

شعر



ملامحمد فضولی

غزل شماره ۴۹

مرده جیسمیم، التفاتیندازان بولور هر دم حیات
 نولوروم گور قیلعاماسان هر دم بنا بیر التفات
 یازا بیلیمز لبلیرین وصفین تمام عمرده
 آب حیوان وئرسه کلک خضره ظلمتدن دوات
 بن فقیرم، سن غنی، وئرگیل زکات حسن کیم
 شرع ایچینده هم بنادیر هم سنا واجیب زکات
 گؤزمه بیسنجه عشقینی ایمانا گلمز عاشقین
 یوز پنجمیر جمع اولوب گؤستره لر بیر معجزات!
 مظهر آثار قدرت دیر و وجود کاملیسن
 فیض فطرتدن غرض سنسن، طقیلین کائنات!
 جوهر ذاتیندادر مجموع اوصاف کمال
 بوصفات ایله کی سنسن، قاندا وار بیر پاک ذات؟
 عشقه تا دوشدون فضولی! چکمه دین دونیاغمین
 بیل کی دام عشق ایمنیش قنید تعلقندن نجات

کوتاه

نایب قهرمانی دختران هاکی روی یخ ایران در امارات

تیم هاکی روی یخ زنان ایران در جام اتحادیه به عنوان نایب قهرمانی رسید. به گزارش ایسنا، تیم هاکی روی یخ زنان ایران در فینال جام اتحادیه مقابل تیم الذهبی امارات به میدان رفت و با شکست ۴ بر ۲ مقابل حریف خود، عنوان نایب قهرمانی مسابقات را به دست آورد. هدیه آقای به عنوان



بهترین بازیکن تیم ایران در این دیدار انتخاب شد. در این دیدار تیلر وودز، بازیکن کانادایی تیم الذهبی هتریک کرد. تیم ایران پیش از این مقابل تیم‌های شاهین امارات، عقاب‌های فیلیپین، پنترنز مکزیک و یاس امارات به پیروزی رسید و به فینال مسابقات راه پیدا کرد.

قرعه کشی جام باشگاه‌های فوتبال زنان آسیا

همگروهی بم با نمایندگان استرالیا و کره جنوبی

گروه‌بندی چهارمین دوره جام باشگاه‌های فوتبال زنان آسیا مشخص شد. به گزارش ایسنا، چهارمین دوره جام باشگاه‌های فوتبال زنان آسیا از ۱۵ تا ۲۱ آبان برگزار می‌شود و هشت تیم حاضر در این رقابت‌ها در دو گروه به رقابت می‌پردازند. قرعه‌کشی این مسابقات روز پنجشنبه، ۱۶ شهریور برگزار شد و تیم خاتون بم که قهرمان لیگ برتر زنان ایران است با تیم‌هایی از کره جنوبی، استرالیا و ازبکستان هم‌گروه شد. در پایان مرحله گروهی تیم‌های نخست این دو گروه به فینال صعود می‌کنند تا قهرمان این دوره از مسابقات مشخص شود.

بیست و هشتمی الناز رکابی در جام جهانی سنگ‌نوردی

سنگ‌نوردی ایران در جام‌جهانی اسلونی در رتبه ۲۸ قرار گرفت. به گزارش ایسنا، مسابقات جام جهانی سنگ‌نوردی در ماده لید و در بخش زنان با حضور ۶۲ سنگ‌نورد به میزبانی شهر کوپر اسلونی برگزار شد و نماینده ایران به رقابت با حریفان خود پرداخت. الناز رکابی که تنها نماینده ایران در این رقابت‌ها بود، با کسب رتبه ۲۸ به کار خود پایان داد. حضور در این مسابقه برای رکابی جنبه آماده‌سازی جهت حضور در بازی‌های آسیایی هانگژو را داشت.

قضاوت داوران تیراندازی با کمان ایرانی در المپیک و پارالمپیک پاریس

فدراسیون جهانی تیراندازی با کمان برای نخستین بار از سه داور ایرانی برای قضاوت در بازی‌های المپیک و پارالمپیک پاریس دعوت کرد. به گزارش ایرنا، فدراسیون جهانی تیراندازی با کمان اسامی داوران برای حضور در المپیک و پارالمپیک پاریس را منتشر کرد که برای نخستین بار از ایران، سه داور در این مسابقات حضور خواهند داشت. فعالیت رسمی داور در تیراندازی با کمان ایران از سال ۲۰۰۵ آغاز شد و بعد از ۱۸ سال، داور ایرانی موفق شد که سه نماینده در المپیک و پارالمپیک پاریس داشته باشد. حسین نصیری‌نژاد رئیس کمیته داوران کنفدراسیون آسیا به‌عنوان داور اصلی در المپیک پاریس قضاوت خواهد کرد. شهزاد الهیاری نیز به‌عنوان داور ذخیره در المپیک حضور خواهد داشت. غزاله رسولی هم به‌عنوان داور پارالمپیک پاریس در فرانسه قضاوت خواهد کرد.

درباره یک دامپزشک، هنرمند و قهرمان

داستان نیلوفر مردانی، ۱۳ سال پس از گوانگژو

می‌شود. نیلوفر مردانی در ماده ۵۰۰ متر سرعت، هفتم شد و در ۱۰ هزار متر استقامت در رده هشتم قرار گرفت و این به معنای شروعی دلپذیر برای نیلوفر و اسکیت زنان ایران در بزرگ‌ترین رویداد ورزشی قاره بود.



ایران در دو دوره بعدی بازی‌های آسیایی در اینچئون و جاکارتا، هیچ دختر اسکیت‌بازی را به تورنمنت نفرستاد تا برچسب «اولین و تنها» روی نام نیلوفر مردانی باقی بماند. اکنون پس از ۱۳ سال؛ ایران بار دیگر دختران اسکیت را در بازی‌های آسیایی خواهد دید. در میان اسامی تیم اعزامی، خبری از نام نیلوفر نیست گرچه او می‌توانست دومین حضورش را

هم‌تیمی‌هایش در خاک چین آرزوی موفقیت می‌کند. درباره نیلوفر مردانی، دامپزشک، هنرمند و قهرمان نیلوفر مردانی در آستانه ۳۰ سالگی، همچنان یک اسکیت‌باز قهرمان است و روزهای هیجان‌انگیز و پرتلاطم، به زندگی او معنا می‌بخشد. این را می‌توان از سال‌های رفته او و نگاهش به افق آینده دریافت.

تکنه‌ای که درباره نیلوفر، دانستی است این است که او یک دامپزشک است و عاشق حیوانات. او با وجود تمرینات پرفشار ورزش قهرمانی، تخصصش را ادامه داد و در رشته دلخواهش فارغ‌التحصیل و موفق شد.

از سوی دیگر، او در موسیقی هم دستی بر آتش دارد و هنر او آمیخته با اهداف ورزشی و تحصیلی‌اش پیش رفته است. او هرگز متوقف نشده و البته در کارهایی که انجام داده، در زمره بهترین‌ها بوده است.

او را چگونه به یاد می‌آوریم؟ به عنوان اولین دختر اسکیت‌باز ایران در ادوار بازی‌های آسیایی؟ به‌عنوان یک هنرمند یا دامپزشک موفق؟ شاید تعریف بهتر از او، دختری است که هیچ‌وقت متوقف نشد. با وجود این که او در عین شایستگی، بازی‌های آسیایی هانگژو را از دور نظاره خواهد کرد اما یک آینده دست‌نخورده برای او باقی است. آینده‌ای که استقامت، بلندنظری و انگیزه‌های تازه می‌تواند به زیباترین شکل ممکن، ترسیم شود.

کنزیوتیپ چیست؟

می‌تواند، ارسال سیگنال‌های عصبی درد به مغز را کاهش دهد و درد و اسپاسم عضلانی را بهبود بخشد. ۳. حمایت و ثبات مفصل اگر شرایطی دارید که نیاز به نگه داشتن مفصل خاصی دارد، چسب کنزو ممکن است برای شما مناسب باشد. برای مثال کنزیوتیپ برای مواردی مانند سندرم استرس کشکک رانی، سندرم اصطکاک باند ایلیوتیبیال یا بی‌ثباتی شانه احتمالاً مفید است و می‌تواند از مفصل شما حمایت و در عین حال امکان حرکت را برای شما فراهم کند.

۴. کاهش تورم بسیاری از افراد، چسب تپ را به عنوان نوری که بر بدن صدمه دیده می‌چسبانند، می‌شناسند. اگر تورم ناشی از جراحی یا آسیب دیدگی داشته‌اید، کنزیوتیپ ممکن است با کاهش فشار بین پوست و بافت‌های زیرین به کاهش تورم کمک کند. این چسب مسیری برای عبور مایعات اضافی فراهم می‌کند. چسب کنزو گاهی برای کوفتگی‌های سطحی (کبودی) استفاده می‌شود.

۵. مدیریت بافت اسکار پس از جراحی یا ضربه، ممکن است جای زخمی روی ناحیه آسیب دیده ایجاد شود. گاهی اوقات بافت زیر اسکار به پوست و فاسیای زیرین شما متصل می‌شود. این بافت اسکار می‌تواند تحرک طبیعی و دامنه حرکتی شما را محدود کند. چسب عضله را می‌توان برای کشیدن آرام بافت اسکار استفاده کرد و کششی با شدت کم و طولانی مدت برای ساخت کلاژن ایجاد کرد. به طور کلی توصیه می‌کنیم، اگر آسیبی دیده‌اید، ابتدا با یک پزشک مشورت کنید سپس اقدامات لازم را انجام دهید.

چگونه از چسبیدن نوار چسب کنزیو اطیبان داشته باشیم؟ شیوه کلی استفاده از این چسب بسیار آسان بوده و فقط کافی است که قبل از چسباندن آن روی بدن، کاملاً پوست‌تان را تمیز کنید. به خاطر داشته باشید که شیوه چسباندن و کندن برچسب‌ها از اهمیت زیادی برخوردار است.

۱. ابتدا نوار کنزیوتیپ را روی بخشی از بدن‌تان تست کنید! بعضی از افراد نسبت به استفاده از این چسب‌ها حساسیت دارند

تیم تکواندو نونهالان دختر ایران قهرمان آسیا شد



تیم تکواندو نونهالان دختر ایران با کسب ۵ مدال طلا، دو مدال نقره و یک مدال برنز مقام نخست مسابقات قهرمانی آسیا را به دست آورد. به گزارش افرا ورزش، مسابقات تکواندو نونهالان آسیا امروز جمعه ۱۶ شهریور در بیروت لبنان پایان یافت و تیم ایران در بخش دختران به مقام قهرمانی رسید و پسران ایران نیز نایب قهرمان شدند. مسابقات تکواندو نونهالان آسیا با حضور ۲۱۳ تکواندوکار از ۲۳ کشور به میزبانی سالن «نونف نوهاده» شهر بیروت برگزار شد و تیم دختران ایران با ۵ مدال طلا، دو نقره و یک برنز، بالاتر از قزاقستان و کره جنوبی به عنوان نخست رسید. از سوی کمیته برگزاری این دوره از مسابقات محبوبه محمدنژاد سرمربی تیم دختران ایران به عنوان بهترین مربی آسیا معرفی شد. نارینا خیاط که در رده قدری ۱۶۴ – سانتی متر با برتری مقابل همه رقبای بدون واگذاری حتی یک راند به نشان طلا دست پیدا کرده بود به عنوان فنی‌ترین تکواندوکار انتخاب و معرفی شد. برای تیم ملی تکواندو نونهالان دختر ایران

تنها دختر شطرنج‌باز در هانگژو:

دوست داشتم با هم تیمی‌هایم می‌رفتم

همکاری با مربیان خارجی برای تیم‌های ملی این رشته گفت: قطعاً بودن‌شان بهتر از نبودن‌شان است، اگر یک مربی باشد که همیشه کنار تیم حضور داشته باشد، تمرینات ملی پوشان را زیر نظر داشته باشد و بتوانیم اشکالات و سوال‌های خود را ببریم، خیلی خوب است. این حضور یک آرامش در



میلینا علی نسب در گفتگو با مهر با تاکید بر اینکه به صورت انفرادی و به عنوان تنها نماینده بخش بانوان در مسابقات شطرنج بازی‌های آسیایی شرکت می‌کند، گفت: برای حضور در بخش ریید این رقابت‌ها آماده می‌شوم. در همین راستا اردویی در محل فدراسیون در جریان بود که طی آن زیر نظر «سرگی تیویاکف» و در کنار اعضای تیم ملی مردان، هم بازی تمرینی داشتیم و هم کلاس آموزشی. وی با یادآوری اینکه در مسابقات داخل سالن ۲۰۱۷ آسیا همراه با سارا خادم‌الشریعه به مدال طلای تیمی دست یافت، خاطرنشان کرد: شطرنج بعد از هشت یا دوازده سال وارد بازی‌های آسیایی شده است و من برای نخستین بار در این بازی‌ها شرکت می‌کنم. تمام تلاشم این است که به بهترین آمادگی برسم و بهترین نتیجه را در هانگژو به دست بیاورم.

میلی پوش شطرنج بانوان با یادآوری اینکه بازی‌های آسیایی در هر سه بخش ریید، استاندارد و برق آسا برگزار می‌شود، خاطرنشان کرد: من فقط در بخش ریید شرکت دارم. از هر کشور هم فقط دو نفر می‌توانند در این بخش مسابقات شرکت داشته باشند. اینکه در بخش ریید تنها هستم برابم مهم نیست چراکه رقابت‌های این بخش به صورت انفرادی برگزار می‌شود اما دوست داشتم هم تیمی‌هایم هم اعزام می‌شدند تا بتوانیم در بخش استاندارد مسابقات هم حاضر شویم.

علی نسب در مورد حضور «سرگی تیویاکف» در کنار تیم ملی شطرنج و تأثیرگذاری آن تصریح کرد: «سرگی تیویاکف» زمانی سوپرستاد بزرگ بوده و در سطح بالا مربیگری کرده است. قطعاً حضورش تأثیرات خوبی در تیم داشته است. درست است که این مربی فقط یک هفته کنار ملی پوشان بود اما قطعاً حضورش بی تأثیر نبوده است.

عضو تیم ملی شطرنج بانوان در مورد استمرار

آگهی دعوت به مجمع عمومی فوق العاده
شرکت تعاونی ماشین سازان و فلز تراشان تبریز و حومه
(نوبت اول)

جلسه مجمع عمومی فوق العاده شرکت تعاونی ماشین سازان و فلز تراشان تبریز و حومه به شماره ثبت ۲۳۴۲ شناسه ملی ۱۰۲۰۰۰۸۴۸۱۰ (نوبت اول) در ساعت ۹ صبح مورخه ۱۴۰۲/۰۷/۰۵ روز چهارشنبه در محل مسجد شهدای گمنام (شریف زمین) تقاطع حافظ و پاسنور روبروی یگان ویژه برگزار می شود از کلیه اعضای شرکت تعاونی دعوت می شود در ساعت مقرر حضور بهم رسانید.

***دستور جلسه: انحلال شرکت**
تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۶/۲۰



منبع: فیتامین