

پیام آذربایجان

یکشنبه ۱۴ بهمن ۱۴۰۳ / ۳ شعبان ۱۴۴۶ / سال بیست و دوم / شماره ۲۵۰۷ / ۸ صفحه / قیمت ۱۰ هزار تومان

بیمه سلامت آذربایجان شرقی در پرداخت مطالبات درمانی پیشرو است



مدیر کل بیمه سلامت آذربایجان شرقی از پرداخت مبلغ ۲۸۳ میلیارد تومان از مطالبات دارو و درمان مؤسسات درمانی استان در هفته جاری خبر داد.

وحید مجیدی اظهار کرد: پرداخت مطالبات مؤسسات درمانی طرف قرارداد بیمه سلامت برای ما همواره دراولویت است و تمام اهتمام مدیران، معاونان و کارکنان متعهد این اداره کل براین است که اسناد مربوط به پرونده‌های درمان و دارو در سریع‌ترین حالت ممکن بررسی و پرداخت‌ها به محض تخصیص بودجه انجام شوند.

وی افزود: در هفته جاری ۸۲ میلیارد تومان از مطالبات مؤسسات درمانی دانشگاهی تبریز و مراغه مربوط به ماه‌های مرداد و شهریور، ۵۵ میلیارد تومان از مطالبات بیمارستان‌های غیردانشگاهی مربوط به شهریورماه، ۲۲ میلیارد تومان از مطالبات مطب پزشکان مربوط به ماه‌های شهریور، مهر و آبان، ۳۲ میلیارد تومان از مطالبات مؤسسات پاراکلینیک مربوط به ماه‌های مرداد و شهریور، ۱۷ میلیارد تومان از مطالبات مراکز ترک اعتیاد مربوط به شهریورماه و نزدیک به ۴ میلیارد تومان از مطالبات داروخانه هلال احمر تسویه شد.

مجیدی متذکر شد: علاوه بر این مبلغ، ۴۰ میلیارد تومان نیز از مطالبات مربوط به یک درصد مالیات بر ارزش افزوده مراکز جامع سلامت

ادامه در صفحه ۲

هلال احمر آذربایجان شرقی باید به شکل ویژه‌ای تجهیز و توانمند شود



دستیار ویژه رئیس جمهور در پیگیری طرح‌های خاص گفت: با توجه به حادثه خیز بودن منطقه آذربایجان و تعداد همسایه‌های خارجی بالای آن، باید نسبت به توانمندسازی هلال احمر آذربایجان شرقی تلاش ویژه‌ای شود.

محمد نوری در مراسم افتتاح پروژه‌های امدادی و درمانی هلال احمر آذربایجان شرقی در محل سالن اجتماعات هلال احمر اظهار داشت: هلال احمر وظایفی چون توانمندسازی دانش‌آموزان و دانشجویان و تمامی اقشار و در مجموع توانمندسازی اجتماعی را برعهده دارد تا از این نیروها در موارد بحران استفاده کند.

وی افزود: هلال احمر کشور ما همیشه پیشقدم در حل مشکلاتی بوده که حتی در کل جهان ایجاد می‌شود و این باعث دلگرمی و مباحثات است که می‌توانیم به دیگر کشورها نیز در این خصوص کمک کنیم.وی با تأکید بر لزوم توانمندسازی ویژه نیروها و تجهیزات در استان آذربایجان شرقی گفت: این استان با کشورهای مختلفی همسایه بوده و در زمان بلایای مختلف، حضورمان در این کشورها لازم است.نوری یادآور شد: همچنین منطقه آذربایجان، زلزله خیز هم بوده و حوادث طبیعی در آن بسیار است، پس همیشه هلال احمر استان باید آماده و توانمند باشد.دستیار ویژه رئیس جمهور در پیگیری طرح‌های خاص بیان داشت: با هلال احمر می‌توان هم فرهنگ نوع دوستی مردم کشور را صادر کرد و هم حضور خود را در زمام بحران در جامعه جهانی و کشورهای همسایه بیشتر کرد. از سوی دیگر امکان بهره‌مندی از تمامی توانمندی‌های کشور را نیز فراهم می‌کنیم.

کمبود ۵۱ درصدی بارش در کشور

۲

اصناف و کسبه محترم
خصوصاً طلافروشی‌ها
مراقب باشند تا در دام
مجرمان گرفتار نشوند

۳

روش های سنتی خالی کردن
خشم دیگر جواب



۴

بانک زمان؛ پس اندازی
متفاوت بدون نیاز به
سرمایه گذاری با پول

۵

مردم کدام کشور
اروپایی افسرده‌ترند؟

۷

در راستای حفاظت از
محیط زیست؛
دولت چه مسئولیت‌های
قانونی و اخلاقی در قبال
آلودگی هوا دارد؟

۸

ادامه در صفحه ۲

افزایش ۱۱۰ درصدی صادرات آذربایجان شرقی به روسیه *دولت چهاردهم زمینه افزایش همکاری های تجاری با روسیه را هموارتر کرد



مدیر بین الملل اتاق بازرگانی تبریز با بیان اینکه معاهده ایران و روسیه مسیر روابط تجاری ۲ کشور را هموارتر کرد، با توجه به بسترسازی‌های انجام شده توسط دولت و ظرفیت‌های بخش خصوصی و نیازمندی‌های روسیه زمینه افزایش تجارت به این کشور فراهم است. سهند شهبازی با اشاره به پیشینه همکاری‌های تجاری ایران و روسیه گفت: از سال ۱۳۹۸ با امضای موافقت نامه تجاری با اتحادیه اوراسیا تراز تجاری کشورمان با پنج کشور عضو اتحادیه افزایش یافت.وی اظهار کرد: هر چند حجم تجارت ایران با قریزستان و بلاروس به دلیل بُعد مسافت رشد کمتری داشته است اما روند رشد همکاری‌های تجاری با ارمنستان و روسیه قابل توجه است.

شهبازی خاطرنشان کرد: این روند رشد تجاری بین استان آذربایجان شرقی با کشورهای یاد شده بیشتر بوده است تا جایی که سال ۱۴۰۲ افزایش ۱۱۰ درصدی صادرات آذربایجان شرقی به روسیه و افزایش ۲۲ درصدی تجارت استان با ارمنستان اتفاق افتاده است.

وی ادامه داد: با اجرای موافقت نامه تجارت آزاد ایران و اتحادیه اقتصادی اوراسیا که دی ماه سال گذشته به امضای وزرای صنعت کشورمان و پنج کشور عضو این اتحادیه رسید و در مجلس شورای اسلامی تصویب و به شورای نگهبان ارجاع شده است، تعرفه تجاری ۸۷ درصد کالاها صفر می‌شود که تاثیر زیادی در افزایش تراز تجاری ما

امام جمعه تبریز: امام و رهبر معظم انقلاب همواره پشتیبان پیشرفت بانوان در جامعه بوده‌اند

حمایت کردند.
وی افزود: جوانان ایران با درس خواندن، تقوا، ایمان و با نشاط در دنیا الگو می‌شوند ولی دشمنان نمی‌توانند آن را متحمل شوند و می‌گویند حجاب با پیشرفت همخوانی ندارد درحالی که دختران ما بالاترین مراتب علمی را با حجاب به دست آورده‌اند.امام جمعه تبریز خاطرنشان کرد: دختران و زنان ما با حجاب و عفاف تحصیل، فرزندان شایسته‌ای تربیت و در مراکز سیاسی اجتماعی فعالیت می‌کنند و کنار مردها در پیشرفت کشور نقش دارند.وی افزود: محور خانواده‌های کشور بایدند.وی خاطرنشان کرد: معنای خود را از دست بدهد، هیچ پیشرفتی دست یافتنی نخواهد بود. وی گفت: نسل نوجوان و جوان ما در مدارس تربیت می‌یابند و آینده کشورمان به دست این جوانان رقم خواهد خورد.

معنا ندارد اما هیچ کسی به آنها چیزی نمی‌گوید و همه همه‌ها علیه کشورما است و حساسیت بیش از اندازه‌ای نسبت به جوانان ما دارند. وی تأکید کرد: مردم ما چه گناهی کرده‌اند که می‌خواهند خودشان کشورمان را اداره کنند و تابع فرهنگ ضدانسانی و ضدزن آمریکایی و اروپایی نباشند.مطهری اصل گفت: فضای مجازی را پر کرده‌اند از اینکه حقوق بشر در ایران رعایت نمی‌شود اما در کدام یک از کشورهای اطراف، دختران می‌توانند اینچنین به آسودگی در مدارس تحصیل کنند و در جامعه حضور یابند.وی خاطرنشان کرد: نوجوانان و جوانان ما اگر بتوانند کشور را به قله رفیع پیشرفت برسانند، بر افکار جوانان جهان تاثیر می‌گذارند. همان طور که دانشجویان دانشگاه‌های آمریکا و اروپا علیه استعمار اسرائیلی قیام و از فلسطین



نماینده ولی فقیه در آذربایجان شرقی و امام جمعه تبریز با اشاره به ویژگی‌های انقلاب اسلامی و احترام و ارزشی که بر قشر بانوان بعد از انقلاب گذاشته شد، گفت: امام و رهبر معظم انقلاب همواره پشتیبان پیشرفت بانوان در جامعه و سرزمینمان بوده اند.حجت الاسلام والمسلمین احمد مطهری اصل در مراسم زنگ انقلاب در دبیرستان دخترانه سمیه تبریز، اظهار کرد: دشمنان ایران در زمینه انحراف جوانان و نوجوانان ما سرمایه گذاری می‌کنند در حالی که در برخی کشورهای اطراف، حقوق زن

دستگیری دو نفر متهم به اختلاس در پالایشگاه تبریز *اتفاقات ورزشگاه آزادی را با دقت پیگیری می‌کنیم



دادستان تبریز از دستگیری دو نفر متهم به اختلاس در پالایشگاه تبریز خبر داد و افزود: فعلاً دو نفر در این خصوص دستگیر و تفهیم اتهام شده اند که یکی بازداشت موقت شده و دیگری با قرار وثیقه آزاد شد.

بابک محبوب علیلو ، به انتشار اخبار غیررسمی در خصوص دستگیری تعدادی از کارکنان پالایشگاه تبریز واکنش نشان داد و گفت: اصل موضوع دستگیری، تأیید می‌شود. وی از تشکیل پرونده در خصوص جرائم مالی در پالایشگاه تبریز خبر داد و گفت: پرونده تشکیل شده به یکی از شعبات ارجاع داده شده است، همچنین پس از انجام تحقیقات و تفهیم اتهام، قرار در این خصوص صادر شد.وی با اشاره به علل دستگیری متهم ها، به تکمیل تحقیقات تا حصول نتیجه

مسائل قومیتی سوء استفاده صورت نگیرد.

روزهای گذشته در فضای غیررسمی و مجازی، تعدادی از کاربران مدعی شده بودند که «پنج تن از کارکنان پالایشگاه تبریز ازجمله رئیس واحد اختلاط بنزین و رئیس ساخت داخل زیرمجموعه ذکر جزئیات آن منوط به تکمیل نهائی تحقیقات پرونده است.

همچنین روز یکشنبه هفتم بهمن ماه در چارچوب هفته هفدهم لیگ برتر خلیج فارس دو تیم تراکتور تبریز و پرسپولیس در ورزشگاه آزادی تهران مسابقه فوتبال داشتند که برخی از تماشاگرنماها شعارهای نادرستی سر دادند.

ادامه در صفحه ۲



پیام آذربایجان

یکشنبه ۱۴ بهمن ۱۴۰۳
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۰۷

اخبار

اخبار

کمبود ۵۱ درصدی بارش در کشور



بر اساس داده‌های سازمان هواشناسی، کشور در سال آبی جاری تا ۱۱ بهمن، ۵۱.۱ درصد با کاهش بارش روبرو بوده و طی این مدت ۵۰.۵ میلی‌متر بارش دریافت کرده این در حالیست که میانگین بلندمدت بارش کشوری در این بازه زمانی ۱۰۳.۲ میلیمتر بوده است. بر اساس داده‌های سازمان هواشناسی طی هفت روز گذشته منتهی به ۱۱ بهمن‌ماه ۳.۶ میلیمتر بارش در این بازه زمانی دریافت شده که این میزان در بلندمدت ۷.۵ میلیمتر است بنابراین ۵۱.۷ درصد بارش کمتری در این بازه زمانی دریافت شده است.

از ابتدای ماه جاری منتهی به ۱۱ بهمن‌ماه در کشور به‌طور میانگین ۴.۶ میلیمتر بارش ثبت شده، در حالی که میزان آن در بلندمدت ۱۱.۸ میلیمتر است. در نتیجه ۶۱.۳ درصد با کاهش بارش نسبت به بلند مدت روبرو بوده‌ایم.

از ابتدای فصل جاری تا ۱۱ بهمن‌ماه بارش با میانگین ۱۶.۶ میلیمتر ثبت شده که نسبت به بارش ۴۴.۲ درصدی وضعیت نرمال با ۶۲.۵ درصد کاهش بارش مواجه شده‌ایم.

از ابتدای آبی سال جاری تا ۱۱ بهمن‌ماه به‌طور میانگین ۵۰.۵ میلیمتر بارش در کشور ثبت شده که نسبت به میانگین بلند مدت (۱۰۳.۲ میلیمتر) با کاهش ۵۱.۱ درصدی بارش روبرو هستیم.

جدول اطلاعات پهنه‌ای بارش استان‌ها از ابتدای سال آبی جاری (اول مهرماه سال گذشته) نشان می‌دهد تنها استان مازندران بیش از میانگین بلندمدت بارش دریافت کرده است چراکه تا ۱۱ بهمن‌ماه بارش ۳۰۶.۵ میلیمتری در این استان ثبت شده که نسبت به بارش ۲۹۱.۴ میلیمتری بلندمدت، ۵.۲ درصد افزایش بارش را نشان می‌دهد.

بارندگی در سایر استان‌ها کمتر از حد نرمال بوده است و در این زمینه کهگیلویه و بویر احمد بدترین وضعیت را تجربه می‌کند چراکه ۷۸.۸ درصد کمتر از حد نرمال طی سال آبی جاری بارش دریافت کرده است.

نوروز مستمندان تبریز، با رنگی از مهربانی



موسسه خیریه حمایت از مستمندان تبریز، با دستان پر مهر خیرین، بار دیگر به یاری خانواده‌های نیازمند شتافته است. همزمان با فرارسیدن عید نوروز و بهار طبیعت، این موسسه سنت حسنه خود را در توزیع لباس عیدانه برای مددجویان تحت پوشش خود آغاز کرده و بار دیگر لیخند را مهمان خانه‌های نیازمند و جامه نو بر تن خانواده‌های نیازمند کرده است.

نوروز نزدیک است و تب و تاب خرید لباس‌های رنگی و نو در شهر پیچیده، اما در این میان، خانواده‌هایی هستند که حسرت یک لباس نو بر دلشان مانده، کودکانی که آرزوی یک کفش نو را در سر دارند.

این موسسه، با اعتقاد به اینکه لیخند نیازمندان، بهترین پاداش برای خیرین است، اقدام به تهیه و توزیع لباس عیدانه برای مددجویان تحت پوشش خود کرده است.

هفت جمعه متوالی، مددجویان این موسسه، میهمان سفره‌ای از محبت و مهربانی خواهند بود. لباس‌های نو زنانه و مردانه، کفش، اسباب بازی، همگی برای شاد کردن دل این عزیزان فراهم شده است.

موسسه خیریه حمایت از مستمندان تبریز، نه تنها در ایام نوروز، بلکه در طول سال، همواره در کنار نیازمندان بوده و با ارائه خدمات مختلف، سعی در بهبود شرایط زندگی آنها دارد. این بار نیز، با همت خیرین و تلاش مسئولان این موسسه، لیخند بر لبان خانواده‌های نیازمند نقش بسته و امید به آینده‌ای روشن در دل آنها زنده شده است. با هم، می‌توانیم لیخند را به خانه‌ها ببریم.

۲

مشایخی فرماندار ویژه میانه شد

طی حکمی از سوی استاندار آذربایجان شرقی، محمدرضا مشایخی به سمت سرپرستی فرمانداری ویژه میانه منصوب شد. محمدرضا مشایخی متولد ۱۳۵۱ دارای مدرک دکترای تخصصی کشاورزی و از

انتصاب فرمانداران

کارکنان باسابقه وزارت کشور است که در کارنامه اجرایی خود سمت‌های مختلفی ازجمله بخشدار کاغذکنان، بخشدار مرکزی میانه، معاون سیاسی و اجتماعی فرمانداری میانه و فرماندار ویژه میانه را عهده‌دار بوده است. **سلیمی فرماندار ترکمانچای شد**

قراگاه‌های محله اسلامی عنوان کرد و گفت: دهه فجر فرت مناسبی برای آشنایی نوجوانان و جوانان با اهداف و دستاوردهای انقلاب است.

شیخ بیگی گفت: جشن‌های انقلاب با حضور گروه‌های هنری و اجرای برنامه‌های مفرح و شاد، یادواره‌ها و همایش ها، نشست‌های بصیرتی و جهاد تبیین، زنگ انقلاب در سطح مدارس، حضور راویان در مدارس ، برگزاری محافل قرآنی به همراه تجلیل از فعالان قرآنی، گلپاران مزار شهدا و سرکشی از خانواده‌های معظم شهدا و ایثارگران و جانبازان ۷۰ درصد ، مراسم باشکوه تجلیل از فرزندان ذکور شهدا هم‌زمان با

دبیر ستاد گرامیداشت دهه مبارک فجر سپاه عاشورا از اجرای ۱۳۴۷ عنوان برنامه همزمان با ایام الله دهه مبارک فجر با رویکرد امید آفرینی، نشاط اجتماعی و خدمات رسانی در استان آذربایجان شرقی و در رده های سپاه و بسیج استان خبر داد. سرهنگ پاسدار رسول شیخ بیگی ضمن گرامیداشت دهه فجر و پیروزی شکوهمند انقلاب اسلامی و تقارن این دهه با اعیاد شعبانیه اظهار کرد: این برنامه ها با شعار محوری «جشن حضور تا ظهور» برگزار می‌شود. وی تبیین دستاوردهای عظیم و منحصر به فرد انقلاب اسلامی را از ماموریت های پایگاه‌های بسیج و

کودکان و نوجوانان در استان آذربایجان شرقی به استقبال جشن‌های سالروز پیروزی انقلاب اسلامی می‌روند



فکر کودکان و نوجوانان در شهر جدید سهند را از دیگر برنامه‌های این مناسبت عنوان کرد. بینش اجرای طرح پیک امید انقلاب و حضور تماشاخانه سیار کانون در مدارس مناطق محروم و کم برخوردار، بر بایی نشست‌های تخصصی، حضور خانواده‌ها و نوجوانان با هدف تبیین دستاوردهای انقلاب شکوهمند اسلامی و اجرای طرح هزار دزنی کاغذی با هدف تجهیز و تکمیل کتابخانه‌های مدارس از برنامه‌های کمیته

گسترده کودکان و نوجوانان در آیین میثاق با ولایت و استقبال از کتاب و نیز حضور در مراسم عطر افشانی مزار شهدا تأکید کرد؛ امسال برنامه‌های کمیته کودک و نوجوان به گونه ای تنظیم شده است که حضور خانواده‌ها در کنار فرزندان خود در این برنامه‌ها نمود بیشتری نسبت به سال‌های قبل خواهد داشت،وی با بیان اینکه به جهت تقارن جشن‌های پیروزی انقلاب اسلامی با اعیاد نیمه شعبان افزود: ایجاد فضای با نشاط و ارتقای نشاط اجتماعی در کنار تبیین دستاوردهای انقلاب اسلامی در قالب فعالیت‌های فرهنگی هنری از جمله اهداف مورد نظر کمیته کودک و نوجوان است. مسئول کمیته کودک نوجوان ستاد دهه فجر آذربایجان شرقی اجرای ویژه برنامه‌های عقیقه‌های زبنبیه، اختتامیه مهرواره ملی بچه‌های مقاومت و افتتاح کانون پرورش

طی حکمی از سوی استاندار آذربایجان شرقی، حسن سلیمی به سمت سرپرستی فرمانداری ترکمانچای منصوب شد.حسن سلیمی متولد ۱۳۵۷ دارای مدرک کارشناسی ارشد جامعه‌شناسی است و از سوابق اجرایی وی می‌توان به بخشدار مرکزی اسکو و معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی فرمانداری شبستر اشاره کرد.

سپاه عاشورا ۱۳۴۷ عنوان برنامه در آذربایجان شرقی اجرا می‌کند



میلاد حضرت علی اکبر (ع)، مسابقات ورزشی از جمله پیاده روی خانوادگی و مسابقات جام دهه فجر، از جمله برنامه‌هایی است که در دهه فجر امسال برگزار می‌شود. وی همچنین گفت: در این دهه علاوه بر افتتاح طرح های عمرانی عام المنفعه از قبیل طرح های محرومیت

کودک و نوجوان در دهه فجر امسال دانست. وی ویژه برنامه‌های کتابخانه سیار روستایی و پستی کانون در مناطق روستایی استان را نیز از مهم‌ترین فعالیت‌های این مناسبت عنوان و در عین حال تصریح کرد: فراخوان های هنری و ادبی در قالب عکاسی، دلنوشته‌های ادبی و نقاشی نیز همزمان با ایام الله دهه فجر منتشر می‌شود.مدیر کل کانون استان با اشاره به بازدیدهای روزانه دانش آموزان از مراکز کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان در طول دهه مبارک فجر افزود: کارگاه‌های متنوع هنری و ادبی با محوریت ایام الله دهه فجر برای دانش آموزان برگزار خواهد شد.مسئول کمیته کودک و نوجوان با قدردانی از مدارس آموزش و پرورش اظهار امیدواری کرد: برنامه‌های این کمیته گامی در مسیر تبیین و تشریح دستاوردهای انقلاب برای آینده سازان میهن اسلامی می‌باشد.

ادامه از صفحه اول

افزایش ۱۱۰ درصدی صادرات آذربایجان شرقی به روسیه

می‌شود.شهبازی با اشاره به اینکه بیشترین همکاری های تجاری روسیه با چین، ترکیه و کره است، گفت: ما در ده ۱۵ شریک تجاری این کشور هستیم . وی محصولات پتروشیمی، کشاورزی (للفل، کیوی ، گوجه فرنگی ، پرتقال) رب گوجه و خشکبار به خصوص کشمش را از جمله کالاهای صادراتی از استان به روسیه عنوان کرد و گفت: روسیه با توجه به تحریم های اعمال شده نیازمند برخی کالاهای و محصولات از جمله دارو ، قطعات خودرو و لوازم خانگی است و تجار ما می توانند در این زمینه فعالیت کنند.

استقبال تجار روسیه از نمایشگاه تبریز

وی با اشاره به میزبانی تبریز از نخستین نمایشگاه صادراتی کشورمان به روسیه اظهار امیدواری کرد: این نمایشگاه با معرفی ظرفیت ها و نیازمندی های ۲ طرف موجب افزایش همکاری های تجاری شود.وی از استقبال مناسب تجار روسیه از این نمایشگاه خبر داد و گفت: تولید کننده ها و تجار داخلی از تمام نقاط کشورمان هم در این نمایشگاه حضور خواهند داشت. نخستین نمایشگاه صادراتی کشورمان به روسیه از ۲۴ تا ۲۷ بهمن در محل دائمی نمایشگاه بین المللی تبریز برگزار می شود.همچنین سومین نمایشگاه بین‌المللی تجارت با اوراسیا سوم تا ششم اسفندماه ۱۴۰۳ با مشارکت شرکت‌هایی از جمهوری اسلامی ایران، پنج کشور عضو اتحادیه اقتصادی اوراسیا به علاوه ازبکستان در تهران برگزار خواهد شد.

کندوان، روستای گردشگری برتر جهان، در راه ثبت جهانی

بارز و برجسته این اثر طبیعی بی مانند است.

نواداد اظهار کرد: خانه های این روستا که از دل صخره های کله قندی و کندویی شکل دامنه کوه سهند کنده شده است، نماد سختکوشی مردم است که با دست‌های خود خانه ها را ساخته‌اند و به عقیده محققان قدمت وجود این صخره ها که به کران (Karaan) معروف است به هفت هزار سال پیش و قدمت زندگی در آن نیز به یک‌هزار و ۵۰۰ سال پیش می رسد.

به گفته وی روستای کندوان در شهرستان اسکو به تاریخ پانزدهم اردیبهشت ماه سال ۱۳۷۶ به شماره ۱۸۵۷ در آثار ملی ایران به ثبت رسیده است.

ایران به شمار می رود. نواداد از فعالیت حدود ۶۰ واحد بومگردی در روستای کندوان خبر داد و افزود: در صدد هستیم این واحدهای بوم گردی را در طول سال افزایش دهیم تا در صورت ورود حجم بیشتری از گردشگران در این خصوص مشکلاتی به وجود نیاید.

وی با بیان اینکه روستای کندوان از جاذبه های طبیعی و تاریخی منحصر و بی همتای جهان است که شبیه این شگفتی طبیعت تنها در ۲ کشور آمریکا و ترکیه وجود دارد، یادآور شد: البته در این ۲ روستای صخره ای هیچ‌گونه بویایی و زندگی اهالی بومی وجود ندارد، در حالی که زندگی عادی مردم محلی در کندوان جریان دارد و این ویژگی از مزیت‌های

گردشگری ایران با انواع ظرفیت‌های تاریخی، فرهنگی و گردشگری متعدد است که در زمان حاضر به مقصد اصلی و اول گردشگران ورودی به آذربایجان شرقی تبدیل شده است. نواداد ثبت کندوان در فهرست جهانی گردشگران ملل متحد را گامی مهم و مؤثر در ثبت نهایی این روستا در فهرست آثار جهانی یونسکو ارزیابی کرد و ادامه داد: ما تلاش‌های خود را برای رسیدن به این هدف مهم و بزرگ همچنان ادامه می دهیم.

وی گفت: بر همین مینا در تلاشیم تا حداقل نام روستای کندوان را در سال جاری میلادی در فهرست موقت یونسکو قرار دهیم که اگر این امر محقق شود، موفقیتی بس عظیم برای حوزه میراث تمدنی و گردشگری

ادامه از صفحه اول

بیمه سلامت آذربایجان شرقی در پرداخت

مطالبات درمانی پیشرو است

دولت چهاردهم و برای گام برداشتن در راستای وفای ملی سعی داریم که در مسیر خدمت‌رسانی عزم والاتری به کار بگیریم تا رضایت خاطر بیمه‌شدگان فراهم شود.

براساس این گزارش همچنین مطالبات سطح یک روستایی مرحله ۷ و ۸ دانشگاه علوم پزشکی تبریز به مبلغ ۳۷ میلیارد تومان، دانشگاه علوم پزشکی مراغه به مبلغ بیش از ۴ میلیارد تومان و دانشگاه علوم پزشکی سراب به مبلغ بیش از ۲ میلیارد تومان نیز در هفته جاری پرداخت شد.

که پرونده‌های از سوی مراکز درمانی با تأخیر به دست ما برسد، این روند زمانی طولانی‌تر نیز خواهد شد، بنابراین وصول مطالبات مرداد و شهریور در این بازه زمانی ایده‌آل به شمار می‌رود و ما امیدواریم که در ماه‌های آتی با همکاری مؤسسات این روند را تسریع کنیم.وی در پایان خاطرنشان کرد: بیمه سلامت استان به نسبت دیگر استان‌ها و در مقایسه با دیگر سازمان‌های بیمه‌گر در پرداخت مطالبات پیشرو است و در وضعیت بهتری قرار دارد و با توجه به رویکرد

روستایی نیز پرداخت شده است.مدیر کل بیمه سلامت استان تأکید کرد: بدین‌ترتیب مطالبات دارو و درمان مؤسسات طرف قرارداد بیمه سلامت با مبلغی نزدیک به ۲۸۳ میلیارد تومان تسویه شد و سعی بر این است که باقی مطالبات نیز در صورت تخصیص اعتبار بزودی انجام شود. مجیدی یادآور شد: روند وصول پرونده‌های دارو و درمان به بیمه سلامت و رسیدگی به آن‌ها پروسه‌ای زمان‌بر است و برای بررسی دست‌کم به دو ماه زمان نیاز دارد و در شرایطی



پیام آذربایجان

یکشنبه ۱۴ بهمن ۱۴۰۳
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۰۷

اقتصاد

اخبار

اصناف و کسبه محترم خصوصاً طلافروشی ها مراقب باشند تا در دام مجرمان گرفتار نشوند



رئیس پلیس فتا آذربایجان شرقی اعلام کرد: اصناف و کسبه محترم خصوصاً طلافروشی ها مراقب باشند تا در دام مجرمان گرفتار نشوند. سرهنگ اکبر محمدجعفری گفت: مجرمان سایبری همیشه به دنبال این هستند تا با استفاده از ترفندهایی هومطنان را مورد بزه قرار دهند در این بین کلاهبرداران با استفاده از کارت‌های کپی شده یا کارت‌های اجاره‌ای و همچنین با ارائه رسید جعلی سعی در کلاهبرداری از طلافروشان و سایر کسبه را دارند لذا توصیه می‌کنیم اصناف و کسبه عزیز خصوصاً طلافروشان محترم به نکات زیر توجه داشته باشند:

وی ادامه داد: طلافروشان مغازه‌های خود را به دوربین‌های مدار بسته‌ای مجهز کنند که قادر به ثبت تصاویر واضح از چهره مراجعان باشند همچنین مراقب مجرمانی که با کارت‌های اجاره‌ای اقدام به خرید می‌کنند، باشند. وی افزود: طلافروشان افرادی را که اقدام به خرید طلا و جواهرات می‌کنند باید فرد خریدار را احراز هویت نمایند چرا که ممکن است از کارت‌های بانکی کپی شده استفاده نمایند.

وی گفت: اصناف و کسبه محترم مراقب رسید سازهای جعلی باشند و در هنگام معامله حتماً مطمئن شوند پول به حساب خودشان واریز شده است و فقط از طریق پیامک بانکی و یا استعلامی که خودشان از بانک و یا به صورت اینترنتی می‌گیرند اعتماد کرده و به گفته‌های فرد خریدار یا رسید ارائه شده اعتماد نکنند.

۳ قلوهای مراغه‌ای در انتظار حمایت مسؤولان



۳ قلوهای مراغه‌ای با اینکه شادی‌بخش خانواده شده‌اند اما اگر یاری مسؤولان نباشد قامت والدین زیر بار زندگی خمیده خواهد شد. سیفی، پدر این سه‌قلوها اظهار کرد: یک دختر ۵ ساله دارد و با تولد سه‌قلوها حالا خانواده آنها ۶ نفره شده است.

وی گفت: این سه‌قلوها یک ماه پیش متولد شده‌اند و به‌خاطر تولد زودتر از موعد چند روزی در بیمارستان تحت مراقبت بودند. سیفی اضافه کرد: شغلی ندارد و خانه‌ای که در آن زندگی می‌کند، استیجاری است.

به گفته پدر این سه‌قلوها، بدون حمایت مسؤولان بزرگ کردن این کودکان بسیار سخت خواهد بود. با پیگیری‌های خبرنگار فارس رئیس اداره بهزیستی مراغه گفت: این سه‌قلوها واجد شرایط حمایت هستند و پس تشکیل پرونده تا پنج سالگی از حمایت‌های این اداره بهره‌مند خواهند شد. صبیعی افزود: پدر خانواده می‌تواند خدمات حمایتی و وام اشتغال با سود کم دریافت کنند. رئیس شورای شهر مراغه نیز متذکر شد: در صورت اختصاص زمین رایگان از سوی راه و شهرداری پروانه ساخت آن برای این خانواده رایگان خواهد بود.

رضا عسگری تصریح کرد: شهرداری در ساخت خانه‌نیزی‌تواندبه‌خانواده‌سه‌قلوهاکمک‌کند. داشتن فرزند چندقلو اگر چه نعمت بزرگ و بسی زیباست اما نباید فراموش کرد که مشکلات هم در چنین خانواده‌هایی زیاد می‌شود و اگر یاری مسؤولان نباشد قامت والدین دارای فرزند چندقلو زیر بار زندگی خمیده می‌شود.

۳

که رسالت اصلی خود را ترویج فرهنگ ایثار و شهادت می‌داند، سازماندهی فعالان این عرصه، جهت استفاده‌از ظرفیت‌ارزشمند خانواده‌های معظم شهدا و ایثارگران معزز در قالب تشکل‌های ایثارگری را از چند وقت قبل در دستور کار خود قرار دهد. وی متذکر شد: امروز در کمال مسرت و خوشحالی اعلام می‌کنیم که نتیجهٔ تلاش‌های ما در آذربایجان شرقی در همین راستا، فراهم‌کردن زمینهٔ فعالیت ۲۳ تشکل شاهد و ایثارگر با تحت پوشش قرار دانی بیش از ۱۰ هزار عضو فعال انجامیده است.

۳۰۰ کارآفرین ایثارگر آذربایجان شرقی برای ۲۱ هزار نفر شغل ایجاد کرده‌اند

که در تشکل‌ها، انجام فعالیت‌های خیرخواهانه و کارآفرینی، موفق هستند و فلسفهٔ برگزاری این همایش، تجلیل از این عزیزان است. وی گفت: امروز برخورداری از روحیه مقاومت، ایثار و شهادت‌طلبی، اصلی‌ترین راه کاهش آسیب‌پذیری کشور در برابر تهدیدات دشمنان است و از همین‌رو، کسانی که طی هشت سال جنگ تحمیلی، در دفاع از کبان اسلام و انقلاب سهیم بودند، امروز هم باید در ترویج فرهنگ ایثار و مقاومت و شهادت، فعال و نقش‌آفرین باشند. سلمانی تصریح کرد: این امر باعث شده، بنیاد شهید و امور ایثارگران

سرپرست بنیاد شهید و امور ایثارگران آذربایجان شرقی از ایجاد اشتغال برای ۲۱ هزار نفر توسط ۳۰۰ کارآفرین ایثارگر استان خبر داد. علی‌اکبر سلمانی در همایش تجلیل از کارآفرینان، خیران و مسؤولان منتخب تشکل‌های شاهد و ایثارگر ۸ استان کشور در سالن همایش‌های هتل گسترش تبریز اظهار داشت: افتخار بزرگی است که میزبان مسؤولان تشکل‌ها، خیرین و کارآفرینان شاهد و ایثارگر استان‌های آذربایجان غربی، اردبیل، زنجان، قزوین، همدان، کردستان و گیلان و منتخبانی از آذربایجان شرقی هستیم؛ شخصیت‌های برجسته‌ای

مدارکی که کارگر می تواند رابطه کاری خود را اثبات کند

با مدت غیرموقت برای کارفرما انجام می‌دهد.

قرارداد کتبی به خوبی می‌تواند رابطه کارگر و کارفرما را احراز کند اما در مواردی کارفرما از قرارداد شفاهی یا قرارداد سفید امضا استفاده می کند که شرایط برای اثبات رابطه کارگری و کارفرمایی دشوار می شود. در این حالت زمینه سوء استفاده برای عدم انجام تعهدات مندرج در قرارداد به وجود می آید و لذا تا زمانی که قراردادی بین کارگر و کارفرما بسته نشود، روابط کاری بین آن‌ها معنای خاصی ندارد. به همین جهت نحوه و شرایط انعقاد قرارداد کار از اهمیت بالایی برخوردار است.

طبق تبصره ماده ۱۰ قانون کار یک نسخه از قرارداد باید به کارگر تحویل شود اما در عمل بیشتر کارفرمایان از تحویل آن امتناع می کنند که موجب بروز مشکلاتی برای کارگر در اثبات وجود رابطه یا میزایی بالاتر از قانون می شود.

فیش حقوقی: یکی از مطمئن ترین دلایلی که کارگر می‌تواند به عنوان اثبات کننده رابطه کارگری و کارفرمایی به آن استناد کند، ارائه فیش حقوقی است چرا که نشان دهنده مزد تعلق گرفته در قبال انجام کار است اما برخی کارفرمایان ممکن است فیش حقوقی به کارگران خود ندهند یا پرداخت ها را به شکل دستی انجام دهند.در این حالت ارائه فیش های واریز بانکی و گردش



می تواند به مامور تحقیق یا بازرس کار در تنظیم گزارش به نفع کارگر کمک کننده باشد.

در این گزارش به برخی از روشهای اثبات رابطه کارگرو کارفرما می پردازیم: بیمه: ماده ۱۴۸ قانون کار کارفرمایان را مکلف کرده کارگران مشغول در واحد خود را بیمه کنند. پرداخت حق بیمه توسط کارفرما قوی ترین دلیل برای اثبات وجود رابطه کارگری و کارفرمایی است.

قرارداد: وجود قرارداد کتبی معتبر بین کارفرما و کارگر یکی دیگر از روش های اثبات رابطه کاری است در واقع قرارداد کار اصلی ترین و مهم‌ترین موضوع در روابط کارگر و کارفرما به شمار می‌رود که در زمان شروع کار بین طرفین منعقد می‌شود.

بر اساس ماده ۷ قانون کار، قرارداد کار عبارت است از قرارداد کتبی یا شفاهی که به موجب آن کارگر در قبال دریافت حق‌السعی کاری را برای مدت موقت

تزییق ۴۶ هزار میلیارد ریال اعتبار به بخش کشاورزی آذربایجان شرقی

کشاورزی اختصاص یافته است.

وی افزود:به‌منظور توسعه تولیدات زراعی و خودکفایی در این حوزه بیش از ۶ هزار میلیارد ریال از تسهیلات به بخش زراعت اختصاص یافته است.

وی افزود: بخش قابل توجهی از تسهیلات، قریب به ۸ هزار میلیارد به صورت تسهیلات خرد کشاورزی که نقش مهمی در تأمین نیازهای مالی خانوارهای کشاورز و رونق کسب و کارهای کوچک کشاورزی دارد اعطاء شده است.

صمدی به تسهیلات پرداختی در بخش دام و طیور اشاره کرد و گفت: با توجه به اینکه تأمین پروتئین مورد نیاز جامعه، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است، نزدیک به ۶ هزار میلیارد ریال از اعتبارات پرداختی استان به آن اختصاص یافته است.



مدیر شعب بانک کشاورزی آذربایجان شرقی از تزییق ۴۶ هزار میلیارد ریال اعتبار به بخش کشاورزی استان خبر داد و گفت: این میزان اعتبار، تأثیر مستقیمی بر معیشت و اشتغال ۲۵ هزار متقاضی دریافت کننده تسهیلات داشته است. جواد صمدی اظهار کرد: بیشترین مبلغ پرداختی، بالغ بر ۱۲ هزار میلیارد ریال، به بخش مکانیزاسیون و ادوات و صنایع

سیم کارت‌های افراد متوفی قطع می‌شود



این دسته از سیم‌کارت‌ها، پیامک اطلاع‌رسانی با عنوان (مسک رگولاتوری) CRA برای بهره‌بردار سیم‌کارت ارسال شده و زمانبندی برای تعیین تکلیف مالکیت خط اعلام می‌شود. وراثت قانونی می‌توانند پس

از دریافت مدارک انحصار وراثت از مراجع قانونی، به دفاتر اپراتور خود مراجعه و برای تغییر مالکیت سیم‌کارت اقدام کنند. در صورت عدم مراجعه برای تعیین تکلیف خط براساس زمانبندی تعیین شده در پیامک اطلاع‌رسانی، سیم‌کارت شخص فوت شده، دو هفته پس از ارسال پیامک اطلاع‌رسانی، بصورت یک طرفه و ۱۷ روز پس از ارسال پیامک، بطور کامل قطع می‌شود.براساس بند «د» ماده ۸۵ قانون برنامه پنجساله هفتم پیشرفت ج. ا. ا به منظور پیشگیری از وقوع جرائم مرتبط با سیم‌کارت‌های تلفن همراه یا شناسه‌های

راهکارهای حمایت از صنعت فرش دستباف

کشور عرضه می شود.رئیس کمیسیون فرش، گردشگری و صنایع دستی اتق تعاون ایران با بیان اینکه فرش ایرانی از گذشته به عنوان کالای لوکس در بازارهای جهانی شناخته شده است، اظهار کرد: دنیا فرش را با ایران و ایران را با فرش آن می شناسد و صرفنظر از درآمدزایی و اشتغال آفرینی، ارزآوری قابل توجهی برای کشور به دنبال دارد.بهرامی تنوع بخشی به طرح های فرش را از

سالهای اخیر دانست که تمام مولفه‌های اقتصاد مقاومتی را دارد و گفت: فرش دستباف ایران نماد تمدن و فرهنگ اصیل ایرانی است که با طرح‌ها و نقشه‌های بی‌نظیر، جایگاه ویژه‌ای در هنر جهانی دارد.وی افزود: از محل این هنر صنعت بین ۶ تا ۷ میلیون نفر ارتزاق می‌کنند و حاصل تلاش صدها هزار هنرمند قالیباف، طرح و رنگرز در سراسر کشور در داخل و خارج

رئیس کمیسیون فرش، گردشگری و صنایع دستی اتق تعاون ایران، ارائه تسهیلات مالی، اجرای قانون بیمه قالیبافان و صنایع دستی همچنین حذف مصوبه تعهد ارزی را موجب رونق صنعت فرش دستبافت دانست و گفت: با توجه به تغییر سلیقه مصرف‌کنندگان، طراحی فرش‌های مدرن و متناسب با نیاز بازار ضروری است.

عبدالله بهرامی فرش دستباف را یکی از پایه‌های اقتصادی و صادراتی کشور در طول



پیام آذربایجان

یکشنبه ۱۴ بهمن ۱۴۰۳
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۰۷

روانشناسی

چرا افراد مبتلا به اختلال شخصیت مرزی در مکالمات اجتماعی دچار مشکل می‌شوند؟



مطالعه‌ای جدید نشان می‌دهد که افراد مبتلا به اختلال شخصیت مرزی (BPD) نمی‌توانند زمان‌بندی مناسب برای پاسخ دادن یا سکوت کردن را مدیریت کنند. این مشکل ممکن است به‌جای بی‌ادبی، به کمبود یک مهارت اساسی در تعاملات اجتماعی مربوط باشد.

زمان‌بندی در مکالمات یکی از مهارت‌های مهمی است که در هر نوع تعامل اجتماعی باید رعایت شود. در مکالمات طبیعی، افراد به‌طور ناخودآگاه تلاش می‌کنند تا زمان‌بندی مناسبی برای صحبت کردن داشته باشند و به طرف مقابل فرصت دهند تا نظر خود را بیان کند. با این حال، افرادی که مبتلا به اختلال شخصیت مرزی هستند، به دلیل مشکلاتی که در تنظیم احساسات و واکنش‌های آنی دارند، ممکن است نتوانند این زمان‌بندی را به درستی رعایت کنند. به عنوان مثال، ممکن است آن‌ها پیش از آنکه طرف مقابل تمام کند، شروع به صحبت کنند، زیرا احساسات‌شان آن‌ها را مجبور می‌کند که سریعاً واکنش نشان دهند و ذهن‌شان به‌سرعت به بدترین سناریوها می‌رسد.

حالا تصور کنید اگر در مکالمات شما هماهنگی زمانی همیشه به‌هم بریزد و باعث شود که دیگران احساس کنند شما بی‌توجه و بی‌احترم هستید. این همان چیزی است که محققان به آن اشاره کرده‌اند و نشان می‌دهند که افراد مبتلا به اختلال شخصیت مرزی با چنین چالش‌هایی روبه‌رو هستند. برای بررسی این موضوع، محققان آزمایشی طراحی کردند که در آن از شرکت‌کنندگان خواسته شد تا ضربات انگشتان خود را با یک زمان‌بندی خاص هماهنگ کنند. در این آزمایش، هیچ‌گونه هماهنگی زمانی از طرف «همکار» وجود نداشت، و هدف از آن بررسی نحوه واکنش افراد به عدم هماهنگی زمانی بود.

نتایج این آزمایش بر روی ۲۰۶ شرکت‌کننده نشان داد که افرادی که ویژگی‌های اختلال شخصیت مرزی را داشتند، قادر به هماهنگ‌سازی زمان‌بندی ضربات انگشتان خود نبودند و در نتیجه احساسات منفی و ناخوشایندی از قبیل احساس بی‌احترامی و رهاشدگی را تجربه کردند.

این مشکل در زمان‌بندی می‌تواند در روابط اجتماعی افراد مبتلا به BPD تأثیرات منفی زیادی داشته باشد. به دلیل ناتوانی در هماهنگ‌سازی زمان‌بندی‌ها، افراد ممکن است نتوانند ارتباطات مؤثری برقرار کنند و در نتیجه روابطشان دچار اختلال شود. این اختلالات می‌تواند باعث احساسات منفی همچون سرخوردگی، اضطراب و انزوای اجتماعی شود.

از طرف دیگر، برای افرادی که اختلال شخصیت مرزی ندارند، درک این مشکل و حساسیت به زمان‌بندی پاسخ‌ها می‌تواند به جلوگیری از سوءتفاهم‌ها کمک کند. به‌عنوان مثال، وقتی که فردی مبتلا به BPD در مکالمه زمانی زودتر از حد معمول پاسخ می‌دهد، افراد می‌توانند آن را به‌عنوان یک مشکل در زمان‌بندی تلقی کنند، نه یک رفتار بی‌احترامی عمدی. یکی از راهکارهایی که برای بهبود تعاملات اجتماعی افراد مبتلا به اختلال شخصیت مرزی پیشنهاد شده است، تمرین هماهنگ‌سازی زمان‌بندی است. این تمرین‌ها می‌توانند به‌صورت شبیه‌سازی‌های واقع‌گرایانه یا بازخورد ویدیویی انجام شوند تا افراد بتوانند مهارت‌های اجتماعی خود را در شرایط کنترل‌شده تقویت کنند. همچنین، ممکن است نیاز باشد که این افراد تحت آموزش‌های خاصی قرار گیرند تا بتوانند بهتر با نوسانات عاطفی خود کنار بیایند و مهارت‌های ارتباطی مؤثرتری داشته باشند.

اختلال شخصیت مرزی به‌طور جدی می‌تواند بر توانایی فرد در تنظیم زمان‌بندی مناسب در مکالمات تأثیر بگذارد. درک این مشکل و حساسیت به آن می‌تواند به افراد کمک کند تا سوءتفاهم‌ها را کاهش دهند و روابط اجتماعی خود را بهبود بخشند. در نهایت، مهم است که بدانیم افراد مبتلا به BPD قصد بی‌احترامی ندارند، بلکه این رفتارها به دلیل مشکلات در زمان‌بندی و ناپایداری عاطفی ایجاد می‌شوند.

اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی و «کیک زدگی مغز»

بسیاری از مردم، به ویژه نسل آلفا (متولد ۲۰۱۰ تاکنون) و نسل Z (متولد ۱۹۹۷ تا ۲۰۱۰)، شروع به کاهش توانایی خود در ارتباط دادن ایده‌ها یا تمرکز بر اهداف بلندمدت در نتیجه قرار گرفتن مداوم در معرض محتوای پراکنده کوتاه مدت در شبکه‌های اجتماعی کرده‌اند. این تأثیرات تا حدی شیوع یافته که کاربران به دنبال درک تأثیرات آن بر سلامت روان خود در همان پلتفرم‌هایی

استفاده مداوم از فناوری مدرن اثرات منفی بر سلامت روانی و رفتاری ما می‌گذارد؛ به گونه‌ای که شاهد «کیک زدگی مغز» خواهیم بود. با افزایش اعتیاد به پلتفرم‌هایی مانند TikTok و Instagram، ما بیشتر مستعد حواس پرتی و از دست دادن توانایی تمرکز موثر هستیم.

روش های سنتی خالی کردن خشم دیگر جواب نمی‌دهد



۱۹۶۰ و اوایل دهه ۱۹۷۰ پدیدار شد، و جانوف خود به یک چهره عمومی تبدیل شد. با این حال، عملاً هیچ مدرک علمی برای تأیید هیچ یک از ادعاهای جانوف وجود ندارد.

امروزه روانشناسان فریاد درمانی اولیه را رد می‌کنند و آن را در بهترین حالت شبه روانشناسی و در بدترین حالت یک عمل بالقوه مضر بی اعتبار می‌دانند. کل این رویکرد فاقد هرگونه پیامدهای اساسی است و حتی فرض اساسی آن، مبنی بر اینکه بزرگسالان می‌توانند تجربیات کودکی را به خاطر بیاورند، رد شده است.

اگرچه درمان اولیه جیغ این روزها طرفداران بسیار کمتری دارد، هنوز هم کسانی هستند که با آن موافقت و همچنین دیگرانی هستند که برخی از مفروضات آن را در مورد کاتارسیس جذب و اصلاح کرده‌اند. اتاق‌های خشم، مکان‌های ناهنجار، و انواع روش‌های فریاددرمانی، ویژگی‌های چشم‌انداز «درمان» هستند. اما همان محدودیت‌ها هنوز برطرف نشده است.

خطر پرخاشگری آنلاین

در سال ۲۰۱۳، یک مطالعه در مورد خشم در اینترنت نشان داد که کسانی که در سایت‌های فحاشی مشارکت داشتند، سطوح غیرعادی بالایی از خشم را نشان دادند آنها همچنین دریافتند کسانی که از این سایت‌ها استفاده می‌کردند، پیامدهای منفی ناشی از خشم خود را گزارش کردند، از جمله وارد شدن به دعوی فیزیکی و لفظی، آسیب‌دیدگی روابط، شکستن و آسیب رساندن به اموال و رانندگی خطرناک.

می‌توان استدلال کرد که افراد خشمگین ممکن است به این سایت‌ها کشیده شوند زیرا به آن‌ها اجازه می‌دهند تا بر اساس خشم خود عمل کنند، با این حال، این تحقیق نشان داد که شرکت در فحاشی (پرخاشگری و عتاب و خطاب)، مردم را به طور کلی عصبانی‌تر می‌کند. در بخش دوم مطالعه، آن‌ها از شرکت‌کنندگان خواستند تا پرخاش‌های دیگران را بخوانند و میزان تأثیر آن بر خلق و خوی آن‌ها را اندازه‌گیری کردند. آن‌ها همچنین از شرکت‌کنندگان خواستند که نسخه های خود را بنویسند. همانطور که احتمالاً پیش‌بینی می‌کردید، نتایج نشان داد که بدگویی باعث می‌شود بیشتر شرکت‌کنندگان احساس شادی کمتری داشته باشند و خشم آن‌ها افزایش یابد.

جایگزین‌هایی برای تخلیه خشم فروخورده

یک متا‌آنالیز جدید ۱۵۴ مطالعه قبلی (با مجموع بیش از ۱۰۰۰۰ شرکت‌کننده) در مورد خشم را بررسی کرد و دریافت که فعالیت‌هایی که برانگیختگی فیزیکی را کاهش می‌دهند برای کاهش آن بهتر هستند. حتی تمرین قدیمی دویدن در هنگام عصبانیت بیشتر احتمال دارد آتش خشم را شعله ور کرده تا آن را خاموش کند.

درعوض، فعالیت‌های کاهش‌دهنده برانگیختگی مانند تنفس عمیق، تمرکز حواس، مدیتیشن یا صرف وقت استراحت بسیار تأثیرگذارتر بودند. این تجزیه و تحلیل همچنین نشان داد که شرکت در ورزش‌هایی با اجزای تیمی، مانند ورزش‌های توپی، به کاهش برانگیختگی فیزیکی کمک می‌کند. این ممکن است به این دلیل باشد که آن‌ها عنصری از بازی را وارد فعالیت می‌کنند که ممکن است احساسات مثبت را افزایش دهد.

در نهایت، مزیت افزوده این فعالیت‌های کاهش انگیزتی این است که همگی ارزان و پایدار هستند. بنابراین می‌توانید آن‌ها را به عنوان راه حل‌های سالم تری هم برای ذهن و هم برای کیفیت پول خود در نظر بگیرید.

را برای پرداختن به این نوع هیجان عاطفی از طریق «کاتارسیس» توضیح دادند، فرآیندی که ایجاد احساسات قوی را از طریق ابزارهای مستقیم یا غیرمستقیم کاهش می‌دهد. بنابر استدلال فروید، پس از آزادسازی، فرد باید کمی تسکین ذهنی را تجربه کند. بدیهی است که این ساده‌سازی ریشه‌ای اندیشه‌های فروید است، اما با این وجود نشان می‌دهد که چگونه این اندیشه شروع به ورود به افکار عمومی کرد.

در طول قرن بیستم، روان‌کاو و دیگران تحت تأثیر فروید شروع به کشف قدرت کاتارسیس، به ویژه در رابطه با خشم، برای روان درمانی کردند. بنابراین، این کار اساس این اندیشه را در فرهنگ عامه قرار داد، اما پس از آن برخی از مدهای عجیب و غریب سلامتی به تقویت آن کمک کردند.

فریاد اولیه

در اوایل دهه ۱۹۷۰، یک مد جدید روانشناسی در آمریکا پدیدار شد که جان تازه‌ای را به یک اندیشه قدیمی دمید. فریاد درمانی اولیه، زاینده ذهن آرتور جانوف روانشناس، (که به شدت تحت تأثیر فروید) بود مبدع این ایده بود که روان رجوری ناشی از درد عاطفی سرکوب شده در اوایل کودکی است. این «تروما» که می‌تواند ناشی از عدم توجه والدین، عدم شیردهی و در واقع مشکلات زمان تولد باشد، فقط از طریق یک رهاسازی دراماتیک و قدرتمند مانند فریاد زدن قابل حل است.

جانوف با توجه به کتاب محبوب و تأثیرگذار خود، «فریاد اولیه»، که اولین بار در سال ۱۹۷۰ منتشر شد، پس از مشاهده پیشرفت درمانی در یکی از بیماران دانشجوی خود در سال ۱۹۶۷ به این کشف رسید. در آن زمان، مرد جوانی به نام دنی ویلسون، مجذوب نمایشی در لندن شده بود که در آن مرد باغی مدام پدر و مادرش را صدا می‌کرد.

جانوف با درک اینکه چگونه این اجرا به وضوح بر ویلسون تأثیر گذاشته، این دانشجو را تشویق کرد تا مادر و پدرش صدا بزنند. پس از مدتی متقاعد کردن، ویلسون تسلیم شد. پس از آنکه ویلسون با فریاد پدر و مادرش را صدا زد اوضاع دراماتیک شد. همانطور که جانوف به یاد می‌آورد: ویلسون به طرز محسوس ناراحت شد و ناگهان از شدت درد روی زمین به خود پیچید. تنفس ویلسون تند و مشابه حالت تشنج بود و عبارت «مامان بابا! با جیغ های بلند از دهانش بیرون می‌آمد. سرانجام ویلسون پس از چند دقیقه تشنج روی زمین، فریادی هولناک و مرگبار که دیوارهای دفتر جانوف را به لرزه درآورد از خود رها کرد.

ظاهراً، این فریاد اولیه، فریادی که از بطن او بیرون می‌آمد، نشان‌دهنده نوعی راه‌حل عاطفی برای ویلسون بود، که فقط می‌توانست بگوید من موفق شدم نمی‌دانم چیست، اما می‌توانم احساس موفقیت کنم.

این مبنای روش جانوف شد، که او از آن به عنوان تنها راه برای تسکین آسیب‌های عاطفی دفاع می‌کرد. مطمئناً، یک فرد می‌تواند از طریق روش‌های مختلف گریه کردن، صحبت کردن، یا جیغ زدن آسیب ظاهری دوران کودکی خود را از ذهن خود خارج کند، اما با این وجود لازم بود تا جایی که بتواند آن رویداد آسیب‌زا را دوباره تجربه کرده و دوباره تجربه کند. کتاب «فریاد اولیه» مملو از توصیفات و تأیید است، و این مدل رها کردن احساس خشم و غم دوران کودکی در میان افراد مشهور تأثیرگذار آن زمان مانند جیمز ارل جوز، راجر ویلیامز، جان لنون و یوگو اوانو محبوب شد. این ایده همچنین در چارچوب جنبش‌های ضدفرهنگ حاکم اواخر دهه

معمولاً از طریق چکش یا سایر ابزار قابل چرخش، نویدبخش طیف وسیعی از مزایای کاتارکتیک (تخلیه احساسی است. مطابق با نظریه روانکاوی، این تخلیه احساسی به نیاز به فرونشاندن تضادهای ناخودآگاه مرتبط است) هستند که نه تنها سرگرم کننده، بلکه درمان کننده نیز هستند.

کسانی که دارای گرایش دیجیتالی‌تر هستند، می‌توانند به صورت آنلاین از طریق سایت های طراحی شده ویژه ای که به بازدیدکنندگان اجازه می‌دهد خشم خود را با کلمات (پرخاشگری، فحاشی و عتاب و خطاب) از بین ببرند. حتی توانایی خواندن و اظهار نظر در مورد روایت‌های دیگران درباره عصبانیت‌شان وجود دارد.

تخلیه خشم؛ مفید یا مضر؟

مدتی است که روانشناسان و سایر متخصصان سلامت روان مفروضات زیربنای این مزایای فرضی را زیر سؤال برده‌اند. بر خلاف یک افسانه روانشناسی رایج، به نظر می‌رسد تخلیه خشم ممکن است در واقع بیشتر مضر باشد تا مفید و ممکن است احتمال اینکه فردی در آینده با پرخاشگری رفتار کند، بیشتر شود.

افزایش فشار و رهاسازی

مانند بسیاری از ایده‌های رایج روان‌شناسی که امروزه در جریان است، این باور که خشم چیزی است که باید رها شود را می‌توان به اواخر قرن نوزدهم نسبت داد. در آن زمان، افراد علاقه مند به عملکرد مانند زیگموند فروید، ایجاد احساسات عاطفی را با عباراتی مشابه مایعات و سیستم‌های تحت فشار توصیف کردند. بر اساس این طرز تفکر، که برخی آن را مدل هیدرولیک احساسات نامیده‌اند، فشار عاطفی می‌تواند تا حدی ذهن ما را تحت تأثیر قرار دهد که باعث فشار روانی و علائم عصبی شود. فروید و همکارش جوزف بروئر در کتاب خود با عنوان مطالعات هیستری در سال ۱۸۹۵ راهایی



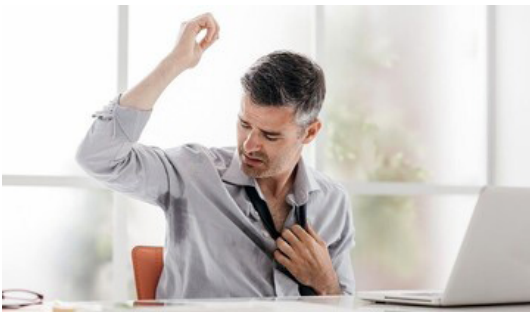
پیام آذربایجان

یکشنبه ۱۴ بهمن ۱۴۰۳
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۰۷

سیالوگ

ایستگاه سلامت

آیا تعریق به سوزاندن کالری کمک می‌کند؟



برخی کارشناسان دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی بر این باورند که برخلاف تصور رایج، عرق کردن در حین ورزش برای سوزاندن کالری ضروری نیست. تعریق به تنهایی باعث سوزاندن کالری نمی‌شود، اما ممکن است به کاهش موقتی وزن آب بدن کمک کند. تعریق مکانیزم بدن برای تنظیم دمای داخلی است تا بتواند عملکردهای ضروری خود را انجام دهد. هنگام ورزش، احساس اضطراب، مصرف غذاهای تند یا قرار گرفتن در محیط‌های گرم، میزان تعریق ممکن است افزایش یابد.

آیا تعریق می‌تواند وزن را کاهش دهد؟

سلمانه یوسفی مقدم کارشناس دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت در این زمینه به خبرنگار ایرنا گفت: تعریق ممکن است به کاهش موقتی وزن آب بدن منجر شود. عرق شامل ۹۹ درصد آب و یک درصد کربوهیدرات، نمک، پروتئین و اوره است. وقتی افراد عرق می‌کنند، آب از طریق پوست دفع می‌شود که ممکن است به طور موقت کاهش وزن را نشان دهد. با این حال، پس از نوشیدن مایعات و بازگرداندن آب بدن، وزن معمولاً به حالت اولیه بازمی‌گردد. وی اظهار داشت: هر فرآیندی در بدن نیاز به انرژی دارد و غدد عرق انرژی خود را از گلوکز موجود در خون تأمین می‌کنند. اما میزان انرژی مصرفی غدد عرق بسیار ناچیز است و به کالری‌سوزی قابل توجهی منجر نمی‌شود.

آیا تعریق بیشتر به معنی سوزاندن کالری بیشتر است؟

به گفته وی، تعریق در هنگام ورزش معمولاً نشان‌دهنده صرف انرژی است. هر چه انرژی بیشتری مصرف شود، دمای مرکزی بدن افزایش می‌یابد که باعث افزایش تعریق می‌شود. برخی تصور می‌کنند که ورزش در دمای بالا کالری بیشتری می‌سوزاند، اما این درست نیست.

مطالعه‌ای در سال ۲۰۲۰ اثرات انجام یوگا در محیط گرم و دمای اتاق را مقایسه کرد. نتایج نشان داد که ضربان قلب و کالری مصرفی در هر دو محیط مشابه است و ورزش در گرما باعث کالری‌سوزی بیشتر نمی‌شود. با این حال، محققان دریافتند که انعطاف‌پذیری لگن و استفاده بدن از چربی به عنوان منبع انرژی در گروهی که یوگای گرم انجام داده بودند، بهتر بود.

آیا می‌توان بدون تعریق کالری سوزاند؟

یوسفی مقدم ادامه داد: بدن به طور مداوم برای انجام وظایف اساسی خود مانند هضم غذا، گردش خون و تنفس از انرژی استفاده می‌کند. میزان کالری‌سوزی که بدن فقط برای انجام این عملکردهای پایه نیاز دارد، «نرخ متابولیک پایه» (BMR) نامیده می‌شود. BMR بسته به جنسیت، اندازه و سن افراد متفاوت است. فعالیت‌های اضافی کالری بیشتری نسبت به BMR می‌سوزاند. هر فعالیتی، از جمله بالا رفتن از پله‌ها، جاروبرقی کشیدن یا حتی تکان دادن پاها هنگام نشستن پشت میز، کالری می‌سوزاند. افرادی که می‌خواهند کالری بیشتری بسوزانند، می‌توانند تلاش کنند تا حرکت بیشتری را به فعالیت‌های روزمره خود اضافه کنند. وی اظهار داشت: ورزش‌های متوسط مانند پیلاتس و یوگا ممکن است دمای مرکزی بدن را به اندازه ورزش‌های شدید هوایی افزایش ندهند و تعریق کمتری ایجاد کنند، اما همچنان به سوزاندن کالری کمک می‌کنند. یوسفی مقدم اظهار داشت: این نوع ورزش‌ها می‌توانند به افزایش توده عضلانی کلی کمک کنند، و افرادی که توده عضلانی بیشتری دارند، در حالت استراحت کالری بیشتری نسبت به افرادی با توده عضلانی کمتر می‌سوزانند. هر چه عضله بیشتر باشد، بدن انرژی بیشتری مصرف می‌کند.

چگونه کالری بسوزانیم و به طور ایمن وزن کم کنیم؟

وی تأکید کرد: برای کاهش وزن، فرد باید کالری بیشتری نسبت به میزان مصرف خود از طریق غذا و نوشیدنی بسوزاند. این کارشناس ادامه داد: ایده رایج این است که افراد باید ۳۵۰۰ کالری بیشتر از مقدار مصرف خود بسوزانند تا یک پوند چربی بدن از دست بدهند. اگرچه این تخمین در مراحل اولیه کاهش وزن مفید است، اما ممکن است با سازگاری بدن و کاهش نرخ متابولیک، کسری کالری مورد نیاز افزایش یابد. مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها (CDC) نیز توصیه می‌کند که حدود ۱ تا ۲ پوند در هفته وزن کم کنید. همچنین توصیه‌های CDC نیز برای کاهش وزن ایمن دارد که شامل شناسایی موانع کاهش وزن و یافتن راه‌حل‌های مناسب، برنامه‌ریزی و تعیین اهداف کوتاه‌مدت و واقع‌بینانه، مصرف یک رژیم غذایی مغذی شامل غذاهای گیاهی و کامل که کمترین فربآوری را دارند، فعالیت بدنی روزانه برای افزایش مصرف انرژی، حداقل ۱۵۰ دقیقه ورزش با شدت متوسط در هفته، از جمله تمرینات تقویت عضلات و حداقل ۷ ساعت خواب با کیفیت در شبانه‌روز است.

خطر پریدن قند در گلو۷ کودکان ؛ زنگ هشدار۷ برای خانواده‌ها

قند در گلو۷ قرار دارند که می‌تواند منجر به انسداد راه تنفسی و حتی مرگ شود.

وی با تأکید بر اهمیت نظارت والدین و اطرافیان اظهار داشت: قرار دادن قند۷ان در محل‌هایی دور از دسترس کودکان و استفاده از ظرف‌هایی با دریوش ایمن می‌تواند از وقوع چنین حوادثی جلوگیری کند و آموزش والدین در خصوص اقدامات اولیه در مواقع خفگی کودکان، ضروری است. شادی نیا از خانواده‌ها خواست تا در هنگام مصرف قند یا مواد مشابه، کودکان خردسال را به منظور جلوگیری

سخنگوی اورژانس آذربایجان شرقی نسبت به مخاطرات ناشی از دسترسی آسان کودکان به قند۷ان و خطر پریدن قند در گلو۷ آن‌ها هشدار داد.

وحید شادی نیا با اشاره به موارد گزارش‌شده از حوادث مرتبط با پریدن

سبزیجات را خام بخوریم یا پخته؟

تحقیقات نشان می‌دهد روش‌های مختلف پخت بر ارزش غذایی سبزیجات تأثیر دارد اما این تفاوت تنها به انتخاب بین سبزیجات خام و پخته محدود نمی‌شود. حتی مدت زمان پخت، روش پخت و میزان حرارت نیز می‌توانند بر مقدار مواد مغذی آن تأثیر بگذارند. بسیاری از افراد تصور می‌کنند سبزیجات خام همیشه سالم‌تر از نوع پخته آنها هستند اما این تصور همیشه درست نیست.

متخصصان تغذیه می‌گویند در برخی موارد پختن سبزیجات نه تنها باعث از بین رفتن مواد مغذی نمی‌شود بلکه به بدن کمک می‌کند تا ترکیبات مفید آن را بهتر جذب کند.

تحقیقات نشان می‌دهد روش‌های مختلف پخت بر ارزش غذایی سبزیجات تأثیر دارد اما این تفاوت تنها به انتخاب بین سبزیجات خام و پخته محدود نمی‌شود. حتی مدت زمان پخت، روش پخت و میزان حرارت نیز می‌توانند بر مقدار مواد مغذی آن تأثیر بگذارند.

حرارت دادن به سبزیجات علاوه بر نرم کردن دیواره‌های سلولی و کمک به هضم بهتر، ساختار آنها را تغییر می‌دهد. این تغییرات گاهی باعث کاهش مواد مغذی می‌شود و گاهی جذب آنها را برای بدن آسان‌تر می‌کند.

کارلین توماس، متخصص تغذیه در ایالات ویرجینیا می‌گوید گاهی اوقات سبزیجات پخته حتی مغذی‌تر از نوع خام آن هستند. به‌عنوان مثال، گوجه‌فرنگی

پخته مقدار بیشتری آنتی‌اکسیدان لیکوپین آزاد می‌کند. این آنتی‌اکسیدان در پیشگیری از سرطان مؤثر است. همچنین بدن می‌تواند بتاکاروتن موجود در هویج پخته را بهتر جذب کند.

در عین حال کبابی کردن کدوخلوایی، هویج و سیب‌زمینی شیرین میزان کاروتنوئیدها را افزایش می‌دهد. این ترکیباتی رنگدانه‌ای که خاصیت آنتی‌اکسیدانی دارند و به کاهش التهاب در بدن کمک می‌کنند. بسیاری از افراد کنجکاو هستند که چه سبزیجاتی را خام بخورند و کدام را پخته مصرف کنند.

کارلین توماس در پاسخ به این سوال می‌گوید بهترین سبزیجات و نوع روش پختشان، همان‌هایی هستند که واقعا میل به خوردنشان دارید.

او در ادامه توضیح می‌دهد که بسیاری از مردم با نیت مصرف سبزیجات بیشتر، مقدار زیادی سبزیجات تازه می‌خرند اما در نهایت از آنها استفاده نمی‌کنند. در چنین شرایطی مهم نیست که سبزیجات

چرا شب‌ها این قدر گاز معده داریم؟

شیرین‌کننده‌های مصنوعی مانند زایلیتول و مانیتول هم به سختی هضم می‌شوند و باعث تولید گاز بیشتر می‌شوند.

مصرف زیاد فیبر در یک وعده

فیبر برای سلامتی ضروری است، اما اگر مقدار زیادی از آن را یک‌باره مصرف کنید (مثلاً یک کاسه بزرگ سالاد در شام)، ممکن است شکمتان با تولید گاز اضافی واکنش نشان دهد.

لبنیات و کربوهیدرات‌های خاص

برخی افراد به لاکتوز موجود در لبنیات حساس هستند و مصرف شیر یا بستنی می‌تواند موجب نفخ شدید شود. همچنین برخی مواد غذایی مانند حبوبات و سبزیجاتی مثل بروکلی و کلم در دسته‌ی FODMAPs قرار می‌گیرند که می‌توانند گاز بیشتری تولید کنند.

کم‌تحرکی و یبوست

اگر بعد از شام فعالیت بدنی نداشته باشید، هضم غذا کندتر می‌شود و ممکن است تا شب دچار نفخ و گاز شوید.

چطور از شر گاز معده در شب خلاص شویم؟

- وعده‌های غذایی کوچک‌تر و منظم بخورید تا از پرخوری در شب جلوگیری کنید.
- فیبر را تدریجی افزایش دهید و همراه آن آب کافی بنوشید.
- به‌آرامی غذا بخورید و از صحبت کردن هنگام غذا پرهیز کنید تا هوای اضافی وارد معده نشود.
- از غذاهای محرک دوری کنید و رژیم غذایی خود را بررسی کنید تا ببینید چه خوراکی‌هایی برای شما مشکل‌ساز هستند.
- بعد از شام کمی پیاده‌روی کنید تا هضم غذا بهتر صورت گیرد.

اگر نفخ و گاز معده شما دائمی شده و با علائمی مانند درد، کاهش وزن یا اسهال همراه است، بهتر است با پزشک مشورت کنید.



نفخ و گاز شبانه مشکلی رایج اما قابل کنترل است. با تغییر چند عادت ساده در رژیم غذایی و سبک زندگی، می‌توانید شب‌های آرام‌تری داشته باشید. پس از همین امشب شروع کنید!

تصور کنید بعد از یک روز پرمشغله، در حال استراحت هستید اما احساس نفخ و گاز معده آزارش شبانه‌تان را بر هم می‌زند! آیا تا به حال از خود پرسیده‌اید چرا شب‌ها بیشتر دچار گاز معده می‌شوید؟ شاید مقصر اصلی همان عادت‌های غذایی روزانه شما باشد. در این باره چند دلیل مطرح است.

شام حجیم و سریع‌خوری

اگر عادت دارید آخر شب یک وعده سنگین بخورید، مخصوصاً با سرعت زیاد، احتمالاً در حال بلعیدن هوای زیادی هستید که باعث افزایش گاز می‌شود.

نوشیدنی‌های گازدار و نی نوشیدن

نوشیدنی‌های گازدار پر از دی‌اکسیدکربن هستند که مستقیماً در شکم تبدیل به نفخ می‌شود. استفاده از نی نیز مشکل را بدتر می‌کند، چون هوای بیشتری وارد معده می‌شود.

آدامس و قندهای مصنوعی

جویدن آدامس، به‌ویژه انواع بدون قند، می‌تواند معده شما را پر از هوا کند. برخی



در چربی را نیز بالا می‌برد.

در نتیجه بدن می‌تواند ویتامین A را بهتر از کدوخلوایی، هویج و سیب‌زمینی شیرین، ویتامین D را از قارچ، ویتامین E را از فلفل دلمه‌ای، سبزیجات برگ‌دار و مارچوبه و ویتامین K را از سبزیجاتی مانند بروکلی و پیاز دریافت کند.

پانکوپین توصیه می‌کند برای تفت دادن سبزیجات از مقدار کمی روغن و حرارت متوسط استفاده شود. نکته مهم این است که به اندازه‌ای روغن اضافه شود که سبزیجات به ماهی‌تابه نچسبند اما نباید آن‌قدر زیاد باشد که روغن در کف ظرف جمع شود.

برای کبابی کردن سبزیجات در فر معمولاً مقدار روغن باید دو برابر میزان مورد نیاز برای تفت دادن باشد. اگرچه کبابی کردن زمان بیشتری نسبت به روش‌های دیگر نیاز دارد اما همچنان مواد مغذی سبزیجات را حفظ می‌کند و باعث ایجاد طعم بهتر از طریق کاراملی شدن قندهای طبیعی آنها می‌شود.

سیگار قاتل ریه‌ها است؛ آمار رو به افزایش سرطان ریه در زنان

فوق تخصص ریه به ارتباط مستقیم سرطان ریه با مصرف سیگار و اهمیت پیشگیری و تشخیص زودهنگام اشاره کرد. محمدرضا زاهدپور انارکی فوق تخصص ریه به تشریح خطرات و علائم سرطان ریه پرداخت. وی با اشاره به اینکه سرطان ریه یکی از شایع‌ترین سرطان‌ها و اصلی‌ترین عامل مرگ ناشی از سرطان است، تأکید کرد که این بیماری ارتباط مستقیمی با مصرف دخانیات به ویژه سیگار دارد.

زاهدپور انارکی افزود: سرطان ریه به‌ویژه در افرادی که سیگار می‌کشند، بعد از حدود ۲۰ سال مصرف ممکن است خود را نشان دهد. علائم ابتدایی مانند سرفه مداوم، خلط خونی یا مشکلات تنفسی ممکن است به اشتباه به بیماری‌های دیگری مانند برونشیت مزمن نسبت داده شود. وی همچنین گفت: در صورت تشخیص زودهنگام، درمان سرطان ریه امکان‌پذیر است و جراحی به عنوان بهترین روش درمانی در مراحل اولیه مطرح است. ولی متأسفانه، در بسیاری از موارد، سرطان ریه در مراحل پیشرفته تشخیص داده می‌شود که درمان را دشوارتر می‌کند.

این فوق تخصص ریه ادامه داد: در افراد غیر سیگاری هم اگر با مواد شیمیایی در ارتباط هستند هم می‌تواند باعث سرطان شود که در برخی مشاغل استفاده از مواد شیمیایی را می‌بینیم، آلودگی هوا هم یکی از عوامل است که ترکیبات بنزین و سوخت‌های سنگین تقلیه و آلاینده‌هایی که در نیروگاه‌ها و پالایشگاه‌ها آزاد می‌شود نیز جز عوامل سرطان را هستند.

زنان پیشرو در سرطان ریه هستند

وی افزود: نکته جالب این است که سرطان خانم‌ها در خانم‌هایی که سیگار با قلیون می‌کشند نیز بیشتر اتفاق می‌افتد که به دلیل وجود مسائل هورمونی است و زنان نسبت به مردان بیشتر در معرض سرطان ریه هستند.

سیگار! قاتل خاموش

این فوق متخصص ریه به افزایش سطح آگاهی عمومی در خصوص خطرات سیگار و دیگر عوامل مؤثر در بروز سرطان ریه اشاره کرد و گفت: یکی از مهم‌ترین اقدامات پیشگیرانه، امتناع از مصرف سیگار است. آلودگی هوا، مواد شیمیایی صنعتی و الکل نیز از عوامل تشدیدکننده بیماری هستند. زاهدپور انارکی ادامه داد: که برنامه‌های آموزشی در مدارس و رسانه‌ها باید برای اطلاع‌رسانی در مورد خطرات سیگار و دخانیات به‌طور جدی‌تر پیگیری شوند.

زندگی سالم مسیر دوری از سرطان است

وی در پایان تأکید کرد که مردم باید با رعایت سبک زندگی سالم، از ابتلاء به سرطان‌هایی که قابل پیشگیری هستند، پیشگیری کنند و چکاپ‌های منظم به‌ویژه برای افرادی که سابقه سیگار کشیدن دارند، بسیار حیاتی است.

مردم کدام کشور اروپایی افسرده‌ترند؟



مطالعه جدیدی که بر اساس داده‌های نظرسنجی سلامت اروپایی انجام شده، تصویری نگران‌کننده از وضعیت افسردگی در کشورهای مختلف اروپا ارائه می‌دهد. این مطالعه اختلاف چشمگیری در میزان افسردگی میان مناطق مختلف اروپا و گروه‌های سنی را آشکار کرده است.

براساس یک مطالعه جدید، فرانسه احتمالاً پیش از همه‌گیری کرونا بالاترین نرخ افسردگی را در میان کشورهای اروپایی داشته است. این مطالعه که توسط دبایرتمان آمار وزارت بهداشت و امور اجتماعی فرانسه انجام شده، نرخ افسردگی در فرانسه بیش از همه‌گیری کرونا حدود ۱۱ درصد بوده که بالاتر از سایر کشورهای اروپا گزارش شده است.

این مطالعه بر اساس داده‌های نظرسنجی سلامت اروپایی تهیه شده است؛ نظرسنجی که هر شش سال یک‌بار انجام می‌شود و اطلاعات

مربوط به حدود ۳۰ هزار نفر از کشورهای عضو اتحادیه اروپا، نروژ، ایسلند و صربستان در آن گردآوری شده است.

چرا نرخ افسردگی در فرانسه بالا است؟

ژوسلین کابوش، مدیر تحقیقات افتخاری در مرکز ملی تحقیقات علمی فرانسه (CNRS) و متخصص علوم اعصاب در دانشگاه سوربون می‌گوید: توضیح مشخصی برای نرخ بالای افسردگی در فرانسه وجود ندارد، اما این مسئله ممکن است ناشی از «تجمع عوامل مختلف» باشد.

چه عواملی در افسردگی کشورهای اروپایی نقش دارند؟

این گزارش وضعیت سلامت روان را در دو گروه سنی جوانان ۱۵ تا ۲۴ ساله و سالمندان بالای ۷۰ سال بررسی کرده است.

نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که کشورهای شمال و غرب اروپا بالاترین نرخ افسردگی را دارند. هرچند افسردگی درمیان جوانان کشورهای جنوب و شرق اروپا کمتر دیده می‌شود اما میزان افسردگی افراد بالای ۷۰ سال در این مناطق به‌طور قابل‌توجهی بالا است. به‌عنوان مثال، نرخ افسردگی در میان سالمندان در پرتغال، رومانی و کروواسی بیش از ۱۵ درصد گزارش شده است.

بر اساس این داده‌ها در میان سالمندان، زنان بیشتر از مردان با افسردگی مواجه هستند و سالمندانی که از سلامت جسمانی ضعیفی برخوردارند، بیشتر در معرض این مشکل قرار می‌گیرند.

نویسندگان این گزارش می‌گویند نرخ بالای افسردگی در کشورهای شرق و جنوب اروپا می‌تواند به وضعیت ضعیف‌تر سلامت جسمانی سالمندان در این مناطق مرتبط باشد. به عنوان مثال در کشورهایی مانند کروواسی و لتونی، جایی

۷

پیام‌آذربایجان

دوشنبه ۸ بهمن ۱۴۰۳
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۰۴

جامع‌شناسی

سالمندان در کشورهای جنوب شرقی اروپا را یکی از نکات قابل توجه این مطالعه توصیف کرد. او همچنین تأکید کرد این واقعیت که جوانان در کشورهای شمال اروپا بیش از سایر مناطق با افسردگی مواجه هستند، بسیار حائز اهمیت است. انزوای اجتماعی، بیکاری، ترک تحصیل و سطح پایین درآمد از عوامل کلیدی‌ای هستند که در تشدید افسردگی میان جوانان نقش داشته‌اند.

با این حال کابوش می‌گوید که رسانه‌های اجتماعی نیز می‌توانند با ترویج مقایسه‌های اجتماعی مخرب، ایجاد نگرانی درباره ظاهر، کاهش مدت خواب و افزایش خطر آزارهای اینترنتی، نقش مهمی در افزایش افسردگی جوانان ایفا کنند. نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که وضعیت نامناسب سلامت جسمانی در میان جوانان، خطر ابتلا به افسردگی را تا ۳۲ درصد افزایش می‌دهد.

افسرده‌ترین جوانان اروپا در شمال

درمیان جوانان اروپایی بالاترین نرخ افسردگی در کشورهای شمال اروپا از جمله دانمارک، سوئد و فنلاند مشاهده شده است. پس از این کشورها جوانان در کشورهای غرب اروپا بیشترین میزان افسردگی را تجربه کرده‌اند. افسردگی در میان جوانان کشورهای شرق و جنوب اروپا کمتر گزارش شده است. لیسا تروی، نویسنده این تحقیق از بخش تحقیقات و مطالعات بین‌المللی DREES، تفاوت چشمگیر میان نرخ افسردگی جوانان و

شناسه آگهی ۱۸۶۷۰۸۲

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین‌نامه قانون تعیین تکلیف ساختمان‌های فاقد سند رسمی

۳۶. آقای عبدالله انوروره نقی فرزند رزاق به ش.ش.۲۰۸ صادره از تبریز شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۵۹۹۶۱ مترمربع مفروزی از پلاک ۶ اصلی بخش ۱۰ تبریز با مختصات X=۶۰۵۷۷۸ و Y=۴۲۰۴۸۸۷=

۳۷. آقای حسن اکبری ورنق فرزند علی به ش.ش.۱۸۸ صادره از تبریز مقدار ۱۲۰۹۰۰ سهم مشاع از۴۹۱۲۸۹ سهم از شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۴۹۱۲/۸۹ مترمربع مفروزی از پلاک ۶ اصلی بخش ۱۰ تبریز با مختصات X=۶۰۳۵۳۰ و Y=۴۲۰۶۱۱۰=
۳۸. آقای حمید اکبری ورنق فرزند علی به ش.ش.۲۴۸ صادره از تبریز مقدار ۱۱۰۸۰۰ سهم مشاع از۴۹۱۲۸۹ سهم از شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۴۹۱۲/۸۹ مترمربع مفروزی از پلاک ۶ اصلی بخش ۱۰ تبریز با مختصات X=۶۰۳۵۳۰ و Y=۴۲۰۶۱۱۰=
۳۹. خانم رقیه اکبری ورنق فرزند علی به ش.ش.۳۲۵ صادره از تبریز مقدار ۸۱۵۰۰ سهم مشاع از۴۹۱۲۸۹ سهم از شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۴۹۱۲/۸۹ مترمربع مفروزی از پلاک ۶ اصلی بخش ۱۰ تبریز با مختصات X=۶۰۳۵۳۰ و Y=۴۲۰۶۱۱۰=
۴۰. خانم طویه اکبری ورنق فرزند علی به ش.ش.۳۸۸۳ صادره از تبریز مقدار ۴۳۰۰۰ سهم مشاع از۴۹۱۲۸۹ سهم از شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۴۹۱۲/۸۹ مترمربع مفروزی از پلاک ۶ اصلی بخش ۱۰ تبریز با مختصات X=۶۰۳۵۳۰ و Y=۴۲۰۶۱۱۰=
۴۱. خانم فاطمه کبرای ورنق فرزند اکبر به ش.ش.۱۸۶ صادره از تبریز مقدار ۱۶۰۳۳۲ سهم مشاع از۵۸۹۱۴۴۱ سهم از شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۵۸۹۱۴/۴۱ مترمربع مفروزی از پلاک ۶ اصلی بخش ۱۰ تبریز با مختصات X=۶۰۴۳۵۸ و Y=۴۲۰۵۸۱۴=

۴۲. آقای محم‌حسین کبرای ورنق فرزند اکبر به ش.ش.۲۳۴ صادره از تبریز مقدار ۲۵۴۸۴۷۷ سهم مشاع از ۵۸۹۱۴۴۱ سهم از شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۵۸۹۱۴/۴۱ مترمربع مفروزی از پلاک ۶ اصلی بخش ۱۰ تبریز با مختصات X=۶۰۴۳۵۸ و Y=۴۲۰۵۸۱۴=

۴۳. خانم پروین نوریان خلجانی فرزند حسن به ش.ش.۲۳۳ صادره از تبریز مقدار ۲۱۱۳۳۲ سهم مشاع از ۱۵۶۷۹۹۰ سهم از شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۵۶۷۹/۹ مترمربع مفروزی از پلاک ۶ اصلی بخش ۱۰ تبریز با مختصات X=۶۰۴۹۲۴ و Y=۴۲۰۶۱۱۱=

۴۴. آقای حسین نوریان خلجانی فرزند حسن به ش.ش.۵۹۶۹ صادره از تبریز مقدار ۵۲۲۶۱۳ سهم مشاع از ۱۵۶۷۹۹۰ سهم از شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۵۶۷۹/۹ مترمربع مفروزی از پلاک ۶ اصلی بخش ۱۰ تبریز با مختصات X=۶۰۴۹۲۴ و Y=۴۲۰۶۱۱۱=

۴۵. خانم نسرین نوریان خلجانی فرزند حسن به ش.ش.۷۱۶۱ صادره از تبریز مقدار ۲۱۱۳۳۲ سهم مشاع از ۱۵۶۷۹۹۰ سهم از شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۵۶۷۹/۹ مترمربع مفروزی از پلاک ۶ اصلی بخش ۱۰ تبریز با مختصات X=۶۰۴۹۲۴ و Y=۴۲۰۶۱۱۱=

۴۶. خانم کبری نوریان خلجانی فرزند حسن به ش.ش.۵۵۲۵ صادره از تبریز مقدار ۲۱۱۳۳۲ سهم مشاع از ۱۵۶۷۹۹۰ سهم از شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۵۶۷۹/۹ مترمربع مفروزی از پلاک ۶ اصلی بخش ۱۰ تبریز با مختصات X=۶۰۴۹۲۴ و Y=۴۲۰۶۱۱۱=

۴۷. خانم نیر نوریان خلجانی فرزند حسن به ش.ش.۱۶ صادره از تبریز مقدار ۲۱۱۳۳۲ سهم مشاع از ۱۵۶۷۹۹۰ سهم از شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۵۶۷۹/۹ مترمربع مفروزی از پلاک ۶ اصلی بخش ۱۰ تبریز با مختصات X=۶۰۴۹۲۴ و Y=۴۲۰۶۱۱۱=
۴۸. خانم ثریا اکبری ورنق فرزند میرزاآقا به ش.ش.۵ صادره از تبریز مقدار ۹۹۴۷۰ سهم مشاع از۶۲۲۴۰ سهم از شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۹۹۴۷۰ مترمربع مفروزی از پلاک ۶ اصلی بخش ۱۰ تبریز با مختصات X=۶۰۳۰۵۵ و Y=۴۲۰۶۱۱۳۴=

۴۹. آقای علی اکبری ورنق فرزند علی به ش.ش.۲۴۹ صادره از تبریز مقدار ۷۴۸۹۰ سهم مشاع از ۱۴۶۲۵۸ سهم از شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۴۶۲/۵۸ مترمربع مفروزی از پلاک ۶ اصلی بخش ۱۰ تبریز با مختصات X=۶۰۳۱۱۷ و Y=۴۲۰۶۱۷۴۵=
۵۰. خانم رقیه نعمانی خلجان فرزند قنبر به ش.ش.۳۴۴۵ صادره از تبریز مقدار ۶۶۵۲۵ سهم مشاع از ۱۰۴۰۶۰ سهم از شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۰۴۰/۶ مترمربع مفروزی از پلاک ۶ اصلی بخش ۱۰ تبریز با مختصات X=۶۰۶۲۸۴ و Y=۴۲۰۸۳۷۸=

آگهی در ۲ نوبت به فاصله ۱۵ روز منتشر می‌گردد و در صورتی که اشخاص نسبت به آراء صادره به نام متقاضیان اعتراض داشته باشند از تاریخ انتشاراولین آگهی به مدت ۲ ماه و در روستاها از تاریخ الصاق آگهی در محل به مدت ۲ ماه اعتراض خود را مستقیماً به اداره ثبت اسناد و املاک منطقه غرب تبریز تسلیم و رسید اخذ نمایند. معترض باید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض مبادرت به تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل نماید و گواهی تقدیم دادخواست را به اداره ثبت محل تسلیم نماید و در اینصورت اقدامات ثبت موکول به ارائه حکم قطعی دادگاه است در صورتی که اعتراض در مهلت قانونی واصل نگردد و یا معترض گواهی تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل را ارائه نکند، اداره ثبت محل باید مبادرت به صدور سند مالکیت نماید و صدور سند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نیست، بدیهی است در صورت نقضای مدت مذکورو عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۱۰/۲۹

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۱۱/۱۴

حسین کریمی ـ رئیس اداره ثبت اسناد و املاک غرب تبریز

هلال احمر در راستای کمک به انسان ها و کاهش رنج های بشری فعالیت می کند



معاون پارلمانی رئیس جمهور گفت: این نهاد در تمامی جهان به‌عنوان یک نهاد عمومی غیردولتی شناخته می‌شود و همواره در راستای کمک به انسان‌ها و کاهش رنج‌های بشری فعالیت می‌کند. شهرام دبیری در مراسم افتتاح پروژه‌های امدادی و درمانی هلال احمر استان در مورد افتتاح مجموعه شیمی‌درمانی جدید در استان، این اقدام را گامی ارزشمند در جهت ارتقای خدمات بهداشتی و درمانی دانست و گفت: این نوع اقدامات نشان از توجه به نیازهای درمانی جامعه دارد و امیدواریم روز به روز شاهد پیشرفت هلال احمر استان در ارائه خدمات بیشتر و مؤثرتر باشیم.دبیری همچنین بر اهمیت ایجاد توافقات و هم‌افزایی بین فعالان این حوزه تأکید کرده و آرزو کرد که این همکاری‌ها به گسترش فعالیت‌های بشر دوستانه و تأمین رفاه عمومی منجر شود.وی در پایان بر لزوم حمایت از فعالین در مجموعه‌های مختلف هلال احمر اشاره کرد و ابزار آمپواری کرد که با تقویت همکاری‌ها و ایجاد فضای مساعد برای فعالیت‌ها، این نهاد بتواند به بهترین شکل ممکن به مردم خدمت‌رسانی کند.

دور جدید عرضه خودروهای وارداتی در بهمن ماه آغاز می شود

مدیر طرح واردات خودروی وزارت صنعت، معدن و تجارت گفت: تا پایان امسال و در بهمن ماه جاری حداقل یک مرحله دیگر، عرضه دور جدید خودروهای وارداتی برگزار می شود. مهدی ضیغمی در نشست برخط به خبرنگاران اعلام کرد: جزییات عرضه جدید خودروهای وارداتی در سامانه تخصیص خودروهای وارداتی منتشر می شود.وی با تأکید بر اینکه در سال ۱۴۰۴ نیز لزوند عرضه خودروهای وارداتی نیز استمرار خواهد داشت، افزود: میزان و نحوه ثبت نام در عرضه خودروهای وارداتی اعلام خواهد شد.بر اساس آمارهای گمرک، از اول شهریور تا ۱۵ دی ۱۴۰۳ تعداد ۲۳ هزار و ۲۶۵ دستگاه خودرو سواری وارد کشور شده که در هم‌سنجی با پارسال ۷.۲ برابر رشد داشته است.واردات خودرو سواری در بازه زمانی مشابه سال قبل (اول شهریور تا ۱۵ دی ۱۴۰۲) برابر سه هزار و ۲۲۲ دستگاه خودرو به ارزش ۶۳ میلیون دلار بوده است.

واردات خودروهای خارجی از سال ۱۳۹۷ و با تشدید تحریم‌های آمریکا علیه ایران به طور کامل ممنوع شد که دلایل آن محدودکردن خروج ارز، حمایت از تولیدات داخلی و افزایش اشتغال بود.پس از چهار سال ممنوعیت، از بهمن سال ۱۴۰۱ مورد پیگیری قرار گرفت و آیین نامه های آن به تصویب و ابلاغ رسید در نهایت منجر به وارد خودروهای خارجی به کشور شد.شرکت‌های خودروساز با دریافت ارز اقدام به واردات خودروهای وارداتی کرده اند که بخشی از این خودروها وارد شده و بخش دیگر نیز در راه وارد شدن است. مجموع خودروهای وارد شده به کشور از ابتدای امسال تا پایان آذر ماه ۳۵ هزار و ۱۲۷ دستگاه خودرو سواری نو بوده که از گمرکات کشور ترخیص قطعی شده است.

صف بیماران شیمی درمانی در آذربایجان شرقی کوتاه‌تر می شود

این پنج پروژه با هزینه هزار و ۸۰ میلیارد ریال افتتاح می‌شود.منتجم با تشریح این پروژه‌ها گفت: یکی از این پروژه‌ها، بخش شیمی درمانی به نام سردار ختم است که با ۱۴ تخت به بهره‌برداری می‌رسد. این مرکز، صف انتظار شیمی درمانی در حوزه خدمات دولتی و غیردولتی را از دو ماه به یک ماه کاهش خواهد داد. وی همچنین به افتتاح بخش قلب به نام شهید مالک رحمتی اشاره کرد و گفت: این بخش نیز به منظور ارتقاء خدمات درمانی در استان طراحی و اجرا شده است.مدیرعامل هلال

محمد فرچیور باسمنجی

انسان شناس و جامعه شناس برجسته دانشگاه های تهران گفت: تبریز قلب ایران است.پروفسور نعمت الله فاضلی، انسان شناس و جامعه شناس برجسته دانشگاه‌های تهران، در گفت و گویی با خبرنگار ما، به ابعاد مختلف نقش و تاثیر این شهر در تاریخ ایران پرداخت.

فاضلی با اشاره به پیشینه تاریخی و فرهنگی تبریز، این شهر را «قلب ایران» خواند و تأکید کرد که تبریز همواره در طول تاریخ، نقش مهمی در تحولات سیاسی، اجتماعی و فرهنگی ایران ایفا کرده است.

وی با بیان اینکه تبریز «روح مدنیت اروپایی» را دارد، افزود: این شهر شبیه ترین شهر ایران به شهرهای فرهنگی و تاریخی اروپاست و تا قبل از شکل گیری ناوگان های هوایی، هر تاجر و گردشگری از اروپا به آسیا و از آسیا به اروپا می رفت از تبریز گذر می کرد. این جامعه شناس برجسته با اشاره به نقش جاده ابریشم در شکل گیری مدنیت تبریز، از شرق به غرب آن می گذشت، در شکل گیری مدنیت آن نقش داشته است.

فاضلی با بیان اینکه تبریز، «شیک پوش ترین شهر» ایران است، افزود: هاگوپیان تبریزی نماد شیک پوشی ماست. وی با اشاره به سابقه هزار ساله پایتختی تبریز، گفت: ۱۰۰۰ سال پایتختی ملی و محلی و شبه پایتختی ایران برای تبریز کافی است تا مانایی و پایایی و پیوایی این شهر کهن برای ملت ایران، زنده بماند.این استاد دانشگاه با اشاره به زلزله‌ها و اشغالگری های متعدد در طول تاریخ، گفت: ۱۹ بار زلزله، سیل، حمله متجاوزان، اشغالگری روس‌ها و عثمانی‌ها تبریز را از پا نینداخته است.فاضلی با تأکید بر نقش تبریز در ساختن تاریخ ایران، گفت:

پروفسور نعمت الله فاضلی:

تبریز قلب ایران است

*** تبریز را دست کم نگیرید، تبریز تاریخ ایران را ساخته است**

تبریز را دست کم نگیرید، در طول تاریخ ایران را ساخته است. مگر تهران را ترکان قاجار و اصفهان را ترکان صفویه آباد نکرده اند که ریشه در تبریز داشتند.وی با اشاره به نقش تبریز در شکل گیری مدارس و کودکان‌ها در ایران، گفت: اولین شکل گیری مدارس را به همت شادروان میرزا حسن رشديه شاهد بودیم. مدرسه اول در تبریز ساخته شد و بعدها همین فرزند تبریز برای پاشیدن بذر آگاهی ساخت مدرسه را در شیراز و تهران و مشهد پی ریزی کرد. کودکان‌ستان نیز ریشه در این خاک پاک دارد. جبار آقای باغچه بان اولین باغچه اطفال ایران را در مرند و تبریز راه انداخت.این جامعه شناس برجسته با بیان اینکه تبریز «مرکز خوانایی و نویسایی» ایران است، افزود: آخوند زاده، طالب اوف، زین العابدین مراغه ای پیشروان خوانایی و نویسایی ما هستند که ریشه تبریزی و آذربایجانی دارند. فاضلی با اشاره به نقش تبریز در پایه گذاری اولین امپراطوری معاصر تاریخ ایران، گفت: پایه های اولین امپراطوری معاصر تاریخ ایران را صفویان در تبریز بنیان نهادند.

وی با بیان اینکه تبریز همیشه پایتخت ایران بوده است، افزود: هزار سال کافی نیست. تبریز همیشه شبه پایتخت ما در افکار عمومی است.این استاد دانشگاه با اشاره به نقش بازار تبریز در اقتصاد ایران، گفت: مجموعه بازار تبریز بعنوان بزرگترین بازار سرویشیده دنیا، نقش کلیدی در تأمین مایحتاج عمومی بخش بزرگی از کشور و همچنین سازنده تاجران بزرگی چون خسروشاهی هابانیان صنایع مینو و دهها واحد تولیدی، تومانیانها بنیان اولین کشتی رانی در دریای خزر، بوداغیان ها بنیان اولین بانک خصوصی در ایران، و ملکی ها تاجران بازار تهران و واقعهان بزرگ بوده است. فاضلی با اشاره به مکتب سیاسی تبریز، گفت: مکتب سیاسی تبریز در دارالسلطنه



آن شکل گرفت. مردان بزرگی چون قائم مقام‌ها، و امیر کبیر ها و بزرگان وقت سیاسی از آن بیرون آمدند و عباس میرزا یکی از متفکران و عاملان و پیشگامان توسعه ایران در آن یکه تازی کرد. وی با اشاره به مکتب هنری تبریز، گفت: مکتب هنری تبریز نیز باید زنده بماند. هم مکتب اول و هم مکتب دوم تبریز، که بخشی از آثار و مینیاتورها و تذهیب و نقاشی های آن در رونق هنر ایران زمین بی همتا بود و کمال الدین بهزاد مینیاتورپست جهان اسلام و سلطان محمد تبریزی نماد آند.این جامعه شناس برجسته با اشاره به نقش تبریز در نهضت مشروطیت، گفت: به خانه مشروطیت ایران در تبریز بروید بیلان و قهرمانان و مبارزان و سیاستمداران تبریزی و آذربایجانی را ببینید که چگونه نهضت مشروطیت را در ایران راه انداختند و هدایت کردند و همگام تهران بذر آگاهی و روشنگری پاشیدند و تغییر رویکردهای حکومت شاهی به نفع ملت کردند و مجلس شورای ملی را برای وضع قانون و رتق ورتق بیشتر ایران شکل دادند. ستارخان و باقرخان قهرمانان نامی متعلق به تمام ملت ایران است و دادن القاب سردار ملی و سالار ملی از سوی مجلس وقت شورای ملی به این مبارزان و مجاهدان موبد این ادعای ماست.فاضلی در پایان با طرح این سوال که چرا از مناطق مختلف ایران برای دیده شدن و بزرگ شدن به تبریز می آمدند، گفت: چون تبریز ثقل مرکزیت ایران را داشت و مراکز سیاسی خارجی از یکسو و مراکز تصمیم گیر داخلی چون خانه سلطنت در آن قرار داشت. حدود ۱۴۰ سال ولیعهد ها رادر دوره قاجار بزرگ می کرد و برای پادشاهی ایران به تهران می فرستاد.

اجرای برنامه‌های ویژه برای کاهش اثرات خشکسالی بر اراضی دیم آذربایجان شرقی

و زیان ناشی از خشکسالی و کاهش نزولات جوی جلوگیری کرد. افزود: یکی از مهم‌ترین توصیه‌ها برای کشت محصولات دیم بهاره در این شرایط، حفظ رطوبت خاک از طریق کاهش عملیات خاک‌ورزی و جلوگیری از شخم‌های غیرضروری است همچنین، مدیریت علف‌های هرز برای جلوگیری از رقابت بر سر منابع آب و مواد مغذی باید در مزارع گندم و جو دیم جدی گرفته شود.وی به اهمیت تغذیه مناسب گیاه اشاره کرد و گفت: با توجه به شرایط تنش خشکی مدیریت مصرف کود ازته به صورت سرک در مزارع گندم دیم از اهمیت بسیار بالایی برخوردار بوده به طوری که مصرف بیش از حد کودهای نیتروژنی در مرحله داشت مزارع دیم نیاز آبی گیاه را افزایش و اثرات تنش خشکی را افزایش

گستره‌ی توزیع: استانی

پیام آذربایجان

رتبه ۳ در طرح رتبه بندی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی

روژنامه اجتماعی، سیاسی و هنری، به دوزبان فارسی و آذری یگشنبه ۱۴ بهمن ۱۴۰۳ سال بیست و دوم ● شماره ۲۵۰۷

صاحب امتیاز و مدیرمسئول و سردبیر: معصومه شکوهی مشاور مدیرمسئول: مریم شکوهی

مدیر اجرایی: بهرام توفیقی

امور فنی و هنری: کانون تبلیغاتی آذین کامپیوتر

لیتوگرافی و چاپ: پرینان

آدرس: چاپکناز نرسیده به پل منصور جنب کوچه بنفشه پ ۱۱۸

تلفن:۰۲۳۱۴۹۷۰۳۲۳۱۳۵۸۷۰۳۵۲۴۳

سازمان آگهی‌ها:۰۵۱۰۳۵۲۴۷

E mail:wpat_82@yahoo.com

https://payamazarbayan.ir

در راستای حفاظت از محیط زیست؛ دولت چه مسئولیت‌های قانونی و اخلاقی در قبال آلودگی هوا دارد؟



یک حقوقدان درباره مسئولیت‌های قانونی و اخلاقی دولت در قبال موضوع آلودگی هوا و حفاظت از محیط زیست توضیحاتی را ارائه کرد. مجید قاسم کردی یک حقوقدان و فعال مدنی درباره موضوع آلودگی هوا و پیگیری‌های حقوقی در این راستا بیان کرد: آلودگی مکرر هوای کلان‌شهرهای ایران در هفته‌های اخیر، یک بار دیگر توجه فعالان حقوق بشر و حقوقدانان را به موضوع مسئولیت مدنی دولت در قبال محیط زیست جلب کرده است. با توجه به اهمیت روزافزون حفظ محیط زیست به عنوان یک حق بنیادین بشری، این موضوع به یک چالش جدی در حوزه حقوق مدنی و محیط زیست تبدیل شده است. وی ادامه داد: امروزه، حق داشتن محیط زیست سالم از جمله حقوق بشر شناخته می‌شود که نه تنها در کنار حقوقی چون حق حیات و آزادی بیان، بلکه به عنوان یک حق جمعی در سطح بین‌المللی، ملی و منطقه‌ای به رسمیت شناخته شده است. این تغییر نگرش به محیط زیست سالم به‌عنوان یک حق بشری، نتیجه تلاش‌های مستمر سازمان‌های غیردولتی، جامعه علمی و نهادهای بین‌المللی است. اعلامیه‌های جهانی از جمله اعلامیه استکهلم (۱۹۷۲) و اعلامیه ریو (۱۹۹۲) نمونه‌هایی از این تلاش‌ها هستند که به دنبال تثبیت این حق در سطح جهانی بوده‌اند.

مسئولیت دولت در قبال حفظ محیط زیست

این حقوقدان در خصوص مسئولیت دولت در قبال محیط زیست گفت: بر اساس قوانین و مقررات موجود، دولت به عنوان متولی اصلی حفاظت از محیط زیست و سلامت شهروندان شناخته می‌شود. در قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران و همچنین در منشور حقوق شهروندی، به وضوح به مسئولیت دولت در این زمینه اشاره شده است. از این رو، دولت موظف است به جبران خسارات ناشی از آلودگی هوا و سایر آلودگی‌های زیست‌محیطی بپردازد.

وی ادامه داد: یکی از مشکلات اساسی در پیگیری مسئولیت مدنی دولت در زمینه آلودگی هوا، نبود یک مبنای دقیق و شفاف برای اثبات مسئولیت آن است. در اغلب موارد، برای محکومیت دولت، اثبات تقصیر ضروری است، اما در زمینه آلودگی هوا، پیدا کردن رابطه سببیت میان آلودگی و منشأ ضرر به‌ویژه با توجه به پیچیدگی‌های سازمان‌های دولتی، کار را برای جبران خسارت دشوار می‌کند. این مشکل به‌ویژه در مواردی که دولت به عنوان مسئول در نظر گرفته می‌شود، نمایان‌تر می‌شود.

قاسم کردی افزود: به عنوان مثال، در صورت اثبات تقصیر، ممکن است که مسئولیت مدنی دولت در قبال آلودگی هوا قابل پیگیری باشد، اما در عمل، پیچیدگی‌های قانونی و اجرایی می‌تواند مانع از رسیدگی موثر به این مسئولیت شود.

جبران خسارات و مسئولیت کیفری

این فعال مدنی اظهار کرد: همچنین از منظر مسئولیت کیفری، قانون مجازات اسلامی اقدامات تهدیدآمیز علیه بهداشت عمومی مانند آلوده کردن هوا و آب را ممنوع اعلام کرده است و برای متخلفان، مجازات‌هایی نظیر حبس پیش‌بینی کرده است. این اقدامات در راستای ایجاد حساسیت‌های اجتماعی در قبال اهمیت سلامت عمومی و محیط زیست صورت گرفته است. مسئولیت دولتی در این زمینه، علاوه بر جبران خسارت به افراد، باید در جهت پیشگیری از بروز چنین آسیب‌هایی در آینده باشد.

قاسم کردی گفت: اما در عمل، وقتی که نهادهای دولتی خود در معرض اتهام قرار دارند، تعیین مرجع صالح برای رسیدگی به این مسائل نیازمند یک رویکرد مستقل و بی‌طرف است. سازمان‌های حفاظت محیط زیست، که به‌طور معمول در این موارد دخالت دارند، باید در برابر هرگونه اتهام خود را در مرجع صالح قانونی معرفی کنند تا در این صورت عدالت و شفافیت در رسیدگی به مسائل زیست‌محیطی حفظ شود.

چشم‌انداز قانونی و اجرایی

این حقوقدان بیان کرد: در نهایت، رسیدگی به مسئولیت مدنی دولت در قبال آلودگی هوا، باید از سوی نهادهای قضائی و حقوقی، با توجه به اصول حقوق بشری و تعهدات بین‌المللی دولت، پیگیری شود. در صورتی که دعوی علیه دولت مطرح شود، باید به‌طور دقیق و اصولی از طریق دیوان عدالت اداری و در نهایت دادگاه‌های عمومی، احقاق حقوق شهروندان در این زمینه دنبال شود. این مسیر قانونی و اجرایی به‌عنوان تنها راه‌حل مؤثر برای تضمین پاسخگویی دولت و جبران خسارات به‌شمار می‌رود.

قاسم کردی در پایان گفت: آلودگی هوا، به عنوان یک بحران زیست‌محیطی، نیازمند توجه فوری و مسئولیت‌پذیری دولت است. از آنجا که دولت به عنوان حافظ سلامت عمومی و محیط زیست شناخته می‌شود، اجرای دقیق و مؤثر قوانین برای جبران خسارات زیست‌محیطی و حفظ کرامت انسانی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. حقوق بشر و عدالت ایجاب می‌کند که هیچ‌گونه زبانی، چه مادی و چه معنوی، بدون جبران باقی نماند. دولت باید به این مسئولیت خود عمل کند تا محیط زیست سالم به حق همه شهروندان تبدیل شود.