



## در لیگ نخبگان آسیا! نخبگان سر خابی

۳



برنامه های شهر داری مشهد در دهه کرامت

۷



هر چه دارم از دو میدانی است

۳



مسوول پروژه بازی های پارا آسیایی جوانان

۲



دل کندن از سینما غیر ممکن برای کیانوش عیاری

۵



## استقبال از کاروان پیاده جاده ولایت در مشهد

را اجرا کنیم. برای بحث تغذیه و اسکان تدارک ویژه‌ای دیده شده است. رییس هیات ورزش‌های همگانی خراسان رضوی تصریح کرد: طبق هماهنگی که با ادارات کل ورزش و جوانان استان‌های در مسیر داشتیم، قرار شد دوندگان استقامت هر استان، ورزشکاران ما را در طول مسیر استان خودشان همراهی کنند. وی با اشاره به ضرورت تبیین جایگاه فرهنگ و پیوند مقوله‌های فرهنگی و ورزش گفت: سیزدهمین جشنواره فرهنگی ورزشی جاده ولایت باهدف گرامیداشت دهه کرامت و انتخاب شعار «امام هشتم، فرهنگ، ورزش، معنویت» می‌تواند فرهنگ و منش پهلوانی و ارزش‌های اعتقادی را در ورزش به جلوه‌های پررنگی نمایان کند. آذریان با اشاره به جلسات متعدد صورت گرفته برای هماهنگی و اقدامات لازم در این زمینه، عنوان کرد: از مجموعه وزارت ورزش و جوانان، مدیرکل ورزش و جوانان استان خراسان رضوی و همکارانم در ادارات کل سایر استان‌ها بابت اهتمام ویژه به این امر قدردانی می‌کنم.



مسیر حرکت امام رضا (ع) در ایران را تا مشهد مقدس به مسافت ۲ هزار و ۳۰۰ کیلومتر طی خواهد کرد و با عبور از شهرهای خرمشهر، آبادان، کارون، اهواز، رامهرمز و بهبهان وارد استان کهگیلویه و بویراحمد و استان فارس خواهد شد. وی اظهار داشت: امسال با ۱۵ ورزشکار وارد این جشنواره شدیم و با توجه به تدارکاتی که برنامه‌ریزی شده امیدواریم امسال برنامه‌ی نظیری

### مجید خروشی



هم‌زمان با ولادت امام رضا (ع) کاروان ۱۵ نفره جاده ولایت خراسان رضوی مورد استقبال مسوولان و شهروندان قرار می‌گیرد.

سیزدهمین کاروان فرهنگی ورزشی جاده ولایت از ۱۶ اردیبهشت ماه طی آیینی مسیر حرکت خود را از شلمچه به سمت مشهد مقدس آغاز و شامگاه ولادت امام رضا (ع) وارد مشهد می‌شود. رییس هیات ورزش‌های همگانی خراسان رضوی با اعلام این خبر گفت: کاروان جاده ولایت مزین به پرچم استان قدس رضوی پس از ورود به استان خوزستان از ۱۷ اردیبهشت ماه مسیر خود را به سمت مشهد الرضا آغاز کرد.

رضا آذریان ادامه داد: در اولین حرکت کاروان دو امدادی جاده ولایت در استان خوزستان حرکت خود را از محل ورود امام رضا (ع) در شلمچه آغاز و سپس



### توپ و تور

## مشجری تنها نماینده والیبال خراسان در تیم ملی

محمد مهدی زاده



اردوهای آمادگی تیم ملی بزرگسالان والیبال کشورمان درحالی زیر نظر مربی خارجی و با کمک مربیان وطنی درحالی در تهران دنبال می‌شود که با جدایی شهروز همایون فرمنش از بدنه تیم ملی فقط از خراسان رضوی یک نماینده آنهم در جمع کادرفنی باقی مانده است تا ریشه والیبال خراسان از تیم ملی کنده نشود

نوید مشجری مربی بین المللی و مشهدی تیم ملی والیبال ایران درحالی در جمع ملی پوشان و کادرفنی حضور دارد که در کارنامه خود سابقه حضور در مسابقات جهانی و آسیایی و بین المللی و قهرمانی را به عنوان آنالیزور و مربی در کلکسیون افتخارات خود دارا می‌باشد وی این بار هم در کسوت مربی تیم ملی را برای رسیدن به المپیک پاریس یاری خواهد کرد

اود فصل گذشته لیگ برتر باشگاه‌های کشور هم به عنوان مربی تیم نیان الکترونیک مشهد را به خوبی همراهی کرده بود

## استعدادیابی فدراسیون بسکتبال در خراسان رضوی

همچنین مهدی شفیعی افزود، هر هیات شهرستان و باشگاه می‌تواند ۴ بازیکن در بخش دختران و ۴ بازیکن در بخش پسران به هیات استان معرفی نمایند. نفقات معرفی شده به هیات در جلسات تمرینی زیر نظر کار گروه تعیین شده شامل آقایان سیامک محمدزاده، فرشاد فراهی و امیر کریمی و نیز خانم دکتر ربابه محمودی و دکتر بهاره کتابدار ارزیابی اولیه شوند و در نهایت ۲۰ نفر در بخش خانم‌ها و ۲۰ نفر در بخش آقایان به برنامه تست ارزیابی فدراسیون در خانه بسکتبال مشهد معرفی می‌شوند. تمرین انتخابی دختران پنجشنبه (۱۴۰۳/۲/۲۷) از ساعت ۹ صبح الی ۱۵/۳۰ در خانه بسکتبال مشهد انجام می‌شود.



(جمعه ۱۴۰۳/۲/۲۸) برگزار می‌شود مشخص و به مرحله تست ارزیابی فدراسیون در خانه بسکتبال مشهد معرفی شوند.

دبیر هیات استان ادامه داد، ۴ نفر ارزیابی اعزامی از فدراسیون خانم‌ها و آقایان حسن پور، حامد سهراب نژاد و نور افرا هستند.



می‌شود معرفی نماید.

مهدی میرشفیعی دبیر هیات استان نیز گفت: لازم است مربیان و مسوولان هیات‌های بسکتبال شهرستان‌ها و باشگاه‌ها بازیکنان مستعد در این رده را بر اساس ضوابط اعلام شده به هیات استان معرفی تادر مرحله درون استانی که



سرپرست جدید هیات بسکتبال خراسان رضوی از برنامه استعدادیابی فدراسیون بسکتبال ویژه پسران و دختران برای تیم ملی ۲۰۲۵ خبر داد. حکیم پور اعلام کرد بر این اساس هیات بسکتبال استان در نظر دارد با برگزاری تمرین انتخابی ویژه بازیکنان رده سنی زیر ۱۶ سال (۱۳۸۷/۱۰/۱۲ تا ۲۰۰۹/۱/۱) تعداد مورد نظر فدراسیون ۱۳۸۹/۱۰/۱۰ که در رده سنی (۲۰ بازیکن) می‌باشد را انتخاب و به برنامه تست ارزیابی فدراسیون که طی روزهای یکشنبه و دوشنبه (۳۰ و ۳۱ اردیبهشت) در خانه بسکتبال مشهد برگزار

## تاج فیروز: خراسان رضوی، میزبان همایش مسوولین امور جوانان کشور

آنان از دیگر برنامه‌های این گردهمایی عنوان کرد.

مدیرکل ورزش و جوانان، ستون فقرات جامعه و رکن اصلی تحقق عملی شعار ایران قوی را «شکوفاسازی توانمندی‌ها و استعداد‌های جوانان و کاربست انگیزه، ابتکار و نوآوری آن در عرصه‌های مختلف پیشرفت و بهادادن و اعتماد به آنان» خاطر نشان و تصریح کرد: نقشه راهی که به خوبی در چارچوب بیانیه گام دوم انقلاب ترسیم شده است.



الگویی و موفق به ویژه با اولویت مهارت آفرینی اشتغال جوانان، ازدواج، توسعه مشارکت‌های مدنی، اجتماعی و اقتصادی

بسیار مهم و کلیدی قلمداد کرد.

تاج فیروز در بخش دیگری از سخنان خویش، ایجاد مفاهمه کلان ملی در باب برنامه‌ریزی امور جوانان در چارچوب استقرار نظام برنامه محور تحول آفرین، با قابلیت پایش عملکرد و پاسخ‌گویی به انتظارات و مطالبات متنوع، گسترده و به حق جوانان در ایجاد همگرایی، بهره‌گیری از خرد جمعی، تبادل تجربیات موفق زیسته و دانش‌اندوزی مدیریتی، معرفی طرح‌های

شهروز طاهری: همایش ۳ روزه مسوولین امور جوانان کشور در حالی با حضور ۳۱ استان، ۴ مدیرکل امور جوانان وزارت ورزش و جوانان و ۲ معاون وزیر در مشهد برگزار گردید که تاج فیروز، مدیرکل ورزش و جوانان خراسان رضوی برگزاری این رویداد ملی را در چارچوب تبیین سیاست‌ها و رویکردهای جدید معاونت امور جوانان این وزارتخانه با ایجاد نگرش، ارتقای دانش و تعالی بینش متولیان این حوزه

### کارت زرد

یعقوبیان با هم رییس هیات استان شد نخست ورزشی: در مجمع انتخاب رئیس هیات شمشیربازی خراسان یعقوبیان بدون رقیب انتخاب شد نیشابور و انتخاب سرپرست ورزش جوانان نخست ورزشی: ورزش نیشابور برگزار گاهی دستخوش تغییرات ناخواسته می‌شود دو خراسانی در اردوی تیم ملی والیبال نشسته نخست ورزشی: هادی رضایی سرمربی و بابادی بازیکن در راه پارالمپیک پاریس و افتتاحی برای قهرمانی

صاحب امتیاز و مدیر مسوول: دکتر علی پاکباز خسروشاهی  
 سردبیر: سعید کوشاگر  
 دفتر تهران: پاسداران، بوستان ۸، پلاک ۱۲۰، طبقه ۲ واحد ۷  
 تلفن: ۰۲۱-۲۲۷۶۰۸۹۵-۶  
 دفتر مشهد: احمد آباد، خیابان قائم، قائم ۱۴، پلاک ۴۶  
 تلفن: ۰۵۱-۳۴۲۷۷۱۱  
 شماره: ۰۵۱-۳۸۴۴۴۰۲۰ - پیامک: ۳۰۰۷۹۸۱  
 کد پستی: ۹۱۸۳۹۲۳۱۹  
 ایمیل: info@nakhostnews.ir - nakhost@yahoo.com  
 چاپخانه: شاخه سبز (قم)  
 وبسایت: www.nakhostnews.ir  
 کانال اطلاع رسانی: @Nakhostnewsir

## رضایی مسوول پروژه بازی‌های پارا آسیایی جوانان در تاشکند ۲۰۲۵ شد

رهبری (مدظله العالی) در خدمت به نظام مقدس جمهوری اسلامی ایران، پیشبرد و تامین اهداف و ارتقا توانمندی‌های کمیته و انجام مسوولیت‌های محوله موفق و موید باشید.

بازی‌های پارا آسیایی جوانان تاشکند ۲۰۲۵ منصوب می‌گردد. امید است با استعانت از پروردگار متعال و تحت توجهات حضرت بقیه الله الاعظم (عج) و مدنظر قراردادن رهنمودهای مقام معظم

در متن این حکم آمده است: جناب آقای هادی رضایی باسلام و احترام، با عنایت به دانش، تخصص و سوابق جنابعالی به موجب این حکم به سمت مسوول پروژه

سید بهنام حسینی زهرایی: با حکم سرپرست دبیر اجرایی کمیته ملی پارالمپیک، هادی رضایی به سمت مسوول پروژه بازی‌های پارا آسیایی جوان در تاشکند ۲۰۲۵ منصوب شد.

## منهای فوتبال

معین شریف

### مشهد میزبان ووشو کشور

مسابقات ووشو بزرگ سالان قهرمانی کشور با هدف انتخابی تیم ملی برای اعزام به مسابقات آسیایی ماکایو در دو بخش تالووساندا برگزار شد (تالودر ۱۰ فرم وساندا هم در ۱۰ وزن) و بیش از ۴۰۰ ورزشکار از ۳۱ استان در آن رقابت کردند. این مسابقات از ۲۲ تا ۲۴ اردیبهشت ۱۴۰۳ در سالن شهید بهشتی انجام شد و خراسان رضوی با ۲ تیم و ۲۵ ورزشکار در این مسابقات حاضر شدند.

### ۱۸ هیات بدون رییس!

در حالی که نزدیک ۴۰ هیات ورزشی در استان فعال اند اما ۱۸ هیات آن بدون رییس و یا سرپرست اداره می شود که اصلا آمار خوبی نیست و می بایست هر چه زودتر مدیرکل ورزش و جوانان استان، فکری به حال آن بکند. ظرفی می گفت مدیرکل که از سال گذشته وعده داده اما نکته اینجاست که فدراسیون های مربوطه، برای حرف ایشان تریه خرد نمی کنند!

منیره نخعی

### برنز برای دوندۀ خراسانی

در مسابقات دوومیدانی تور برنزی جهانی به میزبانی امارات، دردی ۱۰ متر زنان، حمیده اسماعیل نژاد، دوندۀ خراسانی، موفق شد با زمان ۱۱.۷۴ ثانیه به مدال برنز دست پیدا کند. حمیده اسماعیل نژاد، در چند ماه باقی مانده تا المپیک پاریس، به دنبال کسب سهمیه این مسابقات است. مقصد بعدی وی شرکت در تور برنز جهانی قبرس، است. وی در حال حاضر دارای رتبه ۴۲ جهانی است.

### دعوت فوتسالیست مشهدی به اردو

اردوی تدارکاتی تیم فوتسال بانوان از ۲۴ تا ۳۰ اردیبهشت با حضور ۲۴ فوتسالیست در تهران برگزار و فاطمه حسینی تنها مشهدی دعوت شده به این اردو بود. قرار است رقابت های داخل سالن آسیا آبان ماه امسال بعد از چند دوره تعویق برگزار شود.

حسین نخعی شریف

### به یاد عکاس خاطره ساز

پرانرژی و پرتوان همچون یک جوان همه جا بود. از کنفرانس خبری یک هیات ورزشی در سالن کنفرانس اداره کل تا زمین ثامن و سالن مهران. حتی در دوردست ترین نقطه شهر هم اگر مراسم یا مسابقه ای بود که ورزشکاران در آن حضور داشتند، باقر اوحدی هم بود. عکاس دوست داشتنی با موهای سپید و دندان های طلایی رنگش و البته خنده ای که همیشه بر لبانش بود. اصلا رویداد ورزشی بدون او انگاری چیزی کم داشت. وقتی هم که صحبتش گل می انداخت آن قدر شیرین و جذاب صحبت می کرد که فراموش می کردی این چندمین بار است که داری این خاطره را از زبانش می شنوی. تمام سرمایه اش یک دوربین معمولی بود که همیشه همراهش بود. یک سونی سایبرشات قدیمی که چندین بار هم ضربه خورده بود اما دوربینش هم مثل خودش جان سخت بود و خم به ابرو نمی آورد.

اوحدی عکس پانوراما می گرفت زمانی که اصلا این گونه عکس شناخته شده نبود و جالب تر اینکه خودش را هم در گوشه ای از عکس پس از چاپ، جامی کرد تا اثرش نشانگر هنرهای بی شمارش باشد.

پارکینگ خانه اش در خیابان توح، برعکس بود. عکس هایی که دنیاها حرف داشتند وانگار با تو سخن می گفتند. از دوران کودکی اش گرفته تا روزهای انقلاب و مراسم اداری شرکت برق که او کارمندش بود تا مراسم مسابقات ورزشی.

# نخبگان سرخابی در لیگ نخبگان آسیا



پدرام خسروشاهی



با پیروزی استقلال برابر فولاد، آبی پوشان نیز توانستند مجوز حضور در لیگ نخبگان آسیا را کسب کنند. استقلال در یک دیدار سخت و دشوار موفق شد به لطف تک گل ایمان سلیمی یک بر صفر از سد فولاد بگذرد تا رقابت سرخابی ها برای کسب عنوان در صدر جدول رده بندی ادامه داشته باشد. دوئل میان دو تیم در سه هفته پایانی، بسیار حساس تر و جذاب تر دنبال خواهد شد.

با پیروزی شیرین و ناپلیونی استقلال برابر فولاد، آبی پوشان شمار امتیازات خود را به عدد ۶۰ رساندند تا ضمن حفظ فاصله یک امتیازی با پرسپولیس، یک هدف مهم دیگر را نیز فتح کنند و آن، کسب سهمیه لیگ نخبگان بود تا استقلال نیز به مانند پرسپولیس، جواز حضور در این پیکارها را به دست بیاورد.

بحث دریافت مجوز حرفه ای و تلاش های گسترده برای واگذاری دو تیم به بخش خصوصی، مهم ترین اتفاق چند سال اخیر پیرامون دو باشگاه بود. سرانجام تابوی این کار شکسته شد و استقلال به کنسرسیومی از صنایع پتروشیمی خلیج فارس و پرسپولیس نیز به کنسرسیومی از ۶ بانک واگذار شد تا دو تیم مشکلی در راه دریافت مجوز نداشته باشند.

از پاییز امسال، رقابت های باشگاهی در قاره آسیا با شکل و شمایل جدیدی و در سه سطح برگزار می شود. در سطح نخست یا الیت مسابقات، ۱۲ تیم از غرب و ۱۲ تیم از شرق حضور دارند که سهمیه ایران نیز ۱+۲ است. قهرمان و نایب قهرمان لیگی که هنوز در جریان است به صورت مستقیم راهی مرحله گروهی می شوند و قهرمان جام حذفی نیز باید در بازی پلی آف شرکت کند.

با توجه به نتایجی که در هفته بیست و هفتم رقم خورد، تکلیف دو سهمیه مستقیم ایران نیز مشخص شد. استقلال با ۶۰ امتیاز و پرسپولیس نیز با ۵۹ امتیاز، با سپاهان رده سومی فاصله دوازده و یازده امتیازی دارند و از آنجایی که تنها سه هفته از رقابت های

لیگ باقی مانده، در نتیجه عملا جبران این فاصله غیرممکن است.

در نتیجه فارغ از اینکه از میان استقلال و پرسپولیس کدام تیم عنوان قهرمانی لیگ را از آن خود می کند، سرخابی ها موفق شدند دو سهمیه مستقیم حضور در لیگ نخبگان را از آن خود کنند و حالا هر دو تیم می توانند کار خود را از مرحله گروهی آغاز کنند. در حال حاضر، تیم های الهلال والنصر از عربستان، السد قطر، الوصل امارات و پاختاکور از بکستان حضور خود در مرحله گروهی لیگ نخبگان را قطعی کرده اند و استقلال و پرسپولیس نیز به جمع این تیم ها اضافه شده اند و چهره پنج تیم دیگر نیز در هفته های بعد مشخص می شود.

سازوکار مرحله گروهی لیگ نخبگان به این صورت است که ۱۲ تیم در هر منطقه در یک گروه قرار خواهند گرفت و هر تیم ۸ دیدار انجام خواهد داد، ۴ دیدار خانگی و ۴ دیدار خارج از خانه. پس از انجام مسابقات هشت تیم برتر هر منطقه به مرحله یک هشتم نهایی صعود می کنند.

نکته مهم اینجاست که هنوز سازوکار دقیق برگزاری مسابقات به صورت رسمی از سوی AFC اعلام نشده ولی به نظر می رسد که به دلیل کم شدن تعداد تیم ها و اینکه هر ۱۲ تیم در یک گروه قرار دارند، هیچ محدودیتی در تقابل تیم هایی از یک کشور

وجود نداشته باشد در نتیجه احتمال برگزاری دربی آسیایی نیز بسیار زیاد است. هر تیم که در مرحله گروهی شرکت می کند، به جز خودش، ۱۱ حریف دیگر دارد که باید با ۸ تیم از این ۱۱ باشگاه روبرو شود که در این صورت احتمال برگزاری دربی میان استقلال و پرسپولیس ۷۲ درصد است! ضمن اینکه احتمال جدال استقلال و پرسپولیس با یکی از تیم های الهلال والنصر و یا حتی تقابل با هر دو تیم مطرح عربستانی نیز بالاست.

پس از برگزاری مرحله گروهی، تیم ها راهی مرحله یک هشتم نهایی می شوند که مسابقات این دور به صورت رفت و برگشت برگزار می شود. سازوکار مرحله یک هشتم به این صورت است که ۱۲ تیم در هر منطقه در یک گروه قرار خواهند گرفت و هر تیم ۸ دیدار انجام خواهد داد، ۴ دیدار خانگی و ۴ دیدار خارج از خانه. پس از انجام مسابقات هشت تیم برتر هر منطقه به مرحله یک هشتم نهایی صعود می کنند.

نکته مهم اینجاست که هنوز سازوکار دقیق برگزاری مسابقات به صورت رسمی از سوی AFC اعلام نشده ولی به نظر می رسد که به دلیل کم شدن تعداد تیم ها و اینکه هر ۱۲ تیم در یک گروه قرار دارند، هیچ محدودیتی در تقابل تیم هایی از یک کشور

## خبرنگارهای رنگی؛ قاتلین لذت فوتبال

آن ها می دانند که اشتباهات این روزها برای هر کدام از این دو تیم، یک اتفاق فوتبالی است. در فصل های گذشته هم شاهد سوت های اشتباه داور به نفع یکی از این دو تیم بوده ایم اما با علم به این رفتار با هم این خبرنگاران به دنبال آلوده کردن فضا هستند و از حمایت فدراسیون از یک تیم خاص حرف می زنند.

جالب است که هر دو طرف، تیم مقابل را خاص می دانند. آن ها به مردم القامی کنند که نتایج فوتبال جایی خارج از مستطیل سبز رقم می خورد. جالب تر آنکه باید از همین خبرنگاران پرسید که اگر نتیجه فوتبال در زمین مشخص نمی شود، پس قهرمانی های سال های گذشته شما چگونه رقم خورده است؟ خارج از زمین فوتبال؟ این که بسیار بد است!

فوتبال برای لذت بردن است. بازیکنان از این ورزش مهیج درآمد به دست می آورند و هواداران هم به خاطر دیدن مسابقات لذت می برند و هم هیجان های هفته هفتگی خود را خالی می کنند. حالا روانیست که به

فوتبال ایران با مشکلات بزرگ و کوچک فراوانی دست و پنجه نرم می کند که با آن می شد یک مثنوی هفتاد من نوشت اما متأسفانه یکی از ابر مشکلات فوتبال که ضربه بزرگی به دنیای هواداری می زند، خبرنگاران رنگی فوتبال است. خبرنگارانی که به اصطلاح در حوزه استقلال و پرسپولیس کار می کنند. این خبرنگاران برای اینکه بتوانند مخاطبان بیشتری را در شبکه های اجتماعی به خود جلب کنند، دست از کار حرفه ای برمی دارند و سعی می کنند نقش یک هوادار دوآتشه استقلال و پرسپولیس را بازی کنند. متأسفانه این خبرنگاران که در دسته همکاران صنفی ما هم تعریف می شوند به شدت به دنبال این هستند که هواداران از فوتبال لذت نبرند و مدام در حال تزییق بدبینی به آن ها هستند.

سری به صفحه آن ها بزنید تا متوجه این نوشتار شوید. «یک سوزن به خودت بزنی جوالدوز به مردم» برای امروز ماست که فریاد براریم از خبرنگارانی که هیچ کمکی به بهبود شرایط جامعه نمی کنند.



خبر

زینل نیا نصری منصور

حسین فیضی

تلاش، سکوت و لیخندهای معنادار ناصر زینل نیا (هرکول سُبک وزن)، طلا به دار کشتی آسیا، آسوه صبر و قربانی بی تو بیری ها و المپیک و وزن ۴۸ کیلوگرم کشتی ایران و جهان قلم حسین فیضیکشتی نویسنده ورزشی را بر آن داشت تا بر قلب دوات پر مرکب سیاه فرو ببرد و چهره سپید قرطاس را به یاد خستگی های نامدار کشتی ایران منقوش کند.

در دنیای بزرگ کشتی نام آوران زیادی از سرزمین خورشید و خراسان بزرگ به پوشیدن لباس مقدس تیم های ملی جوانان، امید و بزرگسالان کشتی ایران مفتخر گردیدند و سالیان مدید در ترکیب تیم های ملی و در مصاف با حریفان چتر خود در رقابت های کشتی دنیا قدرت نمایی کنند ناصر زینل نیا کشتی گیر پرافتخار و نام دار کشتی دنیا و المپیک از این سرزمین کهن از جمله این چهره ها است. که کلکسیون و عناوین و مدال آوری و سبک وزن رقابت های قهرمانی آسیا، جهان و المپیک است قهرمان وزن ۴۸ کیلوگرم رقابت های جهانی دیروز امروز چون کوه عضله با وزن بیش از ۵۰ کیلوگرم در سکوت اثر بخش در سالن کشتی شهید نورالله کاظمیان مشهد به تمرینات و ممارست بسیار سنگین فعالیت می کند شایسته توصیف است تمرینات وی تنها سالن کشتی غرب مشهد را به کانون آموزش هزار قهرمان مبدل ساخته است طلا به دار آسیاد در دوران طلایی کشتی خود در رقابت های مختلف حیرت برانگیز و پر آوازه ای در مصاف با رقبای جهانی خود ظاهر شد که مریدان بزرگ کشتی جهان برای صلابی شدن وزن ۴۸ کیلوگرم رقابت های گذشته زینل نیا را بارها آنالیز می کردند. وی علیرغم تمام شایستگیها اکنون با فاصله گرفتن از مریدگری کشتی گیران گروه های سنی پایه در خلوت خود ضرب المثل (زورم که به خودم می رسد) را به منصف ظهور می رساند پهلوان اخلاقی کشتی ایران در دوران طلایی خود در کنار شادروان پهلوان منصور عابدیان قهرمان سنگین وزن کشتی ایران و آسیا به (فیل و فوجان) معروف و کشتی ایران در سالهای ۱۹۹۰ و ۱۹۹۱ معروف بودند. اکنون که کشتی بدون نمایندگان قهرمان خراسان رضوی در حرس، انتظار و گمنام بصری برد با سکوت پر معنای دست از تلاش بر نمی دارد.

خبر

استاد کمالی خانه کشتی را ترک کرد

مطلع شدیم استاد و پیشکسوت کاظم کمالی مربی و مسوول خانه کشتی استاد حمید توکل مشهد بزرگترین مرکز آموزش کشتی گیران مبتدی، قهرمانان و برگزاری مسابقات انتخابی است بعد از ۱۳ سال خدمتگذاری شرافت مندانه به جامعه بزرگ کشتی خراسان رضوی بدلیل نامعلوم از مسوولیت خود کناره گیری و محل کار خود را ترک کرد.

تکریم و تعظیم پیشکسوتان از منسوها، منشور اخلاقی و اصول پهلوانی می باشد از این رو بی مهری به خادمان در اعتقادا ت دینی و باورهای ملی جایز نیست و عزتمنداری در بین اهل فتوت محسوب نمی گردد. شایسته است در همه شرایط تکریم و تعظیم کهن کسوتان حفظ و سرلوحه آینده سازان قرار گیرد تا الگوسازی نیز محقق شود.



مربی جوان در گفت و گو با نخست ورزشی:

هر چه دارم از دوومیدانی است



مجید خروشی

در ادامه گفت و گو با مربیان استعداد یاب و جوان در شناسایی و پرورش سرمایه های ورزش استان به سراغ یکی دیگر از این مربیان دلسوز، پرتلاش و معلم این سرزمین رقتیم و از چند و چون رشته های صاحب عنوان اما مظلوم پرسیدیم. وی بیش از ۱۵ سال در رشته دوومیدانی فعالیت کرد و با کسب مدال های رنگین و قهرمانی در سطح استان به عضویت دوومیدانی دانشجویان کشور درآمد و با کسب عناوین پرافتخار جزو نفرات برتر در این رشته بود و بعد از پشت سر گذاشت دوران قهرمانی همانند سایر ورزشکاران به جرگه مربیان پیوست و با کسب مدرک کارشناسی ارشد مدیریت فیزیولوژیک ضمن تدریس، استعدادیابی و پرورش استعداد های دوومیدانی را در سالن باغبانباشی پی گیری می کند.

علی کلانتری در ادامه می گوید: خوشبختانه شهرداری مشهد با کار آمده و با برگزاری مراسم کوهپیمایی در کوه پارک مشهد با همراهی جمعی از نوجوانان و جوانان محلات در راستای توسعه ورزش و همگانی کردن ورزش گام های مثبتی برداشته شده است که امیدواریم این روند همچنان تداوم داشته باشد. وی بزرگ ترین ضعف دوومیدانی استان را نداشتن باشگاه های ورزشی می داند و می گوید: باشگاه نفت و گاز و ثامن الحجج در گذشته انگیزه قهرمانی در این رشته را تضمین کرده بودند اما هم اکنون ما باشگاه فعال در رشته دوومیدانی نداریم و این موضوع دوومیدانی را رنج می دهد. وی که در رشته های دوومیدانی ۴۰۰ متر و ۸۰۰ متر افتخار آفرین ظاهر شده است گفت:

هر چه دارم از دوومیدانی است برای نخستین بار توسط مربی خوبم مرحوم باغبانباشی شناسایی و به جمع اهالی دوومیدانی پیوستم و در طول مدت ۱۵ سال فعالیت در سطح استان و کشور عناوین بسیار خوبی کسب کردم حسین عباس زاده، محسن فتح آبادی و هاشم صیامی از دیگر مربیان خوب من در این رشته بودند. وی در خصوص تربیت ورزشکاران جوان که موفقیت آمیز ظاهر شدند می گوید: با حضور در مناطق حاشیه شهر موفق شدیم استعداد های خوبی را شناسایی کنیم و خوشبختانه بعد از شناسایی استعداد ها موفقیت های خوبی را در سطح کشور و آسیا به دست آوردیم. سجاد آقایی دونه خوب استان توانست با کسب ۲ مدال آسیایی در سطح نوجوانان و بزرگسالان جایگاه خراسان رضوی را در ورزش ترقی بخشد و همچنین داوود خوش بخت در پرش ارتفاع قهرمان کشور و مهدی رضوانی نیز در این رشته صاحب عنوان شد. معتقدم ورزش قهرمانی در مناطق کم برخوردار رشد و توسعه پیدا می کند اگر این ورزشکاران مستعد تحت حمایت مدیران ورزش

استان قرار گیرند قطعاً جایگاه خراسان رضوی نه تنها در سطح کشور بلکه در سطح بین المللی توسعه پیدا می کند. البته ناگفته نماند ایمان دارم ورزش همگانی در میان خانواده ها باید نهادینه شود و همه برای حفظ سلامتی جامعه به ورزش بپردازند و از طرفی وقتی خانواده با رویکردی مثبت به ورزش توجه می کند فرزندان به تبعیت از آن ها انگیزه بیشتری برای توجه به ورزش همگانی و قهرمانی خواهند داشت. کلانتری می گوید: باید تلاش کنیم فرزندان را از پشت بازی های رایانه ای به سمت ورزش در طبیعت و باشگاه های ورزشی سوق دهیم چرا که برای سلامت جسمی آینده این نسل نگران هستیم و احتمال خطرات جسمی را برای آن ها متصور می باشم. وی با اشاره به این که دوومیدانی ۴ قسمت پرتاب، پرش، سرعت و استقامت را در بر می گیرد که هر کدام شرایط فیزیکی خاص و ویژه ای را طلب می کند ادامه داد: دوومیدانی پایه همه ورزش هاست و با توجه به ارزان بودن، داشتن تجهیزات کم و آسان بودن جایگاه مناسبی را در میان سایر رشته های ورزشی دارد و از سوی دیگر قهرمانان بسیار خوبی را تحویل جامعه ورزش داده است. این مربی جوان در خصوص پیست های تارتار دوومیدانی تصریح کرد: هم اکنون ۲ پیست تارتار باغبانباشی و کوثر فعال است که در این راستا با توجه به این که امین زاده مدیر تربیت بدنی استان قدس رضوی ریاست هیات دوومیدانی استان را بر عهده دارد کمک شایانی به توسعه دوومیدانی و تشکیل کلاس های اوقات فراغت خواهد گذاشت همچنین شهرداری و آموزش و پرورش همراهی خوبی در این زمینه دارند که امیدواریم با نقش پررنگی که مدیران در این رشته دارند صاحبان صنایع و کارخانجات ترغیب و تشویق شوند به جهت حمایت مالی از نسل جوان و نوجوانی که همت کردند و برای ورزش استان افتخار آفرین ظاهر شدند حمایت و توجه بیشتری را معطوف به دوومیدانی به عنوان رشته پایه داشته باشند. وی به نقش و اهمیت مربی در قهرمان پروری اشاره و تاکید کرد: مربی به ورزشکار انگیزه و روحیه مضاعف می دهد و شناخت و آگاهی را از شرایط جسمی و روحی فرد آماده سازی می کند فرد با شناختی که از جسم و روح خود پیدا می کند تلفیقی از توانایی روحیه و انگیزه را برای رسیدن به قله افتخار هموار می سازد کلانتری در پایان می گوید: هر چه که به دست آوردم از دوومیدانی بوده و از مربیان خوبم از جمله: محمد بدخشان، حیدر پور و به خصوص همسرم که خود از مربیان و قهرمانان دوومیدانی است تشکر و قدردانی می کنم امیدوارم همچنان که مربیان و اساتید پیشکسوت همچون حسن روحی بارو حیه جنگندگی بالا در خدمت ورزش و دوومیدانی است با حمایت مربیان جوان، بانگیزه و پرتلاش بتوانیم مانند گذشته به جایگاه واقعی دوومیدانی در سطح کشور دست یابیم.

تغذیه ورزشی



بهترین ورزش های دخترانه

سید بهنام حسینی زهرانی کارشناس ارشد تربیت بدنی

دختران میتوانند در تمام رشته های ورزشی به صورت غیر حرفه ای فعالیت کنند ولی در صورتی که بخواهند ورزشی را به صورت حرفه ای دنبال کنند و در مسابقات کشوری و بین المللی شرکت کنند باید از نظر قوانین کشوری و امکان شرکت در مسابقات بین المللی، ورزشی را انتخاب کنند که شرکت در آن برای زنان کشور مجاز باشد.

- عملکرد درسی دخترانی که ورزش می کنند بهتر است.

- ورزش باعث افزایش اعتماد به نفس و افزایش روابط اجتماعی می شود.

- ورزش باعث می شود دختران اهمیت کار گروهی را درک کنند.

- باعث ایجاد مهارت تعیین هدف و دستیابی به هدف می شود.

- دخترانی که ورزش میکنند سطح آمادگی جسمانی و تناسب اندام بهتری دارند.

- ورزش باعث می شود دختران روابط مثبت بیشتری را تجربه کنند.

- درد و ناراحتی های قاعدگی را کاهش میدهد.

کدام رشته ورزشی برای دختران مناسب است؟

ورزش محدودیت جنسیتی ندارد، زنان میتوانند در تمام ورزش های شرکت کنند و به صورت حرفه ای یا غیر حرفه ای به ورزش ادامه دهند و در سطح جهان مدال بیاورند.

مهم این است که در ابتدا هدفتان را از ورزش پیدا کنید و سپس مشغول ورزشی شوید که به آن علاقه دارید یا بتوانندی ها و استعداد های شما همخوانی دارد.

بدنسازی برای دختران میتواند باعث بهبود عزم و اراده و ثبات برای رسیدن به نتیجه دلخواه شود. شاید به نظر شما بدنسازی یک ورزش کاملاً فیزیکی است ولی تاثیر زیادی بر ثبات ذهنی می گذارد. تمرینات قدرتی در بدنسازی باعث چربی سوزی فوق العاده و خوش اندامی می شود.

بدنسازی ورزشی است که با وجود افزایش سن مانع از تحلیل رفتن عضلات می شود، سلامت کلی بدن را حفظ کرده و استرس را کاهش میدهد.

پیلاتس یکی از ورزش های دخترانه بسیار پرطرفدار است که علاوه بر حفظ نشاط روحی و سلامت باعث افزایش انعطاف پذیری بدن و افزایش قدرت بدنی می شود.

پیلاتس یکی از بهترین ورزش دخترانه برای کاهش چربی و داشتن اندامی ورزیده و متناسب بدون افزایش حجم عضلات است.

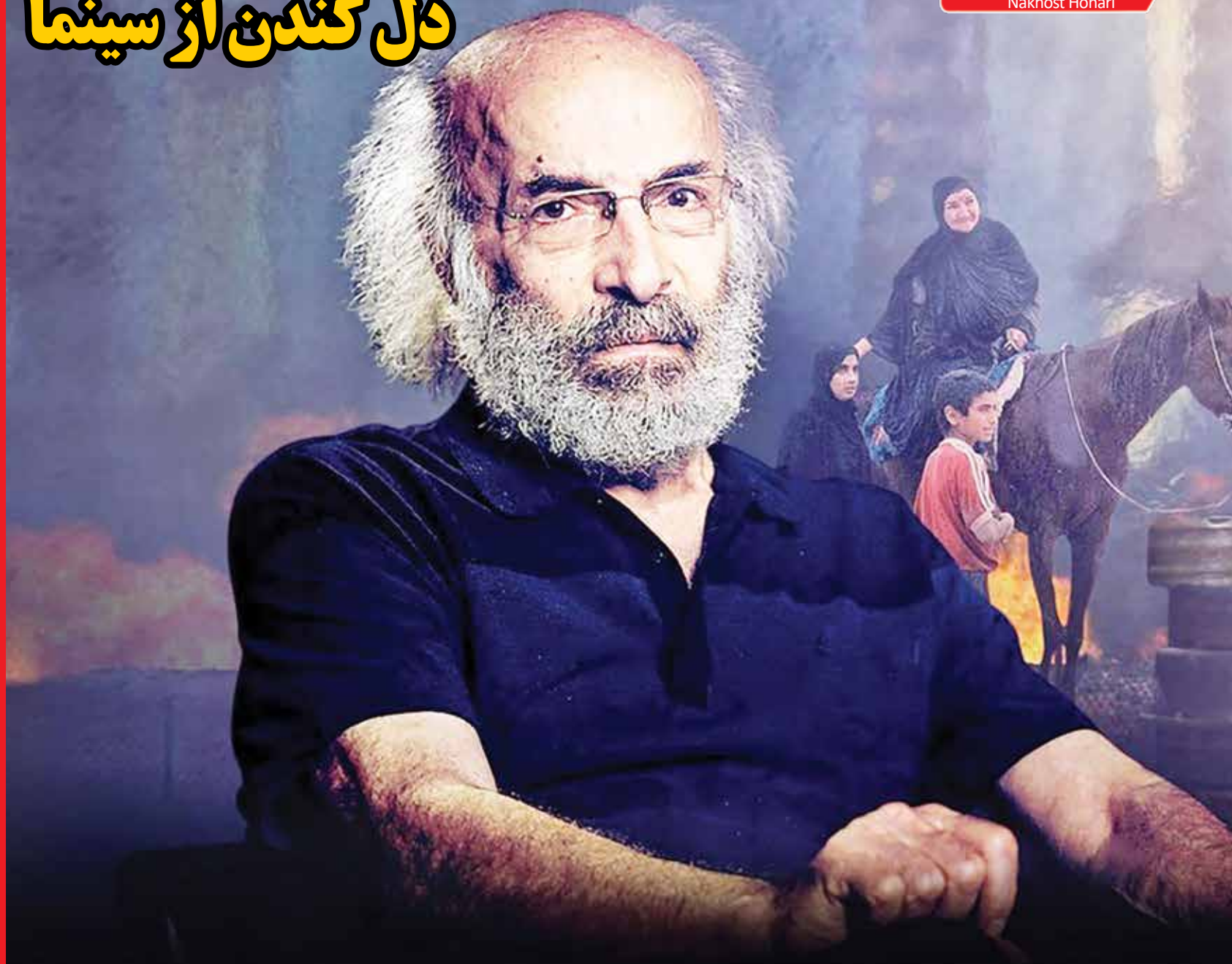
پیلاتس ترکیبی از ورزش های کششی بدون وزنه است که باعث افزایش انعطاف پذیری و افزایش قدرت عضلانی می شود.

فیتنس پرطرفدارترین ورزش دخترانه در دنیا است که باعث تقویت و حجیم سازی عضلات می شود و باعث می شود اندامی جذاب و منحصر به فرد داشته باشید. فیتنس ترکیبی از ورزش با وزنه، دستگاه و دمبل است که باعث تقویت عضلات مختلف بدن و حجم دهی نسبی عضلات می شود.



غیر ممکن برای کیانوش عیاری

## دل کندن از سینما



وی ادامه داد: نکاتی که دوستان اشاره کردند برای من تازگی داشت. امیدوارم استحقاق این تعریف را داشته باشم. با وجود وضعیت جسمی قصد دارم فیلم «زندگانی دوستان داشتنی» و سریال «سوسک‌ها کابوس ابدی من» را بسازم. عیاری با بیان اینکه سینما دست از سر من برنخواهند داشت، بیان داشت: خانواده من در این سال‌ها همواره پشتیبان من بودند. همچنین داریوش عیاری یکی از بهترین همکاران من به عنوان فیلمبردار بوده است و یکی از بهترین متخصصان در شناخت و سواد سینمایی است. از آقای اسماعیلی مدیریت موزه سینما برای برگزاری این مراسم بسیار تشکر می‌کنم.

از حاضران در این برنامه می‌توان به فریدون جیرانی، علی دهکردی، مهرزاد دانش، علی فرهمند، حجت‌الله ایوبی، ابوالفضل پورعرب و مهرداد اسکویی در این مراسم سخنرانی کردند و از جمله حاضران می‌توان به رضا عطاران، داریوش عیاری، خسرو معصومی، جمشید جهان‌زاده، مهدی صباغ‌زاده، دانش اقباشاوی، بهرنگ دزفولی‌زاده، حسن رضایی، شاهین امین، محمود گبرلو، احمد امینی، هوشنگ گلمکانی، عباس یاری، هوشنگ حسینی، مهرداد غفارزاده، ناصر پاکبده، رضا رخشان، فرید سجادی حسینی و... اشاره کرد.

مهرداد تدین مسوول سینمای آزاد می‌شود. در اهواز نیز کیانوش عیاری این مسوولیت را بر عهده می‌گیرد. از میان این اسامی، نام کیانوش عیاری بیش از دیگران شنیده می‌شود. اکثر فیلمسازان سینمای آزاد، نسل سوم سینماگران بعد از انقلاب را تشکیل می‌دهند که شاخص‌ترین آن‌ها کیانوش عیاری بود. ابوالفضل پورعرب بازیگر مطرح سینمای ایران نیز در باره عیاری گفت: نمی‌دانم چه باید گفت تا حق مطلب درباره کیانوش عیاری ادا شود و من بتوانم حق شاگردی خود را در قبال او اثبات کنم. من این افتخار را داشتم در اثری با ایشان همکاری کنم. زمانی که در این اثر مقابل دوربین حضور داشتم، از خود راضی نبودم. روزی هنگام صرف نهار عیاری به نزد من آمد و از بازی من تعریف کرد. گفت من سال‌ها بود می‌خواستم با تو کار کنم که اکنون این اتفاق رخ داده است. من هم علاقه داشتم به عنوان یک کارگردان مولف با او همکاری کنم. در طول فیلم متوجه شدم او کار خود را به صورتی بسیار ساده انجام می‌دهند در ادامه کیانوش عیاری پشت تریبون حاضر شد و گفت: از حضور عزیزان ممنونم. هجده ماه پیش که دچار بیماری شدم برخی از بهترین متخصصان به من گفتند که باید با سینما را انتخاب کنی و یا زندگی اما من نمی‌توانستم از سینما دل بکنم.

ووجه سینمای ایشان به عنوان یک کارگردان برجسته و مولف در تخصص من نیست. به عنوان نماینده صنوف سینمای ایران و از طرف خانه سینما وجود ارزشمند کیانوش عیاری را گرامی می‌دارم و امیدوارم خورشید وجود ایشان همواره تابناک بماند و فیلم‌های بیشتری از او ساخته شده و بازیگران بیشتری فرصت همکاری با او را داشته باشند. اگر عیاری در سینمای ایران حضور نداشت یک جای خالی برای همیشه در سینمای احساس می‌شد.

در ادامه فریدون جیرانی فیلمساز و تاریخ‌نگار سینمای ایران گفت: به نظر من سال ۱۳۴۸ در سینمای ایران از اهمیت بسیاری برخوردار است. زیرا فیلم‌هایی همچون «آرامش در حضور دیگران»، «قیصر» و «گاو» ساخته شدند. بیضایی در دانشکده هنرهای زیبا تدریس خود را آغاز می‌کند و در یک سالن کوچک، شش فیلم کوتاه نمایش توسط بصیر نصیری نمایش داده می‌شود. همچنین اتفاق‌هایی در قسمت پژوهش تلویزیون زیر نظر فریدون رهنما رخ می‌دهد.

این فیلمساز افزود: نمایش آن شش فیلم کوتاه، منجر به تشکیل سینمای آزاد ایران می‌شود که قرار است از دل آن نسل جدید سینماگران ایران را از شهرهای مختلف شکل دهند. فریدون رهنما و تلویزیون به جریان سینمای آزاد کمک زیادی می‌کنند. در مشهد

بزرگداشت کیانوش عیاری به مناسب افتتاح گنجینه جویز او در موزه سینما با حضور جمعی از هنرمندان، مدیران فرهنگی و علاقه‌مندان به سینمای او برگزار شد. مجید اسماعیلی مدیر موزه سینما گفت: خدمت مهمانان عزیز خصوصاً آقای عیاری که از مفاخر سینمای ایران هستند خیر مقدم می‌گویم. تفاوت موزه سینما با سایر موزه‌ها به وجود اشخاص، بزرگان و گنجینه مربوط به آن‌ها بازمی‌گردد. افرادی همچون مسعود کیمیایی و کیانوش عیاری به سینما ارزش و اعتبار می‌دهند. از آقای عیاری که با تواضع مثال زدنی جویز خود را به موزه سینما اهدا کردند تشکر می‌کنم. سپس علی دهکردی مدیرعامل خانه سینما نیز در ادامه این برنامه گفت: باعث افتخار من است که در این جمع حاضر باشم. از زاویه خود و به عنوان بازیگر شانس بزرگ همکاری با عیاری را داشتم و در مدت چهار سال در خدمت ایشان بودم. او بی‌تردید دارای یکی از صحیح‌ترین نگاه‌ها به مقوله بازیگری مقابل دوربین است و به دلیل دقت نظر بالای ایشان، دلنشین‌ترین و صحیح‌ترین نوع بازی هنرمندان در آثار ایشان رقم خورده است.

این بازیگر افزود: در اولین روزهایی که در خدمت ایشان بودم بازیگران دیگر با حسرت درباره حضور من مقابل دوربین ایشان صحبت می‌کردند. بررسی



خبر

جشنواره تئاتر دانشجویی مشهد  
منتخبانش را شناخت

شاهد بنی اسدی

اختتامیه نهمین جشنواره تئاتر کوتاه دانشجویی مشهد با حضور محمدحسین زاده مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان رضوی، ابوالفضل عباسی مدیر فعالیت های فرهنگی دانشگاه فردوسی و مسوولین مربوطه برگزار شد. در این مراسم محمدحسین زاده مدیرکل فرهنگ و ارشاد خراسان رضوی به ایراد سخن پرداخت. وی با تاکید بر این که حضور دانشجویان در فضای هنری یک امر شایسته تقدیر است به ظرفیت گسترده اسطوره های ملی در اجرای نمایش پرداخت. حسین زاده بایبان امکان تلفیق داستان های حماسی ایرانی با نمایشنامه های مطرح حوزه تئاتر، دانشجویان را به تداوم مسیر هنری تشویق کرد.



به گفته بهار باسخواه دبیر جشنواره تئاتر کوتاه دانشجویی این جشنواره با اجرای ۱۷ اثر همراه بود و طی ۲ روز با استقبال گسترده و بیش از هزار نفری دانشجویان مواجه شد که در نهایت منتخبانش را با رای داوران شناخت.

سید جواد اشکذری، شادی غفوریان و فرشید تمری داوران بخش صحنه ای بودند. علیرضا افکاری و فواد آرام نیز داوران بخش موسیقی و عکس-پوستر این جشنواره بودند.

فهرست برگزیدگان جشنواره و نام آثار آن ها به شرح زیر است:

رتبه اول کارگردانی: سعید شریفی (داستان کوتاه مکبث)

رتبه دوم کارگردانی: جلال جلالی (ادیسه سیانور)

رتبه سوم مشترک کارگردانی: امیرحسین غفرانی (افلیا، عروس مردگان) و محمدحسین تقویان (صندلی)

رتبه اول نمایشنامه: حورا حق شنو (ادیسه سیانور)

رتبه دوم مشترک نمایشنامه: سعید شریفی (داستان کوتاه مکبث) و امیرحسین غفرانی (افلیا، عروس مردگان)

رتبه سوم مشترک نمایشنامه: ستاره فرسا (یک چمدان پر از ماهی) و محمدحسین تقویان (صندلی)

رتبه اول بازیگری مرد: علی شهری (ادیسه سیانور) رتبه دوم بازیگری مرد: سعید شریفی (داستان کوتاه مکبث)

رتبه سوم بازیگری مرد: صدرا سبزه کار (صندلی)

رتبه اول بازیگری زن: ستایش سرگلزایی (سایکوسیس ۴:۴۸)

رتبه اول موسیقی: امیرکسرا باروت کوب (عطش)

رتبه اول عکس و پوستر: حنا ناره نارویی (عطش)

بهترین اثر از نگاه مخاطب: ادیسه سیانور

روزگار آشفته هنرپیشه های فراری  
پشیمانی بی فایده



ابراز تمایل به بازگشت می کنند.

مورد اخیر مصاحبه اشکان خطیبی، از مهم ترین نمونه های فرجام مهاجرت های عجولانه هنرمندان است. محتوای این مصاحبه، چیزی شبیه به یک کمدی تلخ است. دو سال قبل، اغتشاشاتی در ایران رخ داد و گروهی از سلبریتی ها که فکر می کردند گروهی از مردم می توانند معادلات سیاسی و اجتماعی را، با توسل به اعمال خشونت آمیز، تغییر دهند، خودشان زودتر از همه، تصمیم به ترک کشوری گرفتند که می خواستند شرایط آن را برای زندگی بهتر از نظر خودشان فراهم کنند. اشکان خطیبی هم با این امید که بتواند با خیال راحت و از طریق فعالیت در فضای مجازی، در آتش ناآرامی های داخل ایران بدمد، حالا خودش را در بن بست گرفتاری می بیند که حتی ممکن بوده از کشوری که در آن ساکن است هم دیپورت شود. خطیبی در میانه های حرف هایش تلویحا می پذیرد که تحت تاثیر جنگ های روانی قرار گرفته و شاید بهتر بود برای مهاجرت و حضور در برخی جمع های خارج از کشور، قدری بیشتر خویشتنداری می کرد. مروری بر صحبت های این بازیگر نشان می دهد که وی روزگار خوبی را سپری نمی کند و این در حالی است که خطیبی در ایران، علاوه بر بازیگری و اجرا، مسوولیت های فرهنگی و مدیریتی را هم بر عهده داشت که خودش آن ها را، با لحنی حسرت بار، مرور می کند.

جمله مهم اشکان خطیبی در این مصاحبه این است: «خودم پشت پا زدم به همه چیز». همین جمله، به وضوح ندامت و پشیمانی را در کلام این بازیگر آهویا می کند.

مهاجرت های ناموفق هنرمندان و سلبریتی ها سابقه ای نسبتاً طولانی دارد. در اواسط دهه نود گروهی از هنرمندان در جدو و سه عرصه بازیگری باهدف رشد حرفه ای، به کشورهای دیگر - بالاخص ترکیه - مهاجرت کردند. مهاجرت هایی که اغلب با شکست مواجه شد و تقریباً تمامی این افراد یا به کشور بازگشتند و یا پیشه هنری خود را به فراموشی سپردند و به زندگی در قالب یک شهروند عادی خو گرفتند.

در پی انتشار مصاحبه یک شبکه فارسی زبان معاند با بازیگر ایرانی مهاجر و ابراز ندامت وی، روزنامه صبح نودر مطلبی درباره این موضوع نوشت: پس از وقایع سال ۱۴۰۱ اما گروه دیگری از هنرمندان، با تصمیماتی شتاب زده، مهاجرت را به مثابه یک تصمیم احساسی در دستور کار قرار دادند و اکنون پس از گذشت زمانی کوتاه، اخباری از ندامت در گفتار اغلب ایشان به گوش می رسد. اخیراً صحبت های اشکان خطیبی درباره مهاجرت، خیرساز شده که به همین بهانه، نگاهی به مساله مهاجرت هنرمندان ایرانی داریم.

مقوله مهاجرت در ایران به یک بحران عمومی تبدیل شده است و بررسی آن، از دو منظر فردی و اجتماعی گستره وسیعی از نکات عبرت آموز را در برمی گیرد. از منظر فردی، لزوم پرهیز از نگاه فانتری به مقوله مهاجرت، بسیار حایز اهمیت است؛ به این معنا که زندگی در خارج از مرزهای ایران، الزاماً به معنای رستگاری و جهش طبقاتی نخواهد بود. رواج غرب زدگی در ایران، طی سال های اخیر به شکل گیری یک تصویر رویایی از مهاجرت دامن زده است. علاوه بر این، بخش زیادی از تجربه مهاجرت کنندگان هم علنی نمی شود و به گوش مردم نمی رسد. با این همه، مروری بر وضعیت هنرمندان پس از مهاجرت، برخی از زوایای پنهان این موضوع را روشن خواهد کرد.

اساساً هنرمندان، اعضای صنفی هستند که پس از مهاجرت، بیشتر از سایر مشاغل، در معرض اضمحلال قرار می گیرند. کار هنرمند خلق اثر هنری است و خلاقیت در یافت جامعه شکل می گیرد. هنرمندی که در میان سالی جامعه خود را تغییر می دهد، از یک سو ارتباط با فرهنگ عمومی کشور خود را از دست می دهد و از سوی دیگر نمی تواند به عنوان یک هنرمند خلاق در کشور مقصد پذیرفته شود. علاوه بر این، جامعه مخاطبان یک هنرمند نیز پس از مهاجرت بسیار محدودتر می شود و از همین رو است که اغلب هنرمندان، مدتی پس از مهاجرت

طب کار چیست؟

شناسایی زود هنگام بیماری های شغلی اهمیت زیادی دارد، زیرا به راحتی می توان بیماری هایی که به علت کار ایجاد می شوند، شناسایی کرد. با انجام اقدامات درمانی و پیشگیرانه مناسب، می توان جلوی پیشرفت بیماری ها را گرفت و از وقوع مشکلات جدی و غیرقابل درمان جلوگیری کرد. طب کار چند ماه اعتبار دارد؟ این معاینات بعد از استخدام تا زمانی که محل کار تغییر نکند، اعتبار دارند. اما در صورت استخدام در محل کار جدید، باید مجدد معاینات طب کار بعد از استخدام را انجام دهید. در صورتی که تصمیم به تغییر محل کار برای یک مدت ۱ ماهه دارید، معاینات طب کار هنوز اعتبار دارند. چه مراکزی به طب کار نیاز دارند؟ مراکز مختلف از جمله سازمان ها و صنایع مختلف نیاز به این خدمات دارند: شرکت ها و سازمان ها - کارخانه ها و صنایع تولیدی - بیمارستان ها و مراکز درمانی - صنایع معدنی و حفاری - شرکت های حمل و نقل

اجرای برنامه های پیشگیرانه در محیط کار می شود. انواع این آزمایشات عبارت اند از: معاینات بدو استخدام

معاینات دوره ای در طول کار یا معاینات ادواری

معاینات بازگشت به کار بعد یک دوره طولانی

معاینات تغییر شغل

معاینات بازنستستگی یا ترک کار

طب کار چه کاری انجام می دهد؟ این موضوع، یکی از حوزه های نوظهور در علوم پزشکی است که هدف اصلی آن حفظ سلامت کارکنان در محیط کار، تشخیص بیماری ها و پیشگیری از شیوع بیماری های واگیردار است. تمامی کشورهای عضو سازمان بین المللی کار و بهداشت جهانی این خدمات را برای کارکنان خود عرضه می کنند. از اهداف برجسته معاینات طب کار می توان به اطمینان از امنیت و سلامت محیط کار و بررسی اثرات ناخوشایند کاربر سلامت فرد اشاره کرد.



سید معین امامی مبدی

طب کار (Occupational Medicine) یک رشته تخصصی پزشکی است که به بررسی و مدیریت سلامت و ایمنی کارکنان در محیط کار می پردازد. هدف اصلی طب کار، حفظ و بهبود سلامت و کیفیت زندگی کارکنان است. طب کار شامل تشخیص، پیشگیری و درمان بیماری ها و آسیب های مرتبط با محیط کار است.

این پزشکان درک عمیقی از محیط کار، عوامل شیمیایی، فیزیکی و بیولوژیکی در محیط کار و همچنین اثرات آن ها بر سلامت انسان دارند. فعالیت پزشکان طب کار شامل ارزیابی سلامت قبل از استخدام، سنجش عوامل آسیب زا در محیط کار، ارائه مشاوره درباره ایمنی و بهداشت شغلی، مدیریت آسیب های حاد و مزمن مرتبط با محیط کار، ارزیابی و کنترل عوامل ریسک شغلی و



### یادداشت

### عصر امید (۲)

جواد ظفر امیلی

نمونه اش همین توجه اکثریت دینداران به احادیث و روایات می باشد که حتی گاهی بیشتر از قرآن مورد توجه قرار می گیرد بدیهی است در مواجهه با هر اندیشه و نظری می بایست صدق و کذب، حق و باطل موضوع را در نظر داشت همچنین در حیثه عمل به کارآمدی و ناکارآمدی توجه کرد تا دچار خطا نشویم هر چند رسیدن به یقین توسط انبیا و امامان و اولیا الهی محقق شده است و بنا بر حدیث معتبر یقین تنها نعمتی است که به میزان کمتری در اختیار بندگان قرار گرفته است و عموم دینداران در پرتو ظن و گمان بسر می برند بنابراین هیچ یک از مومنین نمی توانند سایر دیدگاه ها و نظریات را بی دلیل به سخره بکشند بلکه وظیفه اش پرداختن به خود و نقد خویش باشد تا افکارش پیراسته گردد.

صفایی ندارد ارسطو شدن

خوشا پرکشیدن پرستو شدن

در بند تفسیر و تاویل و تشریح شاید راه را پیچیده تر ساخته و به احول عرفانی و روحانی توحیدی واصل نگردد لذا همان بهتر که در افسون حق و ابهت حقیقت شناور باشیم همچون پیامبران که چوپانی کردند اما قلب ها را تسخیر کردند.

بشوی اوراق اگر همدرس مایی

که علم عشق در دفتر نباشد

### گزارش خبری

### نشان ملی فردوسی منتخبان خود را شناخت

مریم هنر مند

در آیین بزرگداشت حکیم ابوالقاسم فردوسی، نشان ملی فردوسی به برگزیدگان عرصه های «حماسه سازی»، «حماسه پژوهی» و «حماسه سرایی» اعطا و به ترتیب از سردار امیرعلی حاجی زاده، دکتر جعفر یاحقی و مریم قربان زاده تجلیل شد.

هشتمین نشان فرهنگی و هنری «فردوسی» در سالروز بزرگداشت این شاعر نامدار ایرانی با حضور وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی در عرصه های «حماسه سازی»، «حماسه پژوهی» و «حماسه سرایی» به برگزیدگان اعطا شد.

در این مراسم که با قرائت پیام آیت الله رئیسی، رئیس جمهوری اسلامی ایران به آیین بزرگداشت پاسداشت زبان پارسی و حکیم ابوالقاسم فردوسی همراه بود، نشان فردوسی طبق مصوبه شورای فرهنگ عمومی به یاد بزرگ شاعر حماسه سرای کشورمان در سه حوزه منتخبین خود در سال ۱۴۰۳ را شناخت.

حماسه سازی، «حماسه ساز» فردی است که همچون رستم برای ایران افتخار آفرینی کند در این بخش نشان عالی فردوسی به «سردار امیرعلی حاجی زاده» به پاس انجام عملیات حماسی «وعده صادق» و دلاورمردی های نیروی هوافضای سپاه پاسداران انقلاب اسلامی اعطا شد. فرزند شهید برونسی این جایزه را به نمایندگی از این شهید دریافت کرد. حماسه پژوهی، «حماسه پژوه» کسی است که در حوزه شاهنامه و فردوسی تحقیقات علمی و دانشگاهی داشته باشد، که در این بخش نشان عالی فردوسی به دکتر محمدجعفر یاحقی به پاس تلاش های مستمر این استاد در حوزه های فردوسی شناسی و شاهنامه پژوهی اعطا شد. حماسه سرا، «حماسه سرا» نیز کسی است که همچون فردوسی در حوزه های شعر، موسیقی، فیلم و داستان برای افتخار آفرینان و قهرمانان کشور حماسه سرایی کرده باشد. در این بخش نشان عالی فردوسی به مریم قربانزاده به پاس تلاش هنرمندانه در آفرینش اثر «خاتون قوماندان» اعطا شد. خاتون قوماندان زندگی و خاطرات شفاهی همسر شهید علیرضا توسلی با لقب جهادی ابوحمده فرمانده فاطمیون است.

## جزئیات برنامه های شهرداری مشهد در دهه کرامت



پیاده روی خانوادگی صبح و نشاط با مشارکت ارتش در روز ۲۸ اردیبهشت از دیگر برنامه ها است. وی تصریح کرد: جشنواره تفریحی-ورزشی «هشت بهشت» در بوستان ملت برگزار می شود. مشق عشق، قرار زیارت و آیین تجلیل از خادمان طرح قرار زیارت نیز در این دهه انجام خواهد شد. این طرح یکی از اقدامات شایسته سازمان است. در این دهه رونمایی از کتاب قدمت بر چشم تولید مجموعه سازمان را خواهیم داشت. برگزاری مسابقه کتابخوانی با مشارکت آستان قدس با موضوع حضرت رضا(ع)، برپایی ایستگاه های استقبال از زائر و آغاز رسمی پویش چهارشنبه های امام رضایی نیز از برنامه های دیگر این دهه است.

رئیس سازمان اجتماعی و فرهنگی شهرداری مشهد در خصوص دهه ادب و حماسه گفت: برنامه های دهه ادب و حماسه از ۲۵ اردیبهشت ماه در کنار آرامگاه حکیم ابوالقاسم فردوسی در توس آغاز می شود و تا ۱۰ روز ادامه خواهد داشت.

سالن شهید بهشتی را با مشارکت معاونت فرهنگی سپاه و آموزش و پرورش برگزار می کنیم. جشن های نسیم کرامت با مشارکت آستان قدس برگزار خواهد شد. جشن خانوادگی «امام رضایی ها» نقطه عطف برنامه های شهرداری، آستان قدس و سایر نهادها در شب ولادت امام رضا(ع) در خیابان امام رضا(ع) است. رئیس سازمان اجتماعی و فرهنگی شهرداری مشهد بیان کرد: پویش «مشهد مهربان» یکی از مهم ترین برنامه های ما است که به صورت نمادین پایان آن در روز ولادت امام رضا(ع) است. اما این پویش تمام شدنی نیست. این پویش اتفاق بسیار شایسته ای بوده که تا کنون بیش از ۴۱ هزار نفر از همشهریان شرکت کردند و امیدواریم بتوانیم تعداد را به بیش از ۱۰۰ هزار نفر برسانیم.

کیانی خاطرنشان کرد: جشن خانواده شاد رضوی در شهیدای سلامت، کوه پیمایی ویژه مخاطبین معاونت اجتماعی، جشن ویژه افشار خاص، جشنواره های تفریحی و ورزشی، کوه پیمایی خانوادگی و همایش

رئیس سازمان اجتماعی و فرهنگی شهرداری مشهد گفت: معاونت فرهنگی در دهه کرامت بیش از ۳۰ برنامه ارزشمند را به صورت مستقیم تدارک دیده که برنامه های ستادی است.

جاوید کیانی در نشست خبری با اصحاب رسانه در خصوص اعلام برنامه های دهه کرامت و دهه ادب و حماسه که در سالن شهیدای شهرداری مشهد برگزار شد، اظهار کرد: از اواسط دهه کرامت در روز ۲۵ اردیبهشت ماه سالروز بزرگداشت حکیم ابوالقاسم فردوسی را داریم که آغاز دهه ادب و حماسه است. وی افزود: این دهه نقطه عطف و فرصت بسیار مغتنمی برای شهر مشهد بوده و با وجود مرجع شریف امام رضا(ع) فرصت بسیار خوبی است که از سراسر کشور شاهد حضور کلیه فرهیختگان باشیم که توسط کارگروه حکیم توس و سایر دستگاه ها دعوت شدند.

رئیس سازمان اجتماعی و فرهنگی شهرداری مشهد ادامه داد: در روز بزرگداشت حکیم ابوالقاسم فردوسی مراسم بسیار باشکوهی را در کنار آرامگاه برپا می کنیم. معاونت فرهنگی در دهه کرامت بیش از ۳۰ برنامه ارزشمند را به صورت مستقیم تدارک دیده که برنامه های ستادی است.

کیانی با اشاره به سرفصل برنامه های سازمان در دهه کرامت عنوان کرد: «شمس کرامت» یکی از برنامه ها است که با هدف مشارکت در برپایی ۵۰۰ ایستگاه صلواتی و ۵۰۰ جشن در مساجد انجام می شود. گلباران حرم مطهر رضوی توسط بانوان مشهدی را در برنامه داریم. فضا آرای و ارکان شهری، نقالی خوانی در سطح شهر با موضوع امام رضا(ع) و شاهنامه و نمایش های صحنه ای و خیابانی از دیگر برنامه ها است. وی اضافه کرد: در این دهه جشنواره ریحان شهر و اجتماع دختران مشهدی در

## خودباوری رمز موفقیت و رشد فردی



پدرام خسرو شاهی



خودباوری به عنوان یکی از مهم ترین عوامل موفقیت و رشد فردی در جوامع کنونی، نقش بسیار مهمی دارد.

خودباوری به معنای اعتقاد به توانایی ها و استعداد های خود، قدرت داشتن برای پذیرش و مدیریت احساسات و همچنین اعتماد به نفس است.

در جوامع امروزی که با چالش ها و فشارهای مختلف روبرو هستند، افزایش خودباوری افراد می تواند به تقویت روحیه، افزایش عملکرد و بهبود کیفیت زندگی کمک کند. در این روزها، بسیاری از افراد با مشکلات مختلفی مانند استرس، اضطراب، افسردگی و کاهش اعتماد به نفس روبرو هستند. این مطلب به بررسی راه های تقویت خودباوری در جامعه کنونی می پردازد. از جمله موضوعاتی که مطرح خواهد شد: ۱. راهکارهای افزایش اعتماد به نفس در افراد: این بخش می تواند شامل روش های تقویت اعتماد به نفس مانند تمرین های روانشناسی مثبت، تغییر الگوهای فکری منفی به مثبت، و تجربه های جدید و موفقیت های کوچک

در این بخش، می توان به راهکارهای استفاده از خودباوری برای کنترل استرس و اضطراب اشاره کرد. مثلا، استفاده از تمرینات آگاهی و تمرینات تنفس ممکن است به کنترل استرس کمک کند. ۵. تجربیات شخصی افراد در تقویت خودباوری: در این قسمت، می توان به تجربیات و داستان های شخصی افراد در مورد چگونگی تقویت خودباوری و پیروزی در برابر چالش ها اشاره کرد. با بررسی این موضوعات، مطلب حاضر تلاش دارد تا به خوانندگان کمک کند تا خودباوری خود را تقویت کرده و با چالش های زندگی بهتر برخورد کنند.

در زندگی روزمره باشد. ۲. تأثیرات خودباوری بر روابط اجتماعی و حرفه ای: در این بورس، می توان به تأثیرات مثبت خودباوری بر روابط دوستانه، خانوادگی و حرفه ای اشاره کرد. افزایش خودباوری می تواند باعث بهبود روابط شخصی و حرفه ای شود. ۳. نقش خودباوری در پیشرفت شغلی و تحصیلی: در این بخش، می توان به نحوه تاثیر خودباوری بر عملکرد در محیط کار و تحصیل اشاره کرد. افزایش خودباوری ممکن است منجر به پیشرفت در حرفه و تحصیلات شود. ۴. راهکارهای مقابله با استرس و اضطراب با استفاده از خودباوری:



چرم

Mashad Leather

www.mashadleather.com

@mashadleatherco

زیبای ایرانی، ایرانی زیبا



# اصل و ماندگار



www.mashadcarpet.com

@mashadcarpet

شماره تماس روابط عمومی: ۰۵۱-۳۵۴۲۲۱۷۰

شماره تماس واحد فروش: ۰۲۱-۲۲۰۱۲۷۵۰

