



نامه بیست سینماگر  
سرشناس در چهلین  
روز فاجعه میناب



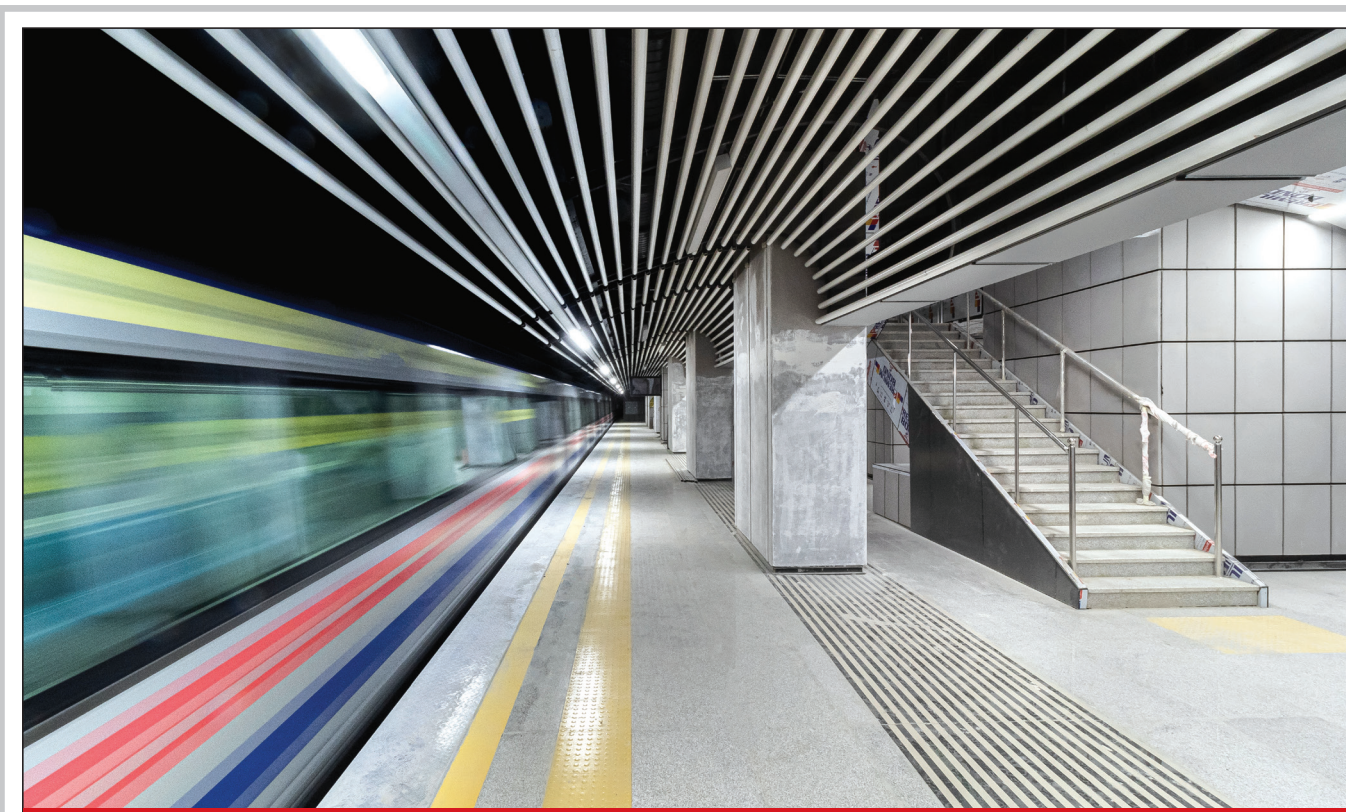
تجمع اصحاب فرهنگ  
و رسانه در مراسم چهلیم  
رهبر شهید و شهدای  
دانش آموز میناب



دستاوردهایی پر هزینه  
اسماعیل عسلی

ناکامی شورای امنیت در پیشبرد اهداف سیاسی علیه ایران؛

# روسیه و چین قطعنامه ضدایرانی بحرین درباره تنگه هرمز را وتو کردند



نگین خط ۲ متروی شیراز آماده افتتاح است



بررسی ظرفیت «شیراز خودرو» برای  
پشتیبانی از ناوگان حمل و نقل عمومی



امیدی مدیر ستاد هماهنگی کانون‌های  
فرهنگی هنری مساجد:  
کانون‌های مساجد فارس  
در اربعین فراق میزبان عاشقان  
قائد شهید امت می‌شوند



آیت‌الله سید شرف‌الدین ملک‌حسینی:  
برای فرزندان  
مجد و عظمت  
به ارث بگذارید

تامین و تحویل ۳ هزار دستگاه  
انواع تجهیزات پزشکی  
به بیمارستان‌های فارس

قابلیات:

انگشتی که به نشانه تهدید  
یا تسلیم سوی ملت ما نشانه  
رود را قطع می‌کنیم

\*\*\*

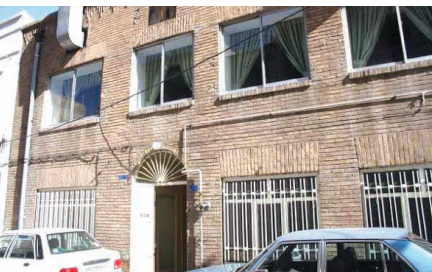
سردار موسوی:  
وارد مرحله جدیدی  
از جنگ شدید

\*\*\*

سفیر ایران:  
تلاش‌های سازنده پاکستان  
برای توقف جنگ  
به مرحله حساس  
و حیاتی نزدیک می‌شود

\*\*\*

طرح نماینده ایرانی تبار کنگره  
آمریکا برای استیضاح هگست



ویرانی کامل کنیسه یهودیان و  
خسارت تورات‌های چندصدساله  
در حمله هوایی به تهران

روسیه و چین، دو عضو دائم شورای امنیت سازمان ملل قطعنامه  
پیشنهادی بحرین - به عنوان رئیس دوره‌ای شورای امنیت در ماه  
جاری میلادی (آوریل ۲۰۲۶) - را درباره تنگه هرمز وتو کردند.

به گزارش خبرنگار ایرنا، پیش‌نویس قطعنامه پیشنهادی بحرین در  
نشست امروز (سه‌شنبه) به وقت محلی (هفتم آوریل ۲۰۲۶ برابر با  
۱۸ فروردین ۱۴۰۵) شورای امنیت سازمان ملل متحد به رای گذاشته  
شد و روسیه و چین با رای مخالف خود، آن را وتو کردند.

پیش‌نویس قطعنامه پیشنهادی بحرین ۱۱ رای موافق، دو رای مخالف  
روسیه و چین و دو رای ممتنع پاکستان و کمبیا را به دست آورد.  
بحرین که همزمان با برخی دیگر از کشورهای عربی قلمرو و خاک  
خود را در اختیار آمریکا و اسرائیل برای تجاوز به ایران قرار داده است،  
در پیشبرد اهداف سیاسی خود با سوء استفاده از موقعیت ریاست  
شورای امنیت سازمان ملل برغم حمایت واشنگتن ناکام ماند.

قطعنامه پیشنهادی بحرین به نمایندگی از کشورهای عضو شورای  
همکاری خلیج فارس (به جز عمان) و نیز کشور اردن درباره تنگه  
هرمز در پی تجاوز آمریکا و اسرائیل به ایران، ارائه شده بود.

به گزارش خبرنگار ایرنا، در پی رایزنی‌های فشرده و مخالفت شدید  
روسیه و چین، در متن نهایی قطعنامه پیشنهادی بحرین، عبارت بحث  
برانگیز «تمامی ابزارهای لازم» که مجوز توسل به زور را می‌داد، حذف  
شده بود و تنها بر هماهنگی دفاعی برای اسکورت کشتی‌های تجاری  
در تنگه هرمز تأکید داشت اما باز هم به تصویب نرسید و آمریکا و  
متحدهای عربی و اروپایی او در شورای امنیت ناکام ماندند.

نماینده بحرین در سازمان ملل در سخنانی پیش از رای گیری مدعی  
شد: پیش‌نویس قطعنامه‌ای را به شورای امنیت سازمان ملل ارائه  
کردیم تا امنیت دریانوردی در خلیج فارس را تأمین کنیم.

منابع دیپلماتیک پیش از برگزاری این نشست به خبرنگار ایرنا در  
سازمان ملل گفتند که رایزنی‌های بسیار فشرده‌ای در سطوح مختلف  
دیپلماتیک تا آخرین لحظات در حال انجام بود.

نشست شورای امنیت سازمان ملل برای این قطعنامه ابتدا قرار بود  
روز جمعه (سوم آوریل ۲۰۲۶ / ۱۴ فروردین ۱۴۰۵) برگزار شود که  
به روز شنبه (چهارم آوریل ۲۰۲۶ / ۱۵ فروردین ۱۴۰۵) موکول شد تا  
رایزنی‌های بیشتری صورت گیرد اما نشست روز شنبه نیز بار دیگر به  
توقیف افتاد و سرانجام امروز به وقت محلی (هفتم آوریل ۲۰۲۶ برابر  
با ۱۸ فروردین ۱۴۰۵) برگزار شد.

هر قطعنامه برای تصویب در شورای امنیت سازمان ملل نیاز به ۹ رای  
موافق بدون وتوی پنج عضو دائم این شورا دارد اما قطعنامه بحرین با  
وجود کسب ۱۱ رای موافق بدلیل وتوی دو عضو دائم شورای امنیت  
به تصویب نرسید.

شورای امنیت سازمان ملل دارای پنج عضو دائم (آمریکا، انگلیس،  
روسیه، چین و فرانسه) و ۱۰ عضو غیر دائم است که برای تصویب هر  
قطعنامه پنج عضو دائم نباید به آن رای منفی بدهند.  
در پی تجاوز آمریکا و اسرائیل به ایران از نهم اسفند ۱۴۰۴ (۲۸ فوریه  
۲۰۲۶) و عدم محاسبه پیامدهای اقتصادی این جنگ بر تنگه هرمز و  
بخش نفت و انرژی در جهان و آمریکا، قیمت جهانی نفت و نیز بنزین  
در دنیا و به ویژه آمریکا رو به افزایش است.

تنگه هرمز یکی از راهبردی‌ترین گذرگاه‌های دریایی جهان است که  
امنیت انرژی و ثبات اقتصاد جهانی به آن وابسته است، روزانه حدود  
۲۰ تا ۲۱ میلیون بشکه نفت از این مسیر باربر عبور می‌کند و بخش  
قابل توجهی از گاز طبیعی و فرآورده‌های پتروشیمی جهان نیز از همین  
مسیر صادر می‌شود.

یوسف پزشکیان:

## شهدا را از میان مردان «بی‌ادعا» انتخاب می‌کنند



فرزند و مشاور رییس جمهور گفت: اول و آخر صف بودن  
شرافت نمی‌آورد، شهدا را از میان مردان «بی‌ادعا» انتخاب  
می‌کنند: «کجا باید مردان بی‌ادعا...»

به گزارش ایسنا، یوسف پزشکیان در یادداشتی تلگرامی  
با اشاره به دوشنبه ۱۷ فروردین روز سی‌وهشتم جنگ  
نوشت:

«سلام دوستان  
روzman با تأسف و تأثر از خبر شهادت سردار خادمی شروع  
شد. و با فکر وضع اسفناک کسب‌وکارهای اینترنتی سبزی  
شد. به این فکر می‌کردم که بدون کار و درآمد این روزها  
چگونه زندگی می‌کنند؟ کاش می‌شد کاری برایشان کرد.  
خبر جلسه دکتر هاشمی با بعضی شرکت‌ها و وعده‌های  
پرداخت تسهیلات به آن‌ها را دیدم اما مشکل برخی از  
کسب‌وکارهای خرد که در پارک‌ها مستقر نیستند و اصلاً  
دانش‌بنیان نیستند، به نظرم پیچیده‌تر است و با این  
اقدامات حل نمی‌شود.

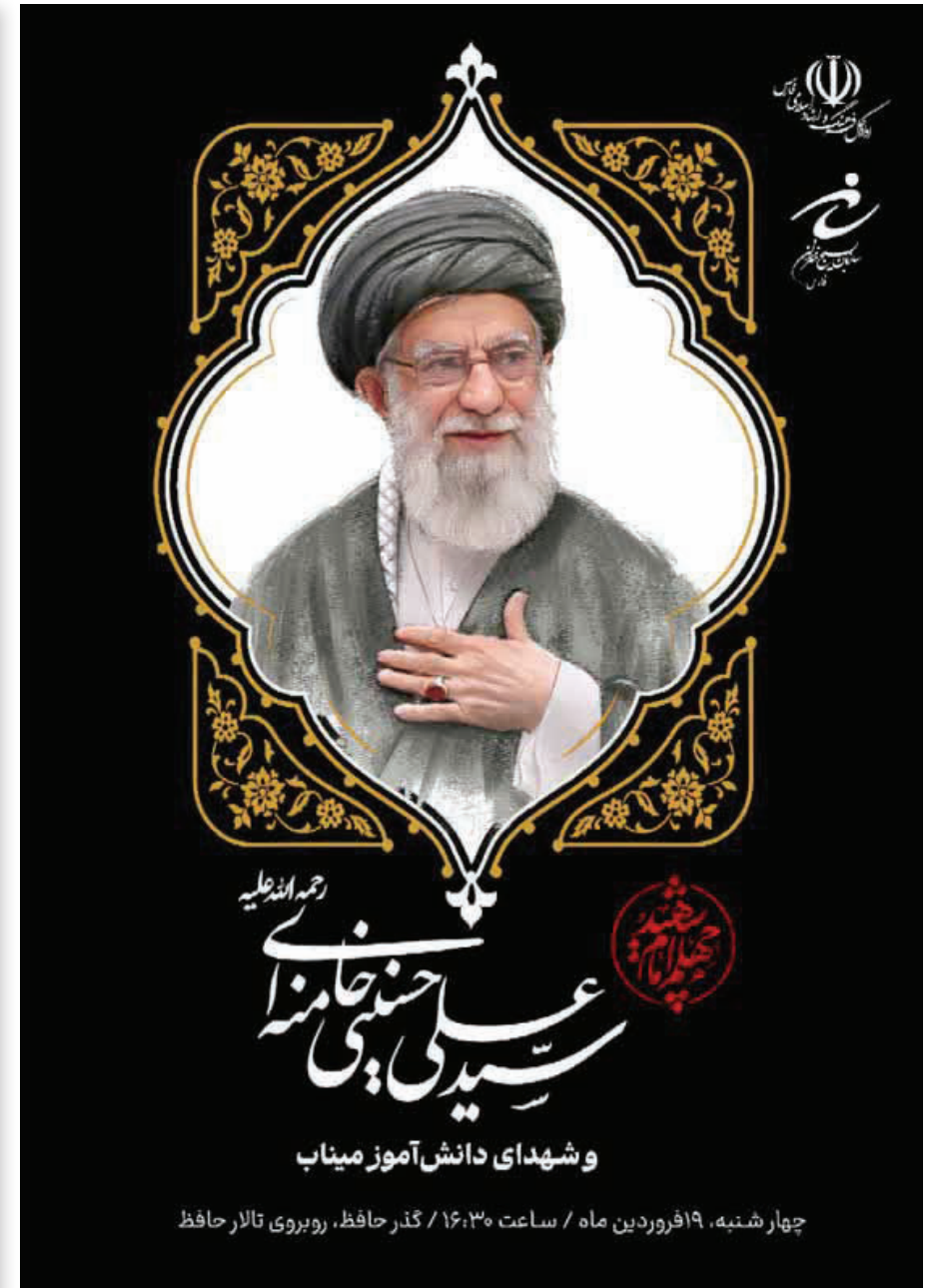
برخلاف روزهای دیگر امروز حضور وزرا در صدا و سیما و  
خبرها پررنگ بود. آقایان اتابک، کاظمی، صالحی‌امیری و  
هاشمی و خاتم صادق را دیدم.  
شنیدم آقای شمس‌الواعظین (از اعضای شورای اطلاع  
رسانی دولت) پیشنهاد کرده که با توجه به تهدید ترامپ به  
زمن زیرساخت‌ها و نیروگاه‌ها، مردم به جای میدان‌ها در  
محل نیروگاه‌ها، پتروشیمی‌ها و پل‌ها تجمع کنند. به این  
فکر می‌کردم که تانیاها که اساساً جنایت‌کار است و جان  
مردم برایش مطرح نیست؛ رئیس‌جمهور آمریکا هم تعادل  
روحی ندارد، آیا ممکن است با وجود حضور مردم باز هم  
نیروگاه‌ها را هم بزنند؟

بعد از شگفتی دیدم که آقای علی قمصری (نوازنده) اعلام  
کرده که نگران تهدید زیرساخت‌های ایران است و صبح  
با سازش به محل نیروگاه برق دماوند می‌رود و به نواختن  
موسیقی می‌پردازد تا جلوی نابودی زیرساخت‌ها را بگیرد.  
کمی بعد دیدم که دکتر علیرضا رحیمی معاون جوانان  
وزارت ورزش هم از جوانان دعوت کرده که فردا دوشنبه ۲  
ظهر در دور نیروگاه‌ها جمع بشوند تا به دنیا بگویند حمله  
به زیرساخت‌ها جنایت جنگی است.

دنیا دارد می‌بیند که ایران میلیون‌ها جان فدا دارد...  
شام با جمعی از دوستان قدیمی دور هم جمع بودیم. از  
من درباره زدن هواپیمای C۱۳۰ سوال کردند. من هم  
خواستم چند کلمه‌ای اظهار فضل کنم که دیدم که همه  
دوستان اطلاعاتشان از من بیشتر است، دقتم را درآوردم و  
از حرف‌هایشان یادداشت برداشتم.

می‌گفتند C۱۳۰ خیلی بزرگ است. تا ۵۰۰ نفر نیرو هم  
می‌تواند جابجا کند. یکی از دوستان که خلبان هم بود  
می‌گفت که این هواپیما می‌تواند به یک سری افزونه‌ها  
مجهز شود که آن را قادر می‌سازد در روی زمین چمن یا  
حتی بیابان هم بنشیند و بلند شود.

سوال اصلی دوستان این بود که داخل هواپیما چی بود؟  
سوال اصلی دوستان این بود که داخل هواپیما چی بود؟



چهارشنبه ۱۹ فروردین ماه / ساعت ۱۶:۳۰ / گذر حافظ، روبروی تالار حافظ

به دعوت اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی فارس برگزار می‌شود:

تجمع اصحاب فرهنگ و رسانه  
در مراسم چهلیم رهبر شهید و شهدای دانش آموز میناب

در این شب باشکوه، همراه با اجرای برنامه‌های فرهنگی و هنری،  
دل‌های ما در کنار هم برای ایران عزیز و فرهنگ پرافتخار این سرزمین  
خواهد تپید.  
از همه مردم عزیز، اصحاب رسانه، اصحاب قرآنی، جوانان، خانواده‌ها  
و علاقه‌مندان به فرهنگ و هنر دعوت می‌شود با حضور خود، شکوه  
این محفل مردمی را دوچندان کنند  
چهارشنبه ۱۹ فروردین ۱۴۰۵ / ساعت ۱۶:۳۰  
گذر حافظ روبروی اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی فارس  
هنر.

به گزارش روابط عمومی اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان فارس  
در روزگاری که یاد و نام مردان بزرگ، چراغ راه نسل‌هاست، به یاد رهبر  
شهید و شهدای مدرسه میناب، فرماندهان و همه شهدای سرافراز  
وطن گرد هم می‌آییم تا در فضایی سرشار از فرهنگ، هنر و همدلی،  
اینستی حماسی و معنوی را رقم بزنیم.  
این فرصتی است برای پاسداشت ارزش‌های انسانی، روایت  
ایستادگی و زنده نگه داشتن روح حماسه در قالب قرآن شعر، نغمه و  
هنر.

## دستاوردهایی پر هزینه

پشت کردن به ارزش های انسانی و حقوق بشر توسط آمریکا و رژیم صهیونیستی در جنگ رمضان با حمله به مدرسه شجره طیبه در مناب آغاز شد ، هر چند آمریکایی ها مثل همیشه و با بهره گیری از فرمولی نخ نما شده مسئولیت این اقدام را متوجه ایران کردند اما از آنجایی که دروغگو حافظه ندارد و گرگ نمی تواند خوی درندگی خود را کنار بگذارد آنها با حمله به مرکز پژوهشی و تحقیقاتی پاستور ، مرکز هوش مصنوعی دانشگاه صنعتی شریف ، حمله به بیمارستان ها ، مدارس و خودروهای امدادی و همچنین موشک باران زیرساخت ها ثابت کردند که علی رغم ادعای ابرقدرت بودن قادر به ادامه ی جنگی در چارچوب قواعد نظامی و انسانی نیستند و در واکنش به میدان داری ایران در جنگ نامتقارن ، تمامی ارزش های تبلیغ شده در سیمینا هالیوود و رسانه های پرطمطراق به اصطلاح مدافع حقوق بشر و هژمونی برساخته ی خود را زیر سؤال بردند تا جهانیان به تماشای آمریکای بدون نقاب بنشینند . کسانی که زمانی جهان کمونیست را متهم می کردند که آنها برای رسیدن به اهداف خود به هر وسیله ای متوسل می شوند پس از ناامیدی از کارایی ناوهای هواپیما بر ، جنگنده های مدرن و تکنولوژی و هوش مصنوعی ، برای وادار کردن ایران به تسلیم بی قید شرط ، به همان شیوه های رعب انگیز و ضد انسانی روی خوش نشان دادند و ثابت کردند که نه تنها برای کمک رسانی به مردم ایران نیامده اند بلکه با کمال وقاحت و بدون اظهار شرمندگی ، مشمژکننده ترین سخنان را برای تحقیر مردم ایران به زبان می آورند .

این که مردم آمریکا از این پس با ترامپ و تیمی که او را همراهی می کند چه خواهند کرد به خودشان مربوط می شود اما نباید فراموش کرد که ترامپ پیش از حمله به ایران ، کانادا ، گرینلند ، پاناما و کوبا و حتی اروپایی ها را نیز تهدید و تحقیر کرده بود و با اعمال تعرفه های بی سابقه ، آمریکا را در برابر جهان قرار داده بود .

سکوت و عدم همراهی برخی کشورها در واکنش به استمداد ترامپ و به سخره گرفتن ادعاهای او در واقع پاسخی بود به تحریم ها و تحقیرها و تعرفه های ترامپ و این که حتی آمریکایی ها نیز که ابتدا از شعار "اول آمریکا" ی ترامپ استقبال کرده و به صلح طلبی دروغین او رای داده بودند اکنون او را سلطانی دیکتاتور توصیف می کنند که به جمهوریات ، آن هم از نوع آمریکایی آن اعتقادی ندارد و از هم اکنون زرمزه هایی مبنی بر محدود سازی اختیاراتش و همچنین استیضاح برخی از اعضای کابینه اش ، بر سر زبان هاست .

قرار رو به جلو ترامپ و این که او مسئولیت شکست خود در این قمار بزرگ را به گردن این و آن می اندازد و کردهای عراقی را به عدم همراهی در توزیع سلاح بین ایرانی ها متهم می کند در واقع گونه ای مقدمه چینی برای جا انداختن بی عیب و نقص بودن نقشه او برای راه اندازی جنگی پرهزینه است . ترامپ اکنون بدون پرده پوشی می گوید که برای نفت ایران آمده و هدفش بلعیدن معادن و منابع کشور ماست . شگفت انگیز است که اعراب پاکبازانه حاشیه خلیج فارس با شنیدن این سخنان بر ترامپ نمی شورند . در شرایط کنونی گفتن سخنانی از این دست که اسرائیلی ها توانستند ترامپ را گول بزنند و روس ها سود آن را ببرند و هدف نهایی ترامپ اداره منابع انرژی و به گوشه رینگ بردن چین بوده و اروپایی ها نیز مانند لاشخور بالای سر غرب آسیا دور می زنند تا پس از ویرانی کامل منطقه بر سر این خوان گسترده بنشینند ، مشکلی را حل نمی کند اما این جنگ با تمامی خسارت ها و ویرانی هایی که بر جای گذاشت یک چیز را به همه جهانیان ثابت کرد و آن این که هزینه استقلال تک ساتی و تمام عیار بسیار بالاتر و جهان بی رحم تر از آن است که بتوان به عملکرد نهادهای بین المللی دل بست .

آمریکا در این جنگ سازمان ملل و شورای امنیت را نیز بمباران کرد ، میان تهی بودن پیمان ناتو را به نمایش گذاشت و اتحادیه عرب را به سخره گرفت و ضرورت بازنگری در مناسبات سیاسی ، بسیاری از کنوانسیون ها و معادلات اقتصادی را یادآور شد . دستاوردهایی که ما هزینه اش را پرداختیم و جهان از آن بهره مند خواهد شد . دستاوردهایی پر هزینه

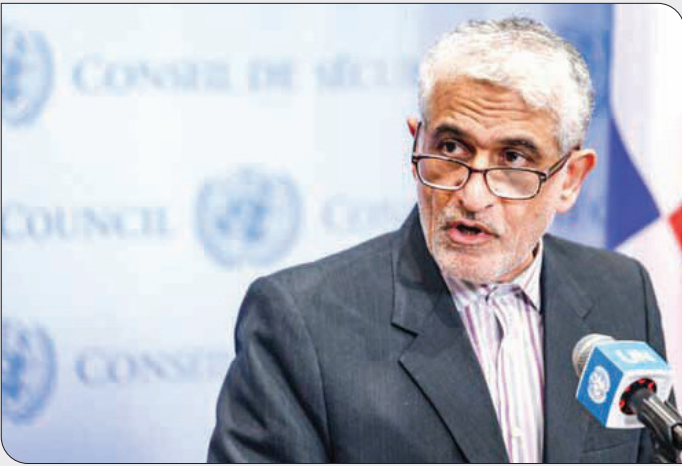
کارشناس ایرانی-بریتانیایی:

## تنگه هرگز فقط برای حامیان «جنگ غیرقانونی» بسته است

یک کارشناس ایرانی-بریتانیایی، گفت تنگه هرگز فقط برای حامیان «جنگ غیرقانونی» بسته است و آمریکا و اسرائیل با حمله به ۶۰۰ مدرسه و ۳۰ دانشگاه در ایران، مرتکب جنایت جنگی شده‌اند.

به گزارش ایسنا، صوم ترافی اندرلینی نویسنده و کارشناس ایرانی-بریتانیایی، در گفتگو با شبکه ۴ بریتانیا اعلام کرد که تنگه هرگز تنها برای کشورهای که «جنگ غیرقانونی» و «جنایت‌های جنگی» را حمایت می‌کنند، بسته است و کشتی‌های کشورهای چون ژاپن، چین و اسپانیا همچنان می‌توانند تردد کنند. اندرلینی، رئیس شبکه اقدام جامعه مدنی بین‌المللی (ICAN) که با فعالان صلح زن در مناطق جنگی همکاری می‌کند، گفت که آمریکا و اسرائیل در جنگ خود علیه ایران به ۳۰ دانشگاه، ۶۰۰ مدرسه و تأسیسات پژوهشی حمله کرده‌اند و این اقدامات همگی جنایت جنگی هستند.

## آمریکا مسؤل اتفاقات حوادث دی ماه در ایران است



سفیر و نماینده دائم جمهوری اسلامی ایران نزد سازمان ملل متحد، در نامه ای به دبیر کل و رئیس شورای امنیت اعتراف رئیس جمهور ایالات متحده آمریکا به تسلیح گروه‌های معاند علیه کشورمان را محکوم کرد. به گزارش ایسنا، امیرسعید ایروانی در این نامه نوشت: متعاقب مکاتبات پیشین، بدین‌وسیله مراتب توجه فوری جناب‌عالی و اعضای شورای امنیت را به اظهارات اخیر رئیس‌جمهور ایالات متحده آمریکا جلب می‌نمایم که به‌صراحت انتقال سلاح به گروه‌های مسلح و تروریستی با هدف انجام اقدامات تروریستی و فعالیت‌های غیرقانونی و بی‌ثبات‌کننده در داخل جمهوری اسلامی ایران را تأیید نموده است.

رفتاری در راستای سیاست دیرینه ایالات متحده در ایجاد، تأمین مالی و تسلیح گروه‌های تروریستی در خاورمیانه و فراتر از آن بوده و نقض و تضاد آشکار منشور ملل متحد و اصول و قواعد بنیادین حقوق بین‌الملل محسوب می‌گردد. نماینده دائم ایران در سازمان ملل ادامه داد: همان‌گونه که در رویه قضایی دیوان بین‌المللی دادگستری تأکید شده

مقابله با تأمین مالی تروریسم (۱۹۹۹) و قطعنامه ۱۳۷۳ شورای امنیت سازمان ملل متحد محسوب می‌شود.

ایروانی تأکید کرد: این اقدامات غیرقانونی تهدیدی جدی علیه صلح و امنیت منطقه‌ای و بین‌المللی به‌شمار می‌آید. این اذعان صریح، دلیلی روشن بر تأیید موضع جمهوری اسلامی ایران است مبنی بر اینکه ایالات متحده درصدد تبدیل اعتراضات مسالمت‌آمیز در ایران به خشونت، ناآرامی داخلی و خونریزی بوده است. ایالات متحده از طریق مداخله در امور داخلی جمهوری اسلامی ایران، از نقض فاحش منشور ملل متحد، تسلیح عناصر و گروه‌های تروریستی، و انتشار آمارهای کذب در خصوص تلفات، سیاستی مغرضانه را در قبال ایران دنبال کرد: سیاستی که نهایتاً با شکست مواجه گردید.

وی گفت: ایالات متحده مسئولیت کامل تمامی خسارات و آلام وارده شده به غیرنظامیان، و نیز به نهادهای غیرنظامی دولتی، در جریان ناآرامی‌های دسامبر ۲۰۲۵ و ژانویه ۲۰۲۶ را بر عهده دارد.

است، تسلیح و حمایت از گروه‌های مسلح و تروریستی در قلمرو یک دولت دیگر، اقدامی غیرقانونی بوده و موجب تحقق مسئولیت بین‌المللی می‌گردد. افزون بر این، هرگونه تأمین سلاح یا حمایت مادی از گروه‌های مسلحی که در فعالیت‌های تروریستی مشارکت دارند، مصداق حمایت دولتی از تروریسم بوده و نقض مستقیم کنوانسیون بین‌المللی

## نگرانی نتانیاهو از پیش رفتن آمریکا به سمت آتش‌بس با ایران



این در حالیست که ترامپ بر پایدی به شرط تحویل تمام اورانیوم غنی شده توسط ایران و منع از سرگیری غنی‌سازی تأکید کرده است.

همچنین سازمان رادیو و تلویزیون رژیم صهیونیستی گزارش داد نگرانی‌هایی در اراضی اشغالی وجود دارد مبنی بر اینکه ممکن است ترامپ در لحظه آخر به توافق آتش‌بس با ایران برسد.

آمریکا و رژیم صهیونیستی از نهم اسفند ماه برای دومین بار و در بوجوه گفتگوها، حملاتی غیرقانونی و متجاوزانه‌ای را علیه ایران آغاز کرده‌اند که غیرنظامیان و زیرساخت‌ها را هدف گرفته است. این تجاوزات تاکنون جان صدها غیرنظامی ایرانی را گرفته است.

نخست وزیر رژیم صهیونیستی در تماس تلفنی با رئیس‌جمهور آمریکا نسبت به احتمال توافق آتش‌بس واشنگتن با ایران ابراز نگرانی کرد.

به گزارش ایسنا، کانال ۱۲ تلویزیون رژیم صهیونیستی به نقل از یک منبع عبری گزارش داد، بنیامین نتانیاهو، نخست وزیر رژیم صهیونیستی به صورت تلفنی با دونالد ترامپ، رئیس‌جمهور آمریکا گفتگو و نسبت به امکان رسیدن به توافق آتش‌بس با ایران ابراز نگرانی کرد. وی نسبت به آنچه خطرات این اقدام خواند، هشدار داد. ترامپ به نتانیاهو اطلاع داد که در صورت موافقت ایران با خواسته‌های آمریکا امکان رسیدن به آتش‌بس وجود دارد.

## ویرانی کامل کنیسه یهودیان و خسارت تورات‌های چندصدساله در حمله هوایی به تهران

ایران کامل ویران شد. به ایسنا گفته شد در جریان این حمله، احتمالاً تورات‌های چندصدساله خسارت زیادی دیده باشد و از سرنوشت آن‌ها فعلاً اطلاعی در دست نیست. مرجان یشایایی، روزنامه‌نگار و هم‌بنیان‌گذار جامعه فارغ‌التحصیلان یهودی ایران با تأیید تخریب کامل این کنیسه در حمله هوایی آمریکا و اسرائیل، به ایسنا گفت: کنیسه «رفیع‌نیا» که در خیابان بزرگمهر تهران واقع شده و از جمله مراکز مذهبی فعال جامعه یهودیان در تهران بود در حمله هوایی یامداد سه‌شنبه ۱۷ فروردین‌ماه ۱۴۰۵ کامل تخریب شد. بنای این کلیسا متعلق به دوره تاریخی پهلوی دوم بود اما در فهرست میراث ملی ایران ثبت نشده است. با این حال کنیسه دارای تزییناتی بود و تورات‌های چندصد

ساله در آن نگهداری می‌شد.



کنیسه «رفیع‌نیا» از مراکز مذهبی یهودیان تهران با دوره تاریخی پهلوی دوم در حمله هوایی به پایتخت

## ایروانی از عربستان و امارات خواست از تداوم استفاده از قلمروشان علیه ایران جلوگیری کنند

عملیات بر فراز حریم هوایی پادشاهی عربستان سعودی، پشتیبانی اطلاعاتی برای جنگنده‌های ایالات متحده فراهم نمودند:

ساعت ۱۷:۳۱ مورخ ۲۴ مارس ۲۰۲۶، هواپیماهای شناسایی یو-۳۱ ایالات متحده آمریکا، در حال عملیات بر فراز حریم هوایی پادشاهی عربستان سعودی، پشتیبانی اطلاعاتی برای جنگنده‌های ایالات متحده فراهم نمودند: ساعت ۱۷:۵۰ مورخ ۲۴ مارس ۲۰۲۶، هواپیماهای شناسایی یو-۳۱ ایالات متحده آمریکا، در حال عملیات بر فراز حریم هوایی پادشاهی عربستان سعودی، پشتیبانی اطلاعاتی برای جنگنده‌های ایالات متحده فراهم نمودند: ساعت ۲۱:۱۷ مورخ ۲۴ مارس ۲۰۲۶، یک فروند هواپیما سوخت‌رسان کی-سی-۱۳۵ ایالات متحده آمریکا، در حال عملیات از شمال‌شرق پادشاهی عربستان سعودی، اقدام به سوخت‌گیری هوایی برای جنگنده‌های دشمن نمود: ساعت ۲۱:۱۷ مورخ ۲۴ مارس ۲۰۲۶، یک فروند هواپیما گشت دریایی و شناسایی پی-۸-ای ایالات متحده آمریکا، با استفاده و عبور از حریم هوایی پادشاهی عربستان سعودی، پشتیبانی اطلاعاتی برای جنگنده‌های ایالات متحده فراهم نمود: ساعت ۲۱:۵۹ مورخ ۲۴ مارس ۲۰۲۶، یک فروند جنگنده اف-۱۵ ایالات متحده آمریکا، با استفاده و عبور از حریم هوایی شمال‌شرق پادشاهی عربستان سعودی، حملات بمباران علیه اهدافی در داخل جمهوری اسلامی ایران انجام داد: ساعت ۲۲:۳۲ مورخ ۲۴ مارس ۲۰۲۶، جنگنده‌های اف-۳۵ ایالات متحده آمریکا، با استفاده و عبور از حریم هوایی پادشاهی عربستان سعودی، حملات بمباران علیه اهدافی در داخل جمهوری اسلامی ایران انجام دادند:



بمباران علیه اهدافی در داخل جمهوری اسلامی ایران انجام دادند:

ساعت ۱۰:۰۱ مورخ ۲۴ مارس ۲۰۲۶، جنگنده‌های اف-۱۶ ایالات متحده آمریکا، با استفاده و عبور از حریم هوایی پادشاهی عربستان سعودی، حملات بمباران علیه اهدافی در داخل جمهوری اسلامی ایران انجام دادند: ساعت ۰۹:۲۰ مورخ ۲۴ مارس ۲۰۲۶، جنگنده‌های اف-۱۶ ایالات متحده آمریکا، با استفاده و عبور از حریم هوایی پادشاهی عربستان سعودی، حملات بمباران علیه اهدافی در داخل جمهوری اسلامی ایران انجام دادند: ساعت ۲۴ مارس ۲۰۲۶، جنگنده‌های شناسایی یو-۳۱ ایالات متحده آمریکا، در حال

قالیباف:

## انگشتی که به نشانه تهدید یا تسلیم سوی ملت ما نشانه رود را قطع می‌کنیم

رئیس مجلس شورای اسلامی تأکید کرد: انگشتی را که به نشانه تهدید یا تسلیم سوی ملت ما نشانه رود را قطع خواهیم کرد.

به گزارش ایسنا، محمدباقر قالیباف رئیس مجلس شورای اسلامی در صفحه شخصی خود در شبکه اجتماعی ایکس، فرم مربوط به ثبت‌نام برای پیوستن به پویش «جانفدا برای ایران» را منتشر کرد.

در قسمت پیام این فرم، رئیس مجلس نوشت: «انگشتی را که به نشانه تهدید یا تسلیم سوی ملت ما نشانه رود؛ قطع خواهیم کرد»

سردار موسوی:

## وارد مرحله جدیدی از جنگ شدیم

فرمانده نیروی هوافضای سپاه پاسداران انقلاب اسلامی با اشاره به استفاده از پرتابگرهای دو فروندی جهت شلیک موشک به سمت دشمن آمریکایی صهیونیستی، از ورود به مرحله جدیدی از جنگ خبر داد.

به گزارش ایسنا، سردار سید مجید موسوی فرمانده نیروی هوافضای سپاه پاسداران انقلاب اسلامی در حساب کاربری خود در فضای مجازی با انتشار ویدیویی از شلیک موشک‌های ایرانی به سمت دشمن - آمریکایی- صهیونی با پرتابگرهای دو فروندی، نوشت:

«و اینک مرحله جدید جنگ با پرتابگرهای تازه نفس دو فروندی موشک‌های فاتح و خیرشکن همه ضربات قبلی × دو»

سفیر ایران:

## تلاش‌های سازنده پاکستان برای توقف جنگ به مرحله حساس و حیاتی نزدیک می‌شود

سفیر جمهوری اسلامی ایران در پاکستان ابراز داشت تلاش‌های اسلام‌آباد در چارچوب حسن‌نیت با مرحله حساس و حیاتی نزدیک می‌شود.

به گزارش ایسنا، «رضا امیری مقدم» سفیر کشورمان در اسلام‌آباد در شبکه اجتماعی «ایکس» نوشت: تلاش‌های مثبت و سازنده پاکستان در چارچوب حسن نیت و دفتر حسن نیت برای توقف جنگ به مرحله‌ای حساس و حیاتی نزدیک می‌شود. این دیپلمات کشورمان بدون ارائه توضیح بیشتر بیان داشت که خبرهایی اعلام می‌شود.

طی روزهای اخیر پاکستان به عنوان میانجی بین آمریکا و ایران در حال رایزنی است.

## طرح نماینده ایرانی تبار کنگره آمریکا برای استیضاح هگست

نماینده ایرانی‌تبار کنگره آمریکا با متهم کردن وزیر جنگ آمریکا به همدستی در جنایت جنگی در حملات غیرقانونی علیه ایران گفت که طرح استیضاح او را به مجلس نمایندگان آمریکا ارائه خواهد داد.

به گزارش ایسنا، «یاسمین انصاری» نماینده ایرانی‌تبار کنگره آمریکا در ادامه انتقادهای او از اقدامات دولت «دونالد ترامپ» رئیس‌جمهور آمریکا در جنگ غیرقانونی آن علیه حاکمیت ملی و تمامیت ارضی ایران روز دوشنبه اعلام کرد که طرح استیضاح «پیث هگست» وزیر جنگ آمریکا را ارائه خواهد داد.

شبکه تی‌آرتی ترکیه با انتشار این مطلب گزارش داد: انصاری «پیث هگست» را به همدستی در برپایی یک «جنگ غیرقانونی» علیه ایران متهم کرد. انصاری -نماینده دموکرات ایالت آریزونا- گفت که دونالد ترامپ با تهدید به هدف قرار دادن زیرساخت‌های غیرنظامی، درگیری را تشدید می‌کند.

او افزود که هگست در اقداماتی که می‌تواند جنایت جنگی محسوب شود «شریک جرم» است. انصاری در بیانیه‌ای در شبکه‌های اجتماعی گفت: «من خواستار فعال شدن متمم ۲۵ قانون اساسی شهادت و طرح استیضاح را ارائه می‌دهم». این اقدام در حالی انجام می‌شود که فشارها بر عملیات نظامی غیرقانونی آمریکا در ایران افزایش یافته است. ترامپ همچنین به دلیل تهدید به حمله به زیرساخت‌هایی مانند نیروگاه‌ها و پل‌ها با انتقادهایی مواجه شده و کارشناسان حقوقی هشدار داده‌اند که چنین اقداماتی می‌تواند نقض قوانین بین‌المللی باشد.

از زمان آغاز جنگ تحمیلی رژیم صهیونیستی و آمریکا علیه ایران در ۹ اسفند امکن دولتی، نظامی و غیرنظامی، از جمله مدارس، محله‌های مسکونی، مراکز درمانی و امدادی هدف حملات هوایی قرار گرفته‌اند. در این حملات مقامات عالی سیاسی و نظامی، نیروهای نظامی و شهروندان غیرنظامی به شهادت رسیده‌اند.

## نگین خط ۲ متروی شیراز آماده افتتاح است



عصر مردم  
شهردار شیراز با اشاره به آماده‌افتتاح بودن ایستگاه متروی استقلال اعلام کرد: این ایستگاه که با روش‌های پیچیده مهندسی و بدون ایجاد اختلال در ترافیک ساخته شده است، به‌عنوان یکی از خاص‌ترین پروژه‌های عمرانی کشور و ایستگاه تبدیلی آینده خط ۴، نقش مهمی در توسعه حمل‌ونقل عمومی و کاهش ترافیک این کلان‌شهر ایفا خواهد کرد. محمدحسن اسدی، شهردار کلان‌شهر شیراز، پروژه عظیم و آماده افتتاح ایستگاه متروی استقلال را «نگین خط ۲ قطار شهری شیراز» دانست و اظهار کرد: ایستگاه متروی استقلال نه تنها یک پروژه عمرانی، بلکه نمادی از مهندسی پیشرفته و عبور از چالش‌های ساخت‌وساز شهری است. وی افزود: این ایستگاه زیرزمینی با استفاده از روش‌های خاص و پیچیده (شمع و ریپ) ساخته شده و رکوردهای قابل‌توجهی را در کارنامه خود به ثبت رسانده است. شهردار شیراز با اشاره به ابعاد و ویژگی‌های فنی این ایستگاه بیان کرد: وجود ۶۲ ریپ و ۱۸۴ شمع در این سازه که طول آن ۱۲۸ متر، عرض ۲۳ متر و عمق آن ۲۶ متر است، نشان می‌دهد ایستگاه استقلال به یکی از خاص‌ترین و دشوارترین پروژه‌های عمرانی کشور تبدیل شده است. همچنین مصرف نزدیک به چهار هزار تن آرماتور در این سازه، آن را به نمونه‌ای کم‌نظیر در میان پروژه‌های مشابه تبدیل کرده است. این مقام ارشد مدیریت شهری با بیان اینکه عملیات عمرانی این ایستگاه بدون اختلال در ترافیک انجام شده است، تصریح کرد: ساخت هفتمین ایستگاه خط ۲ قطار شهری شیراز در شرایطی انجام شد که امکان مسدودسازی خیابان‌های پرتردد بلوار استقلال و خیابان انقلاب اسلامی وجود نداشت؛ بنابراین مهندسان با احداث یک تونل دوشاخه به طول حدود ۱۷۰ متر، مسیر دسترسی به محل ساخت را فراهم کردند و عملیات

را در عمق زمین، بدون ایجاد اختلال در ترافیک، انجام دادند. اسدی با اشاره به طراحی و معماری منحصره‌فرد ایستگاه استقلال گفت: این ایستگاه در دو طبقه طراحی و اجرا شده که نشان‌دهنده پیچیدگی عملیات حفاری و ساخت در چنین عمقی است. وی افزود: معماری این ایستگاه با طراحی قوسی و استفاده از مصالحی همچون بتن GFRC، لورور فلزی و ورق‌های آلومیند، جلوه‌ای مدرن و چشم‌نواز به این سازه بخشیده است. شهردار شیراز همچنین به نقش ایستگاه استقلال در شبکه حمل‌ونقل عمومی اشاره کرد و اظهار داشت: قرارگیری این ایستگاه در نقطه راهبردی تقاطع بلوار استقلال

و خیابان انقلاب اسلامی و نقش آینده آن به‌عنوان ایستگاه تبدیلی خط ۴ مترو شیراز، جایگاه ویژه‌ای در شبکه حمل‌ونقل عمومی این شهر برای آن رقم خواهد زد.

وی هزینه ساخت این ایستگاه را بالغ بر ۱۲ هزار میلیارد ریال عنوان کرد و افزود: پیش‌بینی می‌شود با بهره‌برداری از آن، تأثیر قابل‌توجهی در کاهش ترافیک و تسهیل جابه‌جایی شهروندان داشته باشد.

گفتنی است، ایستگاه استقلال نه تنها گامی تازه در توسعه حمل‌ونقل عمومی شیراز به شمار می‌رود، بلکه نمادی از پیشرفت و توسعه پایدار در پایتخت فرهنگی ایران است.

## بررسی ظرفیت «شیراز خودرو» برای پشتیبانی از ناوگان حمل‌ونقل عمومی

شهرداری شیراز با اشاره به آماده‌افتتاح بودن ایستگاه متروی استقلال اعلام کرد: این ایستگاه که با روش‌های پیچیده مهندسی و بدون ایجاد اختلال در ترافیک ساخته شده است، به‌عنوان یکی از خاص‌ترین پروژه‌های عمرانی کشور و ایستگاه تبدیلی آینده خط ۴، نقش مهمی در توسعه حمل‌ونقل عمومی و کاهش ترافیک این کلان‌شهر ایفا خواهد کرد. محمدحسن اسدی، شهردار کلان‌شهر شیراز، پروژه عظیم و آماده افتتاح ایستگاه متروی استقلال را «نگین خط ۲ قطار شهری شیراز» دانست و اظهار کرد: ایستگاه متروی استقلال نه تنها یک پروژه عمرانی، بلکه نمادی از مهندسی پیشرفته و عبور از چالش‌های ساخت‌وساز شهری است. وی افزود: این ایستگاه زیرزمینی با استفاده از روش‌های خاص و پیچیده (شمع و ریپ) ساخته شده و رکوردهای قابل‌توجهی را در کارنامه خود به ثبت رسانده است. شهردار شیراز با اشاره به ابعاد و ویژگی‌های فنی این ایستگاه بیان کرد: وجود ۶۲ ریپ و ۱۸۴ شمع در این سازه که طول آن ۱۲۸ متر، عرض ۲۳ متر و عمق آن ۲۶ متر است، نشان می‌دهد ایستگاه استقلال به یکی از خاص‌ترین و دشوارترین پروژه‌های عمرانی کشور تبدیل شده است. همچنین مصرف نزدیک به چهار هزار تن آرماتور در این سازه، آن را به نمونه‌ای کم‌نظیر در میان پروژه‌های مشابه تبدیل کرده است. این مقام ارشد مدیریت شهری با بیان اینکه عملیات عمرانی این ایستگاه بدون اختلال در ترافیک انجام شده است، تصریح کرد: ساخت هفتمین ایستگاه خط ۲ قطار شهری شیراز در شرایطی انجام شد که امکان مسدودسازی خیابان‌های پرتردد بلوار استقلال و خیابان انقلاب اسلامی وجود نداشت؛ بنابراین مهندسان با احداث یک تونل دوشاخه به طول حدود ۱۷۰ متر، مسیر دسترسی به محل ساخت را فراهم کردند و عملیات



مدیر ستاد هماهنگی کانون‌های فرهنگی هنری مساجد فارس از اجرای برنامه‌های خودجوش مردمی ویژه اربعین رهبر شهید امت به میزبانی مساجد با همکاری کانون‌های فرهنگی، پایگاه‌های بسیج و هیئت‌های مذهبی استان خبر داد. حجت‌الاسلام‌المسلمین «حسین امیدی» در آستانه فرارسیدن چهلمین روز شهادت رهبر شهید امت، حضرت آیت‌الله سیدعلی خامنه‌ای (قدس‌الله‌نفسه‌الزکویه) در گفتگو با خبرنگاران ضمن تشریح برنامه‌های ویژه اربعین رهبر شهید امت در کانون‌های مساجد استان فارس گفت: از ابتدای جنگ رمضان و به‌ویژه انتشار خبر شهادت رهبر انقلاب اسلامی، اصحاب و ارکان مساجد با برنامه‌ریزی و اندیشیدن تمهیدات، این مکان مقدس را همچون دیگر برهه‌های حساس انقلاب، به محل تجمع و پناه مردم تبدیل کردند و قرار شنبانه مردم با محوریت مساجد و مکان‌های مذهبی شکل گرفت که اکنون در آستانه چهلمین روز به اوج خود رسیده است.

مدیر ستاد هماهنگی کانون‌های فرهنگی هنری مساجد فارس از اجرای برنامه‌های ویژه اربعین رهبر شهید در مساجد و کانون‌های استان خبر داد و گفت: به این مناسبت جانکاه که غم بسیار عظیمی را بر دل‌ها حاکم کرده است، تداوم اجتماع مردمی، قراردادی شنبانه، کاروان‌های خودرویی شنبانه و حضور پرشور در میدان با قوت را شاهد هستیم و تا پیروزی بر دشمنان مپهن و اسلام ادامه خواهد داشت. وی با اشاره به برنامه‌های مراسم بزرگداشت امام شهید به میزبانی مساجد با همکاری هیئت‌های مذهبی، پایگاه‌های مقاومت بسیج و کانون‌های فرهنگی هنری، خاطر نشان کرد: در این مراسم که با نوای عزاداری حضرت سیدالشهدا (ع) و نوحه‌های حماسی با حضور اقشار مختلف مردم برگزار خواهد شد، ضمن تجدید میثاق با آرمان‌های بلند رهبر شهید، با حضرت آیت‌الله سیدمجتبی خامنه‌ای (حفظه‌الله)؛ رهبر انقلاب اسلامی نیز بیعت ایمانی و استوار می‌شود.

مدیر مرکز رسیدگی به امور مساجد استان فارس با اشاره به دیگر برنامه‌ها، افزود: برگزاری محافل انس با قرآن کریم به یاد امام شهید، پوشش ختم سوره فتح برای پیروزی رزمندگان اسلام، برپایی موبک‌های فرهنگی و حماسی همراه با پخش سرود حماسی مقابل مساجد، ادامه پوشش «امت امام»، کاشت نهال با پوشش «نهال امید» به نام امام شهید و شهادی جنگ رمضان، پوشش «نثر طلا» و تدارک بسته‌های پذیرایی برای مدافعان وطن و دیدار با خانواده‌های شهدای جنگ رمضان در قالب پوشش «اول خانواده شهدا» در ایام اربعین امام شهید امت تداوم دارد.

حجت‌الاسلام‌المسلمین امیدی ادامه داد: موبک‌ها و ایستگاه‌های نقاشی و اجرای سرود و برنامه‌های هنری حماسی ویژه کودکان در کنار حضور شنبانه در میادین اصلی و میدا مساجد، مسابقات فرهنگی و کتابخوانی از آثار و رهنمودهای رهبر شهید، شب شعر با محوریت امام شهید و جنگ تحمیلی آمریکایی صهیونی، انتشار توصیه‌ها و رهنمودهای امام شهید در فضای مجازی و کانال‌های در اختیار و تدارک برگزاری نشست مدیران کانون‌های مساجد شیراز در یکی از مساجد با محوریت جنگ رمضان و بزرگداشت امام شهید نیز از برنامه‌های پیش‌بینی شده کانون‌های فرهنگی هنری مساجد برای بزرگداشت اربعین رهبر شهید خواهد بود.

معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی شیراز اعلام کرد: افزوده شدن ۳ هزار دستگاه تجهیزات پزشکی به ارزش ۶۸۱ میلیارد تومان در سال گذشته به بیمارستان‌های دولتی فارس

معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی شیراز از دستاورد این دانشگاه در حوزه تأمین و تحویل ۳ هزار دستگاه انواع تجهیزات پزشکی با ارزشی بالغ بر ۶۸۱ میلیارد تومان برای بیمارستان‌های زیر مجموعه دانشگاه در سال گذشته خبر داد. دکتر «مین‌نیان»، معاون درمان دانشگاه، در مورد جزئیات این خبر گفت: با تلاش بی‌وقفه همکاران ما در مدیریت تجهیزات پزشکی، موفق شدیم در سال ۱۴۰۴، شاهد تأمین و ورود ۳ هزار دستگاه تجهیزات پزشکی حیاتی و ضروری به بیمارستان‌های زیر مجموعه دانشگاه باشیم.

وی در خصوص ارزش ریالی این تجهیزات، یادآور شد: ارزش کلی این تجهیزات بیش از ۶۸۱ میلیارد تومان برآورد شده است که نشان‌دهنده سرمایه‌گذاری قابل توجه در زیرساخت‌های درمان استان فارس است. دکتر نیان، همد از این اقدام را ارتقای کیفیت خدمات تشخیصی و درمانی، کاهش چشمگیر زمان انتظار بیماران برای دریافت خدمات و افزایش رضایتمندی مراجعان به مراکز درمانی زیر مجموعه دانشگاه علوم پزشکی شیراز عنوان کرد.

وی همچنین بیان داشت که با ورود این تجهیزات، امکان ارائه خدمات تخصصی‌تر و در عین حال، افزایش ظرفیت پذیرش بیمار در بخش‌های مختلف بیمارستانی فراهم شده است.

مدیر ستاد هماهنگی کانون‌های فرهنگی هنری مساجد فارس از اجرای برنامه‌های خودجوش مردمی ویژه اربعین رهبر شهید امت به میزبانی مساجد با همکاری کانون‌های فرهنگی، پایگاه‌های بسیج و هیئت‌های مذهبی استان خبر داد. حجت‌الاسلام‌المسلمین «حسین امیدی» در آستانه فرارسیدن چهلمین روز شهادت رهبر شهید امت، حضرت آیت‌الله سیدعلی خامنه‌ای (قدس‌الله‌نفسه‌الزکویه) در گفتگو با خبرنگاران ضمن تشریح برنامه‌های ویژه اربعین رهبر شهید امت در کانون‌های مساجد استان فارس گفت: از ابتدای جنگ رمضان و به‌ویژه انتشار خبر شهادت رهبر انقلاب اسلامی، اصحاب و ارکان مساجد با برنامه‌ریزی و اندیشیدن تمهیدات، این مکان مقدس را همچون دیگر برهه‌های حساس انقلاب، به محل تجمع و پناه مردم تبدیل کردند و قرار شنبانه مردم با محوریت مساجد و مکان‌های مذهبی شکل گرفت که اکنون در آستانه چهلمین روز به اوج خود رسیده است.

مدیر ستاد هماهنگی کانون‌های فرهنگی هنری مساجد فارس از اجرای برنامه‌های ویژه اربعین رهبر شهید در مساجد و کانون‌های استان خبر داد و گفت: به این مناسبت جانکاه که غم بسیار عظیمی را بر دل‌ها حاکم کرده است، تداوم اجتماع مردمی، قراردادی شنبانه، کاروان‌های خودرویی شنبانه و حضور پرشور در میدان با قوت را شاهد هستیم و تا پیروزی بر دشمنان مپهن و اسلام ادامه خواهد داشت. وی با اشاره به برنامه‌های مراسم بزرگداشت امام شهید به میزبانی مساجد با همکاری هیئت‌های مذهبی، پایگاه‌های مقاومت بسیج و کانون‌های فرهنگی هنری، خاطر نشان کرد: در این مراسم که با نوای عزاداری حضرت سیدالشهدا (ع) و نوحه‌های حماسی با حضور اقشار مختلف مردم برگزار خواهد شد، ضمن تجدید میثاق با آرمان‌های بلند رهبر شهید، با حضرت آیت‌الله سیدمجتبی خامنه‌ای (حفظه‌الله)؛ رهبر انقلاب اسلامی نیز بیعت ایمانی و استوار می‌شود.

مدیر مرکز رسیدگی به امور مساجد استان فارس با اشاره به دیگر برنامه‌ها، افزود: برگزاری محافل انس با قرآن کریم به یاد امام شهید، پوشش ختم سوره فتح برای پیروزی رزمندگان اسلام، برپایی موبک‌های فرهنگی و حماسی همراه با پخش سرود حماسی مقابل مساجد، ادامه پوشش «امت امام»، کاشت نهال با پوشش «نهال امید» به نام امام شهید و شهادی جنگ رمضان، پوشش «نثر طلا» و تدارک بسته‌های پذیرایی برای مدافعان وطن و دیدار با خانواده‌های شهدای جنگ رمضان در قالب پوشش «اول خانواده شهدا» در ایام اربعین امام شهید امت تداوم دارد.

حجت‌الاسلام‌المسلمین امیدی ادامه داد: موبک‌ها و ایستگاه‌های نقاشی و اجرای سرود و برنامه‌های هنری حماسی ویژه کودکان در کنار حضور شنبانه در میادین اصلی و میدا مساجد، مسابقات فرهنگی و کتابخوانی از آثار و رهنمودهای رهبر شهید، شب شعر با محوریت امام شهید و جنگ تحمیلی آمریکایی صهیونی، انتشار توصیه‌ها و رهنمودهای امام شهید در فضای مجازی و کانال‌های در اختیار و تدارک برگزاری نشست مدیران کانون‌های مساجد شیراز در یکی از مساجد با محوریت جنگ رمضان و بزرگداشت امام شهید نیز از برنامه‌های پیش‌بینی شده کانون‌های فرهنگی هنری مساجد برای بزرگداشت اربعین رهبر شهید خواهد بود.

معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی شیراز اعلام کرد: افزوده شدن ۳ هزار دستگاه تجهیزات پزشکی به ارزش ۶۸۱ میلیارد تومان در سال گذشته به بیمارستان‌های دولتی فارس

معاون حمل‌ونقل شهرداری شیراز با بازدید از شرکت «شیرازخودرو» در منطقه ویژه اقتصادی، ظرفیت‌های این مجموعه صنعتی را برای تأمین قطعات، بازسازی و توسعه ناوگان حمل‌ونقل عمومی شهر بررسی و بر لزوم استفاده از توان صنعتی استان در نوسازی ناوگان شهری تأکید کرد.

معاون حمل‌ونقل شهرداری شیراز با بازدید از شرکت «شیرازخودرو» در منطقه ویژه اقتصادی شیراز، از بخش‌های مختلف این مجموعه بازدید کرده و ظرفیت‌های آن را برای تأمین قطعات، بازسازی و توسعه ناوگان حمل‌ونقل عمومی شهر مورد بررسی قرار داد. محمد فرخ‌زاده در این بازدید که با حضور رؤسای سازمان‌های حمل‌ونقل مسافر و حمل‌ونقل بار شهرداری شیراز انجام شد، با اشاره به اهمیت تقویت زیرساخت‌های پشتیبانی ناوگان شهری اظهار کرد: ایجاد و راه‌اندازی یک مجموعه بزرگ خودروسازی در

شیراز مایه افتخار این شهر است و می‌تواند نقش مؤثری در ارتقای سطح خدمات ناوگان حمل‌ونقل عمومی ایفا کند؛ از این رو حمایت از چنین ظرفیت‌های صنعتی یک ضرورت محسوب می‌شود.

وی با بیان اینکه تأمین قطعات و فرآیند نوسازی خودروها از مهم‌ترین چالش‌های ناوگان حمل‌ونقل عمومی است، افزود: در حال حاضر بخش قابل توجهی از فرآیند

شیراز مایه افتخار این شهر است و می‌تواند نقش مؤثری در ارتقای سطح خدمات ناوگان حمل‌ونقل عمومی ایفا کند؛ از این رو حمایت از چنین ظرفیت‌های صنعتی یک ضرورت محسوب می‌شود.

وی با بیان اینکه تأمین قطعات و فرآیند نوسازی خودروها از مهم‌ترین چالش‌های ناوگان حمل‌ونقل عمومی است، افزود: در حال حاضر بخش قابل توجهی از فرآیند

آیت‌الله سید شرف‌الدین ملک‌حسینی:

## برای فرزندانان مجد و عظمت به ارث بگذارید



آیت‌الله سید شرف‌الدین ملک‌حسینی، نماینده مردم کهگیلویه و بویراحمد در مجلس خبرگان رهبری، در اجتماع شنبانه مردم صدرا، با ستایش چهل شب حضور مردم در خیابان‌های کشور اظهار داشت: مردم قهמידند سوگ رهبر شهید امت، سوگ اشک نیست، سوگ بیداریست و باید سوگواره‌ها به شکوه‌واره‌های حضور تبدیل شود. آفرین بر این مردم که اگر فرزندانشان در میدان جنگ هستند، اینان در میدان شهر ایستاده‌اند تا سبب دلگرمی برای آنها باشند.

وی حضور مردم را حضور بصیرت، فهم و غیرت و کرامت انسانی خواند و افزود: چهل روز است مردم شهبا ایستاده و روزها کشور را اداره می‌کنند تا ایران مسیر عادی خود برود و این مایه افتخار فرزندان شما خواهد بود.

انسان‌ها و جوامع با استقامت باقی خواهند ماند

آیت‌الله ملک‌حسینی با استناد به آیه قرآن «یا ایها الذین آمنوا ان تصبروا لیسرکم و یثبت اقدامکم»، حضور مردم را مصداق نصرت الهی و پایداری در پاری خدا دانست و افزود: این ایستادگی سه عنصر دارد: (۱) استقامت، (۲) جهاد و مقاتله، و سوم شهادت و خدا این سه محور را پاری خود می‌داند. وی با بیان اینکه در فرهنگ قرآن انسان ها و جوامع با استقامت باقی خواهند ماند، گفت: بردگی، ذلت امروز و فرداست. برخی کشورها گمان میکردند پیمان بستن با استیکار یعنی عزت و در تاریخ ماندگار شدن، اما تاریخ نشان داده هرکس زیر بار مستکبران رود، ذلیل امروز و لگد شده فردا



## در شرایط جنگ چگونه از سالمندان و بیماران مراقبت کنیم؟



سالمندان و افراد دارای بیماری‌های مزمن یا محدودیت‌های حرکتی در بحران‌ها آسیب‌پذیرترند.

به گزارش ایسنا، به گفته متخصصان عدم دسترسی به دارو یا خدمات درمانی می‌تواند برای این افراد پیامدهای جدی داشته باشد و به همین دلیل توصیه می‌شود داروها و وسایل ضروری برای چند روز ذخیره شوند، وسایل کمکی مانند عینک، سمک یا عصا در کنار کیت اضطراری قرار گیرند و در صورت تخلیه محل سکونت، فردی برای همراهی آنان تعیین شود.

در اسناد مربوط به نظام‌های سلامت در بحران نیز تصریح شده است که وقفه در درمان بیماری‌هایی مانند دیابت، بیماری‌های قلبی، فشار خون بالا، آسم یا نارسایی کلیه می‌تواند به سرعت به وضعیت اورژانسی منجر شود. از این رو لازم است داروها، نسخه‌ها و فهرست دقیق مصرف روزانه به‌صورت مکتوب همراه فرد باشد و وسایل پزشکی شخصی مانند دستگاه اندازه‌گیری قند یا فشار خون در کیت اضطراری نگهداری شود.

همچنین با توجه به اینکه سالمندان بیش از دیگران در معرض کم‌آبی بدن قرار دارند، مصرف منظم آب باید تحت نظارت باشد و تا حد امکان مواد غذایی متناسب با وضعیت دندان، دستگاه گوارش یا بیماری زمینه‌ای آنان در نظر گرفته شود.

در مورد سالمندان مبتلا به اختلال‌های شناختی مانند آلزایمر که در شرایط آشفتگی محیطی دچار سردرگمی شدید می‌شوند، توصیه شده است کارت شناسایی حاوی نام، نشانی و شماره تماس، همراه فرد باشد و از جداسازی ناگهانی او از مراقب اصلی پرهیز شود.

همچنین در شرایط قطع برق یا تخریب ساختمان که خطر زمین‌خوردن برای سالمندان افزایش می‌یابد نیز پیشنهاد می‌شود مسیر خروج از خانه از پیش بررسی و ایمن‌سازی شود، چراغ‌قوه و در دسترس سالمند قرار گیرد، کفش مناسب کنار تخت آماده باشد و افراد دارای محدودیت حرکتی در هنگام تخلیه محل سکونت در اولویت قرار گیرند.

### ۱۰ نکته برای اینکه کمتر نگران باشید

ایسنا: نگرانی بیش از حد، انرژی

زیادی از فرد می‌گیرد و زندگی

روزمره او را مختل می‌کند. با ۱۰

روش ساده می‌توان از نگرانی‌ها

حتی در شرایط بحرانی دوری کرد.

گاهی اوقات در زندگی مشکلاتی

پیش می‌آید که ما را از عواقب آنها

به‌شدت نگران می‌کنند. نگرانی

مستمر نه‌تنها کمکی به ما در بیرون

رفتن از مشکلات موجود نمی‌کند، بلکه موجب اضطراب و ترس‌های طولانی‌مدت هم

می‌شود. در واقع نگرانی‌های کنترل‌نشده قدرت تصمیم‌گیری‌های ضروری در زندگی‌مان

را با صدا می‌گیرد. با توجه به چند نکته ساده می‌توان این حس مخرب را از خود دور کرد:

#### نکته ۱

فهرستی از مواردی که شما را اکنون یا احتمالاً در آینده نگران می‌کنند تهیه کنید. در کنار این فهرست نگاهی هم به نگرانی‌های گذشته‌تان بیندازید و ببینید چند درصد از آن اتفاق‌های بدی که برای خودتان متصور شده بودید، رخ داده است. به همین ترتیب می‌توانید به این نتیجه برسید ممکن است نگرانی‌های فعلی‌تان هم در آینده واقعی نشوند.

#### نکته ۲

یادتان باشد که نگران چیزی بودن، چندان اثری در عواقب احتمالی آن ندارد. پس بهتر است با نگرانی، وقت و انرژی‌تان را هدر ندهید.

#### نکته ۳

وقتی بسیاری از ترس‌ها و نگرانی‌هایمان را در ذهن و دل خود نگه می‌داریم، پس از مدتی ترسناک‌تر از آنچه که هستند به نظر می‌آیند. بنابراین بهتر است این نگرانی‌ها را با صدای بلند تکرار کنید. این روش مانند سوپاپ اطمینان عمل کرده و کمی آرام‌تان می‌کند.

#### نکته ۴

ورزش درست مانند پادزهری است که افکار منفی در ذهن‌تان را متوقف می‌کند. پس از انجام دادن فعالیت‌های ورزشی، فشار و استرس موجود در بدن کم شده و احساس آرامش می‌کنید.

#### نکته ۵

هر زمان افکار منفی و نگران‌کننده به ذهن‌تان خطور کرد، به الگوهای تکرار‌شونده آن توجه کنید تا متوجه علت بروز این افکار شوید. بدین ترتیب بهتر می‌توانید با آن مبارزه کنید.

#### نکته ۶

این شعار را که «همه چیز در پایان درست پیش می‌رود» ملکه ذهن‌تان کنید.

#### نکته ۷

بین نگران بودن یا حل مشکلات تفاوت زیادی وجود دارد. هر وقت نگران چیزی شدید، اگر می‌توانید کاری برای آن انجام دهید، دست به کار شوید. اما اگر موضوع از کنترل‌تان خارج است، آن را رها کنید.

#### نکته ۸

گاهی اوقات ذهن‌مان از موضوعات مختلف، فیلمنامه می‌سازد و اوضاع را بدتر از آنچه که هست نشان می‌دهد. بنابراین بین واقعیت و آنچه که تصور می‌کنید، تفاوت بگذارید.

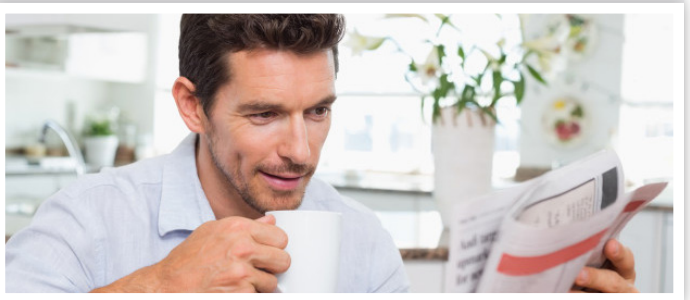
#### نکته ۹

۱۵ تا ۲۰ دقیقه در روز وقت بگذارید و به موضوعات نگران‌کننده فکر کنید اما مواقع دیگر بی‌خیال آنها شوید تا بتوانید کنترل زندگی‌تان را حفظ کنید.

#### نکته ۱۰

تحت هر شرایطی به جای فکر کردن به فاجعه، به فرصت‌ها و انتخاب‌هایی که دارید فکر کنید. با این روش نگرانی‌ها را می‌توانید از خود برانید.

### آیا شیر گرم واقعاً استرس را کاهش می‌دهد یا شیر سرد گزینه بهتری است؟



در پایان یک روز طولانی، بسیاری از افراد به دنبال راهی برای آرامش و خوابی عمیق هستند. یکی از عادات قدیمی و محبوب، نوشیدن شیر قبل از خواب است که به‌ویژه با نسخه گرم آن شناخته می‌شود. اما آیا شیر گرم واقعاً استرس را کاهش می‌دهد و خواب را بهبود می‌بخشد؟ یا شاید شیر سرد گزینه بهتری باشد؟ این موضوع در بحث‌های روزمره و شبکه‌های اجتماعی حسابی داغ است، اما علم چه می‌گوید؟

به گزارش بهداشت نیوز، در ادامه اثرات نوشیدن شیر قبل از خواب (چه گرم و چه سرد) را بررسی می‌کنیم، مزایا و معایب آن را مقایسه می‌کنیم و تصمیم می‌گیریم که آیا باید آن را به رژیم شبانه خود اضافه کنیم یا نه.

#### شیر گرم در مقابل شیر سرد: کدام بهتر است؟

**شیر گرم:** دمای ملایم شیر (حدود ۴۰-۵۰ درجه سانتی‌گراد) می‌تواند اثر آرامش‌بخشی داشته باشد. طبق یک مقاله علمی، گرما به شل شدن عضلات و تحریک تولید ملاتونین (هورمون خواب) کمک می‌کند. تریپتوفان موجود در شیر هم با تبدیل شدن به سروتونین، استرس را کاهش می‌دهد.

**شیر سرد:** شیر سرد (۴-۱۰ درجه سانتی‌گراد) ممکن است برای برخی افراد، خنک‌کننده و تسکین‌دهنده باشد، اما مطالعه‌ای در سال ۲۰۲۲ نشان می‌دهد که دمای پایین می‌تواند هضم را کندتر کند و برای کسانی که معده حساسی دارند، ناراحتی ایجاد کند. با این حال، جذب تریپتوفان در دمای پایین کمتر تحت تأثیر قرار می‌گیرد.

**مقایسه:** شیر گرم معمولاً برای خواب و کاهش استرس مؤثرتر است، اما شیر سرد برای افرادی که گرما را دوست ندارند، قابل قبول است، به شرطی که هضمشان مختل نشود.

#### اثرات کلی نوشیدن شیر قبل از خواب

**کاهش استرس:** تریپتوفان و کلسیم شیر به تولید سروتونین و آرامش ذهن کمک می‌کنند.

**بهبود خواب:** مطالعه‌ای در سال ۲۰۲۲ (PMC) نشان داد که شیر قبل از خواب، زمان به‌خواب‌رفتن را تا ۱۰ درصد کاهش می‌دهد.

**احتمال ناراحتی گوارشی:** برای افراد با عدم تحمل لاکتوز، شیر ممکن است نفخ یا سوء‌هاضمه ایجاد کند.

#### بخوریم یا نه؟

اگر می‌خواهید شب‌ها شیر بنوشید، ترجیحاً یک لیوان شیر گرم ۳۰ دقیقه قبل از خواب بخورید.

**مزایا:** اگر لاکتوز را تحمل می‌کنید، شیر (به‌ویژه گرم) می‌تواند خواب را عمیق‌تر و استرس را کمتر کند.

**معایب:** برای افراد با مشکلات گوارشی یا عدم تحمل لاکتوز، بهتر است از گزینه‌های گیاهی (مثل شیر بادام) استفاده شود.

## لزوم اتخاذ رویکرد حل مسئله برای مقابله با آسیب‌های روانی در شرایط جنگی

استرس‌های ناشی از جنگ پایان خواهد یافت، به عنوان یک عامل محافظت‌کننده عمل می‌کند. مثبت‌اندیشی در این شرایط، فرد را از فرسایش روانی مصون داشته و توانایی او را برای مدیریت بحران افزایش می‌دهد.

#### معنویت و پیوند با قدرت الهی

وی در ادامه گفت: مطالعات گسترده انجام شده در داخل کشور نشان‌دهنده رابطه مستقیم بین معنویت و میزان تاب‌آوری است. بر اساس این یافته‌ها، افرادی که دارای روحیه ایثار و ازخودگذشتگی هستند و اعتقاد راسخ دارند که مدیریت و تقدیر تمام امور در ید قدرت خداوند است، در برابر حوادث ناگوار مقاوم‌ترند.

استاد تقی زاده تصریح کرد: باور به اینکه خداوند مالک همه‌چیز است و تدبیر امور را بر عهده دارد، بهره‌گیری از آموزه‌های دینی که صبر را یکی از بهترین نعمت‌ها معرفی کرده است و انجام راز و نیاز، توسل به ائمه اطهار (ع)، قرائت قرآن و حضور در مساجد و اماکن مذهبی که تأثیر شگرفی در ارتقای سطح آرامش روانی جامعه دارد.

#### مشارکت اجتماعی و فعالیت‌های جهادی

وی اظهار داشت: تحقیقات بین‌المللی و داخلی ثابت کرده است که انزوا و بی‌تفاوتی نسبت به وقایع اجتماعی، ریسک آسیب‌های روانی را به شدت افزایش می‌دهد. افرادی که در فعالیت‌های گروهی و اجتماعی مشارکت می‌کنند، نسبت به کسانی که تمایلی به این کار ندارند، از سلامت روان پایدارتری برخوردارند. مشارکت در فعالیت‌های جمعی: هر نوع کنشگری اجتماعی که باعث شود فرد احساس مفید بودن و تعلق به یک شبکه حمایتی بزرگتر را داشته باشد.

استاد تقی زاده خاطر نشان کرد: مشارکت در این فعالیت‌ها، تفاوتی معنادار در سطح تاب‌آوری ایجاد می‌کند؛ چرا که افراد غیرمشارکت‌جو و منزوی، بسیار بیشتر در معرض مخاطرات و درگیری‌های روانی ناشی از استرس‌های محیطی قرار دارند؛ بنابراین، تبدیل استرس به فعالیت مثبت اجتماعی، یکی از بهترین راهبردهای عبور از بحران‌های فعلی محسوب می‌شود.



#### کودکان در فضای مجازی

وی به تأثیر مثبت حضور در تجمعات مردمی و خیابانی اشاره کرد و گفت: همراهی با مردم در فضاهای عمومی، فارغ از جنبه‌های سیاسی، نوعی ارتقای تاب‌آوری فردی و اجتماعی محسوب می‌شود.

استاد تقی زاده اظهار کرد: با توجه به تعطیلی مدارس، حضور بیش از حد کودکان در گوشی‌های همراه و مواجهه با اخبار منفی، شبکه اجتماعی واقعی آنها را دچار اختلال می‌کند. والدین باید تلاش کنند ضمن کاهش فاصله با فرزندان، آنها را از جریان مداوم خبرهای منفی دور نگه دارند تا سلامت روانی این قشر آسیب‌پذیر حفظ شود.

#### نقش کلیدی مثبت‌اندیشی در ارتقای تاب‌آوری روانی در برابر استرس‌های جنگ

استاد تقی زاده متذکر شد: یکی از عوامل بسیار مؤثر در ارتقای تاب‌آوری، نوع نگرش فرد به فرجام امور است. کارشناسان هشدار می‌دهند که نگاه سیاه‌بینانه و تصور نابودی کشور یا وقوع اتفاقات فاجعه‌بار مطلق، بیش از هر چیز به خود فرد آسیب می‌زند. در مقابل، داشتن امید و نگاه مثبت به آینده و باور به اینکه این سختی‌ها و

قرار می‌گیرد، نباید آن را به کل شهر تممیم داد. حوادث باید دقیقاً در همان سطحی که رخ داده‌اند دیده شوند؛ چرا که بزرگ‌نمایی بیش از حد، لایه‌های دفاعی روانی جامعه را تخریب می‌کند.

#### آمدگی روانی و بدنی

وی متذکر شد: پذیرش احتمال وقوع حادثه، سیستم روانی و دفاعی بدن را برای مواجهه آماده می‌کند. اگر فرد بپذیرد که ممکن است اتفاقی (مانند انفجار یا حادثه) رخ دهد، بدن او از نظر فیزیولوژیک و روانی برای واکنش صحیح آماده می‌شود، اما انکار این احتمالات، میزان آسیب‌پذیری را در لحظه وقوع حادثه به شدت افزایش می‌دهد.

#### حفظ و گسترش شبکه‌های اجتماعی و ارتباطی

استاد تقی زاده تصریح کرد: در شرایطی که به دلیل دورکاری یا تعطیلی مراکز، حضور در اجتماع کمتر شده است، حفظ پیوند با دوستان و خانواده ضرورت دوچندان دارد. توصیه می‌شود شهروندان از طریق تلفن یا فضای مجازی، احوال‌پرسی و از فروپاشی درونی جلوگیری کنند.

#### پرهیز از بزرگ‌نمایی حوادث

استاد تقی زاده افزود: بزرگ‌نمایی حوادث، مخاطرات و اختلالات روانی را تشدید می‌کند. به عنوان مثال، اگر نطفه‌ای در تهران مورد اصابت

عضو هیئت علمی گروه سلامت در حوادث و بلایای دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تهران بر لزوم اتخاذ رویکرد «حل مسئله» برای مقابله با آسیب‌های روانی در جنگ تأکید کرد.

عباس استاد تقی زاده عضو هیئت علمی گروه سلامت در حوادث و بلایای دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تهران در گفتگو با خبرنگار مهر، در پی بروز شرایط استرس‌زا و حوادث ناشی از جنگ بر لزوم اتخاذ رویکرد «حل مسئله» برای مقابله با آسیب‌های روانی تأکید کرد و گفت: بر اساس این دیدگاه، نوع مواجهه ما با حوادث تعیین‌کننده میزان تأثیرپذیری ما از اضطراب، افسردگی و اختلالات خواب خواهد بود.

وی ادامه داد: در شرایط بحرانی، برخی اقشار نیازمند توجه و مراقبت مضاعف هستند. این گروه‌ها شامل کودکان، سالمندان و افرادی است که سابقه اختلالات روانی دارند. برای این افراد، اتخاذ راهکارهای ارتقای تاب‌آوری بیش از دیگران جنبه حیاتی دارد.

#### مدیریت مصرف اخبار و دوری از رسانه‌های معاند

استاد تقی زاده اذعان کرد: نخستین و اساسی‌ترین گام، کاهش قرار گرفتن در معرض اخبار ناگوار است. هرچه فرد بیشتر خود را در معرض خبرهای منفی، به‌ویژه از سوی رسانه‌های خارجی که رویکردی غیردوستانه دارند، قرار دهد، آسیب روانی بیشتری را متحمل خواهد شد. کنترل ورودی‌های خبری یکی از پایه‌های اصلی تاب‌آوری است.

#### پذیرش واقع‌گرایانه شرایط

وی اظهار داشت: تاب‌آوری به معنای انکار نیست، بلکه به معنای واقع‌گرایی است. باید پذیرفت که جنگ به طور طبیعی دارای خسارت و آسیب است. پذیرش این واقعیت که در کنار آسیب‌ها، ممکن است دستاوردهایی نیز حاصل شود، به سیستم روانی کمک می‌کند تا خود را با شرایط وفق دهد و از فروپاشی درونی جلوگیری کند.

#### پرهیز از بزرگ‌نمایی حوادث

استاد تقی زاده افزود: بزرگ‌نمایی حوادث، مخاطرات و اختلالات روانی را تشدید می‌کند. به عنوان مثال، اگر نطفه‌ای در تهران مورد اصابت

## کاهش تجمع چربی در رگ‌ها وظیفه این خوراکی مقوی و خوشمزه است

کلسترول بد (LDL) و افزایش کلسترول خوب (HDL)، خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را کاهش دهد.

یکی از ویژگی‌های برجسته فندق، وجود اسیدهای چرب غیراشباع، به‌ویژه اسید اولئیک است. این نوع چربی سالم، که به وفور در فندق یافت می‌شود، به کاهش تجمع چربی در رگ‌ها کمک کرده و از گرفتگی عروق جلوگیری می‌کند. مصرف روزانه فندق به مدت ۴ هفته می‌تواند سطح

کلسترول بد (LDL) و افزایش کلسترول خوب (HDL)، خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را کاهش دهد.

یکی از ویژگی‌های برجسته فندق، وجود اسیدهای چرب غیراشباع، به‌ویژه اسید اولئیک است. این نوع چربی سالم، که به وفور در فندق یافت می‌شود، به کاهش تجمع چربی در رگ‌ها کمک کرده و از گرفتگی عروق جلوگیری می‌کند. مصرف روزانه فندق به مدت ۴ هفته می‌تواند سطح

یکی از ویژگی‌های برجسته فندق، وجود اسیدهای چرب غیراشباع، به‌ویژه اسید اولئیک است. این نوع چربی سالم، که به وفور در فندق یافت می‌شود، به کاهش تجمع چربی در رگ‌ها کمک کرده و از گرفتگی عروق جلوگیری می‌کند. به گزارش بهداشت نیوز، فندق، این خوراکی خوشمزه و مغذی، تأثیرات چشمگیری بر سلامت قلب و عروق دارد. تحقیقات علمی نشان داده است که مصرف منظم فندق می‌تواند با کاهش

همچنین فندق حاوی مقادیر قابل توجهی منیزیم و پتاسیم است که به تنظیم فشار خون کمک می‌کنند. این مواد معدنی با گشاد کردن عروق و کاهش فشار خون، خطر سکت‌های قلبی و مغزی را کاهش می‌دهند.

پزشکان توصیه می‌کنند روزانه یک مشت کوچک (حدود ۳۰ گرم) فندق به رژیم غذایی اضافه شود. این مقدار نه‌تنها سلامت قلب شما را تقویت می‌کند، بلکه تأثیرات مثبتی بر عملکرد مغز و سیستم ایمنی دارد.

فندق به‌عنوان بخشی از یک رژیم غذایی متعادل، یک انتخاب طبیعی و سالم برای محافظت از قلب و عروق است. اگر به دنبال یک خوراکی خوشمزه و مفید برای حفظ سلامت خود هستید، فندق گزینه‌ای عالی است.



## چراغ سبز کونته به جایگزینی کتوزو



سرمربی ناپولی بعد از پیروزی برابر میلان درباره بازگشت به نیمکت تیم ملی فوتبال ایتالیا واکنش نشان داد. به گزارش ایسنا، آنتونیو کونته، سرمربی ایتالیایی باشگاه ناپولی، پس از پیروزی مقابل میلان در سری آ، در مورد امکان سرمربری تیم ملی ایتالیا در آینده نزدیک صحبت کرد و در عین حال تأکید کرد که آینده‌اش در ناپولی هنوز در دست بررسی است. به گزارش فوتبال ایتالیا، کونته در اظهارات خود گفت: فراموش نکنید که سال گذشته، در سه ماه آخر فصل، رسانه‌ها درباره رفتن من از ناپولی به یوونتوس صحبت می‌کردند. رسانه‌ها باید چیزی بنویسند و طبیعی است که نام من در لیست‌ها ظاهر شود. اگر من رئیس فدراسیون فوتبال ایتالیا بودم، نام خودم را هم در کنار دیگران در لیست نامزدها قرار می‌دادم و به دلایل مختلف، کونته را هم در آن لیست می‌گذاشتم.

کونته افزود: من قبلاً با تیم ملی ایتالیا کار کرده‌ام و فضای آن را خوب می‌شناسم. خوشحالم از این تجربه، چون نمایندگی کشورت چیز فوق‌العاده‌ای است. حضور در نیمکت تیم ملی یک افتخار بزرگ است. او در مورد آینده‌اش در ناپولی، گفت: یک سال دیگر از قرارداد ما با باشگاه باقی است و در پایان فصل با رئیس باشگاه نشست خواهیم داشت تا در این باره صحبت کنیم. او همچنین به وضعیت فوتبال ایتالیا پس از صعود به جام جهانی اشاره کرد و گفت: به نظر ما بزرگم یک ناکامی بود اگر ما در ضربات پنالتی مقابل بوسنی برنده می‌شدیم و به جام جهانی صعود می‌کردیم چرا که مردم از دستاورد بزرگ و فوتبال زیبایی تیم ملی صحبت می‌کردند اما در فوتبال فقط نتایج مهم هستند. پس از سه دوره نتوانی حضور نداشتن در جام جهانی، باید کاری جدی انجام دهیم. وقتی من سرمربی تیم ملی بودم، صحبت‌های زیادی بود اما حمایت کمی از باشگاه‌ها داشتم. کونته در پایان گفت: اکنون همه چیز به عنوان یک فاجعه دیده می‌شود اما حتی در فاجعه‌ها هم همیشه چیزی برای نجات وجود دارد. باید درک کنیم که اگر اوضاع تغییر نکنند همان‌طور باقی خواهد ماند، چه صعود کنیم چه نه. همه به تیم ملی اهمیت می‌دهند و باید گام‌های واقعی برداشته شود.

## ماجدی:

# اینفانتینو باید امنیت ایران در جام جهانی را فراهم کند



رئیس هیات فوتبال استان تهران گفت: کشور میزبان جام جهانی طبق تعهدی که به فیفا داده موظف است همه شرایط را برای همه کشورها از جمله ایران عزیز و بزرگ مهیا کند. به گزارش ایسنا، میرشاد ماجدی، رئیس هیات فوتبال استان تهران درباره حملات جنایتکارانه آمریکا و رژیم صهیونیستی به ایران گفت: اقدامات دشمنان خیانت‌ناشانه داد که آنها هیچ حد و مرزی نمی‌شناسند و به هیچ اصولی پایبند نیستند.

او در ادامه به عملکرد خیره‌کننده نیروهای مسلح و مردم اشاره کرد و گفت: با جانفشانی نیروهای مسلح و حضور حماسی مردم در میادین و شهرها تصورات خام دشمنان نقش بر آب شده است و این رشادتها جای تقدیر دارد. رئیس هیات فوتبال استان تهران به ماجرای تلخ مدرسه شجره طیبه شهر میناب و شهادت دختران این سرزمین اشاره کرد: حمله آمریکا و رژیم صهیونیستی به اماکن غیرنظامی نشان دهنده خوی وحشی‌گری آن‌هاست. دختران بی‌گناه در مدرسه شجره طیبه میناب معصومانه از بین ما پر کشیدند. این سند جنایت آمریکا و اسرائیل است و امیدوارم به سزای

اعمال‌شان برسند.

ماجدی ادامه داد: حمله به اماکن ورزشی از دیگر اقدامات جنایتکارانه این دو رژیم است که نشان از درماندگی آن‌ها دارد. با این حال باید تأکید کنیم که وحدت و همملی مردم ستودنی است و آن‌ها نشان دادند که اجازه نمی‌دهند بیگانگان سرنوشت‌شان را رقم بزنند. رئیس کمیته جوانان فدراسیون فوتبال به برگزاری دو بازی تدارکاتی تیم ملی در کشور ترکیه نیز پرداخت و گفت:

فارغ از نتایج رقم خورده حضور ایران در ترکیه با وجود شرایط و محدودیت‌های موجود قابل توجه است. بازیکنان تیم ملی هم پیش از هر دو بازی یاد و نام شهدای جنگ تحمیلی سوم را زنده نگه داشتند و این بسیار امید بخش بود.

ماجدی به حضور تیم ملی در جام جهانی تأکید دارد: چشم دنیا به این تورنمنت است و با حضور در جام جهانی می‌توانیم پیام خود را به دنیا برسانیم. تیم ملی با شایستگی به جام جهانی صعود کرده و حالا باید با تمام توان در این رقابت‌ها حاضر شود. در این بین انتظار می‌رود فدراسیون جهانی فوتبال و شخص اینفانتینو علی‌رغم محکوم نکردن بمباران مدرسه میناب و شهادت و پر پر شدن غنچه‌های ایرانی همان طور که پیش‌تر هم قول داده بود، امنیت لازم را برای حضور تیم ایران در جام جهانی فراهم کند.

ماجدی صحبت‌های خود را با این جملات به پایان رساند: کشور میزبان طبق تعهدی که به فیفا داده موظف است همه شرایط را برای همه کشورهای از جمله ایران عزیز و بزرگ مهیا کند و ما منتظریم تیم ملی با قدرت در جام جهانی حاضر شود.

اکبرآبادی از البرز در کایاک آقایان جوانان، متین غافری از تهران و ارشیا اقلیمی از گیلان در کایاک آقایان جوانان، ترنم اکبرزاده و نیکا نجفی‌زاده از تهران و زینب قربانی از خراسان‌رضوی در کایاک زیر ۲۳ سال بانوان، نسترن خیرالهی از مازندران در کایاک زیر ۲۳ سال بانوان، ایناز گرامی از آذربایجان شرقی و ریحانه دادو از هرمزگان در کایاک بانوان جوانان و آیلین آشتی از تهران در کایاک بانوان جوانان، نفرت از تهران در کایاک بانوان جوانان، نفرت دعوت‌شده به اردو هستند.

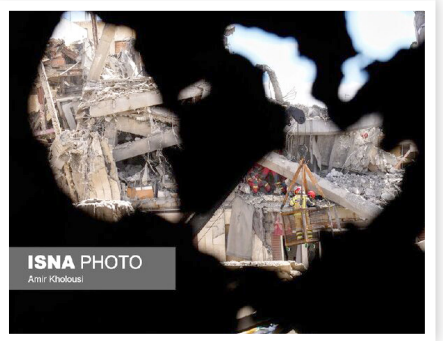
نخستین مرحله اردوی تیم ملی آب‌های آرام در سال ۱۴۰۵ در رده سنی بزرگسالان، زیر ۲۳ سال و جوانان در بخش بانوان و آقایان از ۹ فروردین در بندرانزلی و بابلسر برگزار می‌شود. به گزارش ایسنا، پس از تعطیلی اردوهای تیم‌های ملی در ۹ اسفند ۱۴۰۴، ملی‌پوشان تمرینات غیرمتمرکز خود را در شهرهای خود دنبال کردند و با آغاز سال ۱۴۰۵ دور جدید و نخستین اردوی سال به میزبانی بندرانزلی و بابلسر برگزار خواهد شد: این اردوها از ۹ فروردین در رده سنی بزرگسالان، زیر ۲۳ سال و جوانان با هدف بازی‌های آسیایی و مسابقات قهرمانی آسیا از تاریخ ۹ تا ۲۸ فروردین، انجام می‌شود. آرش بصارت‌دار و ایمان پورعزیز مریان رده سنی بزرگسالان، نادیه تالانک کمک مرئی بزرگسالان، امدرضا طالبیان مرئی

محمدنی رضایی از مازندران در کایاک آقایان جوانان، متین غافری از تهران و ارشیا اقلیمی از گیلان در کایاک آقایان جوانان، ترنم اکبرزاده و نیکا نجفی‌زاده از تهران و زینب قربانی از خراسان‌رضوی در کایاک زیر ۲۳ سال بانوان، نسترن خیرالهی از مازندران در کایاک زیر ۲۳ سال بانوان، ایناز گرامی از آذربایجان شرقی و ریحانه دادو از هرمزگان در کایاک بانوان جوانان و آیلین آشتی از تهران در کایاک بانوان جوانان، نفرت از تهران در کایاک بانوان جوانان، نفرت دعوت‌شده به اردو هستند.

محمدنی و ابوالفضل جنتی در کایاک

## حوادث

# روایت «تیم‌های محب» از بمباران منطقه مسکونی سعادت‌آباد



۲۵ اسفندماه هیچ‌کس تصور نمی‌کرد لحظاتی بعد، قرار است یک نقطه مسکونی و خدماتی در تهران به صحنه یک جنایت و فاجعه‌ای غیرقابل باور تبدیل شود؛ جایی که با فرو ریختن ساختمان‌ها، بازماندگان بهجت‌ده، میان امید به زنده‌ماندن عزیزان‌شان و مواجهه با واقعیتی تلخ سرگردان ماندند؛ تضادی میان انکار و پذیرش که فاجعه را تلخ‌تر می‌کرد و تیم‌های محب همراهانی بودند که باید آن‌ها را از سقوط کامل روحی نجات می‌دادند. به گزارش ایسنا، حوالی ظهر ۲۵ اسفندماه در یکی از محله‌های سعادت‌آباد، مردم در تکاپوی انجام کارهای عقب‌افتاده پیش از عید بودند. خیابان‌ها کمی شلوغ‌تر بود. بعضی مغازه‌ها باز بودند و بعضی‌ها کرکره‌ها را پایین نگه داشته بودند. بانک‌ها و مراکز اداری نیز باز بودند و کارها طبق روال پیش می‌رفت.

کارمندان پشت باجه‌ها نشسته بودند و امور روزانه و خدمات‌رسانی به مشتریان را انجام می‌دادند. چند نفر در صف ATM جلوی بانک ایستاده بودند. کمی آن طرف‌تر از ساختمان بانک، مغازه خشکسویی باز بود و صاحب مغازه لباس‌های شسته شده مشتریان را تحویل می‌داد. همه چیز معمولی بود. آنقدر معمولی که هیچکس فکرش را نمی‌کرد چند لحظه بعد، قرار است یک نقطه مسکونی و خدماتی تبدیل به یکی از نقاط حمله رژیم صهیونیستی و آمریکا بر سر مردم شود و فاجعه‌ای غیرقابل باور را جلوی چشمانشان به تصویر بکشاند.

**روایتی از بمباران منطقه مسکونی سعادت‌آباد**  
صدای آوار، جیغ و فریاد و سکوت در هوا تنیده شد. مردم جمع شده بودند؛ خانواده‌ها، همسایگان، رهگذران و کسانی که از نزدیک‌ترین کوچه‌ها آمده بودند. جمعیت کوچک و بزرگ، روبروی آوار، با چهره‌هایی بهت‌زده میان ترس و امید و اضطراب ایستاده بودند. چشم‌ها پر از سوال بود و دل‌ها لبریز از امید و نگرانی. بعضی‌ها با صدای بلند نام عزیزان‌شان را صدا می‌زدند، بعضی‌ها تنها در سکوت به آوار خیره مانده بودند.

در میان این هیاهو، امدادگران خود را بر سر صحنه رساندند و مشغول کار شدند تا به دنبال پیدا کردن کوچکترین رد و نشانه‌ای از زندگی برای نجات جان آدم‌ها باشند. چند دقیقه بعدتر، تیم‌های محب با هشت نفر برای حمایت روانی از بازماندگان به صحنه آمدند. در ابتدای کار، دو ایستگاه، یکی در شمال و یکی در جنوب محل اصابت برای تسهیل در خدمات‌رسانی مستقر شد. صدای گریه‌ها و فریادها هنوز شنیده می‌شد، اما تعامل همزمان امدادگران عملیات و تیم‌های محب، مثل دو جریان مکمل برای نجات انسان‌ها بود: یکی نجات‌دهنده جان‌های زیر آوارمانده بود و دیگری نجات‌دهنده روان بازماندگان.

دکتر احسان رضایی‌خواه- سرپرست تیم اورژانس اجتماعی منطقه ۱-۲-۳ و ۶ تهران می‌گوید: «در محدوده اصابت، هر کسی که نیاز به کمک داشت، به داخل چادر راهنمایی می‌شد. آدم‌ها نمی‌دونستند چه اتفاقی برای عزیزانشون افتاده»

بودن عزیزانشان کم است، به هر صدای کوچک یا حرکت خاک، دل بسته بودند. روانشناسان این حالت را «حالات تعلق امید» می‌نامند؛ جایی که امید با واقعیت تلخ هم‌زمان وجود دارد و ذهن به هر راه و نشانه کوچکی چنگ می‌زند تا از فروپاشی کامل جلوگیری کند.

رضایی‌خواه در این باره می‌گوید: «معمولاً در چنین مواقعی انکار فاز اول شوک روانی است. وقتی آدم‌ها در فاز انکار هستند، رفتارهایشان گاهی عجیب به نظر می‌رسد. بعضی‌ها اصرار داشتند که وارد محدوده خطر شوند، برخی دیگر دنبال هر نشانه کوچکی بودند تا آن را به امید تبدیل کنند. ما باید با احتیاط وارد می‌شدیم، آرامش‌شان را حفظ می‌کردیم و اجازه می‌دادیم کمک‌ها با واقعیت مواجه شوند، بدون آنکه فاجعه برایشان دوباره تکرار شود. در چنین شرایطی، حتی چند دقیقه آرامش، یا تنها یک کلمه تسلی‌بخش، می‌تواند بار سنگین اضطراب را کاهش دهد».

این تضاد بین امید و واقعیت، بین انکار و پذیرش، درست همان چیزی بود که صحنه فاجعه را تلخ‌تر می‌کرد. بازماندگان در سکوت، کنار آوار، در حال جنگیدن با ذهن خود بودند، و تیم‌های محب تنها همراهانی بودند که می‌توانستند دست کم به صورت روانی، آن‌ها را از سقوط کامل روحی‌شان نجات دهند. در چنین فضایی، یکی از چالش‌های بزرگ، حضور مردم عادی بود؛ آدم‌هایی که از سر دلسوزی و کمک کردن می‌آمدند، اما ناخواسته روند آرام‌سازی و حمایت روانی بازماندگان را مختل می‌کردند. رضایی‌خواه در این باره می‌گوید: «تیم ما بارها با چنین صحنه‌هایی مواجه شد؛ مردم جمع می‌شدند، نگاه می‌کردند، بعضی‌ها عکس می‌گرفتند و حتی جلوی رفت و آمد ماشین‌های سنگین و تجهیزات امدادی را می‌گرفتند. گرد و خاک ناشی از آوار و دود انفجار، همراه با هیاهوی جمعیت، نه تنها کار امدادگران را کند می‌کرد، بلکه سلامت و تمرکز خود مردم را نیز تهدید می‌کرد».

**روایتی از بمباران منطقه مسکونی سعادت‌آباد**  
«یکی دیگر از صحنه‌های تلخ، زنی بود که خانه‌اش کاملاً تخریب شده بود. تازه به صحنه رسیده بود؛ اضطراب و شوک چهره‌اش را کاملاً گرفته بود. او در دورهای از زندگی، داروهای روان مصرف می‌کرد، اما حضور جمعیت کنجکاو و شلوغی صحنه، باعث شد شرایط بسیار بحرانی شود. برخی افراد اصرار داشتند شرایط خانه آن زن را به طور مستقیم به او نشان دهند و با کلماتی سنگین حقیقت را روی دوش او سنگین‌تر می‌کردند و همین کار را برای ما سخت‌تر می‌کرد، چراکه از یکسو باید برای آرام کردن او اقدام می‌کردیم و از سوی دیگر برای آگاهی و ممانعت از انتقال اطلاعات توسط مردم کار می‌کردیم. تنها راه آرام کردن او، گفتگو و حمایت روانی مستقیم بود که تیم محب با صبر و دقت در حال انجام آن بود. با وجود تمام این سختی‌ها، تیم ما تلاش کرد با نظم و تقسیم وظایف، خدمات روانی و حمایت عاطفی را به بهترین شکل ممکن ارائه دهد».

## آلگری تسلیم شد: دیگر هدف ما قهرمانی نیست



سرمربی میلان بعد از شکست برابر ناپولی اعتراف کرد که دیگر به قهرمانی در فصل جاری سری A فکر نمی‌کنند. به گزارش ایسنا، میلان در یکی از حساس‌ترین بازی‌های هفته سی و یکم رقابت‌های سری A به مصاف ناپولی رفت که این بازی با پیروزی یک بر صفر ناپولی به پایان رسید. این شکست باعث شد تا اختلاف میلان با اینتر صدرنشین به ۹ امتیاز افزایش یابد این در حالی است که تنها ۷ هفته تا پایان لیگ باقی مانده است.

ماسیمیلیانو آلگری، سرمربی میلان، پس از شکست مقابل ناپولی اعتراف کرد که رقابت برای قهرمانی در سری A دیگر در برنامه‌های تیمش نیست و هدف اصلی حالا صعود به لیگ قهرمانان اروپا است.

آلگری گفت: این یک بازی با فرصت‌های کم بود. احساس می‌کردیم که یک شوت می‌تواند نتیجه را تعیین کند و ناپولی توانست از آن استفاده کند، اگرچه دفاع ما در جای خود بود. او ادامه داد: در نیمه دوم باید سریع‌تر حمله‌ها را تمام می‌کردیم. خیلی تردید داشتیم و این فرصت را به حریف داد تا روی ما فشار بیابد و فضاها را ببندد. فکر می‌کنم آنکونکو و فولکر وگ بازی خوبی ارائه دادند. آنکونکو به ویژه برای تیم تلاش زیادی کرد اما باید یکی از فرصت‌هایی که داشت را گل می‌کرد. فوتبال با این جزئیات مشخص می‌شود. تیم به‌طور کلی خوب بازی کرد، اما اشتباهاتی داشتیم؛ چه در استفاده از فرصت‌ها و چه در مواجهه با ضدحمله‌ها. چندین بار توپ را در نیمه زمین حریف پس گرفتیم، اما پاس‌ها دقیق نبودند و این موضوع بسیار مهم است و باید در آن بهبود پیدا کنیم. آلگری در مورد جنبه‌های تاکتیکی گفت: سیستم ۳-۳-۴ یک گزینه است، اما بستگی به وضعیت فیزیکی دارد. پولیسچ تازه از فیفا دی برگشته و لیاو بعد از غیبت طولانی هنوز کاملاً آماده نیست. رقابت برای قهرمانی در لیگ دیگر برای ما نیست. اینتر بیست‌سال است و ناپولی از ما جلوتر است، بنابراین باید فقط روی خودمان تمرکز کنیم. سرمربی میلان در پایان گفت: هدف ما صعود به لیگ قهرمانان اروپا است. هنوز کارهای زیادی پیش رو داریم و این موضوع در کوتاه‌مدت مشخص نمی‌شود، بلکه نیاز به ادامه نتایج مثبت دارد.

## سقوط خودرو به داخل رودخانه در چین قربانی گرفت



در پی سقوط یک خودرو به داخل رودخانه ای در چین دستکم پنج نفر جان خود را از دست دادند. به گزارش ایسنا، مقامات محلی روز سه‌شنبه اعلام کردند این خودرو از روی پلی در استان «فوجیان» این کشور سقوط کرده است. به گفته مقامات پلیس، این حادثه دوشنبه شب به وقت محلی رخ داد و همه سرنشینان خودرو کشته شدند. تاکنون جزئیات بیشتری از حادثه و علت وقوع آن مشخص نشده است.

## حریق و انفجار مهیب در نزدیکی پل آمریکا در «پاناما سیتی»



رسانه های خبری از وقوع انفجار مهیب و آتش سوزی بزرگ در نزدیکی پل قاره آمریکا در کانال پاناما خبر داده اند. به گزارش ایسنا به نقل از شینهوا، در پی این انفجار در اواخر روز دوشنبه به وقت محلی، آتش سوزی بزرگی شعله‌ور شد که چند کامیون سوخت را در زیر «پل قاره آمریکا» درگیر کرد و دستکم یک کشته و دو زخمی برجای گذاشت. پل قاره آمریکا یک پل جاده‌ای در پاناما است که ورودی اقیانوس آرام به کانال پاناما را در بر می‌گیرد. ابراه پاناما یک راه آبی مصنوع است که توسط انسان در کشور پاناما به وجود آمده و اقیانوس آرام را به اقیانوس اطلس ارتباط می‌دهد.

## رکورد بی سابقه سوءاستفاده و تهدید آنلاین کودکان در انگلیس



در حالی که کارشناسان انگلیسی از شرکت‌های فناوری می‌خواهند تا برای ریشه‌کن کردن «آخازی آنلاین از کودکان»، اقدامات حفاظتی بیشتری انجام دهند، کودکان در این کشور به طور بی‌سابقه‌ای از افزایش آخازی با محتوای غیراخلاقی در فضای مجازی گزارش می‌دهند. به گزارش ایسنا، برای مقابله با این اقدامات، سرویس «گزارش حذف» راه اندازی شده که به کودکان اجازه می‌دهد تصاویر یا ویدیوهای خصوصی از خودشان را که به صورت آنلاین ظاهر شده‌اند یا ممکن است ظاهر شوند، علامت‌گذاری کنند. این سرویس اخیراً اعلام کرد سال گذشته میلادی (۲۰۲۵)، ۳۹۴ گزارش از افراد زیر ۱۸ سال دریافت کرده مبنی بر تلاش مجرمان برای آخازی از این کودکان و نوجوانان پس از به دست آوردن تصاویری از آنها و این رقم ۳۴ درصد بیشتر از سال ۲۰۲۴ است.

آخازی با محتوای غیراخلاقی اصطلاحی است که به زمانی اطلاق می‌شود که شخصی برای ارسال یک سلفی یا ویدیو به یک مجرم فریب داده می‌شود و سپس مجرم تهدید می‌کند که آن را به صورت آنلاین منتشر خواهد کرد، مگر اینکه قربانی پول یا تصاویر خصوصی بیشتری ارسال کند. برسران ۱۴ تا ۱۷ ساله در انگلیس ۹۸ درصد از قربانیان آخازی را تشکیل می‌دهند.

همچنین این نوع آخازی با خودکشی چندین نوجوان انگلیسی که پس از دریافت تهدید به آخازی خودکشی کرده بودند، مرتبط دانسته شده است. والدین یکی از قربانیان از شرکت متا متعلق به «مارک زاکربریگ» به دلیل عدم ارائه ضمانت‌های کافی برای محافظت از پسرشان شکایت کرده‌اند. بنیاد مولی ز (MRF)، یک موسسه خیریه ایمنی اینترنت نیز گفته است که شرکت‌های فناوری باید «بسیار بیشتر» برای مختل کردن تلاش‌های آخازی تلاش کنند و از دولت این کشور خواست تا از پلتفرم‌های رسانه‌های اجتماعی که اغلب در آنها فریب اولیه قربانیان صورت می‌گیرد، اقدامات بیشتری بخواهد. MRF افزود که اپل و گوگل، مالکان سیستم‌عامل‌های تلفن همراه iOS و اندروید باید ملزم به معرفی فناوری تشخیص محتوای مستهجن شوند.



امروز  
 ۹  
 صاف تا کمی ابری گاهی وزش باد شدید

### سعید صادقی:

## عکس‌های جنگ را جهان باید ببیند!

شود که جهان با دیدن آن به حرکت دربیاید. عکس‌هایی که بتوانند بی‌عدالتی جنگ را نسبت به غیرنظامی‌ها نشان بدهند. در این مدت به غیر از یک یا دو فریم که از زندگی مردم در ویرانی بوده است، عکس‌های دیگری ندیدم که راویان خوبی برای این روزها باشند. اغلب عکس‌ها کلیشه‌های همان دوران دهه ۶۰ است.

صادقی با باور بر اینکه عکاسی ایدئوتیک هیچ‌گاه ماندگار نیست، بر لزوم انتقال دانش و تجربه به نسل‌های جدید تاکید می‌کند و می‌گوید شاید الان دیگر فرصت خوبی برای این کار نباشد. باید پیش‌تر این جلسات نقد و بررسی را محیط‌های آموزشی و حرفه‌ای برگزار می‌کردند.

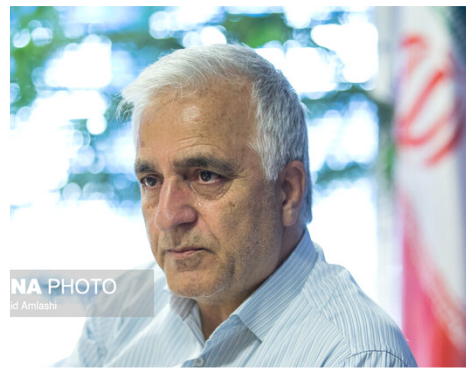
او همچنین در پاسخ به این پرسش که چرا در این روزها عکاسی نمی‌کند، می‌گوید که اگر محدودیت‌ها نسبت به عکاسان خبری کمتر بود، این کار را انجام می‌داد. او می‌گوید که بارها ترغیب شده است که در این روزها باز هم دوربین به دست بگیرد، اما دلایل متعددی همانند محدودیت‌ها او را منصرف کرده است.

صادقی می‌گوید آن چیزی که یک عکس را ماندگار می‌کند، اخلاق عکاسی است؛ در واقع همان نگاه اخلاقی عکاس که در تصاویر او خودش را نشان می‌دهد و ماندگار می‌شود. به باور صادقی، یکی از دلایل محدودیت‌هایی که برای برخی از عکاسان خبری وجود دارد، همین اخلاق عکاس خبری آنها است. او بیان می‌کند: «اینکه بگویم همانگونه که ما می‌گوییم عکس بگیرد تا فقط عکس گرفته باشیم که فایده‌ای ندارد. اما اتفاق بدتر این است که این مدل تصاویر اصلاً تأثیرگذار نیست. جهان هنوز احساس نکرده است که اسرائیل و آمریکا در حال انجام بی‌عدالتی غیرنظامی هستند و یکی از علل اصلی این موضوع این است که عکس‌های واقع‌گرایانه گرفته نشده یا جهان هنوز این تصاویر را ندیده است.»

این عکاس پیشکسوت همچنین با تاکید بر لزوم برگزاری جلسات نقد و بررسی در حوزه عکاسی جنگ، یادآور می‌شود که اگر نقد انجام می‌شد، امروز با این موضوعات مواجه نبودیم.

جبهه‌های جنگ بوده است. تجربه‌ای که به گفته او عمیق‌ترین اثر را روی او گذاشته است و در تمام این سال‌ها با سفر به شهرهای مختلف ایران تلاش کرده است که بتواند برخی از آن مادران را پیدا کند. تجربه او زمانی تلخ‌تر شده است که با پیدا کردن برخی از مادران رزمنده‌گان، متوجه شده که آنها هنوز نتوانسته‌اند با گذشت این همه سال، فرزندانشان را پیدا کنند. او البته هنوز هم بنذر آشک مادران ایران را پرآب می‌داند و می‌گوید: «هنوز هم در این تاریکی تهاجم بیگانه، روشنی نفس‌های عاشقانه مادران ایران زمین است که نور شرافت را بر من و دوربین نگاهم، تابانده است. وداع مادران با فرزندانشان آنقدر خالصانه و عاشقانه بود که بیش از جنگ من را تحت تأثیر قرار داد. همان زمان به این باور رسیدم که همین خلوص است که ما را نگه داشته است، نه کلمات و جمله‌های کلیشه‌ای که برای تبلیغات از آنها استفاده می‌شود.»

صادقی با تاکید بر اینکه عکاسی از جنگ باید فراتر از سیاست‌ها و تجارت‌ها باشد، درباره لزوم واقع‌گرا بودن عکس‌های جنگی می‌گوید: «هر کسی نمی‌تواند صحنه‌های جنگ را درست عین واقعیت به ثبت برساند. در جریان همین جنگ امروز نیز عکاسی از خرابه‌ها هم حتی نیاز به مهارت و تجربه دارد. در واقع، عکاس‌ها باید بتوانند به فضای کلیشه‌های مرسوم غالب شوند. من به شخصه هیچ‌وقت، عکس‌های هنری از جنگ نگرفتم و تمام عکس‌هایم مستند هستند.» او همچنین درباره میزان تأثیرگذاری عکس‌هایی که در این روزها از جنگ منتشر می‌شود، می‌گوید: حس عکس امروز را باید نسبت به جهان و انسان امروز بررسی کرد. انسان‌ها هم فقط در کشور ما زندگی نمی‌کنند! بنابراین باید عکس‌های گرفته

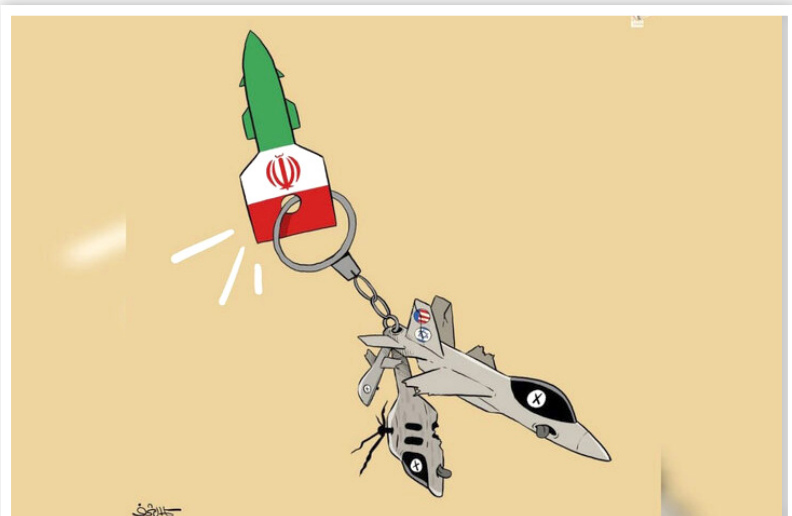


سعید صادقی که به مدت ۹۸ ماه با حضور در عملیات‌های نظامی جنگ ایران و عراق از صحنه‌های نبرد عکاسی کرده است، این تجربه را به عنوان پیوندی محکم با اشک مادران به یاد می‌آورد. عکاسی که در این روزهای جنگ نیز بارها ترغیب شده تا بار دیگر دوربین به دست بگیرد، اما به دلایل مختلفی منصرف شده است. او می‌گوید باید عکس‌های گرفته شده که جهان با دیدن آن به حرکت دربیاید. سعید صادقی که از او با عنوان عکاس جنگ یاد می‌شود، در گفت‌وگویی با ایسنا درباره تجربه عکاسی از جنگ می‌گوید که این تجربه با دوخته شدن نگاه، جان و دوربین او به بندر اشک‌های مادران ایرانی در لحظه وداع اعزام فرزندانشان و احساس خالصانه باورهای صادقانه به وطن، پیوند خورده است. یکی از اصلی‌ترین سوزنده‌های سعید صادقی در جنگ هشت‌ساله، خداحافظی مادران با فرزندانشان پیش از اعزام به

انگاره‌ها  
 احمد رضا سهرابی  
 Ahmad Reza Sohrabi  
 ترامپ ادعا می‌کند که ایران را به عصر حجر بازی گرداند!  
 TRUMP  
 ۱۳۹۵/۰۲/۰۱

## مرور آثار ضداستعماری کمال شرف؛ هنرمندی که سیاست و جنگ را به چالش کشید

نیز به شخصیت اصلی آثار کمال شرف با شخصیت «حفظه» ناجی‌اللی دیده می‌شود. شرف به دلیل کارهای انتقادی‌اش با فشار و محدودیت از جمله بازداشت، تهدید و حمله روبه‌رو شده است؛ در برخی روایت‌ها آمده که در سال ۲۰۱۰ مدتی بازداشت بوده و بعد هم به خاطر مواضعش تحت فشار قرار گرفته است. همین تجربه‌ها باعث شده آثارش تندتر، صریح‌تر و مبارزه‌جویانه‌تر شود. در سال‌های اخیر، به‌ویژه بعد از رخدادهای مرتبط با غزه، آثار او در شبکه‌های اجتماعی و نمایشگاه‌ها بیشتر دیده شده و بسیار گسترده پخش شده‌اند. بعضی رسانه‌ها او را یکی از چهره‌های مهم «هنر مقاومت» معرفی کرده‌اند. او علاوه بر کاریکاتور، در زمینه انیمیشن و تصویرگری هم فعالیت دارد. در صفحه شخصی این هنرمند نیز آثار کارتون‌اش، گاهی به صورت موشن قابل تماشا است.



کمال شرف کاریکاتورست یعنی، با آثار انتقادی‌اش بارها با فشار، تهدید و محدودیت روبه‌رو شده اما همین تجربه‌ها، زبان هنری او را تندتر و صریح‌تر کرده است. به گزارش خبرنگار مهر، کمال شرف یکی از شناخته‌شده‌ترین کاریکاتورست‌های یمنی است که بیشتر با کاریکاتورهای سیاسی و اعتراضی‌اش شناخته می‌شود. وی در آثارش معمولاً به موضوعاتی مثل جنگ، مقاومت، فلسطین و نقد قدرت‌های سیاسی می‌پردازد و سبک کارش هم اغلب ساده، نمادین و خیلی مستقیم است؛ یعنی تصویری می‌کشد که پیام تقریباً بدون نیاز به متن هم فهمیده می‌شود. از زندگی حرفه‌ای او می‌دانیم که از حدود ۲۰ سال پیش فعالیت در زمینه کاریکاتور را جدی شروع کرده است و خودش این هنر را فقط یک ابزار هنری نمی‌داند، بلکه نوعی موضع‌گیری و دفاع از مظلومان به گفته وی، از ناجی‌اللی کاریکاتورست فلسطینی، تأثیر زیادی گرفته و همین نگاه باعث شده آثارش رنگ‌وبوی سیاسی و اجتماعی پررنگی داشته باشد. شاید به همین دلیل است که شباهتی

### نامه بیست سینماگر سرشناس در چهلمین روز فاجعه میناب

بیست سینماگر سرشناس ایرانی در چهلمین روز فاجعه میناب با انتشار متنی خواستار توجه جامعه جهانی به این جنایت جنگی شدند. به گزارش ایسنا به نقل از اداره کل روابط عمومی سازمان سینمایی، در این نامه آمده است: «در ۹ اسفند (بیست و هشتم فوریه)، حتی خورشید نیز گویی نگاه روشن خود را از گوشه‌های این زمین برمی‌گرفت... در میناب در جنوب ایران، ۱۶۸ دانش‌آموز با دو موشک تاماهاک آمریکا کشته شدند. پیکرهای کوچکشان از زیر آوار جایی بیرون کشیده شد که باید پناهگاه رؤیاهایشان می‌بود. در اوج بی‌قانونی و بی‌رحمی، یک دبستان در حمله‌ای «دو ضربی» نابود شد؛ اقدامی حساب‌شده که نه فقط جان انسان‌ها، بلکه خود معنای انسانیت را نشانه می‌گیرد.»

فاجعه‌ای که هیچ اقدامی، جبران‌گر آن نیست. هیچ واژه‌ای نمی‌تواند این جان‌ها را بازگرداند. هیچ بیانیه، عذرخواهی یا توجیه سیاسی‌ای نمی‌تواند این کودکان را به خانواده‌هایشان، به کلاس‌های درسشان، به آینده‌های ناتمامی که از آن انسان بود، بازگرداند. مباران کودکان مدرسه‌ای در میناب، نمونه‌های هولناک از کشتار غیرنظامیان است؛ جنایتی که بنا بر همه اسناد و شواهد، عاملانده بوده است. قوانین جنگ در این باره هیچ ابهامی ندارند. آنچه در میناب رخ داد، یک جنایت جنگی است؛ جرمی سهمگین علیه زندگی، معصومیت و خود آینده. محکوم کردن چنین خشونت‌های عربان علیه کودکان، تنها آغاز راه است و سکوت در برابر آن، خود گواهی رضایت است.

ما، جمعی از سینماگران، همکاران خود و همه انسان‌های برخوردار از وجدان در سراسر جهان را فرامی‌خوانیم که به روشنی سخن بگویند و در برابر کشتن کودکان، هر جا که رخ دهد و هر که مرتکب آن باشد، در کنار یکدیگر بایستند. بیاید جهانی را که با خشونت، سلطه و مصونیت از مجازات اداره می‌شود، نپذیریم. بیاید بر آینده‌های دیگر پافشاری کنیم؛ آینده‌ای که در آن جان هیچ کودکی قربانی جاه‌طلبی سیاست‌مداران نشود.» این متن به امضای نرگس آبیاری، همایون اسعدیان، محمد علی باشه آهنگر، پرویز پرستویی، کمال تبریزی، فریدون جیرانی، ابراهیم حاتم‌ی، بابک خواجه‌پاشا، علیرضا داوودنژاد، ابوالحسن داودی، بهروز شعبانی، کامران شیردل، رسول صدرعاملی، محمد مهدی عسگرپور، کیانوش عیاری، رضا کبایان، مجید مجیدی، محمد حسین مهدویان، سید رضا میرکرمی و هارون یشایایی رسیده است.

### زانکو برای کودکان میناب خواند

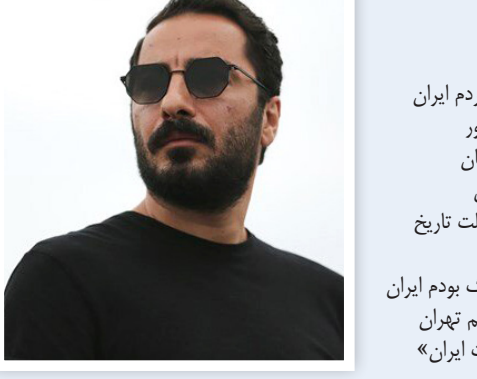


زانکو قطعه «به ایران برات گریه کرده...» را برای کودکان شهید میناب منتشر کرد. به گزارش ایسنا، در پی شهادت جمعی از دانش‌آموزان در میناب در پی حمله آمریکا و اسرائیل به کشورمان، «زانکو»، خواننده پاپ، با انتشار قطعه‌ای تازه با عنوان «به ایران برات گریه کرده...» به این حادثه واکنش نشان داد و یاد این کودکان را گرمی داشت. این قطعه با حمایت و تولید سازمان هنری رسانه‌های اوج منتشر شده است.

### نوید محمدزاده: اول، آخر، وطن، عشق، ایران

نوید محمدزاده بازیگر سینما و تئاتر در صفحه شخصی خود به جنگ آمریکا و اسرائیل علیه ایران واکنش نشان داد و نوشت: «سه تا جنگ بودم ایران، الانم هستم تهران، عشق است ایران.»

به گزارش ایسنا، نوید محمدزاده -بازیگر سینما و تئاتر- در صفحه شخصی اینستاگرام خود نوشت:



### فیلمی که علی قمصری از نیروگاه برق منتظر کرد



علی قمصری که در پی تهدید نظامی آمریکا و اسرائیل برای هدف قرار دادن زیرساخت‌های برق با ساز خود به نیروگاه برق دماوند رفته است، می‌گوید: امیدوارم زخمه‌های من روی تار بتواند در این زمینه اندکی بازدارندگی ایجاد کند. به گزارش ایسنا، این آهنگساز و نوازنده تار که در پی حضور خود در نیروگاه برق دماوند ویدیویی منتشر کرده است، در بخش‌هایی از حرف‌هایش می‌گوید: «نیروگاه برق دماوند هستم ولی نمی‌توانم بگویم جای شما خالی؛ چراکه اینجا به حمله نظامی تهدید شده است که امیدوارم اتفاق نیفتد. دوست دارم صدای تار بتواند این‌بار نقش آفرینی برای صلح داشته باشد، برای جلوگیری از خاموشی چراغ خانه‌ها.»

زمانی که صحبت از جنگ زیرساخت‌ها می‌شود تمام جهان درگیر این جنگ هست و تمام ما باید برای بازدارندگی، برای حملات به زیرساخت‌ها به ویژه برق و نفت در کنار یکدیگر قرار بگیریم. من هیچ سمت و سوی سیاسی ندارم. من هیچ اشرافی به مسائل نظامی ندارم. به خاطر همین بلد نبودم در مراحل قبلی باید چه کنم و سکوت من از این جهت بود. امروز تهدید به تخریب زیرساخت‌ها هست در حالی که بازسازی آنها بیش از ۳۰ سال زمان می‌برد و نباید گمان کنیم چنین اتفاقی تبعات کوچکی دارد و بعدا می‌سازیم. نه این اتفاق نمی‌افتد. باید کنار هم باشیم. امروز مسئله ایران، من و شما و خانواده شمامت و مسئله کودکان و بیمارستان‌هاست. برق نباشد آب نیست. امیدوارم زخمه‌های من روی تار بتواند در این زمینه اندکی بازدارندگی ایجاد کند با رسانایی صدای موسیقی در جهان.»

## «بیگانگان» درباره اتفاقات خاورمیانه است برخی طرفداران جنگ گنج شده‌اند

سختی هم داشت که بیشتر آنها بیابان و خاک و ... بود. حتی لوکیشن‌های بیمارستان هم سختی‌های زیادی داشت. به نظرم این سریال هم بیننده خود را دارد و هم بیننده به تلویزیون اضافه می‌کند. رجبی اضافه کرد: به نظرم «بیگانگان» اولین سریالی است که اینقدر جدی درباره ماجراهای خاورمیانه بزرگ که دشمن روی آن دست گذاشته است قصه پردازی کرده است. وقتی می‌گوییم خاورمیانه یعنی مرکز آن، کشور ماست و با جنگ اخیر دیدیم که چطور به کشور حمله کردند چون برخی توهم داشتند که سوریه سازی علم می‌شود تا سخن حق شنیده نشود. حالا تاسف می‌خورند که چرا زودتر مشخص نشد که برای خاورمیانه برنامه داشتند. وی درباره پخش سریال در این زمان عنوان کرد: خوب بود سریال حتی چندین سال زودتر

مهران رجبی بازیگر «بیگانگان» با اشاره به قصه این سریال که به ماجراهای داعش می‌پردازد، عنوان کرد که این اثر اولین سریال جدی درباره اتفاقات خاورمیانه است. مهران رجبی بازیگر سریال «بیگانگان» که این شب‌ها از شبکه سه پخش می‌شود درباره مضمون این اثر که به اتفاقات منطقه می‌پردازد، به خبرنگار مهر گفت: قصه سریال «بیگانگان» بسیار واقعی است و یکی از هزار ماجراهای واقعی است که همین امروز در دنیا می‌بینیم. اگر ما این اتفاقات جهان امروز را در قالب فیلم، سریال، تئاتر و ... برای جوان امروز تعریف نکنیم فیلم و سریال‌های رسانه‌های آن طرف را می‌بینند. وی درباره پروسه ساخت «بیگانگان» توضیح داد: زمان قرارداد به من گفتند ۳ ماه طول می‌کشد اما کار حدود ۹ ماه طول کشید. لوکیشن‌های بسیار

سختی هم داشت که بیشتر آنها بیابان و خاک و ... بود. حتی لوکیشن‌های بیمارستان هم سختی‌های زیادی داشت. به نظرم این سریال هم بیننده خود را دارد و هم بیننده به تلویزیون اضافه می‌کند. رجبی اضافه کرد: به نظرم «بیگانگان» اولین سریالی است که اینقدر جدی درباره ماجراهای خاورمیانه بزرگ که دشمن روی آن دست گذاشته است قصه پردازی کرده است. وقتی می‌گوییم خاورمیانه یعنی مرکز آن، کشور ماست و با جنگ اخیر دیدیم که چطور به کشور حمله کردند چون برخی توهم داشتند که سوریه سازی علم می‌شود تا سخن حق شنیده نشود. حالا تاسف می‌خورند که چرا زودتر مشخص نشد که برای خاورمیانه برنامه داشتند. وی درباره پخش سریال در این زمان عنوان کرد: خوب بود سریال حتی چندین سال زودتر