

پیام آذربایجان

شنبه ۲۰ اردیبهشت ۱۴۰۴ / ۱۲ ذی القعدة ۱۴۴۶ / سال بیست و دوم / شماره ۲۵۶۹ / ۸ صفحه / قیمت ۲۰ هزار تومان

رییس مجمع نمایندگان آذربایجان شرقی

کارخانه ماشین سازی تبریز از محل مولدسازی نوسازی شود



رییس مجمع نمایندگان آذربایجان شرقی در مجلس شورای اسلامی خواستار توسعه کارخانه ماشین سازی از محل قانون مولدسازی شد و گفت: این واحد صنعتی زمین‌های بدون استفاده زیادی دارد که اکنون می‌تواند با کار کارشناسی و فروش آن‌ها، تقدینی لازم را برای بروزرسانی خطوط و افزایش تولید بکار گیرد. علیرضا نوین در بازدید از کارخانه ماشین‌سازی تبریز، یادآور شد: اینکه ماشین‌سازی تبریز در طول ۵۶ سال ۲۷ مدیرعامل به خود دیده و مجموعه مشابه آن در کشور دیگری در این مدت تنها سه بار تغییر مدیرعامل داشته است، نشانه سیاسی کاری در واحدهای صنعتی است و متأسفانه به‌جای توجه به کارآمدی، تجربه و تخصص افراد، رویکردهای سیاسی در اولویت قرار می‌گیرد.

ادامه در صفحه ۲

وزیر جهادکشاورزی؛

**دولت مصمم به
تأمین رفاه و امنیت
غذایی مردم با وجود
چالش‌ها است**



وزیر جهادکشاورزی با اشاره به برخورد جدی با فساد، گفت: با همه منافذ و منابع فساد بدون اغماض برخورد می‌شود و دکتر پزشکیان به همه مسئولان تذکر داده که فساد و عدم پاکدستی جایی در دولت چهاردهم ندارد.

غلامرضا نوری در بیست‌وهشتمین یادواره سنگسازان بی‌سنگر آذربایجان شرقی که در مسجد طوبی تبریز برگزار شد، با گرامیداشت یاد و خاطره شهدای جهادسازندگی، اظهار کرد: در دوران دفاع مقدس، بیش از ۵۴۰ هزار نفر از نیروهای جهادی کشور به جبهه‌های نبرد حق علیه باطل اعزام شدند که از این تعداد یازده هزار و ۳۱۵ نفر از آذربایجان شرقی بودند و این استان ۴۶۵ جانباز، ۱۱۸ شهید گرانقدر و ۶۸ آزاده از نیروهای جهادی خود را تقدیم انقلاب اسلامی کرده است.

وی با اشاره به نقش تأثیرگذار تیپ مهندسی رزمی این منطقه در دوران دفاع مقدس، افزود: طراحی پل خیر شهید پورشریفی که تجلی اخلاق، ایمان و توانمندی فنی بود، زبانزد رزمندگان و فرماندهان جنگ قرار گرفت. وی ادامه داد: جهادگران در دوران دفاع مقدس نه تنها در جبهه‌ها بلکه در عمران و توسعه روستاها، عشایر و مناطق محروم نیز خدمات بزرگی انجام دادند، به طوری که امروزه دانشگاه‌های دنیا، سازماندهی

ادامه در صفحه ۲

اصلاح مشاغل

**سخت و زیان آور در
دستور کار سازمان
تأمین اجتماعی
است**



مدیرعامل سازمان تأمین اجتماعی با اعلام اینکه سال گذشته بیش از ۵۰ درصد بازنشستگان از طریق سنوات ارفاقی بازنشسته شدند که اغلب آن‌ها شامل مشاغل سخت و زیان‌آور بودند، گفت: اصلاح مشاغل سخت و زیان‌آور در دستور کار سازمان است.

مصطفی سالاری در نشست مشترک فعالان اقتصادی آذربایجان شرقی و تعدادی از اعضای کمیسیون اجتماعی مجلس در اتاق بازرگانی تبریز، با بیان اینکه طبق قانون، فردی می‌تواند در قالب مشاغل سخت و زیان‌آور حتی در سن ۳۶ سالگی بازنشسته شود، گفت: با تأکید بر اصلاح آیین‌نامه‌ها، پیشنهاد داریم درجه سختی مشاغل بازنشست و تعدیل شود و برای برخی گروه‌ها حداقل سن بازنشستگی تعیین شود.

وی با اشاره به نقش شستا و سایر شرکت‌های وابسته در تأمین منابع سازمان، گفت: سهم این شرکت‌ها در سال جاری کمتر از ۲ درصد منابع تأمین اجتماعی است و لازم است مدیریت کارآمدتری بر آن‌ها اعمال شود. وی افزود: یکی از اقدامات کلیدی ما حرکت به سمت الکترونیکی‌سازی فرآیند حسابداری است تا بسیاری از مشکلات این حوزه مرتفع شود.

ادامه در صفحه ۳

مدیرکل ارشاد آذربایجان شرقی:

رویدادهای هنری استان گردشگرمحور است

یادآور شد: بدون تردید این روستای هدف گردشگری استان می‌تواند سالانه هزاران نفر گردشگر را به سوی خود جذب کند.

وی با بیان اینکه آذربایجان شرقی در حوزه‌های فرهنگی و هنری طی سال‌های گذشته دچار عقب ماندگی‌های عدیده شده است، تلاش برای جبران این کاستی‌ها را از اهداف اصلی فرهنگ و ارشاد اسلامی عنوان و اضافه کرد: در این مسیر نیازمند همکاری و راهنمایی‌های اهالی رسانه و نیز فعالیت‌های شبانه روزی هستیم. وی نگاه تیزبینانه خبرنگاران را عامل اصلی و مهم در توسعه فرهنگی و هنری آذربایجان شرقی بیان کرد و گفت: باید توجه داشت که بدون هماهنگی و همکاری رسانه‌ها و خبرگزاری‌های مختلف دست یابی به توسعه میسر نخواهد شد.

مدیر کل فرهنگ و ارشاد آذربایجان شرقی از خبرنگاران و اصحاب رسانه درخواست کرد تا نسبت به پوشش خبری و تصویری جشنواره منطقه‌ای فیلم و عکس سینمای جوان سهند با

توان کامل وارد عرصه شده و در جهت باروری و توسعه فرهنگی و هنری منطقه تلاش کنند.

شمالی، خوزستان، بیرجند، آبادان و آذربایجان شرقی را از استان‌های شرکت کننده در این رویداد اعلام کرد که بیش از ۲۰۰ نفر را شامل می‌شود.

مدیرکل فرهنگ و ارشاد آذربایجان شرقی زمان افتتاحیه جشنواره فیلم و عکس سینما جوان سهند را ۲۲ ماه جاری در محل مقبره الشعری تبریز همزمان با گشایش نمایشگاه عکس اعلام و اظهار کرد: آیین اختتامیه و اهدای جوایز نیز روز ۲۵ اردیبهشت ماه در سالن پتروشیمی برگزار می‌شود. وی مردمی‌سازی را یکی از رویکردهای اصلی برنامه‌های مختلف اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی آذربایجان شرقی در سال جاری برشمرد و ادامه داد: بر همین مبنا و با همکاری منطقه آزاد تجاری - صنعتی ارس، شرکت کنندگان در جشنواره یاد شده از روستای تاریخی و بی‌مانند اوشتبین، مجموعه کلیساهای سنت استپانوس و زیبایی‌های سواحل رود ارس بازدید می‌کنند.

مدیرکل فرهنگ و ارشاد آذربایجان شرقی روستای اوشتبین را به دلیل طبیعت زیبا و وجود مدفن حکیم ابوالقاسم نباتی، قطب گردشگری ادبی و فرهنگی آذربایجان شرقی دانست و



مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی آذربایجان شرقی گفت: رویدادهای هنری و فرهنگی این استان گردشگرمحور است و رویکرد «هفتاد و یکمین جشنواره منطقه‌ای فیلم و عکس سینمای جوان سهند» نیز بر این اصل استوار است. نعمت‌الله پایان در نشست خبری با اهالی رسانه، افزود: هدف اصلی از برگزاری این جشنواره معرفی جاذبه‌ها و ظرفیت‌های گردشگری آذربایجان شرقی است و تلاش می‌کنیم از این فرصت هنری برای شناساندن و نشان دادن آن به اهالی رسانه، هنر و سینماگران جوان استفاده کنیم.

وی با اشاره به اینکه برای حضور در جشنواره فوق هنرمندان جوان کشور از یازده استان به تبریز سفر می‌کنند، استان‌های البرز، سمنان، اردبیل، قزوین، لرستان، کرمانشاه، خراسان

مازوت‌سوزی در بهار؛ تبریز همچنان در حصار دود



معتدل که مصرف گاز خانگی به حداقل رسیده، این پرسش بی‌پاسخ مانده که چرا باز هم چرخ تولید برق باید با مازوت بچرخد؟ مردم دیگر تنها نگران آلودگی نیستند؛ نگران سکوتند، نگران آند که پشت درهای بسته،

در دل بهاری که باید بوی باران و شکوفه ببیچد، این‌بار هم بوی تلخ مازوت است که در هوای تبریز ریشه دوانده. مردمی که چشم به راه آسمانی آبی بودند، حالا دوباره در مهی از دود و ابهام فرو رفته‌اند.

روز پنج‌شنبه ۱۸ اردیبهشت ۱۴۰۴ -تبریز-، این شهر کهن با هوایی که بوی تاریخ و زندگی می‌دهد، بار دیگر زیر سایه سنگین مازوت‌سوزی نیروگاه حرارتی‌اش به نفس‌نفس افتاده است. در زمستان‌ها، کمبود گاز بهانه‌ای است تکراری. اما امروز، در میانه اردیبهشتی

زنوزی؛ ناجی فوتبال
تبریز



۲

فقر مطلق برای بازنشستگان

**بحرانی به نام
«حذف طبقه متوسط»
*همسان‌سازی غلط اجرا شد**

۳

نگاهی به اتاق‌های شلوغ کودکان؛

**«اسباب‌بازی زیاد»
خوب یا بد؟**



۴

**خیلی از والدین، عوارض
ماده مخدر «گل» را با
علائم بلوغ اشتباه
می‌گیرند**

۵

**پارک جنگلی آبشار؛ گنجینه
سبز تبریز برای لحظاتی
سرشار از آرامش**

۷

**۵ پروژه مهم
آذربایجان شرقی
نیازمند اعتبارات ملی
و استانی است**

۸

ایران و ترکیه ظرفیت‌های بالایی در حوزه‌های مختلف دارند

***ضرورت تسهیل مراودات اقتصادی دو کشور از مسیر
شهرداری‌ها و بخش خصوصی**



شهردار تبریز در دیدار با هیئت اقتصادی ترکیه، با تأکید بر اشتراکات تاریخی، فرهنگی، زبانی و دینی دو کشور ایران و ترکیه، خواستار توسعه روابط تجاری، سرمایه‌گذاری و تعاملات متقابل با محوریت ظرفیت‌های محلی و شهری شد.

بعقوب هوشیار در این دیدار با اشاره به قرابت فرهنگی و زبانی مردم ایران و ترکیه، گفت: ایران و ترکیه ظرفیت‌های متعددی در حوزه‌های اقتصادی، گردشگری، صنعتی و خدماتی دارند که باید بیش از پیش شناسایی و فعال‌سازی شوند. وی با اشاره به جمعیت ۴ میلیون نفری استان آذربایجان شرقی و ۲ میلیون نفری کلانشهر تبریز، افزود: تبریز به‌عنوان یکی از پنج کلانشهر ایران، در حوزه‌های مختلفی همچون صنعت، گردشگری سلامت، شهر هوشمند، قطعه‌سازی، مترو، مواد غذایی و ساختمان، ظرفیت‌های خاصی دارد.

شهردار تبریز با بیان اینکه تعامل بین بخش خصوصی دو کشور می‌تواند به‌مراتب مؤثرتر از سطوح دولتی پیش برود، تصریح کرد: شهرداری‌ها می‌توانند پیچیدگی‌های روابط سیاسی و اداری را کاهش داده و بستر روابط تجاری را فراهم و تسهیل کنند.

هوشیار با اشاره به سابقه تاریخی تبریز در حوزه علم و فرهنگ، خاطرنشان کرد: بازار تاریخی تبریز، مقبره‌الشعرا با حضور ۴۰۰ شاعر و عارف، و مجموعه ربع رشیدی که ۷۰۰ سال پیش میزبان دانشجویان بین‌المللی بود، بخشی از هویت تاریخی و تمدنی تبریز است. وی همچنین به توسعه زیرساخت‌های شهری تبریز در سال‌های اخیر اشاره کرد و گفت: پروژه متروی تبریز در پنج خط تعریف شده که یک خط بهره‌برداری شده، خط دوم در حال اتمام و خط سوم نیز آغاز شده است.

تصمیماتی گرفته می‌شود که سهم هوای پاک را از آن‌ها می‌گیرد. نیروگاه حرارتی تبریز، سال‌هاست به‌عنوان یکی از منابع اصلی آلودگی هوا شناخته می‌شود. آلودگی‌ای که نه تنها نفس را تنگ می‌کند، که دل را هم می‌فشرد. مردم تبریز امروز نه فقط هوا، که شفافیت می‌خواهند. صداقت می‌طلبند. و پاسخی روشن از مسئولانی که باید امانت‌دار سلامت شهر و جان شهروندان باشند. هوای پاک، حق همه است: حقی که تبریز دیگر نباید از آن محروم بماند.



پیام آذربایجان

شنبه ۲۰ اردیبهشت ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۱۹

اخبار

یادداشت

زنوزی؛ ناجی فوتبال تبریز

ایوب نیکنام لاله

پژوهشگر تاریخ فوتبال تبریز

طبق اسناد موجود و معتبر؛ تبریز خاستگاه فوتبال ایران و مدرسه تاریخی مموریالواقع در خیابان شهناز و میدان فوتبال این مدرسه، محل ظهور ورزش فوتبال در ایران است.



متأسفانه بعد از پایان حکمرانی قاجاریان و آغاز حکومت پهلوی، تاریخ تبریز و آذربایجان و حتی آثار باستانی و ورزش این دیار مورد غضب مسئولان وقت قرار گرفت.طبق اظهار پیشکسوتان ورزش تبریز، مسئولان پایتخت‌نشین، بر اساس تفکرات خود برتریبی و فاشیستی، با تاریخ‌سازی جعلی و همچنین عدم توجه به تاریخ ورزش فوتبال تبریز، جلوی رشد ورزش آذربایجان را سد کرده و حتی بارها از رسیدن تیم‌های تبریزی به مقام قهرمانی جلوگیری کرده‌اند که ماجرای «تبریزده پنائی قداغان‌دی» و «شاه یوخدان دورمامیش»ادانا گل وردوخ» در زمان پهلوی، در اثر همین تبعیض و ناعدالتی‌ها بوجود آمده بود که در مورد آنها توضیح داده خواهد شد.

لازم به توضیح است؛ هرچند فوتبال تبریز بعد از حکومت قاجاریه مورد بی مهری قرارگرفته بود، ولی تا سال ۱۳۴۶ شمسی، فوتبال شهر تبریز با اتکاء به سرمایه گذاران بخش خصوصی همچون حاج جعفر اندرابی، اصغر زرگران، برادران توکلی و ... به یکی از قطب‌های مهم ورزش فوتبال ایران تبدیل شده بود، بطوریکه در سال ۱۳۱۴ و در سال ۱۳۳۷ شمسی تیم منتخب تبریز به مقام قهرمانی و همچنین بارها به مقام نایب قهرمانی و سوم ایران نیز نایل بود که مدارک و مدالهای این قهرمانی‌ها در موزه فوتبال آذربایجان به نمایش گذاشته شده است.

متأسفانه، بعد از انقلاب نیز، کم‌توجهی و تبعیض به تیم‌های شهرستانی و به خصوص تیمهای باشگاهی تبریز به حدی چشمگیر بود که صدای مسئولان ارشد و همچنین نمایندگان مجلس درآمد و مردم نیز به این بی توجهی و ناعدالتی به هر نحو ممکن اعتراض کردند. با تاسف دیگر، هزینه اکثر تیمهای سطح اول ایران از بیت المال عمومی پرداخت می‌شد و هزینه تیم‌های همچون تراکتور و ماشین سازی از کارخانجات تراکتورسازی و ماشین سازی که صاحبان اصلی این تیم‌ها بودند تأمین می‌گردید.

به علت عدم توانایی در تأمین هزینه تیم‌ها توسط کارخانجات ماشین سازی و تراکتور سازی، این باشگاه‌ها در اکثر مواقع از رقابت با تیم‌های با بنیه مالی قوی باز می‌ماندند که نمونه آن تیم ریشه‌دار ماشین سازی است که معلوم نیست هم اکنون در کجا بازی می کند!

در این گیرودار، «محمد رضا زنوزی» کارآفرین و سرمایه‌گذار آذربایجانی، با درک واقعیت پیشینه فوتبال تبریز و مشاهده ناعدالتیهای موجود در این ورزش، پا پیش گذاشت و با تیمداری در تبریز و بخصوص با خرید امتیاز تیم تراکتور، فوتبال «زنده بگور شده» و «ریشه‌دار» تبریز را احیاء کرد. وی با تأمین هزینه چندین صد میلیاردی تیم تراکتور و تقبیل انواع اتهام‌های واهی نابخردان، فوتبال تبریز را زنده کرده که بی شک در تاریخ ورزش این خطه ثبت و ضبط خواهد شد.

امروز اگر نتایج درخشان و قهرمانی تیم تراکتور، چندین میلیون هوادار را در سرتاسر ایران خوشحال می‌کند و مسئولان با آن پز داده و همچنین این تیم تبریزی بالاتر از گل‌های فوتبال ایران عرض اندام می‌کند؛ این افتخارات، پز دادن‌ها، خوشحالی و غرور مردم به برکت سرمایه مقصد و تفکرات انساندوستانه مهتد زنوزی می‌باشد، لذا بر همه مسئولان و مدیران ارشد استان لازم و واجب است حداقل از شخص آقای زنوزی و تیم تراکتور حمایت کرده و بر حسب وظیفه از این مرد فداکار به طور شایسته تجلیل نمایند.

خبر

اجرای طرح «مسیر تندرستی» در پارک‌ها و بوستان‌های تبریز

ویژه برنامه ایستگاه سلامت در سطح بوستان‌های مناطق دهگانه شهرداری تبریز برگزار می شود. برنامه مسیر تندرستی با محوریت غربالگری رایگان قند و فشارخون،مشاوره تغذیه ورزشی وحرکات اصلاحی از ورزشکاران و شرکت کنندگان،توسط اداره کل سلامت در پارک میلاد با مشارکت باشگاه شهرداری تبریز برگزار شد. مدیر کل اداره سلامت ضمن تأکید بر اجرای برنامه های سلامت محور در سطح پارک ها و بوستان های مناطق دهگانه عنوان کرد، پیشگیری همیشه مقدم بر درمان است فقر تحرکی ما در همه حال باعث بیماری و کسالت می شود و ورزش به عنوان پدیده ای اجتماعی برای دوام جامعه لازم است چراکه با سلامت جسمی و روحی، شادابی خانواده ها و اجتماع را در پیش خواهیم داشت.

۲

فرمانده انتظامی مراغه از کشف و پلمب کارگاه تولید انواع مایع شوینده تقلبی در این شهرستان خبر داد. سرهنگ توحید فارسی در تشریح این خبر افزود: به دنبال کسب خبری مبنی بر تهیه، بسته‌بندی و توزیع مواد شوینده غیرمجاز و تقلبی با برندهای معتبر در یک

پلمب کارگاه تولیدی مواد شوینده تقلبی غیر مجاز در مراغه

پلمب و در این خصوص پرونده مقدماتی تشکیل و تحویل مرجع قضائی شد.سرهنگ فارسی افزود: از عموم شهروندان درخواست می‌شود، در صورت مشاهده هرگونه فعالیت غیرمجاز و قاچاق و اختکار توسط افراد سودجو، مراتب را در اسرع وقت از طریق سامانه پیامکی یا تلفن ۱۱۰ به پلیس اطلاع دهند تا اقدامات قانونی لازم به عمل آید.

ادامه از صفحه اول

رییس مجمع نمایندگان آذربایجان شرقی

کارخانه ماشین سازی تبریز از محل مولدسازی نوسازی شود

سامبرانی با اشاره به طلب ۷۰۰ میلیارد ریالی شرکت ریخته‌گری به ماشین‌سازی تبریز، گفت: هر دو مجموعه زیر نظر سازمان گسترش صنایع است و باتوجه به مشکل تأمین قطعات و وابستگی ماشین‌سازی به ریخته‌گری، باید برای رفع مشکلات آن واحد نیز چاره‌اندیشی شود تا خطوط تولیدشان را به روز کنند.

وی با بیان اینکه نبود کارت بازرگانی تخصیص ارز دولتی برای خرید ماشین‌آلات خطوط، تولید و صادرات محصولات را با مشکل مواجه ساخته است، واردات کالاهای مشابه تولید ماشین‌سازی را یکی دیگر از چالش‌های پیش‌رو خواند.

گروه ماشین‌سازی تبریز به عنوان یکی از بزرگ‌ترین کارخانه‌های کشور، تولیدکننده انواع ماشین‌های صنعتی مانند انواع ماشین‌آزار، ماشین‌های تراش، ماشین‌های فرز، ماشین‌های مته، قطعات ریخته و دستگاه‌های سی ان سی است.



کارگران آن حامی مدیران گروه ماشین‌سازی تبریز هستیم. مدیرعامل گروه ماشین‌سازی تبریز نیز در این بازدید با بیان اینکه مشکلات ناشی از خصوصی‌سازی و بی‌ثباتی مدیریتی در سال‌های گذشته، چالش‌هایی جدی برای مجموعه ایجاد کرده است، افزود: با راهبری سازمان گسترش و نوسازی صنایع ایران و تلاش‌های شبانه‌روزی کارکنان، هدف‌گذاری ما تبدیل ماشین سازی تبریز به قطب نوآوری و رقابت‌پذیری در صنعت کشور است.

کرد: مجموعه‌های مشابه ماشین‌سازی تبریز مدام در نمایشگاه‌های تخصصی حضور دارند تا بازاریابی و رقابت کنند و اگر آنان می‌توانند پاداش پایان‌کار کارگران‌شان را پرداخت کنند و ماشین سازی با مشکل مواجه است، به‌خاطر همین مسایل است.

نماینده مردم تبریز، آذرشهر و اسکو در مجلس شورای اسلامی ممنوعیت واردات کالاهای مشابه تولیدات کارخانه ماشین سازی را مورد اشاره قرار داد و افزود: این موضوع برای یکی دو سال می‌تواند عملیاتی شود تا فرصت خودسازی و توان رقابت را به دست آورد، اما انحصار ، شکست و عقب‌ماندگی به‌بار می‌آورد و ماشین‌سازی تبریز باید کیفیت محصولات و قدرت رقابت خود را بالا ببرد.

نوین گفت: ما مطالبات کارخانه ماشین سازی را از دولت پیگیری خواهیم کرد و در مسیر احیای این مجموعه و صیانت از رفاه

نیاز ارومیه به بیمارستان ۴۵۰ تختخوابی جدی است

* ضرورت اتمام سریع این مرکز درمانی



طبق گفته مسوولان اجرایی، این طرح از سال ۱۳۸۸ آغازشده ولی از ۱۳۹۲ تا ۱۳۹۹ را‌کد بوده است. برای اتمام این پروژه، در مجموع ۱۵ هزار میلیاردریال اعتبار نیاز است که بخشی از آن تخصیص یافته است. استاندار آذربایجان غربی همچنین از روند اجرایی کم‌ربندی دوم شهر ارومیه بازدید کرد و در جریان اجرای این طرح نیز قرار گرفت.

دستور رییس جمهور را نیز برای فراهم کردن همه مقدمات اجرایی شدن این بیمارستان دریافت می کنیم، ادامه داد: دکتر پزشکیان به صورت کامل در جریان وضعیت این مرکز درمانی قرار دارد و رییس جمهور این طرح را از اولویت های استان می‌دانند.

استاندار آذربایجان غربی تأکید کرد: باید ساز و کاری فراهم شود که این طرح به صورت شبانه روزی به اجرا درآید و بتوانیم در کمتر از ۱۸ ماه آن را به مرحله تجهیز برسانیم؛ البته روند تجهیز نیز امری زمان بر و نیازمند اعتبار ویژه است که باید در این خصوص همه توان دانشگاه علوم پزشکی استان به کار گرفته شود. در این بازدید مسوولان اجرایی پروژه، گزارشی از وضعیت آن ارائه کردند.

جایزه ۱۸ هزار یورویی تور دوچرخه‌سواری ایران - آذربایجان

می‌کند. بهترین تیم، بهترین دوچرخه‌سوار دهم خرداد در پنج مرحله برگزار می‌شود. جایزه این دوره از تور مشخص شد و مبلغ کلی تور، ۱۸ هزار و ۸۵۰ یورو است. در هر مرحله از تور مبلغ ۱۸۵۰ یورو بین نفرات اول تا بیستم توزیع می‌شود.

در ده‌بندی مجموع پنج مرحله تور نیز ۵۵۰ هزار و ۵۵۰ یورو بین نفرات اول تا بیستم تور توزیع خواهد داشت. جایزه قهرمان تور ۲هزار و ۱۰۰ یورو است. نفر دوم نیز هزار و ۲۰۰ یرو و نفر سوم ۶۰۰ یورو دریافت

دوچرخه‌سواری ایران - آذربایجان از پنجم تا دهم خرداد در پنج مرحله برگزار می‌شود. جایزه این دوره از تور مشخص شد و مبلغ کلی تور، ۱۸ هزار و ۸۵۰ یورو است. در هر مرحله از تور مبلغ ۱۸۵۰ یورو بین نفرات اول تا بیستم توزیع می‌شود.

در ده‌بندی مجموع پنج مرحله تور نیز ۵۵۰ هزار و ۵۵۰ یورو بین نفرات اول تا بیستم تور توزیع خواهد داشت. جایزه قهرمان تور ۲هزار و ۱۰۰ یورو است. نفر دوم نیز هزار و ۲۰۰ یرو و نفر سوم ۶۰۰ یورو دریافت



جایزه کلی سی و هفتمین دوره تور دوچرخه‌سواری ایران - آذربایجان مشخص شد. سی و هفتمین دوره تور

ادامه از صفحه اول

وزیر جهادکشاورزی:

دولت مصمم به تأمین رفاه و امنیت غذایی مردم با وجود چالش‌ها است

رداری، پاکدستی، عدالت و ایمان در جامعه نهادینه شود. وزیر جهاد کشاورزی با اشاره به اینکه جهاد تعطیل‌بردار نیست، گفت:

روحیه جهادی باید در همه ارکان اجرایی کشور جاری باشد که در این صورت ایران به گلستانی آباد تبدیل خواهد شد.

وی به اهمیت معیشت مردم اشاره کرد و افزود: مردم ایران شایسته بهترین‌ها هستند و دولت مصمم است در کنار حفظ امنیت، برای تأمین رفاه، اشتغال و امنیت غذایی مردم با وجود موانعی مانند کاهش بارندگی، افت سفره‌های آب زیرزمینی و خشکسالی تلاش کند. نوری گفت: کشاورزان و بهره‌برداران ما امروز به سطحی از دانش و توانمندی

داری، پاکدستی، عدالت و ایمان در جامعه نهادینه شود. وزیر جهاد کشاورزی با اشاره به اینکه جهاد تعطیل‌بردار نیست، گفت: روحیه جهادی باید در همه ارکان اجرایی کشور جاری باشد که در این صورت ایران به گلستانی آباد تبدیل خواهد شد.

وی به اهمیت معیشت مردم اشاره کرد و افزود: مردم ایران شایسته بهترین‌ها هستند و دولت مصمم است در کنار حفظ امنیت، برای تأمین رفاه، اشتغال و امنیت غذایی مردم با وجود موانعی مانند کاهش بارندگی، افت سفره‌های آب زیرزمینی و خشکسالی تلاش کند. نوری گفت: کشاورزان و بهره‌برداران ما امروز به سطحی از دانش و توانمندی

اخبار

دستگیری مامور قلابی در آذرشهر

فرمانده انتظامی شهرستان آذرشهر از دستگیری مامور قلابی در این شهرستان خبر داد. محمد نعمتی، فرمانده انتظامی شهرستان آذرشهر امروز در گفت‌وگو با خبرنگار فارس اظهار داشت: در پی اعلام مرکز فوریت‌های پلیسی ۱۱۰ مبنی بر سرقت به عنف طلاجات یک خانم سالخورده در یکی از محلات شهرستان آذرشهر موضوع به صورت ویژه در دستور کار پلیس آگاهی قرار گرفت. وی افزود: با اشراف اطلاعاتی سارق دستگیر و در بازجویی‌های به عمل آمده به همکاری یک نفر خانم اعتراف که او نیز دستگیر و درباررسی از مخفیگاهشان طلاجات مسروقه به ارزش ۵ میلیارد ریال کشف و طی صورت جلسه‌ای تحویل مالباخته شد و متهمان با تشکیل پرونده مقدماتی تحویل مرجع قضایی شدند.نعمتی گفت: شهروندان در مواجهه با چنین مواردی حتماً نسبت به روبرت کارت شناسایی ماموران اقدام و هرگونه مواد مشکوک را به تلفن ۱۱۰ اعلام نمایند.

کمک خیرنیک اندیش سرابی به بخش‌های آموزش و سلامت



خیر نیک اندیش سرابی که پیش از این ۴ مدرسه ۲۲ کلاسده در شهرستان سراب احداث کرده است بمناسبت گرامیداشت هفته معلم، از آغاز عملیات احداث پنجمین مدرسه ۴ کلاسده خبر داد.

کرامت اسدی خیر نیک اندیش سرابی، با حضور در مدرسه ۶ کلاسه‌ای که بنام پدر مرحومش حاج صادق اسدی احداث کرده در جمع دانش آموزان مبلغ ۱ میلیارد و ۵۰۰ میلیون ریال برای بهسازی دیگر مدارس فرسوده هدیه کرد. وی همچنین با حضور در دانشکده علوم پزشکی سراب در جمع اعضای مجمع خیرین سلامت، مبلغ ۴ میلیارد ریال برای خرید تجهیزات اتاق عمل بیمارستان این شهرستان پرداخت کرد.



پیام آذربایجان

شنبه ۲۰ اردیبهشت ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۶۹

اقتصاد

اخبار

توانیر:

هر ۲۰ دقیقه مصرف بیش از حد الگو، منجر به قطع برق یک‌ساعته مشترکان پرمصرف می‌شود



مدیرعامل شرکت توانیر با بیان اینکه «براساس برنامه، هر ۲۰ دقیقه مصرف بیش از حد الگو منجر به قطع برق یک‌ساعته مشترکان پرمصرف می‌شود»، گفت: «این محدودیت‌ها با استفاده از کنتورهای هوشمند اجرا می‌شود تا برق به همه هموطنان به صورت عادلانه برسد.» مصطفی رجبی‌مشهدی، مدیرعامل شرکت توانیر، اظهار داشت: پس از ارسال پیامک‌های هشدار برای مشترکان پرمصرف که به اخطارهای داده شده توجهی نکنند، مشمول قطع برق می‌شوند. وی افزود: براساس برنامه، هر ۲۰ دقیقه مصرف بیش از حد الگو منجر به قطع برق یک‌ساعته مشترکان پرمصرف می‌شود. رجبی مشهدی تصریح کرد: این محدودیت‌ها با استفاده از کنتورهای هوشمند اجرا می‌شود تا برق به همه هموطنان به صورت عادلانه برسد و از مشترکان خانگی، تجاری و اداری خواسته شده تا در مصرف برق صرفه‌جویی کنند. وی خاطر نشان کرد: روز گذشته در تهران بزرگ، برق حدود ۷۰۰ بانک به دلیل مصرف بیش از الگوی تعیین شده قطع شد.

کشف و جمع‌آوری ۲۹دستگاه غیرمجاز استخراج رمزارز

در تبریز

مدیر دفتر حراست و امور محرمانه شرکت توزیع نیروی برق تبریز از کشف و جمع آوری ۲۹ دستگاه غیرمجاز استخراج رمزارز در شهرک اندیشه تبریز خبر داد.



میثم فیضی اظهار کرد: با رصد و پیگیری همکاران دفتر حراست، امور برق اندیشه و واحد رسیدگی به انشعابات غیر مجاز و همراهی پلیس آگاهی، یک مرکز غیرمجاز استخراج رمزارز طی روز ۱۴ اردیبهشت در شهرک اندیشه از کشف و شناسایی شده است. وی با بیان اینکه از مرکز غیر مجاز شناسایی شده ۲۹ دستگاه استخراج غیرمجاز رمزارز جمع آوری شده است. افزود: فعالیت مراکز استخراج رمز ارز به دلیل مصرف بالای انرژی برق، موجب اختلال در برق رسانی و تحمیل فشار به شبکه و آسیب به وسایل برقی شهروندان می‌شود.

مدیر دفتر حراست و امور محرمانه شرکت توزیع نیروی برق تبریز خاطرنشان کرد: بنا به ابلاغ شرکت توانیر انشعاب هایی که به طور غیرقانونی به استخراج رمزارز مبادرت می‌ورزند،به ویژه منازل، فروشگاه‌ها و دامداری ها و ... جمع‌آوری و به طور دائم قطع می‌شود.

دبیر کمیسیون اجتماعی مجلس شورای اسلامی:

ماشین‌آلات و تجهیزات واحدهای

تولیدی باید به روز شوند

اعضای کمیسیون اجتماعی مجلس شورای اسلامی روز پنجشنبه ۱۸ اردیبهشت ماه از شرکت‌های دارویی شهید قاضی و زهراوی زیرمجموعه شستا در تبریز بازدید کردند. فضل الله زنجیر، دبیر کمیسیون اجتماعی مجلس شورای اسلامی در حاشیه بازدید از شرکت دارویی شهید قاضی تبریز ، با بیان اینکه واحدهای تولید دارو و صنعتی بازدید شده در کشور پیشرو هستند، گفت: از واحدهای صنعتی بسیار خوب و پیشرفته‌ای بازدید کردیم که با وجود فشارهای اقتصادی، تعدیل نیرو نداشته بلکه کارگران جدیدی را هم به مجموعه خود اضافه کرده‌اند.

وی به حمایت تمام و کمال دولت و مجلس از واحدهای تولیدی تاکید کرد و افزود: در راستای افزایش سرمایه در گردش کارخانه، باید تسهیلات بانکی ویژه‌ای به فعالان اقتصادی اعضا شود. وی ادامه داد: ما باید دنبال افزایش ظرفیت تولید باشیم و در این راستا باید ماشین‌آلات و تجهیزات این واحدهای تولیدی بروز شوند. شرکت داروسازی شهید قاضی (سهامی عام) از شرکتهایی است که بعد از انقلاب اسلامی ایران در راستای سیاستهای تغییر ساختار نظام داروئی کشور از نقطه نظر مالکیت ، تولید و توزیع و سوق دادن این صنعت به خودکفائی و استقلال تاسیس شده است. صنعت تولید محلول تزریقی جزء صنایع استراتژیک داروئی بوده و از اهمیت و حساسیت خاصی برخوردار است.

۳

بر این اساس ساختمان‌های اداری کلیه دستگاه‌ها و مؤسسات عمومی دولتی و غیر دولتی، بانک‌ها، بیمه‌ها و شهرداری‌ها ۲۷ درجه سانتیگراد تعیین می‌گردد. ضروری است شهرداری‌های تابع استان از شنبه آینده با انجام برنامه‌ریزی‌های لازم نسبت به بهره‌گیری حداکثری از ناوگان حمل و نقل عمومی درون شهری متطبق با ساعات جدید فعالیت در کشور اقدام کنند.

آذربایجان شرقی روزهای پنجشنبه تعطیل شد

ساعات کاری کلیه دستگاه‌ها و مؤسسات عمومی دولتی و غیر دولتی، بانک‌ها، بیمه‌ها و شهرداری‌ها از شنبه، بیستم اردیبهشت سال جاری تا سی و یکم شهریور امسال، از ساعت ۶ صبح الی ۱۳ ظهر تعیین می‌گردد و روزهای پنجشنبه نیز در این بازه زمانی تعطیل می‌باشد و کسری زمان فعالیت اداری نیز از طریق دورکاری جبران می‌گردد.

استانداری آذربایجان شرقی اعلام کرد: در این استان از شنبه آینده ساعات کاری ادارات تغییر و روزهای پنجشنبه تعطیل می باشد. در متن این اطلاعیه آمده است: به اطلاع می‌رساند در راستای اجرای مصوبه کارگروه مدیریت بهینه مصرف انرژی و به منظور صرفه‌جویی مناسب با هدف حفظ پایداری شبکه سراسری برق کشور و تأمین آسایش آحاد مردم و عدم وقفه در خدمت رسانی، بدین وسیله

فقر مطلق برای بازنشستگان

بحرانی به نام «حذف طبقه متوسط»

* همسان‌سازی غلط اجرا شد



مدیریت صندوق با نظرات خبرگان بازنشسته مبنی بر لزوم بازنگری در شیوه‌نامه غلط محاسبه همسان‌سازی که موجب یک ضرر و زیان حداقل ۲ تا ۱ میلیون تومانی برای بازنشستگان کشوری شده، نشانه‌هایی از این اجحاف سنگین است.

این فعال صنفی بازنشستگان کشوری اضافه می‌کند: در عین حال، عدم توجه به خواسته‌ی به حق بازنشستگان کشوری مبنی بر افزایش دایم حقوق سالانه متناسب با نرخ تورم، منجر به بروز یک بحران معیشت عمیق شده است؛ امسال افزایش حقوق بازنشستگان کشوری از جمله بازنشستگان دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور فقط ۲۰ درصد بوده است، این ۲۰ درصد در مقابل تورم ۱۰۰ درصدی یا حتی بیشتر ارقام اساسی زندگی چیزی شبیه هیچ است و بحران معیشت را عمیق‌تر می‌کند.

به اعتقاد جهانمردی، اوضاع به گونه‌ای پیش رفته که کارمندی که زمان اشتغال با حقوق پایان ماه می‌توانست زندگی خود و خانواده‌اش را به راحتی اداره کند حالا پانزده یا بیست سال بعد از بازنشستگی، در محصه‌ی معیشت گیر کرده و با حقوقی که به عنوان مستمری بازنشستگی می‌گیرد،

وزارت بهداشت و دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور، با تاخیر ۴ ساله از این محل تأمین وامین و پرداخت شود اما متأسفانه تا امروز این اتفاق نیفتاده؛ چرا وجه حاصل از فروش سهام آلومینیوم جنوب به صندوق بازنشستگی کشوری پرداخت نشد؟ این وجوه کجا رفت و به جیب چه کسانی سرازیر شد؟!

این بازنشسته دانشگاه علوم پزشکی ادامه می‌دهد: عدم پیگیری و پرداخت معوقات یک گروه بازنشستگان قبل از سال۹۶ از جمله حق ایثارگری، یکی دیگر از نشانه‌های این بحران عمیق است؛ در پرداخت مطالبات این بازنشستگان یک تاخیر بیش از ۴ ساله اتفاق افتاده است.

جهانمردی «درمان» را یکی دیگر از مشکلات اساسی بازنشستگان کشوری می‌داند و در این رابطه می‌گوید: انعقاد قرارداد بیمه تکمیلی با شرکتی که با بررسی دقیق خبرگان بازنشسته بیش از ۲۲۰ شکایت داشته، اتهام قراردادی با سقف تعرفه‌ی بسیار پایین و خدمات ناکارآمد و فرانشیز هزینه‌زا، موجب افول سطح خدمات درمانی بازنشستگان شده؛ این قراردادهای ناکارآمد ماده ۸۵ بیمه تکمیلی بازنشستگان را به محاق برده و به دست فراموشی سپرده است، به اینها باید پرداخت خسارات بیمه تکمیلی با تاخیر ۱ ساله درسال ۱۴۰۴ را افزود. به گفته این مدرس سابق دانشگاه، در زمینه افزایش حقوق‌ها و اجرای همسان‌سازی نیز اجحاف در حق بازنشستگان شده است؛ عدم پرداخت معوقات ۸ ماهه اجرای مرحله اول همسان‌سازی سال ۱۴۰۳ تاکنون و مخالفت

افزایش ۳۸ درصدی ارزش صادرات بخش کشاورزی در آذربایجان شرقی



رتقا یافته که بیانگر موقعیت راهبردی استان در زنجیره تأمین و صادرات کشاورزی کشور است. شفیعی گفت: ارزش آوری به ازای هر کیلوگرم محصول صادر شده از استان نیز از ۱،۰۴ دلار به ۱،۲۷ دلار افزایش یافته است که این رقم بسیار بالاتر از متوسط کشوری

رئیس سازمان جهادکشاورزی آذربایجان شرقی از افزایش ۳۸ درصدی ارزش صادرات بخش کشاورزی در استان خبر داد.

شهرام شفیعی در خصوص افزایش قابل توجه صادرات بخش کشاورزی استان، اظهار کرد: ارزش صادرات محصولات کشاورزی استان در سال گذشته به ۴۹۷ میلیون دلار رسید که در مقایسه با سال ۱۴۰۲ که این رقم ۳۶۰ میلیون دلار بود، رشد ۳۸ درصدی دارد. وی افزود: از نظر وزنی نیز صادرات استان از ۳۳۴ هزار تن در سال ۱۴۰۲ به ۳۹۲ هزار تن در سال ۱۴۰۳ افزایش یافته است که نسبت به مدت مشابه سال قبل از نظر ارزش وزنی ۱۴ درصد افزایش توان تولیدی و صادراتی استان در حوزه کشاورزی را نشان می‌دهد. وی با اشاره به افزایش سهم آذربایجان شرقی از کل صادرات کشاورزی کشور، اظهار کرد: این سهم از ۵،۷۲ درصد در سال ۱۴۰۲ به ۵،۹۷ درصد در سال ۱۴۰۳

ادامه از صفحه اول

اصلاح مشاغل سخت و زیان آور در دستور کار سازمان تأمین اجتماعی است

مدیرعامل تأمین اجتماعی درباره برنامه‌های بیمه‌ای برای کارگران ساختمانی نیز اظهار کرد: بر این اساس در هر شهرستان، وضعیت پروژه‌های ساختمانی کارفرمایان شناسایی و بر این اساس تعدادی از کارگران بیمه می‌شود

و از این طریق، ضوابط دقیق و مشخصی برای بیمه کارگران ساختمانی تدوین می‌شود. تعدادی از اعضای کمیسیون اجتماعی مجلس شورای اسلامی به منظور بررسی مسایل و مشکلات کارگری و واحدهای تولیدی به آذربایجان شرقی سفر کرده‌اند. یکی از خواسته‌های مطرح شده در این نشست از طرف فعالان اقتصادی آذربایجان شرقی بازنگری و تعدیل قانون مشاغل سخت و زیان آور بود .

و در لایحه بودجه، پرداخت ۱۸۵ هزار میلیارد تومان از طریق سهام و اوراق پیش‌بینی شده است که بخشی از منابع از این طریق تأمین خواهد شد.

مدیرعامل تأمین اجتماعی با اشاره به لزوم هم‌افزایی و همکاری همه دستگاه‌ها، تاکید کرد: اگر همه کمک کنند، می‌توانیم وظایف خود را در سال جاری به خوبی انجام دهیم. وی اظهار کرد: واحدهای درمانی و دارویی نیز بنگاه‌هایی هستند که در صورت عدم دریافت منابع مالی، با مشکل در ارائه خدمت روبرو می‌شوند.

برنامه‌ریزی برای بیمه‌کارگران ساختمانی با مدل منطقه‌ای

پوشش هزینه‌های درمانی ۴۷ میلیون بیمه‌شده شود که در صورت پرداخت ناکافی، کیفیت خدمات کاهش خواهد یافت.

سالاری با اشاره به کسری ماهانه ۲۵ هزار میلیارد تومانی سازمان تأمین اجتماعی، گفت: مجموع این کسری در پایان سال به حدود ۳۰۰ هزار میلیارد تومان می‌رسد. وی اظهار کرد: اگر دولت سهم خود از حق بیمه‌ها را مطابق نرخ مصوب سال جاری به‌طور کامل پرداخت کند، این کسری جبران خواهد شد.

وی با اشاره به اینکه تأمین نقدی این مبلغ برای دولت ممکن نیست، خاطرنشان کرد: در برنامه هفتم توسعه، بخشی از بار مالی دولت نسبت به گذشته کاهش یافته

کسری ۳۰۰ همتی تأمین اجتماعی

مدیرعامل سازمان تأمین اجتماعی با اشاره به افزایش هزینه‌های درمان و محدودیت‌های منابع مالی، گفت: این سازمان در سال جاری با کسری بودجه ۳۰۰ هزار میلیارد تومانی مواجه است و ادامه خدمات‌رسانی مطلوب نیازمند تأمین منابع پایدار و همراهی دولت و سایر نهادهاست.

سالاری اظهار کرد: تأمین اجتماعی ماهانه به ۱۲۵ هزار میلیارد تومان منابع نیاز دارد که حدود ۹۰ هزار میلیارد تومان آن بابت پرداخت حقوق مستمری‌بگیران است و این بخش حتی یک روز نیز نباید با تاخیر مواجه شود. وی با اشاره به اینکه هزینه درمان رو به افزایش است، گفت: بقیه منابع باید صرف

مطبوعات نیاز به حمایت دارند

تبلیغات خود را به ما بسپارید و به ادامه حیات پیام‌آذربایجان کمک کنید ۳۵۲۴۷۰۵۱



پیام آذربایجان

شنبه ۲۰ اردیبهشت ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۶۹

روانشناسی کودک

نگاهی به اتاق های شلوغ کودکان؛

«اسباب بازی زیاد»؛ خوب یا بد؟

در دنیای امروز، اتاق‌های کودکان بیشتر شبیه به نمایشگاه‌های اسباب‌بازی‌های

مختلف است؛ عروسک‌های رنگارنگ، پازل‌های پیچیده، ماشین‌های متحرک و هزاران

وسيله ديگر که در نظر والدين تنها ابزار سرگرمي يا حتی وسیله‌ای برای یادگیری به حساب می‌آیند.

اما آیا تا به حال فکر کرده‌ایم که آیا انباشت این همه اسباب‌بازی در اتاق کودک، به رشد و تربیت او کمکی می‌کند یا ممکن است عواقب پنهانی به همراه داشته باشد؟

در عصر حاضر، اتاق کودکان غالباً بیش از آنکه فضایی برای بازی و خلاقیت باشد، به نمایشگاهی از اسباب‌بازی‌های رنگارنگ و متنوع تبدیل شده است. از عروسک‌های سخنگو گرفته تا پازل‌های پیچیده و ماشین‌های کنترلی، انبوهی از وسایل در دسترس کودکان قرار دارد که از دید والدین، تنها ابزاری برای سرگرمی و یادگیری محسوب می‌شوند. اما سوال اصلی اینجاست: آیا این انباشت بی‌رویه اسباب‌بازی‌ها، واقعاً به رشد ذهنی و عاطفی کودک کمک می‌کند؟ یا اینکه ممکن است این وفور نعمت، عواقب ناخواسته‌ای را در پی داشته باشد که از دید ما پنهان مانده است؟

تصور کنید کودکی را که در دریایی از اسباب‌بازی‌ها غرق شده است، هر کدام با وعده‌ای از سرگرمی و ماجراجویی. در نگاه اول، این تصویر ممکن است شادی و خوشبختی را تداعی کند. اما آیا واقعاً چنین است؟ آیا این کودک در میان این همه گزینه، فرصتی برای تمرکز، خلاقیت و نوآوری دارد؟ یا اینکه این تنوع بیش از حد، او را دچار سردرگمی و بی‌حوصلگی می‌کند؟ آیا ممکن است این انبوه اسباب‌بازی‌ها، به جای پرورش ذهن، آن را فلج کند؟ بسیاری از والدین بر این باورند که هر چه اسباب‌بازی‌های بیشتری در اختیار فرزندانشان قرار دهند، فرصت‌های یادگیری و رشد بیشتری را برای آن‌ها فراهم می‌کنند. اما تحقیقات و تجربیات نشان داده‌اند که این تصور همیشه درست نیست. در واقع، داشتن اسباب‌بازی‌های زیاد می‌تواند اثرات منفی بر تمرکز، خلاقیت و استقلال کودک داشته باشد.

واقعیت این است که اسباب‌بازی‌های بیش از حد نه تنها می‌توانند باعث شلوغی و سردرگمی در ذهن کودک شوند، بلکه ممکن است به مشکلات روانی، اجتماعی و حتی جسمی منجر گردند. در این گزارش، به بررسی پیامدهای منفی داشتن اتاقی پر از اسباب‌بازی و همچنین آسیب‌های احتمالی آن بر روان و رفتار کودک خواهیم پرداخت. دلایلی را ارائه خواهیم داد که چرا اسباب‌بازی کمتر، می‌تواند برای کودک شما بهتر باشد.

تأثیرات منفی روانی اسباب‌بازی‌های زیاد بر کودکان

در دنیای امروز، بسیاری از والدین تلاش می‌کنند با خرید اسباب‌بازی‌های مختلف برای کودکانشان، اوقات

فراغت آن‌ها را پر کنند و به نوعی از این طریق، به توسعه توانایی‌های ذهنی و فیزیکی آنان کمک کنند. اما تحقیقات نشان می‌دهند که انباشت بیش از حد اسباب‌بازی‌ها می‌تواند آثار منفی بر روان کودکان داشته باشد. بر اساس مطالعاتی که در سال ۲۰۱۴ توسط پژوهشگران دانشگاه کالیفرنیا منتشر شد، وجود اسباب‌بازی‌های زیاد می‌تواند باعث ایجاد احساس آشفتگی و استرس در کودکان شود. این تحقیق نشان داد که کودکانی که در اتاق‌های خود با حجم زیادی از اسباب‌بازی‌ها محاصره شده بودند، بیشتر با مشکلاتی مانند ناتوانی در تمرکز، احساس کلافگی و کاهش توانایی در انتخاب مواجه می‌شدند. وجود تعداد زیاد اسباب‌بازی‌ها می‌تواند باعث ایجاد اختلال در پردازش اطلاعات کودک شود و در نتیجه، او نمی‌تواند به طور کامل بر هیچ یک از اسباب‌بازی‌ها متمرکز شود و به این ترتیب، از مزایای آموزشی یا سرگرمی آن‌ها بهره‌برداری نمی‌کند.

تأثیرات منفی اجتماعی؛ وابستگی به اسباب‌بازی‌ها

یکی از اثرات منفی که اسباب‌بازی زیاد می‌تواند بر روابط اجتماعی کودکان داشته باشد، وابستگی بیش از حد به این اشیاء است. مطالعات نشان می‌دهند که کودکانی که تعداد زیادی اسباب‌بازی دارند، ممکن است به جای تعامل با همسالان خود، بیشتر ترجیح دهند که به تنهایی بازی کنند و به این ترتیب، فرصت‌های کمتری برای توسعه مهارت‌های اجتماعی پیدا کنند.

در مقاله‌ای که در مجله علمی تعلیم و تربیت کودکان در سنین ابتدایی «Journal of Early Childhood Education» منتشر شده، پژوهشگران به این نتیجه رسیدند که وقتی کودکان به‌طور مداوم با اسباب‌بازی‌های زیاد بازی می‌کنند، کمتر تمایل دارند با دیگران به طور مشترک بازی کنند و این می‌تواند موجب کاهش مهارت‌های ارتباطی آنان شود. این امر به خصوص در محیط‌های آموزشی و اجتماعی مانند مدرسه می‌تواند مشکلاتی را برای کودک ایجاد کند.

آسیب‌های جسمی و حرکتی ناشی از اسباب‌بازی‌های زیاد

وجود تعداد زیاد اسباب‌بازی در اتاق کودکان می‌تواند علاوه بر مشکلات روانی و اجتماعی، آسیب‌های جسمی

پایه‌های شخصیت در دوران کودکی

را سردرگم می‌کند. همچنین، تشویق رفتارهای مثبت و پرهیز از تمرکز مداوم بر اشتباهات، به رشد حس ارزشمندی در کودک کمک می‌کند. مهم‌تر از همه، والدین باید الگوی رفتاری مناسبی باشند؛ چرا که کودکان، بیشتر از آنچه گفته می‌شود، رفتار والدین را تقلید می‌کنند. در نهایت، تربیت کودک یک مسیر یادگیری متقابل است که نیاز به صبر، آگاهی و عشق دارد.

احترام بین والدین و کودک است. کودک باید احساس کند شنیده می‌شود و احساساتش معتبرند. برخورد‌های خشن، بی‌توجهی یا تحقیر، باعث شکل‌گیری عقده‌ها و مشکلات رفتاری در آینده می‌شود. یکی دیگر از اصول تربیتی، ثبات در قوانین و رفتار والدین است. کودک باید بداند چه انتظاراتی از او وجود دارد و پیامد رفتارهایش چیست. رفتارهای متناقض یا تغییر ناگهانی قوانین، او

تربیت کودک، یکی از مهم‌ترین و حساس‌ترین وظایف والدین است که مستقیماً آینده فردی و اجتماعی کودک را تحت تأثیر قرار می‌دهد. سال‌های نخست زندگی، پایه‌گذار شخصیت، اعتماد به نفس و سبک رفتاری کودک در بزرگسالی است. برای تربیت مؤثر، اولین قدم داشتن ارتباط سالم و همراه با

مشکلات و تعاملات اجتماعی هستند. این امر موجب می‌شود که نه تنها کودک در بازی‌های خود غرق شود، بلکه مهارت‌های شناختی و اجتماعی خود را نیز تقویت کند.

راهکارهای جایگزین برای والدین

گاهی بیشتر بودن به معنای بهتر بودن نیست. در واقع، یکی از اشتباهات رایج والدین در دنیای امروز، انباشت بیش از حد اسباب‌بازی‌هاست. اما راه‌حل چیست؟ آیا باید اسباب‌بازی‌ها را از اتاق کودکان حذف کنیم؟ قطعاً نه! در ادامه، به والدین راهکارهایی عملی و مؤثر پیشنهاد می‌دهیم تا بدون نیاز به خرید بیش از حد اسباب‌بازی، رشد و یادگیری کودک خود را تسهیل کنند.

خلاقیت و بازی‌های ساده:

به جای خرید اسباب‌بازی‌های زیاد، کودک را به بازی با اشیاء روزمره مانند جعبه‌ها، پارچه‌ها و لوازم آشپزخانه تشویق کنید. این نوع بازی‌ها به تقویت تخیل و مهارت‌های حل مسئله کمک می‌کنند.

بازی‌های گروهی و اجتماعی:

کودک را به بازی‌های گروهی با همسالان تشویق کنید تا مهارت‌های اجتماعی او تقویت شود. بازی‌های مشترک می‌توانند فرصت‌های خوبی برای یادگیری ارزش‌هایی همچون همکاری و اشتراک‌گذاری فراهم کنند.

فعالیت‌های ورزشی و بدنی:

فعالیت‌هایی مانند دویدن، دوچرخه‌سواری و بازی‌های ساده در فضای باز، سلامت جسمانی کودک را تقویت می‌کنند و به تقویت روحیه و روابط اجتماعی او کمک می‌کنند.

کتاب‌ها و قصه‌گویی:

کتاب‌های داستانی می‌توانند دایره واژگان کودک را گسترش داده و تخیل او را شکوفا کنند. قصه‌گویی می‌تواند فرصتی برای تقویت روابط عاطفی میان والدین و کودک باشد.

استفاده از طبیعت:

طبیعت منبع غنی از فرصت‌های یادگیری است. پیاده‌روی در پارک، جمع‌آوری سنگ‌ها یا برگ‌ها و مشاهده حیوانات می‌تواند به توسعه مهارت‌های حسی کودک و ایجاد تجربه‌های آموزشی طبیعی کمک کند.

نیز در پی داشته باشد. بسیاری از اسباب‌بازی‌ها فضای فیزیکی زیادی را اشغال می‌کنند و در نتیجه، ممکن است کودک نتواند در محیط خود به راحتی حرکت کند و از آزادی عمل بهره‌مند شود.

بر اساس تحقیقاتی که در مجله «Pediatrics» منتشر شده، قرار دادن اسباب‌بازی‌های متعدد در اتاق کودک می‌تواند باعث ایجاد بی‌نظمی و خطرات بالقوه در محیط شود. اسباب‌بازی‌هایی که بر روی زمین رها می‌شوند، می‌توانند باعث زمین خوردن کودک و حتی آسیب‌های جدی شوند. علاوه بر این، اسباب‌بازی‌های الکترونیکی یا سخت می‌توانند باعث ایجاد مشکلات جسمی از جمله کمردرد و اختلالات حرکتی شوند.

نقص در توسعه خلاقیت و مهارت‌های حل مسئله

وجود تعداد زیاد اسباب‌بازی‌ها، به ویژه زمانی که کودک بدون هدایت و راهنمایی با آن‌ها بازی می‌کند، می‌تواند باعث کاهش خلاقیت و مهارت‌های حل مسئله در کودکان شود. در یک مطالعه که در مجله «Child Development» منتشر شد، نشان داده شد که کودکانی که با تعداد کمتری اسباب‌بازی بازی می‌کنند، معمولاً مهارت‌های حل مسئله بهتری دارند و خلاق‌تر هستند. این کودکان به دلیل محدودیت‌های موجود، مجبور به استفاده از تخیل خود برای پیدا کردن روش‌های جدید برای بازی می‌شوند.

اهمیت سادسازی محیط بازی

برخلاف تصور رایج، تعداد زیاد اسباب‌بازی‌ها لزوماً به معنای فرصت‌های بیشتر برای یادگیری یا سرگرمی کودک نیست. بر اساس تحقیقات، فضای ساده‌تری که کودک تنها با چند اسباب‌بازی جذاب و مناسب پر شود، می‌تواند به رشد و توسعه او کمک بیشتری کند. محیط‌های سادسازی شده، کودک را مجبور به استفاده از تخیل و تفکر خلاقانه برای خلق بازی‌ها و فعالیت‌های جدید می‌کنند.

پژوهشگران در تحقیقی که در مجله علم روانشناسی «Psychological Science» منتشر شده، به این نتیجه رسیدند که وقتی کودکان در محیطی ساده‌تر و با تعداد محدودتری از اسباب‌بازی‌ها قرار می‌گیرند، بیشتر قادر به استفاده از خلاقیت خود برای ساخت داستان‌ها، حل

کودکان زیر دو سال بدون محدودیت از تلفن همراه استفاده می‌کنند. این موضوع موجب شده است که جای خانواده و معلمان، رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی به عنوان الگوهای جدید برای کودکان مطرح شوند. این متخصص روانشناسی اذعان کرد: شبکه‌های اجتماعی و رسانه‌های تصویری، الگوهای غریبی با پیام‌های مثبت و منفی را به کودکان ارائه می‌دهند. برخی از این الگوها حتی زمانی که رفتارهای منفی مانند فساد را به نمایش می‌گذارند، به عنوان افراد موفق و قهرمان معرفی می‌شوند. این روند، سبب تحریف در ارزش‌ها و هویت‌یابی کودکان و نوجوانان شده است و اگر خانواده‌ها نقش خود را به عنوان الگوی اصلی فرزندان بازبازی نکنند، آسیب‌های اجتماعی و فردی در نسل‌های آینده شدت خواهد گرفت.

تغییر الگوهای نوجوانان

عالمی مطرح کرد: در سال‌های اخیر، الگوهای سنتی تربیتی که خانواده‌ها و معلمان در اختیار کودکان و نوجوانان قرار می‌دادند، به تدریج کنار گذاشته شدند. به جای این الگوها، چهره‌هایی مانند برخی بازیگران، سلبریتی‌ها و بلاگرها فضای مجازی، قهرمانان جدید نسل نوجوان شده‌اند؛ افرادی که در بسیاری موارد نمی‌توان آنان را هنرمند واقعی

هشدار؛ بلاگرها در حال دزدیدن فرزندانان هستند!

اجتماعی و فردی

عالمی در ادامه گفت: بسیاری از افرادی که به عمل‌های زیبایی‌گراییش پیدا می‌کنند، دچار نوعی خودکم‌بینی یا احساس حقارت نسبت به ظاهر خود هستند. در حالی که در بسیاری از موارد، این افراد از نظر ظاهری مشکلی ندارند و جامعه نیز آنان را پذیرفته است. وی تصریح کرد: حدود ۱۵ سال پیش، در آلمان تظاهراتی توسط گروهی از زنان برگزار شد که در آن نسبت به انتخاب مدل‌های صرفاً زیبا توسط رسانه‌ها اعتراض شد. معتضان معتقد بودند که این انتخاب‌های گرینشی، معیارهای زیبایی را غیرواقعی کرده و سبب کاهش رضایت زوجین از یکدیگر می‌شود. در حالی که در زندگی واقعی، بیشتر افراد دارای زیبایی‌های طبیعی و متوسط خود هستند. این متخصص روانشناسی افزود: امروزه در رسانه‌ها و به ویژه شبکه‌های اجتماعی، الگوهایی به نمایش گذاشته می‌شوند که یا از زیبایی طبیعی برخوردارند یا با کمک عمل‌های زیبایی به ظاهر ایده‌آل دست یافته‌اند. این روند موجب می‌شود که افراد، به ویژه در روابط زناشویی، رضایت خود از همسرشان را از دست بدهند و دچار مقایسه‌های مخرب شوند؛ مسأله‌ای که بر روابط عاطفی و حتی روابط جنسی تأثیر منفی گذاشته است.



یک متخصص روانشناسی گفت: در گذشته والدین با رفتارهای مناسب خود نقش تربیتی مؤثری داشتند و این روند با همراهی معلمان ادامه پیدا می‌کرد؛ اما امروزه این چرخه دچار آسیب شده است. در دنیای امروز که گوشی‌های هوشمند، شبکه‌های اجتماعی و زندگی مجازی به بخش جدایی‌ناپذیر زندگی کودکان و نوجوانان تبدیل شده‌اند، الگوهای تربیتی نیز دستخوش تغییرات چشم‌گیری شده است. حضور مادری که با سادگی و مهر، فرزند خود را پرورش می‌داد یا پدری که با حضور مؤثر خود الگو می‌شد کم‌رنگ شده است. اکنون بلاگرهایی با ظاهر اغراق‌شده، زندگی‌های لوکس و پیام‌هایی سطحی، قهرمانان نسل جدید شده‌اند. فرزانه عامری، متخصص روانشناسی، در گفت‌وگویی، ضمن بررسی این پدیده هشدار



پیام آذربایجان

شنبه ۲۰ اردیبهشت ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۶۹

زندگی

۵



چند میلیون ایرانی نام «رضا» و «معصومه» را دارند؟

کشور مزین به نام مبارک رضا و ترکیبات آن هستند که رضا، محمد رضا و علیرضا بیشترین فراوانی را دارند. بر اساس این گزارش نیز یک میلیون و ۳۴۴ هزار و ۳۷۲ نفر با نام مبارک حضرت معصومه (س) و ترکیبات آن نام گذاری شده اند که معصومه، سیده معصومه و معصومه خانم بیشترین فراوانی را در کشور دارند.

مرکز رصد جمعیت سازمان ثبت احوال کشور اعلام کرد که بیش از ۶ میلیون ایرانی با نام هشتمین اختر تابناک آسمان امامت و ولایت، حضرت علی بن موسی‌الرضا (ع) و حضرت معصومه نام گذاری شده‌اند. بر اساس داده‌های مرکز رصد جمعیت کشور سازمان ثبت احوال، چهار میلیون و ۶۵۹ هزار و ۵۷۸ نفر در

وقت گذرانی زوجین؛

کلید روابط سالم و پایدار



وقت گذرانی زوجین با هم یکی از موضوعات مهم در روابط زناشویی است که تأثیر بسیاری بر سلامت روانی و عاطفی افراد دارد. این زمان‌های مشترک می‌توانند به تقویت ارتباطات و کاهش تنش‌ها کمک کنند.

در دنیای امروزی که هر فرد به دنبال موفقیت‌های فردی و شغلی خود است، بسیاری از زوجین وقت کافی برای یکدیگر نمی‌گذارند. این موضوع می‌تواند در درازمدت به مشکلاتی در روابط آن‌ها منجر شود. در این مقاله به اهمیت وقت گذرانی زوجین با هم و تأثیرات مثبت آن بر روابط زناشویی خواهیم پرداخت.

۱. ایجاد ارتباط عمیق‌تر

یکی از مهم‌ترین فواید وقت گذرانی با هم، تقویت ارتباط عاطفی و معنوی بین زوجین است. در زندگی روزمره، بسیاری از مسائل و نگرانی‌ها می‌توانند موجب فاصله گرفتن عاطفی زوجین شوند. وقتی که وقت بیشتری با هم می‌گذرانید، فرصت دارید تا احساسات، افکار و دغدغه‌های یکدیگر را درک کنید و به یکدیگر نزدیک‌تر شوید. این ارتباط نزدیک باعث تقویت اعتماد و محبت متقابل می‌شود.

۲. کاهش استرس و تنش‌ها

زندگی روزمره پر از استرس‌ها و مشکلات است که می‌تواند بر روابط زناشویی تأثیر بگذارد. وقتی زوجین با هم وقت می‌گذارند، به راحتی می‌توانند از این استرس‌ها صحبت کنند و از حمایت عاطفی یکدیگر بهره‌مند شوند. این زمان مشترک می‌تواند به عنوان یک منبع آرامش و تجدید انرژی عمل کند و زوجین را قادر سازد تا با مشکلات زندگی مقابله کنند.

۳. ایجاد خاطرات مشترک

وقتی زوجین با هم وقت می‌گذرانند، فرصت دارند تا لحظات خوشی را با یکدیگر تجربه کنند. این لحظات خوش به یادگار می‌ماند و می‌تواند به عنوان خاطرات مشترک در طول زمان، روابط آن‌ها را محکم‌تر کنند. این خاطرات نه تنها لذت‌بخش هستند، بلکه به ایجاد احساس تعلق و ارتباط بیشتر کمک می‌کنند.

۴. افزایش احساس امنیت و حمایت

یکی از اساسی‌ترین نیازهای انسان، احساس امنیت و حمایت است. وقتی زوجین وقت زیادی با هم می‌گذارند، این احساس امنیت به وجود می‌آید که طرف مقابل همیشه در کنار شماست و شما می‌توانید به او اعتماد کنید. این حمایت متقابل به زوجین کمک می‌کند تا در مواقع سخت زندگی احساس تنها نبودن داشته باشند و بتوانند مشکلات را به راحتی کنار هم حل کنند.

۵. حفظ تفاهم و احترام

وقت گذرانی با هم نه تنها به تقویت ارتباط عاطفی کمک می‌کند، بلکه موجب حفظ تفاهم و احترام متقابل می‌شود. وقتی زوجین با یکدیگر صحبت می‌کنند و به یکدیگر گوش می‌دهند، فرصتی برای حل مشکلات و رفع سوءتفاهم‌ها پیدا می‌کنند. این موضوع باعث می‌شود که احترام و ارزش متقابل در رابطه حفظ شود و روابط بهبود یابد.

۶. پیشگیری از بی‌توجهی و بی‌علاقگی

یکی از تهدیدات جدی برای روابط زناشویی، بی‌توجهی و بی‌علاقگی به یکدیگر است. در صورتی که زوجین زمان کافی برای یکدیگر نگذارند و تنها به امور روزمره و کارهای فردی خود مشغول باشند، ممکن است احساس کنند که دیگر به هم علاقه ندارند یا از یکدیگر دور شده‌اند. اما با گذراندن وقت با هم و انجام فعالیت‌های مشترک، این احساسات منفی از بین می‌روند و روابط دوباره شکوفا می‌شود.

۷. تقویت روحیه همکاری و تیمی

زندگی زناشویی به نوعی شبیه به یک تیم است که هر یک از اعضای آن نقش خاص خود را ایفا می‌کند. وقتی زوجین وقت بیشتری با هم می‌گذارند، این امکان را پیدا می‌کنند که در فعالیت‌های مختلف همکاری و به یکدیگر کمک کنند. این روحیه همکاری نه تنها در مسائل روزمره بلکه در مواجهه با چالش‌های بزرگ زندگی نیز بسیار مؤثر است.

۸. ارتقاء رشد فردی

زوجین با گذراندن وقت با یکدیگر می‌توانند به یکدیگر در رشد فردی نیز کمک کنند. با داشتن حمایت‌های معنوی و عاطفی از طرف یکدیگر، هر یک از افراد می‌تواند به هدف‌ها و آرزوهای شخصی خود برسد. این رشد فردی به نوبه خود می‌تواند به بهبود کیفیت رابطه زناشویی کمک کند، زیرا هر فردی که در مسیر رشد و پیشرفت باشد، اعتماد به نفس بیشتری دارد و روابط بهتری برقرار می‌کند.

برخی مشاغل میزان خودکشی بسیار پایین‌تری نسبت به بقیه دارند؛ چه چیزی می‌توان از آن‌ها آموخت؟

اطلاعات دقیق از سامانه‌های ثبت مرگ‌های خشونت‌آمیز در آمریکا نشان می‌دهند که نرخ خودکشی در مشاغل آموزشی، پایین‌تر از همه‌جاست. این یافته، برخلاف بسیاری از انتظارات رایج است؛ چراکه معلمی شغلی پرتنش، کم‌دستمزد و فرسایشی محسوب می‌شود. پس چه رازی در آن نهفته است؟

پژوهش‌ها نشان می‌دهند نوع شغل انسان تأثیری مستقیم بر سلامت روان او دارد. برخی مشاغل نه‌تنها خطر بیشتری برای ابتلا به افسردگی دارند، بلکه با احتمال بالاتری از خودکشی نیز همراهان. اما همه‌ی داستان این نیست. جالب‌تر آن است که برخی حرفه‌ها به صورت قابل توجهی، با نرخ پایین خودکشی همراهان. یکی از این حرفه‌ها، آموزش است؛ یعنی معلمی، کتابداری، استادی دانشگاه و مشاغل مشابه.به گزارش یک پزشک، اطلاعات دقیق از سامانه‌های ثبت مرگ‌های خشونت‌آمیز در آمریکا نشان می‌دهند که نرخ خودکشی در مشاغل آموزشی، پایین‌تر از همه‌جاست. این یافته، برخلاف بسیاری از انتظارات رایج است؛ چراکه معلمی شغلی پرتنش، کم‌دستمزد و فرسایشی محسوب می‌شود. پس چه رازی در آن نهفته است؟

ماده شیمیایی مضر مثل THC دارد که موجب اختلال در کارکرد مغز می‌شود.

افزایش ضربان قلب (تا ۳ ساعت بعد از مصرف)، خشکی دهان، قرمز شدن چشم‌ها، اختلال در هماهنگی حرکتی و تعادل، افزایش اشتها و گاهی کاهش آن، سرگیجه و تهوع از مهم‌ترین عوارض کوتاه‌مدت جسمی ناشی از کشیدن گل هستند.

سرخ‌وشی و خنده بی‌دلیل، توهم و هذیان‌گویی (به خصوص در دوزهای بالا)، اضطراب، وحشت‌زدگی و پارانویا و اختلال در حافظه کوتاه‌مدت و از یاد بردن اتفاقات و اختلال تمرکز هم از عوارض کوتاه‌مدت روانی مصرف گل هستند.

دکتر صفاتیان می‌گوید: اضطراب، افسردگی، بی‌حوصلگی، انزوا، میل به تنهایی، پرخاشگری و تندخویی با اعضای خانواده و دوستان، حرف‌ناشنوی از والدین و تصادف کردن در رانندگی ازجمله عوارضی هستند که به‌دیرپج خود را نشان می‌دهند. بعضی از خانواده‌ها زود متوجه می‌شوند و مداخله می‌کنند، اما بعضی‌ها فکر می‌کنند اینها از عوارض دوران نوجوانی و بلوغ است و آن را جدی نمی‌گیرند.

گاهی درمان دیگر جواب نمی‌دهد

این کارشناس و پژوهشگر حوزه اعتیاد درباره درمان مصرف‌کنندگان گل می‌گوید: متأسفانه بعضی از عوارض گل ماندگارند و چون هنوز دمان دارویی برایش وجود ندارد، روان‌درمانی این افراد خیلی سخت انجام می‌شود. فردی که ۳- ۴ سال گل مصرف کرده و بعدش برای درمان می‌آید، دیگر حافظه کوتاه‌مدت خود را از دست داده، امید به زندگی ندارد، نسبت به همه بدبین است و خب طبیعی است که درمانش سخت است.

مدیرکل اسبق درمان ستاد مبارزه با مواد مخدر می‌گوید: گل معمولاً روزانه ۱ تا ۳۰ نخ مصرف می‌شود. یعنی بعضی از جوانان روزانه ۳۰ نخ گل مصرف می‌کنند! و خب طبیعتاً اگر بخواهیم درمان چنین فردی را شروع کنیم، حداقل یک سال طول می‌کشد و گاهی هم اصلاً جواب نمی‌دهد. مثلاً خیلی وقت‌ها اضطراب این افراد نسبت به درمان مقاوم می‌شود. با اختلال شخصیت، دیگر در مصرف‌کننده نوجوان رشد کرده و او را تبدیل به فرد پرخاشگری کرده و دیگر اصلاً درمان روی او جواب نمی‌دهد. گاهی روند درمان آن‌قدر طولانی و فرسایشی است که هم خود بیمار و هم خانواده‌اش خسته می‌شوند و درمان را رها می‌کنند.

ماده شیمیایی مضر مثل THC دارد که موجب اختلال در کارکرد مغز می‌شود.

افزایش ضربان قلب (تا ۳ ساعت بعد از مصرف)، خشکی دهان، قرمز شدن چشم‌ها، اختلال در هماهنگی حرکتی و تعادل، افزایش اشتها و گاهی کاهش آن، سرگیجه و تهوع از مهم‌ترین عوارض کوتاه‌مدت جسمی ناشی از کشیدن گل هستند.

سرخ‌وشی و خنده بی‌دلیل، توهم و هذیان‌گویی (به خصوص در دوزهای بالا)، اضطراب، وحشت‌زدگی و پارانویا و اختلال در حافظه کوتاه‌مدت و از یاد بردن اتفاقات و اختلال تمرکز هم از عوارض کوتاه‌مدت روانی مصرف گل هستند.

دکتر صفاتیان می‌گوید: اضطراب، افسردگی، بی‌حوصلگی، انزوا، میل به تنهایی، پرخاشگری و تندخویی با اعضای خانواده و دوستان، حرف‌ناشنوی از والدین و تصادف کردن در رانندگی ازجمله عوارضی هستند که به‌دیرپج خود را نشان می‌دهند. بعضی از خانواده‌ها زود متوجه می‌شوند و مداخله می‌کنند، اما بعضی‌ها فکر می‌کنند اینها از عوارض دوران نوجوانی و بلوغ است و آن را جدی نمی‌گیرند.

دکتر صفاتیان می‌گوید: اضطراب، افسردگی، بی‌حوصلگی، انزوا، میل به تنهایی، پرخاشگری و تندخویی با اعضای خانواده و دوستان، حرف‌ناشنوی از والدین و تصادف کردن در رانندگی ازجمله عوارضی هستند که به‌دیرپج خود را نشان می‌دهند. بعضی از خانواده‌ها زود متوجه می‌شوند و مداخله می‌کنند، اما بعضی‌ها فکر می‌کنند اینها از عوارض دوران نوجوانی و بلوغ است و آن را جدی نمی‌گیرند.

دکتر صفاتیان می‌گوید: اضطراب، افسردگی، بی‌حوصلگی، انزوا، میل به تنهایی، پرخاشگری و تندخویی با اعضای خانواده و دوستان، حرف‌ناشنوی از والدین و تصادف کردن در رانندگی ازجمله عوارضی هستند که به‌دیرپج خود را نشان می‌دهند. بعضی از خانواده‌ها زود متوجه می‌شوند و مداخله می‌کنند، اما بعضی‌ها فکر می‌کنند اینها از عوارض دوران نوجوانی و بلوغ است و آن را جدی نمی‌گیرند.

دکتر صفاتیان می‌گوید: اضطراب، افسردگی، بی‌حوصلگی، انزوا، میل به تنهایی، پرخاشگری و تندخویی با اعضای خانواده و دوستان، حرف‌ناشنوی از والدین و تصادف کردن در رانندگی ازجمله عوارضی هستند که به‌دیرپج خود را نشان می‌دهند. بعضی از خانواده‌ها زود متوجه می‌شوند و مداخله می‌کنند، اما بعضی‌ها فکر می‌کنند اینها از عوارض دوران نوجوانی و بلوغ است و آن را جدی نمی‌گیرند.

دکتر صفاتیان می‌گوید: اضطراب، افسردگی، بی‌حوصلگی، انزوا، میل به تنهایی، پرخاشگری و تندخویی با اعضای خانواده و دوستان، حرف‌ناشنوی از والدین و تصادف کردن در رانندگی ازجمله عوارضی هستند که به‌دیرپج خود را نشان می‌دهند. بعضی از خانواده‌ها زود متوجه می‌شوند و مداخله می‌کنند، اما بعضی‌ها فکر می‌کنند اینها از عوارض دوران نوجوانی و بلوغ است و آن را جدی نمی‌گیرند.

دکتر صفاتیان می‌گوید: اضطراب، افسردگی، بی‌حوصلگی، انزوا، میل به تنهایی، پرخاشگری و تندخویی با اعضای خانواده و دوستان، حرف‌ناشنوی از والدین و تصادف کردن در رانندگی ازجمله عوارضی هستند که به‌دیرپج خود را نشان می‌دهند. بعضی از خانواده‌ها زود متوجه می‌شوند و مداخله می‌کنند، اما بعضی‌ها فکر می‌کنند اینها از عوارض دوران نوجوانی و بلوغ است و آن را جدی نمی‌گیرند.

دکتر صفاتیان می‌گوید: اضطراب، افسردگی، بی‌حوصلگی، انزوا، میل به تنهایی، پرخاشگری و تندخویی با اعضای خانواده و دوستان، حرف‌ناشنوی از والدین و تصادف کردن در رانندگی ازجمله عوارضی هستند که به‌دیرپج خود را نشان می‌دهند. بعضی از خانواده‌ها زود متوجه می‌شوند و مداخله می‌کنند، اما بعضی‌ها فکر می‌کنند اینها از عوارض دوران نوجوانی و بلوغ است و آن را جدی نمی‌گیرند.

دکتر صفاتیان می‌گوید: اضطراب، افسردگی، بی‌حوصلگی، انزوا، میل به تنهایی، پرخاشگری و تندخویی با اعضای خانواده و دوستان، حرف‌ناشنوی از والدین و تصادف کردن در رانندگی ازجمله عوارضی هستند که به‌دیرپج خود را نشان می‌دهند. بعضی از خانواده‌ها زود متوجه می‌شوند و مداخله می‌کنند، اما بعضی‌ها فکر می‌کنند اینها از عوارض دوران نوجوانی و بلوغ است و آن را جدی نمی‌گیرند.

دکتر صفاتیان می‌گوید: اضطراب، افسردگی، بی‌حوصلگی، انزوا، میل به تنهایی، پرخاشگری و تندخویی با اعضای خانواده و دوستان، حرف‌ناشنوی از والدین و تصادف کردن در رانندگی ازجمله عوارضی هستند که به‌دیرپج خود را نشان می‌دهند. بعضی از خانواده‌ها زود متوجه می‌شوند و مداخله می‌کنند، اما بعضی‌ها فکر می‌کنند اینها از عوارض دوران نوجوانی و بلوغ است و آن را جدی نمی‌گیرند.

دکتر صفاتیان می‌گوید: اضطراب، افسردگی، بی‌حوصلگی، انزوا، میل به تنهایی، پرخاشگری و تندخویی با اعضای خانواده و دوستان، حرف‌ناشنوی از والدین و تصادف کردن در رانندگی ازجمله عوارضی هستند که به‌دیرپج خود را نشان می‌دهند. بعضی از خانواده‌ها زود متوجه می‌شوند و مداخله می‌کنند، اما بعضی‌ها فکر می‌کنند اینها از عوارض دوران نوجوانی و بلوغ است و آن را جدی نمی‌گیرند.

دکتر صفاتیان می‌گوید: اضطراب، افسردگی، بی‌حوصلگی، انزوا، میل به تنهایی، پرخاشگری و تندخویی با اعضای خانواده و دوستان، حرف‌ناشنوی از والدین و تصادف کردن در رانندگی ازجمله عوارضی هستند که به‌دیرپج خود را نشان می‌دهند. بعضی از خانواده‌ها زود متوجه می‌شوند و مداخله می‌کنند، اما بعضی‌ها فکر می‌کنند اینها از عوارض دوران نوجوانی و بلوغ است و آن را جدی نمی‌گیرند.

پای گل، از اوایل دهه ۱۳۹۰ به ایران باز شد و خیلی زود جای خود را بین بچه‌دبیرستانی‌ها باز کرد. کافی است در پارک‌ها قدم بزنید یا از نزدیک محافل نوجوانان رد شوید تا ببینید بویی متفاوت از بوی سیگار همه جا پخش شده است. ماده‌ای مخدر که برعکس نام زیبا و فریبنده‌اش باعث اختلال در کارکرد مغز می‌شود و با آن که عوارض جسمی و روانی فراوانی دارد، طرفداران زیادی هم دارد و پرمصرف‌ترین مخدر بین جوانان و نوجوانان ایرانی است. اما این ماده مخدر چیست و چرا این همه طرفدار دارد؟ آیا واقعاً طبق باور غم‌وم، بی‌ضرر است؟

خانواده بزرگ ماریجوانا

قبل از هر چیز باید بدانید که گل عضوی از خانواده ماریجوانا است و در کشورهای مختلف، اسم‌های مختلفی دارد؛ گراس (Grass) یا همان علف، وید (Weed)، کانابیس (Cannabis) و در ایران هم با نام جذاب و فریبنده‌ی «گل» شناخته می‌شود. این تنوع اسامی ممکن است باعث سردرگمی شود، اما ماده اولیه همه اینها همان گیاه شاهدانه یا کانابیس (Cannabis) است. ساده‌تر بگوییم؛ ماریجوانا انواع مختلفی دارد و تأثیر و نوع نشنگی آن بسته به اینکه از چه گیاهی استخراج شده، فرق می‌کند. اما گل، گرس، بنگ، حشیش و ... همه از مشتقات مهم این گیاه محسوب می‌شوند. فقط به دلیل تفاوت در روش فرآوری و میزان غلظت THC (ماده روان‌گردان موجود در شاهدانه)، اثرات متفاوتی دارند. مثلاً گل از سرشاخه‌های گل‌دار گیاه شاهدانه تهیه می‌شود و میزان THC آن بیشتر از گونه‌های سنتی ماریجوانا است، ماریجوانا به برگ و گل خشک‌شده‌ی گیاه شاهدانه گفته می‌شود و حشیش هم ماده‌ای غلیظ‌تر است که از صمغ گیاه شاهدانه گرفته می‌شود.

چرا گل بین نوجوانان محبوب است؟

اما این که چرا گل بین جوانان و نوجوانان دنیا ازجمله ایران محبوبیت دارد، به عوامل متعددی برمی‌گردد که مهم‌ترین آنها دسترسی آسان به دلیل تولید نسبتاً ساده و عرضه گسترده، ارزان بودن، حس کنج‌کاوی، فشار هم‌سالان، سرخوشی کاذب و شادی موقت ناشی از مصرف گل، احساس متفاوت بودن و البته تبلیغات غلط و فریبنده درباره اعتیادآور نبودن گل و ناآگاهی درباره خطرات گل است. طبق آمارها ۵۱.۹ درصد مصرف‌کنندگان گل در ایران بین ۱۵ تا ۲۹ سال سن دارند.

هرچند مصرف ماریجوانا در دنیا سابقه‌ای طولانی دارد، اما شکل امروزی آن با نام «گل» از اوایل دهه ۱۳۹۰ (خورشیدی) در میان جوانان ایرانی رواج چشمگیری پیدا کرد و از نیمه دهه ۱۳۹۰ مصرف آن بیشتر شد. به طوری که بعد از تریاک، تبدیل به دومین ماده مخدر پرمصرف در کشور شد.

بعد از کشیدن گل چه اتفاقی می‌افتد؟

مصرف گل عوارض کوتاه‌مدت و بلندمدتی بر جسم و روان دارد و علتش هم میزان بالای THC در آن است. THC با تأثیر بر گیرنده‌های مغز، عملکرد حافظه، یادگیری، هماهنگی حرکتی و احساسات را مختل می‌کند. ماریجوانا بیش از ۴۰۰

نگاه به آمارهای فرزندآوری در ایران

نشان‌دهنده روند نگران‌کننده‌ای است که تنها مختص به ایران نیست. بسیاری از کشورهای توسعه‌یافته و در حال توسعه با پدیده کاهش نرخ باروری مواجهند.

اما این مسئله در ایران ابعاد پیچیده‌تری دارد. آنچه در نگاه اول به نظر می‌رسد، مشکلات اقتصادی به عنوان مانع اصلی فرزندآوری است، اما واقعیت این است که حتی با بهبود وضعیت معیشتی، شاهد تغییر محسوسی در نرخ باروری نخواهیم بود.تجربه کشورهای اروپایی و اسکندیناوی گواه این مدعاست. این کشورها با وجود برخورداری از سطح رفاه بالا و سیستم‌های حمایتی گسترده، همچنان با بحران کاهش جمعیت دست به گریبانند. در مقابل، کشورهای کمتر توسعه‌یافته که از نظر شاخص‌های

پنجره جمعیتی ایران روبه بسته شدن است

محمدحسین ندیمی

کرده است.در این میان، ایران از سال ۱۳۸۵ وارد دوره‌ای طلایی به نام «پنجره جمعیتی» شده که تا حدود سال ۱۴۲۵ ادامه خواهد داشت. این دوره که در آن جمعیت در سن کار به اوج خود می‌رسد، فرصتی استثنایی برای رشد و توسعه اقتصادی محسوب می‌شود. اما این پنجره به زودی بسته خواهد شد و اگر از این فرصت به درستی استفاده نشود، کشور با چالش‌های جدی مواجه خواهد شد. کاهش نیروی کار جوان، افزایش هزینه‌های سلامت و بازنشستگی، و کندی رشد اقتصادی تنها بخشی از تبعات این تغییر جمعیتی خواهند بود.راه برورن رفت از این بحران، بازگشت به ارزش‌های خانوادگی و فرهنگ‌سازی است. باید پذیرفت که هیچ سیاست اقتصادی به تنهایی نمی‌تواند این روند را معکوس

اقتصادی در وضعیت مطلوبی قرار ندارند، نرخ باروری بالاتری را ثبت می‌کنند این شاخصه در استان‌های کشور نیز به خوبی نمایان است این تناقض آشکار نشان می‌دهد که مسئله اصلی جای دیگری نهفته است.

ریشه‌های این بحران را باید در تحولات فرهنگی و اجتماعی جستجو کرد. جامعه امروز ایران به سمت فردگرایی و تجمل‌گرایی پیش رفته است. ارزش‌های خانوادگی جای خود را به دغدغه‌های شخصی داده‌اند. بسیاری از زوج‌های جوان ترجیح می‌دهند به جای پذیرفتن مسئولیت سنگین فرزندآوری، به دنبال آرزوها و اهداف فردی خود باشند. این تغییر نگرش، همراه با افزایش سن ازدواج، گسترش اشتغال زنان و تغییر سبک زندگی، چالش جمعیتی ایران را عمیق‌تر

نشان‌دهنده روند نگران‌کننده‌ای است که تنها مختص به ایران نیست. بسیاری از کشورهای توسعه‌یافته و در حال توسعه با پدیده کاهش نرخ باروری مواجهند. اما این مسئله در ایران ابعاد پیچیده‌تری دارد. آنچه در نگاه اول به نظر می‌رسد، مشکلات اقتصادی به عنوان مانع اصلی فرزندآوری است، اما واقعیت این است که حتی با بهبود وضعیت معیشتی، شاهد تغییر محسوسی در نرخ باروری نخواهیم بود.تجربه کشورهای اروپایی و اسکندیناوی گواه این مدعاست. این کشورها با وجود برخورداری از سطح رفاه بالا و سیستم‌های حمایتی گسترده، همچنان با بحران کاهش جمعیت دست به گریبانند. در مقابل، کشورهای کمتر توسعه‌یافته که از نظر شاخص‌های



پیام آذربایجان

شنبه ۲۰ اردیبهشت ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۵۶۹

تندرستی و تحرک

ایستگاه سلامت

زنان باید چکاپ های سالیانه را جدی بگیرند

یک جراح و متخصص زنان و زایمان، یکی از مهم‌ترین مسائل در حفظ سلامت زنان را انجام چکاپ‌های سالیانه دانست. سودابه درویش، با اشاره به اینکه نباید مراجعه به پزشک محدود به زمان بیماری شود، گفت: برای مراقبت‌های پیشگیرانه از بیماری‌های زنان، باید بررسی‌های دوره‌ای و با اقدامات درمانی را به موقع و در سریع‌ترین زمان انجام داد. وی با اشاره به اینکه آزمایش‌های غربالگری و معاینات فیزیکی برای بررسی زودهنگام بیماری‌ها ضرورت دارد، افزود: زمانی که بیماری به‌موقع تشخیص داده شود، درمان آن آسان‌تر خواهد بود.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، با بیان این موضوع که چکاپ کامل زنان شامل آزمایش‌های متعددی می‌شود توضیح داد: متأسفانه بسیاری از خانم‌ها تصور می‌کنند، منظور از چکاپ تنها آزمایش پاپ اسمیر است و تنها این آزمایش را هرچند سال یک‌بار انجام می‌دهند، اما واقعیت این است که آزمایش پاپ اسمیر تنها بخش کوچکی از لیست طولانی چکاپ زنان است.

وی در ادامه درباره برخی از آزمایش‌هایی که باید سالانه از سوی زنان انجام شود، توضیح داد.

پاپ اسمیر
معمولاً توصیه می‌شود، خانم‌ها از سن ۲۱ تا ۶۵ سالگی هر سه سال یک‌بار آزمایش پاپ اسمیر انجام دهند. در آزمایش پاپ اسمیر دکتر زنان از اسپکولوم برای باز شدن مجرای واژن استفاده می‌کند.

پس از آن با یک برس کوچک سلول‌ها را از دهانه رحم خارج می‌کند.

این سلول‌ها برای بررسی تغییرات به آزمایشگاه ارسال می‌شوند. تغییرات سلولی می‌تواند نشانه سرطان دهانه رحم باشد.

ازآنجایی‌که ویروسی به نام ویروس HPV در ابتلاء به سرطان دهانه رحم تأثیر زیادی دارد، ممکن است پزشک توصیه کند، آزمایش HPV را انجام داده و واکسن آن را تزریق کنید.

معاینه لگن
در طول معاینه لگن پزشک اندام تناسلی شما را بررسی می‌کند.

این معاینه فقط چند دقیقه طول می‌کشد و پزشک فرج، واژن، دهانه رحم، تخمدان‌ها، رحم، راست‌روده و لگن را برای هرگونه ناهنجاری بررسی می‌کند.

پزشک برای یافتن مشکلاتی مانند موارد زیر این معاینه را انجام می‌دهد.

علائم احتمالی کیست تخمدان، عفونت‌های مقاربتی، فیبروم رحم و سرطان در مراحل اولیه

بررسی ریتم عادت ماهانه
بخشی از چکاپ زنان مربوط به خودآزمایی می‌شود، خانم‌ها باید ریتم عادت ماهانه خود را یادداشت کنند چرا که چرخه قاعدگی فرایند هورمونی است که هر ماه در بدن خانم‌ها انجام می‌شود تا بدن را برای بارداری احتمالی آماده کند. همچنین در پرپود منظم با پیگیری ریتم آن می‌توان تاریخ تخمک‌گذاری را مشخص کرد و برای بارداری اقدامات لازم را انجام داد.

درصورتی‌که با پیگیری این روند متوجه نامنظمی در پرپود شدید، باید به متخصص زنان مراجعه کرده تا دلیل این مشکل مشخص شود.

چرخه قاعدگی معمولی ۲۸ روزه است. اما می‌تواند برای هر خانمی متفاوت باشد.

معمولاً این چرخه از ۲۴ تا ۳۸ روز متغیر بوده و این بازه نشانه نظم در پرپود است.

تغییر در چرخه عادت ماهانه می‌تواند نشان‌دهنده مشکلاتی مثل ابتلاء به فیبروم، عفونت واژن، سندرم تخمدان پلی‌کیستیک، عدم تعادل هورمونی، بیماری التهابی لگن، اندومتریوز و سرطان آندومتردر شرایط نادر باشد.

تشخیص سرطان تخمدان
در معاینه لگن تخمدان‌ها و رحم از نظر اندازه و شکل بررسی می‌شوند. معاینه لگن برخی از سرطان‌های زنانه را تشخیص می‌دهد.

اما تشخیص تومورهای اولیه تخمدان با این روش دشوار و گاهی غیرممکن است.

معمولاً متخصصان برای تشخیص سرطان تخمدان از دو آزمایش استفاده می‌کنند، سونوگرافی ترانس واژینال و آزمایش خون CA.۱۲۵. برای مشاهده آندومتر (یوشش داخلی رحم) و تخمدان‌ها معمولاً سونوگرافی ترانس واژینال انجام می‌شود. در حین سونوگرافی متخصص به دنبال توده قابل‌لمس مانند توده سرطانی، کیست یا فیبروئید است. در حین سونوگرافی دستگاه داخل واژن قرار گرفته و به یافتن تومور کمک می‌کند. در آزمایش خون میزان پروتئینی به نام CA-۱۲۵ اندازه‌گیری می‌شود. در بیشتر زنان مبتلا به سرطان تخمدان مقدار پروتئین بالا است. اما ازآنجایی‌که بالا بودن سطح این پروتئین می‌تواند به دلیل مشکلات دیگری مانند آندومتریوز و بیماری التهابی لگن باشد، این آزمایش اطلاعات دقیقی به پزشک نمی‌دهد.

آزمایش ویتامین‌های بدن

یکی از آزمایش‌های مهم برای خانم‌ها بررسی سطح ویتامین‌ها، سطح آهن و کم‌خونی است. بدن به مقدار کمی به ویتامین‌ها و مواد ریزمغذی نیاز دارد. اگر به‌اندازه کافی از آن‌ها استفاده نشود، باعث ایجاد برخی عوارض می‌شود. شما می‌توانید با مراجعه به پزشک عمومی از دکتر بخواهید این آزمایش را برای شما تجویز کند.

معاون تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی تهران، از افزایش نگران‌کننده گردن درد در کشور خبر و هشدار داد: اگر روند فعلی ادامه یابد، به زودی شاهد اپیدمی گردن درد در کشور خواهیم بود.رامین کردی اظهار کرد: اکنون ۱۰ تا ۱۵ درصد از جمعیت کشور از گردن درد مزمن رنج می‌برند که مطابق میانگین جهانی است، اما نرخ ابتلای جدید در ایران از بسیاری از کشورها

هشدار درباره احتمال بروز اپیدمی گردن درد در کشور

بالتر است.وی افزود: اگر این روند ادامه پیدا کند، ممکن است در سال‌های آینده به یکی از بالاترین آمارهای جهانی برسیم. **علل اصلی افزایش گردن درد در ایران**
وی، مهم‌ترین عوامل این معضل را استفاده طولانی مدت از تلفن همراه و رایانه و وضعیت نامناسب خم شدن سر به پایین، کم‌تحرکی و سبک زندگی، وضعیت نادرست نشستن پشت میز کار به شکل پایین بودن صفحه نمایش نسبت به سطح چشم، نحوه استفاده از



با

وجود

اینکه درباره

افسردگی بارها

شنیده‌ایم، افکار عمومی ممکن است اطلاعات زیادی درباره ابعاد این بیماری نداشته باشد. از همین رو برخی از مبتلایان به دنبال درمان نمی‌روند و همین مسئله افسردگی را به یکی از شایع‌ترین بیماری‌ها در جهان تبدیل کرده است.

برآوردها نشان می‌دهند که حدود ۳۰۰ میلیون نفر در سراسر جهان با سطوحی از افسردگی زندگی می‌کنند. بر اساس گزارش سازمان جهانی بهداشت، تعداد مبتلایان بین سال‌های ۲۰۰۵ تا ۲۰۱۵ میلادی بیش از ۱۸ درصد افزایش یافته است.

«وین دروتس»، متخصص و معاون رئیس و رهبر حوزه بیماری‌های اختلالات خلقی در شرکت‌های دارویی جانسون اند جانسون، می‌گوید: افسردگی با ترکیبی از علائم مشخص می‌شود که عبارتند از بی‌حوصلگی، از دست دادن حس مثبت‌اندیشی، احساس گناه یا بی‌ارزشی، اختلالات خواب، خستگی، کمبود انرژی، تغییرات در اشتها، از دست دادن علاقه به فعالیت‌هایی که قبلاً لذت‌بخش بودند و حتی افکار مرگ یا خودکشی.

علت دقیق افسردگی ناشناخته است، با این حال سابقه خانوادگی، فقدان تعادل شیمیایی در مغز، رویدادهای استرس‌زا مانند از دست دادن یکی از عزیزان و برخی داروها یا بیماری‌ها می‌توانند احتمال ابتلا به افسردگی را افزایش دهند.

جانسون اند جانسون در گزارشی به هفت حقیقت در مورد بیماری افسردگی اشاره می‌کند:

سوابق خانوادگی و ژنتیک نقش مهمی ایفا می‌کنند

آیا کسی در خانواده شما افسردگی دارد؟ این سوال مهمی است که باید از خود پرسید.

به گفته متخصصان، احتمال ابتلا به افسردگی در زنان حدود ۲۰ درصد و

برای مردان حدود ۱۲

درصد است. با این

حال، اگر کسی

سابقه خانوادگی

افسردگی بالینی

داشته باشد، این

احتمال افزایش

می‌یابد. برای

مثال، اگر یک

مرد، مادر یا پدری

داشته باشد که

افسردگی دارد، آن ۱۲

درصد ممکن است به

۳۰ درصد افزایش یابد و

اگر سابقه خانوادگی اختلال

دوقطبی وجود داشته باشد، این

احتمال حتی بیشتر می‌شود و به حدود

۵۰ تا ۶۰ درصد هم می‌رسد.

ژن‌ها هم عامل مهم دیگری در افسردگی

به شمار می‌روند. هرچند مشخص

کردن اینکه دقیقاً کدام ژن‌ها بر خطر

ابتلا به افسردگی تأثیر می‌گذارند و

این کار را چگونه انجام می‌دهند، برای

متخصصان چالش‌برانگیز بوده است.

دکتر دروتس توضیح می‌دهد: به نظر

می‌رسد برخی جهش‌های ژنتیکی،

آسیب‌پذیری در برابر افسردگی را افزایش

می‌دهند در حالی که برخی دیگر مقاومت

را تقویت می‌کنند. احتمالاً ترکیبی پیچیده

از این جهش‌های ژنتیکی همراه با عوامل

محیطی است که تعیین می‌کند آیا یک

فرد به این بیماری مبتلا خواهد شد یا

خیر.

افسردگی در زنان شایع‌تر است

خطر افسردگی برای پسران و دختران تقریباً یکسان است، اما پس از بلوغ، این خطر برای دختران تقریباً دو برابر پسران می‌شود.

به گفته کارشناسان، هنوز مشخص نیست که آیا این اختلاف دلیل هورمونی دارد یا خیر، با این حال به نظر می‌رسد که تغییرات بیولوژیکی پس از بلوغ، دختران را بیشتر در معرض خطر افسردگی قرار می‌دهد: آنچه معمولاً تا دوران یائسگی هم ادامه دارد.

برخی زنان مبتلا به افسردگی قبل از شروع قاعدگی با بدترین دوره‌های افسردگی مواجه می‌شوند. زنان همچنین در معرض افسردگی در دوران بارداری و پس از آن هم قرار دارند؛ پدیده‌ای که آن را به نوسان‌های استروژن و پروژسترون نسبت می‌دهد که بر عملکرد مغز تأثیر زیادی دارند.

افسردگی شدید می‌تواند در مغز تغییرات فیزیکی ایجاد کند

مطالعات نشان داده‌اند در افرادی که

علائم افسردگی را گزارش کرده‌اند، کیفیت و حجم ماده سفید که نورون‌ها را به هم متصل می‌کند و اطلاعات را انتقال می‌دهد، کاهش یافته است. همچنین مشخص شده که برخی بیماران مبتلا به افسردگی در مقایسه با افرادی که هرگز دوره افسردگی را تجربه نکرده‌اند، هیپوکامپوس - منطقه‌ای از مغز که در یادگیری و حافظه نقش عمده‌ای ایفا می‌کند - کوچک‌تری دارند.

البته با درمان مناسب، می‌توان برخی از تغییرات مغزی را برطرف کرد و به حالت قبل از بیماری بازگرداند.

افسردگی خطر ابتلا به بیماری‌های دیگر را افزایش می‌دهد

افسردگی درمان‌نشده با دیگر بیماری‌ها از جمله مشکلات قلبی‌عروقی ارتباط دارد. بنا بر گزارش‌ها، افراد مبتلا به افسردگی دو تا سه برابر بیشتر از افراد سالم در معرض ابتلا به بیماری‌های قلبی‌عروقی قرار دارند و در صورت ابتلا به بیماری‌های قلبی، خطر مرگ سریع‌تر در آن‌ها بیشتر می‌شود.

درباره دلایل این ارتباط، نظره‌های متفاوتی وجود دارد. از جمله اینکه افسردگی می‌تواند تعادل در سیستم عصبی خودمختار را از بین ببرد که باعث اختلال در تیش قلب و افزایش خطر مرگ‌ومیر شود. التهاب مزمن مرتبط با افسردگی هم ممکن است آسیب‌پذیری در برابر بیماری شریان

کرونی را افزایش دهد.

افسردگی یک اصطلاح کلی نیست

وقتی مردم به اصطلاح «افسردگی» اشاره می‌کنند، معمولاً منظورشان افسردگی بالینی است که با نام اختلال افسردگی عمده یا ماژور (MDD) نیز شناخته می‌شود و با بی‌حوصلگی همیشگی همراه است که بر کیفیت زندگی اثر می‌گذارد، اما در واقع، این بیماری اشکال مختلفی دارد و یک پدیده واحد نیست. بنابراین به واقع باید از اصطلاح «افسردگی‌ها» استفاده کنیم.

دوره‌های افسردگی عمده می‌تواند در جریان انواع دیگر افسردگی‌ها رخ دهند، از جمله افسردگی بارداری، اختلال دوقطبی، اختلال عاطفی فصلی (SAD)، افسردگی روان‌پریشانه، اختلال ملال پیش از قاعدگی (PMDD) و موارد دیگر.

به گفته متخصصان، هر نوع افسردگی، دلایل و روش‌های درمانی متفاوتی دارد. به عنوان مثال، اختلال عاطفی فصلی که به دلیل تغییرات فصل رخ می‌دهد، ممکن است با نور درمانی، روان‌درمانی، دارو و ویتامین D درمان شود، در حالی که متخصصان برای اختلال دوقطبی که با دوره‌های افسردگی و شیدایی مشخص

احساس بهبودی و کاهش درد داشته باشند، اما این اثر اغلب ذهنی یا صرفاً تسکینی است و تأثیر واقعی در ترمیم بافت‌ها ندارد. **تزریق‌های مکرر؛ عامل تخریب بیشتر مفصل**

این متخصص فیزیوتراپی خاطرنشان کرد: در برخی موارد، داروهای کورتیکواستروئیدی همراه با این تزریق‌ها استفاده می‌شوند که ممکن است در کوتاه‌مدت درد را کاهش دهند، اما مصرف مداوم آن‌ها موجب افزایش سرعت تخریب مفصل می‌شود و در نتیجه، آنچه برای بیمار باقی می‌ماند، هزینه‌های بالای درمان، و آسیبی عمیق‌تر به مفصلی است که مورد تزریق قرار گرفته است.

اکبری ادامه داد: تزریق مکرر این ترکیبات به یک مفصل، می‌تواند منجر به آسیب شدید مایع مفصلی، غضروف و ساختارهای پیرامونی آن شود؛ برای مثال، یک فرد ممکن است با یک بار تزریق احساس تسکین کند، اما در صورت تکرار این روش برای دفعات متعدد، نه‌تنها درمانی حاصل نمی‌شود، بلکه روند تخریب بافت

قلیان، اضافه وزن و التهاب مزمن، مشکلات بینایی اصلاح نشده و اختلالات خواب، بشمرند.

راهکارهای پیشگیری و درمان

کردی با تأکید بر لزوم اقدامات پیشگیرانه، توصیه کرد: حرکات اصلاحی گردن از جمله انجام ورزش‌های ساده هر ۲ تا ۳ ساعت یکبار، افزایش فعالیت بدنی برای مثال استفاده از پله‌ها، پیاده‌روی و هفته ای یکبار کوهنوردی، تنظیم محیط کار و قرار دادن مانیتور در سطح چشم و بالاتر از آبرو، می‌تواند در پیشگیری از گردن درد موثر باشد.

حقایق درباره افسردگی

می‌شود، داروهای متعادل‌کننده خلق‌وخو و روان‌درمانی را توصیه می‌کنند.

برخی اشکال افسردگی چالش‌های منحصربه‌فردی ایجاد می‌کنند

همان‌طور که افراد ممکن است به دلایل مختلفی احساس افسردگی کنند، اختلال افسردگی ماژور (MDD) نیز می‌تواند انواع مختلفی داشته باشد.

این اختلال بر اساس وجود مجموعه‌ای از علائم متنوع در یک بازه زمانی مشخص مانند اضطراب، بی‌ثباتی یا احساس ناامیدی تشخیص داده می‌شود. از آنجا که این علائم می‌توانند ترکیب‌های متفاوتی داشته باشند، افراد ممکن است افسردگی ماژور را به شکل‌های مختلفی تجربه کنند و واکنش آن‌ها به داروها نیز متفاوت باشد. همین متغیرها درمان برخی از انواع افسردگی ماژور را دشوار می‌کنند.

به عنوان مثال، برخی اشکال افسردگی عمده ممکن است با افکار یا رفتار خودکشی، مانند فکر کردن به مرگ یا اقدام برای پایان دادن به زندگی همراه باشد که نیازمند رسیدگی اضطراری است. برخی از افراد مبتلا به افسردگی ماژور هم به افسردگی مقاوم به درمان (TRD) دچارند که به‌طور کلی افسردگی تعریف می‌شود که پس از مصرف حداقل دو داروی ضدافسردگی مختلف به مدت کافی (معمولاً چهار تا شش هفته) بهبود نیابد.

هرکسی می‌تواند به افسردگی مقاوم به درمان مبتلا شود اما زنان، سالمندان، افراد مبتلا به اختلالات اضطرابی و کسانی که افسردگی شدید (با علائم زیاد و حاد) دارند، بیشتر در معرض خطر مقاومت به درمان قرار دارند.

برخی بیماری‌ها مانند مشکل تیروئید، درد مزمن، سوءمصرف مواد، اختلالات خوردن و مشکلات خواب نیز می‌توانند احتمال ابتلا به افسردگی مقاوم به درمان را افزایش دهند.

راه‌های موثر برای کنترل افسردگی

مطالعات نشان داده‌اند که ورزش منظم می‌تواند علائم افسردگی را کاهش دهد، چرا که ورزش‌های هوازی با ترشح اندورین‌ها (مواد شیمیایی خوشایند بدن) و کاهش التهاب مرتبطند. با این حال دکتر دروتس خاطرنشان می‌کند برای کمک به کنترل علائم افسردگی شدید یا مقاوم به درمان ورزش به‌تنهایی کافی نیست.

درمان‌های شناختی‌رفتاری (روان‌درمانی) هم در موارد افسردگی خفیف یا مراحل اولیه موثرند و برای درمان برخی موارد افسردگی به مصرف داروهای ضدافسردگی یا ترکیبی از درمان‌ها نیاز است.

پشت پرده درمان‌های تزریقی مفصلی

مفصل نیز تسریع خواهد شد.

وی در پایان تأکید کرد: بیماران باید پیش از اقدام به درمان‌های تزریقی یا غیرمعمول، حتماً با متخصصان فیزیوتراپی یا ارتوپدی مشورت کنند و از درمان‌هایی که اثربخشی آن‌ها از نظر علمی اثبات نشده است، پرهیز کنند و اطلاع‌رسانی دقیق و علمی می‌تواند از آسیب‌های جسمی و مالی بیشتر برای بیماران جلوگیری کند.

در این میان، نقش آگاهی‌رسانی رسانه‌ها و نهادهای رسمی بهداشتی نیز بسیار مهم است. بسیاری از افراد به‌دلیل درد مزمن یا ناامیدی از روش‌های معمول، به سمت روش‌های نوظهور و پرهزینه سوق پیدا می‌کنند، درحالی‌که بیشتر این درمان‌ها، با در مراحل تحقیقاتی‌اند یا به اشتباه در کشور اجرا می‌شوند.

برخی کلینیک‌ها نیز با استفاده از نام‌های فریبنده مانند «درمان سلول‌های بنیادی» یا «ترمیم طبیعی مفصل»، بیماران را به تزریق‌هایی ترغیب می‌کنند که نه تنها تحت نظارت علمی نیستند، بلکه می‌توانند خطرات جدی به همراه داشته باشند.



متخصص فیزیوتراپی گفت: تزریق‌هایی مانند PRP و اوزون‌تراپی در درمان دردهای مفصلی تأیید علمی ندارند.

محمد اکبری، استاد دانشگاه علوم پزشکی ایران و متخصص فیزیوتراپی، با اشاره به گسترش روش‌های تزریقی مانند PRP، اوزون‌تراپی و تزریق‌های مشابه به مفاصلی چون مچ دست، گردن و زانو گفت: این روش‌ها تاکنون هیچ پشتوانه علمی و مطالعاتی معتبر که اثربخشی آن‌ها را به‌طور قطعی ثابت کند، ندارند.

وی تأکید کرد: متأسفانه در ایران، بدون دریافت مجوزهای معتبر و رسمی

نماینده مردم تبریز، آذرشهر و اسکو در مجلس شورای اسلامی باشگاه و تیم فوتبال تراکتور را ظرفیت بزرگی برای آذربایجان دانست و گفت: مسئولان استانی، شهرستانی، نمایندگان مجلس شورای اسلامی، مربیان، بازیکنان، کادر فنی و همه کارکنان باشگاه فرهنگی - ورزشی از قهرمانی تیم تراکتور در لیگ برتر فوتبال

نماینده مجلس:

تراکتور، ظرفیت بزرگی برای آذربایجان است

خشنود هستند. علی جعفری آذر ، مجلس را مخالف بیگانه‌گرایی و قومیت‌گرایی عنوان کرد و افزود: مجلس شورای اسلامی مخالفت شدیدی با مباحث قومیت‌گرایی دارد و بر مبنای نظام جمهوری اسلامی قانون‌گذاری می‌کند. وی با بیان این‌که طرح آموزش زبان مادری در آینده نزدیک دوباره در صحن مجلس مطرح خواهد

شد، ادامه داد: قانون اساسی؛ گسترش، آموزش و تکلم زبان‌های مادری در مدارس را مجاز دانسته و نظام جمهوری اسلامی مخالفتی با اجرای آن ندارد ولی متأسفانه با توجه به کونا‌هی‌های صورت گرفته، دشمن از این مسئله سوءاستفاده می‌کند. وی تصریح کرد: اصول ۱۵ و ۱۶ قانون اساسی را، افرادی مجتهد و متدین در اوایل انقلاب اسلامی تدوین کرده‌اند.

اخبار

از امروز ، ساعت خدمات دهی روزانه متروی تبریز افزایش می یابد



یعقوب وحیدکیا با اشاره به تغییر ساعات کاری ادارات و ارگان‌های مختلف و دستگاه‌های اجرایی، از افزایش ساعات کاری و آغاز به کار خدمات مترو با نیم ساعت زودتر از برنامه قبلی خبر داد.

یعقوب وحیدکیا با اشاره به تغییر ساعات کاری ادارات و ارگان‌های مختلف و در راستای رعایت مدیریت بهینه مصرف برق در بخش‌های اداری و به منظور افزایش رفاه و تسهیل در تردد شهروندان، از افزایش ساعات کاری و آغاز به کار خدمات مترو با نیم ساعت زودتر از برنامه قبلی خبر داد . وی آغاز ساعات کاری مترو را از ۲۰ اردیبهشت ۱۴۰۴، از ساعت ۵:۳۰ صبح اعلام کرد که قبل از این، شروع به کار خدمات مترو از ساعت ۶:۰۰ صبح بود.

وحید کیا تصریح کرد: با افزایش ساعات خدمات رسانی متروی تبریز، خدمات دهی متروی تبریز در طول مسیر خط یک ۱۸ ایستگاه(حد فاصل ایستگاه ائل گولی تا ایستگاه نور لاله) از ساعت ۵:۳۰ صبح تا ۲۱:۰۰ شب خواهد بود.

وی افزود: با توجه به تعطیلی روزهای پنجشنبه تا ۳۱ شهریورماه سال جاری، خدمات رسانی مترو نیز با یک ساعت تاخیر از ساعت ۶:۳۰ صبح در روزهای پنجشنبه آغاز خواهد شد.

مدیرعامل سازمان حمل‌ونقل ریلی در ادامه ضمن تأکید بر اهمیت استفاده از ناوگان حمل‌ونقل عمومی، گفت: امید است این اقدام باعث تسهیل بیشتر در تردد شهروندان، کاهش حجم ترافیک شهری و ارتقای کیفیت زندگی در کلانشهر تبریز شود.

جلسه نهایی داوری ساخت مجسمه استاد میرعلی تبریزی برگزار شد

جلسه نهایی دایری ساخت مجسمه استاد میرعلی تبریزی واضع خط نستعلیق، با حضور هیئت داوران فراخوان و ناظرین در سازمان سیم، منظر و فضای سبز شهرداری تبریز برگزار شد.

منظر و فضای سبز، در این جلسه که با حضور سیامک آسیایی مدیرعامل این سازمان برگزار شد پس از بررسی ماکت آثار راه یافته از مرحله اول، با رای و نظر هیئت داوران، اثر نهایی جهت اجرا انتخاب و معرفی شد.

بنابراین گزارش، آثار راه‌یافته از مرحله اول به مرحله نهایی متعلق به هنرمندان صاحب سبک کشوری محمدتقی فعالی، حسین محمدپور و هادی عارفی‌منش بود که اثر هادی عارفی منش به عنوان طرح منتخب این فراخوان انتخاب شد. برپایه همین گزارش ماکت انتخاب شده پس از طی فرآیندهای بعدی توسط صاحب اثر ساخت و در مسیر خیابان میر علی تبریزی نصب می‌شود.



با حضور فرماندار تبریز و مسئولین، پروژه‌های زیرساختی روستای باغ معروف، از جمله احداث میدان امام علی(ع)، کلنگ‌زنی شد و مشکلات موجود در این روستا مورد بررسی قرار گرفت. در جلسه‌ای که با حضور فرماندار تبریز و مدیران محلی برگزار شد، دکتر گرشاسبی بر اهمیت برگزاری جلسات تخصصی و توجه به فرهنگ‌های محلی تأکید کرد. وی همچنین از دهیار و بخشدار و اعضای شورای خواست تا با نگاهی چند بعدی، به توسعه منطقه کمک کنند و تعامل بین صنعت و محیط زیست را مورد توجه قرار دهند. در این جلسه، فرهمند، رئیس شورای روستای باغ معروف به نمایندگی از اهالی روستا، مشکلات و چالش‌های موجود در این روستا را مطرح کرد.

۵ پروژه مهم آذربایجان شرقی نیازمند اعتبارات ملی و استانی است



پروژه‌های زیربنایی و توسعه‌ای در آذربایجان شرقی با نیاز به اعتبارات ملی و استانی، به عنوان اولویت‌های اجرایی در استان شناخته شده‌اند. این پروژه‌ها می‌توانند نقش کلیدی در بهبود زیرساخت‌ها، ارتقاء سطح زندگی مردم و افزایش توان اقتصادی استان ایفا کنند.

در نشست با حضور استاندار آذربایجان شرقی، سرپرست سازمان مجری ساختمان‌ها و تاسیسات دولتی و عمومی و جمعی از مسؤولان استان، آخرین وضعیت اجرایی ۵ پروژه عمرانی استان در حوزه‌های قضایی، ورزشی و درمانی بررسی شد. ندامتگاه یا زندان جدید تبریز یکی از این پروژه‌هاست که براساس گزارش‌های ارائه‌شده، پیشرفت کلی آن ۲۱ درصد و پیشرفت فاز اول آن به ظرفیت ۱۵۰ نفر، ۴۵ درصد است. در سال جاری، ۱۲۷ میلیارد تومان بودجه برای آن پیش‌بینی شده است؛ در حالی که اعتبار مورد نیاز برای تکمیل این پروژه، ۱۳۰۰ میلیارد تومان است. براین اساس مقرر شد اعتبار مورد نیاز آن از محل قانون مولدسازی دارایی‌های دولت و با هماهنگی دستگاه قضایی، سازمان برنامه و بودجه و شهرداری تبریز تامین شود.

پروژه بعدی، بیمارستان ۱۶۰ تخت‌خوابی مراغه که بناب با ۱۷ هزار مترمربع زیربناست که پیشرفت فیزیکی کل پروژه ۱۵ درصد و پیشرفت ساختمان آن ۳۵ درصد است. تاکنون ۷۵ میلیارد تومان برای این پروژه هزینه شده و امسال نیز ۶۷ میلیارد تومان اعتبار برای آن پیش‌بینی شده و مقرر شد مابقی اعتبار مورد نیاز آن از محل مولدسازی تامین شود. بیمارستان ۱۶۰ تخت‌خوابی مراغه که پیش از این ۱۰۰ تخت آن به بهره‌برداری رسیده است، در مجموع ۹۶ درصد پیشرفت دارد و برای تکمیل آن ۱۵۰ میلیارد تومان اعتبار نیاز است. بودجه مصوب این پروژه در سال جاری ۳۳ میلیارد تومان است و ۸۰ میلیارد تومان دیگر از محل اعتبارات استانی تامین خواهد شد. همچنین برای بیمارستان ۳۵۰ تختخوابی مراغه که عملیات اجرایی آن از اوایل سال

۵ پروژه مهم آذربایجان شرقی نیازمند اعتبارات ملی و استانی است

گذشته آغاز شده، امسال ۴۲ میلیارد تومان اعتبار پیش‌بینی شده و مقرر شد، مابقی اعتبار مورد نیاز آن از محل مولدسازی و مشارکت بخش خصوصی تامین شود. استاندار آذربایجان شرقی در این جلسه با اشاره به اهمیت توسعه زیرساخت‌های عمرانی در ارتقای کیفیت خدمات عمومی، بر ضرورت تسریع در اجرای پروژه‌های نیمه‌تمام در بخش عمومی و دولتی تأکید کرد و گفت: با توجه به نقش این پروژه‌ها در رفع نیازهای مردم و بهبود روند خدمت‌رسانی، باید با هماهنگی دستگاه‌های مسؤول، به سرعت به مرحله بهره‌برداری برسند.

بهرام سرمست خاطرنشان کرد: انتظار می‌رود مشکلات موجود در مسیر اجرای این پروژه‌ها با هماهنگی دستگاه‌ها برطرف شود و مسؤولان با برنامه‌ریزی دقیق و نظارت مؤثر، زمینه تکمیل هرچه سریع‌تر این طرح‌ها را فراهم کنند.

علی نوزپور، سرپرست سازمان مجری ساختمان‌ها و تاسیسات دولتی و عمومی هم هدف از برگزاری جلسات هماهنگی در استان‌ها را ایجاد هم‌افزایی ظرفیت‌های ملی و استانی برای تکمیل پروژه‌های نیمه‌تمام عنوان کرد و متذکر شد: در استان آذربایجان شرقی ۵ پروژه مهم داریم که پیشرفت‌های خوبی هم داشته‌اند، اما تکمیل آنها نیازمند اعتبارات ملی و استانی است.

سازمان مجری ساختمان‌ها و تاسیسات دولتی و عمومی از سازمان‌های زیرمجموعه وزارت راه و شهرسازی که در سال ۱۳۹۷ تاسیس شده و براساس قانون تنها متولی احداث ساختمان‌های عمومی و دولتی در کشور است.



نشان‌دهنده قهرمانی آذربایجان است." وی افزود: بودجه‌ای قابل قبول برای پروژه‌های فرهنگی، ورزشی، اجتماعی و آموزشی در این روستا اختصاص یافته است. دکتر گرشاسبی در ادامه بر ضرورت ارتقاء زیرساخت‌ها و بهره‌گیری از توانمندی‌های تبریز تأکید کرد و گفت: "ما باید به سمت توسعه پایدار پیش برویم و همفکری و همکاری بین ادارات و جامعه را تقویت کنیم." وی در پایان بر اهمیت مدیریت پدیده‌ها و نهادینه کردن این فرآیندها تأکید کرد و گفت: "حل مشکلات این روستا و سایر مناطق بدون همراهی و همکاری مردم میسر نخواهد بود. به مرور زمان باید این پدیده‌ها را مدیریت کرده و نهادینه کنیم."

تملك غسالخانه قدیمی محله رواسان با هدف توسعه جاذبه گردشگری جدید

آدی بیگ با اشاره به تعریض محله رواسان و ایجاد المان شهری در این محل افزود: این بافت فرسوده که قبلا محل غسالخانه قدیمی در محله رواسان بود؛ توسط واحد املاک منطقه تملک و جهت احداث آبشار، محل گردشگری و تفریحی برنامه ریزی شده است. شهردار منطقه ۷ ادامه داد: مشخصات فنی این آبشار با ارتفاع حدود ۶ متر و با نمای زیبا طراحی و تحویل اهالی رواسان خواهد شد.

شهرداری منطقه ۷ توافق و آزاد سازی شد. اصغر آدی بیگ شهردار منطقه ۷ در تشریح این خبر گفت: بنا‌های متروکه در بافت‌های فرسوده علاوه بر ایجاد نازیبایی بصری، باعث ایجاد فضای نامناسب شهری و مباحث روانی نقش مهمی در ارتکاب جرایم دارند از این رو اجرای برنامه‌های نوسازی که هدف آن‌ها بازگرداندن اماکن متروکه به چرخه حضور فعال در جامعه امری ضروری است.

گستره‌ی توزیع: استانی

پیام آذربایجان

رتبه ۲ در طرح رتبه بندی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی

روژنامه اجتماعی، سیاسی وهنری، به دوزبان فارسی وآذری
شنبه ۲۰ اردیبهشت ۱۴۰۴ ● سال بیست و دوم ● شماره ۲۵۶۹

صاحب امتیاز و مدیرمسئول و سردبیر: معصومه شکوهی
مشاور مدیرمسئول: مریم شکوهی
مدیر اجرایی: بهرام توفیقی
امور فنی و هنری: کانون تبلیغاتی آذین کامپیوتر
لیتوگرافی و چاپ: پرنبان
آدرس: چایکنار نرسیده به پل منصور جنب کوچه بنفشه پ ۱۱۸
تلفن:۳۵۲۳۱۴۹۷ ۳۵۲۳۴۸۷
سازمان آگهی‌ها:۳۵۲۴۷۰۵۱
E mail:wpat_82@yahoo.com
https://payamazarbayan.ir

حقوقی

مواجهه با «باج نیوزها»؛ یک دغدغه عمومی

امید جهانشاهی

مقابله با باج نیوزها نیازمند همکاری و هم‌افزایی همه ظرفیت‌های حاکمیتی و جامعه مدنی است چرا که باج نیوزها سلامت جامعه و اقتصاد را به خاطر منفعت طلبی خود هدف قرار می‌دهند. مسئله باج نیوزها یک مسئله عمومی است. «افشاگری رسانه‌ها» به مفهوم پرده‌گشایی از چهره حقیقت، عبارتی ناب و گیراست. آن را رسالت اصلی رسانه‌ها می‌دانند رسالتی که روزنامه نگاران واقعی و شجاع برای دفاع از حق و عدالت بردوش می‌کشند. این رشته از افشاگری حرکتی است که مردم را آگاه می‌کند و رازهای پشت پرده برخی ارباب قدرت را عیان می‌سازد. این اما همه ماجرا در مورد آنچه به عنوان اخبار افشاگرانه می‌بینیم، از این جنس نیست.

واقعیت تلخ این است که گاهی آنچه به عنوان اخبار افشاگرانه به تویتر و فیس بوک و دیگر رسانه‌های اجتماعی درز می‌کند با اصول و موازین حرفه‌ای تناسب ندارد. این رشته از افشاگری‌ها پایینند واقعیت نیست و از اخبار و اطلاعات ترکیبی رنده‌از راست و دروغ می‌سازد. عوامل این نوع افشاگری عمدتاً با نگاهی ابزاری به رسانه از جعل و مونتاژ خبر برای باج‌خواهی از مراکز اقتصادی یا مدیران و صاحب منصبان سیاسی بهره می‌گیرند.

در ادبیات امروز ژورنالیسم به این نوع از رفتار افشاگرانه باج نیوز می‌گویند. اهداف و آماج این باج‌خواهی می‌تواند شامل افراد مختلف، شرکت‌ها و حتی سازمان‌های بزرگ دولتی شود. البته به این لیست می‌توان، چهره‌های بسیاری را اضافه کرد: از شخصیت های سیاسی و کاندید‌ها به‌ویژه در روزهای داغ انتخاباتی تا وزرا و نمایندگان مجلس، و از سلبریتی‌ها و هنرمندان تا افراد صاحب سرمایه و شرکت‌های اقتصادی. هرکدام می‌توانند اهداف یا طعمه برای باج نیوزها قرار گیرند.

این گونه افشاگری‌های دروغین امر نوظهوری نیست و همیشه در رسانه‌ها و البته بیشتر در رسانه‌های زرد جریان داشته است، اما با ظهور و گسترش رسانه‌های اجتماعی به مراتب بیشتر شده است. فضای برآمده از عصر ارتباطات از لحاظ تقاضا و نیاز شرایطی را خلق کرده است که مخاطبان و شهروندان عادی به صورت عطشناک در پی کسب اطلاعات پشت پرده و خبرهایی است که با نشان «محرمانه یا دست‌اول و ناگفته» پیمای‌می‌شود. طبیعی است که در برابر این امواج توفنده خبری، مخاطب کمتر امکان و مجال تأمل دارد. اگر در گذشته مخاطبان، اخبار را در روزنامه‌ها جستجو می‌کردند و یا در بسته‌های خبری بلند تلویزیونی به تماشا می‌نشستند، اکنون در رسانه‌های اجتماعی آنها را به نگاهی گذرا و به اشاره انگشت رد می‌کنند.

این فضای رسانه‌ای داغ و عامه پسند عرصه‌ای بکر و فرصتی طلایی است برای کسانی که با پیماز اخبار ساختگی از تحریف اسناد، بازی با شایعات و آنچه عوام مردم می‌پذیرند «شبه خبر» تولید کنند و ویدیوی جعلی بسازند به نام افشاگری برای اخاذی با گرفتن حق السکوت یا تغییر در معادلات مالی و اقتصادی.

اما راه مواجهه با پدیده مخرب باج‌نیوزها چیست؟ تجربه‌های جهانی نشان می‌دهند که این مقابله مستلزم همراهی مجموعه‌ای از عوامل سیاسی، قانونی و فرهنگی، اجتماعی است.

مراجع رسمی و حکومتی می‌بایست قوانین و نظامات علمی و مستحکم برای مواجهه قانونی تدوین کنند. برای مثال، اتحادیه اروپا در پی ظهور مواردی متعدد از باج نیوزها، قانونی موسوم به دی. اس. ای را تصویب کرد که پلتفرم‌های دیجیتال را ملزم به حذف باج نیوزها می‌کند و در غیر این صورت مشمول جریمه می‌شوند. متأسفانه در کشور ما امکان اعمال قانون علیه این پلتفرم‌های جهانی وجود ندارد.

برای ضابطه‌مندسازی فضای مجازی ابتدا باید بستر اعمال قانون بر آنها را فراهم کرد و این با نگاه دنگیشتی فیلترینگ ممکن نیست. اما به هرحال می‌توان با تدوین قوانین کارآمد و استوار داخلی علیه منتشرکنندگان، هزینه باج گیری را برای کسانی که به باج نیوزها متوسل می‌شوند بالا برد.

ادامه دارد...

کاریکاتور برگزیده بین المللی

