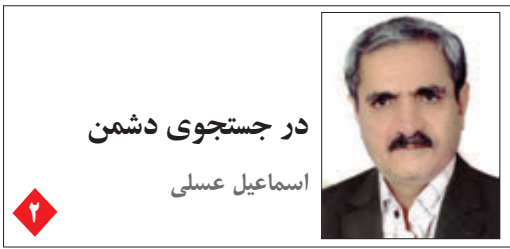




مدیر کل فرهنگ و ارشاد فارس مطرح کرد:  
**پاسارگاد؛ قلب تپنده فرهنگ و تمدن**



باقری:  
**تماس‌ها با آمریکا در جریان است**



در جستجوی دشمن  
اسماعیل عسلی



**کتاب‌آرایی؛ از دفتر کار ۲۰ متری تا صحنه‌های جهانی**

گزارش حضور مردم با تکانی به خروجی جلسه ۶۰۵ کار گروه تسهیل و رفع موانع تولید در خرم‌مید؛

**چراغی که نباید خاموش شود**

پریسا گلریز خاتمی  
سوم خردادماه، در سالن آزادسازی خرمشهر، گویی اراده‌ای تازه در پیکره اقتصادی شمال فارس دمیده شد. برگزاری ششصد و پنجمین جلسه کارگروه تسهیل در شهرستان خرم‌مید، نه یک جلسه اداری معمولی، که پیامی صریح به تولیدکنندگان بود که تولید، خط قرمز استانداردی است.

**نخست تولید، سپس وصول**  
دستور معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری فارس مبنی بر ممنوعیت قطع برق واحدهای تولیدی به دلیل بدهی، در شرایطی که صنعتگران با چالش‌های ناترازی انرژی و فشارهای مالی دست‌وپنجه نرم می‌کنند، یک تنفس مصنوعی حیاتی است. این رویکرد که تسهیل‌گری با دولت، حرکت با بخش خصوصی تعریف شده، در صورت اجرا، می‌تواند از خروج سرمایه‌گذاران از چرخه تولید جلوگیری کند.

**آمارهایی که تشنه عملیاتی شدن هستند**  
مدیرکل صمت فارس از تحقق ۷۸ درصدی مصوبات کارگروه خبر می‌دهد؛ آماري که در نگاه اول درخشان است. ۱۰۹ مصوبه در ۱۰ جلسه، عددی است که نشان از جدیت کارگروه دارد. اما پرسش اصلی فعالان بخش خصوصی در شهرهای صنعتی آباد، بوانات و خرم‌مید این است که آیا این مصوبات به خطوط تولید رسیده است یا تنها در صورتجلسات مانده‌گار شده‌اند؟

**بزشکیان:**  
**میدان اصلی تقابل امروز، جنگ اقتصادی و تاب‌آوری معیشتی کشور است**



از میر؛ مقصد جدید دیپلماسی شهری شیراز



**اقامه نماز عید قربان در حرم شاهچراغ (ع)**



شهردار شیراز به شاکهای رفت



آغاز عملیات نجات بناهای تاریخی شیراز با هم‌افزایی آستان مطهر شاهچراغ (ع) و میراث فرهنگی



موافقان استمرار محدودیت اینترنت در نظر سنجی‌ها زیر ۹ درصد هستند

**نجات والیبال فارس از رکود سال‌های سرگردانی**

الکوبرداری کنند و لیگ‌های بومیای درون‌شهری برگزار کنند و نیازی نیست منتظر برنامه هیات استان بمانند؛ مردودت خودش ۲ سال پایانی (۱۴۰۰ و ۱۴۰۱) قطب والیبال بود؛ پتانسیل‌های عظیمی در شهرستان‌ها وجود دارد.

**برنامه سال ۱۴۰۵**

رئیس هیات والیبال فارس درباره مسابقات پیش‌رو گفت: مسابقات مختلف ما در سال ۱۴۰۵، رده‌های سنی نونهالان، نوجوانان و جوانان طبق تقویم فدراسیون برگزار می‌شود و بعد هم مسابقات بزرگسالان در دسته یک و لیگ برتر استان (در بانوان) و آقایان به صورت مداوم خواهد بود؛ اما تمرکز اصلی ما لیگ‌های کشوری است.

غلامی اظهار کرد: امسال در بخش آقایان سه تیم در لیگ دو کشور داریم و در بانوان نیز سه تیم لیگ دو، یک تیم دسته یک بزرگسالان و یک تیم در لیگ برتر بانوان داریم. تمرکزمان تقویت تیم‌های دسته یک آقایان و لیگ برتر بانوان است اما در سال ۱۴۰۵، ما لیگ‌های کشوری خواهیم داشت.

**خبر خوش برای هاداران؛ تیم لیگ برتری آقایان، کاملاً بومی**  
غلامی در پاسخ به این پرسش که آیا فارس می‌تواند دوباره در لیگ برتر آقایان تیم‌دار شود، گفت: طبق صحبتی که با آقای تقوی، رئیس محترم فدراسیون، داشتیم، ایشان می‌توانند نگاه ویژه‌ای داشته باشند تا در سال جاری ما لیگ برتر آقایان داشته باشیم. اما بدون کمک صنایع و مقام عالی استان و حضور بخش خصوصی تقریباً غیرممکن است.

او تصریح کرد: با این حال یک خبر خوش به جامعه والیبال فارس می‌دهم و آن اینکه سال گذشته تیم دسته یک ما تماماً بومی بود و بازیکن‌های شاخصی که الان در لیگ برتر کشور بازی می‌کنند، استان فارسی هستند.

وی اضافه کرد: ما پتانسیل این را داریم که با یک تیم کاملاً بومی از لحاظ بازیکن و کادر فنی، به لیگ برتر کشور گام برداریم و نتیجه خوبی هم کسب کنیم. پیشگوستاران را تنها نمی‌گذاریم؛ تصمیمات ما هیات رئیسه‌ای است.

غلامی در پاسخ به این پرسش که چه جایگاهی برای پیشگوستاران والیبال قائل است، گفت: خدا را شکر از آنجا که خودم از والیبالیست‌هایی هستم که سعی کردم حرمت بزرگ‌ها و پیشگوستاران را رعایت کنم، تمام تصمیمات هیات ما به صورت هیات رئیسه‌ای تصویب و اجرا می‌شود؛ از بزرگان والیبالی می‌همچون اسدی‌پویا، حمیدزاده، رضایی و... استفاده می‌کنیم تا بتوانیم تصمیمات خوب و سازنده بگیریم و توسعه کادر هیات اجرا کنیم.

**درخواست ۱۹ کلاس آموزشی**

وی در مورد برنامه‌های آموزشی هیات اظهار کرد: در کمیته آموزش از آقای قادری که خود از مربیان سطح ۲ بین‌الملل است، استفاده کردیم. سال گذشته چهار کلاس درجه سه مربیگری برگزار کردیم؛ درخواست ما ۱۹ کلاس مربیگری (درجه ۲ و...)

ادامه در صفحه ۲

والیبال فارس پس از سال‌ها بالکنلیفی و مدیریت سرپرستی، از نیمه دوم سال ۱۴۰۳ با انتخاب جواد غلامی به عنوان رئیس هیات نفس تازه‌ای کشید؛ اکنون این استان والیبال‌خیز از رکود خارج شده و وعده سهمیه لیگ برتر برای آقایان، بهترین پیام برای علاقه‌مندان این رشته در فارس است تا جشن بازگشت به روزهای اوج را برپا کنند.

به گزارش بانوان نیز مینا روستا، پوران زارع، نگار کیانی، مریم حبیبی و الهام فلاح حرف‌های بسیاری برای گفتن در تیم‌های ملی داشتند.

فارس در سال‌های ۱۳۹۳ و ۱۳۹۴، در لیگ برتر بانوان و آقایان، ۲ تیم همزمان داشت، اما برای مدتی تنها یک تیم باقی ماند به نام تیم والیبال بانوان «مهرگان شیراز».

**بازگشت به روزهای اوج با نسل جدید**

جواد غلامی رئیس هیات والیبال فارس که خود از درباریان در خانواده والیبال رشد کرده، با حضور استودیو خبر ایتر مرکز فارس نقشه راهی برای نجات این رشته طراحی کرده و از احیای خانه والیبال، استعدادیابی در روستاها و حمایت از ملی‌پوشان تا ورزش ۲ تیم در لیگ برتر سخن به میان آورد.

آنچه در ادامه می‌آید جزئیات اولین گفت‌وگوی تفصیلی رئیس هیات والیبال فارس با ایتر است. غلامی در ابتدای گفت‌وگو با اشاره به پیشینه والیبال فارس گفت: آسامی که در مقدمه اشاره کردید، در ادوار گذشته ملی‌پوش و بازیکنان شاخص ما بودند، اما خدا را شکر والیبال فارس اقتدر پتانسیل داشته که این چرخه ادامه‌دار بوده است.

وی ادامه داد: در حال حاضر افراد خوش‌نام و بازیکن‌های خوش‌آینده‌ای در تیم‌های ملی، نام فارس را طنین‌انداز می‌کنند؛ افرادی مثل یوسف کاظمی، شایان محرابی، در بخش بانوان کیما سهرابی، ریحانه کریمی که هم‌اکنون در بازی‌های آسیایی نپال حضور دارند، همچنین خانم همایون و خانم مالکی؛ خوشبختانه این عزیزان نگذاشتند والیبال فارس از زمان بیفتد.

غلامی درباره وضعیت کنونی تیم‌های باشگاهی فارس با اشاره به تیم‌های «مهرگان شیراز» و «پارس مهر فارس» گفت: درست است که شما اشاره کردید در سال‌های ۹۳ و ۹۴ تیم در لیگ برتر داشتیم؛ رئیس هیات والیبال فارس با آقای تقوی، رئیس فدراسیون، انجام دادیم، تیم مهرگان شیراز در لیگ برتر و تیم پارس مهر فارس در لیگ دسته یک آقایان حضور داشتند.

وی تأکید کرد: ان‌شاءالله با کمک مدیرکل جدید ورزش و جوانان استان و رئیس محترم فدراسیون و

**مدیر کل فرهنگ و ارشاد فارس مطرح کرد: پاسارگاد؛ قلب تپنده فرهنگ و تمدن**

سرمزین از نظر قدمت و تمدن، هم‌تراز بزرگ‌ترین مراکز فرهنگی جهان است و می‌تواند در عرصه بین‌المللی بدرخشد. وی افزود: سرمایه اجتماعی این شهرستان بسیار ارزشمند است و اگر مدیران استانی و ملی در کنار ظرفیت‌های مردمی قرار گیرند، اتفاقات بزرگی در حوزه فرهنگ، هنر و تمدن در پاسارگاد و تخت‌جمشید رقم خواهد خورد.

**بازتاب برنامه‌های نوروزی تخت‌جمشید با محتوایی جهانی**

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی فارس در برنامه نوروز سال گذشته؛ ضمن سیاست‌گذاری از حسینعلی امیری، استاندار فهیم و فرهیخته فارس که با حمایت‌های خود موجب اجرای برنامه‌ها شد، اشاره کرد و گفت: در شرایط سخت فرهنگی و همه‌جبهه‌ای چندین ساله، توانستیم در نوروز یک‌هزار و چهارصد و پنج، برنامه هنری عظیمی در پاسارگاد و تخت‌جمشید اجرا کنیم که بازتاب جهانی داشت و در فضای مجازی به عنوان محتوای مهم دست به دست شد. وی ادامه داد: این اتفاق نشان داد که فرهنگ و هنر می‌تواند بسیاری از شکاف‌های بین‌نسلی و حتی اختلافات میان ملت‌ها را کاهش دهد. وی در پایان تأکید کرد: امروز باید برنامه‌های فرهنگی با کیفیت بالا و اثرگذاری جهانی طراحی شوند؛ چراکه کمیت مهم نیست، بلکه کیفیت و اثرگذاری بین‌المللی اهمیت دارد.



عمرانی فرمانداری، حسین اسبقی معاون سیاسی فرماندار، رحیمی شهردار مادر سلیمان و غلامرضا دادوند، رئیس اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی شهرستان پاسارگاد برگزار شد، مهدی رنجبر با اشاره به عظمت تاریخی و تمدنی این سرزمین اظهار داشت: ما جزو پنج ملت بزرگ دنیا هستیم که صاحب حماسه و تمدن هستیم و این داشته‌های بزرگ فرهنگی، هویتی و تاریخی سرمایه اصلی ملت ایران به شمار می‌رود.

**تمدن بزرگ در شهری کوچک**  
رنجبر با اشاره به جایگاه جهانی پاسارگاد تصریح کرد: شاید جمعیت پاسارگاد ۳۵ هزار نفر باشد، اما این

**هیئت مدیره انجمن عکاسان فارس معرفی شدند**

طول برگزاری انتخابات، شاهد حضور پررنگ و چشمگیر مسئولین فرهنگی و هنری استان، پیشگوستان، اساتید، مدرسین، هنرجویان، دانشجویان و دانش‌آموزان بودیم. دکتر مهدی رنجبر، رئیس اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی فارس، به همراه سرکار خانم سولماز دهقانی، معاون فرهنگی این اداره و جناب آقای روح‌الله رنجبری رئیس گروه امور سینمایی و سمعی و بصری و جناب آقای نبی‌زاده رئیس حراست با حضور در محل رای‌گیری اداره کل، از نزدیک روند برگزاری انتخابات را نظارت کردند. اعضای منتخب هیئت مدیره انجمن عکاسان فارس: بر اساس نتایج شمارش آرا، آسامی اعضای منتخب هیئت مدیره به ترتیب کسب آرا به شرح زیر اعلام می‌گردد: ۱- آقای ادیب حدائق (عضو اصلی) با کسب ۲۵۶ رأی ۲- آقای علیرضا عباسی (عضو اصلی) با کسب ۲۲۴ رأی ۳- خانم فریبا مساعدی (عضو اصلی) با کسب ۲۱۸ رأی ۴- خانم لیلی نوروزی سده (عضو اصلی) با کسب ۲۱۸ رأی ۵- آقای محمد دولتشاه (عضو اصلی) با کسب ۲۰۴ رأی ۶- آقای محمدرضا عاطفی (بازرس موقت در صورت تأیید اعضا هیئت مدیره) با کسب ۱۳۰ رأی ۷- آقای پیمان بنائی (عضو علی‌البدل) با کسب ۹۳ رأی



شیراز با برگزاری پرشور و با حضور گسترده عکاسان، انتخابات اولین دوره هیئت مدیره انجمن عکاسان استان فارس به پایان رسید. این رویداد مهم، نقطه عطفی در تاریخ هنر عکاسی فارس به شمار می‌رود و نویدبخش تحولی شگرف در این عرصه هنری است. در این انتخابات که با نظارت دقیق اداره کل فرهنگ و



## در جستجوی دشمن

انسان تا پیش از اجتماعی شدن، دشمن و رقیب را در بیرون از خود جستجو می کرد چرا که ناگزیر بود برای بقا با موجودات زنده و طبیعت رقابت کند اما به تدریج که احساس کرد برای برخورداری از امنیت نیازمند یاری گرفتن از هموعان خویش است به موازات تن دادن به زندگی اجتماعی به مرزبندی های جدیدی رسید زیرا ناگزیر بود ضمن همکاری با هموعانش مراقب رفتارهای ناخوشایند احتمالی آنها نیز باشد. در همین راستا انسان ها ساده ترین قانون نانوشته را در ذهن خود تدوین کردند و آن قانون این بود که هر کاری مجاز است مگر این که موجب آزار دیگران شود. بر همین اساس تکلیف دشمن هم روشن شد و دشمن کسی است که مرا و جامعه ای که از من حمایت می کند را آزار می دهد. بعدها، تمامی قوانین اخلاقی بر همین مینا تنظیم گردید. اگر به رفتارهای ناپسندیده در تمامی جوامع و ادیان و مذاهب که برای مرتکبین آن جریمه و مجازات تعیین گردیده توجه کنیم، نشانه های دیگر آزاری را در آن می بینیم. این ضرب المثل که «هر بد که به خود نمی پسندی / با کس مکن ای برادر من» شاقولی است که با توجه به آن می توان انحراف از معیارهای اخلاقی را تشخیص داد. زیرا انسان متعادل از لحاظ روانی به خوبی می تواند تشخیص دهد که رفتارش موجب آزار دیگران می شود و یا نمی شود. من از دروغ خوشم نمی آید ، بنابراین این نباید به دیگران نیز دروغ بگویم و به همین ترتیب دزدی، قتل و تجاوز به حقوق دیگران در اشکال گوناگون آن امر پسندیده ای نیست.

در مراحل بعدی، انسان متوجه می شود که دشمن دوست و خدمتگزار او نیز دشمن اوست و دشمن دشمن او دوست اوست. برای نمونه، طبیعت، خدمتگزار انسان است بنابراین دشمن طبیعت، دشمن تمامی انسان هاست. در ادامه، مفهوم دشمنی را می توان به رفتارهای زیادی تسری داد. دشمن تن و بدن، دشمن روح و روان، دشمن بستگان و خانواده، دشمن محله و جامعه و کشور و مملکت و ... در آموزه های دینی، شیطان، نماد سرکنشی، دشمنی و تباهی است؛ زیرا شیطان اولین محرک انسان برای سرکنشی است. شیطان بود که زندگی در بهشت آرمانی و بی دردسر را از انسان گرفت. اما شیطان کجاست؟ بر اساس همان آموزه های دینی، شیطان را باید در خود جستجو کرد! هم خود فردی و هم خود اجتماعی! بر همین اساس تا زمانی که انسان منزه نشود به آرامش نمی رسد و تا زمانی که یک جامعه از درون تغییر نکند، از نعمت آسودگی و رفاه معنوی و مادی برخوردار نمی شود.

اگر گفته می شود قویترین انسان کسی است که بتواند با خودش مبارزه کند به همین باور برمی گردد. همین که من به عنوان یک روزنامه نگار شجاعت به خرج دهم و اعتراف کنم که بسیاری از نوشته ها و تحلیل هایی که داشته ام بر اساس توهم و ظن و گمان و سوء برداشت بوده، سهم خود را در ویرانی هایی که از این طریق به بار آورده ام می پذیرم.

اگر من به عنوان نماینده مجلس، فهرستی از اشتباهات خود را در زمینه ی اظهارات شفاهی و مکتوب و مصاحبه و نطق پیش از دستور و رای به فلان مصوبه و اظهار نظر غیرکارشناسی پیرامون مسائل گوناگون را قلمی کنم و در اختیار مرکز پژوهش های مجلس بگذارم و سهم خود را در تحمیل برخی هزینه ها به کشور و مردم بپذیرم، یعنی بر شیطان درونی غلبه کرده ام.

شیطان شناسی یعنی خودشناسی، سنگ به سمت شیطان پرتاب کردن، یعنی به خود نهیب زدن، قربانی کردن هر چیزی که بین ما و خدا فاصله می اندازد که در قالب مناسکی نمادین آنرا به نمایش می گذاریم می تواند قربانی کردن شهرت و ثروت و قدرت باشد برای نجات مردم و جامعه. پزشکی که با یک عمل اشتباه، حال بیمار را به سمت وخامت برده اگر قبل از هر اتفاق ناگواری به اشتباه خود اعتراف کند، مسیر معالجه بیمار را برای سایر پزشکان هموار کرده است.

پیامبر (ص) کار را بر ما انسان کرده و فرموده است که لازم نیست شیطان را در جاهای دور جستجو کنید، زیرا همانطور که خداوند از رگ گردن به شما نزدیکتر است، شیطان هم در همین حوالی است. وقتی ما با خودمان بر سر کتانی که مرکب شده ایم درگیری می سوزیم، این درگیری هم در همین حوالی رخ می دهد زیرا درگیری بین خدا و شیطان است.

شما وقتی از دیوار بلند خانه ای بالا می روی و می افتی و صدمه می بینی که نباید گریبان صاحب خانه را بگیری!

در آموزه های دینی آمده است که شیطان با این که قدرت زیادی دارد اما حریف پرهیزگاران واقعی نمی شود. پیام این سخن آن است که تا آسیب پذیر نباشی، آسیب نمی بینی. این که در قرآن آمده که «ربنا ولا تحملنا المالا طاقه لنا به لا یكلف الله نفسا الا وسعها» یعنی قبل از انجام هر کاری و طرح هر ادعایی، اول وزن کنی کن و اندازه ای می توان خودت را مشخص کن بعدا اقدام کن. اگر سواد نداری، قبول مسئولیت نکن، دنبال اجرای شعاری که عملی نیست نباش، دنیا که به اینجا رسیده از روز اول این گونه نبوده، به تدریج تغییر کرده، بنابراین توهم نمی توانی یک

ادامه در ستون روبرو

## پزشکیان:

# میدان اصلی تقابل امروز، جنگ اقتصادی و تاب آوری معیشتی کشور است



دی‌ریب‌ت صادر کرد.

در این نشست، وزرای کشور، امور اقتصادی و دارایی و جهاد کشاورزی، معاون اجرایی رئیس‌جمهور و استاندار تهران نیز حاضر بودند و در جریان آخرین مسائل مرتبط با حوزه تجارت،

برعهده گرفت، در بسیاری از حوزه‌ها با ناترازی‌ها و مشکلات ساختاری مواجه بودیم و پس از آن نیز مجموعه‌ای از فشارهای بیرونی، از جمله جنگ، تهدیدات سیاسی و اقتصادی و موضوعاتی نظیر مکانیسم ماشه و تحریم‌ها، بر پیچیدگی شرایط افزود.

پزشکیان: تقویت بخش خصوصی به معنای تقویت قدرت ملی و اقتصادی کشور است پزشکیان با تأکید بر اینکه امروز میدان اصلی تقابل دشمن با جمهوری اسلامی ایران، عرصه اقتصاد و معیشت مردم است، تصریح کرد: بار اصلی این جنگ اقتصادی بر دوش تجار، بازرگانان، تولیدکنندگان و فعالان بخش خصوصی قرار دارد و دولت مصمم است بسترهای لازم را برای فعالیت مؤثر و پایدار این بخش فراهم کرده و موانع موجود را از مسیر فعالیت‌های اقتصادی بردارد تا تاب‌آوری اقتصادی کشور تقویت شود.

## احتمال توافق بین ایران و آمریکا افزایش پیدا کرده است؟

که توافق افزایش پیدا کرده است چرا که کماکان آمریکایی‌ها بر مواضع خودشان اصرار دارند. این دیپلمات پیشین گفت: همچنین مقامات آمریکایی اعلام کرده‌اند که خواهان توقف کامل برنامه هسته‌ای ایران هستند تنگه هرمز باید برای همه باز باشد و ایران نباید مدیریت وجود ندارد یعنی من چنین شواهدی را نمی‌بینم. اینکه آقای عاصم منیر یا آقای تقوی به ایران سفر می‌کنند، این به معنای قوت گرفتن احتمال توافقی نیست. نشانه‌ای مبنی بر اینکه احتمال توافق افزایش پیدا کرده را مشاهده نمی‌کنم وی ادامه داد: طبیعی است که آقای عاصم منیر علاقمند است پاکستان فعال باشد تا جایگاه بین‌المللی پاکستان ارتقا پیدا کند و سفرهایی را انجام می‌دهد، پیام‌هایی را بین دو طرف می‌آورد، رد و بدل می‌کند؛ اما این به معنای این نیست

این وضعیت، نه جنگ نه صلح هستند. محسن پاک‌آیین، سفیر سابق ایران در آذربایجان و دیپلمات بازنشسته در گفت‌وگو با خبرنگار ایلتا، درباره ارزیابی‌اش از اتفاقات اخیر و سفر مقامات پاکستانی به ایران و گمانه‌زنی‌هایی درباره افزایش احتمال توافق بین ایران و آمریکا گفت: شواهدی دال بر اینکه احتمال توافق بیشتر شده وجود ندارد یعنی من چنین شواهدی را نمی‌بینم. اینکه آقای عاصم منیر یا آقای تقوی به ایران سفر می‌کنند، این به معنای قوت گرفتن احتمال توافقی نیست. نشانه‌ای مبنی بر اینکه احتمال توافق افزایش پیدا کرده را مشاهده نمی‌کنم وی ادامه داد: طبیعی است که آقای عاصم منیر علاقمند است پاکستان فعال باشد تا جایگاه بین‌المللی پاکستان ارتقا پیدا کند و سفرهایی را انجام می‌دهد، پیام‌هایی را بین دو طرف می‌آورد، رد و بدل می‌کند؛ اما این به معنای این نیست



دیپلمات پیشین تصریح کرد: به نظر می‌رسد که آمریکایی‌ها سعی دارند که همین وضعیت را حفظ کنند و از این مسیر بر ایران فشار بیآورند. البته احتمال جنگ متفی نیست؛ ممکن است اسرائیل شرارت کند، ولی از بیانات مقامات آمریکایی این‌طور برداشت می‌شود که بیشتر دنبال حفظ

## آمریکا مانع ورود ۱۲ میلیارد دلار پول بلوکه شده ایران شد



برگه‌های تفاهم، مسئله پول است؛ پولی که باید برای ایران آزاد شود. وی ادامه داد: یک روایت این است که ایران می‌گوید ۲۵ میلیارد دلار بوده، اما آمریکایی‌ها گفته بودند فقط ۱۲ میلیارد دلار آن هم در قطر

**یک برگ هم نباشد**  
این عضو کمیسیون امنیت ملی و سیاست خارجی خاطرنشان کرد: شاید آنچه که به توافق برسد، بیشتر از یک برگ هم نباشد، چون برگ تفاهم است. حالا یکی از این

## باقری: تماس‌ها با آمریکا در جریان است



در مقایسه با پیش از شروع جنگ علیه ایران متفاوت خواهد بود. باقری کنی همچنین در پاسخ به این سوال که آیا در مذاکرات جاری با آمریکا توافقی بر سر بازگشایی تنگه هرمز توافقی حاصل شده یا خیر، گفت: «تا زمانی که در همه مسائل به توافق نرسیم، معتقدیم که در هیچ چیز به توافق نرسیده‌ایم.»

معاون دبیر شورای عالی امنیت ملی ایران با اشاره به این که تماس‌های غیرمستقیم میان ایران و آمریکا ادامه دارد، تأکید کرد که موضوع آینده ذخایر اورانیوم غنی‌شده ایران در دستور کار نیست.

اظهارات باقری کنی در پی این مطرح می‌شود که تهران و واشنگتن در مذاکرات اخیر با میانجیگری پاکستان برای دستیابی به تفاهم‌نامه پایان جنگ گفته‌اند پیشرفت قابل توجهی انجام شده است، اگرچه برخی مسائل برای نهایی کردن آن هنوز به بررسی بیشتری نیاز دارد.

طبق اعلام تهران، این تفاهم‌نامه در بحث

## ربیعی:

### پزشکیان «امنیت‌سازترین» تصمیم ممکن را گرفت

مشاور اجتماعی رئیس‌جمهوری با اشاره به اقدام دولت برای بازگشایی اینترنت بین‌الملل، تأکید کرد: رفع محدودیت اینترنت یک «باید بنیادین» بود و پزشکیان، «امنیت‌سازترین» تصمیم ممکن را گرفت. به گزارش ایستنا، علی ربیعی در حساب کاربری خود در شبکه اجتماعی ایکس با اشاره به تصمیم رئیس‌جمهوری برای بازگشایی اینترنت بین‌الملل، نوشت:

«در جهان آشوب‌زده و فشارهای ظالمانه‌اش، و در میان برخی کج‌فهمی‌ها و بداخلاقی‌های داخلی، حضور رئیس‌جمهوری فروتن، صادق و پیراسته از تمایلات نفسانی، غنیمتی برای امروز ایران است که بی‌هیاهو برای مردم می‌کوشد.

حل مسئله بدون مزاحه، الگویی است که باید پاس داشته شود.

ممتقدم رییس‌جمهور پزشکیان، امروز، «امنیت‌سازترین» تصمیم ممکن را گرفت. رفع محدودیت اینترنت یک «باید بنیادین» بود؛ مایه تأسف است که صدوسیما در صف اول هجمه به این تصمیم ایستاده است.»

### موافقان استمرار محدودیت اینترنت در نظر سنجی‌ها زیر ۹ درصد هستند

معاون اجرایی رئیس‌جمهوری با انتشار نتایج نظرسنجی از مردم درباره اقدام متاسب دولت در زمینه تصمیم‌گیری برای اینترنت، نوشت: قرار است رئیس‌جمهوری صدای مردم را بشنود. به گزارش ایستنا، محمدجعفر قائم‌پناه در حساب کاربری خود شبکه اجتماعی ایکس، با اشاره اشتراک گذاشتن نتایج نظرسنجی از مردم درباره اینترنت، نوشت: «قرار است رئیس‌جمهور پزشکیان صدای مردم را بشنود.»

### امضای توافقنامه راهبردی ایران – واشنگتن در چارچوب گذرگاه «تریپ»

وزیر امور خارجه ارمنستان در سفر کوتاهی به ارمنستان یک توافقنامه شراکت راهبردی در چارچوب گذرگاه تجاری مهم تریپ (Tripp) و تفاهمنامه‌ای نیز در زمینه مواد معدنی حیاتی امضا کردند.

به گزارش ایستنا، «هارکو روییو» وزیر امور خارجه آمریکا و «آارات میرزویان» وزیر امور خارجه ارمنستان روز سه‌شنبه در آستانه انتخابات پارلمانی این کشور در ایروان یک توافقنامه مشارکت راهبردی امضا کردند. خبرگزاری آنا تولی با انتشار این مطلب گزارش داد:

روییو در مسیر بازگشت از یک سفر چهار روزه به سوئد و هند با توقف کوتاهی در ایروان از این دیدار برای امضای توافقنامه راهبردی مربوط به کریدور ترانزیتی مهمی موسوم به «تریپ» (مسیر ترامپ برای صلح و رفاه بین‌المللی) استفاده کرد که جمهوری آذربایجان را از طریق جنوب ارمنستان به نخجوان متصل می‌کند.

هدف این مسیر، اتصال آسیای مرکزی و حوزه دریای خزر به اروپا با دور زدن روسیه و ایران است- مسیری که منافع تجاری آمریکا را در منطقه تقویت می‌کند.

### نجات والیبال فارسی از رکود سال‌های سرگردانی

#### ادامه از صفحه ۱

یک در بخش آقایان و بانوان) است تا به‌روزرسانی در مریان داشته باشیم؛ همچنین از سمنارهای ملی با حضور مدرسان شاخص بهره بریم.

غلامی بیان کرد: سال گذشته از آقای پورجوچی؛ مدرس فدراسیون جهانی و مسئول کمیته آموزش فدراسیون استفاده کردیم و به‌روزرسانی خوبی انجام دادیم. غلامی در ادامه گفت: از بزرگان والیبال و بیشک‌سوتان خواهش می‌کنم حامی والیبال باشند و ما را تنها نگذارند؛ ما مدیون بزرگ‌های والیبال هستیم؛ این کلیگی که امروزه به نسل ما سپرده شده، زحمات این بزرگان است! همچنان ما را تنها نگذارید تا به اهداف چشم‌اندازمان برسیم.

رئیس هیات والیبال فارس گفت: از ایرنا که این افتخار را به ما داد تا دغدغه‌های والیبال را در میان بگذاریم تشکر می‌کنم؛ وقتی سی‌وهفت شهرستان فعالیت دارند، یعنی می‌شود کار خوبی انجام داد؛ امیدواریم شاهد شکوفایی و اوج والیبال فارس در کشور باشیم.

#### ادامه از ستون روبرو

روزه دنیا را دگرگون کنی. خداوند با آن همه قدرتش می‌گوید تا مردم از درون تغییر نکنند، سرنوشت آنها دگرگون نمی‌شود. ناجی را باید در قدرت جمع جستجو کنیم. دست خدا با جماعت است. تا مردم نخواهند و همراهی نکنند، اتفاقی نمی‌افتد.

بنابراین همانگونه که برای بذل و بخشش ابتدا باید به سراغ نزدیکان رفت برای مبارزه با شیطان هم از نزدیک شروع کنیم. دشمن می‌تواند تحریم کند اما آنچه تحریم را مؤثر نشان می‌دهد، احتکار است. دشمن می‌تواند حمله کند، اما آن که نشانی می‌دهد، نابود می‌کند. دشمن می‌تواند دروغ بگوید اما کسی که دروغ را انتشار می‌دهد، کار اصلی را انجام می‌دهد و از همه مهمتر این که بزرگترین آرزوی دشمن برای نشان دادن قدرتش، استفاده از ضعف ماست. دشمن در همین نزدیکی است!

### اقامه نماز عید قربان در حرم شاهچراغ (ع)



سومین حرم اهل بیت (ع)، صبح چهارشنبه جلوه‌گاه خیل عاشقانی بود که با دل‌هایی آکنده از ایمان، عید قربان را در جوار ملکوتی حضرت احمدبن موسی شاهچراغ(ع) جشن گرفتند؛ جشن بندگی، رهایی از تعلقات و اوج گرفتن تا بی‌نهایت. به گزارش خبرنگار ایرنا، سومین حرم اهل بیت (ع)، صبح چهارشنبه حال و هوایی دیگر داشت؛ آسمان معنوی این بارگاه ملکوتی، پیش از طلوع کامل خورشید، با حضور انبوه نمازگزاران شیرازی عطرآگین شد. زن و مرد، پسر و جوان، هر کدام با جامه‌ای نو و دلی پر از ذکر، صحن‌ها و رواق‌های این حرم نورانی را از سبیل اشتیاق خود آکنده بودند. در میان صف‌های به هم پیوسته نماز، وحدتی خیره‌کننده حاکم بود؛ صدای آذان مؤذن که در فضای کبید فیروزه‌ای طنین‌انداز شد، گویی هزاران «لیک» همزمان از دل‌های نمازگزاران به آسمان برخاست.

پس از اقامه نماز باشکوه عید قربان، حجت الاسلام عبدالرضا محمودی عضو جامعه روحانیت شیراز در جایگاه خطبه قرار گرفت؛ صدای او که با انعکاس کبید و گلدسته‌های سومین حرم اهل بیت (ع) در هم می‌آمیخت، از فلسفه قربان گفت؛ از رها کردن آنچه بنده را از معبود دور می‌کند تا به مقام انسان شدن نائل آید. گزارش‌ها حاکی است این شور عارفانه محدود به بارگاه شاهچراغ(ع) نماند و همزمان، در سایر نقاط شیراز و ۲۷ شهرستان استان فارس نیز نمازگزاران با وحدتی مثال‌زدنی، نماز عید قربان را اقامه کرده و عید بندگی را جشن گرفتند.

### آغاز عملیات نجات بناهای تاریخی شیراز با هم‌افزایی آستان مطهر شاهچراغ (ع) و میراث فرهنگی



تولیت آستان مقدس حضرت احمدبن موسی شاهچراغ (ع) از آغاز عملیات گسترده برای نجات بناهای واجد ارزش تاریخی پیرامون این حرم مطهر خبر داد.

به گزارش ایرنا، مدیرکل میراث فرهنگی و تولیت آستان احمدی و محمدی شاهچراغ (ع) چهارشنبه در نشست مشترک درباره هم‌افزایی برای صیانت از بافت تاریخی و مذهبی پیرامون حرم گفت‌وگو کردند.

حجت‌الاسلام والمسلمین ابراهیم کلاتری در این دیدار از جزئیات پروژه‌های در دست اجرا در ضلع شرقی این آستان مطهر سخن گفت و افزود: عملیات گسترده‌ای برای نجات‌بخشی بناهای واجد ارزش اجرایی شده است.

او اظهار کرد: اجرای این پروژه‌ها، نه تنها حرم مطهر سیدعبداللین حسین (ع) را به شکلی شایسته بازسازی می‌کند، بلکه «چهارسوی بازار حاجی» نیز از وضعیت مخروبه فعلی نجات یافته و ساماندهی می‌شود.

تولیت حرم مطهر احمدبن موسی(ع) اضافه کرد: همچنین ورودی «مسجد جامع عتیق» به عنوان یکی از کهن‌ترین مساجد جهان اسلام و ورودی «مدرسه حکیم» که از اهمیت تاریخی بالایی برخوردار است، در قالب این طرح به کلی ساماندهی و احیا خواهند شد.

حجت‌الاسلام والمسلمین کلاتری با اشاره به موضوع احیای خانه‌های تاریخی بافت پیرامونی حرم مطهر احمدبن موسی (ع) گفت: علاوه بر «خانه حسنی» که توسط آستان مطهر بازسازی شد، ۲ خانه تاریخی دیگر نیز در مسیر احیا قرار دارند.

تولیت آستان مقدس احمدی و محمدی (ع) درباره پروژه‌های پیش روی ساماندهی بافت تاریخی پیرامون حرم نیز گفت: مسجد «طباویون» و فضاهای پیرامونی آن نیز به‌سازی می‌شود تا مجموعه‌ای از دست‌کم ۱۰ پروژه عمرانی و مرمتی به صورت هم‌زمان و بدون وقفه پیش برود.

او پیش‌بینی کرد: با پیگیری‌های انجام شده، بخش اصلی این پروژه‌ها از سمت چهارسوی بازار به سمت شرق، تا پایان سال ۱۴۰۵ به بهره‌برداری کامل خواهد رسید.

حجت الاسلام والمسلمین کلاتری همچنین به پروژه‌های ضلع شمالی حرم مطهر از جمله ساخت «دارالشفا» جدید آستان» اشاره کرد و یادآور شد: این پروژه با هدف حذف نقاط مخروبه و تجمع ناهنجاری‌های اجتماعی در حال اجرا است و تا بدنه خیابان احمدی امتداد می‌یابد.

او اضافه کرد: با الحاق بیمارستان «نجات» و تملک املاک مجاور، چهره این منطقه دگرگون خواهد شد. او اعلام کرد: طرح «هشت‌بهشت» برای پیوند میان حرم و بافت تاریخی توسط مشاوران زبده طراحی و اجرا می‌شود.

### تأمین اعتبار پروژه‌های میراثی آستان مطهر شاهچراغ(ع)

تولیت حرم مطهر احمدبن موسی (ع) بیان کرد: مبلغ اولیه این پروژه‌ها از محل اعتبارات شرکت نفت تأمین شده است.

وی افزود: علاوه بر آن، در حال حاضر ۲۰ درصد هزینه‌ها از طریق کمک‌های مردمی و خیرین تأمین می‌شود و پیگیری‌های لازم برای اختصاص ۸۰ درصد باقیمانده از طریق صندوق حمایت اجتماعی و نهاد ریاست‌جمهوری در جریان است تا فازهای دوم و سوم این طرح‌ها تا «کوجه اسکندری» بدون وقفه عملیاتی شود.

### ضرورت توجه به اقتصاد گردشگری زیارت در شیراز

تولیت حرم مطهر احمدی و محمدی (ع) با اشاره به جایگاه معنوی و ظرفیت‌های اقتصادی زیارت در شهر مقدس شیراز، اظهار کرد: با توجه به اعتقاد عمیق مردم فارس و استان‌های همجوار به این بارگاه نورانی، ارتقای خدمات در تراز سومین حرم اهل‌بیت ضروری است.

حجت الاسلام والمسلمین کلاتری با بیان اینکه براساس آمار شمارشگرها، آستان مهر احمدبن موسی (ع) در ۲۰ روز نوروز اسامیل میزبان بیش از یک میلیون زائر بوده، گفت: رونق حرم، به طور مستقیم بر اقتصاد بازار و کسب‌وکارهای شیراز تأثیرگذار است.

او با اشاره به چالش‌های بودجه‌ای سال‌های گذشته و خواستار بازگشت برخی اعتبارات مرمتی و دغدغه‌مندی بیشتر مسئولان برای جذب کامل بودجه‌های صیانت از میراث ماندگار این مرز و بوم شد.

### راهبردهای تازه میراث فرهنگی فارس برای ساماندهی میراثی و گردشگری پیرامون حرم سوم اهل بیت (ع)

مدیرکل میراث‌فهرنگی، گردشگری و صنایع‌دستی فارس نیز در این دیدار، از راهبردهای جدید این اداره‌کل برای صیانت از بافت تاریخی پیرامون حرم مطهر احمدبن موسی (ع) و ارتقای جایگاه گردشگری مذهبی در فارس سخن گفت.

### شهردار شیراز به شانگهای رفت

این اجلاس در شرایطی برگزار می‌شود که کشور قرقیزستان ریاست دوره‌ای سازمان همکاری شانگهای را بر عهده دارد و بیست‌وپنجمین سالگرد تأسیس این سازمان را جشن می‌گیرد. شهردار شیراز، محمدرضا شاکری، در این اجلاس با مقامات عالی‌رتبه‌ای از جمله نماینده ویژه رئیس‌جمهور و وزیر اقتصاد به نمایندگی از میزبان در این رویداد حضور دارند تا بر گسترش همکاری‌های بین‌منطقه‌ای تأکید کنند.

**دیپلماسی شهری و تبادل دانش فنی**  
علاوه بر سخنرانی‌های رسمی، هیئت مدیریت شهری شیراز

محمدحسن اسدی، شهردار شیراز، به نمایندگی از شهرداری‌های ایران، جهت شرکت در پنجمین نشست رؤسای مناطق سازمان همکاری شانگهای (SCO) عازم قرقیزستان شد. به گزارش پایگاه اطلاع‌رسانی شهرداری شیراز، پنجمین نشست رؤسای مناطق کشورهای عضو سازمان همکاری شانگهای از ۶ خرداد تا ۱۴۰۵ (برابر با ۲۷ مه ۲۰۲۶) در شهر چولپان‌آنا آغاز به کار می‌کند. محمدحسن اسدی، شهردار شیراز، در این رویداد بین‌المللی که تا ۸ خرداد ادامه دارد، به نمایندگی از شهرداری‌های جمهوری اسلامی ایران حضور می‌یابد تا ظرفیت‌های مدیریت شهری ایران را در سطح منطقه‌ای مطرح کند. **قرقیزستان؛ ریاست دوره‌ای شانگهای**

### رازی‌های بین‌المللی شهردار شیراز در مسیر اجلاس شانگهای

## از میر؛ مقصد جدید دیپلماسی شهری شیراز



خدمات‌رسانی از دوران جنگ تحمیلی سوم تاکنون با هدف تزریق امید به جامعه اشاره کرد و از افتتاح بالغ بر ۳۰ نوبت افتتاح، بهره‌برداری و آغاز عملیات اجرایی در ایام مختلف توسعه شهری ظرف دو ماه اخیر خبر داد که حوزه‌های متنوعی نظیر عمرانی، تاریخی، گردشگری، خدمات شهری، فرهنگی و ... را در بر می‌گیرد. وی با تبیین راهبردهای مالی نوین، از انعقاد ۹۱ همت قرارداد سرمایه‌گذاری سخن گفت و تأکید کرد که مدیریت شهری با بهره‌گیری از ظرفیت سرمایه‌گذاران، به دنبال کاهش فشار مالی بر شهروندان است، به گونه‌ای که اداره شیراز دیگر صرفاً بر مبنای اخذ عوارض مستقیم از مردم استوار نیست.

اسدی در بخش دیپلماسی شهری، به برگزاری رویدادهای نکوداشت هفته شیراز در ناتجینگ، آکرا و لاهور اشاره و تصریح کرد که در چهار سال گذشته، بیشترین تعداد اسناد همکاری دوجانبه از جمله خواهرخواندگی با نوبی‌ساد صربستان و تفاهنامه با شهرهای بغداد، نجف و دانشگاه هانکوک به امضا رسیده است؛ با این حال، وی رویکرد شیراز را عمل‌گرایانه دانست و خاطرنشان کرد که اجرای تعاملات فرهنگی و تبادل دانش الزاماً منوط به وجود سند رسمی نیست. **پیشنهاد خواهرخواندگی شیراز و ازبک در**

**عصر مردم**  
شهردار کلان‌شهر شیراز که در مسیر عزیمت به مجمع رؤسای مناطق سازمان همکاری شانگهای، در استانبول حضور یافته بود، فصل نوینی از تعاملات بین‌المللی شیراز را با محوریت «دیپلماسی هدف‌محور» آغاز کرد و در همین راستا در دیدار وی با سرکنسول جمهوری اسلامی ایران در استانبول، پیشنهاد برقراری پیوند خواهرخواندگی میان شیراز و ازبک، به‌عنوان گامی برای تحقق همکاری‌های راهبردی مطرح شد.

شهردار کلان‌شهر شیراز در جریان توقف کوتاه‌مدت خود در استانبول در مسیر سفر به کشور قرقیزستان جهت حضور در پنجمین مجمع رؤسای مناطق سازمان همکاری شانگهای، طی نشستی با سرکنسول جمهوری اسلامی ایران، ابعاد نوین تعاملات فراملی این کلان‌شهر را تبیین کرد؛ محمدحسن اسدی در این دیدار با تأکید بر این نکته که مدیریت شهری شیراز به جای وابستگی صرف به تفاهنامه‌های دوجانبه، تمرکز خود را بر حضور مؤثر در شبکه‌های بین‌المللی هدف‌محور معطوف کرده است، اظهار داشت: تعاملات تخصصی و چندجانبه می‌تواند زمینه‌ساز انتقال تجربیات موفق و تقویت نقش شهرها در حکمرانی نوین شهری باشد.

این نشست که به منظور بهره‌برداری بهینه از فرصت حضور در یکی از کانون‌های ارتباطی منطقه برنامهریزی شده بود، بستری برای هم‌اندیشی پیرامون ارتقای جایگاه شیراز در مناسبات منطقه‌ای فراهم آورد.

در این دیدار که در محل سرکنسولگری ایران برگزار شد، روند تحولات متعدد حوزه مدیریت شهری و رویکردهای دیپلماتیک شهرداری شیراز در حوزه‌های مختلف مورد واکاوی قرار گرفت تا ظرفیت‌های این کلان‌شهر در تراز بین‌المللی بازتعریف شود.

**تأکید شهردار شیراز بر رویکرد عملگرایانه در دیپلماسی شهری**  
محمدحسن اسدی، شهردار کلان‌شهر شیراز، با مرور کارنامه اجرایی مدیریت شهری، به استمرار

### توصیف رئیس دانشگاه علوم پزشکی شیراز از عملکرد مجموعه سلامت فارس در جنگ تحمیلی اخیر؛ جلوه‌ای از تعهد، تخصص و انسجام نظام سلامت بود



پزشکی شیراز، با اشاره به جایگاه محوری پرستاران در نظام ارائه خدمات سلامت، بر ضرورت تقویت حمایت‌های ساختاری، بهبود شرایط کاری و توجه به مسائل حرفه‌ای این قشر تأکید کرد. همچنین دکتر «زهرآ جمشیدی» مدیر پرستاری دانشگاه علوم پزشکی شیراز، با تشریح محورهای مطرح‌شده در نشست، ارتقای خدمات رفاهی گروه پرستاری، تأمین نیروی انسانی مورد نیاز، توجه به مطالبات و دغدغه‌های طول دوران بارداری، اهمیت فراوانی دارد. این مهم‌ترین مسوول در دانشگاه علوم پزشکی شیراز افزایش آگاهی عمومی را نخستین گام در پیشگیری و تشخیص زودهنگام بیماری‌ها دانست و خاطر نشان کرد: از هم‌استانی‌ها دعوت می‌کنیم با بهره‌گیری از اطلاعات معتبر و مراجعه به مراکز بهداشتی و درمانی، نسبت به سلامت تیروئید خود و اعضای خانواده توجه بیشتری داشته باشیم.

**عصر مردم**  
رئیس دانشگاه علوم پزشکی شیراز با قدردانی از تلاش‌های شبانه‌روزی کادر سلامت در مدیریت بحران اخیر، عملکرد مجموعه سلامت فارس به‌ویژه گروه پرستاری را در ارائه خدمات مستمر و اثربخش شایسته تقدیر دانست.

دکتر «سید صبیر هاشمی» در نشست شورای هماهنگی پرستاری با اشاره به نقش کلیدی کادر درمان در شرایط حساس و بحرانی اظهار کرد: مجموعه سلامت فارس، در جریان بحران اخیر، با تکیه بر همدلی، تخصص و مسئولیت‌پذیری، عملکردی قابل‌تقدیر از خود به‌جا گذاشت و تداوم خدمت‌رسانی مطلوب در چنین شرایطی، گواهی روشن بر تعهد حرفه‌ای کارکنان نظام سلامت است. وی افزود: ارائه خدمات سلامت در تمامی شرایط، به‌ویژه در بحران‌ها، نیازمند آمادگی، انسجام و حضور مؤثر نیروهای انسانی است که

### ۵ نشریه دانشگاه علوم پزشکی شیراز در پایگاه بین‌المللی CABI نمایه شدند

معاون تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی شیراز افزود: **CABI** یک سازمان بین‌المللی غیرانتفاعی و از مراجع معتبر نمایه‌سازی و انتشار اطلاعات علمی در حوزه علوم زیستی، سلامت، تغذیه، بهداشت عمومی و علوم کاربردی است که سابقه فعالیت آن به سال ۱۹۱۳ میلادی بازمی‌گردد. پایگاه‌های **CAB Abstracts** و **Global Health** از منابع شناخته‌شده بین‌المللی برای دسترسی پژوهشگران دانشگاه‌ها، سازمان‌های علمی و نهادهای سیاست‌گذار به مقالات علمی محسوب می‌شوند و نمایه شدن نشریات در این پایگاه‌ها می‌تواند نقش مؤثری در افزایش مشاهده‌پذیری و دسترسی‌پذیری بین‌المللی مقالات ایفا کند. محمدی گفت: در حال حاضر ۱۱ نشریه از مجموع ۲۲ نشریه علمی دانشگاه علوم پزشکی شیراز در پایگاه **CABI** نمایه هستند و سایر نشریات دانشگاه نیز با توجه به حوزه تخصصی و سیاست‌های موضوعی این پایگاه، خارج از دامنه موضوعی (**Out of Scope**) تشخیص داده شده‌اند.

معاون تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی شیراز از نمایه شدن پنج نشریه علمی دانشگاه در پایگاه معتبر بین‌المللی **CABI** خبر داد. به گزارش خبرگزاری مهر، حمید محمدی گفت: پنج نشریه دانشگاه علوم پزشکی شیراز بر اساس رازبایی انجام‌شده، برای نمایه‌سازی در پایگاه‌های **CAB Abstracts** و **Global Health** پذیرفته شده‌اند و پوشش نمایه‌سازی آن‌ها از سال ۲۰۲۵ میلادی آغاز خواهد شد. وی ادامه داد: این نشریات شامل، **Journal of Health Sciences and Surveillance SystemHealth Management and Information Science**، **International Journal of Nutrition Sciences**، **International Journal of Community-Based Nursing and Midwifery** و مجله علوم پزشکی صدرا می باشند.

## بر خورد قاطع با واحدهای صنعتی آلاینده در فراشبند

بحرانی فرد / فراشبند

علی‌اکبر کشاورزی، رئیس اداره حفاظت محیط زیست شهرستان فراشبند، از معرفی دو واحد صنعتی فعال در این شهرستان به مراجع قضایی به دلیل عدم رعایت ضوابط محیط زیستی و انتشار ذرات گرد و غبار خبر داد. این اقدام قاطع، در راستای صیانت از سلامت شهروندان و حفاظت از محیط زیست صورت پذیرفته و نشان‌دهنده عزم جدی دستگاه‌های نظارتی برای مقابله با واحدهای آلاینده است. رئیس اداره حفاظت محیط زیست شهرستان فراشبند با تشریح جزئیات این خبر، افزود: واحدهایی که فعالیت آن‌ها منجر به آلودگی فراتر از استانداردهای مجاز زیست‌محیطی شده و موجب تخریب محیط زیست می‌شوند، پس از دریافت اخطاریه‌های لازم و در صورت عدم رفع آلودگی در مهلت تعیین شده، مشمول اقدامات قانونی خواهند شد. این دو واحد صنعتی نیز پس از بازدیدهای کارشناسان این اداره و بی‌توجهی به تذکرات و اخطاریه‌های ارسالی، در نهایت با تشکیل پرونده زیست‌محیطی به دستگاه

قضایی معرفی گردیدند. این مقام مسئول، ضمن تأکید بر اهمیت حفظ سلامت شهروندان و محیط زیست، خاطرنشان کرد: بیشترین مواردی که منجر به صدور اخطاریه و پیگیری‌های قانونی برای مراکز صنعتی می‌شود، شامل آلودگی هوا، عدم مدیریت صحیح پساب و ورود آن به محیط زیست، و همچنین عدم مدیریت پسماند است. لازم است صنایع مختلف در طول فعالیت خود، علاوه بر رعایت سایر ضوابط زیست‌محیطی، توجه ویژه‌ای به این موارد داشته باشند تا از آسیب‌های احتمالی به محیط و شهروندان جلوگیری شود. اداره حفاظت محیط زیست فراشبند، با این اقدام قاطع، بار دیگر بر تعهد خود در قبال حفظ محیط زیست سالم و پایدار و تأمین امنیت زیستی شهروندان تأکید ورزیده و از سایر واحدهای صنعتی شهرستان درخواست دارد تا با رعایت کامل ضوابط و مقررات زیست‌محیطی، در این مسیر همکاری کنند.

گزارش عصر مردم با نگاهی به خروجی جلسه ۶۰۵ کارگروه تسهیل و رفع موانع تولید در خرم‌بید؛



## چراغی که نباید خاموش شود



پریسا گلریز خاتمی

سوم خردادماه، در سالروز آزادسازی خرمشهر، گویی اراده‌ای تازه در پیکره اقتصادی شمال فارس دمیده شد. برگزاری ششصد و پنجمین جلسه کارگروه تسهیل در شهرستان خرم‌بید، نه یک جلسه اداری معمولی، که پیامی صریح به تولیدکنندگان بود که تولید، خط قرمز استنادی است.

نخست تولید، سپس وصول

دستور معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری فارس مبنی بر ممنوعیت قطع برق واحدهای تولیدی به دلیل بدهی، در شرایطی که صنعتگران با چالش‌های ناترازی انرژی و فشارهای مالی دست‌وپنج نرم می‌کنند، یک تقفس مصنوعی حیاتی است. این رویکرد که تسهیل‌گری با دولت، حرکت با بخش خصوصی تعریف شده، در صورت اجرا، می‌تواند از خروج سرمایه‌گذاران از چرخه تولید جلوگیری کند.

آمارهایی که تشنه عملیاتی شدن هستند

مدیرکل صمت فارس از تحقق ۷۸ درصدی مصوبات کارگروه خبر می‌دهد: آماري که در نگاه اول درخشان است. ۱۰۹ مصوبه در ۱۰ جلسه، عددی است که نشان از جدیت کارگروه دارد. اما پرسش اصلی فعالان بخش خصوصی در شهرهای صنعتی ایباده، بوانات و خرم‌بید این است که آیا این مصوبات به خطوط تولید رسیده است یا تنها در

صورت‌جلسات ماندگار شده‌اند؟  
**گلوگاه‌هایی که با "تقسیم" باز نمی‌شوند!**

اگرچه دستور تقسیم بدهی‌ها توسط استانداری، یک مسکن کوتاه‌مدت و ضروری است، اما نباید فراموش کرد که مشکل اصلی شهرک‌های صنعتی شمال فارس، زیرساخت است. صنایع سیمان، لوله‌های GRP و سنگ‌بری‌ها، بیش از آنکه به مهلت برای پرداخت قبض نیاز داشته باشند، به برق پایدار و بدون نوسان و راه‌های دسترسی استاندارد نیاز دارند.  
**از بقا تا نوسازی**  
 حمایت‌های استانی نباید به حمایت بی‌قید و شرط تبدیل شود. انتظار می‌رود دستگاه‌های متولی در کنار تقسیم بدهی‌ها، مشوق‌های ارتقای بهره‌وری را نیز تعریف کنند. اگر

## جمع آوری ۲۴۵ انشعاب غیر مجاز در مانور «مهتاب» فارس



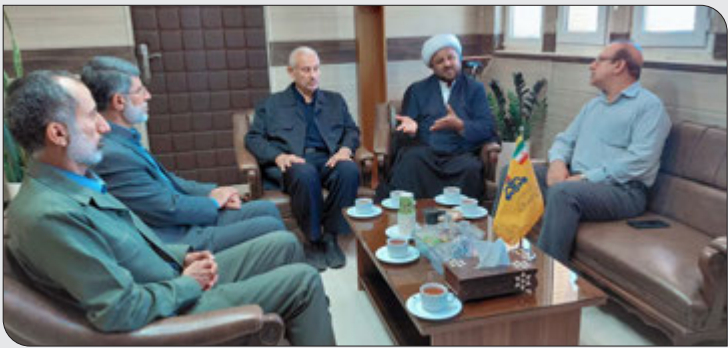
مدیر دفتر مدیریت مصرف شرکت توزیع نیروی برق استان فارس از اجرای «طرح مهتاب» با هدف بهبود پایداری شبکه، کاهش هدررفت انرژی و ساماندهی انشعابات غیرمجاز خبر داد و گفت: طرح مهتاب (مدیریت هوشمند تلفات انرژی برق) به عنوان یکی از برنامه‌های مهم صنعت برق کشور، با هدف مدیریت هوشمند تلفات انرژی برق، ارتقاء بهره‌وری شبکه و مقابله با انشعابات غیرمجاز در سطح استان فارس در حال اجراست که تاکنون نتایج مطلوبی در حوزه مدیریت مصرف و صیانت از شبکه به همراه داشته است. محمدحسین زارعی، با بیان اینکه اجرای طرح مهتاب در مدیریت ناترازی تولید و مصرف انرژی در ایام اوج مصرف برق (خرداد تا شهریور ماه) سال جاری نقش بسزایی ایفا خواهد کرد، افزود: در جریان اجرای مانور مهتاب که اخیراً در سطح شهرستان های حوزه فعالیت این شرکت در استان فارس با مشارکت گسترده گروه های عملیاتی صورت

هیچگونه حقی برای ملک یا متصرف ملک ایجاد نمی‌نماید. زارعی تصریح کرد: شرکت در مناطقی که به دلایل قانونی امکان واگذاری انشعاب وجود ندارد شمارشگر موقت برق را واگذار می‌نماید و نصب شمارشگر برق صرفاً با اخذ تعهد رسمی از استفاده‌کننده غیر مجاز مبنی بر عدم ایجاد هر گونه حقی برای وی در زمینه برخورداری از نیروی برق می‌باشد.

وزیران و ابلاغ شرایط و ضوابط این مصوبه توسط وزارت نیرو، تأمین برق ساختمان های فاقد مجوزهای قانونی در داخل و خارج از محدوده خدماتی شهر و روستا، با نصب شمارشگرهای موقت امکان پذیر گردیده است. مدیر دفتر مدیریت مصرف برق شرکت توزیع نیروی برق استان فارس در توضیح داد: شمارشگر موقت برق، شمارشگر هوشمندی است که شرکت های برق به منظور کنترل میزان مصرف برق هر واحد و نظارت و پایش برق مصرفی توسط استفاده کنندگان غیرمجاز نصب می نمایند و

گرفت: تعداد ۲۴۵ فقره انشعاب غیرمجاز شناسایی و ۱۸۵۴ مترکابل غیرمجاز جمع آوری گردیده و ۳۲۵ دستگاه کنتور نیز تعویض شد. وی رفع ۱۴ مورد دستکاری های کنتور، بازرسی از ۴۲۰ حلقه چاه آب، نصب ۲۸ شمارشگر جهت انشعاب های غیرمجاز و هم چنین نصب ۲۶۸ فقره انشعاب جدید را از دیگر نتایج حاصل شده در جریان این مانور عنوان کرد. این مقام مسئول در بخش دیگری از سخنان خود به نصب شمارشگر موقت برق اشاره کرد و گفت: بر اساس مصوبه هیات

## مطالبات صریح امام جمعه فراشبند از مدیر منطقه ۵ عملیات انتقال گاز



بحرانی فرد / فراشبند

حجت الاسلام مجید فرج زاده امام جمعه فراشبند در نشست صمیمانه با مدیر منطقه ۵ عملیات انتقال گاز فارس، ضمن تشریح کمبودهای شهرستان، خواستار تغییر رویکرد این مجموعه در مواجهه با مطالبات مردمی شد.

در این جلسه، امام جمعه فراشبند چهار محور اصلی را به عنوان مطالبات اولویت‌دار مطرح کرد: حضور میدانی؛ ضرورت حضور مستمر مسئولان منطقه ۵ در شهرستان و برقراری ارتباط مستقیم با مردم. مسئولیت‌های اجتماعی؛ افزایش خدمات در حوزه‌های عمرانی و فرهنگی به منظور توسعه زیرساخت‌های شهرستان. میزبانی تجمعات؛ دعوت از مدیران برای حضور در تجمعات مردمی و پاسخگویی بی‌واسطه و رفع محرومیت‌ها؛ بررسی شرعی و اخلاقی کمبودهای موجود و تلاش برای جبران آن‌ها. در پایان، مدیریت منطقه ۵ با پذیرش این درخواست‌ها، نسبت به گسترش خدمات و افزایش تاملات قول مساعد داد و مقرر شد در گام نخست، این مجموعه میزبان یک شب از تجمعات شبانه مردم شهرستان باشد.

## فراشبند در مسیر تحول روشنایی شهری؛ هیچ نقطه خاموشی نخواهیم داشت

بحرانی فرد / فراشبند

حجت الاسلام فرج زاده امام جمعه، مهندس روح الله مزارعی فرماندار و معاونان فرمانداری فراشبند به همراه مدیریت برق شهرستان، از پروژه تعویض و بهسازی چراغ بلوارهای سطح شهر بازدید کردند.

روح‌الله مزارعی فرماندار فراشبند در حاشیه این بازدید در گفت‌وگویی، از تخصیص کامل ۱۳.۵ میلیارد تومان اعتبار حوزه برق و روشنایی شهرستان خبر داد و گفت: تمامی بلوارهای شهر تحت اجرای طرح تعویض چراغ‌ها و بهسازی روشنایی قرار می‌گیرند و هیچ نقطه خاموشی در سطح شهر وجود نخواهد داشت. وی با اشاره به همکاری شهرداری در اجرای روشنایی بلوار جدید مسیر کارزون افزود: این پروژه در محدوده شهری در حال اجراست و نقش مؤثری در ارتقای روشنایی ورودی شهر خواهد داشت.

فرماندار فراشبند همچنین از اجرای طرح بهرستان در ۱۰ روستای شهرستان خبر داد و گفت: این طرح در ۵ روستای بخش مرکزی و ۵ روستای بخش دهرم اجرا می‌شود و در قالب آن، توسعه و بهسازی کامل شبکه برق روستاها انجام خواهد شد.

مهندس مزارعی با قدردانی از پیگیری‌ها و هماهنگی‌های صورت‌گرفته از سوی فرمانداری و همکاری مهندس گلایر مدیر برق منطقه‌ای فارس، اظهار داشت: بخش قابل توجهی از پروژه‌های حوزه برق شهرستان با تعامل و حمایت مجموعه برق استان در حال اجرا و پیگیری است.

وی در ادامه از اجرای خط انتقال برق برای شهرک تازه‌تأسیس هیبت‌لو خبر داد و افزود: عملیات اجرایی این پروژه در حال انجام است. فرماندار فراشبند همچنین گفت: برای کاهش افت ولتاژ و تقویت شبکه برق شهر نوجین در فصل گرما، خط برق جدیدی از بالایاده تأمین خواهد شد.

## پیش بینی برداشت ۶۵۰۰ تن جو در استهبان

عصر مردم

مدیر جهاد کشاورزی استهبان گفت: برداشت محصول جو از سطح ۱۷۰۰ هکتار از اراضی کشاورزی این شهرستان آغاز شده و پیش‌بینی می‌شود امسال حدود ۶۵۰۰ تن جو از مزارع استهبان برداشت شود.

مهدی اعیان منش بیان کرد: عملیات برداشت جو از اواخر اردیبهشت‌ماه با به‌کارگیری ۶ دستگاه کمباین بومی آغاز شده و این روند تا اواخر خردادماه ادامه خواهد داشت. این مقام مسئول با اشاره به اقدامات انجام‌شده برای تسریع در برداشت، افزود: معاینه روزانه کمباین‌ها و هماهنگی‌های لازم با شرکت پخش فرآورده‌های نفتی برای تأمین سوخت مورد نیاز ماشین‌آلات برداشت در دستور کار قرار دارد.

اعیان منش ادامه داد: ارقام کشت‌شده جو در شهرستان استهبان شامل «ریحان ۰۳» و «سرارود» است و بذور تولیدی علاوه بر مصرف تغذیه دام در شهرستان، برای تأمین بذور خودمصرفی سال زراعی آینده و نیز عرضه به شهرستان‌های مجاور ارسال می‌شود. مدیر جهاد کشاورزی استهبان تصریح کرد: برداشت این محصول در کنار تأمین نیازهای محلی، نقش مهمی در پشتیبانی از زنجیره تولید دام و تقویت تبادل بذور در منطقه دارد.

## برپایی میز خدمت شهرداری منطقه هفت در بولوار اتحاد بوستان شهروند

عصر مردم

به منظور بررسی درخواست ها و مشکلات شهروندان میز خدمت با حضور علی فراشاییان شهردار و معاونین مسوولان شهرداری منطقه هفت و مدیران و نمایندگان دستگاه های خدمات رسان و رئیس کلانتری ۲۵ شریف آباد برگزار شد.

گفتنی است در این مراسم شهروندان درخواست ها و مشکلات خود را بیان کردند که تعدادی از موارد نیاز به بازدید میدانی و بررسی در محل داشت که از ابتدای هفته جاری مورد بررسی و بازدید قرار خواهد گرفت.

امیری فرماندار مروودشت :

## به مردم قول می‌دهیم که در انجام وظایف مان کم‌فروشی نکنیم



در میان مردم و دریافت و پیگیری مسائل و مشکلات آنان اختصاص دهند. سیدمختار امیری ادامه داد: مدیران تنها وعده‌هایی به مردم بدهند که امکان انجام آن را داشته باشند. وی با تأکید بر این که تمام تلاشمان را می‌کنیم تا مشکلات شهرستان را به حداقل برسانیم گفت: به مردم قول می‌دهم که هرگز در انجام وظایف کم فروشی نکرده و تلاش می‌کنیم شهرستان را به جایگاه حقیقی اش برسانیم. گفتنی است در نشست میز خدمت پاسخگویی که باحضور قاسمی معاون سیاسی فرمانداری، غلامپور بخشدار مرکزی، شهردار و شورای اسلامی شهر مروودشت و مدیران ادارات آبفا، برق، گاز، آموزش و پرورش، شبکه بهداشت و درمان، کمیته امدادبهبزیستی، راه و شهرسازی و صمت برگزار شد مسائل و مشکلات منطقه، توسط نمایندگان مردم مطرح و توسط مسئولین پاسخ گفته شد و در ادامه مردم شریف بصورت درو مسائل و مطالبات خود را با مدیران ادارات مطرح کردند.

عیلرضا معینی / رودشت

میز خدمت پاسخگویی باحضور سیدمختار امیری فرماندار مروودشت، سرهنگ دهقان فرمانده سپاه و مدیران ادارات و دستگاه های اجرایی در موكب شهدای ایل باصری بلوار امام علی(ع) مروودشت برگزار شد. فرماندار فرمانداری ویژه شهرستان مروودشت در این نشست صمیمی که باحضور اهالی شریف محله طالقانی و بلوار امام علی(ع) برگزار شد با قدردانی از حضور باشکوه و حماسی مردم در موكب و تجمعات گفت: اهالی شریف بلوار امام علی(ع) از ابتدای جنگ رمضان، حضوری حماسی و باشکوه در موكب و تجمعات مختلف داشته اند و علاوه بر این، موكب شهدای ایل باصری نیز یکی از موكبی است که از ابتدا شاهد حضور پرشور مردم و برگزاری مراسمات در آن بوده است. وی با اشاره به برگزاری سلسله جلسات کاروان خدمت در مناطق مختلف شهرستان گفت: مدیران باید از محیط اداره خارج شده و زمانی را به حضور

## آغاز طرح «سنجش ملی سلامت روان» در فارس

صنفر دوام

حمید گودرزی مدیرکل بهزیستی فارس با اشاره به اهمیت صیانت از سرمایه‌های روانی جامعه در شرایط بحران، از آغاز اجرای طرح بزرگ «سنجش ملی سلامت روان» با هدف شناسایی سریع و مداخله زودهنگام در اختلالات روان‌شناختی ناشی از بحران‌های اخیر خبر داد.

مدیرکل بهزیستی استان با اعلام این خبر گفت: «سلامت روان، زیربنای توسعه و پایداری هر جامعه است. با توجه به شرایط حساس کنونی و ضرورت پایش پیامدهای روانی ناشی از بحران‌های جنگی، این طرح ملی از اول تا ۳۱ خردادماه ۱۴۰۵ در سراسر استان همزمان با کل کشور اجرا می‌شود.»

## تمرکز بر شناسایی اختلال استرس پس از سانحه (PTSD)

وی با تأکید بر جنبه‌های تخصصی این پیمایش ملی اظهار داشت: «این سامانه هوشمند با هدف شناسایی سریع، طبقه‌بندی سطح خطر و ارائه پروتکل‌های مداخله‌ای زودهنگام طراحی شده است. تمرکز اصلی ما در این مرحله، شناسایی و پیشگیری از تثبیت اختلال استرس پس از سانحه (PTSD) و سایر آسیب‌های روانی است که ممکن است در مواجهه با بحران‌ها ایجاد شده باشد.»

## ارزیابی آنلاین و محرمانگی اطلاعات

مدیرکل بهزیستی فارس در ادامه افزود: «هم‌استانی‌های عزیز می‌توانند بدون نیاز به مراجعه حضوری و در کمترین زمان ممکن، وضعیت سلامت روان خود را از طریق پرسشنامه‌های استاندارد در این سامانه ارزیابی کنند. تحلیل داده‌ها به صورت کاملاً تخصصی انجام شده و افرادی که در گروه‌های پرخطر شناسایی شوند، جهت دریافت خدمات مشاوره و روان‌درمانی به مراکز تخصصی ارزیابی و ارجاع داده خواهند شد.»

دعوت به مشارکت همگانی

وی با دعوت از تمامی آحاد مردم، به‌ویژه خانواده‌ها برای مشارکت در این طرح، خاطرنشان کرد: «پیشگیری از آسیب‌های روانی، هزینه‌های اجتماعی و فردی را به شدت کاهش می‌دهد. از عموم مردم شریف فارس تقاضا می‌شود با مراجعه به لینک اعلام شده، در این سنجش ملی شرکت کنند تا گامی بلند در جهت تاب‌آوری اجتماعی برداشته شود.»

روش‌های شرکت در سنجش:

مقتضیان می‌توانند تا پایان خردادماه از طریق نشانی اینترنتی زیر وارد سامانه شده و پاسخ‌های خود را ثبت نمایند:

https://behzisti. |  
 porsline.ir/s/PSY-Screen

این طرح ملی با همکاری مشترک نهاد ریاست جمهوری (معاونت امور زنان و خانواده)، وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی، سازمان بهزیستی کشور و سایر نهادهای امدادی و حمایتی در حال اجراست.





## روانکاوه‌های کاغذی

همسران بدهید، کتابی در آن زمینه را به صورت استراتژیک روی میز مبل یا کانترا آشپزخانه رها کنید! کنجکاوی باعث می‌شود آن‌ها نگاهی به کتاب بیندازند.

### توصیه یک نویسنده

«جورج آر. مارتن» نویسنده مشهور می‌گوید: «کسی که می‌خواند، قبل از مرگ هزاران بار زندگی می‌کند و کسی که هرگز نمی‌خواند، تنها یک بار زندگی می‌کند.»

در فضای خانواده، کتاب‌ها به ما اجازه می‌دهند زندگی را از چشم همسر، فرزند یا والدینمان ببینیم. آن‌ها به ما یاد می‌دهند که در برابر تفاوت‌ها صورت‌ها باشیم و به جای ساختن دیوارهایی از جنس لجاجت، پل‌هایی از جنس کلمات بسازیم. دفعه بعد که در خانه با گرگ کوری از اختلاف‌نظر مواجه شدید، به جای بالا بردن صدا، یک کتاب خوب را باز کنید؛ شاید پاسخ در لابه‌لای همان صفحات منتظر شما باشد.

### تقویت پیوندها از طریق زمان مشترک باکیفیت

بسیاری از اختلافات به این دلیل به وجود می‌آیند که اعضای خانواده زمان باکیفیتی را با هم نمی‌گذرانند و فاصله عاطفی بین آن‌ها زیاد شده است. مطالعه می‌تواند به یک آیین خانوادگی تبدیل شود.

### چند گام عملی برای خانواده‌ها

**باشگاه کتابخوانی خانگی:** ماهی یک‌بار، یک کتاب جذاب و مناسب سن همه اعضا انتخاب کنید. در پایان ماه، با یک شام ویژه یا عصرانه درباره کتاب گپ بزنید.

**بلندخوانی:** این کار فقط مخصوص کودکان خردسال نیست. خواندن یک مقاله جالب، یک داستان کوتاه یا حتی یک خبر شگفت‌انگیز با صدای بلند برای همسر یا فرزندان در طول مسیر ماشین یا سر میز شام، باب گفتگوهای سالم را باز می‌کند.

**کتاب‌های رها شده:** اگر می‌خواهید پیام خاصی به فرزند یا

شخصیت‌های داستان، یاد می‌گیرد که احساساتش مال خود اوست و بدن، اتاق و حتی افکارش مرزهایی دارند که شایسته احترامند. در واقع، کتاب‌ها به عنوان یک کاتالیزور روانی عمل می‌کنند؛ آن‌ها به اعضای خانواده واژگان و ادبیاتی مشترک می‌بخشند تا بتوانند درباره پیچیده‌ترین و حساس‌ترین مسائل تربیتی، بدون گارد گرفتن و با زبانی ملموس گفتگو کنند.

### نقش کتاب در مرزگذاری

مرزگذاری سالم در روان‌شناسی خانواده، بر دو پایه علمی محکم استوار است: «تظریه سیستم‌های ساختاری خانواده» از سالوادور مینوچین، پزشک و روان‌پزشک کودک و «نظام زیست‌بوم‌شناختی» از یوری برون‌فن‌برنر، روان‌شناس رشد آمریکایی. مینوچین معتقد است خانواده زمانی پویایی سالمی دارد که مرزهای بین اعضای آن «واضح» باشد؛ یعنی نه آن‌قدر درهم‌تنیده که استقلال فرد نابود شود و نه آن‌قدر صلب که عاطفه بمیرد. برون‌فن‌برنر نیز نشان می‌دهد که رشد کودک، حاصل تعامل دائم خانه با لایه‌های بیرونی مثل رسانه و فرهنگ است. کتاب‌ها دقیقاً در نقطه تلاقی این دو تئوری عمل می‌کنند؛ آن‌ها از یک‌سو مرزهای درونی خانه (مینوچین) را بدون تنش تنظیم می‌کنند و از سوی دیگر، به عنوان یک ابزار فرهنگی (برون‌فن‌برنر)، مفاهیم پیچیده جهان بیرون را برای کودک درونی می‌سازند:

### عینی‌سازی مفاهیم انتزاعی

از نظر ژان پیاژه، یکی از سرشناس‌ترین چهره‌ها در علم روان‌شناسی، کودکان تا پیش از سن نوجوانی در مراحل پیش‌عملیاتی و عملیات عینی قرار دارند. مفاهیمی مثل «حریم شخصی» برای آن‌ها کاملاً گنگ است. ولی کتاب‌های داستانی با تصویرسازی و سناریوهای ملموس (مثل خرسی که دوست ندارد کسی بدون اجازه به اسباب‌بازی‌هایش دست بزند) این مفهوم انتزاعی را به یک پدیده عینی تبدیل می‌کنند. کودک یاد می‌گیرد همان‌طور که اتاق پدربزرگ مرز دارد، احساسات و بدن او نیز مرز دارند.

### تقویت خودفرمانروایی و مهارت «نه» گفتن

یکی از ارکان نظریه خودتعیین‌گری، نیاز به خودمختاری و استقلال

صحبت کنند.

فرض کنید زن و شوهری بر سر نحوه مدیریت مالی یا تقسیم وظایف خانه مدام بحث می‌کنند. صحبت مستقیم معمولاً یا جمله «تو همیشه...» شروع شده و به دعوا ختم می‌شود. اما اگر هر دو یک رمان یا داستان کوتاه با مضمون مشابه خوانده باشند، می‌توانند درباره رفتار شخصیت‌های کتاب بحث کنند. مثلاً بگویند: «به نظرت چرا شخصیت مرد داستان فکر می‌کرد کارهای خانه فقط وظیفه همسرش است؟ چقدر رفتارش آزردهنده بود!» این روش، انتقاد را از روی همسر برداشته و روی شخصیت خیالی می‌گذارد، اما در نهایت پیام به صورت غیرمستقیم و موثر منتقل می‌شود.

### خلق یک «زبان و واژگان مشترک»

بسیاری از اوقات ما کلمات مناسبی برای بیان احساسات پیچیده خود نداریم. روان‌شناسان معتقدند فقدان واژگان عاطفی یکی از عوامل اصلی پرخاشگری است. کتاب‌ها دایره لغات عاطفی خانواده را گسترش می‌دهند و به آن‌ها مجموعه‌ای از استعاره‌ها و ارجاعات مشترک می‌بخشند.

برای مثال خانواده‌ای که با هم سری کتاب‌های «هبری پاتر» را خوانده‌اند، ممکن است در زمان بروز یک مشکل پیچیده، به جای استفاده از کلمات تند، از یک استعاره استفاده کنند. نوجوانی که احساس می‌کند به خواسته‌هایش توجهی نمی‌شود، ممکن است به والدینش بگوید: «هن الان احساس می‌کنم مثل هری هستم وقتی که او را در انباری زیر پله‌ها زندانی کرده بودند!» این جمله کوتاه، بدون توهین، عمق ناراحتی او را به والدینی که داستان را می‌دانند منتقل می‌کند و گارد دفاعی آن‌ها را می‌شکند.

**معجزه فیزیولوژیک: کاهش استرس پیش از حل مسئله**  
دعواهای خانوادگی معمولاً در زمان خستگی و استرس رخ می‌دهند. زمانی که هورمون کورتیزول (هورمون استرس) در خون بالاست، منطق از کار می‌افتد. تحقیقات دانشگاه ساکس (Sussex) انگلستان نشان داده است که تنها ۶ دقیقه مطالعه می‌تواند سطح استرس را تا ۶۸ درصد کاهش دهد؛ حتی موثرتر از گوش دادن به موسیقی یا پیاده‌روی!

مثلاً وقتی در خانه تنش‌ی به وجود می‌آید، به جای ادامه بحث در اوج عصبانیت، یک قانون طلایی وضع کنید: «نیم ساعت سکوت و مطالعه، بعد گفتگو». رفتن به اتاق‌های جداگانه و خواندن چند صفحه از یک کتاب جذاب، ضربان قلب را پایین می‌آورد، تنش عضلانی را کم می‌کند و به مغز اجازه می‌دهد از حالت «جنگ یا گریز» خارج شود. پس از این زمان، گفتگوها به طرز چشمگیری منطقی‌تر و آرام‌تر خواهند بود.

تیبیان: وقتی بحث‌های خانوادگی بالا می‌گیرد و هیچ‌کس صدای دیگری را نمی‌شنود، شاید کلید حل مشکل در قفسه کتابخانه‌تان پنهان شده باشد. کتاب‌ها، این درمانگران خاموش، می‌توانند با ایجاد همدلی، کاهش استرس و خلق یک زبان مشترک، دیوارهای سوءتفاهم را در خانه فرو بریزند و آرامش را به خانواده بازگردانند.

### فراتر از سرگرمی

اختلاف‌نظر در هر خانواده‌ای طبیعی است؛ از تفاوت نسل‌ها بین والدین و نوجوانان گرفته تا اختلاف‌سلیقه میان همسران. اما وقتی این اختلافات به بن‌بست ارتباطی می‌رسند، چه باید کرد؟ روان‌شناسان و محققان بین‌المللی در سال‌های اخیر به قدرت شگفت‌انگیز «کتاب‌درمانی» و مطالعه‌ی مشترک پی برده‌اند. کتاب‌ها دیگر تنها وسیله‌ای برای فرار از واقعیت یا پر کردن اوقات فراغت نیستند؛ آن‌ها ابزارهایی قدرتمند برای تنظیم احساسات، درک متقابل و حل تعارضات خانوادگی به شمار می‌آیند. اما این جادو دقیقاً چگونه کار می‌کند؟

### تمرین همدلی: قدم زدن در کفش‌های دیگری

یکی از ریشه‌ای‌ترین دلایل دعواهای خانوادگی، ناتوانی در درک زاویه دید طرف مقابل است. تحقیقات دانشگاه تورنتو نشان می‌دهد که خواندن ادبیات داستانی، توانایی مغز را در درک احساسات و افکار دیگران (که در روان‌شناسی به آن «تئوری ذهن» می‌گویند) به شدت افزایش می‌دهد. وقتی ما داستان فردی را می‌خوانیم که شرایطی متفاوت با ما دارد، مغز ما به گونه‌ای عمل می‌کند که گویی خودمان آن شرایط را تجربه کرده‌ایم. برای مثال پدری را تصور کنید که نمی‌تواند رفتارهای پرخاش‌گرانه و انزوای پنهان پسر نوجوانش را درک کند و این موضوع به دعواهای هرروزه تبدیل شده است. اگر این پدر یک رمان تحسین‌شده درباره بحران‌های بلوغ و نوجوانی (مانند رمان «ناطور دشت» یا داستان‌های امروزی‌تر) بخواند، به جای نصیحت‌های تکراری با دنیای پر از اضطراب یک نوجوان آشنا می‌شود. این شناخت باعث می‌شود دفعه بعد که پرسش در را به هم می‌کوبد، پدر به جای عصبانیت با همدلی بیشتری با او برخورد کند.

### ایجاد یک «منطقه امن» برای گفتگوهای دشوار

گاهی اوقات صحبت مستقیم درباره یک مشکل خانوادگی بسیار سخت است. افراد پلافاصله حالت تدافعی می‌گیرند و گفتگو به میدان جنگ تبدیل می‌شود. کتاب‌ها یک شخصیت سوم و یک محیط بی‌طرف ایجاد می‌کنند تا خانواده‌ها بتوانند درباره مشکلاتشان، بدون متهم کردن یکدیگر

## نقش پنهان کتاب‌ها در مرزهای خانوادگی



ذهن عینی‌گرای کودکان و حتی دنیای پررعبور نوجوانان، به راحتی با سخنرانی‌های مستقیم والدین هضم نمی‌شوند. اینجاست که روایت‌ها وارد میدان می‌شوند؛ کتاب‌ها داستان مرزها را بدون لحن تدافعی یا تهدیدآمیز بازگو می‌کنند.

کتاب‌خوانی مشترک در خانه، محیطی امن و بدون قضاوت (یک لایه واسطه عاطفی) ایجاد می‌کند که در آن، کودک مجبور نیست مستقیماً اشتباهات خود یا والدینش را نقد کند. او از طریق همزادپنداری با

تیبیان: وقتی صحبت از «مرزگذاری» در خانواده می‌شود، ذهن ما معمولاً به سمت قوانین سخت‌گیرانه، بکن‌نکن‌های روزمره یا دیوارهای نامرئی بین والدین و فرزندان می‌رود. اما مرزگذاری سالم، برعکس تصور عموم، ابزاری برای فاصله گرفتن نیست؛ بلکه هندسه‌ای ظریف برای تنظیم روابط است تا هر فرد در عین وابستگی عاطفی به خانواده، فضای حیاتی برای رشد هویت مستقل خود را داشته باشد. چالش اصلی اینجاست که مفاهیم انتزاعی مثل «حریم خصوصی»، «حق انتخاب» و «نه گفتن»، برای

طرح: عصر مردم

## جدول شماره ۱۴۰۵/۳۷۵۱

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱														
۲														
۳														
۴														
۵														
۶														
۷														
۸														
۹														
۱۰														
۱۱														
۱۲														
۱۳														
۱۴														
۱۵														

### افقی:

- ۱- باغی زیبا در شیراز- نویسنده ماهی سیاه کوچولو
- ۲- وی- سد- کوشک
- ۳- ظلمانی- نامی دخترانه و ایرانی- تازه رسیده
- ۴- مادر ترکی- در زبان عربی یعنی فراگیر شد- مرکز اتریش- بعید
- ۵- در زبان فرانسوی یعنی مشاوره- شراب- اولین عدد طبیعی
- ۶- شهری در سوئیس- از ارکان زبان
- ۷- افسوس- ایالتی در هند- پرهیز و خودداری
- ۸- خدعه و تیرنگ- جشنواره ای سینمایی- مروارید- صیاد می‌گستراند
- ۹- کشوری باستانی- فریاد سوزناک- سازمان جاسوسی آمریکا
- ۱۰- شتاب- از شهرهای کردنشین عراق- بن مضارع از مصدر زایدن
- ۱۱- سوره ای قرآنی- مکان- رود آرام روسی- از ظروف بزرگ سفالی
- ۱۲- از بازی‌های قدیمی- پیغمبر- از توابع لارستان- جهت
- ۱۳- خانه ی باغی- جانشین- توضیح داده شده
- ۱۴- کوچک‌تر از مولکول- خط خارجی- مادر ورزش‌ها
- ۱۵- محل ورود به شهر در قدیم- کافه غذایی

### عمودی:

- ۱- حبله- از جواهرات ارزشمند ایرانی
- ۲- ضمیر اشاره به دور- فریاد بلند- بسیار

### ۱۴۰۵/۳۷۵۱ جدول شماره ۳۷۵۱

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱	ک	ن	گ	ا	ن	ب	ر	و	ا	ز	ک	ر	د	ن
۲	ا	ر	ن	د	ی	ا	ر	ن	ا	و	ف			
۳	ن	ی	ا	س	ر	ن	م	ا	ز	ک	ا	ر	ی	
۴	و	ا	ن	خ	ط	ه	ث	م	ر	ن	ا	س		
۵	ن	ی	و	ن	ی	ا	ت	و	ن	ی				
۶	م	ب	ه	ب	و	د	ب	ی	و	ه	ک			
۷	ا	ن	ه	ا	ی	م	ا	ی	م	ا	ن	ی		
۸	س	ی	ل	ک	ت	و	ت	ن	ر	ی	ل			
۹	ف	ر	ی	ا	د	ب	ج	ا	ر	ن	ی	ز		
۱۰	ن	م	ر	ی	م	و	ر	ی	ا	ی	ه	ل		
۱۱	د	س	ج	و	م	ا	م	ا	ل	ق	ه			
۱۲	ا	ل	خ	ر	و	ا	م	ن	ت	و	ق	ر		
۱۳	ر	ا	ن	د	ل	ن	گ	ه	ا	و	ل	ی		
۱۴	م	ی	و	ن	ی	و	ن	س	ر	ن	س			
۱۵	ذ	و	ا	ل	ک	ف	ل	ا	س	ت	ع	ج	ا	ب

- ۱۰- از توابع تهران بزرگ- قاپوچی- محرمانه
- ۳- پارکینگ فرانسوی- پیغمبری در
- ۱۱- نفوذ در سایت اینترنتی- از شکم‌ماهی- واحد پول آمریکا
- ۴- یوش واژگون شده- نوعی قورباغه- اهمیت و احترام- صاف کننده لباس
- ۱۲- بخشی از پا- از سبزیجات خوردنی- آخر ماه قمری- شاداب در گویش شیرازی
- ۵- همان کتسرو- سرزمین یوسف- من و تو
- ۶- مهد دلبران- شهری در آلمان
- ۷- از صفات خداوند- بله خارجی- از شهرهای عراق
- ۸- گجج- افراد مخالف- ای
- ۹- جمع ادعا- برابر- آگاه
- ۱۰- از توابع تهران بزرگ- قاپوچی- اطراف دهان
- ۱۱- نفوذ در سایت اینترنتی- از شکم‌ماهی- واحد پول آمریکا
- ۴- یوش واژگون شده- نوعی قورباغه- اهمیت و احترام- صاف کننده لباس
- ۱۲- بخشی از پا- از سبزیجات خوردنی- آخر ماه قمری- شاداب در گویش شیرازی
- ۵- همان کتسرو- سرزمین یوسف- من و تو
- ۶- مهد دلبران- شهری در آلمان
- ۷- از صفات خداوند- بله خارجی- از شهرهای عراق
- ۸- گجج- افراد مخالف- ای
- ۹- جمع ادعا- برابر- آگاه
- ۱۰- از توابع تهران بزرگ- قاپوچی- اطراف دهان
- ۱۱- نفوذ در سایت اینترنتی- از شکم‌ماهی- واحد پول آمریکا
- ۴- یوش واژگون شده- نوعی قورباغه- اهمیت و احترام- صاف کننده لباس
- ۱۲- بخشی از پا- از سبزیجات خوردنی- آخر ماه قمری- شاداب در گویش شیرازی
- ۵- همان کتسرو- سرزمین یوسف- من و تو
- ۶- مهد دلبران- شهری در آلمان
- ۷- از صفات خداوند- بله خارجی- از شهرهای عراق
- ۸- گجج- افراد مخالف- ای
- ۹- جمع ادعا- برابر- آگاه

- ۱۵- تمامی- موجب تمرکز فکر می‌شود- آزمون

# گلبالیست‌ها اردوی تیم ملی را ترک کردند

## اعتراض به برکناری سرمربی



بعد از برکناری سرمربی تیم ملی گلبال مردان، کاپیتان تیم ملی به همراه ۴ ورزشکار دیگر اردو را ترک کردند و معتقدند تا زمانی که دلیل برکناری بهمن علی دوستی مشخص نشود به اردو باز نخواهند گشت.

نعمت سرافراز کاپیتان تیم ملی گلبال در گفت‌وگو با ایسنا اظهار کرد: با مری‌گری بهمن دوستی در مسابقات آسیا- اقیانوسیه پاکستان قهرمان شدیم و بعد از ۳ دوره که از پارالمپیک دور بودیم توانستیم در پارالمپیک پاریس حضور پیدا کنیم و پنجم شدیم، همچنین با حضور دوستی دو بار قهرمان آسیا شدیم و تیم در شرایط بسیار خوبی خود را برای بازی‌های پارآسیایی ناگویا ژاپن آماده می‌کرد، حال این که چرا با وجود این همه موفقیت او را کنار گذاشتند مشخص نیست. اگر واقعا دلیل فنی بود، این همه موفقیت حاصل نمی‌شد.

او با اشاره به اعزام نشدن تیم ملی گلبال به مسابقات جهانی هاگتزو چین، تصریح کرد: مسابقات جهانی گلبال ۱۶ خرداد در چین برگزار می‌شود که در مسابقات آسیا-اقیانوسیه پاکستان توانستیم سهمیه جهانی را کسب کنیم اما فدراسیون چون برای شرکت در این مسابقات اعلام آمادگی نکرد، متأسفانه جهانی را از دست دادیم. واقعا نمی‌دانم چرا سرپرست فدراسیون شرایط اعزام تیم گلبال به مسابقات جهانی را فراهم نکرد.

سرافراز خاطر نشان کرد: دوستی از زمانی که هدایت تیم ملی گلبال را برعهده گرفت سعی کرد با جوانگرایی، تیم جوانی را برای بازی‌های پارآسیایی و پارالمپیک لس آنجلس آماده کند اما متأسفانه در یک اقدام عجیب سرپرست فدراسیون شش بازیکن پا به سن گذاشته این تیم را که دوره حرفه‌ای آن‌ها به پایان رسیده بود دوباره به تیم دعوت کرد و همین امر سبب شد تا من و ۴ بازیکن دیگر که نقش کلیدی در تیم داریم، اردو را ترک کنیم. اکنون نیز تا زمانی که دلیل اخراج سرمربی پیشین تیم ملی مشخص نشود حاضر نیستیم با کادر جدید همکاری کنیم.

# شوک بزرگ؛ فیروزجا با پای مصدوم کارلسن را شکست داد

موفق شد برای نخستین بار، در بخش شطرنج کلاسیک، مگنوس کارلسن را شکست دهد. او موفق شد قهرمان پنج‌دوره جهان را در ۳۸ حرکت شکست دهد. کارلسن پس از یک اشتباه بزرگ و در شرایط فشار زمانی، مجبور به تسلیم شد. فیروزجا اخیرا از ناحیه مچ پا دچار مصومیت شده و در این دیدار پای راستش را روی صندلی قرار داده بود. هر چند کارلسن در بخش زیادی از مسابقه کنترل بازی را در اختیار داشت اما در فشار شدید زمانی مرتکب

علیرضا فیروزجا در دور نخست رقابت‌های شطرنج نروژ ۲۰۲۶، دست به کار بزرگی زد و مگنوس کارلسن، نفر اول شطرنج جهان، را در بازی کلاسیک شکست داد. این پیروزی در شرایطی به دست آمد که شطرنج‌باز ایرانی‌الاصل فرانسوی با پای آسیب‌دیده پشت میز نشسته بود.

به گزارش ایسنا، رقابت‌های Norway Chess ۲۰۲۶ با یک نتیجه غیرمنتظره آغاز شد. علیرضا فیروزجا

### واکنش شهاب زاهدی به جدایی از

### تیم ژاپنی

شهاب زاهدی پس از توافق دوجانبه با مدیران باشگاه اویسیا ژاپن، این تیم را ترک کرد. به گزارش ایسنا، باشگاه اویسیا فوئوکوگا اعلام کرد که شهاب زاهدی مهاجم ۳۰ ساله از این تیم جدا شده و به کشورش بازگشته است.

زاهدی در اواسط فصل ۲۰۲۴ به این تیم پیوست. در سال اول حضورش، در ۳۱ بازی ۹ گل به ثمر رساند. اما فصل گذشته (۲۰۲۵) موفق به گلزنی در لیگ نشد. در فصل جاری (۲۰۲۶) نیز در ۷ بازی تنها ۱ گل زد و آخرین بازی او مقابل کامیا اوژاکا بود.

در پیام خداحافظی شهاب زاهدی آمده است:

این دو سال و نیم در اویسیا برای من چیزی فراتر از فوتسال بود. بخش بزرگی از زندگی و قلب من اینجا بود. از اولین روزی که به اینجا رسیدم، فوئوکوگا واقعا مثل خانه من بود و توانستم با تمام وجود از زندگی در این شهر زیبا، مردم فوق‌العاده، فرهنگ غنی ژاپن و تمام تجربیات فراموش‌نشدنی‌ام در اینجا لذت ببرم.

امروز واقعا خداحافظی سخت است اما می‌دانم که این زندگی و بخشی از فوتبال است. از این به بعد هر جا که بروم، فوئوکوگا همیشه در جایگاه ویژه‌ای از قلب من خواهند ماند. من به پوشیدن پیران اویسیا افتخار می‌کنم. هر کجا باشم، همیشه پیشرفت تیم را دنبال خواهم کرد و صمیمانه برای باشگاه آرزوی موفقیت‌های بزرگ در آینده دارم.

در پایان، می‌خواهم از همه هواداران تشکر کنم. هر بار که در شهر یا هر نقطه از کشور با شما ملاقات کردم، فقط عشق، مهربانی و حمایت دریافت کردم. انرژی باورنکردنی و حمایت بی‌وقفه شما را هرگز فراموش نمی‌کنم.

## سرقت پاسپورت لژیونر عربستانی پیش از جام جهانی!

سمعود عبدالحمید مدافع تیم ملی عربستان، به دلیل سرقت پاسپورتش در آمستردام، به اردوی آماده‌سازی تیم ملی پیش از جام جهانی نیپوست.

به گزارش ایسنا، سعود عبدالحمید مدافع تیم ملی عربستان، به دلیل سرقت پاسپورتش به اردوی تمرینی پیش از جام جهانی ملحق نشد. او به همراه خانواده‌اش برای شرکت در یک مراسم عروسی به آمستردام هلند سفر کرده بود و در این شهر خودرویی عبدالحمید به سرقت رفت و به همین خاطر او فعلا در اروپا مانده است و نمی‌تواند در آمریکا تیمش را همراهی کند. عبدالحمید به صورت قرضی از باشگاه ایتالیایی رم، برای باشگاه فرانسوی لانس بازی می‌کند.

تیم ملی عربستان روز ۲۵ مه (۴ خرداد) راهی ایالات متحده شد تا خود را برای جام جهانی در نیویورک و استین (تگزاس) آماده کند. این تیم برنامه دارد تا در بازی‌های دوستانه به مصاف اکوادور، پورتوریکو و سنگال برود.

تیبان: آمپول‌های لاغری نسل جدید که به عنوان ابزاری مؤثر در مدیریت چاقی شناخته می‌شوند، انقلابی در پزشکی ایجاد کرده‌اند. اما بزرگ‌ترین دغدغه مصرف‌کنندگان این است: «اگر دارو را قطع کنم، دوباره چاق می‌شوم؟»

پاسخ علمی پزشکی به این سوال نشان می‌دهد که در بسیاری از افراد، بخشی قابل توجه از وزن کاهش‌یافته طی ۱ تا ۲ سال پس از قطع تزریق آمپول‌های لاغری (مانند داروهای خانواده GLP-1) برمی‌گردد؛ به‌ویژه اگر این قطع مصرف با تغییر پایدار در سبک زندگی همراه نباشد. این گزارش بر اساس بررسی مطالعات، شواهد بالینی و مرورهای نظام‌مند منتشرشده در مجلات معتبر پزشکی جهانی (مانند BMJ، Lancet و پایگاه PubMed) تهیه شده است تا حقیقت پدیده پدیرامون این داروها را به زبانی ساده و کاربردی برای عموم مردم آشکار کند.

**داروهای اصلی آمپول لاغری و نحوه کارکرد آن‌ها در بدن**
این داروها عمدتاً آگونیست‌های گیرنده هورمون GLP-1 (یا هورمون گوآنه GIP/GLP-1) هستند. این ترکیبات با اثر بر مغز و دستگاه گوارش، اشتها را کاهش می‌دهند، سرعت تخلیه معده را کند می‌کنند، به بهبود کنترل قند خون کمک کرده و احساس سیری ایجاد می‌کنند تا شما با مقدار بسیار کمی غذا احساس اشباع کنید. سه داروی اصلی بازار جهان عبارتند از:

**لیراگلویتاید (با نام تجاری ساکسندا / Saxenda):** نیاز به تزریق روزانه دارد و کاهش وزن متوسطی در حدود ۸ درصد از کل وزن بدن را ایجاد می‌کند.

**سماگلویتاید (با نام‌های تجاری اوزمپیک و ویگووی / Ozempic & Wegovy):** به صورت تزریق هفتگی است و کاهش وزن چشمگیری در حدود ۱۵ تا ۲۱ درصد ایجاد می‌کند.

**تیرزپاتاید (با نام‌های تجاری مانجارو و زپ‌باند / Mounjaro & Zepbound):** یک داروی تزریقی هفتگی دوگانه است. در حال حاضر این دارو قوی‌ترین گزینه موجود است و کاهش وزن خیره‌کننده‌ای بین ۲۰ تا ۲۲.۵ درصد یا حتی بیشتر به همراه دارد.

**یک نکته کلیدی:** داروهای جدیدتر (سماگلویتاید و تیرزپاتاید) در کاهش وزن اولیه بسیار مؤثرترند، اما به همان نسبت، روند بازگشت وزن پس از قطع مصرف آن‌ها نیز در صورت عدم مدیریت رفتاری می‌تواند با شتاب بیشتری رخ دهد.

**چرا بعد از قطع آمپول، وزن دوباره بالا می‌رود؟**

این داروها بیشتر بر تنظیم اشتها و رفتار غذایی اثر می‌گذارند، نه حذف کامل علت‌های زمینه‌ای چاقی که شامل عادات غذایی، ژنتیک، متابولیسم پایدار و رفتارهای عصبی است. وقتی تزریق قطع می‌شود، دو اتفاق بزرگ در بدن رخ می‌دهد:

**۱. تغییر در سیگنال‌های اشتها (سندرم بازگشتی):** با خروج دارو از بدن، سیستم هورمونی تمایل به بازگشت به حالت قبل دارد. بدن با افزایش سیگنال‌های گرسنگی و کاهش احساس سیری، به طور طبیعی تمایل به جبران انرژی از دست‌رفته پیدا می‌کند و پیام گرسنگی را به مغز می‌فرستد.

**۲. کاهش سوخت‌وساز بدن (متابولیسم):** در دوران لاغری سریع با این آمپول‌ها، بدن علاوه بر بافت چربی، بخشی از توده عضلانی خود را نیز از دست می‌دهد. کاهش توده عضلانی می‌تواند متابولیسم پایه را کاهش دهد و حفظ وزن را در بلندمدت دشوارتر کند. بنابراین بعد از قطع دارو، اگر فرد به الگوی غذایی گذشته خود بازگردد، مستعد افزایش وزن و بازبازی چربی خواهد بود.

**آیا وزن برمی‌گردد؟ شواهد و آمار علمی**

بررسی آمارها و آزمایشات بالینی روی داوطلبان، فرآیند بازگشت وزن را به طور دقیق‌تری نشان می‌دهد:

**نمران جامع BMJ (۲۰۲۶):** تحلیل ۲۷ مطالعه روی بیش از ۹۰۰۰ نفر نشان داد که میانگین بازگشت وزن پس از قطع دارو حدود ۰.۴ کیلوگرم

گزارش شده است، اما باید توجه داشت که میزان کاهش وزن اولیه آن نیز نسبت به بقیه بسیار کمتر است. به دلیل نیمه عمر کوتاه، اشتها ظرف ۴۸ ساعت پس از عدم مصرف برمی‌گردد.

**سماگلویتاید و تیرزپاتاید:** به دلیل اینکه کاهش وزن‌های بسیار بزرگ‌تری ایجاد می‌کنند، پدیده بازگشت وزن در آن‌ها پس از قطع دارو چشمگیرتر به نظر می‌رسد. به طور کلی، تیرزپاتاید در کاهش وزن اولیه قوی‌تر و مؤثرتر است، اما تفاوت شیب بازگشت وزن میان سماگلویتاید و تیرزپاتاید پس از قطع کامل، در مطالعات بالینی چندان متمایز و متغیر نیست و هر دو با شتاب بالایی تمایل به بازگشت دارند.

**راهکارهای تخصصی و کاربردی برای جلوگیری از بازگشت وزن**

در ماه است. برای داروهای جدیدتر (سماگلویتاید و تیرزپاتاید) این نرخ حدود ۰.۸ کیلوگرم در ماه گزارش شده و پیش‌بینی می‌شود وزن به سطح اولیه در حدود ۱.۵ تا ۱.۷ سال برگردد.

**مطالعه بالینی STEP ۱ (روی سماگلویتاید):** دانشمندان افرادی را که به مدت ۶۸ هفته از این دارو استفاده کرده بودند، پس از قطع مصرف زیر نظر گرفتند. نتایج نشان داد که افراد پس از یک سال قطع مصرف، تقریباً دو سوم (حدود ۶۷٪) از وزن کاهش‌یافته را دوباره به دست آوردند و اشتها و رفتارهای غذایی آن‌ها تمایل به بازگشت به حالت پیش از درمان داشت.

**مطالعه بالینی SURMOUNT-۴ (روی تیرزپاتاید):** این تحقیق نشان داد بیمارانی که پس از ۳۶ هفته مصرف، دارو را کاملاً قطع



پزشکان متخصص غدد و چاقی تأکید می‌کنند که چاقی یک وضعیت مزمن و عودکننده است (مانند فشار خون یا دیابت)؛ همان‌طور که با قطع داروی فشار، فشار خون بالا می‌رود، با قطع این آمپول‌ها نیز بدن تمایل به بازبازی وزن دارد. قطع ناگهانی این داروها در بسیاری از موارد توصیه نمی‌شود. بهترین رویکرد، ترکیب درمان طولانی‌مدت با تغییرات عمیق در سبک زندگی است. برای مدیریت این فرآیند، باید پروتکل‌های زیر را با دقت بالا اجرا کنید:

**ادامه دارو با دوز نگهداری در برخی شرایط**

بسیاری از پزشکان در سراسر جهان مراجعین خود را به یک‌باره رها نمی‌کنند. آن‌ها پس از رسیدن فرد به وزن هدف، دوز دارو را به شکل چشمگیری کاهش می‌دهند (مثلاً کاهش سماگلویتاید به دوزهای نگهداری ۰.۵ تا ۱.۷ میلی‌گرم، یا کاهش تیرزپاتاید به دوزهای ۵ تا ۷.۵ میلی‌گرم). این استراتژی اجازه می‌دهد که عوارض جانبی دارو به حداقل برسد اما اثر کنترلی آن بر مغز و اشتها برای حفظ وزن جدید باقی بماند. اگر هزینه‌های مالی یا عوارض جانبی دارو برای شما به یک مسئله تبدیل شده است، باید حتماً برای تنظیم دوز نگهداری با پزشکتان مشورت کنید.

**استراتژی کاهش تدریجی دوز**

اگر تصمیم قطعی به قطع دارو دارید، آن را ناگهانی قطع نکنید. با نظر پزشک، دوز مصرفی خود را طی چند هفته تا چند ماه به آرامی کم کنید یا فاصله بین روزهای تزریق را پله‌پله طولانی‌تر کنید (مثلاً از ۷ روز به ۱۰

### واکنش رونالدو به جذب محمد صلاح



ایسنا: طبق اعلام روزنامه عربستانی کریستیانو رونالدو از جذب محمد صلاح استقبال می‌کند و از سران باشگاه النصر خواسته که این بازیکن مصری را جذب کنند.

محمد صلاح پس از ۹ سال حضور در لیورپول، به صورت رسمی و با توافق با مدیریت باشگاه، پایان فصل جاری را پایان کار خود در این تیم اعلام کرد.

صلاح پس از تساوی تیمش در برابر برنتفورد در آخرین بازی خود در ورزشگاه آنفیلد به شبکه اسکای اسپورتنس گفت: فکر می‌کنم بیش از هر زمان دیگری در زندگی‌ام گریه کردم. من معمولاً آدم احساس‌ساز نیستم ولی من جوانی‌ام را اینجا گذراندم و همه چیز را از شروع تا پایان با هم تقسیم کردیم. این باشگاه را به جایگاهی که شایسته آن است، بازگردانیدم.

او اضافه کرد: من از اینجا دور خواهم بود اما همیشه با احساسات زیادی برخورد می‌کنم. امیدوارم تیم به پیشرفت خود ادامه دهد و در تمام مسابقات برای کسب عنوان‌ها رقابت کند.

### واکنش رونالدو به حضور صلاح در النصر

کریستیانو رونالدو سرانجام موفق شد النصر را به قهرمانی در لیگ حرفه‌ای عربستان برساند که این اولین عنوان بزرگ او پس از پیوستن به این تیم است.

کریستیانو رونالدو نسبت به پیوستن محمد صلاح به النصر در فصل آینده بسیار مشتاق است. او معتقد است که انتقال این ستاره مصری دستاورد بزرگی برای تیم خواهد بود.

هنوز مقصد جدید صلاح مشخص نشده است در حالی که باشگاه‌های اسپانیا، لیگ آمریکا و باشگاه‌های اسپانیایی و ایتالیایی برای جذب او رقابت می‌کنند.

به نظر می‌رسد که این بازیکن سرشناس مصری تصمیم گیری نهایی درباره تیم بعدی خود را تا پس از جام جهانی به تأخیر انداخته است.

روز، سپس به دو هفته یک‌بار (و...) این کار به هورمون‌های طبیعی بدن و دستگاه گوارش زمان می‌دهد تا خود را به مرور با شرایط جدید وفق دهند و از بروز هجوم ناگهانی اشتها جلوگیری شود.

**تغییرات پایدار رژیم غذایی با تمرکز بر دو فاکتور اصلی پروتئین بالا و هدفمند:** مصرف کافی پروتئین باید متناسب با وزن بدن (حدود ۱.۲ تا ۱.۶ گرم به ازای هر کیلوگرم از وزن بدن که به طور متوسط معادل ۹۰ تا ۱۲۰ گرم پروتئین خاص روزانه است) از منابع باکیفیت مانند سینه مرغ، ماهی، تخم‌مرغ، لبنیات کم‌چرب و حبوبات تأمین شود. پروتئین به حفظ توده عضلانی و پایداری احساس سیری کمک می‌کند.

**فیبر بالا (مدیریت طبیعی اشتها):** شما باید روزانه حداقل ۲۵ تا ۳۰ گرم فیبر مصرف کنید. این فیبر باید از طریق سبزیجات، میوه‌ها، غلات کامل و حبوبات تأمین شود. فیبر سرعت تخلیه معده را به طور طبیعی کاهش می‌دهد؛ یعنی کاری مشابه اثر دارو را به صورت مکانیکی انجام می‌دهد و به کنترل اشتها پس از قطع دارو کمک می‌کند.

**کنترل دقیق کالری:** وعده‌های غذایی خود را متعادل نگه دارید و از قندهای ساده، شیرینی‌جات و کربوهیدرات‌های تصفیه‌شده (مانند نان سفید و برنج بی‌رویه) به شدت دوری کنید. برخی از پزشکان برای فاز بعد از قطع دارو، رژیم‌های کم‌کربوهیدرات را پیشنهاد می‌کنند. همچنین نوشیدن مکرر آب (حداقل ۸ لیوان در روز) برای حفظ آب‌رسانی به بدن و کنترل سیری کاذب حیاتی است.

**برنامه ورزش منظم و ترکیبی**

یکی از راه‌های کلیدی برای بالا نگه داشتن متابولیسمی که در دوران لاغری دچار افت شده، ورزش است. مطالعات نشان می‌دهند افرادی که پس از قطع داروهای GLP-1 ورزش را به طور جدی شروع کرده‌اند، مدیریت بهتری روی حفظ وزن خود داشته‌اند.

حداقل ۱۵۰ دقیقه ورزش در هفته نیاز است. این برنامه باید ترکیبی از ورزش‌های هوازی (مانند پیاده‌روی سریع، دویدن یا شنا) برای چربی‌سوزی، و ورزش‌های قدرتی و مقاومتی (مانند کار با وزنه و بدنسازی) باشد. ورزش قدرتی توده عضلانی را بازسازی می‌کند، متابولیسم پایه را بالا می‌برد و مدیریت وزن را تسهیل می‌کند.

**پیگیری، پایش و حمایت‌های رفتاری**

کنترل وزن: وزن خود را به صورت هفتگی (نه روزانه که استرس‌زا باشد) اندازه بگیرید و ثبت کنید تا به محض دیدن کوچک‌ترین روند صعودی، تغییرات لازم را رژیم اعمال کنید.

**تیم حمایتی:** از یک متخصص تغذیه، مربی ورزشی یا روانشناس حوزه رفتارشناسی کمک بگیرید تا عادت‌های ذهنی شما را اصلاح کنند.

**خواب و استرس:** کم‌خوابی مکرر می‌تواند هورمون گرلین (مرتبط با گرسنگی) را ترشح کند و استرس، هورمون کورتیزول را بالا می‌برد. داشتن ۷ تا ۹ ساعت خواب باکیفیت شبانه و مدیریت استرس، سدهای محافظتی شما هستند.

**نتیجه‌گیری و توصیه‌های کلیدی قبل از اقدام**

آمپول‌های لاغری ابزارهایی فوق‌العاده و خفاشکن برای شروع مسیر هستند، اما درمان دائمی و مستقل به شمار نمی‌روند. واقعیت علمی این است که وزن بدون ادامه درمان یا بدون ایجاد تغییرات بسیار عمیق و ریشه‌ای در سبک زندگی، در معرض بازگشت قرار دارد. بهترین و ماندگارترین نتیجه زمانی حاصل می‌شود که تزریق دارو، هم‌زمان با یک رژیم اصولی، ورزش منظم و پیگیری‌های رفتاری ترکیب شود.

**یک هشدار مهم:** قبل از شروع، تغییر دوز یا قطع این داروها، حتماً باید با یک پزشک متخصص فوق تخصص غدد یا متخصص چاقی مشورت کنید. این داروها در برخی افراد می‌توانند عوارض گوارشی شایع (مانند تهوع و مشکلات گوارشی) داشته باشند و در افراد خاص، نیاز به بررسی‌های دقیق‌تر پزشکی دارند؛ بنابراین برای همه افراد به یک شکل مناسب نیستند. موفقیت بلندمدت شما در این مسیر، به میزان تعهد شما به سبک زندگی جدیدی که در دوران مصرف دارو می‌سازید، بستگی دارد.



امروز

۳۸ ▲ ۱۸ ▼

غبارمحلی گاهی افزایش باد بتدریج صاف

## عادی نیست / نمی‌توان فقط با عشق ادامه داد



صرف تولید آثاری کرده‌اند که نه امنیت اقتصادی داشته‌اند و نه تضمین بازگشت سرمایه. این مدرس تئاتر افزود: آنچه امروز تئاتر را سرپا نگاه داشته، بیشتر از آن که ساختار حمایتی باشد، ایستادگی و جان‌سختی هنرمندانش است. اما حقیقت این است که دیگر نمی‌توان فقط با عشق ادامه داد. میرطاهری در پایان سخنانش گفت: وقتی فاصله‌ی میان هزینه‌های واقعی تولید و درآمد حاصل از اجرا هر روز بیشتر می‌شود، ادامه دادن بدون حمایت، بدون بازنگری در سیاست‌ها و بدون درک شرایط واقعی جامعه، تنها به فرسایش بیشتر بدنه‌ی تئاتر منجر خواهد شد. مسئله فقط تولید یک نمایش نیست؛ مسئله حفظ جان تئاتر است. اگر امروز برای این وضعیت چاره‌ای اندیشیده نشود، فردا دیگر بحث بر سر کیفیت اجراها یا تعداد مخاطبان نخواهد بود. بحث بر سر نفس کشیدن یا نکشیدن تئاتر خواهد بود.

شریف‌ترین و حرفه‌ای‌ترین اثر باشد، در اقتصاد امروز دوام نمی‌آورد. میرطاهری با بیان اینکه «مسئله فقط اقتصادی نیست»، ادامه داد: تئاتر سال‌هاست با نوعی رهاسدگی روبه‌روست. کمترین انتظار از نهادها، سازمان‌های فرهنگی و هنری و وزارتخانه‌های مرتبط این بود که در روزهای سخت، پشتوانه‌ای - حتی حداقلی - برای ادامه‌ی حیات این هنر باشند اما حقیقت این است که بسیاری از گروه‌های نمایشی، سال‌هاست خود را تنها می‌بینند. حمایت‌ها یا حذف شده‌اند یا آن‌قدر ناچیزند که تأثیری واقعی بر ادامه‌ی حیات گروه‌ها ندارند. نه سازوکار حمایتی مشخصی وجود دارد، نه امنیت شغلی و نه تضمینی برای حداقل معیشت هنرمندانی که سال‌ها زندگی خود را صرف تئاتر کرده‌اند. او معتقد است: امروز تئاتر به پیکری نیمه‌جان شبیه شده که هنوز ایستاده، هنوز تلاش می‌کند نفس بکشد و هنوز چراغ صحنه را روشن نگه دارد، گویی همه انتظار دارند این بدن خسته در شرایطی که حمایتی ندارد، همچنان سرپا بماند و تولید کند. در چنین شرایطی، از گروه‌های نمایشی انتظار می‌رود هزینه‌های سنگین سالن، تبلیغات، دکور، لباس، حمل‌ونقل، دستمزد بازیگران و عوامل، اجاره‌ها و هزینه‌های روزمره‌ی زندگی را تأمین کنند و در نهایت حتی «سودده» هم باشند؛ توقعی که گاهی بیشتر به شوخی تلخ شبیه است تا تحلیل واقعی اقتصاد تئاتر. میرطاهری در ادامه گفت‌وگوش مطرح کرد: بخش بزرگی از هنرمندان تئاتر سال‌هاست با عشق، اعتبار شخصی و هزینه‌کردن از زندگی خود، چراغ این هنر را روشن نگه داشته‌اند. بسیاری از کارگردانان و تهیه‌کنندگان مستقل، سرمایه‌ی شخصی خود را

یک فعال تئاتر معتقد است: آنچه امروز تئاتر را سرپا نگه داشته، بیشتر از آن که ساختار حمایتی باشد، ایستادگی و جان‌سختی هنرمندانش است. اما حقیقت این است که دیگر نمی‌توان فقط با عشق ادامه داد. مسعود میرطاهری، بازیگر و کارگردان تئاتر که به تازگی اجرای نمایش «کائوگوری زاپنی» را به پایان برده است، درباره دغدغه‌هایش برای اجرای تئاتر در شرایط فعلی با ایسنا گفت‌وگو می‌کرد. او ادامه داد: سال‌هاست گروه‌های تئاتری در شرایطی کار می‌کنند که هیچ شباهتی به وضعیت طبیعی تولید هنری ندارد، اما مدام از ما خواسته می‌شود این وضعیت را «عادی» ببینیم. میرطاهری مطرح کرد: اما چگونه می‌توان از عادی بودن سخن گفت وقتی هزینه‌های تولید هر روز سنگین‌تر می‌شود، اما امکانات، حمایت‌ها و ظرفیت اقتصادی تئاتر نه تنها رشد نکرده بلکه کوچک‌تر هم شده است؟ این هنرمند با بیان اینکه «هنرمند پیش از رسیدن به صحنه، در زندگی روزمره‌ی هنرمندانش فرسوده می‌شود» معتقد است: امروز یک گروه تئاتری باید هم‌زمان تهیه‌کننده، سرمایه‌گذار، مدیر بحران، تبلیغاتچی، روابط‌ساز و کارگر اجرایی باشد تا شاید بتواند نمایشی را به صحنه برساند. در شرایطی که جامعه با مشکلات اقتصادی و فرسودگی روانی روبه‌روست، تئاتر نیز از این وضعیت جدا نیست. مخاطب کمتر شده، توان خرید کاهش پیدا کرده و مسیر اطلاع‌رسانی و تبلیغات نیز محدودتر و دشوارتر از گذشته است. این فعال تئاتری تصریح کرد: وقتی فضای باز و گسترده‌ی اطلاع‌رسانی وجود ندارد، وقتی اینترنت و شبکه‌های ارتباطی با اختلال و محدودیت روبه‌رو هستند، طبیعی است که تئاتر مستقل بیش از همیشه آسیب ببیند. نمایشی که دیده نشود، حتی اگر



رهبر ماه مدیر موسسه فرهنگی مهر و ماه خبر داد:

## معرفی بنیانگذاران فرهنگ معاصر شیراز در مرکز شیرازشناسی



شخصیت‌های درگذشته شیراز پژوه هنوز در جامعه ما مشهود و محسوس است و بسیاری از نویسندگان و بزرگان در قید حیات از منابع تحقیقی و مطالعاتی شیراز پژوهان فقید بهره مند شده‌اند و در آثارشان از منابع و مآخذ بهره گرفته از آنان یاد کرده‌اند. وی گفت: هر کس که به نوعی در شیراز پژوهی نقش و سهمی داشته و دغدغه ذهنی وی شیراز و گذشته‌های تاریخی و فرهنگی بوده و هست قطعا آن فرد قابل احترام و ارزشمند بوده و هست. مدیر محفل فرهنگی یکشنبه‌های ادبی شهر راز افزود: متأسفانه در شیراز با غربت و غروب پژوهش‌های شیرازشناسی روبرویم و بسیاری از کتابهای منتشر شده سالهای اخیر نیز به نوعی تکراری و کپی برداری است و امثال امداد و سامی و در گذشته‌های دورتر و در عهد قاجاری فرصت الدوله شیرازی صاحب آثار العجم و میرزا حسن حسینی فسایی صاحب کتاب فارسنامه ناصری و یا در همین چند سال اخیر بزرگانی مثل دکتر بین سمندر، سید ابوالقاسم انجوی شیرازی، یدالله طارمی، دکتر منصور رستگار فسایی، دکتر کورش کمالی سروسستانی و دیگرانی که کتاب‌هایی درباره شیراز نوشته‌اند و هنوز بعنوان منابع نوشتاری نویسندگان شیراز مورد استفاده قرار میگیرند. مجموعه دار فرهنگی و منتقد ادبی شیراز بیان داشت: رسانه‌ها و مدیران استان باید به این مساله واقف باشند که نام شیراز و نوشتن و گفتن درباره شیراز و افتخارات آن باید بعنوان یکی از مأموریت‌ها و تکالیف پیش رویشان باشد و با ایجاد بنیادها و اقدامات فاخر و تولید محتوای لازم نام زیبای شیراز را در عرصه‌های ملی و بین‌المللی احیا کنند. پژوهشگر فرهنگ و تمدن فارس تصریح کرد: لازم است خدمات بزرگانی مثل برادران بهروز (محمد تقی و علی تقی)، برادران فقیری (ابوالقاسم و امین) و خادیم صدیقی همچون واحدی پور مدیر نشریات بین‌المللی خبر و برادران عسلی (محمد و اسماعیل) در روزنامه عصر مردم و ناشرانی بزرگ همچون برادران مصطفوی و داریوش نویدگویی مدیر نشر نوید شیراز که به حمایت بی‌دریغ اهالی فرهنگ شیراز و فارس پرداخته و می‌پردازند، بیش از پیش بازگو گردد. گفتنی است در این نشست آقایان فرهنگوران بهمین نگاه راد، فرزاد وثوقی، صمد همجان دین، عبدالله آهار، حمید رضا زنگی، محمد علی مسیحانی، عطاالله دهقانی، زهرا ترسیم‌چین، ژاله نگهداری و دهها نفر از نویسندگان، شاعران و فعالان فرهنگی شیراز حضور داشتند.

عصر مردم: زندگی و زمانه، آثار و خدمات شش تن از بنیانگذاران فرهنگ معاصر شیراز در جمع دوستداران شیراز شهر راز و اعضای موسسه فرهنگی، ادبی و اجتماعی مهر و ماه شیراز به مدیریت بانو دکتر نرگس رهبر ماه در کتابخانه دکتر ندیم ساختمان مرکز شیرازشناسی تشریح شد. در ابتدای این برنامه مدیر موسسه مهر و ماه از برگزاری سلسله جلسات معرفی شیراز از ابعاد و زوایای مختلف آن و دعوت از شیراز پژوهان معاصر خبر داده و اظهار داشت: مأموریت اصلی ما معرفی مراکز گردشگری، چهره‌های خدمتگزار فرهنگی شیراز، نقد و بررسی کتابها و تحقیقات مربوط به شیراز و بیان کاستیهای در مسیر شیرازشناسی، ارائه طرح‌ها و پیشنهادات مختلف به مدیران شهری برای شناخت و شناساندن بهتر شیراز به عموم است. نرگس رهبر ماه در ادامه گفت: بنا داریم برنامه‌های فاخر مرتبط با شیراز را با همراهی مجموعه‌های مختلف و از جمله مرکز شیرازشناسی و مجموعه‌های مدیریت شهری و شهرداری در طول سال و به مناسبت‌های مختلف برگزار کنیم و قطعا در این مسیر نیازمند همراهی و همکاری استادان و پژوهشگران ارزنده معاصر در اجرای این برنامه‌ها هستیم. وی گفت: لازم میدانم در این راستا اعلام کنم ادامه معرفی خادیم صدیقی فرهنگ شیراز و شرح خدمات و معرفی آثار آنان در هفته‌های آتی را در دستور کار موسسه خود قرار داده‌ام و قطعا اطلاع‌رسانیهای لازم در این خصوص و در گروه‌های اطلاع‌رسانی موسسه مهر و ماه و از جمله در پیام رسان "پله" انجام خواهد شد. در ادامه سید محی الدین حسینی ارسنجانی شیراز پژوه و فعال فرهنگ و رسانه به معرفی شش نفر از شخصیت‌های ممتاز شیراز پژوه بعنوان خادیم شهره فرهنگ معاصر شیراز پرداخت و از بزرگانی همچون استادان علی اصغر حکمت، علی سامی، حسن امداد، صادق همایونی، جمال زبانی و پروفسور علی رضا طاهور شهبازی که در جهت احیای نام و یاد شیراز و معرفی تاریخ و فرهنگ و چهره‌ها و آثار تاریخی و فرهنگ عامه شیراز تلاش و کوشش پژوهشی بسیار کرده‌اند تقدیر و تجلیل بعمل آورد. حسینی ارسنجانی ضمن معرفی برخی آثار تالیفی و پژوهش‌های بنیانگذاران فرهنگ معاصر شیراز و بیان بعضی از ویژگی‌های فردی، اجتماعی و روحیات و خلیات این چهره‌ها گفت: آثار و برکات وجودی

## کتاب آرایبی؛ از دفتر کار ۲۰ متری تا صحنه‌های جهانی

آیین نکوداشت داریوش نویدگویی، ناشر نمونه و میراث‌دار فرهنگ ایران در شیراز



همچنین از تأثیرگذاری چون قطب‌الدین شیرازی، ابن خفیف و شوریده شیرازی به عنوان ذخایر فرهنگی این خطه یاد کرد. نویدگویی سابقه مدیریت دوره از نمایشگاه بین‌المللی کتاب تهران را در کارنامه دارد. او با اشاره به افت تدریجی این نمایشگاه از سال هفتم به بعد، از اقدام نمادینش گفت: در آن سال با کمک حامدی فر و یکی دو دوست دیگر، یک نسیان درخت سرو به نمایشگاه بردم و غرس کردم تا یادگاری از شیراز در آنجا بماند. در غرض همچنین، نویسندگان، شاعران و محققان فارس را دعوت و به معرفی آنان می‌پرداختم. راهاندازی نمایشگاه کتاب در محوطه MRI شیراز با همراهی دکتر محمدرضا خشسود از دیگر فعالیت‌ها بوده که از آن یاد کرد: تابستان‌ها تا پاسی از شب منتظر شیرازی‌هایی می‌ماندم که خسته از تفرج در بلوار چمران، سری به نمایشگاه می‌زدند و از یار مهربان کتاب دین می‌کردند. نمی‌گویم که نمایشگاه شاهکار کرد، اما همان چند جوان خلافکاری که به حوالی کتاب و تحصیلات عالی کشیده شدند، برای کافی بود. وی تأکید کرد: ای کاش جامعه بیشتر از افرادی چون دکتر خشسود تجلیل کند تا نسل جوان بداند هنوز خیرخواهان در این جامعه نفس می‌کشند. مدیر انتشارات نوید شیراز، در بخش دیگری از سخنانش به نقد روند ممیزی کتاب‌ها پرداخت: دریافت مجوز کتاب با مشکلات فراوانی روبروست. گاه سلیقه‌ای یک اسم حذف می‌شود و در مقابل، اجازه توهین به یک قوم داده می‌شود و خودم با مطالعه کتاب‌های منشر شده به این نکته رسیدم. کتاب‌هایی از این دست بیش من آورده شد و نپذیرفتم. در گذشته فریاد می‌زدیم ایران تنها تهران نیست. امروز باید بگوییم فارس نیز تنها شیراز نیست. از قضا و جهرم و کازرون تا آباد، از سوسان، سیریز، آوز، زرکان، آباد، زرین دشت و دیگر نقاط، نویسندگان و پژوهشگران فراوانی داریم که باید به آن‌ها قدرت پرواز داد. او با اشاره به مشکلات امروز جامعه همچون بیکاری، معیشت و تورم خاطرنشان کرد: نباید به رسانه‌های آن طرف آب‌ها اعتماد کرد؛ کسی به فکر امروز ما نیست. باید خودمان کاستی‌ها را رفع کنیم، تمدن و تاریخ خود را حفظ کنیم و پس از عادی شدن شرایط، از ظرفیت اندیشمندان حامی ایران بهره بگیریم. چرا ما دریا نشینان باید تشنه باشیم. در پایان این آیین، حاضران از سردی تجلیل کردند که خالق هزاران عنوان کتاب و میراث‌دار فرهنگ و هنر ایران زمین است. تمام نمایشگاه‌های کتابی که ساخته، به گفته خودش متعلق به مردم است و در آینده به صورت هیأت امنایی اداره خواهد شد. راهش پررهو باد و ما خشسود از این همه صمیمیت به جای مانده از شکوه این نشست و ایاتیان بر پا کننده آن...

### بهمین نگاه راد

در آیینی که به همت مؤسسه جوان و با حضور استادان دانشگاه، نویسندگان، شاعران، محققان و فرهنگوران شیراز برگزار شد، از استاد داریوش نویدگویی، ناشر نمونه دهه‌ها نمایشگاه کتاب و اندیشه‌ورز فرهنگی پیشکسوت، تجلیل به عمل آمد. نویدگویی در این نشست صمیمی، از زادگاهش درب شیخ و مظلومیت شیخ روزبهان، در شهر خود و کشور گفت. او دوران کودکی را در خانواده‌ای ۱۰ نفره روایت و خاطر نشان کرد: در کنار دو دایی، دو خاله، مادر و مادربزرگ زندگی آرامی داشتم. دایی جعفر از کارمندان روزنامه پارس بود و به صحافی عشق می‌ورزید. کارگاهی کوچک در خانه راه انداخته بود و من کم‌کم به این کار کشیده شدم؛ کاری که به کتاب جان می‌دهد. این آغاز راهی بود که او را به چاپخانه، حروف‌چینی سربی و سرانجام به نشر رساند. نخستین کتاب او زهرا زهره رخشنده، به قلم استاد محمد مختارزاده و سپس خوارج، اثر استاد عباس ناصر مدلی بود. وی بیان داشت: آن روزها هر کلمه را با حروف سربی کتاب می‌چیدیم تا یک کتاب ۱۰۰ صفحه‌ای پدید آید؛ سختی‌ها فراوان بود. حاصل عمر این ناشر پیشکسوت امروز بیش از ۴ هزار و ۴۰۰ جلد کتاب است. او محل کار ۲۰ متری خود را چنین توصیف می‌کند: همان جایی که پاتوق اغلب نویسندگان نامدار شیراز شد؛ از تولدی و برادران فقیری، دکتر مژده، صادق همایونی گرفته تا چهره‌های شاخص دیگر. او به عشق و علاقه وصف‌ناپذیرش به کتاب و کتابت ادامه می‌دهد و تأکید می‌کند که با سرمایه شخصی، موزه‌هایی از آثار فرهنگی، کتاب‌های نایب، قرآن‌های نفیس، دست‌نوشته‌ها و اسناد تاریخی برایمانده از قرون پیشین را ایجاد کرده است. استاد نویدگویی از حضورش در نمایشگاه‌های بین‌المللی فرانسه، آلمان، آمریکا و عربستان روایت جذابی دارد: در فرانسه، با نمایش عکس‌های مسجد نصیرالملک شیراز، «مسجد صوتی»، مخاطبان را مجنون معماری ایرانی کرد. در آمریکا، هنر صحافی ایرانی را به نمایش گذاشت. در عربستان، مسئولان فرهنگی را تحت تأثیر قرار داد که کتاب‌های ضدشیعی را از نمایشگاه جمع‌آوری کردند. سفر ۸ روزه به زنگبار، تانزانیا، به دلیل عشق اهالی به شیراز و تمدن ایرانی، به ۱۲ روز تمدید شد. نویدگویی در بخشی پرهمراز سخنانش به نقش خانواده اشاره کرد: اگر همسرم در کنارم نبود، به هیچ وجه قادر به انجام این کار سترگ نبودم. گاه پیش من آمد که یک هفته در تهران بسودم و او با تحمل و صبوری تمام مراقب خانه و زندگی بود. وی در بخش دیگری با اشاره به سیل ویرانگر شیراز گفت: در آن روزهای سخت، هیچ‌کس جز هنرمندان دانشوری چون رحیم هودی به یاری من نیامد. حتی مسئولان از در اختیار قرار دادن یک بولدوز برای کشودن راه دریغ کردند. من در طول زندگی‌ام وامدار هیچ‌کس نبوده‌ام. ناشر نمونه سال‌ها، با اشاره به استادان نامی که آثار خود را به او سپرده‌اند، به ویژه از استاد سید زراقی یاد کرد: زاده فرارشد، کسی که پس از فارسنامه و آثارالعجم، کتاب سه‌جلدی پارسه را خلق کرده و درباره موطن خود فرارشد نیز نوشته است. امروز او ویلچرنشین است، اما عظمت کارش فراموشدنی است. نویدگویی همواره دغدغه‌هایی نام‌آشنا را مطرح می‌کند و فارس را داشته است: میرزا علی‌اصغرخان حکمت، بانی مراکز علمی و آموزشی کشور؛ علی سامی، باستان‌شناس بزرگ؛ حسن امداد، شیراز پژوه و مؤلف کتب درسی؛ ابراهیم گلستان، نویسنده و هنرمند ملی؛ علی‌تقی بهروز و سید ابوالقاسم انجوی شیرازی، پژوهشگران فرهنگ عامه؛ میرزا حسن حسینی فسایی، صاحب فارسنامه ناصری؛ و فرصت‌دولته شیرازی، فیلسوف و مورخ صاحب آثارالعجم. او