



ملامحمد فضولی

غزل شماره ۱۸۰

توتوشدو غم اودونا شاد گُزردویون کُزنلوم
مقید اولدو اول آزاد گُزردویون کُزنلوم
دیبار هیجرده سنیل ستمدن اولدو خراب
فضای عشقده آباد گُزردویون کُزنلوم
نه گُزُردو باده‌ده ییلمن کی اولدو باده‌پرست
مرید مشرب زوهاد گُزردویون کُزنلوم
فرالین اودونو گُزردوکده موم‌تک اربدی
ثبات و صبرده فولاد گُزردویون کُزنلوم
گیردی عجز گُزون عشق مشکیل اولدوغونو
قامی هنرلره اوستاد گُزردویون کُزنلوم
دگیلدی بؤیله دهنبنده بهر ایل عشرت‌ایدی
بو قانلار ایچمگه معاد گُزردویون کُزنلوم
فضولی! ائلدهی آهنگ عیش‌خانهی روم
اسیر محنت بغداد گُزردویون کُزنلوم

کوتاه

مسابقات هندبال قهرمانی زنان جهان انتخاب مجدد فاطمه مریخ به عنوان برترین بازیکن

دختر هندبال ایران در دیدار مقابل ژرمن‌ها در جریان مسابقات قهرمانی زنان جهان به عنوان



بهترین بازیکن زمین انتخاب شد. به گزارش ایسنا، ملی‌پوشان هندبال ایران در دومین دیدار خود از مسابقات قهرمانی زنان جهان مقابل آلمان با نتیجه ۲۲ بر ۴ شکست خوردند. فاطمه مریخ ۱۹ ساله و مدافع چپ تیم ملی هندبال زنان ایران در این دیدار ۸ گل به ثمر رساند. او گلزن‌ترین بازیکن زمین بود و در پایان بازی به عنوان بهترین بازیکن این دیدار معرفی شد. او پیش از این در دیدار ایران و لهستان نیز به عنوان برترین بازیکن این دیدار انتخاب شده بود. قبل از آغاز مسابقات فدراسیون هندبال مریخ را بین ۹ استعداد برتر جهان معرفی کرده بود.

ثریا آقایی کاندیدای کمیسیون ورزشکاران IOC شد

ثریا آقایی دختر بدمتیون‌باز المپیکِ ایران کاندیدای انتخابات کمیسیون ورزشکاران کمیته بین‌المللی المپیک شد. به گزارش ایسنا، انتخابات کمیسیون ورزشکاران کمیته بین‌المللی المپیک در حاشیه المپیک پاریس برگزار می‌شود و ورزشکاران حاضر در المپیک به کاندیداهای رای خواهند داد که ثریا آقایی دختر بدمتیون باز المپیکِ ایران کاندیدای انتخابات کمیسیون ورزشکاران کمیته بین‌المللی المپیک شد. برای کمیسیون ورزشکاران کمیته بین‌المللی المپیک ۲۳ زن و ۱۴ مرد کاندیدا شده‌اند. این کمیسیون ۱۱ عضو دارد که ۱۲ نفر با رای مستقیم توسط ورزشکاران المپیکِی انتخاب می‌شوند و انتخاب ۱۱ عضو دیگر انتصابی خواهد بود. در دوره قبل، سعید معروف والیبالیست ایرانی کاندیدای این انتخابات بود اما رای نیاورد.

درخشش پاراتکواندوکاران در منچستر

تیم ملی پاراتکواندو کشورمان با کسب چهار مدال طلا و چهار سهمیه حضور در بازیهای پارالمپیک پاریس به کار خود در مرحله نهایی پاراگرنده‌پری منچستر، خاتمه داد. به گزارش فارس، این دوره از مسابقات روز گذشته جمعه دهم آذرماه با حضور ۷۱ تکواندوکار از ۲۲ کشور به میزبانی انگلستان در سالن «آرنا» شهر منچستر برگزار شد و نهایتاً تیم ملی کشورمان در این مسابقات با ۵ نماینده موفق به کسب ۴ نشان ارزشمند طلا و کسب ۴ سهمیه پارالمپیک پاریس نائل آمد. مریم عبدالله پور در وزن ۴۷- کیلوگرم دور نخست «ایکینچی» از ترکیه را بر ۳۲ بر ۱۹ شکست داد. وی در مرحله نیمه نهایی به مصاف «ایساکووا» حریف سنتی خود از ازبکستان رفت و مطابق مسابقات گذشته برابر وی این بار ۲۴ بر ۳ پیروز شد و به فینال رسید. عبدالله پور در دیدار نهایی مقابل «آنجلیکا اسپینوزا» نفر اول پارالمپیک توکیو ۲۰۲۰ در نهایت شایستگی با کسب نتیجه ۱۵ بر ۵ به برتری دست یافت و ضمن کسب نشان خوشرنگ طلا، راهی پارالمپیک پاریس شد.

تیم تکواندو کشورمان در بخش آقایان هم سه مدال طلا گرفت. پاراتکواندوکاران در شرطی در شهر منچستر درخشان ظاهر شدند و سهمیه ها را درو کردند که انگلیسی ها به تکواندوکاران ایران ویزا ندادند و فقط ورزشکاران پاری ایران در این مسابقات حاضر شدند.

اعتراض خانواده‌ها سناریوی تکراری اعزام شطرنج به مسابقات

مسابقات شطرنج قهرمانی نوجوانان آسیا از ۲۱ آذر در العین امارات برگزار می‌شود و قرار است حدود ۲۰ شطرنج‌باز ایرانی اعزام شوند که هزینه ۱۵ نفر از آنها بر عهده فدراسیون است. در این میان خانواده یکی از شطرنج‌بازان نسبت به اعزام فرزندش با هزینه شخصی معترض است و می‌گوید نفراتی که طبق آیین‌نامه مصوب در مسابقات قهرمانی کشور شرکت نداشته‌اند و با معیارهای فدراسیون مطابقت ندارند، با این وجود با هزینه فدراسیون اعزام می‌شوند. از طرفی سرپرست فدراسیون شطرنج می‌گوید اعزام ۱۶ نفر از قهرمانان بر عهده فدراسیون است و ۳ نفر دیگر که با هزینه فدراسیون به این مسابقات اعزام می شوند با نظر کمیته فنی انتخاب شده‌اند.

گفت و گوی ایسنا با والد یکی از شطرنج‌بازان و سرپرست فدراسیون را در ادامه می‌خوانید. خانواده یکی از شطرنج‌بازان به نحوه انتخاب بازیکنان اعزامی معترض است و مدعی است که انتخاب‌ها براساس دستورالعمل و آیین نامه صورت نگرفته است. والد این شطرنج‌باز در این خصوص به ایسنا گفت: بر اساس دستورالعمل‌ها و آیین‌نامه قهرمانی، افرادی که در مسابقات قهرمانی کشور رده‌های سنی ۸ تا ۱۸ سال در سال جاری به مقام قهرمانی دست یافتند قرار بود به صورت سهمیه رایگان و با هزینه فدراسیون به مسابقات قهرمانی آسیا اعزام شوند. طبق عرف و برای رفع تکلیف، بعد از برگزاری مسابقات استاندارد تعدادی از شطرنج‌بازان توسط کمیته فنی به تیم ملی دعوت شده‌اند، در صورتی که هیچ اردو دوره آموزشی مناسبی برای آنها برگزار نمی‌گردد و هیچ امتیاز و دستاوردی برای افراد ندارد. اگر

قرار بر اعزام افرادی خارج از قهرمانان به مسابقات برون مرزی است می‌بایست از بین افراد دعوت شده به تیم ملی و بعد از ارزیابی و برگزاری مسابقه‌ای و ایجاد شرایط برابر برای همه بهترین فرد انتخاب می‌گردد و عدالت رعایت می‌شد.



شده که آن افراد دارای ریتینگ بالا و شانس کسب مدال هستند! این معیار و توجیه غیر منطقی نوعی توهین به شعور و توانایی سایر ملی‌پوشان است و با این روند ناصحیح مسابقات کشوری فاقد اعتبار و ارزش خواهد شد. این افراد انتخاب شده حتی در چند سال گذشته در مسابقات کشوری شرکت نکرده و به نوعی آن را تحريم کرده‌اند اما از سهمیه رایگان فدراسیون در رده‌های سنی استفاده نمی‌مایند در صورتی که سایر بازیکنان می بایست در مدت چندین روز با صرف وقت و هزینه و استرس و … در مسابقات شرکت نمایند و در نهایت هم سهمیه به افراد دیگری تعلق گیرد. کمیته فنی فدراسیون بدون داشتن بانک اطلاعاتی مناسب از بازیکنان، قهرمانان و مدال آوران همواره در انتخاب بازیکنان برای مسابقات

ورزش

اعتراض خانواده‌ها سناریوی تکراری اعزام شطرنج به مسابقات

ملیکا محمدی۱۳ ساله که قهرمان بزرگسالان کشور شده است، سینا موحد نفر بعدی است که پا به استاد بزرگی گذاشته است و در آنجا هم نوم خواهد گرفت و خانواده‌ها و شطرنج بازان شده است. این زنگ خطری برای آینده شطرنج کشور است و باید توسط مسئولان وزارت نظارت و پیگیری لازم به عمل آید تا هم حق بیت المال و حق

وی افزود: برخی معتقد هستند که باید فرزندی آنها که نایب قهرمان است با این شرایط اعزام شود. چندین بار هم نامه زده‌اند و صحبت کرده‌ایم. در آیین نامه هم مشخص است که تنها قهرمان کشور می‌تواند بدون هیچ شرطی اعزام شود. از طرفی هم کمیته فنی براساس رنک آسیا نفرات را انتخاب کرده است. عباسی رنک یک آسیا را در اختیار دارد و روی این قاعده کمیته فنی او را انتخاب کرده است. براساس اینکه می خواهیم قهرمانی ها ادامه داشته باشد منطق و عقل رنک یک را قبول می‌کند. ما این ۱۵ نفر را با هزینه و سهمیه فدراسیون اعزام می‌کنیم.

سرپرست فدراسیون شطرنج در ادامه گفت: با ۳ تن ۵ نفر دیگر هم اعزام خواهند شد که پیش شرط آن این است که این نفرات از قبل توسط سرمربیان رده‌ها به اردوهای تیم ملی دعوت شده باشند. به نوعی آنها با تأمین هزینه‌های خود قرار است اعزام شوند. البته کسی با هزینه شخصی اعزام نمی‌شود و حامیان مالی هزینه نفراتی را که در اردوی تیم می‌خواهیم در این مسابقات با اقتدار ظاهر شویم و بحث مقام‌آوری برای ما مهم است و در این دوره برای اولین بار روسیه شرکت می‌کند و مهم است که تیم قدرتمندی را اعزام کنیم. از طرفی هم نوار قهرمانی بازیهای آسیایی هاگنوو پیوسته بماند. بنابراین کمیته فنی پیشنهاد کرد که سه نفر دیگر هم اعزام شوند.

آیا طناب زدن با افتادگی رحم خانم‌ها ارتباط دارد؟

نوزاد، زایمان‌های متعدد یا به دنیا آوردن کودکان سنگین وزن (بیشتر از ۴ کیلوگرم)، چاقی، بلند کردن اجسام خیلی سنگین، سرفه‌های مزمن و شدید، فعالیت‌های بدنی خیلی شدید و بیوست مزمن یا حادثه باعث فشار بیشتر به عضلات داخلی لگن شده و احتمال بروز پرولاپس رحمی را تا حد قابل توجهی افزایش خواهد داد. هرچند نمی‌توان در این مورد ژنتیک را به کلی نادیده گرفت ولی طبق تحقیقات صورت گرفته، ۹۹ درصد از زنانی که به علت افتادگی رحم به پزشک مراجعه می‌کنند، حداقل یک یا دو مورد از موارد بالا را دارند.

این بیماری از دو طریق درمان می‌شود که با توجه به نظر پزشک و بیمار درمان جراحی یا درمان با روش‌های غیر جراحی انتخاب می‌شود.

رابطه طناب زدن و افتادگی رحم چیست؟

طناب زدن و افتادگی رحم باهم ارتباطی ندارند و طناب زدن باعث افتادگی رحم نمی‌شود. این‌که فکر کنیم یک بانو با طناب زدن دچار افتادگی رحم می‌شود، همان‌قدر اشتباه است که فکر کنیم با دویدن چشمانمان بیرون می‌افتد. رحم داخل بدن هیچ بانوی سالمی رها نیست که بخواید با ورزش یا طناب زدن از جای طبیعی خود خارج شود.

اما همان‌طوره‌که در موارد بالا نیز به آن اشاره شد فعالیت شدید ورزشی می‌تواند یکی از علل شدت گرفتن افتادگی رحم باشد. پس یعنی اگر شما بانوی سالمی هستید که مشکلی در عضلات کف لگن و داخلی خود ندارید، با خیال راحت به ورزش و طناب زدن بپردازید و تمام همخرافات باید همیشه از تمرینات ورزشی و فعالیت‌هایی که ممکن است که فشار زیادی به رحم‌تان وارد کند، بپرهیزید.

منبع: فیتامین

در ششمین هفته از لیگ برتر والیبال زنان ایران، تیم‌های سپاهان، مهرسان و ذوب آهن موفق شدند مقابل حریفان خود به پیروزی برسند.

به گزارش افرا ورزش هفته ششم مرحله مقدماتی مسابقات والیبال قهرمانی باشگاه‌های برتر زنان ایران جمعه دهم آذر با دو دیدار در شهر تهران و یک دیدار در شهر رفسنجان پیگیری شد. در نخستین دیدار این هفته سایپا تهران در سالن فدراسیون والیبال میزبان فولاد مبارکه سپاهان بود. حساس‌ترین دیدار هفته ششم که در آن دو تیم بدون شکست رقابت‌ها برای تداوم این رکورد تلاش کردند و نماینده اصفهان موفق به شکست حریف خود شد.

شاگردان فریبا صادقی در این مسابقه سه بر صفر و با امتیازهای ۲۵ بر ۲۱، ۲۵ و ۲۳ و ۲۵ بر ۲۳ به پیروزی رسیدند تا فولاد مبارکه سپاهان با پنج برد متوالی و ۱۴ امتیاز در صدر جدول این رقابت‌ها قرار گیرد. صغری نژادنایی و فائزه جعفری شیرازی به عنوان نماینده سازمان لیگ و ناظر فنی و داوری، نظارت بر این دیدار را برعهده داشتند که یک ساعت و ۲۹ دقیقه طول کشید. زهرا شیری و حوریه رضازاده نیز به عنوان داوران اول و دوم، قضاوت این مسابقه را انجام دادند که ۱۵۰ تماشاگر داشت.

در دومین مسابقه این هفته و در سالن ۹ دی رفسنجان تیم‌های مس و ذوب‌آهن به مصاف یکدیگر رفتند. ذوبی‌ها در این مسابقه سه بر یک به پیروزی رسیدند تا دومین برد خود را به دست آورند و هفت امتیازی شوند. تیم مس رفسنجان در ست سوم این دیدار ۲۵ بر ۲۲ به پیروزی رسید، اما در ست‌های اول، دوم و چهارم به ترتیب با امتیازهای ۲۵ بر ۲۵، ۲۰ بر ۱۲ و ۲۵ بر ۱۳ نتیجه را واگذار کرد تا چهارمین ناکامی فصل خود را تجربه

سومین هفته از لیگ برتر فوتبال با برد نماینده البرز، ملوان، خاتون بزم، شهرداری سیرجان و سپاهان مقابل حریفان خود به انجام رسید. به گزارش افرا ورزش هفته سوم لیگ برتر فوتبال زنان ایران روز جمعه ۱۰ آذر برگزار شد و خاتون بزم، سپاهان اصفهان و ملوان انزلی به ترتیب در جایگاه اول تا سوم جدول ۱۰ تیمی قرار گرفتند.

پیکان تهران ۴-۰
خاتون بزم نماینده بزم که در ۲ بازی اول لیگ دروازه خود را بسته نگه داشته بود، مقابل پیکان هم کلین‌شیت کرد تا مقتدرانه در صدر جدول قرار گیرد. زهرا قنبری ۲ گل و مونا محمودی و نگین زندی با به ثمر رساندن یک گل، سومین شکست متوالی پیکان را رقم زدند.

پالایش گاز ایلام ۱-۰
ملوان بندرانزلی گلزنی محدئه زلفی و ثبت یک پیروزی اقتصادی برای نماینده انزلی کافی بود تا روند خوب خود در لیگ را تداوم بخشد و در کنار ۳ شانس اصلی قهرمانی، به رقابت بپردازد. پالایش گاز نیز پس از ۲ پیروزی متوالی، در این بازی خانگی اولین شکست فصل خود را تجربه کرد.

کانی کردستان ۱-۰
نماینده البرز جدال میانه جدول، با رقابت پایاپای دو تیم و گلزنی ملیکا باقری‌نسب پایان یافت تا نخستین برد نماینده البرز رقم خورد. جایی که نماینده کردستان علی‌رغم نمایش خوب، نتوانست امتیازی از این بازی خانگی کسب کند.

سپاهان فاتح جدال بدون شکست‌ها

کند. مریم امینی، منصوره خزچین، زینب حقی و زهرا صالحی به ترتیب به عنوان نماینده سازمان لیگ، ناظر فنی و داوری، داور اول و داور دوم، نظارت و قضاوت این مسابقه را برعهده داشتند. جدال دو تیم مس و ذوب‌آهن یک ساعت و



۵۲ دقیقه طول کشید، ۱۰۰ تماشاگر داشت و یک کارت زرد از سوی داور اول به سیدفاطمه هاشمی بازیکن مس رفسنجان در ست دوم نشان داده شد. در آخرین دیدار این هفته، مهرسان در سالن فدراسیون والیبال میزبان پیکان بود و سه بر صفر فاتح شهردار تهران شد. پیکان در این مسابقه با امتیازهای ۲۶ بر ۲۴، ۲۵ بر ۱۴ و ۲۳ بر ۲۳ نتیجه را واگذار کرد تا همچنان بدون برد در انتهای جدول باقی بماند. پیکانی‌ها در هفته پایانی میزبان مس رفسنجان خواهند بود. شاگردان فاطمه رشیدی با کسب این پیروزی، به کار خود در دور رفت مرحله مقدماتی پایان دادند تا با چهار برد و ۱۲ امتیاز در رتبه دوم جدول قرار گیرند. تیم مهرسان در هفته هفتم و پایانی دور رفت لیگ برتر زنان ایران استراحت دارد. ماندانا مطیعی و نوشین حق‌شناس داوران اول و دوم این دیدار بودند.

هفته سوم لیگ برتر فوتبال

جشنواره گل در هفته بدون شگفتی

شهرداری سیرجان ۵-۰
آوا تهران قهرمان سابق لیگ، سیرجان، در استادیوم خانگی خود مقابل ضعیف‌ترین خط دفاع لیگ کار سختی نداشت و با گلزنی فاطمه امینه برازجانی، شقایق روزبهان، سارا ظهراپی‌نیا و



مرضیه نیکخواه (بار۲) حریف خود را در هم کوبید.

سپاهان اصفهان ۵-۰
فارس طلایی‌پوشان اصفهان پس از تساوی مقابل ملوان در هفته گذشته، به مصاف نماینده شیراز رفتند و به پیروزی پرگلی دست یافتند. مهشاد امیری، هستی فروزنده و فاطمه پسندیده هرکدام یک گل، و میترا نظری ۲ گل برای سپاهان به ثمر رساندند.

آگهی پذیرش کاندیدای هیأت مدیره و بازرس اتحادیه– نوبت سوم	
	
از کلیه اعضای دارای پروانه کسب معتبر اتحادیه صنف خرازان، لوازم آرایشی و بهداشتی شهرستان مرند که داوطلب عضویت در هیأت مدیره و بازرس اتحادیه فوق می باشند به استناد مصوبه مورخ ۱۴۰۱/۱۲/۲۲ ۱۴۰۱ کمیسیون نظارت شهرستان و ماده ۶ تبیین نامه اجرائی انتخابات هیئت مدیره اتحادیه های صنفی (موضوع اجرای تبصره ۳ ماده ۲۲ قانون نظام صنفی مصوب مورخ ۱۳۹۲/۰۷/۱۲ مجلس شورای اسلامی) دعوت بعمل می آید . از تاریخ ۱۴۰۲/۰۹/۳۳ تا تاریخ ۱۴۰۲/۱۰/۰۲ در مدت ۱۰ روز جهت ثبت نام و تکمیل فرم کاندیدایی به عنوان اعضای هیئت مدیره اتحادیه و یا بازرس اتحادیه در صورت داشتن شرایط زیر پس از مراجعه به سامانه آرایشتری « ایرانیان اصناف » به نشانی www.iranianasnafir یا در دست داشتن اصل مدارک که در زیره خاتمه هیأت اجرائی انتخابات هیأت مدیره اتحادیه های صنفی شهرستان مرند مستقر در اداره صنعت ، معدن و تجارت شهرستان مرند واقع در خیابان طالقانی میدان امام حسین (ع) به آقای جعفری مراجعه نمایند .	
(ارائه اصل مدارک در هنگام ثبتنام الزامی است)	
مدارک مورد نیاز	شرایط داوطلبان
برگ ثبت نام اینترنتی دارای کد رهگیری	-تابعیت جمهوری اسلامی ایران
-اصل و فتوکپی پروانه کسب معتبر ده ساله و یا پنج ساله (۱ سری)	-اعتقاد و التزام عملی به نظام جمهوری اسلامی ایران
-اصل و فتوکپی از تمام صفحات شناسنامه (۱ سری) « در یک صفحه	-نداشتن سوء پیشینه کیفری مؤثر
A۴	-عدم ممنوعیت تصرف در اموال : مانند حجر ، ورشکستگی و افلاس
اصل و فتوکپی پشت و رو کارت ملی	-عدم اعتیاد به مواد مخدر
قبول برگ	-عدم اشتهار به فساد
عکس ۳ × ۴ جدید (۴ قطعه)	-داشتن حداقل مدرک تحصیلی دیپلم برای افراد فاقد سابقه عضویت در هیئت مدیره یا گواهی معتبر از اداره آموزش و پرورش
فتوکپی اقرارنامه برای افراد دارای عضویت در هیأت مدیره اتحادیه ها (۱ برگ)	-حداکثر سن در زمان ثبت نام هفتاد و پنج سال
	-داشتن پروانه کسب معتبر دائم (ده ساله – پنج ساله)
	-توافقت و امانت
	با استناد به تبصره ۵ : افراد موضوع تبصره ۶ ماده ۲۲ قانون (کارکنان اتحادیه ها و اتاق اصناف و دستگاههای اجرائی موضوع ماده ۵ قانون سابقه عضویت در هیأت مدیره اتحادیه قبل از ثبتنام از سمت خود استعفا نمایند ، ارائه مدارک رسمی پذیرش استعفا آنان پیش از شروع کار هیئت مدیره الزامی است .
	-داشتن سابقه عضویت بیش از دو دوره متوالی یا چهار دوره متناوب در هیات مدیره .

(تعریف پروانه کسب معتبر به استناد تبصره بند ۹ ماده ۳ آیین نامه اجرائی انتخابات هیئت مدیره اتحادیه های صنفی : پروانه کسب معتبر مجوزی است که تاریخ اعتبار آن منقض نگردیده و صاحب آن تغییرشغل نداده و واحد صنفی خود را به غیر واگذار و یا اجاره نداده باشد و واحد صنفی فعال و مکان آن تغییر نیافته باشد .

هیأت اجرایی برگزاری برگزاری انتخابات هیات مدیره اتحادیه های صنفی شهرستان مرند