

پیام آذربایجان

دوشنبه ۱ اردیبهشت ۱۴۰۴ / ۲۲ شوال ۱۴۴۶ / سال بیست و دوم / شماره ۲۵۵۴ / ۸ صفحه / قیمت ۲۰ هزار تومان

استاندار آذربایجان شرقی:

گزارش‌های حوزه اعتیاد، روشن و واقع‌بینانه باشد

* بازنگری در قوانین مبارزه با مواد مخدر ضروری است



شیوع اعتیاد نسبت به بسیاری از مناطق کشور بهتر است، هشدار داد: در عین حال تحولاتی مانند کاهش سن اعتیاد، گسترش مواد مخدر صنعتی و روانگردان و پدیده‌های نوظهور در این حوزه، نگران‌کننده است و نباید به‌راحتی از کنار آن گذشت.

مبارزه با مواد مخدر استان، ضمن تقدیر از گزارش دبیر شورا، اظهار داشت: گزارش‌ها باید تصویر روشن و دقیقی از واقعیت‌های موجود ارائه دهند و مسائل به درستی و با واقع‌بینی بررسی شوند، چرا که سرگرم شدن به آمارهای خوش‌بینانه ما را از واقعیت دور می‌سازد و نتیجه‌ای نخواهد داشت. وی با اشاره به اینکه وضعیت استان از نظر

استاندار آذربایجان شرقی با تأکید بر بازنگری در روش‌ها و قوانین مقابله با اعتیاد، به ضرورت واقع‌گرایی در این حوزه اشاره کرد و گفت: ارائه گزارش‌های واقع‌بینانه از وضعیت اعتیاد، سیاست شورای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر استان باشد. به گزارش روابط عمومی استانداری آذربایجان شرقی، بهرام سرمست در جلسه شورای هماهنگی

ادامه در صفحه ۸

دور ریز هولناک غذا

در ایران

* روزانه ۸ تن برنج پخته‌شده از بشقاب‌ها دور ریخته می‌شود!



ایرانی‌ها غذا را به‌راحتی دور می‌ریزند. این گزاره تلخ، پیوسته‌های آماری هولناکی دارد. تازه‌ترین آن، جمله‌ای از رئیس سازمان تحقیقات کشاورزی است که اعلام کرده: «ایرانی‌ها روزانه هشت تن برنج پخته‌شده را مستقیماً از بشقاب دور می‌ریزند». این در حالی است که بدانیم تنها برای هر دانه برنجی که در بشقاب می‌ماند، یک لیوان آب مصرف شده است!

این موضوع وقتی تلخ‌تر می‌شود که می‌دانیم شهرهای بسیاری همین حالا دچار تنش‌های آبی هستند اما وضعیت دور ریز غذا مشکل امروز و دیروز نیست و آمارهای گذشته هم نشان از هدررفت غذا از سفره جامعه ایرانی دارد.

به‌عنوان مثال در یک فقره آماری مربوط به سال گذشته، عنوان شده که حجم مواد غذایی هدررفته در ایران به اندازه‌ای است که با آن می‌توان غذای ۱۵ میلیون نفر را در سال تأمین کرد، هرچند این هدررفت مورد اشاره، صرفاً از سفره خانوار ایرانی نیست و بخش قابل‌توجهی از مواد غذایی در ایران در روند تولید از میان می‌رود.

این گزاره آماری را می‌توان با بررسی زیرمجموعه‌های آن بهتر درک کرد. به این معنا که می‌دانیم روزانه به ازای هر نفر ۱۳۴ کیلوکالری غذا در ایران هدر می‌رود. ضایعات سالانه مواد غذایی در ایران معادل ۳۵ میلیون تن با ارزش تقریبی ۱۵ میلیارد دلار است.

ادامه در صفحه ۲

مدیر کل امور زنان و خانواده استانداری آذربایجان شرقی:

پسرانمان را برای حفظ بنیان خانواده‌ها، مردانی مسئولیت‌پذیر تربیت کنیم

۲

جوان ایرانی دیگر خواب خانه

هم نمی‌بیند

* اجاره مسکن معادل کل حقوق کارمند و کارگر در کلان شهرها است؛ تازه اگر خوش شانس باشد!

۳

گزارش جشن امضای کتاب «در دل سختی‌ها»:

روایتی از زندگی پر مشقت لیلی صبوری مدیر ویلاهای کوهستانی ارس



۴

مهریه زیر تیغ مجلس از «مهرالسنه» تا سکه‌های زندان‌زا

۵

اجرای پروژه‌های عمرانی و زیربنایی مشترک در بافت مرکزی تبریز



۸

مدیر مرکز همایش‌های بین‌المللی تبریز خبر داد:

برگزاری ۲۴۵ رویداد فرهنگی، هنری با حضور بیش از ۳۴۵ هزار مخاطب در سال ۱۴۰۳



مرکز، کافی شاپ، پردیس سینمایی، پارکینگ با ظرفیت ۳۰۰ دستگاه خودرو، سالن نمایشگاهی و گالری بزرگ، سازه نمایشگاهی محوطه روباز این مرکز، راه اندازی بخش‌های تبلیغات محیطی مرکز، استقرار آژانس تاکسی تلفنی در مرکز، اتمام سیستم موتورخانه مرکزی شامل سیستم سرمایش، گرمایش، تهویه، اعلان حریق و اطفای حریق و... این مرکز خواهیم بود و شهروندان می‌توانند از امکانات و پتانسیل‌های موجود این مرکز فرهنگی هنری و تفریحی بهره‌مند شوند.

وی در ادامه با اشاره به اراده جدی برای تداوم توسعه فعالیت‌های فرهنگی و هنری در این مرکز و تکمیل نواقضات موجود در سال جاری گفت: از ابتدای سال جاری نیز قبل از آغاز برنامه‌ها کلیه اقدامات لازم برای آماده‌سازی بخش‌های مختلف این مرکز منجمد ترمیم و تعمیر سالن استاد شهریار و سالن شمس تبریزی و سالن پروین اعتصامی، خرید تجهیزات نظافتی و ایمنی شامل اسکرابر، موقت شوی و گیت‌های بازرسی بدنی راه اندازی شبکه فیبر نوری و برقراری ارتباط زنده برگزاری برنامه‌های این مرکز از طریق تلویزیون‌های شهری شهرداری تبریز و آماده‌سازی ارائه اینترنت رایگان پرسرعت به مراجعین، تکمیل و بازسازی سیستم روشنایی، افزایش تعداد دوربین‌های مدار بسته مرکز، شروع مراحل نصب و جاگذاری نرده‌های اطراف مرکز همایش‌ها و نصب و راه اندازی پله‌های برقی و آسانسورها توسط شهرداری منطقه نه و آماده‌سازی محل نمایشگاه‌های تخصصی در طبقه اول و... اشاره کرد.

مدیر مرکز همایش‌های بین‌المللی تبریز از برگزاری ۲۴۵ رویداد فرهنگی و هنری، ارگانی و کنسرت در مرکز همایش‌های بین‌المللی خاوران تبریز در طول سال ۱۴۰۳ با بیش از ۳۴۵ هزار نفر مخاطب توسط شهرداری تبریز خبر داد. منوچهر جعفری مدیر مرکز همایش‌های بین‌المللی تبریز با اعلام مطلب فوق اظهار کرد: با هدف تداوم فعالیت‌های چشمگیر نیمه دوم سال ۱۴۰۲ از ابتدای سال گذشته برنامه‌های این مرکز آغاز گردید که شاهد برگزاری رویدادهای مختلفی در سطح منطقه‌ای ملی و بین‌المللی در این مرکز بودیم.

جعفری در ادامه با اشاره به برنامه‌های اجرا شده در این مرکز گفت: از آغاز سال قبل و با شروع فعالیت‌های این مرکز پس از اتمام ماه مبارک رمضان برنامه‌های مختلف منجمد کنسرت‌ها، برنامه‌های ملی، بین‌المللی، ارگانی، مذهبی، فرهنگی و هنری مختلفی برگزار شد که با تلاش‌های همکاران و با حمایت‌های شهرداری کلانشهر تبریز و هیات امنای محترم در مدت زمان ممکن برای برگزاری برنامه‌ها که حدود ۶ ماه با احتساب عدم امکان برگزاری کنسرت و برخی برنامه‌ها در ایام ماه محرم و صفر، ایام فاطمیه و ماه مبارک رمضان با همکاری و همراهی شرکت‌ها و موسسات فرهنگی و هنری و ادارات مرتبط همراه بود، موفق شدیم رکورد و آمار بی‌سابقه‌ای در سال گذشته به ثبت برسانیم.

مدیر مرکز همایش‌های بین‌المللی خاوران افزود: این تعداد برنامه‌ها در حالی اجرا گردید که بدلیل وجود نواقضات برگزاری برنامه‌ها همراه با اقدامات تکمیلی نیز صورت گرفت که با حمایت‌های شهرداری تبریز و هیات امنای این مرکز در سال جدید شاهد اتمام و بهره‌برداری کامل از بخش‌های مختلف این مرکز اعم از رستوران بزرگ

واگذاری زمین‌های بایروستایی برای اجرای طرح‌های ملی مسکن در آذربایجان شرقی

نهضت ملی مسکن نیز برای ساخت پنج هزار و ۲۴۵ واحد مسکونی در قالب گروه ساخت و بنیاد ساخت، زمین در شهرهای زیر ۱۰۰ هزار نفر استان تأمین شده که از این میزان برای چهار هزار و ۲۸۲ واحد پروژه تخصیص یافته است.

وی با اشاره به اینکه حدود ۷۰ هزار متقاضی طرح نهضت ملی مسکن در شهرهای زیر ۱۰۰ هزار نفر جمعیت استان ثبت نام کرده بودند، یادآور شد: از این تعداد، ۱۱ هزار و ۱۵۷ نفر واجد شرایط شناخته شدند. سروری، با بیان اینکه هم اکنون ۵۰۰ واحد مسکن به افراد واجد شرایط واگذار شده است، افزود: هم اکنون ۳۹ شهر نیز زمین برای اجرای این طرح تأمین شده و در حال تفکیک و آماده‌سازی است.



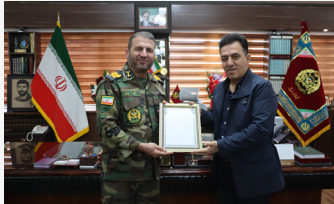
واگذاری به افراد واجد شرایط است. مدیرکل بنیاد مسکن آذربایجان شرقی با بیان اینکه یک هزار و ۵۵۰ هکتار نیز در حال طی مراحل اداری برای تملک شهرهای نزدیک واگذار می‌شود. وی با اشاره به اینکه مراحل آماده‌سازی این زمین‌ها به عهده متقاضیان است، اظهار کرد: تاکنون از این زمین‌ها، هفت هزار و ۳۴۳ قطعه تفکیک شده و در حال

در دیدار شهردار تبریز با ارشد نظامی ارتش در آذربایجان شرقی و اردبیل مطرح شد:

توسعه همکاری‌های شهرداری و ارتش در حوزه‌های ورزش و سلامت

شده است دستگاه دیپلماسی کشور در مذاکرات بین‌المللی دست برتری داشته باشد.

امیر سرتیپ دوم عیسی بیات، ارشد نظامی ارتش در آذربایجان شرقی و اردبیل نیز در این دیدار، ضمن قدردانی از زحمات شهرداری تبریز در فراهم کردن مقدمات رژه روز ارتش گفت: تلاش‌های مدیریت شهری در سال‌های اخیر تبریز را تبدیل به شهری زیبا و باصفا کرده است. بیات با اشاره به توان نظامی بالای ارتش جمهوری اسلامی ایران یادآور شد: نیروهای ارتش کم‌توقع و برای هر موقعیت و شرایطی آماده هستند. وی ادامه داد: هر نقطه از کشور که محرومیتی وجود داشته باشد، ارتش آنجا حضور داشته و با کمترین امکانات بیشترین سازگاری را ایجاد می‌کند. ارشد نظامی ارتش در آذربایجان شرقی و اردبیل همچنین برای ایفای نقش در حوادث غیرمترقبه شهری در کنار شهرداری و دیگر نهادهای امداد رسان اعلام آمادگی کرد.



کرد: ظرفیت‌های خوبی در حوزه‌های سلامت، ورزش و فرهنگ وجود دارد و شهرداری تبریز علاقمند به همکاری با همه مجموعه‌ها به ویژه ارتش جمهوری اسلامی ایران در این حوزه‌ها است. وی اضافه کرد: اعتماد عمومی شهروندان به شهرداری تبریز افزایش یافته است و این اعتماد سرمایه‌ای برای این نهاد شهری است. هوشیار امنیت کشور را در وهله اول مرهون رهبری مقام معظم رهبری (مدظله‌العالی) و در وهله بعدی تلاش نیروی‌های نظامی و ارتش دانست و ادامه داد: ارتش جمهوری اسلامی ایران از اوایل انقلاب ارتش تاکنون همواره رو به جلو و پیگیر بوده و همین موضوع باعث

شهردار تبریز در دیدار با ارشد نظامی ارتش در آذربایجان شرقی و اردبیل از آمادگی این نهاد شهری برای توسعه همکاری‌ها در حوزه‌های ورزش و سلامت خبر داد. یعقوب هوشیار در دیدار با امیر سرتیپ دوم عیسی بیات که به مناسبت گرامیداشت روز ارتش جمهوری اسلامی ایران صورت گرفت، اظهار کرد: پایه همه اقدامات دستگاه‌های خدمات‌رسان موضوع امنیت است و اگر کوچکترین خدشه‌ای به آن وارد شود، هیچ خدمتی از سوی این دستگاه‌ها صورت نمی‌گیرد. وی با بیان اینکه مردم ولایت‌مدار ایران و تبریز قدران زحمت فرزندان ارتشی خود هستند، افزود: اقدامات ارزنده و اقتدار ارتش در دفاع از مرزهای این کشور شاید قابل بیان نباشد، ولی مردم آگاه ایران، آذربایجان و تبریز قدران این زحمات هستند.

شهردار تبریز با اشاره به ظرفیت‌های بی‌نظیر ورزشی و فرهنگی شهر و ضرورت بهره‌مندی از آنها خاطر نشان

سامبرانی سکان‌دار جدید ماشین‌سازی تبریز



هوشنگ سامبرانی به عنوان مدیرعامل جدید شرکت ماشین‌سازی تبریز منصوب شد. با تصمیم هیأت مدیره و در راستای ارتقاء بهره‌وری و توسعه فعالیت‌های صنعتی، هوشنگ سامبرانی به عنوان مدیرعامل جدید شرکت ماشین‌سازی تبریز منصوب شد.

سامبرانی دارای مدرک DBA در مدیریت استراتژیک، فوق لیسانس مدیریت اجرایی و لیسانس مهندسی مکانیک (طراحی جامدات) است و بیش از چهار دهه تجربه در حوزه صنعت، مدیریت پروژه‌های کلان و راهبری شرکت‌های بزرگ صنعتی کشور را در کارنامه دارد.

وی پیش از این، مسئولیت‌هایی چون مدیرعاملی شرکت‌های وابسته به هیکو، عضویت در هیأت مدیره شرکت ملی صنایع مس آذربایجان، ریاست هیأت مدیره باشگاه فرهنگی ورزشی مس سونگون، و مدیرعاملی شرکت‌های خدمات صنعتی تراکتورسازی ایران و ساخت ماشین را بر عهده داشته است. از مهم‌ترین سوابق اجرایی وی می‌توان به مشارکت در پروژه‌های عظیم ملی نظیر فازه‌ای پارس جنوبی، ساخت تجهیزات صنایع نفت و گاز، احداث پل‌ها و سازه‌های فلزی سنگین، و راه‌اندازی کارخانه‌های تراکتورسازی در کردستان، و زنوزلا و تاجیکستان اشاره کرد. هوشنگ سامبرانی همچنین موفق به دریافت تقدیرنامه‌های متعدد از جمله از ریاست محترم جمهوری، وزیر صنعت و استانداران به عنوان مدیر و کارآفرین برتر شده است.



پیام آذربایجان

دوشنبه ۱ اردیبهشت ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۵۴

اخبار

اخبار

جابجایی بیش از پنج میلیون و ۸۲۹ مسافر در آذربایجان شرقی



معاون حمل و نقل اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای آذربایجان شرقی گفت: در سال گذشته پنج میلیون و ۸۲۹ هزار و ۳۳۱ مسافر از راه ناوگان حمل و نقل عمومی این استان جابجا شدند. کاظم تیمورزاده، با اشاره به افزایش ۱۳ درصدی حمل مسافر توسط ناوگان حمل و نقل عمومی استان در سال گذشته نسبت به سال ۱۴۰۲، افزود: در سال ۱۴۰۲ حدود پنج میلیون و ۱۵۵ هزار و ۴۴۰ مسافر به وسیله اتوبوس، مینی بوس و سواری کرایه جابجا شده بودند. وی با بیان اینکه اتوبوس های ناوگان حمل و نقل عمومی آذربایجان شرقی در جابجایی مسافران سهم بیشتری به خود اختصاص دادند، اظهار کرد: در سال گذشته سه میلیون و ۸۶ هزار نفر از طریق اتوبوس، ۲ میلیون و ۲۰۸ هزار نفر از طریق مینی بوس و ۵۳۴ هزار و ۵۱۵ نفر از طریق سواری کرایه به مسافرت رفته‌اند.

معاون حمل و نقل اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای آذربایجان شرقی گفت: تعداد مسافرانی که با مینی بوس سفر کرده بودند نسبت به سال ۱۴۰۲ حدود ۲ برابر افزایش یافته است. تیمورزاده، کل سفرهای انجام شده ناوگان حمل و نقل عمومی استان در سال گذشته را ۵۳۴ هزار و ۵۱۵ مورد اعلام کرد و ادامه داد: این تعداد سفر نسبت به سال ۱۴۰۲ از حدود ۱۰ درصد رشد برخوردار شده است. وی یادآور شد: اکنون ۹۵ شرکت مسافری، ۲۸ موسسه فعال مسافری و هشت شعب فعال مسافری در استان فعال است و ۶۶۵ دستگاه اتوبوس، یک هزار و ۸۲۴ دستگاه مینی بوس و ۸۲۸ دستگاه سواری کرایه در حوزه جابجایی مسافر فعالیت می‌کنند.

معاون حمل و نقل اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای آذربایجان شرقی گفت: متوسط سن ناوگان اتوبوسی استان حدود ۱۹ سال و متوسط سنی ناوگان مینی بوس حدود ۳۰ سال است. تیمورزاده، افزود: در سال گذشته ۲۵ میلیون و ۳۰۰ هزار تن بار جابجا شده که این میزان از نظر وزنی یک میلیون و ۳۰۰ هزار تن معادل پنج درصد نسبت به سال ۱۴۰۲ رشد کرده است.

تداوم اجرای پروژه مسقف سازی گلزار شهدای وادی رحمت با ۷۵ درصد پیشرفت فیزیکی

شهردار منطقه ۲ تبریز گفت: تداوم عملیات پروژه مسقف سازی گلزار شهدای وادی رحمت با پیشرفت فیزیکی رو به رشد ۷۵ درصدی در حال اجرا است. موسی علی پور زنوزی در تشریح روند عملیات اجرای پروژه مسقف سازی گلزار شهدای وادی رحمت از پروژه‌های فرامنطقه‌ای که توسط معاونت فنی و عمرانی منطقه ۲ تداوم دارد، گفت: این پروژه در مرحله پوشش سقف، استفاده از کاشی های رنگی

در اجرای دیواره ها و نصب سقف کلاب قرار دارد.

شهردار منطقه ۲ بازسازی و بهسازی سقف، پوشش دیواره ها، مناسب‌سازی و همسطح سازی اطراف قبور مطهر شهدا، نورپردازی، تامین روشنایی و نصب نیمکت را از مراحل عمرانی اجرای این پروژه برشمرد. علی پور با عنوان اینکه ساماندهی گلزار شهدای وادی رحمت با ۱۵۵ میلیارد تومان اعتبار اولویه به اجرا درآمده، افزود: تاکنون برای اجرای این پروژه که در راستای تکریم خانواده های معزز شهدای والا مقام به اجرا درآمده ۱۰۰ میلیارد تومان هزینه شده است.

برنامه ریزی برای راه اندازی سامانه هوشمند مدیریت پسماندهای عمرانی و ساختمانی در تبریز

مدیرعامل سازمان فناوری شهرداری تبریز گفت: به منظور بهره برداری از سامانه هوشمند پسماندهای عمرانی و ساختمانی جلسه‌ای با محوریت تبادل نظر و بررسی روند اجرایی و بهره برداری از این سامانه، در سازمان مدیریت پسماندهای شهری برگزار شد.

محمد رضا کاظمی افزود: با اشاره به نقش هوشمندسازی در ارتقای خدمات شهری افزود: این سامانه با هدف مدیریت بهینه، نظارت دقیق و کاهش تخلفات در حوزه حمل و دفع نخاله‌های عمرانی و ساختمانی راه اندازی می گردد. وی راه اندازی این سامانه را گامی مهم در جهت تحقق اهداف شهر هوشمند و بهبود نظارت بر مدیریت پسماندهای عمرانی دانست که در بهبود زیست‌پذیری شهر تبریز نقش بسزایی دارد.

۲

معاون فنی و عمرانی شهرداری منطقه یک از اجرای عملیات پایدارسازی فونداسیون پروژه ساختمان فرهنگسرای واقع در ایده لو خبر داد. رامین نصرالله پور اعلام کرد: این فرهنگسرا که در یکی از محلات کم برخوردار سطح منطقه قرار گرفته به مساحت ۷۴۱ متر مربع بوده و با هزینه‌ای بالغ بر ۴۱۰ میلیارد ریال در

دست اجرا است. وی افزود: ایجاد زیرساخت‌های فرهنگی و اجتماعی در سطح منطقه ۱ یکی از مهم‌ترین اقدامات برای بسترسازی مناسب در این حوزه بوده و می‌تواند در کوتاه مدت نقش بسیار سازنده‌ای را ایفا کند. به گفته معاون فنی و عمرانی شهرداری منطقه یک، این فرهنگسرا به‌عنوان یکی از پروژه‌های مهم فرهنگی در شرق تبریز، با هدف توسعه زیرساخت‌های فرهنگی و ارتقای سطح

پروژه ۴۱۰ میلیارد ریالی فرهنگسرای «ایده لو» وارد مرحله پایدارسازی فونداسیون شد

خدمات اجتماعی در حال اجرا است. وی افزود: با توجه به برنامه‌ریزی‌های صورت گرفته، عملیات اجرایی پروژه با سرعت مطلوبی در حال پیشرفت است و مرحله پایدارسازی فونداسیون یکی از گام‌های کلیدی در روند احداث این مجموعه محسوب می‌شود. فرهنگسرای ایده‌لو پس از بهره‌برداری، به‌عنوان یکی از مراکز فرهنگی فعال منطقه، میزبان برنامه‌های آموزشی، هنری و اجتماعی خواهد بود.

دبیر شورای مبارزه با مواد مخدر:

درصد شیوع اعتیاد در آذربایجان شرقی پایین تر از متوسط کشوری است



عملیاتی شده و به نتیجه برسد مردم و سمن ها نیز باید پای کار باشند. وی ادامه داد: هزار نوع روان گردان شناسایی شده که استعمال می شود و با تغییر جزئی در عنصر شیمیایی، روان گردان جدیدی وارد بازار می شود اما قوانین مبارزه همان قوانین قدیمی هستند و نیاز به بازبینی و اصلاح دارد. وی افزود: انتظاران از قوه مقننه،

عوامل مهم در مقابله با مواد مخدر است و برای این منظور، نیاز است تا شیوع شناسی جدید از اعتیاد در کشور صورت گیرد تا برنامه ریزی های لازم و جدید در این زمینه انجام شود. وی اعلام کرد: طبق برنامه هفتم توسعه، امسال شیوع شناسی اعتیاد در ده سنی ۱۵ تا ۶۴ سال انجام خواهد شد تا طبق آمار و ارقام جدید، نسبت به برنامه ریزی برای مقابیل با این پدید شوم، اقدام لازم صورت گیرد. رنجبر با بیان اینکه دولت به تنهایی قادر به مقابله با این پدیده شوم نیست، گفت: ۲۵ دستگاه عضو شورای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر هستند و ۱۱ کمیته تخصصی زیر نظر این شورا فعالیت می کنند اما برای آنکه برنامه های این شورا

پاسداشت قلم‌های ماندگار در تبریز



روزنامه اطلاعات، بیژن آقابیک سرپرست سابق روزنامه سلام، خانواده مرحوم اسد ملازاده سرپرست سابق روزنامه خبرورزشی، خانواده مرحوم کریم شفق سرپرست روزنامه کار و کارگر و خانواده مرحوم مرتضی اعلی سرپرست سابق روزنامه جمهوری اسلامی توسط انجمن سرپرستان روزنامه‌های سراسری تجلیل به‌عمل آمد.

سراسری در آذربایجان شرقی تجلیل شد. در بخش ویژه این مراسم، از چهره‌های شاخص و باسابقه رسانه‌ای از جمله اسماعیل هدایتی سرپرست سابق روزنامه های جمهوری اسلامی و قدس ، علی اصغر پورمنصوری سرپرست سابق روزنامه ایران، قلی عباسپور سرپرست سابق روزنامه جام جم، کاظم نیک رفتار سرپرست سابق

ضمن اشاره به برخی چالش‌های صنفی، خواستار حمایت بیشتر اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان از فعالان این حوزه شدند.در ادامه این نشست و با حضور پایان مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی آذربایجان شرقی و حسینی معاون فرهنگی و رسانه‌ای این اداره کل مشکلات صنفی این بخش از اصحاب رسانه به‌صورت حضوری پیگیری و راهکارهای لازم بررسی شد.

در این مراسم با حضور نعمت اله پایان مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی آذربایجان شرقی، محمدحسین حسینی معاون فرهنگی و رسانه‌ای، عباس زارع سرشت معاون امور هنری و سینمایی، وحید زینالی رئیس انجمن صنفی روزنامه‌نگاران، جواد بیرام‌زاده رئیس بسیج رسانه و احمد مرادیور مدیر خانه مطبوعات استان با اهدای لوح و یادبود، از زحمات سرپرستان پیش‌کسوت روزنامه‌های

در آیینی صمیمی و پرشور به همت انجمن صنفی سرپرستان روزنامه‌های سراسری در آذربایجان شرقی با همراهی جمعی از مدیران فرهنگی و رسانه‌ای استان، از پیشکسوتان عرصه مطبوعات در هتل گسترش تبریز تجلیل شد؛ آیینی که رنگ و بوی احترام به تلاش‌های بی‌وقفه اهالی رسانه را با خود داشت.

آیین تجلیل از پیش‌کسوتان رسانه‌ای استان، با حضور پرشور مسئولان و فعالان رسانه‌ای در هتل گسترش تبریز برگزار شد؛ مراسمی که توسط انجمن سرپرستان روزنامه‌های سراسری و باهدف پاسداشت سال‌ها تلاش و قلم‌فرسایی چهره‌های ماندگار مطبوعاتی ترتیب یافته بود.در ابتدای این نشست، اسد فلاح رئیس و وحید خوش زرع نایب رئیس انجمن صنفی سرپرستان روزنامه‌های سراسری در آذربایجان شرقی،

مدیر کل امور زنان و خانواده استانداری آذربایجان شرقی:

پسرانمان را برای حفظ بنیان خانواده‌ها، مردانی مسئولیت‌پذیر تربیت کنیم



فرهنگی، تجاری‌سازی، پزشکی و آموزشی اشاره کرد و گفت: بخش عمده فعالیت این سازمان در زمینه پزشکی و درمانی بوده و اولین مدیر مرکز پزشکی جهاددانشگاهی استان دکتر پزشکیان، رئیس جمهور فعلی بودند. وی با بیان اینکه مرکز درمان ناباورری جهاددانشگاهی استان در زمینه جوانی جمعیت و رفع مشکلات زوج‌های نابارور فعالیت می‌کند، گفت: مرکز پزشکی این سازمان متشکل از مجموعه‌ای از فعالیت‌ها از جمله آزمایشگاه تشخیص طبی، طب کار، نمایندگی بانک خون بند ناف و کلینیک درمان زخم از جمله مراکز ارائه دهنده خدمات در استان هستند که خدمات در این مراکز با تعرفه دولتی ارائه می‌شوند.

وی همچنین به اشاره به فعالیت این سازمان در حوزه انرژی‌های نو و تجدیدپذیرگفت: این مرکز در حوزه انرژی‌های نو فعالیت‌های زیادی در طراحی و نصب نیروگاه‌های هیبریدی (بادی ـ خورشیدی) داشته و در نقاط مختلف کشور اقدام به پروژه یابی و اجرای نیروگاه‌های با توان مختلف کرده و در صورت نیاز ارگان‌ها، می‌توانیم نیروگاه‌های خورشیدی را در ابعاد مختلف ایجاد کنیم. اکبر شوقی، معاون آموزشی سازمان نیز در این جلسه با بیان اینکه

مراکز آموزشی جهاددانشگاهی بسته کاملی از تمام آموزش‌ها هستند، گفت: در تبریز پنج مرکز آموزشی کوتاه مدت در نقاط مختلف شهر فعال بوده و در شهرستان‌های میانه و مرند نیز مراکز آموزشی جهاددانشگاهی فعالیت دارند.

در دفاتر جهاددانشگاهی در دانشگاه‌های هنراسلامی تبریز، صنعتی سهند و پیام نور نیز آموزش‌های ما ارائه می‌شوند. وی با بیان اینکه آموزش‌های ما در گروه‌های هفتگانه زبان‌های خارجی، پزشکی، کامپیوتر، فنی و مهندسی، علوم انسانی، کشاورزی و هنر ارائه می‌شود، گفت: اعتبار گواهی‌های دوره های آموزشی جهاددانشگاهی بالا بوده و به واسطه این گواهی‌ها حتی می‌توان تسهیلات اشتغالزایی و کارآفرینی نیز دریافت کرد. شوقی همچنین با اشاره به فعالیت‌های مرکز آزمون جهاددانشگاهی گفت: آزمون های مهم کشور فقط توسط سازمان سنجش و جهاددانشگاهی اجرا می‌شود. معاون آموزشی سازمان جهاد دانشگاهی آذربایجان شرقی یادآور

شد: با توجه به لزوم آگاه سازی و پیشگیری از برخی بیماری‌های خاص در مردان و زنان و همچنین در راستای جوانی جمعیت، جهاد دانشگاهی استان با بهره گیری از ظرفیت‌های معاونت آموزشی و مرکز درمان ناباورری، دوره‌های آموزشی «آشنایی با علل ناباورری در مردان و زنان» و «آشنایی با سرطان سینه در زنان و راه‌های خودآزمایی آن» برای کلیه کارکنان و خانواده‌های ارگان‌های مختلف برگزار می‌کند .

ادامه از صفحه اول

دورریز هولناک غذا در ایران * روزانه ۸ تن برنج پخته‌شده از بشقاب‌ها دور ریخته می‌شود!

درحالی که در اتحادیه اروپا با ۲۷ کشور عضو، تنها ۹ میلیون تن مواد غذایی در سال راهی زباله‌ها می‌شود. اگر بخواهیم با بررسی سنجه‌های آماری همچنان به این موضوع نگاه کنیم، باید گفت از ۱۰۰میلیون تن محصول کشاورزی تولیدی در کشور ۳۵میلیون تن درسال هدر می‌رود. در این زمینه می‌توان به ۳۰درصد ضایعات در نان، ۲۵ تا ۳۰ وحتی ۵۰درصد ضایعات در میوه‌ها و سبزیجات، ۱۰درصد ضایعات در برنج، ۲۵درصد ضایعات در خرما و...اشاره کرد.

سهم ۳۰درصدی نان در دورریز از سفره ایرانی‌ها وقتی مهم‌تر می‌شود که بدانیم نان و غلات در سبد خوراکي خانوار ایرانی، سهمی بسیار بالا دارد. طبق داده‌های سازمان خواربار و کشاورزی (فائو) با وجودی که دورریز غذا در جهان کاهش‌ی است اما هنوز سالانه ۵۴۰میلیون تن غذا توسط خانوارها در جهان تبدیل به ضایعات می‌شود.

البته که یکی از چالش‌های قدیمی وبزرگ جهان در حوزه غذا، مربوط به آمار و اطلاعات تلفات و ضایعات محصولات کشاورزی و مواد غذایی بوده: آمارهایی که به باور برخی کارشناسان تنها برآورد است.



پیام آذربایجان

دوشنبه ۱ اردیبهشت ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۵۴

اقتصاد

اخبار

بازار ارز فعلا هیجانی است؛ احتیاط کنید



بک کارشناس اقتصادی با بیان اینکه دلالت از هیجانات بازار ارز بیشترین استفاده را می‌کنند، گفت: در شرایط فعلی فضای بازار ارز هیجانی است و ورود به آن ممکن است باعث ضرر مردم شود.

حمیدرضا جهانی، درباره تأثیر تحولات سیاسی بر وی افزود: نقش تحولات سیاسی بر بازار ارز را می‌توان در سکه و ارز بیشتر تحت تأثیر تحولات و اخبار سیاسی هستند تا متغیرهای اقتصادی مانند عرضه و تقاضا یا شاخص‌های کلان اقتصادی؛ به‌عبارت‌دیگر، تحولات جهانی و تنش‌های سیاسی به‌ویژه در خاورمیانه نقش پررنگتری در نوسانات این بازارها دارند.

وی افزود: نقش تحولات سیاسی بر بازار ارز را می‌توان در واکنش نرخ ارز به اخبار مربوط به مذاکرات یا تحولات روابط بین‌المللی مشاهده کرد؛ به عنوان نمونه با انتشار خبری مثبت درباره احتمال از سرگیری مذاکرات و بهبود روابط میان ایران و کشورهای غربی، قیمت سکه و طلا در بازار به‌طور قابل‌توجهی کاهش یافت.

این کارشناس مسائل اقتصادی با اشاره به اینکه تغییر نرخ در بازارهای مالی بیش از آنکه به تصمیمات اقتصادی کشور گره خورده باشد از اخبار سیاسی سرچشمه می‌گیرد، بیان کرد: در شرایطی فعلی فضای بازار ارز هیجانی است و ورود به آن ممکن است باعث ضرر مردم شود.

وی افزود: تا زمانی که ثبات سیاسی در جهان و منطقه حاکم نشود بازارهای مالی تحت تأثیر مسائل سیاسی دچار نوسانات ناگهانی می‌شوند؛ اما با مشخص شدن تحولات جهانی و تصمیمات ترامپ ممکن است نرخ ارز در کانالی مشخص ثابت بماند.

جهانی تأکید کرد: زمانی که نرخ ارز به‌صورت روزانه یا حتی ساعتی دچار نوسان می‌شود، بیشتر جنبه روانی دارند تا اقتصادی؛ در چنین فضایی، میدان برای دلالت و سفته‌بازان فراهم می‌شود تا با استفاده از جو هیجانی بازار، از نوسانات لحظه‌ای حداکثر سود را کسب کنند؛ این روند نه‌تنها موجب بی‌ثباتی بیشتر در بازار و اقتصاد می‌شود، بلکه باعث بی‌اعتمادی عمومی نیز خواهد شد.

نایب رئیس اتاق تبریز تشریح کرد:

لزوم توجه جدی لزوم اقدامات زیربنایی در حوزه ساخت و ساز

نایب‌رئیس اتاق تبریز اظهار کرد: شعار سال «سرمایه‌گذاری برای تولید» نیازگر اهمیت و ضرورت توجه به حوزه تولید در اقتصاد کشور است. این شعار نه تنها به تقویت بنیان‌های اقتصادی اشاره دارد، بلکه بر لزوم انجام اقدامات زیربنایی، به‌ویژه در حوزه ساخت و ساز، تأکید می‌کند. جمشید بزرگر با بیان این مطلب افزود: در دنیای امروز که رقابت‌های اقتصادی به شدت افزایش یافته، سرمایه‌گذاری در تولید و زیرساخت‌ها می‌تواند به‌عنوان راه‌حلی مؤثر برای دستیابی به توسعه پایدار و خودکفایی اقتصادی مطرح شود. وی گفت: سرمایه‌گذاری در تولید به معنای تخصیص منابع مالی و انسانی به فعالیت‌های تولیدی است که می‌تواند به افزایش ظرفیت‌های تولیدی، ارتقای کیفیت محصولات و ایجاد اشتغال منجر شود. با توجه به نیازهای روزافزون جامعه و تقاضای بازار، تولید داخلی می‌تواند به کاهش وابستگی به واردات و افزایش درآمدهای ملی کمک نماید. نایب رئیس اتاق تبریز تأکید کرد: یکی از کلیدی‌ترین حوزه‌ها برای تحقق شعار «سرمایه‌گذاری برای تولید»، اقدامات زیربنایی در حوزه ساخت و ساز است. زیرساخت‌های مناسب، شامل ساختمان‌ها، کارخانه‌ها، راه‌ها و سیستم‌های حمل و نقل، نقش حیاتی در تسهیل فرآیندهای تولیدی دارند. بدون وجود زیرساخت‌های قوی، امکان رشد و توسعه تولید به‌طور جدی تحت تأثیر قرار می‌گیرد. بزرگر ادامه داد: ساخت و سازهای جدید می‌تواند به افزایش ظرفیت‌های تولیدی کمک کند. با ایجاد کارخانه‌های جدید و به‌روز کردن تجهیزات موجود، تولیدکنندگان می‌توانند به تنوع محصولات و افزایش کیفیت آنها بپردازند. این امر نه‌تنها به بهبود وضعیت اقتصادی کمک می‌کند بلکه می‌تواند به ایجاد اشتغال و کاهش بیکاری نیز منجر شود. وی با بیان اینکه زیرساخت‌های حمل و نقل مؤثر در انتقال کالا و مواد اولیه نقش مؤثری دارند، اضافه کرد: سرمایه‌گذاری در بهبود جاده‌ها، خطوط ریلی و فرودگاه‌ها می‌تواند به تسریع روند توزیع محصولات و کاهش هزینه‌ها کمک کند. این موضوع به نوبه خود باعث افزایش رقابت‌پذیری تولیدکنندگان داخلی در بازارهای داخلی و خارجی می‌شود.

اختلال موقت در سامانه تلفنی ۱۳۷ شهرداری تبریز

شده و امکان برقراری ارتباط مستقیم از طریق تماس تلفنی موقتاً میسر نیست. در همین راستا، از شهروندان درخواست شده تا از سایر مسیرهای ارتباطی برای ثبت درخواست‌ها، گزارش‌ها و پیگیری موارد خود استفاده کنند. وب سایت رسمی سامانه ۱۳۷، اپلیکیشن

اداره کل بازرسی شهرداری تبریز از بروز اختلال فنی در سامانه ارتباط مردمی ۱۳۷ خبر داد و راه‌های جایگزین برای ارتباط شهروندان را اعلام کرد. بر اساس اعلام این اداره‌کل، به‌دنبال ایراد فنی در شبکه فیبر نوری مخابرات، تماس تلفنی با شماره ۱۳۷ با اختلال مواجه

سهم ۱۷ درصدی بخش کشاورزی در اشتغال آذربایجان شرقی



ارزشمند استان نیز ۱۶۴ هزار هکتار است که به عنوان ذخیره‌گاه ژنتیکی کره زمین شناخته می‌شود.

رئیس سازمان جهادکشاورزی آذربایجان شرقی خاطرنشان کرد: استان از نظر توسعه گلخانه‌ها، تولید و فرآوری کشمش، سنجد، عدس، لپه و نخودچی دارای رتبه اول، از نظر تولید سیب، گوجه سبز، زغال اخته، آلبالو، تخم مرغ و عدس دارای رتبه دوم، و از نظر تولید گوشت قرمز، زرشک و سماق نیز دارای رتبه چهارم کشور است.

رئیس سازمان جهادکشاورزی آذربایجان شرقی خاطرنشان کرد: استان از نظر توسعه گلخانه‌ها، تولید و فرآوری کشمش، سنجد، عدس، لپه و نخودچی دارای رتبه اول، از نظر تولید سیب، گوجه سبز، زغال اخته، آلبالو، تخم مرغ و عدس دارای رتبه دوم، و از نظر تولید گوشت قرمز، زرشک و سماق نیز دارای رتبه چهارم کشور است.

وی افزود: مساحت اراضی زیر کشت زراعی استان حدود ۸۰۳ هزار هکتار بوده که ۷۵ درصد آن اراضی دیم و ۲۵ درصد آن اراضی آبی است و از نظر سطح زیرکشت محصولات زراعی، گندم، یونجه، جو، نخود و عدس به ترتیب جزء پنج محصول اساسی زراعت استان هستند.

وی با بیان این‌که پروژه‌های افزایش بهره‌وری در زیربخش‌های زراعی، باغی و

استان نیز ۱۲ درجه سانتیگراد بالای صفر و میانگین بارندگی سالانه آن بر اساس سال زراعی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ حدود ۲۹۱.۳ میلی‌متر است. شفیعی اظهار کرد: مجموعه سازمان جهاد کشاورزی آذربایجان شرقی، متولی توسعه کشاورزی استان بوده و علاوه بر برنامه‌ریزی‌ها و پشتیبانی‌های ستادی، از طریق ۳۶۶ نفر مروج مسئول پهنه در روستاها و واحدهای تولیدی، انواع خدمات فنی، آموزشی، ترویجی و توانمندسازی را به بهره‌برداران بخش کشاورزی ارائه می‌کند.

وی با بیان این‌که سالانه بیش از ۹۰ هزار نفر از بهره‌برداران، انواع آموزش‌های ترویجی و مهارتی را در رشته‌های مختلف کشاورزی از مروجین مستقر در مراکز جهاد کشاورزی شهرستان‌ها دریافت می‌کنند، گفت: زنان روستایی نیز همگام و همراه با مردان در توسعه روستاها سهیم بوده و با شرکت در انواع تشکلهای محلی، گام‌های اساسی در اجرای برنامه‌های توسعه روستایی استان برمی‌دارند.

وی افزود: مساحت اراضی مستعد کشاورزی استان بالغ بر یک میلیون و ۴۱۲ هزار هکتار یعنی حدود ۳۱ درصد مساحت استان است که رتبه دوم کشور در اراضی زراعی و رتبه پنجم کشور در مساحت باغ و قلمستان را دارد و سطح مراتع سرسبز استان، ۲ میلیون و ۴۵۷ هزار هکتار و جنگل‌های

رئیس سازمان جهادکشاورزی آذربایجان شرقی با بیان اینکه تعداد بهره‌برداران شاغل در بخش کشاورزی استان حدود ۴۲۰ هزار و ۲۵۳ نفرند و حدود ۱۷ درصد از سهم اشتغال استان به این بخش اختصاص دارد، گفت: کشاورزان استان حدود سه درصد از متوسط شاغلان بخش کشاورزی کشور بیشترند. شهرام شفیعی به وضعیت جمعیتی در آذربایجان شرقی اشاره کرد و افزود: استان با جمعیتی بالغ بر چهار میلیون و ۸۰ هزار نفر شامل ۴.۸ درصد جمعیت کشور، بزرگترین و پرجمعیت‌ترین منطقه در شمال‌غرب ایران است که ۲۸.۱ درصد از آن در مناطق روستایی و ۷۱.۹ درصد در مناطق شهری سکونت دارند.

وی با بیان این‌که سهم استان از ارزش افزوده ۳.۵ درصد است، ادامه داد: مطابق آخرین تقسیمات کشوری، آذربایجان شرقی دارای ۲۳ شهرستان، ۴۶ بخش، ۷۴ شهر، ۱۴۶ دهستان و سه هزار و ۶۲ آبادی است و با مساحت ۴۵ هزار و ۴۹۱ کیلومتر مربع ۲.۸ درصد از مساحت کشور را به خود اختصاص داده است. وی به وضعیت آب و هوایی استان نیز اشاره کرد و گفت: آذربایجان شرقی به دلیل وسعت زیاد، دارای آب و هوای متنوع بوده و دمای آن از ۴۵.۲ درجه سانتی‌گراد بالای صفر در تابستان تا ۳۳.۵ درجه سانتی‌گراد زیر صفر در زمستان متغیر است و میانگین دمای سالانه

جوان ایرانی دیگر خواب خانه هم نمی‌بیند

***اجاره مسکن معادل کل حقوق کارمند و کارگر در کلان شهرها است؛ تازه اگر خوش شانس باشد!**



درمی‌آید. حال آنکه در ایران این عدد در بعضی شهرها به بالای ۳۵ و حتی ۴۰ رسیده است.

با این شرایط، می‌توان با اطمینان گفت که بخش قابل‌توجهی از نسل جوان دیگر هیچ‌وقت صاحب‌خانه نخواهد شد. اجاره‌نشینی مادام‌العمر و مهاجرت به شهرهای کوچک یا حاشیه‌نشینی، سرنوشت محتوم این نسل است.

تولید مسکن؟ یا تولید بحران؟

طرح‌های دولتی برای ساخت «مسکن ملی» یا «نهضت ملی مسکن» بیشتر به شوخی شبیه‌اند تا راه‌حل. زمین‌های بی‌زیرساخت در بیابان‌ها، آبارتمان‌های بدون آب و برق، و ثبت‌نام‌های نمادین بدون تحویل واقعی، تصویری است که مردم از این پروژه‌ها دارند. دولت‌ها در تمام سال‌های گذشته، نه تنها موفق به ساخت مسکن مؤثر نشده‌اند، بلکه با تصمیمات اشتباه مانند اعطای زمین مجانی به نهادهای خاص، یا مداخلات

در نتیجه، جایی برای بهداشت، آموزش، تفریح و حتی خوراک مناسب باقی نمی‌ماند. حتی بودجه‌ای برای خرید کتاب یا رفتن به سینما نیست، چه پرسد به کلاس زبان یا مهارت‌آموزی.

خانه‌دار شدن؟ فقط در قرن بعدی!

براساس تحلیل‌های بازار مسکن، اگر یک جوان امروزی با حداقل دستمزد شروع به پس‌انداز کند، حدود ۱۵۰ سال طول می‌کشد تا بتواند در تهران خانه‌ای ۷۰ متری بخرد. این یک شوخی نیست، بلکه نتیجه واقعی نسبت قیمت مسکن به درآمد خانوار است. در اقتصاد، اگر این نسبت از عدد ۵ بالاتر برود، زنگ خطر به صدا

آزاده مختاری

در شرایطی که نرخ تورم رسمی هر سال بالاتر می‌رود و سبب معیشت خانوارها از گوشت و لبنیات خالی‌تر می‌شود، هزینه مسکن مثل یک غول، بیشتر درآمد خانوارها را می‌بلعد. مستاجران، اغلب بیش از ۵۰ تا ۷۰ درصد حقوق‌شان را صرف اجاره‌بها می‌کنند و در کلان‌شهرهایی مثل تهران، شیراز، اصفهان یا مشهد، اجاره یک خانه ۶۰ متری معادل با حقوق کامل یک کارمند یا کارگر با سابقه است! اگر خوش‌شانس باشد.

تا همین چند دهه پیش، آرزوی خانه‌دار شدن یکی از اهداف معمولی و دست‌یافتنی خانوارهای ایرانی بود. پدران ما با حقوق کارمندی یا درآمد یک مغازه کوچک، پس‌اندازی می‌کردند و چند ساله خانه‌ای در حاشیه شهر می‌خریدند. اما حالا، در سال ۱۴۰۴، خانه‌دار شدن به رؤیایی تخیلی تبدیل شده. چیزی شبیه سفر به مریخ یا بازنستسگی در جزایر کارائیب.

طبق آخرین آمار رسمی، حدود ۲۵ درصد خانوارهای ایرانی مستاجرنند، و از این میان، نزدیک به ۱۰ درصد در خانه‌های سازمانی زندگی می‌کنند. اما این آمار فقط نوک کوه یخ است. زیر سطح این اعداد، فاجعه‌ای خاموش در حال گسترش است: فاجعه‌ای که نه با شعارهای «نهضت ملی مسکن» حل می‌شود، نه با وعده‌های دهک‌بندی و وام‌های بی‌پشتوانه.

مسکن؛ بلعندهی حقوق خانوار

در شرایطی که نرخ تورم رسمی هر سال بالاتر می‌رود و سبب معیشت خانوارها از گوشت و لبنیات خالی‌تر می‌شود، هزینه مسکن مثل یک غول، بیشتر درآمد

رئیس مؤسسه تحقیقات کشاورزی دیم:

معرفی ۴ رقم جدید نخود دیم

وزن صد دانه بالا اشاره کرد که هر ۴ رقم از پروژهای همکاری مواد داخلی مؤسسه دیم و دانشگاه فردوسی مشهد به‌دست‌آمده است. روستایی اظهار کرد: با معرفی این ۴ رقم جدید، تعداد ارقام نخود این مؤسسه برای اقلیم‌های مختلف در کشور به ۲۸ رقم افزایش یافت و پیش‌بینی می‌شود با توجه به پتانسیل بالای این ارقام تولید نخود در کشور افزایش یابد. میانگین

توسط مؤسسه دیم به نمایندگی از سازمان تات و دانشکده کشاورزی دانشگاه فردوسی مشهد از سال ۱۳۹۶ الی ۱۴۰۳ اجرا شد. تعداد ۴ رقم نخود به نام‌های نصیر، مارال، توس و سناباد در سال ۱۴۰۳ برای کاشت در دیمزارهای سرد و معتدل سرد کشور معرفی شد. وی ادامه داد: از ویژگی‌های بارز این ارقام می‌توان به پتانسیل عملکرد بالا، ارتفاع بلند و قابل‌برداشت مکانیزه،

عملکرد دانه ارقام توس، مارال، سناباد و نصیر در بررسی‌های تحقیقاتی در شرایط دیم به ترتیب ۱۱۲۳ و ۱۱۶۲ و ۱۱۲۳ و ۱۴۳۴ کیلوگرم در هکتار بود. وی همکاری با دانشگاه‌ها و مراکز علمی را برای استفاده از توانمندی‌های دو طرف در راستای تأمین امنیت غذایی را ارزشمند دانست و ابراز امیدواری کرد که در آینده این نوع همکاری‌ها توسعه یابد از زحمات همه استانی‌د دانشگاه و محققان مؤسسه در معرفی ارقام تشکر و قدردانی می‌شود.



روایتی از زندگی پر مشقت لیلی صبوری مدیر ویلاهای کوهستانی ارس

مراسم جشن امضای کتاب «در دل سختی‌ها»، روایتی از زندگی پر مشقت خانم لیلی صبوری، مدیر ویلاهای کوهستانی ارس، با حضور پرشور علاقه‌مندان به کتاب و ادبیات در تالار ویلاهای کوهستانی برگزار شد.

مادر مهربانش هدیه کرده است. در بخش پایانی مراسم، لیلی صبوری با اشاره به آرزوی پدر مرحومش برای نگارش این کتاب، از تمامی مهمانان و حاضران تشکر و قدردانی کرد و سپس، کتاب «در دل سختی‌ها» را با امضای خود به مهمانان هدیه داد. این اقدام با استقبال گرم حاضران مواجه شد و فضایی صمیمانه و به یادماندنی را رقم زد.

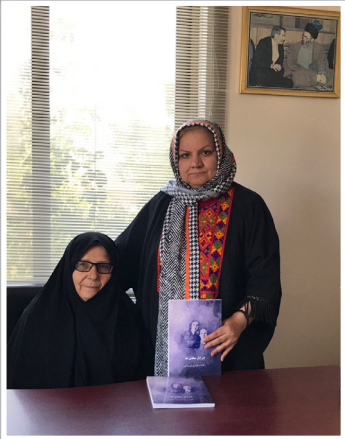
جشن امضای کتاب «در دل سختی‌ها» فرصتی بود تا با زندگی پر فراز و نشیب یک بانوی کارآفرین آشنا شویم و از او برای رسیدن به اهداف بزرگ، انگیزه بگیریم. این کتاب می‌تواند الهام‌بخش بسیاری از زنان و جوانانی باشد که در مسیر موفقیت با چالش‌های مختلفی روبرو هستند.

وی با اشاره به فداکاری‌ها و پشتکار این بانوی کارآفرین، او را الگویی برای زنان و جوانان دانست. وجودی با بیانی شیوا و احساسی، حاضران را با فراز و نشیب‌های زندگی این بانو همراه کرد و از سختی‌هایی گفت که او برای رسیدن به موفقیت پشت سر گذاشته است.

نویسنده کتاب «در دل سختی‌ها» اظهار داشت: «طی دو سال نگارش این کتاب، نمی‌توانستم آن روزها و شب‌هایی که راوی کتاب تحمل کرده را بر روی کاغذ بیاورم؛ چرا که هیچ کلمه‌ای شایسته و نشان‌دهنده درد و سختی‌هایی نبود که این بانو پشت سر گذاشته است. وی با اشاره به کافه شایلی افزود: کافه شایلی تنها یک اسم نیست، بلکه آرزوی مادری دل‌شکسته است که لیلی صبوری با دستان خود آن را بنا کرده و به قلب

در ابتدای این مراسم، معصومه شکوهی، مدیر مسئول نشریه صدای زنان، ضمن اشاره به همت و پشتکار لیلی صبوری به عنوان بانوی اقتصاد منطقه آزاد جلفا، گفت: داستان زندگی این بانوی با اراده و پرتلاش، الگوی مناسبی برای بانوان کشورمان است. صبوری با فراز و نشیب‌هایی که در مسیر زندگی خود داشته، توانسته در عرصه کارآفرینی و مدیریت شایسته، به‌ویژه در جذب گردشگران به این منطقه، نقش مؤثری ایفا کند.

شکوهی ضمن تشکر و قدردانی از تمامی عوامل دخیل در چاپ این کتاب، خواندن سرگذشت خانم صبوری را به مهمانان توصیه کرد. در ادامه، راضیه وجودی، نویسنده کتاب «در دل سختی‌ها»، در خصوص تلاش‌ها، زحمات، غصه‌ها و شادی‌های خانم صبوری سخن گفت.



راهنمایی دلسوزانه برای غلبه بر زخم‌های ناشی از رفتار مادران سمی

مادران سمی و آسیب‌های وارد به دختران

که حتی اگر مادران بی مهر، پرخاشگر یا آسیب رسان بوده باشد و اکنون تلاش کنید تا حقایقی از کارهایی را که او با شما کرده است مطرح کنید رفتارهایی که واقعا با شما کرده بی پرو برگرد از جانب اطرافیان‌تان و حتی خود مادران با دیواری از مقاومت روبه رو خواهید شد، گویی حکم بر این است که همه تلاش کنند تا به هر قیمت صرفا از مادران دفاع کنند و به عبارتی سروته قضیه را هم بیاورند تا مبادا کلمه ی مادر خدشه دار شود.

در واقع انتقاد از مادران بی محبت به دلیل وجود بسیاری از تابوها و نگرش ها دربارۀ ی ماهیت و عمق زخم های وارد از جانب مادران به فرزندان‌شان، مورد انتقاد، بدبینی، سرزنش یا نصیحت قرار می گیرد. در اصل اگر شما تابه حال سعی کرده باشید ترسیمی از رفتارها و برخوردهای بد مادران با خودتان به دست بدهید، خواهید دید که چه واکنشی به شما نشان داده خواهد شد:

شما را وادار خواهند کرد که با مادران از در صلح و آشتی درآیید و دوباره با خرده گیری و سلطه جویی و به بازی گرفتن های او کنار بیایید. و اگر بر نارضایتی تان اصرار ورزید، از شما به عنوان فرزندی نمک شناس و طلبکار یاد خواهند کرد، گویی علی رغم همه ی بدرفتاری‌ها و بی توجهی هایش، همیشه به او بدهکارید. اگر از اقوام یا دوستان‌تان در این زمینه راهنمایی و کمک بخواهید، غالبا شما را سرزنش خواهند کرد که: « ای وای! چطور می توانی دربارۀ ی مادرت این طور صحبت کنی؟ » اگر هم آن قدر بدشناس باشید که سروکارتان به یک روان شناس کم سواد و کم تجربه بیفتد، احتمالاً بیشتر به شما نصیحت خواهد کرد که « ببخش و فراموش کن » ، و از شما خواهد خواست با وجود همه آسیب هایی که از مادران می خورید، با او از در صلح و صفا درآیید. اگر حتی سراغ کشیش، فردی معنوی یا به قولی یک ریش سفید بروید و با او مشورت کنید، شما را ترغیب خواهد کرد که: « قدر مادرت را بدان. » ، « تا زمانی که مادرت را نبخشی نمی توانی به آرامش برسی. » ، « خانواده همه چیز آدم است.» اگر با همسران در این زمینه ی صحبت کنید، خواهید شنید: « اشکالی ندارد. مادرت این جور است دیگر.

باید همین طوری قبولش کنی و اجازه ندهی که این موضوع اذیتت کند. » و پس از همه ی این تلاش ها، سر خانۀ ی اولتان بازمی گردید، یعنی سردرگمی و تشویش و تنهایی و حتی احساس شرمندگی از اینکه چرا حتی تلاش کرده اید مادران را زیرسوال ببرید. و شاید در این نقطه به این فکر بیفتید که اصلاً آیا شما حق دارید درمورد مادران این گونه ببینید؟ و آیا واقعا باید از رفتارها و عملکرد او ناراحت باشید؟ دیگران آنچه را شما می بینید، نمی بینند پیامدهای ناشی از همزیستی با مادری بی مهر و بدخو می تواند احساس تنهایی و انزوای شدیدی در شما ایجاد کند.

اشتراک گذاشته است. این نویسنده و درمانگر با بررسی الگوهای رفتاری مختلف و تأثیر آن‌ها بر آسیب‌های روحی، راهکارهایی را معرفی کرده است که با کمک آن‌ها هر فردی می‌تواند در باورها و رفتارهایش تغییرات اساسی ایجاد کند.

او در این کتاب با بررسی انواع مختلف مادران سمی مثل مادر خودشیفته، مادر رقابت‌پذیر، مادر بیش از حد درگیر، مادر کنترل‌گر، مادرانی که به مادری نیاز دارند و مادرانی که از دختران خود سوءاستفاده می‌کنند، تکنیک‌ها مؤثری برای مقابله با آن‌ها ارائه می‌کند. تمامی کسانی که با این افراد سروکار داشته‌اند جهت درمان خود و بازسازی اعتمادبه‌نفسشان به یادگیری این تکنیک‌ها نیاز دارند.

بخشی از مادران سمی و آسیب‌های وارد به دختران بخش اول: تشخیص زخم های ناشی از بی مهری مادر ۱. تابوی منع زیر سوال بردن عشق مادرانه « چگونه جرئت می کنی دربارۀ ی مادرت بدگویی کنی؟ » احتمالا بسیاری از ما به اشتباه تصور می کنیم در دورۀ ای زندگی می کنیم که به واسطه ی پیشرفت های علم روان شناسی بسیاری از مسائل مربوط به روان و روابط بین فردی کشف و حل شده است، درحالی که ما هنوز حتی نتوانسته ایم خود را از بسیاری از باورهای افسانه ای و اساطیری دربارۀ ی مفاهیمی حقیقی و جدی نظیر مادر و مقدس بودن مادر برهاهیم؛ این باور مادر را موجودی تعریف می کند که صرفا به واسطه ی یادار شدن و فرزندآوری، خودبه خود دارای خصائل و ویژگی های مورد انتظار از هر مادری است، نظیر توانایی عشق ورزیدن، مهربانی، حمایت و ایجاد امنیت. ولی باید بگوییم که این تعریف کلی از مادر می تواند سریوشی غیرعادلانه بر آن دسته از مادران بی مهری بگذارد که از چنین خصائل برخوردار نیستند؛ مادرانی که برای شان اهمیتی ندارد همسر، دیگر اعضای خانواده و جامعه رفتارهای آنها را مورد انتقاد قرار دهد یا آنها را موشکافی کند. در اغلب جوامع طوری مادران را مورد ستایش و پرستش قرار می دهند که گویی تنها به صرف زاییدن و به دنیا آوردن یک نوزاد، تمام خصائل مادرانه در او پدیدار می شود، در صورتی که چنین باوری عینیت ندارد. در اصل هیچ عصای جادویی وجود ندارد که به آنی « غریزه ی مادری » را در فرد به وجود بیاورد و با یک حرکت زنی را، به خصوص زنی مشکل دار را، در حالت عشق عمیق نسبت به فرزندش قرار دهد و او را از نیازهای عاطفی و روانی بچه آگاه کند و آن طور که هر بچه ای از آرزویش را دارد، او را بپروراند. در باور رهروان مکتب فروید، مادر مسئول و مقصر همه ی کم و کاستی ها و ضعف ها و مشکلات فرزند است، اما درعین حال در همین مکتب تمایلی شدید به این باور وجود دارد که نقش مادر خودبه خود معنای همان عشق سالم مادرانه را می دهد. باور گسترده درمورد مقدس بودن مادر به قدری قوی است

که روزانه با آنها مواجه هستید، حضور دارد. به همین منوال آثار این آسیب‌ها در روابط عاطفی یا دوستانه‌تان با دیگران نیز آشکار است و همچنین در مسیر پرورش اعتمادبه‌نفس و احترام به خود، مخل راه شما می‌شود. من درک می‌کنم که شما ممکن است ناامید، دلسرد، مایوس و سردرگم باشید، اما در این کتاب با یکدیگر درمورد مسائلی چون اعتمادبه‌نفس و احساس دوست داشتنی‌بودن از کف رفته‌ی شما کار می‌کنیم تا آنها را بی‌تعارف بررسی و ریشه‌یابی کنیم. این کتاب قدم‌به‌قدم شما را هدایت خواهد کرد تا واقع‌گرایانه رابطه‌ی خود را با مادران و خودتان بازسازی کنید و بتوانید زخم‌هایی را که این‌همه درد و آسیب برای شما به همراه داشته است، تشخیص دهید و درمان کنید.

در ابتدا باهم نگاهی نزدیک و صادقانه به رفتارهای غلط مادران و تأثیری که در شما داشته است، می‌اندازیم و همچنان که جلو می‌رویم، الگوهای رفتاری او و همین‌طور شما را بررسی می‌کنیم. شما در این کتاب راهکارهای مؤثر را می‌آموزید که موجب تغییر و تحول در آن‌دسته از باورها و رفتارهای شما می‌شود که نقش بازدارنده را در زندگی‌تان دارد.

دختران معمولا از مادرشان شکایت نمی کنند تا مبادا از جانب دیگران مورد قضاوت، شماتت یا نصیحت قرار گیرند و به قدرشناسی متهم شوند. اما بر خلاف باور رایج، بهشت زیر پای همه ی مادران نیست، صرفا فرزندآوری هیچ زنی را یک شبه به مادری دانا و شایسته تبدیل نمی کند.

مطب روان درمانگران مملو از مراجعانی است که به شدت از جانب مادر خود آسیب روحی یا جسمی دیده اند. سوزان فوروارد در کتاب مادران سمی با ذکر مثال هایی واقعی به تحلیل و شناخت مادرانی می پردازد که به شیوه های مختلف به فرزندشان آسیب می رسانند و راه حل هایی کاربردی و عملی را که در مطب به بیمارانش ارائه می دهد، با خواندگانش در میان می گذارد.

این کتاب به شما کمک خواهد کرد شاید برای اولین بار که درک درستی از عشق پدرومادر یا هر فرد دیگری در زندگی‌تان به‌دست آورید و این ملال و محکی قدرتمند و قابل اعتماد در دستان شما برای بازسازی زندگی و تصمیم‌گیری‌های شما خواهد شد.

همچنین مشکلات و اختلالات فراوانی همچون عدم اعتمادبه‌نفس در بسیاری از افراد، نتیجه داشتن رابطه نادرست با مادرشان است. دکتر سوزان فوروارد از طریق انجام تحقیقات زیادی سعی در ریشه‌یابی این مسائل داشت و در نهایت به نتایج قابل‌توجهی دست‌یافت.

این نویسنده نتایج مطالعات و پژوهش‌های خود را در کتاب مادران سمی و آسیب‌های وارد به دختران (Mothers Who Can't Love) با مخاطبان خود به

سوزان فوروارد، روان‌درمانگر و نویسنده پرفروش

نیویورکتایمز، در کتاب مادران سمی و آسیب‌های

وارد به دختران با ارائه راهکارهایی به شما کمک

می‌کند تا رابطه از دست رفته خود با مادران

را بازسازی کنید و زخم‌های ناشی از آن را تشخیص

دهید و درمان کنید.



شاید بسیاری از شما توسط مادری بی‌مهر، سخت‌گیر و دارای مشکلات روانی متعدد تربیت شده باشید. اگر این موضوع درمورد شما صدق می‌کند، باید بدانید تأثیرات رفتاری که او با شما داشته، بر ناخودآگاهتان به‌قدری زیاد است که ممکن است شما نیز به همان صورت با فرزندتان رفتار کنید. همچنین بسیاری از آسیب‌های روحی و روانی، ناشی از ارتباط سمی افراد با مادرشان است. در برخی از مواقع این آسیب‌ها به‌قدری شدید هستند که می‌توانند در روابط عاطفی یا حتی در محل کار نیز تأثیر مستقیم بگذارند.

اگر شما در کنار مادری بی‌مهر، سختگیر، نادان و دارای مشکلات شخصیتی پرورش یافته باشید، میراث روانی و رفتاری به‌جا مانده از او، همواره چون سایه‌ای در مشکلاتی

قله ۸۱۶۷ متری مقصد بعدی بانوی پزشک ایرانی

بانوی پزشک ایرانی درمسیر صعود به یک قله ۸ هزارمتری دیگر قرار گرفته است،بانوی پزشک و کوهنورد کشورمان افسانه حسامی فرد به دنبال صعود به قله ۸۱۶۷ متری داولاگیری در کشور نیال است.حسامی فرد که در ۴۹ سالگی قرار دارد، تاکنون ۱۱ قله بالای ۸ هزار متری را صعود کرده و داولاگیری دوازدهمین مورد خواهد بود. داولاگیری به معنی «کوهستان سفید» بخشی از رشته کوه‌های هیمالیا است که در شمال غربی پُخارا در ناحیهٔ شمال نیال مرکزی

زندگی مینیمال یعنی



شاید بارها واژه «مینیمالیسم» یا «زندگی مینیمال» به گوشتان خورده باشد. این سبک زندگی در دنیایی که هر روز در آن با تبلیغات، خریدهای بی‌پایان، شبکه‌های اجتماعی و دغدغه‌های متنوع بمباران می‌شویم، بیشتر از هر زمان دیگری محبوب شده است.

زندگی مینیمال دقیقاً به چه معناست؟ آیا به معنای خالی کردن خانه از وسایل یا پوشیدن لباس‌های ساده است؟ یا فراتر از این‌هاست؟ در این مطلب از همشهری آنلاین قرار است با رویکردی کاربردی و قابل اجرا، مفهوم زندگی مینیمال را بررسی کرده و به شما کمک کنیم بفهمید آیا این سبک زندگی مناسب شماست یا خیر.

زندگی مینیمال چیست؟ تعریف و فلسفه

مینیمالیسم تنها یک سبک چیدمان منزل یا لباس پوشیدن نیست؛ بلکه یک نگرش کلی به زندگی است. زندگی مینیمال یعنی حذف هرآنچه غیرضروری است تا بتوانید بر چیزهایی تمرکز کنید که واقعاً اهمیت دارند. این سبک زندگی از فلسفه‌ای ریشه می‌گیرد که باور دارد سادگی می‌تواند راهی به سوی رضایت درونی، آرامش ذهنی و شفافیت فکری باشد.

در زندگی مینیمال، شما با آگاهانه‌تر مصرف کردن، ساده‌تر تصمیم گرفتن و تمرکز بر کیفیت به‌جای کمیت، راهی تازه برای تجربه زندگی در پیش می‌گیرید. هدف اصلی این سبک، رسیدن به آزادی بیشتر است؛ آزادی از چیزهایی که فقط زمان، پول و انرژی شما را می‌گیرند؛ اما به زندگی‌تان ارزشی اضافه نمی‌کنند.

بیشتر بخوانید: ۸ مزیت فوق‌العاده زندگی مینیمالیستی؛ مد جدید و متفاوت

ویژگی‌های اصلی زندگی مینیمال سبک زندگی مینیمال بر چند اصل کلیدی استوار است که افراد مینیمالیست در زندگی خود آن‌ها را به کار می‌برند. اگر می‌خواهید بدانید آیا این سبک زندگی مناسب شماست، با این ویژگی‌ها بیشتر آشنا شوید:

کاهش مصرف‌گرایی

افراد مینیمالیست قبل از خرید، از خود می‌پرسند: «آیا واقعاً به این نیاز دارم؟» آن‌ها به‌جای انبار کردن وسایل غیرضروری، ترجیح می‌دهند فقط وسایلی را داشته باشند که برایشان کاربرایی، کیفیت یا معنا دارد.

سادگی در تصمیم‌گیری

داشتن گزینه‌های کمتر، منجر به انتخاب‌های بهتر می‌شود. از لباس گرفته تا برنامه روزانه، زندگی مینیمال یعنی کاستن از شلوغی‌ها تا تمرکز روی کارهای مهم‌تر ممکن شود.

تمرکز بر کیفیت به‌جای کمیت

به‌جای داشتن ده جفت کفش ارزان‌قیمت، یک جفت کفش باکیفیت و کاربردی کافی است. مینیمالیسم به ما می‌آموزد که هزینه کردن آگاهانه، منجر به رضایت بیشتر و اتلاف کمتر می‌شود.

مدیریت آگاهانه زمان و توجه

در زندگی مینیمال، زمان به‌عنوان یک منبع ارزشمند تلقی می‌شود. افراد مینیمالیست با دوری از شلوغی‌های دیجیتال و قرارهای بی‌هدف، توجه خود را به آنچه واقعاً مهم است معطوف می‌کنند.

سادگی در طراحی فضای زندگی خانه‌های مینیمالیست معمولاً خلوت، منظم و نورگیر هستند.

این سادگی باعث کاهش استرس و افزایش بهره‌وری در محیط زندگی می‌شود.

مزایای زندگی مینیمال در دنیای مدرن

با وجود پیچیدگی‌های دنیای امروز، مینیمالیسم به‌عنوان یک راه‌حل برای کاهش فشار روانی و افزایش کیفیت زندگی شناخته می‌شود. در ادامه با برخی از مزایای اصلی این سبک زندگی آشنا می‌شوید:

- کاهش استرس و اضطراب؛

محیط‌های شلوغ و پر از وسایل، ناخودآگاه مغز را درگیر می‌کنند، خلوت بودن خانه و نظم بیشتر، منجر به آرامش ذهنی می‌شود.

- افزایش تمرکز و بهره‌وری؛ وقتی تصمیمات کمتری برای مسائل غیر ضروری دارید، انرژی بیشتری برای کارهای مهم‌تر باقی می‌ماند.

- پس‌انداز بیشتر؛ کاهش خریدهای بی‌مورد و مصرف‌گرایی،

قرار گرفته است. ارتفاع آن به ۸۱۶۷ متر می‌رسد و هفتمین قله بلند دنیا محسوب می‌شود.۱۴ قله بالای ۸ هزار متر در دنیا وجود دارد و بانوی توانمند کشورمان با صعود به ۳ قله دیگر۸ هزار متری نام خود را در بلشگاه ۸ هزار متری‌ها جلوانه خواهد کرد.خانم حسامی فرد یک بار در پاییز۱۴۰۱ شانس خود را برای صعود به داولاگیری امتحان کرد و به کمک۳ این قله هم رسید، اما به دلیل شرایط آب و هوایی موفق به صعود نشد و امیدوار است امسال این اتفاق

به مرور موجب افزایش منابع مالی شما خواهد شد.

- رشد شخصی و درونی؛ با حذف عوامل حواس‌پرتی، فرصت بیشتری برای مطالعه، ورزش، یادگیری و ارتباط عمیق‌تر با دیگران به دست می‌آید.

چگونه زندگی مینیمال را شروع کنیم؟

مینیمالیسم یک سبک زندگی تدریجی است، نه تغییری یک‌شبه. شروع این مسیر نیازمند آگاهی، صبر و انتخاب‌های کوچک اما هدفمند است. در ادامه چند گام ساده و عملی برای ورود به دنیای مینیمالیسم آورده شده است:

۱. بازبینی وسایل خانه

از یک اتاق شروع کنید و وسایلی را که ماه‌هاست استفاده نکرده‌اید، شناسایی و کنار بگذارید. بسیاری از این اقلام را می‌توان اهدا یا بازیافت کرد. تمرکز روی نگه‌داشتن وسایل کاربردی و معنادار، اولین قدم به‌سوی سادگی در محیط زندگی است.

۲. ساده‌سازی کمد لباس

با ایجاد یک «کمد کپسولی» شامل لباس‌هایی ساده، هماهنگ و پرکاربرد، از آشفتگی کمد رها شوید. لباس‌هایی که مدت‌هاست نپوشیده‌اید یا دوستشان ندارید را حذف کنید. این کار هم تصمیم‌گیری روزانه را آسان‌تر می‌کند و هم از خریدهای بی‌مورد جلوگیری خواهد کرد.

۳. مدیریت زمان دیجیتال

با محدود کردن اپلیکیشن‌های وقت‌گیر و قطع اعلان‌های غیرضروری، زمان و تمرکز خود را پس بگیرید. حتی یک روز در هفته بدون موبایل یا شبکه‌های اجتماعی، می‌تواند ذهن را شفاف‌تر کند و شما را به لحظه حال نزدیک‌تر سازد.

۴. کنترل مالی آگاهانه

خرید ناآگاهانه یکی از موانع اصلی مینیمالیسم است. با بررسی مخارج ماهانه و اولویت‌بندی خریدهای ضروری، می‌توانید منابع مالی خود را صرف چیزهایی کنید که واقعاً به زندگی‌تان ارزش اضافه می‌کنند.

۵. یاد گرفتن «نه» گفتن

مینیمالیسم فقط درباره اشیا نیست؛ بلکه مدیریت روابط، زمان و انرژی را هم شامل می‌شود. نه

مهم را رقم بزند.اورست، لوتسه، کی ۲، برودبیک، آتاپورنا، نانگاپاربات، گلشرپوم ۱، گلشرپوم ۲، ماکالو، ماناسلو و شیشاپانگما قله های ۸ هزار متری هستند که این بانوی کوهنورد تاکنون صعود کرده است.در میان کوهنوردان ایرانی تنها عظیم قیچی ساز موفق به صعود به هر۱۴ قله ۸ هزار متری شده است. دکتر حمید مساعدیان، رئیس کمیته جستجو و امداد فدراسیون کوهنوردی می‌گوید: خانم حسامی فرد کوهنورد توانمندی است و بارها این را در صعود به ۱۱ قله ۸ هزار متری ثابت کرده است.

۵

پیام آذربایجان

دوشنبه ۱ اردیبهشت ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۵۴

زندگی

مهریه زیر تیغ مجلس

از «مهرالسنه» تا سکه‌های زندان‌زا



وقتی دولت و مجلس از مهار تورم عاجز می‌مانند، سراغ مهریه زنان می‌روند. این گزارش نگاهی دارد به فراز و فرود مهریه در ایران؛ از سنت پیامبر تا پدیده‌های عجیب و تصمیمات سیاست‌زده.

مهریه، روزگاری نشانه احترام بود، حالا با طنز است یا تهدید. از «بال مگس» و «یک جفت قو» گرفته تا سکه‌هایی که مردان را راهی زندان می‌کند، روایت مهریه در ایران چیزی فراتر از یک توافق ساده در آغاز زندگی مشترک است. در حالی که قیمت طلا هر روز رکورد تازه‌ای می‌زند، مجلس در اقدامی بحث‌برانگیز تصمیم دارد سقف مهریه را به ۱۴ سکه کاهش دهد؛ شاید چون آسان‌ترین کار است، وقتی هیچ کدام از مشکلات اصلی را نمی‌توان حل کرد. امیر رهبر، فعال رسانه‌ای، می‌گوید: «مهریه، مالی است که باید قابلیت تملک داشته باشد و مرد در عقد نکاح متعهد به پرداخت آن به زوجه می‌شود.» این تعریف ساده اما بحث‌برانگیز، حالا بار دیگر به میدان سیاست و رسانه بازگشته؛ این بار با طرح تازه‌ای در مجلس برای کاهش سقف مهریه به ۱۴ سکه! اما پیش از آن‌که به تصمیمات تازه قانون‌گذاران بپردازیم، نگاهی بیندازیم به آنچه مهریه در طول زمان بر سرش آمده است.

از سنت پیامبر تا قیمت روز سکه

در متون اهل سنت و شیعه، مهریه پیامبر اسلام به‌عنوان سنتی دینی ذکر شده و در منابع اسلامی رقمی نزدیک به ۱۵۰۰ گرم نقره خالص را به‌عنوان مهرالسنه یادآور می‌شوند. رقمی که اگرچه در مذاهب اسلامی به‌نوعی پایه تاریخی دارد، اما حالا در دنیای امروز، از بال مگس تا ۵ هزار مرجان دریایی را هم در لیست مهریه‌های عجیب و غریب می‌بینیم!

بله، مهریه هم مثل خیلی چیزهای دیگر در این سرزمین، قربانی خلایقیت‌های عجیب شده است: از پوست پیاز و قلب مرد گرفته تا خرید ۵۰۰ هزار شاخه گل ارکیده یا حتی ۲۴ ساعت استفاده انحصاری از آب قنات یک روستا!

پشت‌پرده این مهریه‌های عجیب چیست؟

مرور پرونده‌های دادگاه خانواده نشان می‌دهد که نبود نظارت مؤثر و خلأهای قانونی، زمینه‌ساز این بی‌قاعدگی‌ها شده است. قوانینی که نه تنها مهریه را به ابزاری برای تهدید یا معامله بدل کرده‌اند، بلکه ناتوان از مهار آسیب‌های اجتماعی ناشی از آن نیز بوده‌اند.

و در این میانه، مجلس که سال‌ها از تصویب قوانین حمایتی برای زنان امتناع کرده، حالا در تعطیلات نوروزی، ناگهان تصمیم گرفته سقف مهریه را به ۱۴ سکه کاهش دهد. اقدامی که بیشتر از آن‌که از سر دلسوزی برای جوانان باشد، شبیه به فرار از حل مسأله تورم و افزایش قیمت سکه است.

مهریه؛ پشتوانه یا ابزار چانه‌زنی؟

مهریه سال‌ها به‌عنوان یک تضمین مالی برای زنان در ازدواج تعریف می‌شد؛ به‌خصوص در شرایطی که زنان امکان فعالیت اقتصادی یا استقلال مالی نداشتند. در ایران پس از انقلاب، تعیین سکه به‌عنوان مهریه مرسوم شد تا ارزش آن متناسب با تورم حفظ شود. اما با افزایش قیمت طلا، حالا دیگر مهریه نه‌تنها پشتوانه نیست، بلکه به بلایی برای مردان و تهدیدی برای روابط زوجین بدل شده است.

امیر رهبر در این‌باره می‌گوید: «در سال‌های اخیر فعالان مدنی تلاش کردند تا حقوق ضمن عقد برای زنان را گسترش دهند. حقوقی مثل حق طلاق، تحصیل، حضانت یا اشتغال. اما بیشتر مردان هنوز حاضر به واگذاری این حقوق نیستند.»

چرا مهریه‌های سنگین تعیین می‌شود؟

پاسخ ساده است: برای تأمین یک آینده مستقل در صورت طلاق. اما مشکل اینجاست که بیشتر زنان هرگز موفق به دریافت کامل مهریه خود نمی‌شوند. دادگاه‌ها عموماً احکام تقسیتی صادر می‌کنند؛ از پرداخت ماهانه یک سکه گرفته تا نهایتاً پنج سکه. تاره اگر مرد درآمد ثابتی داشته باشد!

در موارد شدید، حتی مهریه‌های چند هزار سکه‌ای هم تعیین شده‌اند، رقم‌هایی که بیشتر از سال تولد، به نوعی قدرت‌نمایی در فاز عقد شباهت دارند و نه عقلانیتی حقوقی.

تجربه کشورهای دیگر چه می‌گوید؟

در افغانستان، مبلغی با عنوان «شیرین‌ها» میان دو خانواده رد و بدل می‌شود که زن سهمی از آن ندارد. در عربستان و امارات، مهریه نقدی پرداخت می‌شود و سقف مشخصی ندارد. در مصر، مهریه دو بخش دارد: بخشی هنگام عقد و بخش دیگر در آینده. اما در ایران، همچنان تکیه‌گاه مهریه، سکه‌ای است که حالا دولت حتی از تعیین قیمت آن هم عاجز مانده، چه برسد به سامان دادن تبعاتش. در کشورهای غیرمسلمان هم اگرچه مهریه وجود ندارد، اما قوانین تقسیم اموال در صورت طلاق به نفع زنان عمل می‌کند؛ قوانینی که در ایران تنها در صورت رضایت مرد اجرایی می‌شود!

آیا مجلس واقعاً دغدغه زنان دارد؟

سؤال مهم اینجاست: آیا نمایندگان مجلس همه راه‌های حمایت از زنان را رفته‌اند که حالا نوبت به حذف مهریه رسیده؟! لایحه حمایت از حقوق زنان بیش از یک دهه است که خاک می‌خورد، اما مجلس هنوز درگیر بحث درباره چند سکه بالا یا پایین مانده.

امیر رهبر با انتقاد از این وضعیت می‌گوید: «وقتی مردان مهریه را پرداخت نمی‌کنند و زنان هم دسترسی به سایر حقوق خود ندارند، دیگر نمی‌توان گفت مهریه ابزاری نمادین است. تکرار جمله «کی داده، کی گرفته»؟ بیشتر شبیه فرار از واقعیت است.»

و در پایان، یک توصیه ساده از زبان مردم: «به خدا جوانی برنمی‌گردد. برای فرزندان‌مان عاقلانه‌تر تصمیم بگیریم!»



پیام آذربایجان

دوشنبه ۱ اردیبهشت ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۵۴

تندرستی و تحرک

ایستگاه ورزش

تمرینات ورزشی آخر شب موجب بد خوابی می شود



طبق یک مطالعه جدید که توسط دانشگاه موناش استرالیا انجام شد، ورزش کردن نزدیک به زمان خواب ممکن است کیفیت خواب و سلامت قلب را مختل کند. به گزارش رویترز، محققان دریافتند که تمرین‌های با شدت بالا در طی چهار ساعت قبل از خواب با دیرتر به خواب رفتن، خواب کمتر و بی کیفیت‌تر، افزایش ضربان قلب در شب و کاهش تغییرات ضربان قلب مرتبط است. این مطالعه، ۱۴۶۸۹ نفر را در سراسر جهان طی یک سال با استفاده از دستگاه‌های بیومتریک WHOOP Strap ردیابی کرد.

«جاش لوتوا»، نویسنده ارشد این مقاله از دانشکده علوم روانشناسی دانشگاه موناش، گفت: «ورزش شدید در عصر می‌تواند بدن را در حالت هوشیاری بالا نگه دارد.» به گفته محققان، فعالیت‌هایی مانند تمرین تناوبی با شدت بالا، فوتبال، یا دویدن طولانی از جمله مختل کننده ترین‌ها بودند و افزودند که این یافته‌ها حتی پس از محاسبه متغیرهایی مانند سن، جنسیت، سطح آمادگی جسمانی و خواب شب قبل هم ثابت ماند.

محققان پیشنهاد می‌کنند تا چهار ساعت قبل از خواب از انجام ورزش‌های سنگین اجتناب کنید و به جای آن فعالیت‌های سبک مانند دویدن آهسته یا شنا را انتخاب کنید تا اختلال خواب را به حداقل برسانید.

از ورزش و تناسب اندام تا مراکز ترک اعتیاد



عجله برای لاغری کار دستش داد؛ اضافه وزنش باعث شد تا مسیرش را درست انتخاب کند، به نزدیک‌ترین باشگاه رفت و ثبت نام کرد. مربی گفت کمی اضافه وزن داری که با ورزش و رژیم غذایی شش ماهه به تناسب اندام می‌رسی. چند روزی نگذشته بود که یکی از اعضای باشگاه قرصی را معرفی و ادعا کرد که گیاهی است و طی سه ماه او را به هدفش می‌رساند؛ بدون هیچ عوارضی!

مصرف دارو شروع شد؛ دو هفته اول همه چیز خوب بود اما کم کم ورق برگشت؛ بابک آرام تبدیل به یک فرد پرخاشگر شده بود که خیلی زود عصبی می‌شد، شب‌ها درست نمی‌توانست بخوابد و موقع خواب و هنگام تمرین به شدت تپش قلب می‌گرفت و اوایل تمرین‌ها قفسه سینه‌اش تیر می‌کشید، موهایش شروع به ریزش کرده بود، احساس افسردگی داشت و هر چه جلوتر می‌رفت نتیجه‌ای نمی‌گرفت و فقط داشت لاغرتر از دیروز می‌شد؛ به همین دلایل خودش را باخته بود.

با اینکه مصرف قرص را قطع کرده بود اما تمام بدنش شروع به لرزش کرد! کار به پزشک رسید و نتیجه آزمایش شوکه کننده بود. بابک در مسیر اعتیاد ناخواسته قرار گرفته بود و حالا باید برای درمان راهی کلینیک ترک اعتیاد می‌شد.

ورزش کاردیو؛

کلید سلامت قلب و تناسب اندام

ورزش‌های کاردیو یا هوازی، به فعالیت‌هایی گفته می‌شود که ضربان قلب را بالا می‌برند و تنفس را تندتر می‌کنند. از جمله معروف‌ترین ورزش‌های کاردیو می‌توان به پیاده‌روی سریع، دویدن، دوچرخه‌سواری، طناب‌زدن و شنا اشاره کرد. این نوع ورزش‌ها نقش مهمی در تقویت عملکرد قلب، بهبود جریان خون، چربی‌سوزی و افزایش ظرفیت ریه‌ها دارند. همچنین ورزش کاردیو باعث ترشح هورمون‌هایی مثل اندورفین می‌شود که به کاهش استرس و بهبود خلق‌وخو کمک می‌کنند.

انجام منظم کاردیو، به‌ویژه حداقل ۳۰ دقیقه در روز و چند روز در هفته، به کاهش وزن، کنترل قند خون و کاهش خطر بیماری‌های قلبی کمک می‌کند. ورزش کاردیو برای همه‌ی سنین مفید است و می‌تواند با شدت‌های مختلف، بسته به توان جسمی افراد، تنظیم شود.

۶

آرژانس جهانی مدیریت اقتصاد درمان سازمان نظام پزشکی با اشاره به برخی داروهای لاغری که عامل افزایش وزن را در بدن رفع می‌کند، می‌گوید برخی داروها نیز عارضه جانبی در پی داشته که کاهش وزن یکی از این عوارض است. این داروها شامل موارد غیرمجاز و روان گردان هستند که متابولیسم و سوخت و ساز بدن را

داروهای لاغری گاهی عامل افزایش وزن هستند

فروش آنلاین هم از این دسته‌اند که نظارت جدی بر آنها صورت نمی‌گیرد. وی درباره محتوای این دارو و قرص‌ها توضیح می‌دهد: مهم‌ترین ماده آمفتامین و روان گردان‌ها هستند که باعث افزایش سوخت و ساز بدن می‌شوند و وابستگی به بار می‌آورد که چالش‌های جدی در پی دارد ولی اثرات این داروها موقتی است.

افزایش داده و منجر به کاهش وزن می‌شوند. وی از عوارض جانبی بسیار این داروها سخن گفت که در بلند مدت آسیب‌های جبران ناپذیری در پی خواهد داشت. بازار عرضه و تقاضا تعیین کننده است و متأسفانه نقش اقربان غیر رسمی هم در کشور بسیارند؛ همچنین برخی فروشندگان داروهای گیاهی، کاردان‌ها و صاحبان داروخانه‌ها از جمله توزیع کنندگان غیر مجاز هستند و سایت‌های

نمک‌های ممنوعه!

وی افزود: رنگی شدن نمک، در بسیاری موارد ناشی از افزودن ترکیبات شیمیایی یا رنگ‌های مصنوعی است؛ موادی که اغلب برای مصارف خوراکی تولید نشده‌اند و ممکن است حاوی عناصر مضر و سمی باشند. نبود نظارت دقیق بهداشتی بر فرآیند تولید این نمک‌ها، احتمال وجود ناخالصی‌های خطرناک از جمله فلزات سنگین را افزایش می‌دهد. دکترای علوم تغذیه در این باره گفت: نمک‌های رنگی معمولاً ترکیبات طبیعی ندارند و رنگ‌آمیزی آن‌ها با مواد شیمیایی می‌تواند برای بدن مضر باشد. ترکیبات ناشناخته موجود در این نوع نمک‌ها ممکن است باعث آسیب به کبد، کلیه‌ها و سیستم گوارش شوند.

وی افزود: با وجود اینکه برخی انواع سنگ نمک طبیعی دارای رنگ صورتی هستند و استفاده محدود و کنترل‌شده از آن‌ها در بعضی رژیم‌های غذایی توصیه شده، اما همچنان بحث‌هایی درباره میزان خلوص، ملی باشند. مصرف نمک‌های رنگی بدون شناسنامه مشخص، می‌تواند ریسک بالایی برای سلامت مصرف‌کنندگان ایجاد کند.

بلکه می‌تواند خطرناک نیز باشد. در همین راستا با یکی از متخصصان تغذیه به گفتگو پرداختیم تا ابعاد دیگر استفاده از نمک رنگی را تشریح کند. سیدعلی کشاورز متخصص تغذیه در گفتگو با خبرنگار خبرگزاری مهر گفت: نمک به‌طور طبیعی به رنگ سفید یا در برخی موارد صورتی دیده می‌شود؛ مانند سنگ نمک صورتی که منشأ معدنی دارد. اما استفاده از نمک‌هایی با رنگ‌های غیرطبیعی مانند آبی، سبز یا بنفش، زنگ نمک‌های رنگی فاقد هرگونه ارزش غذایی بوده و مصرف آن‌ها نه‌تنها مفید نیست،

کند و باعث آسیب جدی به عملکرد آن‌ها شود. تفاوت نمک‌های معدنی طبیعی با نمک‌های رنگی از سوی دیگر، ظاهر زیبا و فریبنده نمک‌های رنگی ممکن است مصرف‌کننده را به اشتباه بیندازد و او را به جایگزینی این نوع نمک‌ها با نمک‌های طبیعی و معدنی مانند نمک صورتی هیمالیا یا نمک دریایی تشویق کند؛ در حالی‌که محتوای آن‌ها کاملاً متفاوت است. بسیاری از این نمک‌های رنگی فاقد هرگونه ارزش غذایی بوده و مصرف آن‌ها نه‌تنها مفید نیست،



با این غذاها کبد چرب را ضربه فنی کن!؛ رژیم غذایی برای کبد چرب

ایجاد و تشدید کبد چرب و تبدیل شدن آن به سیروز و سرطان کبد است.

ورزش‌های پیشنهادی

ورزش هوازی می‌تواند میزان چربی کبد را کاهش دهد. تمرینات مقاومتی و قدرتی مانند وزنه برداری نیز می‌تواند بیماری کبدچرب را بهبود بخشد. حداقل ۵ روز در هفته، هر بار ۳۰ تا ۶۰ دقیقه یا بیشتر تمرینات هوازی انجام دهید و یا ۳ روز در هفته تمرینات قدرتی متوسط را هدف قرار دهید.

مطالعات نشان داده‌اند، حتی اگر روزی نیم‌ساعت پیاده‌روی کنید، بهتر از آن است که هیچ فعالیتی نداشته باشید.

سطوح پایین ویتامین دی می‌تواند در انواع شدید کبدچرب نقش داشته باشد. این ویتامین را از طریق نور خورشید و لبنیات کم چرب تأمین کنید. سطوح پایین پتاسیم نیز ممکن است با بیماری کبدچرب غیرالکلی مرتبط باشد.

ماهی‌هایی مانند سالمون منبع خوبی برای پتاسیم هستند. همچنین پتاسیم در سبزیجات از جمله کلم بروکلی، گوجه فرنگی، نخود فرنگی، سیب زمینی شیرین و میوه‌هایی مانند موز، کیوی و زردآلو به میزان زیاد وجود دارد. تحقیقات اخیر نشان داده‌اند در فردی که کبدچرب دارد، حتی مقادیر اندکی الکل هم خطرناک است و عامل بسیار مهمی در

بازگشت سلامت کامل به کبد شود. نکته مورد توجه اینکه در کاهش وزن عجله نکنید. نیم تا یک کیلو کاهش وزن در هفته کافی است. کاهش وزن سریع ممکن است اوضاع را بدتر کند.

رژیم غذایی و چربی‌های مناسب مبتلایان به کبد چرب

رژیم غذایی مدیترانه‌ای که شامل چربی‌های سالم، آنتی اکسیدان‌ها و کربوهیدرات‌های پیچیده است می‌تواند به کاهش چربی در کبد کمک کند. واقعیت این است که اغلب مبتلایان به بیماری کبد چرب دارای وضعیتی به نام «مقاومت به انسولین» هستند. یعنی بدن آنها انسولین می‌سازد اما نمی‌تواند به خوبی از آن استفاده کند، در نتیجه گلوکز در خون آنها تجمع می‌یابد و کبد آن را به چربی تبدیل کرده و در خود ذخیره می‌کند. برخی چربی‌ها در رژیم غذایی می‌توانند به بدن کمک کنند تا از انسولین بهتر استفاده کند، طوری که سلول‌های بدن بتوانند گلوکز را جذب کنند و دیگر کبد نیازی به ساخت و ذخیره چربی نداشته باشد. اسیدهای چرب امگا-۳ موجود در ماهی، روغن ماهی، روغن‌های گیاهی، آجیل به ویژه گردو، دانه کتان، روغن بذر کتان، سبزیجات برگ‌دار و زیتون از جمله چربی‌های مفید برای افراد مبتلا به کبد چرب هستند.

ویتامین دی و پتاسیم را دریابید



لاغری شیشه‌ای! پشت پرده مصرف یک قرص پرترفدار

سلامت جسم و روان افراد تأثیر گذاشته و وابستگی شدید ایجاد کند؛ این ماده مخدر به طرق مختلف و غیرقانونی با قیمتی ارزان و به آسانی در دسترس بوده و حالا سر از قرص‌های لاغری در آورده است. در ادامه روایت کسانی که قربانی وسوسه لاغری فوری شدند را می‌خوانید؛ قرصی که در بین ظاهر ساده‌اش، آمفتامین نهفته است، ماده‌ای محرک و وابسته‌ساز که راه را به سمت تاریکی باز می‌کند... این روزها اغلب قرص‌های لاغری و چربی‌سوزی که در عطاری‌ها دست به دست می‌شوند، مجوزی از وزارت بهداشت و سازمان غذا و دارو ندارند و در ترکیبات بسیاری از آن‌ها مثل آمفتامین یا همان شیشه که به شدت اعتیاد زا است یافت می‌شود.

بود چند کیلو اضافه وزن را آب کند. فقط یک بسته کوچک با برچسب‌های رنگارنگ اما با وعده‌های بزرگ: «لاغری تضمینی، بدون بازگشت». اما برای خیلی‌ها، این «فقط یک قرص»، تبدیل شد به کابوس شبانه، بستری در بیمارستان، اضطراب‌های بی‌پایان، و حتی مرز جنون. مسئله آتجا خطرناک شد که پشت پرده این قرص‌ها گره خورده بود به مواد مخدر! ماده‌ای به نام «آمفتامین». شاید حالا که نامش را شنیدند باورش برایشان سخت باشد که بدانند آمفتامین بعد از حشیش و شیشه، پرمصرف‌ترین مخدر محرک به‌خصوص در میان جوانان است که می‌تواند به شدت روی

این روزها اغلب قرص‌های لاغری و چربی‌سوزی که در عطاری‌ها دست به دست می‌شوند مجوزی از وزارت بهداشت و سازمان غذا و دارو ندارند و عوارض جبران ناپذیری به جا می‌گذارند. فقط یک قرص بود که قرار



دشت لاله های واژگون کوهرنگ کجاست ؟

دشت کوهرنگ طی چند سال اخیر تحت قرق قرار گرفته و حالا، نتیجه این مراقبت را می‌توان در گستره‌ی سرخ رنگ گل‌ها به تماشا نشست.با آغاز فصل بهار، دشت‌های کوهرنگ در استان چهارمحال‌وبختیاری، بار دیگر میزبان لاله‌های واژگون شده‌اند؛ گونه‌ای نادر و ارزشمند که این منطقه را به یکی از زیباترین جلوه‌های طبیعی ایران در اردیبهشت‌ماه تبدیل کرده است. به‌منظور حفاظت از این پوشش گیاهی، دشت کوهرنگ

طی چند سال اخیر تحت قرق قرار گرفته و حالا، نتیجه این مراقبت را می‌توان در گستره‌ی سرخ رنگ گل‌ها به تماشا نشست.

دشت لاله‌های واژگون کوهرنگ در استان چهارمحال و بختیاری قرار دارد و یکی از جاهای دیدنی کوهرنگ به شمار می‌رود. این دشت سرسبز در ۲۰ کیلومتری شهر چلگرد و در نزدیکی روستای بنواس‌تکی از توابع شهرستان کوهرنگ جای

گرفته است.مسیر رسیدن به دشت لاله‌های واژگون کوهرنگ بسیار دیدنی و تماشایی است و در طول این مسیر تپه‌های سرسبز و کوه‌های پوشیده از برف و چشمه‌های جاری جلوه‌گری می‌کنند. فاصله شهرکرد تا دشت لاله‌های واژگون کوهرنگ: حدود ۹۰ کیلومتر
آدرس: استان چهارمحال و بختیاری، شهرستان کوهرنگ، شهر چلگرد، جاده چلگرد به دیمه، ۲۰ کیلومتری چلگرد، روستای بنواس‌تکی

۷

پیام‌آذربایجان

دوشنبه ۱ اردیبهشت ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره۲۵۵۴



گروه‌نگاری

دره «تویرون» دزفول؛ اعجازی خارق‌العاده در دل طبیعت

خیره‌کننده نیز چشم‌انداز بی‌ظنیر و وصف ناشدنی را به تویرون بخشیده‌اند.

هزاران سال طول کشیده است تا در طبیعت، مه و خورشید و فلک دست به دست هم دهند تا چنین مکانی افسانه‌ای را ایجاد کنند. این دره متشکل از سنگ‌های رسوبی و کنگلومرا است که در طی فرسایش آبی در پی بارندگی‌های متمادی و جریان آب از حوزه‌های بالادست در کوه، شکل گرفته است. در فصل‌های خشک سال عمق دره تویرون مانند یک زهکش عمل می‌کند و آب سفره‌های زیرزمینی در آن جمع و جاری می‌شود؛ به‌طوری‌که در این دره در دیواره‌ها و کف دره آب بسیار زلال و خنکی را خواهید دید که در آن ماهی‌های ریز و درشت و انواع مارها و مارمولک زندگی می‌کنند.

تفریح در دره تویرون

جیب و آفرود سواری؛ دره تویرون یکی از مکان‌های مناسب برای تفریح مهیج و هیجان‌انگیز جیب‌سواری است؛ اما توجه کنید برای تجربه این تفریح به طبیعت زیبای این دره آسیب وارد نکنید.

پیاده‌روی؛ راه رفتن و قدم زدن روی شن‌های خنک و آب زلال کف دره در سایه صخره‌های بلند حس فوق‌العاده‌ای است که شاید در جای دیگر نتوانید به دست آورید. پس حتماً ساعتی را به این کار اختصاص دهید.

عکاسی و تماشای مناظر؛ با دیدن چشم‌انداز زیبا و رویایی طبیعت، آرامش خاصی به آدمی دست می‌دهد و ثبت مناظر بی‌بدیل نیز لذتی که را می‌برید برای همیشه ماندگار می‌کند. در سفر به تویرون، دوربین عکاسی و عکاسی کردن را فراموش نکنید.

کمپینگ؛ دره تویرون مکانی مناسب برای برگزاری تورهای طبیعت‌گردی است و شب ماندن است. اگر اهل چادر زدن و سفرهای دست جمعی هستید، این دره می‌تواند انتخاب شما باشد تا شبی استثنایی را در سکوت شبانه آن تجربه کنید.

چه زمانی به دره تویرون برویم؟

هر چند دزفول هوایی گرم دارد اما برای سفر به این شهر و دیدن تویرون نگران هوا نباشید؛ چراکه این دره یکی از بهترین مکان‌ها برای زدن به دل طبیعت حتی در فصل گرما است. بهترین زمان برای بازدید از این دره از اردیبهشت‌ماه تا اواخر تابستان است، بهتر است بدانید که با وجود گرمای بالای ۴۰ درجه دزفول، در این دره باد خنک می‌وزد و دمای آن تا ۲۵ درجه و کمتر نیز می‌رسد.

در سفر به دره تویرون شب کجا بمانیم؟

برای کسانی که در سفر شب را به‌صورت کمپینگ سپری می‌کنند، دره تویرون یکی از بهترین مکان‌ها است. با برپایی چادر می‌توانید شبی مهیج و خاطره‌انگیز را در این دره افسانه‌ای تجربه کنید؛ اما نکته‌ای که باید رعایت کنید احترام به طبیعت و رعایت پاکی این مکان است؛ در کنار لذت بردن از تفریح در تویرون مراقب زیبایی‌های آن نیز باشید.

دره تویرون دزفول از جاهای دیدنی دزفول است و در بخش سردشت دزفول و ۲۰ کیلومتری دزفول قرار دارد. در این دره شما می‌توانید معجزه خارق‌العاده طبیعت را مشاهده کنید.

دره تویرون مکانی شگفت‌انگیز و تماشایی در جنوب غرب ایران است که از جاهای دیدنی دزفول به شمار می‌آید و در بخش سردشت دزفول و ۲۰ کیلومتری این شهر جای دارد. اگر جزو آن دسته از افرادی هستید که به طبیعت‌گردی علاقه‌مند و اهل ماجراجویی و رفتن به مکان‌های ناشناخته هستید، در سفر به اعماق تویرون و این دره‌گردی تکرارنشدنی با ما همراه باشید.

دره تویرون کجاست؟

دزفول یکی از شهرهای استان خوزستان به شمار می‌رود که در شمال شرقی آن واقع شده است. فاصله این شهر تا مرکز خوزستان یعنی اهواز، ۱۵۵ کیلومتر است. این شهر دارای دیدنی‌های طبیعی و تاریخی متنوعی است و تعدادی از مهم‌ترین جاهای دیدنی استان خوزستان در آن جای گرفته‌اند. با وجود آن که خوزستان از اواسط بهار تا اواخر مهرماه آب و هوایی گرم دارد، در شهر دزفول می‌توانید جاهایی پیدا کنید که با رفتن با بازدید از آن‌ها گرما را به کلی فراموش کنید. یکی از این مکان‌ها دره تویرون است، دره‌ای حیرت‌انگیز که یکی از جاذبه‌های تماشایی دزفول است و در ۲۰ کیومتری شمال این شهر در بخش سردشت، در نزدیکی منطقه‌ای به نام تنگه سرا قرار دارد.

معنی تویرون چیست؟

معنای دره تویرون را که تو بیرون نیز نوشته می‌شود، باید در گویش زیبای دزفولی جستجو کرد. مردمان این دیار برای تب و گرما واژه «تو» را به کار می‌برند و «بیرون» نیز به معنی بریدن است! پس «تو بیرون» یعنی مکانی که گرما را از تن و جان از بین می‌برد. گفته شده که در گذشته برای کاهش درد و بیماری‌ها به دره تویرون می‌رفتند و آب را مفید می‌دانستند.

دره تویرون، اعجازی از طبیعت

وقتی به تویرون برسید، حتماً از دیدن آن شگفت‌زده خواهید شد. دره‌ای خوش‌آب‌وهوا با هوای مطبوع که باورتان نمی‌شود در خوزستان باشید. مکانی با دیواره‌های بلند و صخره‌ای با ارتفاعی که گاه تا ۱۰۰ متر نیز می‌رسد و دره‌ای کم عرض را ایجاد کرده‌اند که در تمام طول مسیر در زیر سایه‌ی این صخره‌ها و روی شن‌های کف دره می‌توانید قدم بزنید و از استنشاق هوایی خنک لذت ببرید؛ اما شگفتی‌های این دره به اینجا ختم نمی‌شود! در جای‌جای آن اشکال عجیب و غریب و چشم‌نوازی می‌کند و تابلوی دیدنی از منظره‌ای از انبوه درختان انگور و انجیر وحشی را خواهید دید و محو تماشای آن می‌شوید.

چشمه‌های آب فراوان، آبشارها و آب چکان‌های زیبا و



آگهی نوبتی سه ماهه چهارم سال ۱۴۰۳ اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان کلیر

آقای جمشید بهبودی عرشاه.

۸. مقدار ۴ مشاع از ۹۶ سهم شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی پلاک ۳۳۷ فرعی از ۲. اصلی واقع در روستای عرشاه خان به نام آقای جمشید بهبودی عرشاه.

۹. مقدار ۴ مشاع از ۹۶ سهم شش‌دانگ یک باب ساختمان پلاک ۳۳۸ فرعی از ۲. اصلی واقع در روستای عرشاه خان به نام خانم زرگل عظیمی.

۱۰. مقدار ۱۱ سهم مشاع از ۹۶ سهم شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی پلاک ۱۵۷ فرعی از ۱۶. اصلی واقع در روستای عبدالرزاق به نام آقای سیلوش کاظمی.

۱۱. مقدار ۱۱ سهم مشاع از ۹۶ سهم شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی پلاک ۱۵۸ فرعی از ۱۶. اصلی واقع در روستای عبدالرزاق به نام آقای سیلوش کاظمی.

۱۲. مقدار ۱۱ سهم مشاع از ۹۶ سهم شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی پلاک ۱۶۰ فرعی از ۱۶. اصلی واقع در روستای عبدالرزاق به مساحت به نام آقایان الایار همایون عبدالرزاق و سلامت همایون هرکدام نسبت به ۳ دانگ مشاع از شش‌دانگ.

۱۳. مقدار ۲ سهم و ۲۶ مثقال و ۱۶ نخود مشاع از ۹۶ سهم شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی پلاک ۳۴۴ فرعی از ۲۰. اصلی واقع در روستای حدادان به نام آقای ولی اسماعیلی حدادان. ۱۴. مقدار ۲ سهم و ۲۶ مثقال و ۱۶ نخود مشاع از ۹۶ سهم شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی پلاک ۳۴۵ فرعی از ۲۰. اصلی واقع در روستای حدادان به نام آقای ولی اسماعیلی حدادان. ۱۵. مقدار سه دانگ مشاع از شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی پلاک ۹۱ فرعی از ۵۲. اصلی واقع در روستای شیخلان سفلی به نام آقای غفار کرمی شیخلان.

۱۶. مقدار یازده و نیم سهم مشاع از ۹۱ سهم شش‌دانگ یک باب ساختمان پلاک ۱۱۸ فرعی از ۹۱. اصلی واقع در روستای کاغلی کوزلو به نام آقای محرم عبدلی. ۱۷. مقدار یازده و نیم سهم مشاع از ۹۱ سهم شش‌دانگ یک باب ساختمان پلاک ۱۱۹ فرعی از ۹۱. اصلی واقع در روستای کاغلی کوزلو به نام خانم لیلا وحیدی.

پیرو آگهی نوبتی شماره ۱۴۰۳/۱۰۴/۱۶/۵۱۸۵ مورخ ۱۴۰۳/۱۰/۲۶ و نظر به دستور ماده ۱۱ و ۱۲ قانون ثبت و اسناد و املاک و ماده ۵۹ آیین‌نامه آن، املاک مجهول‌المالک و ماده ۱۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی و آیین‌نامه آن املاک مجهول‌المالک واقع در شهرستان کلیر در بخش‌های ۲۵ - ۲۶ - ۳۰ - ۳۱ و ۳۳ تبریز که در جریان سه ماهه چهارم سال ۱۴۰۳ و قبل از آن قبول ثبت شده‌اند و یا در آگهی آنها اشتباه شده است لذا آگهی نوبتی آنها به شرح ذیل جهت اطلاع عموم آگهی می‌گردد.

قطعات واقع در بخش ۲۵ تبریز

۱. مقدار ۱۹/۵ سهم مشاع از ۹۶ سهم شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی پلاک ۱۷۴ فرعی از ۴۲. اصلی واقع در روستای لمعه درق به نام آقای حسین عبدالهی تراکمه.

قطعات واقع در بخش ۳۶ تبریز

۲. مقدار ۲۳ سهم و ۳۴ مثقال و یک نخود مشاع از ۹۶ سهم شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی پلاک ۲۱۱ فرعی از ۱۳. اصلی واقع در روستای خریل به نام آقای علی فتحی‌زاده.

قطعات واقع در بخش ۳۰ تبریز

۳. مقدار ۴ مشاع از ۹۶ سهم شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی پلاک ۳۳۲ فرعی از ۲. اصلی واقع در روستای عرشاه خان به نام آقای جمشید بهبودی عرشاه.

۴. مقدار ۴ مشاع از ۹۶ سهم شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی پلاک ۳۳۳ فرعی از ۲. اصلی واقع در روستای عرشاه خان به نام آقای جمشید بهبودی عرشاه.

۵. مقدار ۴ مشاع از ۹۶ سهم شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی پلاک ۳۳۴ فرعی از ۲. اصلی واقع در روستای عرشاه خان به نام آقای جمشید بهبودی عرشاه.

۶. مقدار ۴ مشاع از ۹۶ سهم شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی پلاک ۳۳۵ فرعی از ۲. اصلی واقع در روستای عرشاه خان به نام آقای جمشید بهبودی عرشاه.

۷. مقدار ۴ مشاع از ۹۶ سهم شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی پلاک ۳۳۶ فرعی از ۲. اصلی واقع در روستای عرشاه خان به نام

شناسه آگهی ۱۹۱۲۹۹۲

نوبتی تا نود (۹۰) روز اعتراض کتبی خود را به اداره ثبت اسناد و املاک کلیر تسلیم و رسید دریافت نماید و معترض باید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مرجع قضایی صالحه تسلیم نموده و گواهی تقدیم دادخواست را به اداره ثبت اسناد و املاک کلیر تحویل دهد در غیر این صورت متقاضی یا نماینده قانونی وی می‌تواند به دادگاه صالحه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست دریافت و به این اداره تسلیم نماید و در این صورت اداره ثبت می‌تواند بدون توجه به اعتراض عملیات ثبتی را ادامه دهد والا پس از انقضای مدت مزبور به اعتراضات رسیده در نشست اداری وفق مقررات رسیدگی خواهد شد و هرگاه بین متقاضی و دیگری قبل از انتشار اولین آگهی نوبتی دعوایی مربوط به املاک مندرج در بالا در جریان باشد برابر ماده ۱۷ قانون ثبت متقاضی یا طرف دعوی باید از تاریخ انتشار اولین آگهی نوبتی ظرف نود (۹۰) روز گواهی دادگاه مشعر بر جریان دعوی را اخذ وبه این اداره تسلیم نمایند والا حق او ساقط خواهد شد و حقوق ارتفاقی در موقع تعیین حدود در صورت مجلس منظور می‌گردد و واخواهی نسبت به حدود و حقوق ارتفاقی پس از انتشار آگهی تحدیدی و برابر ماده ۲۰ قانون ثبت از تاریخ تنظیم صورت مجلس تحدید حدود تا مدت سی (۳۰) روز پذیرفته خواهد شد و معترضین بایستی پس از تقدیم اعتراض به اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان کلیر و دریافت رسید ظرف مدت یک ماه دادخواست خود را به مرجع قضایی تقدیم نمایند در غیر اینصورت متقاضیان ثبت یا نماینده قانونی آنها می‌توانند به دادگاه مربوطه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان کلیر ارائه نمایند و این اداره بدون توجه به اعتراض عملیات ثبتی را با رعایت مقررات ادامه خواهد داد، صدور سند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به مرجع قضایی نخواهد بود.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۲/۰۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۳/۰۱
سجاد مختاری ملانی ـ رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان کلیر

اجرای پروژه‌های عمرانی وزیر بنای مشترک در بافت مرکزی تبریز



شهردار منطقه هشت تبریز در دیدار با مدیرعامل شرکت عمران و توسعه شهرداری تبریز از اجرای پروژه های مرمتی و بازآفرینی شهری با مشارکت شرکت عمران وتوسعه در محدوده مرکزی شهر خبر داد. در این جلسه حسین منبری فر شهردار منطقه هشت تبریز با اشاره به وجود پتانسیل ارزشمند بافت مرکزی شهر تبریز برای اجرای پروژه های خدماتی و گردشگری گفت: خوشبختانه تعامل خوبی با شرکت عمران و توسعه داریم و تلاش داریم بزودی شاهد آغاز پروژه های عمرانی مشارکتی جدید در بافت تاریخی فرهنگی تبریز باشیم.

وی ادامه داد: شهرداری منطقه هشت تبریز در حال حاضر چندین پروژه عمرانی را با مشارکت شرکت عمران و توسعه در حال اجرا دارد که امیدواریم آنها را به بهترین نحو ممکن اجرایی کرده و با تکمیل این پروژه ها، شاهد پیشرفت و توسعه محدوده مرکزی شهر تبریز باشیم. در ادامه مدیرعامل شرکت عمران و توسعه آذربایجان، اعلام آمادگی این شرکت را برای اجرای پروژه های مختلف عمرانی و بازآفرینی شهری در محدوده شهرداری منطقه ۸ اعلام کرد.

استاندار آذربایجان شرقی: گزارش‌های حوزه اعتیاد، روشن و واقع‌بینانه باشد

استاندار آذربایجان شرقی همچنین با تأکید بر لزوم بازنگری در قوانین موجود، خاطرنشان کرد: در زمینه مقابله با عوامل گسترش اعتیاد با برخی موانع قانونی روبرو هستیم که باید مورد توجه قرار گیرد.

وی با قدرانی از زحمات نیروهای میدانی مقابله با عرضه مواد مخدر، گفت: هرچند در زمینه مقابله با عرضه اقدامات موثری انجام شده، اما در حوزه پیشگیری و کاهش تقاضا دچار کم‌کاری هستیم و لازم است از ظرفیت مراکز فرهنگی، مدارس و تریبون‌های مؤثر بر الگوهای رفتاری بهره‌گیری شود.

مقابله با اعتیاد نیازمند همکاری شهرداری و ظرفیتهای فرهنگی

سرمست همچنین بر تقویت اقدامات پیشگیرانه همچون ساخت سالن‌های ورزشی، اجرای برنامه‌های نشاط‌آور و سرمایه‌گذاری در آموزش‌های مهارتی و مهارت‌های زندگی به موازات احداث مراکز ترک اعتیاد تأکید کرد. وی مراقبت از شیوع اعتیاد در محیط‌های کاری، نصب دستگاه ایکس‌ری در گمرک جلفا، مسئولیت‌پذیری شهرداری تبریز در اداره مرکز ماده ۱۶ بانوان با همکاری سایر دستگاه‌ها و بهره‌گیری از کمک خیران و گروه‌های داوطلب را از دیگر ضرورت‌های جدی در مسیر مبارزه با مواد مخدر در استان برشمرد.

نشست مشترک سازمان بهزیستی و مدیر دفتر طرح و برنامه سازمان حج و زیارت

سازای اجتماعی گفت: این معاونت با ارائه طرح ولیمه مهربانی حجاج به سازمان حج و زیارت در تلاش است تا شرایطی را فراهم کند تا از این پس حجاج بتوانند با اهدا بخشی از هزینه های ولیمه خود در تامین هزینه های جهیزیه، مسکن و درمان مدجویان تحت پوشش سازمان بهزیستی سهمی داشته باشند. امیر حسین صحت مدیر کل دفتر طرح و برنامه

یارانه چه کسانی قطع می‌شود؟

*** تمرکز دولت بر ۳ درصد یارانه‌های اقتصاد**



امسال دولت با جدیت به دنبال اجرای تکلیف قانونی خود برای حذف یارانه دهک بالاست و وزیر کار برای نشان دادن عزم قاطع در این مسیر، تهدید کرده است که اگر کسی به قطع یارانه خود اعتراض کند و این اعتراض وارد نباشد، از برخی امکانات دولتی محروم خواهند شد.

بر اساس بند پ تبصره ۱۳ قانون بودجه سال ۱۴۰۴ دولت مکلف است یارانه نقدی خانوارهای سه دهک بالای یارانه بگیر (۸، ۹ و ۱۰) را حذف کند. البته این تکلیف در سال‌های متوالی برای دولت‌ها مطرح می‌شد که عمدتاً به دلیل تبعات اجتماعی آن و سهم پایین یارانه نقدی از مجموع یارانه‌های نقدی توزیع شده در اقتصاد، اجرا نمی‌شد.

امسال اما، دولت مصمم است

یارانه این گروه را که درمجموع کمتر از

یک درصد کل یارانه توزیعی در اقتصاد

ایران است را حذف کند و آن‌گونه که

از اظهارات وزیر کار برمی‌آید، هیچ‌گونه

نگرانی خاصی نیز نسبت به تبعات این

به مناسبت فرارسیدن روز ارتش؛

برگزاری مسابقه تیراندازی با کلت در تیپ ۲۵ واکنش سریع نزاجا



بردن آمادگی دفاعی و مهارت تیراندازی

نظامیان و افزایش توان رزمی کارکنان این

تیپ در مأموریت های محوله در شرایط

آب و هوای نامساعد با همت افسرورزش

و رئیس رکن سوم تیپ و همکاری کمیته

گلوله زنی هیئت تیراندازی آذربایجان

شرقی در میدان تیر سلاح کمری این

پادگان برگزار شد.

سرپرست کمیته گلوله زنی هیئت

تیراندازی استان از همکاری فرماندهی

و ستاد و پرسنل دلاور تیپ ۲۵ نزاجا در

برگزاری با شکوه این مسابقه ابراز تشکرو

قدردانی کرد.

به گزارش سراجی افزود: این مسابقه

با سلاحه کمری کالیبر ۹mm نظامی در

ماده ۲۵ متر با شرکت ۱۵ تیرانداز جمعی

گردان های این تیپ به منظور انتخاب

نفرات برتر برای تشکیل تیم این یگان

گستره ی توزیع: استانی

پیام آذربایجان

رتبه ۲ در طرح رتبه بندی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی

روژنامه اجتماعی، سیاسی و هنری، به دوزبان فارسی و آذری

دوشنبه ۱ اردیبهشت ۱۴۰۴ • سال بیست و دوم • شماره ۲۵۵۴

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: پرینا

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

تلفن:۳۵۲۳۱۴۹۷ ۳۵۲۳۴۸۷

سازمان آگهی‌ها:۳۵۲۴۷۰۵۱

E mail:wpat_82@yahoo.com

https://payamazarbayan.ir

خواننده می‌تواند خسارت ناشی از قرار تامین خواسته را مطالبه کند؟

طبق قانون در صورتی که قرار تامین اجرا شود و خواهان به موجب رای قطعی دادگاه محکوم به بطلان دعوا شود و یا حقی برای او به اثبات نرسد، خواننده حق دارد ظرف مهلت قانونی، خسارتی که به سبب قرار تامین به او وارد شده است را، مطالبه کند. قرار تامین خواسته یکی از تدابیر احتیاطی است که خواهان به وسیله آن، عین خواسته یا معادل آن را از اموال خوانده تا زمان پایان رسیدگی، توسط مرجع قضایی توقیف می‌کند تا از نقل و انتقال آن جلوگیری کند و بتواند در صورت صدور حکم به نفع او طلب خود را از محل آن اموال وصول کند.

در واقع قرار تامین خواسته راه حلی است که قانونگذار پیش‌بینی کرده تا خواهان علیه خوانده به کار برسد و نگذارد بدهکار، اموال خود را به هر نحوی از دسترس او خارج کند و یا به وسیله اختفاء و نقل و انتقال‌های صوری، آن را از حیطه اختیار و تملک خود درآورد. نتیجه تامین خواسته این است که اموال از مالکیت خوانده خارج نمی‌شود و نقل و انتقال آن ممنوع می‌شود تا زمانی که حکم دادگاه صادر شود و در صورت صدور رای در نفع خواهان، خواسته وی از این طریق تامین می‌شود.

بر اساس ماده ۱۰۸ قانون آیین دادرسی مدنی، خواهان می‌تواند قبل از تقدیم دادخواست یا ضمن دادخواست راجع به اصل دعوا یا در جریان دادرسی تا وقتی که حکم قطعی صادر نشده است در موارد زیر از دادگاه درخواست تامین خواسته نماید و دادگاه مکلف به قبول آن است:

الف ـ دعوا مستند به سند رسمی باشد.

ب ـ خواسته در معرض تضییع یا تفریط باشد.

ج ـ در مواردی از قبیل اوراق تجاری واخواست شده که به موجب قانون، دادگاه مکلف به قبول درخواست تامین باشد.
د ـ خواهان، خساراتی را که ممکن است به طرف مقابل وارد آید تقدأ به صندوق دادگستری بپردازد.

به موجب تبصره این ماده ـ تعیین میزان خسارت احتمالی، با در نظر گرفتن میزان خواسته به نظر دادگاهی است که درخواست تامین را می‌پذیرد. صدور قرار تامین موکول به ابداع خسارت خواهد بود.

با توجه به توضیحات فوق سوالی که در این زمینه وجود دارد این است، در صورتی که خواهان برای تامین خواسته قرار تامین گرفته باشد، اما در نهایت دعوای او رد شود، آیا خوانده می‌تواند خسارت ناشی از قرار تامین را از خواهان مطالبه کند؟

آیا خواننده می‌تواند خسارت ناشی از قرار تامین خواسته را مطالبه کند؟

به موجب ماده ۱۲۰ قانون آیین دادرسی مدنی، اگر خواهان برای تامین خواسته قرار تامین گرفته باشد ولی در نهایت با حکم قطعی دادگاه، دعوای او رد شود یا حقی برای او به اثبات نرسد، خوانده حق دارد ظرف ۲۰ روز از تاریخ ابلاغ حکم قطعی، خسارتی را که به دلیل این قرار به او وارد شده است، مطالبه کند. این ماده مقرر می‌دارد: در صورتی که قرار تامین اجرا گردد و خواهان به موجب رای قطعی محکوم به بطلان دعوا شود و یا حقی برای او به اثبات نرسد، خواننده حق دارد ظرف بیست روز از تاریخ ابلاغ حکم قطعی، خسارتی را که از قرار تامین به او وارد شده است با تسلیم دلایل به دادگاه صادرکننده قرار، مطالبه کند. مطالبه خسارت در این مورد بدون رعایت تشریفات آیین دادرسی مدنی و پرداخت هزینه دادرسی صورت می‌گیرد.

مفاد تقاضا به طرف ابلاغ می‌شود تا چنانچه دفاعی داشته باشد ظرف ده روز از تاریخ ابلاغ با دلایل آن را عنوان نماید. دادگاه در وقت فوق‌العاده به دلایل طرفین رسیدگی و رای مقتضی صادر می‌نماید. این رای قطعی است. در صورتی که خوانده در مهلت مقرر مطالبه خسارت ننماید وجهی که بابت خسارت احتمالی سپرده شده به درخواست خواهان به او مسترد می‌شود.

بنابراین شرایط مطالبه خسارت ناشی از قرار تامین توسط خواننده به این نحو است:

• قرار تامین اجرا شده باشد (به عنوان مثال اموال خوانده دعوی توقیف شده باشد).

• خواهان در دعوا شکست بخورد به این معنی که حکم قطعی به بطلان دعوای او صادر شود یا خواهان نتواند حقانیت خود را ثابت کند.

• خواننده ظرف ۲۰ روز از تاریخ ابلاغ حکم قطعی، دادخواست مطالبه خسارت بدهد.

نحوه رسیدگی به دعوای مطالبه خسارت ناشی از قرار تامین خواسته

برای رسیدگی به دعوای مطالبه خسارت ناشی از قرار تامین خواسته، خوانده نیاز به پرداخت هزینه دادرسی ندارد و دادگاه بدون رعایت تشریفات آیین دادرسی مدنی، در وقت فوق‌العاده به این موضوع رسیدگی می‌کند. درخواست خسارت به خواهان ابلاغ می‌شود تا اگر دفاعی دارد، ظرف ۱۰ روز ارائه دهد. دادگاه پس از بررسی دلایل طرفین، حکم مقتضی را صادر می‌کند که این حکم قطعی است. اما اگر خوانده در مهلت مقرر خسارت را مطالبه نکند، وجهی که خواهان بابت خسارت احتمالی سپرده بوده، به او مسترد می‌شود.