

پیام آذربایجان

سه‌شنبه ۲ اردیبهشت ۱۴۰۴ / ۲۳ شوال ۱۴۴۶ / سال بیست و دوم / شماره ۲۵۵۵ / ۸ صفحه / قیمت ۲۰ هزار تومان

شغل‌هایی بی‌تابلو، درآمدهایی بی‌حساب؛ شفای تن یا خرافه دیروز؟



نه پزشک‌اند، نه درمانگر رسمی، اما مشتری زیادی دارند، بندچ‌ها و شکسته‌بندها هنوز در تبریز زنده‌اند و با نسخه‌هایی که از مادر بزرگ‌ها مانده مراجعان خود را درمان می‌کنند. در دنیای مدرن امروز، همه درگیر کار و شغلی هستند؛ برخی در ادارات پشت میز نشسته‌اند، بعضی در مغازه‌ها و کارگاه‌ها مشغول‌اند، و عده‌ای هم در فضای مجازی دنبال لقمه‌ای نان هستند. اما در این میان، مشاغلی وجود دارند که نه در لیست رسمی وزارت کار ثبت شده‌اند، نه در طبقه‌بندی سازمان تامین اجتماعی جایگاهی دارند و نه تابلو و مجوزی برای‌شان صادر شده؛ با این حال، شلوغ‌ترین صفاها، جلوی همین شغل‌هاست.

یکی از این مشاغل که شاید فقط در کوچه‌پس‌کوچه‌های تبریز یافت می‌شود، شغلی به نام «بندچی» یا به زبان محلی «بچی» است؛ شغلی قدیمی، مرموز و عجیب که نسل به نسل در سینه زنان و مردانی جا خوش کرده که مدعی‌اند گره‌های روح و روان و ترس و چشم‌زخم را با یک حرکت دست باز می‌کنند.

ادامه در صفحه ۵

**جوانان دهه ۶۰،
سالمندان تنهای
آینده؟**
* تا ۱۴۳۰، بیش از یک‌سوم
جمعیت ایران سالمند
می‌شوند



رئیس انجمن علمی طب سالمندی ایران با تأکید بر اینکه مراقبت از سالمندان در آینده به یکی از چالش‌های اساسی کشور تبدیل خواهد شد، گفت: در حال حاضر ۸۰ هزار سالمند در کشور دچار تجرد قطعی هستند، اما این رقم با توجه به روند کنونی، تا سال‌های آینده به ۲ میلیون و ۷۰۰ هزار نفر خواهد رسید. از این‌رو، همان‌طور که قرارگاه جمعیت برای مدیریت سیاست‌های جمعیتی تشکیل شد، تشکیل قرارگاه پیری جمعیت نیز به همان میزان ضرورت دارد.

دکتر احمد دلیری، با اشاره به وضعیت سالمندی در ایران اظهار کرد: مطالعات انجام‌شده در ۹۰ کشور جهان نشان می‌دهد که ایران در شاخص سلامت در رتبه ۴۴ قرار دارد، اما با وجود این جایگاه، کشور برای افزایش سریع جمعیت سالمندان آماده نیست. وی با بیان اینکه یکی از زیرشاخص‌های سلامتی، «سلامت اجتماعی و روانی» است، افزود: با افزایش سن، ممکن است زوال جسمی تا حدی اجتناب‌ناپذیر باشد، اما ابعاد دیگر سلامت، از جمله سلامت روانی، اجتماعی و معنوی، در سالمندی تقویت می‌شود. شادکامی در دوران سالمندی به‌صورت U شکل است؛ در کودکی و اوایل جوانی شادی در سطح بالایی قرار دارد، در میانسالی به دلیل فشارهای

ادامه در صفحه ۵

**پیشرفت ۳۵ درصدی
ساخت بزرگ‌ترین هتل
ایران در تبریز**

۲

**دلایل اعتراض کارگران ایران
خودروی تبریز
کارگران از حق خود
برای دریافت «مزایای عرفی»
دفاع کردند**

۳

**درد دل افسردگی را
درمان می‌کند؟**

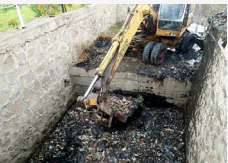


۴

**تجمل‌گرایی خانواده‌ها به
مانع بزرگ فرزندآوری
تبدیل شده**

۵

**زباله‌های سرگردان اصلی‌ترین
عامل آب گرفتگی معابر
شهری تبریز**



۶

**صادرات ۱۰۰ میلیون دلاری
محصولات گلخانه‌ای
از آذربایجان شرقی**

۸

**معاون سیاسی و اجتماعی استاندار آذربایجان شرقی:
برای تحقق اهداف کلان سلامت همه
دستگاه‌ها باید مسئولیت‌پذیر
و پاسخگو باشند**



امراض دیگر داشته باشد با این نگاه باید نگاه دیگری به مقوله سلامت داشته باشیم.

وی اضافه کرد: در نگاه کلان باید سندی تدوین شده که مسئولیت همه نهادهای ذی‌نقش در حوزه سلامت

محافظت و مسئولیت و پاسخگویی این دستگاه‌ها مشخص باشد. در همین سند باید نگاه ویژه‌ای نیز به سواد سلامت افراد داشته باشیم. معاون سیاسی و اجتماعی استاندار آذربایجان شرقی یادآور شد: نکته پایانی من خطاب به فرمانداران محترم است که در این‌جا حضور دارند. تأکید دارم که موضوع سلامت را در اولویت دوم قرار دهند. اولویت اول برقراری نظم و امنیت عمومی است اما باید اولویت دوم شما ارتقای کیفی نظام سلامت باشد.

**سرمایه‌گذاری انرژی خورشیدی
در آذربایجان شرقی سرعت می‌گیرد**

پاک، گفت: با همکاری سازمان ساتبا و فراهم شدن امکان تأمین پیل‌های خورشیدی وارداتی از چین، مسیر احداث نیروگاه‌های خورشیدی در واحدهای صنعتی استان هموارتر شده است.

وی افزود: صنعتی که مجوز احداث نیروگاه خورشیدی از ساتبا دریافت کرده‌اند و متقاضی بهره‌مندی از پیل‌های وارداتی این سازمان هستند، می‌توانند هزینه سریع‌تر برای اعلام آمادگی اقدام کنند.

معاون سیاسی و اجتماعی استاندار آذربایجان شرقی در جلسه مجمع سلامت استان ضمن خیرمقدم به مرد اخلاق و اسوه ایثار حاج‌آقا مردانی‌آذر گفت: فلسفه جلسه فعلی این است که دریابیم متولی سلامت فقط وزارت بهداشت و درمان نیست و در بیشترین حالت ۳۰ درصد مسئولیت اهداف کلان سلامت با وزارت بهداشت است بقیه مسئولیتی است که از خود فرد گرفته تا دستگاه‌هایی که مستقیم و غیرمستقیم در نظام سلامت نقش دارند.

مرتضی محمدزاده با اشاره به پیشینه مجمع سلامت یادآوری کرد: این مجمع در دوره دولت آقای روحانی جذب بودجه عقب افتاده‌ایم و امیدواریم سال جدید با انرژی و انگیزه مضاعف که جلب توجه رئیس‌جمهور شاهد پویایی و جهش برای جبران گذشته باشیم.

معاون سیاسی و اجتماعی استاندار آذربایجان شرقی افزود: سریا بودن به معنای سالم بودن نیست. یک فردی که حتی می‌تواند امورات روزمره خود را انجام دهد لزوماً سالم نیست و احتمالاً فشار خون، دیسک کمر و یا

مدیرکل صنعت، معدن و تجارت آذربایجان شرقی از تسریع روند سرمایه‌گذاری در حوزه انرژی خورشیدی در استان خبر داد. صابر پرنیان در نشست مشترک با سازمان ساتبا و به میزبانی ایدرو که با حضور معاون وزیر، نماینده ویژه وی در امور استان، نمایندگان شهرک‌های صنعتی و اتاق بازرگانی برگزار شد، با اشاره به ظرفیت‌های بزرگ آذربایجان شرقی در حوزه انرژی

بودجه را در حساب خوابانده‌اند و به پروژه‌ها تزریق نمی‌کنند

به ناعدالتی در توزیع بودجه معترض شوند. اینکه اردیبهل سال گذشته بالای ۹۰ درصد بودجه عمرانی مصوب را محقق نماند و آذربایجان‌شرقی ۶۱ درصد عمرانی‌اش را بتواند اخذ کند، قابل قبول نیست. نویسن با تأکید بر اینکه نباید فقط از رئیس سازمان برنامه و بودجه استان انتظار پیگیری تخصیص اعتبارات آذربایجان‌شرقی را داشت، عنوان کرد: مسؤولان ارشد آذربایجان‌شرقی و شخص استاندار همان‌طور که از رئیس‌جمهور برای عزل و نصب‌ها اختیار گرفته‌اند، برای تخصیص بودجه مصوب و حق قانونی استان با وزرا دست به‌یقه شوند و هرچیز لازم شد از ظرفیت نمایندگان مجلس در اعمال ابزارهای نظارتی کمک بگیرند.

وی در پایان بیان داشت: ما اکنون از استان‌های هم‌تراز و حتی هم‌جوار در

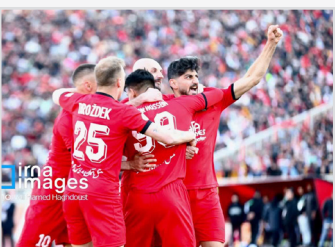
خیلی از مسائل و شاخص‌ها من‌جمله جذب بودجه عقب افتاده‌ایم و امیدواریم سال جدید با انرژی و انگیزه مضاعف که جلب توجه رئیس‌جمهور شاهد پویایی و جهش برای جبران گذشته باشیم.

رکود نیست و در بلندمدت این روش طرح‌های عمرانی را عقیم می‌کند، خاطرنشان کرد: بر اساس گزارش سازمان برنامه و بودجه آذربایجان‌شرقی ۶۱ درصد اعتبارات عمرانی در نظر گرفته برای استان در سال ۱۴۰۳ محقق شد و تخصیص بودجه ۱۹۶ میلیارد تومان اعتبار در حساب دستگاه‌های اجرایی است چرا باید ۳۹ درصد بودجه عمرانی استان را پرداخت نکنند؟! وی با بیان اینکه برخی پروژه‌های عمرانی آذربایجان‌شرقی در سال گذشته به‌خاطر عدم تزریق اعتبار پیشرفت مناسبی نداشتند، متذکر شد: عدم تخصیص اعتبار برای این پروژه‌ها اسلامی مبنی بر انباشت قریب به ۳۵۰ همت اعتبار در حساب دستگاه‌های اجرایی در پایان سال ۱۴۰۳، اظهار داشت: فقط ۱۹۶ هزار میلیارد تومان از این اعتبارات مربوط به بودجه عمرانی حساب‌ها خوابیده است.

مجلس شورای اسلامی سازمان برنامه‌بودجه کشور و وزارتخانه‌های مرتبط را مسؤول عدم توزیع مناسب اعتبارات دانست و افزود: مدیران اجرایی استان باید نسبت

آن‌ها خواهد بود؟! عضو کمیسیون عمران مجلس شورای اسلامی سازمان برنامه‌بودجه کشور و وزارتخانه‌های مرتبط را مسؤول عدم توزیع مناسب اعتبارات دانست و افزود: مدیران اجرایی استان باید نسبت

**درخواست استاندار آذربایجان شرقی برای پخش دیدارهای
تراکتور از شبکه‌های سراسری**



عزیز، نگاه محترمانه‌ای شود و در برنامه‌های رادیویی و تلویزیونی از بکار بردن الفاظ تحریک آمیز و تحقیرآمیز که در صدا و سیما مسبوق به سابقه بوده و موجب تنش شده است، به جد پرهیز شود. وی همچنین گفت: تقویت آتن دمی تلویزیون در مناطق مرزی آذربایجان شرقی نیز نیازمند توجه جدی است.



استاندار آذربایجان شرقی از رئیس صداسیما درخواست پخش مستقیم دیدارهای تیم فوتبال تراکتور از شبکه‌های سراسری ورزش و سه را کرد. بهرام سرمست در نشست استانداران و وزیر کشور با حضور رئیس سازمان صدا و سیما، اظهار کرد: با توجه به پر شور بودن هواداران تراکتور، انتظار داریم برای رعایت عدالت در پخش

**شهردار تبریز
نماینده ایران در
نشست «چشم‌انداز
توسعه همکاری‌های
بین‌المللی شهرهای
بریکس»**



شهردار تبریز به نمایندگی از جمهوری اسلامی ایران در نشست پتلی «چشم‌انداز توسعه همکاری‌های بین‌المللی شهرهای بریکس» سخنرانی می‌کند. نشست پتلی «چشم‌انداز توسعه همکاری‌های بین‌المللی شهرهای بریکس» به میزبانی مسکو و با همکاری کمیته مشورتی مقامات محلی سازمان ملل و مجمع شهرداران آسیایی برگزار می‌شود. این نشست با محوریت همکاری‌های اقتصادی، فرهنگی، آموزشی، توسعه پایدار، گردشگری، علمی، دیجیتال‌سازی و اکولوژی، دوم اردیبهشت ماه برگزار می‌شود.

بعقوب هوشیار، شهردار تبریز به نمایندگی از جمهوری اسلامی ایران در این نشست حضور یافته و در خصوص همکاری در حوزه گردشگری شهرهای بریکس سخنرانی خواهد کرد. گفتنی است انجمن شهرها و شهرداری‌های بریکس پلاس خرداد ماه سال گذشته با حضور هیات شهرداری تبریز در شهر قازان پایتخت جمهوری تاتارستان تأسیس شد. ارتقای ظرفیت و اثربخشی حکومت‌های مستقل محلی در کشورهای بریکس پلاس، عمل به عنوان منبع اطلاعاتی در مورد حکومت‌های مستقل محلی در کشورهای بریکس پلاس برای ارتقای تبادل تجربه و دانش، ایجاد بستر بین‌المللی برای تبادل تجربیات، تسهیل ایجاد روابط قوی بین شهری و غیره از جمله مأموریت‌های این انجمن است.



پیام آذربایجان

سه‌شنبه ۲ اردیبهشت ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۵۵

اخبار

اخبار

گودبرداری در تبریز، خودروها را بلعید



۲ خودروی سواری به محل گودبرداری ساختمانی در حال احداث در منطقه عباسی محله حاج هاشم تبریز سقوط کردند. سقوط دو دستگاه خودروی سواری به داخل گودبرداری یک ساختمان در حال احداث در یکی از مناطق شهری، موجب نگرانی ساکنان و رهگذران شد.

رضا جانفشان نویری، سرپرست سازمان آتش‌نشانی تبریز اظهار داشت: این حادثه زمانی رخ داد که دو خودروی سواری در حاشیه محل گودبرداری پارک شده بودند و به دلایل در دست بررسی، به داخل گودال سقوط کردند. وی با بیان اینکه این حادثه خوشبختانه تلفات و صدمات جانی به همراه نداشته است، افزود: بلافاصله پس از اعلام گزارش، نیروهای عملیاتی آتش‌نشانی به محل اعزام و اقدامات لازم برای ایمن‌سازی و خارج‌سازی خودروها آغاز شد.

جانفشان نویری همچنین با تأکید بر لزوم همکاری شهروندان در مواقع بروز حوادث، گفت: از شهروندان تقاضا داریم از تجمع در محل حادثه خودداری کرده و شرایط لازم برای انجام سریع و ایمن عملیات امدادی را برای نیروهای آتش‌نشانی فراهم کنند. وی در پایان خاطرنشان کرد: بررسی علت حادثه و ارزیابی دقیق شرایط ایمنی محل گودبرداری در دستور کار کارشناسان قرار دارد.

کارگاه غیرمجاز استحصال طلا در اهر کشف ومتلاشی شد

فرمانده سپاه شهرستان اهر از کشف و متلاشی کردن کارگاه غیرمجاز استحصال طلا در این شهرستان خبر داد. سرهنگ حسن سیفی گفت: در پی گزارش مردمی مبنی بر فعالیت غیرقانونی افرادی در استحصال طلا موضوع به صورت ویژه در دستور کار سربازان گمنام امام زمان (عج) این فرماندهی قرار گرفت.

وی افزود: بلافاصله با هماهنگی دادستان شهرستان اهر پس از شناسایی به اتفاق نماینده صنعت، معدن و تجارت در محل حاضر شده و بعد از بازرسی از محل همه دستگاه‌های فرآیند استحصال طلا با مقادیر زیادی سنگ معدنی و ... کشف و ضبط شد. وی ادامه داد: با تشکیل پرونده قضائی و با سیر مراحل قانونی تحویل مقامات قضائی خواهد شد.

اعتبار کارت‌های هوشمند ملی تا پایان سال ۱۴۰۵ تمدید شد

رئیس سازمان ثبت احوال کشور گفت: کارت‌های هوشمند ملی که اعتبار آنها تا پایان سال ۱۴۰۴ است تا پایان سال ۱۴۰۵ تمدید شد. هاشم کارگر با اشاره به اینکه اعتبار برخی کارت‌های هوشمند ملی صادر شده تا پایان سال ۱۴۰۴ است، اظهار کرد: به منظور تسهیل خدمات عمومی و کاهش مراجعات غیرضروری مردم، اعتبار این کارت‌ها تا پایان سال ۱۴۰۵ تمدید شد و نیازی به تعویض این کارت‌ها نیست. به گفته وی، اعتبار کارت‌هایی که تاریخ انقضای آنها سال‌های گذشته بود نیز پیش از این تا پایان سال ۱۴۰۵ تمدید شده بود.

آغاز پذیرش دانشجوی دکتری مطالعات فرش در تبریز برای نخستین بار در کشور

دانشکده فرش دانشگاه هنر اسلامی تبریز به عنوان تنها دانشکده فرش کشور، با هدف تکمیل هرم تحصیلی رشته فرش در ایران، موفق به کسب مجوز پذیرش دانشجو در مقطع دکتری «مطالعات فرش» شد. با تصویب مقطع دکتری مطالعات فرش و اخذ مجوزهای لازم، پذیرش دانشجو از مهرماه سالجاری آغاز می‌شود.

این دانشگاه هدف از تکمیل هرم تحصیلی رشته فرش را ارتقای جایگاه علمی این رشته و تبدیل دانشگاه هنر اسلامی تبریز به عنوان مرجعیت علمی مطالعات هنر اسلامی و فرش عنوان کرده است.

۲

فرمانده انتظامی شهرستان تبریز از دستگیری قاتل ۵۳ ساله که بدلیل اختلافات خانوادگی همسرش را با اسلحه گرم به قتل رسانده بود، خبر داد.

یداله جهان آرا اظهار کرد: براب‌ر اعلام مرکز فوریت‌های پلیسی ۱۱۰ مبنی بر

قاتل ۵۳ ساله تبریزی در جنگ قانون افتاد

وقوع تیراندازی منجر به فوت در خیابان ۱۷ شهپور ماموران کلانتری ۱۵ پاس‌تور بلافاصله به محل اعزام شدند. این مقام انتظامی افزود: با حضور ماموران در محل مشاهده شد یک مرد ۵۳ که به اتفاق همسرش بدلیل مشکلات خانوادگی و شخصی به یک مرکز مشاوره در خیابان ۱۷ شه‌پور مراجعه کرده بودند پس از اتمام

پیشرفت ۳۵ درصدی ساخت بزرگترین هتل ایران در تبریز



تاکید براینکه افتتاح این پروژه می‌تواند بر کل اقتصاد و فرهنگ منطقه تأثیرگذار باشد، یادآور شد: با بهره‌برداری از این مجموعه بی‌مانند تبریز به قطب و کانون برگزاری همایش‌ها، نشست‌ها و مجامع مهم ملی، منطقه‌ای و بین‌المللی خواهد شد.

حمزه زاده ادامه داد: بدون تردید نقش این هتل هفت ستاره در توسعه و رونق دیپلماسی اقتصادی و سیاسی جمهوری اسلامی ایران فراتر از تصور خواهد بود. وی با اشاره به تمهیدات لازم برای ایجاد فضاهای مختلف ورزشی در داخل مجموعه هتل شه‌پار پلاس، گفت: زمین مختلف

سیاسی که هر کدام یک‌هزار و ۷۰۰ مترمربع مساحت دارد، سالن‌های اجتماعات گوناگون با کارکردهای مختلف و محل برگزاری همایش‌ها با گنجایش ۲ هزار و ۸۰۰ نفری و تعداد یازده سالن مجزا با تخصص‌های مختلف را از دیگر امکانات بزرگترین هتل در دست ساخت کشور بیان کرد. به گفته وی طبق اعلام سازنده می‌توان در مدت چهار سال آینده فازهای اصلی از این هتل را به اتمام رساند و برای ارائه خدمات به گردشگران آماده کرد. حمزه زاده با اشاره به اینکه مساحت هتل شه‌پار پلاس تبریز بیشتر از کل مساحت سه هتل پارس، لاله پارک و شه‌پار یک است، تسریع در اجرای این پروژه را یکی از اولویت‌های محوری اداره کل میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری آذربایجان شرقی خواند که تلاش‌های استانداری نیز در این زمینه قابل تقدیر است.

وی ارزش و اهمیت هتل شه‌پار پلاس تبریز به لحاظ اقتصادی و تجاری را بسیار وسیع‌تر از طرح‌های صنعتی دانست و با

به بهانه دوم اردیبهشت، روز جهانی زمین پاک؛

«زمین، خانه‌ای که دیگر تاب ما را ندارد»

که تصمیم جدی می‌گیریم: «کمتر بخیریم»، «کمتر بسوزانیم» و «بیشتر بکاریم» شهروندان عزیز، گام‌های کوچک شما آینده را می‌سازند...

یادمان باشد، همین گام‌های کوچک اما استوار من و شماست که فردای زمین را می‌سازد. ما با هر تصمیم ساده و روزمره، یا به نجات زمین یاری می‌رسانیم، یا در خاموشی تدریجی آن سهمیم می‌شویم. با خرید به‌اندازه نیاز خود، نه‌تنها فرهنگ مصرف‌گرایی را به چالش می‌کشیم، بلکه از تولید بی‌رویه پسماند جلوگیری می‌کنیم.

با تفکیک زباله از مبدأ و جداسازی پسماندهای خشک و تر در خانه، آشپزخانه، مدرسه و محل کار، گامی مؤثر در بازیافت و چرخه اقتصاد سبز برمی‌داریم. این عمل ساده، دشت‌های‌مان را از زباله‌های پلاستیکی و تجزیه‌ناپذیر می‌رهاند و سفره‌های آب زیرزمینی را از خطر نفوذ شیرابه‌های سمی در امان نگه می‌دارد. با استفاده از حمل‌ونقل عمومی، پیاده‌روی، یا دوچرخه‌سواری به جای خودروهای شخصی، نه‌تنها به کاهش ترافیک و صرفه‌جویی در مصرف سوخت کمک می‌کنیم، بلکه گامی اساسی در کاهش آلودگی هوا برمی‌داریم. این، همان هوایی‌ست که هر روز در تبریز نفس می‌کشیم؛ هوایی که این روزها بوی سنگینی دود می‌دهد و گاه جان‌مان را به شماره می‌اندازد.

با کاشت یک درخت، حتی یک نهال کوچک، در مقابل خانه‌مان، در کوچه‌ها و میدان‌ها، در مدرسه و اداره، می‌توانیم زمین را از مرگ سبز نجات دهیم. نگهداری از همین نهال، آبیاری آن، و تبدیلیش به درختی تنومند، به معنای کاشت آینده‌ای سبز برای فرزندان‌مان است.

نهال امروز، سایه فرداست؛ سایه‌ای که شهر را خنک می‌سازد، هوا را تصفیه می‌کند و روح‌مان را نوازش می‌دهد. همه ما مسئولیم. زمین، خانه ماست. شهر ما بخشی از این زمین است. و هر شهروند، نگهبان بخشی از این خانه بزرگ. بیایید با مشارکت در طرح‌ها و پروژه‌های مدیریت شهری، با احترام به منابع طبیعی، با اصلاح الگوی مصرف و سبک زندگی و باور داشتن به مسئولیت جمعی، گامی هرچند کوچک اما مؤثر در راه نجات زمین برداریم. چرا که زمین نه به سیاست وابسته است، نه به مرز. زمین، خانه همه ماست، و هر گامی که برای نجات آن برداشته می‌شود، آینده‌ای روشن‌تر را برای همگان رقم خواهد زد.

مسیری که طی‌شده و بر آینده مبهمی که در پیش رو داریم، بر مسئولیتی که بر دوش همه ما، از مردم گرفته تا مسئولین، سنگینی می‌کند. این روز نه فقط یک نماد، که فرصتی است برای بیداری وجدان‌های خفته و خاموش، و دعوتی است برای تجدید پیمان با زمینی که زیر پای ما، هر روز نفس کم‌تری می‌کشد.

در تقویم جهان، روزی هست به نام «زمین پاک». اما در تقویم زندگی ما، هر روز خدا، روز زمین است، روز پاسداشت و روز پاک‌داشت زمین!زمینی که دیگر نقشش به شماره افتاده و چشمانش غبار آلود و دود گرفته اش همچون دریاچه ارومیه از اشک خشکیده، و قلبش در تب‌وتاب توسعه‌ای بی‌جان می‌تپد. در چنین روزی، پرسشی بزرگ پیش روی ماست: آیا آن‌قدر که در ساخت برج‌ها و ساختمان‌ها و کارخانه‌ها موفق بوده‌ایم و پسماندهای غیر قابل تجزیه خود را در جای جای این کره ی خاکی پراکنده ایم و چشمه سارهای زلال را با بی‌مبالاتی‌های خود به شیرابه‌هایی تیره و سمی مبدل ساخته ایم و با برداشت‌های بی‌رویه آب سفره‌های زیرزمینی دشت‌های وسیع‌مان را به چاله‌های عظیم ناشی از فرونشست زمین مبدل نموده ایم و ... در نجات این زمین نیز کوشیده‌ایم؟

پاک و پاکیزه نگهداشتن زمین در راستای پاسداشت این نعمت الهی است، از این رو نایبستی برای حفظ این نعمت ارزشمند منتظر اقدامات دیگران، از دولتمردان سیاستمدار گرفته تا مدیران همیشه پای کار، باشیم، بلکه باید آستین‌های همت مان را بالا بزنیم و خود را برای نجات زمین، ترویج فرهنگ حفظ محیط زیست را از خانه خود آغاز کنیم، از زما نی



بیزن آقاییگی

زمین، مادر همه ما، سالی یک بار بیشتر مجال ندارد تا صدای ناله‌هایش در هیاهوی دود و فولاد و خاکستر شنیده شود. همین انسان‌ها گاهی آن‌قدر در روزمرگی‌های خود گم می‌شویم که فراموشمان می‌شود، روی چه نعمت عظیمی پا گذاشته‌ایم.

همین خاکی که زیر قدم‌هایمان آرام در حرکت است، همین آسمانی که بی‌ادعا سایه‌اش را بر سرمان می‌گستراند، همین رودخانه‌ای که نجواکنان از کنارمان می‌گذرد تا زمین تشنه‌ای را سیراب کند،

همین درختانی که سخاوتمندانه نفس‌مان را تازه می‌کنند و هم ممد حیات مان می‌گردند و هم مایه مفرح ذات مان می‌شوند.

اما آیا ما ق‌دردان این همه مهربانی بی‌پایان بوده‌ایم؟ آیا پاسخی سزاوار به این همه سخاوت بی چشمداشت داده‌ایم؟ روز زمین پاک، تلنگری‌ست به وجدان خفته‌مان.

این روز یادآور روزی است که باید در آیینیه طبیعت، خود را ببینیم و ببرسیم: «زمین، از ما چه دیده؟ جز زخم، جز دود، جز فریاد خاموشی رودها، دریاچه‌ها و جنگل‌ها؟»

زمین دیگر منتظر ما نمی‌ماند... یا باید امروز کاری کنیم، یا دیگر فردایی نخواهد بود.

فردایی بدون درخت، بدون باران، بدون پرندهای که آواز بخواند. زمین، مادر همه ما، سالی یک بار بیشتر مجال ندارد تا صدای ناله‌هایش در هیاهوی دود و فولاد و خاکستر شنیده شود

پس بیاییم این‌بار، «زمین» را نه فقط جشن بگیریم، بلکه از برای نجات آن برخیزیم. بیاییم به طبیعت همصدا شویم، نه در حرف، که در عمل.

امروز، روزی‌ست برای آغازی دوباره؛ با مسئولیت، با عشق، با احترام به زمینی که خانه‌مان است...

دوم اردیبهشت‌ماه، همزمان با روز جهانی «زمین پاک»، بهانه‌ای است برای مکنی کوتاه، اما عمیق؛ مکنی بر

اخبار

سیگاری‌ها ۳۵ هزار بنز را دود کردند

جدیدترین گزارش مرکز پژوهش‌های مجلس در ارتباط با مصرف سیگار و قلیان در ایران منتشر شده است. «اگر پول سیگارهایی که کشیدی رو جمع می‌کردی الان بنز خریده بودی» این جمله را سیگاری‌ها مکرر شنیده‌اند.

براساس به روز ترین گزارش مرکز پژوهش‌های مجلس ایرانی‌ها طی یکسال ۷۰ هزار میلیارد تومان خرج سیگار و قلیان کرده‌اند که با این پول می‌توان از آخرین مدل بنز ۳۵ هزار دستگاه خرید. فقط سال گذشته ۷۰ میلیارد نخ سیگار در ایران دود شده و هر فرد سیگاری به طور متوسط هر روز ۱۳ نخ سیگار کشیده است. ۹۸ درصد سیگار کشیده شده در ایران تولید داخل و ۲ درصد هم به صورت قاچاق وارد کشور می‌شود.

ساماندهی و تملک املاک «حیدر تکیه‌سی» برای بهبود زیرساخت‌های شهری ادامه دارد

شهرداری منطقه ۱۰ تبریز با عنم راسخ، ساماندهی، تملک و توسعه محور تاریخی حیدر تکیه سی را دنبال می‌کند. سعید مطلبی شهردار منطقه با بیان این خبر گفت: این منطقه با قدرت و برنامه‌ریزی و توان مضاعف در خصوص آزادسازی مکان‌ها و واحدهای تجاری واقع در طرح‌های مسیرگشایی تعیین شده در سطح منطقه، اقدامات توافقی، تخریب و بازگشایی را با قدرت اجرا می‌کند. وی افزود: در این راستا پیرو تملکات انجام شده در سنوات قبلی، یک ملک واقع در محور تاریخی حیدر تکیه سی با هدف رفع مشکلات ترافیکی و ایجاد مسیرهای جدید به‌منظور تسهیل عبور و مرور اهالی با هزینه ای بالغ بر ۴۱ میلیارد ریال توسط این منطقه تملک و آزادسازی گردید تا روند توسعه و ساماندهی این مسیر با سرعت و کیفیت بیشتری پیش برود.

آگهی مفقودی

کارت سبز خودروی سواری پژو ۲۰۶ مدل ۱۳۹۹ به رنگ سفید روغنی به شماره موتور ۱۱۳B۰۳۳۲۲۷۴ و شماره شاسی NAAP۴۱FEXLJ۰۷۸۲۲۴ به شماره انتظامی ۱۵ ایران ۱۲۵ و ۴۲ به مالکیت یلدا رنجبر مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد.



پیام آذربایجان

سه‌شنبه ۲ اردیبهشت ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۵۵

اقتصاد

اخبار

۳۶ درصد کارمندان آذربایجان شرقی در آستانه بازنشستگی هستند



رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی آذربایجان شرقی گفت: بر اساس برآوردهای دقیق آماری ۳۶ درصد از مجموع کارمندان این استان در مدت پنج سال آینده بازنشسته می‌شوند. حیدر فتح زاده افزود: باید از اکنون برای جایگزینی این تعداد در ادارات و سازمان‌ها و مهم‌تر از همه مراکز بهداشتی و درمانی چاره اندیشی شود.

وی توجه به حوزه بهداشت و درمان و مساله سلامت جامعه را یکی از زیربنای ترین مباحث علوم اجتماعی برشمرد و با تاکید بر اینکه نیروی انسانی مهمترین عنصر در توسعه این بخش است، اظهار کرد: متأسفانه به دلیل آمارهای رو به افزایش تعداد مرگ و میرها در آذربایجان شرقی و به موازات آن کاهش تعداد مولاید، آینده نظام سلامت استان با چالش‌های جدی مواجه است.

فتح زاده جمعیت آذربایجان شرقی بر اساس آخرین آمارهای اخذ شده را چهار میلیون و ۱۰۳ هزار و ۷۲۷ نفر اعلام کرد که ۴.۸ درصد جمعیت کل کشور را شامل می‌شود و بر همین اساس تعداد تخت‌های بیمارستانی استان نیز هفت هزار و ۸۹۷ عدد است که سهمی معادل میانگین کشور را به خود اختصاص داده است.

وی پیش‌بینی کرد: اوج بحران جمعیتی آذربایجان شرقی در سال ۱۴۱۵ رخ می‌دهد که در آن هنگام سهم افراد صفر تا ۱۴ ساله به شدت افت کرده و به پایین‌ترین رده در طول تاریخ خواهد رسید. به گفته وی در سال ۱۴۳۰ تنها ۱۷.۸ درصد مجموع جمعیت آذربایجان شرقی را افراد صفر تا ۱۴ ساله تشکیل می‌دهد و مهم‌تر اینکه ۱۷.۳ درصد مردم استان نیز کسانی خواهند بود که بالای ۶۵ سال سن خواهند داشت و طبق همین پیش‌بینی‌های مستند افراد ۱۵ تا ۶۵ استان نیز حدود ۶۵ درصد خواهند بود که این موضوع در روند توسعه و جبران نیروی انسانی کارآمد معضلات اساسی ایجاد می‌کند.

فتح زاده زمان شروع تهدید جمعیتی آذربایجان شرقی را سال ۱۴۱۰ اعلام کرد

وی کاهش نرخ باروری را از دیگر چالش‌های جمعیتی استان در زمان کنونی و سال‌های آینده برشمرد و با بیان اینکه نرخ باروری زنان استان در سال ۱۳۹۵ معادل ۱.۶ بود، گفت: این در حالی است که در سال ۱۳۳۵ این نرخ برابر با ۷.۶ بوده است.

رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی آذربایجان شرقی تعداد مولاید ثبت شده استان در سال ۱۳۹۵ را بیش از ۶۷ هزار نفر و تعداد مرگ‌ها را ۱۹ هزار نفر اعلام و اضافه کرد: این رقم به ترتیب در سال گذشته معادل ۴۰ هزار و ۲۸ هزار نفر بود. فتح زاده میانگین امید به زندگی در بین زنان آذربایجان شرقی را ۷۶.۵ و در میان مردان ۷۵ سال اعلام کرد.

برگزاری هجدهمین دوره نمایشگاه بین‌المللی شیرینی، شکلات و ماشین‌آلات مربوطه در تبریز



هجدهمین نمایشگاه بین‌المللی شیرینی، شکلات و ماشین‌آلات و صنایع وابسته، در محل دائمی نمایشگاه بین‌المللی تبریز برگزار می‌شود.

هجدهمین نمایشگاه بین‌المللی شیرینی، شکلات و ماشین‌آلات و صنایع وابسته در سالن امیر کبیر با شرکت مجموعه‌های تولیدی از استان‌های آذربایجان شرقی و غربی، تهران، اصفهان، قزوین، خراسان رضوی و البرز برگزار شد. این نمایشگاه از دوم الی پنجم اردیبهشت از ساعت ۱۵ الی ۲۱ در محل دائمی نمایشگاه بین‌المللی تبریز دایر است.

۳

مطالبات اصناف در طرح کالابرگ الکترونیکی تا هفته آینده پرداخت می‌شود

حساب انجام می‌شود. دبیری اظهار داشت: علت این تاخیر، تاخیر در دسترسی به بودجه مورد نظر با وجود تامین اعتبار صورت گرفته از سوی سازمان برنامه و بودجه بود اما در شرایط کنونی مشکلی وجود ندارد و روند تسویه با فروشگاه‌ها به تدریج در دست انجام است.

اظهار داشت: بودجه‌ای برای این منظور چندی قبل به تخصیص یافت که با تعدادی از فروشگاه‌های زنجیره‌ای متولی توزیع کالا برگ تسویه مالی صورت گرفت.

وی یادآور شد: به مدت یک هفته از تسویه با فروشگاه‌ها تاخیر داشتیم که حداکثر طی یک هفته آینده این کار انجام و با بقیه فروشگاه‌ها نیز تسویه

سختگوی طرح کالابرگ الکترونیکی گفت: تا هفته آینده با همه فروشگاه‌هایی که در این طرح همکاری دارند و اقلام مورد نظر را به هموطنان مشمول ارائه دادند، تسویه حساب صورت می‌گیرد.

مرجان دبیری درباره آغاز مرحله دوم طرح کالابرگ الکترونیکی در کشور و اینکه چه زمانی با فروشگاه‌های همکار در این طرح تسویه حساب صورت می‌گیرد،

سرانه مصرف ماهی و آبزیان در آذربایجان شرقی پایین‌تر از استاندارد ملی

***دانش‌آموزان؛ سفیران ترویج فرهنگ مصرف ماهی در خانواده و جامعه**



مشاور رئیس سازمان و سختگوی سازمان جهاد کشاورزی استان آذربایجان شرقی با بیان اینکه سرانه مصرف ماهی در جهان بالای ۲۰ کیلوگرم و در ایران ۱۴/۵ کیلوگرم در سال است ادامه داد: این میزان در آذربایجان شرقی ۸/۴ کیلوگرم در سال بوده که بسیار پایین‌تر از استانداردهای بین‌المللی و حتی ملی به شمار می‌رود.

وی با بیان اینکه سرانه مصرف ماهی در استان از رقم ۳۰۰ گرم دهه هفتاد به ۸/۴

اورج زاده گفت: پروژه‌های صنعت و معدن (توسعه شهرک‌های صنعتی و کمک به صنایع)، فرهنگ و هنر و گردشگری، توسعه و خدمات شهری، روستایی و عشایری، اداره امور عمومی (احداث، بهسازی مراکز اداری و دولتی و ...) و ورزش و تفریحات نیز ۱۰۰ درصد تامین اعتبار شده‌اند.

وی افزود: پروژه‌های آموزش عالی با مشارکت سه هزار و ۹۴۸ مودی و تامین ۹۲.۳۳ درصدی از اعتبار ۱۰۶ میلیارد و ۲۳۹ میلیون تومانی نیز اجرایی شده‌اند و برای پروژه‌های حمل و نقل (احداث راه، رفع نقاط حادثه خیز و ...) نیز چهار هزار و ۴۶۵ مودی مشارکت داشتند که ۹۳.۷۲ درصد از ۶۵ میلیارد اعتبار ۱۰۴ میلیارد تومان را تامین کرده‌اند. وی اظهار کرد: پروژه‌های منابع آب (آبرسانی، کشاورزی و محیط زیست، آب و فاضلاب و ...) با مشارکت ۲ هزار و ۸۱۹ مودی و تامین ۹۳.۷۲ درصد از ۶۵ میلیارد و ۵۰۰ میلیون تومان اعتبار اجرایی شده و پروژه‌های حفظ نظم و امنیت عمومی نیز با مشارکت هزار و ۲۸۳ مودی که میزان اعتبار لازم آن‌ها ۳۹ میلیارد میلیون تومان است،

مودیان آذربایجان شرقی در تکمیل ۷۳ طرح مشارکت کردند



۸۲.۸۶ درصد آن تامین اعتبار انجام گرفت. مدیرکل امور مالیاتی آذربایجان شرقی در خصوص طرح نشان‌دار کردن مالیات‌ها، تشریح کرد: این طرح در راستای مردمی‌سازی اقتصاد در مردادماه سال ۱۴۰۳ به‌صورت رسمی رونمایی شد و با ایجاد حس مشارکت در میان مودیان، انگیزه بیشتری برای پرداخت مالیات و ایفای نقش در توسعه ملی و استانی فراهم کرده‌است. وی تاکید کرد: این طرح به عنوان ابزاری در راستای شفاف‌سازی و مشارکت عمومی در تخصیص منابع، با هدف تامین هزینه‌های جاری کشور از محل درآمدهای مالیاتی و تقویت منابع پایدار دولت طراحی شده است.

مدیرکل امور مالیاتی آذربایجان شرقی از مشارکت مودیان استان در تکمیل ۷۳ طرح عمرانی استان در سال ۱۴۰۳ خبر داد. عیسی اورج زاده از اجرای موفق طرح نشان‌دار کردن مالیات‌ها و استقبال چشمگیر مردم از آن خبر داد و اظهار کرد: سال گذشته تعداد ۷۳ طرح در حال اجرای استان برای تکمیل از محل هزینه‌کرد درآمدهای مالیاتی معرفی شده بودند که تعداد ۲۵ هزار و ۷۲۳ مودی مالیاتی استان در تکمیل این طرح‌ها مشارکت کردند.

وی افزود: اجرای این طرح‌ها نیازمند ۵۶۲ میلیارد و ۱۸۹ میلیون تومان اعتبار بود که بیش از ۵۳۴ میلیارد و ۵۴۳ میلیون تومان آن‌ها معادل ۹۵.۰۸ درصد از محل مالیات پرداختی مودیان تامین شده است. وی ادامه داد: بیشترین اقبال مودیان مالیاتی استان از میان طرح‌های زیرساختی، پروژه‌های مربوط به آموزش و پرورش با مشارکت هفت هزار و ۱۱۶ مودی است که ۱۰۰ درصد از اعتبار مورد نیاز این طرح‌ها شامل ۱۵۲ میلیارد و ۱۷۴ میلیون تومان تامین شده است.

دلایل اعتراض کارگران ایران خودروی تبریز

کارگران از حق خود برای دریافت «مزایای عرفی» دفاع کردند



حاجی زاده تصریح کرد: در مجموعه تبریز ایران خودرو برخی مدیران بر این باور هستند که پرداخت مزایا و پاداش‌های

در اعتراض به عدم پرداخت حدود نیمی از مزایای پایان سال مربوط به عرف کارگاه، تجمع محدودی برگزار کرده و خواهان پاسخگویی مدیران شدند.

وی افزود: قرار بوده است که این مبالغ تا ابتدای اردیبهشت‌ماه در واحد تبریز ایران خودرو پرداخت شود که به دلیل مشکلات مالی و این موضوع که این شرکت بزرگ خودروساز زیان‌ده است، حدود ۴۰ درصد از مبالغ ردیف پرداختی مربوطه عقب افتاده است.

در نشست مشترک مدیرکل بازرسی و شهردار منطقه یک تبریز تاکید شد؛

ضرورت رفع چالش‌های اجرای ضوابط قانونی و ارتقاء شفافیت اداری

منطقه بازدید کرد و در جریان مسائل اجرایی و عملکرد بخش‌ها قرار گرفتند. شایان ذکر است در این نشست مشترک موسی زارعی مدیرکل بازرسی شهرداری تبریز، حمید شاهرودی شهردار منطقه یک به همراه مهدی خلیل‌زاده رئیس بازرسی و نظارت این اداره کل و بهزاد صادقی مدیر بازرسی منطقه یک حضور داشتند.

در پاسخگویی به شهروندان و ثبت و پیگیری مؤثر شکایات مردمی تأکید کرد و گفت: نظارت کارآمد زمانی محقق می‌شود که در کنار ارزیابی عملکرد، پیشنهاد اصلاح فرآیندها نیز ارائه گردد.

در پایان این نشست، مدیرکل بازرسی شهرداری تبریز به همراه شهردار منطقه ۲ از واحدها و پروژه‌های مختلف و سطح

رفع نارسایی‌ها، ارتقاء شفافیت اداری و بهبود پاسخگویی در دستور کار قرار گرفت.

موسی زارعی مدیرکل بازرسی شهرداری تبریز با تأکید بر نقش اصلاح‌گر بازرسی، هدف این بازدید را شناسایی گلوگاه‌ها، تقویت سلامت اداری و حمایت از روندهای قانون‌مدار دانست. وی بر لزوم رعایت دقیق ضوابط، تسریع

نشست مشترک مدیرکل بازرسی و شهردار منطقه یک تبریز با هدف ضرورت رفع چالش‌های اجرای ضوابط قانونی و ارتقاء شفافیت اداری برگزار شد.

در این دیدار، گزارشی از وضعیت پروژه‌های عمرانی، خدمات شهری، شهرسازی و نحوه پاسخگویی به مطالبات مردمی ارائه شد و محورهایی همچون تسریع در اجرای پروژه‌ها،



پیام آذربایجان

سه‌شنبه ۲ اردیبهشت ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۵۵

روانشناسی



درد دل افسردگی را درمان می‌کند؟

افسردگی نوعی بیماری است که با شیوه‌های گفتار درمانی و درمان دارویی چه در طب مدرن و چه در طب ایرانی به آن پرداخته می‌شود. اما شاید در متون و مقالات کمتر به مزایای درد دل و گفت وگویی فرد افسرده با دوستان خود به منظور کاهش آلام ناشی از افسردگی اشاره شده باشد.

افسردگی نوعی بیماری است که به دلایل شرایط بیرونی و درونی بروز پیدا می‌کند. عوامل بیرونی افسردگی می‌تواند شامل شرایط اقتصادی و اجتماعی، انواع مشغله‌های ذهنی، بی تحرکی و استرس‌های شدید کاری باشد. از سوی دیگر عوامل فیزیکی (بیرونی)، در برگرنده سبک نادرست تغذیه هستند. در این مطلب در گفت و گو با دکتر علیرضا یارقلی متخصص طب سنتی به مزایای گفت و گو و درد دل دوستانه با فرد افسرده برای پی بردن به دلایل افسردگی وی و همچنین مزیت‌های حضور فرد افسرده در جمع خانواده و دوستان و حضور وی در بیرون از خانه و طبیعت پرداخته‌ایم.

تاثیر داستان و فیلم و بوی میوه‌ها در درمان افسردگی

دکتر علیرضا یارقلی در ابتدا به راه‌های غیر دارویی درمان افسردگی اشاره می‌کند و می‌گوید: در ابتدا به طور کلی بگویم که بهترین چیز برای فرد افسرده دیدن یارانی است که همنشین هستند و او را دوست دارند. به این افراد به اصطلاح یاران و دوستان قدیمی می‌گویند. حتی دیدن مناظر و بناها و صحنه‌های زیبا می‌تواند به فرد افسرده کمک کند. شنیدن داستان‌ها و دیدن فیلم‌های قشنگ و هم صحبتی با دوستان و آشنایان و از خانه بیرون رفتن، این‌ها همه مواردی هستند که در کاهش ناراحتی یک فرد افسرده می‌توانند تاثیر داشته باشند. در نتیجه این کارهای ساده احتمالاً نیاز فرد به دارو نیز تا حد زیادی مرتفع خواهد شد. حتی نوشیدنی‌هایی مانند شربت گلاب و زعفران و حتی استفاده از زعفران در برنج هم می‌تواند کمک کننده باشد. بوئیدن برخی از میوه‌ها و سبزیجات مانند خیار، سیب و به، هم برای افسردگی خوب است.

جمع بهترین دوستان

این متخصص طب سنتی درباره مزایای حضور فرد افسرده در جمع دوستان و خویشاوندان خود می‌گوید: ما مقالات زیادی در این باره داریم که در آن‌ها به این موضوع پرداخته شده که بهتر است زمانی که فرد افسرده است با دوستانش بیرون برود، صحبت کند، گپ بزند و درد دل کند. البته دوستان وی باید از وضعیت روحی و افسردگی وی کاملاً آگاه باشند تا با حرف‌های خود وی را بیشتر ناراحت نکنند تا بیشتر در خود فرو رود. یک دیدار ساده و حرف‌های خودمانی غیر جدی هم در زمان صرف قهوه و چای نیز در بهبود وضعیت فرد افسرده موثر است.

آفت تنهایی

این متخصص طب سنتی با بیان اینکه یکی از بدترین آفت‌های افسردگی که آن را تشدید نیز می‌کند تنهایی و گوشه نشینی است، می‌گوید: اگر فردی می‌خواهد به دوست افسرده خود کمک کند باید

او را همراه خود به جمع‌های دوستانه و خانوادگی ببرد. اگر فرد افسرده تمایل به آمدن نداشت باید با اصرار او را با خود ببرد. البته شاید فرد افسرده دوست نداشته باشد در این وضعیت به دیدار دوستان و اعضای خانواده به خانه آن‌ها برود، در نتیجه دوستان باید پیش وی بروند و با وی دیدار کنند. البته در دیدار اول نباید تعداد زیادی به خانه وی بروند و کلافه‌اش کنند. اول باید یک نفر به دیدارش برود، دفعه بعد دو نفر و سپس سه تا در نهایت تعدادشان بیشتر شود و مقاومت فرد افسرده شکسته شود. زمانی که فردی افسرده می‌شود در برابر دیدن دوستان و اعضای خانواده خود به طور ناخواسته یا ناآگاهانه مقاومت می‌کند. در زمان افسردگی فرد حوصله خود را نیز ندارد چه رسد به اینکه حوصله دیدار با دیگران را داشته باشد.

تاثیر حرف زدن درباره مشکلات

دکتر یارقلی سپس به مزیت گفت و گو و درد دل با فرد افسرده اشاره می‌کند و می‌گوید: حرف زدن و درد دل کردن با فرد افسرده خیلی در کاهش ناراحتی‌های وی موثر است. همین که فرد افسرده شروع به حرف زدن کند و با دوستش درباره مشکلات خود حرف بزند، متوجه خواهد شد مشکلاتش در آن حد که فکر می‌کرد حاد و لاینحل نیستند. به ویژه صحبت کردن فرد افسرده با آدم‌های مثبت و افرادی که خود افسرده نیستند موثرتر است. در برخی مواقع فرد افسرده ممکن است مشکلات بزرگی داشته باشد. کافی است به فرد افسرده بگوئیم مشکلات خود را فهرست کرده و به تدریج آن‌ها را حل کند.

با «حال عالی» احساسات را تغییر دهید

غیرزرد رقمی بسیار جالب توجه است. دیوید برنز در کتاب حال عالی به دنبال این نیست که ثابت کند حال مردم خوب نیست؛ چون چیزی در آن‌ها درست کار نمی‌کند! او در این کتاب به مخاطبش آموزش می‌دهد که حال او خوب نیست؛ چون اتفاقاً چیزی در درون او کاملاً درست کار می‌کند!

برای حل مشکلات، با دیگران صحبت کنید



می‌تواند شما و فرد مقابل را به تفکر درباره گفت‌وگو و ارتباط وادار کند. از سوی دیگر، بعضی افراد برای فرار از سکوت اقدام به صحبت کردن بدون فکر می‌کنند که این مسئله می‌تواند باعث ناراحتی و سوء تفاهم در ارتباط شود. پس گاهی سکوت نجات دهنده است. تمرکز بر گفت‌وگو و جلوگیری از پرت شدن حواس از بهترین راه‌ها برای ارتباط موثر است

مسائل را حل نشده باقی نگذارید

باقی ماندن مسائل پیچیده و حل نشده ممکن است باعث بروز سوء تفاهم و اختلال در رابطه شود. اگر نمی‌توانید فوراً یا طی یک جلسه مسائل و سوء تفاهم‌های ایجاد شده را برطرف کنید، سعی کنید برای رفع آن‌ها قرار ملاقات بعدی بگذارید. باقی ماندن مشکلات حتی ممکن است باعث شود که حرف‌های صادقانه و درست طرف مقابل دچار سوء برداشت شود.

بدانید که همه چیز وابسته به شما نیست

فراموش نکنید که شما فقط یک سوی ماجرا هستید و همه چیز وابسته به شما نیست. ممکن است شما صراحت و آگاهی کافی را در رابطه داشته باشید، اما طرف مقابل فاقد آن‌ها باشد. در چنین شرایطی تلاش‌های شما برای برقراری ارتباط موثر بی‌فایده خواهد بود و فقط باعث آزار و خستگی شما خواهد شد. بهترین رابطه‌ها آن‌هایی هستند که بر مبنای شفافیت و صداقت شکل گرفته و تداوم پیدا می‌کنند.

نکات: اگر متوجه شدید کسی با دیگران بد رفتاری می‌کند، به او تذکر دهید. مبارزه با ظلم و امر به معروف و نهی از منکر بهترین کار است. هر زمان که واجب بود، این کار را انجام دهید.

حرف آخر

ارتباط ما با دیگران تا حد زیادی می‌تواند زندگی ما را تحت تاثیر قرار دهد. مهارت‌های ارتباطی باعث می‌شوند که با خانواده، همکاران و... ارتباط مثبت یا منفی برقرار کنیم و این نوع ارتباط تمام جنبه‌های زندگی را درگیر خود خواهد کرد. عجیب نیست اگر بگوئیم که روابط انسان‌هاست که دنیا را اداره می‌کند. برقراری ارتباطات موثر به یادگیری مهارت‌هایی تخصصی بستگی دارد که در عین سادگی بسیار اثرگذار و حیاتی هستند. برای این که بتوانید با دنیا و افراد آن تعامل خوبی داشته باشید، لازم است آن‌ها را یاد گرفته و به کار ببرید. ارتباط با دیگران کلید دستیابی به تعاملات اجتماعی موفق است.

عصبانی هستید و احساس می‌کنید که نمی‌توانید روی خشم‌تان کنترل داشته باشید، سرزن را به کار دیگری مشغول کنید. می‌توانید کتاب بخوانید، با دوستی صحبت کنید، هر کاری که فکر می‌کنید می‌تواند شما را آرام کند و عصبانیت‌تان را کم کند را انجام دهید.

برای حل مشکلات با دیگران، ارتباط موثر و محترمانه بسیار اهمیت دارد. در زیر چند مرحله برای صحبت کردن با دیگران به شکل موثر را برای شما آورده‌ایم:

شروع صحبت با احترام: هنگامی که می‌خواهید مشکلاتتان را مطرح کنید، ابتدا با احترام و مهربانی به طرف مقابل خود خوشامد بگویید.

تعریف مشکل: به طور واضح و صادقانه مشکل خود را توضیح دهید، اما از اظهار نظرهای تهاجمی یا محکوم کننده پرهیز کنید.

گوش دادن: قبل از اینکه حرف بزنید، به طرف مقابل فرصت دهید تا نظرات و دیدگاه خود را بیان کند. گوش دادن به طرف مقابل احترام به او نشان می‌دهد.

ارائه راه‌حل: پس از شنیدن دیدگاه طرف مقابل، به همراه او به دنبال راه‌حل‌های ممکن برای حل مشکل مشترک بگردید.

توافقی و تعهد: در پایان، توافقی کنید که به راه‌حل انتخاب شده عمل کنید و تعهد داشته باشید که برای حل مشکل کوشا خواهید بود.

بخش‌های سه گانه ارتباطات گفتاری را بشناسید کلامی

واضح است که ادای کلمات در قالب گفتار روی می‌دهد. به همین دلیل بیشتر مردم فقط بر عنصر کلامی ارتباط متمرکز هستند؛ در صورتی که ارتباط کلامی تنها بخشی از کل پیام است.

آوایی

این بخش در ارتباطات بسیار مهم است و شامل لحن گفت‌وگو، آفت و خیز آن و تشدید آوا در گفت‌وگو است.

بصری

این بخش شامل حرکت، زبان بدن و صورت است. تصاویر بصری، پیام‌های آگاهانه و ناخودآگاهی را منتقل می‌کنند. زبان بدن هم می‌تواند باعث افزایش اثربخشی کلام و یا تضعیف آن شود.

از سکوت هوشمندانه استفاده کنید

در ارتباط با دیگران سعی نکنید گفت‌وگوی پیوسته و مداوم داشته باشید. وقفه گهگاهی

ارتباطات یکی از موضوعات اجتماعی پیچیده و حیاتی در جوامع است. برقراری ارتباط با دیگران به نحو موثر می‌تواند بسیار تعیین کننده و سونوشت‌ساز باشد. آن‌چه در این زمینه مهم است، کسب مهارت در برقراری ارتباط خوب و کارآمد با دیگران است. برای این که به چنین ارتباطی دست پیدا کنیم، لازم است مهارت لازم در این زمینه را به دست آوریم.

قدم اول، بر خشم خود غلبه کنید و آرام باشید. اگر احساس می‌کنید عصبانی هستید و می‌خواهید با فحش و ناسزا خشم خود را خالی کنید، به جای این کار سعی کنید خودتان را آرام کنید. چند نفس عمیق بکشید و به چیز دیگری فکر کنید، عبارتی مثل، (آرام باش)، یا (سخن نگیر) را با خود تکرار کنید یا خود را در فضایی آرام و دلچسب تصور کنید. قدم دوم، با کلی گویی‌های تان از همه چیز شکایت نکنید، اگر از کسی انتقادی دارید، روشن و واضح آن را بیان کنید و بگویید کدام قسمت از کار آنها اشتباه است، طوری این کار را انجام دهید که سو تفاهم نشود و طرف مقابل از حرف شما برداشت شخصی نکند. _ (فلان کار تو منو دیوونه می‌کنه)، یا (این کارت خیلی خود خواهیه)، چنین عباراتی از «چرا من انقدر دارم تلاش می‌کنم؟ تو هیچوقت هیچپو نمی‌فهمی»، یا (تو فقط به فکر خودتی) بهتر هستند، چون عبارات دومی کل شخصیت فرد را زیر سوال می‌برند.

قدم سوم، نظرات تان را کامل و واضح تشریح کنید، گاهی بی احترامی افراد ناشی از این است که می‌خواهند بدون تامل و درنگ نظرات شان را اعلام کنند، سعی کنید توضیحات تان واضح و کامل باشد. اینکه دیگران منظور شما را به خوبی متوجه شوند بهتر از این است که حدس بزنند مقصود شما چه چیزی بوده است.

قدم چهارم، اگر کسی شما را ناراحت کرد، مستقیماً به او بگویید که از این رفتار او ناراحت شده‌اید، به دیگران اجازه ندهید به شما بی احترامی کنند این کار باعث خصومت و دشمنی می‌شود. از عبارتی که با (من) شروع می‌شوند استفاده کنید، زمانی که می‌خواهید از کسی به خاطر رفتار نامناسبی که با شما داشته، شکایتی کنید، از این عبارات استفاده کنید و به او بگویید که شما راجع به رفتار او چه احساسی دارید:

مثلاً بگویید، (من از این مدل حرف زدن تو ناراحت میشوم)، ضمن اینکه چنین عباراتی، (خیلی بی ادبی)، یا (چطور می‌تونی انقدر تحقیرآمیز با من رفتار کنی؟)، مناسب نیستند.

قدم پنجم، برای مدتی با کسی که از او ناراحت هستید صحبت نکنید، اگر از کسی خیلی ناراحت و

کتاب درمان افسردگی یک راهنمای روانشناسانه است که به افزایش تاب‌آوری، غلبه بر مشکلات احساسی و توسعه‌ی فردی منجر می‌شود. نویسندگان این کتاب از تجربه‌ی درمان افسردگی در طول صد سال استفاده کردند تا یک راهنمای جامع و کامل را برای شناختن عواطف خود و بهبودی پیدا کردن از سرماخوردگی روانی (افسردگی) طراحی کنند.

بخش اول کتاب به مخاطب کمک می‌کند با خودش آشنایی پیدا کند و سیستم ارزشی خود را بنا کند. بناکردن

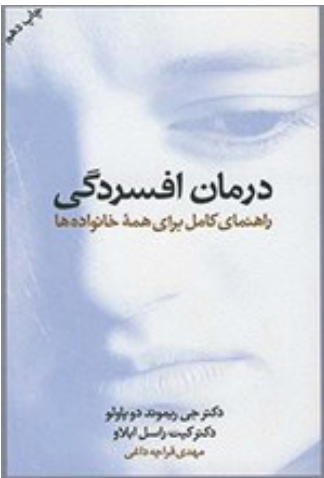
سیستم ارزشی به معنای این است که فرد اولویت‌های خود را تعریف می‌کند و اصولی که برایش ارزشمند است را می‌شناسد. در این بخش علاوه بر مباحث نظری، یک مجموعه‌تمرین برای مهربانی و پذیرش سالم هم ارائه شده است. این تمرین‌ها به افراد کمک می‌کند تا روابط بهتری ایجاد کرده و اعتماد به نفس خود را احیا کنند.

بخش دوم کتاب تمرین‌های عملی و متدهایی برای مواجهه‌شدن باالغانه با دنیا ارائه می‌دهد و فرد را به سمت فردیت

کتاب «درمان افسردگی» غلبه بر مشکلات احساسی

یافتگی و مسئولیت‌پذیری سوق می‌دهد. تمرین‌های این بخش عادت‌های مفید و سازنده‌ای مثل مدیریت زمان، اهمیت دادن به سلامت جسمی، افزایش شادی و خلاقیت و زندگی سالم و همچنین ساختن رابطه‌ی عاطفی دلچسب را آموزش می‌دهد.

بخش سوم کتاب تکنیک‌های آمووده شده‌ای را آموزش می‌دهد تا مخاطب بتواند از سختی‌های احساسی مثل نگرانی، وحشت‌زدگی، کج‌خلقی، خشم و اعتیاد عبور کند.



معرفی کتاب

مدیر ستاد دیه آذربایجان شرقی گفت: بانوی جوان تبریزی با حضور در ستاد دیه آذربایجان شرقی، هدیه تولد خود را برای آزادی زندانیان غیرعمد اختصاص داد. رسول تقی پور اظهار کرد: این بانوی نیکوکار با اهدای ۷۰۰میلیون ریال به این ستاد، گام بلندی در کاهش آلام خانواده‌های نیازمند و زندانیان غیرعمد برداشت این حرکت نیک‌اندیشانه، نه تنها باعث آزادی زندانیان نیازمند

درخشش ورزشکاران آذربایجان شرقی در رقابت های مسابقات انتخابی تیم ملی بدمینتون دختران



زیر ۱۷ سال: آیسان زارعی (آذربایجان شرقی)، مهدیه هوشمند نهند (آذربایجان شرقی) زیر ۱۵ سال: سپیده صادقی (مرکزی) مبینا سالاری (آذربایجان شرقی)

بدمینتون بازان آذربایجان شرقی در رقابت‌های مسابقات انتخابی تیم ملی بدمینتون دختران درخشان ظاهر شدند. مسابقات انتخابی تیم ملی برای شرکت در رقابت‌های آسیای میانه در رده‌های سنی زیر ۱۷ و ۱۲ سال دختران در تاریخ ۳۰ و ۳۱ فروردین‌ماه در محل فدراسیون بدمینتون تهران برگزار شد. در رده سنی زیر ۱۷ سال، بازیکنان آیسان زارعی، سیده آرتینا آقاپور، هانا ملاکریمی، رویا عرب اسماعیلی، مهدیه هوشمند و بهار غریبی حضور داشتند. در رده سنی زیر ۱۵ سال نیز مبینا سالاری، سپیده صادقی، زهرا امینی و زینب صالحی‌زاده به رقابت پرداختند. در پایان این رقابت‌ها، نفرت منتخب تیم ملی برای اعزام به مسابقات آسیای میانه به شرح زیر معرفی شدند:

هدیه تولد بانوی جوان تبریزی صرف آزادی زندانیان غیرعمد شد

شد بلکه با فرهنگ سازی مناسب بارقه‌ای از امید و مهربانی را در دل جامعه روشن کرد. وی اظهار کرد: خیر یاد شده پس از آشنا شدن با فعالیت‌های ستاد دیه، تصمیم گرفت بهترین کادوی تولدش را برای کمک به آزادی همتوعان دادند. وی با تأکید بر لزوم فرهنگ‌سازی در این زمینه، گفت: باید هزینه‌های اضافی و تشریفات مراسم‌ها جای خود را به کمک‌های انسان‌دوستانه بدهد،

اگر همه به فکر یکدیگر باشیم، دنیا جای بهتری خواهد بود. مدیر ستاد دیه آذربایجان شرقی با تجلیل از این حرکت خدایسندانه، اظهار کرد: در یک سال گذشته، شاهد چندین مورد اهدای کادوی تولد توسط نیک‌وکاران بوده‌ایم که این اقدام، حرکتی ارزشمند و خدایسندانه است.

درخشش دانشجوی تبریزی در المپیاد ملی فرش دستباف ایران



در شانزدهمین دوره المپیاد ملی فرش دستباف ایران که به میزبانی شهر اصفهان برگزار شد، الهام وحیدی، دانشجوی رشته فرش از دانشگاه هنر اسلامی تبریز، موفق به کسب مقام دوم گرایش طراحی شد.

همچنین در این دوره، امیررضا بهشتی (مرمت)، سودا جودت (بافت) و نگین میرزاجان‌پور (رنگرزی) نیز به عنوان نمایندگان این دانشگاه حضور داشتند.

دانشگاه هنر اسلامی تبریز به عنوان تنها دانشگاه کشور با دانشکده مستقل فرش، با حضور فعال دانشجویان خود در این رویداد ملی، بار دیگر نقش

تجمل گرایی خانواده‌ها به مانع بزرگ فرزندآوری تبدیل شده

بیشتر محقق نمی‌شود؛ باید برای ماندگاری زندگی نیز سرمایه‌گذاری کرد. تا زمانی که زیرساخت‌های ایمنی و سلامت مغفول بمانند، سیاست‌های جمعیتی نه تنها به نتیجه نمی‌رسند، بلکه گاه به ضدخود بدل می‌شوند.

از سوی دیگر نباید فراموش کرد که مسائل فرهنگی اصل و اساس تغییر نگرش بین مردم است. یک مسئله فرهنگی در جامعه ما ظهور کرده به نام تجمل‌گرایی؛ برای مثال در بحث ازدواج موانعی چون مهریه سنگین و جهیزیه که در آن تجمل‌گرایی دیده می‌شود، وجود دارند. در واقع این یک مسئله فرهنگی مهم است که برای رفع آن نیاز به اقداماتی فراتر از گفتار درمانی داریم.

در نهایت شاید بهتر باشد که قبول کنیم سیاست جمعیتی باید از حوزه باروری و برنامه‌ریزی خانواده فراتر برود و تمامی رفتارهای اجتماعی و انسانی را که بر متغیرهای جمعیتی تأثیر می‌گذارد در بر بگیرد.



جمعیت سخن می‌گوید: آماری که برای هر نهاد تصمیم‌گیرنده‌ای باید زنگ خطر باشد.

نمی‌توان از یک سو بودجه‌های سنگین برای ترویج فرزندآوری درنظر گرفت و از سوی دیگر، چشم بر جاده‌هایی بست که هر روز فریانی می‌گیرند.

اگر قرار است سیاست‌های جمعیتی اثربخش باشد، باید نگاهی جامع و دوسویه داشت. جوانی جمعیت فقط با تولد

سیاست‌های جوان‌سازی می‌توانند روند پیری را کند کنند، نه متوقف.

اما شاید کمتر به این فکر شده باشد

که در دل همین سیاست‌های جمعیتی، تناقضی آشکار وجود دارد؛ وقتی جوانان ما بر اثر تصادف از دست می‌روند، دیگر فرزندى به دنیا نمی‌آید که آینده‌ای را بسازد. آمار سالانه ۲۰ تا ۳۰ هزار مرگ ناشی از تصادفات جاده‌ای، از تأثیر منفی ۷ تا ۸ درصدی این مرگومیرها بر رشد

طی ۲ دهه گذشته میزان باروری در ایران به زیر سطح جایگزینی یعنی کمتر از ۲ فرزند به ازای هر زن رسیده است و این امر مسئولان و برنامه‌ریزان کشور را به تکاپو واداشته تا در راستای ایده‌های افزایش باروری سیاست‌هایی را در دستور کار قرار دهند.

در سال‌های اخیر، سیاست‌گذاران با تصویب قوانینی همچون «جوانی جمعیت» تلاش کرده‌اند سدی را که در مسیر رشد جمعیت ایران شکل گرفته، بشکنند، اما به نظر می‌رسد این مسیر، پیچیده‌تر و پر هزینه‌تر از آن باشد که صرفاً با مشوق‌های مالی یا قانونی قابل عبور باشد. واقعیت این است که انتظار معجزه از این نوع قانونگذاری‌ها، انتظاری ساده‌انگارانه است. واقعیت این است که روند سالمندی جمعیت ایران نه تنها متوقف نشده، بلکه به سرعت در حال اوج‌گیری است. براساس پیش‌بینی‌ها، تا سال ۱۴۲۰، از هر ۵ ایرانی، یک نفر سالمند خواهد بود؛ این نسبت در دهه بعد به یک‌سوم جمعیت کشور می‌رسد. این یعنی در بهترین حالت،

ادامه از صفحه اول

شغل‌هایی بی‌تابلو، درآمدهایی بی‌حساب؛ شقای تن یا خرافه دیروز؟

شهرها و نه فقط تبریز به کار مشغول‌اند که نام‌شان برای همه آشناست: شکسته‌بندها یا «سینخ‌چی» ها به زبان ترکی. آنها بدون تابلو، بی‌مدرک، اما با شهرتی دهان‌به‌دهان، اولین مرجع مراجعه بسیاری از مردم در مواقع شکستگی و در رفتگی هستند. نسخه‌شان ساده است اما محکم؛ زرده تخم‌مرغ، دنبه، زردچوبه، یک پارچه نخی و چند تکه نی. تشخیص‌شان از روی لمس و نگاه است، و کارشان چنان جا افتاده که در برخی محلات، حتی پیش از آن‌که آمبولانس خبر شود، مردم سراغ شکسته‌بند محل می‌روند.

شکسته‌بندها؛ تجربه‌ای قدیمی در کنار دانش پزشکی نوین

محمد زاهدنیا پزشک طب ایرانی در خصوص شغل کاذب شکسته بندی گفت: با پایان دوره عمومی پزشکی، پزشکان وارد دوره تخصصی یا رزیدنتی می‌شوند.

رزیدنت‌های ارتوپدی طی سال‌های آموزش خود با انواع شکستگی‌ها و در رفتگی‌ها آشنا می‌شوند و با چند مورد شکستگی روبه‌رو می‌شوند و تجربه‌های درمانی بسیاری کسب می‌کنند. با این حال، در جامعه همچنان افرادی با عنوان «شکسته‌بند» فعالیت دارند که مهارت خود را نه از دانشگاه بلکه به‌صورت سنتی و سینه‌به‌سینه از استادان و پیشینیان خود آموخته‌اند و یک سری فنونی را می‌دانند که

مشتی‌های‌شان نه کم‌اند، نه بی‌اعتقاد؛ بلکه گاه تا ساعات‌ها در صف می‌مانند تا دستی به پشت‌شان کشیده شود، جمله‌ای آرام زمزمه شود و بار سنگین ترس با چشم‌نظر از دوش‌شان برداشته شود. بندی‌چی‌ها، زن و مرد، در خانه‌هایی معمولی، اما با مراجعات غیرمعمول پذیرای مردمی هستند که به جای مطلب، پشت در خانه‌ای در حاشیه شهر صف کشیده‌اند.

ماجرا اما از آنجا جالب‌تر می‌شود که بدانید امروز دیگر بندی‌چی‌ها هم برای خود منشی دارند، هزینه ویزیت می‌گیرند که در مواردی به ۱۰۰ هزار تومان برای چند دقیقه هم می‌رسد و با نگاهی حرفه‌ای به شغل خود نگاه می‌کنند؛ شغلی که در گذشته نه نامی داشت و نه بهایی، تنها احساسی بود از همدردی مادر بزرگی مهربان که دستی بر شانه کودک می‌کشید و می‌گفت: چیزی نیست عزیزم، ترسیده‌ای، خوب می‌شوی.

امروز اما همان حبیب همدلی، لباس تجارت به تن کرده؛ و پرسش‌نی جدی در ذهن شکل می‌گیرد: این درآمد نجومی پنج دقیقه‌ای، واقعی است؟ و اگر هست، چرا این شغل هنوز از دید رسمی پنهان مانده؟

در کنار بندی‌چی‌ها، گروه دیگری نیز در



پیام آذربایجان

سه‌شنبه ۲ اردیبهشت ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۵۵

زندگی

ادامه از صفحه اول

جوانان دهه ۶۰، سالمندان تنهای آینده؟

* تا ۱۴۳، بیش از یک‌سوم جمعیت ایران سالمند می‌شوند



کاری و خانوادگی کاهش می‌یابد، و در دوران سالمندی بار دیگر افزایش پیدا می‌کند اما متأسفانه، باورهای نادرست جامعه باعث شده که سالمندان به جای لذت بردن از این دوران، احساس انزوا و ناامیدی کنند.

یک‌سوم عمر در بازنشستگی و سالمندی سپری می‌شود؛ برنامه‌ای برای آن داریم؟

رئیس انجمن علمی طب سالمندی ایران با تأکید بر اینکه به‌طور میانگین، یک‌سوم عمر افراد در دوره بازنشستگی و سالمندی سپری می‌شود، خاطرنشان کرد: سن بازنشستگی در ایران ۵۲ سال و امید به زندگی ۷۶ سال است. این یعنی افراد به‌طور متوسط بیش از دو دهه پس از

در حال حاضر ۸۰ هزار سالمند در کشور

دچار تجرد قطعی هستند، اما این رقم تا

چند سال آینده به ۲ میلیون و ۷۰۰ هزار

نفر خواهد رسید. از این‌رو، همان‌طور که

قرارگاه جمعیت برای سیاست‌گذاری در

حوزه جوانی تشکیل شد، تشکیل قرارگاه

پیری جمعیت نیز یک ضرورت است

بازنشستگی زندگی می‌کنند اما برای این بخش از زندگی خود برنامه‌ای دارند؟ بسیاری از افراد تصور می‌کنند که با بازنشستگی، زندگی آن‌ها نیز به پایان می‌رسد، درحالی که آن‌ها فقط از کار بازنشسته می‌شوند، نه از زندگی.

وی با اشاره به این تصور اشتباه که همه سالمندان بیمار می‌شوند، تصریح کرد: برخلاف این باور رایج، فقط ۱۰ درصد سالمندان به آرایمر و ۴۰ درصد به بیماری‌های قلبی-عروقی مبتلا می‌شوند. این آمار نشان می‌دهد که با برنامه‌ریزی و سبک زندگی سالم، می‌توان دوران سالمندی را با سلامت و نشاط سپری کرد.

سالمندی در ایران؛ یک بحران در حال وقوع

دلبری با اشاره به سرعت بالای رشد سالمندی در کشور توضیح داد: از سال ۱۳۵۵ تا ۱۳۹۵، طی ۴۰ سال، جمعیت سالمندان کشور از ۵ درصد به ۱۰ درصد افزایش یافت اما این روند در کشورهای توسعه‌یافته حدود ۱۰۰ سال طول می‌کشد. در حال حاضر، ۱۱.۵ درصد جمعیت ایران سالمند است و پیش‌بینی می‌شود که این رقم تا سال ۱۴۲۰ به ۲۰ درصد برسد. چنین رشدی در هیچ کشور دیگری مشاهده نمی‌شود.

رئیس انجمن علمی طب سالمندی ایران با اشاره به زمان‌بر بودن سیاست‌گذاری در حوزه سالمندان افزود: تدوین سند ملی سالمندان ۱۷ سال زمان برد، در حالی که ۱۷ سال دیگر، جمعیت سالمندان ایران دو برابر خواهد شد اما آیا این بحران با سیاست‌های جوانی جمعیت برطرف می‌شود؟ پاسخ منفی است، زیرا چالش پیری جمعیت به مراتب پیچیده‌تر از چالش کاهش جمعیت جوان است.

تجرد قطعی ۸۰ هزار سالمند

وی با هشدار درباره آینده سالمندی در ایران تأکید کرد: در حال حاضر ۸۰ هزار سالمند در کشور دچار تجرد قطعی هستند، اما این رقم تا چند سال آینده به ۲ میلیون و ۷۰۰ هزار نفر خواهد رسید. از این‌رو، همان‌طور که قرارگاه جمعیت برای سیاست‌گذاری در حوزه جوانی تشکیل شد، تشکیل قرارگاه پیری جمعیت نیز یک ضرورت است، زیرا در سال ۱۴۳۰، بیش از یک‌سوم جمعیت ایران سالمند خواهند بود.

دلبری با هشدار به جوانان دهه ۶۰ تصریح کرد: افرادی که تاکنون برای ازدواج اقدامی نکرده‌اند، باید به این نکته توجه کنند که در ۷۰ سالگی، نیاز به هم‌راه و مراقب خواهند داشت. با افزایش سالمندان تنها، مسئله مراقبت از آن‌ها به یکی از چالش‌های مهم اجتماعی و اقتصادی کشور تبدیل خواهد شد.



پیام آذربایجان

سه‌شنبه ۲ اردیبهشت ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۵۵

تندرستی و تحرک

ایستگاه ورزش

دختر! نباید سیکس پک داشته باشی



داشتن عضلات شکمی برجسته یا همان سیکس پک برای زنان، به خودی خود ناسالم نیست. اما رسیدن به آن، تنها در صورتی مفید است که بدن تحت فشار بیش از حد قرار نگیرد و اصول علمی تغذیه و تمرین رعایت شود. در نهایت، مهم‌ترین معیار موفقیت در تناسب اندام باید سلامت جسم و روان باشد، نه فقط تعریف عضلات. تناسب اندام، ساختن بدنی عضلانی و فرم‌گرفته دیگر فقط دغدغه مردان نیست. بسیاری از زنان نیز به‌دنبال ساختن عضلاتی تعریف‌شده، به‌ویژه در ناحیه شکم هستند. اما این پرسش مطرح می‌شود: آیا داشتن سیکس پک برای زنان سالم است یا ممکن است تهدیدی برای سلامت بدن زنانه محسوب شود؟

تفاوت فیزیولوژیک بدن زنان با مردان

بدن زنان به‌طور طبیعی دارای درصد چربی بیشتری نسبت به بدن مردان است. این چربی برای تنظیم عملکرد هورمونی، حفظ چرخه قاعدگی، سلامت پوست و مو و ذخیره انرژی برای شرایط خاص (مانند بارداری) ضروری است. درصد چربی سالم برای بدن زنان در شرایط عادی بین ۲۰ تا ۳۰ درصد و برای ورزشکاران حرفه‌ای بین ۱۶ تا ۲۰ درصد است. با این حال، زمانی که درصد چربی بدن به زیر ۱۶ درصد کاهش پیدا کند، بدن با مشکلاتی روبه‌رو می‌شود که می‌تواند پیامدهای بلندمدتی داشته باشد.

خطرات کاهش شدید چربی بدن در زنان

از مهم‌ترین عوارض کاهش شدید چربی در زنان می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- اختلال در چرخه قاعدگی (آمنوره):** کاهش سطح چربی بدن ممکن است منجر به قطع کامل قاعدگی شود. این پدیده نه‌تنها نشانه‌ای اختلال در سلامت باروری است، بلکه نشانه‌ای از عدم تعادل هورمونی نیز به شمار می‌آید.
- پوکی استخوان:** با کاهش استروژن در بدن، تراکم استخوان به‌مرور کاهش می‌یابد و خطر شکستگی بالا می‌رود.
- کاهش انرژی، خستگی مزمن و ضعف سیستم ایمنی:** بدن بدون چربی کافی نمی‌تواند انرژی لازم برای فعالیت‌های روزمره و دفاع از خود در برابر بیماری‌ها را تأمین کند.
- تغییرات خلق‌و‌خو، ریزش مو و خشکی پوست:** همه این علائم می‌توانند نشانه‌هایی از آسیب‌های ناشی از کمبود چربی سالم در بدن باشند.

عضله‌سازی هدف است یا ظاهر؟

سیکس پک به‌خودی‌خود نشانه بدی نیست. اگر با تمرین اصولی، تغذیه متعادل و سبک زندگی سالم به دست آید، می‌تواند نشانه‌ای از سلامتی و آمادگی جسمانی باشد. اما اگر هدف، صرفاً رسیدن به ظاهری خاص با روش‌های سخت‌گیرانه یا ناسالم باشد، بدن در معرض خطر قرار می‌گیرد.

بهترین راه‌ها برای رطوبت‌رسانی مو

داشتن موهای سالم، براق و فوق‌العاده نرم یک آرزوی تقریباً جهانی است که کلید رسیدن به آن در رطوبت‌رسانی موها نهفته است. استفاده زیاد از شست‌و‌اش، ترکیبات شیمیایی و ابزارهای حرارتی از جمله مواردی هستند که نیاز به رطوبت را در مو افزایش می‌دهند. این روش‌ها اگرچه کمک می‌کنند موها را در زمان کوتاهی بپاراییم، اما باعث خشکی، شکستگی و موخوره نیز خواهند شد. بنابراین چگونه می‌توان سلامت موها را به آن‌ها بازگرداند؟

در ادامه به چند توصیه در این زمینه خواهیم پرداخت.

۱- استفاده از شامپو و نرم‌کننده رطوبت‌رسان

از شامپوهای آب‌رسان و نرم‌کننده‌های قوی مناسب برای نوع موهای خود استفاده کنید. در انتخاب نرم‌کننده می‌توانید به سراغ محصولات بی‌بروید که به موهایتان رطوبت بیشتر می‌دهند. این محصولات می‌توانند رطوبت از دست‌رفته موهای خشک را جبران و به تغذیه آن کمک کنند.

۲- آب‌کشی با آب سرد

شست‌وشوی موها با آب داغ می‌تواند رطوبت و چربی طبیعی آن را از بین ببرد و تارهای مو را خشک، وز و شکننده کند. آب سرد، منافذ پوست سر را می‌بندد و رطوبت را روی موها تثبیت می‌کند و به این ترتیب مانع از ورود کثیفی و ناخالصی به بافت آن‌ها می‌شود.

۳- به برنامه روزانه مراقبت از مو یک سرم اضافه کنید

سرم‌های مو کمک می‌کنند یک لایه مرطوب‌کننده روی مو بپوشانند و از آن‌ها در مقابل آسیب‌های ناشی از میله‌های فرکننده، اتو و سشوار محافظت می‌کنند. سرم‌ها، موخوره را کاهش می‌دهند و مو را براق و صاف می‌کنند.

وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، چهار عاملی که سقط جنین را در کشورمان به مرز بحران رسانده است؛ اعلام کرد. وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی خلاء اطلاعاتی را به عنوان نخستین عاملی که سقط جنین را به مرز بحران رسانده اعلام کرد همچنین دسترسی آسان به داروهای سقط جنین، عدم

وجود نظارت دقیق بر عملکرد ماماها و پزشکان حوزه زنان و زایمان و سقط‌های قانونی یا درمانی که منشا عقلی و پزشکی محکمی ندارند را به عنوان دلایل دیگر وضعیت کنونی عنوان کرد. وزارت بهداشت اعلام کرد: متأسفانه مادران اطلاعات دقیقی از پیامدهای وخیم جسمی و روحی و ایجاد شرعی سقط جنین ندارند و بسیاری از مادرانی که مرتکب این جنایت می‌شوند حتی از جنایت بودن آن بی‌اطلاع هستند.

چه عواملی سقط جنین را در کشور به مرز بحران رسانده است؟

وزارت بهداشت همچنین درباره دسترسی آسان به داروهای سقط جنین تأکید کرد این داروها در زمان حاضر به راحتی قابل تهیه هستند بدون اینکه افراد از عوارض مصرف آن مطلع باشند. وزارت بهداشت در خصوص عدم وجود نظارت دقیق بر عملکرد ماماها اعلام کرد با توجه به شرایط خطیری که کشور به لحاظ جمعیتی پیدا کرده؛ لازم است دستگاه قضایی مجازات این افراد را با شدت مضاعفی پیگیری کند.

چه غذاهایی نباید با هم خورده شوند؟



ترکیب غذاها با هم، چیزی فراتر از هنر آشپزی است. بسیاری از ما عادت داریم مواد غذایی مختلف را در یک وعده ترکیب کنیم، بی‌آنکه بدانیم این ترکیبات می‌توانند بر فرآیند هضم، جذب مواد مغذی و حتی سلامت کلی بدن تأثیر بگذارند. علم تغذیه مدرن، در کنار آموزه‌های طب سنتی، بارها هشدار داده است که برخی غذاها نباید هم‌زمان مصرف شوند، زیرا نه‌تنها ارزش غذایی را کاهش می‌دهند، بلکه می‌توانند باعث ایجاد اختلال در دستگاه گوارش و حتی بروز بیماری‌های مزمن شوند. از نفخ و سوء هاضمه گرفته تا خواب‌آلودگی، رفلاکس، جذب ناقص آهن یا کلسیم، می‌توانند نتیجه ترکیب‌های اشتباه غذایی باشند. در این مطلب از همشهری آنلاین، با بررسی علمی و دقیق غذاهایی که نباید با هم خورده شوند، به شما کمک می‌کنیم تا وعده‌های غذایی سالم‌تری را برنامه‌ریزی کنید.

چرا برخی ترکیب‌های غذایی ناسازگارند؟

بدن انسان برای هضم انواع غذاها، از آنزیم‌ها و محیط‌های شیمیایی مختلفی استفاده می‌کند. برخی غذاها نیاز به محیط اسیدی دارند، برخی دیگر در محیط قلیایی بهتر شکسته می‌شوند. مصرف هم‌زمان غذاهایی با شرایط هضم متفاوت، می‌تواند فعالیت آنزیم‌ها را مختل کرده، مدت زمان ماندگاری غذا در معده را افزایش دهد و باعث تخمیر، تولید گاز و ناراحتی گوارشی شود. همچنین، برخی ترکیب‌ها مانع جذب کامل ویتامین‌ها و املاح شده و در طولانی‌مدت موجب کمبودهای تغذیه‌ای می‌شوند.

غذاهایی که نباید با هم خورده شوند

در ادامه، ترکیب‌های ناسازگار غذایی را در جزئیات علمی و تجربی بررسی می‌کنیم تا شما بتوانید تغذیه‌ای هوشمندانه‌تر و سالم‌تر داشته باشید.

۱. لبنیات و گوشت

مصرف گوشت با ماست یا دوغ، به‌ویژه در وعده ناهار، در فرهنگ غذایی ایرانی بسیار رایج است. اما این ترکیب برای معده سنگین است و هضم آن دشوارتر می‌شود. گوشت به محیطی اسیدی نیاز دارد و لبنیات محیطی خنثی یا قلیایی دارد. این تضاد باعث کاهش کیفیت هضم و در برخی اوقات منجر به نفخ، اسهال یا بی‌حالی می‌شود. همچنین لبنیات جذب آهن گوشت را کاهش می‌دهد، به‌ویژه در افرادی که کم‌خونی دارند.

۲. میوه با وعده اصلی غذا

میوه‌ها سریع هضم می‌شوند، در حالی‌که غذاهای اصلی مدت زمان بیشتری در معده می‌مانند. خوردن میوه بلافاصله بعد از غذا باعث تخمیر آن در معده، تولید گاز و نفخ می‌شود. علاوه‌بر آن، قند طبیعی میوه‌ها ممکن است بر کنترل قند خون بعد از وعده تأثیر بگذارد. بهترین زمان مصرف میوه، ۳۰ دقیقه قبل یا ۲ ساعت

بعد از غذاست.

۳. چای یا قهوه با وعده غذایی



چای حاوی تانن و قهوه حاوی کافئین است که هر دو جذب آهن غیرهم (آهن موجود در منابع گیاهی) را مختل می‌کنند. مصرف این نوشیدنی‌ها بلافاصله پس از غذا، به‌ویژه در افراد مبتلا به کم‌خونی و فقر آهن می‌تواند وضعیت آن‌ها را بدتر کند. بهتر است نوشیدن چای یا قهوه را به یک تا دو ساعت بعد از غذا موکول کنید.

۴. غذاهای نشاسته‌ای با پروتئین‌های حیوانی

ترکیب رایجی مثل برنج با مرغ یا استیک با سیب‌زمینی، ممکن است خوش‌طعم باشد، اما برای سیستم گوارش چالشی جدی است. نشاسته‌ها نیاز به آنزیم آمیلاز دارند که در محیط قلیایی دهان و معده فعال است، در حالی که پروتئین‌ها به آنزیم پپسین و محیط اسیدی نیاز دارند. ترکیب این دو باعث تداخل در ترشح آنزیم‌ها و کاهش راندمان هضم می‌شود.

۵. لبنیات با غذاهای ترش یا شور

ترکیب شیر یا ماست با موادی مانند ترشی، لیموترش یا خورش‌های پرلایه می‌تواند باعث انعقاد سریع پروتئین شیر در معده و سخت شدن فرآیند هضم شود. این ترکیب نه‌تنها باعث نفخ و احساس سنگینی می‌شود، بلکه در طب سنتی نیز از آن به‌عنوان ترکیبی مضر برای مغز، کبد و پوست یاد شده است.

۶. ماست با میوه‌های ترش

بسیاری از ما ماست میوه‌ای را به‌عنوان یک خوراکی سالم تصور می‌کنیم. اما ترکیب ماست با میوه‌های اسیدی مثل پرتقال، گریپ‌فروت، توت‌فرنگی یا آناناس می‌تواند باعث برهم خوردن تعادل باکتری‌های مفید روده و افزایش احتمال نفخ یا اسهال شود. ماست بهتر است با میوه‌های شیرین‌تر مانند موز یا سیب‌پخته مصرف شود.

۷. گوچه‌فرنگی با نشاسته

گوچه‌فرنگی یک ماده اسیدی است که در صورت ترکیب با نشاسته‌ها مثل برنج، نان یا سیب‌زمینی ممکن است باعث افزایش ترشح اسید معده، رفلاکس یا نفخ شود. غذاهای محبوس مانند پیتزا یا پاستا با سس گوچه، در افراد مستعد رفلاکس باید با احتیاط مصرف شود.

۸. عسل با غذاهای داغ



در بسیاری از منابع طب سنتی آمده که حرارت دادن عسل باعث تولید ترکیباتی می‌شود که ممکن است برای بدن مضر باشند. اضافه کردن عسل به چای داغ یا غذاهای گرم می‌تواند از ارزش تغذیه‌ای آن بکاهد و در بلندمدت بر سلامت کبد و دستگاه گوارش تأثیر منفی بگذارد.

۹. نوشیدن آب یخ هنگام یا بلافاصله بعد از غذا

آب سرد یا یخ ممکن است فرآیند گوارش را کند کرده و منجر به گرفتگی عضلات معده یا سوء هاضمه شود. مصرف آب ولرم یا نیمه‌گرم، بهترین انتخاب هنگام غذاست.

۱۰. تخم‌مرغ و ماهی



گرچه از نظر علمی تضاد مستقیمی بین این دو ماده غذایی دیده نشده، اما بسیاری از منابع طب سنتی این ترکیب را باعث تولید سم، حساسیت‌های پوستی و بوی بد بدن می‌دانند. در صورتی که معده حساسی دارید، بهتر است این دو را در یک وعده مصرف نکنید.

چگونه ترکیب‌های غذایی سالم‌تری داشته باشیم؟

- برای پیشگیری از مشکلات گوارشی و جذب بهتر مواد مغذی، بهتر است:
 - وعده‌های غذایی سبک‌تر و با اجزای ساده‌تر تهیه کنید.
 - سبزیجات پخته یا خام را به‌عنوان مکمل کنار هر وعده قرار دهید.
 - وعده‌های اصلی را با میوه، لبنیات یا شیرینی‌ها ترکیب نکنید.
 - به بدن خود گوش دهید و بعد از هر وعده غذایی توجه کنید که چه ترکیبی به شما احساس بهتری می‌دهد یا برعکس.

سخن پایانی

انتخاب صحیح غذاها و نحوه ترکیب آن‌ها، نقش مهمی در سلامت دستگاه گوارش، جذب مواد مغذی و پیشگیری از بیماری‌های مزمن ایفا می‌کند. بسیاری از مشکلاتی که روزانه با آن روبه‌رو هستیم؛ مانند سنگینی، نفخ، خواب‌آلودگی یا بی‌حالی بعد از غذا، به خاطر ترکیب‌های اشتباه غذایی است، با یادگیری و رعایت اصول ساده‌ای که در این مطلب به آن پرداختیم، می‌توانید عملکرد بدن خود را بهبود بخشیده و از انرژی و نشاط بیشتری برخوردار شوید. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو تقذیه فقط پر کردن معده نیست؛ بلکه یک مهارت هوشمندانه برای زندگی بهتر است.

شناسه آگهی ۱۹۰۳۲۸۰

اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک اهر هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی برابر رای شماره ۱۴۰۳/۱۲/۱۶ ـ ۲۹۱۵۸ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک اهر تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای میرعماد موسوی فرزند میرکرم به شماره پرونده ۱۴۰۳/۵۱۹۳/۱۴۰۳ در ششداگ یک قطعه باغ به مساحت ۱۰۳۹۷/۸۵ مترمربع مفروزه از پلاک ۲۱۲ فرعی از ۷۵ ـ اصلی واقع در قریه گرنگاه بخش ۲۰ تریز ابتدایی از اسماعیل ابوطالب‌زاده محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۱/۱۸
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۲/۲
ابراهیم نوری ـ رئیس ثبت اسناد و املاک اهر

شناسه آگهی ۱۹۰۳۸۳۶

هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی برابر رای شماره ۱۴۰۳/۱۲/۱۶ ـ ۲۹۱۵۸ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک اهر تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای میرعماد موسوی فرزند میرکرم به شماره پرونده ۱۴۰۳/۵۱۹۳/۱۴۰۳ در ششداگ یک قطعه باغ به مساحت ۱۰۳۹۷/۸۵ مترمربع مفروزه از پلاک ۲۱۲ فرعی از ۷۵ ـ اصلی واقع در قریه گرنگاه بخش ۲۰ تریز ابتدایی از اسماعیل ابوطالب‌زاده محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۱/۱۸
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۲/۲
ابراهیم نوری ـ رئیس ثبت اسناد و املاک اهر

شناسه آگهی ۱۹۰۳۴۲۸

هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی برابر رای شماره ۱۴۰۳/۱۲/۲۷ ـ ۲۹۱۵۹ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک اهر تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم کلثوم داداشی فرزند صفرعلی به شماره پرونده ۱۴۰۳/۴۱۸۲/۱۴۰۳ در ششداگ یک باب ساختمان (با حفظ کاربری اراضی زراعی و باغ‌ها) به مساحت ۱۶۴/۷۶ مترمربع مفروزه از پلاک ۱۲۴ ـ اصلی واقع در حاجیلار بخش ۲۰ تریز ابتدایی از نوروزعلی و غلامعلی و عبدالعلی خلیلی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۱/۱۸
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۲/۲
ابراهیم نوری ـ رئیس ثبت اسناد و املاک اهر

معاون رئیس جمهور و رئیس سازمان حفاظت محیط زیست با اشاره به متاثر شدن منطقه غرب آسیا و ایران از پدیده تغییر اقلیم گفت: ۶۶ درصد تالاب‌های کشور به کانون گرد و غبار تبدیل شده‌اند و ۳۰ استان کشور درگیر پدیده فرونشست زمین هستند. شینا انصاری، معاون رئیس جمهور و رئیس سازمان حفاظت محیط زیست با اشاره به متاثر شدن منطقه غرب آسیا و ایران از پدیده تغییر اقلیم اشاره و تصریح

۶۶ درصد تالاب‌های کشور به کانون گرد و غبار تبدیل شده‌اند

کرد: میانگین دمای کشور از ۵۰ سال گذشته حدود ۲.۵ درجه افزایش داشته است. وی افزود: میانگین بلند مدت بارندگی در کشور حدود ۱۳ درصد و منابع آب تجدیدپذیر کشور به علت افزایش دما حدود ۲۷ میلیارد متر مکعب کاهش داشته است. معاون رئیس جمهور و رئیس سازمان حفاظت محیط زیست اظهار کرد: ۶۶ درصد تالاب‌های کشور به کانون گرد و غبار تبدیل شده‌اند و ۳۰ استان کشور درگیر پدیده فرونشست

زمین هستند. رشیدیان، نماینده ویژه رئیس جمهور در ستاد مبارزه با قاچاق کالا و ارز با تشریح برنامه‌های این ستاد برای سال جدید مبارزه با باندهای قاچاق کالا و ارز، استفاده از ظرفیت‌های علمی دانشگاه‌ها و کاهش سالانه ۱۵ درصدی قاچاق کالا و ارز را که از تاکیدات برنامه هفتم توسعه است را از اولویت‌های این ستاد برشمرد.

۷

پیام آذربایجان

سه‌شنبه ۲ اردیبهشت ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۵۵



گروه‌شناسی

۲۷۰ میلیون هکتار کانون گرد و غبار اطراف کشور

آسیب از منشا داخلی یا خارجی؟

برآوردها نشان می‌دهد حدود ۲۷۰ میلیون هکتار کانون گرد و غبار خارجی و ۳۴ میلیون هکتار داخلی کشور را دربر گرفته و هر سال با کاهش بارندگی و شدت خشکسالی توفان‌های ریزگردي نقاط مختلف به ویژه غرب و جنوب غرب را درگیر می‌کند، حال سوال این است که کشور از کانون داخلی آسیب بیشتری می‌بیند یا خارجی.اما در هر صورت قطعا مقابله با این معضل نیازمند عزم منطقه‌ای و جهانی است. گرد و غبار به عنوان پدیده‌های نوظهور چند سالی است که کشور را درگیر کرده است، از طرفی ایران به عنوان کشوری خشک و نیمه خشک مستعد بروز چنین پدیده ای است. حال که در سال‌های اخیر خشکسالی هم دامن کشور را گرفته و رها نمی‌کند، موجب تشدید این پدیده شده است، در واقع گرد و غبار یکی از مضلات زیست محیطی و بهداشتی در ایران است که به ویژه در مناطق خشک و نیمه‌خشک کشور تأثیرات قابل توجهی دارد، این پدیده به دلایل مختلف از جمله تغییرات اقلیمی، خشکسالی، از بین رفتن پوشش گیاهی و فعالیت‌های انسانی مانند کشاورزی ناپایدار و ساخت و ساز بی رویه به وجود می‌آید.

تداوم بروز این پدیده بر بخش های مختلفی از جمله بهداشت، محیط زیست و اقتصاد کشور تأثیر منفی بر جای می‌گذارد، به عنوان مثال تنفس هوای آلوده به گرد و غبار می‌تواند باعث بروز مشکلات تنفسی، آلرژی و بیماری‌های قلبی و عروقی شود، یا اینکه گرد و غبار موجب کاهش کیفیت خاک، تخریب زیستگاه‌های طبیعی و ایجاد تغییرات در اکوسیستم‌های محلی شود، در بخش اقتصاد هم می‌تواند بر روی کشاورزی، صنعت و گردشگری اثر منفی بر جای بگذارد، به اعتقاد کارشناسان حل این بحران نیازمند همکاری میان دولت‌ها، سازمان‌های بین‌المللی و جوامع محلی به منظور مدیریت منابع طبیعی و بهبود شرایط زیست‌محیطی است.

از طرف دیگر کشورهای اطراف هم دست کمی از ایران ندارند و تمام آنها زمینه بروز این پدیده را حتی با شدت بیشتری نسبت به ایران دارا هستند به طوری که در کشورهای همسایه ۲۷۰ میلیون هکتار کانون گرد و غبار شناسایی شده که ۱۲۲ میلیون هکتار آن به تنهایی در ۲ کشور عربستان و عراق واقع شده است.

در چند سال گذشته ایران اقدامات منطقه‌ای و بین المللی گسترده ای در راستای شناسایی کانون‌های خارجی انجام داده که موفق به شناسایی ۸ کانون گرد و غبار در خاورمیانه شد که با ورزش باد، گرد و غبار ناشی از این کانون‌ها به سمت ایران گسیل می‌شود، کانون اول در عربستان، کانون دوم در امارات، کانون سوم شمال

عربستان، کانون چهارم جنوب عراق، کانون پنجم شمال عراق، کانون ۶ ترکمنستان، ازبکستان، تاجیکستان و کانون ۷ و ۸ افغانستان و پاکستان و بخشی هم در ایران است که در این میان سهم عربستان و عراق از همه بیشتر است. کانون های گرد و غباری ۲۷۰ میلیون هکتاری اطراف کشور از شمال شرق گرفته تا شرق، جنوب و جنوب غرب، کشورهای حاشیه خلیج فارس و آسیای میانه را شامل می‌شود، علاوه بر این ۳۴ میلیون هکتار هم وسعت کانون های داخلی است اما سوال این است که بیشترین آسیب از کدام یک از کانون های داخلی یا خارجی متوجه ایران می‌شود؟ البته که مرور توفان های گرد و غباری که در چند سال گذشته کشور ما را فرا گرفت می‌توان دریافت که کانون های خارجی بیشترین تاثیر را دارند.

به عنوان مثال پدیده گرد و غباری که هفته گذشته استان های غربی و جنوب غربی کشور را درگیر و حتی به تعطیلی کشاند، از کشورهای عربستان و عراق وارد ایران شده بود، شواهد نشان می‌دهد که توفان‌های گرد و غباری با منشا خارجی همواره شدت بیشتری نسبت به توفان‌های گرد و غبار با منشا داخلی دارد که زحمت زیادی برای کشور ایجاد می‌کند بر این اساس می‌تواند که کشورهای دارای این کانون‌ها توجه بیشتری به مقوله مهار آنها داشته باشند. البته ایران در چند سال گذشته اقدامات منطقه‌ای و بین المللی زیادی در راستای مقابله با گرد و غبار و همکاری با کشورهای منطقه انجام داده است که دبیر ستاد ملی سیاستگذاری و هماهنگی مدیریت مقابله با پدیده گرد و غبار دراین باره به خبرنگار محیط زیست ایرنا با اشاره به اقدامات مشترک ایران با کشورهای منطقه گفت: تاکنون نشست‌ها و کنفرانس‌های منطقه ای و بین المللی متعددی برگزار شد، چند قطعنامه در مجمع عمومی سازمان ملل، یک قطعنامه در مجمع محیط زیست سازمان ملل، یک قطعنامه هم در اسفندماه سال گذشته در اجلاس مقابله با بیان زایی ملل متحد داشتیم، همه این کارها انجام شده اما واقعیت این است که شرایط تغییرات اقلیم، کم بارشی و نامناسب بودن پوشش گیاهی در صحرایی که در دور تا دور کشور ما را فرا گرفته، موضوع گرد و غبار را تشدید کرده است.

علی محمد طهماسبی بیرگانی با اشاره به اینکه منشا توفان گرد و غبار هفته گذشته که غرب کشور را درگیر کرده بود از کشورهای عربستان و عراق بود افزود: عربستان ۹۰ میلیون هکتار کانون گرد و غبار دارد البته این وسعت جزو بیانان های تاریخی این کشور است و همواره در تاریخ زمین شناسی غبار خیز بودند البته اکنون با توجه به

نقش انسان در تخریب طبیعت، تغییرات اقلیمی و از بین رفتن پوشش گیاهی، هم شدت و هم تکرار وقوع توفان های گرد و غبار در آنها شدت و افزایش یافته است. وی با تاکید بر اینکه در بخش اجرایی امکان دخالت ما در کشورهای دیگر وجود ندارد افزود: به طور مداوم کارها را پیگیری می‌کنیم، به عنوان مثال با مسوولان کشور عراق که بسیار هم از آن متاثر هستیم بارها و بارها جلسه گذاشتیم و شدت توفان ها را به آنها تاکید کردیم اما اینکه خودمان به آن کشورها برویم و نسبت به اجرای کارها اقدام کنیم قطعا امکانش وجود ندارد، البته خیلی تلاش کردیم این کارها در حد پالیوت انجام شود، در بخش برون مرزی فقط می‌توانیم مسائل را پیگیری کنیم تا کشور دارای کانون گرد و غبار نسبت به مهار آن اقدام کند.

وی ادامه داد: در عراق حدود ۳۲ میلیون هکتار مناطق غبار خیز با شدت خیلی زیاد وجود دارد، بسیاری از استان های عراق از مرز اردن گرفته تا مرز سوریه ، نواحی شمال و جنوبی و در مجموع تمام عراق یک منطقه غبار خیز با شدت بسیار بالا است، اقدامات ما در حد رابزنی و پیگیری است، سطح به حدی وسیع است که این کشور را هم دچار مشکل کرده است از این رو در حد پالیوت های کوچکی کارهایی را شروع کردند اما گستردگی و شرایط طوری است که آنها هم قادر به کنترل نیستند.

طهماسبی در پاسخ به اینکه جریانات گرد و غباری آنقدری که کشور ما را درگیر می‌کند موجب آذیت آنها هم می‌شود یا نه گفت: زمانی که در عراق توفان های گرد و غبار رخ می‌دهد گاهی شدت به حدی است که منجر به فاجعه می‌شود، سال گذشته توفانی در عراق رخ داد که ۳ تا ۴ نفر جانشان را از دست دادند، شاید تا پیش از این برای آنها چندان مهم نبود اما بعد از آن به خودشان آمدند و متوجه شدند که باید کاری انجام دهند، تا پیش از آن یعنی دهه های ۸۰ و ۹۰ که موضوع را پیگیری می‌کردیم برای آنها اولویت نداشت، حالا که دولتشان تا حدودی تثبیت و مستقر شده به این موضوعات می‌پردازند.

دبیر ستاد ملی سیاستگذاری و هماهنگی مدیریت مقابله با پدیده گرد و غبار تاکید کرد: در مجامع منطقه ای و بین المللی به طور مداوم موضوع گرد و غبار را یادآوری می‌کنیم حتی بنا به پیشنهاد ایران یک روز (۲۱ تیر) به عنوان روز جهانی گرد و غبار به تصویب سازمان ملل رسید، تمام این فعالیت ها برون مرزی است اما اقدام اجرایی باید توسط همان کشور صورت بگیرد.

وی ادامه داد: علاوه بر کانون های خارجی، کانون های داخلی هم داریم اما بیشترین آسیب را از کانون های خارجی می‌بینیم، در کشورهای

اطراف ما از شمال شرق گرفته تا شرق، جنوب و جنوب غرب، کشورهای حاشیه خلیج فارس و آسیای میانه تقریبا ۲۷۰ میلیون هکتار کانون غبارخیز وجود دارد که براساس برآورد سال ۱۳۹۸ که البته اکنون در حال بازنگری آن هستیم، از این ۲۷۰ میلیون هکتار حدود ۱۴۶ میلیون تن رسوب تولید و به اطراف گسیل می‌شود که بخش عمده ای از آن وارد کشور ما می‌شود.

وی ادامه داد: همچنین نزدیک به ۵۵۰ کیلوگرم در هکتار ذرات زیر ۱۰ میکرون به اطراف گسیل می‌شود، این در حالیست که برای کشور ما این عدد ۱۲۲ کیلوگرم است و وسعت کانون های داخلی گرد و غبار هم ۳۴ میلیون هکتار است بنابراین، این اعداد نشان می‌دهد که گستره و غلظت توده و میزان ماندگاری از کانون های خارجی است یعنی عمده مشکلات ما برون مرزی است، البته گاهی هم یک جریان محلی نیز مشکل ایجاد می‌کند اما آن چیزی که فراگیر می‌شود و تمام غرب و جنوب غرب، بخشی از جنوب و مرکز را درگیر می‌کند کانون‌های برون مرزی است.

طهماسبی با اشاره به

اینکه بودجه مقابله با گرد و غبار در سال ۱۴۰۳ حدود ۳۵۰ میلیارد تومان تعیین شده بود گفت: در داخل کشور اقدامات خوبی برای مقابله با گرد و غبار انجام شده است اما به تنهایی کافی نیست باید کشورهای اطراف هم پای کار بیایند تا توان مقابله با این پدیده بالا برود. وی درباره بروز پدیده گرد و غبار هفته گذشته در غرب و جنوب غرب کشور توضیح داد: حجم توده بسیار غلیظ بود اما عمدتا درشت دانه بودند که در این شرایط این توده ها سریع تر ترسیب (ته نشین) می‌شوند.

وی گفت: تمام داستان برون مرزی بود به همین دلیل هم گستره اش زیاد بود هم غلظت شدیدی داشت، معمولا توده های گرد و غباری از جنوب عربستان در زمستان شکل می‌گیرد که امسال اتفاق نیفتاد، در هر صورت وقتی توده ای از عربستان حالا چه در جنوب یا شمال این کشور وارد می‌شود، بیشتر جنوب غرب کشور ما را درگیر می‌کند و غلظت بسیار زیادی دارد، کانون ۹۰ میلیون هکتاری گرد و غبار عربستان از شمال

زباله‌های سرگردان اصلی‌ترین عامل آب گرفتگی معابر شهری تبریز

خاطره میرزایی

بهار است و نعمت الهی که در حال نزول است و شادی و رضایت کشورزان و روستاییان و شهرونشینان که بهاری پرپار در پیش رو خواهد بود و آب، این مایه زندگی چون خونی در رگهای خاک جاری خواهدشد. بارش باران زیباترین هدیه الهی است که در ایام بی آبی و شرایط اقلیمی کنونی، بی نهایت ارزشمند است و خوشبختانه فروردین امسال هم با بارش‌های پیاپی، توانسته بخشی از این کمبود را جبران نماید. با این حال همین بارش باران در صورتی که به شکل صحیح مدیریت نشود، می‌تواند در برخی مواقع موجب بروز مشکلاتی نیز شود.

شهرهای بزرگ بنا به دلایلی در پی بارش‌های سنگین برف و باران با چالشهای گوناگونی روبرو می‌شوند که از آن جمله می‌توان به گرهِ خوردن ترافیک در اثر انسداد معابر و جاری شدن سیلاب در خیابان ها اشاره کرد. سواى اینکه معماری و شهرسازی یک شهر در بروز چنین مشکلاتی نقش اساسی را ایفا می‌کند، اما موضوع مهمتری در این خصوص مربوط به شهروندان آن شهر است. آبروها و جوی های سطح شهر برای هدایت آب‌های سطحی مانند آب باران در همه جای شهر

طراحی و اجرا شده اند که تبریز هم از این قاعده پیروی کرده؛ لیکن طی سه سال گذشته احداث چاه های جذبی نیز در دستور کار قرار گرفته تا با جذب سیلابهای ناشی از بارش ها بتوانند در مدیریت منابع آبی مفید واقع شوند؛ با این حال گاه شاهد بروز سیلاب و آب گرفتگی در برخی نقاط شهر می‌شویم که عمده ترین و مهم ترین دلیل آن، گرفتگی کانالها و آبروها به دلیل انباشت زباله است؛ زباله هایی که توسط شهروندان با بی اعتنائی کامل، به جوی ها و آبروها و حتی سطح خیابان ها انداخته شده و آب‌های سطحی و سیلاب‌ها، آن ها را در یکجا جمع کرده اند و نهایتا، منجر به گرفتگی یک کانال و سرریز شدن آب به خیابان و پیاده رو و مسیرهای ترددی می‌گردد. معاون خدمات شهری و محیط زیست شهر

تبریز در این خصوص می‌گوید: در برخی نقاط شهر به‌واسطه رهاسازی ظروف یکبار مصرف، بطری‌های پلاستیکی، سبدهای میوه و زباله‌های حجیم در مسیر جوی‌ها و کانال‌ها، آبگرفتگی‌های مقطعی ایجاد می‌شود. در این میان نیز عمده ترین گلابه ما از برخی کسبه و مغازه داران است که با رهاسازی سبدهای میوه و میوه‌های خراب در زمان بارش، یکی از مهم‌ترین عوامل انسداد مسیرهای آب و ایجاد آبگرفتگی‌های ناگهانی را رقم می‌زنند. تا جایی که با وجود لایروبی کانال‌های



فضاهای عمومی شهر رها می‌شوند و با هدایت سیلاب‌های ناگهانی تبدیل به یکی از عوامل انسداد آبروها و کانال ها می‌شوند. مسلما همه شهروندان در محلات خویش نیروهای خدم و زحمتکش شهرداری را دیده اند که در سرمای زمستان و گرمای تابستان بدون هیچ ادعایی وارد سخت ترین مجاری انهای روان شده و زباله های

انباشته شده در آن جا را بیرون کشیده اند تا معبری بسته نشود و شهروندی آسیب و ضرر نبیند و در سایه همین خدمت بی شائبه و بی ادعاست که امروز در تبریز کمتر معبری به دلیل سیلاب بسته می‌شود. مهمترین نکته ای که باید در این مقال بر آن تاکید کرد، مشارکت و همراهی شهروندان در پاکیزه نگهداشتن معابر و فضاهای عمومی شهر و پرهیز از رهاسازی انواع و اقسام زباله در کوچه و خیابان و به ویژه جوی ها و آبروهاست؛ نکته ای که معاون خدمات شهری و محیط زیست نیز به عنوان مهمترین راهکار جلوگیری از بروز سیلاب و آبگرفتگی مطرح می‌کند.

به جرات می‌توان گفت که تبریز تمیزترین و پاک‌ترین شهر ایران است و در این تمیزی، سهم شهروندان نباید نادیده گرفته شود؛ اما آنچه که به چشم می‌خورد، نیاز به همکاری، همراهی و مشارکت بیشتر با مدیریت شهری و بالاخص با پاکبانانی است که در نامناسب ترین وضعیت به لایروبی کانال‌ها و مسیل ها می‌پردازند. تقویت این مشارکت علاوه بر کاهش زحمات این عزیزان می‌شود، بلکه به حفظ منابع شهری و طبیعی نیز کمک شایانی می‌کند. اگر امروز در معابر در شدیدترین بارش‌ها مشکلی مشاهده نمی‌شود، فراموش نکنیم که انسانهای بزرگواری برای تصحیح اشتباهات ما شبانه روز در تلاش هستند.

سامانه ۱۴۷۰ پاسخگوی سوالات قضایی

این سامانه با هدف پاسخ صحیح و به موقع به پرسش‌های قضایی مردم به ویژه وکلاء، مشاوران حقوقی و کارشناسان رسمی دادگستری، دفاتر پیشخوان دولت، دفاتر اسناد رسمی و همچنین اعلام نشانی و مشخصات دفاتر خدمات الکترونیک قضایی کشور، نحوه دریافت نوبت و البته اعلام تخلفات احتمالی در دفاتر خدمات قضایی، ایجاد شده است.

سامانه تلفنی ۱۴۷۰ (مرکز تماس پشتیبان دفاتر خدمات الکترونیک قضایی)، پاسخگوی سوالات و مشکلات عموم مردم در زمینه خدمات قضایی الکترونیک می‌باشد.
با این سامانه، مردم می‌توانند مشکلات دفاتر خدمات الکترونیک قضایی را مطرح و هر سوال یا اشکالی در خدمات غیرحضوری وجود دارد، اطلاع دهند.

اخبار

هشدار رئیس پلیس فتای آذربایجان شرقی:

دسترسی به تلگرام و درخواست وجه از مخاطبان شگرد مجرمان سایبری



رئیس پلیس فتای آذربایجان شرقی: بعضاً مشاهده می گردد که با مراجعه کاربران فضای مجازی به پلیس فتا عنوان می کنند که حساب کاربری تلگرام آنان مورد دسترسی غیرمجاز واقع و از مخاطبان آنان درخواست وجه شده است. سرهنگ اکبر محمدجعفری اظهار کرد: لذا کاربران فضای مجازی باید توجه داشته باشند برای جلوگیری از هر گونه سوءاستفاده احتمالی از اکانت شبکه‌های اجتماعی خود، حتما نسبت به فعال نمودن احراز هویت دوعاملی اقدام کنند و تحت هیچ شرایطی کد تأیید و یا کد ورود به اپلیکیشن‌های خود را در اختیار دیگران قرار ندهند.

هموطنان در مواجه با پیام‌های درخواست وجه فوری از طرف اکانت‌های مختلف و بخصوص افراد نزدیک خود، عجلوانه برخورد نکنند چرا که ممکن است آن صفحه جعلی بوده و با مورد دسترسی غیرمجاز قرار گرفته باشد. اگر با درخواست پرداخت وجه از سوی اقوام و آشنایان خود در فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی مواجه شدید حتماً با آنها تماس برقرار کرده و از صحت و سقم این درخواست مطلع شده و سپس اقدام به واریز وجه ننائید.
شماره تماس پلیس فتا ۰۹۱۳۲۰۰

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی آذربایجان شرقی؛ «وفاق» عامل افزایش ۴۵ درصدی حقوق کارگران بود

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی آذربایجان شرقی تعیین میزان افزایش حداقل حقوق کارگری را حاصل وفاق میان کارگران، کارفرمایان و وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی دانست و گفت: خوشبختانه امسال با اتفاق آرا میان کارگران و کارفرمایان، این رقم استخراج شد. حسین فتحی، افزایش ۴۵ درصدی حقوق کارگران مشروط به کنترل تورم و قدرت خرید مردم، را اتفاق بسیار شایسته‌ای توصیف کرد و گفت: با کنترل نرخ تورم این افزایش، رقم بسیار خوبی است.

وی با اشاره به اینکه افزایش ۴۵ درصدی حقوق کارگران، مورد توافق و رضایت با کارفرمایان است، افزود: اغلب کارفرمایان نیز با توجه به بهبود معیشت کارگران، افزایش نیروی انسانی و افزایش کیفیت زندگی کارگران، تمایل به افزایش حقوق کارگران داشتند. وی ادامه داد: دولت و وزارتخانه امسال بیشتر نقش نظارتی در شورای عالی کار داشتند و بصورت مستقیم در تعیین حداقل دستمزد کارگری سال ۱۴۰۴ دخالت نکرد. فتحی از کاهش نرخ بیکاری آذربایجان شرقی در سال آینده ابراز امیدواری کرد و افزود: امیدواریم سال آینده با تمهیدات صورت‌گرفته و تلاش کارفرمایان نرخ بیکاری در استان روند کاهشی داشته باشد.



صادرات ۱۰۰ میلیون دلاری محصولات گلخانه‌ای از آذربایجان شرقی



رئیس سازمان جهاد کشاورزی آذربایجان شرقی گفت: میزان تولید سالانه محصولات گلخانه‌ای استان حدود ۱۰۰ هزار تن است که از این میزان، بین ۲۵ تا ۳۰ هزار تن به ارزش تقریبی ۱۰۰ میلیون دلار صادر می‌شود.

شهرام شفیعی اعلام کرد: مقصد اصلی این صادرات شورهایی چون روسیه، کشورهای عربی و حوزه خلیج فارس

با مشارکت شهرداری منطقه ۸ و اداره میراث فرهنگی استان؛

طرح مرمت و هویت بخشی بناهای تاریخی تبریز اجرا می شود



اقداماتی است که اجرا و به سرانجام رسیدن آن ها نیازمند همکاری اداره کل میراث فرهنگی و سایر دستگاه های ذی ربط است.

وی با اشاره به لزوم احیا و تغییر کاربری خانه ها و برخی دیگر از ابنیه تاریخی افزود: «ظرفیت بی‌نظیر خانه‌ها و ابنیه تاریخی موجود در منطقه تاریخی و

تداوم عملیات اجرایی پروژه ۳۵۰ میلیارد ریالی سالن چند منظوره «ربع رشیدی»

و عرض ۲۵ متر بوده که با هزینه حدود ۳۵۰ میلیارد ریال هم اکنون وارد مرحله نصب فرم‌های ستون سالن شده است.
نصب فرم‌های ستون سالن شده است.
وی با بیان اینکه این سالن با هدف توسعه زیرساخت‌های ورزشی و ارتقای سرانه ورزش شهری احداث می‌شود، افزود: سالن ربع رشیدی با کاربری چندمنظوره، قابلیت میزبانی از رشته‌های مختلف ورزشی و رویدادهای

گستره‌ی 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

سه‌شنبه ۲ اردیبهشت ۱۴۰۴ ● سال بیست و دوم ● شماره ۲۵۵۵

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: پرنیان

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

تلفن:۳۵۲۳۱۴۹۷ ۳۵۲۳۴۸۷

سازمان آگهی‌ها:۰۵۱۳۵۲۴۷

E mail:wpat_82@yahoo.com

https://payamazarbayan.ir

حقوقی

مردم مراقب مؤسسات حقوقی غیرمجاز باشند



وکیل پایه یک دادگستری آذربایجان شرقی گفت: مؤسسات حقوقی غیرمجاز با وعده‌های واهی، تله‌ای برای فریب مردم به ویژه بانوان هستند. فاطمه اکبریور، وکیل پایه یک دادگستری استان آذربایجان شرقی در گفت‌وگو با خبرنگاران اظهار داشت: این روزها تبلیغات معابر منتهی به دادگاه‌ها و شبکه های اجتماعی در فضای مجازی با وعده‌هایی همچون «وصول فوری مهریه» به تله‌ای برای فریب مردم به ویژه بانوان تبدیل شده است؛ تله‌ای که پشت آن نه وکیل قانونی، بلکه مؤسسات حقوقی غیرمجاز کمین کرده‌اند؛ مؤسساتی که به‌جای حل مشکل، خود بخشی از بحران هستند.

وی خاطرنشان کرد: بر خلاف مؤسسات حقوقی مجاز، متأسفانه هیچ رصد و نظارتی بر شیوه فعالیت برخی بنگاه‌های مالی یا همان مؤسسات غیرمجاز حقوقی وجود ندارد. این مراکز به دلیل این‌که امکان احراز شرایط و استانداردهای کانون وکلا را ندارد، مجوز و تأیید صلاحیت های حرفه ای و علمی را نمی‌توانند داشته باشند. طبیعی است به دلیل عدم تأیید صلاحیت و نظارت بر این مؤسسات، ریسک متقاضیان خدمات حقوقی از مؤسسات حقوقی غیر مجاز به شدت بالا می رود.

این وکیل پایه یک دادگستری آذربایجان شرقی تصریح کرد: بسیاری از مردم در تشخیص مجاز یا غیر مجاز بودن فعالیت این مؤسسات دچار اشتباه شده و با تصور اینکه مدیران و فعالان این مؤسسات وکیل دادگستری بوده و مجوز فعالیت دارند، به دفاتر ایشان مراجعه و گمان می‌کنند که این افراد مباحثراً امکان حل مشکلات و انجام خدمت مورد درخواست‌شان را دارند.

وی یادآور شد: هنوز در کشورمان مؤسسه‌های حقوقی تحت نظر هیچ نظام صنفی نبوده و گاهی تعدادی از آنها بی‌پروا وعده‌های واهی به شهروندان می‌دهند که سبب خدشه دار شدن نهاد رسمی عدالت و قوه قضائیه می‌شود. باید دانست که نگرش این مؤسسه‌های حقوقی به مراجعان صرفاً اقتصادی است و در پی جذب هر چه بیشتر منافع مادی خود هستند. اکبریور گفت: در ماده ۵۵ قانون وکالت مصوب ۱۳۱۵ آمده است: «... به‌طور کلی هر شخصی که دارای پروانه وکالت نباشد از هر گونه تظاهر و مداخله در عمل وکالت ممنوع است ام از این که عناوین تدلیس از قبیل مشاور حقوقی و غیره اختیار کند یا این‌که به وسیله شرکت و سایر عقود یا عضویت در مؤسسات، خود را اصیل در دعوی قلمداد کند، متخلف از یک تا ۶ ماه حبس تأدیبی محکوم خواهد شد.»

این وکیل پایه یک دادگستری آذربایجان شرقی ادامه داد: طبق این ماده قانونی صاحبان مؤسسات حقوقی غیرمجاز مجرم هستند ولی از لحاظ تحلیل دیوان عدالت اداری ثبت و تاسیس شرکت ها و مؤسسات حقوقی مجاز بر اساس داندنامه شماره ۲۸ پرونده کلاسه۲۹۷۲۳ خلاف قانون و موازین شرعی تشخیص داده نشده است . افزون بر ماده ۵۵ قانون وکالت که صراحتاً فعالیت چنین موسسات غیر مجازی را منع می‌کند، مقررات دیگری وجود دارند که بر غیرقانونی بودن تاسیس و فعالیت آنها صحه می‌گذارد.

وی خاطرنشان کرد: وکلای دادگستری کسانی هستند که با مجوز و پروانه کانون وکلای دادگستری یا مرکز وکلای قوه قضائیه می‌توانند به مشاوره حقوقی، بر عهده گرفتن وکالت شاکی و متشاکی در مراجع قضایی ... بپردازند که فعالیت آنان در یک نظام صنفی مشخص ساماندهی شده و مورد نظارت است.

اکبریور گفت: فعالیت وکلای رسمی و مؤسسات مجاز حقوقی این امکان را به متقاضیان خدمات حقوقی می‌دهد که در صورت هرگونه عدول از وظیفه قانونی یا خواسته‌های فزاتر از قرارداد؛ به مراجع انتظامی کانون وکلا شکایت کنند. بنابر این مردم باید مراقب تبلیغات فریبنده و اغواگرانه‌ای مؤسسات غیرمجاز باشند؛ مراکزی که نه تنها مشکلی از دوش مردم بر نمی‌دارد بلکه دردی

به درد آن‌ها می‌افزاید.

کانون های تبلیغاتی استان صاحب انجمن می شوند

معاون فرهنگی اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی آذربایجان شرقی از برنامه ریزی این معاونت برای ایجاد تشکل صنفی و انجمن تخصصی کانون های تبلیغاتی استان در آینده نزدیک خبر داد. محمدحسین حسینی در این خصوص قضایی: این انجمن بنا به درخواست فعالان حوزه تبلیغات استان و مدیران و مالکان مؤسسات و کانون های تبلیغاتی در دستور کار قرار گرفته و به زودی با مشخص شدن اعضای هیات موسس و تدوین اساسنامه مربوطه، برابر قوانین موجود راه اندازی خواهد شد.

وی افزود: نظام‌مندتر شدن فعالیت کانون های تبلیغاتی، نظارت بر فعالیت کانون های تبلیغاتی، عضوگیری و ساماندهی فعالان این حوزه، سیاست گذاری های حرفه ای و تخصصی در راستای رفع گرهِ ها و مشکلات صنفی و همچنین، هم افزایی با اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان به عنوان ناظر بر فعالیت های این بخش از مهم ترین اهداف راه این انجمن خواهد بود.

