



او مرد میدان بود

درباره یحیی سنوار، رئیس دفتر سیاسی حماس که در میدان جنگ علیه غاصبان صهیونیست به شهادت رسید

۱۶

یادداشت

تمام قد در خدمت
توسعه ورزش مشهد



محمدرضا قلندر شریف
شهردار مشهد مقدس

صادرات در هزارتوی مشکلات

صادرکنندگان خراسانی در میزگرد شهرآرا، از راهکارهای افزایش صادرات گفتند

۹



استاندار خراسان رضوی با حضور در مؤسسه فرهنگی شهرآرا وعده داد

وفاق استانی بر محور شایستگی

۱



بازدید میدانی نماینده مجلس شورای اسلامی شهر و مدیران شهری از محله نوید و اراضی فتح‌آباد نتیجه داد

بچه‌ها! صاحب مدرسه می‌شوید

محله ۲۰۱



شماره ۱۱۶
پلخون
منتشر شد



مدیرعامل شرکت قطار شهری مشهد:
پایان حفاری تونل‌های خط ۴۰۳ مترو در سال آینده

۳



آیت‌ا... علم‌الهدی
در خطبه‌های نماز جمعه مشهد:
حکمرانی دینی، تکلیف ذاتی دولت‌هاست

۲

رئیس مجلس در نهمین اجلاس بین‌المللی «مجاهدان در غربت» مطرح کرد

استمرار مبارزه
تا محو کامل اسرائیل

۲

طرح تفصیلی محله وکیل آباد رونمایی شد

پایان نیم‌قرن انتظار
در انتهای وکیل آباد

۳

یادی از سرگرد شهید سوزنجی‌کاشانی به بهانه ادعاهای واہی اتحادیه اروپا و کشورهای عضو شورای همکاری خلیج فارس درباره مالکیت بخشی از خاک ایران

جزایری که «رضا»
برایشان شهید شد

۱۵

آثار و فضیلت‌های اعجاب‌انگیز سوره واقعه

سوره‌ای برای بی‌نیاز شدن

۱۴

چرا برخی سریال‌ها در جدول پخش صداوسیما و شبکه نمایش خانگی قرار نمی‌گیرند؟

بلا تکلیف‌های مانده در گنج‌ه

۱۱

استاندار خراسان رضوی با حضور در مؤسسه فرهنگی شهرآرا وعده داد

وفاق استانی بر محور شایستگی



عکس: محمدحسن خاوازی / شهرآرا

استاندار خراسان رضوی عصر روز گذشته با حضور در مؤسسه فرهنگی شهرآرا، ضمن بازدید از بخش‌های مختلف این مؤسسه، با خبرنگاران روزنامه شهرآرا و پایگاه خبری شهرآرانیوز به گپ‌وگفت نشست. غلامحسین مظفری که در اولین روزهای خدمتش در خراسان رضوی به عنوان نماینده عالی دولت، با حضور در جمع رسانه‌های استان نقش و سهم برجسته‌ای را برای اصحاب رسانه به عنوان بازوان اطلاع‌رسانی استانداری قائل شده است. استاندار خراسان رضوی همانند رئیس‌جمهور «وفاق»، البته در نسخه استانی‌اش، انتخاب مدیران بر مبنای «شایستگی» را مسیر اصلی کارش در خراسان رضوی اعلام کرد و وعده داد.



عکس: محمدحسن خاوازی / شهرآرا

دستاور بزرگ از مجموعه‌ای با ظرفیت فوق‌العاده استاندار خراسان رضوی از حضور در این مؤسسه باخرسندی یاد کرد و افزود: واقعیت این است که احساس می‌کنم در این بازدید کوتاه از بخش‌های مختلف شهرآرا به دستاورد بزرگی دست‌یافتیم و اصلاحات نمی‌کردم در مدت زمان محدود این بازدید با این حجم از عملکرد موفق و اطلاعات متنوع و متمرکز خبری مواجه شوم. «حتما از فردا در اتاق کارم اخبار و رویدادهایی که شهرآرا در بخش مکتوب و مجازی منتشر می‌کند، را به‌طور روزانه دنبال خواهم کرد»، مظفری با اشاره به این نکته ادامه داد: قطعا یکی از سرمایه‌های اصلی هر استان همین مجموعه‌های اطلاع‌رسانی است که بتوانند در کنار هم قرار بگیرند و با هم متصل شوند و حاصل کارشان نیز به‌مابه عنوان نمایندگان دولت کمک کند. این مجموعه‌ها بعضاً آن‌گونه که باید و شاید، دیده نمی‌شوند و در این میان امثال مجموعه شهرآرا ظرفیت‌های فوق‌العاده‌ای هستند.

رسانه بازوی حمایتی برای تصمیمات بزرگ استاندار خراسان رضوی با تأکید مجدد بر این



بیست و چهارمین نمایشگاه بین‌المللی

صنعت برق ایران

۲ تا ۶ آبان ۱۴۰۳ / 24 - 27 Oct. 2024

محل دائمی نمایشگاه‌های بین‌المللی تهران

THE 24TH IRAN INTERNATIONAL

ELECTRICITY

EXHIBITION

Tehran International Permanent Fairground



www.iran-elecshow.com

www.meedc.ir

نمایشگاه بین‌المللی صنعت برق ایران در آبان ماه برگزار می‌شود

بیست و چهارمین دوره نمایشگاه بین‌المللی صنعت برق ایران، یکی از بزرگترین رویدادهای صنعتی و تجاری در حوزه برق، از تاریخ ۳ تا ۶ آبان ماه ۱۴۰۳ در محل دائمی نمایشگاه‌های بین‌المللی تهران برگزار خواهد شد.

به گزارش دفتر روابط عمومی شرکت توزیع برق مشهد، این نمایشگاه که هر ساله با استقبال گسترده شرکت‌های داخلی و خارجی و همچنین شرکت‌های دانش‌بنیان فعال در حوزه برق مواجه می‌شود، فرصتی را برای شرکت‌ها فراهم می‌آورد تا آخرین دستاوردها، فناوری‌ها و محصولات خود را در معرض دید متخصصان و فعالان این صنعت قرار دهند.

روابط عمومی شرکت توزیع نیروی برق شهرستان مشهد

چرا برخی سریال ها در جدول پخش صداوسیما و شبکه نمایش خانگی قرار نمی گیرند؟

بلا تکلیف‌های مانده در گنجه



● توقف «بدل»، بعد از ۳ قسمت
اواخر اردیبهشت امسال بود که مجموعه کمدی «بدل»، ساخته علیرضا مسعودی، هنرمند مشهدی، در جدول پخش شبکه ۳ قرار گرفت. اما این سریال تنها بعد از پخش سه قسمت به دلیل شهادت رئیس جمهور آیت ...رئیس و اعلام عزای عمومی، همچون دیگر برنامه ها و مجموعه های طنز تلویزیون متوقف شد. انتظار می رفت با پایان ایام عزاداری، «بدل» راهی آنتن شبکه ۳ شود که این اتفاق رخ نداد. از این روشائبه ضعیف بودن ساخته مسعودی و تصمیم شبکه ۳ برای توقف پخش آن مطرح شد. اما رئیس مرکز سیمافیلم و کارگردان «بدل»، هردو این شائبه را رد کردند. بنا به گفته های آن ها، تلاقی ساعت پخش سریال با مسابقات فوتبال یورو ۲۰۲۴ در پیش بودن ایام عزاداری محرم و صفر باعث شد ادامه پخش این مجموعه تلویزیونی به زمانی مناسب در ماه های آینده موکول شود تا سریال از یک نظم در پخش بهره ببرد ولی این زمان با گذشت یک ماه از پایان ماه های محرم و صفر همچنان فراتر سید و به تاگی نیز شبکه ۳، سریال «تانک خورها» رادر جدول پخش خود قرار داده است.

● رفت و برگشت میان ۲ رسانه
سریال «۸۷ متر»، به کارگردانی کیانوش عیاری، سال ۱۳۹۶ آغاز شد؛ سریالی که به دلیل کمبود بودجه، بارها تولیدش متوقف شد تا اینکه سرانجام زمستان سال ۱۳۹۹ تصویربرداری آن به پایان رسید. در آن زمان بیان شد که «۸۷ متر» سال «۱۴۰۰ روی آنتن می رود اما این اتفاق به دلیل برخی ممیزی ها ازجمله حضور بیش از حد گربه در سریال رخ نداد. «۸۷ متر» در دوره ای هم قرار بود به شبکه نمایش خانگی واگذار شود، ولی پلتفرم هایی که آن را بازبینی کردند، به دلیل ستاره محور نبودن و هیچانی نبودن داستان، پخش سریال را نپذیرفتند. به این ترتیب، پروژه انتقال «۸۷ متر» به شبکه خانگی هم به جایی نرسید و این پیشنهاد مطرح شد که سریال عیاری از تلویبون منتشر شود. اما مدتی بعد از اعلام این خبر، عیاری در گفت وگویی با رادیویی، از تصمیم مدیران تلویزیون برای پخش سریالش در شبکه یک خبر داد، تصمیمی که بعد از گذشت پنج ماه از اعلامش، هنوز عملی نشده است.

● دعای کارگردان و مسئولان شبکه
«رعدوبرق»، به کارگردانی پرهوز افخمی، دیگر سریال بلا تکلیف رسانه ملی است؛ سریالی که با محوریت جاری شدن سیل در بیشتر نقاط ایران در نوروز ۹۸، جلوی دوربین رفت و قصد داشت به شرایط بحرانی شهرهای سیل زده در آن زمان بپردازد. پخش این سریال بارها به تعویق افتاد تا اینکه بعد از گذشت دو سال اعلام شد «رعدوبرق» در ماه رمضان سال ۱۴۰۰ پیش روی مخاطبان قرار می گیرد. اما بعد از روی آنتن رفتن قسمت اول، پخش آن متوقف و سریال دیگری

شکیبا افخمی راد

● گزارش روز
صداوسیما و شبکه نمایش خانگی به عنوان دو رسانه اصلی پخش سریال در کشورمان، این روزها چندین مجموعه آماده پخش در دست دارند که به دلایل مختلفی از انتشار آن ها سر باز می زنند. برخی از این سریال ها اصلا به پخش نرسیده اند و برخی دیگر بعد از پخش چند قسمت بدون توضیحی قانع کننده، نیمه کاره رها شده اند. مورد اول شاید اصلی ترین دلیلش، هدر رفتن بودجه های دولتی و غیردولتی باشد اما در مورد دوم علاوه بر هدر رفتن بودجه، هزینه و زمان کسانی که به تماشای قسمت های اولیه این سریال ها نشسته اند، نیز از بین رفته است. ما در گزارش پیش رو نگاهی انداخته ایم به برخی سریال هایی که در سال های اخیر تولید شده اند ولی در گنجه رسانه ملی و شبکه نمایش خانگی باقی مانده اند.



جایگزینش شد. در این میان، سازندگان و مسئولان شبکه ۵ هرکدام گفته های متفاوتی درباره دلایل این اتفاق مطرح کردند. سازندگان «رعدوبرق» اعلام کردند به دلیل هماهنگ نبودن سیستم تصویری سریال با ساختار پخش شبکه ۵، این مجموعه روی آنتن نرفته است. درمقابل، مسئولان شبکه ۵ نیز گفتند پس از پخش قسمت اول، افخمی برای تحویل بقیه قسمت ها ابراز بی میلی کرده و شبکه هم ناچار شده است سریال دیگری را جایگزین کند.

● جایه جایی میان ۲ پلتفرم
سریال «سووشون»، به کارگردانی نرگس آبیار که با توجه به اقتباس از رمان مشهور سووشون و بهره گیری از بازیگران چهره ای مانند بهنوش طباطبایی، میلاد کی مرام، هوتن شکیبا، سام درخشانی، ترلان پروانه و آزاده صمدی، انتظار می رود یکی از آثار پربیننده شبکه نمایش خانگی لقب بگیرد، جزو مجموعه هایی است که وضعیت پخشش نامشخص است. ساخت این سریال، سال ۱۴۰۱ با مالکیت پلتفرم نماوا آغاز شد، اما در ادامه و به دنبال اختلافات تهیه کننده و مدیران پلتفرم، مراحل تولید کار خوابید. در این بین، آبیار سراغ ساخت یک سریال اقتباسی دیگر رفت و مجموعه «با مداد خمار» را برای پخش از پلتفرم شیدا کلید زد. مدتی بعد هم خبری منتشر شد مبنی بر اینکه «سووشون» بعد از پایان فیلم برداری صحنه های باقی مانده، از طریق همین پلتفرم پخش می شود. اما مالک نماوا در گفت وگویی این خبر را تکذیب کرد. از این رو به نظر می رسد به این زودی ها وضعیت پخش سریال پرهزینه «سووشون» مشخص نشود.

● نیمه کاره رها شدن «آمستردام»
پخش سریال «آمستردام»، به کارگردانی مسعود قراگزلو، سال گذشته در پلتفرم تماشاخانه آغاز و بعد از انتشار چند قسمت متوقف شد. در آن زمان، مخاطبان سریال گمان می کردند که «آمستردام» توقیف شده است، اما این فرضیه درست نبود و با اعلام ساترا مشخص شد که پخش «آمستردام» هیچ مشکلی

در نشست مدیران و هنرمندان سی و چهارمین جشنواره تئاتر خراسان رضوی در مشهد عنوان شد

پوست اندازی تئاتر مشهد



● برگزاری جشنواره یا مشورت هنرمندان
در ادامه نشست، دبیر سی و چهارمین جشنواره تئاتر خراسان رضوی با اشاره به فرایند برگزاری این جشنواره بیان کرد: امسال با اضافه شدن سه بخش کودک، جوان و ویژه به جشنواره، تفاهم نامه همکاری با مؤسسه آفرینش های هنری آستان قدس رضوی، حوزه هنری خراسان رضوی و مجموعه اقامت ۲۴ برای حمایت از این رویداد منعقد شد. رضا عرفانی با بیان اینکه یاد گرفته ام تئاتر یعنی گروه، گفت: در همه این سال ها یاد گرفته ایم که مشورت کنیم. هیچ یک از برنامه یزی ها بدون مشورت با هیئت مدیره و هنرمندان پیشکسوت عرصه تئاتر انجام نمی شود. وی ادامه داد: من خیلی خوش شانسم که در این دوره، مشاور های بسیار خوبی

فعالیت های فرهنگی و هنری فراهم شود.

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان رضوی افزود: برای هنر تئاتر، مراحل تولید تا اجرا نیازمند سرمایه گذاری درخور توجهی است. مراحل

تمرین یک تئاتر معمولی، بین دو تا چهار ماه زمان می برد که پرداخت هزینه ها در این ایام با

کارگردان و تهیه کننده است و به صورت متوسط بین ۴۰ تا ۵۰ میلیون هزینه لازم است تا در ادامه بتوانند در مرحله اجرا با فروش بلیت به درآمد برسند. حسین زاده فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان رضوی افزود: رویدادهایی چون جشنواره تئاتر خراسان رضوی، درواغ دل اهالی تئاتر را به هم نزدیک می کند، به قشر جوان انگیزه می دهد و برای بزرگ سالان به عنوان هدایتگر قشر کودک و نوجوان، در جهت رشد استعداد ها عمل می کند. وی با اشاره به حمایت فعالان اقتصادی از حوزه فرهنگی، بیان کرد: بسیاری از فعالان اقتصادی می توانند تسهیلاتی دریافت کنند که باعث رشد کسب وکارشان شود، اما در حوزه فرهنگ و هنر، دسترسی به این گونه حمایت ها کمتر است. درمجموع هنگامی که حرف فرهنگ و هنر وسط می آید، این تسهیلات کم می شود، بنابراین انتظار می رود که به این نوع حمایت ها، معافیت های مالیاتی تلقی بگیرد و تسهیلات متناسب با شرایط

نگارستان

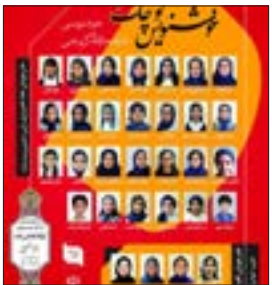
نمایش آثار خوشنویسان مشهدی در «جهان اسلام»



نمایشگاه خوشنویسی هنرمندان انجمن خوشنویسان مشهد با نام «معنی کلک»، امروز شنبه ۲۸ مهر، ساعت ۱۸ در نگارخانه «جهان اسلام» افتتاح می شود. این نمایشگاه که به همت مؤسسه فرهنگی هنری شکوه شاهنامه و انجمن خوشنویسان ایران مشهد برپا شده است، تا ۳ آبان در دو نوبت زمانی تا ۹ تا ۱۲ و ۱۶ تا ۱۹ ادامه دارد.

پنجشنبه ۳ آبان، در حاشیه نمایشگاه، یک کارگاه عملی در همچنین نگارخانه جهان اسلام، واقع در مجتمع فرهنگی هنری امام رضا (ع) برگزار خواهد شد.

آثار کودکان خوشنویس در نگارخانه «فردوسی»



سری دوم نمایشگاه گروهی خوشنویسی با نام «خوشنویس کوچک»، امروز شنبه ۲۸ مهر، ساعت ۱۷ در نگارخانه فردوسی واقع در فرهنگ سرای جهاد دانشگاهی مشهد افتتاح می شود.

این نمایشگاه که دربرگیرنده آثار هنرجویان خط تحریری لیلا فخارزاده است، تا ۲۹ مهر، ساعت ۱۷ تا ۱۹ ادامه دارد.

بخش یک» در نگارخانه آسمان

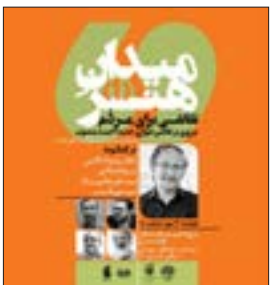


نمایشگاه «بخش یک»، ویژه آثار نقاشی فاطمه رسا، هنرمند نقاش مشهدی، این روزها در نگارخانه آسمان برگزار می شود.

این نمایشگاه تا یکم آبان ۱۴۰۳، ساعت ۱۸ تا ۲۱ در این نگارخانه واقع در تیش وکیل آباد ۲۸ برپاست.

اخبار هنری مشهد

بررسی دیوارنگاره احمد منصوب در «میدان هنر»



نخستین نشست از سری برنامه های «میدان هنر» با نام «نقاشی برای مردم»، دوشنبه ۲۰ مهر، ساعت ۱۸ در سالن شماره ۳ پردیس سینمایی مهر کوهسنگی مشهد در این نشست، دکتر فرزاد قائمی، محمدجواد استادی، سیدعلیرضا مهرداد و مهدی یک پسر، از استادان و هنرمندان شناخته شده هنر و ادبیات مشهد، با نگاهی به نقاشی دیواری جدید احمد منصوب، نقاش مطرح دفاع مقدس، واقع در دیوار جنوب غربی چهارراه خیام مشهد، گفت وگو خواهند کرد.

اعلام فهرست آثار راه یافته به جشنواره تئاتر استانی



نمایش های صحنه ای و خیابانی راه یافته به بخش مسابقه در دو عرصه خیابانی و صحنه ای سی و چهارمین جشنواره تئاتر استانی خراسان رضوی معرفی شدند. «آیهه» اثر محسن مسعودی فراز نیشابور، «چنگار» اثر مجید بهنامی فراز سبزوار، «مورگانیت» اثر سجاد تاجیک رودی از خواف، «نُه خط عمودی، یک خط اریب» اثر یاسر موسی پور و مهدی داوری از قوچان، «هتلی ها» اثر مهرداد حساسی از تربت حیدریه، «هندی کم» اثر احسان آتابکی از نیشابور، «اداره پست ساحلی، بفرمایید...» اثر محمدحسین تقویان، «ایستگاه مترو» اثر سیدمحمد سجادی، «بیسکویت مادر» اثر امین بشاش، «تلقین» اثر احسان دبیر و «نیکولایف» اثر بابک توسلی از مشهد به بخش صحنه ای جشنواره راه یافتند.

همچنین دربخش خیابانی، نمایش های «آدم های درجه ۳» اثر لیلا قنبرعلیزاده از خواف، «انگشتان کوچک» اثر حمید عابدی از قوچان، «پیستچی» اثر مسعود رشیدی از قوچان، «تلنگر» اثر علی رضایی اصل از گلپهяр، «خشت خونی» اثر مرضیه متقی نژاد از نیشابور، «رنج و گنج» اثر حامد عطایی فرد از تربت جام، «سیاه، سفید، رنگی» اثرمحمدوحسروی ازقوچان، «نفخ کارون» اثر احمداکبرزاد «از تربت حیدریه، «کلیدشل» اثرمصطفی عنایت پور از سبزوار، «گردآفید» اثر نادیا یاری پور از تربت جام، «تاروپود» اثر سارا راجتاتیان، «تولد رستم» اثر امیر بیانی راد، «کلاه» اثر حسن قادری، «من کی ام؟» اثرابراهیم آذریبان، «نبرد رستم و اشکبوس» اثر رضا بیابانی، «هشتک بچه شهرستانی ام» اثر نوید اسدیان و «هفت گاه» اثر سعید نظریان از مشهد، جواز حضور در جشنواره را دریافت کردند.

بخش های صحنه ای و خیابانی سی و چهارمین جشنواره تئاتر خراسان رضوی از ۱۷ تا ۲۲ آبان در مشهد برگزار خواهد شد.

اشعه های مضر خورشید را هنوز هم جدی بگیرید



مصطفی واندنخواه
کارشناس بهداشت مرکز پزشکی شهرداری مشهد

اگرمای سوزان تابستان عبور کرده ایم. اما هنوز هم اشعه های مضر نور خورشید در کمین سلامتی ماست و باید همان تدابیر حفاظتی فصل تابستان را برای این روزها و روزهای پس از آن رعایت کنیم و این موضوع هم جز با افزایش اطلاعات و آگاهی های عمومی در این زمینه ممکن نیست.

۴ از ۵ مورد

با محافظت مناسب از پوست می توان چهار مورد از هر پنج مورد سرطان پوست را پیشگیری کرد.

بهار و پاییز

به طور کل باید بین بهار و اوایل پاییز که پرتوهای خورشید شدید ترین هستند، از پوست مراقبت بیشتری کرد. در مناطق گرمسیری و نزدیک به خط استوا، بسته به نوع پوست، فرد ممکن است نیاز به محافظت در تمام طول سال داشته باشد.

اقدامات حفاظتی در برابر نور خورشید

- زمان تماس با آفتاب ظهر را محدود کنید.
- تشعشعات UV نور خورشید دوساعت پیش از ظهر و دوساعت پس از آن بسیار قوی است.
- به شاخص UV دقت کنید.
- هرچه اشعه UV بیشتر باشد، احتمال آسیب به پوست و چشم بیشتر می شود و در زمان کمتری آسیب رسانی اتفاق می افتد.
- هوشمندانه از سایه استفاده کنید.
- وسایل حفاظتی بپوشید.
- لباس های پوشیده، کلاه و عینک وسایل ضروری حفاظتی از بدن در برابر اشعه های مضر خورشید هستند.
- از کرم ضد آفتاب استفاده کنید.
- کرم های ضد آفتاب با دست کم SPF ۳۰ یک لایه حفاظتی خوب در برابر نور خورشید هستند. البته در صورتی که هر دوساعت یکبار، به ویژه پس از تعریق، شنا، بازی یا ورزش در فضا های باز تکرار شوند.
- از برنزه کردن پوستتان خودداری کنید.

سطوح بازتابنده

خطر اشعه UV در زمستان ها بیشتر است، چون برف می تواند ۹۰ درصد از اشعه UV را منعکس کند، در حالی که نماهای سفید حدود ۲۰ درصد را منعکس می کنند.

باید و نباید های کرم های ضد آفتاب

همیشه از کرم ضد آفتابی استفاده کنید که هم UVA و هم UVB را فیلتر می کند و دارای SPF ۳۰ یا بالاتر باشد. برای دستیابی به حفاظت خوب ۲۰ تا ۳۰ دقیقه پیش از بیرون رفتن از خانه کرم ضد آفتاب را به صورت ضخیم و یکنواخت روی همه قسمت های پوست بمالید.

۳۵ میلی لیتر

۲۵ میلی لیتر کرم ضد آفتاب همه سطح بدن یک فرد بزرگ سال را پوشش می دهد.

پوشش های محافظ

پارچه هایی که بافت محکم تری دارند، لباس هایی با رنگ های تیره، لباس های نو و خشک و الیاف مصنوعی به نسبت الیاف پنبه ای حفاظت بیشتری از پوست در برابر نور خورشید دارند.

عینک آفتابی مناسب

برای اینکه عینک های آفتابی کاملاً در برابر اشعه UV حفاظت ایجاد کنند، لنزها باید اشعه UV-A و UV-B را تا طول موج ۴۰۰ نانومتر جذب کنند.

کودکان

کودکان نسبت به بزرگ سالان در برابر اشعه UV حساس تر هستند و نیاز به حفاظت ویژه تری دارند. کودکانی که کمتر از ۱۲ ماه دارند همیشه باید در سایه نگه داشت.

معجون ضد سرما خوردگی و آنفلوانزا



در بین بیماری های فصل سرد، سرما خوردگی و آنفلوانزا از همه شایع تر هستند. بیماری هایی که یا علت ویروسی و باکتریایی دارند یا با به هم خوردن ناگهانی دمای بدن بروز می کنند. البته طبیعت هم با خوراکی های ترش و سرشار از ویتامین C خود بیشترین همراهی را با بدن ما برای مقابله با این بیماری ها دارد. در بین این خوراکی ها پرتقال منبع بسیار عالی برای این منظور است. ترکیب این میوه خوشمزه با هویج، پودر زنجبیل، نعناع و کمی عسل می تواند معجونی خارق العاده برای مبارزه با بیماری های شایع این فصل باشد. برای این منظور ۱۰۰ گرم برگ نعنا را خرد کنید و همراه با آب ۲ عدد هویج و ۲ عدد پرتقال و نصف قاشق چای خوری پودر زنجبیل درون مخلوط کن بریزید و پس از هم زدن با ۲ قاشق غذا خوری عسل و مقداری یخ میل کنید.

پرسش از شما، پاسخ از ما



همراهان گرامی می توانید پرسش های خود با موضوع پزشکی، روان شناسی و شخصیت شناسی را به روش های زیر با ما در میان بگذارید و در کوتاه ترین زمان ممکن پاسخ آن ها را در همین صفحه مشاهده کنید.

خانم عزیز! مراقب سلامتی خودت باش

با غربالگری و معاینه های دوره ای از بار سنگین بیماری ها در آینده ای نزدیک پیشگیری کنیم



نخستین معاینه

نخستین معاینه های تخصصی بانوان برای اطمینان از سلامت باروری شان باید بین ۱۳ تا ۱۵ سالگی صورت بگیرد.

معاینه لگن

معاینه ای است که فقط چند دقیقه طول می کشد و پزشک در آن اندام های تناسلی مانند واژن، دهانه رحم، تخمدان ها، رحم راست روده و لگن را برای هرگونه ناهنجاری بررسی می کند. این آزمایش را هم باید هر ۳ سال یک بار از ۲۱ سالگی به بعد همراه با پاپ اسمیر انجام داد.

فشارخون

اندازه گیری فشارخون و بررسی سطح کلسترول و تری گلیسیرید برای پیشگیری از بیماری های قلبی عروقی ضروری است. پزشکان توصیه می کنند که زنان هر ۴ تا ۶ سال یک بار پس از ۲۰ سالگی این آزمایش ها را انجام بدهند. در صورتی که فشارخون فرد بالا باشد انجام آزمایش تا سن ۴۰ سالگی هر دوسال یک بار و پس از آن سالانه ضروری است.

تراکم استخوان

با بالا رفتن سن استخوان ها شکننده و کم تراکم می شوند و یائسگی عاملی برای سرعت بخشیدن به این بیماری است. توصیه می شود همه زنان از ۶۰ سالگی به بعد هر ۲ سال یک بار این آزمایش را انجام دهند. کسانی که ریزفاکتورهای خطر ابتلا به پوکی استخوان را دارند، مانند شکستگی یا وزن کم بدن باید خیلی زود تر غربالگری را شروع کنند.

دیابت

این بیماری در هرسنی سراغ فرد می رود ولی توصیه شده است که زنان از حدود ۴۵ سالگی هر سه سال یک بار آزمایش قند خون را برای بررسی دیابت یا پیش دیابت انجام دهند. داشتن تحرک بدنی کم، چاقی زیاد و بستگان درجه یک مبتلا به دیابت سن غربالگری را بسیار کمتر می کند.

غربالگری شنوایی

بروز مشکلات شنوایی خود زنگ هشدار برای مراجعه به پزشک و معاینه و بررسی است. باین همه، توصیه می شود، در سن های بالا و پس از ۶۵ سالگی برای اطمینان خاطر یک بار در سال به متخصص گوش و حلق و بینی مراجعه و از این نظر هم فرد بررسی شود.

غربالگری چشم

افرادی که از عینک استفاده می کنند، هر سال یک بار باید غربالگری بینایی انجام دهند، ولی اگر مشکل بینایی ندارند، غربالگری خیلی ضروری نیست. با این حال هر ۲ سال یک بار و در صورت داشتن هرگونه مشکل در لحظه باید به چشم پزشک مراجعه کرد.

غربالگری دندان

بررسی سلامت دندان ها از لحظه رویش نخستین دندان شیری شروع می شود و همه نیاز دارند که ۲ بار در سال برای انجام این معاینه ها به دندان پزشک مراجعه کنند. این بررسی ها در دوران بارداری و پس از سن یائسگی و احتمال افزایش خطر پوسیدگی دندان ها از اهمیت بیشتری برخوردار است.

آزمایش خون و ادرار

برای بررسی سلامت عمومی بدن و اطلاع از مشکلاتی مانند کمبود آهن یا دیگر ریزمغذی ها، احتمال وجود عفونت در بدن و درست کار کردن آنزیم ها و هورمون ها باید آزمایش خون و ادرار داد. زنان پس از شروع دوره قاعدگی باید سالی یک بار این آزمایش ها را تکرار کنند.

پاپ اسمیر

سرطان دهانه رحم دومین سرطان شایع در بین زنان است که برای تشخیص آن باید از آزمایش پاپ اسمیر استفاده کرد. بدون در نظر گرفتن سابقه فعالیت جنسی، زنان ۲۱ ساله و بیشتر باید هر سه سال یک بار این آزمایش را انجام دهند.

ماموگرافی

سرطان سینه شایع ترین نوع سرطان در بین زنان است که در ابتدا به صورت توده هایی بدون درد در منطقه سینه حس می شوند. برای این منظور بررسی های خودآزمایی باید از سن بلوغ به بعد با لمس سینه به وسیله خود فرد و ماهیانه صورت بگیرد. برای آزمایش های تخصصی تر هم باید ماموگرافی انجام داد. از ۴۵ تا ۵۵ سالگی سالی یک بار و پس از آن هر دو سال یک بار انجام این آزمایش کفایت می کند.

سرطان پوست

برای غربالگری سرطان پوست زنان باید هر ماه پوست خود را در خانه بررسی کنند. ایجاد هرگونه خال جدید یا تغییر در خال های موجود می تواند نشانه ای برای احتمال ابتلا به سرطان پوست و مراجعه به پزشک باشد. این غربالگری محدودیت سنی ندارد.

سرطان روده بزرگ

سرطان روده بزرگ زمانی ایجاد می شود که رشد تومور در روده بزرگ شروع شود. این بیماری معمولاً در افراد مسن بیشتر دیده می شود. از این رو زنان از ۵۰ تا ۷۵ سالگی هر پنج سال یک بار باید این آزمایش را انجام دهند.

سرطان ها

سرطان های زیادی مانند معده و ریه وجود دارد که سلامتی را در هر سنی تهدید می کنند. در صورتی که فرد عوامل خطر ابتلا به بیماری را مانند داشتن بستگان درجه یک مبتلا به سرطان ندارد، بهتر است پس از سن ۵۰ سالگی برای اطمینان از خطر سالی یک بار از این نظر هم بررسی شود.

کدام متخصص؟



معاینه های دوره ای زنان شامل دو بخش می شود. ♦ آزمایش ها و معاینه های عمومی مانند دیابت و سطح کلسترول خون ♦ ♦ پزشک عمومی ♦ ♦ آزمایش ها و معاینه های تخصصی مانند پاپ اسمیر و سرطان دهانه رحم ♦ ♦ متخصص زنان و زایمان

واکسن آنفلوانزا پس از ۶۵ سالگی هر سال یک بار	واکسن کزاز - دifterی پس از ۱۹ سالگی هر ۱۰ سال یک بار	انجام واکسیناسیون امری است که در دو مرحله از زندگی اهمیت بیشتری دارد. کودکان و کهن سالی، چون آسیب پذیری بدن به شدت افزایش پیدا می کند.
HPV واکسن پیش از ۲۶ سالگی یک بار	واکسن زونا پس از ۶۰ سالگی یک بار	
واکسن پنومونی علیه ذات الریه پس از ۶۵ سالگی یک بار		

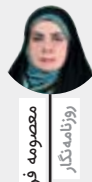
هر قدم، یک امید

روایتی از پویش های مردمی که هم زمان با شروع سال تحصیلی برای برقراری عدالت آموزشی آستین بالا زده اند



عکس: حدیث نقیانی - شهروار

گزارش
روژنامه نگار



مقصوده فرمانی
بنا

همه چیز از یک ایده خلاقانه شروع شد و سال به سال قوت گرفت. شبکه های اجتماعی و دنیای مجازی با وجود برخی چالش هایی که برای روابط انسانی و خانواده گی به وجود آورده اند، بستر جدیدی را فراهم کرده اند تا اتفاقات خوب و ابتکارات بشردوستانه در فضای بزرگ تری مجال ظهور پیدا کنند. پویش «مداد رنگی» برای کمک به دانش آموزان کم بضاعت شروع شد و در فضای مجازی چرخید و دست به دست شد تا نشان دهد چگونه نوع دوستی، آن هم از نوع حمایت از یک قشر خاص می تواند آینده یک نسل را تغییر دهد. این جریان های سرنوشت ساز در مشهد کم نبوده اند و نیستند.

حامیان دانش آموزان مستعد

۱

بگذارید روایت را از اینجا شروع کنیم. قصه آدم هایی که برای به دست آوردن یک لقمه نان ناگزیرند سخت و بی رحمانه کار کنند هنوز تمام نشده است. زیر آسمان این شهر خانواده های زیادی هستند که دورترین و بزرگ ترین آرزوی شان پیدا کردن اولین وعده غذایی بعدشان است و آفتی دورتر و روشن تر از این ندارند. مردمانی که جبر زمان همه چیز را از آن ها گرفته است، حتی همه امیدها و آرزوهای شان را. گاه دنیا آن قدر به آن هاسخت می گیرد که زندگی را فراموش می کنند. کودکان شان کودکی کردن را از یاد برده اند، تحصیل، درس، کتاب و مدرسه را.

اما همه قصه این نیست. آن طرف این روایت، کسانی هستند که برای خوب کردن حال همشهری های شان آستین بالا زده اند و ایمان دارند بین همین خانواده هایی که با فقر دست و پنجه نرم می کنند، دانش آموزانی هستند که شانس خوب زندگی کردن را دارند. توانمند و مستعد هستند و می توانند برای خود و حتی دیگران دنیای بهتری بسازند، البته اگر دست حمایتگری باشند.

واژه های «مهربانی» و «ایرانی» به طور عجیبی با هم عجین شده اند و حتی در شرایط سخت دست به دست هم دادند تا دانش آموزان دغدغه ای جز تحصیل نداشته باشند و همه گیری کرونا این موضوع را ثابت کرد و حمایت و پشتیبانی ها هنوز هم ادامه دارد.

تعداد این پویش ها و خبریه ها در مشهد یکی، دو تا نیست که خود را موظف به حمایت از دانش آموزان می دانند.

سمیرا صبوری، بانی یکی از جریان های مردمی است که از سال ۱۳۹۶ کار خود را شروع کرده اند و در کنار محصلان کم بضاعت مشغول، روستاها را هم مدنظرشان دارند و امسال پانصد بسته نوشت افزار برای آن ها آماده کرده اند. او معتقد است: این پروسه فرایند پیچیده ای دارد و تنها محدود به آماده کردن نوشت افزار نیست. برخی دانش آموزان پنج، شش سال از فضای تحصیل و مدرسه دور بوده اند و بعد از بازگشت، با فضای مدرسه نا آشنا و غریبه هستند و نیاز است



که کارشناسان حوزه روان شناسی مداخله کنند. این پویش ها نیازمند یک تیم منسجم از حامیان مالی و کارشناسان دیگر است.

صبوری، راه اندازی چنین پویش هایی برای کمک به تحصیل دانش آموزان کم بضاعت را نمایانگر این می داند که نوع دوستی در شهر و ایران ما فقط یک شعار نیست و واقعیت دارد.

تقویت بنیه علمی

۳

رضا پودینه، دبیر خبریه رهروان بصیرت، هم بر این باور است که پویش های مردمی همیشه یاری رسان و گره گشای مشکلات بزرگ بوده اند. مجموعه آن ها از سال ۱۴۰۱ فعالیت رسمی خودش را شروع کرده و البته کار آن ها با بقیه خبریه ها کمی متفاوت تر است.

پودینه می گوید: نگرانی خانواده ها برای تأمین مایحتاج فرزند دانش آموزان به حق است و جای پیگیری دارد اما برای ما موضوع اساسی تر، ارتقای سطح تحصیلی و آموزشی آن هاست.

به همین دلیل در کنار تهیه نوشت افزار با همراهی خدمتگزاران و خادمان آموزش و پرورش برای تقویت بنیه علمی وقت می گذاریم و حمایت و کمکشان می کنیم و یاری رسان خانواده ها هستیم، به نظر من این موضوع مهم تر از توزیع بسته های نوشت افزار است. به همین خاطر از سال ۱۴۰۲ کار آموزش را برای دانش آموزان حاشیه شهر شروع کردیم که در حال حاضر سه پهنه سیدی، پنج تن و جاده سیمان را شامل می شود.

از نظر او، اینکه در آغاز سال تحصیلی، هر کسی سعی می کند سهمی در مهر مهربانی ها داشته باشد، شایسته قدر دانی است و اعتراف می کند که این همدلی مثال زدنی، کار خیلی از خانواده ها را راه انداخته است.

پودینه می گوید: هفده معلم و مربی داریم که در حوزه آموزش فعال هستند. با همکاری آموزش و پرورش و مدارس، دانش آموزان کم بضاعت به ما معرفی می شوند و به طور کامل رایگان از خدمات ما بهره مند می شوند که یک بخش آن آموزش دروس تخصصی است و بخش دیگر حوزه تقویتی درس ها و کمک به محصلان.

او صحبت هایش را با این توضیح کامل می کند: در حقیقت خدمات آموزشی ما شامل سه سال اول دوره ابتدایی و سه سال آخر مقطع متوسطه می شود، به این شکل که در دوره ابتدایی دانش آموزانی که نیاز به دروس تقویتی دارند، مربیان مجموعه ما این درس ها را با ز خوانی و دوباره خوانی می کنند. این راهم اضافه کنیم که بیشتر دانش آموزانی که شناسایی کرده ایم، از خانواده ایتم هستند.

پودینه که خودش بزرگ شده در یکی از محدوده های حاشیه شهر است، می داند که خانواده هایی که در این محدوده ساکن هستند با چه مشکلاتی گریبان گیرند و غالباً فرزندان قید تحصیل و درس خواندن را می زنند. او می گوید: این موضوع همیشه فکرم را مشغول کرده بود که هیچ کودکی در حاشیه شهر نباید از تحصیل باز بماند و با این بینش همیشه به فکر راه انداختن مجموعه ای خبریه بودم. گروه ما حتی اگر یک نفر از بازماندگان تحصیلی را به چرخه آموزش برگرداند، مزد خود را گرفته است. البته ما سراغ دانش آموزان خاص و بزه دیده هم می رویم و برای بازگرداندن آن ها به چرخه اجتماع تلاش می کنیم.

از صمیم قلب خوشحالم وقتی می بینم با کمک بچه های این مجموعه دانش آموزی که در یازده یا دوازده سالگی معता شده، دوباره به پشت میزهای کلاس و درس برگشته است. او این نکته را تأکید می کند که پویش های مردمی خیلی یاری رسان هستند و باید فضای تعامل بین آموزش و پرورش و بهزیستی بیشتر شود زیرا آموزش و تحصیل بچه ها می تواند مانع آسیب های اجتماعی زیادی شود.

دغدغه انجمن دانشجویی و سازمان مردم نهاد یاس (یاوران اندیشه) هم رفع تبعیض در حوزه فرهنگی و آموزشی است و از نظر مسئولان این مجموعه هر کسی در هر جایگاه و با هر میزان توانمندی می تواند به دیگران کمک کند. سفیران این انجمن در دانشگاه هستند و در زمینه عدالت آموزشی کمک می کنند.

فعالیت های این انجمن هم در قالب خدمت رسانی آموزشی برای دانش آموزان حاشیه شهر از مقطع ابتدایی تا کنکور رایگان است که شامل



جلسات مدون درسی به صورت هفتگی، برگزاری آزمون و اعتکاف علمی، اهدای کتاب های کمک درسی، مشاوره و سالن مطالعه است.

هر قلم، یک امید

حسین فلاح، مدیر مجمع نکوداشت غدیر هم صحبت هایش را درباره پویش «هر قلم، یک امید» با این اشاره کوتاه شروع می کند که نداشتن نوشت افزار ساده ای مثل مداد، دفتر، پاک کن و کیف مدرسه ممکن است برای خیلی ها مسئله کوچکی به نظر برسد اما برای کودکان نیازمند، این مسئله به معنای خدا حافظی با عرصه آموزش است.

او درباره پویشی که از سال ۱۳۹۸ شروع شده و غالباً با همت و همراهی حدود سیصد دانشجوی نخبه می چرخد می گوید: همه کسانی که در این حوزه دخیل هستند، سعی می کنند سدها را از سر راه کودکان نیازمند بردارند و مسیر تحصیلی آن ها

را هموار کنند. «هر قلم، یک امید» نام طرحی نیکوکارانه و به دنبال ایجاد فرصت های برابر تحصیلی و کاهش نابرابری هاست. مدیر مجمع نکوداشت غدیر اعتقاد دارد: مهر برای همه بچه های این سرزمین باید زیبا، دوست داشتنی و خاطره انگیز شروع شود. امسال برای هشتصد دانش آموز بسته های تحصیلی آماده کردیم و هنوز هم این برنامه ادامه دارد. قطعاً این کار برای دانشجویان ما حس خوبی دارد. باتوجه به اینکه چند هفته ای از شروع سال تحصیلی گذشته است، هنوز هم در حال شناسایی و کمک کردن به خانواده های کم بضاعت در حوزه تحصیلی هستند.

حرف های بی حساب و کنتورهای خاموش!

می کند کمتر سخن بگوید ولی متأسفانه افرادی را می بینیم که دم از ایمان می زنند و گویی سخنان خود را جزو اعمال خود به حساب نمی آورند و در مجالس از آغاز تا پایان از سخنان لغو و بیهوده یا سخنانی که آمیخته با غیبت، اهانت و تهمت باشد، ابا ندارند. انسان عاقل هرگز خود را گرفتار عواقب سوء می داند که بیشترین و مهم ترین گناهان با زبان انجام می شود؛ بدین سبب برای محفوظ ماندن از عواقب زیان بار گناه سعی

دریغا که بسیاری از ما، بدان توجه نداریم، چه رسد که التزام داشته باشیم. فراوان می گویم، بد هم می گویم. معلوم است که خوب نتیجه نخواهیم گرفت. دانستن این نکته ظریف از امام شریف، علی^ع، شاید ما را اندکی تکان دهد تا از این محور بی خردی فاصله بگیریم؛ «إِذَا تَمَّ الْعَقْلُ نَقَصَ الْكَلَامُ؛ هنگامی که عقل کامل شود، سخن کم می شود». این

کلام شیخ اجل، سعدی، ضرب المثل شده است که «تا مرد سخن نگفته باشد/ عیب و هنرش نهفته باشد»، و وقتی سخن گفت، خود را عیان می کند؛ آن خود واقعی اش را. این کلام تربیت آفرین امام علی^ع است که می فرماید: «از زیاده گویی بپرهیز که عیب های نهانی تو را ظاهر می سازد و کینه های آرام گرفته دشمنان را بر ضد تو تحریک می کند». امام می فرماید اما



روژنامه نگار

درباره ما و تشخیص خود ما می شوند. این را امام علی^ع در صراحتی چنین بیان فرموده است: «سخت، نشانه عقل توست و عبادت تو، گویای معرفت تو». پس سخن چنان گویم که امضای شخصیت ما باشد. منطق حکم می کند بجا و گزیده سخن گفتن را. این را هم لسان الغیب، حافظ، به همدار، گفته است: «یا سخن دانسته گوی ای مرد عاقل یا خاموش!» چه تالاب ها از هم باز شود، وزن کلام و صاحب کلام هویدا می شود. از این روست که

پروگویی یک صفت مذمت شده است. گزیده گویی است که پسند نیک پسندان قرار می گیرد. این را حکیم نظامی قرن ها پیش، مشق دفتر روزگار کرده است که: «کم گوی و گزیده گوی چون دُر». دلپیش را هم چنین توضیح می دهد که: «تا ز اندک تو شود جهان پر، بله، کلمات را باید عیار سنجید قبل از آنکه از زبان یا قلم آدمی جاری شوند. این گفته ها و نوشته هایت که معیار تشخیص دیگران

یادداشت



- روزنامه فرهنگی- اجتماعی- اطلاع رسانی
- صاحب امتیاز: شهرداری مشهد
- مدیر مسئول: سید میثم موسوی مهر
- سردبیر: سید مسجاد طلوع هاشمی
- نشانی: خیابان کوهستانی، ابتدای کوهسنگی ۱۵
- دفتر مرکزی: ۱۵- ۸۸۸۸ ۳۷۲-۵۱
- نمایر: ۰۵۱-۳۸۴۹۰۳۸۴
- روابط عمومی: ۵۱-۳۸۴۸۳۷۵۲
- شماره پیامک: ۳۰۰۰۷۲۸۹

SHAHRRARANNEWS.IR

شبه

۲۸ مهر ۱۴۴۳
۱۵ ربیع الثانی ۱۴۴۴
شماره ۴۳۳۷

Mashhadchehreh.ir

Photoshahr.ir

سایت شهر آرا نیوز را با اسکن این کد دنبال کنید

ميثاقنامه اخلاق حرفه‌ای



دمای هوای مشهد

۲۵٪
↓ ۱۵° ↑ ۳۲°

صبح ۱۷ ظهر ۳۱ عصر ۲۵ شب ۲۱

اوقات شرعی مشهد

اذان ظهر ۱۱:۱۶:۲۴ نیمه شب شرعی ۲۲:۳۴:۱۵

غروب آفتاب ۱۶:۵۰:۰۶ اذان صبح فردا ۰۴:۱۹:۱۴

اذان مغرب ۱۷:۰۸:۳۸ طلوع آفتاب فردا ۰۵:۴۳:۳۸

عکس

روز



ابوموسی، پاره تن ایران

جزیره ابوموسی جنوبی ترین جزیره ایرانی آب های خلیج فارس است. این جزیره در ۲۲۲ کیلومتری بندرعباس و هم چنین در ۷۵ کیلومتری بندر لنگه، واقع شده و ۱۶۰ کیلومتر از تنگه هرمز فاصله دارد. در این جزیره بیشتر مردم بومی محل به صید ماهی اشتغال دارند. ابوموسی از خوش آب وهواترین مناطق خلیج فارس محسوب می شود و انواع گیاهان و جانوران دریایی در ساحل آن به چشم می خورند. مرتفع ترین نقطه آن کوه «حلاو» که ۱۱۰ متر از سطح دریا بلندتر است، شهرستان ابوموسی با جمعیتی بالغ بر ۵ هزار و ۲۴۳ نفر شامل جزایر ابوموسی، تنب بزرگ، تنب کوچک، سیری، فارور بزرگ و فارور کوچک است.

عکس:ایستا

روایت
روز

مراقب کلماتمان باشیم



ول معطل است. بعد هم به صاحب عمارت گفته یک چک بده به مبلغ فلان میلیارد که بنشینم در همه محله های شهر این حرف ها را جار بزنم بگویم آن حوض قشنگ، آن چنارهای رعنا و آن گلخانه مال همان همسایه هیچی ندار است. قصه دقیقا همین است، شیخ های عرب را دعوت کرده انداروپا، معلوم نیست پشت پرده دقیقا چقدر

فکر کن یک عمارت مجلل اجدادی دارید، چند تالار و اتاق و اشکوبه دارد، حوض دارد، اسطبل دارد، باغ میوه در حیاط جلو و عقبش دارد، گلخانه دارد، هر روز حیاطش را آب و جارو می کنید، گلدان هایش را آب می دهید، برای ماهی های حوض غذا می ریزید و مراقب شاخه های زاید درخت های کهن سالش هستید. بعد فکر کن سه تا کوچه پایین تریک همسایه بد طبیعت دارید که به خاطر همین اخلاق گندش هیچ وقت هیچ چیزی ندارد، هر چه خدا هیچی به این همسایه نداده عوضش یک زبان داده قد چنار حیاط امام زاده یحیی. این همسایه یک کلبه کوچک دارد، وضع اسفبار و ترحم بر انگیزی دارد و فقط لب و دهن است. فکر کن حالا همین همسایه ات چند شب پیش رفته یک مهمانی و صاحب آن خانه کلی الکی تعریف همسایه حقیرت را کرده که تونبودی صاحب عمارت که شما باشید هیچ نداشته و این شما بودی که توی آن محل حرف اول را می زنی و اگر نباشی محل



حامد عسکری
شاعر و نویسنده

اول
شخص

او مرد میدان بود

درباره یحیی سنوار، رئیس دفتر سیاسی حماس که در میدان جنگ علیه غاصبان صهیونیست به شهادت رسید



زندان به مثابه دانشگاه

یک میز گرد گفت و گو محور تلویزیونی است. چند نفر اسرائیلی نشستند اند دارند درباره یحیی سنوار حرف می زنند. از سال هایی می گویند که در زندان های اسرائیل اسیر بود. سال های ۱۹۸۸ تا ۲۰۱۱. یعنی بیشتر از ۲۲ سال از بهترین سال های عمرش را. چای حن.

یکی از مسئولان امنیت داخلی رژیم اسرائیل است. می گوید یک بار سنوار در دل یکی از صدها ساعت بازجویی، چیزی گفته که هرگز فراموش نمی کند. با همان قاطعیت و خون سردی همیشگی نگاهش کرده و انگار این بدیهی ترین تصویر آینده جهانش باشد گفته: «من الان در زندان اسرائیل اسیر شما هستم. اما بدان بعد از چندین سال تو و خانواده ات اسیر ما می شوید. آن روز، این حرف چیزی شبیه به خیالات بود، اما حالا خیلی خوب می فهمم از چه چیزی حرف می زد. این یعنی جنبش حماس عمیقا معتقد است یک جنبش همیشگی و شکست ناپذیر است. برای آن ها مهم نیست تا چه اندازه بمباران کنیم و ویرانی به بار بیاوریم. حماس یک جنبش پایدار است.» چای حن، صدای اسرائیل بود. اسرائیلی که خیلی زود پس از جریان مبادله تعداد زیادی از زندانیان حماس و جنبش فتح با گلیعاد شلیط در سال ۲۰۱۱، از آزادی یحیی سنوار پشیمان شد و اقرار کرد این اقدام، اشتباهی مرگ بار برای اسرائیل بود. آن ها توی آن بیست سال شاهدان عینی نبوغ، شجاعت و مقاومت سنوار بودند. زندان برای او، یک دانشگاه بود. جایی برای آشنایی با زبان، تاریخ و روحیات دشمن قسم خورده روزها. روزنامه های اسرائیلی را رصد می کرد، برنامه های رادیویی عبری را گوش می داد و شب ها با مطالعه کتاب هایی از رؤسای اطلاعاتی صهیونیستی به خواب می رفت. عبری را مثل زبان مادری یاد گرفته بود و جوری جسورانه حرف می زد که یک بار در یک مصاحبه در زندان با گزارشگر رژیم با موضعی صریح و آشکار از حماس گفت: «واضح می گویم: ما سرسختیم، زندگی را برای اسرائیلی ها دشوار کرده ایم. برای ما مهم است رژیم صهیونیستی بداند ما به عنوان حماس، دوستدار اسرائیل نخواهیم بود. شرم آور است اگر چنین باشد.»

مثل یک بمب ساعتی

۱۲۶ اردیبهشت ۱۴۰۰. اسرائیل با هدف ترور یحیی سنوار، خانه اش را در خان یونس جایی حوالی



آزاده چشمه سنگی
نویسنده

جنوب نوار غزه شناسایی و بمباران کرد. رژیم یقین داشت سنوار ترور شده و فرمانده میدانی حماس از این رفته است. خبر داشت رسانه ای می شد که یک عکس، در نهایت غافل گیری، حیثیت نداشته اسرائیلی ها را به بازی گرفت. یحیی به خانه ای که حالا یک ویرانه بود، بازگشت. نشست روی میل خانه اش در میان انبوه ضایعات ساختمانی، با وری پانداخت. دست هایش را دو طرف میل گذاشت. با پیراهن سفید و کفش های برق افتاده. رو به دوربین لبخند زد و خیلی زود عکس را در فضای رسانه ای منتشر کرد. همین یک قاب شسته رفته با سیاست از پیش تعریف شده و هوشمندی سنوار در جنگ روانی با اسرائیلی ها بود که آن ها را برای هزارمین بار از تصمیم آزادی سازی اش در جریان مبادله اسرا پشیمان کرد. او در زندان های اسرائیل نه فقط زبان عبری، که ساز و کار جنگ روانی با اسرائیلی ها را شناخته بود. می دانست با چه تکنیک هایی می تواند با آن ها مقابله به مثل کند. زبان رجز خوانی شان را بلد بود. به بهشت از انتظار پنهان می شد و به و قتش در کوچه های شهر آزادانه قدم می زد و جوانان مقاومت را به آغوش می کشید. مثل یک بمب ساعتی در جریان بود و اسرائیل، هر بار برابراقدامی تازه از او رودست می خورد. پس از این که اسماعیل هنیه در تهران به شهادت رسید و مدتی بعد، جنبش مقاومت اسلامی حماس در بیانیه ای یحیی سنوار را به عنوان رئیس دفتر سیاسی حماس معرفی کرد، اسرائیلی ها از حذف هنیه اظهار پشیمانی کردند. آن ها اگر می دانستند پس از هنیه، سنوار روی کار خواهد آمد، هرگز او را به شهادت

نمی رساندند. زیرا سنوار در شرایط فعلی، مهره ای به شدت خطرناک تر به شمار می آمد. کار برای اسرائیلی ها دشوارتر شده بود.

بادیگارد مقاومت

شبیه فیلم های سینمایی است. شبیه سکانس پایانی بادیگارد حاتمی کیا. کوادکوپتر از پنجره به ساختمان نیمه جان درهم کوبیده ای وارد می شود که یک شوالیه، یک ناچ، یک قهرمان، یک بادیگارد با صورت پوشیده و تن زخمی دارد روی یک میل خاکی نفس نفس می زند. او همان سنوار است؟ همانی که روزی با پیراهن اتوکشیده نشست روی بقایای میل خانه اش؟ کوادکوپتر جلوتر می رود. صورتش پیدا نیست. سری می چرخاند و با آخرین قوتی که در جانش مانده، یک تکه چوب سمت کوادکوپتر پرتاب می کند. هنوز زنده است. زنده و جنگنده. از گره ابروها و قاطعیت در نگاهش می شود فهمید او همان بادیگارد مقاومت است در تونلی به وسعت یک خانه ویرانه. موسیقی متن بادیگارد حاتمی کیا بی اختیار مرور می شود. کسی باقی تصاویر را ندیده. هیچ پلانی از لحظه شلیک تانک به بقایای خانه ای که سنوار در آن سنگر گرفته در دست نیست. پلان بعدی، تصویری از سربازان اسرائیلی است که حالا پس از اتمام کار، جرئت کرده اند به پیکربری جان یحیی نزدیک شوند. او حالا با چشم های بسته خطری برایشان ندارد. با این حال محتاطانه جیب های پیراهنش را بررسی می کنند. دوربین می لرزد و عین بزدلانی که با پای لرزان از کمینگاهشان بیرون آمده اند، به

فرصت استثنایی

تخفیف
تا ۵۶٪

برای تبدیل مجوزهای بهره برداری
موقت تجاری به دائم (طبق طرح تفصیلی)

تخفیف
تا ۳۷٪

برای اخذ تجاری دائم در سایر موارد

(طبق طرح های تفصیلی)

فقط تا پایان مهرماه



اطلاعات بیشتر ۱۳۷

و مراجعه به شهرداری های مناطق

«خار و میخک» روایتی از مقاومت

به طور محسوسی از طریق مبارزات ملی نشان داده می شود. ما با محمود، پسر بزرگ تر خانواده، که به چهره محبوب مقاومت و راوی این داستان تبدیل می شود آشنا می شویم. سفری که او را از درون نگری به عمل گرایی هدایت می کند. همان طور که روایت آشکار می شود، ما را به چالش می کشد تا سختی های پیش رو و انعطاف پذیری و پیوند مشترکی که این خانواده با مردم فلسطین دارد که آن ها را به سمت امید و استقامت سوق می دهد، بهتر درک کنیم. «خار و میخک» به عنوان یک فراخوان برای درک واقعیت فلسطین عمل

یحیی سنوار در بازه استارتش در زندان اسرائیل، زبان عبری می آموزد و رمان، «خار و میخک» را به همین زبان می نویسد. «خار و میخک» که در زندان اسرائیل نوشته شده است، نه تنها یک اثر داستانی، بلکه گواهی عمیق بر روح پایدار غزه است. این روایت از داستان سربایی سنتی فراتر می رود تا نگاهی خام و بدون فیلتر به آن ارائه دهد. این کتاب مبارزات روزمره یک خانواده فلسطینی در اردوگاه ساحلی غزه را به تصویر می کشد که بازتابی از امور شخصی در واقعیت های خشن است. این داستان، سرنوشت های شخصی را با آشننگی های سیاسی بزرگ تر پیوند می دهد و نشان می دهد که چگونه زندگی های فردی