

## در دومین سالگرد حملات عربستان در یمن، صددها هزار نفر تظاهرات کردند

صدها هزار نفر دیروز یکشنبه ۲۶ مارچ (ششم حمل ماه) در صنعاء پایتخت یمن، به مناسبت دومین سالروز آغاز حملات عربستان سعودی گرد هم آمده و علیه این کشور دست به تظاهرات زده‌اند.

این تظاهرات یک روز پس از سخنرانی علی عبدالله صالح، رئیس جمهوری پیشین یمن، انجام می‌گیرد. خبرنگار خبرگزاری فرانسه که در محل سخنرانی آقای صالح حضور داشته می‌گوید که او در این سخنرانی به شدت از

## نگرانی از تخریب احتمالی بزرگترین سد سوریه در نزدیکی رقه

منبع مطلعی در خود سد هم به خبرگزاری فرانسه گفته که برق قطع شده، اما این مسئله خطر فوری ندارد چون آب فعلاً خیلی بالا نیامده است. با این حال این وضعیت در طولانی مدت خطرناک است. منبع مطلع دیگری به بی بی سی گفته که جریان برق حالا در بخش هایی از سد دوباره برقرار شده است. سد طبقه بزرگترین سد سوریه است که روی رود فرات احداث شده است. (بی بی سی)

## پولیس لندن: خالد مسعود

### به تنهایی اقدام کرده بود

پولیس لندن می‌گوید خالد مسعود حمله به پارلمان و عمارت روی پل وست‌مینستر را به تنهایی طراحی و اجرا کرده و هیچ مدرک و اطلاعاتی مبنی بر این که ممکن است حمله دیگری در پیش باشد، وجود ندارد. نیل باسو، از دایره پولیس لندن بزرگ، روز شنبه گفت: «باید بپذیریم که احتمالاً هیچ

## رقابت‌های انرژی تشنج

### شرق میانه را او خیم‌تر می‌کند

رقابت‌ها برای صادرات نفت و گاز در میان و اطراف کشورهای شرق میانه و متحدین آنها سبب شدت‌زدن تشنجهای درین منطقه شده است. پروژه‌های رقیب پاپاب لاین در منطقه شامات که شامل سوریه و یک تعداد کشورهای مجاور آن می‌شود یک عامل کلیدی برای برهم خوردن ثبات منطقه بر تشنج در امتداد مرزها گردیده است.

## ارتش عراق: انفجارهای مرگبار موصل کار داعش بود نه بمباران ائتلاف

به گفته ارتش عراق تله‌های انفجاری گروه موسوم به دولت اسلامی (داعش) موجب این انفجارهای مرگبار شده است.

روز شنبه ارتش آمریکا ضمن تایید کشته شدن غیرنظامیان در حمله هوایی چنگنده‌های ائتلاف در غرب موصل، اعلام کرد در مورد چگونگی این کشتار که عراق آن را «فاجعه انسانی» نامیده، تحقیق می‌کند.

حملات تهاجمی ارتش عراق برای خارج راندن داعش از غرب موصل با پشتیبانی هلی‌کوپترهای توپ‌دار، دیروز یکشنبه ۲۶ مارچ (ششم حمل) هم چنان ادامه داشته است. (بی بی سی)



دلیل حمله هوایی ائتلاف تحت رهبری ارتش عراق در باره گزارش‌های مربوط به کشته شدن بیش از صد نفر در موصل به آمریکا ابراز تردید کرده است.

## ترامپ: بعد از شکست طرح بیمه، اصلاح مالیاتی گام بعدی من است



آقای ترامپ در جریان کارزارهای تبلیغاتی شده توسط باراک اوباما و اصلاح نظام مالیاتی پیش از انتخابات بروی حذف بیمه درمانی ارائه

دونالد ترامپ گفته بعد از شکست در لغو قانون بیمه همگانی بنیان‌گذاری شده از سوی باراک اوباما، تمام تلاشش را بر اصلاح نظام مالیاتی آمریکا متمرکز خواهد کرد. این در حالی است که قرار بود کسور بودجه ناشی از اصلاحات مالیاتی مورد نظر آقای ترامپ، از محل حذف

قانون بیمه همگانی فعلی تامین شود. رئیس‌جمهور آمریکا به خبرنگاران گفته: «باید بگویم که احتمالاً به زودی با انگیزه بسیار بسیار قوی برای اصلاح قانون مالیات و بخشودگی بزرگ مالیاتی وارد عمل خواهیم شد. این گام بعدی است.»

## اردوغان خواستار راه اندازی همه‌پرسی درباره الحاق به اتحادیه اروپاست



رئیس‌جمهور ترکیه می‌گوید که همه‌پرسی را برای تسکین تلاش به هدف الحاق ترکیه به اتحادیه اروپا، راه اندازی می‌کند. دولت ترکیه گفتگو بر سر این موضوع را در سال ۲۰۰۵ آغاز کرد اما سال‌ها می‌شود که این تلاش متوقف شده است. رجب طیب اردوغان، رئیس‌جمهور ترکیه در جریان سخنرانی با انجمن موسوم به «انگلو-ترکیش» در آنتالیای این کشور گفت که او در نظر دارد، یک همه‌پرسی در ترکیه انجام شود تا مشخص گردد که آیا تلاش‌ها برای الحاق این کشور به اتحادیه اروپا ادامه یابد یا متوقف گردد.

سخت‌ان رئیس‌جمهور ترکیه در حالی مطرح می‌شود که در چند هفته گذشته روابط میان

انقره و برخی از کشورهای اروپایی به تیرگی گرایده است. شماری از مقامات اتحادیه اروپا از تلاش‌های اخیر اردوغان به منظور تغییر قانون اساسی ترکیه انتقاد کرده‌اند. آنان فکر می‌کنند که تراکم قدرت به دست رئیس

## ایران بر ۱۵ شرکت آمریکایی تحریم وضع کرد

حکومت ایران ۱۵ شرکت آمریکایی را با این ادعا تحریم کرده است که گویا این شرکت‌ها از اسرائیل، دهشت افگنی و سرکوبگری در منطقه حمایت می‌کنند.

ایرنا، خبرگزاری دولتی ایران، به استناد بیانیه وزارت خارجه آن کشور گزارش داده است که این شرکت‌ها از هرگونه قرارداد و معامله با شرکت‌های ایرانی منع بوده و روسای پیشین و کنونی این شرکت‌ها مستحق دریافت ویزای سفر به ایران نخواهند بود.

ظاهراً، این اقدام ایران واکنش به تحریم‌های ایالات متحده آمریکا است که در ماه فبروری به دنبال آزمایشات راکتی تهران، برده‌ها شرکت و نهاد ایرانی وضع شد. به نظر نمی‌رسد که تحریم‌های ایران تأثیر زیادی داشته باشد، چون شرکت‌های آمریکایی که هدف آن قرار گرفته است مراداً چشمگیر و قابل ملاحظه با ایران ندارند.

شرکت‌های آمریکایی بنت تال، محصولات تکنالوجی یونایتد، آی تی نی، ریتون، بانک ره‌نی ریمکس، نهاد تحقیقاتی منگوم و شرکت اوشکوش در فهرست تحریم‌های جمهوری اسلامی ایران شامل‌اند. (صدای آمریکا)

## پولیس آلمان نه‌ماه پیش حمله عامری را پیش‌بینی کرده بود



آیا ممکن بود که از حمله تروریستی با موتر لاری در بازار مزدحم کریسمس در برلین پیش از انجام آن جلوگیری شود؟ یک روزنامه از کوتاهی ادارات آلمانی در این ارتباط گزارش داده است.

براساس گزارش روزنامه آلمانی «بیلد ام زونتگ» اداره امور جنایی ایالت نوردراین وستفالن آلمان، وزارت داخله این ایالت را مدت‌ها قبل، در ۲۰۱۶ نسبت به انیس عامری، حمله‌کننده در بازار کریسمس برلین هشدار داده و موضوع اخراج او از آلمان را مطرح کرده بود. این روزنامه می‌افزاید که اداره امور جنایی نوردراین وستفالن در یک نامه عنوانی وزارت داخله این ایالت هشدار داده بود که احتمال دارد این شهروند تونس‌ی یک حمله تروریستی را انجام دهد.

در این نامه آمده است که با معلوماتی که در اختیار قرار دارد، می‌توان روی این حساب کرد «که توسط عامری یک خطر تروریستی به شکل حمله انتحاری صورت می‌گیرد». به این دلیل اداره امور جنایی ایالت نوردراین وستفالن پیشنهاد کرده بود که اخراج عامری باید براساس ماده قانونی اقامت آلمان روی دست گرفته شود. (دویچه وله)

## بر لوسکونی: دوناروما به هیچ عنوان برای فروش نیست

دوناروما فصل گذشته به گلر ثابت میلان تبدیل شد و تاکنون ۶۳ بازی برای روسونری‌ها انجام داده است.

قرارداد دوناروما چون ۲۰۱۸ به پایان می‌رسد و چندی پیش مدیر برنامه هاش فاش ساخت که چندین پیشنهاد بسیار خوب برای وی رسیده و در صورت عدم کسب سهمیه لیگ اروپا توسط میلان، ممکن است این باشگاه را ترک کند.

سیلیو برلوسکونی، مالک میلان در رابطه با احتمال جدایی دوناروما گفت: «او به هیچ عنوان برای فروش نیست. دوناروما بخشی از میراث بزرگ میلان است. او محصول درخشان آکادمی فوتبال ماست و پیوندی قوی با میلان دارد. برای ما دوناروما یک بازیکن باورنکردنی است.»

## واکنش همسر ایکاردی به بازی ضعیف تیم ملی آرژانتاین

واندا نارا، همسر مائورو ایکاردی بار دیگر به دعوت نشدن وی به تیم ملی آرژانتاین واکنش نشان داد. عدم دعوت ایکاردی به تیم ملی آرژانتاین دیگر به یک مساله عادی بدل شده است. مهم نیست ایکاردی بهترین گلزن سری آ باشد یا خیر، تحت هیچ شرایطی گویا قرار نیست کاپیتان اینتر به تیم ملی کشورش دعوت شود.

تعدادی معتقد هستند که مسی و دیگر بزرگان مخالف دعوت ایکاردی به تیم ملی آرژانتاین هستند و ادگار دو باتوسا، سرمربی برای جلوگیری از ایجاد هرگونه دو دستگی در تیم، ایکاردی را دعوت نمی‌کند. پس از بازی ضعیف آرژانتاین مقابل شیلی که با پیروزی خفیف به کمک پنالتی مسی همراه بود، همسر ایکاردی در توئیترش نوشت: «پایان یک فلم و شخصیت‌های تکراری هرگز تغییر نخواهد کرد.»

## رده‌بندی پر تماشاگرترین لیگ‌های اروپایی مشخص شد



به نقل از روزنامه مارکای اسپانیا، با وجود فهرمانی تیم‌های اسپانیا در رقابت‌های لیگ قهرمانان و لیگ اروپا طی سه فصل اخیر و قرار داشتن این تیم در صدر رده‌بندی برترین لیگ‌های اتحادیه فوتبال اروپا، لالیگا جزو سه لیگ برتر قاره سبز از نظر حضور تماشاگر در ورزشگاه‌ها نیست.

در رده‌بندی پنج لیگ معتبر فوتبال اروپا یعنی لیگ برتر انگلیس، لالیگای اسپانیا، سری A ایتالیا، بوندس‌لیگای آلمان و لوشامپیونه فرانسه از حیث حضور بیشترین تعداد تماشاگر در ورزشگاه‌ها، این لیگ برتر جزیره است که در صدر قرار دارد چرا که به طور میانگین ۹۴.۹ فیصد از چوکی‌های استادیوم‌های ۲۰ تیم حاضر در هفته‌های برگزاری مسابقات لیگ بر پر می‌شود. بوندس‌لیگای آلمان با میانگین حضور ۹۳.۲ فیصدی هواداران در ورزشگاه‌های ۱۸ تیم حاضر در این رقابت‌ها، رده دوم را در اختیار دارد و پس از آن سری A ایتالیا که به طور میانگین ۷۲.۴ فیصد ظرفیت ورزشگاه‌هایش در هر هفته از لیگ بر پر می‌شود، سوم است.

در جایگاه چهارم این رده‌بندی لوشامپیونه فرانسه است که به طور متوسط ۶۲ فیصد ظرفیت ورزشگاه‌هایش پر می‌شود. در پله آخر نیز لالیگا قرار دارد که به طور متوسط تنها ۴۶.۷ فیصد از ظرفیت ورزشگاه‌هایش در هفته‌های برگزاری این رقابت‌ها بر پر می‌شود.

## پر تماشاگرترین استادیوم‌های فوتبال اروپا کدامند؟



تیم آلمانی دیگر است. ورزشگاه شوارتزواله، فوتبال اروپا، رده‌های بالا در اختیار تیم‌های آلمانی و انگلیسی است.

در رده‌بندی تیم‌های اروپایی که بازی‌هایشان در لیگ طی فصل جاری بیشترین تماشاگر را دارد، بایرن مونیخ که ۱۰۰ فیصد ظرفیت ورزشگاه خانگی‌اش آلینتس آرنا در هفته برگزاری بازی‌های بوندس‌لیگا پر می‌شود، رده نخست را در اختیار دارد. بایرهای‌ها هر هفته صد فیصد تیکت‌های ورزشگاه ۷۵ هزار نفری‌شان را به فروش می‌رسانند. رتبه دوم این رده‌بندی هم در اختیار یک

رده‌بندی کامل پر تماشاگرترین استادیوم‌های فوتبال اروپا (بر اساس میانگین حضور هواداران در هر هفته نسبت به ظرفیت ورزشگاه) را در زیر مشاهده می‌کنید:

- ۱- آلینتس آرنا (بایرن مونیخ) ۷۵ هزار نفر
- ۲- شوارتزوالد اشتادایون (فراایبورگ) ۲۳ هزار و ۹۴۲ نفر
- ۳- استمفوردبریج (چلسی) ۴۱ هزار و ۵۲۸ نفر
- ۴- ورزشگاه امارات (آرسنال) ۵۹ هزار و ۹۹۸ نفر
- ۵- ورزشگاه اولدترافورد (منچستر یونایتد) ۷۵ هزار و ۲۸۸ نفر
- ۶- ورزشگاه کینگ پاور (لستر سیتی) ۲۱ هزار و ۹۴۸ نفر
- ۷- راین انرژي اشتادایون (کلن) ۴۹ هزار نفر
- ۸- گودیسون پارک (اورتون) ۲۹ هزار و ۳۲ نفر
- ۹- سلهورست پارک (کریستال پالاس) ۲۵ هزار و ۹۱۹ نفر
- ۱۰- ورزشگاه برتانیا (استوک سیتی) ۲۷ هزار و ۴۰۰ نفر

## صدر نشینی رونالدو در جدول برترین گلزنان شاغل در فوتبال ملی اروپا



در کنفدراسیون‌های مختلف با ۹ گل زده چهارم قرار دارد اما با زدن یک گل دیگر می‌تواند به طور مشترک در رده سوم قرار بگیرد.

همچنین رونالدو در میان برترین گلزنان مرحله انتخابی جام جهانی ۲۰۱۸ روسیه صدرنشین در رده دوم گروه B باقی ماند.

کاپیتان تیم ملی پرتغال با دو گلی که به مجارستان زد به افتخار مهمی دست پیدا کرد.

کریستیانو رونالدو شب شنبه در پیروزی ۳ بر صفر تیم ملی پرتغال برابر هنگری در گروه دوم مرحله انتخابی جام جهانی ۲۰۱۸ روسیه، به تعداد گل‌های خود در ۱۲۶ بازی ملی‌اش را به ۷۰ رساند تا در میان بازیکنان شاغل فوتبال اروپا، بهترین آمار گلزنی در رده ملی را داشته باشد.

رونالدو که تابستان سال گذشته نیز با زدن دو گل به پرتغال در مرحله گروهی یورو ۲۰۱۶ مسبقاً صعود این تیم به مراحل حذفی شد، در رده پندی بازیکنان دارای بیشترین گلی ملی در تمامی ادوار فوتبال اروپا، پس از میروسلاو کلوژه ۷۱ گل، ساندرو کاسیچ ۷۵ گل و فرانس پوشکاش ۸۴ گل در رده

## بارسلونا بدنبال به خدمت گرفتن محرز الجزایری

بازیکن ۲۶ ساله در پایان فصل لستر را ترک کند.

محرز آگوست ۲۰۱۶ قرارداد جدیدی را با لستر سیتی امضا کرد و معاش‌اش به ۱۰۰ هزار پوند در هفته رسید. اما در قرارداد جدید، بند فسخ قرارداد وجود ندارد و انتظار می‌رود لستر سیتی برای فروش ستاره خود

## تأثیر دوش و فعالیت ورزشی بر مشکلات قلبی



برخی ورزشی‌ها سخت هستند و افراد علاقه مند به این فعالیت‌های ورزشی ممکن است در مدت زمان طولانی دچار عارضه‌ها و اختلالات قلبی و عروقی فراوانی شوند برای پیشگیری از این امر باید از سنین کودکی بدن ما به فعالیت و تمرینات ورزشی مختلف عادت کند برخی توصیه‌های مربیان ورزشی را در این زمینه مطالعه کنید.

کارشناس ما، خلاصه‌ای از نکات برجسته نشست سالانه انجمن صحتی ورزشی آمریکا را در اختیارمان قرار می‌دهد. ما چند نکته برجسته از مطالعات ورزشی نشست سالانه انجمن صحتی ورزشی آمریکا که به نازگی در بوستون برگزار شد، گردآوری کرده‌ایم. امیدواریم این اطلاعات، دوش و سلامت کلی شما را بهبود ببخشند. ۱- دوش هنوز هم برای شما و قلب‌تان مفید استمقالات نسبتاً زیادی در مطالعات ورزشی به این احتمال اختصاص یافته‌اند که فعالیت استقامتی طولانی مدت باعث مشکلات قلبی می‌شود. پل تامسون، متخصص مشهور قلب و عروق، خلاصه فیزیکی از داده‌ها ارائه داد و نتیجه گرفت که برای اکثر ما فعالیت طولانی مدت، یک مزیت سلامتی فوق‌العاده است که مهمتر از وجود یک احتمال کوچک برای آسیب به قلب می‌باشد. در حالیکه ممکن است دوندگانی وجود داشته باشند که سالهاست در سطوح بسیار بالا ورزش می‌کنند، اما افرادی که واقعا در آن سطوح تمرین می‌کنند، معدود بوده و کسانیکه تحت تأثیر مشکلات قلبی ناشی از ورزش قرار می‌گیرند، باز هم کمتر‌اند.

۲- اگر اخیراً بیمار شده‌اید، از مسابقه‌تان صرف‌نظر کنید. بنظر می‌رسد که دوش با وجود یک بیماری اخیر، خطر ابتلای شما به مشکلات جدی پزشکی و نشفه‌رها کردن دوی استقامت را افزایش می‌دهد. در مطالعات ورزشی چهارساله، برای شرکت‌کنندگان مسابقات دو، ایمیلی شامل لیستی از علائم ارسال شد و به آنها توصیه شد که اگر اخیراً هر یک از این علائم را تجربه کرده‌اند، مسابقه را آغاز نکنند. در نتیجه این اقدام پیشگیرانه، برخوردهای پزشکی و کناره‌گیری در حین مسابقه، هر دو کاهش یافتند.

۳- کودکان در ایالات متحده (و سراسر جهان)، بقدر کافی فعالیت فیزیکی متوسط تا شدید برای رفع نیازهای سلامت و تناسب اندامشان انجام نمی‌دهند. بنظر می‌رسد کودکانی که در روزهای مکتب، فعالیت فیزیکی داشتند، از نظر آموزشی بهتر عمل کردند. بعنوان یک پدر و مادر، شما می‌توانید آنها را به شرکت در دوهای تفریحی و سایر فعالیت‌های ورزشی خانوادگی بصورت منظم، تقریباً روزانه تشویق کنید.

۴- آیا ورزشکاران جوان به آزمایشات قلبی نیاز دارند. این مسئله هنوز هم در مطالعات ورزشی نامشخص است، چون ایست قلبی ناگهانی در کودکان و ورزشکاران جوان، نادر است. روشن است که ورزشکاران در تمامی سنین نباید علائم خاصی از جمله از حال رفتن (تقریباً بیهوش شدن) در حین ورزش، فشار یا درد قفسه سینه ناشی از ورزش (بخصوص اگر هر دو با هم اتفاق بیفتند) یا افزایش سرعت ضربان قلب، تیش قلب و ضربان نامنظم را نادیده بگیرند.

اگر یک سابقه خانوادگی از سوانح غیر منتظره قلبی یا مرگ غیر قابل توضیح، سندرم مارفان یا هرگونه علائم قلبی وجود دارد، کودکان و نوجوانان (و همچنین بزرگسالان)، باید توسط یک پزشک که در مشکلات قلبی ناشی از ورزش تبحر دارد، مورد ارزیابی قرار گیرند.

۵- به بدنتان گوش کنید. درد مداوم در حین دوش را نادیده نگیرید یا دست به خودتشخیصی نزنید. این امر می‌تواند به یک شکستگی (با آسیب دیگر) در طول دوش یا مسابقه منجر شود.