

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



مرکز تحقیقات ساختمان و مسکن



جمهوری اسلامی ایران
وزارت مسکن و شهرسازی

پژوهشنامه
مرکز تحقیقات ساختمان و مسکن
۱۳۸۸

معاونت پژوهشی مرکز تحقیقات ساختمان و مسکن

سرشناسه	: مرکز تحقیقات ساختمان و مسکن
عنوان و نام پدیدآور	: پژوهشنامه مرکز تحقیقات ساختمان و مسکن ۱۳۸۸/معاونت پژوهشی مرکز تحقیقات ساختمان و مسکن.
مشخصات نشر	: تهران: مرکز تحقیقات ساختمان و مسکن، ۱۳۸۸.
مشخصات ظاهری	: مصور، جدول، نمودار.
فروست	: گزارش تحقیقاتی شماره گ-۵۲۷
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۱۱۳-۰۰۳-۸
وضعیت	: فیا
فهرست‌نویسی	
موضوع	: مرکز تحقیقات ساختمان و مسکن - - فعالیت‌های پژوهشی
موضوع	: مرکز تحقیقات ساختمان و مسکن - - شرح وظایف
موضوع	: ساختمان‌سازی - - ایران - - تحقیق - - گزارش‌ها
موضوع	: مسکن - - ایران - - تحقیق - - گزارش‌ها
رده‌بندی کنگره	: TH۲۱۳/۷/۹م۴ ۱۳۸۸
رده‌بندی دیویی	: ۶۹۰/۰۹۵۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۱۸۴۸۵۶۲

مصوبه شماره ۸۸/۵۸۵ چاپ کتاب، شورای علمی انتشارات مرکز تحقیقات ساختمان و مسکن



مرکز تحقیقات ساختمان و مسکن

پژوهشنامه مرکز تحقیقات ساختمان و مسکن، ۱۳۸۸

شماره نشر: گ-۵۲۷

چاپ اول: ۱۳۸۸

ناشر: مرکز تحقیقات ساختمان و مسکن

تنظیم برای چاپ: نسرین مقدس

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

بها: ۳۰۰۰۰ ریال

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: مرکز تحقیقات ساختمان و مسکن

مسئولیت صحت دیدگاه‌های علمی بر عهده نگارندگان محترم می‌باشد.

کلیه حقوق چاپ و انتشار اثر به ناشر تعلق دارد.

نشانی: تهران، بزرگراه شیخ فضل ... نوری، جنب شهرک فرهنگیان، خیابان شهید علی مروی

صندوق پستی: ۱۶۹۶-۱۳۱۴۵

تلفن: ۸۸۲۵۵۹۴۲-۶ دورنگار: ۸۸۲۵۵۹۴۱

پست الکترونیکی: president@bhrc.ac.ir صفحه الکترونیکی: <http://www.bhrc.ac.ir>

دفتر فروش: تهران، خیابان ولی عصر، میدان ولی عصر، مجتمع اداری - تجاری ولی عصر، واحد ۸۲ تلفن: ۸۹۴۰۳۶۰

ISBN: 978-600-113-003-8

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۱۱۳-۰۰۳-۸

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
مدل انتشار و پیش‌بینی عمر مفید بتن‌های معمولی و بتن‌های حاوی دوده سیلیس.....	۱
بررسی دوام درازمدت بتن با سیمان‌ها و پوزولان‌های مختلف در شرایط محیطی خلیج فارس (بررسی و ارزیابی نتایج ۵ ساله).....	۷
تعیین اندیس خرابی ستون‌های بتن مسلح آسیب دیده بر اثر خوردگی آرماتور و تقویت شده با الیاف کربن (CFRP).....	۱۵
ارائه دستورالعمل کاربردی به منظور بهبود کیفیت و افزایش نسبی دوام بتن‌های مورد مصرف در شبکه فاضلاب شهری.....	۲۳
ضوابط و مقررات ساخت جداول بتنی در کشور.....	۳۹
ضوابط پیشنهادی جهت اجرای کف‌های بتنی صنعتی.....	۴۷
بررسی اثر C_3A سیمان پرتلند بر کاتیون‌های مختلف کلرید در ایجاد پیوند شیمیایی و روش اندازه‌گیری کلرید آزاد در سیستم‌های سیمانی.....	۶۱
اصلاح خواص و دوام گچ به وسیله مواد افزودنی.....	۷۱
بررسی موردی کیفیت چند مصالح ساختمانی در استان کردستان.....	۷۷
بررسی حوادث حریق ناشی از زلزله در جهان و تهیه راهنمای محافظت ساختمانها در برابر آتش با در نظر گرفتن خطرات و تخریب‌های احتمالی ناشی از زلزله.....	۸۵
تأثیر جداکننده‌های پی از سازه در طرح لرزه‌ای ساختمانها.....	۹۱
روش ساخت دیوارهای داخلی، خارجی ساختمانها و نحوه نماسازی در ساختمانهای متداول کشور.....	۱۰۵
مطالعه تحلیلی و تجربی کاربرد پانلهای برشی برای کنترل غیر فعال ساختمانهای فولادی متعارف.....	۱۱۳
رفتار دیوارهای برشی فولادی جدار نازک نیمه نگهداری شده در لبه‌ها تحت بار جانبی.....	۱۲۷
بررسی نظری ترک‌خوردگی در دیوارهای بنایی تحت بارهای جانبی.....	۱۳۵
بررسی ضعف عملکرد سقفهای طاق ضربی و اصلاح دستورالعملهای اجرایی برای ساختمانهای موجود در مناطق زلزله خیز.....	۱۴۱
سیستم ساختمانی سبک فولادی در صنعت ساختمان کشور.....	۱۵۵
بررسی رفتار میانقابهای تک لایه و چند لایه.....	۱۵۵
تعیین مقیاس بزرگی محلی، ML، بزرگی ممانی، MW و روابط تجربی بین آنها در فلات ایران، با استفاده از شتابنگاشتها.....	۱۷۷
مطالعات لرزه زمین‌ساخت و برآورد خطر زمین‌لرزه در گستره استان سمنان.....	۱۸۷
لایه های اطلاعاتی مدیریت بحران زمین لرزه - فاز اول استان مازندران.....	۱۹۱
مطالعه و بررسی زمین لرزه های ۲۰۰۱ و ۲۰۰۲ میلادی ایران.....	۲۲۱
مطالعات زمین شناسی ساختمانی در ۱۵۰ ایستگاه شتابنگاری با روش لرزه نگاری شکست مرزی.....	۲۳۷
مطالعات زمین شناسی ساختمانی در ۵۰ ایستگاه شتابنگاری با روش لرزه نگاری شکست مرزی.....	۲۴۵
بررسی تاثیر آهک شکفته و زنده بر مشخصات فیزیکی و مقاومتی خاکهای اصلاح شده.....	۲۵۳

بندی‌های مورد نیاز صورت گیرد.

مناطق با وزش باد و باران زیاد و گرمای زیاد است. برای (دیوارها و سقف‌ها طرحی و اجرای مناسب برای کفین ظرفیت باربری و ایمنی قطعات پوششی (پایه‌های استادهای دیوارها انجام می‌گیرد. این قواعد با در نظر گرفتن ظرفیت‌های سقف‌های مسطح (طنقات) معمولاً در امتداد با شیب‌های غیر مساوی قابل اجرا می‌باشد.

فولادی، به شکل فرم‌های ساده مسطح و یا فرم‌های مقاطع اجرای سقف‌ها و پام در سیستم ساختمانی سنگ - بارهای عمودی و جانبی را به تکیه‌گاه‌ها انتقال می‌دهند.

رآرها (Runners or Trakes) که به صورت پل‌ها و (Studs) و ساختمانی سنگ فولادی، عبارتند از استادهای (Studs) و اجرای شکل دهنده دیوارهای باربر و غیرباربر سیستم دیگر، در شالوده نصب کرد.

طریق پیچ‌های عمادی از گدازه شده و با اتصالات (Ringbeams) از (نصب تیرهای کلافی به پی یا رآرها به پی یا پروری دال بتنی) (نصب رآرها به پی یا پروری دال بتنی) (نصب رآرها به پی یا پروری دال بتنی) این سیستم را به دو صورت می‌توان بر روی شالوده نواری میانی، پام، سازه‌های، پر یا کوبی سیستم

۴-۴- شیشه‌های ساخت شالوده، دیوارها، سقف‌های شیشه‌ای و پام سیستم یا پام سیستم است.

ورق‌های فولادی فرم داده شده در حالت سرد، پانل‌های سیستم ساختمانی سنگ فولادی از سه عنصر اصلی، سنگ فولادی

۴-۳-۱- اجرای تشکیل دهنده سیستم ساختمانی متفاوت می‌باشد.

بر اساس نیاز صنعت ساختمان سازی خود استفاده‌های برپایه و کرده‌جوشی نیز از این سیستم ساختمانی در کشورها و در کشورهای همجوشی سونو، فرانسه، هند، استفاده از قطعات پیل‌ساخته شده می‌باشد. اقدام به این استرالیا، عمدتاً جهت بهینه‌سازی مصالح ساختمانی و در زاین، به دلیل باساختی به مشکلات زلزله، در کشور است. در کشور افغانستان، به دلیل کیفیت بالای ساخت، پانل در صنعت ساختمان‌سازی مورد توجه قرار گرفته توسعه جهت دستیابی به اهداف توسعه پانل و معماری در سازه‌های اخیر، در اغلب کشورهای پیشرفته و در حال این سیستم ساختمانی، با توجه به محاسباتی که ذکر شد

ساختمانی سنگ فولادی در کشورهای گوناگون

۴-۲- تاریخچه و دلایل به کارگیری سیستم

داده

انجام سازه‌های کارچشمی از جهت کارایی و ایمنی و نیز همجنس می‌تواند در حین ویران و پام از بین بماند. تأثیر در میزان باربری را بوجود می‌آورد. شکل‌گیری می‌شود. طوریکه تعداد و میزان جرم‌گذاری بین یک سری فلزها عبور می‌دهند که سینه برای فرم‌دادن ورق‌های فولادی، آنها را به صورت نواری از

۴-۱- شیشه‌های فولادی

واحدهای مسکونی نیز معمول گردید.

ساخت و ساز پانل مسکونی که داشت در ساخت و ساز عنوان یک سیستم ساختمانی مطرح گردید. این روش ساختمان سازی، به کارگیری از این قطعات معمول و به جایگزین کردن قطعات CFS در سیستم‌های رایج که صنعت ساختمان‌سازی عامل به وجود آنها بود، با کار کردن جوش و طرح پیل مشکلات زیست محیطی استفاده می‌شد. اما از سال ۱۹۹۰، به بعد به دلیل ۱۹۵۰ هم اغلب در ساختمان‌های تجاری و صنعتی از آنها ۱۹۵۰ در ساختمان‌های به کار گرفته می‌شد و بعد از نوزده سال و مابقی آن‌ها از سال ۱۹۵۰ در کشورهای انگلستان و آمریکا به کارگیری در ساخت فولادی، قطعات CFS است. این قطعات از سال ۱۹۸۰، عناصر اصلی تشکیل دهنده سیستم ساختمانی سنگ پانل می‌گردد.

می‌باشد که از نظر دستیابی به کنترل کیفیت اجرا کمکی است. و نیز با استفاده از اتصالات جوش قابل اجرا بودند. امکان به کارگیری قطعات بدون استفاده از وسایل ثابت استفاده مجدد، بازگشت و همچنین به دلیل سنگ نورد گرم با توجه به وزن آنها اشاره کرد. این قطعات می‌تواند به مقاومت بالای آنها در مقایسه با قطعات ساخت و ساز ساخته شده‌اند از جمله محاسبات این این قطعات با به دلایل زیاد، عناصر مناسبی برای امر Cold Formed Steel (CFS) در این صنعت می‌باشد.

نحوه، به کارگیری قطعات فولادی سرد نورد شده

برنامه چندین بخشی زیادی از کار در کارگاه ساختمانی لازم
در سیستم‌های رایج ساخت و ساز و کشور، به دلیل
رایج در کشور جویدنان معرفی می کنند.
اجرای این سیستم را، ساده تر و راحت تر و
به کارگیری این سیستم ساختمانی کرده اند، طراحی و
می توان استفاده کرد. همچنین کشورهایی که اقدام به
مطالعه فعال می باشند که در صورت نیاز از تجربیات اینها
مورد بهره گیری می شود در سیستم های
این قابل اطمینان می باشد.

تولید نیاز، صورت که در می باشد که در صورت نیاز، تولید
می شود. همچنین به کارگیری پیشرفته در صورت
کشور یا استاندارد کافی تولید و بخشی نیز صادر
مصرف در این سیستم محسوب می شود. جوینده در
می کنند. بخش های گنجی که دومین مصالح ساختمانی بر
کردن نیازهای ساز و ساز ساختمان وارد کشور
است که نیز این از کشورهای جاری برای هر طرف
تولیدات نیز به خارج از کشور می شود. این در حالی
از شرکت فولاد مبارکه اصفهان تولید می شود و بخشی از
مورد نیاز جوینده در سطح کشور در کشور توسط
جمع آوری می شود. این مورد نشان داد، ورق های فولادی
را بطه با ساخت و ساز سنگ فولادی، اطلاعات لازم
در زمینه تولید صنعتی ساختمان (فولادی) مخصوصاً در
تولید می باشد. برای این اساس، از سه شرکت فعال در
فصلت ساختن صنعت ساختمان کشور به نیازهای این
یکی از عوامل مؤثر در موفقیت این فناوری، پذیرش و با
سیستم

سنگ فولادی

پیشگامی و ساخت و ساز سنگ فولادی

۵- امکان ساخت صنعتی سنگ فولادی کشور جهت
که جای دست دارند شناخته شده است.
سیستم مناسبی برای مناطق رزق و خور و مناطق است
شده است. در نتیجه سیستم ساختمانی سنگ فولادی
ساختمانی حدوداً ۴۰٪ سنگی از سیستم های رایج برآورد
سیستم برای مقایله با رزق می شود. برای نمونه، وزن این سیستم
به سوزنی در ارتقای کیفیت ساخت ساختمان مخصوصاً
رایج نیز سنگی کرده. این سنگ سازی ساختمان تأثیر
سیستم به جز اینکه اقتصادی شود، نسبت به سیستم های
استفاده بهینه از مصالح ساختمانی شیب شده که این

می باشد.
سیستم اجرای اجزای سیستم
می باشد. استفاده از مصالح مناسب و شیوه اجرای خنک
فصلت از پیش آماده شده و انجام چندین کارهای مهندسی
در صورت نیاز و ساخت و ساز، به دلیل به کارگیری
تکنیک های ساخت سیستم مورد نیاز است.

با چند ساعت آموزش برای افرادی که توانایی کارگران با
تولید صنعتی ساختمانی قابل اطمینان می باشد. طراحی و
سیستم ساختمانی سنگ فولادی به راحتی با روش های
سیستم مخصوصاً برای مناطق رزق و خور شده است.

به کار رفته (تج و برج) عامل مهمی برای ارتقای کیفیت
مصالح ساختمانی گردیده است. همچنین انواع مصالح
عوامل مؤثری برای کار کردن سیستم و استفاده بهینه از
کمک زیادی می باشد. در واقع تولید سیستم نیز
بواسطه دست طراح را برای دستیابی به اهداف طرح
محدودیتی برای طراحی ایجاد کرده. در ضمن
ساختمانی، شیوه اجرا و نوع مصالح به جز اینکه
در سیستم ساختمانی سنگ فولادی، نوع مصالح

۴-۵- محاسن سنگ فولادی ساختمانی
با اجرای مقاوم در برابر زلزله
و ویژگی های معماری، فناوری، سهولت اجرا، سرعت
سنگ فولادی

۴-۵- محاسن سنگ فولادی ساختمانی
(سیستم همه ای)
۳- نصب واحدهای پیش ساخته به شکل دائمی
کارخانه آماده می شود.
۲- نصب تابلو های دیوارها و سقف ها که معمولاً در
ساز Stick-built و یا سیستم از پیش مهندسی شده.
۱- صرفه کردن اعضای سیستم در کارگاه (ساخت و
در سه حالت متفاوت قابل اجرا می باشند:

اجراء، اجرا
در این سیستم ساختمانی، شیوه های برای با در کارگاه
اجراء، اجرا
و ساختمانی معمول در هر کشور استفاده کننده طراحی و
است که سیستم ساختمانی سنگ فولادی طاقاً شیب
برده ای (یا ورق های فولادی) است. این ویژگی شیب شده
استفاده از نماهای اجرایی، سیمانی، سنگی و دیوارهای
یکی از بارزترین محاسن این سیستم، بهسازی با

نویسنده: دکتر سید علی حسینی
موضوع: بررسی تأثیرات اجتماعی و فرهنگی بر رفتار شهروندی
محل: تهران، ایران

در کمال صداقتی در همهٔ اجتماعی است و سبک زندگی او را می‌توان به سه دسته تقسیم کرد: سبک زندگی در اجتماع، سبک زندگی در خانواده و سبک زندگی در مدرسه.

625

منه اجتماعي سلسلہ سیستم در سائنس ۷-

هوایندی و پیش بینی هوا به یکباره مناسب ظاهر می شود.

از آنجا که در دنیای امروز، هر یک از افراد جامعه در جهت پیشرفت و توسعه کشور، نیازمند آشنایی با مبانی و اصول مدیریت است. این کتاب با هدف آشنایی با مبانی و اصول مدیریت تدوین شده است. در این کتاب، به بررسی مبانی و اصول مدیریت پرداخته شده و به توضیح دلایل اهمیت مدیریت در سازمانها پرداخته شده است. همچنین، به بررسی انواع مدیریت و روشهای مختلف مدیریت پرداخته شده است. این کتاب برای دانشجویان و علاقمندان به مدیریت مناسب است.

زیست محیطی و موضوعات گوناگون

مختصین این انجمن‌های فراوانی دارند که با به کارگیری
متخصصان، معالج ساختاری مناسب و شیوه‌های سازشی و ساز
مناسب، صرف سوخت را برای نگهداری ساختمان‌ها

در بعضی موارد، برای جلوگیری از خوردگی و افزایش طول عمر، می‌توان از روغن‌های مخصوص استفاده کرد. همچنین، استفاده از روغن‌های با کیفیت بالا می‌تواند به کاهش مصرف روغن و افزایش عمر موتور کمک کند.

5296 سنک

۸- بررسی

٢٨٠٠ (٠٠٧٨) : ايراني اسلامي تاريخي

[illegible][illegible]

۵- جدول مورد بررسی اعضای هیأت مدیره

١٠٠

در این راستا، با توجه به اهمیت موضوع، در این مقاله به بررسی و تحلیل وضعیت موجود و ارائه راهکارهای عملیاتی برای بهبود وضعیت موجود پرداخته می‌شود.

را در ساختمان سازی تخریب بنمایند.

شروع شود تا متخصصین و مردم به کارگیری این قطعات، بخشهای مختلفی، روشهای ساخت و ساز رایج در کشور می گردد در حد مقدور به کارگیری قطعات CFS در ساخت و ساز ساختمان در کشور را دارد، لذا پیشنهاد می گردد از این سیستم قابلیت تلفیق با روشهای رایج رایج ساخت و ساز

۱۲-۵- به کارگیری قطعات CFS به مرور در روشهای

نمود.

پژوهشی برای برطرف کردن معایب سیستم را تعریف سیستم را کنترل نمود در این حالت می توان کارهای طراحی و اجرا گردد تا در بلند مدت بتوان عملکرد یک ساختمان به عنوان نمونه که قابل استفاده هم باشد کردن معایب سیستم به صورت اصولی پیشنهاد می گردد، برای پویایی کار تحقیقاتی در رابطه با سیستم و برطرف مطالعه عملکرد سیستم

۱۲-۴- طراحی و اجرای نمونه ای از سیستم ساختمانی سنگی فولادی در مراکز تحقیقاتی برای

ساز بوده است.

پتانسیل عامل برای گسترش این شیوه ساخت و تکی سازی در کشور را دارد، متخصصین معتقدند این سرویس دهی به بخشی اعظم (نزدیک به ۹۰٪) تقاضای این روش ساخت و ساز، پتانسیل خیلی خوبی برای فولادی در یک سازی

۱۲-۳- به کارگیری سیستم ساختمانی سنگی

پژوهشی مورد بررسی و مطالعه قرار گیرد.

محققان در مراکز تحقیقاتی و دانشگاه ها در قالب کارهای شرایط خاص کشور انجام گیرد. این اطلاعات باید توسط جمع آوری شده و تحقیقات گسترده با در نظر گرفتن به این نیاز، لازم است اطلاعات لازم از کشورهای پیشرو نیز برای مرحله اول، برای آغاز کارهای تحقیقاتی و ارائه آئین نامه های مربوط به این سیستم یکی از ساختمانهای سنگی فولادی در کشور

۱۲-۲- تدوین و ترویج آئین نامه های سیستم

نخواهد بود.

گرفتن شرایط فرهنگی و اقتصادی کشور امکان پذیر بود و مناسب در صنعت ساختمان سازی کشور با در نظر گرفتن این شرایط از چنین فن آوری به صورت عملی ثابت شده است در صورتی که از چنین پتانسیلی کشور برای پشتیبانی در تولید و اجرا می باشد، زیرا در به کارگیری پتانسیل های موجود در صنعت ساختمان سازی قدم اول و اساسی برای به کارگیری این سیستم ساختمانی ساختمانی سنگی فولادی

۱۲-۱- به کارگیری پتانسیل های موجود در صنعت ساختمانی سنگی فولادی برای اجرای سیستم ساختمانی سنگی فولادی

نمود. ساخت و ساز در کشور را می توان به شرح ذیل عنوان کرد، راه های مناسب برای به کارگیری و گسترش این روش ساختمانی (مشکلات، روشهای رایج ساخت و ساز) پتانسیل ساختمانی سنگی فولادی، به دلیل شرایطی که با آن مواجه می شود، نیازهای زیربنایی خاک را در صنعت ساختمانی سنگی فولادی، با توجه به مطالب

ایجاد می کند. گسترش است و چنانچه پیشتری برای مصرف کنندگان کشور به کار می رود، که خوشبختانه روز بروز در حال حد دیوارهای جداکننده توسط شرکت عراق ایران در امکان ساختی اشاره شده، این نوع ساخت و ساز فقط در ساختمان سازی کشور ایجاد نمایند، همانطور که در بخش شود می تواند تأثیرات بسیار مثبتی در صنعت ساختمانی به همراه داشته باشد. در سیستم ساختمانی سنگی فولادی، به عنوان یک سیستم بررسی های انجام شده در این پروژه نشان می دهد که

۱۲- نتیجه گیری و پیشنهادها

کرد.

محدود از ماشین آلات سنگین، این مشکل را کمتر خواهد سرعت بالای انجام شدن کار، سنگ بودن اجزا و استفاده

به کارگیری و گسترش این سیستم در کشور فراهم گردد. در می آورده حمایت نباید تا هرچه زودتر مقدمات ساخت و ساز که مصرف سوخت را در ساختمان به کنترل پیشنهاد می گردد، سازمان فوق برای حمایت از این روش را تا براین اساس برنامه ریزی، طراحی و اجرا می گردد. لذا سازمان در ساختمان می باشد و این سیستم سازی مصرف سوخت در ساختمان به یک به یک به کارهای بهینه از آنجا که رسالت این سازمان کمکی به کارهای بهینه سازی مصرف سوخت می باشد.

۸-۱۲- پیشنهاد حمایتی از این سیستم به سازمان

ملاحظات زیست محیطی در کشور فراهم شود. ماکان جهت فعالیت های ساختمانی سازی با در نظر گرفتن و کشور می تواند ماکان را در کشور متخصصین و مادی و معنوی خود، زمینه به کارگیری این روش ساخت و کردن صنعت ساختمان سازی کشور دارد با حمایت های

ملاحظات زیست محیطی در کشور فراهم شود. ماکان جهت فعالیت های ساختمانی سازی با در نظر گرفتن و کشور می تواند ماکان را در کشور متخصصین و مادی و معنوی خود، زمینه به کارگیری این روش ساخت و کردن صنعت ساختمان سازی کشور دارد با حمایت های

۸-۱۲- پیشنهاد حمایتی از این سیستم به سازمان

ملاحظات زیست محیطی در کشور فراهم شود. ماکان جهت فعالیت های ساختمانی سازی با در نظر گرفتن و کشور می تواند ماکان را در کشور متخصصین و مادی و معنوی خود، زمینه به کارگیری این روش ساخت و کردن صنعت ساختمان سازی کشور دارد با حمایت های