## اخبار کوتاه

### الاتحاد هم با یک رقم نجومی مشتری مسی شد

طبق اعلام روزنامه مارکا علاوه بر الهلال عربستان الاتحاد هم برای جذب مسی اعلام آمادگی کرده است.

**به گزارش پیام آشنا:** پیوستن کریستیانو رونالدو به النصر عربستان باعث شده است تا دیگر باشگاه های بزرگ فوتبال این کشور هم به دنبال جذب فوق ستاره های بزرگ فوتبال جهان باشند.

هواداران الهلال بزرگ ترین و پرافتخارترین تیم عربستانی هم منتظر یک خرید بزرگ و بی صرفه به جذب لیونل مسی علاقمند هستند.

سران این باشگاه عربستانی رسما با مسی وارد مذاکره شده اند و پیشنهاد فرابلجوی ۳۵۰ میلیون یورو برای یک فصل را به مسی داده اند.

روزنامه مارکا اعلام کرد که الهلال تنها مشتری مسی نیست بلکه الاتحاد هم برای جذب این فوق ستاره آرژانتینی اعلام آمادگی کرده است و حاضر است که ۳۵۰ میلیون یورو برای جذب این بازیکن پرداخت کند.

مارکا البته اعلام کرد که مسی با پاری سن ژرمن برای تمدید یک ساله قراردادش به توافق رسیده است و به احتمال خیلی زیاد یک فصل دیگر در تیم باقی خواهد ماند با این حال باشگاه های عربستانی امید خود را به جذب این بازیکن از دست نداده اند.

مسی دومین فصل حضورش در پاری سن ژرمن را تجربه می کند. او در فصل تخت عملکرد خوبی در تیم پاریسی نداشت اما در فصل جاری بسیار خوب ظاهر شده است و به روزهای اوج خود برگشته است.

### توصیه رویالدو به نیمار: به سیتی برو

رویالدو معتقد است بهترین گزینه برای ادامه فوتبال نیمار انتقال به منچستر سیتی خواهد بود.

**به گزارش پیام آشنا:** نقل از گلوبو پاری سن ژرمن ممکن است برای جبران بخشی از منابع مالی خود در تابستان به فروش نیمار علاقمند باشد.

در همین راستا ستاره برزیل ممکن است به لیگ برتر برود. رویالدو درباره وضعیت همو طن خود گفت: فکر می کنم منچستر سیتی گزینه ایده آل برای نیمار خواهد بود. سیتی به اونسلاس بیش تری برای موفقیت می دهد. او در تیمی بازی خواهد کرد که تاکید زیادی بر حمله دارد و فوتبال فوق العاده ای را تحت هدایت پپ گواردیولا نشان می دهد. من دوست دارم نیمار را در لیگ برتر ببینم و چه تیمی بهتر از سیتی. برای او نیمار ۳۰ ساله در این فصل در ۲۲ بازی برای پاری سن ژرمن در تمامی رقابت ها ۱۵ گل به ثمر رسانده و ۱۳ پاس گل داده است تا ستاره تیم خود در این فصل باشد. قرارداد او با پاریسی ها در تابستان ۲۰۲۵ به پایان می رسد.

### تحقیر یوونتوس در ورزشگاه مارادونا؛ ناپولی یک گام به قهرمانی نزدیک تر شد

تیم فوتبال ناپولی موفق شد با برتری بر گل مقابل یوونتوس یک گام دیگر به قهرمانی در سری آ نزدیک تر شود.

**به گزارش پیام آشنا:** تیم فوتبال ناپولی در مهم ترین و نخستین دیدار هفته هجدهم سری آ ایتالیا، در ورزشگاه خاکی خود به گوآمدئو مارادونا به مصاف یوونتوس رفت که با نتیجه ۵ بر یک توانست میهمانش را در هم بکوبد تا یک شکست پر گل دیگر برای بقوی پیر به ثبت برسد.

ناپولی در این دیدار دنبال این بود تا بتواند اختلافش را با یکی از رقبای نزدیک خود برای قهرمانی بیشتر کند از طرفی آلگری و شاگردش هم دنبال این بودند تا زمز آبی های شهر نابل را بکشند تا بتوانند به آنها نزدیک شوند. اما این تفکرات لیبالی بود که در این بازی توانست بر تفکرات آلگری غلبه کند.

اوسیمن در این دیدار دوبار، کوارتسخلیا، رحمانط و الماس هر کدام یکبار برای ناپولی گلزنی کردند.

در مقابل دی مه اری ها تنها یکی از گل های خورده را پاسخ داد تا این بازی با تحقیر، قوی پیر خانه بپایلد.

با این برتری ناپولی ۴۷ امتیازی شد و با اختلاف ۱۰ امتیاز نسبت به میلان، رده دوم قطعه صدرنشین ماند.

یوونتوس هم با ۳۷ امتیاز در رده سوم جدول جای دارد.

### یک تیم از جدول لیگ برتر بسکتبال کنار گذاشته شد

با رای کمیته انضباطی فدراسیون بسکتبال، تیم توفارقان از جدول رقابت های لیگ برتر کنار گذاشته شد.

**به گزارش پیام آشنا:** نشست اخیر کمیته انضباطی فدراسیون بسکتبال به منظور رسیدگی به تخلفات تیم توفارقان آذرشهر برگزار شد و به صدور حکم مبنی بر حذف این تیم از جدول رقابت ها منجر شد.

این تصمیم در آستانه دیدارهای هفته نوزدهم لیگ برتر بسکتبال اتخاذ شد در حالی که توفارقان با تنها دو برد در قعر جدول رده بندی قرار داشت.

این تیم در هفته چهارم لیگ برتر از انجام دیدار برابر شهرداری گرگان امتناع کرد و هفته گذشته دیدار برابر صنایع هرمزگان را با پاخت فنی تمام کرد. در همین راستا با توجه به قانون فیبا مبنی بر حذف یک تیم در صورت ثبت دو باخت فنی، توفارقان از جدول مسابقات کنار گذاشته شد.

### فدراسیون فوتبال مصر در آستانه توافق با کی روش

کارلوس کی روش سرمربی سابق تیم ملی فوتبال مصر در آستانه توافق با فدراسیون این کشور برای گرفتن مبلغی است که بابت آن قصد شکایت به فیفا داشت.

**به گزارش پیام آشنا:** کارلوس کی روش پیش از بازگشت دوباره به تیم ملی فوتبال ایران قبل از جام جهانی ۲۰۲۲ قطر، سرمربی تیم ملی مصر بود. کی روش نتوانست با مصر جواز حضور در جام جهانی را کسب کند و پس از جدایی از این تیم، بابت دریافت مبلغی که نسبت به آن ادعا داشت، تهدید به شکایت به فیفا کرد.

اختلاف کی روش با فدراسیون مصر ظاهراً بر سر ۲۵ هزار دلاری است که بابت جریمه از قرارداد مربی پرتغالی کسر شده است اما این احتمال وجود دارد که مصری ها این مبلغ را به کی روش بدهند.

این ۲۵ هزار دلار معادل جریمه ای است که کنفدراسیون فوتبال آفریقا (CAF) برای سرمربی پرتغالی به دلیل غیبت در یکی از نشست های خبری در مسابقات جام ملت های آفریقا تعیین کرده بود.

یکی از اعضای هیات رئیسه فدراسیون فوتبال مصر در این خصوص به سایت «لعب الجیوم» تایید کرد که کی روش تمام حقوق مالی خود را با فدراسیون فوتبال دریافت کرده است. او گفت: فدراسیون فوتبال مصر در اجرای مفاد آیین نامه مبلغ ۲۵ هزار دلار را از قرارداد کی روش کسر کرد هر جریمه ای برای مربی جریمه شخصی است و به همین دلیل مسئولیت پرداخت آن بر عهده کی روش است. البته اخیراً فدراسیون فوتبال برای حل این مشکل لطف نشان داده است و به همین منظور و برای بازگرداندن ۲۵ هزار دلار به کی روش خواستار گرفتن نظر وزارت ورزش شده است.

# چرخه انتخابی هیچ تردیدی برای کشتی گیران باقی نمی گذارد

مدال طلای کشتی فرنگی امیدهای جهان معتقد است اجرای دقیق و عادلانه چرخه انتخابی می تواند برخلاف گذشته تردیدها و ابهامات کشتی گیران را برطرف کند.

**به گزارش پیام آشنا** به نقل از مهر، پویا دادمهر، فرنگی کار وزن ۵۵ کیلوگرم تیم ملی کشتی فرنگی کشورمان همزمان با آغاز زنوی آماده سازی و اعزام نفرات منتخب به تورنمنت بین المللی کرولیی این تیم گفت: خوشبختانه شرایط جسمانی خوبی دارم و در کنار بچه ها به تازگی نخستین ارتوی خود را آغاز کردیم، البته تا رسیدن به فرم مطلوب تمرینات را پیگیری می کنم و از هر نظر مهیای حضور در مسابقات آتی خواهم شد. ضمن اینکه من هم قرار است به همراه نفر برتر قهرمانی کشور به تورنمنت کرولیی اعزام شوم که هر کدام بتوانیم عملکرد بهتری داشته باشیم، ملی پوش اعزامی به رقابت های قهرمانی آسیا خواهیم بود.

وی افزود: طبق برنامه کادر فنی، نفرات برتر رقابت های قهرمانی آسیا، سهمیه حضور در مرحله نهایی انتخابی تیم ملی برای مسابقات جهانی را هم کسب خواهند کرد و در نهایت در مصاف با قهرمان جام تختی برای حضور در مسابقات قهرمانی جهان به رقابت خواهند پرداخت. دادمهر با تاکید بر اجرای دقیق و عادلانه چرخه انتخابی تیم ملی گفت: یکی از امتیازهای مدعیان تیم ملی این بود که چرخه انتخابی به خوبی و در نهایت عدالت تدوین و طراحی شد تا بدین ترتیب تمامی کشتی گیران تکلیف خود را برای آینده بدانند. مطمئناً در طول روند اجرای چرخه انتخابی تمامی مدعیان مسیر خود را برای رسیدن به دونده ترین تیم ملی به درستی و روشنی پیش رو دارند و جای هیچ حرف و حدیثی باقی نمی ماند.

قهرمان کشتی فرنگی امیدهای جهان در خصوص رویدادهای پیش رو در سال جدید میلادی گفت: کشتی ایران سال سختی را پیش روی دارد، چراکه رقبایتان جهانی و آسیایی و همچنین تورنمنت های رنکینگ دار تا فصل آن برای کشتی گیران تمامی المپیک ۲۰۲۴ پاریس از اهمیت بالایی برای تمامی کشورها برخوردار است که لیمنوارم ما هم بتوانیم نهایت استفاده را از این میادین تا زمان رسیدن به المپیک ببریم.

# قوانین ضد تقلب در رقابت های تاتا استیل با حضور دو شطرنج باز ایران

دومایی پوش شطرنج ایران در رقابت های تاتا استیل ۲۰۲۳ به مصاف حریفان خود خواهند رفت؛ مرد شماره یک شطرنج ایران در اولین گام رو در روی شطرنج باز آلمانی قرار خواهد گرفت.

**به گزارش پیام آشنا:** به نقل از ایسنا، رقابت های شطرنج تاتا استیل ۲۰۲۳ در حالی کار خود را از دیروز (شنبه) آغاز کرد که دو شطرنج باز ایران در این مسابقات دست به مهره خواهند شد. پرهام مقصودلو و سیدمحمدامین طباطبایی دومایی پوش شطرنج ایران باید در دو جدول مسترز و چلنجر به مصاف حریفان خود بروند. مقصودلو در جدول مسترز در کنار شطرنج بازانی همچون کارلسن دست به مهره خواهد شد.

در دور اول این مسابقات، مگنوس کارلسن، قهرمان شطرنج جهان با یوون آروفیان بازی خواهد کرد. وینی آنند قهرمان ۵ دوره این رقابت ها میهمان افتخاری هشتاد و پنجمین دوره این مسابقات است.

chess۲۴ در خصوص این مسابقات نوشت: مگنوس کارلسن که به تازگی قهرمان مسابقات جهانی سریع و برق آسا شده است، برای دفاع از عنوان قهرمانی و کسب نهمین عنوان قهرمانی مسابقات تاتا استیل در گروه مسترز آماده خواهد شد. همچنین کاروآنا مقابل آنیش گیری قرار خواهد گرفت.

بخش سریع مثل نقره را به دست آورد. حریف او، پرهام مقصودلو ۲۲ ساله بلید رو در روی این شطرنج باز آلمانی قرار بگیرد. پرهام به عنوان جشنیـن دیرهنگام "دودا" قهرمان جام جهانی لهستان بازی می کند که در آخرین لحظه به دلایل شخصی مجبور به کناره گیری شد به احتمال زیاد تمرکز دوباره روی ستاره های جوان این مسابقات در جدول چلنجر خواهد بود.

بازی ها در ساعت مقرر آغاز می شوند اما برای اکثر نقاط جهان با یک رج تاخیر قابل مشاهده خواهند بود چرا که در این مسابقات قلون ۱۵ دقیقه پخش زنده با تاخیر به منظور جلوگیری از تقلب اضافه شده است. باید گفت که این مسابقات اولین تورنمنت بزرگ سال ۲۰۲۳ در شطرنج خواهد بود.

به گزارش ایسنا، علیرضا فیروزجا غایب بزرگ این مسابقات است که در این رقابت ها دست به مهره نشده است. هشتاد و پنجمین دوره مسابقات تاتا استیل مسترز یک بازی رفت و برگشتی ۱۴ نفره است که از ۱۴ تا ۲۹ ژانویه در هلند برگزار می شود.

مدرس دوره دانش قزلبایی داوران و کمک داوران گفت: علاوه بر بلاشگاه، خوشه داوران هم استفاده هر چه بیشتر از کمک داور ویدئویی در بازی ها است.

مرادی:

# استفاده از VAR خواسته داوران هم هست

**به گزارش پیام آشنا:** به نقل از ایرنا، دوره دانش قزلبایی نیم فصل داوران و کمک داوران لیگ برتر و دسته اول که از روز پنجشنبه آغاز شده بود، امروز (یکشنبه) به پایان می رسد.

مسعود مرادی مدرس این دوره دیروز (شنبه) در جمع خبرنگاران با اشاره به اینکه این کلاس ها در سال های گذشته مهم برگزار شده است، اظهار کرد: نمی شود گفت کلاس دانش قزلبایی، چون داوران به قوانین اشراف دارند، این کلاس بررسی عملکرد داوران در نیم فصل است. اصرار نداریم که اشتباهی نبوده است، بلکه اشتباه بوده و این کلاس تشکیل شد تا مروری بر انتشابات داوران و کمک داوران داشته باشیم و راهکاری ارائه بدهیم که در ادامه مسابقات شاهد این انتشابات نباشیم.

مرادی افزود: مطمئنا نمی توانیم بگوییم که انتشابات می تواند به صفر برسد ولی می توانیم با مرور این انتشابها در نیم فصل، آن را به حداقل برسانیم.

مدرس دوره دانش قزلبایی داوران و کمک داوران لیگ برتر و دسته اول در ادامه درباره لزوم استفاده از کمک داور ویدئویی، تصریح کرد: استفاده از VAR نه تنها خواسته باشگاه ها، بلکه خواسته داوران هم هست. باید بپذیریم که پروسه ورود این سیستم باید طی شود.

بخش زیرساخت ها یک بخش است و بخشی که به داوری مربوط است، آموزش داورانی است که در اتاق کمک داور ویدئویی قرار است حضور داشته باشند. بحث ورود زیرساخت ها و آموزش در کنار هم پیش می رود.

وی در ادامه درباره عملکرد داوران در نیم فصل اول، عنوان کرد: قضاوت ها در نیم فصل اول فراز و نشیب داشته است؛ علت این امر که کمیته داوران هم قبول دارد، تعداد زیاد داوران است که باید کلاس پیدا کند و قضاوت هامی توانست بهتر از این باشد.

مرادی بر واکنش به استفاده داوران از هدست به جای سیستم رادیویی برای ارتباط با هم، گفت: موافق این کار نیستم و رول عادی این نیست. استفاده از سیستم ارتباطی رادیویی تا زمانی که VAR به ایران نیامده است، به ارتباط داوران می تواند کمک کند. از فدراسیون می خواهم که سیستم رادیویی را بیشتر در اختیار داوران قرار بدهند.

مدرس دوره دانش قزلبایی داوران درباره حواشی قضاوت بازی استقلال و تراکتور در جام حذفی هم گفت: این مسابقه یکی از بازی های سخت بود و عملکرد فنی داور در کمیته داوران بررسی می شود اما در این دوره هم عملکرد داور آنالیز خواهد شد.

مرادی در پایان با بیان اینکه داوران در داشتن قوانین مشکلی ندارند، بلکه در هماهنگی و ارتباط بین تیم داوری مسابقه، ناهماهنگی داریم، اظهار داشت: پیش از شروع فصل با حضور یک مدرس انگلیسی دوره آموزشی برای داوران برگزار شد و در نیم فصل هم از من دعوت کردند، با توجه به شناختی از ضعف ها و قوت های جامعه داوری دارم، سعی می کنم، تجارب و قوانین را به داوران منتقل کنم. چیزی که می تواند خستگی را از تن من دربیاورد این است که در نیم فصل دوم شاهد اشتباهات کمتری باشیم.

# عضو شورای فنی بوکس: بحث مربی خارجی جدی است

عضو شورای فنی بوکس با حمایت از انتخاب حسین نهروندی به عنوان سرمربی تیم ملی بزرگسالان گفت: او در این بازه زمانی حساس فداکاری کرد تا حواشی کاهش یابد.

**به گزارش پیام آشنا:** امید رشید درباره تصمیمات گرفته شده در شورای فنی فدراسیون بوکس که با حواشی همراه شد، توضیح داد: همه نتایج اعلام شده حاصل خرد جمعی بود که دوستان گرفتند. ضمن اینکه چه خوب بود آقای اسکی هم در جلسه حاضر می شدند، چرا که دوستان از زحمات ایشان تقدیر و تشکر کردند. خودشان هم می توانستند دفاع کنند.

او درباره انتخاب نهروندی به عنوان سرمربی جدید تیم ملی نیز گفت: به دوستان دیگر هم پیشنهاد شد که سرمربی تیم ملی شوند اما دوستان متفق القول آقای نهروندی را صلاح دانستند. با اتفاقاتی که افتاد و کشمکش هایی که خطاب به خانه دادگی رئیس فدراسیون رخ داد، دوستان می خواستند حواشی را سریع تر جمع کنند. آقای نهروندی هم چند دوره المپیک بوده و تیم ما با ایشان نایب قهرمان آسیا شده است.

عضو شورای فنی بوکس تصریح کرد: همه به او رای دادند. حتی مربیانی که با آقای اسکی کار کرده بودند نیز به نفع حسین نهروندی رای دادند. در حقیقت ایشان به عنوان مدیر در کنار تیم خواهد بود و کار اصلی و فنی تیم ملی همچنان در دست مربیان جوان خواهد بود.

او در پاسخ به این سوال که آیا این انتخاب پرسفت محسوب نمی شود؟ اظهار کرد: قرار بر این بود مربی انتخاب شود که هم مورد تایید وزارت ورزش، هم مورد تایید کمیته ملی المپیک و هم فدراسیون باشد. بهترین فرد از نظر اعضا ایشان بودند.

رشید تاکید کرد: همه می دانیم که اگر انتخاب ما هر کس دیگری جز نهروندی بود، باز هم این انتقادها رخ می داد. به آقای ملایی، احدی و خود من نیز پیشنهاد شد ولی ما قبول نکردیم. آقای نهروندی فداکاری کرد تا این صحبت های اخیر کمتر شود. کار آقای نهروندی مدیریت و مسائل فنی دست جوانان خواهد بود.

او همچنین در پاسخ به این سوال که آیا بحث آوردن مربی خارجی جدی است؟ تصریح کرد: این موضوع ۱۰۰ درصد جدی بود. حتما باید این اتفاق رخ دهد تا اختلاف نظرها کم شود. هر کس دیگر را می گذاشتیم این حاشیه ها ایجاد می شد و شاید هم بیشتر. شاید دو گنگ هم پیش می آمد. آقای نهروندی مورد تایید همه بود.

رشید درباره جلسه و برنامه آینده شورای فنی نیز گفت: دیروز و امروز انتخابی های تیم ملی برگزار می شوند. در اولین فرصت که لیست برترین های لین مسابقات مشخص شود به زودی برای بررسی برنامه های آقای نهروندی جلسه تشکیل می شود.

# ورود دو عضو مالی - اقتصادی به هیات مدیره پرسپولیس

هیات مدیره باشگاه پرسپولیس باید از اساسنامه سازمان بورس در تعیین اعضا پیروی کند.

**به گزارش پیام آشنا:** خصوصی سازی باشگاه های پرسپولیس و استقلال سبب شده تا آنها به عنوان شرکت های شامل بورس از قوانین تجاری مربوط به سازمان بورس و اوراق بهادار پیروی کنند.

سازمان بورس و اوراق بهادار تهران اخیر از تغییر در هیأت مدیره باشگاه ها را طی روزهای اخیر طبق همین قوانین اعلام کرد. باشگاه پرسپولیس که فعلاً با مدیرعامل رضا درویش و حضور حسین خیری، حسین شهریاری، سیدمجید پوراحمدی و محمد دلیری در هیأت مدیره اداره می شود نیاز به حداقل دو عضو آشنا با قوانین مالی و اقتصادی دارند. در حقیقت طبق قوانین سازمان بورس برای شرکت هایی که هرگونه تبادل مالی در سهام خود انجام می دهند حضور افراد آگاه با قوانین اقتصادی و مالی الزامی و حتمی است.

مجید پور احمدی و محمد دلیری دو عضوی هستند که تحصیلات مالی داشته و می توانند برای بررسی صورتحساب های مالی در سازمان بورس، نظارت تخصصی داشته باشند. با این حال هیأت مدیره باشگاه قرار است دو عضو اقتصادی دیگر با تعریف رسمی سازمان بورس که آگاهی کامل با قوانین بورسی را دارند به جمع خود اضافه کند. حالا در این بین احتمال اینکه برخی از اعضای فعلی از جمع هیأت مدیره خارج شوند وجود دارد اما تصمیم گیری درباره پنج یا هفت نفره بودن آنها موضوعی است که در جلسه مشترک با وزارت ورزش و مسئولان خصوصی سازی مورد بررسی قرارمی گیرد.

اعضای جدید هیأت مدیره باشگاه پرسپولیس تا اواسط بهمن ماه قرار است با رأی مجمع عمومی باشگاه انتخاب شده و به سازمان بورس معرفی شوند تا گزارش های سالیانه این مجموعه را مورد ارزیابی قرار داده و شفاف سازی کنند.

پیگیری های خبرنگار مهر، نشان می دهد احتمال جدایی رضا درویش از مجموعه باشگاه پرسپولیس نیز ضعیف شده است و در صورت ادامه روند فعالی باشگاه او به کار خود ادامه خواهد داد.

تامین هزینه شیر خشک و مکمل های غذایی، برای کودکان معلول ذهنی موسسه خیریه کهریزک
مشارکت از طریق کد دستوری:
*۷۳۷*۷۰۰#
*۷۸۰*۶۵#
پرداخت آنلاین

## نکته

### چرا برخی افراد حس و حال ورزش کردن را ندارند؟

چرا بعضی افراد انگیزه زیادی برای ورزش دارند اما برخی دیگر حس و حال را ندارند؟ در پاسخ دلایل متعددی می توان برایش ذکر کرد اما یکی از عجیب ترین آنها باکتری های روده ای است! بله، نتایج یک پژوهش جدید نشان داده میکروب های روده ما روی میزان انگیزه مان تاثیر دارند.

**به گزارش پیام آشنا** به نقل از ایسنا، کاربری در توئیتر نوشت: «محققان در پژوهشی روی موش ها متوجه شدند که تفاوت ژنتیکی، تاثیر چندانی روی میزان فعالیت بدنی آنها ندارد اما برخی موش ها نسبت به دیگران خیلی بیشتر دوست دارند که دلیل عمده آن، تفاوت در باکتری های دستگاه گوارش آنهاست.

در این پژوهش، جمعیت و تنوع باکتری های دستگاه گوارش موش ها با کمک آنتی بیوتیک کاهش داده و مشخص شد با این کار میزان تاثیر دو ایمین روی مغز به دفعات بدنی کاهش قابل توجهی پیدا می کند. دو ایمین یک انتقال دهنده عصبی است که عملکردهای بسیار متنوعی در بدن موجودات زنده دارد و یکی از اقرات آن حس خوبی است که بعد از ورزش پیدا می کنیم. کاهش تاثیر گیرنده های دو ایمینی سبب می شود که انگیزه کافی برای تکرار ورزش نداشته باشیم.

در دستگاه گوارش ما تریلیون ها باکتری زندگی می کنند (بله تعداد باکتری هایی که در بدن ما زندگی می کنند از تعداد سلول های بدن خودمان هم بیشتر است!) و نوع و تعداد آنها تحت تاثیر سبک زندگی و غذاهایی است که مصرف می کنیم. در این تحقیق چند گونه از باکتری ها شناسایی شده که در این رابطه نقش موثری ایفا می کنند. اما به عنوان یک قاعده کلی، خوب است بدانید که داشتن تنوع غذایی، مصرف سبزیجات، میوه ها و همینطور پروبیوتیک ها به افزایش جمعیت باکتری های مفید دستگاه گوارش مان کمک می کند.

پژوهشگران می گویند اگر نتیجه این تحقیق روی انسان ها هم تایید شود، یکی از دلایل اصلی این پرسش مشخص می شود که چرا بسیاری از افراد به اندازه کافی فعالیت بدنی ندارند. آنها کمبود وقت، خستگی و نبود انگیزه را بهانه هایی می کنند اما احتمالا دلیل آن باکتری های دستگاه گوارش شان است!

در مورد تاثیر باکتری های مفید بین انسان روی ابعاد مختلف سلامت، پژوهش های بسیار زیادی انجام شده و اهمیت آن روز به روز بیشتر برایمان روشن می شود.

این پژوهش در نشریه نیچر منتشر شده است.»

## اخبار

### لیگ قهرمانان فوتسال آسیا برای چهارمین سال لغو می شود؟

باوجود اینکه کنفدراسیون فوتسال آسیا برگزاری فوتسال لیگ قهرمانان آسیا را تایید کرده بود اما در روزهای اخیر خبرهایی از لغو این مسابقات برای چهارمین سال پیاپی شنیده می شود.

**به گزارش پیام آشنا:** آخرین دوره مسابقات فوتسال باشگاه های قهرمانی آسیا در سال ۲۰۱۹ و با قهرمانی تیم ناگویا ژاپن برگزار شد و از آن زمان تا فصل گذشته فوتسال آسیا از انجام این رقابت ها خودداری کرده است.

در سال ۲۰۲۰ بود که AFC اعلام کرد به خاطر شیوع ویروس کرونا برای های فوتسال لیگ قهرمانان آسیا را برگزار نمی کند. این تصمیم برای سال ۲۰۲۱ هم تمدید شد.

در سال ۲۰۲۲ و در حالی که کنفدراسیون آسیا قصد داشت لیگ قهرمانان فوتسال این قاره را از سر بگیرد و حتی امارات هم بار دیگر به عنوان میزبان انتخاب شد، در فاصله چند ماه مقدمه تاشروع این رقابت ها و با انصراف امارات از میزبانی، این بازی ها بار دیگر لغو شد.

مرداد ماه امسال بود که وب سایت AFC خبر جدیدی را برای رقابت های فوتسال منتشر و اعلام کرد که لیگ قهرمانان فوتسال آسیا در سال ۲۰۲۳ برگزار می شود. تاریخ مدنظر کنفدراسیون آسیا برای این رقابت ها ۲۵ مرداد تا ۵ شهریور ۱۴۰۲ بود و علاوه بر این، برنامه سه سال بعد از آن هم در تقویم AFC قرار گرفت.

در ریلیاف که باشگاه های آسیایی لیگ داخلی خود را به امید قهرمانی و گرفتن سهمیه حضور در لیگ قهرمانان آسیا برگزار کرده و می کنند، بعضی از خبرهای غیر رسمی حاکی از احتمال لغو دوباره این بازی هاست. بعضی از رسانه های کشور ویتنام طی چند روز اخیر مدعی شده اند لیگ قهرمانان فوتسال آسیا در سال ۲۰۲۳ هم برگزار نخواهد شد و AFC هم واکنشی نسبت به این خبر نداشته است.

آخرین خبر رسمی در وب سایت کنفدراسیون فوتسال آسیا برای همان مرداد ماه است که تاریخ لیگ قهرمانان فوتسال آسیا برای همان باید منتظر ماند و دید AFC که حتی ریاست کمیته فوتسالش بر عهده مجدی تاج رئیس فدراسیون فوتسال ایران است در لغو یکی از مهمترین تورنمنت های فوتسال آسیا «پوکر» می کند یا نه.

### تمجید رسانه پرتغالی از طارمی و مقایسه با «بنزما» و «هوری کین»

یک رسانه پرتغالی به تمجید از توانایی های مهدی طارمی مهاجم ایرانی باشگاه پورتو پرداخت و تاکید کرد که موفقیت تیم برای طارمی نسبت به موفقیت فردی در اولویت قرار دارد.

**به گزارش پیام آشنا:** تیم فوتبال پورتو در آخرین دیدار خود با نتیجه ۴ بر صفر تیم آروکا را شکست داد؛ دیداری که مهدی طارمی مهاجم ایرانی پورتو گلزنی نکرد اما با ثبت دو پاس گل، بار دیگر توانایی های خود را در گل سازی به رخ همه کشید. وبسایت maisfutebol به قلم «روپا لوپیرا» بعد از درخشش طارمی در این مسابقه، به تمجید از توانایی های مهاجم ایرانی پرداخت و نوشت: «مهدی طارمی بهترین مهاجم و یکی از بهترین بازیکنان لیگ پرتغال است. پاس های درخشان او شما را به این سئوال سوق می دهد که آیا با یک مهاجم روبرو هستید یا یک هافبک و من ساده لوح فکر می کردم که کریم بنزما و هری کین قبلاً در بالاترین سطح به ما نشان داده بودند که مهاجمان نیز می توانند خلاق باشند که علاوه بر گلزنی، در سایر لحظات بازی نیز تعیین کننده باشند. دیروز، طارمی در باشگاه پورتو در تلاش است تا جایی بازیکنانی چون ویتینیا، فیلیوو یا رافائو دیاز را پنهان کند به نه این دلیل که او از نظر مشخصات بازی به آنها نزدیک است، بلکه به دلیل ظرفیتی که دارد. هر کسی که در مناطق نزدیک به این بازیکن ایرانی حضور داشته باشد؛ گانو، اولیسون، تونی مارتینز یا گابریل ورون می توانند با پاس های طارمی با دروازه بان حریف روبرو شود (در موقعیت خوب گلزنی قرار بگیرد). در بخش دیگری از این مطلب آمده است: «طارمی در سن ۳۰ سالگی یک بازیکن تمام عیار است، با چنان هوش تاکتیکی بالایی که به خوبی می داند چگونه در عرصه های مختلف زمین و در زمینه های متعددی که یک بازی فوتبال ارائه می دهد، چه در بخش تهاجمی چه بخش دفاعی، تفاوت ایجاد کند این ویژگی طیف وسیعی از کاربرد در وظایف دفاعی را در بر می گیرد... طارمی جایگاه یک بازیکن تیمی را دارد، زیرا موفقیت جمعی را بیشتر از موفقیت فردی در اولویت قرار می دهد.»