

هلنا همچنان ناپدیداست

هلنا دختربرچه ۱۱ساله اصفهانی است که پس از ۱۲۰ روز گم‌شدن شایعه پیدا ش‌شدش مطرح شده است.اما خانواده او تکذیب کرده‌اند و همچنان چشم‌انتظار هستند.
هلنا سادات احمدی دختربرچه ۱۱ ساله اصفهانی است که در تاریخ ۱۰ خرداد ۱۴۰۳ شمسی، به‌همراه خانواده‌اش به پارک ناژوان این شهر رفته بود حدود ۹ شب ناپدید شد. ایستا پیش از این، ماجرای گم‌شدن هلنا را به روایت صدف سادات احمدی، خواهر بزرگ‌تر هلنا، منتشر کرده بود.احمدی دیروز (۹مهرماه) بار دیگر و درباره خانواده و خواهرش به خبرنگار ایستا گفت: بیش از ۱۰۰ روز از گم‌شدن خواهرم می‌گذرد اما ما اطلاعی از او نداریم. پدر و مادرم غم بزرگی را تحمل می‌کنند و حال و روز خوبی ندارند اما به‌ خانواده امیدوارند تا دوباره هلنا به خانه برگردد.

او ادامه داد: پدر و مادرم می‌خواهند هرچه بیشتر خبر

گم‌شدن هلنا از طریق رسانه‌های تصویری پخش شود. هنوز

خیلی از مردم نمی‌دانند که خواهر من گم شده است.امیدواریم

که از طریق نشر خبر و تصویر او خواهرم پیدا شود. خواهر هلنا

خاطر نشان کرد چند وقتی است که به ما زنگ می‌زنند، پیام

می‌دهند و می‌گویند هلنا پیدا شده است. این موضوع شایعه

است. افرادی این شایعات را در شبکه‌های اجتماعی درست

کرده‌اند که به‌هیچ‌وجه واقعیت ندارد.

پارک دوبل مقابل مدارس عامل تشدید ترافیک شهر اصفهان

رییس پلیس راهنمایی و رانندگی استان اصفهان گفت: یکی از عوامل ایجاد و تشدید ترافیک سنگین همزمان با آغاز سال تحصیلی، پارک دوبل سروسیس‌ها و خودروهای والدین دانش‌آموزان در مقابل مدارس است. سرهنگ علی‌اصغر زارع در گفت وگو با ایرنا افزود: از رانندگان سروسیس مدارس و والدین دانش‌آموزانی که خود اقدام به جابه‌جایی فرزندانشان می‌کنند درخواست می‌شود تا از پارک دوبل مقابل مدارس خودداری و از تشکیل ترافیک‌های سنگین پیشگیری کنند او خاطرنشان کرد همه سال با آغاز سال تحصیلی طرح ویژه پلیس راهور به‌منظور پوشش ترافیکِ معابر پرتردد و اصلی در راستای ارتقای ایمنی تردد دانش‌آموزان پروژه در مقاطع ابتدایی و راهنمایی و همچنین پوشش ترافیکی مدارس در حاشیه خیابان‌ها در دستور کار قرار می‌گیرد.رییس پلیس راهور اصفهان افزود: در این راستا به رانندگان توصیه می‌شود که در اطراف مدارس سرعت مجاز و مطمئنه را رعایت و هنگام عبور دانش‌آموزان از خطوط عابر پیاده توقف کنند. او خاطرنشان کرد به‌خانواده‌ها نیز توصیه می‌شود که بدون هماهنگی با مسئولان مدارس، رانندگان قاذم مجوز در امر جابه‌جایی دانش‌آموزان را به عنوان سروسیس مدرسه فرزند خود برنگزینند. زارع به مدیران مدارس نیز تاکید کرد که برای سهولت تردد شهروندان با هدایت سروسیس مدارس به حیاتم مدرسه، اقدام به سواری و پیاده کردن دانش‌آموزان کنند تا از بار ترافیکی در حاشیه مدارس و خطرات ناشی از آن جلوگیری شود.

تلف شدن ۱۰ راس گوسفند در اصفهان بر اثر صاعقه

مدیر کل مدیریت بحران استانداری اصفهان از تلف شدن ۱۰ راس دام(گوسفند) در مناطق عشایرنشین غرب استان در اثر صاعقه خبر داد. منصور شیخه فروش در گفت وگو با ایرنا به فعالیت سامانه‌های بارشی اخیر در اصفهان اشاره کرد و افزود: صاعقه همچنین سبب شکسته شدن و آتش سوزی ۶ پایه برق رسانی در قصر کلانشان شد که توسط نیروهای عملیاتی منطقه تعویض شدند و مشکلی در تأمین برق مردم پیش نیامد. مدیر کل مدیریت بحران استانداری اصفهان افزود: بجز این موارد تاکنون خسارت دیگری در اثر فعالیت سامانه بارشی در اول هفته جاری گزارش نشده است. شیخه فروش گفت: هواشناسی تا پنجشنبه درباره وزش باد شدید و تندباد در بیشتر مناطق استان اصفهان هشدار زرد صادر کرده است. او افزود: با توجه به هشدارهای هواشناسی عشایر استان دام های خود را به ارتفاعات و دامنه کوهستانها نینزد و محل استقرار چادرها را در مسیر شیب کار قرار ندهند.مدیر کل مدیریت بحران استانداری اصفهان برهیز از کوهنوردی، توقف در حاشیه رودخانه‌ها و زیر درختان، استحکام بخشی سازه‌های ناپایدار، حفاظت از گلخانه‌های کشاورزی و واحدهای نگهداری دام و طیور را ضروری دانست.

مراقب «کلاهبرداری با ترفند دریافت اینترنت رایگان» باشید

رییس پلیس فضای تولید و تبادل اطلاعات(فتا) فرماندهی انتظامی اصفهان به شهروندان در باره سوءاستفاده جدید مجرمان سایبری با ترفند دریافت بسته اینترنت رایگان هشدار داد.

به گزارش اصفهان امروز، سرهنگ سیدمصطفی مرتضوی افزود: هرگونه رای ارسالی در زمینه دریافت بسته اینترنت رایگان از شمارهای شخصی یا شبکه‌های اجتماعی، با هدف کلاهبرداری و خالی کردن حساب بانکی شهروندان از سوی مجرمان است. او تأکید کرد: شهروندان به‌هیچ عنوان به این پیام‌ها توجه نکنند و از گشودن هرگونه لینک یا نصب برنامه‌های اندرویدی که در شبکه‌های اجتماعی ارسال می‌شود، خودداری ورزند.رییس پسا فتا اصفهان تصریح کرد: هرگونه اطلاع‌رسانی در باره بسته اینترنت رایگان فقط از طریق سرشماره CRAIR و با آدرس MY.GOV.IR (پنجره ملی دولت) انجام می‌شود و ارسال هرگونه پیام در این باره از طریق شمارهای شخصی، کلاهبرداری است.او از شهروندان تقاضا کرد تا توصیه‌های پلیس را جدی بگیرند و در صورت اطلاع از هرگونه فعالیت مجرمانه اینترنتی، مراتب را از طریق نشانی پلیس فتا به آدرس WWW.FATA.GOV.IR بخش ارتباطات مردمی و یا تماس با مرکز فوریت‌های سایبری به شماره ۰۹۶۲۸۰ گزارش دهند.

«دیابت نوع یک» یکی از بیماری‌های شایع در بین کودکان و نوجوانان است که تأثیر عمیقی بر سلامت و زندگی روزمره آنها دارد؛ با افزایش شیوع این بیماری در سال‌های اخیر، بررسی عوامل خطر و راه‌های پیشگیری از آن از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.

به گزارش ایرنا، دیابت نوع یک، بیماری خود ایمنی است که در آن سیستم ایمنی بدن به سلول‌های تولیدکننده انسولین در پانکراس حمله می‌کند؛ این بیماری نیاز ملوم به تزریق انسولین در بدن را ایجاد کرده و می‌تواند عوارض جدی‌تری برای مبتلایان به همراه داشته باشد؛ در سال‌های اخیر، شیوع این بیماری در کودکان و نوجوانان به‌طور قابل توجهی افزایش یافته است و بسیاری از خانواده‌ها با غم تلخی دیابت در دنیای شیرین کودکان روبرو هستند.

یک فوق تخصص غدد و متابولیسم کودکان در اصفهان با اشاره به اهمیت زمینه ژنتیکی در ابتلا به این بیماری گفت: وجود سابقه خانوادگی دیابت نوع یک می‌تواند ریسک ابتلا را به‌طور قابل توجهی افزایش دهد، اگر کودکی هیچ نوع زمینه ژنتیکی نداشته باشد باز هم ۰.۴ درصد امکان دارد مبتلا به دیابت نوع یک باشد ولی اگر خواهر یا برادر یا پدر و مادر مبتلا به دیابت نوع یک داشته باشند این درصد ممکن است بین سه تا هشت درصد و در دوقلوهای همسان تا ۳۰ درصد افزایش پیدا کند و گاهی تا ۶۵ درصد هم عنوان شده است.

ندا مستوفی زاده در گفت‌وگو با ایرنا افزود: کمبود ویتامین «دی»(D) و نوع تغذیه از مهم‌ترین عواملی است که در بروز این بیماری نقش دارد؛ در مناطقی که کمبود ویتامین دی(D) شایع‌تر بوده، موارد ابتلا به دیابت نوع یک نیز بیشتر گزارش شده هرچند اثرش به‌طور کامل ثابت شده نیست اما دیده شده در برخی مناطق که «امگا۳» مصرف کرده‌اند ابتلا به دیابت نوع یک کمتر است.

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در این نوع دیابت شناخته شده است، اظهار کرد: کودکانی که

زود هنگام از شیر گاو یا خشک استفاده می‌کنند ممکن است

ریسک ابتلا به دیابت نوع یک در آنها افزایش پیدا کند.

او یکی از عوامل محیطی که می‌تواند بر این نوع دیابت

نقش داشته باشد را تغذیه و رژیم‌های غذایی نامالِم دانست

و گفت: آلاینده‌های محیطی از جمله نیترات موجود در آب

مستوفی‌زاده با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر در برخی

مطالعات با عنوان یک عامل حمایت‌کننده و مصون‌نگهدارنده

در