

پیام آذربایجان

چهارشنبه ۲۰ فروردین ۱۴۰۴ / ۱۰ شوال ۱۴۴۶ / سال بیست و دوم / شماره ۲۵۴۴ / صفحه ۸ / قیمت ۲۰ هزار تومان

سرپرست حفاظت محیط زیست آذربایجان شرقی:

سرمایه گذاری برای تولید با حفظ محیط زیست همراه باشد

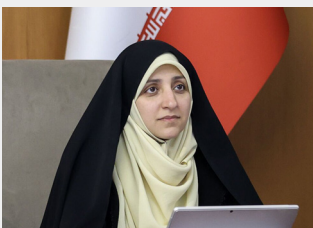


سرپرست حفاظت محیط زیست آذربایجان شرقی راهکار اساسی در حفظ و حراست از عرصه های طبیعی استان را از طریق فرهنگ سازی، ترویج حمایت مردم و مشارکت جوامع محلی بیان کرد.

محمد حسین حسن زاده در جلسه نشست شورای اداری که با حضور رؤسای ادارات محیط زیست شهرستان ها برگزار شد با اشاره به فرمایش مقام معظم رهبری به عنوان شعار سال ۱۴۰۴ مبنی بر «سرمایه گذاری برای تولید» گفت: با صلابت و اقتدار در اجرای قوانین محیط زیست جهت حفظ و حراست از طبیعت هیچ واژه های نداشته در این مسیر با استفاده از پشتوانه مشارکت مردم بخصوص جوامع محلی یکی از اصلی ترین سیاست های ما در دولت چهاردهم است.

ادامه در صفحه ۳

۴۰ میلیون زن ایرانی باید احساس کنند دیده می شوند و طرد نشده اند



معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده با بیان اینکه ۴۰ میلیون زن ایرانی باید احساس کنند دیده می شوند و طرد نشده اند گفت: ضروری است شناسنامه جامعی از زیرساخت های مرتبط با زنان در سطح استان ها تهیه و به روزرسانی شود؛ این شناسنامه باید شامل اطلاعات دقیق از پارک های ویژه بانوان، سالن های ورزشی مناسب سازی شده، اتاق های مادر و کودک، سرویس های بهداشتی مناسب سازی شده برای کودک، و سایر فضاهای اجتماعی مانند خانه های امن، مراکز سلامت و خانه های تلاش باشد.

در نشست مشترک زهرا بهروزآذر، معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده، با دکتر پروین داداندیش، رئیس مرکز بانوان وزارت کشور که با حضور سرپرست اداره کل بانوان استان قم، مدیرکل امور بانوان استان زنجان و تنی چند از همکاران مرکز بانوان وزارت کشور برگزار شد بر ضرورت هم افزایی و مشارکت نهادهای مختلف برای بهبود وضعیت دختران و زنان کشور تأکید شد.

زهرا بهروزآذر معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده اظهار کرد: همه ما اعضای یک خانواده ایم و تلاش می کنیم در مسیر بهبود وضعیت زنان کشور گام برمی داریم. وی اضافه کرد که ۴۰ میلیون زن ایرانی باید احساس کنند دیده می شوند و طرد نشده اند.

ادامه در صفحه ۸

نوروز امسال بیش از ۱۹۴ هزار نفر در آذربایجان شرقی اورژانسی شدند

۲

آذربایجان شرقی ۱۳ هزار بهره بردار کشاورز زن دارد

۳

یار مهربان، سنتی یا آنلاین؟ مهم کتابخوانی است!

کتابفروشی های آنلاین در چند سال اخیر تأثیر زیادی بر کسب و کار کتابفروشی های سنتی گذاشته اند و بسیاری از آنها را با چالش های جدی مواجه کرده اند.

۴

اینجا ناتوانی با کیمیای خواستن به کار و امید تبدیل می شود

۵

زنگ خطر مصرف مواد مخدر نوظهور برای نوجوانان و جوانان



۷

جنايات غزه تجلی نازیسم معاصر



۸

شهردار تبریز خبر داد:

شروع تملک باغ میوه های تبریز در سال ۱۴۰۴

هوشیار همچنین در ادامه در حاشیه بازدید پروژه استخر آتش نشانی ستارخان گفت: این پروژه در بافت متراکم شهری و در مساحت ۳ هزار و ۲۰۰ مترمربع با هزینه ای بالغ بر یک هزار و دویست میلیارد ریال به ایستگاه پایانی رسیده و آماده بهره برداری است.

شهردار تبریز اضافه کرد: این پروژه ورزشی که در چندین سال گذشته راکد مانده بود، با اهتمام ویژه به حوزه ورزش و سلامت شهروندی باهدف نشاط افزایش آماده بهره برداری شده است.

هوشیار همچنین با اشاره به انتخاب تبریز به عنوان پایتخت محیط زیستی کشورهای آسیایی اظهار کرد: برنامه های کلان متنوعی در حوزه محیط زیست در سال جاری اجرا خواهد شد که توسعه فضای سبز به همراه تملک و احیای باغات در اولویت نخست امسال شهرداری قرار دارد.

وی با اشاره به اینکه هریک از مناطق دهگانه امسال مکلف شده اند یک باغ میوه تملک کنند، تصریح کرد: با برنامه ریزی برای تملک باغ میوه در نقاط مختلف شهر و اختصاص بودجه ویژه برای این منظور، نخستین باغ میوه با مساحت ۱۵ هزار مترمربع توسط شهرداری منطقه یک احداث خواهد شد که بخش عمده ای از تملک آن انجام شده است.

شهردار تبریز همچنین با بازدید از روند اجرای تقاطع غیرهمسطح شهید علی نژاد یادآور شد: عملیات عمرانی این پروژه با هدف اتصال خیابان کوثر شرقی به خیابان شهید علی نژاد بی وقفه در حال اجرا است، یعقوب هوشیار با بیان اینکه این پروژه به منظور تسهیل تردد خودروها و کاهش بار ترافیکی منطقه کوثر شرقی در دستور کار قرار گرفته است.



شهردار تبریز، به همراه اعضای شورای اسلامی شهر از پروژه های مسیرگشایی خیابان ۴۵ متری شهید آیت الله آل هاشم، پروژه تملک باغ میوه واقع در شهرداری منطقه یک و پروژه استخر ستارخان بازدید کرده و در جریان آخرین وضعیت این پروژه ها قرار گرفت. یعقوب هوشیار شهردار تبریز در حاشیه بازدید از روند عملیات اجرایی پروژه مسیرگشایی شهید آیت الله آل هاشم اظهار کرد: پروژه خیابان ۴۵ متری شهید آل هاشم به عنوان مهم ترین پروژه مسیرگشایی و بازآفرینی شهری با هزینه ای بالغ بر یک هزار میلیارد تومان در مرحله پایانی زیرسازی فاز سوم خود قرار دارد.

وی ادامه داد: اجرای این پروژه یکی از مهم ترین طرح های عمرانی و ترافیکی تبریز به شمار می رود که نقش مؤثری در بهبود عبور و مرور شهری و کاهش بار ترافیکی مناطق شمالی شهر ایفا خواهد کرد.

شهردار تبریز با تأکید بر عزم مدیریت شهری برای تسریع در تکمیل پروژه های عمرانی افزود: تلاش می کنیم تا با اتمام سریع تر این مرحله، زمینه آغاز عملیات آسفالت ریزی و بهره برداری از خیابان در آینده ای نزدیک فراهم شود.

یعقوب هوشیار خاطرنشان کرد: این پروژه به طول ۱۶۰۰ متر و عرض ۴۵ متر، در سه فاز عملیاتی و با تملک ۷۲۲ ملک مسکونی و تجاری آغاز شده و پس از طی مراحل تملک هم اکنون در آستانه بهره برداری قرار دارد.

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی آذربایجان شرقی؛

رسالت بسیج هنرمندان تعمیق اندیشه ی بسیجی در حوزه فرهنگ و هنر است

* بسیج هنرمندان مردمی ترین نهاد در حوزه فرهنگ و هنر



و بهتر ضمن صیانت و میراث داری هنر پیشگسوتان، توانمندی بی نظیر جوانان را در عرصه فرهنگ متجلی و شکوفا کنیم.

پایان تصریح کرد: مقام معظم رهبری که خود هنرمندی فاضل و بسیجی است، از شخصیت های متفکری است که تامل و مداقه در اندیشه های ایشان درباره هنر و فرهنگ می تواند راهگشا باشد و به باور ایشان، نقش

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی آذربایجان شرقی رسالت بسیج هنرمندان را تعمیق اندیشه ی بسیجی در حوزه فرهنگ و هنر عنوان کرد.

«نعمت اله پایان» در آستانه هفته هنر انقلاب اسلامی، با اشاره به نقش بسیج هنرمندان در اجرای برنامه ها و انسجام بخشی هنرمندان اظهار داشت: هنرمندان و اصحاب فرهنگ، نخبگان و راهبران جامعه هستند و بسیج هنرمندان به عنوان مردمی ترین نهاد در حوزه فرهنگ و هنر می تواند با گفتمان سازی و شبکه سازی اتفاقات مبارکی را رقم بزند.

وی تأکید کرد: امروز ما باید بیش از هر زمان دیگری در کنار هم باشیم و فاصله ها را کم کرده و با تدبیر بیشتر

هنر در میانه های عمل، در پرورش روح ایمانی، بسیار کارساز و اثرگذار است. وی افزود: ایشان معتقدند که هنرمند باید یک انسان مسؤول و رابطه او با هنر رابطه ای مسؤولانه و تعهد آور باشد و ایجاد این نگرش در هنرمندان جوان از رسالت های بسیج هنرمندان است.

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان گفت: بسیج هنرمندان با توجه به تنوع فعالیت و نگاه جامعه شناختی که به هنر دارد می تواند الگوسازی کرده و نگاه متعهدانه متقابل هنر و اجتماع را تقویت نماید. پایان، آمادگی اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان برای همکاری نزدیک و همسو با بسیج هنرمندان در دور جدید را اعلام کرد.

سدهای آذربایجان شرقی ۲۷۳ میلیون متر مکعب آب دارند



مقایسه با مدت مشابه سال آبی گذشته منفی بوده و به ترتیب ۱۵، ۲ و درصد کمتر شده است.

وی افزود: در حال حاضر بیشترین آب موجود در پشت مخزن سدها مربوط به سد سهند با ۱۱۰ میلیون و ۶۸۰ هزار مترمکعب معادل ۶۷ درصد حجم کل در تراز نرمال و و کمترین میزان در سد کردکندی با ۲ میلیون و ۶۰۰ هزار مترمکعب معادل ۴۸ درصد حجم کل در تراز نرمال این سد است.

مدیرعامل شرکت آب منطقه ای آذربایجان شرقی با بیان اینکه حجم پرشدگی مخزن سدهای استان در حال حاضر ۴۵ درصد است، گفت: ۲۷۳ میلیون مترمکعب آب در پشت سدهای داخل استان وجود دارد که نسبت به سال گذشته که ۲۴۳ میلیون مترمکعب بود ۱۲ درصد بیشتر شده است.

یوسف غفارزاده با بیان اینکه حجم کل مخازن سدهای داخل آذربایجان شرقی در تراز طبیعی ۶۰۳ میلیون و ۴۰۰ هزار مترمکعب است، اظهار کرد: افزایش میزان آب موجود در پشت سدهای استان به معنی بهبود وضعیت آبی استان نبوده و نتیجه مدیریت مصرف و اعمال محدودیت های برداشت است. غفارزاده گفت: وضعیت حجم مخزن سدهای قلعه چای، کلکان و کردکندی در

زنگ خطر بی آبی در آذربایجان شرقی به صدا درآمد



نماینده مردم تبریز در مجلس شورای اسلامی در خصوص وضعیت آبی استان هشدار داد.

علیرضا نوین با اشاره به کاهش ذخایر آبی سدهای آذربایجان شرقی، اظهار کرد: طبق گزارشات واصله ۶۰ درصد مخازن سدهای استان خالیست و این زنگ خطر است که بایستی توسط متولیان امر جدی گرفته شود.

وی خاطرنشان شد: دیگر زمان کاشت محصولات ژوآبهر همچون هندوانه نیست و باید جهاد کشاورزی پیش از قبل نسبت به تغییر الگوی کشت و هدایت کشاورزان به سمت کاشت محصولات کم آب بر و پربازده حساسیت خرج دهد.

نماینده مردم تبریز، آذرشهر و اسکو در مجلس شورای اسلامی با تأکید بر ضرورت بهره وری آبی با اجرای پروژه های آبیاری مدرن، تصریح کرد: یکی از راه های صرفه جویی آب در بخش کشاورزی، توسعه گلخانه های مدرن است که باید یکی از محورهای اصلی جذب سرمایه گذاران جدید باشد.

وی خواستار توجه مضاعف دولت به تکمیل تصفیه خانه ها و ساخت نیروگاه های آب شیرین کن در استان های دارای مرز آبی شد و تأکید کرد: در زمستان ۱۴۰۳ صداقت دولت با مردم و اجرای پویش ۲ درجه کمتر منجر به صرف جویی در مصرف گاز شد و نیاز است فرهنگ سازی برای مصرف بهینه آب نیز در سرلوحه اقدامات متولیان قرار گیرد.



پیام آذربایجان

چهارشنبه ۲۰ فروردین ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۴۴

اقتصاد

خبر

تامین ۱۰۰ هزار میلیارد ریال برای اتمام طرح‌های نیمه‌تمام آذربایجان شرقی از محل مولدسازی



نماینده وزیراقتصاد و مدیرکل امور اقتصادی و دارایی آذربایجان‌شرقی با بیان اینکه مولدسازی دارایی‌های دولت یکی از منابع تامین مالی پروژه‌های نیمه تمام است، گفت: تامین ۱۰۰ هزار میلیارد ریالی از این محل برای اتمام طرح‌های نیمه تمام اولویت دار در سال ۱۴۰۴ هدف گذاری شده است.

واقف بهروزی در جلسه امضای سند وفاق استانی (طرح‌های اولویت دارپیشران) با اشاره به اهداف مهم اداره کل امور اقتصادی و دارایی آذربایجان‌شرقی در سال ۱۴۰۴ اظهار کرد: سرمایه‌گذاری یکی از ارکان مهم توسعه و پیشرفت هر کشوری است، بنابراین برنامه‌های مختلفی دراین حوزه در سال جدید تعریف شده‌است. وی افزود: در حوزه‌های تسهیلات پرداختی تبصره ۱۸ قانون بودجه، ابهام زدایی و شفافیت مالی دستگاه‌های اجرایی، مستندسازی اسناد مالکیت دستگاه‌های دولتی، تامین مالی پروژه‌های مختلف از طریق (ماده۵۶)، تصفیه تهاثر یا بدهی‌های دولت از دیگر اهداف و اقداماتی است که در سال پیش‌رو انجام خواهد پذیرفت.

مدیرکل امور اقتصادی و دارایی آذربایجان‌شرقی همچنین با بیان اینکه خلاء پیوست فرهنگی و اجتماعی در مگا پروژه‌های استان وجود دارد تاکید کرد: پیوست‌های اجتماعی در پروژه‌های عمرانی کم رنگ است، هزینه‌های سنگینی برای تکمیل مگا پروژه‌های استانی می شود اما پیوست اجتماعی لازمی که همپای این پروژه‌ها باشد وجود ندارد.

بهروزی یادآور شد: مطالعات ساده پژوهشی، می‌تواند اثرگذاری پروژه‌های عمرانی را در بین مردم مشخص کند، بنابراین لازم است تعهدی که از بابت پیوست اجتماعی بعد از اجرای پروژه‌ها تعریف شده است، اجرا شود.

۳

به استان‌های شمالی مازندران و گیلان همچنین استان‌های زنجان، کرمانشاه و کردستان است. به گفته وی تهران از ابتدای سال آبی تا ۱۷ فروردین ۱۲۳ میلی‌متر بارش دریافت کرده که ۳۸ درصد زیر نرمال است بنابراین ۷۵ میلی‌متر کمبود بارش دارد که معادل بیش از یک میلیارد متر مکعب بارندگی است البته با احتساب تاخیر یک چهارم آن، ۲۵۰ میلیون متر مکعب آب کمتر از نرمال است.

بهاری خشک و تابستانی خشک‌تر

است.وی سپس به میانگین بارش کشوری اشاره کرد و ادامه داد: از ابتدای سال آبی تاکنون نیز میانگین بارش کشوری ۳۶ درصد زیر نرمال است که بدترین وضعیت مربوط به استان‌های جنوبی و جنوب شرقی (سیستان و بلوچستان، هرمزگان) با ۷۶ درصد کاهش بارش نسبت به نرمال است.

وظیفه تاکید کرد: بهترین وضعیت بارش مربوط

رئیس مرکز ملی اقلیم و مدیریت بحران خشکسالی سازمان هواشناسی کشور با اشاره به کاهش بارش از ابتدای بهار گفت: طی این مدت دمای هوا نیز افزایش یافت. این وضعیت تا پایان تابستان تداوم پیدا می‌کند. احد وظیفه اظهار کرد: از ابتدای بهار تاکنون ۱۷.۵ میلی‌متر بارندگی رخ داده که ۴ میلی‌متر (۱۸ - درصد) کمتر از میانگین بلندمدت به مقدار ۲۱.۵ میلی‌متر بوده

سرمایه گذاری در تولید بر اساس واقعیت‌های جامعه باشد

نخواهد داشت.

وی با بیان این‌که مسئله اصلی در

این خصوص بیشتر از مباحث اقتصادی،

مباحث سیاسی است، افزود: هر سه

قوه باید برای اجرای منویات رهبر معظم

انقلاب در نامگذاری شعار سال عزمی

راسخ داشته باشند تا هدف سرمایه

گذاری برای تولید تحقق یابد در غیابین

صورت اگر هریک از قوه ها، ساز خود

را بزند، با مشکل مواجه خواهد شد.

وی تاکید کرد: دستگاه قضایی باید

پای سرمایه گذاری سالم بپاید و برخی

از اشتباهات گذشته مثل ابطال واگذاری

دشت مغان، هفت تپه و سایر طرح

سرمایه گذاری‌های بخش خصوصی را

اصلاح کند.

باقری بنایی گفت: مجلس باید

قوانینی مصوب کند که به واقع مشوق



نماینده مردم بناب در مجلس شورای

اسلامی گفت: باید واقعیت‌ها و نیازهای

جامعه را ببینیم و بر اساس آن‌ها در

زمینه تولید سرمایه گذاری کنیم.

رضا باقری بنایی با اشاره به اهمیت

مولفه سرمایه گذاری و نام گذاری شعار

سال جدید به عنوان «سرمایه گذاری

برای تولید»، اظهار کرد: اگر همه

حوزه‌ها در راستای بهبود شرایط اقتصادی

کشور به درستی عمل کنند اما سرمایه

گذاری وجود نداشته باشد، هیچ فایده‌ای

افزایش ۲۴ درصدی ارزش صادرات از گمرک جلفا

* صادرات ۲۴۱ میلیون و ۱۰۰ هزار دلاری



شمش فولادی و خشک‌بار به کشورهایی مثل

ترکیه، عراق و جمهوری آذربایجان است.

وی از واردات ۳۳۲ هزار و ۷۸۲ تن کالا به

ارزش یک میلیارد و چهار میلیون و ۳۰۲ هزار

و ۶۷۴ دلار از طریق این گمرک در سال ۱۴۰۳

خبر داد و گفت: عمده کالاهای وارداتی به

گمرک جلفا شامل کامیون کشنده، قطعات و لوازیم یدکی، تخته‌ام‌ی‌اف از کشورهای

چون ترکیه، چین، کره جنوبی است.

بیسلم خاطرنشان کرد: میزان واردات گمرک

در سال ۱۴۰۲ نیز به میزان ۲۸۶ هزار و ۸۷۷

تن به ارزش ۸۷۵ میلیون و ۵۴۶ هزار و ۱۸۶

دلار بوده است. وی خاطرنشان کرد: تعداد

اظهارنامه‌ها در بخش واردات گمرک جلفا

با افزایش ۲۰ درصدی به هشت هزار و ۹۰۱

مورد در سال ۱۴۰۳ رسیده است.

۴۱ درصد افزایش درآمد گمرک جلفا در سال گذشته

وی، درآمد این گمرک در سال ۱۴۰۳ را ۵۷

هزار و ۹۵۹ میلیارد و ۱۱۵ میلیون و ۱۳۶ هزار و ۱۲ ریال اعلام کرد و گفت: این میزان نسبت به درآمد ۴۱ هزار و ۱۳۵ میلیارد و ۴۶۰ میلیون و ۵۹۰ هزار و ۴۴۶ ریال در سال ۱۴۰۲، افزایش ۴۱ درصدی داشته است.

مدیرکل گمرک جلفا افزود: در سال ۱۴۰۳،

مجموع کالاهای ورودی مسافری ایرانی

و خارجی به گمرک جلفا با افزایش ۴۹

درصدی به ۸۰ هزار و ۲۵۳ تن و مجموع

کالاهای خروجی نیز با افزایش ۵۴ درصدی

به ۷۷ هزار و ۶۲۶ تن رسید.وی خاطرنشان

کرد: میزان تردد کامیون‌ها در گمرک جلفا

در سال ۱۴۰۳ به ۱۶۲ هزار و ۸۱۴ کامیون

رسید.

آذربایجان شرقی ۱۳ هزار بهره‌بردار کشاورز زن دارد

جنسی این بهره‌برداران نشان می‌دهد ۱۳ هزار و ۶۶ بهره‌بردار زن در سال ۱۴۰۳ در استان فعالیت داشته است.مه‌ا‌ون آ‌مار سرشماری عمومی کشاورزی استان آذربایجان شرقی در آ‌بان ماه سال ۱۴۰۳ با فرمان ریاست جمهوری هم‌زمان با کل کشور به اجرا درآمد. بررسی آخرین وضعیت فعالیت در بخش کشاورزی با توجه به اهمیت امنیت و سلامت مواد اولیه غذایی، از محوری‌ترین دلایل اجرای این سرشماری بوده است. وی افزود: بر اساس آخرین نتایج اعلام شده توسط مرکز آ‌مار ایران، استان آذربایجان شرقی با ۲۵۰ هزار و ۱۷۸ بهره‌بردار کشاورزی و داشتن ۵/۸ درصد از کل بهره‌برداران در رتبه ۶ قرارگرفته است. از این تعداد ۵۰ هزار و ۶۷۰ بهره‌بردار به‌صورت غیرساکن انجام فعالیت کرده‌اند.ذوقی آ‌برز داشت: ترکیب

و ۶۶ بهره‌بردار زن در سال ۱۴۰۳ در استان فعالیت داشته است.

فرهاد ذوقی اظهار کرد: ششمین

سرشماری عمومی کشاورزی استان

آذربایجان شرقی در آ‌بان ماه سال ۱۴۰۳ با فرمان ریاست جمهوری هم‌زمان با کل کشور به اجرا درآمد. بررسی آخرین

وضعیت فعالیت در بخش کشاورزی با توجه به اهمیت امنیت و سلامت مواد

اولیه غذایی، از محوری‌ترین دلایل اجرای این سرشماری بوده است.

وی افزود: بر اساس آخرین نتایج

اعلام شده توسط مرکز آ‌مار ایران، استان آذربایجان شرقی با ۲۵۰ هزار و

۱۷۸ بهره‌بردار کشاورزی و داشتن ۵/۸

درصد از کل بهره‌برداران در رتبه ۶ کشور

قرارگرفته است. از این تعداد ۵۰ هزار و

۶۷۰ بهره‌بردار به‌صورت غیرساکن انجام

فعالیت کرده‌اند.ذوقی آ‌برز داشت: ترکیب



داشتن ۵/۸ درصد از کل بهره‌برداران در رتبه

۶ کشور قرارگرفته است. از این تعداد ۵۰

هزار و ۶۷۰ بهره‌بردار به‌صورت غیرساکن

انجام فعالیت کرده‌اند و ترکیب جنسی

این بهره‌برداران نشان می‌دهد ۱۳ هزار

معاون آ‌مار و اطلاعات سازمان مدیریت

و برنامه‌ریزی آذربایجان شرقی گفت: بر

اساس آخرین نتایج اعلام‌شده توسط

مرکز آ‌مار ایران، استان آذربایجان شرقی

با ۲۵۰ هزار و ۱۷۸ بهره‌بردار کشاورزی و

مدیرعامل شرکت گاز استان؛

گاز مسیر سرمایه گذاری در آذربایجان شرقی را هموارتر خواهد ساخت



با اقدامات ویژه و افزایش ظرفیت‌های

گازرسانی این ناترازی‌ها را به حداقل

برسانیم تا خللی در توزیع پایدار گاز به

وجود نیاید.خدایی با اشاره به همراهی ویژه

دستگاه‌ها و سازمان‌ها در گذر از زمستان

سرد سال اظهار کرد: ارمغان عقد تفاهم

نامه‌های همکاری با آموزش و پرورش، شهرداری، صدا و سیما، هلال احمر، کارگروه انرژی استان، راهبری‌های استانداری آذربایجان شرقی و همکاری ویژه منطقه ۸ عملیات گاز، گذر از زمستان سرد سال با جریان پایدار گاز بوده است.

مدیرعامل شرکت گاز استان با تأکید بر

تداوم خدمت‌رسانی صادقانه در سال جدید

تصریح کرد: ضرورت دارد همکاران عزیز

کمافی‌السابق با سعه صدر در رسیدگی به

امور مردم و مراجعین تلاش کرده و مساعی

جمعی در جلب رضایت ذی‌نفعان به عنوان

هدف غایی سازمان اقدام نمایند.

سرپرست حفاظت محیط زیست آذربایجان شرقی:

سرمایه‌گذاری برای تولید با حفظ محیط زیست همراه باشد

با متخلفین محیط زیست مامشات نمی‌کنیم

وی با بیان اولویت و اهمیت محیط طبیعی استان از همه مدیران استانی خواست ضمن افزایش ضریب حفاظتی در مناطق هیچ‌گونه مامشاتی با متخلفین و شکارچیان نداشته و در قالب قوانین قضایی محیط زیست برخورد شود.

مشارکت مردمی، کلید حفاظت از طبیعت

حسن زاده حفاظت از عرصه‌های طبیعی را به دلیل کمبود نیروی محیط بانی و تجهیزات از طریق حمایت و همکاری انجمن‌ها، سمن‌های مردمی و مشارکت جوامع محلی میسر دانست و افزود: برای تحقق این امر فرهنگ سازی و ترویج حمایت و مشارکت جوامع محلی در حفاظت از عرصه‌های منابع طبیعی با برگزاری انواع دوره‌های آموزشی تا حدود زیادی گره گشا خواهد بود.

ایجاد بانک اطلاعاتی همیاران محیط زیست

سرپرست حفاظت محیط زیست استان آذربایجان شرقی ایجاد بانک اطلاعاتی برای افراد علاقمند در قالب همیاران محیط زیست در شهرستانها را حائز اهمیت دانسته استفاده از ظرفیت جوامع محلی، استفاده از قرق‌های اختصاصی برای شکارچیان و مدیریت شکار در مناطق را جزو برنامه‌های اصلی در سال جدید ذکر کرد.

وی همچنین ارائه برنامه زمانبندی و مدون از طرف همه مدیران محیط زیست استان برای سال ۱۴۰۴ را خواستار شده بر پایش شبانه روزی واحدهای صنعتی همچنین رسیدگی به حل مشکلات محل دفن پسماند در شهرستانها حداقل در بازه زمانی ۳ تا ۴ سال را تأکید کرد. حسن زاده از اتخاذ تدابیری برای بهبود وضعیت معیشتی همکاران از طریق فعال نمودن تعاونی مسکن اداره کل و بهبود مزایای آنان در سال جدید خبر داد.



پیام آذربایجان

چهارشنبه ۲۰ فروردین ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۴۴

کتابخوانی

معرفی کتاب صوتی خاطرات یک آدم کش

خُردهای سال داشتند و دیروقت در راه خانه گشته شده بودند. پلیس حدس می‌زند هر سه زن را یک نفر کشته است. یک قاتل زنجیره‌ای خطرناک. کیم که از ابتدای داستان از فراموشی این روزهایش می‌گوید، در گذشته قاتل بوده است؛ ۳۰ سال آدم‌کشی! البته قاتلی عجیب که کتاب‌های بزرگ می‌خواند و به فیلسوفی مثل نیچه هم ارجاع می‌دهد. شغلش هم دامپزشکی بوده و از این طریق ابزار جنایت را فراهم می‌کرده است.

کتاب صوتی خاطرات یک آدم‌کش نوشته کیم یونگ ها و ترجمه خاطره کردکریمی است که این بار با صدای خاص هوتن شکبیا آن را می‌شنوید. رادیو گوشه خاطرات یک آدم‌کش را منتشر کرده است. این کتاب صوتی داستان قاتلی است که سال‌ها از آخرین قتل‌هایش گذشته اما مجبور است دست به قتل دیگری بزند؛ اما نگران است

یار مهربان، سنتی یا آنلاین؟ مهم کتابخوانی است!

کتابفروشی‌های آنلاین در چند سال اخیر تاثیر زیادی بر کسب‌وکار کتابفروشی‌های سنتی

گذاشته‌اند و بسیاری از آنها را با چالش‌های جدی مواجه کرده‌اند.

این تأثیرات به چند عامل عمده برمی‌گردد:

دسترسی راحت و سریع:

کتابفروشی‌های آنلاین به کاربران این امکان را می‌دهند که از هر کجا و در هر زمانی به کتاب‌ها دسترسی داشته باشند. کاربران می‌توانند به راحتی از خانه یا محل کار خود کتاب مورد نظرشان را پیدا کنند و آن را خریداری کنند، بدون نیاز به رفتن به فروشگاه فیزیکی. این راحتی در خرید کتاب، برای بسیاری از مشتریان جذاب‌تر از رفتن به کتابفروشی‌های سنتی است.

قیمت‌های رقابتی:

بسیاری از کتابفروشی‌های آنلاین به دلیل کاهش هزینه‌های عملیاتی (مانند اجاره مکان فروشگاه و هزینه‌های نگهداری) قادرند قیمت‌های پایین‌تری برای کتاب‌ها ارائه دهند. این موضوع به مشتریان انگیزه می‌دهد که از کتابفروشی‌های آنلاین خرید کنند.

تنوع بیشتر محصولات:

کتابفروشی‌های آنلاین معمولاً انتخاب گسترده‌تری از کتاب‌ها دارند، چون نیازی به نگهداری موجودی فیزیکی ندارند و می‌توانند میلیون‌ها کتاب را در دسته‌بندی‌های مختلف عرضه کنند. در مقابل، کتابفروشی‌های سنتی معمولاً فضای محدودی دارند و نمی‌توانند تمامی کتاب‌ها را در انبار خود نگهداری کنند.

نقدها و بررسی‌های آنلاین:

سایت‌های آنلاین مانند همگاه و کتابفروشی‌های مشابه اغلب سیستم نقد و بررسی مشتریان را دارند. این امکان به مشتریان کمک می‌کند که نظرات دیگران را درباره کیفیت و محتوای کتاب‌ها بخوانند و تصمیم به خرید آگاهانه‌تری بگیرند. در کتابفروشی‌های سنتی، این اطلاعات محدودتر است.

خرید کتاب‌های دیجیتال (E-books):

با رشد کتاب‌های الکترونیکی، بسیاری از مشتریان به جای خرید نسخه چاپی، کتاب‌های دیجیتال را خریداری می‌کنند. این مسئله برای کتابفروشی‌های سنتی که معمولاً فقط کتاب‌های چاپی عرضه می‌کنند، چالش‌برانگیز شده است. امکان خرید راحت‌تر کتاب‌های نایاب: کتابفروشی‌های آنلاین این امکان را به مشتریان می‌دهند که حتی

کتاب‌های نایاب یا قدیمی را که در کتابفروشی‌های سنتی پیدا نمی‌شود، به راحتی پیدا کرده و خریداری کنند.

با این حال، باید اشاره کرد که کتابفروشی‌های سنتی هنوز هم برای بسیاری از افراد تجربه‌ای خاص و متفاوت دارند. حس خرید فیزیکی، ملاقات با فروشندگان و مشاوره شخصی همچنان برای برخی از مشتریان مهم است. اما قطعاً تأثیر کتابفروشی‌های آنلاین بر این صنعت غیرقابل انکار است.

برای کاهش تأثیر منفی کتابفروشی‌های آنلاین بر کسب‌وکارهای سنتی، کتابفروشان فیزیکی می‌توانند چندین استراتژی اتخاذ کنند که تجربه خرید را برای مشتریان جذاب‌تر و منحصر به فردتر کند. در اینجا چند پیشنهاد برای مقابله با چالش‌ها آورده شده است:

۱. ایجاد تجربه‌ای شخصی و منحصر به فرد

ایجاد فضای جذاب و دلپذیر: یکی از ویژگی‌های منحصربه‌فرد کتابفروشی‌های فیزیکی، فضای خاص آن‌هاست. ایجاد یک محیط دلنشین و آرامش‌بخش که مشتریان در آن احساس راحتی کنند و مدت‌ها در آن بمانند، می‌تواند تجربه خرید را جذاب‌تر کند.

ارائه مشاوره شخصی: فروشندگان می‌توانند در زمینه انتخاب کتاب به مشتریان کمک کنند و با ارائه مشاوره شخصی، به آن‌ها توصیه‌های ویژه بدهند. این کار مشتریان را به فروشگاه‌های فیزیکی جذب می‌کند.

برگزاری رویدادهای فرهنگی: برگزاری جلسات نقد کتاب، ملاقات با نویسندگان، کارگاه‌های نویسندگی، یا گروه‌های کتابخوانی می‌تواند به کتابفروشی شما هویت فرهنگی خاصی بدهد و به عنوان مکانی برای اجتماع علاقه‌مندان به کتاب شناخته شود.

۲. توسعه خدمات آنلاین

راه‌اندازی فروشگاه آنلاین: حتی اگر شما کتابفروشی فیزیکی دارید، می‌توانید برای خود یک وب‌سایت یا فروشگاه آنلاین راه‌اندازی کنید تا مشتریان بتوانند از راه دور کتاب خریداری کنند. این فروشگاه آنلاین می‌تواند به شما کمک کند تا با کتابفروشی‌های آنلاین رقابت کنید.

خدمات ارسال سریع: پیشنهاد ارسال سریع و رایگان کتاب‌ها به خانه مشتریان، یکی از استراتژی‌هایی است که

می‌تواند به شما کمک کند تا رقابت با کتابفروشی‌های آنلاین را بهبود بخشید.

۳. ارائه محصولات منحصر به فرد

کتاب‌های خاص و نایاب: شما می‌توانید بر روی ارائه کتاب‌های نادر و خاص تمرکز کنید که در کتابفروشی‌های آنلاین پیدا نمی‌شوند. همچنین می‌توانید از چاپ‌های محدود، نسخه‌های امضاء شده و نسخه‌های خاص برای جذب مشتریان استفاده کنید.

کتاب‌های محلی و تخصصی: پیشنهاد کتاب‌های محلی یا کتاب‌هایی در زمینه‌های خاص (مثلاً کتاب‌های تاریخی، فرهنگی یا مربوط به یک منطقه خاص) می‌تواند به شما کمک کند تا یک جامعه خاص از خوانندگان را جذب کنید.

۴. ارائه تجربه دیجیتال

کتاب‌های دیجیتال و صوتی: می‌توانید به فروش کتاب‌های الکترونیکی (E-books) و کتاب‌های صوتی نیز بپردازید تا به مشتریانی که به دنبال فرمت‌های دیجیتال هستند، خدمات ارائه کنید.

اپلیکیشن مخصوص کتابفروشی: توسعه یک اپلیکیشن موبایل برای کتابفروشی آنلاین می‌تواند به مشتریان این امکان را بدهد که به راحتی از طریق گوشی‌های خود کتاب سفارش دهند و از تخفیف‌ها و اخبار جدید مطلع شوند.

۵. ایجاد تخفیف‌ها و طرح‌های ویژه

برگزاری تخفیف‌های دوره‌ای: برگزاری تخفیف‌های ویژه یا کمپین‌های فروش در ایام خاص می‌تواند موجب جذب مشتریان بیشتر شود. به طور مثال، تخفیف‌های فصلی یا در روزهای خاص می‌تواند مشتریان را به فروشگاه شما جلب کند.

عضویت با کارت وفاداری: می‌توانید برای مشتریان وفادار برنامه‌های خاصی مانند کارت‌های تخفیف یا برنامه‌های امتیازی ارائه دهید که باعث ایجاد ارتباط طولانی‌مدت با مشتریان شود.

۶. تقویت حضور در جامعه و ارتباطات اجتماعی

حمایت از نویسندگان محلی: شما می‌توانید به نویسندگان محلی کمک کنید تا کتاب‌هایشان را معرفی کنند. برگزاری جلسات معرفی کتاب یا رویدادهای مشابه می‌تواند کتابفروشی شما را به عنوان یک مرکز فرهنگی محلی معرفی کند.

حضور در رسانه‌های اجتماعی: استفاده از پلتفرم‌های اجتماعی مثل اینستاگرام، تلگرام یا توئیتر برای تبلیغ کتاب‌ها، برگزاری مسابقات و تعامل با مشتریان می‌تواند برند شما را تقویت کند.

۷. مشتری‌مداری و توجه به نیازهای خاص مشتریان

سرویس ویژه برای مشتریان ویژه: شما می‌توانید سرویس‌هایی مانند بسته‌بندی خاص، ارسال هدیه، یا حتی ایجاد گزینه‌های سفارشی برای مشتریانی که به دنبال کتاب‌های خاص هستند، ارائه دهید. برقراری ارتباط نزدیک با مشتریان: ارتباط نزدیک‌تر با مشتریان و درک نیازها و سلیقه آنان به شما کمک می‌کند تا تجربه خرید بهتری را برای آنها فراهم کنید و مشتریان را وفادار کنید.

با به کارگیری این استراتژی‌ها، کتابفروشی‌های سنتی می‌توانند از رقابت با کتابفروشی‌های آنلاین بهره‌مند شوند و نه تنها مخاطبان خود را از دست ندهند، بلکه تجربه خرید منحصر به فردی را برای مشتریان خود به ارمغان بیاورند.

کوتاه سخن :

چه در فروشگاه‌های کتاب آنلاین و چه در کتابفروشی‌های فیزیکی، وقتی که این محیط‌ها به ترویج کتابخوانی و فراهم کردن شرایط مناسب برای خواندن کمک کنند، در نهایت همه برنده خواهند بود. مهم این است که جامعه‌ای کتابخوان‌تر بسازیم و افراد را تشویق کنیم تا بیشتر مطالعه کنند و از این طریق، دنیای فرهنگی و ذهنی خود را گسترش دهند.

آرام شب بخیر

ناله می‌کنند. مردی داد می‌زند: «لبوی داغ تنوری... دل دلبر...» بچه‌گریه‌ای که در گودالی افتاده ناله می‌کند. مقتعه و روپوشم به تنم چسبیده... از سرما می‌لرزم... نه... از گرما...

صدای پدر، «عشق‌های پنج‌ره‌ای...» صدای پدر، «عشق‌های خیابانی...» صدای پدر که در باد و باران گم می‌شود... چرا دیگر نمی‌شنوم چه می‌گوید؟ حالا به کوچهای رسیده‌ام که غیر از بقیه کوچه‌هاست. فقط به این دلیل که خانه‌تان در آن است. مثل باران می‌آیم. با باران می‌آیم فقط یک خانه هست که سردش را با لامپ‌های رنگی پوشانده‌اند... که لایه‌لای درختان کاج و سرو آن لامپ کشیده‌اند... که این لامپ‌ها روشن می‌شوند و خاموش که هم می‌سوزند و هم از جنس باران‌اند.

جلوی در خانه، پچه‌ها صف بسته‌اند. جلوی در خانه شلوغ شلوغ است. می‌آیم و می‌ایستم در پناه درختی. می‌گذارد به شاه‌اش تکیه کنم. آب جوی، عکس وارونه‌ام را با خودش می‌برد. به داخل خانه نگاه می‌کنم. فواره می‌چرخد و کاسه گل‌ها سر خم کرده‌اند. کسی بالای منقل اسپند، چتر گرفته است. یک گودال سیاه وارونه. ماشینی به داخل کوچه می‌پیچد.

یکی داد می‌زند: «به سلامتی عروس و داماد!» پچه‌ها هورا می‌کشند. لامپ‌ها روشن و خاموش می‌شوند. دستی یک مشت اسپند توی آتش می‌ریزد. گر می‌کشم. ماشین غرق تور و شکوفه است.

برف پاک‌کن‌ها تند و تند حرکت می‌کنند. از پشت مثلث‌هایی از باران که بلافاصله در هم می‌ریزند، تو را می‌بینم و بعد... او را... ماشین را که جلوی در نگه میداری، پچه‌ها و زن‌ها دوره‌تان می‌کنند. دهانم طعم شور خون می‌گیرد.

تنهایی غم‌انگیز آنها ندارند. البته که نویسنده، برای نشان دادن این تنهایی و انزوا، هوشمندانه عمل کرده و هیچ‌گاه رک و صریح سخن نگفته است، بلکه همواره آدم‌های قصه‌اش را در موقعیتی داستانی قرار داده تا خواننده خود به حال و هوای شخصیت پی ببرد.

این کتاب با رویکردی متنوع به بیان مسائل و مشکلات اقبالش مختلف زنان می‌پردازد و سعی دارد موضوعات و شخصیت‌های داستان‌های خود را در جامعه خویش و در بین شخصیت‌هایی که همه ما شاید با آنها برخورد کنیم، نشان دهد. به طور حتم دغدغه نویسنده از نگارش چنین داستان‌هایی، ارتباط بین زن و مرد است. پیش‌تر این داستان‌ها شامل سرگذشت تلخ و شیرین زنانی است که هر یک به نوعی درگیر نابسامانی‌های زندگی هستند و دغدغه بیشتر آنان بی‌مهتری و بی‌توجهی همسران‌شان است و در اغلب اوقات هر یک از این زنان خود را فدای دیگران به‌ویژه خانواده می‌کنند.

نویسنده این کتاب، روان‌شناسی قایل است. در واقع با بیان درد و رنج این زنان سعی در شناساندن باورهای نادرست آنها دارد و دنیای امروز و دیروزشان را به نمایش می‌گذارد. برای همین راه‌حلی ارائه نمی‌دهد. آنان به همان شکلی که زندگی برایشان مقدر کرده است، زندگی می‌کنند و می‌میرند.

در بخشی از کتاب آرام شب بخیر می‌خوانیم:

زن عصبانی نگاهم می‌کند. طرح کف کفشم را از روی پایش پاک می‌کند. چتر واژگونش مثل گودال سیاه است. تلو تلو خوران پیش می‌روم... باران، رهگذران، سایه‌های گمشده، ابرهائی که آسمان را پر کرده‌اند... کوچه‌ها... کوچه‌های بی‌شمار... دستم را در جیبم می‌کنم. شاه‌ها

الزاماً نویسنده داستان‌ها نیست، بلکه می‌تواند نماد و نشانه‌ای از همه زن‌های یک سرزمین باشد. با رنج‌ها و شادی‌های‌شان، با ترس‌ها، تردیدها و آرزوهایی که گاه دور از دست به نظر می‌رسند. زنان این کتاب به سه دسته تقسیم می‌شوند، یک گروه زنانی هستند که اسیر فقر، بی‌فرهنگی یا خودخواهی اطرافیان‌شان هستند و از قدرت تصمیم‌گیری چندانی برخوردار نیستند. گروه دیگر، زنانی هستند که گاه مرغه به شمار می‌آیند ولی خود، خواهان رنج عشق یا رنج زندگی هستند و دسته سوم زنانی هستند که مردها نقش چندانی در زندگی و سرنوشت‌شان ندارند چراکه خودشان راه تحول، تنزل یا ارتقا را برمی‌گزینند. با این همه، زنانی که نویسنده در کتاب «آرام شب بخیر» خلق کرده است، در کنار همدیگر یک پیکره واحد را شکل می‌دهند.

وی برای شکل دادن به این پیکره واحد، در داستان اول کتاب یعنی «نیلوفران برکه خاموشی» از زنی حکایت می‌کند که به مردی غریبه و از خارج برگشته اعتماد و تکیه می‌کند، اما مرد، او را به یک مرداب رهنمون می‌سازد. در داستان «آخرین پناه» اگرچه مرد خانواده در کنار و همدم زن است، اما وقتی زن در دره‌ای سقوط می‌کند، این دل سپردن به دعا و اورادی آسمانی است که می‌تواند نجاتش دهد. داستان «از آسمانی دیگر» هم حکایت زنی تنهاست که آرزو دارد از آسمان یک فوج فرشته بیاید.

نویسنده در داستان «پله‌ها» زن قصه‌هایش را به دختری دبیرستانی بدل می‌کند که دوستی شفیق یافته است، اما انگار گذشت زمان، به معنای گم و محوشدن آن دوست بوده است.

داستان‌های دیگر کتاب او هم ماجرای زنانی است تنها و معقوم که مردهای زندگی‌شان هیچ راهی به خلوت و



کتاب «آرام شب بخیر» مجموعه داستانی از راضیه تجار است که با تمی مختلف به بیان مسائل و مشکلات زنان می‌پردازد.

این اثر مجموعه داستان‌هایی است که هر کدام پاره‌هایی از وجود یک زن هستند، اما وقتی در کنار هم قرار می‌گیرند، یک انسان کامل را شکل می‌دهند. این زن

عضو هیات علمی مرکز تحقیقات و آموزش کشاورزی و منابع طبیعی آذربایجان شرقی گفت: محدودیت منابع آب، نبود برنامه‌ریزی آبیاری و استفاده نامطلوب و غیراقتصادی از آب، از عوامل اصلی محدود کننده توسعهٔ کشاورزی و افزایش تولیدات غذایی در ایران هستند. ابوالفضل ناصری اظهارکرد: آب آبیاری یکی از مهم‌ترین عوامل توسعه کشاورزی بوده و همین‌طور نقش مهمی در مدیریت منابع آبی هر منطقه‌ای ایفا می‌کند.وی با اشاره به هدف برآورد نیاز آبی گیاهان، خاطرنشان

کرد: در حقیقت برآورد نیاز آبی گیاهان به منظور مدیریت و برنامه ریزی آبیاری از ملزومات طراحی بهینه یک سیستم آبیاری و دستیابی به عملکرد مناسب است و کارشناسان در برنامه ریزی آبیاری بیشتر از تعیین تخخیر و تعرق به دنبال تخمین، محاسبه و برآورد تخخیر و تعرق هستند.ناصری یادآورشد: برنامه ریزی آبیاری به معنی آبیاری کردن گیاه در زمان موردنیاز و به مقدار لازم است، هدف برنامه ریزی آبیاری، مشخص کردن مقدار دقیق آب مورد استفاده در مزرعه و

استفاده غیراقتصادی از آب، مانع توسعه کشاورزی و افزایش تولیدات غذایی است

زمان بندی دقیق کاربرد آن است.وی افزود: برنامه ریزی آبیاری بهینه براساس اندازه گیری یا تخمین نگهداشت رطوبت خاک و نیاز آبی گیاه، یکی از بهترین عملیات‌های مدیریتی برای مدیریت آبیاری بوده و برنامه ریزی آبیاری در مزارع کشاورزی نیازمند تعیین زمان و مقدار آبیاری و یکی از تصمیم گیری‌های مهمی است که برنامه ریزان واحدهای زراعی با آن روبه رو هستند.

اینجا ناتوانی با کیمیای خواستن به کار و امید تبدیل می‌شود

از خانه تا کارخانه!

طبق گفته فرزانه، برخی از توانخواهان، کار مونتاژ کاشی را از همین مرکز یاد گرفته و پس از طی کردن دوره های کارآموزی، حالا وارد کارخانه شده و کارشان را آنجا ادامه می‌دهند. مسئول فنی این مرکز می گوید: « کار مونتاژ کاشی دقیقاً ۱۹ مرحله مختلف دارد. برخی بسیار ساده و برخی پیچیده. هر کدام از بچه ها متناسب با قدرت ذهنی خود، عهده دار بخشی از کار شده‌اند. اینجا هم کار یاد می گیرند، هم سرشان گرم شده و مهارت های اجتماعی‌شان تقویت می شود و هم سر ماه در حد سطح کاری خود مبلغی مابین ۵۰۰ هزار الی دو میلیون تومان از ما دریافت می کنند.»

از انزوا تا اجتماع!

فرزانه، زنی را در اتاق مدیریت به‌عنوان خواهر یکی از توان‌خواهان به من معرفی می‌کند. سمیه خواهر امیررضا در خصوص روند مشغول‌شدن برادرش در این مرکز می‌گوید: «امیررضا از بابت ظاهری سالم بوده اما کم‌توان ذهنی است. حالا ۲۳ سال دارد و ۹ ماهی است که در این مرکز شروع به کار کرده است. مادرم حساسیت خاصی روی امیررضا دارد و به همین دلیل به‌هیچ‌وجه راضی به کارکردن او نبود.» سمیه از خواهش و اصرارهای خود برای راضی‌کردن مادر می‌گوید و دو سه ماه همراهی با برادرش برای آمدن به مرکز. «امیررضا بعد از اینکه از محیط مدرسه فاصله گرفت، در خانه کلافه می‌شد و ما را اذیت می‌کرد اما حالا با آمدن به این مرکز، اعتماد به نفسش بالا رفته و حتی صبح‌ها خودش با منرو و اتوبوس راهی مرکز می‌شود.»

کارگاه‌هایی که امید را به خانواده‌ها بازگرداند

او که حالا از وضعیت برادر خود راضی به نظر می‌رسد، ادامه می‌دهد: «اینجا با دیگر بچه‌ها انس پیدا کرده است. راستش مراقبت از امیررضا و سرگرم‌کردنش در خانه برای همه ما سخت بود اما حالا با مشغول‌شدنش در این مرکز، خیال مادرم راحت شده است.» سمیه، عدم‌بیمه‌کرد توان‌خواهان حاضر در این مرکز را یکی از دغدغه‌های بزرگ عنوان کرده و خواستار حل آن از سوی مسئولان مربوطه است. حالا وقتش است که به سراغ دومین مرکز هماهنگ شده از سوی بهزیستی بروم. طبق اطلاعات قبلی که از مسئولان بهزیستی کسب کرده‌ام، نام مرکز کارگاه تولیدی حمایتی تکامل است و در حوزه صنایع چوب و تولید هدایای تبلیغاتی و چاپ فعالیت دارد.

اینجا توان‌خواهان به نیروی کار ماهر تبدیل می‌شوند

داخل که می‌شوم، همه با لباس‌های یک‌دست آبی، بسیار هماهنگ و منظم سر جای خود نشسته و مشغول برخی مشغول برش دستی و عده‌ای در حال سر هم کردن حلقه‌های جاکلیدی؛ اما برخی‌هایشان هم پای دستگاه لیزری ایستاده‌اند و کاملاً مشخص است، کارشان بسیار ظریف و دقیق بوده و البته باورث نمی‌شود که چنین کار ظریفی را فردی کم‌توان ذهنی قادر به انجام باشد.با مریم زبردست، دکنتری ارزشناسی و مدیر و مؤسس مجموعه هم صحبت می‌شوم. ساعات کاری مجموعه را از هشت صبح تا ۱۳ عنوان می‌کند و می‌گوید: «در این مجموعه ۵۰ توان‌خواه با معلولیت ذهنی، اعصاب و روان و مشکلات گفتاری مشغول به فعالیت هستند.»

وقتی چرخ‌های تولید با اراده توان‌خواهان می‌چرخد



فازنه زنجانی

در کارگاه‌های تولیدی که بوی تلاش و همدلی می‌دهند، قصه‌های شنیدنی از رویش دوباره و غلبه بر محدودیت‌ها روایت می‌شود؛ قصه‌هایی از جنس تولید امید برای افراد کم‌توان ذهنی.

راستش قبل از اینکه وارد کارگاه تولیدی حمایتی سهند شوم، هیچ فکرش را نمی‌کردم که پشت دیوارهای این مرکز، انسان‌هایی هستند که با یک‌سری توانایی‌هایی متفاوت در پی یافتن روزانه‌ای برای اثبات خود باشند. انسان‌هایی که با وجود مشکلات و بیماری‌های ذهنی خفیف و حتی شدید، با دست‌های خود کاری می‌کنند، کارستان. در نگاه اول، شاید با یک کارگاه تولیدی ساده روبرو شوید؛ اما اینجا پناهگاه امنی است برای کسانی که جامعه گاهی آن‌ها را از یاد می‌برد.با هماهنگی بهزیستی استان، سری به دو کارگاه تولیدی ویژه افراد کم‌توان ذهنی و توان‌خواه می‌زنم. اولی کارگاه حمایتی تولیدی سهند است و ۶۵ توان‌خواه در آن مشغول مونتاژ سنگ و تبدیل آن به کاشی گرانیتی و کاشی‌های کف استخر هستند.

اینجا همه چیز رو به روال است، درست مثل کارگاه تولیدی واقعی!

وارد که می‌شوم، همه با نظم‌وانضباط خاصی مشغول انجام‌وظیفه خود هستند. یکی کاشی‌های کوچک را دست‌به‌دست می‌کند و آن دیگری با چسب، سرجای خود می‌نشاند. امکان ندارد که در این نگاه اول، متوجه بیماری و کم‌توانی ذهنی بسیارشان شوید؛ اینجا همه چیز رو به روال است، درست مثل یک کارگاه تولیدی واقعی. الهام فرزانه، مسؤول فنی مرکز است. از روال کار مرکز می‌گوید: «بچه‌هایی که اینجا می‌آیند، ۶ ماه دوره کارآموزی و سپس کارورزی را طی کرده و همراه با آموزش، به امر تولید مشغول هستند. علاوه بر مونتاژ کاشی گرانیتی، قالبیافی هم داریم.»

۵

پیام آذربایجان

چهارشنبه ۲۰ فروردین ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۴۴



زندگی

در سال جدید، نگرش متفاوتی

نسبت به شغل‌تان داشته باشید

دکتر علی‌رضا یوسفی

احساس خستگی در شغل خود می‌کنید؟ با تغییر محتوای کاری، می‌توانید شغل خود را دوباره جذاب کنید. تهیه لیست‌هایی از فعالیت‌های محبوب، خنثی و خسته‌کننده، اولین گام برای تغییر است. به فعالیت‌های مورد علاقه خود بیشتر بپردازید و از کارهای خسته‌کننده دوری کنید.

اگر یکی از افرادی هستید که احساس خستگی می‌کنید، اما نمی‌توانید خودتان را برای شروع یک جستجوی شغلی دیگر آماده کنید، یک ایده برای شما داریم. چطور است شغل‌تان را حفظ کنید، اما آنچه در کارتان انجام می‌دهید را تغییر دهید؟ این کار به‌مراتب راحت‌تر از تعویض کارفرمایان است و ممکن است حتی شغل‌تان را دوباره برای شما جذاب سازد.

برای شروع، سه فهرست تهیه کنید:

لیست A بخش‌هایی از شغل شماست که دوست‌شان دارید.

لیست B بخش‌هایی از شغل‌تان را مشخص می‌کند که در مورد آنها خنثی هستید.

لیست C نیز بخش‌هایی را ترسیم می‌کند که برایتان خسته‌کننده یا آزاردهنده است.

فرم پر کن!

سپس یک دایره ترسیم کنید که میزان زمانی که در یک هفته در محیط کار صرف می‌کنید را نمایش دهد. سپس میزان زمانی که در هر مورد صرف می‌کنید را سایه بزنید.

هدف شما برای سال جدید، باید رشد مدت زمانی باشد که بر فعالیت‌های لیست A صرف می‌کنید و اینکه تا جای ممکن فعالیت‌های لیست C را کوچک کنید. برای انجام این کار، با افزودن فعالیت‌های فهرست A به برنامه زمانی‌تان شروع کنید. اگر در تلاش هستید تا با کوچک کردن فهرست B یا C شروع کنید، مؤثر واقع نخواهد شد.

به‌عنوان مثال، اگر یادگرفتن چیزهای جدید در فهرست A شما قرار دارد، یک همکار بیابید که بتواند در این زمینه- مثلاً تحلیل داده‌ها ـ به شما کمک کند. یا اگر از مشاوره دادن لذت می‌برید، به افراد مسئول استخدام در شرکت‌تان بگویید که می‌توانید در استخدام‌های جدید کمک‌رسان خوبی باشید. کلید این نکته که فعالیت‌های لیست A را زیاد کنید، این است که داوطلب شوید.

پس از اینکه یک یا دو آیتم دیگر را به لیست اول اضافه کردید، شروع به حمله به لیست C یعنی فعالیت‌هایی که واقعاً دوست‌شان ندارید، کنید. بسیاری از اوقات، اینها چیزهایی هستند که شما بارها و بارها انجام داده‌اید. ممکن است برای شما خسته‌کننده یا زمان‌بر باشند؛ اما می‌توانند کاری جدید یا جذاب برای یک همکار یا زبردست شما به حساب آیند.

حالا به فهرست B نگاه کنید. اکثر آنها احتمالاً می‌توانند خودکارسازی شده، به فرد دیگری محول شده یا اینکه نادیده گرفته شوند. تا جایی که می‌توانید از شر لیست B خلاص شوید.

اما حتی اگر قدرت یا استقلال داخلی زیادی روی شغل‌تان نداشته باشید، ممکن است متعجب شوید که روی شغلی که انجام می‌دهید، می‌توانید چه مقدار کنترل داشته باشید؛ و این زیبایی نگرش «تغییر محتوای شغل شما» است: اینکه هرگونه تغییرات را با چه سرعتی انجام دهید، در کنترل شماست. می‌توانید توقف کنید و دوباره شروع کنید. اگر دوست داشته باشید می‌توانید بی‌سروصدا کار کنید یا به افراد اجازه دهید تا بداند که شما در حال انجام چه کاری هستید. شما می‌توانید این را به رزومه و شبکه خود بیفزایید.

به این ترتیب، اگر ظرف چند ماه گذشته تصمیم گرفته‌اید که برای قرار دادن خودتان در بازار شغل جدید بار دیگر خود را امتحان کنید، به احتمال بیشتری می‌توانید با تغییر محتوای شغل‌تان از آن لذت ببرید. پس امتحانش کنید.

آغاز سال جدید با همدلی فناوریانه؛

پارک علم و فناوری بر مدار شفافیت و توسعه

داریم هرگونه انتقاد یا پیشنهاد را با روی گشاده بشنویم و در جهت رفع آن اقدام کنیم.»او با اشاره به نارضایتی برخی شرکت‌ها از تخصیص فضای کار و نحوه ارزیابی‌ها در دوره گذشته گفت: «این موارد در حال بازبینی هستند و انتظار داریم هیچ شرکتی با کمبود امکانات اولیه مواجه نباشد. پارک، خانه‌ی شفافیت و ما وظیفه داریم محیطی شایسته با امکاناتی به‌روز فراهم کنیم.»بالای اسکویی با اشاره به نقش کلیدی شرکت‌های فناور در تحقق شعار سال، افزود: «رهبر معظم انقلاب، سال ۱۴۰۴ را سال «سرمایه‌گذاری برای تولید» نام‌گذاری کردند. این نام‌گذاری، یک مأموریت است برای همه ما. در سالی که گذشت، ایشان بر مشارکت مردم در تولید تأکید داشتند و اکنون سرمایه‌گذاری را موتور محرکه آن معرفی کرده‌اند. قطعاً شرکت‌های دانش‌بنیان با نوآوری، اشتغال‌زایی، و ارتقای بهره‌وری، اصلی‌ترین بستر برای تحقق این شعار ملی هستند.»وی با اشاره به مشکلات زیرساختی، اظهار داشت: «در دیدار با دکتر صدری‌مهر، روند احداث سوله‌ها و فضاهای کارگاهی پیگیری شد. متأسفانه در گذشته ارتباط مؤثرتری میان پارک و دستگاه‌های استانی و ملی برقرار نشده بود که این رویکرد به‌زودی با تعامل سازنده اصلاح خواهد شد.»

دیدار نوروزی و صمیمانه‌ی آریتا لالای اسکویی، سرپرست پارک علم و فناوری آذربایجان شرقی با شرکت‌های دانش‌بنیان و فناور مستقر در پارک با هدف گفت‌وگو، هم‌افزایی و بررسی دغدغه‌های فعالان فناور و همچنین ترسیم مسیر تحقق شعار سال، «سرمایه‌گذاری برای تولید»، برگزار شد.لالای در این دیدار ضمن تبریک فرارسیدن سال نو و عید فطر، تأکید کرد: «ما در پارک، برای شما و به خاطر شما هستیم. مسئولیتی که بر عهده گرفته‌ام، با نگاهی مسئولانه و متعهدانه همراه بوده و از نخستین روزهای حضور، بازدید شرکت‌ها و شناخت از نزدیک فعالیت‌ها و چالش‌های آنان را در اولویت قرار داده‌ایم.»وی افزود: «پارک علم و فناوری هنوز در جایگاهی که شایسته‌ی آن است قرار ندارد، و این ارتقاء تنها در گرو رشد و شکوفایی شرکت‌های فناور و دانش‌بنیان مستقر در آن خواهد بود. شرکت‌ها، اصلی‌ترین سرمایه‌های ما هستند و هرگونه سیاست‌گذاری و تصمیم‌سازی باید در راستای حمایت از آنها صورت گیرد.»سرپرست پارک با تأکید بر روحیه مطالبه‌گری و پذیرش نقد سازنده از سوی شرکت‌ها، خاطرنشان کرد: «ما باید گفتمان را جایگزین گلایه‌مندی کنیم. ارتباط مستقیم و بدون واسطه با بنده برقرار است و ما آمادگی

۱۹۰۲۳۲۴ شناسه آگهی

آگهی مناقصه عمومی

شهرداری منطقه ۳ تبریز در نظر دارد با استناد به مجوزهای اخذ شده پروژه های ترافیکی مشروحه زیر را در سال ۱۴۰۴ از طریق مناقصه عمومی و سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به پیمانکاران دارای صلاحیت و شرکتهای واجد شرایط واگذار نماید. لذا از شرکتها و پیمانکاران واجد شرایط دعوت میشود، با رعایت قانون منع مداخله کارکنان در معاملات دولتی، از تاریخ انتشار آگهی جهت اخذ اسناد مناقصه به سایت اینترنتی سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) www.setadiran.ir مراجعه نمایند.
سپرده شرکت در مناقصه به صورت ضمانتنامه بانکی یا به صورت فیش بانکی به حساب شماره ۱۰۰۱۳۲۵۸۴۳ نزد بانک شهر به نام شهرداری منطقه ۳ تبریز واریز گردد.

ردیف	موضوع پروژه	مبلغ برآورد (اولیه ریال)	مبلغ سپرده شرکت در مناقصه (ریال)	پایه مورد نیاز
۱	تهیه و اجرای خط کشتی های محوری با رنگ سرد ترافیکی در سطح منطقه (ناحیه ۱ و ۳)	۲۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	حداقل پایه ۵ در رشته راه و ترازوی یا پایه ۵ رشته ابنیه
۲	تهیه و اجرای خط کشتی های محوری با رنگ سرد ترافیکی در سطح منطقه(ناحیه ۲)	۲۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	حداقل پایه ۵ در رشته راه و ترازوی یا پایه ۵ رشته ابنیه
۳	تهیه و اجرای خط کشتی های عابر پیاده، علائم افقی و نوشتاری با رنگ دو جزئی در سطح منطقه (ناحیه ۱ و ۲)	۲۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	حداقل پایه ۵ در رشته راه و ترازوی یا پایه ۵ رشته ابنیه
۴	تهیه و اجرای خط کشتی های عابر پیاده، علائم افقی و نوشتاری با رنگ دو جزئی در سطح منطقه (ناحیه ۲)	۲۰,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	حداقل پایه ۵ در رشته راه و ترازوی یا پایه ۵ رشته ابنیه
۵	اجرای اصلاحات هندسی و رفع نقاط حادثه خیز (مطابق مصوبه شورای ترافیک) ناحیه ۱	۳۵/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۱/۷۵/۰۰۰/۰۰۰	حداقل پایه ۵ در رشته راه و ترازوی یا پایه ۵ رشته ابنیه
۶	اجرای اصلاحات هندسی و رفع نقاط حادثه خیز (مطابق مصوبه شورای ترافیک) ناحیه ۳	۵۰/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۲/۵۰/۰۰۰/۰۰۰	حداقل پایه ۵ در رشته راه و ترازوی یا پایه ۵ رشته ابنیه

مهلت فروش اسناد مناقصه: از ساعت ۹ صبح روز چهارشنبه مورخه ۱۴۰۴/۰۱/۲۰ تا ساعت ۸ صبح روز چهارشنبه مورخه ۱۴۰۴/۰۱/۲۲ در بستر سامانه ستاد میباشد.
آخرین مهلت بارگذاری مدارک به صورت الکترونیکی در سامانه ستاد از ساعت ۹ صبح روز چهارشنبه مورخه ۱۴۰۴/۰۱/۲۲ تا ساعت ۹ صبح روز شنبه مورخه ۱۴۰۴/۰۱/۲۰ میباشد.
سپرده شرکت در مناقصه به صورت فیزیکی تا ساعت ۱۰ صبح روز شنبه مورخه ۱۴۰۴/۰۱/۲۰ به دبیرخانه شهرداری منطقه ۳ واقع در خیابان آزادی مابین چهارراه لاله و تقاطع رسالت ـ شهرداری منطقه ۳ تحویل نمایند.
بارگشایی پیشنهادات روز شنبه مورخه ۱۴۰۴/۰۱/۲۰ ساعت ۱۴ در بستر سامانه ستاد در محل اتاق جلسه شهرداری تبریز واقع در خیابان آزادی ـ چهارراه ایوب‌یحان ـ نش خیابان لاله زار جنوبی ـ شهرداری تبریز بوده و سایر اطلاعات و جزئیات مربوطه در ستاد و شرایط شرکت در مناقصه مندرج و جزء لاینفک قرارداد خواهد بود.
ضمناً هزینه چاپ آگهی به عهده برنده مناقصه میباشد.

آرمان امین بخش

شهردار منطقه سه کلانشهر تبریز



پیام آذربایجان

چهارشنبه ۲۰ فروردین ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۴۴

تندرستی و تحرک

ایستگاه ورزش

چربی شکمی و ارتباط آن با سلامت مغز: رازهای جدیدی که باید بدانید

تازه‌ترین تحقیقاتی که توسط محققان اروپایی منتشر شده است، به یک عامل غیرمنتظره اشاره می‌کند که ممکن است نقش مهمی در کاهش یا حفظ سلامت مغز در سنین بالا داشته باشد: نسبت دور کمر به باسن یا به عبارت ساده‌تر، چربی شکمی.

در دنیای پرمشغله امروز، مراقبت از سلامت مغز شاید اولین چیزی نباشد که به ذهنمان می‌آید. اما حقیقت این است که مغز ما نیز نیاز به توجه ویژه دارد. خصوصاً وقتی که صحبت از سلامت شناختی در دوران پیری می‌شود. تازه‌ترین تحقیقاتی که توسط محققان اروپایی منتشر شده است، به یک عامل غیرمنتظره اشاره می‌کند که ممکن است نقش مهمی در کاهش یا حفظ سلامت مغز در سنین بالا داشته باشد: نسبت دور کمر به باسن یا به عبارت ساده‌تر، چربی شکمی.

این مطالعه که در مجله JAMA Network Open منتشر شده، نشان می‌دهد که داشتن چربی شکمی زیاد می‌تواند تأثیرات منفی بر عملکرد مغز در سنین بالاتر داشته باشد. در حالی که تحقیقات قبلی بیشتر بر روی شاخص توده بدنی (BMI) متمرکز شده بودند، این تحقیق جدید به جای BMI، به نسبت دور کمر به باسن نگاه کرده است. چرا؟ زیرا چربی شکمی به عنوان یک شاخص دقیق‌تر برای سنجش خطر بیماری‌ها شناخته شده است.

چطور چربی شکمی بر مغز تأثیر می‌گذارد؟

تحقیقات نشان داده است که چربی شکمی زیاد در دوران میانه زندگی می‌تواند باعث کاهش ارتباط ساختاری و عملکردی مغز شود. ماده سفید مغز، که وظیفه انتقال سیگنال‌های عصبی بین قسمت‌های مختلف مغز و نخاع را دارد، یکی از مهم‌ترین عوامل در عملکرد شناختی است. در این مطالعه، مشخص شد که ۲۵ درصد از مسیره‌های ماده سفید مغز افرادی که چربی شکمی بالاتری داشتند، آسیب دیده است.

این مطالعه به وضوح نشان می‌دهد که افرادی که دارای دور کمر بیشتری نسبت به باسن خود هستند، دچار مشکلات بیشتری در حافظه کاری، عملکرد اجرایی و توانایی‌های شناختی خواهند شد. به عبارت دیگر، اگر شما هم به اندازه کافی به سلامتی شکمی خود اهمیت نمی‌دهید، ممکن است مغز شما هزینه آن را در آینده بپردازد.

راهکارهایی برای مقابله با این وضعیت

شاید این خبر نگران‌کننده به نظر برسد، اما نکته مثبت این است که هنوز می‌توانیم با انجام تغییرات ساده در سبک زندگی، از مشکلات بعدی پیشگیری کنیم. مطالعه اخیر تأکید زیادی بر اهمیت رژیم غذایی سالم و متعادل دارد.

رژیم‌های غذایی سرشار از آنتی‌اکسیدان‌ها، ویتامین‌ها، مواد معدنی و چربی‌های سالم می‌توانند به بهبود عملکرد مغز کمک کنند. رژیم MIND که ترکیبی از رژیم‌های مدیترانه‌ای و DASH است، یکی از این رژیم‌هاست که علاوه بر فواید برای مغز، برای سلامت قلب نیز مفید است.

ورزش، خواب و مدیریت استرس: عوامل کلیدی برای سلامت مغز

ورزش منظم، خواب کافی و مدیریت استرس نیز نقش مهمی در حفظ سلامت مغز ایفا می‌کنند. مطالعات نشان داده‌اند که تحرک بدنی منظم می‌تواند به تقویت حافظه و بهبود عملکرد مغز کمک کند. علاوه بر این، خواب با کیفیت بالا و کاهش استرس نیز به فرآیندهای مغزی کمک می‌کنند.

نتیجه‌گیری: تغییرات کوچک، تأثیرات بزرگ

محققان هشدار می‌دهند که اگرچه بسیاری از ما به فکر کاهش وزن هستیم، اما کیفیت وزن و نوع چربی بدن نیز مهم است. کاهش چربی شکمی و داشتن یک رژیم غذایی متعادل می‌تواند تأثیرات چشمگیری در حفظ سلامت مغز در سنین بالاتر داشته باشد. پس از امروز، با شروع تغییرات ساده‌ای مانند انجام ورزش منظم، خواب کافی و تغذیه سالم، می‌توانید به مغز خود کمک کنید تا در آینده عملکرد بهتری داشته باشد.

همانطور که گفته‌اند، «پیشگیری بهتر از درمان است»، بنابراین امروز به فکر فردای مغز خود باشید و به سلامت شکمی‌تان اهمیت دهید.



چند اشتباه رایج می‌تواند باعث شود روز ما خسته‌کننده و بی‌حال بگذرد. اول اینکه صبح بعد از بیدار شدن در معرض نور خورشید قرار نگرفتن، انرژی بدن را پایین می‌آورد و حتی روی افزایش وزن تأثیر دارد. قرار گرفتن ۲۰ تا ۳۰ دقیقه زیر نور آفتاب صبحگاهی باعث تنظیم متابولیسم بدن و افزایش انرژی می‌شود.

چند اشتباه رایجی که کل روزتان را خراب می‌کند

لازم را به بدن می‌رساند و عملکرد مغز را بهتر می‌کند. چهارمین اشتباه، گرفتار شدن در ترافیک‌های طولانی است که هم اعصاب را خرد می‌کند و هم روی سلامت روان تأثیر منفی دارد. بهتر است تا حد امکان مسیر رفت‌وآمد را به گونه‌ای تنظیم کنیم که بخشی از آن را پیاده‌روی کنیم یا از وسایل حمل‌ونقل عمومی استفاده کنیم تا از استرس و خستگی ناشی از ترافیک دور بمانیم.

دومین اشتباه، آب نخوردن بعد از بیدار شدن است. کم‌آبی بدن باعث کاهش اکسیژن‌رسانی به سلول‌ها و ایجاد احساس خستگی و بی‌حالی در طول روز می‌شود. نوشیدن آب صبح زود انرژی و تمرکز را افزایش می‌دهد. سومین اشتباه، نخوردن صبحانه است. حذف صبحانه باعث عصبی شدن، کاهش تمرکز و بی‌حوصلگی می‌شود. صبحانه سالم شامل پروتئین و کربوهیدرات، سوخت

بهترین ویتامین برای مغز: انواع ویتامین برای مغز و اعصاب و ترمیم عصب

سلامت مغز و کمک به پیشگیری از بروز بیماری آلزایمر موثر باشد، با این حال، نتایج در این زمینه هنوز مورد تردید است.

مصرف ویتامین B۳، به صورت خوراکی یا موضعی، می‌تواند سلول‌های پوست را در برابر آسیب ناشی از تابش خورشید محافظت کند. تحقیقات اخیر نشان داده‌اند که این ویتامین ممکن است در جلوگیری از بروز برخی از انواع سرطان‌های پوست موثر باشد.

یک مطالعه حیوانی نشان داد که مصرف روزانه ۵۰۰ میلی‌گرم نیکوتینامید (نوعی ویتامین B۳) دو بار در روز، احتمال ابتلا به سرطان پوست غیرملانوم را در موش‌های صحرایی کاهش می‌دهد، به ویژه در موش‌هایی که در خطر بالایی از ابتلا به این نوع سرطان قرار داشتند.

بیوتین یا ویتامین B۷

بیوتین یک عامل اساسی برای عملکرد طبیعی سلول‌های خاکستری مغز است، این سلول‌ها به اصطلاح «سلول‌های متز» شناخته می‌شوند و دارای نرخ فعالیت متابولیک بسیار بالایی هستند. به همین دلیل، کمبود حتی کمترین مقدار بیوتین می‌تواند اثرات منفی خود را در مغز اعمال کند، از جمله افزایش احتمال حملات تشنجی.

از مهم ترین مواد غذایی حاوی بیوتین میتوان به سیوس گندم، تخم مرغ

احساس ضعف و خستگی مفرد، رنگ پریدگی و شدن پوست، ضعف در تمرکز و سردردهای مداوم از مهم ترین علائم کمبود ویتامین B۱۲ در بدن است. از این رو این ویتامین را در مواد غذایی نظیر غلات غنی شده، تخم مرغ آب پز و مرغ میتوان یافت.

ویتامین B۹ یا اسید فولیک

فولیک اسید یا ویتامین B۹ برای عملکرد صحیح مغز بسیار حائز اهمیت است و نقش مهمی در سلامت روانی و عاطفی انسان دارد. فولیک اسید به تولید DNA و RNA، ماده ژنتیکی بدن، کمک می‌کند و به ویژه در دوران‌هایی مانند نوزادی، نوجوانی و بارداری که سلول‌ها و بافت‌ها به سرعت رشد می‌کنند، اهمیت بیشتری پیدا می‌کند. همچنین اسید فولیک با ویتامین B۱۲ همکاری می‌کند تا در تولید گلبول‌های قرمز خون و عملکرد صحیح آهن در بدن کمک نماید.

این ویتامین همچنین با ویتامین‌های B۶ و B۱۲ و سایر مواد مغذی برای کنترل سطح خونی اسید آمینه هموسیستئین همکاری می‌کند. سطوح بالای این اسید با بیماری‌های قلبی مرتبط است.

ویتامین B۱ یا تیامین

کمبود ویتامین B۱ یا تیامین در بدن تأثیرات منفی زیادی دارد، زیرا این ماده



کامل پخته شده، گوشت، ماهی، سیب زمینی، کلم بروکلی، آجیل، سویا، قارچ و موز اشاره کرد.

ویتامین B۶

ویتامین B۶ نقش بسیار حیاتی در سلامت مغز و حافظه ایفا می‌کند. این ویتامین در فرآیند تولید سراتونین، یکی از نوروترانسمیترهای مغزی، دخیل است. سراتونین نقش بسیار اساسی در کنترل خلق و هیجان، الگوی خواب و بیداری، و حتی تنظیم سطح استرس دارد. با کمک به تولید سراتونین، ویتامین B۶ می‌تواند بهبود عملکرد مغز و وضعیت روحی فرد را بهبود بخشد.

همچنین، ویتامین B۶ در فرآیندهایی که باعث تولید سایر نوروترانسمیترها در مغز می‌شود، نقش دارد. این نوروترانسمیترها، از جمله دوپامین که در ارتباط با عملکرد و حافظه مغزی اهمیت دارند، تحت تأثیر ویتامین B۶ قرار می‌گیرند. به طور کلی، مصرف مناسب ویتامین B۶ می‌تواند به بهبود عملکرد مغز، افزایش تمرکز و حافظه، و کاهش خطر بروز بیماری‌های مغزی مانند آلزایمر کمک کند.

ویتامین E

ویتامین E یکی از مشهورترین آنتی‌اکسیدان‌ها در بدن است و با محافظت از بدن در برابر رادیکال‌های آزاد، از آسیب رسیدن به سلول‌های مغز و سایر اندام حیاتی بدن جلوگیری میکند. تحقیقات نشان داده است که این ویتامین میتواند برای بهبود حافظه افراد مسن بسیار مفید باشد و از ابتلا به

نقش ویتامین‌ها در سرعت انتقال پیام‌های عصبی

سرعت مناسب در ارسال اطلاعات عصبی بسیار مهم است. مصرف صحیح ویتامین‌ها تأثیر قابل توجهی بر عملکرد مغز و انتقال اطلاعات عصبی دارد. سرعت ارسال اطلاعات عصبی به طور مستقیم وابسته به عملکرد میلین عصبی است که به عنوان یک پوشش، نقش مهمی در انتقال سریع اطلاعات عصبی ایفا می‌کند.

مصرف نسبتاً بالای ریزمغذی‌ها در بهبود سرعت انتقال این اطلاعات عصبی موثر است. به عنوان نمونه، مصرف مناسب ویتامین B۱۲ کمک می‌کند تا ساختار میلین حفظ شود.

همچنین، مصرف تیامین برای انتقال اطلاعات عصبی مناسب ضروری است. همچنین، مصرف آهن نقش مهمی در تولید سلول‌های موثر در میلین ایفا می‌کند. البته برای کسب اطلاعات بیشتر، بهتر است از راهنمایی‌های دکتر تغذیه استفاده کنید.

بهترین ویتامین‌ها برای مغز، کدام ویتامین‌ها هستند؟

ویتامین‌ها به دلیل داشتن خواص متعدد برای سلامتی، از اهمیت بالایی برخوردار هستند و تامین آن‌ها برای بدن به شدت ضروری است. از این رو در ادامه به معرفی بهترین ویتامین‌ها برای مغز و ترمیم عصب را برای شما بیان خواهیم کرد:

ویتامین B۱۲ و نقش آن در بهبود عملکرد مغز

به عنوان یک ویتامین بسیار حیاتی برای عملکرد بهینه مغز، اطمینان از مصرف کافی ویتامین B۱۲ از اهمیت بالایی برخوردار است. برای افرادی که دارای خطر کمبود این ویتامین هستند، مانند افرادی که رژیم غذایی خاصی دنبال نمی‌کنند یا مشکلات جذب دارند، مصرف مکمل‌های ویتامین B۱۲ می‌تواند گزینه‌ی موثری باشد.

همچنین، برنامه‌ریزی رژیم غذایی با توجه به منابع غذایی که حاوی این ویتامین هستند، نیز اهمیت دارد. مثلاً مصرف مواد غذایی غنی از آهن و محصولات حیوانی می‌تواند کمک کننده باشد، زیرا این مواد می‌توانند فرایند جذب ویتامین B۱۲ را تسهیل کنند.

لزوم مردمی‌سازی نهضت توسعه عدالت آموزشی در فضاهای

معاون هماهنگی امور عمرانی استاندار آذربایجان شرقی بر لزوم مردمی‌سازی نهضت توسعه عدالت آموزشی در فضاهای آموزشی تأکید کرد.ظفر محمدی در جلسه نهضت مدرسه‌سازی، این نهضت را جز برنامه‌های اصلی و اولویت‌دار عنوان نمود و با اشاره به تأکید مقام معظم رهبری به توسعه فضاهای آموزشی گفت: تأکید ریاست محترم جمهوری بر کار عملیاتی در زمینه نهضت مدرسه‌سازی و عمل‌گرایی بوده است

زنگ خطر مصرف موادمخدر نوظهور برای نوجوانان و جوانان

در سال‌های اخیر سن ابتدای دانش‌آموزان به اعتیاد پایین‌تر آمده و در دانش‌آموزان

دختر سرعت رشد بیشتری دارد و موادمخدر نوظهور بیشتر در بین دانش‌آموزان،

نوجوانان، جوانان و دانشجویان حتی در سطح دکتری رایج است.

موادمخدر نوظهور مسئله‌ای است که مردم و متخصصان موضوع، شناخت کافی از

آن‌ها ندارند مگر اینکه پس از کشف این‌گونه‌ها، شناخت ایجاد شود.

با توجه به تاییداین‌که امکان کشف موادمخدر نوظهور دیگر نیز در جامعه وجود دارد، پلیس مبارزه با موادمخدر در پی مواد ناشناخته نیست تا پیش از رواج و کشف این مواد، اقدام به پیشگیری کند و راه‌های ساخت موادمخدر می‌تواند متشکل از چندین روش باشد که برای مردم ناشناخته است.

مواد مخدر منجر به خسارت‌های بهداشتی شامل بیماری‌های جسمی و روانی مانند ایدز، هپاتیت و مرگ و میر ناشی از سوءمصرف و ناخالصی مواد می‌شود. به‌واسطه سیاست‌هایی که در افغانستان دنبال می‌شود، مواد مخدر به یکی از چهار عامل مرگ‌ومیر تبدیل شده است. مواد مخدر خسارت‌های اجتماعی در پی دارد که ۶۵ درصد همسرآزاری‌ها، ۵۵ درصد طلاق‌ها، ۳۰ درصد کودک‌آزاری‌ها، ۲۵ درصد قتل‌های عمد و خشونت‌های منکراتی، ۲۰ درصد جرایم مالی و ۱۰ درصد جرایم ناشی از قاچاق موارد مخدر را شامل می‌شود.

بهانه‌هایی باعنوان مصرف مواد برای رهایی از استرس و اضطراب، کسب نشاط و لذت کاذب و رفع بیماری‌های جسمی موجب گسترش مصرف مواد مخدر در جامعه می‌شود. عرضه موادمخدر به‌واسطه کسب سود تعطیلی‌بردار نیست و ۱۵ میلیون نفر در جهان از قاچاق مواد مخدر به‌صورت مستقیم ارتزاق می‌کنند و عرضه آن هیچ‌گاه تعطیل نمی‌شود.

موادمخدر نوظهور بیشتر در بین دانش‌آموزان، نوجوانان، جوانان و دانشجویان حتی در سطح دکتری رایج است.

جوانان دیگر تمایلی به مصرف تریاک ندارند، چرا که مصرف موادمخدر سنتی، به‌سادگی نبوده و نیاز به ابزارهایی دارد که یک دانش‌آموز یا دانشجو عملاً امکان دست‌یابی به چنین ابزارهایی ندارد.

موادمخدر نوظهور دیگر نیاز به ادوات خاص جهت مصرف ندارد و بر همین اساس، مصرف موادمخدر نوظهور تسهیل شده تا قابل شناسایی نباشد.

از سوی دیگر عوارض موادمخدر نوظهور دیگر همانند تریاک، جسمی نیست، گل که بر پایه موادمخدر سنتی است، یکی از موادمخدر نوظهور است که بیشترین رواج را دارد و علت این است که در سال‌های اخیر حتی در مراکز علمی می‌گفتند گل اعتیادآور نیست؛ در حالی که باید گفت این ماده مخدر، اعتیادآور بوده و آثار تخریبی بالا دارد که وابستگی روحی و روانی از آثار اعتیاد به این نوع از موادمخدر نوظهور است که

ترک این‌گونه ماده اعتیادآور، دشوار است و حتی می‌توان گفت درمان و ترک ندارد. در سطح جهان، ترک اعتیاد برای برخی مواد موضوعیت دارد و نمی‌توان همه گونه‌های موادمخدر را ترک و درمان کرد.

فروش مواد مخدر نوظهور در پیرامون مدارس و پارک‌ها

سرهنگ حسین امیدی، رئیس پلیس مبارزه با موادمخدر آذربایجان شرقی در گفت‌وگو با خبرنگار تسنیم در تبریز با اشاره به شیوع موادمخدر نوظهور در بین نوجوانان، جوانان و قشر تحصیل کرده و مرفه، اظهار داشت: مواد مخدر نوظهور به صورت پک به فروش می‌رسند و در پیرامون مدارس و در پارک‌ها به فروش می‌رسد دانش‌آموزان جامعه هدف موادمخدر نوظهورند و خطر شیوع این نوع موادمخدر در پایه تحصیلی دبیرستان بیشتر است.وی ادامه داد: مدرسی که در حاشیه شهر قرار دارند می‌توانند در معرض خطر و آسیب باشند، اما لزوماً خطر موادمخدر محدود به این مناطق نیست و امروزه، موادمخدر نوظهور در مناطق مرفه‌نشین نیز یافت می‌شود و این مناطق بیش از پیش در معرض خطر موادمخدر است.

رئیس پلیس مبارزه با موادمخدر آذربایجان شرقی با تأکید بر اینکه رسانه، مهم‌ترین و بهترین شیوه اطلاع‌رسانی به خانواده‌ها و جامعه در خصوص موادمخدر است، گفت: سیگار دروازه ورود به اعتیاد است و باتوجه به اینکه مصرف موادمخدر نوظهور نیز به‌صورت تدریجی امکان‌پذیر بوده و رنگ و بوی خاصی نیز ندارد، خانواده‌ها باید حساسیت بیشتری به این مسئله داشته باشند. امیدی با اشاره به اینکه هزینه روزانه مصرف موادمخدر بستگی به میزان و نوع موادمخدر دارد، گفت: رفته‌رفته، با افزایش دز مصرف، میزان مصرف نیز افزایش می‌یابد، ابتدا شاید یک گرم از مواد مخدر به چند قسمت تقسیم شود که به مرور افزایش می‌یابد.

وی خاطرنشان کرد: اکثر خرده‌فروشان نیز دچار اعتیادند و خرده‌فروشی راهی برای کسب درآمد جهت خرید موادمخدر است.

رواج مواد مخدر نوظهور در بین دانش‌آموزان، نوجوانان، جوانان و دانشجویان

رئیس پلیس مبارزه با موادمخدر آذربایجان شرقی با اشاره به اینکه مواد مخدر نوظهور بیشتر در بین دانش‌آموزان، نوجوانان، جوانان و دانشجویان حتی در سطح دکتری رایج است، گفت: جوانان دیگر تمایلی به مصرف موادمخدر سنتی ندارند، اما موادمخدر نوظهور دیگر نیاز به ادوات خاص

و برنامه‌نویسی توسط شخص رئیس‌جمهوری در این‌خصوص هم نشانگر دغدغه مندی پزشکیان نسبت به این مسئله است. وی با اشاره به سوابق اجرایی‌اش خاطرنشان کرد: با تمامی موانع و مشکلات و مسائل آشنا هستیم؛ اما در زمینه نهضت توسعه عدالت آموزشی در فضاهای آموزشی با کسی تعارف نداریم و جلسات برگزار شده در این‌خصوص باید جدی گرفته شده و موارد مورد تأکید انجام گیرد.وی خاطرنشان کرد: برش

یک‌ساله در اختیار فرمانداران قرار گرفته و بر همین اساس جلسات لازم باید با دعوت از خیران، واحدهای صنعتی و تولیدی و امور مالیاتی برگزار شده و فرمانداران به وضعیت شهرستان اشراف داشته باشند.محمدی با تأکید بر لزوم مردمی‌سازی نهضت توسعه عدالت آموزشی در فضاهای آموزشی متذکر شد: نهضت توسعه عدالت آموزشی در فضاهای آموزشی نباید در قالب جلسات بدون عمل و نتیجه و یا در قالب ارقام و گزارش‌ها خلاصه شود.

جهت مصرف ندارد و بر همین اساس، مصرف موادمخدر نوظهور تسهیل شده تا قابل شناسایی نباشد.

امیدی ادامه داد: در سطح جهان ترک اعتیاد برای برخی مواد موضوعیت دارد و نمی‌توان همه گونه‌های موادمخدر را ترک و درمان کرد.

وی گفت: گل که بر پایه موادمخدر سنتی است، یکی از موادمخدر نوظهور است که بیشترین رواج را دارد و علت این است که در سال‌های اخیر حتی در مراکز علمی می‌گفتند گل اعتیادآور نیست، در حالی که باید گفت این ماده مخدر اعتیادآور است و آثار تخریبی بالا دارد که وابستگی روحی و روانی از آثار اعتیاد به موادمخدر است و ترک این‌گونه ماده اعتیادآور دشوار است و حتی می‌توان گفت درمان و ترک ندارد.

رئیس پلیس مبارزه با موادمخدر آذربایجان شرقی عنوان کرد: کمیک یا کمیکال، یکی دیگر از مواد مخدر نوظهور که مشابه گل، اما ۱۰۰ درصد صنعتی است که در جامعه افزایش یافته است. کمیک ظاهراً شبیه به گل است، اما تحقیق و بررسی در خصوص نحوه ساخت آن، در آزمایشگاه موادمخدر فراچا ادامه دارد.

امیدی ادامه داد: کمیک به‌صورت اسپری گاز مایع است و اگر روی ماده‌ای زده شود، تبدیل به کمیک می‌شود. نحوه مصرف کمیک مثل گل به‌صورت تدریجی است و می‌تواند روی خوراکی نیز ریخته شود.

وی با اشاره به اینکه پس از مصرف کمیک کمای موقت مطرح است، ابراز نگرانی کرد: ماده مخدر کمیک امروزه در یک سری رستوران‌ها و पार्टी‌های شبانه نیز استعمال می‌شود. کمیک ۷ تا ۸ سال است بیشترین مصرف را در تبریز دارد و گزارش‌هایی شده است.رئیس پلیس مبارزه با موادمخدر آذربایجان‌شرقی گفت: ماشروم یا مجیک‌ماشروم یکی از مواد مخدر نوظهور دیگر است که پیش از این، در طبیعت به‌صورت قارچ وحشی بود و اکنون با تغییر ماهیت به‌صورت گلخانه‌ای پرورش داده می‌شود و به‌صورت خوراکی یا دم‌کرده مصرف می‌شود.امیدی ادامه داد: ماشروم ظاهراً از نظر جسمی مشکل خاصی ایجاد نمی‌کند، اما از نظر روحی و روانی مشکل جدی برای انسان به‌وجود می‌آورد.

وی خاطرنشان کرد: در خصوص موادمخدر گل، کمیک و ماشروم کشفیاتی در تبریز داشته‌ایم و می‌توان گفت در گذشته در تبریز مواد مخدر در حاشیه شهر و در یک سری نقاط بیشتر یافت می‌شد و مصرف‌کنندگان از این اماکن تهیه می‌کردند که عاملان توزیع نیز اکثراً دارای سوابق کیفری متعدد هستند و تنها راه معیشت و درآمد را فروش مواد می‌دانند که راه پرسود و کم‌زحمتی برای کسب درآمد است.

رئیس پلیس مبارزه با موادمخدر آذربایجان شرقی ادامه داد: موادمخدر به ویژه موادمخدر نوظهور اکنون در مناطق مرفه و حتی آکادمیک شاید بیشتر یافت شود و متأسفانه شروع اعتیاد از چنین اماکنی آغاز می‌شود.

خطر آسیب‌های اجتماعی برای ۱۵ درصد دانش‌آموزان آذربایجان شرقی

پناه‌علی حسین‌زاده، معاون سابق فرهنگی و پرورشی آموزش‌وپرورش استان آذربایجان شرقی با اشاره به آنچه در «نظام مراقبت اجتماعی دانش‌آموزان» تحت عنوان اختصاری «نماد» در آموزش‌وپرورش اجرا می‌شود، گفت: نظام مراقبت اجتماعی دانش‌آموزان، ائتلافی متشکل از نهادهای مختلف است که ضرورت دارد نهادهایی از جمله بهزیستی و نهادهای اجتماعی نقش فعال در این زمینه داشته باشند.وی تأکید کرد: آسیب‌های اجتماعی که در حوزه آموزش‌وپرورش و بالاخص در مدارس مشاهده می‌شود، آسیب‌هایی تحمیلی از جامعه است.معاون سابق فرهنگی و پرورشی آموزش‌وپرورش استان آذربایجان‌شرقی تصریح کرد: در نظام مراقبت اجتماعی، دانش‌آموزان براساس متغیرهای سلامت و روان و متغیرهای آسیب اجتماعی در دو گروه پایه هفتم تا یازدهم در دوره متوسطه و پایه سوم تا ششم در دوره ابتدایی ارزیابی و غربال می‌شوند که غربالگری در متوسطه دانش‌آموز‌محور و براساس آزمون در سامانه است.حسین‌زاده ادامه داد: با توجه به ارزیابی و غربال‌گری‌های صورت گرفته بر روی دانش‌آموزان، نشانه‌های مشکل روانی یا متغیرهای آسیب‌پذیری روانی در آینده ثبت شده و دانش‌آموزان در سه گروه سفید یا بی‌خطر، در معرض خطر و پرخطر جای می‌گیرند.وی افزود: پس از غربالگری روانی، دانش‌آموزان پرخطر از نظر

۷

پیام آذربایجان

چهارشنبه ۲۰ فروردین ۱۴۰۴

سال بیست و دوم / شماره ۲۵۴۴



اجتماعی



مشکلات روانی به مصاحبه تشخیصی و ارزیابی توسط متخصصان دعوت شده و در صورت تأیید آسیب‌پذیری روانی، تحت مراقبت مراکز مشاوره جهت درمان قرار می‌گیرند.معاون سابق فرهنگی و پرورشی آموزش‌وپرورش استان آذربایجان شرقی با اشاره به ارجاع دانش‌آموزان پرخطر و آسیب‌پذیر روانی به مراکز تخصصی روان‌درمانی تحت مدیریت دانشگاه علوم‌پزشکی تبریز، گفت: نظام مراقبت اجتماعی دانش‌آموزان در استان آذربایجان شرقی، ائتلافی متشکل از معاونت بهداشتی و درمان دانشگاه علوم پزشکی تبریز، کمیته امداد استان آذربایجان شرقی، اداره‌کل بهزیستی استان آذربایجان شرقی، دادگستری کل استان آذربایجان شرقی و نهادهای اجتماعی است و در صورتی که دانش‌آموز نتوان از حل مشکلات خود باشد، این نظام وارد عمل می‌شود. حسین‌زاده با تأکید بر اینکه تمام مدارس استان آذربایجان شرقی، غربالگری اجتماعی می‌شوند، گفت: ۶۹ آسیب اجتماعی در سطح مدارس استان آذربایجان شرقی شناسایی شده و اطلس آسیب‌های اجتماعی برای هر مدرسه، هر ناحیه، هر استان و کل کشور تدوین شده است تا توجه به آسیب‌های اجتماعی در اولویت باشد و آسیب‌های اجتماعی دانش‌آموزان شناسایی شده و اقدامات لازم انجام شود.وی در خصوص نتایج مصاحبه‌های تشخیصی آسیب‌های اجتماعی در دانش‌آموزان استان، گفت: زمینه‌های آسیب‌های اجتماعی در ۱۵ درصد دانش‌آموزان استان آذربایجان شرقی تأیید می‌شود و باید تحت مراقبت مراکز مشاوره قرار بگیرند و می‌توان گفت یک تا ۲ درصد دانش‌آموزان استان در معرض خطر آسیب‌های اجتماعی هستند و ضرورت فوریت‌های روانی ـ اجتماعی دیده می‌شود.معاون سابق فرهنگی و پرورشی آموزش‌وپرورش استان آذربایجان شرقی با اشاره به برگزاری دوره‌های خودمراقبتی و توانمندسازی در سطح مدارس استان آذربایجان شرقی، بیان کرد: ۹۷ کانون یاری‌گران زندگی در سطح استان آذربایجان شرقی فعالیت دارد که روش زندگی سالم در این کانون‌ها تمرین می‌شود و در خانه تخصصی یاری‌گران زندگی استان کارگاه‌هایی در حوزه‌های مختلف اجتماعی برگزار می‌شود.

ادامه دارد...

شناسه آگهی ۱۹۰۳۲۸۴

آگهی تحدید حدود اختصاصی از بخش ۲۰ تبریز

نظر بر اینکه شش‌دانگ یک قطعه باغ مفروزه از پلاک ۱۹/۵۴ . اصلی و به شماره ۶۸۴ . فرعی واقع در قریه وردین بخش ۲۰ - تبریز به نام مهدی میراهی و شرکا فرزند مجید تأیید مالکیت شده و تحدید حدود آن تاکنون به عمل نیامده است لذا به استناد تبصره ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی تحدید حدود پلاک فوق در روز سه‌شنبه مورخه ۱۴۰۴/۰۲/۲۳ ساعت ۱۰ صبح شروع و به عمل خواهد آمد لذا بدینوسیله به مالکین مجاور اخطار می‌شود که در موعد مقرر در محل وقوع ملک حاضر تا طبق مقررات نسبت به تحدید حدود پلاک فوق اقدام شود و مدت اعتراض به این آگهی برابر ماده ۲۰ قانون ثبت تا سی روز از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدید حدود می‌باشد و نیز برابر ماده ۸۶ آیین‌نامه قانون ثبت معترض باید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی، دادخواست به مرجع ذیصلاح قضائی تقدیم نماید در غیر اینصورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی می‌تواند به دادگاه مربوطه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید در اینصورت اداره ثبت بدون توجه به اعتراض معترض عملیات ثبتی را با رعایت مقررات ادامه خواهد داد.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۰۱/۲۰
ابراهیم نوری، رئیس اداره ثبت اسناد اهر

شناسه آگهی ۱۹۰۵۶۰۷

آگهی مزایده اموال منقول (خودرو)

بازسازی دارد درب موتور و گلگیر جلو راست تصادفی می‌باشد آفتاب سوختگی دارد گلگیر عقب چپ راست خط و خش دارد. شیشه‌ها سالم و لاستیک ۵۰ درصد می‌باشد و خودرو تا تاریخ ۱۴۰۴/۰۹/۱۷ دارای بیمه‌نامه شخص ثالث به شماره ۲۷۶/۱۴۰۳/۸۱۲۵/۲۱۰۷ نزد شرکت بیمه دانا می‌باشد و شش‌دانگ خودرو بر وضعیت موصوف طبق گزارش کارشناسان رسمی دادگستری به مبلغ یک میلیارد ریال ارزیابی و قطعیته یافته که در قبال قسمتی از طلب و حق‌الاجرای متعلقه به مزایده گذاشته شده که از ساعت ۹ صبح الی ۱۲ ظهر روز دوشنبه مورخه ۱۴۰۴/۰۲/۱۰ در محل اداره اجرای اسناد رسمی واقع در تبریز میدان راه‌آهن به طرف دیزل آباد روبروی گمرک تبریز طبقه اول اداره ثبت اسناد غرب تبریز از طریق مزایده به فروش می‌رسد و شرکت برای عموم آزاد است و مزایده حضوری بوده و در یک جلسه برگزار خواهد شد خریداران می‌توانند جهت رؤیت خودرو به نشانی فوق‌الذکر محل توقف خودرو مراجعه نمایند و مزایده از مبلغ یاد شده بالا شروع و به بالاترین قیمت پیشنهاد شده از طرف خریدار فروخته می‌شود. لازم به ذکر است شرکت در مزایده منوط به پرداخت ۱۰ درصد از مبلغ پایه کارشناسی به حساب سپرده ثبت به شماره شبا ۹۳۹۱۰۸۵۵۴۱۱۰۰۷۰ با شناسه واریز۰۴۵۴۰۱۳۲۰۷۵۶۵۴۹۰۰۲۳۳۱۱۴۰۰۲۹۴۰۰۰ نزد بانک ملی که قابل پرداخت در کلیه شعب

شهردار منطقه ۸ تبریز از برنامه ریزی برای برپایی نمایشگاه فرش های آذربایجان در تبریز خبر داد. حسین منیری فر در دیدار با عضو اتحادیه فرش تبریز منطقه تاریخی فرهنگی تبریز را دارای پتانسیلهای فراوان برای اجرای نمایشگاه های هنری و صنایع دستی دانسته و برگزاری نمایشگاه های مختلف صنایع دستی را لازمه توسعه گردشگری اعلام کرد.

خبر

انتصاب سرپرست گروه نظارت، ارزیابی و تضمین کیفیت دانشگاه تبریز

طی حکمی از سوی رئیس دانشگاه تبریز، دکتر فاطمه کاظمیه؛ دانشیار دانشکده کشاورزی به‌عنوان «سرپرست گروه نظارت، ارزیابی و تضمین کیفیت دانشگاه تبریز» منصوب شد. به گزارش روابط عمومی دانشگاه تبریز، در حکم صادرشده از سوی دکتر اعلمی خطاب به دکتر کاظمیه آمده است:



«نظر به تجارب و سوابق ارزنده شما و به استناد مفاد ماده ۱۷ آیین‌نامه جامع مدیریت دانشگاه‌ها، به‌موجب این حکم از تاریخ صدور حکم حاضر و با حفظ سمت آموزشی برای مدت دو سال به‌عنوان «سرپرست گروه نظارت، ارزیابی و تضمین کیفیت دانشگاه تبریز» منصوب می‌شوید. امید است با اتکال به خداوند متعال و بهره‌گیری از تجارب خویش در حسن انجام مسئولیت محوله موفق و مؤید باشید.» دکتر کاظمیه دانشیار گروه ترویج و توسعه روستایی دانشکده کشاورزی دانشگاه تبریز است.

معاونت اداری و مالی دانشکده کشاورزی دانشگاه تبریز، مسئولیت راه‌اندازی مرکز رشد و نوآوری دانشکده کشاورزی دانشگاه تبریز، عضویت در کمیته ناظر بر نشریات دانشجویی دانشگاه تبریز، عضویت در دفتر استعدادهای درخشان دانشگاه تبریز، عضویت در سازمان نظام مهندسی کشاورزی و منابع طبیعی آذربایجان‌شرقی، عضویت در کمیته امور شاغلین حرفه‌ای نظام مهندسی کشاورزی آذربایجان شرقی، عضویت در کارگروه ا‌کوتوریسم سازمان نظام مهندسی کشاورزی و منابع طبیعی آذربایجان‌شرقی، مسئولیت کمیته اقتصادی و تجاری‌سازی و اگروتوریسم طرح ساماندهی سبزی و صیفی شهرستان تبریز (سازمان جهاد کشاورزی شهرستان تبریز- نظام مهندسی کشاورزی آذربایجان‌شرقی)، انتخاب به عنوان استاد نمونه دانشگاه تبریز در سال ۱۴۰۱، چاپ بیش از ۱۳۰ مقاله در مجلات معتبر داخلی و بین‌المللی و کنفرانس‌ها، انجام سه طرح تحقیقاتی بیرون و درون دانشگاهی، استاد مشاورى انجمن علمى دانشجویی ترویج و توسعه روستایی دانشکده کشاورزی دانشگاه تبریز، مسئولیت طرح ۱۴۴۰ آذربایجان شرقی در نهضت پیشرفت بانوان کشور و مسئولیت کارگروه اقتصاد مقاومتی جمعیت بانوان فرهیخته آذربایجان شرقی، بخشی از سوابق علمی، آموزشی، پژوهشی و اجرایی دکتر کاظمیه است.

دکتر اعلمی همچنین در حکمی جداگانه، ضمن قدردانی از زحمات دکتر حسن رضازاده؛ مدیر سابق گروه نظارت، ارزیابی و تضمین کیفیت دانشگاه تبریز، وی را به‌عنوان «سرپرست معاونت فناوری و نوآوری پارک علم و فناوری دانشگاه تبریز» منصوب کرد.

در جلسه مشترک با عضو اتحادیه فرش تبریز مطرح شد:

برنامه ریزی برای برپایی نمایشگاه فرش های آذربایجان در تبریز

شهردار منطقه هشت تبریز در این نشست با بیان اینکه شهرداری منطقه هشت تبریز در کنار توجه به پروژه های عمرانی و خدماتی به فعالیتهای فرهنگی و اجتماعی نیز توجه ویژه‌ای داشته است گفت: در راستای حمایت از هنرمندان صنایع دستی استان همواره نمایشگاه‌های مختلف هنری در فرهنگسراهای منطقه ۸ برگزار می‌کنیم.

وی افزود: آماده هستیم با همکاری اتحادیه فرش فروشان، نمایشگاه فرش تبریز را به میزبانی شهرداری منطقه ۸ برگزار کنیم تا بدین وسیله ضمن معرفی شایسته فرش تبریز، از قشر هنرمند جامعه حمایت کنیم .

جنايات غزه تجلی نازيسم معاصر

دفاع خود، صیانت می کند!سرزمینی محصور در میان دیوارها و برجک‌های دیده‌بانی **** های صهیونیستی، باریکه‌ای که بوی مرگ و خون‌های دلمه بسته بر کف خیابان‌های آن، تکه تکه‌های جان و تن‌های کودک‌کی نکرده کودکانش، تصویری روشن و عینی از «هولوکاست» در «عصر دموکراسی» است و دریغ از وجدان بیدار منادیان و مدعیان



حقوق بشر در عصر جاهلیت مدرن! کارزار انسان زدایی رژیم کودک کش در غزه را که اتاق جنگ آن را آمریکا و انگلیس رهبری می کنند، نمی توان صرفا یک جنگ یا تقابل سیاسی، نظامی قلمداد کرد؛ در این کارزار خونین، رسانه، تسلیحات، پول، توحش، رادیکالیسم مذهبی، جریان نژوتانریسم و شارلاتانیسم سیاسی، فرهنگی جهان، بازیگران اصلی هستند که پشت‌ه از کشته می سازند ...آن روز که مشتی «سناناتور» پرورش یافته با ثروت های نامشروع یهودیت، ایستاده و با ولع تمام، همچون غلامان زرخرید، «تئانیاهو»، این قصاب

✍ احد نقش شور

ویرانه‌های «آخزالزمانی» غزه، ماه‌هاست به قتلگاه جگرسوز زنان و کودکانی تبدیل شده که جرمشان، تعلق به سرزمین مادری است و مطالبه شان، نفس کشیدن و زیستن در هوای خاک اجدادی! راست گفته اند، در غزه، کودکان، پیش از آن که زندگی کنند، می میرند، اصلا متولد می شوند برای جنگیدن و مردن!آتش بس کوتاه مدت، تنها پنهان ای بود برای «تعویق» یک فاجعه انسانی تر، حرجی بر خونخوارترین و **** ترین رژیم جهان در «نسل کشی» نیست، تئانیایو، از کودک کشی، به نسل کشی رسیده است، این روزها، همه در غزه باید بمیزند، حتی «خبرنگاران» که اساسا، طرف جنگ رژیم صهیونیستی نیست، خبرنگاران هم می‌میزند تا خبری منتشر نشود، عکس و فیلمی مخابره نشود و جهان بی خبر و غافل، بی خبرتر و غافل تر از هر زمان دیگری عیش خود ببرد، دولتمرد و ساستمداری «وجدان دره» نگیرد و تنها خون و تکه تکه‌های جان باشد که از ویرانه‌های غزه ضجه می‌زنند...

«نسل کشی» که شاخ و دم ندارد، اصلا نیازی به تاویل و تفسیر هم ندارد، «غزه» نماد عینی و معاصر نسل کشی در دنیای امروز است، باریکه ای که «عزت» خود را در میدان دفاع و ایستادگی، همچنان از خاک آباء و اجدادی اش، به قیمت خون کودکان و زنان و مردان بی

◁ ادامه از صفحه اول

۴۰ میلیون زن ایرانی باید احساس کنند دیده می‌شوند و طرد نشده‌اند

سلامت و خانه‌های تلاش باشد. معاون رئیس‌جمهور با اشاره به لزوم آغاز جدی این فرآیند در سال جدید گفت: امیدواریم تا پایان بهار، جمع‌آوری این اطلاعات با همکاری استانداری‌ها و دفاتر امور بانوان انجام شود. وی تأکید کرد: این اطلاعات باید براساس نقشه‌های جغرافیایی به‌صورت یک اطلس جامع تدوین شود تا خلأها، پراکندگی‌ها و نابرابری‌های موجود به‌روشنی مشخص شود. این اطلس می‌تواند به عنوان یک ابزار راهبردی در برنامه‌ریزی‌های میان‌مدت و بلندمدت استان‌ها مورد استفاده قرار گیرد و پایه‌ای برای تدوین برنامه‌های عدالت‌محور در حوزه زنان باشد.



گستره‌ی توزیع: استانی

پیام آذربایجان

رتبه ۲ در طرح رتبه بندی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی

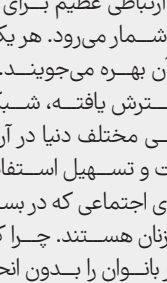
روزنامه اجتماعی، سیاسی و هنری، به دوزبان فارسی و آذری
چهارشنبه ۲۰ فروردین ۱۴۰۴ ● سال بیست و دوم ● شماره ۲۵۴۴

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: پرنبان
آدرس: چایکنار نرسیده به پل منصور جنب کوچه بنفشه پ ۱۱۸
تلفن:۳۵۲۳۱۴۹۷ ۳۵۲۳۴۸۷
سازمان آگهی‌ها:۳۵۲۴۷۰۵۱
E mail:wpat_82@yahoo.com
https://payamazarbajyan.ir

حقوقی

«رسوب خشونت جنسیتی در فضای سایبر»

امروزه از جمله رویدادهای اجتماعی جدید، خشونت علیه زنان در فضای مجازی است. رویدادی که با بلوغ و بسط بافتن جوامع و ملاک بهره‌مندی اشخاص از پلتفرم‌های اجتماعی، سرشته شده و با تعجیل فراوان حال گسترش می‌باشد. در حال حاضر در جوامع، اینترنت



صونا سفیری

مشاور و مولف حقوقی

به عنوان یک وسیله ارتباطی عظیم برای کلیه طبقات و دسته‌های مختلف در راستای ارتباطات به شمار می‌رود. هر یک از اشخاص بر حسب ویژگی‌ها و احتیاجات خود از آن بهره می‌جویند. از جمله امکاناتی که به کمک اینترنت، کمال و گسترش یافته، شبکه‌های اجتماعی و به تبعیت از آن عضویت مردم از نواحی مختلف دنیا در آن می‌باشد.

فراگیر شدن اینترنت و تسهیل استفاده از آن، باعث شده هر شخصی از این مجال و شبکه‌های اجتماعی که در بستر آن فراهم گردیده، سود جویند که از آن دسته، قشر زنان هستند. چرا که اینترنت با تعلق گرفتن فضای مجازی، امکان حضور بانوان را بدون انحصار زمانی و مکانی در زمینه‌های متفاوت فرهنگی ـ اجتماعی و اقتصادی فراهم کرده است تا حیطه عمومی مربوط به خود را در این عرصه طراحی نموده و همکاری خود را در کارها ازدیاد بخشد. ولی باید دانست که این پهنه همواره آلوده از محاسن و گنجایش خوشایندی نیست و چه بسا در شرایط فعلی، ناظر بر مباحث بدیع در این پهنه هستیم.

از جمله مباحثی که مدت کوتاهی است توجه اندیشه‌وران رسانه و جامعه‌شناسان را مشغول کرده، موضوع خشونت علیه زنان در فضای سایبر می‌باشد. خشونت‌ی که هرچند فاحش نیست و به علل گوناگونی چون حفظ عرض، از جانب زنان افشا نمی‌گردد. این در حالی است که چنین نحوه‌ی خشونت‌ی همسو با سایر خشونت‌ها همچون خشونت‌های روانی، جسمانی، جنسی و مالی فعلیت یافته و تمامی کشورها در این خصوص و نیز رشد آن اظهار بیم و تشویش می‌کنند. بر اساس مطالعات انجام یافته در این کشورها و نیز پدرازش متصدیان امر و سیاست‌گذاران به موضوع خشونت سایبری علیه زنان، ملاک و معیار اهمیت این موضوع برای ما آشکار می‌گردد.

راجع به دلایل خشونت علیه زنان در فضای مجازی می‌توان علت‌های مختلفی را بیان کرد که از جمله عوامل موثر، تأثیر قالب‌های اجتماعی و فرهنگی است که به وسیله جریان جامعه‌پذیری به اشخاص انتقال می‌یابد. در خلال سال‌های گذشته، خشونت نسبت به زنان و کودکان از علایم اقتداری «پدرسالاری» در جامعه به شمار می‌رود. تصویری حقیقی که تصور می‌شود با سری شدن زمان، هنوز چنین خصوصیات فرهنگی از بطن جوامع زدوده نشده و همچنان در اکثر خانواده‌ها عینی و ملموس است.

این در حالی است که تعداد کثیری از صاحبان اندیشه و قلم، یکی از علل عمده خشونت علیه زنان در فضای حقیقی را همین مسئله یعنی استمرار دستگاه پدرسالاری در جامعه تلقی می‌کنند. اثرات رژیم مردسالاری بر خشونت علیه زنان را می‌توان در فضای سایبر نیز ملاحظه کرد، چرا که این پندار که مردان بارزتر، افضل‌تر و قوی‌تر از زنان هستند، هنوز هم در جامعه و در بین عده کثیری از اقدشار و فرهنگ‌ها جاری و ساری است و راهیابی تکنولوژی باعث شده این گمان و نیز خرده فرهنگ‌ها به مضاف رسانه نیز ورود پیدا کند که حاصل آن تجلی خشونت علیه زنان در فضای مجازی می‌باشد.

قسمتی از آن به زمان کنونی مربوط است و قسمتی دیگر با گذشته و تاریخ، آمیخته است. با نگاهی به فرهنگ و تاریخ می‌توان دریافت که چنانچه زنان در قدیم مورد خشونت مردان واقع می‌شدند، از جنبه برقراری تعاملات اجتماعی، مسئله‌ای قابل قبول می‌مود. بدون شک در اینگونه ساختارها، خشونت علیه زنان هیچ‌گونه نگرش مخالفی به وجود نمی‌آورد و چه بسا در بعضی از نظام‌های اجتماعی حتی به عنوان مسئله‌ای که دارای عملکرد مثبتی هم بود برداشت می‌شد، چرا که در بعضی از موارد سبب ساماندهی تعاملات اجتماعی می‌گردید. از این رو بود که در بیشتر مواقع نیز خشونت، عاملی مجاز محسوب می‌شد.

اما هر چه مدرنیته رشد و توسعه یافت، اینگونه چیرگی و سلطه مردان بر زنان هم در کلان شهرها و جاهایی که آموزش و تحصیلات وجود دارد و رسانه‌ها توسعه یافت، تداوم یافته است. چرا که نظام رسانه‌ای عامل مهمی در راستای مشارکت و فعالیت بیش از پیش زنان در فضاهای اجتماعی است. بدین جهت که حضور ایشان موجب ترقی و رشد ایشان می‌گردد ولی از طرف دیگر همیشه به علت آثار و رگه‌های جنسیتی که از سابق بر جای مانده، مورد ستم و آزار در این فضا قرار می‌گیرند.

حال سوال این است که سواد رسانه‌ای چگونه می‌تواند عامل بروز خشونت شود؟

باید دانست که در سطح میانی هم بایستی به شبکه‌ها و گروه‌های اجتماعی و نیز عضویت اشخاص در این شبکه‌ها اشاره کرد. عصر مدرنیته که با خصوصیتی همچون گسترش فضای ارتباطات شناخته می‌شود، امکان دسترسی به این ابزارها و برنامه‌ها را برای تمامی افراد به وجود آورده است. یعنی قاطعانه می‌گفت در این دوران کمتر کسی وجود دارد که از انواع پلتفرم‌ها، شبکه‌ها و کارکرد آنها آگاه نباشد.

ولی با وجود تمام کارکردها، گاهی شاهد انحرافات نیز در این فضا هستیم که از نمونه‌های بارز آن کلاهبرداری‌ها، تجاوز به حریم شخصی افراد و انواع خشونت‌ها می‌توان اشاره کرد. ناوردی و بی‌دانشی اشخاص کاربر و گاهی نیز پایین بودن میزان سواد رسانه‌ای، می‌تواند عامل اصلی نمایان شدن خشونت‌های مذکور باشد؛ چرا که گاهی اوقات شخص بدون هیچ اطلاعی، کل اطلاعات خود را در اختیار افراد دیگری قرار می‌دهد و این در حالی است که آن شخص دیگر ممکن است به سوء استفاده از این اطلاعات پرداخته و آن را ابزاری در راستای انتقام‌گیری و اخادی یا مواردی از این قبیل قرار دهد.

ادامه دارد...