

اعیاد شعبانیه مبارک باد

# نخستین ورزشتے

• هفته نامه ورزشی و هنری • سال هفتم • شماره ۳۰۶ • ۸ صفحه • ۲۰۰۰ تومان • 03 Mar. 2022  
 • پنجشنبه ۱۲ اسفند ۱۴۰۰ • ۲۹ رجب ۱۴۴۳ • Telegram.me/Nakhostnewsir



چرم مشهد  
Mashad Leather  
www.mashadleather.com  
@mashadleatherco  
زیبای ایرانی، ایرنا زیبا

درکنار بزرگان و ارد قرن جدید شوید  
سالنامه ۱۴۰۱  
انجمن روابط عمومی ایران

حمید امن زاده  
مدیر کمیته بازرگانی و تبلیغات  
انجمن روابط عمومی تهران  
همراه: ۰۹۱۲۲۱۷۵۳۶۸

سالنامه  
ماهان  
محمولی از گروه ماهان  
www.mahancalendar.com



**توپ و تور**

**کلاس مربیگری کشور در جنود**

محمد مهدی زاده



دوره عملی مربیگری درجه دو والیبال، با مدرسی دکتر حسن ثانیان مدرس ساکن مشهد میزبانی بجنورد برگزار شد. مدرس بین المللی والیبال در حاشیه دوره آموزشی در مرکز استان خراسان شمالی گفت؛ ارتقای سطح مربیان به رشد والیبال در استان خراسان شمالی کمک می کند و با توجه به تعطیلی دوره های آموزشی مجوز این دوره برای نخستین بار به خراسان شمالی رسید که نسبت به سایر استان ها پیش قدم بوده و مربیان توانستند از این ظرفیت بهره مند شوند. دکتر ثانیان خراسان شمالی را استانی والیبال خیز و دارای ظرفیت فراوان معرفی کرده گفت: باید برای به فعل درآوردن استعداد های والیبال این استان اقدام شود و مربیان منطقه نیز نیاز دارند در دوره های آموزشی، کارگاه ها و وبینار های متعددی حضور یابند. دکتر ثانیان مهم ترین ضعف والیبال استان را حضور نداشتن در مسابقات کشوری و لیگ های معتبر بیان کرده و معتقد است، اگر از تیم والیبال شهر و استان برای تیم داری حمایت شود به توسعه این ورزش کمک شایانی خواهد شد. ناگفته نماند ریاست کمیته آموزش هیات والیبال استان خراسان شمالی بر عهده مرضیه کمالیان است که تلاش وافر در این زمینه دارد.

**کارت زرد**

**بایکوت ورزش خراسان**

در خبرها آمده بود جایجایی پست معاونت ورزش و جوانان خراسان بایکوت شد.  
**نخست:** متاسفانه ورزش خراسان سال هاست در تمام رشته ها بایکوت شده است.

**شهر خودرو و سقوط**

تیم فوتبال شهر خودرو با شکست مقابل هوادار راه سقوط اش هموار تر شده است.  
**نخست:** این سقوط را می توان سقوط دسته جمعی برای فوتبال خراسان یاد کرد.

**بازیکنان خارجی و پدید آمدن**

در خبرها آمده بود شهر خودرو در دصد شکار دوباز یکن خارجی بود.  
**نخست:** پول بازیکنان وطنی را خوردن عاقبت ندارد.

- صاحب امتیاز و مدیرمسئول: دکتر علی پاکباز خسروشاهی
- زیر نظر شورای سردبیری
- دفتر تهران: پاسداران، بوستان ۸، پلاک ۱۲۰، طبقه ۲ واحد ۷
- تلفن: ۰۲۱-۲۲۲۶۰۸۹۵-۶
- دفتر مشهد: احمد آباد، خیابان قائم، قائم ۱۴، پلاک ۴۶
- تلفن: ۰۵۱-۳۸۴۳۷۷۱۱
- نمایر: ۰۵۱-۳۸۴۴۰۲۰
- کد پستی: ۹۱۸۳۸۹۳۱۹
- پیامک: ۳۰۰۷۹۸۱
- ایمیل: nakhost@yahoo.com - Info@nakhostnews.ir
- وب سایت: www.nakhostnews.ir
- کانال اطلاع رسانی: @Nakhostnewsir

**مسئول کمیته ورزش صبحگاهی خراسان رضوی:**

**توقع نداریم انتظار داریم**



مجید خروشی

می دهد. با ورزش صبحگاهی حال و هوایتان تازه می شود. می توانید همکار، دوست یا همسر بهتری باشید و برای یک روز عالی و سرشار از موفقیت آماده شوید. ورزش صبحگاهی به سلامتی، خواب آرام و تناسب اندام نیز کمک می کند. ورزش صبحگاهی و ترشح بعضی هورمون ها سبب می شود شخص حالش بهتر شود و حال و حوصله خوبی داشته باشد. با فعالیت صبحگاهی، شخص روز را بهتر شروع می کند. هم از نظر روحیه و بهداشت روانی هم از نظر سلامت جسمی. وی خاطر نشان کرد: به پاس قدردانی از مدیران و سرپرستان ایستگاه های ورزش صبحگاهی لوح های تقدیر آماده کردیم و به این زحمت کشان ورزش که برای اعتلای ورزش صبحگاهی تلاش وافری داشتند اهدا می کنیم. وی که یکی از بنیان راه اندازی ورزش صبحگاهی در استان می باشد می گوید: ۴ اسفندماه هفتمین سالروز درگذشت مرحوم مددلی در ایستگاه حوض چشمی (استاد مددلی) به نحو شایسته ای توسط دوستان و یاران با وفایش برگزار شد که قابل تقدیر و قدردانی است. وی با اشاره به این که هیات نقش پررنگی در توسعه ورزش همگانی دارد تاکید کرد: تقدیر و تشکر می کنم از رضا آذریان رییس هیات ورزش های همگانی استان، حمید کاظمیان از اعضای کار گزوه ایستگاه های ورزش صبحگاهی در بوستان ملت و دکتر رحمانی معاون دادستان به پاس زحمات و تلاش هایشان در رونق و توسعه ورزش صبحگاهی در بوستان ملت و خوشبختانه در طول یک سال مسوولیت در کمیته



ورزش های صبحگاهی استان موفق شدیم بیش از ۴۰ مربی را آموزش و در اختیار ایستگاه های ورزشی قرار دهیم مسوول کمیته ورزش صبحگاهی خراسان رضوی خاطر نشان کرد: هم اکنون بیش از ۲۰ ایستگاه ورزشی در بوستان ملت فعالیت می کنند که از این تعداد دو ایستگاه با فضای دوهکناری مختص بانوان است. روحی از مدیران شهرداری مشهد که همچنان در خصوص پارکینگ رایگان در حاشیه بوستان ملت برای ورزش کاران در ابتدای صبح تمهیدات و تسهیلات مقرر کرده اند تقدیر و تشکر کرد و تصریح کرد: امیدواریم مسوولان هم با حضور فیزیکی در جمع ما محیطی دوستانه و صمیمی را بسازند و لذت شادابی و نشاط صبح را با هم تقسیم کنیم. مسوول کمیته ورزش صبحگاهی خراسان رضوی در باره مهمترین برنامه های ورزشی در صبح می گوید: تمرین های کششی برای نرم کردن ماهیچه ها، حرکات دینامیک برای انعطاف پذیری ستون فقرات، حرکت پروانه، اسکات پا، حرکات تعادلی، حرکات جهشی و دوین آرام از حرکت بسیار عالی است که کمکتان می کند هم جسم و هم ذهنانتان را آرام نموده و بیشتر حس تعادل کنید و در پایان تمرین سرد کردن بدن بر اساس

برنامه های تعریف شده از نکات بسیار مهم در ورزش صبحگاهی است. **ورزش صبحگاهی ضامن سلامت روحی و جسمی** در همین رابطه حسن عسگریان رابطه سرپرست ایستگاه پیشگامان بوستان ملت (ایستگاه مرحوم مددلی) که بیش از نیم قرن است در ورزش حضوری پر رنگ دارد درباره اهمیت توجه به ورزش صبحگاهی می گوید: می دانیم که خیلی مشکل است صبح زود از خواب بیدار شوید و سر کارتان بروید اما باور کنید سختی و دشواری این بیدار شدن ها فقط دوهفته است وقتی شاداب و چهره ای بشاش را از بوستان ملت به منزل و محل کار می برید احساس خواهید کرد که دنیا نگاه دیگری به شما انداخته است زمانی که با چهره ای متبسم و با نشاط با مراجعین خود برخورد می کنید کسب و کارتان رونق بیشتری پیدا می کند و در مجموع زندگی لبخندی نو برای شما به ارمغان خواهد آورد. وی اضافه کرد: ایستگاه های ورزش صبحگاهی با وجود گرم همشهریان شادابتر و پر رونق تر خواهد بود وقتی این حضور با صمیمیت، رفاقت و همدلی تجمیع می گردد. سرپرست ایستگاه پیشگامان بوستان ملت تصریح کرد: سلامت جسمی و روحی با ورزش صبحگاهی در کنار هم بودن معنای لذت بخشی پیدا خواهد کرد.

**تیم خراسان رضوی موفق به کسب شش مقام پارتینس روی میز کشوری شد**



**گروه ورزشی / تیم منتخب پارتینس**

روی میز خراسان رضوی در مسابقات پارتینس روی میز کشوری (انتخابی تیم ملی)، شش مقام قهرمانی، نایب قهرمانی و سومی بانوان و آقایان را کسب کرد.

رییس هیات تنیس روی میز استان خراسان رضوی، با اعلام این خبر گفت: تیم های بانوان و آقایان پارتینس روی میز خراسان رضوی برای شرکت در مسابقات انتخابی تیم ملی کشورمان که قرار است سال آینده در مسابقات آسیایی کوانزو چین برگزار شود، به تهران محل برگزاری این مسابقات اعزام شد. رضاعلی محمودی گلستانی خاطر نشان کرد: تمامی قهرمانان در این دوره از مسابقات توسط کلاس بند خارجی که توسط فدراسیون جهانی به این مسابقات اعزام شده اند، تست پزشکی خواهند شد.

**نفرات برتر این دوره از مسابقات به شرح زیر است**

کلاس یک: مقام اول: مهدی رضاپور، مقام دوم: سید محمود حسینی، مقام سوم: مهران وصلتی / کلاس دو: مقام اول: حسن جانفشان، مقام دوم: مجید عربی، مقام سوم: کاظم بیرونزجانی / کلاس سه: مقام اول: علی یارخوبی زاده، مقام دوم: عبدالرضا کاویانی، مقام سوم: مهرداد محمدپور / کلاس چهارم مقام اول: امین صادقیان، مقام دوم: مهدی

عقیلی، مقام سوم: محمدحسن جلالی / کلاس پنج: مقام اول: مهدی معصومی، مقام دوم: جواد فولادی، مقام سوم: مهدی معصومی و مقام های کسب شده در بخش بانوان نیز کلاس سه: مقام اول: مریم علیزاده، مقام دوم: الهام چزانی، مقام سوم: زهرا انصاریان / کلاس چهارم: مقام اول: حدیث اصلانی، مقام دوم: زهرا زارع، مقام سوم: مونا مسعودی / کلاس پنج: مقام اول: نرگس قابلی، مقام دوم: زهرا روشن، مقام سوم: مریم ترابی رییس هیات تنیس روی میز استان کسب این مدال های رنگارنگ را به بازیکنان پارتینس استان خانم ها زهرا انصاریان، نرگس قابلی، مونا مسعودی، مریم ترابی و آقایان مهرداد محمدپور، سید محمود حسینی، خانواده ها و مربیان و همکاران اجرایی هیات و جامعه فرهیخته تنیس روی میز استان تبریک گفت

## شهر خودرو و جدال با تراکتور شکننده



پدرام خسروشاهی



هفته بیست و یکم مسابقات فوتبال لیگ برتر باشگاه‌های کشور در حالی از روز یکشنبه در شهرهای مختلف پیگیری خواهد شد که تنها نماینده فوتبال خراسان شهر خودرو بحرین زده که در آستانه سقوط به دسته یک در انتهای جدول جا خوش کرده است این هفته در مشهد و در ورزشگاه ثامن میزبان تیم تراکتورسازی تبریز است. در این هفته سوی از بازی‌های بالای جدول که سایه به سایه هم حرکت می‌کنند باید از قعر نشینان نظیر پدیده

و جدال شاگردان سیدعباسی با سایر حریفان انتهای جدول اشاره کرد با این تفاوت که شهر خودرو هفته بیستم شکست تلخ دیگری را در نصف جهان مقابل ذوب آهن تجربه کرد تا راه سقوط اش به دسته

و در مصاف با سپاهان و با تساوی ۲ بر ۲ مقداری از بحران خارج شده است این هفته به قصد پیروزی بر پدیده قعر نشین لشکرکشی خواهد کرد تا از قعر جدول با دیگر قعر نشینان فاصله بگیرد بنابراین جدال شهر خودرو با تراکتور اگر چه برای هواداران بی شماتر اکتور می‌تواند خوش آیند باشد اما در مشهد شهر خودرو و شاگردان سیدعباسی همچنان بدون پشتوانه و عدم همکاری مسوولین استان در حالی در مشهد از تراکتور زخم خورده میزبانی خواهند کرد که در چند بازی اخیر خود پای مهاجمین پدیده به گل باز شده است و انتظار می‌رود در جدال با تراکتور میدان را در مشهد با گل و شاید هم با پیروزی ترک کنند.

### گفت و گو

پیشکسوت فوتبال مشهد:

### شهر خودرو یک مرده متحرک است

پیشکسوت فوتبال مشهد معتقد است اگر این تیم به دسته یک سقوط کند، مقصر اول و آخر آن حمیدای است. تیم فوتبال شهر خودرو پس از این که هفته گذشته توانست اولین پیروزی اش را در لیگ بیست و یکم به دست بیاورد، این هفته مقابل هوادار با یک گل شکست خورد. هادی برگی زر، پیشکسوت فوتبال مشهد در گفت و گو با ایسنا در خصوص عملکرد شاگردان سیدعباسی گفت: با این شکست پرونده شهر خودرو تقریباً بسته شد و این تیم را باید نخستین تیم سقوط کننده بدانیم. من گفته بودم که این تیم برای ماندن نیاز به بردن بازی‌های شش امتیازی برابر تیم‌های پایین جدول مثل هوادار، نفت مسجد سلیمان، تراکتور و فجر دارد که از پس نفت بر آمد اما مقابل هوادار ناکام ماند و همین نتیجه می‌تواند پایه گذار سقوط این تیم باشد.

برگی زر در خصوص صحبت‌های تاجدار درباره نتایج سینوسی شهر خودرو توضیح داد: نتایج سینوسی این نیست که شما در ۱۹ هفته فقط یک برد داشته باشید. شهر خودرو با این نتایج مانند یک مرده متحرک است. نتایج سینوسی به این می‌گویند که شما یک هفته بری، یک هفته مساوی کنی و یک هفته هم بازی، نه این که تا اینجای لیگ فقط یک برد داشته باشی، آن هم برابر تیمی که وضعیتش همانند شهر خودرو نامناسب است. من که فکر نمی‌کنم این تیم در لیگ برتر ماندنی باشد و معجزه نیاز است تا سیدعباسی و کادر فنی اش بتوانند برای بقای این تیم کاری کنند.

او در ادامه گفت: مقصر اول و آخر این اتفاق، حمیدای است. یک تیم برای نتیجه گرفتن ابتدا به ثبات احتیاج دارد. شهر خودرو، نیمی از بازیکنان اصلی اش را ابتدای فصل از دست داد، تا هفته دهم سه سرمربی و تعدادی مربی عوض کرد و در نیم فصل هم دوباره بازیکنان این تیم تغییر کردند. معلوم است که با این تغییرات، ثبات نخواهد داشت و نتیجه هم نخواهد گرفت. دومین نکته مشخص بودن بودجه است که ابتدای همین فصل، مشخص نبود منابع مالی باشگاه کجا هستند و حتی بازیکنان به خاطر مشکلات مالی اعتصاب کردند و حاضر به تمرین نشدند. فصلی که تیم به آسیا رفت، همین آقای حمیدای مالک تیم بود اما هم وضعیت کادر فنی مشخص بود و هم وضعیت مالی کارخانه شهر خودرو بد نشده بود.

این پیشکسوت در باره نقل و انتقالات شلوغ شهر خودرو عنوان کرد: یک تیم برای موفقیت نیاز به بازیکن دارد اما بازیکنان با کیفیت، آن‌ها در نیم فصل بازیکن یک تیم دسته یکی را به خدمت گرفتند که از آخر، سوم است. اگر این بازیکن می‌توانست تأثیر بگذارد که وضعیت تیم قبلی اش چنین نبود. کارنامه بازیکنان سودانی هم که مشخص نیست و باید دید عملکرد آن‌ها چگونه خواهد بود. بازیکنان خارجی با کیفیت در فوتبال ایران کم هستند و همین بی کیفیت‌ها هم در حالی با تیم‌های ایرانی قراردادی ۵۰۰ هزار دلاری می‌بندند که در تیم‌های قبلی شان، قراردادشان ۵۰ هزار دلار بوده است.

وی ادامه داد: متأسف هستم که باید این را بگویم که بعضی از مدیران و مدیر برنامه‌های ما پاک نیستند و حجم زیادی از پول را موقع انتقال بازیکن خارجی بی کیفیت دریافت می‌کنند که درست نیست. هنوز زود است که درباره بازیکنان سودانی قضاوت کرد اما چشم من آب نمی‌خورد که آن‌ها بخواهند در شهر خودرو معجزه کنند.

تماس برانکورا نداد. همین موضوع باعث شد سرمربی کروات از دست این مدافع راست عصبانی شود و در بازگشت دوباره رامین خیلی به او میدان ندهد. با این حال درست در روزهایی که رامین داشت جایگاهش را پس می‌گرفت حاشیه دیگری از او سر زد و با علیپور درگیر شد. همین موضوع کافی بود تا برانکو شماره ۲۷ تیمش را برای همیشه اخراج کند.

بدون تردید طلایی‌ترین دوران بازی محسن مسلمان زیر نظر برانکو رقم خورد و او توانست در پرسپولیس برانکو خودش را در حد یک ستاره در خط میانی پرسپولیس مطرح کند. یا این حال اواسط لیگ هفدهم مسلمان را به دلیل مشکلات تاکتیکی و بدنی نیمکت نشین کرد اما قصد داشت قرارداد او را تمدید کند و حتی در بازی پایانی فصل از مهندس تیمش استفاده کرد و مسلمان هم با یک پاس گل پاسخ سرمربی را داد. درست زمانی که به نظر می‌رسید اوضاع بین این دو نفر خوب شده، یک لایو جنجالی از سوی مترجم برانکو در کنار مسلمان و توهینی که برانکو در آن لایو شد، پرونده مسلمان در پرسپولیس را برای همیشه بست. برانکو در آن زمان حتی با وجود پنجره بسته هم کوتاه نیامد و شماره ۷۷ را از تیمش کنار گذاشت.

**کارلوس کی‌روش و کینه تاریخی از رحمتی**  
بدون تردید یکی از خرسازترین اختلاف‌های بین سرمربیان و ستاره‌ها، مربوط به کارلوس کی‌روش و سیدمهدی رحمتی بود که در زمان خود سر و صدای زیادی به راه انداخت و باعث شد رحمتی برای همیشه تیم ملی را از مورد دوم که جنجالی‌ترین اتفاق دوران حضور برانکو در پرسپولیس بود مربوط به رامین رضاییان است. رضاییان ابتدای لیگ شانزدهم با مهدی طارمی به ترکیه رفت و جواب

### بررسی درگیری‌های تاریخی سرمربی‌ها با بازیکنان

## جنگ ستارگان با مربیان!



مقابل پارس جنوبی ناگهان اعلام شد رحمتی و جباری که تازه از قطر به استقلال برگشته بود از استقلال اخراج شده‌اند. لایو جنجالی که برانکورا شاکی کرد یکی از نقدهایی که در زمان حضور برانکو روی نیمکت تیم ملی به او می‌شد این بود که سرمربی کروات به اندازه کافی مقتدر نیست و ستاره‌های تیم ملی از او حساب نمی‌برند. با این حال وقتی سرمربی کروات هدایت پرسپولیس را بر عهده گرفت نشان داد کاملاً با گذشته فرق کرده و به خوبی توانست نظم و انضباط را در پرسپولیس حکم فرما کند.

او در سه مقطع به تصمیم به اخراج بازیکنان خود گرفت و دیگر هم از نظر خود برنگشت. سری اول هفته‌های پایانی لیگ چهاردهم بود که کریم باقری به خاطر تعلل پیام صادقان در گرم کردن از او شاکی شد و برانکو خیلی زود حکم به اخراج شماره ۱۱ تیمش داد و هرگز او را نبخشید. مورد دوم که جنجالی‌ترین اتفاق دوران حضور برانکو در پرسپولیس بود مربوط به رامین رضاییان است. رضاییان ابتدای لیگ شانزدهم با مهدی طارمی به ترکیه رفت و جواب

بازی استقلال - تراکتور بود. در آن مسابقه رحمتی که پس از یک فصل دوری به استقلال برگشته بود بارها با قلعه‌نویی، سرمربی وقت تراکتور درگیر شد. درگیری که البته دودش به چشم استقلال رفت، رحمتی که به وضوح تمرکز نداشت یک اشتباه عجیب مرتکب شد تا آبی‌ها با شکست مقابل تیم تبریزی قهرمانی را از دست بدهند. جالب است این دو نفر اکنون رابطه بسیار صمیمانه و خوبی دارند!

**علی منصور و معامله جباری و رحمتی!**  
وقتی علیرضا منصوریان به عنوان سرمربی استقلال انتخاب شد رابطه فوق العاده خوبی با سیدمهدی رحمتی داشت اما ارتباط این دو نفر به مرور دچار مشکل شد و کار به جایی رسید که منصوریان حتی در مقطعی رحمتی را نیمکت نشین کرد و به سیدحسین حسینی بازی داد. با این حال پس از چند هفته مشکلات سرمربی و کاپیتان آن روزهای استقلال حل شد و رحمتی به دروازه برگشت و تا پایان فصل شماره یک استقلال باقی ماند. با شروع لیگ هفدهم و نتایج ضعیف استقلال ناگهان منصوریان تصمیم گرفت رحمتی را نیمکت نشین کند و پس از شکست

در فوتبال ایران موارد بسیاری زیادی از درگیری سرمربیان با ستارگان وجود دارد. درگیری سرمربی با ستاره تیم در تاریخ فوتبال ایران سابقه زیادی داشته است. روزگاری ۱۴ بازیکن تیم ملی علیه مرحوم دهداری کودتا کردند و از تیم ملی استعفا دادند و در جام جهانی ۲۰۰۶ هم علی کریمی با لگد زدن به ساک پزشک تیم ملی از سوی برانکو تنبیه شد و در بازی با آنگولا نیمکت نشین شد.

**ژنرال، استاد درگیری با ستاره‌ها**  
امیر قلعه‌نویی با سابقه‌ترین و پرافتخارترین سرمربی فعلی لیگ برتر است که اتفاقاً در تقابل با ستاره‌ها بد طولایی دارد. او در زمان مربیگری در استقلال با نفراتی چون مهدی رحمتی، مجتبی جباری، جواد نکونام، آندرانیک تیموریان و فرهاد مجیدی به مشکل خورد و در تراکتور هم با محسن بنگر درگیر شد. نکته مهم در مورد قلعه‌نویی این است که اغلب درگیری‌های او بعداً به آشتی ختم شده است.

ژنرال استقلال‌ها در لیگ هشتم مجتبی جباری را به خاطر اعتراض به تعویض کنار گذاشت و دو طرف بعدها در مصاحبه‌های مختلف حسابی از خجالت هم درآمدند. با این حال وقتی در سال ۱۳۹۱ قلعه‌نویی به استقلال برگشت قرارداد جباری را تمدید کرد و شماره ۸ استقلال نقش مهمی در قهرمانی آن فصل استقلال داشت. مهدی رحمتی هم یکی دیگر از کسانی است که رابطه پر فراز و نشیبی با قلعه‌نویی داشته است. او در استقلال و سپاهان زیر نظر این سرمربی کار کرد و با او به عناوین بسیاری رسید اما پس از شکست ۲-۴ استقلال مقابل ملوان در هفته‌های پایانی لیگ سیزدهم با او درگیر شد و در پایان فصل هم استقلال را ترک کرد و پیراهن پیکان را پوشید. اوج دیگری این دو نفر هفته بیست و نهم لیگ پانزدهم بود و جریان



پزشکی

تلاش ژاپنی ها برای ساخت واکسن کرونا  
با مصونیت دائمی

دکتر فیروز آبادی - دکترای بیوتکنولوژی میکروبی

محققان علوم پزشکی موسسه متروپولیتن توکیو در حال ساخت یک واکسن برای بیماری کرونا هستند که نه تنها با تزریق آن ایمنی دائمی در برابر ویروس سارس-کوو-۲ خواهیم داشت، بلکه می توان آن را در دمای اتاق به هر گوشه از دنیا منتقل کرد.

از آنجایی که عفونت کووید-۱۹ با واریانت امیکرون در سراسر دنیا در حال پخش شدن است، به زودی کشورها باید بین قرنطینه کامل و پخش شدن ویروس بین مردم یکی را انتخاب کنند. واکسیناسیون می تواند شدت بیماری را کاهش دهد، اما در برابر قدرت انتقال بالای واریانت جدید بی اثر است. با وجود اینکه کمپانی هایی که واکسن کرونا را ساختند، تاکنون دوز بوستر برای واریانت های متفاوت تولید کردند که می تواند پاندمی را به حالت عادی خود بازگرداند، شنیدن خبر واکسن تک دوزی که می تواند مصونیت دائمی داشته باشد بسیار دلگرم کننده است.

واکسن کرونا با مصونیت دائمی

این تیم برای ساخت واکسن از شاخه ای از ویروس واکسینیا (Vaccinia) استفاده می کند که بیماری در بدن ایجاد نمی کند، اما برخی از ترکیبات پروتئینی آن با پروتئین اسپایک سارس-کوو-۲ جایگذاری شده است. امروزه ترکیب پروتئین اسپایک با مکانیزم تحویل متفاوت، یک استراتژی معمول در طراحی واکسن ها محسوب می شود و به همین دلیل، این تیم مطمئن است که این واکسن تک دوز می تواند آنتی بادی خنثی کننده قوی به بدن برساند و حتی ایمنی سلولی طولانی مدتی را ایجاد کند.

آزمایش های مشابهی روی میمون های ماکاک انجام شد که این واکسن توانست آن ها را در برابر ابتلا به عفونت ایمن کند. به علاوه، این واکسن عوارض جانبی کمتری در مقایسه با واکسن هایی دارد که مجوز استفاده اضطراری دریافت کردند. شاخه غیر بیماری زای استفاده شده در این واکسن نمی تواند در بدن پستانداران تکثیر شود و به همین دلیل واکسن های جانبی کمتری در بدن ایجاد می کند. محققان این واکسن را روی چهار سوبه نگران کننده (Variant of Concern) قبلی آزمایش کردند و متوجه شدند که روی آن ها هم تاثیرگذار است. این تیم انتظار دارد که واکسن جدیدشان روی واریانت امیکرون اثر بخش باشد و همچنین افزود که این واکسن می تواند در دمای اتاق نگهداری شود و به راحتی به هر جای دنیا منتقل شود.



فیاض بخش مشهد سوم شد

موفقیت تنها تیم بومی لیگ برتر بسکتبال با ویلچر



تیم بسکتبال با ویلچر آسایشگاه شهید فیاض بخش مشهد، تنها تیم بومی لیگ برتر به رتبه سوم رقابت های لیگ برتر کشور دست یافت.

رقابت های لیگ برتر بسکتبال با ویلچر کشور در بخش آقایان به پایان رسید و تیم آسایشگاه شهید فیاض بخش مشهد با حمایت باشگاه آویژه صنعت پارسا موفق شد پس از چندین سال دوری از سکو، مقام سوم کشور را کسب کند.

تیم آویژه صنعت پارسا مشهد (فیاض بخش) امسال پس از صعود از مرحله گروهی در مرحله پلی آف با شکست نماینده فارس به جمع چهار تیم برتر راه یافت و در این مرحله با پیروزی در مقابل نماینده اصفهان و شکست در برابر تیم های شهروند آمل و شمیمیدر قم به مقام سوم دست یافت.

تیم شهروند آمل با حضور هشت ملی پوش و تیم شمیمیدر قم با جذب شش

ملی پوش قهرمان و نایب قهرمان شد و نماینده خراسان رضوی تنها تیمی بود که با ترکیب ۱۰۰ درصد بومی توانست به روی سکو برود. غلامرضا نامی، سرمربی نماینده مشهد، در خصوص عملکرد تیمش در این رقابت ها گفت: این تیم که قدمتی ۲۰ ساله دارد، پنج قهرمانی، دو نایب قهرمانی و سه عنوان سومی را در کارنامه دارد اما آخرین مقام این تیم در سال ۹۶

کسب شده و پس از آن به جوانگرایی روی آوردیم و امسال هم نتیجه لازم را کسب کردیم. سرمربی آویژه صنعت پارسا (فیاض بخش) افزود: امیدوارم مسوولان قدر دان اشخاصی باشند که در ورزش و به ویژه ورزش معلولان هزینه می کنند. گفتنی است که این تیم با حمایت بخش خصوصی در این رقابت ها شرکت کرد و سایر تیم ها از منابع دولتی برخوردار بودند.

حمایت شهر دار مشهد از توجه به ورزش پایه و استعدادیابی

علوی مقدم: با همدلی نهادهای مختلف حمایت از ورزش پایه ادامه دارد همچنین حسین علوی مقدم، در حاشیه برگزاری جشنواره فوتبال ستاره ها در مشهد اظهار کرد: کاری که همکاران ما در تربیت بدنی شهرداری مشهد با همکاری سپاه امام رضا (ع) و آستان قدس شروع کردند، با نگاه ویژه کمیسیون ورزش و شورای شهر مشهد همراه شد و به نتایج خوبی انشا... خواهد رسید. وی افزود: این شور و نشاط در شهر امام رضا (ع) در ورزش پایه واقعا خوشحال کننده است و یاد افتادم که در سال های نونهالی و نوجوانی با چه شوقی به ورزش اهتمام داشتم. ورزش شهر امام رضا (ع) انشا... با استمرار این فعالیت ها در ورزش پایه به روزهای خوبش باز خواهد گشت. در این زمینه پای کار آمدن نهادهای مختلف واقعا خوشحال کننده است و امیدواریم ادامه دار باشد.

ارجائی گفت: نشاط، کاهش آسیب های اجتماعی و کمک به ورزش حرفه ای از جمله فواید گسترده توجه به ورزش پایه و استعدادیابی است و مدیریت شهری وظیفه دارد در این خصوص زمینه سازی کند. سید عبد... ارجائی در حاشیه برگزاری جشنواره فوتبال ستاره ها در مشهد اظهار کرد: اگر بتوانیم ورزش محلات را گسترش بدیم، حداقل سه دستاورد محقق خواهد شد. اول اینکه شور، نشاط و سلامت در اقصی نقاط شهر رقم می خورد. جوانی که دو ساعت در روز ورزش می کند، موجب نشاط خود و خانواده اش هم می شود. دومین دستاورد نیز کاهش آسیب های اجتماعی است. وی افزود: کسی که دنبال ورزش می رود، خود به خود وارد مسیری می شود که او را از آسیب های اجتماعی دور می کند. ورزش بازدارنده بوده و روحیه پهلوانی و قهرمانی هم در این فرایند کمک کننده است. سومین

دیدار دوستانه فوتسال با پاکبان های شهر داری



بیژن قنبری



به مناسبت تقدیر از تعدادی پاکبان شاغل در منطقه ۱۲ شهرداری مشهد همزمان با عید مبعث دیدار دوستانه بین تیمی شامل بازیکنانی چون سید حسین علوی مقدم رییس کمیسیون ورزش شورای شهر، سید حسین غیاثی معاون سلامت و تربیت بدنی همگانی شهرداری، بیژن قنبری، جمید طیبی مسئول کمیته فوتسال استان و محمدرضا چینی سری مسئول کمیته ورزش ادارات هیات ورزش های همگانی

استان به همراه تعدادی از پاکبانان شهرداری منطقه ۱۲ با مربیگری محسن عامری در مقابل تیم برنامه تلویزیونی ورزش خراسان شامل بازیکنان چون خداداد عزیز، علی حقدوست، مهدی داوری، هادی دین پناه و تعدادی از پرسنل این برنامه تلویزیونی با مربیگری احسان عسکری قرار گرفتند که در نهایت تیم برنامه ورزش خراسان ۷ بر ۴ به پیروزی رسید. خداداد عزیز غزال تیز پای فوتبال ایران در این بازی ۴ گل از ۷ گل تیمش را به ثمر رساند.

تغذیه



شهرزاد طاهری

کمبود آب در بدن

کمبود آب در بدن باعث کم آبی (دهیدراتاسیون) می شود. در حالت کم آبی بدن، مقدار آب موجود در بدن کافی نیست تا بدن بتواند کارهای طبیعی را به درستی انجام دهد. حتی کم آبی خفیف بدن می تواند با احساس خستگی و کمبود انرژی همراه باشد. نیاز ما به مصرف مایعات به عوامل متعددی بستگی دارد.

۱- ورزش

با هر تحرکی عرق می کنیم و برای جبران آب از دست رفته از طریق عرق، بیشتر به نوشیدن مایعات احتیاج پیدا می کنیم. بهتر است پیش، در حین و پس از ورزش مایعات بنوشیم. اگر ورزش شدید و برای مدت بیش از یک ساعت انجام می دهیم، می توانیم از نوشیدنی مخصوص ورزشکاران استفاده کنیم تا علاوه بر آب، املاح معدنی از دست رفته هم جبران شوند.

۲- محیط

هوای بسیار گرم یا مرطوب تعریق را زیاد می نماید و برای جبران آن، به نوشیدن بیشتر نیاز داریم. در ارتفاعات بالا هم امکان بروز کم آبی بدن بیشتر است.

۳- وضعیت کلی تندرستی

اگر تب، اسهال یا استفراغ داشته باشیم، بدن آب بیشتری از دست می دهد.

۴- بارداری یا شیردهی

بانوانی که باردار هستند یا به نوزاد شیر می دهند لازم است آب و مایعات بیشتری بنوشند.

۵- جایگزینی برای نوشیدن آب

بخش بزرگی از آب بدن را به غیر از نوشیدن، می توان با خوردن مواد غذایی مناسب هم تامین کرد. بسیاری از میوه ها و سبزی ها مانند هندوانه و اسفناج دارای آب فراوان (بیش از ۹۸ درصد وزنشان) هستند.

بسیاری از نوشیدنی های غیر از آب هم مناسب هستند. شیر، آمیوه و دمنوش ها هم عمدتاً از آب تشکیل شده اند. قهوه و چای هم می توانند مفید باشند.

یادمان باشد بهترین گزینه که باعث اضافه وزن نمی شود و به سادگی و ارزان در دسترس قرار دارد، همان آب است. نوشابه های انرژی زا به جز آب، حاوی کافئین و مواد محرک دیگر هستند و برای جایگزینی آب توصیه نمی شوند.

از کجا بدانیم آب کافی نوشیده ایم؟ زیاد احساس تشنگی نمی کنیم

ادرار بی رنگ یا زرد روشن است افراد مبتلا به اختلال کارکرد کلیه نباید در نوشیدن مایعات زیاده روی کنند و حتما مطابق توصیه پزشک معالج اقدام نمایند. کسانی که برای مدت طولانی ورزش می کنند یا ورزش سنگین یا قدرتی انجام می دهند اگر فقط آب بنوشند (بدون نمک و املاح معدنی) ممکن است دچار کمبود سدیم خون شوند و بهتر است از نوشیدنی ویژه ورزشکاران استفاده کنند.

نوشیدنی ویژه ورزشکاران با نوشابه های انرژی زا تفاوت دارد و فقط حاوی املاح و گاهی ویتامین است.

# برای نسل بعدی خاطره ساز می‌شوم



بازیگر مجموعه تلویزیونی «آنام» گفت: بخشی از تعهد و وظیفه‌ام در قبال جامعه این است که با حضور در فیلم و سریال‌های ژانر کودک و نوجوان برای نسل بعدی خاطرات خوب بسازم.

شب‌نم‌قلی‌خانی که هم‌اکنون در حال بازی در سریال قصه هزار افسون است، به انگیزه‌اش از پیوستن به این سریال اشاره و اظهار داشت: همیشه خاطرات کودکی خودم را مرور می‌کنم و به یاد می‌آورم سریال‌هایی که زمان کودکی‌ام از تلویزیون پخش می‌شد، چقدر برایم جذاب بود. مثلاً می‌توانم از محله برویبا نام بیاورم و بازیگران آن روزها مثل اکبر عبدی، مهین شهبابی، آتیلا پسیانی، حمید جبلی، رضا ژبان، فاطمه معتمدآریا، ایرج طهماسب و دیگر عزیزانی که در کارنامه‌ی کاری خودشان در سال‌های پس از آن هم خیلی خوب درخشیدند. این‌ها خاطرات بچگی ما را ساختند.

وی افزود: من به عنوان یک بازیگر فکر می‌کنم، بخشی از تعهد و وظیفه‌ام در قبال جامعه‌ام همین است که برای نسل بعدی خاطرات خوب بسازم. چه بهتر که آدم به عنوان یک بازیگر، موقعیتی برایش پیش بیاید که بتواند در کار کودک، بازی کند و این کار کودک بتواند خاطره‌ی خوبی برای نسل بعدی‌مان بسازد.

قلی‌خانی با بیان این که در سریال قصه هزار افسون نقش افسون‌را بازی می‌کند توضیح داد: در این سریال یک کتاب خیلی باارزش گم می‌شود. افسون و بچه‌ها و یک نفر دیگر به اسم عمه میتی با بچه‌ها همراه و در نهایت هم موفق می‌شوند. در این میان بچه‌ها خیلی چیزها مثل همکاری با یکدیگر، مسوولیت‌پذیری، گذشت، پی‌گیری و پای‌مردی و تلاش و... را یاد می‌گیرند. بچه‌ها می‌آموزند از چیزهایی که خیلی برایشان باارزش است، محافظت کنند، ریشه‌های‌شان را بشناسند و به آیین‌ها و سنت‌های‌شان پایبند باشند.

این بازیگر درباره مخاطبان سریال قصه هزار افسون اظهار داشت: در کنار این که قصه کودکانه است، برای بزرگسالان هم جذابیت‌های خودش را دارد. دیگر این که در فیلم‌ها و سریال‌های ایرانی، خیلی کم نگاه و پرداخت فانتزی وجود دارد. به نظرم در این مجموعه، این نگاه و پرداخت به شکل جذابی وجود دارد. در این کار فانتزی بودن فیلم‌نامه ناخودآگاه در بازی من هم اثر گذاشت. یعنی شما می‌توانید بازی‌تان را کمی از حالت رئال خارج کنید و کمی فانتزی‌تر بازی کنید.

شب‌نم‌قلی‌خانی: خودم را متعهد می‌دانم در سریال‌های کودکانه بازی کنم قلی‌خانی درباره استقبال مردم از شبکه نمایش خانگی بیان کرد: من سریال نارگیل را پیش از این در وی.اود.ی.ها در حال پخش داشتم و دیدم که چقدر مخاطبان زیادی داشته و حتماً قرار است فصل دومش هم ساخته شود. در همه جای دنیا جدای از تلویزیون شبکه‌های خانگی، وی.اود.ی.ها و پلتفرم‌های زیادی در حال برنامه‌سازی و پخش آن هستند و مردم هم از آن‌ها استقبال می‌کنند.

وی خطاب به بازیگران و کارگردان‌ها گفت: کار بزرگسال مهم است اما کار کودک مهم‌تر است. کارهای کودک هستند که بچه‌ها را برای یک زندگی آماده می‌کنند. این آثار تلویزیونی و سینمایی آینده بچه‌ها را می‌سازند. آن‌ها با این کارها یاد می‌گیرند که چگونه زندگی و تلاش کنند؛ تصمیم بگیرند و خطر نکن. آن قدر که کار بزرگسال زحمت و هزینه دارد همان مقدار هم باید برای کار کودکان وقت و انرژی گذاشته شود تا نسل آینده برای یک زندگی بسیار خوب و جهانی روشن مهیا شود.

به گزارش ایرنا، شب‌نم‌قلی‌خانی مدرک کارشناسی ارشد خود را در رشته‌ی کارگردانی تئاتر از دانشکده هنر و معماری دانشگاه آزاد واحد مرکز تهران دریافت کرد و از سال ۱۳۷۶ با بازی در تئاتر آنتی‌گونه فعالیت حرفه‌ای خود را آغاز کرد. نخستین تجربه بازی سینمایی او بازی در فیلم مریم مقدس به کارگردانی شهریار بحرانی بود و با بازی در سریال اولین شب آرامش به کارگردانی احمد امینی مورد توجه بسیاری از مخاطبان قرار گرفت. نردبام آسمان به کارگردانی محمد حسین لطیفی، سال‌های برف و بنفشه به کارگردانی سعید سلطانی، پنجمین خورشید و پنج کیلومتر تا بهشت به کارگردانی علیرضا افخمی، سرزمین کهن به کارگردانی کمال تبریزی، شیشه‌ای به کارگردانی راما قوبدل، آنام به کارگردانی جواد افشار، بیگانه‌ای با من است به کارگردانی احمد امینی و جواد افشار و... از جمله سریال‌هایی است که او در آن‌ها به ایفای نقش پرداخته است. مانکن به کارگردانی سعید سهیلی زاده، نارگیل به کارگردانی حمزه صالحی و ریکواری به کارگردانی بهادر اسدی سریال‌هایی بودند که وی برای پخش از شبکه نمایش خانگی بازی کرده است.



نیم نگاه

## محرک‌های بیرونی و تداعی احساسات درونی

جواد خورشیدی

آیا تا به حال به مکانی رفته اید و به یاد خاطره‌ای که آن جا برایتان روی داده است، افتاده اید؟ آیا بویی را استشمام کرده اید و به محض استشمام آن بو یاد خاطره‌ای افتاده اید؟ آیا با شنیدن صدایی به یاد خاطره‌ای افتاده اید؟ آیا با خوردن غذا یا میوه و چشیدن مزه آن به یاد خاطره‌ای افتاده اید؟

به احتمال زیاد شما هم یک یا چند مورد از این تجربیات را داشته اید. به این تجربیات تداعی‌های ذهنی گفته می‌شود، با چشیدن مزه‌ای، یا دیدن تصویری، شنیدن صدایی، استشمام بویی، یا لمس کردن چیزی، خاطره‌ای خاص در ذهن شما تداعی می‌شود.

### تداعی‌های ذهنی

شما می‌توانید برای شرطی‌سازی از پنج حس خود بهره بگیرید؛ به این صورت که خاطره یا تجربه خاصی را به صورت ذهنی یادآوری کنید و آن خاطره یا تجربه را به یک یا چند حس خود متصل کنید. در آن ال.پی. به این کار لنگر انداختن یا آنکورینگ می‌گوییم؛ وقتی که به یک خاطره زیبایی که داشتید فکر می‌کنید و این خاطره را به صورت خود احساس، می‌بینید، شما آن خاطره را دوباره در ذهن خود تجربه می‌کنید.

### انواع آنکورها

آنکورها دو نوع هستند؛ نوع اول آنکورهایی هستند که به صورت ناخواسته در ذهن ما ایجاد می‌شوند و ما از ساخته شدن این نوع آنکورها آگاهی نداریم. بنابراین احتمال دارد که آنکور منفی هم در ذهن ما ایجاد شود.

مثال: شما در شرایط خاصی قرار دارید و در این شرایط احساس شادی عمیقی را تجربه می‌کنید و در این شرایط ناگهان به صورت همسران نگاه می‌کنید؛ شرایط احساسی عمیقی که دارید با دیدن صورت همسران پیوند می‌خورد و از این به بعد هرگاه به صورت همسران نگاه می‌کنید آن احساس عمیق شادی به سراغتان می‌آید.

به همین دلیل است که می‌گوییم در زمان عصبانیت یا غم مراقب باشید که دیدن تصویر یا شنیدن صدای عزیزانتان با آن احساس پیوند نخورد و تداعی‌گری ایجاد نشود. نگران نباشید، اگر این نوع آنکور را دارید و به صورت ناخودآگاه با دیدن منظره‌ای یا شنیدن صدایی یا لمس کردن چیزی احساس ناخواسته در شما ایجاد می‌شود، شما می‌توانید این آنکورها را از بین ببرید. نوع دوم آنکورها به صورت طراحی شده و عمدی توسط خود شخص یا کارشناسان ال.پی. ساخته می‌شوند؛ منظور ما از انجام تکنیک آنکور، ساختن این نوع از آنکورهاست.

### کاربرد تکنیک آنکور

تکنیک لنگر یا آنکور به شما کمک می‌کند که یک احساس را در ذهن خود تثبیت کنید و با لمس قسمتی از بدن خود یا با دیدن تصویری یا شنیدن کلمه یا جمله‌ای دوباره آن احساس را تجربه کنید. به طور مثال، شما در شرایطی قرار دارید که یک احساس بد را تجربه می‌کنید و دوست دارید آن احساس را تغییر دهید؛ یکی از راه‌های تغییر احساس استفاده از تکنیک آنکور می‌باشد؛ به این صورت که شما احساسی را در خود می‌سازید و آن احساس را با لمس قسمتی از بدن خود یا دیدن تصویری خاص یا گفتن و شنیدن کلمه‌ای خاص در ذهن خود شرطی می‌کنید.

تکنیک آنکور برای تغییر آتی یک احساس، بسیار کاربرد دارد و می‌تواند هنگامی که احساس خوبی ندارید آن احساس بد را تغییر دهید، به شما کمک کند. تکنیک آنکور یکی از ساده‌ترین و در عین حال پرکاربردترین تکنیک‌های ال.پی. است. ادامه دارد.....

## امیر کربلای زاده:

# می‌خواهم فضول متفاوتی باشم



بیشتری در محصولات نمایشی ایجاد کند و ذائقه هنری مردم را تغییر بدهد و حتی مخاطبان را سخت‌پسندتر کند. مردم ارتباط خوبی با نمایش خانگی برقرار کرده‌اند. بخصوص در زمان کرونا که پلتفرم‌ها نقش بسیار مهمی در سرگرم کردن مردم داشتند. همه این‌ها تأثیر مستقیمی بر کار بازیگران هم دارد. این فضا، بازار کار بیشتری را برای بازیگران ایجاد کرده است. تعداد محصولات بیشتر شده و تولیدات اختصاصی پلتفرم‌ها این اجازه را به مخاطب می‌دهد که انتخاب کند که چه چیزی را ببیند و به بازیگر فرصت می‌دهد که تصمیم بگیرد که در چه کارهایی به ایفای نقش بپردازد. این بازیگر درباره‌ی پروسه انتخابش در سریال «جبران» که به اجرائیش در نمایش «گرگاس‌ها» برمی‌گردد، درباره اینکه آیا پروسه انتخاب دیگر بازیگران این سریال نیز مثل او بوده؟ اظهار کرد: به نظر من بهترین بازیگران ما از صحنه‌های تئاتر به سینما و تلویزیون معرفی شدند و اینکه کارگردانان سینما و تلویزیون به تماشای تئاتر بروند و از بین بازیگران خوب تئاتر بازیگر فیلم‌هایشان را انتخاب کنند، اتفاق خیلی خوبی است. سال گذشته من در نمایش «گرگاس‌ها» به کارگردانی حمیدرضا نعیمی بازی می‌کردم که یک شب آقای حسن فتحی به تماشای این نمایش آمدند و ایفای نقش من را دوست داشتند و بعداً پیشنهاد بازی در نقش «فرضی فضول» را به من دادند. آقای فتحی با بازیگران کار

ارتباط خوبی برقرار کردند و تا جایی که می‌دانم کارهای قبلی حمیدرضا نعیمی را هم دیده بودند. به نوعی می‌شود گفت که همکاران من با بازی در این نمایش‌ها بیشتر به آقای فتحی معرفی شده بودند.

### اوج کرونا و سختی کار

کربلای زاده درباره‌ی تجربه کار با حسن فتحی نیز اظهار کرد: «جبران» یک سریال بزرگ و اصطلاحاً «بیگ پروداکشن» است که بازیگران زیادی هم دارد. از نظر من، بازیگران مسوول کار خودشان هستند، اما کارگردان مسوول کار همه عوامل و محصول نهایی است. کارگردان چنین پروژه‌های بزرگی، باید بسیار کارگرفته و کار بلد باشد تا بتواند تیم بزرگ را مدیریت کند و به هدف مد نظرش برساند. این سریال، پر بازیگر و پر لوکیشن بود و فیلمبرداری آن در دوران اوج کرونا سختی کار زیادی برای گروه و خصوصاً آقای فتحی داشت اما ایشان با درایت

کامل، کار را مدیریت کردند و به نظرم هیچ کس جز ایشان از پس این کار برنمی‌آمد. کار با آقای فتحی بسیار جذاب است و ایشان به بازیگری که خلاقیت دارد، بسیار بها می‌دهد. به طور کلی کار با حسن فتحی به بازیگر یک استرس شیرین می‌دهد که دوست دارد کارش را به بهترین شکل انجام بدهد. برای من هم جذاب بود که با کارگردان خوبی مثل حسن فتحی کار کنم و ایشان را راضی نگه دارم. وی درباره‌ی کاراکتر خود در سریال «جبران» نیز این چنین گفت: نقش «فرضی فضول» در فیلمنامه اولیه، نقشی کوتاه بود، اما بعد از اینکه من کاراکتر را خلق کردم و طراحی‌ها و پیشنهادات مختلفی را درباره نحوه ساختن شخصیت او با آقای فتحی مطرح کردم، مورد تأیید کارگردان قرار گرفت و حضور فرضی در داستان اضافه شد و رفته رفته به یک کاراکتر تأثیرگذار در قصه، تبدیل شد.

## وقتی هنرمندان به مسافر کشی روی می‌آورند

# روایت یک زورگیری!

او توضیح می‌دهد: روز یکشنبه یکم اسفند ماه حدود ساعت ۲۳:۲۰ مسافری از حوالی نظام آباد را سوار کردم که اتفاقاً جلو هم نشست. زمانی که به مقصد رسیدیم، با اشاره سر به من گفت که به داخل کوچه بروم. من گمان کردم که قصد دارد در کوچه پیاده شود ولی به محض اینکه اقدام کردم دنده عقب بروم، متوجه شدم چاقویی را روی پهلویم نگه داشته و با پرخاشگری تهدید می‌کند: «تکون بخوری با چاقو می‌زمت.» به همین جهت من هم از ترس جانم سکوت کردم و او هم هر دو گوشی که همراهم بود، ساعت و مبلغی پول نقد را گرفت و بعد هم به سرعت فرار کرد. از ترس دست و پاهم می‌لرزید و چون تلفن همراه نداشتم، نمی‌توانستم با پلیس تماس بگیرم. این هنرمند ادامه داد: زمانی که به اسفند اطلاع دادم، تنها ابراز تأسف کردند و پاسخ دادند که تنها از نظر تیم حقوقی در کنار

ماشیوع کرونا در جهان دیدیم که چگونه روند همه چیز به هم خورد و زندگی از آن مدار همیشگی خود خارج شد و لازم بود تا زندگی جدیدی را برای بقا در پیش بگیریم. در این میان هنرمندان موسیقی نیز چون دیگر اقشار جامعه دچار آسیب‌هایی چون تعطیلی کلاس‌های تدریس و اجراهای زنده شدند که در واقع اصلی‌ترین راه معیشت این افراد به حساب می‌آید. با این حساب عده‌ای از هنرمندان موسیقی به راه چاره‌ای برای کسب درآمد اندیشیدند؛ راه‌هایی که راننده بودن نیز جزو آنها محسوب می‌شد. بر همین اساس، چندی پیش یکی از هنرمندان موسیقی که نوازنده تنبک است، به علت مشکلاتی که به علت کرونا در تامین مخارج زندگی او به تحصیل شد، وارد اسنپ شده و به مدت یک سال کار کرده بود اما اکنون از دستبندی که توسط یکی از مسافرها به او زده شده می‌گوید و این ماجرا را شرح می‌دهد.

در ادامه آنچه می‌خوانید توضیحات محسن علیزادگان - نوازنده دف و تنبک - درباره اتفاقی است که اخیراً برای او رخ داده و در گفت‌وگویی با ایسنا شرح داده است.

مالی داریم تا حدی که اگر ماشینمان را هم به سرقت ببرند کسی باسخرگونی نیست. از او سوال می‌کنیم که کرونا تا چه حد در حضور او در اسنپ به عنوان راننده اثر داشته است؟ می‌گوید: با شیوع کرونا تعداد هنرجویان کاهش پیدا کرد و از طرفی در این دو سال هیچ کنسرتی نداشتم که به نحوی کمک هزینه باشد. کرونا ما را خانه نشین کرد و تا شش ماه اول شیوع کرونا تنها یک سوم هنرجویان در کلاس‌ها شرکت می‌کردند و روز به روز هم تورم افزایش پیدا می‌کرد. این هنرمند در پاسخ به اینکه آیا درخواستی از مسوولان هنری برای حمایت از هنرمندان موسیقی دارد؟ می‌گوید: اگر درخواستی هم داشته باشیم آنها با بضاعت خودشان و در مورد مواردی که خودشان تعریف می‌کنند، حمایت خواهند کرد. قطعاً نیازهای من و همکارانم آنقدر کوچک نیست که دولت بتواند همه را پوشش دهد. من هم به عنوان یک هنرمند توقعی از کسی ندارم ولی معتقدم باید بستری فراهم شود که جلوی پای هنرمندان سنگ انداخته نشود و بتوانند کارشان را در هنر انجام دهند.

گزارش

بزرگترین مجموعه فرهنگی-سینمایی شرق کشور در مشهد افتتاح شد



**مجید خروشی** | هم زمان با ولادت با سعادت مولی الموحیدین علی بن ابیطالب و گرامی داشت روز پدر بزرگترین مجموعه فرهنگی-سینمایی شرق کشور در مشهد به بهره برداری رسید.

به گزارش روابط عمومی این مرکز مجموعه فرهنگی سینمایی تصاویر ماندگار به عنوان بزرگترین مجموعه خصوصی شرق کشور در راستای نخبه پروری و استعداد یابی و آموزش نیروهای جوان در بخش های گرم، تیتراژ و موسیقی متن، داستان نویسی و فیلم نامه نویسی، عکاسی، فیلمبرداری، هنرپیشه، تصویر برداری و... با استفاده از اساتید دانشگاهی و با ثبت نام متقاضیان در بخش خواهران و برادران فعالیت خود را آغاز کرد. در مراسم افتتاحیه این مرکز که با حضور هنرمندان تراز اول کشور از جمله علیرضا سوزنچی، محسن افکاری، رضا یوسفی، حاج مهدی اکبری مداح، گلچین پورتیمور و جمع کثیری از بازیگران و هنرمندان خراسان رضوی برگزار شد اساتید مهاجر ضمن رونمایی از مجموعه گفت: امید است که مدیران و انسان های برجسته این پروژه بتوانند با نوآوری ها و خلاقیت ها در راستای دانش افزایی و به روز رسانی هنر خراسان رضوی قدم های مثبتی بردارند.

**پیک موتوری احمد آباد**

اولین در منطقه  
بزرگ ترین در مشهد با ۲۰ سال سابقه

کد اشتراک: **۳۸۴۱۸۵۵۵**

عضو رسمی اتحادیه: ۱۱۰

مدیریت: حمید راد  
۰۹۱۵۵۵۹۰۶۳۳

۸۴۴۴۷۴۱-۸۴۴۱۶۴۱-۸۴۴۱۵۴۱

برنده جایزه ادبی جلال آل احمد:

ابزارهای فناورانه در خدمت ذخایر ادب پارسی



برنده جایزه جلال آل احمد، بهره گیری از ابزارهای فناورانه برای فرآوری درون مایه های ادبی را راهکاری موثر در جهت توسعه آموزه های اصیل فرهنگی دانست. دکتر اندیشه قدیر یان، نخبه فرهنگی کشور، در گفت و گو با خبرنگار استارتاپ خبری عصر هشتم، با تأکید بر ایجاد ساز و کارهای مناسب برای ارتباط فعالان فرهنگی و فناوری ها، تصریح کرد: با فاصله گرفتن از اشکال سنتی تدریس ادبیات و سود جستن از ابزارهای دیجیتال، می توان مخاطبان فراوانی را با میراث فکری شاعران و نویسندگان باریک بین و نازک خیال ایرانی آشنا ساخت.

اعتبار نبوده اند به طور علمی مورد نقد و ارزیابی قرار داده است. دکتر قدیر یان با اعلام اینکه کتاب "آلبر کامو در ایران" پس از نگارش توسط دکتر محمدرضا فارسیان، مدیر گروه زبان و ادبیات فرانسه دانشگاه فردوسی مشهد و فاطمه قادری دانشجوی دکتری مطالعات ترجمه، برای ویراستاری در این کتاب از سوی انتشارات دانشگاه فردوسی مشهد، چاپ و منتشر شده و توانسته جایزه جلال را از آن خود کند. عضو هیأت علمی دانشگاه فردوسی مشهد در مورد نقاط برجسته این کتاب برای انتخاب در این رویداد ادبی ملی گفت: ویژگی های زبانی این اثر، نوع و شیوه نگارش و همچنین ویرایش آن، باعث شده در مقایسه با سایر آثار رسیده به دبیرخانه این جشنواره ادبی، از نگاه داوران، واجد قوت و برجستگی بیشتری دانسته شود.

میان حوزه های سنتی تولید محتوا و فناوری های جدید، می توان به فعالیت های میان رشته ای بدیعی پرداخت. **"آلبر کامو در ایران" منتخب داوران جایزه ادبی جلال آل احمد** برنده جایزه ویراستاری جشنواره جلال آل احمد با بیان اینکه آلبر کامو در کشور ما طرفداران زیادی دارد و جاذبه های فکری، زبان ادبی و روایتگری داستانی نوآورانه وی موجب شده مورد توجه و اقبال پژوهشگران ایرانی قرار گیرد، گفت: استقبال منتقدان ایرانی از آثار این برنده جایزه نوبل، سبب گردیده آثار متعددی درباره او به زبان فارسی نگاشته و چاپ شود و دکتر فارسیان کتاب "آلبر کامو در ایران" را به توصیف و تحلیل این پژوهش های انجام شده، اختصاص داده است. وی افزود: این کتاب، آثار فاخر و یا آثاری را که از لحاظ علمی دارای

این فعال حوزه ادبیات که از دانش آموختگان ممتاز دانشگاه فردوسی مشهد و معاون فرهنگی آکادمی بین المللی دوبلاژ است، به روز نبودن برخی از اهالی فرهنگ در حوزه های فناورانه را از مهم ترین معضلات رشد و توسعه ادبیات دانست و گفت: برخی از اباب فضل و اصحاب فرهنگ تصور می کنند با گرویدن به عرصه فناوری از رسالت خود فاصله می گیرند. دکتر قدیر یان که به تازگی، جایزه ادبی جلال آل احمد را در بخش ویراستاری ادبی، از آن خود کرده است با اشاره به ظرفیت موجود در فناوری های نوین برای ترویج محتوای گران آثار ادبی، اظهار داشت: با برقراری ارتباط ثمربخش

آموزش آیینی

تعمیر و نگهداری

تعمیر و نگهداری

تعمیر و نگهداری

آیا می دانید با اهدای هزینه تاج گل به آسایشگاه معلولین شهید فیاض بخش سهم بزرگی در درمان، توانبخشی و تامین مخارج زندگی ۵۵۰ مددجوی عزیز خواهید داشت؟! (عبدالله هنری) منهد

این روزها که گرفتار فرصت همراهی و ابزار همسرداری در مجالس ترحیم را نیز از ما گرفته است، آسایشگاه بیشتر از همیشه برای همدلی، آمدادی رساندن پیام های تسلیت شما نیکو کاران به صاحبان عزاء به روش های مختلف می باشد:

۱- ارسال اسنند تسلیت (برای مشهد و حومه)  
۲- ارسال پیامک تسلیت (برای همه ی هم میستان عزیز)  
۳- ارسال لوح تسلیت به منزل و یا محل کار صاحبان عزاء

چاپ و استقرار اسنند تسلیت یک ساعت قبل از مراسم به عهده ی مؤسسه می باشد  
خواهشمند است جهت سفارش برای حومه ی شهر بک روز قبل از مراسم جهت سفارش اقدام نمایید

نام صاحب مصیبت  
پارل در خودم پرتیج  
تسلیت گوینده  
هزینه تاج گل به یادبود آن زنده یاد به آسایشگاه شهید فیاض بخش اهدا گردیده است

پیامبر اکرم (ص)  
خیری در اسراف نیست  
سفینه ی خیر، چرخ ایستادگی

روابط عمومی ۰۵۱-۳۶۶۶۰۰۰ مشارکت ها ۰۵۱-۳۶۶۶۳۳۶  
۰۹۰۱۸۰۴۵۸۴۸ واتساپ