



معیار

هفته نامه سراسری - آغاز انتشار ۱۳۷۰ - سال سیام
دوروی جدید - شنبه ۵ تیر ۱۴۰۰ - شماره ۲۱۶

بها: ۱۰۰۰۰ تومان

صفحه ۸

همکاری
در حوزه‌های
گردشگری و
میراث فرهنگی



کافه شهر

رافائل سانتسیو

۲

دو کلمه حرف ورزشی

جوانمردی‌های ارزشمند در ورزش

۳

چگونه گرما زده نشویم؟

۴

رتبه بندی ۲۰۲۱ تایمز منتشر شد؛

۲۶ دانشگاه ایرانی در جمع برترین
دانشگاه‌های جوان دنیا

۴

تکه‌ای از من تکه‌ای از زمین

کدام زیباتر است؟ اسپانیا یا فرانسه

۵

سلامت باشیم

دم‌نوش‌هایی مناسب کلیه‌ها

۶

تراز تجاری منفی ۳۰۰ میلیارد دلاری

۸

خطر قرمز شدن شهرهای بیشتر در راه است!



چرخه معیوب "شل کن سفت کن" های کرونایی
دولت -- کرونا -- مردم = مردم -- کرونا -- دولت



ارزدیجیتال ایرانی در بازار

"جم" کارکردهای کیف پول ایرانی را مورد اشاره قرار داد و گفت: بسیاری از کیف‌های پول در ایران اکنون بسته شده است و به همین خاطر بسیاری از سرمایه‌ها از کشور رفت، بنابراین، باید حتماً کیف پول رمز پایه ایرانی داشته باشیم، تا قابلیت تعیین آدرس‌های بین‌المللی را داشته باشد. مدیرعامل شرکت برگ زیتون با تأکید بر این که نخستین کیف رمز پایه ایرانی با قابلیت اتصال به شبکه‌های بین‌الملل را با بسیاری از مشکلات که وجود داشت راه اندازی کردیم، بیان کرد: جمعیت قابل توجهی در زمینه رمز ارزها فعالیت دارند اما به دلیل نبود صرافی، موفق به انتقال وجه نشده بودند لذا برگشت پول امکان پذیر نبود بنابراین "صرافی برخط رمز پایه" دیگر خدمتی بود که توسط این شرکت راه اندازی شده است. این کارآفرین در حوزه دیجیتال ادامه داد: صرافی بین‌المللی را در کشور استونی راه اندازی کرده ایم لذا با افتخار در صرافی بین‌المللی سرریکس ۲۴ به چهار کشور آمریکا، کانادا، انگلیس و رژیم صهیونیستی سرویس نمی‌دهیم. جم از ارائه رمز ارز ایرانی bzb «نخستین ارز دیجیتال ایرانی» با پشتوانه سه بیمه ایران، البرز و رازی خبر داد و گفت: ابتدای سال ۹۸ برای ارز bze توکن ارائه کردیم که در ۶ صرافی بزرگ دنیا این توکن پذیرفته شده است لذا از اول تیرماه همزمان با میلاد امام رضا(ع)، به مدت ۱۰ روز با ۱۰ هزار توکن bzb عرضه خصوصی در سایت <https://zarnetnetwork.com> آغاز شد که ارزش هر کدام به قیمت ۱۰ میلیون تومان است. «ادامه در صفحه ۸»

مدیرعامل موسسه برگ زیتون از ارائه نخستین ارز دیجیتال ایرانی با پشتوانه سه بیمه ایران، البرز و رازی خبر داد و گفت: عرضه خصوصی این رمز ارز ایرانی از اول تیرماه به مدت ده روز آغاز شد. عباس جم مدیرعامل موسسه برگ زیتون در نشست خبری با حضور اصحاب رسانه از راه اندازی نخستین کیف رمز پایه ایرانی با قابلیت اتصال به فضای بین‌الملل خبر داد و گفت: عدم قانون‌گذاری مناسب و بی‌تدبیری، طسی این مدت فرصت بهره‌مندی ایرانیان از فضای ارز رمزها را گرفت لذا اگر قرار باشد کشور ایران تحولی را رقم بزند، باید به بازار بین‌المللی در بازار ارز دیجیتال بپیوندد. وی با بیان این که آماده ایم تا آینده‌ی خوبی را در زمینه ارز رمز در کشور رقم بزنیم، افزود: برای عبور از تحریم‌ها با استفاده از رمز ارز ها سه ضلع نیاز است که نخستین آن "فناوری بلاک چین بومی" است و بهترین موضوعی که اگر بخواهیم یک توکن در کشور داشته باشیم، مجموعه‌های مختلف در کشور با هزینه‌های زیاد روی شبکه‌های خارجی از جمله اتریوم توکن منتشر کردند و بعد روی شبکه‌های دیگر، اما به دلیل چند برابر شدن کارمزد شبکه، موفق به ادامه کار نشدند و موجب هدر رفتن سرمایه‌هایشان شد. وی تصریح کرد: اگر می‌خواهیم به شبکه بلاکچین جهانی بپیوندیم در ابتدا باید یک بلاکچین بومی داشته باشیم لذا در کشور های همجوار شرکت برگ زیتون توانست پلتفرم گرافین را بومی سازی کند که سورهس آن راهم به رایگان در اختیار شرکت های دانش بنیان قرار می‌دهد.

سرمقاله

جامعه به یک طبق از گل انصاف نیاز دارد!



طبق معمول هر انتخابات در ایران، از فرای اعلام نتایج، تحلیل‌ها بخشی از عکس‌العمل‌هایی هست که اهل سیاست و مردم در توجه به آن مشترک هستند: شمار رای دهندگان و تعداد کسانی که پای صندوق‌ها نیامدند و هم چنین رای‌های باطله و میزان رای هر یک از نامزدها از مستندات است که در هر تحلیل بکار می‌آید. آنچه از تحلیل‌های ارائه شده از سوی موافقان یا منتقدان فهم می‌شود آن است که هر یک برای اثبات صحت نظر خود، بخشی از واقعیت را نمایش می‌دهد و تلاش دارد تا بخش دیگر را کم اهمیت جلوه دهد. در میان مخالفان؛ شمار کسانی که در خانه ماندند یا رای سوخته به صندوق ریختند پایه اصلی تحلیل‌شان قرار می‌گیرد و یادشان می‌رود که نزدیک به نیمی از صاحبان آراء، رای خود را به نامزدهای حاضر در صحنه انتخابات داده‌اند و همین طور موافقان میزان حاضران در رای‌گیری را عمده کرده و انگار عدم اقبال بخشی از مردم به انتخابات یک امر عادی و رویه‌ای هست که در هر انتخاباتی تکرار می‌شود. اینان در تحلیل خود سعی می‌کنند افزایش عددی نیامدگان را کم اهمیت و موضوعی فرعی جلوه دهند. این که تحلیل کدام گروه به واقعیت جامعه ایران نزدیک است می‌تواند کار یک گروه کارشناسی باشد که با بررسی همه نظرات، یک جمع‌بندی برای کمک به نزدیکی گروه‌های فعال و افراد جامعه ارائه دهد تا راه حل مشکلات آسان تر یافته شود و سریع‌تر به ثمر بنشیند. لیک آنچه از اکثر این تحلیل‌ها آشکار است مع‌الاف این هست که هر گروه افراد

طرف مقابل را در انتخابشان برای آمدن به پای صندوق‌های رای یا ماندن در خانه، نه تنها مختار نمی‌داند بلکه اصرار دارد مهر ناگهانی را به پیشانی طرف مقابل بزند و آن‌ها را فریب خورده معرفی کندو "خلاص..." این کار شاید بن‌بست تحلیل را علی‌الظاهر باز کند اما در نتیجه‌گیری و اقدام لازم، احتمال دارد فرد و گروه را گرفتار اتخاذ تصمیم نادرست نماید. اتفاقی که در جامعه ما نادر نیست و زبان‌های بزرگی از این نوع نگاه به وسیله همه طرفین به انقلاب، مردم و سرزمین وارد شده است و بالاخره باید روزی همگان به این رویه خاتمه دهند و راه میانه را در تحلیل‌ها و اقداماتشان در پیش بگیرند. یک نکته‌ای که در این گونه تحلیل‌ها (که فرد را مسلوب الاختیار می‌داند) از سوسی کسانی که تلاش می‌کنند در تحلیل خودشان نیامدگان را نبینند این بود که اصل را بر تبلیغات سوءمخالفان و دشمنان می‌گذاشتند که موجب فریب خوردگی بخشی از مردم و ناامیدی آن‌ها شده است. این افراد بدون آن که متوجه باشند بر اثر بخشی تبلیغات دیگران و علی‌الخصوص بی‌ثمری یا کم‌اثری دستگاه‌های تبلیغی کشور مهر تأیید می‌زنند ولی هیچ کدامشان به رفتارهای صورت گرفته طی سال‌های اخیر -- که اعتماد مردم نسبت به رسانه‌های داخلی را کشته است، اشاره‌ای نمی‌کنند: آنان که عملشان منجر به تعطیلی مطبوعات شده است یا با گماردن افراد با دیدگاه‌های خاص در صداوسیما این رسانه سترک را از چشم گروهی از مردم انداخته‌اند. اینان در حال، کشته خود را دور می‌کنند. و البته همچنان پاسخگو نیستند!

«مدیر مسوول»

تولیدات نشر معیار
کتاب‌های گیلان
ویژه‌ی کودکان

جهت سفارش
به وبسایت www.kalazio.ir
مراجعه فرمایید



مشکل کاغذ حل شد!

به گزارش روابط عمومی معاونت امور فرهنگی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، علیرضا اسماعیلی، مشاور اجرایی معاونت امور فرهنگی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی با اشاره به تصمیمات جدید دولت برای حوزه نشر گفت: همزمان با میلاد امام هشتم (ع) دو اتفاق خوب هم برای اهالی نشر رقم خورد. خبر اول مربوط به حل مشکل کاغذ در سال جاری است که در پی مساعدت رئیس جمهور و هیات محترم دولت صورت گرفت.

وی ادامه داد: خبر دوم نیز مربوط به برقراری تعرفه‌های فرهنگی برای دفاتر نشر و کتابفروشی‌های کشور در امور مربوط به تعرفه‌های آب، برق، گاز، خدمات پستی و هم چنین صدور پروانه ساختمان است. این اقدام پس از سال‌ها گفت‌وگو و پیگیری وزیر محترم فرهنگ و ارشاد اسلامی در هیات دولت به تصویب رسید.

اسماعیلی هم چنین نظر به برخی پیشنهادهای در خصوص آرایه تسهیلات تحفه به ناشران در پی شرایط کرونا گفت: مبالغ تصویب شده برای ناشران بین ۵۰ تا ۲۵۰ میلیون تومان بود که رقم این تسهیلات پس از بررسی پرونده‌های درخواست ناشران در کمیته‌ای متشکل از اعضای صنف نشر و معاونت امور فرهنگی ناشران مقرر شد.

مشاور اجرایی معاونت امور فرهنگی تاکید کرد: از این رو برای هیچ ناشری فراتر از این سقف در نظر گرفته نشد و این تسهیلات بر اساس ملاک‌های مشخص مانند میزان تولید کتاب و یا کیفیت آثار تولیدی در کمیته‌ای متشکل از نمایندگان صنف و معاونت امور فرهنگی تعیین شد.

اسماعیلی اضافه کرد: امیدوارم با تدابیر در نظر گرفته شده و همکاری نهادهای حاکمیتی و بخش خصوصی بر همین مبنا شاهد رشد و شکوفایی بیشتر نشر کتاب و کتابخوانی در کشور باشیم.

چاپ کتاب «آیین های سنتی برنج در شمال ایران» توسط آلمانی ها

کتاب «آیین های سنتی برنج در شمال ایران: استان گیلان» حاصل پژوهش عضو پژوهشگاه میراث فرهنگی توسط انتشارات لمبرت آلمان چاپ و به ۵ زبان برای فروش در سایت آمازون نمایه شده است.

کتاب «آیین های سنتی برنج در شمال ایران: استان گیلان» Rice Traditional Ceremonies in Gilan Province: North of Iran» در دو فصل نگاشته شده که در فصل اول به معرفی استان گیلان پرداخته و بر مباحثی نظیر؛ موقعیت جغرافیایی، آب و هوا، پوشش‌های گیاهی و جانوری، تاریخچه استان، جمعیت شناسی (گروه‌های قومی، زبان و مذهب)، اقتصاد (صنعت، کشاورزی، صنایع دستی و گردشگری)، فرهنگ (موزه‌ها، فولکلور، هنر، عادات غذایی و سنت ادبی)، مشاهیر استان، آموزش، بهداشت و امنیت شهری متمرکز شده است.

فصل دوم کتاب نیز به معرفی آیین های سنتی برنج و موضوعات: آیین های کاشت و یآوری، آیین های آفتاب‌خواهی و باران‌خواهی، آئین جوکول، آئین برداشت برنج و جشن گاز افشان (یا دندانی) می‌پردازد.

در یادداشت پشت جلد این کتاب که نام پژوهشگاه میراث فرهنگی و گردشگری و گروه پژوهشی هنرهای سنتی روی آن قید شده است می‌خوانیم: گیلان سرزمینی است که اگر دانای از دست شما بر روی زمین بیفتد، سبزی می‌شود. این سرزمین سخاوتمندانه و بدون هیچ چشمداشتی انواع غذاهای خوشمزه، آب و هوای مطبوع، جنگل‌های زیبا، کوه‌های پوشیده از درخت، دریاچه‌های بی‌نظیر را همراه با سواحل دلپذیر دریای کاسپین به شما هدیه می‌دهد.

آیین های سنتی مختلفی توسط مردم مهربان این سرزمین برپا می‌شود که بیشتر آن ها ریشه در روحیه شکرگذاری، تقویت همبستگی و ایجاد شادمانی دارد. آیین های سنتی برنج از جشنواره‌های معروف این استان است که بر اساس مهمترین محصول کشاورزی این منطقه یعنی «برنج» بنا نهاده شده است. این کتاب به معرفی این آیین های سنتی زیبا و دلنشین می‌پردازد که هر ساله گردشگران زیادی را به این استان دعوت می‌کند.

رافائل سانتسیو

رافائل نقاش و معمار ایتالیایی دوران اوج رنسانس است. او، نمونه والاترین هنرمند دوره‌ی رنسانس پیشرفته است. او با آن که شدیداً تحت تاثیر لئوناردو دا وینچی و میکلائو بود، سبک خاصی پدیدآورد که آرمان‌های هنر رنسانس پیشرفته را به روشنی بیان می‌کند. او ضمن آن که از هر هنرمند دیگری می‌آموخت به نیروی ابتکار و اصالت پرتوان خود نیز میدان می‌داد، آنچه را که بهتر می‌توانست به کار گیرد، جذب می‌کرد و گرایش کلاسیک روزگار خویش را به قالب شکل می‌ریخت. او چنان خستگی ناپذیر با روحیه هنر کلاسیک کار می‌کرد که هنرش را تقریباً می‌توان رستاخیز هنر یونان در اوج تکاملش تلقی کرد.

گوته، شاعر و منتقد پر آوازه‌ی آلمانی، درباره‌ی رافائل گفته‌است که وی مجبور به تقلید از یونانیان نبود زیرا خودش هم چون یونانیان می‌اندیشید و احساس می‌کرد. وی به همراه میکل آنژ و لئوناردو داوینچی، سه گانه استادان بزرگ دوران خود را تشکیل داده‌اند.

رافائل ششم آوریل ۱۴۸۳ در شهرکی نزدیک اوربینو در ناحیه‌ی اومبریا چشم به جهان گشود. احتمالاً مبادی هنر را از پدرش، جووانی سانتسیو که نقاش ولایتی بود و با دربار فدریگو دامو نتفلترو پیوستگی داشت، آموخت. دوران کودکی رافائل به شاگردی در نزد پروجینو گذشت که خودش نقاشی را به همراه لورنتسو در

لحظاتی با شعر

به انتخاب نیما موسوی



"نادر نادرپور"

بی تو، ای که در دل منی هنوز داستان عشق من به ماجرا کشید بی تو لحظه ها گذشت و روزها گذشت بی تو کار خنده ها به گریه ها کشید بی تو ، این دلی که با دل تو می تپید وه که ناله کرد و ناله کرد و ناله کرد بی تو ، بی تو دست سرنوشت کور من اشک و خون به جای باده در پیاله کرد عمر من شبی سیاه و بی ستاره بود دیدگان تو ، ستارگان او شدند لحظه ای ز بام ابرها برآمدند لحظه ای به کام ابرها فروشدند در فروغ این ستارگان بی دوام روزگار شادی و غمم فرا رسید آن ، به جز دمی نماند و این همیشه ماند این ، همیشه ماند و آن به انتها رسید آسمان حسود بود و چشم بخت من چون ستارگان چشم تو دمید و مرد بی تو ، از لبان من ترانه ها گریخت بی تو ، در نگاه من شراره ها فسرده آری ای که در منی و با منی مدام وه که دیگر امید دیدن تو نیست تو گلی ، گل بهار جوادان من زین سبب مرا هوای چیدن تو نیست

"پروین اعتصامی"

ای خوش از تن کوچ کردن، خانه در جان داشتن روی مانند پری از خلق پنهان داشتن همچو عیسی بی پرو بی بال بر گردون شدن همچو ابراهیم در آتش گلستان داشتن کشتی صبر اندرین دریا افکندن چو نوح دیده و دل فارغ از آشوب طوفان داشتن

شعله ها آتش تب افکندی ساعتی روی دست خسته نهاد سر سنگین پر غرورش را لحظه ای با لب زبان بوسید زخم سوزان و خون شورش را گفت برخیز و ایستاده بمیر که جز این در خور دلیران نیست مرگ در بستر ار سزا باشد روبهان راست،از بهر شیران نیست جنبشی کرد و با تلاش غرور تکیه بر دست و پای لرزان داد مرگ را آستین داد و کشید جان بدو داد و سخت ارزان شد ماند کردن فراز و دندان را روی دندان خون گرفته فشرد غرشی کرد و در سیاهی شب آخرین شیر بختیاری مرد ای گرفتار زندگانی و مرگ پند از آن شیر تیر خورده بگیر گر میسر شود چو شیر بزی ورمیسر نشد چو شیر بمیر

"مهدی سهیلی"

آهوان را هر نفس از تیرها فریادهاست لیک صحرا پر ز بانگ خنده صیادهاست گل به غارت رفت و چشم باغبان در خون نشست بسکه از جور خزان بر باغ ها بیدادهاست غنچه ها بر باد رفت و نغمه ها خاموش شد هر پر بلبل که بینی نقشی از آن پادهاست باغبان از داغ گل در خاک شد اما هنوز های های زارش در هوای هوای بادهاست گونه ام گلرنگ و چشم پرده، پرده غرق اشک لب فرو بستم ولی در سینه ام فریادهاست. «تیر ماه ۱۳۵۰»

کافه شهر

حمید مزرعه

بخش چهل و چهارم

که اصلی ترین و بزرگ ترین اثر در طول عمر هنری وی بود علی رغم آن که در زمان مرگش ناتمام باقی ماند.

(ادامه دارد)

مرگ زود هنگامش در ۳۷ سالگی، امروزه تعداد فراوانی از آثارش به جای مانده است. برای مثال می‌توان به دیوارنگاره‌های اتاق‌های رافائل در واتیکان اشاره نمود

رافائل سانتسیو، پرتره خودنگاری



"شهریار"

چند بارد غم دنیا به تن تنهایی وای بر من تن تنها و غم دنیایی تیرباران فلک فرصت آنم ندهد که چو تیر از جگر ریش برآرم وایی لاله ئی را که بر او داغ دورنگی پیداست حیف از ناله معصوم هزارآوایی آخرم رام نشد چشم غزالی وحشی گر چه انگیختم از هر غزلی غوغایی من همان شاهد شیرازم و نتوانی یافت در همه شهر به شیرینی من شیدایی تا نه از گریه شدم کور بیا ورنه چه سود از چراغی که بگیرند به نابینایی همه در خاطرم از شاهد رؤیائی خویش بگذرد خارطه با دلکشی رؤیایی گاه بر دورنمای افق از گوشه ابر با طلوع ملکی جلوه دهد سیمایی انعکاسی است بر آن گردش چشم آبی از جمال و عظمت چون افق دریایی دست با دوست در آغوش نه حد من و تست

منم و حسرت بوسیدن خاک پایی

شهریارا چه غم از غربت دنیای تن است

گر برای دل خود ساخته ای دنیایی



دو کلمه حرف ورزشی

جوانمردی‌های ارزشمند در ورزش

◀ در دورانی که فوتبال جهان به ویژه در اروپا و آمریکای لاتین در اوج بود، شاید بدون این که کسی تصورش را بکند، یک ورزشکار ایرانی آقای گل جهان شناخته شد و این نشان بر تارک تاریخچه زندگی ورزشی‌اش بیش از یک دهه همچنان درخشش داشت و با تعبیری، همچنان می‌درخشد. سال‌ها علی‌دایی آقای گل جهان باقی ماند تا در یک بازی با نتیجه برابر، رونالدو بازیکن پرتغالی به این مرتبه دست یافت و هم‌طراز علی دایی شد. شاید آقای گل جهان شدن بسیار شیرین باشد اما شیرین‌تر از آن رفتاری است که قهرمانان در قبال دیگران علی‌الخصوص رقبا از خود بروز می‌دهند. تبریک علی‌دایی به رونالدو از آن حرکت‌هایی هست که ارزشمندی‌اش در تاریخ ورزش جهان می‌ماند. این تبریک و پاسخ آن بهانه‌ای شد که گلزن‌های دیگری نیز -- به خصوص در فوتبال بانوان -- در رسانه‌ها مطرح شوند. به همین علت چند خبر در این زمینه را برای آگاهی خوانندگان بازتاب می‌دهیم. باشد که این نوع برخوردها استثنا تلقی نشود و به صورت قاعده در ورزش جهان رواج یابد.

■ قهرمانان واقعی همیشه قهرمان می‌مانند

فوق ستاره جهان فوتبال پس از رسیدن به رکورد علی دایی، در واکنش به پیام دایی، از او تشکر کرد. تیم ملی فوتبال پرتغال در حالی به مصاف فرانسه رفت که این دیدار با تساوی ۲ بر ۲ خاتمه یافت. این دیدار با وجود این که با پیروزی مدافع عنوان قهرمانی همراه نبود، اما از جهاتی این دیدار برای آن‌ها خاص بود چرا که کریستیانو رونالدو کاپیتان تیم ملی این کشور موفق شد با ۲ گل که در این دیدار به ثمر رساند به رکورد علی دایی در تعداد گل ملی برسد. پس از رسیدن رونالدو به رکورد علی دایی، اسطوره فوتبال کشورمان در پیامی در صفحه شخصی خود در اینستاگرام، به فوق ستاره فوتبال دنیا بابت رسیدن به رکوردش تبریک گفت.

متن تبریک دایی به رونالدو به شرح زیر است: «این باعث افتخار من است که این موفقیت قابل توجه به رونالدو اختصاص دارد. قهرمان بزرگ فوتبال و یک انسان دوست دغدغه‌مند که الهام‌بخش افراد زیادی در سراسر دنیا شده و روی زندگی‌شان تاثیر گذاشته است.» موضوعی که از چشمان فوق ستاره پرتغالی یوونتوس دور نماند و او نیز در صفحه شخصی‌اش ضمن بازنشر پیام علی دایی، با انتشار متنی از اسطوره فوتبال کشورمان تشکر کرد.

مشروح پیام رونالدو به شرح زیر است: «قهرمانان واقعی برای همیشه قهرمان می‌مانند. این باعث افتخار من است که این صحبت‌های مهربانه را از سوی اسطوره بزرگی مانند شما دریافت می‌کنم. ممنون علی دایی.»

■ بازتاب تبریک دایی به رونالدو در سایت AFC

تبریک اینستاگرامی علی دایی اسطوره فوتبال کشورمان به کریستیانو رونالدو مهاجم تیم ملی پرتغال به مناسبت رسیدن این بازیکن پرتغالی به رکورد ۱۰۹ گل ملی او، در سایت کنفدراسیون فوتبال آسیا بازتاب داشت. سایت AFC نوشت: علی دایی، اسطوره فوتبال آسیا، به کریستیانو رونالدو پس از به ثمر رساندن یک صدونهمین گل خود در بازی روز چهارشنبه یورو ۲۰۲۰ برابر فرانسه، که با رکورد مهاجم سابق جمهوری اسلامی ایران برابر شد، تبریک گفت.

رونالدو ۳۶ ساله، بهترین گلزن تاریخ قهرمانی اروپا، در دیدار برابر فرانسه دومین پنالتی پرتغال را تبدیل به گل کرد تا در ۱۷۸ آمین بازی ملی خود با این رکورد برابر شود. دایی طی سال‌های ۱۹۹۳ تا ۲۰۰۶ با ۱۴۹ بازی برای ایران ۱۰۹ گل به ثمر رسانده است، دستاوردی که بسیاری تصور می‌کردند هرگز کسی نخواهد توانست به آن برابری کند.

دایی در چندین مورد گفته بود که اگر رونالدو رکوردش را بشکند بسیار خوشحال خواهد شد، زیرا معتقد است مهاجم یوونتوس در کنار لیونل مسی و دیو گوما را در میان سه بازیکن برتر تاریخ قرار دارد. دایی در اینستاگرام خود نوشت: "به کریستیانو تبریک



جهان نیستند. برترین گلزن جهان کریستی سینکلر کاپیتان تیم ملی کانادا است که بعید به نظر می‌رسد رونالدو بتواند به رکورد او دست پیدا کند.

■ سینکلر کیست؟



کریستین سینکلر یک مهاجم —هافبک تهاجمی است که کاپیتان تیم ملی زنان کانادا و باشگاه پورتلند تورنز است. این بازیکن ۳۸ ساله در کل دوران حرفه‌ای خود در آمریکای شمالی بازی کرده است، که سال ۲۰۰۸ پس از بازی در تیم پابلوت پورتلند در دوران دانشجویی، از سوی تیم گلد پراید در مسابقات فوتبال حرفه‌ای زنان (WPS) به این تیم فراخوانده شد. او سال ۲۰۱۱ به تیم "وسترن نیویورک فلش" نقل مکان کرد و سپس دو سال بعد برای حضور در دوره اول لیگ ملی فوتبال زنان (NWSL) به تورنز پیوست و از آن زمان تاکنون در این رقابت‌ها باقی مانده است. سینکلر در پنج فینال جام جهانی و دو دوره بازی‌های المپیک برای کشورش بازی کرده و دو مدال برنز به دست آورده است. او در مسابقات فوتبال حرفه‌ای زنان و لیگ ملی دو بار قهرمان شده و سال ۲۰۲۱ چلنج کاپ لیگ ملی را در بالای سر برد و به عنوان بهترین بازیکن کل تاریخ فوتبال کانادا شناخته شد.

■ رکورد سینکلر

رکورد سینکلر در حال حاضر ۱۸۶ گل در ۲۹۷ بازی برای کانادا است و او در تابستان امسال به بازی‌های المپیک

دیگری می‌رود، زیرا او قصد دارد همچنان بر تعداد گل‌های ملی خود بیفزاید. سینکلر در ژانویه ۲۰۲۰ با به ثمر رساندن شماره ۱۸۴ و ۱۸۵ آمین گل‌های ملی خود مقابل تیم ملی "سنت کیتس و نویس" در مسابقات مقدماتی المپیک زنان در منطقه کنوکاکاف، یک رکورد جدید ثبت کرد.

رکورد قبلی متعلق ابی وامباج، مهاجم سابق تیم ملی زنان ایالات متحده بود که دو بار طلای المپیک را به دست آورده و هم چنین فاتح جام جهانی زنان شده بود. وامباج پیش از بازنشستگی در سال ۲۰۱۵، ۱۸۴ گل در ۲۵۵ بازی برای کشورش به ثمر رساند.

سینکلر علاوه بر این که بهترین گلزن تاریخ کانادا است، بیشترین بازی‌های ملی (۲۹۷) برای کشورش را بین بازیکنان مرد و زن دارد.

او پس از سه بازیکن آمریکایی، چهارمین بازیکن با سابقه تیم‌های ملی فوتبال جهان است. کریستین لیلی (۳۵۴)، کریستی پیرس (۳۱۱) و کارلی لوید (۳۰۴) ۳ بازیکن باسابقه تیم‌های ملی فوتبال جهان هستند که در این میان لوید هنوز فعال است. سینکلر چهار بار به عنوان کاپیتان در جام جهانی حضور داشته و از این نظر رکورددار است. او در ۵ تورنمنت مختلف حداقل یک گل به ثمر رسانده است، رکوردی که با مارتا ی برزیلی به طور مشترک در اختیار دارد. سینکلر در بازی‌های المپیک، رکورددار بیشترین گل زده در یک تورنمنت است، او در المپیک ۲۰۱۲ لندن ۶ گل به ثمر رساند.

این مهاجم هم چنین تنها کسی است که بیش از یک بار موفق به کسب جایزه بای روزنفلد (جایزه بانوی ورزشکار سال کانادا) شده، و ۱۴ بار به عنوان بهترین بازیکن سال کانادا انتخاب شده است.

■ چه کسی بیشتر از رونالدو گل ملی دارد؟

در حال حاضر هفت بازیکن زن گل‌های ملی بیشتری نسبت به رونالدو دارند که دو نفر از آن‌ها همچنان فعال هستند.

۱۰۹ گل رونالدو نه تنها او را با رکورد دایی که از سال ۲۰۰۶ رکورد مردان را در اختیار داشت، برابر کرد، بلکه او را به الکس مورگان مهاجم تیم ملی زنان ایالات متحده و مارتا ی برزیلی رساند.

این دو بازیکن فعال هستند و قرار است در تابستان با کشورهای خود به بازی‌های المپیک بروند و به دنبال افزایش تعداد گل‌های ملی خود باشند.

■ زنانی که بیشتر از رونالدو گل ملی دارند

جولی فلیتینگ اسکاتلندی (۱۱۶)، لوید آمریکایی (۱۲۵) و بیرگیت بریتز آلمانی (۱۲۸) و سه بازیکن آمریکایی به نام‌های لیلی (۱۳۰)، میا هام (۱۵۸) و وامباج (۱۸۴) در همین حال، لیونل مسی همچنان در صدر افزایش گل‌های ملی خود است. او در ۱۴۷ بازی ۷۳ گل برای آرژانتین به ثمر رسانده و در فهرست برترین گلزنان تیم‌های مردان سیزدهم است.

بازیکنان اخلاق تنیس روی میز معرفی شدند

حمیدرضا طاهرخانی مغلوب شد و از ادامه راه بازماند. امیری با انگیزه در جدول حذفی سوم بار دیگر در رویارویی با نوشاد یک بازی پایاپای از خود به نمایش گذاشت اما در پایان با بدشانسی ۴ بر ۳ مغلوب حریف با تجربه خود شد و در دور پایانی نیز ۴ بر صفر از سد احمدیان گذشت و با پشت سر گذاشتن آرمان حاجی‌ئی، در مصاف نیمه‌نهایی مقابل حمیدرضا طاهرخانی با نتیجه نزدیک ۴ بر سه مغلوب شد. هم چنین سعید احمدیان در جدول سوم تا پای فینال مسابقات راه یافت اما در خاتمه با نتیجه ۴ بر ۲ مقابل نوروزی پذیرای شکست شد. در دور اول ۴ بر ۲ در مصاف بسا معدن کن از ادامه راه بازماند. در جدول دوم و چهارم نیز مغلوب امیری در مرحله یک هشتم شد. مسابقات انتخابی تیم ملی تنیس روی میز روز گذشته به پایان رسید.

پایان رقابت‌های انتخابی تیم ملی تنیس روی میز با معرفی دو بازیکن به عنوان بازیکنان اخلاق همراه بود. به گزارش روابط عمومی فدراسیون تنیس روی میز، در پایان رقابت‌های انتخابی تیم ملی مردان که به میزبانی بابل برگزار شد، از سوی محمد قاسم عمونیان سرداور مسابقات آریا امیری از کردستان و سعید احمدیان از آذربایجان شرقی به عنوان بازیکنان اخلاق این دوره معرفی شدند. قرار است از سوی رئیس فدراسیون تنیس روی میز از این دو ورزشکار تقدیر بعمل آید.

در جداول حذفی مسابقات انتخابی تیم ملی آریا امیری در مرحله نخست با نتیجه ۴ بر ۲ مغلوب نوشاد عالمیان شد، در مرحله دوم با پشت سر گذاشتن ۴ بر یک در مصاف با سعید احمدیان به یک چهارم راه یافته و در یک بازی تماشایی مقابل

حریفان تیم ملی فوتبال بانوان ایران

گروه پنجم: کره جنوبی، ازبکستان، مغولستان
گروه هشتم: فیلیپین، هنگ کنگ، نپال
گروه هفتم: اردن، ایران، بنگلادش
گروه هشتم: تایلند، فلسطین، مالزی
مرحله مقدماتی این رقابت‌ها از ۲۱ شهریور تا ۳ مهرماه ۱۴۰۰ به صورت متمرکز برگزار می‌شود که از هر گروه یک تیم به مرحله نهایی صعود می‌کند. ضمن این که مسابقات مرحله نهایی از ۳۰ دی ماه تا ۱۷ بهمن ماه ۱۴۰۰ با حضور ۱۲ تیم برگزار می‌شود. تیم‌های ژاپن، استرالیا و چین به همراه هند (میزبان) به طور مستقیم در مرحله نهایی حاضر خواهند شد. گفتنی است، تیم ملی فوتبال ماکائو پیش از برگزاری قرعه‌کشی رقابت‌ها طبق نامه ارسالی از سوی کنفدراسیون فوتبال آسیا از حضور در مسابقات انصراف داد.

بر اساس قرعه‌کشی انجام شده برای مسابقات جام ملت‌های ۲۰۲۲ بانوان آسیا، تیم ملی کشورمان در مرحله مقدماتی با تیم‌های اردن و بنگلادش دیدار خواهد داشت.

به گزارش مسابایت رسمی فدراسیون فوتبال، مراسم قرعه‌کشی مرحله مقدماتی جام ملت‌های ۲۰۲۲ بانوان آسیا (هند) روز پنجشنبه در مقر کنفدراسیون فوتبال آسیا در کوالالامپور برگزار شد.

بر اساس قرعه‌کشی انجام شده تیم ملی فوتبال بانوان ایران با تیم‌های اردن و بنگلادش همگروه شد. گروه‌بندی مسابقات طبق قرعه‌کشی انجام شده به شرح زیر است:

گروه اول: چین تایپه، بحرین، ترکمنستان، لانوس
گروه دوم: ویتنام، تاجیکستان، مالدیو، افغانستان
گروه سوم: کره شمالی، سنگاپور، عراق، اندونزی
گروه چهارم: میانمار، امارات، گوام، لبنان



گرد آورنده
مونا ییلتن عراقی

چگونه گرم‌زده نشویم؟

هوا گرم‌تر شده و همه دنبال راهی برای خنک‌تر شدن اند. آب و هوای گرم ممکن است عوارض خطرناکی در بدن از جمله گرم‌زدگی را بوجود آورد و در این روزهای گرم، گرم‌زدگی مشکل رایجی است که اگر به آن توجه نشود خطر رفتن به کما و حتی مرگ افراد را به دنبال دارد.



• مقدار زیادی مایعات بنوشید

در آب و هوای گرم بدن بیشتر از حد عادی عرق می‌کند و به این ترتیب آب بدن از دست می‌رود. در یک روز معمول یک فرد ۵۸ کیلوگرمی باید هشت لیوان متوسط آب بنوشد به عنوان یک قاعده کلی، به ازای هر کیلوگرم وزن بدن، هر روز باید ۳۰ میلی‌لیتر آب بنوشید.

مصرف مایعات در آب و هوای گرم باید افزایش یابد؛ اگر نمی‌توانید مقدار زیادی آب بنوشید یک نوشابه غیرالکلی بدون گاز مثلاً آب میوه جانشین مناسبی است. الکل دفع آب از بدن را تشدید می‌کند؛ بنابراین نوشیدن مشروبات الکلی در آب و هوای گرم ممکن است کم‌آبی بدن را تشدید کند.

از مصرف زیاد نوشیدنی‌های کافئین دار مانند کولا، قهوه و چای اجتناب نمایید، زیرا کافئین ادرارآور است و باعث دفع آب از بدن می‌شود.

• رژیم غذایی خود را تغییر دهید

از مصرف غذاهای چرب و داغ اجتناب کنید. سعی کنید غذایان کمی نمک داشته باشد تا املاحی که از طریق عرق از دست می‌رود، جبران شوند.

• خود را از آفتاب دور نگه دارید

بهترین کار در یک روز سوزان، ماندن در سایه و جایی خنک است. اگر می‌خواهید حمام آفتاب بگیرید و برنزه شوید، سعی کنید که مدت آن هرچه کوتاه‌تر باشد و از کرم ضد آفتابی که فاکتور محافظت در برابر آفتاب آن (SPF) حداقل ۱۵ باشد استفاده کنید. اگر احساس ناخوشی و ضعف به شما دست داد، فوراً از مقابل نور مستقیم خورشید دور شوید. نور خورشید بین ساعت ۱۱ صبح تا ۱۵ بعد از ظهر بیشترین گرما را دارد.

• در مورد ورزش، منطقی عمل کنید

در ساعات بسیار گرم روز از ورزش شدید خودداری کنید. در عوض، پیش از طلوع آفتاب یا پس از غروب آن به دویدن نرم بپردازید.

کارهایتان را با آهستگی انجام دهید و خودتان را با سرعت زندگی در زیر آفتاب تند تطبیق دهید. اگر احساس نفس‌تنگی یا تپش قلب می‌کنید، کارتان را متوقف کنید و سعی کنید بدنتان را مثلاً با گرفتن دوش آب سرد خنک کنید. اگر چشم‌هایتان سیاهی می‌رود یا دارید بی حال می‌شوید، استراحت کنید.

• بدنتان را خنک نگه دارید

لباس‌های سبک و گشاد مثلاً از جنس کتان بپوشید تا عرق‌تان به راحتی تبخیر شود. لباس‌های تیره و سنگین گرما را جذب می‌کنند، اما به یاد داشته باشید که برخی پارچه‌های نازک، حفاظ کافی در برابر اشعه ماوراءبنفش خورشید ایجاد نمی‌کنند. هم چنین استفاده از کلاه‌های لبه‌دار و ترجیحاً منفذدار، ایده خوبی است.

• از عینک آفتابی برای محافظت از چشم‌انتان استفاده کنید.

• به تهویه خانه‌تان توجه کنید

در طول شب و روز پنجره خانه را باز نگه دارید و از هواکش استفاده کنید. این امر به خصوص در شب که بدن گرمای خود را از دست می‌دهد اهمیت دارد.

• از سفرهای غیر ضروری پرهیز کنید

از رفتن به جاهایی که سایبان ندارد و تهویه آن خوب نیست، حتی المقدور خودداری کنید. به خصوص ماشین‌های پارک‌شده در زیر آفتاب جاهای مناسبی نیستند. اگر می‌توانید در محیطی که دارای تهویه باشد باقی بمانید. اگر چاره‌ای جز سفر در هوای گرم ندارید، همراه خود یک بطری آب داشته باشید.

• از افراد آسیب‌پذیر، مراقبت مخصوص کنید

افراد که بیش از همه به گرمای هوا و اشعه‌ی تند آفتاب حساس هستند، شامل بچه‌های زیر ۴ سال و افراد بالای ۶۵ سال که بدنشان با سرعت بسیار کمتری با تغییر درجه حرارت تطبیق می‌کند، افراد چاق که بدنشان حرارت را در خود نگه می‌دارد و بیماران از جمله این افراد هستند.

نوزادان به خصوص به گرمای محیط حساس هستند، زیرا غدد عرق هنوز در آن‌ها به طور کامل رشد نکرده است، بنابراین هیچگاه در هوای گرم نوزادان را در پتو نیچید یا لباس‌های ضخیم به آن‌ها نپوشانید. در عین حال مراقب باشید که در



معرض نور مستقیم خورشید هم قرار نگیرند.

هم چنین در این روزهای گرم و کساحدار، می‌توان برای خنک‌شدن از میوه‌ها و نوشیدنی‌هایی استفاده کرد که احساس بهتری به ما بدهد.

• در اینجا تعدادی از این میوه‌ها و نوشیدنی‌ها را به شما معرفی میکنیم

• هندوانه

۹۰ درصد هندوانه آب است و کمک می‌کند در گرما بدن‌تان آب کافی را در خود داشته باشد. هم چنین هندوانه حاوی مقدار زیادی ویتامین A و C است، چربی ندارد و در آن لیکوپن (آنتی‌اکسیدانی که به جلوگیری از سرطان و بیماری‌های قلبی و عروقی کمک می‌کند) پیدا می‌شود.

• هویج رنده‌شده

در گرمای تابستان می‌توانید به هویج رنده‌شده اعتماد کنید. قند موجود در این سبزیجات طبیعی هستند، در نتیجه علاوه بر انرژی‌رسانی، آب بدن‌تان را هم تأمین می‌کنند. خوردن هویج رنده‌شده که از قبل در یخچال گذاشته‌اید، علاوه بر این که خنک‌تان می‌کند، میزان زیادی ویتامین، مواد معدنی، آنتی‌اکسیدان‌ها و فیبر به بدن‌تان می‌رساند.

• خیار

مقدار فراوان آب در خیار، همراه با طعم تازه و ترد این سبزی، آن را تبدیل به یک سبزی تابستانی عالی کرده است. خیار به خاطر خواص دارویی خود هم مورد توجه است. خیار هم چنین خاصیت ادرارآوری دارد که سبب می‌شود مواد سمی از بدن خارج شده و پوست و بافت بدن شما را هم سالم نگه دارد. خیار دارای کالری کم و مقدار کمی قند، کربوهیدرات و چربی است. هم چنین این سبزی دارای مقدار زیادی ویتامین B، فسفر، کلسیم، روی و دیگر مواد معدنی است. خیارهای خردشده را روی ساندویچ یا برگر گذاشته یا با ماست، لیمو و نعناع ترکیب کنید.

• لیموترش

حتماً می‌دانید که در هر فصلی از سال، باید به میزان کافی آب نوشید، اما در فصل تابستان به علت گرمای هوا این نیاز پررنگ‌تر می‌شود. در نتیجه لازم است که روزانه حداقل یک‌ونیم لیتر آب بنوشید. البته نوشیدن آب خالی برای خیلی‌ها چندان دلچسب نیست. در این صورت است که می‌توانید کمی آب لیموترش به داخل آب خنک‌تان بچکانید. این کار باعث می‌شود که آب بیشتری بنوشید و البته بدن‌تان خنک‌تر بماند. می‌توانید به شربت آلبیمونیز فکر کنید. فقط لازم است میزان قند افزوده به آن را کنترل کنید.

• توت‌فرنگی

توت‌فرنگی سرشار از آب است و در عین حال شیرینی آن می‌تواند بهترین دسر پس از غذا باشد. فرقی نمی‌کند که آن را به صورت میوه تازه میل کنید یا این که از قبل کمپوت تهیه کرده باشید. در هر حال توت‌فرنگی دوست روزهای گرم است. البته در تهیه کمپوت یا پوره آن نیاز به شکر زیاد ندارید. یادتان باشد که توت‌فرنگی و هم چنین هلو سرشار از آب هستند.

• نوشیدنی‌ها

• شربت سکنجبین

سکنجبین برای رفع عطش گزینه بسیار مناسبی است. از نظر طب سنتی این شربت دافع صفراس و صفرای اضافی را از بدن خارج می‌کند. با نوشیدن شربت سکنجبین می‌توانید التهاب ناشی از گرما را از خود دور کنید. اگر این شربت را با تخم کاسنی و گلاب ترکیب کنید، خواص آن چندبرابر خواهد شد. نوشیدن این شربت به کسانی که معده ضعیفی دارند یا دچار مشکلات رحمی و زخم‌های گوارشی هستند، توصیه نمی‌شود. هم چنین از نوشیدن این شربت در زمان حالت تهوع هم خودداری کنید. برای تهیه شربت سکنجبین ۲ قاشق سرکه طبیعی را با ۵ قاشق عسل و چند گیاه ترکیب کنید و به آن ۴ قاشق آب بدون کلر یا هر مقداری که باعث غلیظ‌شدن شربت می‌شود، اضافه کنید. می‌توانید داخل شربت سکنجبین مقداری خیار ریزشده، یخ و نعناع تازه بریزید و میل کنید.

• آب طالبی

آب طالبی از خشک‌شدن پوست شما در تابستان جلوگیری کرده و باعث جلوگیری از سفیدشدن



زودرس مسو ریزش آن می‌شود. آب طالبی هم چنین برای رفع مشکلات قلبی، بی‌خوابی، دندان‌درد و قاعدگی بسیار مفید است. افزودن شکر به آب طالبی برای افراد مبتلا به دیابت توصیه نمی‌شود. می‌توانید برای بچه‌ها این ترکیب خوشمزه را با بستنی درست کنید. تابستان‌ها علاوه بر یخ با قراردادن تکه‌های طالبی در فریزر می‌توانید آب طالبی تگری درست کنید.

• خاکشیر و تخم شربتی

خاکشیر را حتماً به صورت یخ‌زده و با آلبیمو استفاده کنید، در غیراین صورت به جای رفع گرم‌زدگی باعث حالت تهوع در شما می‌شود. برای این که لازم نباشد مدام درگیر پاک‌کردن و خیساندن خاکشیر باشید، مقدار زیادی از آن را تهیه کرده و پس از شستن داخل قالب‌های یخ ریخته و روی آن مقداری آب بریزید.

به این ترتیب همیشه به خاکشیر تمیز و سرد دسترسی دارید. تخم شربتی از دانه‌های گیاه ریحان به دست می‌آید و بعد از ترکیب شدن با آب، به حالت ژله‌ای درآمده و آب را در خود جذب می‌کند که همین باعث رفع عطش و گرم‌زدگی می‌شود. از دیگر فواید تخم شربتی می‌توان به درمان عفونت، بیوست و موثر برای کم‌کردن وزن اشاره کرد.

• شربت گلاب

شربت گلاب یک نوشیدنی خوش طعم برای درمان افسردگی، وحشت، تقویت قلب و برطرف‌کننده ضعف است. این شربت را می‌توانید به تنهایی یا همراه با عرقیات دیگر میل کنید. برای تهیه شربت گلاب، نبات و گلاب را با شعله ملایم بجوشانید و در حین جوشیدن کف‌های آن را بردارید. وقتی شربت شما نصف شد، زعفران را با مقداری گلاب ترکیب کرده و به شربت‌تان اضافه کنید. شربت شما آماده است. به افراد گرم‌زده مقداری گلاب و یخ بخورانید تا دچار استفرغ شده و سموم از بدن‌شان رفع شود.

رتبه بندی ۲۰۲۱ تایمز منتشر شد؛

۲۶ دانشگاه ایرانی در جمع برترین دانشگاه‌های جوان دنیا

گرد آورنده

بهار سادات موسوی



نظام رتبه بندی آموزش عالی تایمز جدیدترین رتبه بندی دانشگاه‌های جوان در سال ۲۰۲۱ را منتشر کرد. بر اساس این رتبه بندی ۲۶ دانشگاه ایرانی در جمع ۴۷۵ دانشگاه جوان برتر دنیا قرار گرفتند.

نظام رتبه بندی آموزش عالی تایمز برای رتبه بندی دانشگاه‌های جوان ۲۰۲۱ از همان روشی که دانشگاه‌های جهان را ارزیابی می‌کند استفاده می‌کند و ماموریت‌های اصلی دانشگاه‌ها «تدریس، تحقیق، انتقال دانش و چشم‌انداز بین‌المللی» را مورد ارزیابی قرار می‌دهد اما در این رتبه بندی خاص، دانشگاه‌هایی با قدمت کمتر از ۵۰ سال مدنظر هستند.

دانشگاه‌های ایرانی نیز در این رتبه بندی حضور دارند. در سال ۲۰۱۹ تعداد ۱۳ دانشگاه ایرانی در میان ۳۵۱ دانشگاه، در سال ۲۰۲۰ تعداد ۲۰ دانشگاه ایرانی در میان ۴۱۴ دانشگاه و اکنون در سال ۲۰۲۱ تعداد ۲۶ دانشگاه ایرانی در جمع ۴۷۵ دانشگاه برتر دنیا قرار گرفته‌اند.

اسامی ورتبه ۲۶ دانشگاه برتر ایرانی در جمع دانشگاه‌های جوان دنیا در رتبه بندی ۲۰۲۱

ردیف - رتبه جهانی ۲۰۲۱ - دانشگاه

۱ - ۵۰ -- دانشگاه علوم پزشکی کردستان

۲ - ۱۱۴ -- دانشگاه کاشان

۳ - ۱۲۳ -- دانشگاه صنعتی شیراز

۴ - ۱۲۷ -- دانشگاه علوم پزشکی ایران

۵ - ۱۴۵ -- دانشگاه صنعتی اصفهان

۶ - ۱۴۶ -- دانشگاه یاسوج

۷ - ۱۵۵ -- دانشگاه محقق اردبیلی

۸ - ۱۶۵ -- دانشگاه کردستان

۹ - ۲۵۱ - ۳۰۰ -- دانشگاه شهیدمدنی آذربایجان

۱۰ - ۲۵۱ - ۳۰۰ -- دانشگاه علوم پزشکی کرمان

۱۱ - ۲۵۱ - ۳۰۰ -- دانشگاه لرستان

۱۲ - ۲۵۱ - ۳۰۰ -- دانشگاه مازندران

۱۳ - ۲۵۱ - ۳۰۰ -- دانشگاه سمنان

۱۴ - ۲۵۱ - ۳۰۰ -- دانشگاه صنعتی شاهرود

۱۵ - ۳۰۱ - ۳۵۰ -- دانشگاه بوعلی سینا

۱۶ - ۳۰۱ - ۳۵۰ -- دانشگاه گیلان

۱۷ - ۳۰۱ - ۳۵۰ -- دانشگاه رازی کرمانشاه

۱۸ - ۳۰۱ - ۳۵۰ -- دانشگاه تربیت دبیر شهیدر جایی

۱۹ - ۳۰۱ - ۳۵۰ -- دانشگاه شهرکرد

۲۰ - ۳۵۱ - ۴۰۰ -- دانشگاه اراک

۲۱ - ۳۵۱ - ۴۰۰ -- دانشگاه حکیم سبزواری

۲۲ - ۳۵۱ - ۴۰۰ -- دانشگاه شاهد

۲۳ - ۳۵۱ - ۴۰۰ -- دانشگاه شهیدباهنر کرمان

۲۴ - ۳۵۱ - ۴۰۰ -- دانشگاه یزد

۲۵ - ۴۰۱ + -- دانشگاه بیرجند

۲۶ - ۴۰۱ + -- دانشگاه سیستان و بلوچستان

این ارزیابی برپایه چندشاخص صورت گرفته است: شاخص‌های عملکرد به پنج حوزه تقسیم می‌شوند: آموزش (محیط یادگیری)، تحقیق (میزان تحقیقات، درآمد و شهرت)، استادها (تأثیر تحقیقات)، چشم‌انداز بین‌المللی (کارکنان، دانشجویان و

تحقیقات)، درآمد صنعت (انتقال دانش).

تدریس و آموزش ۳۰ درصد وزن این رتبه بندی را به خود اختصاص می‌دهد که از این میان ۱۰ درصد مربوط به اعتبار دانشگاه، ۶ درصد نسبت اعضای هیات علمی به دانشجو، ۳ درصد نسبت دانشجویان دکتری به دانشجویان لیسانس، ۸ درصد نسبت اعضای هیات علمی دارای درجه دکتری و ۴ درصد درآمد سازمانی دانشگاه است.

تحقیقات نیز ۳۰ درصد وزن دیگر این رتبه بندی را به خود اختصاص می‌دهد که از این میان بررسی اعتبار تحقیقات ۱۲ درصد، درآمد دانشگاه از تحقیقات ۹ درصد و بهره‌وری تحقیق نیز ۹ درصد در این شاخص سهم دارند. برجسته‌ترین شاخص در این رده، شهرت یک دانشگاه برای برتری تحقیقات در میان همسالان خود است.

برای سنجش میزان بهره‌وری، تعداد مقالات چاپ شده در ژورنال‌های دانشگاهی نمایه شده از پایگاه‌های اسکوپوس (Scopus) و الزویر (Elsevier) را برای هر محقق، از نظر اندازه سازمانی مقیاس بندی و ارزیابی شده است. در واقع توان تحقیقاتی دانشگاه برای انتشار مقالات در مجلات با کیفیت ارزیابی شده‌اند.

استنادات یا تأثیر تحقیقات در این رتبه بندی ۳۰ درصد وزن دارند و در این شاخص به نقش دانشگاه‌ها در گسترش دانش و ایده‌های جدید پرداخته شده است.

چشم‌انداز بین‌المللی نیز ۷۵ درصد وزن دارد که از این میان نسبت دانشجویان بین‌المللی ۲۵ درصد، نسبت اعضای هیات

علمی بین‌المللی ۲۵ درصد و همکاری بین‌المللی ۲۵ درصد در این شاخص وزن دارند. در واقع توانایی دانشگاه برای جذب دانشجویان کارشناسی و تحصیلات تکمیلی و اعضای هیات علمی از سراسر دنیا، میزان موفقیت یک دانشگاه در صحنه جهانی محسوب می‌شود.

در همکاری بین‌المللی، برای ارزیابی تایمز تعداد کل نشریات تحقیقاتی دانشگاه با حداقل یک نویسنده بین‌المللی مدنظر بوده است.

شاخص درآمد صنعت (انتقال دانش) نیز در این رتبه بندی ۲۵ درصد وزن دارد. در واقع توانایی دانشگاه برای کمک به صنعت با نوآوری و اختراعات به مأموریت اصلی دانشگاه‌های دنیا تبدیل شده است. تایمز برای وزن دهی به دانشگاه‌ها به میزان درآمد دانشگاه‌ها از صنعت و اعضای هیات علمی موثر در صنعت و میزان فعالیت‌های انتقال دانش نگریسته است.

۱۰ دانشگاه برتر دنیا در میان رتبه بندی دانشگاه‌های جوان ۲۰۲۱ تایمز

۱۰ دانشگاه برتر دنیا در میان رتبه بندی دانشگاه‌های جوان ۲۰۲۱ تایمز نیز به ترتیب شامل دانشگاه فناوری نانیانگ از سنگاپور، دانشگاه تحقیقات پاریس از فرانسه PSL، دانشگاه علوم و فناوری هنگ کنگ، انستیتو علوم و فناوری پیشرفته کره از کره جنوبی، دانشگاه هنگ کنگ، دانشگاه ماستریخ از هلند، مدرسه علوم پیشرفته Sant'Anna از ایتالیا، دانشگاه علوم و فناوری پوهانگ از کره جنوبی، دانشگاه فناوری سیدنی از استرالیا و انستیتو علوم و فناوری اولسان از کره جنوبی هستند.



**تکه‌ای از من
تکه‌ای از زمین**
مریم سادات موسوی
قسمت دوم (اسپانیا)



پیدا کرده تا به شکل امروزی‌اش درآمده است. هر گامی که رقصنده‌های این سبک برمی‌دارند و هر ضربیهی گیتار نوازندگان آن، تاریخچه‌ی غنی این هنر ملی را به نمایش می‌گذارند. این رقص، ریشه در فرهنگ کولی‌های اندلس در جنوب اسپانیا دارد.

بسیاری از گردشگران برای دیدن این رقص از نزدیک به این کشور سفر می‌کنند تا در کافه‌ها و ساحل‌ها بتوانند مردم این کشور را در پایکوبی آخر هفته ببینند و یا در نمایشی عمومی‌تر این فرصت را پیدا کنند که از دیدن این رقص در کنار موسیقی منحصر به فرد آن لذت ببرند.

• روز سه پادشاه



یکی از مهم‌ترین روزهای تعطیل در بارسلون، روز سه پادشاه است که بزرگ‌ترین رژه نمایشی کریسمس را در آن می‌توان دید. روز سه پادشاه در اوایل ژانویه بعد از پایان جشن و سرور کریسمس برگزار می‌شود و دوباره شور و حال تازه‌ای در میان مردم پدید می‌آورد. در این روز، ورود سه پادشاه (سه ایرانی زردشتی که در انجیل متی از آن‌ها به‌عنوان سه پادشاه یاد شده است) را به بیت لحم در فلسطین و آوردن هدایایی برای مسیح تازه متولدشده، جشن می‌گیرند و مردم اسپانیا بر طبق این سنت، به یکدیگر هدیه‌ی کریسمس می‌دهند. زمانی که سه پادشاه سوار بر عرشه‌ی کشتی سانتا یولالیا وارد شهر می‌شوند، موجی از شادی مردم را در برمی‌گیرد.

این رژه نیز یکی از دیدنی‌هایی است که مردم به خاطر تجربه آن از نزدیک، به اسپانیا سفر می‌کنند.

■ در این دو یادداشت سعی کردم توضیحی در مورد تاریخ اسپانیا، جغرافیای آن و جاذبه‌های گردشگری‌اش بدهم. جاذبه‌هایی که انسان‌ساخت و برگرفته از تاریخ پرماجرایی آن است و جاذبه‌های طبیعی که به دلیل ساحل‌ها و آب‌وهوای نسبتاً معتدل این کشور به وجود آمده است. از فرهنگ و هنر و جشن‌های عجیب و غریب این کشور در کنار غذاهایش نوشتم. فکر می‌کنم با همه این توضیحات هنوز نیمی از آنچه که مردم به خاطرش به اسپانیا سفر می‌کنند را اشاره نکرده باشم. در ادامه این یادداشت، نگاهی شبیه به این را به کشور فرانسه خواهیم انداخت. ادامه دارد...

بازگشایی غار علیصدر

مدیرعامل شرکت سیاحتی علیصدر از آمادگی این مجموعه تفریحی، سیاحتی برای پذیرش گردشگر از ابتدای فصل تابستان خبر داد و گفت: مجموع غار علیصدر براساس مصوبه ستاد ملی مقابله با کرونا و با اجرای دقیق پروتکل‌های بهداشتی، پس از هفت ماه تعطیلی بازگشایی می‌شود.

«مهدی مجیدی» مدیرعامل شرکت سیاحتی علیصدر افزود: امیدواریم بازگشایی این مجموعه موجب رونق گردشگری استان باشد تا بخشی از آسیب‌های وارده به این بخش به دلیل شرایط ناشی از همه‌گیری ویروس کرونا جبران شود.

وی گفت: غار علیصدر به طور میانگین سالانه ۶۰۰ هزار بازدیدکننده دارد که این رقم در سال ۹۹ به حدود ۸۰ هزار گردشگری کاهش یافت.

مجیدی تصریح کرد: در سال ۱۳۹۸ درآمد شرکت علیصدر ۲۲ میلیارد تومان بود که این رقم در سال گذشته به سه میلیارد تومان کاهش یافت که البته مجموعه مدیران و کارکنان این شرکت با تحمل شرایط، زمینه برای بازگشایی و فعالیت مجدد آن را فراهم کردند.

کدام زیباتر است؟ اسپانیا یا فرانسه

کانارایا، لاکومرا و فوئرته ونتارا تشکیل شده است.

■ آنچه که به خاطر تجربه‌شان باید به اسپانیا سفر کرد

• غذاهای اسپانیا



در بین کشورهای اروپایی غذاهای اسپانیا یکی از متنوع‌ترین و جالب‌ترین غذاها از نظر گردشگران هستند. پایه و مواد اولیه بیشتر غذاهای اسپانیایی از آبیان، انواع ادویه و سس گوچه تشکیل می‌شود. برای کسانی که اهل شکم‌گردی هستند، تور تیل‌اسپانولا، پائیا والنسیا، چوریزو یا گوشت نمک سود، پنیر مانچگو، کراکت اسپانیایی و ماهی ساردین پیشنهادهایی است که اسپانیا به آن‌ها می‌دهد.

• ال کلاسیکو



ال کلاسیکو که به نام‌های دیگری مثل الدربی اسپانول، ال دربی، ال سوپر کلاسیکو و ال کلاسیک نیز مشهور است، مسابقه فوتبال است که بین دو تیم رئال مادرید و بارسلونا برگزار می‌شود. رقابت بین این دو تیم از این ناشی شده‌است که دو شهر مادرید و بارسلونا دو شهر بزرگ اسپانیا بوده، و این در حالی است که این دو باشگاه موفق‌ترین و محبوب‌ترین باشگاه‌های کشور هستند. این مسابقه یکی از بزرگ‌ترین مسابقات فوتبال در جهان است که هر سال صدها میلیون نفر از کشورهای مختلف شاهد برگزاری آن می‌باشند. به غیر از تماشای آن از تلویزیون، تعداد زیادی از افراد برای دیدن مسابقه از نزدیک نیز به این کشور سفر می‌کنند و بخشی از آمار ورودی گردشگر در اسپانیا را تشکیل می‌دهند.

• مسابقه گاو بازی



وسایت فاینداتور مسابقه گاو‌بازی اسپانیا را از جاذبه‌های

در یادداشت قبل اشاره مختصری به تاریخ کشور اسپانیا و دیدنی‌های تاریخی - طبیعی این کشور کردیم. در مقدمه در مورد اهمیت این کشور در کنار کشور فرانسه به عنوان دو رقیب اصلی صنعت گردشگری در داشتن بالاترین آمار ورودی توضیح دادیم. هرچند شیوع ویروس کرونا این دو کشور را از رونق سابق انداخته است، اما هنوز جاذبه‌های این دو مقصد ارزش مرور دارد.

در نوشته قبلی بخشی از دیدنی‌های اسپانیا را معرفی کردیم. در این یادداشت چند مورد دیگر را نیز می‌شناسیم. علاوه بر آن به سایر جاذبه‌های اسپانیا اشاره می‌کنیم. موارد دیگری به جز بناها و ساحل‌ها که مسافران به خاطر لمس و تجربه سفر در آن‌ها به آن‌جا سفر می‌کنند. برای بعضی از گردشگران اصولاً این شکل از تجربه و لذت نسبت به دیدن تاریخ، در اولویت قرار می‌گیرد.

• ایبیزا



ایبیزا از جزایر سواحل جنوب شرقی کشور اسپانیا است که علاوه بر داشتن سواحل زیبا به دلیل شب‌های زنده و پر از تکاپوش بسیار معروف است.

از پر گردشگرترین سواحل اسپانیا در ایبیزا می‌توان ساحل بنیراس را نام برد. ساحل بنیراس آب‌هایی جادویی به رنگ آبی و سبز، شن‌های سفید و مناظر سرسبز دارد. در این ساحل می‌توان شن‌ها کرد، انواع ورزش‌های آبی مانند پاراسایلینگ و جت اسکی را انجام داد، ماهیگیری کرد و در نهایت از دیدن غروب زیبای آفتاب به همراه رقص نور و دریا لذت برد.

• جزایر قناری



جزایر قناری از مناطق خود مختار اسپانیا به شمار می‌رود. نام‌گذاری جزیره داستانی شنی‌دین دارد. کاناری به معنای سگ بزرگ و وحشی بوده است. این نام به وسیله رومیان باستان به دلیل وجود سگ‌های وحشی زیادی که در منطقه وجود داشتند روی آن گذاشته شد. اما بعدها و با بین رفتن سگ‌ها، پرند بومی جزیره، قناری نام گرفت و رفته‌رفته جزایر قناری به یکی از زیباترین و رؤیایی‌ترین مناطق روی زمین تبدیل شد. جزایر قناری یکی از خوش آب و هواترین مناطق جهان است و از مجموع هفت مجمع الجزیره به نام‌های تریف، ال هیرو، لاپالما، لانزاروته، گرن

گردشگری و صنایع دستی در جشنواره کار آفرینان برتر

وزیر میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی از افزودن شدن گردشگری و صنایع دستی به‌عنوان بخش‌های ویژه به چهاردهمین «جشنواره انتخاب کارآفرینان برتر» خبر داد و گفت: از کارآفرینان برتر این دو حوزه در مراسمی با حضور رئیس جمهور تجلیل می‌شود.

به گزارش میراث آریا، علی‌اصغر مونسان گفت: جشنواره انتخاب کارآفرینان برتر همه‌ساله به همت وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی در بخش‌های مختلف از جمله صنعت، کشاورزی و خدمات برگزار می‌شود که امسال دو حوزه گردشگری و صنایع دستی با هدف حمایت هرچه بیشتر از ذی‌نفعان و فعالان این دو حوزه، به‌عنوان بخش ویژه در چهاردهمین دوره این جشنواره انتخاب شده است. وزیر میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی، ادامه داد: در بخش گردشگری بر اساس مصدق شانزده‌گانه تعیین شده و در بخش صنایع دستی بر اساس رشته‌های مختلف، کارآفرینان برتر انتخاب و در مراسمی با حضور حجت الاسلام و المسلمین حسن روحانی رئیس جمهوری تجلیل می‌شوند.

همکاری در حوزه‌های گردشگری و میراث فرهنگی



وزیر میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی تصریح کرد: «در حوزه صنایع دستی که یکی از مزیت‌های بزرگ کشور ما به‌شمار می‌آید، آمادگی داریم تا نمایشگاه‌های مشترک در این خصوص برگزار کنیم. در حوزه گردشگری نیز امیدواریم پس از کرونا به حالت قبل برگردیم تا روابط گردشگری دو کشور گسترش و بار دیگر رونق پیدا کند.»

وزیر میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی گفت: «همکاری‌های خوبی با کشور آلمان داشتیم و کارهای مشترک زیادی در حوزه میراث فرهنگی با این کشور انجام دادیم، آماده‌ایم این همکاری‌ها گسترش و تداوم پیدا کند.»

به‌گزارش میراث آریا، «هانس اودو موتسل» سفیر جمهوری فدرال آلمان در تهران با «علی‌اصغر مونسان» دیدار و گفت‌وگو کردند.

علی‌اصغر مونسان در این دیدار گفت: «کشور آلمان در حوزه گردشگری جزء سه کشور اروپایی است که گردشگران آن به ایران سفر می‌کنند. ایرانی‌ها نیز به مردم آلمان علاقه‌مند هستند.» او افزود: «در همه زمینه‌ها به‌ویژه در حوزه میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی آماده همکاری با کشور آلمان هستیم. خوشبختانه ایران و آلمان روابط خوبی داشته‌اند و دارند.»



A black and white photograph of a white ceramic cup filled with coffee, sitting on a matching saucer. Two cinnamon sticks are placed diagonally across the front of the saucer. The cup and saucer are set on a textured, light-colored surface, possibly a burlap cloth. Scattered around the cup are several walnuts and large, dried leaves, creating a rustic, autumnal atmosphere.

ایسن ادویه پر قدرت به علت توانایی فوق العاده‌ای که برای تنظیم سطح گلوکز در بدن دارد، یکی از داروهای خانگی برای نارسایی کلیه و بیماری است. افزودن دارچین به چای می‌تواند به کنترل گلوکز کمک کند و از شما در برابر اختلالات قند خون محافظت کند. گلوکز بیش از حد می‌تواند خطر ابتلا به دیابت و نارسایی کلیه را افزایش دهد. این ممکن است خبر خوبی برای بیماران مبتلا به نارسایی کلیه و بیماری‌های کلیوی باشد. هیچ کس نمی‌تواند در طعم عطر و طعم فوق العاده خوراکی‌های دارچینی مقاومت کند. چای دارچینی شما می‌تواند شفا دهند و دردها و بیماری‌هایتان باشد.

به گزارش مدیرکل اکسپرس، تجزیه و تحلیل داده‌ها در مورد بیش از ۳۰ هزار بزرگسال آمریکایی نشان داد که حذف صبحانه به معنای از دست دادن کلسیم موجود در شیر، ویتامین C موجود در میوه و فیبر، ویتامین‌ها و مواد معدنی موجود در غلات غنی شده است.

«کریستوفر تیلور»، سرپرست تیم تحقیق از دانشگاه ایالتی اوهایو، در این باره می‌گوید: «آنچه که ما مشاهده می‌کنیم این است که اگر غذاهایی که معمولاً در وعده صبحانه مصرف می‌شوند را نمی‌خورید، معمولاً تمایلی به مصرف آن‌ها در ادامه روز هم ندارید.»

شواهد زیادی وجود دارد که نشان می دهد آلودگی هوای محیطی با ابتلا افراد به آرتروز التهابی مرتبط است. به گزارش مدیکال اکسپرس، نتایج یک مطالعه گسترده بر جمعیت زنان فرانسوی نشان می دهد قرار گرفتن در معرض دود سیگار در دوران کودکی یا بزرگسالی، خطر ابتلا به روماتیسم مفصلی را افزایش می دهد. مطالعه دوم در ایتالیا نشان داد که آلودگی هوا نیز تاثیر مشابهی دارد. روماتیسم مفصلی، یک بیماری خودایمنی التهابی است که باعث درد، تورم و سفتی مفاصل می شود. هم چنین می تواند باعث خشکی شود و التهاب زمینه ای ممکن است سایر سیستم های بدن را تحت تاثیر قرار دهد. این بیماری در زنان بیشتر از مردان شایع است. این نتایج نشان می دهد که دود ناشی از سیگار کشیدن می تواند حداقل نسبت به آنتی ژن های درگیر در پاتوژن های دخیل در آرتروز مفصلی، خودایمنی ایجاد کند. هم چنین محققان نتیجه گرفتند که آلودگی هوای محیطی موجب کاهش ضعیف به درمان بیولوژیکی می شود. مداخلات برای کاهش انتشار احتراق سوخت های فسیلی ممکن است اثرات مفیدی بر میزان تأثیر درمان های بیولوژیک در افراد مبتلا به آرتروز التهابی داشته باشد.

سلامت باشيم



چای سبز یک درمان مفید برای نارسایی کلیه است. شما باید از برگ‌های سبز و تازه استفاده کنید، زیرا حاوی اکسیدان‌های گیاهی هستند. بنابراین، می‌توانند به محدود کردن شکل‌گیری سنگ کلیه کمک کنند. برای رسیدن به بهترین نتیجه، بهتر است از چای سبز به طور منظم استفاده کنید تا بتوانید کلیه‌هایتان را سالم نگه دارید. این چای دارای اثرات ادراک‌آور، قیاض و هم چنین ضد التهاب است. چای سبز برای بیماران مبتلا به نارسایی کلیه و بیماری‌های کلیوی توصیه می‌شود. قابل ذکر است هنگامی که ثابت می‌شود چای سبز نه تنها برای کلیه مفید است بلکه هم چنین برای هموار کردن عملکرد سایر قسمت‌های بدن نیز فایده دارد.



دمنوش یا جای بابونه حاوی خواص ضد باکتری و اثرات آنتی‌اکسیدانی است که می‌تواند به تقویت سیستم ایمنی بدن کمک کند. قوی بودن سیستم ایمنی بدن نقش مهمی در محافظت از بدن شما در برابر مشکلاتی مانند عفونت، سرماخوردگی و بیماری کلیه دارد. علاوه بر این، جای بابونه به عنوان نوعی داروی خانگی برای ناراسی مهبس بسیار مفید است. بنابراین، می‌تواند با هم مواد زائد بدن را از بین ببرد.



گیاه دارویی ادریسی باعث افزایش میزان ادرار می شود. این کار سنگ هایی را که در کلیه ها جا خوش کرده اند به خارج از مجاری ادراری می فرستد. با افزودن برگ های گل ادریسی به آب داغ و دم کشیدن آن به مدت چند دقیقه، می توانید دمنوش گیاهی ادریس را تهیه کنید. می توانید از دمنوش ادریس برای درمان سنگ کلیه بدون جراحی روزی سه مرتبه استفاده کنید.

گیاه دارویی ریحان از آن دسته گیاهانی است که معمولاً به طور رایج در آشپزی از آن استفاده می‌شود. این گیاه دارویی به طور طبیعی باعث تقویت کلیه‌ها و پاکسازی کلیه‌ها می‌شود. به همین شکل، به دفع سنگ‌های کلیه نیز کمک می‌کند.

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره کل ثبت اسناد و املاک استان تهران مرجع ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری رباط کریم (۱۱۵۳۲۷۷)

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۱۱۵۳۲۷۸)

آگهی، تغییرات شرکت، وبسایت تدبیر، ابن انبار، با مسئولیت محدود به شماره ثبت ۴۲۴۲۰۷ و شناسه ملی ۱۰۳۲۰۷۶۳۲۳۵ به

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری تهران (۱۱۵۳۲۷۹)

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۱۱۵۳۲۸۰)

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری تهران (۱۱۵۳۲۸۱)

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۱۱۵۳۲۸۲)

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۱۱۵۳۲۸۳)

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۱۱۵۳۲۸۴)

سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۱۱۵۳۲۸۴)

زنگ تفریح { جسارت نباشه...فقط برای انبساط خاطر شما! }

بهترین خاطره زندگی من

از چند روز قبل یادم بود که چهارشنبه تولدم است. دوست داشتم مثل سال گذشته مامان یک کیک کوچک ببزد و شب که همه خانواده دور هم جمع شدیم، با بابا، خواهر و برادرم جشن تولد بگیریم.

چهارشنبه صبح قبل از رفتن به مدرسه به مامان گفتم: «امروز چیز خاصی نمی‌خواین بپزین؟» و چشمک زدم. مامان با تعجب گفت: «نه! منظورت چیه؟» یک کم دماغ شدم و گفتم: «هیچی.» و خداحافظی کردم و به مدرسه رفتم.

عصر که از مدرسه برگشتم، دیدم خواهرم دارد بادکنک باد می‌کند و در همان حال به برادرم می‌گوید کاغذ رنگی‌ها و ریشه‌ها را کجا بچسباند. گفتم: «خبریه؟» خواهرم با لحن مسخره گفت: «هرچند نمی‌دونی چه خبره اما بیا کمک کن.» برادرم گفت: «مامان می‌خواست سورپرایزت کنه، آجی گفت خودتم باید کمک بدی. زود باش بیا این کاغذ رنگی‌ها را از دستم بگیر.» دور خانه را دنبال مامان گشتم، نبود. یک‌دفعه دیدم با پدرم وارد شدند. یک کیک دو طبقه خریده بودند. مامان کیک را روی پیشخوان اوپن گذاشت، آمد صورتم را بوسید و گفت: «تولدت مبارک!» بابا گفت: «لوشش نکن دیگه!»

از خوشحالی نمی‌دانستم چکار کنم که خواهرم دستوراتش را صادر کرد! خاله، عمو و دایی همه دعوت شده بودند. من باید خودم را آماده می‌کردم تا به عنوان گل مجلس بدرخشم. بهترین لباسم را پوشیدم و موهایم را حالت دادم. شب فامیل یکی یکی آمدند و هدیه‌های کوچک و بزرگشان را تقدیم کردند. بعضی‌هایشان خوشحالم کرد و بعضی هم البته به درد نخور بود اما به هر حال دستشان درد نکند. دست بچه‌ها فشفشه کوچک دادیم و شمع‌های روی کیک را با همدیگر فوت کردیم. این که همه به خاطر من ششاد و خوشحال بودند، باعث شد که آن روز بهترین و به یاد ماندنی‌ترین روز زندگی من باشد.

از این انشا نتیجه می‌گیریم که بهترین خاطره‌ها را بهترین آدم‌های زندگی‌مان با مهربانی‌شان برایمان می‌سازند و من



خوشحالم که بهترین خانواده دنیا را دارم.

■ ■ ■ ■ ■

یک خاطره بد

یک روز تابستانی بود. روزهای تابستان عادت داشتم تا لنگ ظهر بخوابم و کسی هم کاری به کارم نداشت اما آن روز صبح زود با صدای بابا بیدار شدم. من را صدا می‌کرد. با همان سر و وضع ژولیده به هال رفتم. بابا گفت: «صبحانه‌ات را بخور تا برویم...» پرسیدم: «کجا؟» گفت: «فکر می‌کنم انا لله و انا الیه راجعون را که بگویم، خودت منظورم را می‌فهمی.»

دنیا روی سرم خراب شد. مادر بزرگم مدتی بود که دو بار پشت سر هم سسکنه کرده بود و نصف بدنش فلج شده بود. مادر بزرگ دوست‌داشتنی عزیز من. پخش زمین شدم، گریه کردم و گفتم: «خدایا تو حق نداشتی، تو حق نداشتی عزیزم رو از من بگیری...» داشتم کفر می‌گفتم اما اگر این را هم نمی‌گفتم که دق می‌کردم.

بابا گفت: «وقت برای گریه هست. زود آماده شو، باید برای کارهای خاکسپاری برویم.» به زور خودم را از زمین کندم و بلند شدم. نیم‌ساعت بعد من و مامان و بابا توی جاده بودیم تا برویم خانه پدر بزرگم.

وقتی رسیدیم، همه گریه می‌کردند. عموی کوچکم توی سرش می‌زد و عمهام ضجه می‌زد. مادر بزرگم آرام خوابیده بود و چشم‌هایش را بسته بودند. از رنج‌ها و دردها خلاص شده بود. اما ما را تنها گذاشته بود و این غمی نبود که بشود آن را به این زودی هضم و درک کرد. مخصوصاً برای من که کودکی‌ام را در پناه او و مهربانی‌هایش بزرگ شده بودم. داشتم گریه می‌کردم که آمبولانس آمد. مردها گفتند: «الا اله الا الله» داد زدم و گفتم: «مامانی منو نبریدش.» عموی بزرگم مرا بغل کرد، از کنار جسم بی‌جان مادر بزرگم دور کرد، دستش را روی سرم کشید و گفت: «مرگ حق است!» سال‌ها از آن اتفاق می‌گذرد. اما هنوز این خاطره غمگین جلوی چشمم است. آن روزی که یکی از پشت و پناه‌های عاطفی‌ام را از دست دادم، بدترین خاطره عمر من است.

■ ■ ■ ■ ■

بانوی مسنی میره دکتر، دکتر بهش میگه: ننه هم قند داری هم چربی.

پیرزن میگه: دکتر تورو خدا به عروسام نگی، یه گونی برنجم دارم!!!

■ ■ ■ ■ ■

دوستان از من به شما نصیحت: کرم حلزون نخرید!!! من خریدم حلزونم رو خوب لهش نکرده بودن باهانش چش تو چش شدم!!!

■ ■ ■ ■ ■

مامانم از تلویزیون شنیده که اینترنت اعتیاد آوره



رفته پیش بابام گریه میکرده که ین پسره رو (منو) ببریم آزمایش بده!!!

■ ■ ■ ■ ■

جدیدترین سوالی که دهم حیف نون رو مشغول کرده:

آیا برای آزمایش الهی هم باید ناشتا بود؟!

■ ■ ■ ■ ■

تفاوت بعضی از نسل‌های امروز رو از اونجایی میشه درک کرد که مادر بزرگ من با هشتاد و خرده ای سال سن (دهه ۱۰) بعد از ظهرا میشینه عموپورنگ نگا میکنه اونوقت خواهرزادم با ۵،۴ سال سن (دهه ۹۰) شبا تا فیلم بروس ویلس رو نبینه خوابش نمیبیره!!!

■ ■ ■ ■ ■

طرف عینک دودی میزنه میره از خونه بیرون بعد پسرشو می‌پینه، میزنه تو گوشش.

پسره میگه: بابا چرا میزنی؟

میگه: تو این وقت شب بیرون چیکار میکنی؟

پسرش میگه: بابا شب نیست، عینکتو بردار.

طرف عینکشو برمیداره دوباره میزنه زیر گوش پسرش.

پسرش می‌پرسه: بابا واسه چی میزنی؟

میگه: تو از دیشب تاحالا اینجا چیکار میکردی؟!!!

■ ■ ■ ■ ■

سر سره عقد عروس بله نمی‌گفته. داماد یکم فکر میکنه و

با صدای بلند میگه:

عمو زنجیر بالا!!

■ ■ ■ ■ ■

شب‌ها همش به چت‌خونه میرم من

سراغ آن و آف‌خونه میرم من

توی این چت‌خونه‌ها خسته دردم

به دنبال پس‌آی‌دیم میگردم

پسم گم شده پیداش میکنم من

اگه کار تو هست، رسوات میکنم من

گرد آورنده

خدیجه فدایی زاده

مسافران اتوبوس حادثه دیده سرباز معلم بودند

◀ یک منبع آگاه گفت: مسافران اتوبوسی که صبح امروز در محور زاهدان - آباد ده‌ج حادثه شدند، همگی سرباز معلم بودند.

مجتبی خالدي سخنگوی سازمان اورژانس کشور اظهار کرد: متأسفانه روزسوم تیرماه یک دستگاه اتوبوس در محور زاهدان - آباد ده‌ج در دهشیر یزد واژگون شد که در این حادثه پنج نفر کشته و ۳۳ نفر مصدوم شدند. وی افزود: تمامی مسافران این اتوبوس سرباز معلم بودند که در حال اعزام به محل خدمت بودند.

یک منبع آگاه نیز خبر داد که تمامی سرنشینان این اتوبوس مشمولینی بودند که اعزامی‌های امسال بودند و از همراه بنا بود به عنوان معلم در محل‌های تعیین شده ادامه خدمت سربازی خود را بگذرانند.

کشف بزرگترین مزرعه استخراج رمز ارز

◀ فرمانده انتظامی تهران بزرگ از کشف بزرگ‌ترین مزرعه رمز ارز کشور بالغ بر ۷ هزار ماینر در غرب تهران خبر داد.

سردار حسین رحیمی در تشریح این خبر، بیان داشت: با تلاش توسط پلیس پیشگیری تهران با همکاری سازمان برق تهران بزرگ‌ترین مزرعه استخراج رمز ارز ایران در یک کارخانه متروکه در غرب تهران کشف شد. وی با اشاره به این که در این عملیات بالغ بر ۷ هزار ماینر کشف شد خاطر نشان کرد: تعدادی از این ۷ هزار ماینر نصب شده و تعدادی دیگر در حال نصب بوده است که این مزرعه بزرگ‌ترین مزرعه‌ای بوده که پلیس در روزهای اخیر کشف کرده است

سردار رحیمی با اشاره به اجرای این طرح در ۴۸ ساعت گذشته گفت: گشت‌های پلیس در این خصوص ادامه دارد و تا کنون حدود ۳ هزار مورد دستگاه ماینر در جاهای دیگر پایتخت طی عملیات ۴۸ ساعت گذشته کشف شده است.

رئیس پلیس پایتخت با اشاره به اجرای طرح گسترده در خصوص جمع‌آوری مزارع استخراج رمز ارزها، گفت: در ۲۴ ساعت گذشته از حدود ۵۰ نقطه بازدید شده است که مهم‌ترین و بزرگ‌ترین مورد هم همین مزرعه بوده است که از آن بالغ بر ۷ هزار ماینر کشف شده است. که تأثیر بسیاری بر کمبود برق تهران دارد.

شماره ۱۷۲

--- جدول و سودوکو ---

افقی:

۱- به سلامت جسم و روح کمک می‌کند- پشاش ۲- آویز پرده- شیشه آزمایشگاهی- نام‌ها ۳- اقیانوس ساکت- کشور خودمان- روح جاری ۴- خلاصه چیزی- کرونا ی جهش یافته برای این دسته از افراد جامعه نیز خطر آفرین است- پناهگاه ۷- محلی در عربستان- عالم طبیعت- از روانشناسان انسانگرا که به نظر او انسان‌ها بازپچه سرنوشت و قربانین زندگی نیستند ۸- یکی از نشانه‌های کرونا- تازه و جدید- تکرار یک حرف- از پرندگان با گوشت‌لذیذ ۹- یاقوت- نرم خوبی- استان کویری ۱۰- نکته سنج- داشتن آن یکی از دلایل و رمزهای اصلی موفقیت افراد بوده است ۱۱- حرف نفی عرب- مهار- گویند نان روزانه است- هواپیمای عجول ۱۲- تکان- کشور آفریقایی- طریق کوتاه- خواب عرب ۱۳- وسیله‌ای که زنان هورامان با آن پشم می‌بافند- از اصول مهم در هر رابطه‌ای- تهی‌دست ۱۴- اختیار- خمیازه- نوعی ابرو ۱۵- خوردن چنین غذاهایی آثار بدی بر روی سلامت می‌گذارد- مخدری طبیعی که در مغز و غده هیپوفیز تولید می‌شود

عمودی:

۱- از روانشناسان مطرح که آثار زیادی در توصیف رشد ذهنی کودکان نوشته که می‌توان به کتاب «ذهن و زبان کودک» اشاره نمود- با مسئولیت- در غربت می‌زنند ۲- دوستان- دیوار کوتاه- ترس و فشار عصبی ۳- شعله آتش- از بانیان مکتب گشتالت در روانشناسی- مقوای نازک ۴- تله- بر سر می‌روید- اهل هندوستان- مقصود ۵- نفس خسته- جداکردن- ستون کشتی- خدای درویش ۶- ظرف چایخوری- بنیانگذار آزمون‌های هوشی در روانشناسی ۷- سرپرست- خبرچین- چهره تلویزیونی ۸- زهره و جرئت- از آن طرف درخت زبان گنجشک است- گونه برجسته- شهری در اوکراین ۹- مادر کودکان- نظاره کردن- گودال ۱۰- پشیمان- جیره و موجب ۱۱- بوی ماندگی- درود- پشت دادن به چیزی- ناشنوا ۱۲- خوردنی بعد از غذا- پیشگاه خانه- اسم ترکی- رشد و بالندگی ۱۳- آسیاب خانگی- شهری در ترکیه- پنبه زن ۱۴- تیراندازی نمودن- معمولاً با تب می‌آید- از دوران پر خطر زندگی ۱۵- پایتخت اتریش- روانکاو اتریشی و نویسنده کتاب‌های «تعبیر رویا» و «خود و نهاد»- ممارست

سودوکو شماره ۱۴۳

جواب شماره قبل

۴	۹			۵			۸	۱
		۸	۵					۷
۷			۳		۸	۵		۶
		۷	۱		۹			
۸			۹		۷			
			۸	۳	۶	۴	۹	۷
		۶		۸		۷	۱	
		۷		۴			۲	
۹			۷	۲				۸

۹	۷	۵	۸	۳	۴	۲	۱	۶
۴	۸	۱	۲	۶	۷	۳	۹	۵
۳	۶	۲	۱	۵	۹	۴	۸	۷
۵	۱	۹	۶	۴	۲	۸	۷	۳
۸	۲	۴	۷	۱	۳	۵	۶	۹
۷	۳	۶	۵	۹	۸	۱	۲	۴
۶	۴	۳	۹	۸	۱	۷	۵	۲
۱	۵	۷	۴	۲	۶	۹	۳	۸
۲	۹	۸	۳	۷	۵	۶	۴	۱



گرد آورنده
علیرضا گودرزی

تراز تجاری منفی ۳۰۰ میلیارد دلاری

۱۰۰،۷ میلیون، ۹۳،۹ میلیون و ۱۳۰ میلیون تن کالای غیر نفتی به ارزشهای ۴۱ میلیارد و ۸۴۸ میلیون، پنجاه میلیارد و ۵۶۱ میلیون دلار (بالاترین میزان ارزش صادرات غیر نفتی در کشور) از کشورمان صادر شد و ۲۳۶ میلیون ۴۳۰ میلیون، ۲۵،۱ میلیون و ۳۳،۴ میلیون تن کالا به ارزش های ۴۹ میلیارد و ۷۰۹ میلیون، ۵۳ میلیارد و ۵۶۹ میلیون، ۴۱ میلیارد و ۵۳۹ میلیون و ۴۳ میلیارد و ۶۸۴ میلیون دلار نیز واردات داشتیم.

از ابتدای سال ۹۶ تا اول سال ۱۴۰۰ بیش از ۶۴۰ میلیون تن کالا به ارزش ۳۴۷ میلیارد و ۷۸۲ میلیون دلار تبادل شد که سهم صادرات ۵۰۰ میلیون تن به ارزش ۱۶۷ میلیارد و ۶۵۲ میلیون دلار و سهم واردات ۱۴۰ میلیون تن کالا به ارزش ۱۸۰ میلیارد و ۱۳۰ میلیون تن بوده است.

لطیفی توضیح داد: ۱۳۲،۹ میلیون تن کالا به ارزش ۴۶ میلیارد و ۹۸۲ میلیون دلار در سال ۹۶، ۱۱۸ میلیون تن به ارزش ۴۴ میلیارد و ۶۷۰ میلیون دلار در سال ۹۷ و ۱۳۵ میلیون تن (بالاترین میزان حجمی صادرات در کشور) کالا به ارزش ۴۱ میلیارد دلار در سال ۹۸ و ۱۱۳،۷ میلیون تن کالا به ارزش ۳۵ میلیارد دلار کالای غیر نفتی در سال ۱۳۹۹ صادر شده است و ۳۸ میلیون و ۸۵۶ هزار تن به ارزش ۵۴ میلیارد و ۴۵۹ میلیون دلار در سال ۳۲،۹۶ میلیون و ۲۵۶ هزار تن به ارزش ۴۳ میلیارد و ۱۶۹ میلیون دلار در سال ۳۵،۹۷ میلیون تن به ارزش ۴۳،۷ میلیارد دلار در سال ۹۸ و ۳۳،۷ میلیون تن کالا به ارزش ۳۸،۹ میلیارد دلار در سال ۱۳۹۹ به کشور وارد شده است.

در ۲۴ سال گذشته به دلیل وابستگی به فروش نفت و شرایط سیاسی و بین المللی کشور تراز تجاری کشور به غیر از سال ۹۷ که مثبت یک و نیم میلیارد و سال ۹۴ که مثبت ۸۹۰ میلیون دلار بوده است منفی بوده است. (در سال به منفی بیش از ۳۰۰ میلیارد دلار رسیده است)

وی در خصوص ارزش کالاهای وارداتی و صادراتی در سال های گذشته گفت: در سال های اخیر هر کیلو کالای صادراتی به طور متوسط ۳۰ تا ۳۸ سنت بوده و بالاترین میزان نیز مربوط به سال ۹۰ تا ۵۶ سنت بوده است در موضوع کالاهای وارداتی نیز در سال های اخیر هر کیلو یک دلار و ۲۵ سنت بوده که بالاترین ارزش متوسط واردات در کیلو در ۲۴ سال گذشته نیز به سال ۹۰ با یک دلار و ۶۱ سنت بر می گردد. پایین ترین میزان ارزش صادرات نیز به سال ۷۸ تا ۱۹ سنت برای هر کیلو گرم و برای واردات نیز پایین ترین میزان ارزش به ازای هر کیلو با ۵۵ سنت به سال ۷۹ بر می گردد.

از سال ۷۶ تا کنون روند تجارت خارجی کشور رشد چشم گیری پیدا کرده است و با توجه بیشتر به ظرفیت های داخلی و تولید کالاهای با ارزش افزوده بیشتر و تمرکز بر صادرات کالاهای غیر نفتی با منطقه و کشورهای دنیا می توان صادرات کشور را سالانه ۱۰۰ میلیارد دلار هدف گذاری کرد که این رقم فقط ۱۰ درصد واردات کشورهای همسایه ما از دنیا است.

از سال ۹۳ صادرات معینات گازی به آمار تجارت غیر نفتی کشور افزوده شده است که این نکته برای علاقمندان به حوزه تجارت، برای تحلیل هرچه بهتر این حوزه ضروری به شمار می آید.



و ۱۱۹ میلیون ۲۲۰ میلیارد و ۲۷۵ میلیون ۲۶ میلیارد و ۵۹۸ میلیون و ۳۵ میلیارد و ۳۸۸ میلیون دلار وارد کشور شد. کارنامه تجارت خارجی دولت نهم ۴۳۹،۲ میلیون تن کالا به ارزش ۲۶۸ میلیارد و ۶۳۶ میلیون دلار بود که سهم صادرات غیر نفتی ۱۱۸ میلیون تن به ارزش ۱۳۳ میلیارد و ۷۵۱ میلیون دلار و سهم واردات ۱۶۴،۸ میلیون تن به ارزش ۱۸۵ میلیارد و ۴۵۰ میلیون دلار بوده است که هم در صادرات و هم در واردات رشد محسوسی را کشور تجربه کرده است.

درین سال های ۸۴ تا ۸۷ به ترتیب ۲۵ میلیون، ۲۷،۷ میلیون، ۳۲،۱ میلیون و ۳۳،۲ میلیون تن کالای غیر نفتی به ارزش ۱۰ میلیارد و ۴۷۴ میلیون، ۱۲ میلیارد و ۹۹۷ میلیون، ۱۵ میلیارد و ۳۱۲ میلیون و ۱۸ میلیارد و ۳۳۳ میلیون دلار صادر شد، ۳۵،۴ میلیون، ۳۳،۵ میلیون، ۴۱،۷ میلیون و ۴۱،۱ میلیون تن کالا به ارزشهای ۳۹ میلیارد و ۲۴۷ میلیون، ۴۱ میلیارد و ۲۲۲ میلیون، ۴۸ میلیارد و ۴۳۹ میلیون و ۵۶ میلیارد و ۴۲ میلیون دلار وارد کشور شد.

دبیر شورای اطلاع رسانی گمرک درخصوص تجارت خارجی دولت دهم گفت: در دولت دهم و از سال ۸۸ تا پایان ۹۱، ۴۳۹ میلیون و ۲۲۱ هزار تن کالا به ارزش ۳۶۸ میلیارد و ۶۳۶ میلیون دلار بین ایران و سایر کشورها معامله شد که ۲۶۴ میلیون و ۲۲۱ هزار تن به ارزش ۱۳۳ میلیارد و ۷۵۱ میلیون دلار صادرات کالاهای غیر نفتی ایران و ۱۷۵ میلیون تن کالا به ارزش ۲۳۴ میلیارد و ۸۸۵ میلیون دلار از کشورهای دیگر به ایران صادر شد.

گفتنی است، در این دوره به ترتیب از سال های ۸۸ تا ابتدای سال ۹۲، ۴۷،۵ میلیون، ۶۰،۲ میلیون و ۷۷،۸ میلیون و ۷۸،۷ میلیون تن کالای غیر نفتی به ارزش های ۲۱،۹ میلیارد و ۲۶،۵ میلیارد، ۴۴ میلیارد و ۴۱،۳ میلیارد دلار به سایر کشورها صادر شد و ۵۱،۹ میلیون (بالاترین میزان وزنی واردات در ۲۴ سال گذشته)، ۴۵،۳ میلیون، ۳۸،۳ میلیون و ۳۹،۴ میلیون تن به ارزش های ۵۵ میلیارد و ۲۸۷ میلیون، ۶۴ میلیارد و ۴۵۰ میلیون (بالاترین میزان ارزشی واردات در ۲۴ سال گذشته)، ۶۱،۸ میلیارد و ۵۳ میلیون دلار، کالا از سایر کشورها خریداری شد.

سخنگوی گمرک در خصوص کارنامه تجارت خارجی دولت یازدهم اظهار داشت: از سال ۹۲ تا پایان سال ۹۵، ۵۶۳ میلیون و ۷۵۱ هزار تن کالا به ارزش ۳۶۷ میلیارد و ۸۳۹ میلیون دلار بین ایران و سایر کشورها داد و ستد شد که ۴۱۸،۵ میلیون تن به ارزش ۱۷۹ میلیارد و ۳۳۸ میلیون دلار آن را صادرات و ۱۴۵ میلیون و ۲۵۱ هزار تن به ارزش ۱۸۸ میلیارد و ۱۰۰ میلیون دلار آن واردات بوده است.

گفتنی است؛ از سال ۹۲ تا ۹۵ به ترتیب ۹۳،۸ میلیون،

تس نیم - بررسی آمارهای گمرک از دولت هفتم تا کنون نشان میدهد، بیش از ۲ میلیارد تن کالا به ارزش هزار و ۷۰۰ میلیارد دلار وارد و صادر شده است. تجارت خارجی کشورمان از سال ۷۶ تا پایان سال ۹۹ دو میلیارد و ۷۱۴ میلیون و ۹۳۳ میلیون دلار بوده است که سهم واردات ۸۳۰ میلیون و ۴۰۵ هزار تن به ارزش ۹۴۷ میلیارد و ۴۱۴ میلیون دلار و سهم صادرات نیز یک میلیارد و ۴۱۹ میلیون تن به ارزش ۷۶۷ میلیارد و ۵۱۹ میلیون دلار بوده است.

توجه به تجارت خارجی، به ویژه صادرات غیر نفتی در سال های پس از جنگ تحمیلی آغاز شد و به فراخور باور دولتمردان، توانمندی تولیدکنندگان و پیگیری تجار در بازارهای بین الملل و کشش بازار در کشورهای مختلف تغییرات محسوسی ایجاد شد. البته آمارها موبدان است که هرگاه نفت از لحاظ حجم و ارزش فروش بیشتری داشته توجه به تجارت غیر نفتی را هم تحت تاثیر قرار داده است.

در چهار سال دولت هفتم، کل تجارت خارجی کشورمان ۱۴۱ میلیون و ۴۰۸ هزار تن به ارزش ۶۹ میلیارد و ۷۷ میلیون دلار بوده است که سهم واردات ۸۶ میلیون و ۴۰۸ هزار تن به ارزش ۵۶ میلیارد و ۶۷۷ میلیون دلار و سهم صادرات غیر نفتی ۵۵ میلیون تن به ارزش ۱۳ میلیارد و ۱۰ میلیون دلار بوده است.

در همین خصوص سخنگوی گمرک در توضیح این دوره چهار ساله گفت: سال ۷۶، ۸۶ میلیون تن کالا به ارزش دو میلیارد و ۸۷۳ میلیون دلار صادر شد که این میزان کمترین حجم و ارزش صادرات غیر نفتی در ۲۴ سال گذشته بوده است، واردات در این سال ۲۱،۸ میلیون تن به ارزش ۱۴،۲ میلیارد دلار بوده است. در سال ۷۷ هم ۱۴،۴ میلیون تن کالا به ارزش سه میلیارد و ۱۳ میلیون تن صادر شد و ۱۶،۳ میلیون تن کالا به ارزش ۱۴،۳ میلیارد دلار واردات صورت گرفته که از لحاظ حجم واردات کمترین میزان در ۲۴ سال گذشته بوده است. در سال ۷۸ نیز ۱۷،۵ میلیون تن کالای غیر نفتی به ارزش سه میلیارد و ۳۶۰ میلیون دلار صادر شده و ۲۱ میلیون و ۵۴۸ هزار تن کالا به ارزش ۱۲،۷ میلیارد دلار وارد شده است که از لحاظ ارزش کالای وارداتی این رقم کمترین میزان واردات در ۲۴ سال گذشته بوده است. در سال ۷۹ نیز ۱۴،۲ میلیون تن کالا به ارزش سه میلیارد و ۷۶۲ میلیون دلار صادر شده و ۲۶،۷ میلیون تن به ارزش ۱۴ میلیارد و ۸۶۵ میلیون دلار نیز وارد شده است.

از سال ۸۰ تا ۸۳ نیز زمان دولت هشتم تجارت خارجی اندکی رشد را تجربه کرد و ۱۸۲ میلیون تن کالا به ارزش ۱۲۴ میلیارد دلار، وارد یا صادر شد که سهم صادرات ۶۳،۱ میلیون تن به ارزش ۲۱ میلیارد و ۶۵۱ میلیون دلار بود و ۱۱۹ میلیون تن به ارزش ۱۰۲ میلیارد و ۳۸۱ میلیون دلار، سهم واردات در این دوره چهار ساله بود.

در سال های ۸۰ تا ۸۳ به ترتیب ۱۶،۲ و ۱۳،۳ و ۱۵،۴ و ۱۸ میلیون تن کالای غیر نفتی به ارزش های چهار میلیارد و ۲۲۴، چهار میلیارد و ۴۰۸، پنج میلیارد و ۹۷۲ و ۶ میلیارد و ۸۴۷ میلیون دلار صادر شد و به ترتیب ۲۷،۴ و ۲۶،۹ و ۳۰،۱ و ۳۴،۰ میلیون تن به ارزش های ۱۸ میلیارد

ارزدیجیتال ایرانی در بازار

❖ ادامه از صفحه ۱: مدیرعامل شرکت برگ زیتون معتقد است که در آینده صادرات و واردات از طریق bze انجام شود و بازگشت پول به راحتی صورت می گیرد. وی اضافه کرد: در ۲۲ بهمن سال گذشته توکن bze را به مبلغ ۱۰ ریال عرضه کردیم و طی مدت ۶ ماه قیمت آن به ۱۰ تومان رسیده است؛ مرام نامه شبکه زر در زر نتورک قابل دسترسی است.



دکتر عباس جم در پاسخ به پرسش خبرنگاران مبنی بر این که چه اطمینانی وجود دارد که این رمز ارز همانند دیگر ارز های دیجیتال ایرانی با شکست مواجه نشود؟ گفت: ارزهای قبلی نقد شوندگی بسیار سختی داشتند اما bze را به تتر می توانید تبدیل کنید و این که این رمز ارز با پشتوانه بیمه همراه است.

این کارآفرین حوزه دیجیتال در پایان با اشاره به رشد بازار تجارت با ارز های دیجیتال تاکید کرد: برای ورود کشورمان به این حوزه در جهت دور زدن تحریم ها یک همت مضاعف می طلبد که باید همه با هم دست به دست دهیم و بدون هر نگاه منفعت طلبانه در این حوزه فعالیت کنیم

مهندسان ایرانی پیشرو در زمینه کیف پول دیجیتال

حسین جرثی، رئیس هیات مدیره هلدینگ رستاک نیز در ابتدای این جلسه با اشاره به راه اندازی نخستین پلاک چین ایرانی توسط موسسه برگ زیتون در ایران بیان کرد: با تلاش مهندسان ایرانی امنیت رمز ارزها و کیف پول امن نرم افزاری و سخت افزاری ایرانی ایجاد شده است، شایان ذکر است در دنیا کیف پول های نرم افزاری رمز ارز که پیام رسان داشته باشد تعداد کمی داریم اما شبکه زر این کار را انجام داده است.

رئیس هیات مدیره هلدینگ رستاک افزود: کیف پول نرم افزاری یک محیط امن برای ذخیره و انتقال رمز ارز است که با سیستم عامل های اندروید و iOS بر روی تلفن های همراه کار می کند و می چنین اضافه کرد ممکن است ارزها در کیف های نرم افزاری رمز ارز دچار مشکل شود اما در کیف پول سخت افزاری امنیت بسیار بالایی وجود دارد. این کارآفرین عرصه دیجیتال با تشریح امکانات کیف پول های نرم افزاری و سخت افزاری ایرانی، تاکید کرد: در کیف پول های ما مولتی ساین بودن جزء امکانات مهم است که امکان دسترسی ۲ نفر یا چند نفر در کیف پول وجود دارد و چند نفر با هم می توانند با خیالی آسوده یک سرمایه را در یک کیف پول ذخیره کنند و دسترسی به آن نیازمند داشتن همزمان تمام رمزهای همه افراد است درست مانند حساب های بانکی دو یا چند امضا و هر کدام رمز خودشان را دارند، وی افزود در کیف پول های سخت افزاری ایرانی قابلیت otp پیاده سازی شده است، بدین صورت که پس از پیکربندی کیف پول آن را به یک شماره تلفن همراه متصل مینماید و کاربر پس از ورود رمز یک رمز یکبار مصرف از طریق پیامک بر روی گوشی تلفن همراه خود دریافت می کند و با وارد کردن آن به کیف پول وارد و به ارزهای ذخیره شده در آن دسترسی خواهد داشت که این موضوع فقط در کیف پول رمز پایه سخت افزاری ایرانی جهت به حداکثر رساندن امنیت سرمایه ها پیاده سازی شده است درست همانند رمز پویای سیستم بانکی کشور.

به گفته حسین جرثی مدیرعامل هلدینگ رستاک، نخستین سامانه تجارت جهانی با رمز ارز به ۳۲ زبان دنیا توسط هلدینگ رستاک ایجاد شده که در شرایط تحریم اقدام خوبی به شمار می رود و برگشت هزینه کالا و محصولات در صادرات خارجی با این سامانه حل می شود. وی در پایان تصریح کرد: از نخستین باشگاه رمز پایه کشور به زودی رونمایی می شود و در این باشگاه بدون نیاز به سخت افزارهای گران قیمت و برق زیاد ارز دیجیتال را مردم می توانند استخراج کنند.

بازار طلای سرخ تعریفی ندارد



بزرگترین تولیدکننده نیست.

عضو شورای ملی زعفران در واکنش به رواج قاچاق پياز زعفران بیان کرد: سال هاست قاچاق پياز زعفران از مرزهای کشور رواج پیدا کرده که وزارت جهاد کشاورزی به عنوان متولی تولید وظیفه کنترل را بر عهده دارد، چرا که با قاچاق پياز زعفران و توسعه آن در کشورهای همسایه، تولید این محصول استراتژیک دچار چالش می شود.

او ادامه داد: گرچه وزارت جهاد، تشکل ها را متهم می کند که اقدامی در این باره نکرده اند، اما کنترل مبادی خارجی بر

عهده نهادهای دولتی است که باید بر این موضوع نظارت جدی داشته باشند.

این مقام مسؤول با اشاره به تاثیر کم بارشی و خشکسالی بر تولید گفت: زعفران به عنوان محصول مهم و استراتژیک مناطق خشک است، از این رو انتظار می رود که سیاست گذاری دولت به گونه ای باشد که کشاورزان امید خود به توسعه کشت را از دست ندهند.

او افزود: با توجه به شرایط کمبود بارش و خشکسالی نه تنها افزایشی در تولید نخواهیم داشت، بلکه در بسیاری از مزارع تولید صرفه اقتصادی ندارد.

حسینی در پایان با بیان این که کشاورزان رکن اصلی در اشتغال زایی روستایی هستند، تصریح کرد: با توجه به آن که عمده اشتغال در بخش کشاورزی است، اما قیمت محصول به رغم هزینه های بالای تولید تغییری نداشته است که با استمرار این روند و ناامیدی روستاییان، اشتغال دچار آسیب می شود.