امکانات مورد نیاز برای راه اندازی فراهم نشد

توقف دوچرخه‌های شهری روی ایستگاه وعده

گروه ورزش

این روزها در شرایط ترافیکی شهرها برخی ها دوچرخه را بهترین گزینه برای رسیدن به محل کار یا تحصیل و حتی ورزش انتخاب می کنند و عده زیادی هم ترجیح می دهند در روزهای گرم و حتی سرد سال از این وسیله برای تردد درون شهری استفاده کنند. از این رویکی از طرح‌های مهم، ایجاد مکان هایی برای ارائه دوچرخه رایگان به شهروندان است تا افراد علاوه بر رفتن به محل مورد نظرشان دقایقی را هم به ورزش بپردازند. با توجه به تاثیر این طرح در شهرهای بزرگ، از سال گذشته هیئت دوچرخه سواری و شهردای منطقه پنج زاهدان طرح ایجاد ایستگاه و خط دوچرخه شهری را در دستور کار قرار دادند و برای اجرای این طرح در مرحله اول، مراحل ایجاد خط ویژه دوچرخه سواری شروع شد اما موضوعی که کمتر مورد توجه قرار گرفت این بود که آیا معابر شهری موجود ظرفیت این کار را دارد! البته همگان واقف هستند که اجرای طرح ایجاد پارکینگ و ایستگاه دوچرخه در کشورهای توسعه یافته توانسته است علاوه بر رضایت شهروندان در کاهش حجم تردد خودروها هم تاثیر گذار باشد. بنابراین می توان امیدوار بود چنین طرحی بتواند موفق عمل کند.این موضوع سال گذشته در گروه ورزش «سیستان و بلوچستان» بررسی و طی آن وعده داده شد این طرح امسال به مرحله اجرا برسد. اما هنوز از افتتاح این طرح خبری نیست و فقط می توان دوچرخه های خاک گرفته در اتاقکی که درهای آن بسته است و خط ویژه دوچرخه را مشاهده کرد که رنگ و رویی برای آن نمانده است.

رضایت شهروندان

یک شهروند در این باره می گوید: با توجه به شرایط اقتصادی، بسیاری از مردم به طور مداوم مشغول کار هستند و فقط برای استراحت به منزل می روند، با این شرایط به نوعی می توان زاهدان را هم از جمله شهرهای ماشینی دانست و افراد کمتری برای پرداختن به ورزش زمان دارند که برخی نیمه های شب را به این کار می پردازند و خیلی ها هم از انجام آن صرف نظر می کنند. «موسی شهرکی» می افزاید: یکی از اقداماتی که می تواند سبب ورزش شهروندان در شرایط فعلی شود استفاده از دوچرخه برای تردد در شهر است اما خرید دوچرخه از توان بسیاری خارج است چرا که برای هر دوچرخه بزرگسال باید هزینه زیادی پرداخت کرد. وی بیان می کند: بنابراین ایجاد خط ویژه دوچرخه سواری و در اختیار گذاشتن دوچرخه برای تردد یکی از طرح هایی است که می تواند سبب کاهش حجم ترافیک شهری شود و زمینه ساز پرداختن شهروندان به ورزش دوچرخه سواری هم باشد که امیدواریم این طرح هر چه زودتر به سرانجام برسد.

پیامدهای مطلوب

شهروندی دیگر می گوید: با توجه به شرایط فعلی استان و کاهش درآمد خانواده ها دوچرخه سواری هم یکی از ورزش های گران برای خانواده های متوسط رو به پایین استان شناخته می شود، اگر چنین طرحی در زاهدان به سرانجام برسد نه تنها سرانه ورزش بلکه سلامت جامعه هم ارتقا پیدا می کند. «فرزاد شیهکی» می افزاید: این طرح یکی از طرح های موفق در دنیا شناخته می شود در بسیاری از کشورها ایستگاه های متعدد ایجاد شده است و در شهرهایی مانند پکن، پاریس، برلین، بارسلونا ،ریو دوژانیرو، کپنهاگ، برلین و آمستردام که بیشترین آمار دوچرخه سوار را دارند ایستگاه هایی وجود دارد و هر شهروند برای تردد در شهر می تواند از دوچرخه استفاده کند. وی بیان می کند: چنین طرحی اگر در مرکز استان به خوبی اجرا شود پیامدهای مطلوبی را به همراه خواهد داشت .

استقرار ۱۰ دوچرخه در ایستگاه اول

شهردار منطقه ۵ زاهدان در این باره می گوید: اجرای این طرح از سال گذشته برنامه ریزی و در نقشه احداث اجرای طرح در سه مرحله مشخص شد که مرحله اول آن ایجاد ایستگاه تحویل دوچرخه در کنار لشکر ۸۸ زرهی واقع در خیابان مطهری و ایجاد مسیر ویژه دوچرخه در این خیابان بود که پس از گذشت حدود یک سال مراحل تکمیل مرحله یک به اتمام رسید و اجرایی شد و فعالیت آن بیش از ۱۰ روز است که آغاز شده است. «آسا ریگی» می افزاید: مرحله اول این طرح از لشکر ۸۸ زرهی تا میدان خاتم به اتمام رسید و ۱۰ دستگاه دوچرخه در ایستگاه این مرحله جا نمایی شد که شهروندان می توانند در این مسیر از آن استفاده کنند اما برای این ایستگاه ۱۰ دستگاه دوچرخه دیگر هم پیش بینی شد که در انبار نگهداری می شود و در صورت نیاز به ایستگاه اضافه می شود. وی بیان می کند: ایجاد فضای ورزشی استاندارد اهمیت بسیاری دارد به همین دلیل برای افتتاح این مرحله اقداماتی مختلفی از جمله کف سازی برای ایجاد مسیر ویژه دوچرخه، جدول سازی و پیاده رو سازی انجام شده است . وی می افزاید: طبق برنامه تدوین شده این خط پس از میدان خاتم به سمت میدان شهدای گمنام واقع در منطقه زیباشهر ادامه پیدا می کند اما وجود خط ریلی در مسیر ورودی زیباشهر سدی در این مسیر است که باید این موضوع برطرف می شد، به همین منظور نشست های مختلفی با مدیرکل راه آهن برگزار شد و بر اساس توافق های انجام شده قرار است در این مسیر تقاطع غیر هم سطح ایجاد شود. وی بیان می کند: علاوه بر آن به سازی بولوار بهارستان باید انجام شود که بر اساس آن اصلاحیه هایی در طرح ایجاد شد و طبق آن مسیر کندرو به این بولوار افزوده می شود و برای تکمیل پروژه میدان شهید خلبان مرادقلی هم تغییر می کند تا بتوان مسیر ویژه دوچرخه را ایجاد کرد که طبق برآوردهای انجام شده به سازی این بولوار حداقل ۷۰۰ میلیون تومان اعتبار نیاز دارد. وی می افزاید: مرحله اول این طرح امسال به اتمام رسید و اجرایی شد و پس از ابلاغ در صورت تامین اعتبارات مورد نیاز مراحل احداث و راه اندازی مرحله دوم و سوم هم اجرایی می شود که به سازی پیاده روها و جداول، کف سازی و ایجاد خط ویژه دوچرخه از جمله اقداماتی است که باید انجام شود. با توجه به تاثیر گذاری دوچرخه سواری و اهمیت گسترش آن در سطح عمومی با رئیس، دبیر و نایب رئیس هیئت دوچرخه سواری استان تماس گرفته شد که هیچ یک در دسترس نبودند.

شهردار منطقه ۵ زاهدان: فاز اول این طرح از لشکر ۸۸ زرهی تا میدان خاتم به اتمام رسیده است، ۱۰ دستگاه دوچرخه در ایستگاه این فاز جا نمایی شد، شهروندان می توانند در این مسیر از آن استفاده کنند

یک شهروند: در مکانی که ایجاد شده نمی توان استانداردهای لازم را دید و اگر به این مورد توجه بیشتری شود بدون تردید تاثیرگذاری بیشتری خواهد داشت

بهره برداری از ایستگاه دوچرخه سواری در هفته آینده

در حالی که شهردار منطقه پنج زاهدان از اتمام مرحله اول این طرح خبر می دهد مسئول ورزشی سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری اظهار می کند: هنوز امکانات مورد نیاز برای راه اندازی این ایستگاه فراهم نشده است که باید خریداری و مجهز شود. «ریگی فرد» ادامه می دهد: به تازگی ایستگاه دوچرخه سواری تحویل این سازمان شده است که بعد از تجهیز هر روز از ساعت ۱۵ تا ۱۸ فعال خواهد بود و سعی داریم هفته آینده این امر محقق شود.

امروز؛ دوره داوری و مربیگری دو و میدانی جانبازان و معلولان

گروه ورزش

دوره داوری و مربیگری درجه سه دو و میدانی جانبازان و معلولان استان امروز در زاهدان آغاز می شود. دبیر هیئت جانبازان و معلولان استان به خبرنگار ما گفت: دوره توجیهی کلاس بندی پزشکی برای افراد شرکت کننده در دوره مربیگری و داوری دو و میدانی، امروز با حضور مدرس فدراسیون در سالن جلسات اداره ورزش و جوانان زاهدان برگزار می شود. «محمدرضا تیموری» افزود: برای شرکت در این دوره که تا ۲۶ آبان ادامه دارد، ۳۵ نفر ثبت نام کرده اند، بعد از برگزاری کلاس تئوری و عملی در مجموعه ورزشی ۱۷ شهریور زاهدان از آن ها آزمون گرفته می شود و در صورت قبولی، مدرک درجه سه داوری یا مربیگری دریافت می کنند. وی اظهار کرد: با توجه به این که قرار است کاروان ۱۰۰ نفری ورزشکاران جانباز و معلول استان در جشنواره چهلمین سالگرد پیروزی شکوهمند انقلاب اسلامی که بهمن ماه با حضور هفت هزار جانباز و معلول کشور به میزبانی تهران برگزار می شود شرکت کنند، کلاس بندی پزشکی افراد شرکت کننده در این جشنواره فردا با حضور «میرزا حسینی»، مسئول کلاس بندی فدراسیون برگزار می شود. به گفته وی، دوره مربیگری درجه سه والیبال نشسته نیز از ۲۸ آبان تا سوم آذر در زاهدان برگزار می شود.

۲ خانه ورزش روستایی در فنوج افتتاح شد

دو خانه ورزش روستایی در روستاهای فنوج به بهره برداری رسید. مدیرکل ورزش و جوانان گفت: به منظور توسعه فضاهای ورزشی در مناطق دور افتاده و به ویژه روستاهای استان، ایجاد تعدادی خانه ورزش روستایی در فنوج هدف گذرای شد که دو خانه در روستای چاهنده و بیرمین این شهرستان به بهره برداری رسید. «ادهم کرد» افزود: خانه های ورزش روستایی با هدف کاهش آسیب های اجتماعی، توسعه ورزش روستایی و پرکردن اوقات فراغت نوجوانان و جوانان به ویژه بانوان در روستاها هدف گذاری شد که با مشارکت اداره کل ورزش و جوانان، ستاد مبارزه با مواد مخدر و هیئت ورزش های روستایی و بازی های بومی محلی احداث می شود. وی بیان می کند: هر کدام از این خانه ها با اقلام ورزشی از قبیل تنیس روی میز، فوتبال دستی، میز و صفحه شطرنج، دارت، تشک تاتامی برای رشته کشتی و ورزش های رزمی، توپ و راکت تنیس تجهیز می شود.

برای اولین بار در دنیای ووشو

رقابت های ووشوی ساحلی در استان برگزار می شود

گروه ورزش

برای اولین بار در دنیا، رقابت های ووشوی ساحلی در استان برگزار می شود. رئیس هیئت ووشوی استان به خبرنگار ما گفت: مسابقات ساحلی از جمله تورنمنت هایی است که جایگاه قابل قبولی دارد و مورد استقبال رشته های مختلف قرار گرفته است اما ووشو در مسابقات ساحلی جایگاهی نداشته است و تصمیم گرفته شد برای اولین بار در تاریخ ووشوی جهان، رقابت های ساحلی در استان برگزار شود. «عباس شیبک» افزود: برای قرار گرفتن ووشوی ساحلی در فهرست رقابت های ساحلی جهان باید ابتدا این رشته به ثبت برسد که به همین منظور اساسنامه این مسابقات تنظیم شد اما این اساسنامه باید با مستندهای کافی به فدراسیون جهانی ارائه شود، به همین دلیل رقابت های ووشوی ساحلی در استان برنامه ریزی شد که پس از برگزاری فیلم و تصاویر آن به همراه اساسنامه به فدراسیون جهانی ارسال می شود. وی بیان کرد: ایران در فدراسیون جهانی قابلیت های مناسبی دارد و با توجه به این ظرفیت ها می توان امیدوار بود که اساسنامه و شیوه نامه برگزاری مسابقات تایید شود، در این صورت ووشوی ساحلی به نام استان ثبت خواهد شد و برای اولین بار در فهرست رشته رقابت های ساحلی قهرمانی جهان ۲۰۲۲ قرار می گیرد که افتخاری برای استان شناخته می شود. وی می افزاید: در گذشته رقابت های ساندا در رده سنی نوجوانان برای مسابقات جهانی برگزار نمی شد اما چند دوره آن در ایران برگزار شد، اساسنامه آن در اختیار فدراسیون جهانی قرار گرفت و سرانجام پس از سه دوره فدراسیون جهانی با برگزاری آن موافقت کرد و برای اولین بار رقابت های ساندا این رده سنی در مسابقات جهانی ۲۰۱۸ برزیل برگزار شد که یاسر شهرکی به عنوان نماینده استان به رقابت پرداخت و مدال سوم جهان را کسب کرد. شیبک گفت: اولین دوره مسابقات ووشوی ساحلی جهان با عنوان یادواره شهید حبیب ا... خوش آیند نام گذاری شد و چون برای تهیه مستندات لازم و ارائه آن به فدراسیون برنامه ریزی شده است این رقابت ها در بعد استانی برگزار می شود اما هنوز میزبان قطعی این مسابقات انتخاب نشده است، بهمن امسال زهک یا چابهار از ووشوکاران شرکت کننده در این مسابقات میزبانی خواهد کرد.

لذت سرگرمی + جوایز نقدی و غیرنقدی هفتگی

پاسخ صحیح هر سرگرمی، یک شانس قرعه‌کشی
قرعه کشی و اسامی برندگان، شنبه هر هفته

خط اختصاصی پاسخ ها و نظرات: ۳۰۰۰۷۲۲۵۲
اطلاعات بیشتر در وب سایت 1sargarmi.ir

درباره خواص «نقش‌یاب شماره» تحقیق کنید....

آرامش‌بخش

در این زمانه پُر از استرس

● محمدمهدی رنجبر

گرانی، ترافیک سنگین، دردسرهای شغلی، امور منزل، خانه‌داری، دغدغه‌های تربیتی و تمام مشکلات روزمره که این روزها دارد مدام فشارش را بر ذهن و جسم ما بیشتر می کند، قطعا بر کسی پوشیده نیستند. از طرفی می دانیم که بسیاری از این مشکلات، به سرعت قابل حل نیستند و نیاز به زمان دارند. تعداد زیادی از این مشکلات هم نیاز مند تدابیر مسئولان و حل مسائل کلان جامعه است و معمولا راه حل اصلی در این زمینه‌ها نزد ما نیست. حالا اگر می خواهیم در میان این فشارها دوام بیاوریم، باید در همین هیاهو هم، مراقب آسیب ندیدن ذهن‌مان باشیم. ذهن ما نیاز به استراحت دارد و اگر می خواهیم بتواند تصمیم درست را در این شرایط خاص بگیرد، باید برای این استراحت ذهن، بستر مناسبی فراهم کنیم.

سرگرمی های بسیار ساده ای مثل «نقش‌یاب شماره» به ما کمک می کند تا برای دقایقی از شبانه‌روز بتوانیم تمام دغدغه‌ها را کنار بگذاریم و به آرامش برسیم. این قبیل سرگرمی ها (خصوصا در انواع رنگی) باعث کاهش استرس هم هست. درباره «نقش‌یاب شماره» باروان‌شناس مورد اعتمادتان صحبت کنید تا اطلاعات مفید بیشتری از خواص این سرگرمی داشته باشید.

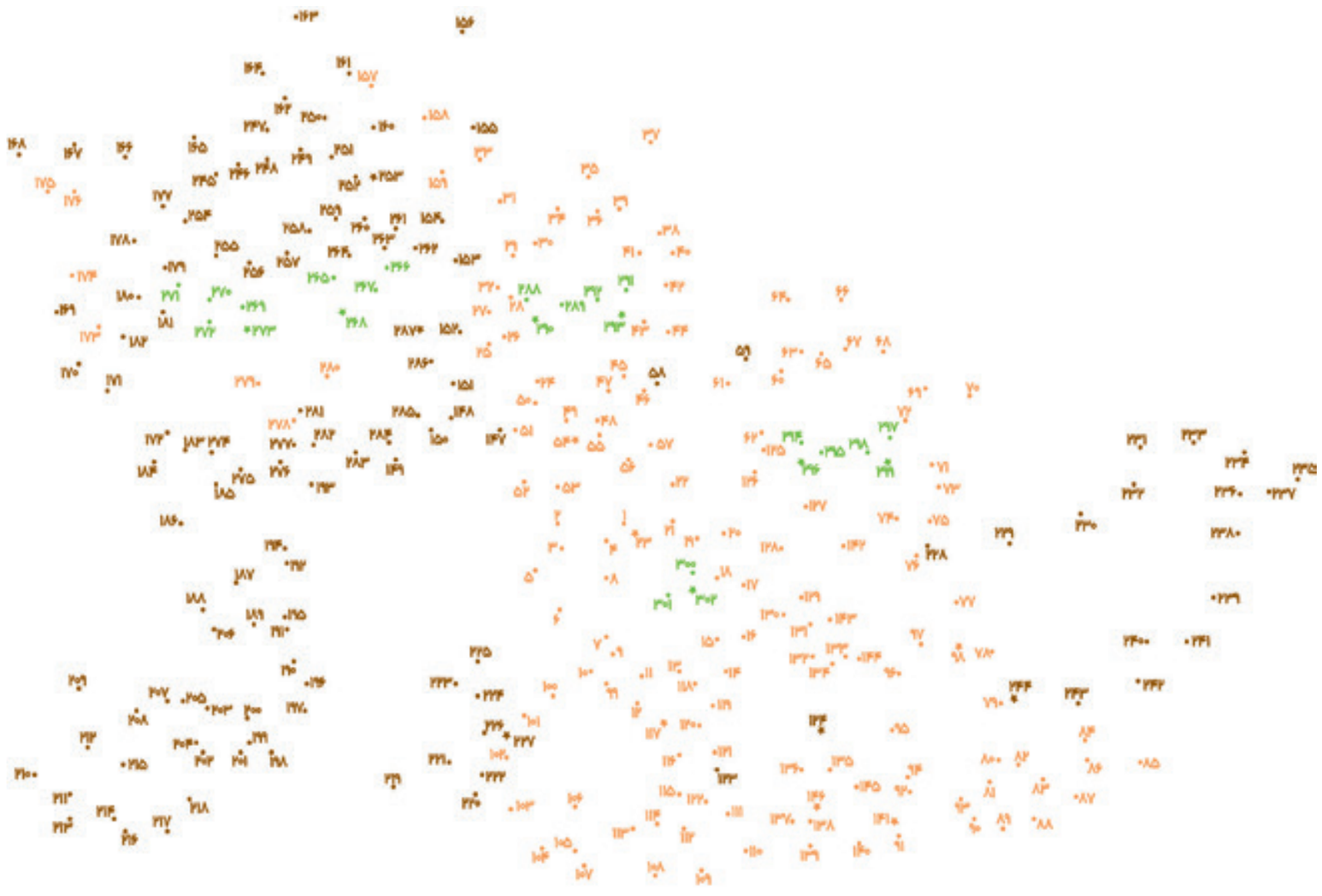
موفق و پیروز باشید
و حرفه‌ای

پاسخ مسابقه‌های قبل

نقش‌یاب شماره

سه‌شنبه‌ها

■ قانون:
از شماره یك تا بزرگ‌ترین شماره، به ترتیب هر نقطه‌ی شماره‌دار را با رنگ خودش، به نقطه‌ی بعدی وصل کنید. هر کجا به جای «نقطه» به علامت «ستاره» رسیدید، خط‌تان باید قطع شود تا با پیدا کردن شماره‌ی بعدی، کشیدن تکه خط جدیدی را آغاز کنید. بعد از پایان کار، خط‌ها را ضخیم‌تر کنید تا تصویر کشف‌شده را واضح‌تر ببینید.



بسیارساده

۲۵ دقیقه

برای ارسال پاسخ و شرکت در مسابقه، دومورد از اجزای تصویر این معمار را در متن پیامک تان نام ببرید.

سودوکو

هر روز

■ **قانون:** ارقام ۱ تا ۹ را در خانه‌های خالی بنویسید طوری که در هر سطر، در هر ستون و در هر مربع ۳ در ۳ هیچ رقمی تکراری نباشد.

بسیارساده — ۱۰ دقیقه

	۵		۴	۶	۱			
			۹		۷	۶	۵	
			۵			۱	۴	۸
۵					۴		۲	
۸	۶	۱				۴	۹	۷
	۲							۱
۳	۹	۲			۸			
	۸	۴	۳		۲			
			۶	۴	۹		۸	

متوسط — ۳۰ دقیقه

۷				۴		۶		
			۲					
	۵		۳	۶		۱	۴	
۸		۳	۱					
		۴				۷		
					۹	۳		۶
	۴	۲		۱	۵		۳	
					۲			
		۱		۸				۹

بسیارسخت — ۵۰ دقیقه

۹		۷	۴					
				۵				
	۱	۵			۲		۷	
			۳	۲		۸		۹
	۶						۳	
۱		۳		۶	۸			
	۵		۶			۲	۱	
				۳				
					۵	۷		۸

حرفه‌ای‌ها و مدعیان سودوکو درجه دشواری هر سودوکو + زمان حل‌شان را پیامک کنند. مثال: متوسط ۰۰:۱۲:۲۰