تاریخ‌سازی دختر لُر در ۳۴ سالگی

۱۳۶۷	۱۳۸۰	۱۳۹۵	۱۳۹۹	۱۴۰۱
تولد دورود / لرستان	**شروع ورزش حرفه‌ای** با فعالیت در کاراته	**شروع وزنه‌برداری** همزمان با راه‌اندازی وزنه‌برداری بانوان در ایران	**اولین مدال** کسب مدال برنز در تورنمنت نعیم سلیمان‌اوغلو	**اولین طلا** کسب طلای یکضرب در بازی‌های همبستگی کشورهای اسلامی

گفت‌وگو

گفت‌وگو با سیده‌الهام حسینی، دارنده اولین طلای تاریخ وزنه‌برداری زنان ایران

چیزهایی هست که نمی‌دانید

آرزو قنبری
گروه ورزش

این روزها خیلی‌ها می‌دانند؛ سیده‌الهام حسینی دختر اولین‌هاست. او همین چند روز پیش در بازی‌های همبستگی کشورهای اسلامی، اولین طلای تاریخ وزنه‌برداری زنان ایران را بر گردن آویخت و قبل از آن هم، در سال ۱۳۹۸ با برنز «جام نعیم سلیمان‌اوغلو» عنوان اولین دختر مدال‌آور این رشته در مسابقات بین‌المللی را به نام خود ثبت کرده بود. اما قطعا همیشه چیزهایی هست که خیلی‌ها نمی‌دانند؛ مثلا این‌که الهام روز مسابقه در پشت صحنه چه‌ها شنید و چطور با وجود مصدومیت و درد، وزنه ۱۰۰ کیلوگرمی را به زیبایی بالای سر برد و طلا را در مشت خود نگه‌داشت. «برو و توانایی‌هایت را به همه نشان بده!» با همین یک جمله، اولین قهرمان وزنه‌برداری زنان ایران بی‌خیال دردها، ناکامی‌ها، دنیا و مافی‌ها از پشت صحنه، روی تخته یک‌ضرب دسته ۸۱ کیلوگرم رفت.

در این گفت‌وگوی جام‌جم، روایت کاپیتان تیم‌ملی وزنه‌برداری زنان ایران را از رسیدن به شیرینی طلا در قونیه و اتفاقات پیرامون آن می‌خوانید.

در همه مصاحبه‌ها اشاره کردید که با مصدومیت به مسابقات همبستگی رفتید.

بله من از حدود دو ماه قبل، دچار مصدومیت شدم و در این مدت برای تمرین خیلی درد داشتم. با مشورت پزشک دارو مصرف می‌کردم که گاهی در اثر مصرف آن دچار سرگیجه می‌شدم. به‌همین دلیل چند روز قبل از مسابقه ترجیح دادم مصرف دارو را قطع و درد را تحمل کنم.

این مصدومیت چطور اتفاق افتاده بود؟

وقتی در شهر خودمان تمرین می‌کردم در مجموع اداره‌کل تربیت بدنی استان و شهرستان و هیات وزنه‌برداری شهرستان دورود همکاری و حمایت زیادی از من داشتند اما به دلیل شاغل بودن و محدودیت زمان، نتوانستم در وقت و ساعتی که برایم اختصاص داده بودند، تمرین کنم. ناچار در باشگاه خودم و هنگام غروب زمانی که همه ورزشکاران می‌رفتند، تنهایی وزنه می‌زدم. برای این‌که سر و صدای پرتاب وزنه‌ها روی زمین موجب اعتراض همسایه‌ها نشود، وزنه‌ها را کنترل می‌کردم که همین بیشتر به من آسیب رساند.

از حال و هوای مسابقه بگو.

خانم بابایی، مربی تیم‌ملی بسیار بی‌حاشیه و بامحبت بود و برای همه دخترها زحمت می‌کشید. آقای کوروش باقری هم به عنوان مدیر، ناظر و مشاور تیم‌ملی کنار ما حضور داشتند و همین خودش بزرگ‌ترین دلگرمی برای ورزشکاری است که می‌خواهد روی تخته برود. این‌که یک قهرمان ناظر تیم‌های ملی و همراه ملی‌پوشان باشد اتفاق بسیار ارزشمندی است.

در پشت صحنه یکضرب، درد ناشی از مصدومیت شما را دچار اضطراب نکرد؟ با کوروش باقری دیالوگ خاصی هم داشتید؟

اتفاقا در احوال قبل از مسابقه، آقای باقری جمله مهمی گفت که در آن لحظات بسیار کارساز بود. کمی حرف زدیم و در آخر تأکید کرد: «برو روی تخته و توانایی‌ات را به همه نشان بده.» واقعا با همه توان روی تخته رفتم و وزنه زدم. اصلا دردی حس نمی‌کردم و یاد مصدومیتم نیز نبودم. از او برای همه راهنمایی‌ها و کسب مدال سپاسگزارم.

با تغییر و تحولات اخیر فدراسیون، به نظر می‌رسد اتفاقات خوب در وزنه‌برداری ادامه دارد. اگر از مدال طلا و مسابقات به عقب برگردیم، به برگزاری اردوی زنان در قزوین می‌رسیم.

اردوی قزوین با اردوهای قبل خیلی فرق داشت. در اردوهای قبل بعد از تمرین باید دنبال آب و حمام، دست‌شویی و حداقل‌های لازم می‌رفتیم. اما در قزوین به شخصیت ملی‌پوشان احترام گذاشته شد و دغدغه ما صرفا تمرین بود. همه اینها در کسب نتیجه تأثیرگذار است.

برنامه بعدی‌تان با توجه به مصدومیت، برای رقابت‌های آسیایی و جهانی چیست؟

با توجه به مصدومیتم داروها را به‌جز در طول مسابقات به طور منظم مصرف کردم و توصیه پزشک هم مدتی استراحت و تمرینات سبک است که فشار در ناحیه آسیب‌دیده کم شود. ان شاءا... کم‌کم تمرینات را شروع می‌کنم و به مسابقات می‌رسم.

به نظرم چیزی فراتر از مدال باید باشد. این‌که رنج تمرین، درد و مصدومیت و ناکامی را تحمل کنی و ادامه بدهی. چه چیزی شما را در وزنه‌برداری نگه داشته است؟

هر کسی در زندگی، دلخوشی‌های خود را دارد. برای من با همه دشواری‌ها، وزنه‌برداری و روی تخته رفتن جذابیت‌های خودش را دارد. وقتی هدف داری، تمرین می‌کنی، برنامه داری و دنبال گذشتن از یک عددی. وقتی به رکوردت می‌رسی و وزنه را بالا می‌بری، آن لحظه بی‌نظیرترین حس و حال را داری. فقط یک وزنه‌بردار می‌داند من از کدام لحظه حرف می‌زنم.

نظر الهام حسینی ۳۴ ساله در مورد سن وزنه‌برداری چیست؟

یکی از نوجوانی وزنه‌بردار می‌شود و در ۳۰ سالگی خداحافظی می‌کند. یکی هم مثل من تازه از ۳۰ سالگی شروع می‌کند. اتفاقا گاهی حرف‌هایی در این مورد شنیده‌ام که به آن اعتقادی ندارم. مأیوس نمی‌شوم و این‌طور حرف‌ها به من انرژی بیشتری برای ادامه راهم می‌دهند. تا روزی که بتوانم و برای تیم‌ملی ارزشمند باشم، وزنه می‌زنم.

جاوید نیک‌پور

فوتبال اروپا

یکشنبه ۳۰ مرداد

میزبان	ساعت	میهمان
لیدز یونایتد	۱۶:۰۰	چلسی
وال ویک	۱۹:۱۵	فاینورد
نیوکاسل	۲۰:۰۰	منچسترسیتی
بوخوم	۲۰:۰۰	بایرن مونیخ
اتلتیکو مادرید	۲۲:۰۰	ویارئال
آتالانتا	۲۳:۱۵	میلان
لیل	۲۳:۱۵	پاری‌سن‌ژرمن

آگهی مزایده عمومی

موسسه موزه سینما ایران در نظر دارد به استناد قانون برگزاری مزایده و آیین‌نامه‌های اجرایی آن تعداد **۷ باب غرفه صنایع دستی و کتب و نشریات و ۲ باب کافه رستوران با فهرست و مشخصات و قیمت پایه** به شرح ذیل را از طریق مزایده عمومی در قالب عقد قرارداد اجاره با بالاترین پیشنهاد و سایر شرایط به اشخاص حقیقی یا حقوقی که مطابق قانون واجد شرایط لازم باشند، واگذار نماید.

ردیف	نام غرفه و موضوع فعالیت	موقعیت	متراژ	قیمت پایه اجاره ماهیانه
۱	غرفه شماره ۱	واقع در ضلع جنوب غربی راه پله عمارت	۶/۷۵ متر	۱۷۰,۰۰۰,۰۰۰
۲	غرفه شماره ۲	واقع در ضلع شمال غربی راه پله عمارت	۶/۷۵ متر	۱۷۰,۰۰۰,۰۰۰
۳	غرفه شماره ۳	واقع در ضلع جنوب شرقی راه پله عمارت	۶/۷۵ متر	۱۷۰,۰۰۰,۰۰۰
۴	غرفه شماره ۴	واقع در ضلع شمال شرقی راه پله عمارت	۶/۷۵ متر	۱۷۰,۰۰۰,۰۰۰
۵	غرفه شماره ۷ شیشه‌ای	واقع در مجاورت درب غربی باغ و جنب کافه سینما	۱۰متر ۲ طبقه	۱۵۰,۰۰۰,۰۰۰
۶	غرفه شماره ۱۰ کتاب فروش	واقع در مجاورت ورودی شمالی مجموعه موزه سینما	۵۰ متر	۳۵۰,۰۰۰,۰۰۰
۷	غرفه شماره ۵ صنایع دستی	ضلع غربی، مجاورت ورودی محوطه سینماتوگراف	۲۲/۱۴ متر	۲۵۰,۰۰۰,۰۰۰
۸	کافه رستوران ضلع شرقی	شامل: دو سالن پذیرایی و راهرو سرپوشیده و آشپزخانه	۲۲۰ متر	۵,۴۰۰,۰۰۰,۰۰۰
۹	کافه رستوران ضلع غربی	شامل: دو سالن پذیرایی و آشپزخانه	۲۶۸ متر	۵,۱۰۰,۰۰۰,۰۰۰

متقاضیان جهت کسب اطلاع از شرایط و مشخصات واحدهای مورد اجاره و دریافت اسناد و مدارک مزایده می‌توانند از تاریخ نشر آگهی از ساعت **۱۰** صبح الی **۱۵** با شماره تلفن‌های **۹- ۲۲۷۰۵۰۰۵ - ۰۲۱** داخلی **۱۰۴** تماس حاصل نموده و یا به آدرس: تهران، خیابان ولیعصر، ایستگاه باغ فردوس، خیابان دلبر، موسسه موزه سینمای ایران، کدپستی **۱۹۶۱۷۴۳۹۴۶۳** بخش امور مالی و اداری مراجعه نموده و ضمن اطلاع از شرایط مزایده در صورت تمایل فرم‌های مربوطه را تا پایان وقت اداری **۱۴۰۱/۰۶/۱۴** دریافت نمایند.

◄**ضمانت‌نامه شرکت در مزایده معادل ۲۰ درصد قیمت پایه یک ماه اجاره می‌باشد.**

موسسه موزه سینما

آگهی فراخوان عمومی

سازمان صنایع دریایی

قرارگاه مهندسی، پشتیبانی و پدافند غیرعامل سازمان صنایع دریایی در نظر دارد، **پس از ارزیابی شرکت‌های دارای مجوز امور مربوط به بازسازی، نوسازی و بهره‌برداری مجموعه آشپزخانه و تالار خود را به روش DOT (توسعه–بهره‌برداری–واگذاری) از طریق فراخوان عمومی به پیمانکاران واجد شرایط** واگذار نماید. لذا از کلیه شرکت‌های واجد شرایط دعوت به عمل می‌آید از روز **دوشنبه** مورخ **۱۴۰۱/۰۵/۳۱** ساعت **۹** صبح، ضمن واریز مبلغ **۲/۵۰۰/۰۰۰ ریال** به حساب شماره **۱۱۷۷۸۰۰۵۲۷۸۳۸** نزد بانک سپه شعبه شهید چمران شاخص **۱۱۷۷** به نام معاونت مالی و امور اقتصادی بودجه ستاد سازمان صنایع دریایی و با ارائه فیش مربوطه و معرفی‌نامه حداکثر تا پایان وقت اداری روز **پنجشنبه** مورخ **۱۴۰۱/۰۶/۱۰** جهت دریافت اسناد مناقصه به آدرس: تهران، خیابان پاسداران، بالاتر از سه‌راه اختیاریه، نرسیده به میدان نوبنیاد، سازمان صنایع دریایی مدیریت پشتیبانی مراجعه و اسناد مذکور را دریافت نمایند.
(تلفن تماس: ۲۲۵۴۴۲۸۶)

• **نوع و مبلغ سپرده شرکت در مناقصه:** ضمانتنامه بانکی و یا واریز وجه نقدی به مبلغ **۳/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ میلیارد ریال** به حساب فوق می باشد.
• **آخرین مهلت دریافت پیشنهادات و تحویل پاکت‌های مربوطه:** تا پایان وقت اداری روز **یکشنبه** مورخ **۱۴۰۱/۰۶/۲۰** و گشایش پاکت‌های **الف** و **ب** روز **سه‌شنبه ۱۴۰۱/۰۶/۲۲** ساعت **۱۴** خواهد بود.
• این سازمان در رد یا قبول هر یک از پیشنهادات مختار است و هزینه درج آگهی بر عهده برنده مناقصه می‌باشد.
• توانایی مالی مناسب، داشتن سابقه فعالیت مرتبط در مراکز دولتی تعیین صلاحیت پیمانکاری از وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی ارائه صورت‌های مالی (حسابرسی شده)، داشتن گواهینامه سمتا از جمله موارد تاثیر گذار در ارزیابی کیفی شرکت ها می باشد.
• سایر اطلاعات تکمیلی در اسناد مناقصه درج گردیده است.

آگهی مزایده ۱۴۰۱۱۷

سیستان وبلوچستان

نیروی انتظامی جمهوری اسلامی ایران

معاونت آماد و پشتیبانی فراجا در نظر دارد، **تعداد ۹۳ دستگاه خودرو، تعداد ۱۱۰ دستگاه موتورسیکلت و مقادیری اقلام فرسوده فرماندهی انتظامی سیستان و بلوچستان** را به شرح ذیل از طریق مزایده عمومی به فروش برساند.

متقاضیان می توانند به منظور بازدید و دریافت برگ شرایط شرکت در مزایده از تاریخ درج آگهی تا مورخ **۱۴۰۱/۰۶/۰۸** از ساعت **۸** الی **۱۶** به نشانی: زاهدان، انتهای غربی خیابان امام خمینی معاونت آماد و پشتیبانی استان مراجعه فرمایند.

تلفن: ۲۱۸۲۲۰۰۸ -۲۱۸۲۲۱۴۱- ۰۵۴

ردیف	شرح	تعداد به دستگاه
۱	انواع سواری شامل: سمند، دلیکا، پراید مگان و پژو۴۰۵	۶۱
۲	انواع وانت شامل: هایلوکس دو کابین و تک کابین، پیکاپ دوکابین نیسان ۲۴۰۰ و کاپرا دو کابین	۳۱
۳	مینی‌بوس هیوندا کروز	۱
۴	انواع موتورسیکلت شامل: اچ دی ۲۰۰ تک تاز ۱۵۰، ۲۰۰، روان۱۲۵و...	۱۱۰ (اوراقی)
۵	اقلام فرسوده آمادی	موجودی

آگهی فراخوان مزایده عمومی یک مرحله‌ای نوبت دوم

در نظر است تعدادی غرفه تعمیرگاهی با شرایط مناسب به مدت یکسال در قالب قرارداد استیجاری واگذار گردد. لذا از اشخاص حقیقی/ شرکت‌های معتبر و متخصص دعوت می‌شود تا حداکثر ۴/ **چهار** روز کاری پس از تاریخ انتشار آگهی نوبت دوم به منظور دریافت اسناد، شرایط و ارائه پیشنهاد قیمت، اقدام نمایند.

شایان ذکر است اسناد ارائه شده برابر با مقررات مورد ارزیابی قرار می‌گیرند و صرف ارائه پیشنهاد حقی را جهت دریافت امتیاز سرمایه‌گذاری ایجاد نخواهد کرد. همچنین هزینه‌های مربوط به درج آگهی به عهده برنده مزایده می‌باشد.

◄**نشانی:** تهران، بزرگراه شهید بابایی، روبروی خیابان هنگام، جنب ورودی کوی قمر بنی‌هاشم، مجتمع تعمیرگاهی صدر
◄**تلفن هماهنگی:** ۰۲۱-۲۲۹۴۳۰۶۰