

شعر


ملامحمد فضولی

غزل شماره ۳۵

سن آوزوندن عالمی روشن قلیب سالدین نقاب
یازی‌یه سالیسن بو گوئندن سونرا، نورون آفتاب
سن نه نور پاکسان ای مظهر صنع الاله
نور آلبیر شمع رخسوندان آفتاب و ماهتاب
عکس رویون سویا سالمیش سایه، زولفون توپراغا
عنبر انتمیش توپراغین آدین، سویون اسمین شرابا
ینلده بولموش بوی زولفون، سودا عکس عارضین
کیم یئلی باغرینا باسیب، سویا گوزدیکمیش حباب
لعلگون مصلدیر الینده ساغر سیمین ایله
یا نگیسن لعل دیر رشک لیبندن آلموش آب؟
کلک قدرت لوح سینمده سنی نقش انیله‌میش
انیله‌سیب محبوبلار مجموعه‌سیندن انتخاب
ای فضولی! هر عمل قیلسان خطادیر، غیر عشق
بودورور من ییلدیکیم الله اعلم بالضوابط!

کوتاه
لیگ برتر تیراندازی زنان به نیم‌فصل رسید

لیگ برتر تیراندازی زنان به نیم‌فصل خود در دو بخش تفنگ و تپانچه رسید و سپاهان و دانشگاه آزاد توانستند در صدر جدول قرار بگیرند. به گزارش افرا ورزش، در هفته چهارم لیگ برتر تفنگ که جمعه اول دی ماه به میزبانی باشگاه نیروی زمینی



ارتش برگزار شد، در جدال ملی پوشان، سپاهان برابر اشتیاد البرز نتیجه را واگذار کرد. حفاری خوزستان نیز از سد دانشگاه آزاد گذشت، هیات قم تیم برلیان را از پیش رو برداشت و هیات آذربایجان غربی مقابل نیروی زمینی ارتش به پیروزی دست یافت. آیسان منصور، فاطمه امینی، فاطمه غزنوی و زهرا قزیندل برای سپاهان و بلدا سلیمانی، رکناسا کاظم، شرمینه چهل امیرانی و نیلوفر محسنی پور برای تیم حفاری مسابقه دادند. همچنین در تیم اشتیاد البرز، نجمه خدمتی، دورین دارابی، نرگس قنبری مجد و مهدیه عباسی فر روی خط آتش قرار گرفتند و دانشگاه آزاد نیز الهه احدی، سائنا تیموری، ثمین غلامی و حسنا تونوچی را به رقابت با حریف فرستاد. برای تیم هیئت تیراندازی استان قم نیز انیس قنبری، ساحل رسولی، فاطمه حسین زاده و مرضیه بیمکی و برای تیم نیروی زمینی نسا پازریاب، فرشته قدرتی، زهرا قیانوری و سحر امامی مسابقه دادند. درپایان نیم فصل شانزدهمین دوره لیگ برتر تفنگ بانوان، فولاد مبارکه سپاهان، حفاری و هیات البرز با ۱۶ امتیاز در رده اول تا سوم قرار دارند. در هفته چهارم شانزدهمین دوره لیگ برتر تپانچه بانوان نیز تیم کرمان برابر باشگاه فولاد هرمزگان مغلوب شد و تیم هیات مازندران برابر پارک برفی پنگوئن به برتری رسید. دانشگاه آزاد نیز از سد حفاری گذشت و با ۲۰ امتیاز در صدر قرار گرفت. گلنوش سبقت الهی، زینب تیموری، عسل سجاده‌ی و سارا میرابی تیراندازان تپانچه تیم دانشگاه آزاد هستند. لعیا محمدی، مینا آذر، الهام هریجانی و آرمیتا پورسرتیب در تیم حفاری حضور دارند. این تیم در جدول پس از دانشگاه آزاد دوم است. تیم رده سوم فولاد هرمزگان نیز از حضور مینا قربانی، سامیه یاسی، آیلین قلی زاده و یسری صالحیان بهره مند است.

ام‌دات آر همچنان صدرنشین لیگ دختران هاکی

در پایان هفته دوازدهم لیگ هاکی روی یخ زنان، تیم ام دات آر در صدر جدول قرار دارد و به نظر می‌رسد شانس اول قهرمانی است. به گزارش افرا ورزش، هفته دوازدهم لیگ هاکی روی یخ زنان برگزار شد و در پایان این هفته و در فاصله‌ی نزدیک به پایان فصل، این تیم ام دات آر است که صدر جدول را در دست دارد. این هفته از رقابت‌ها در پیست یخ ایران مال با دیدار تیم‌های هاکی پاندا و جوانان آیس باکس آغاز شد که در این دیدار هاکی پاندا ۵ بر یک جوانان آیس باکس را شکست داد. از سوی دیگر تیم اسکیت انقلاب به مصاف بی تی سی گروپ رفت و ۵ بر ۲ به پیروزی رسید. همچنین در آخرین دیدار هفته‌ام دات آر توانست در روز درخشان حدیث پورهایمی و حدیث خلیج، ۹ بر صفر هاکی پاندا را شکست دهد. به گزارش انجمن هاکی روی یخ ایران، از دو هفته پیش بعد از هر بازی به انتخاب مربیان هر تیم بازیکن برتر میدان انتخاب و معرفی می‌شود.

در ایران چند درصد از زنان کم‌تحرک هستند؟

پروژه کودکان اشاره داشت و مطابق نظریه‌های غالب پزشکی آن



زمان، دستگاه تولید مثل زنان نه تنها برای ظرفیت باروری زن مهم تلقی می‌شد بلکه تمامی شرایط جسمی

و روانی زنان را تنظیم می‌کرد. در کنفرانس جهانی زنان در سپتامبر سال ۱۹۹۵ تعریف جدید و کاملی از سلامت و تندرستی زنان ارائه شد؛

سلامتی و تندرستی عبارت است از یک حالت رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط فقدان بیماری یا معلولیت و سلامت زنان شامل رفاه عاطفی، اجتماعی و جسمانی است

و توسط شرایط اجتماعی، سیاسی، اقتصادی و زیست‌شناختی تعیین می‌شود که در آن زندگی می‌کنند.

در عین حال این تعریف اعتبار تجربیات زندگی زنان و باورهای آنان را پیرامون سلامتی به رسمیت می‌شناسد. برای هر زن باید فرصت دستیابی، حفظ و نگهداری تندرستی و سلامتی که توسط خود زن تعریف

فعالیت فیزیکی یک مسئله مرتبط با جنسیت است و زمینه زندگی زنان می‌تواند بر توانایی برای شرکت در فعالیت فیزیکی منظم تاثیرگذار باشد. بررسی‌هایی که در مورد فعالیت فیزیکی در زنان صورت پذیرفته حاکی از آن است که فعالیت فیزیکی برای زنان نسبت به سایر اولویت‌های زندگی آنان از اهمیت کمتری برخوردار است.

برای زنان، فعالیت‌های مربوط به شغل، خانه‌داری، مراقبت از کودکان، خرید و وظایف زناشویی زمان بیشتری را نسبت به زمان صرف شده برای فیزیکی به خود اختصاص می‌دهد؛ در حقیقت این موارد به عنوان موانعی برای انجام فعالیت فیزیکی زنان گزارش می‌شود و از سایر موانعی که برای فعال بودن زنان به لحاظ فیزیکی ذکر می‌شود می‌توان به فرهنگ حاکم در برخی جوامع اشاره کرد

که اجازه تحرک بیش از حد یا انجام بعضی از فعالیت‌های فیزیکی را به زنان نمی‌دهد. نبود تسهیلات و امکانات لازم برای فعالیت بدنی چه در محیط‌های شغلی چه در جامعه و مشغله و فشار کار زیاد از مواردی هستند که می‌توان از آن به عنوان موانع پیش رو برای فعالیت فیزیکی زنان یاد کرد. این در حالی است که ورزش برای زنان اهمیت حیاتی داشته و علاوه بر افزایش قیای جسمی، خستگی و فرسودگی روحی و ذهنی را برطرف ساخته و آنان را برای فعالیت‌های سنگین و سخت زندگی آماده می‌کند.

راگی زنان در ایران، هیجان‌انگیز اما پنهان

زمین‌های فوتبال تمرین می‌کنند. به طور کلی در شرایط کنونی، کار تصمیم‌گیرندگان راگی ایران برای توسعه و تبلیغ این رشته دشوار است اما ناممکن نیست.

به گزارش افرا ورزش، مهدیه کریمی بازیکن ۲۶ ساله تیم ملی راگی زنان ایران، فارغ التحصیل کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی و نزدیک به ۱۰ سال است که در این رشته مشغول فعالیت است. مهدیه اهل قوچان و ساکن مشهد است و در پست ستر و پروپ بازی می‌کند. او البته پیش از ورود به راگی، در دوومیدانی و هندبال فعالیت داشت: راگی رشته‌ای پرهیجان و در هر پست، فیزیک بدنی مختص همان پست هر طلب می‌کند. هیجان راگی من را به خود جذب کرد به‌طوری‌که حاضر شدم هندبال را که قبل از ورود به راگی، رشته اصلی من بود

کنار بگذارد و فعالیت در راگی را ادامه دهم. راگی رشته‌ای با ویژگی‌های چندین رشته ورزشی است و قدرت، سرعت، چابکی، توان و... در این رشته حرف اول را می‌زند و همین‌هاست که در راگی، هوش بازی، اتحاد و ذهنی بسیار مهم است. چالش بزرگ راگی ایران، نداشتن زمین چمن اختصاصی و سپس، فقدان حامی مالی است. اگر از راگی حمایت شود بازخورد خوبی در آسیا خواهد داشت. ما در مسابقات سطح دوم آسیا در قطر سوم شدیم و اگر موردحمایت قرار بگیریم می‌توانیم حتی به سطح اول آسیا و به جمع تیم‌های بزرگ قاره برسیم. به عقیده کریمی، ما یک مسیر طولانی برای رقابت با بهترین‌های آسیا و دنیا داریم. باید یاد بگیریم و تجربه کسب کنیم و راه را برای جلب توجه نسل جدید به این رشته هموار کنیم."

« تجدید آگهی مناقصه عمومی شماره ۲۰۰۲۰۹۵۶۵۳۰۰۰۰۵۵ »

شهرداری صفادشت در نظر دارد برابر بودجه مصوب شورای اسلامی شهر، پروژه مندرج در جدول ذیل را با بهره‌گیری از سامانه تدارکات الکترونیک دولت (www.setadiran.ir) به صورت الکترونیکی از طریق جذب سرمایه‌گذار به متقاضیان واجد شرایط واگذار نماید.

ردیف	شرح پروژه	مبلغ پروژه به ریال	مبلغ سپرده به ریال
۱	اجرای اسکلت فلزی گالوانیزه سازه گلخانه	۵۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۲/۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰

- ۱-سپرده شرکت در مناقصه به یکی از روش‌های ذیل ارائه گردد: ضمانت نامه بانکی معادل مبلغ فوق که در مدت ۹۰ روز اعتبار داشته و قابل تمدید باشد و یا واریز فیش نقدی به مبلغ فوق به حساب ۳۱۰۰۰۰۲۳۸۶۰۰۵ نزد بانک ملی
- ۲-تفورات اول و دوم مناقصه هرگاه حاضر به انعقاد قرارداد نشوند سپرده آنان به ترتیب ضبط خواهد شد.
- ۳-متقاضیان می‌توانند از تاریخ انتشار آگهی تا ساعت ۱۴:۳۰ تاریخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۱ جهت دریافت اسناد مناقصه به سامانه الکترونیک دولت (ستاد) مراجعه نمایند.
- ۴-شرکت کنندگان می‌بایست ضمن بار گذاری ضمانت نامه شرکت در مناقصه در سامانه ستاد ثبت به تحویل اصل ضمانت نامه تایپان وقت اداری تاریخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۱ به آدرس: صفادشت- جنب فرهنگسرای بعثت- شهرداری صفادشت اقدام نماید.
- ۵-در صورت بروز هرگونه تناقض در موارد مندرج در آگهی با سامانه ستاد ملاک عمل سامانه ستاد خواهد بود.
- ۶-پیشنهادهای رسیده در مورخ ۱۴۰۲/۱۰/۲۳ در کمیسیون عالی معاملات شهرداری مطرح و پس از بررسی و کنترل برنده مناقصه اعلام خواهد شد.
- ۷-هزینه درج آگهی در روزنامه بعهده برنده مناقصه می‌باشد.
- ۸- جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۰۲۱۶۵۲۹۶۵۰ امور قراردادهای تماس حاصل نمایند.

محمدعلی کریمی - شهردار صفادشت
« آگهی مزایده عمومی شماره ۲۰۰۲۰۹۵۶۵۳۰۰۰۰۰۷ »

تجدید فروش یک باب واحد تجاری واقع در شهرک امید مجتمع آتریوم به شماره ۶۳۵-۲

- شهرداری صفادشت در نظر دارد واحد تجاری خود را به شرح مذکور و با جزئیات مندرج در اسناد مزایده رابا بهره‌گیری از سامانه تدارکات دولتی (www.setadiran.ir) با شماره مزایده ۲۰۰۲۰۹۵۶۵۳۰۰۰۰۰۷ بصورت الکترونیکی به فروش برساند.
- مهلت دریافت اسناد مزایده: ۱۴۰۲/۱۰/۱۱
 * آخرین مهلت ارسال پیشنهاد قیمت: ۱۴۰۲/۱۰/۲۱
 * زمان اعلام به برنده: ۱۴۰۲/۱۰/۳۰
- ۱-برگزاری مزایده صرفاً از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت میباشد و کلیه مراحل فرآیند مزایده شامل خرید و دریافت اسناد مزایده (در صورت وجود هزینه مربوطه)، پرداخت تضمین شرکت در مزایده (ودیعه)، ارسال پیشنهاد قیمت، باز گشایی پاکت ها، اعلام به برنده، واریز وجه مزایده در بستر سامانه از این طریق امکان پذیر میباشد.
- ۲-قبل از ارائه پیشنهاد از ملک مورد نظر بازدید به عمل آوری.
- ۳- هزینه درج آگهی در روزنامه بعهده برنده مزایده می‌باشد.
- ۴-جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن ۰۲۱۶۵۲۹۶۵۰ امور قراردادهای تماس حاصل نمایند.

محمدعلی کریمی - شهردار صفادشت
ملی‌پوش دوومیدانی: گوش شنوایی نیست

مسابقات قهرمانی آسیا قطر رفتن و امسال نیز در مسابقات بین‌المللی کاپ سرعت‌ها در ترکیه توانستم رکورد ایران را جا بجا کنم. متأسفانه نمی‌دانم چرا نامم در فهرست اعزام نیست و وقتی اعتراض می‌کنم گوش شنوایی



نیست. بانوان در اعزام خیلی کم به مسابقات می‌روند و در بازی‌های هانگزو هم تنها دو نفر را اعزام کردند و خیلی‌ها شایستگی این را دارند تا به فینال بازی‌ها برسند.

ملی‌پوش دوومیدانی گفت: به مدت ۱۵ سال است که در دوومیدانی کار می‌کنم اما تنها دو اعزام برون مرزی داشتم و این موضوع بسیار ناراحت کننده است. هر سال رکورد ایران را جا بجا می‌کنم و اگر اعزام بیشتر شود می‌توانم رکوردهای بهتری بزمن، امیدوارم توجه بیشتری به بانوان کنند.

سرمربی روینگ ایران:
شانس زنان برای المپیک شدن بیشتر از مردان است

کنند اما باید در تست‌های انتخاب شرکت کنند. سرمربی تیم ملی تصریح کرد: به هر حال سهمیه المپیک است و سطح مسابقات انتخابی المپیک می‌تواند از بازی‌های آسیایی هم بالاتر باشد. ما در نهایت دو قایق را می‌توانیم به المپیک پاریس بفرستیم بنابراین با توجه به سابقه‌ای که در روینگ داریم، شانس اینکه دو قایق از بخش زنان باشد خیلی بیشتر از مردان است. شرایط بانوان ما از لحاظ فنی بهتر است.



البته حمید رضوانی در یک‌نفره سنگین وزن دارد تلاشش را می‌کند با این حال باید ببینیم تا آن موقع چه اتفاقی می‌افتد. مد نظر فدراسیون است کسانی به انتخابی المپیک اعزام شوند که با توجه به رکوردهایشان شانس گرفتن سهمیه را دارند. در نهایت همه تلاش ما این است که ملی‌پوشان در تست‌های انتخابی و مسابقات گزینشی المپیک بهترین نتیجه را بگیرند. ما دنبال این هستیم در روینگ دونفره برای اولین بار سهمیه المپیک بگیریم.

