

عضو انجمن صنفی مدیران رسانه و شرکت تعاونی مطبوعات کشور	مساحیام‌ستیاژ: جمعیت‌هلال‌احمرجمهوری‌اسلامی‌ایران
دفتر مرکزی: تهران، فلکه دوم صادقیه ابتدای بزرگراه جناح کوچه شهید طاهریان، شماره ۲۴	تلفن سازمان آگهی‌ها: ۴۴۹۵۶۱۰-۲
کدپستی: ۱۴۸۱۶۳۵۳۳	سامانه پیامکی: ۴۴۹۵۶۱۰-۵
فکس: ۴۴۹۵۶۱۰-۸	سایت شهروند: www.shahrvand-newspaper.ir
تلفن: ۴۴۹۵۶۱۰-۸	اینستاگرام شهروند: shahrvandonline.ir
چاپ: موسسه جام جم بتریرنا	شبکه ایکس شهروند: shahrvandonline



- آغاز نبرد خیابانی بین قزاق‌ها و طرفداران شیخ محمد خیابانی در تبریز (۱۲۸۵ خورشیدی)
- زادروز شهلا ریاحی، بازیگر، نخستین کارگردان زن در سینمای ایران (۱۳۰۵ خورشیدی)
- محاصره شهر لنینگراد شوروی، توسط ارتش آلمان در جنگ بین‌المللی دوم (۱۹۴۱ میلادی)
- درگذشت علینقی وزیری، موسیقیدان و پایه‌گذار «موسیقی نوین» ایران (۱۳۵۸ خورشیدی)
- درگذشت شیخ محمود طنطاوی، قاری مصری و رئیس کمیته نظارت قرآن (۲۰۱۳ میلادی)

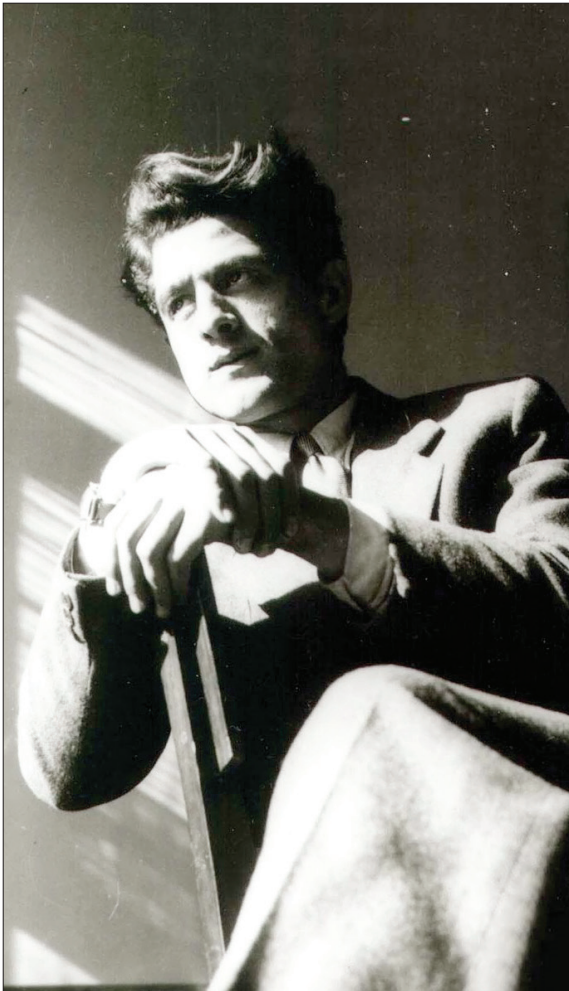
### خاطرات الرجال

ارتشید حسین فردوست، دوست دوران کودکی محمدرضا پهلوی و رئیس دفتر اطلاعات او، پس از پیروزی انقلاب اسلامی در ایران ماند و خاطرات خود از دوران مجالست با شاه، خاندان و دولت‌مردان رژیم پهلوی را به رشته تحریر درآورد. خاطرات فردوست تحت عنوان «ظهور و سقوط سلطنت پهلوی» منتشر شده است که در این ستون به تناوب برخی را مرور می‌کنیم.

### شیطانی به نام اشرف (۶)

اشرف در دورانی که زن مهدی بوشهری بود، مدتی عاشق دکتر غلامحسین جهانشاهی شد، که در کابینه علم وزیر بازرگانی بود. پس از این که از وزارت برکنار شد او را رئیس دفترش کرد و در عین حال معشوقه‌اش هم بود، ولی این علاقه شدت نداشت. چند بار نیز ذوالفقار علی بوتو، که در آن موقع وزیر خارجه پاکستان بود، به تهران آمد و اشرف با او بود. از این نمونه‌ها زیاد است و لذا به ۳ مورد می‌پردازم. زمانی مصطفی قلی‌رام، مدیرعامل بانک عمران، به محمدرضا شکایت کرد که اشرف برای احداث ساختمان‌های کن ۳۰۰ میلیون تومان وام دریافت کرده و حالا ۳۰۰ میلیون دیگر می‌خواهد. محمدرضا، نصرت‌الله معینیان، رئیس دفتر مخصوص را مأمور تحقیق کرد که بررسی شود این پول‌ها برای چیست؟ چرا محمدرضا مستقیماً از خواهرش نمی‌پرسید، نمی‌دانم! معینیان به من نوشت طبق دستور شاه تحقیق شود. معینیان از اشرف می‌ترسید و جرأت نداشت که مستقیماً تحقیق کند. من جهانشاهی، رئیس دفتر اشرف را خواستم و گفتم: «لایحاً این پول‌های گزاف و حیف‌ومیل‌ها کار شماست؟» جهانشاهی بلافاصله گفت: «من بی‌گناه هستم. اشرف طرح خانه‌سازی کن را به جوانی داده و بهتر است او را بیاورم تا خودش توضیح دهد و مسأله برایتان روشن شود!» آن جوان را آورد. دیدم جوانی است ۲۲-۲۳ ساله و بسیار خوشگل. جهانشاهی معرفی‌اش کرد و گفت: «ایشان هستند.» از جوانک پرسیدم: «طرح شما به کجا رسیده و تا به حال چه کرده‌اید؟» گفتم: «در حال خطکشی هستیم!» گفتم: «شما فقط برای خطکشی ۳۰۰ میلیون تومان گرفته‌اید و حالا ۳۰۰ میلیون دیگر هم می‌خواهید؟» فهمیدم که جریان چیست. جهانشاهی پس از رفتن پرسک، گفت که جریان این است و این همه پول را گرفته و به این جوانک فلان فلان شده داده. جهانشاهی شدیداً ابراز ناراحتی کرد و گفت: «این چه افضحی است، این چه بساطی است، من استعفاء می‌دهم!» خلاصه، اشرف این پول کلان را به این پسر داده بود. چرا؟ چون عاشق او شده بود. من جریان را به اطلاع محمدرضا رساندم و دستور دادم که ۳۰۰ میلیون دوم پرداخت نشود که پرداخت نشد. ماجرای دیگر مربوط به پرویز راجی است. پرویز، پسر دکتر راجی، جوان بسیار خوش‌تیپی بود که مورد علاقه خاص هویدا قرار گرفت و هویدا او را رئیس دفتر خود کرد. این علاقه از چه بابت بود، اطلاعی ندارم ولی حدس می‌زنم! سپس، اشرف شدیداً عاشق پرویز شد و واقعاً او را کلافه کرد. به همین دلیل راجی در سن کم (شاید ۳۲-۳۵ سالگی) مشاغل حساس داشت و این اواخر سفیر ایران در انگلستان شد و تا زمان دولت بختیار در همین پست بود. [...ادامه دارد]

### عکس دیروز



### نگاه روز

## سالروز درگذشت جلال سیمین

۵۵ سال پیش در چنین روزی، برابر ۱۸ شهریور ۱۳۴۸ خورشیدی، جلال آل احمد، روشنفکر، مترجم و نویسنده شهیر ایرانی، ۴۵ سال بیشتر نداشت که در اسالم گیلان درگذشت. جلال، پسرعموی آیت‌الله طالقانی و بالیده از خانواده‌ای روحانی بود. او در کنار نویسندگی به فعالیت‌های سیاسی هم می‌پرداخت، چنان‌که در سال ۱۳۲۲ خورشیدی به حزب توده پیوست، هرچند در سال ۱۳۲۶ از این حزب جدا شد. جلال در رشته ادبیات فارسی، موفق به اخذ دانشنامه لیسانس شد و در سال ۱۳۲۶ به استخدام وزارت فرهنگ درآمد. از آثار او که بیش از دیگر مکتوباتش برجسته‌اند می‌توان به «غرب‌زدگی»، «خسی در میقات»، «مدیر مدرسه»، «زن زیادی» و «سنگی بر گوری»، اشاره کرد. جلال در سال ۱۳۲۷ در جریان سفر به اصفهان با سیمین دانشور آشنا شد و این دو ۲ سال بعد با هم ازدواج کردند. سیمین دانشور به عنوان نخستین زن داستان‌نویس ایرانی در عرصه ادب نیز یاور شریک زندگی‌اش بود، کما این‌که خود جلال نیز گفته بود: «اگر سیمین نبود چه بسا خزعبلات که به این قلم درآمده بود...».

## پایان «سلطنت» سلطه جو در فرانسه و آغاز «جمهوری» استعمارگر

اقتصادی فرانسه را در پی داشت و موجب شد رقبای اروپایی آن به‌خصوص «پروس» (آلمان کنونی) به طمع بیفتند. چنین شد که یک بگومگو ساده میان دربارهای فرانسه و پروس، آتش جنگ بین دو کشور را شعله‌ور کرد، با این تفاوت که به دلیل ضعف شدید بنیه اقتصادی و دفاعی، ژنرال‌ها و سربازان فرانسوی از دستورات جنگی امپراتور خود برای حضور در خط مقدم جنگ با آلمان‌ها استنکاف کردند و به این ترتیب فرانسه قبل از این‌که نبرد آغاز شود، آن را به پروس باخت! ناپلئون سوم نیز پس از این ماجرا از سلطنت خلع و به بریتانیا تبعید شد.



ناپلئون سوم

### هند، خار چشم ابدی حکام فرانسه

اما چه حادث شد که نتیج‌اش این سرنوشت نه‌چندان خوشانید برای «ناپلئون سوم» بود؟ بدون شک مهلک‌ترین اشتباه جناب ناپلئون سوم را مداخله نظامی در مکزیک باید قلمداد کرد. فرانسه از دیرباز به تاسی از رقیب دیرینه خود بریتانیا، به دنبال افزودن بر مستعمرات خود بود و البته که این مهم را بیشتر در قاره آفریقا پی می‌گرفت. این میان عطش مستعمره‌سازی در دیگر قاره‌ها و ممالک باعث شد پاریس متوجه آمریکای لاتین شود، اما فی‌الواقع فرانسه نه بنیه اقتصادی حضور نظامی در آمریکای جنوبی را داشت و نه بریتانیا به آن اجازه می‌داد که وارد یکی از حوزه‌های مهم اقتصادی‌اش شود. حکام فرانسه از دیرباز به گستردگی مستعمرات انگلستان حسادت می‌ورزیدند، اما هیچ‌کدام از این مستعمرات به اندازه هندوستان آن‌ها را نمی‌آورد! در حقیقت از دوره‌ای به بعد تمام فکر و ذکر پادشاهان فرانسه این بود که مستعمره‌ای هم وزن هند بیابند.

### بلندپروازی ناپلئون باجیب خالی

ناپلئون سوم همانند اسلاف خود چشم دیدن موفقیت‌های انگلستان در غارت دیگر کشورهای را نداشت و برای همین حضور در عرصه‌ای جدید یعنی منطقه آمریکای جنوبی را برگزید و اقدام به فرستادن نیروی نظامی به مکزیک کرد. حرکتی که نهایتاً تضعیف

### عکس روز



نمایشگاه نوشت‌افزار ایرانی در مصلی دهمین جشنواره و نمایشگاه نوشت‌افزار ایرانی «ایران نوشت» با حضور بیش از ۲۰۰ تولیدکننده نوشت‌افزار ایرانی و ارائه آخرین محصولات، تا ۳۱ شهریور ۱۴۰۳ در مصلی امام خمینی (ره) برپاست.

### امروز با پزشکی

## تاثیر آلودگی هوا و آلودگی صوتی بر باروری زنان و مردان

یک مطالعه جدید در دانمارک ارتباط بین نابابری و انواع مختلف آلودگی را با تفاوت‌هایی بین مردان و زنان شناسایی کرده است. در این یافته‌ها ارتباط میان انواع مختلف آلودگی با افزایش خطر نابابری در گروه‌های مختلف اجتماعی و اقتصادی و در مناطق حومه‌ای، شهری و روستایی به نتیجه‌ای یکسان رسید. آلاینده‌های شایع در این مطالعه شامل مواجهه طولانی‌مدت با آلودگی صوتی ناشی از ترافیک جاده‌ای و آلودگی هوای ناشی از ذرات ریزمعلق در هوا مانند دود ماشین‌ها و نیروگاه‌ها در دانمارک بود. تحقیقات قبلی نشان داده بودند که این نوع آلودگی هوای تحرک و تعداد اسپرم‌ها تأثیر می‌گذارد. این تیم همچنین بر روی آلودگی صوتی نیز تمرکز کرد. قبلاً ثابت شده است که آلودگی صوتی با استرس و کیفیت خواب مرتبط است. فرضیه این تحقیق آن بود که اگر شما تحت استرس هستید و خواب شما مختل می‌شود، میزان باروری شما تحت تأثیر قرار می‌گیرد. مطالعات قبلی نشان داده‌اند که آلودگی هوای کیفیت اسپرم تأثیر می‌گذارد، اگرچه شواهد مربوط به تأثیر آن بر باروری زنان متفاوت است و بر لزوم تحقیقات بیشتر در این زمینه تأکید دارد. این مطالعه نشان می‌دهد مردانی که به مدت ۵ سال در معرض آلودگی هوا بوده‌اند در خطر بیشتر نابابری قرار دارند. همچنین مطالعه فوق ارتباط میان آلودگی صوتی و نابابری در زنان بین ۳۵ تا ۴۵ سال را نیز کاملاً محتمل دانسته است.



### امروز با سلامت

## «کتوزنیک»، عامل ازدیاد کلسترول و حذف باکتری‌های مفید

یک مطالعه جدید رژیم غذایی «کتوزنیک» را با رژیم غذایی «کم‌قند» مقایسه کرد و نشان داد که هر دو رژیم باعث کاهش توده چربی می‌شوند. با این حال، رژیم کتوزنیک با تغییرات متابولیسمی منفی، مانند افزایش کلسترول بد و تغییرات در میکروبیوم روده همراه بود. رژیم غذایی کم‌قند جزو رژیم‌هایی است که برای سلامت کلی توصیه می‌شود. بر اساس توصیه‌های سازمان جهانی بهداشت قندهای آزاد کمتر از ۱۰ درصد از کل انرژی دریافتی را تشکیل می‌دهند، زیرا با بیماری‌های مزمن ارتباط دارند. مطالعات نشان داده است که کاهش مصرف قندهای آزاد به کاهش توده چربی کمک می‌کند. از دیگر سو، محدودیت کربوهیدرات، مانند رژیم کتوزنیک، یک روش کاهش وزن ثابت شده است که اخیراً محبوبیت زیادی پیدا کرده است.

با این حال، دانشمندان دریافته‌اند که رژیم کتوزنیک در مقایسه با رژیم کم‌قند و رژیم غذایی کنترل، سطوح کلسترول بد و سایر نشانگرهای مرتبط با خطر بیماری قلبی عروقی را افزایش می‌دهد. رژیم کتوزنیک همچنین با کاهش باکتری‌های خوب روده مرتبط بود. در همین حال، رژیم غذایی کم‌قند از این عوارض جانبی منفی رانداشت. برخلاف رژیم‌های کم‌قند و کنترل، رژیم کتوزنیک به طور قابل توجهی بر میکروبیوم روده تأثیر گذاشت. فیبر (کربوهیدراتی که دستگاه گوارش نمی‌تواند آن را تجزیه کند) باکتری‌های روده‌ها را تغذیه می‌کند. مصرف فیبر در رژیم کتوزنیک به شدت کاهش می‌یابد و همین ممکن است توضیح دهد که چرا این الگوی غذایی بر میکروبیوم تأثیر منفی می‌گذارد.

### امروز با قانون

## نکات کاربردی حقوقی که لازم است همه از آن‌ها آگاه باشند

همه شهروندان لازم است سطح آگاهی‌های حقوقی خود را افزایش بدهند. این امر موجب تحقق و ارتقاء اصل حاکمیت قانون در جامعه، ارتقاء سطح سواد حقوقی افراد، کاهش مراجعات مردم به نهاد‌های قضایی و شبه‌قضایی، همچنین فرهنگ‌سازی و آمادگی عموم برای تبعیت از قانون خواهد شد.

### شرایط «سقط جنین»

سقط جنین در صورتی قانونی است که بیماری و عقب افتادگی جنین باعث سختی مادر شود (با تشخیص قطعی سه پزشک و تایید پزشکی قانونی)، بیماری مادر که در صورت زایمان جان او تهدید شود، قبل از مدیدن روح در جنین (قبل از چهار ماهگی) باشد و مادر رضایت داشته باشد.

### تمکین عام و خاص

تمکین (فرمان بردن) در زندگی مشترک دو نوع است. یکی تمکین خاص که مربوط به روابط زناشویی و تأمین خواسته‌های مشروع جنسی همسر است. دیگری تمکین عام که مربوط به حضور زن در زندگی و خانه است.

### پارک مساوی پنجر!

اگر شخصی دیگری را تهدید به پنجر کردن ماشین او به دلیل پارک مقابل در پارکینگ کند، مرتکب جرم تهدید شده است. خود عمل پنجر کردن نیز جرم تخریب محسوب می‌شود.

