

**بخون و
با خودت بر**

شماره پیامک شهر آرامترو
۳۰۰۰۷۲۸۹

تک خبر

«وزارت کار: برای هر دوره کالبرگ ۲۵ همت اعتبار نیاز است که تاکنون ۵ همت تأمین شده است.

«سازمان هدفمندسازی یارانه‌ها: در آبان ۴۳۹ هزار نفر از جمع یارانه‌بگیران حذف شدند.

«سازمان هواپیمایی کشوری: در یک سال اخیر ۵۰ هزار و ۵۰۰ صندلی جدید به ناوگان هوایی کشور اضافه شده است.

از درخشان حسابی کیف کردیم

این افتخار آفرینی پیام‌های مهمی برای بانوان و مسئولان کشور داشت

زیر ذره بین

سفته بازی بانک‌ها

رئیس کمیسیون اصل ۹۰ مجلس: بانک‌ها ذیل خودشان شرکت‌هایی تأسیس کرده‌اند. شرکت‌های دسته سوم و دسته چهارم از بانک تسهیلات دریافت می‌کردند. این تسهیلات در مسیر سفته بازی خرج می‌شد و سمت بازارهای سکه، طلا، زمین و خودرو می‌رفت!



دور دنیا

طرح ترامپ: صلح به قیمت خاک؟



طرح ۲۸ ماده‌ای ترامپ برای اوکراین. این کشور را به واگذاری اراضی درخورتوجهی به روسیه. کاهش اندازه ارتش و کنارگذاشتن دائمی عضویت در ناتو ملزم می‌کند. روسیه به دلیل لحاظ شدن مواضعش خوش بین است. اما زلنسکی این طرح را فقط «چشم‌انداز آمریکا» می‌داند. این پیشنهاد، کریمه، لوهانسک و دونتسک را قلمرو روسیه می‌شناسد و منطقه حائل غیرنظامی در دونتسک ایجاد می‌کند. عفو کامل دوطرف و استفاده از دارایی‌های مسدودشده روسیه نیز از نکات جنجالی این طرح است که چشم‌انداز امنیتی اروپا را تغییر خواهد داد.

آتش‌الیت فروش کرد

آتش سوزی گسترده در جنگل‌های اطراف روستاهای الیت و دلیر چالوس، از دو هفته پیش آغاز شده است. این حریق در مناطق صعب‌العبور با شیب تند، مهار را دشوار کرده بود. اکنون، با شروع گسترده‌ترین عملیات اطفای حریق در منطقه الیت چالوس، امیدها برای خاموشی کامل آتش جدی شده است. در این عملیات بی‌سابقه، یک فروند هواپیمای ایلوشن با ظرفیت چهار تن آب، همراه با شش بالگرد و ۳۵ گروه شامل چهارصد نیروی انسانی از منابع طبیعی، سپاه، بسیج، هلال‌احمر و مردم، به منطقه اعزام شده‌اند. تاکنون بیست همیار طبیعت در جریان این عملیات پیچیده مصدوم شده‌اند، اما با تلاش بی‌وقفه، ۹۵ درصد آتش مهار شده و فقط بخش‌های کوچکی به صورت لکه‌ای در حال سوختن است و انتظار می‌رود به زودی به‌طور کامل خاموش شود.



آخرین یافته

بازتعریف چربی خوب و بد

پژوهشگران سال‌ها چربی بدن را مزاحم می‌دانستند، اما علم امروز تصویری متفاوت ترسیم می‌کند: چربی عضوی زنده، هوشمند و ارتباطی است. این بافت زرد، نه فقط ذخیره انرژی، بلکه با ارسال سیگنال‌های شیمیایی، اشتها، متابولیسم، خلق و خو، ایمنی و حتی باروری را کنترل می‌کند. چربی فقط یک نوع نیست: سفید، قهوه‌ای، بژ و صورتی دارد که هر کدام کارهای جداگانه انجام می‌دهند. این نگاه تازه، درک ما از چاقی را دگرگون می‌کند و به جای حذف چربی، دانشمندان به فکر بازبرنامه‌ریزی چربی‌های «بد» به «خوب» برای بهبود سلامت عمومی هستند.



آذر آفتابی در ایران

دهه اول آذرماه با گرمایی غیرعادی در کشور آغاز می‌شود. این پدیده غیرطبیعی در استان‌های نوار شمالی و همچنین نیمه غربی کشور بیشتر از دیگر نقاط حس خواهد شد و استان‌های جنوبی و جنوب‌شرقی کشور نیز کمترین تأثیر را از این پدیده دریافت خواهند کرد.

از درخشان حسابی کیف کردیم

این افتخار آفرینی پیام‌های مهمی برای بانوان و مسئولان کشور داشت

ورزش بانوان در سال‌های اخیر با تحول شگرفی روبه‌رو شده است و در مسابقات مختلف ورزشی شاهد درخشان بانوان با انگیزه ایرانی هستیم. شاید سال‌های دور همه امیدمان برای مدال‌آوری و درخشش منوط به چند رشته ورزشی در حوزه مردان بود، اما اکنون ماجرا فرق می‌کند و بانوان ایرانی آن قدر درخشان عمل کردند که همه ورزش‌دوستان را به تحسین واداشتند. حالا در ششمین دوره مسابقات هم‌بستگی اسلامی، بانوان کشورمان با کسب مدال‌های متنوع و پرتعداد، نشان داده‌اند و ثابت کرده‌اند که در حوزه مدال‌آوری و قهرمانی، عزم و اراده مرز نمی‌شناسد.

حسن ختام درخشش بانوان

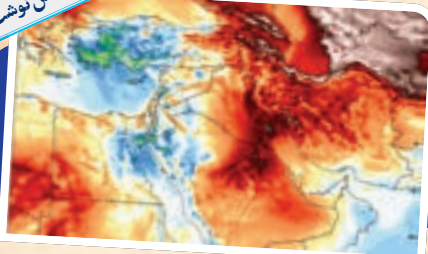
ششمین دوره بازی‌های هم‌بستگی کشورهای اسلامی با حسن ختامی از درخشش بی‌نظیر بانوان ایرانی همراه بود. تیم ملی هندبال بانوان ایران با یک بازی فوق‌العاده و پیروزی بر ازبکستان در دیدار رده‌بندی، نخستین بار در تاریخ روی سکوی سوم این مسابقات ایستاد. این موفقیت تاریخی، فقط بخشی از افتخار آفرینی بانوان بود. خوانش دسته جمعی سرود حماسی و ملی در مورد ایران و انتشار آن در فضای مجازی، موجی از امید، غرور و افتخار ملی را به همراه داشت و بار دیگر غیرت زنان ایرانی را به رخ کشید. اگر بخواهیم آماری سرانگشتی بدهیم، بانوان کشورمان در این دوره از مسابقات یازده مدال طلا کسب کردند که رکوردی بی‌سابقه به شمار می‌رود. این درحالی است که در دوره گذشته فقط چهار مدال طلا کسب شده بود. این جهش سه برابری، نتیجه خودباوری، همت و تلاش بی‌وقفه بانوان ایرانی برای عرض اندام در میادین جهانی است.

چیزی بالاتر از طلا

درخشش بانوان ایرانی در این دوره از مسابقات، با یک اتفاق قشنگ دیگر، شیرینی دوچندان پیدا کرد و پیام مهمی برای همه بانوان کشورمان داشت. فرشته حسن‌زاده، موی‌تای‌کار تیم ملی زنان ایران، پیش از کسب مدال نقره بازی‌های هم‌بستگی اسلامی، آرزو کرده بود که مدال



عکس نوشت



طلایش را تقدیم رهبر معظم انقلاب کند، اما با همان مدال نقره نیز عشق و ارادت خود را نشان داد. رهبر معظم انقلاب اسلامی در پیامی خطاب به این «دختر نقره‌ای ایران» فرمودند: «از طلا برتر، همت و تلاش و ایمان و اعتماد به نفس شماست دخترم.» این پیام، فراتر از یک قدردانی، نشان داد که ارزش واقعی در تلاش و اراده نهفته است، نه در رنگ مدال. این اتفاق، انگیزه‌ای دوچندان برای همه بانوان ایرانی است تا با خودباوری و ایمان به توانایی‌هایشان، در هر عرصه‌ای بدرخشند.

شگفتی‌سازی از جنس بانوان

یکی از نکات جالب این دوره از مسابقات هم‌بستگی اسلامی، این بود که افتخار آفرینی بانوان به یک رشته خاص محدود نشد. شاهد بودیم که بانوان کشورمان در رشته‌های مختلف، حتی در رشته‌هایی که سال‌ها چشم‌امید به مدال مردان داشتیم، شگفتی خلق کردند و آبروی کشورمان را با بزرگی خود خریدند. به عنوان مثال، در رشته وزنه‌برداری که معمولاً قهرمانان مرد آن از اردبیل بودند، این بار مهسا بهشتی با عملکردی درخشان، مدال طلا در حرکت دوزرب و دو مدال برنز در یک‌ضرب و مجموع را برای کاروان ایران به ارمغان آورد. کاراته‌زنان نیز با بیشترین مدال طلا به ایران بازگشت و تیم تنیس‌روی میز ایران با کسب پنج مدال، از جمله دو طلا درخشان توسط ندا شهسواری، عملکردی چشمگیر ارائه داد. این دستاوردها، نشانه‌ای از رشد و بالندگی نسل تازه‌ای از ورزشکاران زن در کشور است.

تودهنی به پرمدهاها

درحالی‌که ورزشکاران بی‌ادعای کشورمان، به‌ویژه بانوان، با کمترین امکانات و بودجه و بدون چشمداشت خاصی، در مسابقات مختلف افتخار آفرینی می‌کنند، بازیکنان متمول فوتبال ما همچنان روی دور غرزدن و توجیه ضعف‌های خود هستند. باید به غیرتمندی دختران هندبال یا امکانات و مزایای محدودشان خوب نگاه کنند. این تضاد آشکار میان خودمحوری و بهانه‌تراشی، پیامی روشن برای جامعه و مسئولان ورزش دارد. این قهرمانی‌ها، بیش از هر چیز، نماد عزم راسخ و اراده پولادین زن ایرانی است.

