







## کار و تعاون

## معاون اشتغال وزارت کار:

برنامه های اشتغال دولت سیزدهم  
نباید متوقف شود

**تسنیم** | معاون اشتغال وزارت کار گفت: هیچ توجیبهی ندارد که برنامه‌های اشتغالی ما، در دولت چهاردهم متوقف شده و بجای دادن تسهیلات به مشاغل خرد همه را به کارخانه‌های بزرگ بدهیم. همواره وقتی دولت‌ها درباره آمار ایجاد شغل و پرداخت تسهیلات صحبت می‌کنند بسیاری از کارشناسان و صاحب نظران در حوزه‌های مختلف آمارهای دولت‌های مختلف را تحلیل و نقد می‌کنند.

محمود کریمی بیرانوند، معاون اشتغال وزارت کار در دفاع از کارنامه اشتغالی دولت سیزدهم در آخرین اظهارات خود گفت: ما در حوزه فارغ التحصیلان بیکار و اشتغال ایجادى از منظر کمیت شغل چیزی برای دولت چهاردهم کم نگذاشتیم و دولت بعدی باید در حوزه ارتقای کیفیت شغل به ویژه برای فارغ التحصیلان تلاش کند و امسال نیز دولت در این حوزه تلاش کند. برای سال ۱۴۰۳ و عملی سازی شعار سال، باز هم محور کار ما بیکاری فارغ‌التحصیلان است.

کریمی بیرانوند با تأکید اینکه هیچ توجیبهی ندارد که برنامه‌های اشتغالی ما، در دولت چهاردهم متوقف شده و بجای دادن تسهیلات به مشاغل خرد همه را به کارخانه‌های بزرگ بدهیم بیان کرد: قطعاً دولت بعدی در توقف برنامه‌های دولت فعلی ضرر خواهد کرد. در پتروشیمی سرانه هر اشتغال ایجادى ۵ میلیارد تومان است ولی در بسیاری از مشاغل خرد بسیار کمتر از این برای ایجاد اشتغال منابع لازم است.

معاون اشتغال وزارت کار با بیان اینکه هر تفکری که مشاغل خرد را کوچک می‌شورد و تضعیف می‌کند، ضد مردم است گفت: می‌گویند کار بی‌کیفیت، اما مگر می‌شود شغل بی‌کیفیتی باعث افزایش بیمه شدگان کشور و کاهش تعدیل نیروی کار و بیکاری فارغ‌التحصیلان شود؟ نمی‌توان این مشاغل را نادیده گرفت.

کریمی بیرانوند گفت: نرخ بیکاری زنان در سال ۱۳۹۷ حدود ۱۸ درصد و در سال ۱۴۰۱ به کمتر از ۱۵ درصد رسید که کاهش حدود ۴ درصد داشتیم، نرخ مشارکت زنان هم در حوزه اقتصادی افزایش داشته است. معاون وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی اظهار کرد: میزان متوسط سرمایه لازم برای ایجاد اشتغال نیز کنترل شده و در رسته‌های خاص شغلی با چند میلیون تومان در سال ۱۴۰۰ می‌توانستیم شغل راه اندازی کنیم.

در سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای با مهارت یابی مختصری می‌توان شغل ایجاد کرد، اما در شورای عالی اشتغال در برخی مشاغل متوسط ۱۵۰ میلیون تومان اختصاص می‌یابد که در برخی مشاغل به ۳۰۰ تا ۵۰۰ میلیون نیز می‌رسد که تلاش داریم به نفعی میانگین ۴۰۰ میلیون تومان افزایش دهیم.

وی با اشاره به اینکه سهم اشتغال در بخش صنعت افت اندک ۰،۲ درصد کاهش داشتیم و رشد اشتغال در حوزه خدماتی بیشتر بوده است، گفت: ۲ میلیون و ۲۱۱ هزار شغل تاکنون در دولت سیزدهم ایجاد شده است.

در سه ساله دولت سیزدهم، جمعیت شاغل و فعال افزایش یافت و جمعیت بیکار کمتر شد. شرایط محیط کسب و کار رو بهبود است و باز یگران اصلی کار و تولید شرایط بهتری دارند.

## نامه ممنوعیت صادرات روغن نباتی باطل شد

**مهر** | دیوان عدالت اداری اعلام کرد: «صادرات انواع روغن خوراکی بدون قید زمانی و بدون وجود دستورالعمل مصوب رییس جمهور ممنوع اعلام شده، لذا نامه وزیر صمت خارج از حدود و اختیار بوده و از تاریخ صدور (تصویب) ابطال می‌شود». در پی اعتراض فردی به دیوان عدالت اداری، درباره

ممنوعیت صادرات روغن نباتی، دیوان به نفع وی رای صادر کرد و صادرات این محصول آزاد شده، اما به فاصله یک هفته وزارت صمت، معدن و تجارت در نامه به مگر ک واردات این محصول را دوباره ممنوع اعلام کرد.

در ایسن نامه آمده بود: «با توجه به اینکه واردات انواع

## معاون روابط کار وزارت تعاون خبر داد:

## کاهش ۳۸ درصدی واحدهای تولیدی مشکل دار در دولت سیزدهم

دولت را دریافت کنند تا بتوانند دوباره به بازار کار برگردند. شمولیت این قانون که سه‌ساله قبل مصوب شده اندک است و اکنون لایحه جدید برای اصلاح را تقدیم مجلس کردیم تا تصویب شود. تلاش ویژه‌ای در این دولت انجام شد تا افراد متخصص دوباره به چرخه کار کشور برگردند.

وی گفت: در ابتدای دولت سیزدهم ۲۴۰ هزار نفر مقرر ی بگیریم بیمه بیکاری بودند که اکنون به ۱۶۰ هزار نفر رسیده و بسیاری از آن‌ها دوباره به محیط کار برگشته‌اند و امیدواریم در ادامه نیز تعداد مقرر ی بگیران کمتر شود.

رعیتی‌فرد افزود: پس از تصویب قانون کار در سسال ۶۹ بسیاری از فعالان حوزه کارگری می‌گویند این قانون باعث شده که بیش از ۹۵ درصد قراردادهای کار تبدیل به قراردادهای کوتاه مدت شود. بر اساس دستور رئیس جمهور لایحه‌ای را برای اصلاح امنیت شغلی کارگران آماده کرده و سال گذشته آن را برای کسانی که در مشاغل مستمر کار می‌کنند و سابقه ۵ ساله دارند بتوانند امنیت شغلی را ایجاد کنند.

وی تأکید کرد: در ابتدای دولت ۹۴۰ واحد مشکل دار شناسایی شد، واحدهای مشکل‌دار واحدهایی هستند که در آن‌ها حقوق کارگران به تعویق افتاده باشد و واحدهای بحرانی نیز آن‌هایی هستند که کارگران نتوانستند حق خود را بگیرند. ما تلاشی که با همکاری تمام دستگاهها انجام شد، معوقات واحدهای مشکل‌دار را کم کنیم، واحدهای مشکل‌دار به ۶۰۷ واحد رسید و ۳۸ درصد کاهش یافت. از ظرفیت‌های دیگر نیز برای احیای واحدهای نیمه‌فعال و غیر فعال استفاده شد.



## کارنامه وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی در دولت مردمی

۱۴۰۳

مرکز روابط

که تخصص دارد و کارشناس موضوع است در طبقه‌بندی به ما کمک کنند. این حلقه تنگ شکسته شده و این انحصار از بین رفت. سال ۱۴۰۱ این انحصار را شکستیم و طراحان جدیدی به ما افزوده شدند و به این واسطه بیش از ۲ هزار واحد مشمول این قانون را طبقه‌بندی کردیم تا کارگران به عدالت مزدی دست یابند. رعیتی‌فرد افزود: مورد دیگر مربوط به بیمه بیکاری بود. کسانی که به شکل غیرآرادی بیکار می‌شوند باید حمایت

رسیدن به اهداف خود حمایت کنند. وی افزود: موضوعات حوزه روابط کار متعدد است که از میان آن می‌توان به عدالت مزدی اشاره کرد. عدالت مزدی باید حتما در واحدهای بالای ۵۰ نفر عملیاتی شود تا تمام کارگران با توجه به قابلیت‌هایی که دارند از عدالت مزدی بهره‌مند شوند. تا قبل از این کارشناسان حوزه روابط کار مجوز طرح طبقه‌بندی مشاغل را داشتند اما در دولت سیزدهم اعلام کردیم هر فردی

## قائم‌مقام وزیر راه در امور مسکن:

## ساخت مسکن آماده جهش تاریخی به ۴ میلیون واحد است

وی افزود: اثر ساخت مسکن در دولت سیزدهم شروع شده و در آینده ادامه پیدا خواهد کرد.

عباسی گفت: ما در ستاد وزارت راه برای ۶ میلیون مسکن برنامه‌ریزی کردیم، برنامه ما سپردن مدیریت پلتفرمی ساخت به خود مردم بود.

معاون وزیر راه و شهرسازی گفت: نظام جمهوری اسلامی باید تکلیف خود را با بانک‌ها معلوم کند. نمی‌شود ابزار و اختیار خلق پول را به بانک خصوصی بدهیم ولی مسئولیتی از آن‌ها نپذیریم. به عنوان یک کارشناس می‌گویم که یا باید اختیار بانک‌ها کاهش پیدا کند یا مسئولیت آن‌ها افزایش پیدا کند.

عباسی گفت: بانک خصوصی از یک اختیار حاکمیتی یعنی خلق پول را در اختیار دارد اما هیچ مسئولیت حاکمیتی را نمی‌پذیرد.

این مقام مسئول گفت: برخی مطرح می‌کنند رشد ۸۰ درصدی رشد سشنی است اما بنده با اتکا به تجربیات می‌گویم که این رشد شدنی است و بخش ساخت مسکن به تنهایی می‌تواند دو درصد از این درصد را به عهده بگیرد.

مسئله تسهیلات ساخت مسکن را حل کنیم جبهه در ساخت مسکن رخ خواهد داد.

وی ادامه داد: در جلسه هفدهم شورای عالی مسکن افزایش سرمایه بانک مسکن به مبلغ ۱۰۰ هزار میلیارد تومان تصویب شد.

عباسی بیان کرد: در خصوص خدمات آب، برق و فاضلاب طرح نهضت ملی مسکن مقرر شد که یک سوم هزینه توسط وزارت راه، یک سوم توسط وزارت نیرو و یک سوم توسط مردم پرداخت شد.

قائم‌مقام وزیر راه و شهرسازی در امور مسکن گفت: آقای محرابیان وزیر نیرو قول داد که هیچ واحد مسکنی افتتاح نشود مگر اینکه خدمات آب، برق و فاضلاب داشته باشد و به این قول خود عمل کرد.

عباسی تأکید کرد: در دولت یازدهم و دوازدهم تأمین زمین برای مسکن ضرر شد و ما حتی مکان‌یابی برای طرح نداشتیم.

این مقام مسئول گفت: بین سیاست‌گذاری و اثر یک فاصله زمانی است، چرا در ابتدای دولت یازدهم مسا افزایش قیمت مسکن نداشتیم، چون پیش از آن در دولت دهم یک انبوه مسکنی ساخته شده بود و اثر آن در دولت بعد مشخص شد.

تسهیلات ساخت مسکن است، ما در این بخش قانون جهش تولید مسکن را داشتیم که بانک‌ها اینگونه که باید به ما کمک نکنند. عباسی بیان کرد: فرصت سوم حذف سود بالاسری و ارزش افزوده مسکن است که این فرصت به طور کامل در وزارت راه و شهرسازی در دستور کار قرار گرفت.

این مقام مسئول گفت: ما در دولت سیزدهم ۱۳۰ هزار مسکن مهر را تکمیل کردیم و حدود ۱۱۰ هزار مسکن مهر باقی‌مانده است. شخص آقای رئیسی در مواجهه با پروژه‌های نیمه‌تمام یک اهتمام ویژه داشتند.

وی ادامه داد: در حال حاضر بیش از ۲۶ میلیون واحد مسکونی در قالب نهضت ملی مسکن در حال ساخت است و این عدد ادامه جبهه تا ۴ میلیون واحد مسکونی تا پایان سال است.

قائم‌مقام وزیر راه و شهرسازی در امور مسکن گفت: کسی که در قالب نهضت مسکن وزارت راه و شهرسازی را در دست می‌گیرد، باید بداند که با یک وضعیت جهشی کار را تحویل می‌گیرد. عباسی با اشاره به پلکانی شدن قسط بندی و کاهش نرخ سود بانکی گفت: اگر بتوانیم



**فارس** | قائم‌مقام وزیر راه در امور مسکن گفت: بیش از ۲۶ میلیون واحد مسکونی در قالب نهضت ملی مسکن در حال ساخت است و این عدد آماده جهش تا ۴ میلیون واحد مسکونی تا پایان سال است که یک جهش تاریخی به حساب می‌آید.

هادی عباسی دیروز در نشست خبری وزارت راه و شهرسازی با اشاره به عملکرد مسکنی دولت سیزدهم اظهار داشت: دولت شهید رئیسی در مسئله مسکن مسئولانه وارد شد، ما وزرای داشتیم که مسئولیتی

## معاون امور فرهنگی و اجتماعی وزارت تعاون انجام شد:

## راه‌اندازی یک هزار و ۱۸۴ خانه بهداشت کارگری در بنگاه‌های اقتصادی



۱۰۰ تا ۵۰۰ نفره ایجاد شد که تا پیش از این سالانه ۱۰۰ خانه بهداشت کارگری ایجاد می‌شد.

چکشیان خاطر نشان کرد: در حوزه ورزشی در سه سال گذشته ۱۲۶ مسابقه کشاورزی و ۱۱۴ رویداد همگانی، افتتاح ۲۱ مکان ورزشی جدید، افزایش ظرفیت و احیای واحدهای ورزشی نیمه‌تعطیل و تعطیل، کسب ۱۵۵ مدال رنگارنگ در مسابقات جهانی، برگزار ی اولین لیگ سراسری تنیس روی میز جامعه کارگری که قابل رقابت با لیگ‌های حرفه‌ای است از اقدامات معاونت فرهنگی در حوزه ورزش جامعه کارگری است.

وی تأکید کرد: در هفته کارگر سالی که گذشت تحولات کمی و کیفی رخ داد که بیش از پنج دستگاه خارج از وزارتخانه را درگیر کرد که منجر به برگزاری صدها برنامه ملی و استانی شد. برای نخستین بار در حضور رئیس جمهور نمایندگان انواع تشکل‌های کارگری با طیفاها و سلیقه‌های مختلف در جشنواره «منتان» حضور پیدا کردند و به طرح موضوعات خود پرداختند. ۱۲۲ هزار کارگر نخبه و مبتکر در جشنواره منتان شناسایی شدند.

**ایرنا** | معاون امور فرهنگی و اجتماعی وزارت تعاون گفت: در دولت سیزدهم یک هزار و ۱۸۴ خانه بهداشت کارگری در بنگاه‌های اقتصادی ۱۰۰ تا ۵۰۰ نفره ایجاد شد. تا پیش از این سالانه ۱۰۰ خانه بهداشت کارگری ایجاد می‌شد. «محمد چکشیان» معاون امور فرهنگی و اجتماعی وزارت تعاون در نشست خبری تحت عنوان «اعتلای فرهنگ کار، تشکل‌گرایی و روابط کار در دولت مردمی به تشریح عملکرد و اقدامات سه ساله دولت مردمی پرداخت و گفت: امروز چهار بانوی کارگر که کهنورد توانستند به کوه آرارات ترکیه صعود کنند که در طول تاریخ جریان کارگری رخ داد و اتفاق خوبی را رقم زد.

چکشیان گفت: در سه سالی که از دولت گذشت، اتفاقاتی را برای نخستین بار در فضای کار رقم زدیم. راه‌اندازی ستاد ملی ارتقا فرهنگ کار با ریاست وزیر، تدوین برنامه ارتقا فرهنگ کار و تصویب در شورای فرهنگ عمومی و ابلاغ به دستگاه‌های کشور، تشکیل میز تخصصی فرهنگی کار در شورای عالی انقلاب فرهنگی، بازنگری در ماموریت خانه‌های فرهنگ کار و راه‌اندازی ۵۸۰ خانه فرهنگ کار جدید در دولت سیزدهم، از جمله کارهای مهم حوزه فرهنگی در وزارت تعاون بود.

وی افزود: در گذشته معاونت فرهنگی تبدیل به یک بخش کوچک شده بود، اما سعی کردیم با نقش‌یابی و بررسی امکاناتی که وجود داشت این معاونت به یک بخش فرهنگی مهم تبدیل شد. موضوعات مسابقات سراسری قرآن، برگزاری جشنواره ماندگار تاریخ شفاهی بازنشستگان، تشکیل ستاد روایت پیشرفت، مسابقه سراسری بیانیه گام دوم ویژه جامعه کار و تولید، تشکیل قرارگاه اربعین، کسب رتبه برتر دستگاه‌های اجرایی در پیشگیری از مصرف مواد مخدر، کسب رتبه برتر وزارت در حوزه حجاب و عفاف و اقامه نماز از جمله اقداماتی بود که معاونت امور فرهنگی و اجتماعی رخ داد.

معاون وزیر تعاون تصریح کرد: در حوزه خدمات اجتماعی اولین بار سند ملی پیشگیری از اعتیاد جامعه کار و تولید توسط رئیس جمهور شهید ابلاغ شد. توسعه شبکه ارائه خدمات روانی جامعه بخش دیگری از اقدامات ۳ ساله وزارت تعاون بود. در این دولت ۱۱۸۴ خانه بهداشت کارگری در بنگاه‌های اقتصادی

## نتایج آخرین عرضه خودروهای

## وارداتی در سامانه یکپارچه

## اعلام شد

**مهر** | دور جدید عرضه خودروهای وارداتی سوم تیر ماه آغاز شده بود که پس از پایان ثبت نام، دیروز (سه شنبه ۱۲ تیر ماه) نتایج مشخص و بر روی سایت سامانه یکپارچه خودروهای وارداتی قرار گرفته است.

سامانه یکپارچه عرضه خودروهای وارداتی روز یکشنبه سوم تیر ماه با عرضه ۳۱ خودرو برای آن دسته از متقاضیان سامانه یکپارچه عرضه خودروهای وارداتی که در اسفند ۱۴۰۱ ثبت نام کرده و اولویت آن‌ها مشخص شده، بازگشایی شد و بدین ترتیب متقاضیان در این مرحله می‌توانستند پنج انتخاب از سبد محصولات اعلام شده، داشته باشند.

مهلت انتخاب خودرو برای متقاضیان، سه روز و تا پایان روز چهارشنبه (۶ تیر ماه) در نظر گرفته شده بود؛ پس از اتمام مهلت ثبت درخواست خودرویی، حال امروز (سه شنبه ۱۲ تیر ماه) نتایج مشخص و بر روی سایت سامانه یکپارچه خودروهای وارداتی قرار گرفته است.

برای مشتریانی که مشمول تخصیص خودرو شده‌اند، مدت زمان پنج روزه واریز وجه خودرو زمان ارسال فراخوان در نظر گرفته شده است؛ عدم واریز وجه حداکثر تا پنج روز پس از فراخوان صورت گرفته، به منزله انصراف از طرح بوده و متقاضی از اولویت بندی سامانه حذف خواهد شد.

همچنین تمام شرکت‌های واردکننده می‌بایست مطابق آئین‌نامه اجرایی قانون حمایت از حقوق مصرف‌کنندگان خودرو نسبت به تحویل خودرو و دریافت وجه از مشتریان اقدام نمایند در صورت تأخیر در تحویل و ... قراردادهای مذکور مشمول جرایم مندرج در آئین نامه فوق خواهند شد.

گفتنی است، نتایج بر روی سایت سامانه یکپارچه خودروهای وارداتی بارگذاری شده و ثبت‌نام کنندگان می‌توانند با مراجعه به حساب کاربری در سامانه از نتیجه تخصیص خودروی انتخابی خود مطلع شوند. همچنین ممکن است همچنان برای برخی مشتریان، هنوز تخصصی صورت گرفته باشد که این موضوع در ارتباط با همان اهمیت اولویت‌های انتخابی است.





خواص زیره سبز در کنترل سطح قند خون به ویژه در افراد مبتلا به دیابت نقش بسزایی دارد. ترکیبات موجود در زیره سبز به تنظیم سطح انسولین و قند خون کمک می کنند و این امر می تواند در کاهش عوارض ناشی از دیابت موثر باشد. استفاده منظم از زیره سبز به عنوان یک مکمل غذایی یا بخشی از رژیم غذایی می تواند به بهبود حساسیت به انسولین و کنترل بهتر قند خون کمک کند. تحقیقات نشان داده اند که زیره سبز خواص ضد سرطانی دارد. این گیاه دارویی حاوی آنتی اکسیدان های قوی است که می توانند در برابر تشکیل سلول های سرطانی مقاومت کنند. علاوه بر این، زیره سبز حاوی ترکیباتی است که می توانند در مهار رشد و تکثیر سلول های سرطانی موثر باشند، بنابراین مصرف زیره سبز می تواند به عنوان یک روش پیشگیرانه در برابر انواع مختلف سرطان مورد توجه قرار گیرد. زیره سبز به دلیل داشتن ترکیبات گیاهی خاص، در کاهش سطح کلسترول خون موثر است. این گیاه با تحریک تولید صفرا و کمک به هضم چربی ها، می تواند در کاهش کلسترول بد (LDL) و افزایش کلسترول خوب (HDL) نقش داشته باشد. استفاده از زیره سبز در غذاها یا به صورت دمنوش می تواند به تعادل چربی های خون و پیشگیری از بیماری های قلبی کمک کند.



خال روزانه



فروردین



شما آنقدر در رابطه با اتفاقاتی که در پیش هستند هیجان زده هستید که تمام نقشه های قبلی خود را فراموش کرده اید. مشکلی که در میان است تأثیراتی است که این بی توجهی شما نسبت به برنامه های قبلیتان روی اطرافیانتان می تواند داشته باشد. تغییر جهت ناگهانی شما ممکن است برای دیگران ایجاد مشکل کند و آنها را در موقعیت دشواری قرار دهد.

اردیبهشت



امروز شما مجبور خواهید بود برخی کارهای اداری مرتبط با مسائل مادی را به انجام برسانید. شاید پای یک معامله دریافت کمیسیون و یا یک امتیاز غیر منتظره در میان باشد شاید مسیری که به دریافت این پول ختم می شود کمی ناهموار باشد و مشکلاتی سر راهتان وجود داشته باشند. اما این اتفاق هر چه که باشد و این پول از هر جایی که بخواید به دست شما برسد برای شما بسیار خوشحال کننده خواهد بود و می تواند با صبوری به انتظار دریافت آن بنشینید.

خرداد



امروز ذهن شما بسیار قوی شده و با سرعت بالایی کار می کند. اگر قصد انجام تحقیق و مطالعه در مورد موضوع خاصی را داشته اید امروز فرصت بسیار خوبی برای انجام این کار خواهد بود و می توانید نتایج بسیار خوبی دریافت کنید. همین طور می توانید در رابطه با این مسئله با شخصی که به این موضوع علاقمند است و اطلاعاتی را در دست دارد مشورت کنید و به بحث و بررسی بپردازید.

تیر



صبح که از خواب بیدار می شوید رویاهای بسیار واضح و زیبایی که شب گذشته دیده اید ذهن شما را به خود درگیر کرده و چشمان را به روی فرصت هایی که در اختیار دارید باز خواهند کرد شما باید خلاقیت خود را به کار بگیرید و از این فرصت ها به بهترین شکل ممکن استفاده کنید. این فرصت ها پیش از این هم وجود داشته اند، اما شما برای مدتی طولانی آنها را نادیده گرفته بودید.

مرداد



امروز ممکن است مجبور شوید در یک فعالیت گروهی شرکت کنید که حول موضوع خاصی می چرخد. در حین انجام این کارها با شخص منحصر بفردی آشنا خواهید شد که صحبت با او ذهن شما را به خود درگیر کرده و باعث خواهد شد ایده های بسیار خوبی به ذهنتان برسد. امروز دچار دوگانگی هایی شده اید که شاید کنار آمدن با آنها برایتان دشوار باشد، از طرفی کارها و برنامه های روزانه تان به نظر خیلی دارنده خوب پیش می روند.

شهریور



با وجود این که همه شما را با توجه ویژه ای که به جزئیات دارید می شناسند، امروز ترجیح می دهید به جای تمرکز روی کمال گرایی ذاتی خود به کل ماجرا توجه کنید و تصویر کلی را در نظر داشته باشید. متأسفانه اگر بخواهید جزئیات مهم را نادیده بگیرید مجبور خواهید بود بهای این بی توجهی خود را بپردازید. خرده کاری هایی که مورد توجه قرار نگرفته اند اهداف مهم و بزرگ شما را به خطر خواهند انداخت.

مهر



امروز ممکن است در یک مهمانی و یا فعالیت گروهی شرکت کنید که شما را با اشخاص جدیدی از مکان هایی دور دست در ارتباط خواهد گذاشت. صحبت با این اشخاص برای شما بسیار جذاب و الهام بخش خواهد بود و چیزهای زیادی را از آنها یاد خواهید گرفت که برایتان خیلی جالب و آموزنده هستند. حفظ ارتباط با این اشخاص برای شما بسیار مفید خواهد بود. این آشنایی های جدید می توانند درهای جدیدی را به روی شما باز کنند.

آبان



یک چالش بزرگ ناگهانی در مسیر حرفه ایتان آغاز شده است که شما را غافلگیر و تا حدودی نگران کرده است، اما بدون شک اثرات مثبتی روی شما و زندگیتان خواهد گذاشت. این تغییرات هم موفقیت اجتماعی و هم درآمد شما را به طور تعجب آوری بهبود خواهند بخشید. شاید در این رابطه یای برخی مسائل حقوقی هم در میان باشد و مجبور باشید یک روند اداری نسبتاً طولانی را طی کنید.

آذر



امروز شرکت در یک فعالیت اجتماعی شما را با شخصی بسیار متفاوت و جذاب آشنا خواهد کرد که حرفه ای متفاوت و جالب هم دارد. این شخص از نظر شما بسیار جذاب و منحصر بفرد است و اگر هنوز تنها و مجرد باشید ممکن است به فکر آغاز یک رابطه ی عاطفی جدید بیفتید و فکر کنید که می توانید در کنار این شخص احساس خوشبختی کنید. اگر هم متأهل باشید و یا تمایلی به آغاز یک رابطه ی جدید نداشته باشید این شخص می تواند ایده های جدیدی را به ذهنتان بیورد و الهام بخش یک پروژه ی جدید حرفه ای باشد.

دی



شما به طور کلی از آن دسته آدم هایی هستید که از قدرت تمرکز بالایی برخوردار هستند، اما امروز این تمرکز شما خیلی بیشتر از همیشه است و تمام فکر و ذهنتان درگیر موضوع و یا پروژه ای است که برای شما از اهمیت بسیاری برخوردار است. شاید پای یک مسئله ی کاری در میان باشد، یا به فکر کمک به یکی از دوستان نزدیک خود باشید و یا فقط ذهنتان یک پروژه ی شخصی باشد.

بهمن



امروز مکالمه ای عمیق و جدی با شخصی که دوست دارید خواهید داشت. شاید در این مکالمه موضوع مهمی مانند آینده ی رابطه ی عاطفیتان مطرح شود و بخواهید در مورد ازدواج تصمیم گیری کنید. اگر هم متأهل هستید و ازدواج کرده اید راجع به موضوع مهمی مانند بچه دار شدن و یا تغییر محل زندگیتان با همسرتان صحبت خواهید کرد.

اسفند



امروز مشکلات و مسائل مادی ذهن شما را به خود مشغول کرده اند، اما بیشتر نگرانی های شما در این مورد در واقع یی اساسی هستند. شما دارید از گاه برای خودتان کوه می سازید و خودتان را بیشتر از آنچه لازم است برای بروز این مشکلات سرزنش می کنید. سعی کنید نگرش خود را تغییر داده و بی طرفانه به این قضیه نگاه کنید. اگر این کار را کنید خواهید دید که با داشتن مدیریت صحیح و آبره ی علاقه ی موجودیتان می توانید تمام این مشکلات را پشت سر بگذارید.

آشپزی

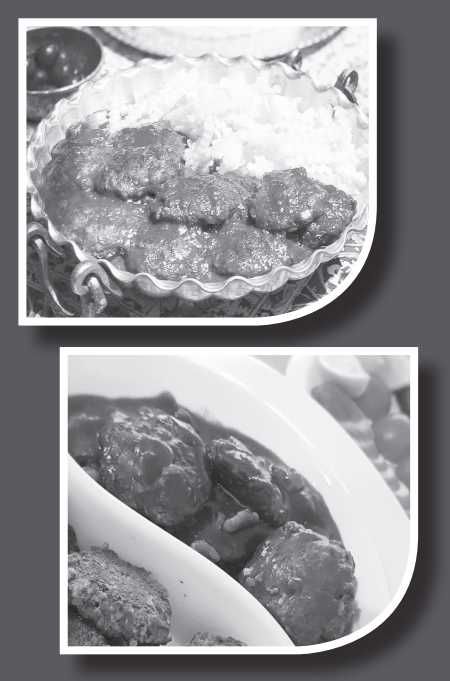
کوکو گردو با رب انار

مواد لازم

Table listing ingredients for Kokko: پیاز ۱ عدد, رب انار ۳ قاشق سوپخوری, نمک و فلفل به میزان لازم, سیر ۲ حبه, روغن برای سرخ کردن به میزان لازم, تخم مرغ ۴ عدد, کنجد درسته ۲ قاشق سوپخوری, گردوی آسیاب شده ۲۰۰ گرم

کوکو گردو با رب انار یکی از غذاهای محبوب و خوش طعم ایرانی است که با استفاده از موادی ساده ولی مغذی تهیه می‌شود. این غذا ترکیبی عالی از

طعم و مزه‌های متفاوت است که به خوبی با هم هماهنگ شده‌اند. کوکو گردو با رب انار نه تنها برای وعده‌های رسمی و مهمانی‌ها بلکه به عنوان یک غذای سبک و مقوی برای شام مناسب است. برای تهیه کوکو گردو با رب انار به سسبک خانگی، ابتدا سیر و پیاز را ریز خرد کرده و در روغن تفت دهید تا طلایی شود. سپس، این مخلوط را با تخم مرغ‌ها، رب انار، گردوی آسیاب شده، کنجد، نمک و فلفل مخلوط کنید و خوب هم بزنید. مایه کوکو را در تابه‌ای با روغن داغ ریخته و بپخش کنید. پس از سرخ شدن یک طرف، کوکو را برگردانید تا طرف دیگر نیز سرخ شود. کوکو را برش داده و نوش جان کنید. مرحله ۱: آماده‌سازی سیر و پیاز ابتدا سیر و پیاز را به دقت و با حوصله ریز خرد می‌کنیم. خرد کردن دقیق سیر و پیاز تأثیر زیادی در طعم نهایی کوکو دارد. این کار را می‌توان با استفاده از چاقوی تیز یا رنده انجام داد تا به راحتی و با دقت بالا این کار صورت گیرد. مرحله ۲: تفت دادن سیر و پیاز در یک تابه مناسب، مقداری روغن ریخته و آن را روی حرارت ملایم قرار می‌دهیم تا گرم شود. سپس سیر و پیاز خرد شده را به آرامی داخل تابه می‌ریزیم و آن‌ها را



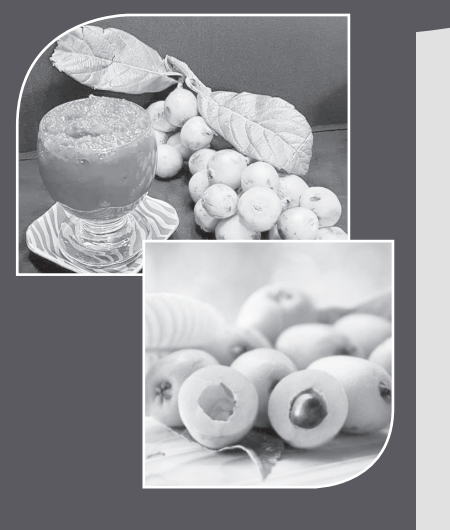
مرحله ۷: سرو کوکو پس از اینکه هر دو طرف کوکو به خوبی سرخ شد، آن را از تابه خارج کرده و قبل از سרו، به قطعات دلخواه برش می‌زنیم. حالا کوکو گردو با رب انار آماده است تا در کنار سبزی خوردن و نان تازه نوش جان کنید.

مارمالاد از گیل

مواد لازم

Table listing ingredients for Marmalade: ازگیل ژاپنی ۲ کیلو, شکر ۵۰۰ تا ۸۰۰ گرم, آب ۸۰۰ گرم, رنده پوست لیمو ترش ۲ قاشق چای‌خوری, اسانس وانیل ۱ قاشق چای‌خوری, آبلیمو ترش ۱ قاشق غذاخوری, پودر ژلاتین ۲ قاشق چای‌خوری, آب سرد ۵ قاشق غذاخوری

مارمالاد به عنوان یک خوراکی و دسر خوشمزه میوه‌ای به همراه نان تست، خامه و کره سر میز صبحانه یا عصرانه سرو می‌شود. همچنین از مارمالاد



مرحله سوم در این مرحله ژلاتین را در آب سرد ریخته و بر روی بخار آب قرار می‌دهیم تا رنگ آن شفاف شود. همچنین می‌توانید آن را یک دقیقه درون مایکروفر قرار دهید. مرحله چهارم زمانی که میوه ازگیل کاملاً نرم شد، اسانس و ژلاتین را به آن اضافه می‌کنیم. سپس با دستگاه پوره، مارمالاد از گیل را هم زده و کاملاً پوره می‌کنیم. پس از آن ده دقیقه زمان می‌دهیم تا بپزد.

جدول شماره ۱۳۱

Large empty grid for the crossword puzzle.

جدول افقی

۱ لغزش پذیر \* ۲ بلوا - برده \* ۳ پوست بلندی - شیر خوردنی \* ۵ نوعی غسل \* ۶ دور کردن - سردوشی افسری \* ۷ پیروان - دهل \* ۸ خاک - از سنگ های معدنی \* ۹ از نو برانگیختن \* \* \* عمودی: ۱ از شهرهای استان هرمزگان - ناقلا و شرور \* ۲ رتبه کارمندی - تهمت \* ۳ دسته ای از ایل قاجار \* ۴ رایگان - بانگ قمری - نیلوفر آبی \* ۵ اتفاق عقاید \* ۶ واژه و کلمه - بالای فرنگی - خم کاغذ \* ۷ نوه تیمور لنگ \* ۸ میوه جالبیزی - راهنما \* ۹ پناه و ایمنی - کند زبان

Table with crossword puzzle answers: Row 1: ا س ا ل م ت ل خ ا ب, Row 2: ر و ی د ا د غ ا م ر, Row 3: گ ا ل ب ر م ج ا ه, Row 4: ب ن ی ن ن ه ر ز م, Row 5: د ن ی ک ا ر ا گ و ا, Row 6: د و ا ج ا م و ن, Row 7: و ا ی س ا د ن ی ا پ, Row 8: ا ر ا و ا ن ر س ی, Row 9: ل ی و و ه ر ت ا ل ا, Row 10: ت و ک ا ا ر ر غ ن و ن, Row 11: ا ش ر ر ف ی ب ن ی ت و

## صفرزاده قهرمان تایم تریل دوچرخه سواری کشور شد



سعید صفرزاده رکابزن باسابقه کشورمان در مسابقات قهرمانی کشور جاده در ماده تایم تریل انفرادی قهرمان شد. مهر، در دومین روز مسابقات دوچرخه سواری قهرمانی کشور آقایان به میزبانی استان زنجان امروز سه شنبه ۲۵ رکابزن در خط استارت مسابقه تایم تریل انفرادی قرار گرفتند که در پایان سعید صفرزاده رکابزن باسابقه کشورمان از استان آذربایجان شرقی به مقام قهرمانی رسید. رقابت دیروز به مسافت ۳۶ کیلومتر و با میانگین سرعت حدود ۵۰ کیلومتر بر ثانیه برگزار شد و سعید صفرزاده از استان آذربایجان شرقی با ثبت زمان ۴۱:۴۰:۳۴۰ دقیقه به عنوان قهرمانی رسید. همچنین روز گذشته مسابقات بخش اسقامت جاده برگزار شد که در رده سنی امید مهدی آفاکاشی از استان قزوین و در رده سنی بزرگسال حسن سیف الهی از استان آذربایجان شرقی قهرمان شدند.



## صعود لاله‌های نارنجی به یک چهارم نهایی با درخشش خاکپو

شاگردان رونالد کومان توانستند رومانی را شکست دهند و به جمع هشت تیم برتر اروپا صعود کنند. ایستاد، در هفتمین دیدار مرحله یک‌هشتم نهایی یورو ۲۰۲۴، تیم ملی فوتبال هلند به مصاف رومانی رفت و توانست با درخشش کودی خاکپو، مهاجم باشگاه لیورپول، حریفش را با سه گل شکست دهد و به دور یک‌چهارم نهایی این مسابقات صعود کند. در این دیدار خاکپو گل نخست تیمش را به ثمر رساند و روی پاس او، دونیل ملن دومین گل لاله‌های نارنجی را به ثمر رساند. ملن در دقیقه‌های تلفشده نیمه دوم زنده گل سوم لاله‌های نارنجی نیز بود.



## سقوط ۱۳ پله‌ای پینگ‌پنگ‌باز المپیک ایران

### گدا و ترشاک صعود کردند

بر اساس رده‌بندی جدید فدراسیون جهانی تنیس روی میز، نیما عالمیان ۱۳ پله سقوط داشته است، نوشاد عالمیان و ندا شهسواری اما هر یک با صعودی قابل توجه مواجه بودند. مهر، فدراسیون بین المللی تنیس روی میز رده بندی جدید بازیکنان این رشته در هر دو بخش مردان و بانوان را منتشر کرده است. بر اساس رده بندی جدید منتشر شده، نوشاد عالمیان که اخیراً از رنکینگ جهانی صاحب سهمیه المپیک شد با صعود مواجه شده و همچنان در صدر دیگر بازیکنان ایرانی قرار دارد. نیما عالمیان که با قهرمانی در آسیای میانه صاحب سهمیه المپیک شد اما در این رده بندی ۱۳ پله سقوط داشته است. در بخش بانوان هم ندا شهسواری تنها دختر المپیک تنیس روی میز ایران ۱۲ پله صعود داشته است اما سومین بازیکن ایران در این بخش رنکینگ جهانی به حساب می آید. رده بندی بازیکنان تنیس روی میز ایران در رده بندی جهانی به این شرح است:

- **بخش مردان**
- نوشاد عالمیان: این بازیکن با ۳ پله صعود در جایگاه ۴۶ قرار گرفته است
- امیرحسین هدایی: این بازیکن با ۳ پله سقوط در جایگاه ۱۴۵ قرار گرفته است
- نیما عالمیان: این بازیکن با ۱۳ پله سقوط در جایگاه ۱۸۶ قرار گرفته است
- امیرمهدی کشاورزی: این بازیکن بدون تغییر جایگاه در رده ۱۸۸ است
- **بخش بانوان**
- الینا رحیمی: این بازیکن با یک پله سقوط در رده ۲۷۲ قرار گرفته است
- مهشید اشتری: این بازیکن با ۱۲ پله صعود در رده ۳۴۶ قرار گرفته است
- ندا شهسواری: این بازیکن با ۱۲ پله صعود در رده ۳۹۵ قرار گرفته است
- شیما صفایی: این بازیکن با یک پله صعود در رده ۴۷۳ قرار گرفته است

# تامپسن هم‌بازی دانچیک شد

کلی تامپسن، اسطوره تیم بسکتبال گلدن استیت وریورز، با عقد قراردادی سه‌ساله به تیم دالاس موریکنس پیوست. ایستاد، کلی تامپسن، اسطوره تیم بسکتبال گلدن استیت وریورز، که به‌تازگی از این تیم جدا شده بود، با عقد قراردادی سه‌ساله به ارزشی ۵۰ میلیون دلار به تیم دالاس موریکنس پیوست. به این ترتیب ستاره سابق گلدن استیت در سه فصل پیش رو هم‌بازی لوکا دانچیک، فوق ستاره اسلوانیایی در تیم دالاس خواهد بود. کابلی، اروینگ نیز دیگر ستاره تیم دالاس موریکنس، نایب‌قهرمان فصل گذشته NBA است. تیم بسکتبال گلدن استیت وریورز با انتشار بیانیه‌ای رسمی اعلام کرد پیراهن شماره یازده کلی تامپسن، فوق ستاره و اسطوره سال‌های گذشته‌اش را بازنشسته (یاگانی) خواهد کرد. تامپسن با تیم گلدن استیت، سه عنوان قهرمانی NBA را به دست آورد و از او به عنوان یکی از برترین سه‌امتیازکنندگان تاریخ بسکتبال یاد می‌شود. او بعد از ۱۳ سال به حضور در این تیم و جمع جنگجوها پایان داد.

## ترکیب تیم ملی کاراته ۲۶ مرداد نهایی می‌شود

ایران ا رقابت‌های کاراته قهرمانی آسیا ۳۰ شهریورماه به میزبانی هانگژوی چین آغاز خواهد شد و تا دوم مهر ادامه دارد. کاراته ایران در ۲ بخش کاتا و کومیته مردان و زنان در این رویداد مهم قرامی شرکت خواهد کرد تا بتواند نتایج چندین مناسب بکساک گذشته را جبران کند. بر این اساس، تیم مردان ایران با هدایت سیدشهرام هروی اکنون دومین مرحله اردوی آماده‌سازی خود را در مجموعه ورزشی انقلاب تهران برگزار می‌کند. شاگردان هروی اکنون بیشتر تمرینات بدنسازی و هوازی را در دستور کار دارند و تمرینات تاکتیکی را نیز انجام می‌دهند. کادر فنی تیم ملی در نظر دارد ۲۶ مرداد با برگزاری انتخابی نهایی، ترکیب تیم مردان را برای حضور در قهرمانی آسیا مشخص و اعلام کند. این ترکیب همان روز در هر بخش کمیته انفرادی و تیمی، نهایی و مشخص خواهد شد.

## به بهانه اشک‌های کریس: عطشی که از رونالدو CR۷ ساخت

نشان بدهد، به آب و آتش می‌زد، در بازی اسلوانی هم با بازوبند کاپیتانی، برای زدن گل بالاترین حد عطش را داشت و پس از دست رفتن هر موقعیت، با تمام وجود حوص می‌خورد. به آب و آتش زدن و تقلا و برای موفقیت در شرایطی است که رونالدو در ۲۱ سالی که از حضورش در تیم ملی پرتغال می‌گذرد، غیر از جام جهانی همه جام‌های ممکن فوتبال دنیا را در رده باشگاهی و ملی به دست آورده و تبدیل به یکی بزرگ‌ترین چهره‌های مشهور دنیا شده است.

بازی با اسلوانی و اشک‌های او پس از دست دادن پناستی در استانه ورود به دهه پنجم زندگی اما مانند ذوق او پس از اینکه ۲۳ سال پیش در دقیقه ۴۶ بازی با قزاقستان در ورزشگاه تکسیرا شهر «شاول» جای لوئیز فیگوی مشهور را در ترکیب گرفت، تازگی داشت. همان انگیزه، همان شوق و همان میل برای پیروزی که با گذشت بیش از ۲ دهه، تغییری نکرده است. هر چند چروک‌های صورت و پاهایی که توان آن روز در «شاول» را نداشت، سبب شد تا رونالدو نتواند برای پرتغالی‌ها، بار دیگر با آن شادی مشهورش پیام‌آور شادی شود.

راز موفقیت ۳۳ ساله رونالدو از روزی که در ورزشگاه «شاول» و در حالی که به قول خودمان، «هنوز پشت لبش

کریستیانو رونالدو برای پیروزی حتی در ۳۹ سالگی هم تعصب ندارد، فقط کافی است یکبار به تصاویر اشک‌های بی‌وقفه او پس از اینکه بامداد امروز در وقت‌های اضافه دیدار پرتغال و اسلوانی در یک‌هشتم نهایی یورو ۲۰۲۴، در دویچه بانک پارک فرانکفورت، پناستی او را بان اوبلاک مهار کرد، نگاه کنید. اشک‌هایی که گویاست رونالدو در یک سال مانده به پایان دهه چهارم زندگی‌اش مانند ۲۰۰۳ اگوست ۲۰۰۳ یعنی ۲۱ سال پیش که برابر قزاقستان اولین بازی ملی‌اش را انجام داد، برای پیروزی و موفقیت انگیزه دارد.

کریس ۲۱ سال پیش ستاره نوظهوری بود که پس از درخشش با لباس راه‌راه سفیدوسبزه اسپورتینگ، چشم‌های سرالکس فرگوسن او را گرفت و تازه راهی منچستر شده بود، تشنه برای موفقیت، او امروز اما در مرز ۴۰ سالگی به جای بازی در لیگ برتر به عنوان بهترین لیگ فوتبال جهان، راهی لیگ عربستان شده است و پیراهن زرد رنگ النصر را می‌پوشد.

از بازی با قزاق‌ها تا بازی دوشنبه‌شب با اسلوانی، تنها توان جسمانی و قدرت گلزنی رونالدو آب رفته، به طوری که تاکنون سابقه نداشته است که در دو بازی‌های گروهی یک تورنمنت پایش حتی به زدن یک گل هم باز نشود، با وجود صورت چروک‌فاده و موهایی که به سمت سفیدی می‌رود، اشک‌های او در بازی دیشب نشان داد که رونالدو همچنان مانند آن روز که با شماره ۱۶ مقابل قزاقستان، برای اینکه خودی



کاریکاتور - کودکان غزه

کاریکاتوربست: silvano-rosa-goncalves-de-melo-brazil

زیبایی های طبیعی باغ ارم شیراز

عکاس: عباس امیری