

صاحب امتیاز و مدیرمسئول: پویا وکیلی

اعضای شورای سیاستگذاری: دکتر مصطفی مسجدی و حسن وکیلی

دفتر مرکزی: یوسف آباد، خیابان اسدابادی، بین خیابان ۱۹ و ۲۱ پلاک ۲۰۷، واحد ۵ تلفن: ۰۲۱۸۸۹۸۲۱۳۷ - ۰۲۱۸۸۳۹۶۱۴۹

پست الکترونیک: etehademelat.ir / ایمیل: etehademelat.ir@gmail.com

سازمان آگهی‌ها: ۰۲۱۸۶۰۵۳۹۳۰ - ۰۲۱۸۶۰۵۴۱۱۸ - ۰۲۱۸۸۹۸۲۱۳۷ / سازمان شهرستان: ۰۲۱۸۶۰۵۴۱۱۸ / چاپ: شاخه‌سبز

کلاف سردرگمی که گویا به این زودی ها باز نمی‌شود!

بازی اسم فامیل مدیران استقلال



و دل هواداران را دوباره گرم کند؟ یا این داستان طولانی‌تر از حد انتظار خواهد شد؟ روزهای آینده سرنوشت را رقم خواهند زد.

بررسی گزینه‌های پیش رو: استقلال در جستجوی یک هدایتگر مناسب

در میان گمانه‌زنی‌ها و صحبت‌های مختلف، سه نام بیش از سایرین به‌عنوان گزینه‌های اصلی برای سرمربی‌گری استقلال مطرح شده‌اند که توجه ویژه‌ای به خود جلب کرده‌اند:

اوسمار ویرا، مربی برزیلی با کارنامه‌ای قابل‌توجه، یکی از گزینه‌های اصلی است. ویرا که فصل گذشته موفق شد پرسپولیس را به قهرمانی لیگ برساند، اکنون روی نیمکت بوریرام تایلند حضور دارد. با این حال، هنوز مشخص نیست که آیا مایل به بازگشت به ایران و پذیرش این چالش خواهد بود یا خیر.

کیکه سانچز فلورس، مربی باتجربه اسپانیایی و نامی آشنا در فوتبال اروپا، دیگر نام مطرح‌شده است. او که سابقه هدایت تیم‌هایی چون سویا، واتفورد و ختافه را دارد، بدون شک می‌تواند وجهه‌ای بین‌المللی به تیم بدهد. اما موانعی نظیر دستمزد سنگین و تفاوت‌های فرهنگی، احتمال عقد قرارداد با او را کاهش می‌دهد.

گزینه سوم قایبو کاریله است. این مربی برزیلی

اتحادملت - گروه ورزش؛ در هفته‌های گذشته، پس از جشن قهرمانی استقلال در جام حذفی، مدیران باشگاه هنوز برای تعیین تکلیف نیمکت سرمربیگری به نتیجه نرسیده‌اند. یک تأخیر پرچالش که نگرانی هواداران را بیش از پیش افزایش داده است.

با فقط چند هفته باقی‌مانده تا آغاز تمرینات پیش‌فصل لیگ بیست‌ونجم، استقلال همچنان درگیر تعیین و انتخاب سرمربی است. این وزنه سنگین تصمیم‌گیری نه تنها فضای اعتماد هواداران را تحت تأثیر قرار داده، بلکه به نوعی آن‌ها را در مقایسه با رقبا دچار حس جاملندگی کرده است. در حالی که تیم‌های اصلی رقیب با برنامه‌ریزی‌های منسجم پیش می‌روند، استقلال همچنان در دوراهی انتخاب‌ها گرفتار شده است.

رقیایی که زمین را از آن خود کرده‌اند

نگاهی به سمت دیگر میدان نشان می‌دهد که پرسپولیس، مهم‌ترین رقیب سنتی آبی‌پوشان، با سرعتی تحسین‌برانگیز پا به بازار نقل‌وانتقالات گذاشته و تقریباً ترکیب مطلوب خود را بسته است. آن‌ها بیش از یک گام جلوتر هستند؛

هم در بخش انتخاب کادر فنی و هم در طراحی نقشه‌های تاکتیکی فصل جدید. این وضعیت اما تنها به پرسپولیس محدود نمی‌شود. تیم‌های تراکتور، سپاهان، فولاد و گل‌گهر نیز نیمکت‌های خود را تثبیت کرده و به فکر دست‌آوردهای بزرگ‌تر هستند. در مقابل، استقلال که میلیون‌ها هوادار مشتاق پشت خود دارد، همچنان در کلاف پیچیده انتخابات مدیریتی گیر افتاده است. بی‌شک، چنین تاخیری ممکن است ضربه‌ای سنگین بر ساختار تیم وارد کند و پیامدهایی جبران‌ناپذیر داشته باشد.

فریاد هواداران در سکوت باشگاه

هواداران استقلال دیگر تاب این سکوت مدیریتی را ندارند. اعتراض‌های پررنگی در فضای مجازی و حتی برخی محافل مردمی شکل گرفته است و صحبت‌هایی از تجمع اعتراضی در مقابل ساختمان باشگاه شنیده می‌شود. آن‌ها، دلخور از این بی‌بثابتی، تلاش می‌کنند صدای خود را به گوش مدیران برسانند. اگر این وضعیت پلاتنکیفی ادامه پیدا کند، احتمالاً بحران جدی‌تری گریبان استقلال را خواهد گرفت.

حالا همه چشم‌ها به مدیران استقلال دوخته شده است؛ آیا می‌توانند در روزهای پیش رو با تصمیمی جدی و قاطع از این بن‌بست بیرون آمده

رئیس سازمان ثبت احوال

اعتبار کارت‌های هوشمند ملی تا پایان سال ۱۴۰۵ تمدید شد

رئیس سازمان ثبت احوال با اشاره به انقضای تاریخ برخی کارت‌های هوشمند ملی، از تمدید اعتبار کارت‌های ملی تا پایان سال ۱۴۰۵ خبر داد.

هاشم کارگر در گفت و گو با ایرنا در خصوص تاریخ

کوناکون

یکشنبه ۱۸ خرداد ۱۴۰۴

شماره ۱۹۷۶

۱۲ ذی‌الحجه ۱۴۴۶

۸ ژوئن ۲۰۲۵

آیا بالاخره مدیران استقلال

یک گزینه مناسب را

انتخاب خواهند کرد یا

همچنان این بازی بی‌پایان

مدیریت وقت ادامه خواهد

یافت؟ پاسخی که شاید تنها

زمان آن را مشخص کند

شود، این بار نخستین افرادی که تحت فشار قرار خواهند گرفت، خود مدیران باشگاه خواهند بود.

زمان علیه استقلال؛ فرصت‌هایی که از دست

می‌روند

استقلال، باشگاهی پرافتخار با طرفدارانی است که صرفاً به موفقیت قانع می‌شوند. اکنون بیش از هر زمان دیگری نیاز به مدیرانی احساس می‌شود که با نگاهی منطقی و برنامه‌محور تصمیم‌های مؤثری بگیرند. تعلل در انتخاب سرمربی و نبود شفافیت در سیاست‌ها می‌تواند وضعیت تیم را به بحران دائمی بکشاند. هر روزی که استقلال بدون سرمربی بماند، یک امتیاز دیگر به رقیبا واگذار خواهد کرد – چه در جذب بازیکنان موردنیاز. در دنیای فوتبال حرفه‌ای، زمان مهم‌ترین سرمایه است و استقلال متأسفانه در حال از دست دادن این دارایی ارزشمند است. هواداران استقلال اکنون منتظر اقدامات جدی و قطعی هستند. تنها یک انتخاب اصولی و بوموقع می‌تواند آرامش را به تیم برگرداند و مسیر باشگاه را از پراکندگی نجات دهد.

آیا بالاخره مدیران استقلال یک گزینه مناسب را انتخاب خواهند کرد یا همچنان این بازی بی‌پایان مدیریت وقت ادامه خواهد یافت؟ پاسخی که شاید تنها زمان آن را مشخص کند.

که در اختیار دارند استفاده کنند. وی با بیان اینکه مردم برای انقضای کارتهای ملی نگران نباشند، خاطر نشان کرد: اعتبار همه کارت هایی که تاریخ انقضای آنها پایان یافته تا پایان سال ۱۴۰۵ تمدید شده است.

به منظور تسهیل خدمات عمومی و کاهش مراجعات غیرضروری شهروندان به پیشخوان دولت انجام شده است، تاکید کرد: نیازی به تعویض این کارت ها نیست و شهروندان برای امور مختلف می توانند از کارت هایی

زندگی بهتر

بالاخره همراه غذا آب بخوریم یا نه؟



نوشیدن مقدار متعادل آب حین غذا می‌تواند هضم را بهبود بخشد و نفخ را کاهش دهد، اما مصرف بیش از حد یا آب سرد ممکن است اثر معکوس داشته باشد.

به گزارش خبرآنلاین، اثر آب روی هضم به نحوه مصرف آن بستگی دارد:

بهبود هضم: نوشیدن مقدار

متعادل آب (یک لیوان) حین

غذا می‌تواند به نرم شدن غذا کمک کند و حرکات معده را تسهیل کند.

مقاله‌ای از WebMD (۲۰۲۳) تأیید می‌کند که آب به تجزیه مواد غذایی کمک کرده و جذب مواد مغذی را بهبود می‌بخشد.

کاهش اسید معده؟ برخی معتقدند آب اسید معده را رقیق می‌کند و هضم را کند می‌کند. اما مطالعه‌ای در سال ۲۰۱۸ (PMC) نشان داد که نوشیدن آب تأثیر قابل‌توجهی روی اسید معده ندارد، مگر در مقادیر بسیار زیاد (بیش از ۵۰۰ میلی‌لیتر).

کاهش نفخ: آب می‌تواند از خشکی غذا در معده جلوگیری کرده و نفخ را کاهش دهد، به‌ویژه برای غذاهای سنگین.

چه زمانی ممکن است مضر باشد؟

مصرف بیش از حد: نوشیدن بیش از یک لیوان آب حین غذا ممکن است معده را بیش از حد پر کند و هضم را کند کند.

آب خیلی سرد: آب سرد می‌تواند سرعت هضم را کاهش دهد، زیرا بدن باید انرژی صرف گرم کردن آن کند. آب ولرم یا هم‌دمای اتاق بهتر است.

توصیه‌هایی برای نوشیدن آب با غذا

برای بهره‌مندی از فواید آب:

مقدار کم (نصف تا یک لیوان) آب حین غذا بنوشید.

آب ولرم یا هم‌دمای اتاق انتخاب کنید.

بین غذا جرعه‌های کوچک بنوشید، نه یکباره مقدار زیاد.

کتابخانه

«لک‌لک‌ها بر بام» در دوازدهمین مرحله چاپ به

۱۵۹هزار نسخه رسید



کتاب «لک‌لک‌ها بر بام» نوشته میندرت دیویوگ و ترجمه باهره انور توسط کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان به چاپ دوازدهم رسید.

به گزارش مهر، کتاب «لک‌لک‌ها بر بام» از جمله کتاب‌های قدیمی کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان برای کتاب‌خوانان و مناسب برای نوجوانان بالای

۱۵ سال در دوازدهمین مرحله چاپ به ۱۵۹ هزار نسخه رسیده است. این کتاب، داستان جذاب و پرکشش از حمایت اهالی یک روستا برای همزیستی با لک‌لک‌ها است و مضمونی محیط زیستی دارد. نویسنده آمریکایی دارای اصالت هلندی این اثر از مؤلفان حوزه نوجوان که موفق به دریافت جوایز زیادی شده است. لک‌لک‌ها بر بام که با نام اصلی «چرخ روی پشت‌بام» موفق به دریافت جوایز مدل نیوبری سال ۱۹۹۵ و جایزه ادبیات نسل جوان آلمان شده است، نخستین بار در سال ۱۳۵۳ توسط کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان منتشر شد.

«لک‌لک‌ها بر بام» از جمله آثار مجموعه «کتاب‌نوش» است که وزارت آموزش و پرورش آن را انتخاب و به مدارس سراسر کشور در قالب نمایشگاه‌های کتاب ارسال و مسابقه‌هایی نیز با موضوع این اثر در بین دانش‌آموزان برگزار کرده است.

کتاب شنیداری این اثر نیز از مجموعه «کتاب آوا» کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان نیز با صدای احترام برومند در سال ۱۳۹۸ منتشر شده است. کتاب «لک‌لک‌ها» با ویرایش مژگان کلهر و قیمت ۱۶۰هزار تومان در ۱۵۹ هزار نسخه توسط کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان به چاپ دوازدهم رسیده است.

اینفوگراف

رشد جمعیت کاربران اینترنت جهان در ۳۵ سال اخیر



هنرمند: ناهید مقصودی



تنوع زیستی