



خبر

فقط ۲۵ درصد کودکان ایرانی به مهد کودک می روند

ایرنا: معاون امور اجتماعی سازمان بهزیستی کشور گفت: فقط ۲۵ تا ۲۸ درصد کودکان ایرانی تا پایان پنج سال به مهد کودک می روند. حبیب الله مسعودی فرید افزود: تمام کودکان بویژه کودکان در خانواده‌های دهک‌های پایین درآمدی، باید به آموزش مهدها، دسترسی داشته باشند. وی اظهار داشت: امسال با همکاری صدا و سیما و خیرین در نظر داریم خدمات آموزشی مهدها را به کودکانی که در این مراکز نیستند، ارائه دهیم و اعتبارهای لازم برای این کار نیز تأمین شده است.

سلامت مردم حلقه مفقوده تبلیغات صدا و سیما

خانه ملت: عضو کمیسیون بهداشت و درمان مجلس با یادآوری اینکه منافع و سلامت مردم در تبلیغات صداوسیما باید مدنظر قرار گیرد، گفت: منافع ملی و سلامت مردم باید بر منافع اقتصادی ار حجتیت داشته باشد. حیدرعلی عابدی گفت: صدا و سیما نباید برای تأمین منافع اقتصادی نسبت به تبلیغات گمراه کننده اقدام و به سلامت مردم بی توجه باشد.

وی تصریح کرد: متأسفانه صداوسیما نسبت به تبلیغ مواد آرایشی، بهداشتی و غذایی اقدام می کند این در حالی است که این تبلیغات بدون اخذ مجوزهای لازم از وزارت بهداشت و سازمان غذا و دارو صورت گرفته و سلامت آن ها مورد تأیید نیست.

بدهی ۹هزار میلیاردی بیمارستان ها به مراکز پخش دارو



خانه ملت: عضو کمیسیون بهداشت و درمان مجلس نسبت به خطر ورشکستگی مراکز پخش دارو و تجهیزات پزشکی هشدارداد و گفت: بیمارستان ها ۹ هزار میلیارد تومان به مراکز پخش دارو بدهکار هستند. همایون هاشمی با تأکید بر اینکه در بستر زمان این ۹هزار میلیارد تومان افزایش پیدا می کند، افزود: برای حل مشکل بدهی بیمه‌ها به مراکز درمانی و مطالبات مراکز پخش دارو تجهیزات پزشکی از بیمارستان‌ها رئیس جمهور باید سرانه منطقی تعریف کرده و از سبوی اجرائی گایدلاین‌ها را تکمیل کند، زیرا گایدلاین به عنوان یک چراغ راهنما هزینه‌های حوزه بهداشت و درمان را کاهش می دهد.

بیمه زنان خانه‌دار در دولت یازدهم بر زمین ماند

فارس: یک نماینده مجلس نهم اظهار داشت: ما همچنان منتظر ارائه لایحه بیمه زنان خانه‌دار از سوی دولت هستیم. لاله افتخاری گفت: بیمه زنان خانه دار لایحه گره گشایی برای زنان و خانواده بود که در دولت یازدهم به آن توجهی نشد. وی با اشاره به اینکه معاونت امور زنان و خانواده ریاست جمهوری وعده داده بود که لایحه‌ای برای اجرای بیمه زنان خانه‌دار ارائه می دهد، اظهار داشت: ما همچنان منتظر ارائه لایحه بیمه زنان خانه‌دار از سوی دولت هستیم. افتخاری ابراز داشت: دولت یازدهم طرح جامع جمعیت و تعالی خانواده را رها کرده است. این طرح به پنهان مالی متوقف شده است.

محدودیت ایجاد دارو خانه‌ها برداشته می شود

خانه ملت:عضو کمیسیون اجتماعی مجلس با یادآوری تغییر آیین نامه وزارت بهداشت در صدور مجوز تأسیس دارو خانه‌ها، گفت: بر این اساس رفع محدودیت در دستور کار وزارت قرار می گیرد. رسول خضری درباره جریمه ۱۰۰ میلیون تومانی وزارت بهداشت از سوی شورای رقابت، افزود: واقعیت آن است که ضرورت تغییر آیین نامه مربوط به راه اندازی دارو خانه‌ها و صدور مجوز برای تأسیس آن در وزارت بهداشت پدید آمده تا این آیین نامه مشمول تغییراتی شود.

وی ادامه داد: در آیین نامه وزارت بهداشت، به دانشگاه‌های علوم پزشکی تفویض اختیار شده تا دارو خانه‌هایی در سطح شهر راه اندازی شود اما بدون شک این روند نیازمند اصلاح است زیرا باید محدودیت‌ها برداشته شده تا افراد به ویژه دانش آموختگان بتوانند وارد بازار کار شوند.

۳۰۰۷۳۷۲۷۴ سامانه پیامکی صفحه اجتماعی

انتقادها، پیشنهاده‌ها و ایده های خود را از طریق این پیامک به گروه اجتماعی ارسال فرمایید.

چهل روز از فاجعه معدن یورت گذشت

دفن وعده‌ها در کنار معدن کاران

ا جامعه:امیر امجدی شیروان، بیش از ۴۰ روز

از فاجعه بزرگ معدن زمستان یورت آزادشهر و جان باختن ۴۳ نفر از کارگران این معدن می گذرد اما خانواده‌های این جان باختگان در کنار تحمل رنج بزرگ فقدان سرپرست از عملی نشدن وعده‌های مسکن، بیمه، مستمری و قول های دیگر مسئولان گله دارند.

مطالبات خانواده‌های بازماندگان

همسر یکی از جان‌باختگان معدن زمستان یورت آزادشهر به خبرنگار تسنیم گفته است: حقوق عقب‌افتاده همسرم تنها تا ۳ ماه پرداخت شده است. تاکنون برای تهیه مسکن هیچ اقدامی انجام نشده و با وجود ۳ فرزند، مبلغ ۷ میلیون تومان اقساط عقب‌افتاده مسکن دارم که همسرم در حال ساخت بود.

وی تصریح می کند: در حال حاضر از بیمه این جان‌باختگان خبری نشده و امید داریم قول ها و وعده‌های مسئولان عملی شود.

همسر محمود کنیخ‌وطن از دیگر جان‌باختگان معدن آزادشهر هم می گوید: از زمان فوت همسرش جزمیلغی که به عنوان کمک به مراسم تدفین و ختم پرداخت شده، مبلغ دیگری هنوز پرداخت نشده است.

وی می افزاید: هنوز نه بیمه نه مستمری و نه هیچ اقدامی صورت نگرفته و ما با باری از بدهی و ناراحتی از دست دادن همسر با ۲ پسر ۱۲ و ۶ ساله، زندگی می کنم.

حمیده گنجی خواهر ابراهیم گنجی یکی دیگر از جان‌باختگان این حادثه در حاشیه اظهار می دار: برادرم حداقل حقوق را در زمان حیات خود پس از چندماه دریافت می کرد و اکنون پس از چهل روز هیچ حقوقی به همسر وی پرداخت نشده است. *** خانواده قربانیان مستمری بگیر نشده اند** دبیر کل کانون عالی انجمن های صنفی کارگران کشور به خبرنگار ما می گوید: همان روز وقوع حادثه به منظور آگاهی یافتن از تعداد دقیق قربانیان و بررسی زوایا و علل پنهان این اتفاق درخواست کمیته حقیقت یاب کردیم. خصوصاً اینکه یازدهمین وزارت کار، نیم ساعت قبل از حادثه در محل معدن حضور داشته و نسبت به شرایط کار در این معدن تذکر داده و با آن را تأیید کرده‌اند. علاوه بر آن نیاز به شفاف سازی توسط این کمیته مبنی بر تعیین دقیق کارفرمای معدن و دانستن شخصیت حقیقی یا حقوقی او احساس می شد. اما تاکنون گزارشی شفاف از عملکرد این کمیته ارائه نشده است.

هادی اِیو

افزاده می کند:

هنوز با گذشت بیش از چهل روز از حادثه، فاش نشده است که این معدن وابسته به کدام نهاد یا پیمانکاری است. خانواده‌های این متوفیان مشکلات بزرگ معیشتی دارند که با برقراری مستمری تا حدودی حل خواهد شد. وی به دریافت بیمه بیکاری اشاره کرده و می گوید: در حوزه بیمه بیکاری، کارگرانی که در این مدت بیکار شده‌اند، بیمه بیکاری دریافت می کنند اما خانواده‌های کارگران فوت شده مستمری بگیر نشده‌اند و کار خاصی برای آن‌ها انجام نشده است. این فعال حوزه کارگری با تأکید بر پیگیری اوضاع این خانواده‌ها اضافه می کند: در این حادثه دلخراش که سبب جان باختن بیش از ۴۳ نفر از کارگران معدن و زخمی شدن بیش از ۱۰۰ نفر شد، خانواده‌های جان باختگان و افکار عمومی انتظار دارند مطالبات به حق این معدن کاران پرداخت و

آنچه می‌خوانید

با وجود گذشت ۴۰ روز از حادثه معدن یورت، خانواده‌های قربانیان این حادثه می‌گویند به مطالبات و خواسته‌های آن‌ها توجه نشده است. به گفته برخی از مسئولان هنوز هستند کارگرانی که در تماس و پیگیری‌های مکرر عنوان می‌کنند از لحظه وقوع حادثه، حقوق و بیمه بیکاری دریافت نکرده‌اند

عضو مجمع نمایندگان استان گلستان نیز با اعلام اینکه هنوز برای خانواده معدن کاران فوت شده و معدن کاران بیکار اقدامی مؤثر صورت نگرفته به خبرنگار ما می‌گوید: پس از حادثه معدن زمستان یورت و حضور رئیس‌جمهور در محل حادثه، ایشان قول‌هایی را مبنی بر پرداخت ۵۰ میلیون تومان ودیعه مسکن، کمک هزینه مراسم ترحیم و مستمری خانواده‌ها دادند. وعده‌هایی که تاکنون عملی نشده است.

دستگیری قاتل هفت تیر کش مرد دلار فروش

خط قرمز/ عامل جنایت خیابان فردوسی که با شلیک چندین گوله اقدام به کشتن مرد دلار فروش کرده بود، در مخفیگاهش در شهر محمديه دستگیر شد...



خط قرمز/ عامل جنایت خیابان فردوسی که با شلیک چندین گوله اقدام به کشتن مرد دلار فروش کرده بود، در مخفیگاهش در شهر محمديه دستگیر شد...

مطابق

۱۶

صادرات تابستانی ایران ستاره هایی که مشتری خار جی دست به نقد دارند



ورزش/ نتایج خوب تیم ملی ایران در مقدماتی جام جهانی و درخشش برخی بازیکنان فوتبال ایران باعث شده که فعالان بازار نقل و انتقالات به تابستان پیش رو امید...

یادداشت

جواد صیوحی

به رفتار مترسک‌ها نخندید

حکایت کوتاه و تأمل برانگیزی را از جبران خلیل جبران، شاعر و نویسنده لبنانی می‌خواندم که انگار وصف حال گروه اندکی از جماعت پیرامون ماست. حکایت را بخوانید تا پس از آن بهتر بتوانیم به کنه این اثر تباطی پی ببریم.

... یک بار به مترسکی گفتم: لابد از ایستادن در این دشت خلوت خسته شده‌ای. گفت: لذت ترساندن، عمیق و پایدار است، من از آن خسته نمی‌شوم. دمی اندیشیدم و گفتم: درست است، چون که من هم مژه این لذت را چشیده‌ام.

گفت:فقط کسانی که نتشنان از کاه پر شده باشد، این لذت را می‌شناسند ...»

سه سال پیش، پس از ماجرای اسیدپاشی‌های اصفهان خوره عجیبی به جان عده‌ای افتاد تا با سوء استفاده از فضای بحرانی آن روز و ذهنیت غالب بر جامعه، بطری آب به دست، بی پروا در خیابان‌های شهرها جولان دهند و با خالی کردن آن بر روی عابران از دین و وحشت‌زدگی مردم لذت ببرند.

جمعه گذشته نیز پس از حوادث تروریستی تهران گروهی بیمار با سوءاستفاده از فضای روانی ناشی از این اتفاق، در شب قدر، با منفرج کردن مواد بکار رفته در یک مخزن زباله در حوالی آستان مقدس حضرت عبدالعظیم، گروهی از مردم را ترساندند و بی شرمانه به ترس آن‌ها خندیدند.

جماعتی نیز در یکی از خیابان‌های پر تردد تهران پس از عبور از میان مردم با خودرو رتقای را روشن و به میان جمعیتی که برای راز و نیاز در شب قدر و رفتن به مساجد در حال عبور بودند، رتاب کردند.

نظیر این اتفاق هر روز بگونه‌ای دیگر در گوشه‌ای از شهرهای کشور بویژه برای زنان و دختران رخ می‌دهد و گروهی بیمار از حس کثیف خود خط می‌برند.

تا دلالت نخواهد فضای مجازی نیز لبریز از تصاویر و کلیپ‌های متعددی است که فرد یا گروهی با ابزارهای مختلف روح و روان دیگران را به بازی می‌گیرند و متأسفانه من و شما نیز گاه و بیگاه از هراس عمیق در وجود آن‌ها می‌خندیم.

«کلیپ خنده دار دوربین مخفی زنده شدن مرده و ترساندن مردم، ترساندن بچه ها، آموزش ترساندن همسر، کلیپ ترساندن مادر توسط بچه اش، دوربین مخفی باحال شلیک گلوله و ترساندن مردم، ترساندن مردم با اره برقی، تیر و چاقو در خیابان‌های شهر و...» متأسفانه این‌ها مشتی است نمونه خوار از اختلال روانی هراس عمیق در وجود آن‌ها می‌زنند. عریان‌ی که علاوه بر شبکه‌های مجازی، مصادیقی از جنس فریگی‌اش را هم می‌توان در رسانه اخلاق مدار ملی خودمان دید. عشن عجب این عده برای نشانه رفتن و به سخره گرفتن احساسات جمعی دیگران یا هر نام چه تفریحات رودگذر و چه واکنش زشت هیجانی و با اختلال روانی خوانده شود در درامدت به بروز بحران‌های عمیق رفتاری در جامعه می‌انجامد.

کافی است قدری به گذشته برگردیم تا هویت بذر معیوبی که اینک پس از سال‌ها در نتیجه سکوت نظام تربیتی سر از نهاد جامعه بر آورده، بیشتر برایمان آشکار شود. شاید اگر آن روز قبح رفتار یک همکلاسی در کلاس درس و ایجاد ترس در دل معلم کلاسمان بسادگی نمی شکست، امروز ما پشت نیمکت نشین‌های ایام شباب، بی تفاوت از کنار رفتارهای مترسک‌های متحرک در خیابان‌های شهر نمی گذشتیم.

خلاصه آنکه فراموشمان نشود، خشونت خوش خیم ایجاد هراس در میان مردم اگر با تدابیر مسئولان انتظامی و پیش از آن نهادهای فرهنگی جامعه درمان نشود به خشونتی بدخیم بدل خواهد شد که سلامت تمامی پیکره جامعه را تهدید خواهد کرد.

خبر

رئیس کمیسیون گردشگری اتاق ایران عنوان کرد جذب ۲۰ میلیون گردشگر در گرو یک سند

تسنیم:رئیس کمیسیون گردشگری اتاق ایران اعتقاد دارد تدوین سند راهبردی توسعه گردشگری با مشارکت بخش خصوصی موجب دستیابی به چشم انداز جذب ۲۰ میلیون گردشگر طی سال های آینده خواهد شد. احمد اصغری گفت: اگر راهبردهای صنعت گردشگری به خوبی تدوین شود می توانیم به چشم انداز جذب ۲۰ میلیون گردشگر طی سال‌های آینده دست یابیم. وی ادامه داد: بر این اساس موضوعاتی مانند برون سپاری امور مربوط به صنعت گردشگری باید مورد توجه قرار بگیرد. اصغری تصریح کرد: خوشبختانه در بند الف ماده ۱۱۵ لایحه برنامه ششم ایجاد زیرساخت‌های مورد نیاز مناطق گردشگری از قبیل راه، خدمات رفاهی و مسکونی، استفاده از ظرفیت بخش خصوصی در سرمایه‌گذاری و به خوبی دیده شده که امری قابل تحسین است. وی افزود: باید اذعان کرد که متأسفانه یکی از عللی که برخی از اسناد نگارش شده عملیاتی نمی‌شود، متفق نمی‌شود، توجه نکردن به زمان شروع و اتمام اقدامات است.

رئیس مرکز سنجش آموزش پزشکی این وزارت‌تخانه خبر داد شکایت وزارت بهداشت از ۴ داوطلب آزمون دستیاری

ایرنا:رئیس مرکز سنجش آموزش پزشکی وزارت بهداشت از تخلف چند داوطلب و شکایت این وزارت از آنان خبر داد. حسین پور کاظمی گفت: یکی از داوطلبان خاتم آزمون دستیاری در کرمان کارنامه خود را با حذف نام خود در فضای مجازی منتشر کرده‌است و خانم دیگری که داوطلب این آزمون در تهران بوده به نام رضوان...، این کارنامه را برداشته و با نام خود و با دستکاری و تغییر تمام نمرات و رتبه‌ها، آن را منتشر کرده است. وی افزود: در واقع داوطلب دوم با این کار تشویش اذهان عمومی کرده است و با دستکاری در اسناد رسمی شائبه ایجاد کرده است. پور کاظمی گفت: وزارت بهداشت از هر دوی این داوطلبان شکایت کرده و آنان را به دستگاه قضایی معرفی کرده است، مطابق قانون دستکاری در اسناد رسمی و تشویش اذهان عمومی جرم است.

عضو کمیسیون بهداشت و درمان مجلس عنوان کرد قاجاق سالانه ۷۰۰ میلیون دلار تجهیزات پزشکی در کشور

خانه ملت: عضو کمیسیون بهداشت و درمان مجلس، گفت: ۱۵ میلیارد دلار کالای قاجاق به کشور حدود ۶۰۰ تا ۷۰۰ میلیون دلار مربوط به تجهیزات پزشکی است. محمد نعیم امینی فرد گفت: کالاهای سلامت محور باید از استانداردهای کیفی لازم برخوردار باشند، با توجه به اینکه این کالاهای سلامت و جان مردم در ارتباط هستند باید به ارتقای کیفیت آن‌ها توجه کرد. وی با بیان اینکه به طور کلی تا حدودی مقابله با قاجاق کل کالا نسبت به گذشته بهبود پیدا کرده است، گفت: حدود ۲۵ میلیارد دلار قاجاق کالا در کشور وجود داشت که در دو سال گذشته این میزان به حدود ۱۵ میلیارد دلار رسیده‌است، البته ازاین مقدار تخمین زده می‌شود که حدود ۶۰۰ تا ۷۰۰ میلیون دلار مربوط به قاجاق تجهیزات پزشکی است.

در سیاست‌ها و برنامه‌ریزی‌ها جایی برای دست اندر کاران این رشته دیده نشده است. در حالی که قشر بی‌پناهی که از این سیاست‌ها و تصمیم‌ها آسیب می‌بیند و هیچ کس نیز خود را موظف به پاسخگویی آن‌ها نمی‌بیند، کارکنان آزمایشگاه‌ها هستند.

رئیس انجمن اردبیلوزی ایران نیز می‌گوید: هیچ کس متکر ضرورت رشد دیگران نیست، اما افرادی که در این طرح به آن‌ها اشاره می‌شود در کنکورهای پزشکی تحصیل نکرده و دارای دکترای میدکل و پزشکی نیستند. از این رو به هر درجه هم برسد دارای نظام پزشکی نمی‌باشند. در حالی که براساس این ابلاغیه گروه‌های یادشده بعد از ادامه تحصیل می‌توانند دکترای تخصصی بگیرند. در حالی که در رشته علوم آزمایشگاهی نیز امکان دریافت دکترای تخصصی برای فعالان این حوزه در رشته‌هایی مانند حفاظت، فیزیک و وجود دارد. دکتر جلال شکوهی می‌افزاید: در تمام دنیا زمانی که کارشناسان یک حوزه به حیطه فعالیت تسایر تخصص‌ها ورود پیدا می‌کنند که شرایط جامعه همانند زمان جنگ اضطرابی باشد. درحالی که امروزه با وجود دانش آموختگان و فعالان حوزه علوم آزمایشگاهی و باتالوژیست‌ها نیازی به فعالیت دیگر تخصص‌ها در این مقوله دیده نمی‌شود.



عرصه نیست و باری از دوش فعالان آن بر نمی‌دارد که سبب بی‌انگیزی و سرخوردگی فعالان علوم آزمایشگاهی می‌شود. این در حالی است که همچنان شاهد جدال پایان ناپذیر ورود و فعالیت گروه‌های مرتبط با غیر مرتبط در این عرصه هستیم که به دلیل اجرانشدن قانون ادامه دارد. هدیه نعمتی همچنین خاطرنشان می‌کند: از دیگر چالش‌های این حوزه آن است که ظرفیت رشته‌ها با ظرفیت بازار کار همخوانی ندارد. از همین رو تصمیمات اشتباه را در واقع اینگونه تصمیم‌ها نه تنها گره گشایی مشکل این

که از سوی کارشناسان آزمایشگاه اعم از آزمایشگاهیان بالینی و آسیب شناسان مطرح می‌شود این است که جایگاه آن‌ها در کجای تصمیم‌گیری و اجرای این طرح‌هاست؟ وی با اشاره به وجود چشمداشت‌های مادی در این قضیه ادامه می‌دهد: براساس نیازهای جامعه آزمایشگاهیان و مراکز بسیاری که بدون مسئول فنی اداره می‌شود تأکید بر اجرای سه دوره آموزشی ۱۵ نفره یعنی ۴۵ نفر نمی‌تواند کمبود نیروی انسانی در این حوزه را برطرف و جبران کند. در واقع اینگونه تصمیم‌ها نه تنها گره گشایی مشکل این

مسئله دکتر نوبخت حقیقی، رئیس کمیسیون بهداشت طی نامه‌ای خطاب به وزیر بهداشت خواستار مراعات‌ماندن آیین نامه مورد اشاره شد تا بعد از انجام ارزیابی‌های لازم و تعامل بین کمیسیون یادشده و با کمک وزارت بهداشت، سازمان نظام پزشکی و انجمن‌های علمی تصمیمی مؤثر اتخاذ شود. از این رو پیش‌بینی می‌شود تا حدود یک ماه دیگر تکلیف این ابلاغیه و وضعیت گروه‌های ذی نفع آن مشخص شود تا هیچ گروه و قشری زبانی را متحمل نشوند.

هدیه نعمتی، عضو هیئت رئیسه جامعه صنفی آزمایشگاهیان بالینی کشور در این باره می‌گوید: چرا این قانون پس از سال‌ها مسکوت ماندن حال با تغییرات بسیار و ناگهانی برای سه دوره به عنوان آزمایشی پیشنهاد شده است. آیا همچنان بایدشاهد اجرای برنامه‌ها بر اساس آزمایش خطا باشیم؟

آیا نمی‌توان با توجه به ضرورت‌های موجود به احیای دکترای حرفه‌ای علوم آزمایشگاهی اندیشید؟ نکته دیگری

سرهنگ مهدي کاکاون رئيس پليس فتا تهران بزرگ با تاکيد بر اينکه هيچ شکايتي از سوي مسئولان آموزش و پرورش ميني بر شناسايي فروشندهگان سؤالات لو رفته امتحانات نهايي در شبکههاي اجتماعي به دست اين پليس نرسيده است، توضيحاتي را دربارۀ فروش سؤالات امتحاني ارائه داد. وي در خصوص ماجراي فروش سؤالات لو رفته امتحانات دانش آموزان و اظهارات مطرح شده ميني بر خريد و فروش سؤالات به برخي شبکههاي اجتماعي اظهار داشت: به دنبال اطلاع ماکزاملان در پليس فتا از فعاليت برخي افراد در شبکههاي اجتماعي در خصوص سؤالات امتحانات نهايي و همچنين گزارش آموزش و پرورش ميني بر اعداي برخي افراد ميني بر داشتن سؤالات امتحاني و فروش آن‌ها به دانش آموزان، موضوع در دست بررسي قرار گرفته، وي با تاکيد بر اينکه در تمام بررسي‌هاي انجام شده پليس فتا، سوي مستنداتي ميني بر صحت ادعاي لو رفتن سؤالات امتحانات نهايي به دست تلميذ، افروزد در تحقيقات انجام شده پليس، نهيان به کلامبردار که مدعي فروش سؤالات امتحانات نهايي بودند شناسايي و دستگير شدند و مشخص شد ادعاي اين افراد ميني بر داشتن سؤالات اصلي، کذب است و اين افراد با وعدههاي دروغ از دانش آموزان کلامبرداري مي‌کردند. رئيس پليس فتا تهران بزرگ در پايان خاطرنشان کرد: تا اين لحظه هيچ شکايتي از سوي آموزش و پرورش ميني بر شناسايي فروشندهگان سؤالات اصلي امتحانات نهايي به دست پليس فتا پايخت نرسيده است و در بررسي‌هاي ما گراندنگاه سه کلامي که مدعي فروش سؤالات اصلي امتحانات نهايي بودند، شناسايي و با تلاش پليس دستگير شدند.

می گفتند تا زمانی که پول را نگیرند رها می کنند.

با افسای این ماجرای هولناک، کاراگاهان از پدر مرد جوان
پرونده شده خواستند به بهانه پرداخت بخشی از پول با
گروگانگیران تماس بگیرند. بدین ترتیب تهرکران در قرار
صوری از سوی پلیس دستگیر شدند که تحقیقات در این
باره ادامه دارد.

روز بعد مأموران پلیس دماوند به دنبال تماس فرد میانسالی با خود را به چاه ستره کهای در کنار یک باغ رساندند. این مرد به پلیس گفت: در حال حاضر از کنار چاه یادم که صدای دماوند به گوشم رسید. این تصور کرد که پلیس این شدماد. اما قدم بعدی را که برداشتم دوباره صدایی شنیدم. وقتی به سراغ دماوند رفتم متوجه شدم مأموران پسری داخل چاه است. دیدم که به تماس پلیس پاسخ می‌دهد و در نهایت بلافاصله وارد عمل شده و سر و جان را از چاه بیرون کشیدند. مرد نیمه جان به مأموران گفت: راننده یک شرکت مسافری هستم. چند روز قبل او مرد افغان و یک مرد ایرانی به عنوان سافرم سوار ماشین شد. آن‌ها از من خواستند که دماوند به همراه من به این محل رسیدیم مردان ناشناس تلف همراه او سوییچ ماشین را گرفته و مرا داخل چاه حبس کردند. بعد هم در تماس با خاندانم از آن‌ها مبلغ ۵۰۰ میلیون تومان برای آزادی‌ام خواستند. این مدت در چاه زندانی بودم و هر روز به سراغم می‌آمدند، مقلری آب و غذا می‌دادند و



ATI
Tour & Travel Agency
شرکت خدمات مسافرت هوایی، جهانگردی و زیارتی

فرخ ویژه

مشهد کوالالمپور مشهد

مشهد بانکوک مشهد






۲۵ سال تجربه و خدمت

سفر آتی با آتی

www.atitravel.com

۳۸۴۳۱۹۱۹ _ ۳۸۶۸۹۲۴۶ _ ۳۸۸۰۸

شماره مناقصه: ۳۵-۹۶

لوحه دوم

آگهی مناقصه

۱. نام مناقصهگذار: شرکت توزیع برق فارس به آدرس: خیابان معدل، حدفاصل فلسطین و ملاصدرا
تلفن: ۸۰-۳۲۳۱۹۳۴۴ تلفن امور تدارکات: ۳۲۳۱۷۸۶۹

۲. موضوع مناقصه:

خرید فیوز کت اوت تیغه ای از تولیدکنندگانی که دارای گواهی تأیید صلاحیت یا شرکت توانیر می باشد (از محل طرح های عمرانی)

۳. زمان دریافت اسناد مناقصه: در ساعت اداری (از ساعت ۷/۳۰ الی ۱۴/۳۰) از تاریخ ۹۶/۳/۲۹ لغایت ۹۶/۴/۳ به مدت ۵ روز کاری

۴. مدارک مورد نیاز جهت تحویل اسناد مناقصه: قیض واریزی به مبلغ ۲۰۰/۰۰۰ ریال واریز به حساب جاری شماره ۷۸۶۰-۷۸۶۰ بانک تجارت شعبه فلسطین شیراز

۵. آدرس محل دریافت اسناد: دسترسی به اسناد مناقصه از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به نشانی www.setadiran.ir امکان پذیر می باشد.

۶. زمان تحویل اسناد: ساعت ۸ صبح روز شنبه مورخ ۹۶/۴/۱۷

۷. محل برگزاری مناقصه: شرکت توزیع نیروی برق استان فارس، طبقه اول، دفتر معاونت پشتیبانی

۸. زمان یا کشایی پاکت: پیشنهادهای واصله ساعت ۱۰ روز دوشنبه مورخ ۹۶/۴/۱۹ با حضور اعضا، کمیسیون مناقصه باز و قرائت می گردد. به پیشنهادهای فاقد اعضا، مشروط، مخدوش و پیشنهادهائی که بعد از موعد مقرر در بند ۶ آگهی مناقصه واصله شود ترتیب اثر داده نخواهد شد.

۹. ذکر شماره مناقصه روی پاکت الزامی بوده و حضور پیشنهاد دهندگان در جلسه آزاد است.

۱۰. تضمین شرکت در مناقصه: مبلغ ۷۸۰۰۰۰۰۰۰ ریال که به صورت ضمانتنامه معتبر بانکی، چک بانکی یا چک تضمین شده در وجه مناقصهگذار یا مطالبات بلوکه شده توسط امور مالی این شرکت می باشد که بایستی در پاکت الف قرار گرفته و همزمان با سایر پاکتات تحویل مناقصهگذار گردد ضمناً تضمین کمتر از مبلغ یاد شده یا سایر موارد (چک شخصی وجه نقد و...) قابل قبول نمی باشد.

۱۱. شرکت توزیع برق فارس در رد یا قبول کلیه پیشنهادات مختار می باشد.

۱۲. مناقصه در ۲ جلسه برگزار می گردد.

۱۳. پرداخت هزینه حمل و کسورات قانونی به عهده برنده مناقصه می باشد.

۱۴. سایر اطلاعات و جزئیات مربوط در اسناد مناقصه مندرج است.

شرکت توزیع نیروی برق استان فارس (سهامی خاص)



امروز استرالیا – آلمان ۱۹/۳۰

تیم دوم و کینه دیرینه «لو» از تورنمنت

دهن کجی آلمان به جام کنفدراسیون ها؟

ورزش: شاید آلکسی سورو کین مسئول کمیته برگزاری رقابت‌های جام کنفدراسیون‌ها حق داشت که چند روز پیش تصمیم آلمان برای عدم شرکت دراین مسابقات را با تیم اصلی این کشور مورد انتقاد قرار داده بود.
بلیط بازی های جام کنفدراسیون ها (حتی بلیط های دیدار های تیم ملی روسیه) هنوز به طور کامل فروش نزفته و تصمیم جنجالی یواخیم لو هم مسلما به مذاق مسئولان برگزاری خوش نیامده است. کروس، مولر، اوزیل و هوملز جزو بازیکنان هستند که لو به آنهااستراحت داده و نویر، هودودس و گوئزه از مدت ها پیش عدم حضورشان دراین مسابقات حتمی شده بود.

مری ژمن ها به هفت بازیکن که حتی یک بازی هم در کارنامه نداشته اند به روسیه امده و حالا باید یک تنه از همه این اتهامات دفاع کنند. سورو کین حتی با طعنه گفته بود که شاید لو خرافاتی است و با این تصمیم نمی خواهد تیمش برنده جام کنفدراسیون ها شود. چراکه همواره تیم برنده جام کنفدراسیون‌ها در دوره بعدی جام جهانی ، ناکام بوده است. این در واقع استراتژی اصلی یواخیم لو خواهد بود؛ برای او اینکه تیمش فینالیست جام کنفدراسیون‌ها باشد هیچ اهمیتی ندارد بلکه فقط به ۱۲ ماه بعد فکر می کند. لو به صراحت گفته که می خواهد سه یا چهار بازیکن خود را با آمادگی کامل به جام جهانی بفرستد. ژرمن ها در روزهای اخیر در هوای آفتابی سوچی برای بازی امروزمقابل استرالیا تمرین کرده اند.

کانگوروها به دنبال آبروداری

ورزش: «انج پوستوگلو» مربی استرالیا در کنفرانس خبری در آستانه دیدار با آلمان گفت که تیمش برای شو که کردن حریف به مصاف قهرمان جهان می رود. قهرمان آسیا هنوز نتوانسته سیستم ۴-۲-۱ تا۳-۰مراجراچوانه پوستوگلو را به معنای واقعی در میادین اجرا کند. مربی کانگروها گفته که هیچکس در اردوی این تیم، جوانانی بی تجربه به آلمان را دست کم نخواهد گرفت. از نظر او آلمان بی دلیل به مقام قهرمانی جهان دست نیافته و بازیکنان این تیم انگیزه زیادی برای درخشش در روسیه دارند. پوستوگلو تأیید کرد که تیمش باید در بهترین شرایط ممکن به مصاف آلمان بشتابد در غیر این صورت به هیچ وجه تأثیرگذاری لازم را روی تیم حریف نخواهد داشت. «ما در خط میانی بازیکنانی خوبی داریم و پرتعداد هستیم و در خط حمله می توانیم از کناره ها خطرناک ظاهر شویم. من از سیستمی که در تیم اجرا کرده ام واقعا رضایت دارم. این چیزی است که من همیشه قبل از تشکیل جلسه مجمع انتخابات با دوستانش شرایط برای همه را به رسمه مسابقه آمادگی کامل داشته باشند. استراتژی اصلی او رساندن نماینده آسیا به نیمه نهایی جام کنفدراسیون هاست. این تورنمنت برای ما حکم جنگ را خواهد داشت. بین بازی ها نسبت به جام جهانی وقت استراحت خیلی کمی داریم و زمان زیادی را هم در سفرهای بین شهری می گذرانیم. اینکه تیم ما هر چه بازی ها رو به جلو می روند، تا چه اندازه سلامتی خود را حفظ می کند، اهمیت خیلی زیادی خواهد داشت. با اینکه تعداد مسابقات از پنج بازی فراتر نمی رود، ولی فشار فیزیکی و سرعت برگزاری رقابتهای می تواند برای ما مشکل ساز باشد

هنوز هیچ تیمی برای حضور در لیگ بر تر اعلام آمادگی نکرده است

والیبال خراسان گرفتار در تور وعده های تو خالی!

هاشم و سانی فر: روزمجمع انتخابات ریاست هیئت والیبال خراسان رضوی بزرگترین ادعایی که رئیس منتخب داشت این بود که والیبال استان قطعا در لیگ بر تر نماینده خواهد داشت.حسین زاده حتی با رافرا از این گذاشت و مدعی شد قبل از تشکیل جلسه مجمع انتخابات با دوستانش شرایط تیمداری در لیگ را بررسی کرده و حتی با اسپانسرهای لازم برای حمایت از نماینده لیگ برتری خراسان رضوی هم به توافق رسیده است.
اینکه رئیس جدید هیئت در شرایطی که داشتن تیم در لیگ اصلا اولویت کاری یک هیئت نمی تواند باشد با این چنین شعاری رای اکثریت اعضای مجمع را سمت خودش می کشد سؤالی است که هنوز بعد از چندین ماه از برگزاری مجمع برایش جوابی پیدا نشده است!
اما در عمل باید عنوان نمود هیچ کدام از وعده های مطرح شدن از طرف هیئت والیبال خراسان رضوی در مورد مشخص شدن شرایط نماینده این استان در لیگ بر تر عملی نشده است!

***وعده های تو خالی**

تکته قابل توجه این است که در این مدت هر زمان که با رئیس یا دبیر هیئت در مورد وضعیت تیم صحبت شده است پاسخی که داده شده این بود که کار در شرف انجام است و تا چند روز دیگر تکلیف تیم مشخص خواهد شد. حتی در گزارش قبلی که در همین صفحه منتشر شد دبیر هیئت از نهایی شدن تکلیف بازیکنان تیم و انتخاب کادر فنی گفته بود! باقر سلیمان نژاد حتی واکنش در این مورد که برخی از مربیان مشهد در پی این هستند تا تیمی مستقل از تیم هیئت در لیگ برتر داشته باشند به این مورد اشاره هم کرده بود که ما از این که نماینده ای دیگر در لیگ بر تر حضور داشته باشد به عنوان متولیان هیئت والیبال خراسان رضوی حمایت خواهیم کرد. او حتی نظرش این بود که در شرایطی که همه چیز مهیا شده باشد خودش تمایل دارد در رأس کادر فنی تیم والیبالی که تحت پوشش هیئت والیبال استان است قرار بگیرد!

***سرنوشت تیم دوم مثل نماینده اول!**

از سرنوشت هنوز نامشخص نماینده هیئت والیبالی ها در

گزارش خبرنگار قدس از افتتاحیه

جام کنفدراسیون ها

رونمایی رسمی از «گرگ زایکاو»

دلارام عظیمی: جام کنفدراسیون هایی که «جانی اینفانتینو» و «بویان» از «بپ بلاتر» و دارو دستنه اش تحویل گرفتند، روز شنبه با سبخرانی های «ولادیمیر پوتین»، رئیس جمهوری روسیه و خود «اینفانتینو» در ورزشگاه کرسوفسکی سنت پترزبورگ که در روزهای اخیر حرف و حدیث های زیادی در مورد آن مطرح بوده، آغاز شد. اینفانتینو در اولین تجربه اش در یک تورنمنت بین المللی فیفا، در نقش رئیس فدراسیون جهانی فوتبال، سخنانش را با زبان روسی آغاز کرده و حاضران در ورزشگاه و صدها هزار هوادار روسی حاضر در فن زون های چهار کشور میزبان این رقابت ها را در روسیه به وجد آورد. او با گفتن کلماتی نظیر «دوستان عزیز» و «خوش آمدید» به زبان روسی، شروع رسمی این رقابت ها را به اطلاع همگان رسانده و از هر چهار شهر میزبان این رقابت ها تشکر کرد. همچنین اینفانتینو هواداران فوتبال در

سراسر جهان را دعوت کرد به روسیه بایبند تا بهترین تورنمنت فوتبال ممکن را تجربه کنند. تورنمنتی که خود او نقشه بر چیده شدن آن را از مدت ها پیش در ذهن پرورانده و تقریبا برهیچکس پوشیده نیست که آخرین دوره خود را با این سبک و سیاق سپری می کند.
آین مربوط به افتتاحیه این رقابت ها هم با حضور ۱۵۰۰ نفر که در اجراهای هنرمندانه این مراسم، نقش آفرینی می کردند به روی صحنه رفت. مراسمی که خوش ذوقی و هنرمندی در استفاده هوشمندانه از رنگ های مختلف در آن، بیش از هر چیز دیگری بیننده را به وجد می آورد. افتتاحیه ای که طبق وعده مسئولان برگزاری رقابت ها قرار بود نمایشی کاملا متفاوت را نسبت به آنچه در المپیک سوچی شهر پرسمی را آمده بود، ارائه کند و تقریبا در تحقق این وعده هم موفق بود. این مراسم با هدف معرفی فرهنگ ها و آداب رسوم مختلف در



سراسر پهناورترین کشور جهان در مدت زمان ۲۰ دقیقه اجرا شد و در پایان با فرود «گرگ زایکاو» نماد رسمی جام جهانی روسیه بر زمین و ذدن نخستین ضربه نمادین به توپ به نشانه آغاز رسمی این تورنمنت، همراه شد.
حال و هوای سنت پترزبورگ میزبان اولین بازی جام کنفدراسیون ها در روز بازی روسیه و نیوزیلند به دلیل سیل هجوم هواداران خارجی و روسی به شهر کاملا نسبت به روزهای قبل متفاوت بود. شاید باز شدن درهای فن زون به روی علاقمندان هم دلیلی برای تجمع هرچه بیشتر هوادارانی بود که تسا روزهای قبل، با توجه به عدم وجود محیطی با قابلیت های سر گرم کننده فن زون، تا حدی سرگردان در نقاط مختلف شهر پرسمی به زدن.
خیلی ها Fan ID های معروفی که روسیه در این دوره از رقابت ها در اختیار هواداران تیم ها قرار داده را دور گردن



همراه یا جام کنفدراسیون ها

دوشنبه ۲۹ خرداد ۱۳۹۶

۱۵ | ۲۴ رمضان ۱۴۳۸ | ۱۹ ژوئن ۲۰۱۷ | سی سال ام | شماره ۸۴۲۷ |

سفرنامه روسیه / ۳

یک خبرنگار اولین قربانی کلاهبرداری

روسی

ورزش: یک خبرنگار شیلیایی اولین شوک خبری جام کنفدراسیون ها را تجربه کرد. راننده روسی با هدف کلاهبرداری از دبه گو سانس ۳۸ ساله که از رادیو ADN شیلی به این رقابت ها اعزام شده، برای یک مسیر یک ساعته از فرودگاه دومودوو در جنوب مسکو تا هتسل در مرکز شهر از او درخواست ۵۰ هزار روبل (معادل ۱۱۰۰ دلار کرد.

این رقم پنجاه برابر هزینه تاکسی برای چنین مسافتی است. پلیس روسیه حدود ساعت ۵ صبح از او بازجویی کرده و روز جمعه هم بعد از دستگیری راننده تاکسی، دوباره او را به اداره پلیس فرا خوانده و راننده همه پول را به سانس پس داده و حتی به او پیشنهاد داده که در کل زمان برگزاری این تورنمنت او را به طور رایگان در مناطق مختلف شهر جابجا می کند.

پیشنهادی که سانس آن را رد کرده است. پلیس روسیه حتی به سانس گفته بود که دو بادی گارد در مدت برگزاری این تورنمنت دراختیار او قرار می دهد که خبرنگار شیلیایی این پیشنهاد را هم رد کرد.



آویخته و در ساعت های قبل از شروع مسابقه و پیش از عزیمت به سوی ورزشگاه، مشغول گشت و گذار و بازدید از نقاط تاریخی شهر بودند. خیابان های منتهی به فن زون در یک روز نیمه تعطیل توسط پلیس راهنمایی و رانندگی بسته شده بود و حضور گسترده پلیس و نیروهای امنیتی در داخل فن زون که تمامی افراد پیش از ورود به محوطه داخل آن از گیت بازرسی الکترونیکی نظیر آنچه در فرودگاه ها به چشم می خورد، عبور می کنند، به خوبی قابل تشخیص بود. این موضوع تااین امتیر در شهری نظیر مسکو پایتخت روسیه حتی اهمیتی چند برابر پیدا کرده است.

طبق اظهارات وزیر شرایط اضطراری روسیه در جریان گفت وگوی خبری با رسانه ها در روز شنبه، ۲۳ هزارنفر از اعضای این وزارتخانه برای تضمین امنیت جام کنفدراسیون ها فعالیت می کنند.

خبر

رئیس هیئت پزشکی ورزشی:

ماساژهای غیر مجاز عامل خطرناک انتقال بیماری است

ورزش: رضا گلدوزیان، رئیس هیئت پزشکی ورزشی استان خراسان رضوی، با بیان اینکه انجام هر گونه ماساژ توسط افراد بدون مجوز، غیر حرفه ای و آموزش ندیده در منازل و محل های غیر مجاز باعث انتقال بیماری های پوستی، گرفتگی عضلات و مشکلات ناشی از این دست می گردد گفت: هیئت پزشکی ورزشی آستان جهت سامان دهی ماساژورها و پیشرفت صنعت ماساژ، تدابیری برای ایجاد مراکز ماساژ استاندارد و بهداشتی، آموزش تئوری و عملی علاقه مندان و اشتغال ماساژورهایی که مجوز دارند، اتخاذ نموده است.

سید رضا گلدوزیان اعلام کرد: انجام هر گونه ماساژ در محل های غیر مجاز اعم از منازل، باشگاه ها و... که مجوزهای لازم را از هیئت پزشکی ورزشی استان و فدراسیون پزشکی ورزشی دریافت نکرده اند، تخلف بوده و متخلفین برابر مقررات به دستگاه های ذی ربط معرفی خواهند شد.

برگزاری مسابقات انتخابی تنیس دختران خراسان رضوی

ورزش: مسابقات انتخابی نفرات تیم تنیس خراسان رضوی برگزار شد. در این رقابت ها که در ده سنی زیر ۱۲ و ۱۴ سال دختران برگزار گردید، ۸ تیمسور از مشهد و نیشابور در زمین های تنیس مجموعه ورزشی سجاد با یکدیگر به رقابت پرداختند. در پایان این مسابقات مهرانه ظهوریان به قهرمانی رسید، بهار همتی نایب قهرمان شد و هانا اتنی عشری و تینا رنگویی به ترتیب سوم و چهارم شدند. نفرات برتر این مسابقات قرار است به عنوان تیم تنیس دختران خراسان رضوی به مسابقات کشوری اعزام شوند.

گلایه نائب قهرمان وزنه برداری معلولان جوان آسیا از مسئولان

ایستنا:علی سیفی، نائب قهرمان وزنه برداری معلولان جوانان آسیا گفت: خانواده او ورزش کردن رضی هستند ولی کسی که در این حد تمرین می کند و چنین عنوانی را کسب می کند، انتظار خانواده از او بیشتر می شود که با چنین تلاشی را بیشتر کنیم. صبح بدن سازی و عصر هم فقط پرس سینه کار می کنم.

علی سیفی در خصوص وضعیت رشته وزنه برداری معلولان بیان کرد: هیئت استان نمی تواند برای ما کاری انجام دهد و تنها چیزی که می تواند به ما کمک کند اسپانسر است. گلایه ما از خود مسئولان شهر مشهد است که هیچ کاری برای ما انجام نمی دهند. زمانی که از مسابقات آسیایی هم برگشتیم کسی از مسئولان به دیدار من نیامد. وی ادامه داد: الان در مجموعه ورزشی ۱۵ خرداد تمرین می کنیم که رایگان است و توقع داریم که به باشگاه ما امکانات بدهند. این باشگاه کلا دو دستگاه دارد و اگر اوضاع بهتر بشود، ر کورد ما هم بسیار بهتر می شود. علی سیفی افزود: تمام امیدم برای اینکه از طریق ورزش در آمدی کسب کنم این است که با اسپانسری پیدا شود یا اینکه مقام خوب جهانی و پارالمپیک کسب کنم. هزینه فعالیت های من را در حال حاضر خانواده پرداخت می کند. با مربی جدید در حدود ۶ ماه است که کار می کنیم و برای کسب مقام جهانی در رده بزرگسالان نیازمند مربیان بهتری هستیم. وی عنوان کرد: از معلولان می خواهم که در خانه نمانند، تعدادی از معلولان به دلیل وضعیتی که دارند، خجالت می کشند و در خانه می مانند و سر کار هم نمی روند و به حرف دیگران هم گوش ندهند. خودم تا ۱۲ سالگی از حضور در جامعه خجالت می کشیدم و بعد از ورود به ورزش خودم را پیدا کردم.

لیگ بر تر که بگذریم به ادعای مطرح شده از سوی جبار قوچان نژاد در مورد اینکه او و دوستانش به دنبال این هستند که با تشکیل یک تیم در لیگ برتر والیبال حضور داشته باشند می رسم. قوچان نژاد نیز به مانند سلیمان نژاد از انجام بسیاری از کارها برای توافقی با اسپانسری که حامی تیم تحت هدایتش در لیگ آینده باشد خبر داد اما همه چیز را منوط به جلسه ات آینده دانست و اینکه به احتمال زیاد این اتفاق خواهد افتاد و نماینده ای دیگر به جز تیمی که تحت پوشش هیئت خواهد بود خراسان رضوی در لیگ برتر خواهد داشت.

این ادعا نیز به مانند همان ادعاهایی که از سوی هیئتی ها مطرح شده هنوز که هنوز است جامه عمل به آن پوشانده

لیگ بر تر که بگذریم به ادعای مطرح شده از سوی جبار قوچان نژاد در مورد اینکه او و دوستانش به دنبال این هستند که با تشکیل یک تیم در لیگ برتر والیبال حضور داشته باشند می رسم. قوچان نژاد نیز به مانند سلیمان نژاد از انجام بسیاری از کارها برای توافقی با اسپانسری که حامی تیم تحت هدایتش در لیگ آینده باشد خبر داد اما همه چیز را منوط به جلسه ات آینده دانست و اینکه به احتمال زیاد این اتفاق خواهد افتاد و نماینده ای دیگر به جز تیمی که تحت پوشش هیئت خواهد بود خراسان رضوی در لیگ برتر خواهد داشت. این ادعا نیز به مانند همان ادعاهایی که از سوی هیئتی ها مطرح شده هنوز که هنوز است جامه عمل به آن پوشانده



مشهد میزبان مسابقات بین المللی بومی و محلی

ایستنا: محمد رضا خوش باطن، رئیس

هیئت ورزش های بومی و محلی گفت:

در تابستان دو برنامه مهم داریم. دومین دوره

المپیا د نو جوانان برای اوقات فراغت دختران و پسران روستایی و همچنین بازی های بومی و محلی بین المللی به مناسبت هفته دولت تحت عنوان جام ریاست جمهوری برگزار خواهیم کرد. امیدوارم شاهد سطح کیفی بالای این مسابقات باشیم. وی تصریح کرد: از ده کشور خارجی برای شرکت در این مسابقات دعوت کرده ایم. منتظر اعلام آمادگی این کشورها برای حضور در این مسابقات هستیم. به تیم از مشهد به عنوان تیم های منتخب به نمایندگی خراسان رضوی در این مسابقات شرکت خواهند کرد.



جدال کشتی گیران مشهدی با پاس رستم کلا

در هفته دوم لیگ بر تر

ورزش: برنامه مسابقات هفته دوم لیگ

کشتی فرنگی و آزاد کشور توسط کمیته

لیگ مسابقات فدراسیون کشتی اعلام شد. تیم کشتی خراسان رضوی نماینده کشتی استان در این مسابقات که در دیدار نخست خود در مشهد با نتیجه سنگین ۶ بر ۲ مقابل ستارگان ساری شکست خور د باید در هفته دوم این مسابقات به مصاف دیگر نماینده مازندران برود. شاگردان رضا صفایی باید در دومین رقابت خود، پنجشنبه ۲۲ تیر ماه در رستم کلا به مصاف پاس این شهر بروند. پاس رستم کلا در دیدار نخست خود در برابر ستارگان ساری، تعداد پیروزی ها را با حریف هم استانی تقسیم کرد اما در امتیاز مثبت با نتیجه ۱۶ بر ۱۵ شکست خورد.



کوهنورد جوان خراسانی: آرزویم فتح اورست است

ایستنا: امیر محمد دانایی، کوهنورد جوان

خراسانی در خصوص رزومه و عملکردش

در رشته کوهنوردی گفت: در ۱۶ سالگی

موفق شدم چهار بار قله دماوند را فتح کنم که سه مرتبه در تابلستان و یک بار در زمستان این مهم رخ داد. می توانم به جرت بگویم که تمام قله های ایران را فتح کرده ام و نخستین نوجوان خراسانی بودم که توانست به چنین افتخاری برسد.

وی افزود: این روزها در حال تمرینم ضمن اینکه می دانم که در صورت موفقیت، به اردوی تیم ملی کشورمان نیز دعوت خواهم شد. وی در خصوص آرزویش در این رشته ورزشی گفت: آرزویم این است که بتوانم در ۲۰ سالگی اورست را فتح کنم. هرچند آرزوی سختی است اما غیر ممکن هم نیست و به فتح بلندترین قله دنیا امیدوارم.

زندگی سالم

فست فود سالم بخورید

*** دکتر عزیزالله زرگران**



وقتی صحبت از فست فود و عوارض آن به میان می‌آید، منظور ترکیبات ناسالم و فراوری ناسالم آن است که منجر به تولید غذایی ناسالم می‌شود، نه سرعت تهیه و عرضه آن. به عنوان مثال، حتی می‌توان پیتزایی تهیه کرد که بسیار سالم باشد و در آن از ترکیبات سلامتافزایی همچون سبزیجات استفاده نمود. همچنین در این زمینه می‌توان به واحدهایی اشاره کرد که امروزه در کشور به عرضه سالادهای حاوی ترکیبات پروتئینی و سبزیجات متنوع می‌پردازند. بنابراین نه تنها در منزل بلکه با یک بازنگرزی اساسی در سیستم عرضه فست فود، در رستوران‌های نیز می‌توان منوهای غذایی سالم را ارائه کرد. حال وظیفه صنعت غذاست تا با تهیه منوهایی سالم، از آسیب‌رسانی فست فودها به سلامت مردم، پیشگیری کند. بنابراین پیشنهاد می‌شود اگر سرمایه‌گذارانی قصد ورود به این بازار را دارند با مشاوره کارشناسان تغذیه، منوهای کامل و سالم عرضه کنند.

همچنین باید توجه کرد که ارتباط بین مصرف شکر و بیماری‌های غیرواگیر موجب می‌شود تا در مصرف نوشیدنی‌های گازدار نیز رعایت احتیاط لازم باشد. سه آسیب عمده دواتر مصرف نوشابه‌های گاز دار وجود دارد. اول میزان کالری بالای آن‌ها، دوم آسیب رساندن به دندان‌ها و سوم تغییر ذائقه به سمت شیرین پسندی.

بنابراین در بسیاری از کشورها مالیات سنگینی بر روی نوشیدنی‌های شیرین شده با شکر و بخصوص نوشابه‌های گازدار وضع می‌شود تا با گران‌تر شدن آن‌ها مصرف کمتر شود. مطالعاتی نیز وجود دارند که تأثیر افزایش قیمت نوشابه‌های گازدار و کاهش مصرف آن‌ها را بر روی شیوع چاقی، دیابت و حتی خوردگی دندان اثبات کرده‌اند. ممکن است مصرف هر از گاه این نوشیدنی‌ها مشکل‌ساز نباشد، اما قرارگیری ثابت آن‌ها در رژیم غذایی در درازمدت می‌تواند احتمال ابتلا به چاقی، اضافه وزن و سایر بیماری‌های مرتبط را تشدید کند. بنابراین با در نظر گرفتن مصرف محدود می‌توان از نوشیدنی‌هایی با قند جایگزین که مورد تأیید سازمان‌های نظارتی و اجرایی است، آن هم با رعایت اعتدال استفاده کرد. از سوی دیگر با توجه به درج نشانگرهای رنگی بر روی محصولات غذایی که میزان قند، نمک، چربی و اسیدهای چرب تراش را با سه رنگ سبز، نارنجی و زرد مشخص کرده است، می‌توان نوشیدنی‌هایی را که از نظر میزان قند و وضعیت مناسبی دارند انتخاب کرد.

*** عضو هیئت علمی و مدیر دفتر ارتباط با صنعت انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی کشور**

کلینیک سلامت

دشمنان چشم‌هایتان را بهتر بشناسید!

ترجمه/ مریم سادات کاظمی:

همه ما بارها شنیده‌ایم که برای محافظت پوست باید از کرم ضد آفتاب استفاده کنیم، سیگار را کنار بگذاریم تا از سکنه‌های قلبی در امان باشیم، شکر کمتری بخوریم تا دچار اضافه وزن نشویم... اما معمولاً فراموش می‌کنیم که چشم‌ها به عنوان یکی از مهم‌ترین اعضای بدن نیاز به مراقبت و توجه خاص دارند. پس مهم‌ترین دشمنان چشم هایتان را بشناسید:

❖ دخایات؛ مهم‌ترین دشمن

اکرولین، تولوئن و سیانید هیدروژن سه ماده موجود در سیگارها هستند. این مواد شدت تحریک کنندگان و بروز بیماری‌های چشمی مانند آب مروارید، استحاله ماکولای وابسته به سن و استحاله عصب بینایی را تسهیل می‌کنند. اکرولین تا مدت‌های طولانی در تهیه گاز اشک‌آور استفاده می‌شد. پس اگر به سلامت بینایی خود اهمیت می‌دهید از امروز سیگار را کنار بگذارید.

❖ شکر؛ دشمن پنهان

حتما پزشک به شما توضیح داده که در صورت ابتلا به بیماری دیابت ممکن است آسیب‌های خیلی جدی بینایی به سراغتان بیاید اما شاید یادآور نشده باشد که حتی اگر دیابتی نباشید فقط میزان قند خونتان کمی زیاد باشد، می‌تواند در طولانی مدت زمینه ساز آسیب سلول‌های بینایی شود. سعی کنید بتدریج مصرف شکر را کم کنید. اگر کمبود ششیرینی خیلی برایتان مهم است از شیرین کننده‌های طبیعی مانند شربت افرا، شربت آلو و استویا در دستور خوراکی‌ها استفاده کنید.

❖ استرس و خستگی؛ دشمن خاموش

چشم‌ها هم از استرس و خستگی شلی آسیب می‌بینند. اگر شغل شما طوری است که ساعات طولانی بدون وقفه به صفحات نمایشگر نگاه می‌کنید و اوقات فراغت خود را نیز با جست‌وجوی مطالب سر گرم کنید، در این‌ترت مشغول هستید، باید منتظر خستگی شدید چشم‌ها باشید. در طولانی مدت چشم‌ها نمی‌توانند هماهنگی مطلوب را داشته باشند و در نتیجه سرگیجه، سردرد و بتدریج نزدیکبینی بروز می‌کند. در چنین شرایطی فشار کمتری روی چشم بیابورید و حتماً با چشم پزشک مشورت کنید تا تمرینات آرامش بینایی را به شما آموزش دهد.

❖ خورشید؛ دشمن فراموش شده

تشکیکه چشم در برابر پرتوهای فرابنفش آسیب پذیر است و عینک آفتابی بدون درجه محافظت در برابر این پرتوهایی تواند نقش محافظ داشته باشد. اگر در روزهای گرم تابستان و هنگام گردش کوهستانی در روزهای زمستان این نکته را رعایت نکنید، علاوه بر خطر آفتاب سوختگی و التهاب چشم‌ها، در معرض آب مروارید یا استحاله ماکولای چشمی زود هنگام نیز خواهید بود. هنگام خرید عینک آفتابی حتماً با اپتومتریست مشورت کنید تا انتخاب مطلوبی داشته باشید.

منبع: www.Top Santé.fr

ناگفته‌های متخصصان در میز گرد چالش‌های جراحی زیبایی

فریبکاران دلالان زیبایی

زندگی/ محبوبه علی پور |

این روزها جراحی‌های زیبایی در کشور ما به فراوانی انجام می‌شود.

چنان‌که ادعا می‌شود کشور ما پایتخت جراحی زیبایی بینی در جهان است. این در حالیست که به اعتقاد صاحب‌نظران، انجام این گونه جراحی‌ها در جهان رایج شده چنان‌که از هر پنج دختر کرامی یک نفر جراحی زیبایی را تجربه کرده است.

❖ ضرورت جراحی پلاستیک

گفته می‌شود سالانه ۲۵ هزار جراحی زیبایی بینی در کشور ما انجام می‌شود. علت اقبال به این مسئله چیست و آیا این مقوله را باید نشانه ضعف در حوزه سلامت دانست؟ دکتر محمد رضا شریفیان، مدیر گروه گوش، حلق و بینی دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد در جمع خبرنگاران و در بیمارستان رضوی می‌گوید: دلایل مختلفی در این زمینه قابل توجه است که می‌توان به ویژگی‌های فرهنگی اشاره کرد. چنان‌که در کشورهای پیشرفته جراحی بینی چندان نقشی در زیبایی فرد ندارد بلکه بیشتر به جراحی و شکل‌دهی بدن توجه می‌شود. دکتر حسین شباهنگ، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد نیز خاطرنشان می‌کند: گرچه اغلب جراحی‌های پلاستیک به عنوان جراحی زیبایی شناخته می‌شوند اما در حال حاضر بخش عمده‌ای از جراحی‌های پلاستیک را مباحث درمانی تشکیل می‌دهد. برای نمونه با بروز عارضه سرطان سینه، فرد مبتلا در روند درمان ناچار به جراحی و برداشتن عضو می‌شود. این در حالیست که بنا بر پژوهش‌های روانشناسان «ماسکونی» در کشور ما بیشترین اثر روحی و روانی را بر بیمار دارد چنان‌که در اولین واکنش، فرد بیمار می‌پرسد: آیا امکان بازسازی عضو وجود دارد؟ این بر شرایطی است که در کشورهای غربی «برداشتن رحم» برای زنان مسئله جدی‌تری است و ماهیت جنسی فرد را زیر سؤال می‌برد.

وی با تأکید بر ضرورت انجام کار تیمی و چند درمانی در بیماری‌ها ادامه می‌دهد: زمانی که فردی با ابتلا به سرطان سینه مراجعه می‌کند، از همان آغاز روند درمان باید تیمی مشترک از جراح عمومی، روتاینزشک، جراح ترمیمی و دیگر تخصص‌ها حضور داشته باشند تا چالش‌های این عارضه‌اثر کمتری بر زندگی فردی و خانوادگی بیمار وارد کند.

دکتر سنجر موسوی، فوق تخصص جراحی

پلاستیک زیبایی و ترمیمی هم می‌گوید: برای انجام کار تیمی باید بیمه‌ها نیز توجیه شده و این مقوله را بپذیرند. چرا که باید بسته تعریف شده خدماتی به بیمار ارائه شود. در حالی‌که بیمه‌ها از ارائه این خدمات آشنایی خالی می‌کنند. چنان‌که شاهدیم اگر بیمار آشنایی در بیمه دارد نامه‌ای از بیمه می‌آورد اما دیگری که مراجعه می‌کند بیمه قبولش نمی‌کند.

❖ نقش روانشناسان یک راه‌حل

سمانه هوشیار، کارشناس ارشد روانشناسی بالینی با انتقاد از رسانه‌ها درباره تمرکز بر عنصر «زیبایی» در اعمال جراحی این حوزه می‌گوید: در حال حاضر جراحی پلاستیک و ترمیمی در بیماری‌ها وعوارض مختلف کاربرد دارد که می‌تواند از ادامه زندگی‌های بیمارگونه و پر تنش جلوگیری کند. در این زمینه می‌توان به بیماران ترنس سکشل اشاره کرد که با این جراحی‌ها به زندگی عادی برمی‌گردند.

وی ادامه می‌دهد: ازموارد قابل تأمل در انجام جراحی‌های پلاستیک، افرادی هستند که خواسته‌های نامعقولی دارند و یا یک مورد عمل راضی نمی‌شوند. در حالی که انتظار می‌رود پس از انجام جراحی رضایت‌مندی و اعتماد فرد بالا برود اما چنین نمی‌شود. دکتر ایرج وشوق، فوق تخصص روتاینزشکی نیز با بیان اینکه بنا بر آمار بین المللی ۲۰۱۰ کشور ما رتبه نخست جراحی زیبایی بینی را داراست، می‌گوید: مطابق پژوهش‌های انجام شده در ۵۳ کشور دنیا ۲۰ درصد کسانی که این گونه جراحی‌های زیبایی را انجام می‌دهند دچار اختلال روانپزشکی هستند که می‌توان به اختلال بدشکلی بدن، اختلال هذیانی و وسواس اشاره کرد. همچنین ۷۰درصد این افراد اختلال شخصیت دارند در حالی که بنا بر بررسی‌های انجام شده این اختلال در افسراد عادی به ۵۰ درصد می‌رسد. از این رو برای کاهش مشکلات در مقوله جراحی‌های زیبایی، مشاوران روتاینزشک هم باید در کنار تیم درمانی حضور داشته باشند.

❖ راه نادرست بیمه ها

گرچه جراحی پلاستیک در مقوله زیبایی و درمانی کاربرد دارد اما چرا اقبال به بخش زیبایی آن در کشور ما مشهودتر است؟

دکتر ناصر سنجر موسوی، فوق تخصص جراحی پلاستیک زیبایی در این باره می‌گوید: بیمه‌ها باعث شدند که گرایش به سوی جراحی زیبایی



مطلب پزشک آغاز شده تا بیمارستان و پایان روند جراحی ادامه پیدا می‌کند. این در شرایطی است که برخی بیماران تأکید دارند جراحی در مراکز درمانی بسا ازانترتین هزینه انجام شود. به این ترتیب شاید بخشی از خدمات بیمارستان‌ها را بتوان هلتینگ صرف دانست اما وجود تجهیزات و فناوری درمان را نمی‌توان نادیده گرفت. در واقع توجه به کاهش هزینه می‌تواند سلامت بیمار را به خطر بیندازد.

❖ فریبکاری دلالان زیبایی

این روزها کمتر فضای واقعی و مجازی است که از مقوله تبلیغ امور زیبایی و سلامت بی‌نصیب باشد. دکتر سنجر موسوی دراین باره می‌گوید: بحث تبلیغات در خدمات جراحی زیبایی بسیار رایج است اما باید توجه داشت که استفاده از کلماتی همانند پیکرتراشی و لیپوماتیک گمراه کردن ذهن مردم است و در اصل همه این‌ها لیپوساکشن است. چنانکه «لیزر لیپولیز» یک عنوان غلط است زیرا در تمام این دستگاه‌ها لیپوساکشن با شیوه لیزر انجام می‌شود. البته برای آن که فروشنندگان این دستگاه‌ها محصول خود را عرضه کنند و به مردم القا کنند این شیوه با لیپوساکشن متفاوت است، عنوانی دیگر به آن می‌دهند.

بیش از جراحی درمانی باشد.

چنانچه در آمریکا اگر همایشی در زمینه پروتز سینه انجام شود ۵۰ نفر مراجعه می‌کنند اما اگر موضوع نشست تخصصی بازسازی پستان پس از سرطان باشد ۵۰۰ نفر شرکت خواهند کرد. چرا که در این کشور سازمان‌های بیمه هزینه جراحی را پس از سرطان می‌دهند از این رو اقبال به این قضیه از سوی پزشکان بیشتر است.

در حالی که هزینه پروتز گذاشتن سینه بر عهده بیماراست و همه نیز توان اقتصادی این جراحی را ندارند. در واقع بیمه‌ها در کشور ما عناصر مهمی در سوق دادن جامعه پزشکی به وضعیت اعمال جراحی درمانی و زیبایی محسوب می‌شوند.

❖ توجه به تجهیزات و خدمات جراحی

بنابر آمار موجود، بالاترین میزان خطای پزشکی در جراحی‌های زیبایی گزارش می‌شود. دکتر سنجر موسوی با اشاره به این‌که به طور قطع باید عوارض جراحی برای بیمار گفته شود، می‌گوید: زمانی که صحبت از بروز عوارض می‌شود باید بررسی کرد که آیا انجام این جراحی‌ها در تمام مراکز درمانی و با هر تجهیزات و شرایطی داری عوارض است؟ در حالی که امروزه بر اساس رویکرد انجمن‌های تخصصی این حوزه، تأمین سلامت بیمار جدی‌ترین مقوله است که از همان

جدول ۶۹۹۹

افقی

- از نیروهای چهارگانه ارتشی- نقاشی طنزآمیز
- رویه- از تیم های فوتبال جزیره- فتنه
- شکاف- پول ترکمنستان- شک و تردید- صوت ندا
- مرکز شهرستان خدابنده که مدفن پیامبری به همین نام است- از واجبات انجام هر فرضه دینی- اکسیر
- مثل و مانند- عدد فوتبالی- نوعی پارچه نخی مانند اطلس
- از خواهران بروننه- سرپرستی کردن- تابلوی بزرگ مصور
- استخوانی در پا- از مصالح ساختمانی- گیاه خورشتی
- کبوتر صحرایی- نوع خوراکی این اسید به جوهرسرکه معروف است- بی پاک
- از شاهان بنی اسرائیل- بخشنده- نی باریک
- پارکینگ- انباش- پیشوند فقدان!
- ماده جاری و ساری- سبزی غده ای- این پول در سفر به اتحادیه اروپایی به کارتان می آید!
- خوگرفتن- رنگ و لون- راکد
- مروارید درشت- سرمایه جاودانی!- سرچشمه- ذره باردار شیمیایی
- همگان- پایتخت پرتغال- خدای من
- دفتر ثبت نامه های اداری- سر و صدای جمعیت

عمودی

- فیلمی محصول ۱۳۴۷به کارگردانی رخشان بنی اعتماد- خواهرش کردن
- ناودان- شهر- رفا و دوستان
- عدد دو رقمی- کشتی های جنگی- بالا آمدن آب دریا
- برج داستانی فرانسه- پیروان یک پیامبر- رنگی مقاوم مورد استفاده در خودروسازی
- آقدام کننده به کاری- صد مترمربع- پیرو
- اشاره به دور- این قطعه در خودرو اجازه می دهد برق از دینما به باتری برود و اجازه برگشت نمی دهد- دورویی
- افق- نتر و بی مزه- عمیق- واحد

وی با اشاره به تبلیغات در ایسن زمینه خاطر نشان می‌کند: در شبکه‌های مجازی شاهدیم با تصویری دروغین تبلیغ می‌کنند در یک جلسه تغییر کنید! این گونه تبلیغات دروغ است و عکس‌را فتوشاپ می‌باشد. من به بیمارانی که به این تصاویر و تبلیغات استناد می‌کنند، می‌گویم با این مراکز تماس بگیرید و شماره این افرادی که در یک جلسه تغییر کرده‌اند را بخواهید. جالب اینجاست که هیچ مرکزی به این بیماران جواب نداده است!

دکتر شریفیان نیز در این باره خاطرنشان می‌کند: در حال حاضر افراد و گروه‌های مختلف به انجام اعمال جراحی زیبایی متعدد می‌پردازند. چنان‌که در حوزه جراحی گوش و حلق و بینی شاهدیم برخی مدعی‌اند با استفاده از مایعاتی بدون جراحی، بینی را کوچک می‌کنند. این در حالیست که با استفاده از محلولی ترکیب شده از مواد شیمیایی باعث تخریب و تحلیل نسوج و بافت بینی می‌شوند. به طوری که حتی بازسازی و درمان این عارضه، دیگر میسر نخواهد بود.

❖ ضعف خدمات جراحی

گرچه کشور ما در ارائه خدمات سلامت همانند جراحی‌های زیبایی توانمند است اما به همین میزان نیز با چالش‌هایی دست به گریبان است. دکتر شریفیان با اشاره به تنگنای نظارتی در انجام اعمال زیبایی تصریح می‌کند: از مسایل بسیار مهم، نظام‌مند شدن سیستم‌های نظارتی است به طوری که از یک متخصص زیبایی تا فردی که در آرایشگاه ناتو می‌کند باید تحت این تدابیر قرار بگیرند. در حالی که متأسفانه ما در این حوزه ضعف‌های چشمگیری داریم. همچنین نیاز به سیستم ارجاع و سطح‌بندی خدمات مشهود است که در این مقوله نیز با کاستی‌هایی مواجه هستیم. نکته دیگر این که تعرفه‌ها باید واقعی شود چراکه شاهدیم تفاوت‌های چشمگیری در مقوله تعرفه جراحی پلاستیک و جراحی‌های درمانی اصولی وجود دارد چنان‌که ممکن است پزشکان را به سوی انجام جراحی‌های پلاستیک ترغیب کند.دکتر شباهنگ نیز با اشاره به نبود آمارهای معتبر به عنوان یک ضعف در حوزه سلامت می‌گوید: ما آمار روشنی از خدمات درمانی نداریم. در کشور ما رابطه ارائه خدمات سلامت در بین پزشکان با بیمار، بیمارستان، سازمان‌های بیمه و اداره مالیات انقدر پیچیده است که تمام این اجزا نمی‌خواهند مسئله‌ای شفاف باشد.

iranpuzzle@gmail.com
محمد رضا علی زاده

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

حل جدول شماره قبل

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

منتظر نظرها، دیدگا ها و انتقادهایتان در خصوص جدول هستیم با ما تماس بگیرید