ها با حضور در این همایش با برترین پروژه‌های اجرا شده در شهرداری‌ها آشنا شده و راه کارهای اجرایی این پروژه‌ها در شهرهای خود را آموزش می‌بینند.

#### اهداف همایش های شهر ایده آل :

ایجاد بستر مناسب جهت هم افزایی علمی در حرکت به سمت شهر ایده آل  
ارتقاء سطح دانش کیفی نزد مدیران شهری در زمینه تفکر ایده آل  
زمینه سازی برای تحقق ظرفیت‌های بالقوه و بالفعل مثبت شهروندان (سرمایه‌های انسانی و اجتماعی)

برگزاری اولین جشنواره برترین عملکرد شهرداری‌ها در حوزه های حمل و نقل، آتش نشانی، پسماند و فضای سبز، بر اساس شاخص های جایزه جهانی بهترین تجارب و راهبردهای (best practice) سازمان اسکان بشر ملل متحد (UN-HABITAT)

چهارمین جشنواره طرح‌های برگزیده دهیاری‌های سراسر کشور

ششمین همایش شهر ایده آل همراه با معرفی منتخبین اولین جشنواره برترین عملکرد شهرداری‌ها و چهارمین جشنواره طرح‌های برگزیده دهیاری‌ها (best practice) در تاریخ ۱۲ و ۱۳ دی ماه سال جاری در سالن همایش‌های بین‌المللی خلیج فارس جزیره کیش برگزار می‌گردد.

رویکرد امسال ارائه برترین عملکرد شهرداری‌ها در حوزه های حمل و نقل، آتش نشانی، پسماند و فضای سبز می‌باشد