

پیام آذربایجان

چهارشنبه ۱۵ مرداد ۱۴۰۴ / ۱۰ صفر ۱۴۴۷ / سال بیست و دوم / شماره ۲۶۲۶ / ۸ صفحه / قیمت ۲۰ هزار تومان

راهکارهای اضطراری برای آب تبریز

آیا تنش آبی تابستان مهار می‌شود؟

استاندار آذربایجان شرقی همراه با اعضای مجمع نمایندگان و مدیران حوزه آب استان در جلسه‌ای با وزیر نیرو که ۳۰۵ ساعت به طول انجامید، به بررسی مشکلات پیش روی استان در حوزه آب و طرح‌های در دست اجرا در این زمینه پرداختند. شرکت کنندگان در این جلسه کاری در مورد تسریع در اجرا و تکمیل طرح انتقال آب ارس، بحث و تبادل نظر کردند. اتخاذ تدابیر لازم و اورژانسی برای عبور از تنش آبی مبتلا به استان به ویژه تبریز در تابستان جاری، از دیگر محورهای این جلسه کاری بود. در این جلسه همچنین درباره ضرورت اتخاذ راهکارهای عملی برای جلوگیری از برداشت غیرمجاز آب در مناطق بالادست تامین آب شرب تبریز گفت و گو و تبادل نظر شد.

ادامه در صفحه ۲



رسانه، نبض جامعه؛ ضرورت پاسخگویی مسئولان و حمایت از فعالان فرهنگی



معصومه شکوهی

جامعه‌ای پویا و در مسیر توسعه، همواره نیازمند رسانه‌های قدرتمند و تأثیرگذار است. این قدرت و توانمندی رسانه، نه تنها در انعکاس اخبار، بلکه در برقراری ارتباطی سازنده میان مردم و مسئولان نهفته است. تحقق این امر، مستلزم پذیرش نقش کلیدی خبرنگاران توسط مدیران دستگاه‌های اجرایی و پاسخگویی شفاف آن‌ها به مطالبات رسانه‌ای است.

رسانه به مثابه پل ارتباطی:

خبرنگاران، چشم و گوش جامعه در میان مسئولان و تریبون مردم در بیان خواسته‌ها و مشکلات هستند. این نقش حیاتی، ایجاب می‌کند که مدیران دستگاه‌های اجرایی، با دیدگاهی باز و پذیرش‌گر، به خبرنگاران به عنوان شرکای اصلی در پیشبرد اهداف جامعه بنگرند. متأسفانه، گاه شاهد نگاهی تقابلی یا بی‌تفاوتی نسبت به این قشر هستیم که مانع از شکل‌گیری گفت‌وگو سازنده میان مردم و حاکمیت می‌شود.

پاسخگویی، لازمه توسعه:

هرچه مدیران، مطالبات و سؤالات خبرنگاران را با صداقت و شفافیت پاسخ دهند، اعتماد عمومی افزایش یافته و بستر توسعه پایدار فراهم‌تر می‌شود. در مقابل، سکوت، طفره رفتن یا ارائه اطلاعات ناقص، نه تنها به اعتماد

ادامه در صفحه ۲

تندیس سردار ملی همزمان با روز مشروطه در تبریز رونمایی شد

۲

وضعیت قرمز آناختون در بحران آبی تبریز

۳

اضطراب یا استرس؟

*پی بردن به ۶ تفاوت ظرف ۴ دقیقه

۴

بازخوانی نقش زنان در جنبش مشروطه

در گفت‌وگو با «فرزانه ابراهیم‌زاده»

جنبش مشروطه زنان

ادامه دارد



۵

جان بخشی بی‌صدا؛ شیر

مادری برای نوزادانی

که مادر ندارند

۶

آغاز به کار تاکسی‌های

«از من پیرس»

در تبریز

۷

مواد مخدر نو ظهور با قدرت

تخریب ۱۰۰ برابری مواد سنتی،

در کمین فرزندانمان

۸

۲ هزار و ۵۰۰ برنامه ملی و مناسبتی

شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی

در آذربایجان شرقی برگزار شد

شرقی را از شوراهای بسیار فعال و موفق استانی برشمرد و با اشاره به اینکه اعضای این شورا تعداد ۳۳ دستگاه اجرایی، خدماتی و رسانه‌ای را شامل می‌شود، گفت: خبرگزاری جمهوری اسلامی (ایرنا) از جمله اعضای این شورا است که رسالت هماهنگی و ایجاد ارتباط بین شورا و جامعه خبری را بر عهده دارد.

اسکندری با قدرانی از مردم ولایی و انقلابی آذربایجان شرقی در همراهی با برنامه‌های مختلف شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی در ایام مختلف سال، یادآور شد: حضور حماسی و موثر مردم در این آیین‌ها نشان می‌دهد که مردم ذره‌ای از آرمان‌ها و اهداف مقدس انقلاب اسلامی و منویات امامین انقلاب اسلامی کوتاه نیامده و همواره برای دفاع از کیان میهن اسلامی در خط اول مقاومت قرار دارند. وی با اشاره به اهداف شوم دشمنان در ۴۶ سال گذشته علیه نظام مردمی جمهوری اسلامی، جنگ تحمیلی ۱۲ روزه را از دیگر ستاروهای شکست خورده نظام سلطه علیه ملت غیور ایران دانست و افزود: هر چند در این جنگ تعدادی از فرماندهان، دانشمندان و زنان و کودکان خود را از دست دادیم، اما وحدت و یکپارچگی ملی دستاورد بزرگ این جنگ بود که برای دشمنان غیر قابل تصور بود.

اسکندری یکی از مهمترین رسالت‌های شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی را به صحنه آوردن مردم در صحنه‌های مختلف سیاسی و دینی عنوان و اضافه کرد: در ۴۵ سال گذشته این شورا در عمل به وظیفه خود موفق عمل کرده است که تعبیر سنجیده و آشکار مقام معظم رهبری گواه این مطلب است. وی گفت: مقام معظم رهبری از شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی با تعبیری همچون لحظه شناسی، حرکت هوشمندانه، حرکت در مسیر درست، عمل بر اساس شناخت به موقع، حرکت‌های عاقلانه و موثر یاد کرده‌اند که نشان می‌دهد این شورا تأثیر عمیق و موثر در تحکیم پایه‌های نظام اسلامی داشته است.



رئیس شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی آذربایجان شرقی از اجرای ۲ هزار و ۵۰۰ برنامه خرد و کلان مناسبتی، ملی، مذهبی و انقلابی در یکسال گذشته در این استان خبر داد. حجت الاسلام میکائیل اسکندری در نشست خبری با اصحاب رسانه به مناسبت تأسیس شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی، اظهار کرد: برنامه‌های یاد شده در قالب ۳۵۰ جلسه و تعداد ۸۰۰ عنوان مصوبه از ۱۲ مرداد ماه پارسال تاکنون در شهرها، بخش‌ها و نقاط مختلف آذربایجان شرقی عملیاتی شده که بر این اساس همکاری و تعامل دستگاه‌های اجرایی بسیار مطلوب بوده و قابل ستایش است. وی برپایی تعداد ۱۰ مورد جمعه‌های خشم با محوریت راهپیمایی نمازگزاران تبریزی علیه جنایت‌های رژیم کودک‌کش اسرائیل را از دیگر برنامه‌های شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی آذربایجان شرقی برشمرد که بازتاب رسانه‌های و خبری بسیار عمیق و مهمی در سراسر کشور داشت.

اسکندری بزرگداشت شهدای هشت شهرویر، برگزاری راهپیمایی ۱۳ آبان، مراسم‌های مختلف حماسه ۹ دی، برنامه‌های دهه فجر انقلاب اسلامی، آیین‌های بزرگداشت سالگرد شهدای خدمت، ارتحال امام خمینی، برپایی نشست‌های گوناگون هفته حقوق بشر آمریکایی، بزرگداشت شهدای جبهه مقاومت، مراسم‌های دهه کرامت، دهه امامت و ولایت و ده‌ها عنوان برنامه و مراسمات مختلف را از دیگر رؤس برنامه‌های اجرایی یکسال گذشته از سوی شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی آذربایجان شرقی عنوان کرد. وی شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی آذربایجان

رئیس سازمان زمین‌شناسی کشور:

فقط ۲ درصد از ذخایر معدنی کشور کشف شده است



اسماعیلی با اشاره به اجرای طرح تحول زمین‌شناسی با همراهی بخش خصوصی در کشور، افزود: در این طرح، وضعیت زمین‌شناسی تمام ایران بررسی شده و نقشه‌های طراحی شده و قرار است چهار لایه اطلاعاتی شامل زمین‌شناسی، ژئوشیمیایی، اقتصادی و ژئوفیزیک هوایی بر روی آن سوار می‌شود.

وی با بیان اینکه امسال هفت برابر سال قبل پروژه تعریف کرده و درحال اجرا هستیم، اظهار کرد: امروز ۱۸۰ کارشناس در حال نمونه‌برداری هستند و یک سال بعد نقشه زمین

شناسی اقتصادی کامل می‌شود که محدوده‌های امیدبخش در آن معرفی شده و ۷۰ درصد خطرپذیری اقتصاد را برای بخش خصوصی کاهش می‌دهیم. وی ادامه داد: بر اساس این نقشه‌ها و مطالعات، مشخص می‌شود که در کدام محدوده‌ها چه نوع عنصری وجود دارد تا سپس بخش خصوصی برای استخراج وارد می‌شود. رئیس سازمان زمین‌شناسی و اکتشافات معدنی کشور گفت: وظیفه ما تولید داده‌های پایه بوده و باید زمینه حضور و مشارکت بخش خصوصی در اکتشاف را فراهم سازیم و ریسک مربوطه را کاهش دهیم.

وی خاطرنشان کرد: ۳۰ همت بسته سرمایه‌گذاری با مسافت ۷۷۶ هزار کیلومتر مربع را تعریف کردیم و شرح خدمات برای تولید چهار لایه زمین‌شناختی برای هر بسته نوشتیم.

ادامه در صفحه ۳

۱۴ مرداد؛ سالگرد پژواک صدای عدالت‌خواهی

در تاریخ ایران به رهبری تبریز



در راستای تبیین و شناساندن اهداف و دستاوردهای نهضت مشروطه، همایش بزرگداشت یکصد و نوزدهمین سالگرد نهضت مشروطیت تحت عنوان «نهضت مشروطه، درس‌ها و عبرت‌ها»، عصر سه‌شنبه ۱۴ مرداد در تبریز برگزار شد. بهرام سرمست استاندار آذربایجان شرقی در این مراسم، مشروطه را نقطه تمدنی در ایران دانست و گفت: در تحلیل تاریخی روندهای سیاسی ایران، نهضت

ادامه در صفحه ۸

تبریز، نخستین سنگر آزادی ایران مردم تبریز همواره مردمانی تأثیرگذار و سرنوشت‌ساز در طول تاریخ ایران بوده‌اند در همین راستا نیز در نهضت مشروطه، تبریز بعنوان نخستین سنگر آزادی، همبستگی، عدالت‌خواهی، قانون‌مداری و مشروطه خواهی نقش تاریخی خود را به دست ستارخان، باقرخان، ثقه‌الاسلام ایفا کرد که این اساطیر آذربایجانی نمادی از اراده یکپارچه و ایستادگی در برابر دشمنان و بیگانگان بوده است.

اگر بخوایم نقش، جایگاه و تأثیر تبریز و آذربایجان را در تحقق و پیشبرد اهداف نهضت مشروطیت بیان کنیم، می‌توانیم بگوییم مشروطیت یعنی تبریز، ستارخان و باقرخان و تبریز یعنی مشروطیت و آزادی خواهی که همواره نقش خود را در تاریخ و تمدن ایران ایفا کرده است.

رئیس سازمان زمین‌شناسی و اکتشافات معدنی کشور با بیان اینکه ۲۹ میلیارد دلار معادل ۲ درصد ذخایر معدنی کشور را کشف کرده‌ایم، گفت: اعتقاد داریم که هر کجای خاک کشورمان، ظرفیت معدنی دارد و زرخیز است. داریوش اسماعیلی در جلسه کمیسیون معادن و فلزات اتاق بازرگانی تبریز، اظهار کرد: پنجمین کشور دنیا از نظر ذخایر معدنی هستیم که پنج درصد معادل بیش از هزار و ۴۰۰ میلیارد دلار متعلق به مواد معدنی در کشور ما است.

وی افزود: این رقم شامل مواد خام و حداقل موجود است که پیش‌بینی می‌شود و همراه با فناوری می‌تواند ۱۰ هزار میلیارد دلار ارزش افزوده برای کشور داشته باشد. وی با بیان اینکه ضرورت بخش اکتشاف و انجام فعالیت‌های اکتشافی بر هیچ‌کس پوشیده نیست، گفت: برای رونق اقتصاد معدنی باید بخش خصوصی به میدان بیاید.

نهضت مشروطه ایران یکی از مهم‌ترین جنبش‌های سیاسی و اجتماعی در تاریخ معاصر ایران است که در اوایل قرن بیستم با هدف محدود کردن قدرت مطلقه شاه، ایجاد قانون و تشکیل مجلس شورای ملی شکل گرفت، این نهضت سرآغاز تحولاتی عمیق در ساختار سیاسی، اقتصادی و فرهنگی کشور بود. نهضت مشروطه ایران، اگرچه به بسیاری از اهداف اولیه خود از جمله تشکیل مجلس شورای ملی، تدوین قانون اساسی و محدود کردن قدرت شاه به‌طور کامل نرسید، اما نقطه عطفی در تاریخ ایران محسوب می‌شود. این جنبش، مردم ایران را با مفاهیم نوینی مانند قانون، آزادی، عدالت و مشارکت سیاسی آشنا کرد و پایه‌گذار تغییرات بنیادین در مسیر گذار به حکومت قانون‌مدار شد.

پارک علم و فناوری

در مسیر تحول آفرینی

گام‌های موثری

برداشت‌ه‌است



رئیس پارک علم و فناوری آذربایجان شرقی گفت: در مسیر تحول آفرینی گام‌های موثری برداشته شده و هدف اصلی حمایت از ایده‌های نو و تبدیل آنها به محصولات فناورانه است. آریتنا بلالی اسکویی، در آیین اختتامیه گام دوم رویداد ملی «نوآفرین صنعت‌ساز» با تأکید بر ضرورت تجاری‌سازی ایده‌ها افزود: بسیاری از ایده‌های تیم‌های نوپا قابلیت تبدیل شدن به محصول و ثروت ملی را دارند و بدون تحقق این روند، رسالت زیست‌بوم نوآوری کامل نخواهد شد. بلالی اسکویی با اشاره به رسالت پارک علم و فناوری در حمایت از ظرفیت‌های خلاقانه تصریح کرد: هرچند ممکن است تمامی ایده‌ها به محصول فناورانه تبدیل نشوند، اما هدف اصلی ما هدایت ظرفیت‌های نوآورانه به سمت تولید ثروت و ارزش آفرینی است و تحقق این روند شرط تکمیل چرخه نوآوری کشور است. وی همچنین با اشاره به بخش‌های مختلف این جشنواره افزود: یکی از بخش‌های مهم این جشنواره، شنیدن داستان‌های موفقیت و تجربه بزرگان حوزه‌های مختلف بود؛ وقتی این تجربه‌ها شنیده می‌شوند، تیم‌ها با شناخت بهتر از بازار، توان رقابت بیشتری پیدا کرده و می‌توانند جایگاه خود را در عرصه فناوری تثبیت کنند. این تجربه‌ها در واقع بازار فناوری را بیمه کرده و به تیم‌ها قدرت ماندگاری می‌دهد.

ادامه در صفحه ۲



پیام آذربایجان

چهارشنبه ۱۵ مرداد ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۳۶۳

اخبار

خبر

چطور مصرف آب و برق را در خانه به حداقل برسانیم؟



قرار دادن یخچال دور از منابع گرما مانند اجاق گاز و تابش مستقیم آفتاب، تنظیم دما بین ۳ تا ۵ درجه و پرهیز از قرار دادن مواد غذایی داغ در آن، با شدت گرفتن بحران انرژی، کاهش مصرف آب و برق دیگر محدود به روزهای گرم تابستان نیست؛ منابع انرژی محدود هستند و مدیریت درست آنها به یک ضرورت روزمره تبدیل شده است. کارشناسان انرژی تأکید دارند که نخستین گام برای صرفه‌جویی، شناسایی وسایل پرمصرف در خانه است؛ کولر، آبگرم‌کن، ماشین لباسشویی و اتو، در صدر این فهرست قرار دارند.

یکی از راهکارهای کلیدی، استفاده از این وسایل در ساعات غریبک است. زمان مناسب برای استفاده از برق، بین ساعت ۲۳ تا ۷ صبح اعلام شده است. همچنین توصیه می‌شود وسایل برقی مانند تلویزیون و شارژرها پس از استفاده به‌طور کامل از برق جدا شوند. عدم استفاده هم‌زمان از لوازم پرمصرف، از دیگر نکات توصیه‌شده است. به عنوان مثال، بهتر است لباسشویی و اتو را به‌صورت پیوسته به کار نبرید.

در مورد یخچال نیز رعایت چند نکته ساده مؤثر است؛ قرار دادن یخچال دور از منابع گرما مانند اجاق گاز و تابش مستقیم آفتاب، تنظیم دما بین ۳ تا ۵ درجه و پرهیز از قرار دادن مواد غذایی داغ در آن، بهینه‌سازی دمای خانه از طریق نصب درزگیر، استفاده از پرده‌های ضخیم و بهره‌گیری از لامپ‌های کم‌مصرف، هم به کاهش هزینه‌ها و هم به کاهش مصرف انرژی کمک می‌کند. توصیه می‌شود به جای روشن نگه داشتن چراغ‌های متعدد، از چراغ خواب یا آباژور استفاده شود. در حوزه آب، شناسایی و رفع نشتی لوله‌ها اهمیت بالایی دارد؛ چرا که یک شیر چکه‌کننده می‌تواند روزانه ده‌ها لیتر آب را هدر دهد. بستن شیر آب هنگام مسواک زدن، استفاده مجدد از آب شست‌وشوی میوه برای آبیاری و نصب سردوش‌های کم‌مصرف از دیگر راهکارهای مؤثر در کاهش مصرف آب است.

کارشناسان می‌گویند این تغییرات کوچک، تأثیرات بزرگی دارند. صرفه‌جویی در مصرف آب و برق نه تنها یک انتخاب هوشمندانه اقتصادی است، بلکه یک مسئولیت اجتماعی برای حفظ منابع محدود کره زمین به شمار می‌رود.

کشف ۸ دستگاه استخراج رمزارز در تبریز

مدیرعامل شرکت توزیع نیروی برق تبریز از کشف و جمع‌آوری ۸ دستگاه استخراج رمزارز در مناطق تحت پوشش برق تبریز خبر داد. اکبر فرج نیا با بیان اینکه بخشی از علل ناترازی انرژی مربوط به ورود دستگاه‌های غیرمجاز استخراج رمزارز به شبکه است، اظهار کرد: فعالیت مراکز استخراج



رمزارز به دلیل مصرف بالای انرژی برق و استفاده غیرمجاز از شبکه برق‌رسانی، موجب اختلال در برق‌رسانی و تحمیل فشار به شبکه و آسیب به وسایل برقی شهروندان می‌شود.

وی افزود: بنا به ابلاغ شرکت توانیر انشعاب‌هایی که به طور غیرقانونی به استخراج رمزارز مبادرت می‌ورزند؛ به‌ویژه منازل، فروشگاه‌ها و دامداری‌ها و... جمع‌آوری و به‌طور دائم قطع می‌شود. مدیرعامل شرکت توزیع نیروی برق تبریز خاطرنشان کرد: سوداگران رمزارز با مصرف یوریه برق، شبکه برق کشور را تحت فشار قرار داده و منافع ملی را به خطر می‌اندازند که این اقدامات منجر به خاموشی‌ها، آسیب به تجهیزات برقی و افزایش هزینه‌ها برای همه ما می‌شود.

عنوان کرد: در راستای پیشگیری و مبارزه با مراکز غیرمجاز استخراج رمز اقدامات قابل‌توجهی انجام شده است، افزود: در راستای این اقدامات طی روزهای اخیر با تلاش همکاران واحد رسیدگی به انشعابات غیرمجاز شرکت، همکاری همکاران دفتر حراست و همکاران امور باغمیشه و همراهی دادستانی مرکز استان و پلیس آگاهی، یک مرکز استخراج رمزارز محدوده امور برق باغمیشه کشف و شناسایی شده و از این مرکز ۸ دستگاه استخراج غیرمجاز رمزارز جمع‌آوری شد.

هر دستگاه استخراج رمزارز با احتساب مصرف ۳ کیلووات در ساعت، روزانه ۷۲ کیلووات انرژی مصرف می‌کند و با توجه به مصرف ماهیانه میانگین متوسط مصرف هر خانه به میزان ۲۵۰ الی ۳۰۰ کیلووات در ساعت، هر دستگاه استخراج رمزارز معادل ۹ خانه برق مصرف می‌کند. بنابراین با کشف و جمع‌آوری این مراکز معادل مصرف متعارف ۷۲ واحد مسکونی در انرژی برق صرفه‌جویی شده است. شهروندان و مشترکان محترم می‌توانند از طریق سرشماره پیامکی ۵۱۲۱۳۰۰۰ شرکت توانیر و با تماس با مرکز ۱۲۱، ماینترهای غیرمجاز را گزارش و پاداش یک تا ۵۰ میلیون تومانی دریافت کنند.

۲

امام جمعه هشتروند خواستار حل مشکلات کشاورزان در پایاب سد سهند شد. حجت‌الاسلام حسن جعفریان در جلسه شورای فرهنگ عمومی این شهرستان اظهار داشت: برخی مشکلات عدیده‌ای از جمله قراردادهای سابق در پایاب سد

ضرورت حل مشکلات کشاورزان در پایاب سد سهند

امام جمعه هشتروند در ادامه خواستار استمرار خدمات دولت در بخش آب شرب و آب کشاورزی در روستاها شد. وی در ادامه ضمن تشکر از رسیدگی به وضعیت راه‌های روستایی شهرستان به‌خصوص راه‌های روستایی صعب‌العبور، خواستار ادامه آسفالت‌ریزی به این راه‌ها شد.

سهند فی ما بین دولت و پیمانکاران وجود دارد که باید حل‌وفصل شود. جعفریان گفت: مشکلات مالکان زمین در پایاب سد سهند که مشکلات بین دولت، پیمانکاران و مسؤولان وقت است، باید هرچه سریع‌تر حل شود تا کشاورزان و مالکان در پایاب متضرر نشوند.

آسفالت‌ریزی ۱ هزار و ۲۰۰ تنی پل مایان تا شهرک اوغلی و اجرای باند کندرو از شهرک اوغلی تا ماده ۱۶ از اقدامات مؤثر در ارتقای زیرساخت‌های عبور و مرور این منطقه بوده‌اند.

وی همچنین به احداث ساختمان ایستگاه آتش نشانی بلوار خلیان با اعتبار اولیه ۲۰۰ میلیارد ریال در ورودی غرب تبریز خبر داد و گفت: این پروژه در مساحتی بالغ بر ۶۰۰ مترمربع زیربنا مراحل پایانی خود را طی می‌کند.

احمدزاده افزود: اجرای دوربرگردان در سه‌راهی فرودگاه به سمت راه‌آهن، نصب المان‌های نوری رفوژ وسط، رنگ‌آمیزی جداول، جایگذاری و نصب گلدان، و بازسازی کانال‌های ورودی شهر از جمله اقدامات زیباسازی و بازآفرینی چهره این مسیر مهم هستند که با هدف ارتقاء

ایمنی، بهبود دید بصری و استقبال بهتر از شهروندان و میهمانان شهری انجام شده‌اند.

به گفته احمد زاده، مقاوم سازی آجی چای، زیبا سازی و مطالعات اولیه ساماندهی المان ورودی غرب تبریز نیز در حال اجرا می باشد. وی همچنین به پروژه‌های برنامه ریزی شده برای اجرا در سال جاری اشاره کرد و گفت: آسفالت‌ریزی اساسی از سه‌راهی فرودگاه تا پلیس راه در مسیر رفت و برگشت به میزان ۲۰ هزار تن از جمله پروژه‌های مهم در برنامه عمرانی امسال برای ورودی غرب تبریز است و جداره‌سازی این مسیر نیز در دستور کار قرار دارد.

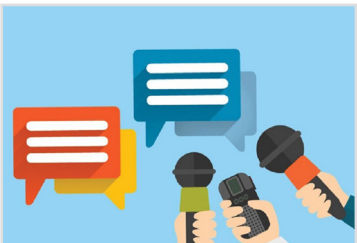
در پایان، معاون فنی و عمرانی شهرداری تبریز با تأکید بر اهمیت

ادامه از صفحه اول

رسانه، نبض جامعه؛ ضرورت پاسخگویی مسئولان و حمایت از فعالان فرهنگی

می‌کند.

برای ساختن جامعه‌ای پویا و توسعه یافته، بیش از هر زمان دیگری نیازمند تقویت رسانه‌ها و حمایت از خبرنگاران هستیم. این مهم، در گرو پذیرش نقش آن‌ها توسط مدیران دستگاه‌های اجرایی، پاسخگویی شفاف به مطالبات رسانه‌ای و تخصیص عادلانه اعتبارات فرهنگی به فعالان این عرصه است. بیایید با هم، با تکیه بر قانون و اخلاق حرفه‌ای، فضایی را برای بالندگی رسانه و در نتیجه، رشد و شکوفایی جامعه فراهم آوریم.



سازنده‌تری خواهیم بود. این امر، به نوبه خود، به افزایش آگاهی عمومی، ارتقای فرهنگ مشارکت اجتماعی و در نهایت، تسریع روند توسعه همه‌جانبه کمک

رسانه‌ای، برگزاری کارگاه‌های آموزشی، و کمک به رفع مشکلات معیشتی و حرفه‌ای خبرنگاران شود. نادیده گرفتن این مسئولیت قانونی، به معنای تضعیف پایه‌های فرهنگی و رسانه‌ای جامعه است.

رسانه توانمند، جامعه توسعه‌یافته:

زمانی که رسانه‌ها از حمایت لازم برخوردار باشند و خبرنگاران با آزادی عمل و امنیت شغلی فعالیت کنند، کیفیت تولیدات رسانه‌ای ارتقا یافته و شاهد اطلاع‌رسانی دقیق‌تر، تحلیل‌های عمیق‌تر و نقدهای

عمومی لطمه می‌زند، بلکه فضای کار رسانه را نیز محدود کرده و مانع از اطلاع‌رسانی دقیق و جامع می‌گردد.

اعتبار فرهنگی و مسئولیت رسانه‌ای:

قانون، مسئولیت‌پذیری دستگاه‌های اجرایی را در قبال فرهنگ و اطلاع‌رسانی به رسمیت شناخته است. طبق قوانین موجود، سازمان‌ها موظفند درصدی از اعتبار فرهنگی خود را به حمایت از رسانه‌ها و فعالان فرهنگی اختصاص دهند. این اعتبار، می‌تواند صرف حمایت از پروژه‌های

تندیس سردار ملی همزمان با روز مشروطه در تبریز رونمایی شد



بشری تقدیم کرده است. وی افزود: به بلندای تاریخ، انسان‌هایی آزاده از دل این سرزمین برخاسته‌اند که هر یک الگویی برای نسل‌های آینده‌اند. اثرات این شخصیت‌های برجسته در تاریخ جهان ماندگار است و خواهد بود.

شهردار تبریز با اشاره به شخصیت ستارخان، اظهار داشت: ستارخان نماد غیرت، ایستادگی و فریاد آزادی‌خواهی ملت ایران در برابر استبداد بود. تبریز به داشتن چنین فرزندی می‌بالد و نام آنان در حافظه

تاریخی ملت جاودانه خواهد ماند. وی همچنین خاطرنشان کرد: اثرگذاری ایران در جهان، با تکیه بر دانشمندان، نخبگان و شخصیت‌های فرهنگی و علمی خود به وقوع پیوسته است. هرگاه ملت ما بر پایه دانش، بینش و خودباوری حرکت کرده، مسیر تأثیرگذاری جهانی هموار شده است. هوشیار در بخش دیگری از سخنان خود، با تأکید بر اهمیت تلفیق قدرت نرم و سخت، گفت: میدان و دیپلماسی، مکمل یکدیگر در تأمین منافع ملی‌اند. در نبرد ۱۲ روزه نیز، آن‌چه به پیروزی انجامید، اتحاد ملی و هم‌افزایی توان میدانی با تدبیر دیپلماتیک بود.

وی در پایان تصریح کرد: این اتحاد، نه‌تنها موجب پیروزی شد، بلکه معادلات بین‌المللی را نیز بر هم زد و نشان داد ملت‌های متحد، نقش‌آفرینان واقعی در تحولات منطقه‌ای و جهانی‌اند.

ادامه از صفحه اول

راهکارهای اضطراری برای آب تبریز آیا تنش آبی تابستان مهار می‌شود؟

شبستر و تبریز با سه میلیون نفر جمعیت استفاده می‌شود. این پروژه ۱۴۵ کیلومتر طول دارد که ۳۵ کیلومتر آن از محل صندوق همراه پنج ایستگاه پمپاژ کار شده است و ۱۱۰ کیلومتر باقیمانده شامل تونل، دستگاه پمپاژ و تصفیه خانه در سال ۱۴۰۱ با فاینانس خارجی ۴۰۶ میلیون دلار در اختیار خاتم الانبیا قرار داده شد.

مقداری از اعتبار این پروژه تا امروز از منابع داخلی تامین شده اما چون پایه پروژه، فاینانس خارجی بود و مشکلات تحریم داشتیم، گشایشی در بحث فاینانس ایجاد نشد تا اینکه در دولت چهاردهم مطرح شد که مبنای این فرایند تغییر باید. مقرر شده بدهی کشور جمهوری

تشیویق و ترغیب مردم به صرفه جویی در مصرف آب از دیگر محورهای جلسه کاری ۳.۵ استاندار آذربایجان شرقی و معاون عمرانی وی، اعضای مجمع نمایندگان استان در مجلس و مدیران حوزه آب و رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان با وزیر نیرو و معاونان و مدیران این وزارتخانه بود. خط انتقال آب ارس به تبریز جزو پروژه های مهم و با اهمیت استان تعریف شده است که ۱۸۴ میلیون مترمکعب حقایبه استان را از ارس انتقال می‌دهد.

۶۰ میلیون مترمکعب از این آب برای صنعت و ۱۲۴ میلیون مترمکعب برای آب شرب شهرهای جلفا، هادیشهر، مرند،

خاتم الانبیا اعتبار ۳۲ همتی درخواست

کرده بود که سازمان برنامه و بودجه ۲۳ همت را تأیید کرده است و اگر خاتم الانبیا این اعتبار را قبول کند، استارت این پروژه با سرعت زده می‌شود.

خبر

تبریز برای نخستین بار میزبان اردوی تیم ملی جودو بانوان

اردوی تیم ملی جودو بانوان جمهوری اسلامی ایران برای نخستین‌بار در شهر تبریز برگزار خواهد شد. این اردو از تاریخ ۱۳ مردادماه آغاز شده و تا ۲۱ مرداد ادامه خواهد داشت. محل برگزاری این اردو، سالن ورزشی آکادمی جودو (جانباز بیرقی) واقع در کلانشهر تبریز است. در این اردو، ۸ بانوی جودوکار برتر استان حضور خواهند داشت و تمرینات خود را زیر نظر کادر فنی تیم ملی دنبال خواهند کرد. برگزاری این اردو با هماهنگی و همکاری نهادهای ذیربط انجام می‌شود.

پارک علم و فناوری در مسیر تحول آفرینی گام‌های موثری برداشته است

وی با تأکید بر پیوند میان رسانه، نوآوری و سیاست خاطرنشان کرد: در میدان دفاع از کشور، سیاست و رسانه در کنار هم قرار گرفتند و امروز نیز در میدان فناوری، رسانه نقش حیاتی در ترویج فناوری، ایجاد انگیزه، امید و هم‌افزایی ایفا می‌کند.

بالالی‌اسکویی، با تأکید بر اهمیت استمرار برگزاری چنین رویدادهایی تصریح کرد: جشنواره امید و رویداد نوآفرین صنعت‌ساز بستری برای ظهور ایده‌های نو و ورود فناوران جوان به زیست‌بوم نوآوری است و ما در پارک علم و فناوری تلاش می‌کنیم مسیر رشد ایده‌ها را هموار کنیم تا ایده‌ها نه تنها به محصول، بلکه به سرمایه و ثروت ملی تبدیل شوند.



پیام آذربایجان

دوشنبه ۱۳ مرداد ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۶۳۶

اقتصاد

خبر

تأمین ۱۵۶ آسانسور برای رفع نواقص مسکن مهر آذربایجان شرقی



معاون مسکن، اداره کل راه و شهرسازی آذربایجان شرقی، از تأمین ۱۵۶ دستگاه آسانسور برای پروژه‌های دارای نقص مسکن مهر در استان خبر داد. جلسه بررسی مشکلات مسکن مهر شهرستان مراغه با حضور مسئولان استانی و شهرستانی در فرمانداری مراغه برگزار شد و چالش‌های ۱۳ مجتمع مسکن مهر مراغه مورد بحث و بررسی قرار گرفت.

در این جلسه رضوی، مسؤول حوزه مسکن مهر استان با اشاره به برخی اقدامات انجام‌شده، اظهار داشت: با نصب آسانسورها در مجتمع‌های مسکن مهر، مشکل یک‌هزار واحد در سطح استان برطرف خواهد شد. وی افزود: برای تکمیل زیرساخت‌ها و رفع مشکلات مجتمع‌های مسکن مهر در استان، دست‌کم یک‌هزار و ۵۰۰ میلیارد تومان اعتبار نیاز است.

فرماندار شهرستان ویژه مراغه نیز در این جلسه با تأکید بر لزوم تأمین اعتبار از سوی اداره کل راه و شهرسازی برای حل مشکلات زیرساختی، گفت: آسانسور، محوطه‌سازی، نبود پله فرار و صادر نشدن اسناد مالکیت از جمله مهم‌ترین مشکلات موجود در طرح‌های مسکن مهر مراغه هستند. امین امینیان با اشاره به نیمه‌تمام ماندن محوطه‌سازی واحدهای مسکن مهر، تصریح کرد: این موضوع ساکنان واحدها را با مشکلات جدی مواجه کرده و رفع آن نیازمند مشارکت ساکنان است. در این نشست، مسائل مربوط به آسانسورها، محوطه‌سازی و تکمیل زیرساخت‌های ۱۳ طرح مسکن مهر مراغه به صورت جزئی مورد بررسی قرار گرفت.

صادرات ۵۲۴ میلیون دلار کالا از

گمرکات آذربایجان شرقی



ناظر گمرکات آذربایجان شرقی اعلام کرد: امسال ۵۲۳ میلیون و ۹۵۴ هزار دلار انواع کالا به وزن بیش از یک میلیون و ۲۰ هزار تن از راه گمرکات این استان شامل تبریز، سهران، جلفا، نوردوز، مراغه و بناب صادر شد. صادق نامدار اظهار کرد: عمده اقلام صادرات قطعی گمرکات استان در این مدت چدن آهن و فولاد به ارزش ۹۲ میلیون دلار، محصولات پتروشیمی و مصنوعات پلاستیکی به ارزش ۷۳ میلیون دلار، میوه‌های خوراکی پوست مرکبات یا خربزه به ارزش ۶۹ میلیون دلار، لکوموتیو و عاگم ریلی به ارزش ۳۰۴ میلیون دلار، سوخت های معدنی و روغن های معدنی به ارزش ۲۶۸ میلیون دلار بوده است.

وی ادامه داد: عمده اقلام صادراتی از گمرکات آذربایجان شرقی به کشورهای ترکیه به ارزش ۱۷۸ میلیون دلار، ارمنستان ۱۱۸ میلیون دلار، عراق ۶۹۶، افغانستان به ارزش ۲۲۰۷ و گرجستان به ارزش ۱۹۰۵ میلیون دلار، صادر شده است. ناظر گمرکات آذربایجان شرقی و مدیر کل گمرک تبریز به عملکرد واردات قطعی کالا اشاره کرد و گفت: در چهار ماهه نخست امسال ۱۳۷ هزار و ۷۹ تن کالا به ارزش ۴۲۰ میلیون و ۱۹۱ هزار دلار کالا از طریق گمرکات تبریز، سهران، جلفا و نوردوز وارد کشور شده است. نامدار افزود: عمده اقلام وارداتی به استان شامل ماشین آلات و وسایل مکانیکی به ارزش ۵۹۰۳ میلیون دلار، توتون و تنباکو ۵۳۰۸ میلیون دلار، وسایل نقلیه زمینی و اجزا و قطعات ۴۹ میلیون دلار، گوشت ۲۶۰۵ میلیون دلار و کاکائو و فرآورده های آن به ارزش ۶/۲۲ میلیون دلار و برخی اقلام مجاز دیگر بوده است.

مدیر کل گمرک تبریز همچنین با اشاره به واردات کالاهای اساسی در چهار ماهه نخست سال ۱۴۰۴ گفت: در این مدت ۲۹ هزار و ۶۷۸ تن انواع کالاهای اساسی به ارزش ۸۶ میلیون و ۱۵۸ هزار دلار وارد کشور شده است. وی در رابطه با اقلام عمده واردات کالاهای اساسی گفت: انواع بذر، انواع دانه های روغنی، برنج، تجهیزات و ملزومات پزشکی، حبوبات، خمیر کاغذ، دارو، ذرت، روغن های خوراکی نیمه جامد، کنجاله سویا، کود شیمیایی، گوشت، لاستیک سنگین و ماشین آلات تولید کننده کالاهای اساسی از اقلام عمده کالاهای اساسی وارداتی به گمرکات آذربایجان شرقی بودند.

۳

بررسی واردات کالاهای اساسی توسط بخش خصوصی

توان رقابت‌پذیری بخش خصوصی در بازارهای داخلی و خارجی می‌شود. در صورت عدم رفع این موانع، امکان کاهش سهم کشور در زنجیره‌های تأمین منطقه‌ای و بین‌المللی افزایش یافته و پیامدهای منفی بلندمدتی برای ثبات و پایداری اقتصاد ملی به دنبال خواهد داشت.

اختلال در شبکه حمل‌ونقل دریایی و محدودیت‌های ناشی از انسداد کانال‌های رسمی بانگی، این موارد را از عوامل مؤثر بر افزایش هزینه‌های تأمین و بروز پدیده گران‌خریدی در واردات محصولات کشاورزی و سایر کالاهای اساسی از مبادی خارجی برشمرد. وی تأکید کرد که استمرار این شرایط باعث افزایش قابل توجه هزینه‌های واردات شده و موجب کاهش

کارگروه شورای گفت‌وگوی دولت و بخش خصوصی استان آذربایجان شرقی به محوریت «بررسی نحوه واردات کالاهای اساسی توسط بخش خصوصی» در محل معاونت هماهنگی امور اقتصادی استانداری برگزار شد.

رضا جعفری، عضو هیئت رئیسه اتاق تبریز، در این جلسه با اشاره به آثار تحریم‌های بین‌المللی،

وضعیت قرمز آناختون در بحران آبی تبریز



توزیع منابع است.

تبعات اجتماعی و بهداشتی: وقتی بحران به خانه‌ها نفوذ می‌کند

قطع آب تنها یک معضل شهری نیست، بلکه اثرات مستقیم آن بر بهداشت خانوار، سلامت کودکان و سالمندان، تغذیه و حتی مناسبات اجتماعی قابل توجه است. در بسیاری از خانواده‌های ساکن آناختون، نگهداری از کودکان خردسال، بیماران یا سالمندان بدون دسترسی به آب، به یک چالش روزانه بدل شده است.

یکی از شهروندان، می‌گوید: باورزان می‌شود که برای شستن دست و صورت مادرم باید از بطری استفاده کنم؟ نه حمام می‌توانیم برویم، نه لباس بشویم. این شرایط برای سالمندان خیلی خطرناک است.

مطالبات مردم: آب را به خانه‌ها بازگردانید، نه وعده‌ها را

آنچه این روزها مردم از مسئولان می‌خواهند، نه جلسه و همایش که اقدام فوری است.

مطالبات روشن است: تأمین مین آب شرب با تانکرهای سیار در مناطق؛ شفاف‌سازی برنامه زمان‌بندی قطعی آب و انتشار عمومی آن؛ اصلاح فوری نقاط بحرانی شبکه توزیع در محلات کم‌برخوردار؛ تسریع در اجرای پروژه‌های انتقال آب میان‌مدت و بلندمدت و اطلاع‌رسانی مستمر، دقیق و صادقانه از طریق کانال‌های رسمی و محلی.

دلیل چیز دیگری است؟

در حالی‌که ساکنان محله آناختون

است. در چنین شرایطی، مردم مجبورند بر اساس تجربه روزهای قبل، زمان احتمالی آمدن آب را حدس بزنند و برای ذخیره، آماده باشند.

فرمانداری: بحران واقعی است، اما منابع محدود

با افزایش فشار افکار عمومی و انتشار تصاویر صف‌های آب و سط‌های خالی، فرمانداری تبریز به بحران واکنش نشان داد. داود گرشاسبی، فرماندار تبریز، ضمن تأیید وضعیت حاد منابع آبی، گفت: ما شرمند مردم هستیم. حق با مردم است. شرایط سختی داریم، ولی واقعیت این است که منابع آبی به شدت کاهش یافته و خطوط انتقال، توان تأمین مداوم آب برای همه مناطق را ندارند.

وی، اظهار کرد: کاهش بارندگی‌ها، افزایش مصرف در تابستان، و فشار بیش از حد بر شبکه انتقال، از عوامل کلیدی بحران فعلی است و راهکار کوتاه‌مدت تنها صرفه‌جویی و مدیریت مصرف است. با این حال، شهروندان این پاسخ را ناکافی می‌دانند و معتقدند مشکل تنها به کاهش بارش برنمی‌گردد، بلکه بخشی از ماجرا، نبود اولویت‌بندی عادلانه در توزیع آب است.

تحلیل کارشناسان: بحران ساختاری است، نه فصولی

به باور کارشناسان حوزه آب و مدیریت شهری، آنچه در تبریز رخ داده، صرفاً یک بحران ناشی از کم‌آبی نیست، بلکه حاصل سال‌ها غفلت از بهبود زیرساخت‌ها، اجرای ناتمام پروژه‌های انتقال و نبود برنامه‌ریزی در

وضعیت بحرانی آب در آناختون، صدای خاموش اعتراض مردمی که حتی برای آشامیدن آب، باید از خانه بیرون بزنند و به امید یک بطری آب، مسافت طی کنند. در هوای گرم و خشک مردادماه، خانواده‌ها ساعت‌ها چشم‌انتظار باز شدن آب شیرهای خانگی هستند. زن میانسال ساکن آناختون، با دست به طرف سط‌های خالی کنار در خانه‌اش اشاره می‌کند و می‌گوید: قطره‌ای آب توی لوله‌هامون نیست. صدای اعتراض تنها در خانه زن میانسال نیست. در همین محله، ده‌ها خانواده دیگر نیز چند روز است با همین مشکل درگیرند.

این گزارش، روایتی است از وضعیت بحرانی آب در آناختون، صدای خاموش اعتراض مردمی که حتی برای آشامیدن آب، باید از خانه بیرون بزنند و به امید یک بطری آب، مسافت طی کنند. در هوای گرم و خشک مردادماه، خانواده‌ها ساعت‌ها چشم‌انتظار باز شدن آب شیرهای خانگی هستند. زن میانسال ساکن آناختون، با دست به طرف سط‌های خالی کنار در خانه‌اش اشاره می‌کند و می‌گوید: قطره‌ای آب توی لوله‌هامون نیست. صدای اعتراض تنها در خانه زن میانسال نیست. در همین محله، ده‌ها خانواده دیگر نیز چند روز است با همین مشکل درگیرند.

ناراضیتی عمومی؛ وقتی مردم حس می‌کنند فراموش شده‌اند

آناختون یکی از مناطق قدیمی و پر جمعیت تبریز است که طی سال‌های اخیر، به‌ویژه در فصل گرما، همواره با کمبود آب دست‌وپنجه نرم کرده است. با این حال، امسال شدت بحران از حد انتظار فراتر رفته و به تعبیر برخی از اهالی، محله عملاً از نقشه تأمین آب حذف شده است.

رضا، جوان ۳۴ ساله ساکن این منطقه، در گفت‌وگو با خبرنگار تسنیم می‌گوید: ما شهروند درجه‌چندم هم نیستیم. چرا همیشه نوبت قطعی آب برای ماست؟ خونه‌های مناطق بالای شهر هیچ وقت این مشکل را ندارند. آب آنجا هست، ولی ما باید با چشم‌انتظار تانکر آب باشیم. این عدالت نیست.

به گفته ساکنان، نکته مهم دیگر، نبود اطلاع‌رسانی دقیق و منظم است. شرکت آب و فاضلاب نه جدول زمان‌بندی مشخصی برای قطعی‌ها ارائه داده و نه پاسخ‌گوی مستقیم مشکلات محله‌ای خاص بوده

وام ازدواج و خرد با فقط یک ضامن؛ مدیران بانک ها شخصاً نظارت کنند

الحسنه ازدواج و فرزندآوری حتی در دوران جنگ ۱۲ روزه تحمیلی گفت: شبکه بانکی از ابتدای سال جاری تاکنون ۷۳ هزار میلیارد تومان تسهیلات قرض‌الحسنه ازدواج و فرزندآوری به حدودا ۳۴۰ هزار نفر از متقاضیان پرداخت کرده است. مبلغ پرداخت تسهیلات قرض‌الحسنه ازدواج حدودا ۵۹ همت است که نسبت به مدت مشابه سال قبل ۶ درصد رشد دارد. پرداخت تسهیلات قرض‌الحسنه فرزندآوری نیز

الحسنه ازدواج و فرزندآوری حتی در دوران جنگ ۱۲ روزه تحمیلی گفت: شبکه بانکی از ابتدای سال جاری تاکنون ۷۳ هزار میلیارد تومان تسهیلات قرض‌الحسنه ازدواج و فرزندآوری به حدودا ۳۴۰ هزار نفر از متقاضیان پرداخت کرده است. مبلغ پرداخت تسهیلات قرض‌الحسنه ازدواج حدودا ۵۹ همت است که نسبت به مدت مشابه سال قبل ۶ درصد رشد دارد. پرداخت تسهیلات قرض‌الحسنه فرزندآوری نیز

کمیسیون اقتصادی مجلس شورای اسلامی برگزارشد. در این جلسه مدیران شبکه بانکی و اعضای کمیسیون اقتصادی مجلس ضمن طرح دغدغه‌ها و مسائل روز پیش روی مردم و فعالان اقتصادی بر افزایش همکاری و تعامل میان مجلس شورای اسلامی و شبکه بانکی با هدف بهبود فرآیند قانون گذاری و حل مشکلات با راهکارهای پیش بینی شده تأکید کردند. فرزین ضمن اشاره به آمار پرداخت تسهیلات قرض

فرزین از مدیران عامل بانک‌ها خواست در پرداخت تسهیلات خرد و تسهیلات قرض‌الحسنه ازدواج و فرزندآوری به مردم مطابق بخشنامه بانک مرکزی و ضمن رعایت اعتبارسنجی، با حداکثر یک ضامن عمل کرده و مدیران عامل هم بر اجرای این بخشنامه نظارت مستقیم داشته باشند. جلسه هم اندیشی رئیس کل بانک مرکزی و مدیران عامل شبکه بانکی با رئیس و اعضای

رئیس سازمان زمین شناسی کشور:

فقط ۲ درصد از ذخایر معدنی کشور کشف شده است

فعالیت‌های اقتصادی متفاوت است.

امسال فقط ۵۸ روز کاری داشتیم

جعفر محرم پور، دبیر اتاق بازرگانی تبریز نیز اظهار کرد: بخش عمده منافع آذربایجان شرقی در حوزه معدنی به این استان نمی‌رسد. وی با اشاره به بحث استقلال شرکت مس آذربایجان و بازگشت ارزش افزوده این معدن به استان، افزود: خاک مس سونگون را استان ما می‌خورد ولی منافع آن به دیگران می‌رسد. پس از دوندگی‌ها و پیگیری‌های بسیار در سه سال اخیر فقط ۱۰۸ همت از منافع این معدن به استان ما رسیده است.

وی با اشاره به شرایط کاری فعالان

اقتصادی در سال جاری، گفت: در ۱۳۸ روز گذشته فقط ۵۸ روز کاری داشتیم و نصف بیشتر سال تعطیل بودیم و در چنین شرایطی از تحول، تغییر و اتفاقات مثبت صحبت کنیم. محرم پور ادامه داد: ۲ سال پیش تعداد ۴۰۴ معدن غیرفعال در استان داشتیم که سال قبل این عدد به ۲۹۵ معدن رسیده اما سوال اینجاست که ارزش افزوده این به ظاهر فعال شدن معادن را کد کجای اقتصاد دیده می‌شود ؟

وی تأکید کرد: در سال‌های گذشته به خصوص یک دهه اخیر با اوج آمارسازی در کشور مواجه هستیم و شرایط مطرح شده در آمارها با واقعیت تطبیق ندارد.

ادامه از صفحه اول

پیام آذربایجان

چهارشنبه ۱۵ مرداد ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۳۶۳۶

اغلب تصور می‌شود که شنبه‌زدگی تنها به شاغلانی مربوط است که با شروع هفته کاری دچار استرس می‌شوند. اما مطالعه‌ای جدید نشان داده که حتی بازنشستگان، که دیگر درگیر روال‌های شغلی نیستند، در روزهای شنبه سطوح بالاتری از استرس و عوارض منفی سلامتی را تجربه می‌کنند. این یافته نشان‌دهنده تأثیر

چرا شنبه‌ها دچار استرس مضاعف می‌شویم؟

عمیق فرهنگی و زیستی شنبه‌ها بر بدن و ذهن است. تارانی چاندولا، جامعه‌شناس دانشگاه اچ‌کی‌یو، توضیح می‌دهد: «آغاز هفته به‌عنوان یک "تقویت‌کننده استرس" فرهنگی عمل می‌کنند. برای برخی افراد مسن، گذار از آخر هفته به هفته جدید یک آیشار زیستی را تحریک می‌کند که اثرات آن برای ماه‌ها باقی می‌ماند. این موضوع به کار مربوط نیست، بلکه به نحوه نفوذ عمیق شنبه‌ها در

اضطراب یا استرس؟

***پی بردن به ۶ تفاوت ظرف ۴ دقیقه**



آیا می‌دانستید شدت و مدت زمان پاسخ به محرک های اضطراب و استرس، تنها دو مورد از تفاوت‌های اساسی بین آنها هستند؟ استرس و اضطراب، دو روی سکه سلامت روان اند که اغلب با هم اشتباه گرفته می‌شوند، با ما همراه باشید تا در ۴ دقیقه، به ۶ تفاوت کلیدی آن‌ها پی ببرید.
بسیاری از ما وقتی حالمان خوش نیست یا نگرانیم و به اصطلاح دلشوره داریم، برای توصیف وضعیت مان می گوییم اضطراب و استرس داریم. آیا این دو مفهوم معنای یکسانی دارند و به نحوی مترادف هم هستند یا تفاوت های اساسی ای با هم دارند؟ برای شناخت بهتر این دو مفهوم روانشناختی با ما همراه باشید.

اضطراب و استرس

شدت و مدت زمان "پاسخ"، تنها دو مورد از تفاوت‌های بین اضطراب و استرس است. "پاسخ" به مجموعه واکنش‌های جسمی، احساسی، ذهنی و رفتاری اطلاق می‌شود که فرد در مواجهه با موقعیتی که باعث استرس یا اضطراب می‌شود، از خود نشان می‌دهد.

انواع پاسخ‌ها عبارتند از:

فیزیولوژیکی: تغییرات بدنی مانند افزایش ضربان قلب، تنفس سریع‌تر، تعریق، انقباض عضلات، ترشح هورمون‌هایی مانند کورتیزول و آدرنالین.
عاطفی: احساساتی مانند ترس، نگرانی، بی‌قراری، کج‌خلقی، یا اضطراب.

شناختی: افکار و باورهای مرتبط با موقعیت، مانند نگرانی در مورد آینده، تمرکز بر جنبه‌های منفی، یا دشواری در تمرکز.

رفتاری: اقداماتی که فرد انجام می‌دهد، مانند اجتناب از موقعیت، پرخاشگری، یا تلاش برای حل مسئله.

۶ تفاوت بین اضطراب و استرس

تفاوت‌های بین اضطراب و استرس در جهانی که اختلالات مرتبط با این احساسات درصد قابل توجهی از شیوع جهانی را به خود اختصاص داده‌اند، مبهم است.

به عنوان مثال، در اسپانیا، اضطراب ۷٪ از جمعیت را تحت تأثیر قرار می‌دهد و به عنوان پنجمین کشور با بالاترین سطح استرس در بین اعضای اتحادیه اروپا رتبه‌بندی می‌شود.

با این حال، این احساسات تطبیقی به نیازهای مختلفی پاسخ می‌دهند، بنابراین مهم است که بدانید چگونه آنها را از هم متمایز کنید.

برای بهبود توانایی خود در درون‌نگری و ارائه اطلاعات واضح در مورد مشکلی که چنین در جهان همه گیر شده است، بپایید نگاهی دقیق تر به این دو مفهوم از زاویه علم بپاندازیم.

اضطراب و استرس چیستند؟

استرس پاسخی به یک نیاز فوری محیطی، مانند یک خطر فوری است. هدف آن تسریع پاسخ برای حل هر چه سریع‌تر وضعیت است و از طریق فعال کردن سیستم عصبی سمپاتیک انجام می‌شود.

در شرایط حاد، استرس می‌تواند سازگارانه و مفید باشد و به ما در مقابله با سناریوهای اضطراری کمک کند.

با این حال، وقتی مزمن یا حاد می‌شود، از نظر بالینی قابل توجه است و می‌تواند پیامدهای جدی برای سلامتی داشته باشد. از سوی دیگر، اضطراب یک احساس پیش‌بینی‌کننده است. این بدان معناست که وقتی فرد یک موقعیت خطرناک را در آینده پیش‌بینی می‌کند، فعال می‌شود.

پاسخ فیزیولوژیکی، وابسته به سیستم عصبی سمپاتیک، با هدف جلوگیری از این وضعیت است، نه حل آن.بنابراین، اضطراب نیز تا زمانی که به طور مداوم یا در غیاب خطر واقعی تجربه نشود، یک احساس سازگارانه و مفید است.

هر دو احساس دارای مجموعه‌ای از تظاهرات فیزیکی مشابه هستند که آنها را به راحتی قابل تشخیص می‌کند. این موارد عبارتند از:

لرزش

عرق کردن

سیخ شدن مو

گشاد شدن برونش‌ها

گشاد شدن مردمک چشم

اختلال در هضم

افزایش ضربان قلب و تنفس

بنابراین، دانستن تفاوت‌های بین اضطراب و استرس در سطح شناختی مفید است، زیرا کلید توصیف آنها و البته درمان آنها در همین نهفته است، بپایید آنها را با جزئیات بررسی کنیم.

تفاوت‌های بین اضطراب و استرس

از آنجایی که هر دو پاسخ عاطفی تحریکی و مرتبط با خطر (چه واقعی و چه پیش‌بینی‌شده) هستند، به راحتی می‌توان آنها را با هم اشتباه گرفت یا حتی همزمان آنها را تجربه کرد. بنابراین، به این تفاوت‌های خاص توجه کنید.

۱. منشأ

استرس: معمولاً در پاسخ به یک اتفاق مشخص و قابل مشاهده (مانند یک موقعیت اورژانسی، یک ضرب‌الاجل کاری، یا یک بحث خانوادگی) ایجاد می‌شود. یعنی شما می‌دانید چه چیزی باعث استرس شما شده است.
اضطراب: برخلاف استرس، اغلب با پیش‌بینی یا نگرانی در مورد اتفاقات آینده همراه است، حتی اگر آن اتفاقات قطعی نباشند یا اصلاً رخ ندهند.

به همین دلیل، اضطراب معمولاً نقطه شروع یا پایان مشخصی ندارد. انگار که یک حالت هیجان عصبی مداوم و مبهم است که منشأ واضحی ندارد و بیشتر به آینده مربوط می‌شود

۲. عوامل محرک

در مورد استرس، عاملی که آن را تحریک می‌کند از محیط ناشی می‌شود. یعنی فرد با موقعیتی روبرو می‌شود که نیاز به پاسخ فوری دارد.

از سوی دیگر، عواملی که حالت اضطراب را ایجاد می‌کنند درونی هستند و توسط ترسی که فرد در مورد آن موقعیت احتمالی که پیش‌بینی می‌کند، احساس می‌کند، ایجاد می‌شوند.

۳. مدت زمان پاسخ فیزیولوژیکی

در اضطراب، مدت زمان اثرات پیچیده است، زیرا هیجان به عوامل شناختی پاسخ می‌دهد و می‌تواند حتی اگر موقعیت مشکل‌ساز هرگز رخ ندهد، ادامه یابد. با این حال، استرس زمانی پایانی می‌یابد که محرکی که آن را تحریک می‌کند، از بین برود. اگر استرس مزمن شود، به این دلیل است

فیزیولوژی استرس ما، حتی پس از پایان دوران حرفه‌ای، بستگی دارد.»

اثرات جسمی و روانی شنبه‌زدگی

شنبه‌زدگی می‌تواند پیامدهای جدی برای سلامت داشته باشد:

افزایش استرس: تغییر ناگهانی از آرامش آخر هفته به روال هفته کاری یا حتی انتظارات اجتماعی، سطح هورمون کورتیزول را افزایش می‌دهد. این امر می‌تواند به فشار خون بالا و تضعیف سیستم ایمنی منجر شود.

که عواملی که باعث آن می‌شوند بسیار زیاد هستند یا هرگز پایان نمی‌یابند.

۴. شدت پاسخ

شدت استرس و اضطراب بسته به عوامل تحریک‌کننده متفاوت است. اما در مورد اول، به شدت درک شده از رویداد استرس‌زا مربوط می‌شود. وقتی صحبت از اضطراب می‌شود، درجه آن ذهنی‌تر است و به افکار فرد بستگی دارد.

۵. شدت

یکی دیگر از تفاوت‌های بین اضطراب و استرس، شدت اختلالات روانی است که ایجاد می‌کنند. مورد اول دامنه وسیع‌تری دارد، زیرا به فوبیا یا اختلالات پانیک و موارد دیگر مربوط می‌شود.

شدت استرس، چه در اشکال حاد و چه در اشکال مزمن، کمتر از اضطراب است. حال، وقتی صحبت از اختلالات ارگانیک، مانند مشکلات قلبی عروقی، می‌شود، شدت آنها نیز باید در نظر گرفته شود.

۶. درمان

این احساسات تطبیقی به روش‌های مختلفی در مشاوره درمان می‌شوند. وقتی استرس مزمن می‌شود، درمان بر توسعه استراتژی‌های مقابله‌ای، مانند آموزش مدیتیشن یا تکنیک‌های تنفس، تمرکز دارد.وقتی صحبت از اضطراب می‌شود، درمان ترکیبی با داروهای روانگردان ممکن است ضروری باشد.

نتایج مطالعات موجود در مجله الکترونیکی eNeurología حاکی از این است که تلاش‌ها در درمان با هدف غلبه بر باورهای ناسازگار و غیرفعال کردن رفتارهای اجتنابی انجام خواهد شد.همانطور که می‌بینید، دانستن تفاوت‌های بین اضطراب و استرس نه تنها در سطح درون‌نگری مهم است. یادگیری شناسایی و توصیف این تفاوت‌ها، دریچه‌ای به سوی تصمیم‌گیری بهتر است، زیرا آنها شما را ترغیب می‌کنند تا محیط را تغییر دهید و به نفع سلامت روان خود تلاش کنید.در جهانی که از هر هشت نفر، یک نفر از یک اختلال روانی رنج می‌برد و اختلالات افسردگی و اضطراب از سال ۲۰۲۰، ۲۶ درصد افزایش یافته است (و همچنان در حال افزایش است)، هر کاری که بتوان برای بهبود احساسات خود انجام داد، بسیار ارزشمند است.

بنابراین، اگر فکر می‌کنید استرس شما به مرور زمان بیش از حد ادامه می‌یابد یا اضطراب شما شروع به فلج کردن شما می‌کند، در درخواست کمک روانشناسی تردید نکنید.

همه ما شایسته سلامت روان خوب هستیم.

راز شادی واقعی از زبان دالایی لاما

نام‌گذاری کرده و دوباره به نفس کشیدن بازگردید.

۳. مهربانی در عمل‌های کوچک روزمره

«دین من بسیار ساده است. دین من مهربانی است». دالایی لاما مهربانی تجلی عملی شفقت است: نگه داشتن در آسانسو، انعام دادن با سخاوت، یا پاسخ دادن به ایمیل‌ها با حوصله. این اعمال کوچک، مارییچ‌های مثبت احساسی ایجاد می‌کنند؛ رفتاری ساده می‌تواند حال دیگران را بهتر کند و این حال خوب به شما بازمی‌گردد. در کتاب «اسرار پنهان بودیسم: چگونه با تأثیر بالا و خودمحوری کم زندگی کنیم»، نویسنده به نقش این رفتارها در ایجاد اعتماد اجتماعی و عزت‌نفس می‌پردازد. بسیاری از خوانندگان معتقدند که همین فصل باعث تغییر برنامه صبحگاهی‌شان شده است؛ فرستادن یک ایمیل محبت‌آمیز پیش از نوشیدن قهوه، حال کل روز را بهتر می‌کند.

تمرین روزانه: هر روز بعدازظهر، یک پیام قدردانی کوتاه برای یکی از همکاران‌تان بفرستید. این کار را به‌اندازه چک کردن پیام‌های شبکه‌های اجتماعی، به عادت‌ی روزمره تبدیل کنید.

۴. قدردانی

«ریشه‌های همه نیکی‌ها در خاک قدردانی از نیکی‌ها نهفته‌اند.» - دالایی لاما
قدردانی فقط تشکر کردن نیست؛ بلکه به معنای شناخت فعالانه این واقعیت است که مواد خام زندگی ما، همین حالا هم کافی‌اند. تحقیقات مرکز علمی یو سی برکلی نشان داده است تهیه لیست قدردانی به‌صورت هفتگی می‌تواند سطح شادی بلندمدت را تا ۲۵ درصد افزایش دهد.

دالایی لاما

شفقت فقط به معنای دلسوزی سطحی برای دیگران نیست؛ بلکه میل فعال به کاهش رنج دیگران و حتی خودمان است. تحقیقات علوم اعصاب نشان داده‌اند افکار شفقت‌آمیز باعث فعال شدن سیستم پاداش مغز می‌شوند و هورمون‌هایی مانند اکسی‌توسین و دوپامین آزاد می‌کنند؛ به زبان ساده، مهربانی کردن واقعاً حس خوبی ایجاد می‌کند.

تمرین روزانه: هنگام مسواک زدن، در دل برای سه نفر آرزوی خیر کنید: یکی از عزیزانتان، یک غریبه‌ای که امروز از کنارش عبور کرده‌اید و مهم‌تر از همه، خودتان. این تمرین ذهن شما را به سمت نیت خیرگرایانه هدایت می‌کند و دیدتان را نسبت به رویدادهای روز تغییر می‌دهد.

۲. پرورش آرامش درونی از طریق سکون ذهن آگاهانه

«ما نمی‌توانیم صلح را در جهان بیرونی بیابیم، مگر آنکه با خودمان به صلح برسیم.» - دالایی لاما

زندگی مدرن، با بمباران اطلاعاتی ناشی از شبکه‌های اجتماعی، ویدیوها و خبرهای بی‌وقفه، سیستم عصبی ما را تحت فشار قرار داده است. دالایی لاما برای مقابله با این فرسودگی، نسخه‌ای ساده اما عمیق ارائه می‌دهد: توقف، نفس کشیدن و مشاهده. روزی ۱۰ دقیقه سکوت ذهنی در ابتدای صبح، به ذهن شما فرصت می‌دهد تا به وضوح فکری برسد.

تمرین روزانه: پیش از صرف صبحانه، در وضعیتی راحت بنشینید، تایمر پنج‌دقیقه‌ای بگذارید و روی دم و بازدم تمرکز کنید. اگر ذهنتان منحرف شد (که حتماً خواهد شد، به آرامی آن را «فکر»

دالایی لاما همواره بر مجموعه‌ای از عادت‌های ساده اما مؤثر تأکید داشته که اگر آن‌ها را در برنامه‌های روزانه‌مان بگنجانیم، می‌توانیم به ذهنی آرام‌تر، قلبی گرم‌تر و شادی‌ای مقاوم‌تر دست یابیم؛ شادی‌ای که زیر فشارهای زندگی خرد نمی‌شود.

در جهانی پرهیاهو و پرشتاب، آموزه‌های ساده ولی شاید عمیق دالایی لاما ممکن است نوری آرامش‌بخش بر راه‌های درونی رسیدن به شادی و معنا می‌تابانند. دالایی لاما در پنج اصل کاربردی، مسیر دستیابی به شادی پایدار را در تمرین شفقت، آرام‌سازی ذهن، مهربانی روزمره، قدردانی و پذیرش مسئولیت شخصی ترسیم می‌کند.

دالایی لاما طی دهه‌ها تلاش کرده است تا فلسفه بودیسم تبتی را به توصیه‌هایی عملی و قابل‌درک برای همه، فارغ از مذهب یا باور تبدیل کند. او همواره بر مجموعه‌ای از عادت‌های ساده اما مؤثر تأکید داشته که اگر آن‌ها را در برنامه‌های روزانه‌مان بگنجانیم، می‌توانیم به ذهنی آرام‌تر، قلبی گرم‌تر و شادی‌ای مقاوم‌تر دست یابیم؛ شادی‌ای که زیر فشارهای زندگی خرد نمی‌شود.

در ادامه، به پنج عادت کلیدی از نگاه دالایی لاما می‌پردازیم که او بارها و بارها بر آن‌ها تأکید کرده است. اگر این عادت‌ها را در آغاز یا پایان روزتان بگنجانید، به مرور زمان اثرات عمیق آن‌ها را در زندگی خود احساس خواهید کرد.

۱. تمرین شفقت به دیگران و به خود

«اگر می‌خواهید دیگران خوشحال باشند، شفقت بورزید. اگر می‌خواهید خودتان خوشحال باشید، باز هم شفقت بورزید.»

برپایی نمایشگاه نقاشی مشروطه در تبریز

همزمان با برگزاری آئین بزرگداشت مشروطه در تبریز نمایشگاه نقاشی از آثار اساتید این هنر در تبریز برپا شد.

در این نمایشگاه که در سالن مجتمع پتروشیمی تبریز برگزار شد بیست تابلوی نقاشی با محوریت نهضت مشروطه از آثار اساتید هنر نقاشی استان به نمایش

گذاشته شد.

آثار به نمایش گذاشته شده در این نمایشگاه از هنرمندان و اساتید پیشکسوت عرصه نقاشی و آثاری فاخر در این حوزه بود.

نمایشگاه یاد شده با استقبال اهالی فرهنگ و هنر و علاقمندان به تاریخ مشروطه مواجه شد.



بازخوانی نقش زنان در جنبش مشروطه در گفت‌وگو با «فرزانه ابراهیم‌زاده»

جنبش مشروطه زنان ادامه دارد



شاه در نهایت فرمان مشروطیت را امضا کند. گفته می‌شود این زن عمه میرزا جهانگیرخان صوراسرافیل بوده که حکم مادر هم برای او داشته.»

هرچند که باوجود همه اینها و با وقوع جنبش مشروطه، زنان را از حق رأی محروم کردند.

انجمن‌های جریان‌ساز

زنان پس از نهضت مشروطه اقدام به تأسیس انجمن‌ها کردند و از طریق این انجمن‌ها فعالیت‌های خود را ادامه دادند که اسامی برخی از آن‌ها عبارت بودند از «انجمن آزادی زنان»، «اتحادیه غیبی نسوان»، «اتحادیه نسوان»، «انجمن نسوان» و «انجمن خواتین ایران». از جمله اعضای انجمن‌ها هم صدیقه دولت‌آبادی، محترم اسکندری، دره المعالی و غیره بودند.ابراهیم‌زاده درباره انجمن‌های این دوره توضیح می‌دهد که در واقع بازه زمانی مشروطه را از حدود سال ۱۲۸۳ می‌دانیم تا سال ۱۲۸۸ که تهران فتح می‌شود؛ در واقع ۱۴ مرداد ۱۲۸۵ روزی است که فرمان مشروطیت امضا می‌شود و نقش انجمن‌های زنان را هم به‌طور مداوم تا بعد از این دوره‌ها شاهد هستیم: «از نوشته‌های بسیاری می‌دانیم که این انجمن‌ها، زنان را سامان می‌دادند. شاید معروف‌ترین کسی که به این موضوع اشاره می‌کند «مورگان شوستر» است که در جریان مجلس دوم گفته انجمن‌های مخفی در تهران توسط زنان تشکیل شده. ما می‌دانیم یکی از این انجمن‌ها، «انجمن غیبی نسوان» بوده که در دوره مشروطه شکل گرفته و تا بعد از مشروطه فعالیت می‌کرده.»این پژوهشگر تاریخ از نامه‌ای می‌گوید که چند ماه بعد از تشکیل مجلس اول، از سوی یکی از این انجمن‌های سری به مجلس می‌رسد که از بی‌عملی نمایندگان کشور گله می‌کنند: «در این نامه گفته شده که اگر شما نمی‌توانید کشور را اداره کنید، فقط ۲۰ روز مجلس را به ما دهید و بگذارید ما اداره کنیم. این نامه نشان می‌دهد که این انجمن‌ها را در دوره مشروطه داشته‌ایم.» اما بعدها این انجمن‌ها از سری بودن خارج می‌شوند: «بااین‌حال حضور زنان فقط محدود به انجمن‌های زنان نمی‌شد. نشانه‌هایی وجود دارد که در برخی از انجمن‌های مردان هم مثل انجمن میکده، زنان حضور داشته‌اند یا می‌دانیم که در انجمن اخوت که ظهیرالدوله تشکیل داده بود، حداقل همسر و دخترانش حضور داشته‌اند.»

فعالیت این انجمن‌ها هم محدود به شهر تهران نمی‌شد: «نقش این انجمن‌ها را در شهرهای دیگر هم می‌توان دید اما نقش آنها در تهران و تبریز بیشتر بود. در تبریز زنان عیار



۱۲۰ سال از روز امضای فرمان مشروطیت به دست

مظفردالدین‌شاه می‌گذرد؛ جنبشی که نقطه عطفی

در ورود مدرنیسم به ایران بود و زنان هم نقش

اثربگذاری در آن داشتند. آنان نخستین تلاش‌ها را

برای برداشتن موانع حضور زنان در جامعه انجام

دادند. زنانی که پرده‌نشین بودند و حتی اجازه

تحصیل به آنها داده نمی‌شد. در منابع تاریخی

آمده در یکی از مبارزات زمان مشروطه در تبریز،

مبارزی مورد هدف واقع شده بود که اجازه درمان

نمی‌داد. این گزارش را به ستارخان دادند. ستارخان

از مبارز پیگیر شد و می‌گویند در گفت‌وگویی که در

خلوت داشتند ستارخان می‌فهمد که این مبارز زن

است و در پوشش مردانه تفنگ به دست گرفته و به

میدان آمده. گزارش‌های جسته‌وگریخته دیگری هم

نشان می‌دهد که زنان در بسیاری پشت‌صحنه‌های

سیاسی، اجتماعی و فرهنگی حضور یافتند و با

تشکیل انجمن‌ها، حمایت از اعتصاب‌ها و برپایی

مدارس دخترانه، پیش‌گام شدند. اگرچه نام برخی

از این زنان پیشرو در تاریخ ثبت شده، اما بسیاری

دیگر گمنام باقی‌مانده‌اند؛ زنانی که در سایه‌ها با

جسارت، پیگیر حقوق و آزادی‌های خود بودند و به

گفته «فرزانه ابراهیم‌زاده»، پژوهشگر تاریخ جنبشی

که آغاز کردند، تا امروز ادامه دارد.

صدف سرداری

انقلاب مشروطه را می‌توان سرآغاز جنبش زن ایرانی برای دستیابی به حقوق خویش دانست. آزادی‌های برخاسته از این انقلاب سبب شد تا زنان خواسته‌های خود را در جامعه بیان و در پیوند با این جنبش راهی برای برون‌رفت از مشکلات موجودشان در جامعه پیدا کنند.

حضور آنان در این راه را می‌توان به دو دوره پیش و پس از امضای فرمان مشروطیت در ۱۴ مرداد سال ۱۲۸۵ تقسیم کرد. پیش از آن با شرکت در اعتراضات و هواداری از مشروطه‌خواهان، حضور خود را نشان می‌دادند که یکی

فتانه عبدالحسینی؛ عضو گروه مطالعات زنان

عبارتی چون «ساکت پدرته»، «برادرته حق داره» یا «شوهرته می‌تونه بزنه توی دهنِت» تنها بازنمایی از یک پدیده عمیق‌ترند: مجوز نظام‌مند قلدری مردانه که از بالاترین نهادهای قانون‌گذاری تا پایین‌ترین سطوح جامعه نهادینه شده است. قوانین ایران با برتردناستن مردان در عرصه‌هایی مانند ارث (دو برابر سهم زن، حضانت فرزند و شهادت در دادگاه‌ها، این «برتری» را قانونی می‌کند. در لایه اجتماعی، به‌ویژه در نسل‌های پیشین، این امر به سنتی ماندگار تبدیل شده است.

پیوند مرگبار: لمپنیسم و مردسالاری لمپنیسم در اینجا نه صرفاً یک طبقه اجتماعی، بلکه رفتاری سیاسی-فرهنگی مبتنی بر خشونت، بی‌قانونی و تحقیر سیستماتیک است. این پدیده در دو سطح به مردسالاری خدمت می‌کند:

۱. لمپنیسم به‌مثابه ابزار فرهنگی مردسالاری:



پیام‌آذربایجان

دوشنبه ۱۳ مرداد ۱۴۰۴

سال بیست و دوم / شماره۲۲۳۶

📰

را داشتیم و از دوره جنبش تنباکو حضور داشتند که رئیس این زن‌ها «زینب پاشا» بوده. این زنان بدون هدف جمع نمی‌شدند و همیشه یک رهبر داشتند. در استبداد صغیر هم شاهد این هستیم که تعداد زیادی از زنان لباس رزم مردانه می‌پوشیدند و در اجتماعات شرکت می‌کردند.»

به اعتقاد این تاریخ‌پژوه، مشروطه یک نقطه عطف در تاریخ جنبش زنان است: «اما باوجوداینکه حضور جدی در مبارزات دارند، از حق رأی محروم می‌شوند ولی باز هم دست از تلاش برنمی‌دارند. تحت‌تأثیر همین جنبش زنان

و مشروطه شاهد هستیم در دوره مجلس اول، اولین روزنامه

زنان با نام «دانش» به وجود می‌آید یا اولین مدارس زنان

شکل می‌گیرد.»

در واقع زنان در دو جبهه می‌جنگیدند: «ابتدا در کنار مردان و برای دوره مشروطه و بعد برای توانمندسازی خودشان در جنبش زنان. حتی نامه‌هایی را از دوره مجلس اول داریم که نشان می‌دهند زنان درخواست تشکیل مدرسه برای دختران دارند. اما در این دوره نام این زنان را نمی‌بینیم و فقط امضای انجمن سری زنان را می‌بینیم.»

نقش‌آفرینی زنان ارمنی

در جریان مشروطه زنان دیگر ادیان مانند مسیحی و ارمنی هم انجمن‌های خودشان را داشتند که حضور بیرونی آنان را نشان می‌دهد. آنان با تلاش‌های گسترده خود، توانستند توجه زنان را به مسائل اجتماعی جلب کنند و سطح آگاهی آن‌ها را نسبت به وضعیت خود بالا ببرند. چنان‌که «حوری برپریان»، استاد تاریخ دانشگاه کالیفرنیا، در مقاله‌ای نوشته است فعالیت زنان حزب «دانشاک» در میان زنان ایرانی، جزو مؤلفه‌های اساسی تلاش‌های انقلاب مشروطه به شمار می‌رود.

ابراهیم‌زاده درباره نقشش زنان ارمنی در این دوره اشاره می‌کند: «برای مثال در تبریز همسر «پیرم خان» گروهی از زنان را رهبری می‌کرده که چه در پشت جبهه و چه در صحنه‌های نبرد دوشادوش مردان بوده‌اند. حتی انجمن زنان زرتشتی که بعدها تشکیل می‌شود، شاخه اصلی‌اش در دوره مشروطه بوده.»

پس از مشروطه

زنان در این دوره‌ها در بزنگاه‌های تاریخی مهمی حضور داشته‌اند. ابراهیم‌زاده در این باره می‌گوید: «حتی در دوره‌ای که محمدعلی شاه مجلس را به توپ بست، این زنان بودند که در نیمه‌شب جنازه‌های مردان را جمع و دفن کردند.» حضوری که ادامه آن را بعد از مشروطه هم شاهد هستیم: «بعد مشروطه زمانی که روس‌ها اولتیماتوم دادند که اگر مورگان شوستر را اخراج نکنید به ایران حمله می‌کنیم، این زنان بودند که به مجلس رفتند و سلاح بر کمر بستند و از نمایندگان مجلس خواستند که در برابر اجنبی سر خم نکنند. اینها نشانه این است که چقدر جنبش زنان، پویا و محصول جنبش مشروطه بوده است. زنی مثل بی‌بی مریم بختیاری کسی بود که در فتح تهران به برادرش کمک کرد. اما بعد از فتح تهران و مشروطه، زنان به این نتیجه می‌رسند که فعلاً به‌جای اینکه حق رأی بخواهند، خودشان را توانمند کنند. از اینجااست که رفته‌رفته انجمن‌ها و روزنامه‌های زنان مثل شکوفه و دانش شکل می‌گیرد و نام انجمن‌ها از یکی‌یکی می‌شونیم که یکی از آخرین آنها انجمن «سوان وطن‌خواه» بود.»ابراهیم‌زاده می‌گوید این جنبش که از دوره مشروطه آغاز شده، تا همین الان ادامه دارد: «این، جنبش نام‌ها نیست و مربوط به کارهایی است که زنان انجام می‌دهند. از آن دوره است که زنان طبقه متوسط و مرفه شهری حق بیرون آمدن از خانه را پیدا می‌کنند. کمتر از ۱۵ سال بعد از مشروطه، تعداد مدارس از ۲ مدرسه به بالای ۱۰۰ مدرسه در کشور می‌رسد و خانواده‌ها می‌پذیرند که دختران باید درس بخوانند. بعدها حتی می‌بینیم که در دوره پهلوی اول زن‌ها وارد دانشگاه می‌شوند.» به گفته او، اینها همه ثمرات حضور پررنگ زنان در انجمن‌ها بعد از جنبش مشروطه است.

قلدری مردانه: بازتولید لمپنیسم در سایه مردسالاری

مجازات اسلامی (قصاص) خون‌بهای زن را نصف مرد می‌داند و پلیس اغلب خشونت خانگی را «دعوی خانوادگی» و غیرقابل دخالت می‌خواند.

چرخه شیطانی خشونت:

- حکومت با عادی‌سازی خشونت در رسانه‌ها (مثلاً نمایش

کت‌ک‌زدن زن به عنوان «رام‌کردن» در سریال‌ها)، به مردان مجوز

اخلاقی برای خشونت خانگی می‌دهد.

- مردان نیز در خانواده، قوانین مردسالارانه حکومتی را در مقیاس خرد اجرا و تثبیت می‌کنند.

- نتیجه: زنانی که در خیابان آزار می‌بینند، در خانه نیز پناهی ندارند. ترازوی الهه حسین‌نژاد نماد این چرخه است: آزار خیابانی توسط لمین‌خیابانی و سپس قتل توسط آن.

قربانیان دوگانگی قانون و سنت:

- زنان در برابر خشونت سکوت می‌کنند، چرا که حتی قانون نیز از قلدری مردانه حمایت می‌کند.

- زنانی که به پلیس مراجعه می‌کنند، اغلب «دیوانه» یا «سلطیه» خطاب می‌شوند.

- قوانین ناعادلانه (مثل ارث) قدرت اقتصادی مردان را افزایش می‌دهد، درحالی که زنان مسئولیت‌های سنگینی مانند نگهداری از سالمندان را بر عهده دارند. نتیجه‌گیری: قلدری و لمپنیسم، دو روی یک سکه و زبان مشترک مردسالاری و اقتدارگرایی است که کرامت انسانی زنان را انکار می‌کند.

- شکستن این چرخه نیازمند:

بازتعریف مردانگی بر پایه احترام نه سلطه.

- اصلاح قوانین تبعیض‌آمیز (ارث، قصاص، حق کنترل زن بر بدنش).

- ایجاد سازوکارهای امن برای گزارش خشونت‌های خانگی و خیابانی.

تا زمانی که لمپنیسم «سیاست» باشد، قلدری مردانه «فرهنگ» خواهد بود.



پیام آذربایجان

چهارشنبه ۱۵ مرداد ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۳۶۳۶

تندرستی و تحرک

ایستگاه ورزش

ورزش در دوران بارداری؛ راهی سالم برای مادری توانمند



ورزش در دوران بارداری نه تنها بی خطر است، بلکه اگر درست و با آگاهی انجام شود، می‌تواند یکی از بهترین کارهایی باشد که یک زن برای سلامتی خود و جنینش انجام می‌دهد. دوران بارداری با تغییرات هورمونی، فیزیکی و روانی زیادی همراه است و فعالیت بدنی مناسب می‌تواند به کاهش مشکلات رایج مانند دردهای عضلانی، خستگی، بی‌خوابی، و نوسانات خلقی کمک کند. البته مهم است که ورزش در این دوره کاملاً با شرایط بدنی هر فرد تطبیق داده شود و هرگز با فشار و افراط همراه نباشد.

یکی از مناسب‌ترین گزینه‌ها برای بیشتر خانم‌های باردار، پیاده‌روی آرام است. این فعالیت ساده، کم‌هزینه و بسیار مؤثر است. می‌توان آن را از ابتدای بارداری تا ماه‌های پایانی ادامه داد. استفاده از کفش مناسب و انتخاب مکان‌های صاف و بدون شیب از جمله نکاتی است که باید در نظر گرفته شود. پیاده‌روی باعث افزایش جریان خون، تنظیم قند خون و بهبود وضعیت عمومی بدن می‌شود و در عین حال خطری برای جنین ندارد. شنا و ورزش‌های آبی نیز از جمله فعالیت‌هایی هستند که به دلیل کاهش وزن بدن در آب، فشار زیادی به مفاصل وارد نمی‌کنند. شنا نه تنها سیستم قلبی‌عروقی را تقویت می‌کند، بلکه به مادران حس سبکی و آرامش می‌دهد. علاوه بر آن، محیط آب معمولاً به کاهش تورم پاها و دست‌ها کمک می‌کند، که یکی از مشکلات شایع در سه‌ماهه‌های دوم و سوم بارداری است.

یوگا مخصوص بارداری نیز از ورزش‌هایی است که در سال‌های اخیر محبوبیت زیادی پیدا کرده است. یوگا به مادر کمک می‌کند که ارتباط عمیق‌تری با بدن و جنین خود برقرار کند، نفس‌کشی صحیح را بیاموزد و عضلات لگن و شکم را تقویت کند. بسیاری از مربیان یوگا تمریناتی را طراحی کرده‌اند که مخصوص خانم‌های باردار است و از حرکاتی که به شکم یا کمر فشار می‌آورند، اجتناب شده است. علاوه بر فواید فیزیکی، یوگا از نظر روانی نیز بسیار مفید است و اضطراب و استرس را کاهش می‌دهد.

تمرینات کگل یا همان تقویت‌کننده عضلات کف لگن، از تمریناتی است که در هر جایی و بدون نیاز به وسیله خاصی می‌توان انجام داد. این تمرین‌ها باعث تقویت عضلاتی می‌شوند که در کنترل ادرار، حمایت از رحم، مثانه و روده مؤثرند و پس از زایمان نیز به بازگشت سریع‌تر بدن به حالت اولیه کمک می‌کنند. انجام منظم تمرینات کگل، به‌ویژه در سه‌ماهه دوم و سوم، نقش مهمی در پیشگیری از بی‌اختیاری ادرار در دوران بارداری و پس از زایمان دارد.

دوچرخه ثابت نیز انتخاب مناسبی برای خانم‌هایی است که تمایل دارند ضربان قلب خود را افزایش دهند و پاهای خود را تقویت کنند. این فعالیت باید با احتیاط انجام شود، مخصوصاً در ماه‌های آخر بارداری که تعادل بدن تغییر می‌کند. توصیه می‌شود حتماً زیر نظر مربی باتجربه یا با مشورت پزشک این فعالیت انجام شود.

در حین ورزش، مادر باید همیشه به بدن خود گوش دهد. احساس خستگی شدید، سرگیجه، تنگی نفس، درد شکمی یا کاهش حرکت جنین، از جمله علائمی هستند که باید جدی گرفته شوند و ورزش بلافاصله متوقف شود. همچنین نوشیدن آب کافی قبل، حین و بعد از ورزش اهمیت زیادی دارد تا بدن دچار کم‌آبی نشود.

از ورزش‌هایی که شامل پریدن، تماس فیزیکی شدید، حرکات سریع و ناگهانی یا خطر افتادن هستند باید اجتناب کرد. برای مثال ورزش‌هایی مانند بسکتبال، اسب‌سواری، اسکی و کوهنوردی در دوران بارداری مناسب نیستند. همچنین بعد از سه‌ماهه اول، باید از حرکاتی که نیاز به خوابیدن طولانی‌مدت به پشت دارند خودداری شود، چرا که ممکن است جریان خون به جنین را کاهش دهد.

در موارد خاص پزشکی مانند فشار خون بالا، دیابت بارداری کنترل‌نشده، نارسایی دهانه رحم، جفت سرراهی یا سابقه زایمان زودرس، ممکن است پزشک توصیه کند که مادر از ورزش اجتناب کند یا برنامه بسیار محدود و سبک‌تری داشته باشد. به همین دلیل، مهم‌ترین اصل در ورزش بارداری، هماهنگی کامل با پزشک و احترام به محدودیت‌های بدن است. بعد از زایمان، بسیاری از مادران تمایل دارند به فعالیت بدنی برگردند تا بدن خود را بازیابند. اگر زایمان طبیعی و بدون عارضه بوده باشد، معمولاً پس از چند هفته می‌توان به آرامی ورزش را آغاز کرد. اما در مورد زایمان‌های سخت یا سزارین، باید صبر بیشتری به خرج داد و با مشورت پزشک برنامه‌ریزی کرد. در نهایت باید گفت که ورزش در دوران بارداری اگر با اصول ایمنی همراه باشد، نه تنها بی‌خطر است، بلکه می‌تواند نقش مهمی در تجربه یک بارداری سالم، زایمان راحت‌تر و بهبودی سریع‌تر پس از زایمان ایفا کند. مادری که از نظر جسمی و ذهنی قوی باشد، بهتر می‌تواند با چالش‌های بارداری و مادری روبه‌رو شود و این همان چیزی است که سلامت خود و فرزندش را تضمین می‌کند.

اهمیت نوشیدن زیاد مایعات در راهپیمایی اربعین

نارسایی حاد مهم‌ترین مسئله در پیشگیری ممانعت از کم آبی بدن و کاهش مصرف داروها بویژه مسکن‌ها به میزان زیاد و بی رویه است. وی مهم‌ترین علل نارسایی مزمن را دیابت، فشارخون، بیماری‌های ارثی کیستیک و عفونت‌ها و انسداد ناشی از سنگ عنوان کرد و افزود: مهم‌ترین مسائل در پیشگیری عبارتند از تشخیص و درمان مناسب دیابت و فشار خون، کم کردن مصرف نمک قند و چربی و کنترل وزن و سندرم متابولیک،

زنده‌بودن دخترش نبود» در پنج ماه بارداری بودم حالم بد شد اورژانسی به سونوگرافی رفته و متوجه شدم نوزادم نارس است. دکتر گفت هر چه زودتر باید عمل شوی. وقتی به اتاق عمل می‌رفتم خیلی ناراحت بودم یادم است یکی از کادر بیمارستان گفت خُب یک دختر داری چرا این قدر ناراحتی؟ ولی این دلیل نمی‌شود برای فرزندم که در ۲۵ هفته‌ای به‌صورت نارس به دنیا می‌آید ناراحت نباشم.

دخترم زنده بود ولی گفتند فوت کرده عمل جراحی تحت بی‌حسی بود و من در اتاق عمل هنگام زایمان تمام حرف‌های تیم پزشکی را می‌شنیدم. متوجه شدم دخترم زنده است درحالی‌که همه دکترها اعلام کرده بودند محال است در ۲۵ هفته‌گی نوزاد زنده به دنیا بیاید. بعد از تمام‌شدن عمل جراحی در اتاق ریکاوری بودم. در نگهداری اتاق عمل به همسر و خواهرم گفته بودند مرخص شما در ریکاوری است و بچه هم فوت کرده است. مرا به بخش منتقل کردند شوهر و خواهرم پیش من آمدند دیدم خیلی ناراحت هستم ولی حرفی به من نزدند، شب‌هنگام با خواهرم دو نفری صحبت می‌کردیم. خواهرم گفت از نگهداری اتاق عمل به ما گفتند بچه فوت کرده است. من تازه متوجه موضوع شده و گفتم بچه من در اتاق عمل زنده بود من می‌شنیدم که دکترها می‌گفتند بچه زنده است و قلبش کار می‌کند. اگر بعداً فوت کرده باشد حرفی ندارم ولی در اتاق عمل زنده بود. ماجرا را به پرستار گفتم و او هم گفت همسرت برود از «ان ای سی یو» بپرسد. همسرم پیگیر شد و دید بچه‌سالم است همان جا عکس گرفت و به گوشی من فرستاد و گفت «دخترمان خیلی کوچک است».

در بیمارستان از دکتر در مورد دخترم پرسیدم گفت امیدوی به زنده‌بودن این نوزاد نیست خیلی امیدوار نباشید چون وزن و سن تولدش خیلی کمتر است. ولی من امیدوار بودم. حرف‌هایش بوی معجزه خدا را می‌دهد با دلی سرشار از عشق و ایمان به خدا ادامه می‌دهد: من هر لحظه خدا را کنار خودم حس می‌کردم، نمی‌دانم چرا و چطوری ولی حسی از درون مرا به زنده‌ماندن دخترم امیدوار می‌کرد. انگار یک حسی می‌گفت اگر قرار است زنده نماند زنده هم متولد نمی‌شد. بر خلاف تمام نظریه‌های پزشکی خدا خواست بگوید: «خدا شیشه را در بغل سنگ نگه می‌دارد». نلین به شنیدن اسمش حساس است وقتی مادر لایه‌لای حرف‌هایش اسمش را می‌گوید به سمت مادر می‌رود، می‌خندد و باز هم مامان مامان می‌گوید. با دیدن کاغذ و خودکار در دستم مجالی پیدا می‌کند برای خط‌خطی کردن کاغذ و باز هم خاله جان با دادن کاغذ و خودکاری دیگر سرش را گرم می‌کند. مادر دخترکش را می‌بوسد» چون نلین نارس به دنیا آمده بود خیلی ضعیف بود و در بخش (ان ای سی یو) محیط استریل نوزادان بستری بود. دخترم

معصومه درخشان



درمان مناسب عفونت‌ها و سنگ‌های ادراری تشخیص و مراقبت از بیماری‌های کیستیک ارثی. این عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه در ادامه با بیان اینکه نارسایی حاد عموماً قابل برگشت ولی نارسایی مزمن یک روند غیرقابل برگشت منتهی به دیالیز و پیوند است گفت: هردوی این نارسایی‌ها با اصلاح سبک زندگی تا حدود زیادی قابل پیشگیری سریع است و نارسایی حاد بدون درمان مناسب منجر به نارسایی مزمن می‌شود. عیدی خاطر نشان کرد: نارسایی مزمن با مراقبت و درمان مناسب روندش کند می‌شود و دیرتر به دیالیز و پیوند منجر خواهد شد.

جان بخشی بی صدا؛ شیر مادری برای نوزادانی که مادر ندارند

شرط دارد. کودک باید مستقیم از سینه مادر شیر بخورد ، همچنین وعده شیر خوردن نوزاد باید پشت‌سرهم باشد و فقط شیر یک مادر را بخورد ولی این شرایط در بانک شیر وجود ندارد در نتیجه هیچ منع شرعی برای اهدای شیر وجود ندارد.

مادر نلین از اولین روز تولد دخترش تا ۱۵ یا ۱۶ ماه بعد (تیر و مرداد ۱۴۰۳) اهدای شیر داشته ولی چون از روز اول میزان اهدای شیر را یادداشت نکرده نمی‌داند حجم شیر اهدایی چند سی‌سی شده است. درحالی‌که لبخند می‌زند و آن روزها را در ذهنش تداعی می‌کند: نسبت به بقیه مادرها حجم شیر اهدایی من زیاد بود چون هم مصرف دخترم نلین کمتر بود و هم مرتب شیردوشی می‌کردم. از طرف دیگر من در تمام ۱۰۰ روزی که دخترم در بیمارستان بود شب به خانه مادرم می‌رفتم و مادر هم به لحاظ تغذیه و مسائل روحی و روانی از جان‌ودل برایم سنگ تمام می‌گذاشت.

او اضافه می‌کند: مدت نگهداری شیر مادر در یخچال ۴۸ ساعت و در فریزرهای خانگی سه ماه است. برای شیرهای دوشیده باید تاریخ می‌زدم تا مشخص می‌شد هر ظرف شیر برای چه روزی است. در دوره آموزشی متوجه شدم شیر اهدایی مادران به نوزادان بیمار که در بیمارستان کودکان مردانی آذر، الزهرا و طالقانی تبریز بستری هستند مصرف شده و به نوزادان بستری در بیمارستان اردبیل و ارومیه نیز ارسال می‌شود.

سفیر اهدای شیر مادر

مادر نلین حالا سفیر اهدای شیر مادر است، بعد از آشنایی با بانک شیر مادر به همه خانم‌های دوست و آشنا اهدای شیر مادر را توصیه می‌کنم و از اینکه علاوه بر دختر خودم چند نوزاد دیگر هم از شیر من استفاده می‌کند حس افتخار شیرینی دارم. حرف‌هایمان که طولانی می‌شود، نلین حوصله‌اش سر می‌رود دلش می‌خواهد مامان مادر و پدری کند با شیطونی خاصی خود را بغل مامان می‌اندازد و مامان چاره‌ای جز بوسیدن و نوازش کردنش ندارد.

برای سؤال پایانی می‌پرسم، برای بهبودی حال نلین چه‌کار کردید؟ در این شرایط معمولاً روش «kMC» و تماس پوستی نوزاد با مادر باعث رشد و تکامل جسمی نوزاد می‌شود. روش «kMC» به‌این‌ترتیب است که نوزاد چند ساعت متوالی روی سینه مادر قرار می‌گیرد. من ۸۸ روز از ساعت هشت صبح تا هشت شب روی صندلی به حالت نیمه خوابیده بودم و نلین با همه سیم‌هایی که از طریق بینی بهش وصل شده بود روی سینه من بود اصطلاحاً به این روش مدل کانگورویی می‌گویند. با این روش تنفس و ضربان قلب دخترم بهتر شد. چشم‌های مادر و دختر در هم گره می‌خورد نلین چشم‌وچراغ مادر شده، به روی مادر می‌خندد و مادر دلش گنج می‌رود برای دختر درانه‌اش که او را معجزه خدا می‌داند در زندگی‌اش و برای او حاضر است از همه چیزش بگذرد.

تا ۲۱ روز نمی‌توانست شیر بخورد. روز بیست و دوم با سرنگ و از طریق بینی یک سی‌سی شیر دادم تا ببینیم آیا معده نلین با شیر مادر سازگاری دارد یا نه.

شیر را دور نریزد اهدا کنید

خُب خانم ستوده چطور با موضوع اهدای شیر مادر آشنا شدید و تصمیم گرفتید شیر خودتان را اهدا کنید؟ در مورد بانک شیر و اهدای شیر مادر هیچ اطلاعاتی نداشتیم. وقتی دخترم در بیمارستان بستری بود یکی از پرستارها به من گفت برای اینکه شیرت خشک نشود و بعد از خوب شدن حال دخترت بتوانی شیر بدهی باید هر روز شیرت را بدوشی. من هر دو ساعت یک‌بار شیرم را می‌دوشیدم و در یخچال نگهداری می‌کردم. آنجا مادرانی را دیدم که شیرشان را می‌دوشند و بیرون می‌ریزند. یکی از پرستارها پیشنهاد کرد به‌جای اینکه شیر را بیرون بریزید می‌توانید آن را به بانک شیر اهدا کنید. با خودم فکر کردم چقدر این کار خوب و خادیسندانه است پیشنهاد خانم پرستار را قبول کردم تا شیرم را به کودکانی که نیازمند شیر مادر هستند اهدا کنم. دخترم نلین ۱۰۰ روز در بیمارستان بستری بود. در این مدت طی آموزش‌هایی که دیدم متوجه شدم نوزاد نارس فقط باید شیر مادرش را بخورد یا شیر اهدایی به بانک شیر را و نباید شیرخشک بخورد چون روده‌اش را سوراخ می‌کند.

چون دختر خودم در بخش نوزادان نارس بستری بود بیشتر از همه این وضعیت را درک می‌کردم و اینکه این نوزادان بیشتر از هر چیزی به شیر مادر نیاز دارند. لایه‌لای حرف‌هایش مدام لطف خدا را یادآور می‌شود که توانسته است به نوزادان نارس و مادران دیگر فکر کند. مادرانی که شیر ندارند و با دیدن نوزاد نارس خود غم بزرگی در دلشان سنگینی می‌کند. مادرانی در بیمارستان بودند که زایمان کرده بودند ولی شیر نداشتند. ممکن است در اثر شدت ناراحتی از تولد نوزاد نارس شیر مادر کلاً خشک شود.

شیرهای استریل

سالم‌بودن شیر اهدایی مادر سؤالی است که مادر نلین در جواب می‌گوید: بعد از اهدا، شیرها در بانک شیر استریل می‌شود و برای اطمینان از سالم‌بودن شیر مادر آزمایش‌هایی مانند آزمایش هپاتیت از مادران اهداکننده شیر انجام می‌شود. البته انجام این آزمایش‌ها برای مادران اهداکننده شیر رایگان است.

اهدای شیر مادر منع شرعی ندارد

قبل از اینکه سؤال بعدی را بپرسم انگار که ذهنم را خوانده باشد» می‌خواهید بپرسید بحث شرعی شیرهای اهدایی مادران چیه؟» با لبخند و تکان‌دادن سر حرفش را تایید می‌کنم. هیچ‌کدام از مادران نمی‌دانند شیر اهدایی آنها چند روز بعد و برای کدام نوزاد استفاده می‌شود چون شیرهای اهدایی با همدیگر ادغام می‌شوند در مورد بحث شرعی شیرهای اهدایی نظر مراجع تقلید را در بروشوری چاپ کرده بودند که به مادران می‌دادند. علما گفته‌اند خواهر و برادر رضاعی چند

دیسک گردن می تواند عامل درد گوش باشد

حنجره یا نای وجود دارد که درد آن ابتدا در گوش حس می‌شود.

متخصص گوش گلو بینی و جراح سر و گردن، افزود: برخی دردهای گردنی مانند آرتروز یا دیسک گردن نیز می‌توانند از طریق انتقال عصب‌های مرتبط، باعث احساس درد در ناحیه گوش شوند. این نوع دردها معمولاً با حرکات گردن یا خوابیدن نامناسب تشدید می‌شوند.

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران به دردهای عصبی و شبه‌میگرنی اشاره کرد و گفت: نوع دیگری از دردهای ارجاعی، منشأ عصبی دارند. برخی از این دردها بدون وجود ضایعه فیزیکی در گوش، صرفاً به‌دلیل تحریک مسیرهای عصبی یا اختلالات مشابه

شوند. وی تأکید کرد: همه دردهای احساس شده در ناحیه گوش الزاماً منشأ گوش‌ی ندارند و در بسیاری موارد از نواحی دیگر بدن به گوش ارجاع داده می‌شوند.

برقعی افزود: دردهای ارجاعی به دلیل اشتراک عصب‌های حسی گوش با نواحی دیگر بدن شکل می‌گیرند. به همین دلیل، گاهی منشأ واقعی درد در جایی دیگر بوده ولی در گوش احساس می‌شود. وی در توضیح منابع شایع دردهای ارجاعی گفت: دردهای دندان‌ی مشکلات مفصل فک جزو شایع‌ترین علل درد ارجاعی به گوش هستند. همچنین بیماری‌ها و التهاب‌های ناحیه حلق، لوزه‌ها، گلو، ابتدای مری و نای نیز می‌توانند درد به گوش منتقل کنند. گاهی حتی ضایعه‌ای در

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران گفت: درد گوش یکی از دلایل پرتکرار مراجعه به متخصصین گوش و حلق و بینی است.

پدرام برقعی، در برنامه رادیو سلامت با اشاره به شیوع بالای گوش‌درد در مراجعات کلینیکی، افزود: درد گوش می‌تواند به دو دسته اصلی تقسیم شود: دسته اول شامل دردهایی است که منشأ آنها خود گوش است. این متخصص گوش گلو بینی و جراح سر و گردن، ادامه داد: بیماری‌هایی مانند التهاب و عفونت گوش خارجی، عفونت گوش میانی، و در موارد نادرتر ضایعات گوش داخلی یا حتی اختلالات استخوان‌های پایه جمجمه، همگی می‌توانند باعث درد موضعی در گوش



میگرن، باعث درد گوش می‌شوند.

برقعی در پایان با تأکید بر اهمیت تشخیص صحیح منشأ درد، خاطرنشان کرد: پزشک متخصص باید با بررسی دقیق علائم و معاینات، تشخیص دهد که آیا درد گوش ناشی از بیماری‌های گوش‌ی است یا باید منبع را در سایر نواحی بدن جست‌وجو کرد.

آغاز به کار تاکسی‌های «از من بپرس» در تبریز

طرح نوآورانه‌ی تاکسی‌های «از من بپرس» با هدف ارائه خدمات راهنمایی به گردشگران داخلی و خارجی، از روز شنبه ۱۱ مرداد ماه در تبریز آغاز شده و هم‌اکنون در حال اجراست. این طرح در قالب برنامه‌های ستاد استقبال از میهمانان تابستانی با همکاری اداره گردشگری سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری تبریزو سازمان مدیریت حمل‌ونقل مسافر و تاکسیرانی شهرداری تبریز راه‌اندازی شده است.در این طرح،

جمعی از رانندگان آموزش‌دیده، با در اختیار داشتن بانک اطلاعاتی جامعی از جاذبه‌های گردشگری، هتل‌ها و مراکز اقامتی، ستادهای اسکان فرهنگیان، فروشگاه‌های صنایع‌دستی و سوغات و رستوران‌های تبریز، در مراکز پرتردد گردشگری حضور یافته و اطلاعات لازم را در اختیار گردشگران قرار می‌دهند. رانندگان تاکسی‌های «از من بپرس» از ساعت ۸ صبح تا ۲۰ عصر در نقاط گردشگریپذیر شهر از جمله مجموعه ائل‌گولی،

روستای ۸ هزار ساله در رقابت جهانی

حسنلو چطور ملاک گاه نگاری عصر آهن در بخش اعظم ایران شد؟

روستای حسنلو با قدمتی ۸ هزار ساله یکی از ۸ روستای ایران است که برای شرکت در رقابت انتخاب روستاهای جهانی گردشگری ۲۰۲۵ نامزد شده؛ رقابتی که آذر ۱۴۰۴ از سوی سازمان جهانی گردشگری (UNWTO) برگزار می‌شود.

حسنلو با داشتن تپه چندهزار ساله تاریخی که بر اساس داده‌های باستان‌شناسی در ۱۰ دوره مورد سکونت قرار گرفته، صنایع‌دستی منحصربه‌فرد، طبیعت بکر، غذا و نان سنتی و موزه باستان‌شناسی ظرفیت بالایی برای ثبت جهانی دارد.

۹روستای حسنلو یکی از قطب‌های گردشگری آذربایجان غربی محسوب می‌شود. رئیس اداره میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی نقده به همشهری می‌گوید: «با توجه به بازدید کارشناسان وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی از حسنلو، این روستا در فهرست رقابت انتخاب روستاهای جهانی گردشگری ۲۰۲۵ در کنار ۷ روستای دیگر قرار گرفت. حسنلو به واسطه همجوارِی با دریاچه سد، تالاب و همچنین محوطه تاریخی تپه حسنلو و موزه باستان‌شناسی جاذبه بالایی برای گردشگری دارد.»

حمزه پهلوانی همدلی مسئولان و اهالی باصفای حسنلو را در مسیر تهیه پرونده روستای گردشگری قابل تقدیر می‌داند و می‌افزاید: «در حال حاضر پرونده روستای حسنلو برای بررسی در سایت جهانی گردشگری بارگذاری شده است. ۹ شاخص مهم مرتبط با اهداف

توسعه پایدار برای انتخاب برترین روستاهای گردشگری جهان وجود دارد که شامل منابع فرهنگی-طبیعی، ترویج و حفظ منابع فرهنگی، پایداری اقتصادی، پایداری اجتماعی، پایداری محیط‌زیستی، زیرساخت‌ها و ارتباطات، ایمنی و امنیت است.»

تپه تاریخی حسنلو

تپه حسنلو یکی از مهم‌ترین تپه‌های باستانی کشور محسوب می‌شود؛ تپه‌ای دایره‌ای شکل با قدمتی ۸ هزار ساله که ساکنان اولیه آن احتمالاً قومی بوده‌اند به نام مانایی که تمدنی بس وسیع و درخشان از خود به یادگار گذارده‌اند و محل سکونت‌شان سرزمین‌های جنوبی دریاچه ارومیه بوده و نامشان به صورت «مان» در کتاب تورات هم آمده است.

رئیس اداره میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی شهرستان نقده می‌گوید: «محوطه تاریخی حسنلو با حدود ۸ هزار سال قدمت با ارائه توالی فرهنگی دشت‌های سولدوز و آشنویه از اواسط دوره نوسنگی به بعد که در بیشتر موارد قابل اطلاق بر تمام حوزه فرهنگی دریاچه ارومیه است و همچنین به خاطر یافته‌ها و داشته‌های دوره‌های سوم، چهارم و پنجم، ملاک گاه‌نگاری عصر آهن در بخش اعظم ایران به حساب می‌آید.»

به گفته حمزه پهلوانی، تنوع آثار به دست آمده از قبیل جام زرین، ساغر نقره، پلاک‌های سینه، انواع اشیای سفالی، استخوانی و مفرغی و همچنین معماری آن که قدیمی‌ترین تالارهای ستون‌دار ایران را شامل می‌شود، این محوطه



مقبره‌الشعرا، میدان ساعت و سایر مکان‌های پرتردد مستقر هستند.از جمله خدمات این تاکسی‌ها می‌توان به راهنمایی گردشگران، آدرس‌دهی، معرفی اماکن دیدنی و توزیع نقشه‌ها و بروشورهای اطلاع‌رسانی گردشگری تبریز اشاره کرد.اداره گردشگری سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری تبریز در نظر دارد با اجرای این طرح، گامی مؤثر در جهت ارتقای کیفیت خدمات گردشگری شهری و افزایش رضایت گردشگران بردارد.

۷

پیام آذربایجان

دوشنبه ۱۳ مرداد ۱۴۰۴

سال بیست و دوم / شماره۲۶۳۶



گردشگری

روز عاشوراست که با مشارکت جامعه محلی و عشایر منطقه برگزار می‌شود و گردشگران زیادی را به روستا می‌کشاند.»

تالاب بین‌المللی حسنلو

دریاچه سد حسنلو به عنوان یکی از جاذبه‌های گردشگری روستا مطرح است و مرکز تفریحات آبی و ماهیگیری برای گردشگران محسوب می‌شود. همچنین گونه‌های متنوعی از پرندگان در این دریاچه به جاذبه‌های گردشگری آن اضافه کرده است.

تالاب حسنلو در کنار روستا هم جزو تالاب‌های مطرح بین‌المللی به حساب می‌آید که مورد توجه گردشگران داخلی و خارجی قرار گرفته.



دستی نقده به همت انجمن‌های مردم نهاد محلی و جمعی از دوستداران محیط‌زیست راه‌اندازی شده است. حمزه پهلوانی می‌گوید: «هیات اندیشه‌ورزی با حضور مؤثر جامعه محلی، ریش‌سفیدان، روحانی روستا و تشکل‌های مردم‌نهاد در راستای توسعه گردشگری، اقتصادی و فرهنگی ایجاد شده است.»

او پاکسازی روستای حسنلو را یکی دیگر از موارد مشارکت جامعه محلی برمی‌شمرد و می‌افزاید: «همچنین کاشت درخت در روز درختکاری جزو برنامه هر ساله اهالی روستاست. مسابقه نقاشی در طبیعت، تاریخ تالاب شورگل و تپه حسنلو، شبیه‌خوانی در

را تبدیل به یک اثر منحصr به فرد کرده است.

رئیس اداره میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی نقده درباره تپه تاریخی حسنلو عنوان می‌کند: «تپه مرکزی حسنلو در روستا قرار دارد و دور آن تپه‌های اقماری مانند تپه حاجی فیروز و دالماست. این محوطه بارها از سوی هیات‌های باستان‌شناسی ایرانی و خارجی مورد کاوش و بر اساس داده‌های باستان‌شناسی این تپه در ۱۰ دوره مورد سکونت قرار گرفته است. ضخامت لایه‌های هر دوره باستان‌شناسی معلوم است و دوره دهم قدیمی‌ترین دوره سکونت در حسنلو به حساب می‌آید.» محوطه تاریخی حسنلو در سال ۱۳۴۴ در فهرست آثار ملی ثبت شده است.

مشارکت جامعه محلی

یکی از ویژگی‌های جالب توجه روستای حسنلو موزه تنوع زیستی است که به گفته رئیس اداره میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع

۱۹۶۶

آگهی ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

از بخش ۲ مرآغه.

- آقای اصغر اکبری فرزند مالک به شماره شناسنامه ۲۷ به شماره ملی ۱۵۵۲۶۵۱۰۹ شش‌دانگ یک باب ساختمان با کاربری کشاورزی به مساحت ۱۴۷/۶ مترمربع به پلاک ۸ فرعی از ۱۶۰۶ اصلی از بخش ۲ مرآغه.

- آقای گنجیز سلیمانی فرزند عبدالعزیز به شماره شناسنامه ۶۸ به شماره ملی ۰۵۹۹۲۰۴۹۶۲ شش‌دانگ یک باب ساختمان باکاربری کشاورزی به مساحت ۲۰۰ مترمربع به پلاک ۹ فرعی از ۱۶۰۶ اصلی از بخش ۲ مرآغه.

- خانم مریم محسنی فرزند جمشید به شماره شناسنامه ۱۳۸۴ به شماره ملی ۱۵۵۱۵۲۱۸۲۲ شش‌دانگ یک باب خانه با کاربری کشاورزی به مساحت ۱۶۷/۳۷ مترمربع به پلاک ۶ فرعی از ۱۶۲۷ اصلی از بخش ۲ مرآغه.

- خانم منظر عبادی فرزند صفرعلی به شماره شناسنامه ۵۷۶ به شماره ملی ۱۵۵۰۷۵۵۰۹۹ شش‌دانگ یک باب ساختمان به مساحت ۱۰۱/۵۰ مترمربع به پلاک ۵۹۱۶ فرعی از ۴ اصلی از بخش ۳ مرآغه.
- آقای مسعود باقرپور آذرین فرزند محمدرضا به شماره شناسنامه ۲۷ به شماره ملی ۱۵۵۱۹۳۷۷۵۱ شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۳۶۹۷ مترمربع به پلاک ۷۲۸ فرعی از ۱۵ اصلی از بخش ۳ مرآغه.

- آقای صیاداله احمدی خطب فرزند حسین به شماره شناسنامه ۱۵۳ به شماره ملی ۱۵۵۱۱۳۰۳۵۲ شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۰۶/۴۹۱ مترمربع به پلاک ۷۲۹ فرعی از ۱۵ اصلی از بخش ۳ مرآغه.

- آقای محمدعلی سرباز کرج‌آباد فرزند علی به شماره شناسنامه ۸۹۵ به شماره ملی ۱۵۵۱۴۷۶۸۶۱ شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۸۳۲۹۰۶ مترمربع به پلاک ۲۷۴ فرعی از ۱۷ اصلی از بخش ۳ مرآغه.
- خانم مریم اصل‌محمودی فرزند منصور به شماره شناسنامه . به ۲۷ به شماره ملی ۱۵۵۱۹۳۷۷۵۱ شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۳۶۹۷ مترمربع به پلاک ۷۲۸ فرعی از ۱۵ اصلی از بخش ۳ مرآغه.
- آقای محمدعلی سرباز کرج‌آباد فرزند علی به شماره شناسنامه ۸۹۵ به شماره ملی ۱۵۵۱۴۷۶۸۶۱ شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۸۳۲۹۰۶ مترمربع به پلاک ۱۳۶ فرعی از ۴۵ اصلی از بخش ۳ مرآغه.
- آقای صمد نورانی فرزند ابراهیم به شماره شناسنامه ۳۷ به شماره ملی ۱۸۹۷۴۰۰۴۳ شش‌دانگ یک باب مرغداری به مساحت ۵۹۳/۲۰ مترمربع به پلاک ۱۳۳۹ فرعی از ۷۳ اصلی از بخش ۳ مرآغه.
- آقای پرویز قمی فرزند ابراهیم به شماره شناسنامه ۵ به شماره ملی ۱۵۵۲۴۳۶۱۱۱ شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۱۸۶۹۴/۷۸ مترمربع به پلاک ۱۳۴۰ فرعی از ۷۳ اصلی از بخش ۳ مرآغه.
- آقای بهروز تراب‌نژاد فرزند عبدالحسین به شماره شناسنامه ۳۲۴۰۹ به شماره ملی ۱۵۵۰۳۳۰۱۵۲ شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۹۸۲۹۴/۳ مترمربع به پلاک ۱۳۴۱ فرعی از ۷۳ اصلی از بخش ۳ مرآغه.

- خانم نسیم سعیدی ساروقیه فرزند مقصود به شماره شناسنامه ۲۰۵ به شماره ملی ۱۵۵۲۲۵۳۰۷۴ شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۲۰۵ به شماره ملی ۱۵۵۲۲۵۳۰۷۴ شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت

برابر آراء صادره هیات موضوع قانون تعیین تکلیف ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان مرآغه تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضیان محرر گردیده است؛ لذا مشخصات متقاضیان و املاک مورد تقاضا به شرح زیر به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود. در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضیان اعتراضی داشته باشند، می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به اداره ثبت اسناد و املاک مرآغه تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند.

از بخش ۲ مرآغه

- آقای سیدمحمود قمری طباطبائی فرزند سیدمرتضی به شماره شناسنامه . به شماره ملی ۱۵۴۰۰۸۴۲۹۹ سه دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۳۹۲۹ مترمربع به پلاک ۶ فرعی از ۴۳ اصلی از بخش ۲ مرآغه.

- خانم کبری عباسعلی‌زاده زاروشی فرزند مهدیقلی به شماره شناسنامه ۱۴۲۱ به شماره ملی ۱۲۸۹۱۷۷۹۹۳ سه دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۳۹۲۹ مترمربع به پلاک ۶ فرعی از ۴۳ اصلی از بخش ۲ مرآغه.

- آقای محمود شکران‌نعم فرزند اکبر به شماره شناسنامه ۴۳ به شماره ملی ۱۵۵۱۸۳۵۵۳۳ شش‌دانگ سه دهنه مغازه به مساحت ۱۱۶/۸۱ مترمربع به پلاک ۱۴ فرعی از ۳۵۸ اصلی از بخش ۲ مرآغه که به علت اشتباه مجدداً آگهی می‌شود.

- آقای حسن جباری باعجه‌جق فرزند طیب به شماره شناسنامه . به شماره ملی ۱۵۵۰۲۹۹۱۱۳ شش‌دانگ یک باب ساختمان مسکونی با کاربری کشاورزی به مساحت ۱۰۷/۵۲ مترمربع به پلاک ۱۱۲ فرعی از ۵۲۵ اصلی از بخش ۲ مرآغه.

- آقای محمدحسین بخشایش قشلاق فرزند اصغر به شماره شناسنامه ۷۰۰ به شماره ملی ۱۵۵۱۴۳۷۱۱۲ سه دانگ یک باب ساختمان به مساحت ۱۱۲ مترمربع به پلاک ۱۸ فرعی از ۵۸۰ اصلی از بخش ۲ مرآغه.

- خانم رقیبه موذن‌قشلاق فرزند علی به شماره شناسنامه ۷۲۵ به شماره ملی ۱۵۵۱۴۳۷۳۶۸ سه دانگ یک باب ساختمان به مساحت ۱۱۲ مترمربع به پلاک ۱۸ فرعی از ۵۸۰ اصلی از بخش ۲ مرآغه .

- خانم نیلوفر معین فرزند محمدرضا به شماره شناسنامه ۵۷۱ به شماره ملی ۱۵۵۱۹۴۳۱۹۰ شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۲۵۰۰۰ مترمربع به پلاک ۲ فرعی از یک فرعی از ۱۰۵۵ اصلی از بخش ۲ مرآغه.
- خانم فروزان معین فرزند محمدرضا به شماره شناسنامه ۱۰۳۹ به شماره ملی ۱۳۷۹۰۳۲۰۴۰ شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۱۳۱۸۸/۵۰ مترمربع به پلاک ۳ فرعی از یک فرعی از ۱۰۵۵ اصلی از بخش ۲ مرآغه .

- خانم حوریه راشدی کهق فرزند حاجی به شماره شناسنامه ۸۸۹ به شماره ملی ۱۵۵۱۵۱۶۸۷۱ سه دانگ یک باب ساختمان با کاربری کشاورزی به مساحت ۲۱۳/۲۰ مترمربع به پلاک ۷ فرعی از ۱۶۰۶ اصلی از بخش ۲ مرآغه .

- آقای مالک اکبری کهق فرزند علی اصغر به شماره شناسنامه ۹۳۶ به شماره ملی ۱۵۵۱۵۱۷۳۴۵ سه دانگ یک باب ساختمان با کاربری کشاورزی به مساحت۲۱۳/۲۰ مترمربع به پلاک۷ فرعی از ۱۶۰۶ اصلی

شناسه آگهی ۱۹۶۶۰۲۷

- آقای قادر حسین پورنوا فرزندزیداب به شماره شناسنامه ۱۱ به شماره ملی ۱۵۵۲۵۵۹۷۴۲ شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۴۹۶۸/۶۹ مترمربع به پلاک ۱۱۱۸ فرعی از ۲۸ اصلی از بخش ۴ مرآغه.

- خانم شمسی بشیری فرزند بابا به شماره شناسنامه ۱۰۰۸ به شماره ملی ۱۵۵۱۳۳۹۳۶۶ شش‌دانگ یک باب خانه به مساحت ۱۶۵/۷۰ مترمربع به پلاک ۲۵۲۴ فرعی از ۲۹ اصلی از بخش ۴ مرآغه.

- آقای بهارعلی قربانی فرزند باباعلی به شماره شناسنامه ۱۴ به شماره ملی ۱۵۵۲۷۰۳۲۳۱ شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۲۵۵/۰۶ مترمربع به پلاک ۵۱۵ فرعی از ۳۰ اصلی از بخش ۴ مرآغه.

- خانم فاطمه وندعلیقلی فرزند عبدالحمید به شماره شناسنامه ۶۵۹ به شماره ملی ۱۵۵۱۸۹۸۵۳۵ شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۱۵۱۴/۶۸ مترمربع به پلاک ۴۹۱ فرعی از ۳۱ اصلی از بخش ۴ مرآغه.
- خانم عدالت سامی فرزند نریمان به شماره شناسنامه ۷۹۰ به شماره ملی ۱۵۵۱۱۸۸۲۳۴۳ دودانگ یک قطعه باغ به مساحت ۱۵۶۸/۸۵ مترمربع به پلاک ۸۳۸ فرعی از ۳۸ اصلی از بخش ۴ مرآغه.

- آقای رمضان سقفی فرزند مختار به شماره شناسنامه ۱۶ به شماره ملی ۱۵۵۲۳۵۳۰۹۵ چهاردانگ یک قطعه باغ به مساحت ۱۵۶۸/۸۵ مترمربع به پلاک ۸۳۸ فرعی از ۳۸ اصلی از بخش ۴ مرآغه.

- آقای مرتضی نورانی فرزند عبدالحسین به شماره شناسنامه ۴۰۳ به شماره ملی ۱۵۵۲۷۶۸۰۵ شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۱۸۹۸/۵۶ مترمربع به پلاک ۸۴۰ فرعی از ۳۸ اصلی از بخش ۴ مرآغه.
- آقای عبدالحسین نورانی اسفستانچ فرزند ابراهیم به شماره شناسنامه ۸۹۷ به شماره ملی ۱۵۵۱۱۸۳۴۱۲ شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۵۲۶۷/۳۴ مترمربع به پلاک ۸۴۱ فرعی از ۳۸ اصلی از بخش ۴ مرآغه.

- آقای عبدالحسین نورانی اسفستانچ فرزند ابراهیم به شماره شناسنامه ۸۹۷ به شماره ملی ۱۵۵۱۱۸۳۴۱۲ شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۷۲۹۱/۸۰ مترمربع به پلاک ۸۴۲ فرعی از ۳۸ اصلی از بخش ۴ مرآغه.

- آقای حبیب نعیمی اسفستانچ فرزند غلامرضا به شماره شناسنامه ۱۵ به شماره ملی ۱۵۵۲۵۹۸۶۵۹ سه دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۵۱۰۵ مترمربع به پلاک ۸۴۵ فرعی از ۳۸ اصلی از بخش ۴ مرآغه.
- آقای فرح‌الله نعیمی اسفستانچ فرزند غلامرضا به شماره شناسنامه ۲ به شماره ملی ۱۵۵۲۵۸۳۵۵۴ سه دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۵۱۰۵ مترمربع به پلاک ۸۴۵ فرعی از ۳۸ اصلی از بخش ۴ مرآغه.

- آقای جاسم فتحی ملک‌آبادی فرزند ناصرقلی به شماره شناسنامه ۶۴ به شماره ملی ۶۲۰۹۹۲۷۸۷۴ شش‌دانگ یک قطعه باغ به مساحت ۱۴۱۷/۸۲ مترمربع به پلاک ۸۷۹ فرعی از ۲۷ فرعی از ۳۹ اصلی از بخش ۴ مرآغه.

- آقای حسین صادقی فرزند حمید به شماره شناسنامه ۱۶۰۵ به شماره ملی ۱۵۵۱۵۲۴۰۳۱ شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۶۹۹۷۲/۳۴ مترمربع به پلاک ۹۱۳ فرعی از ۴۰ اصلی از بخش ۴ مرآغه که به علت اشتباه در نام مجدداً آگهی می‌شود.
بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۴/۳۱

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۴/۰۵/۱۵

رئیس مرکز وکلا، کارشناسان رسمی و مشاوران خانواده قوه قضاییه گفت: آزمون مشاوران خانواده قوه قضاییه در سه رشته تخصصی «مشاوره روان شناختی»، «مشاوره حقوقی» و «مددکاری اجتماعی» روز ۱۸ مهر به صورت سراسری در کل کشور برگزار خواهد شد. حسن عبدلیان‌پور اظهار کرد: مرکز وکلا،

رئیس مرکز وکلا:

آزمون مشاوران خانواده قوه قضاییه ۱۸ مهر برگزار می‌شود

کارشناسان رسمی و مشاوران خانواده قوه قضاییه در راستای اجرای دستور العمل جدید نحوه تشکیل و فعالیت مراکز مشاوره خانواده مصوب ۱۵ اسفند سال ۱۴۰۳ و ابلاغی از سوی رئیس قوه قضاییه پس از چند سال وقفه در نظر دارد با برگزاری آزمون نسبت به اعطای پروانه مشاوره خانواده اقدام کند.

اعتیاد، قصه‌ای تلخ و تکراری است، قصه‌ای که از یک تجربه کنجکاوانه یا یک پیشنهاد ساده شروع می‌شود، اما در نهایت به نقطه‌ای ختم می‌شود که برای بازگشت باید بسیار تقلا کرد. مواد مخدر، نه تنها جسم انسان را تسخیر می‌کنند، بلکه ذهن، احساسات، روایاها و آینده را نیز در سکوئی مرگبار به بند می‌کشد.

نوجوانی که روزی قهقهه زنان در حیاط مدرسه با دوستانش بازی می‌کرد، حال با چشمانی خالی از امید فقط به زمین خیره شده و مادری که هر روز سفرهای کوچک اما پر از عشق برای فرزندش می‌انداخت، اکنون در راهروهای کمپ ترک اعتیاد به دنبال نشانه‌ای از زندگی در نگاه اوست. اعتیاد به مواد مخدر، اگرچه یکی از چالش‌برانگیزترین بحران‌های فردی و اجتماعی است، اما پایان راه نیست. هزاران انسان پیش از ما در عمق ناامیدی غرق شدند، اما با نیروی اراده، حمایت اطرافیان و نوری که از باور به تغییر برخاست، مسیر تازه‌ای را آغاز کردند؛ مسیری پر از درد، ولی سرشار از امید و بازسازی.

امیر رنجبر، دبیر شورای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر آذربایجان شرقی، در گفت‌وگو با ایسنا از گسترش مواد مخدر نوظهور (NPS) در کشور و به تبع آن در استان خبر داد و اظهار کرد: قاچاقچیان مواد مخدر با روش‌های مختلف سعی دارند سدهای مقابله با خود را بشکنند و با تغییر شکل و شمایل این مواد، آنها را وارد بازار مصرف کنند تا بتوانند سود بیشتری کسب کنند.



وی افزود: بر اساس گزارش دفتر مقابله با جرم سازمان ملل، تاکنون بیش از ۱۰۰۰ نوع ماده روانگردان در جهان شناسایی شده است که متأسفانه این مواد در کشور ما نیز ظهور و بروز یافته است موادی همچون «کمیکال» و «مچیک ماشروم» (قارچ جادویی) از جمله این مواد هستند که با نام‌ها و بسته‌بندی‌های متفاوت در بازار عرضه می‌شوند.

رنجبر با اشاره به چالش‌های موجود در قانون‌گذاری برای این مواد اظهار کرد: اقداماتی در این راستا صورت گرفته، اما نیازمند تسریع در اصلاح قوانین مرتبط با مواد مخدر هستیم. وی خاطر نشان کرد: یکی از برنامه‌های پیشگیرانه، اجرای طرح «باریگران زندگی» در مدارس واقع در محلات آسیب‌پذیر است. در این طرح از مجموع ۶۰۰۰ مدرسه استان، ۶۰۰ مدرسه در مناطق هدف، شناسایی و اقدامات آموزشی برای دانش‌آموزان اجرا می‌شود.

وی با تأکید بر خطرات روانگردان‌های نوظهور عنوان کرد: متأسفانه این مواد به‌گونه‌ای در جامعه معرفی شده‌اند که گویی بی‌خطر هستند، در حالی که پایه

مواد مخدر نوظهور با قدرت تخریب ۱۰۰ برابر مواد سنتی، در کمین فرزندانمان

و ترکیب آن‌ها بسیار خطرناک بوده و نوجوانان و جوانان ناآگاه به دلیل نداشتن تصویر روشنی از آینده، به سمت این مواد گرایش پیدا می‌کنند. دبیر شورای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر آذربایجان شرقی افزود: بسیاری از نوجوانان به دلیل چالش‌های موجود در خانواده و مدرسه، به مصرف این مواد روی می‌آورند که منجر به فروپاشی بنیان خانواده و از بین رفتن روند طبیعی زندگی آن‌ها می‌شود.

قدرت تخریب کمیکال ۱۰۰ برابر بیشتر از حبشیش است

رنجبر گفت: موادی نظیر «کی‌دو» و «ادویه» از جمله مواد نوظهور (NPS) جدید هستند که با تغییر ظاهر، آثار مخرب جدی بر سلامت جسمی و روانی مصرف‌کنندگان دارند. برای مثال، ماده مخدر کمیکال(کمیک) دارای قدرت تخریب ۱۰ تا ۱۰۰ برابر بیشتر از حبشیش است و مصرف آن می‌تواند باعث تشنج، حمله قلبی، توهم، وابستگی شدید، خودکشی و مقاومت در برابر درمان شود.

وی خاطر نشان کرد: این مواد اغلب در میان دانشجویان رواج یافته و روان‌پریشی‌های بلندمدت، پریدن از ارتفاع و تصادفات ناشی از توهم از جمله آسیب‌های مصرف مواد نوظهور است. وی با بیان اینکه میانگین سن اعتیاد در کشور ۲۴ سال و در آذربایجان شرقی ۳۰ سال است، گفت: سن شروع مصرف مواد برای اولین بار نیز از ۱۵ سالگی تخمین زده شده است.

گستره‌ی توزیع: استانی

پیام آذربایجان

رتبه ۲ در طرح رتبه بندی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی

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

چهارشنبه ۱۵ مرداد ۱۴۰۴ • سال بیست و دوم • شماره ۲۶۶

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:۳۵۲۴۳۴۸۷ ۳۵۲۳۱۴۹۷
سازمان آگهی‌ها:۳۵۲۴۷۰۵۱
E mail:wpat_82@yahoo.com
https://payamazarbayan.ir

یادداشت

برای آنان که روشنی را نوشتند، حتی در تاریکی

علی کریم پور

در روزگاری که هیاهوی قدرت، حقیقت را در هم می‌پیچد و پرده‌های رنگارنگ روایت‌های ساختگی، چشمان ما را می‌فریبند، خبرنگار بودن یک انتخاب ساده نیست؛ انتخابی‌ست پر از رنج، سؤال، لبریز از مسئولیت.

امروز، نه صرفاً به تقویم نگاه می‌کنم، که به دل‌های خسته‌ای فکر می‌کنم که شب‌ها با بوی جوهر و اضطراب به خواب می‌روند. به کسانی که دوربین و قلم را چون اسلحه‌ای در برابر جهل و سکوت به دست گرفته‌اند. به آنانی که در میانه‌ی خفقان و سانسور، واژه‌ها را چون جاقوی جراحی، بر پیکر زخم‌خورده‌ی جامعه می‌کشند؛ برای نجات، نه برای نمایاندن.

خبرنگاری برای من، هنر ایستادن است؛ در میانه‌ی توفان، بر مرز باریک حقیقت و قدرت. هنر دیدن، شنیدن، و روایت‌کردن آن‌چه دیگران از آن می‌گریزند.

شماقهرمانان بی‌چهره‌اید.

شما شاعران بی‌دفتر، پیامبران بی‌محراب، و نگهبانان روزنه‌های نور در دیوارهای سنگی سکوتید.

هر روزی که از کنارتان می‌گذرد، با خودش داستانی را حمل می‌کند که شاید هرگز تیریک نشود؛ اما جان‌هایی را نجات می‌دهد.

و من، امروز در روز شما، از صمیم قلب می‌خواهم بگویم:

شما تنها روایتگر نیستید؛ شما خود، روایتید.

بیاپید در این روز، نه فقط خبرنگاران را، که شجاعت را گرمی بداریم.

صداقت را،

حقیقت را،

و آن صدایی را که هرگز فرو نمی‌نشیند، حتی اگر در گوش کرِ زمانه فریاد کشیده شود.

روزخبرنگار مبارک.

به افتخار شما که با کلمات، جهان را تکان می‌دهید.

خبر

اهدای عضو بیمار مرگ‌مغزی در تبریز جان سه نفر را نجات داد

اهدای عضو یک بیمار مرگ‌مغزی در بیمارستان امام رضا(ع) تبریز، زندگی سه بیمار نیازمند را نجات بخشید. به گزارش روابط عمومی بیمارستان امام رضا (ع) تبریز، روز سه شنبه اعضای شادروان حسن صلاح ۴۶ ساله اهل مراغه که دچار مرگ مغزی شده بود، با موافقت خانواده وی اهدا و به سه بیمار نیازمند عضو پیوند زده شد. بر اساس این گزارش، پس از تأیید مرگ مغزی توسط تیم پزشکی معتمد وزارت بهداشت، خانواده این بیمار با اهدای عضو موافقت کردند.

عمل برداشت اعضا و پیوند موفقیت‌آمیز کبد و دو کلیه در اتاق‌های عمل این مرکز درمانی انجام شد. گفتنی است اهدای عضو این بیمار مراغه‌ای، نمونه‌ای از فرهنگ نועدوستی و ایثار در جامعه محسوب می‌شود که می‌تواند الگویی برای دیگران باشد.

نیز در این همایش، به تولید محتوای نهادی و اجتماعی برای ایران تأکید کرد و گفت: ایران طرح یاتمامی است و باید غم بزرگ ایران را به کار بزرگ تبدیل کنیم. کار بزرگ ایران را به پروژه‌های کوچک محلی، شهری، صنفی و مدنی، خرد، میانی و کلانی تقسیم‌بندی کنیم.

وی با بیان اینکه ما ایرانیان باید همچون بازی پازل برای یکدیگر باشیم و نه شطرنج، ادامه داد: مشروطه خواهان برای اینکه عدالت خواهی را در مجلس تصویب کنند، ایستادگی و پایدردی کردند. وی با بیان اینکه مردم ایران آزادی، مشروطه، دموکراسی و قانونمداری رادر روبناهای سطحی سیاسی دنبال کرده‌اند گفت: ما در کشتگاه و خود جامعه بدنبال آزادی و دموکراسی نبوده‌ایم.

فراسط‌خواه تصریح کرد: توسعه و دموکراسی یک کشور به یک جامعه نیاز دارد و در این راستا وقتی توییپای(وضع واقعی جامعه) یک جامعه نابسمان است، آلمان های ملی، مذهبی و چپی فعال شده و در نتیجه ایدئولوژی ها ساخته می‌شوند. عباس قدیمی قیداری استاد تاریخ دانشگاه تبریز نیز در این جلسه- مشروطه را مبدأ تاریخ معاصر ایران عنوان کرد و گفت: ما چرت نباید مشروطه را بعنوان یک مسئله مهم و اساسی سیاسی و اجتماعی در نظر بگیریم؟ وی با بیان اینکه منافع اقتصادی را در رویدادهای سیاسی به‌هیچ‌وجه نباید نادیده گرفته شود، ادامه داد: پشت درگیری و نزاع های بزرگ و تاریخی یک مولفه مهمی بنام اقتصاد وجود دارد. وی سلطنت طلب‌ها، جریان های مذهبی قدرتمند و جریان چپ مارکسیستی را دشمنان مشروطه در ایران دانست و گفت:حکومت پهلوی از جمله رضاشاه ومحمدرضا شاهد بعد از سال ۱۳۳۲ نسبتی با مشروطه‌خواهی نداشتند.

غلامعلی پاشازاده دانشیار تاریخ دانشگاه تبریز-نیز در این همایش، به تشریح ابعاد فرهنگی، اجتماعی وسیاسی کتاب «غوغای تبریز- پرداخت و افزود: مردم تبریز در عصر مشروطه در راستای حق طلبی و عدالت خواهی یونچه خوردند ولی ایستادگی کردند.

در بعد هویتی و مشارکتی جایگزینی مفهوم «وعیت» با «شهروند» آغاز سیاست‌ورزی اجتماعی و شکل‌گیری هویت جدید مدنی در برابر ساختارهای تبعیض‌آمیز سنتی، از دیگر نتایج مهم این نهضت بود.
استاندار آذربایجان‌شرقی با بیان اینکه بسیاری از مفاهیم بنیادین مشروطه در جمهوری اسلامی نیز استمار یافته است، گفت: اصولی همچون حاکمیت مردم، نهاد انتخابات، تدوین قانون اساسی، نظارت حقوقی و تلاش برای شفافیت و پاسخگویی در نظام اجرایی کشور، همگی ریشه در جوهره مشروطه‌خواهی دارند. وی به اهمیت برگزاری همچون همایش هایی در راستای تبیین دستاوردهای نهضت مشروطه تأکید کرد و گفت: برگزاری بزرگداشت‌هایی همچون «نخستین نشست ملی مشروطه‌پژوهی» که به ابتکار استاد سبحان‌الهی استاندار وقت آذربایجان‌شرقی و با حمایت دانشگاه‌ها و مراکز علمی در استان، می‌تواند فرصتی برای بازاندیشی در نسبت امروز ما با مشروطه و درس‌آموزی از تجربه‌های موفق و ناموفق آن باشد.
محمدجواد کاشی استاد علوم سیاسی دانشگاه علامه طباطبائی نیز در این همایش، انقلاب مشروطه را سرآغاز تأسیس جامعه نوین ایرانی دانست و گفت: نهضت مشروطه به مفهوم تأسیس یعنی بنای تازه نهادن و گوشودن برای اجتماع سیاسی است. وی با بیان اینکه مشروطه از جهت بروز و ظهور حوادث، رویدادها و سرزندگی‌ها یک مفهوم بی‌نهایت است، ادامه داد: رویدادهایی همچون عقب‌ماندگی ایران در آموزش و پرورش، قحطی و توسعه و همچنین ایران در جنگ های مختلف از روس ها شکست های مفتضحانه‌ای خورده بودند.

وی با بیان اینکه نهضت مشروطیت روایت های محدود و کلیشه‌ای دارد، افزود: دو تا روایت کلیشه شده از طرف تجدیدخواهان و محافظه‌کاران سنتی از مشروطیت بجا مانده که در اذهان عمومی مردم تأثیرگذارند، روایت‌هایی که مادیت پیدا کرده و اثر تاریخی گذاشته‌اند. مقصود فراسط‌خواه، استاد جامعه‌شناسی موسسه پژوهش و برنامه‌ریزی آموزش عالی

مشروطیت را می‌توان به‌عنوان نقطه عطفی در فرآیند شکل‌گیری حکومت قانون و مشارکت مردمی دانست، وی ادامه داد: نهضتی که در پاسخ به ناکارآمدی‌های ساختاری، بی‌عدالتی مزمن، عقب‌ماندگی نهادی و انسداد سیاسی شکل گرفت و بویژه در تبریز و آذربایجان چهره‌ای عمل‌گرایانه و مؤثر به خود گرفت. وی به نقش اساسی و بنیادین تبریز- آذربایجان و به‌ویژه شهر تبریز، نقشی فراتر از یک کانون نظری ایفا کردند، نقشی میدانی، مقاومتی و استمرارمحور در دفاع از مشروطه که اگر تهران مرکز فرمان و سیاست‌گذاری بود، تبریز مرکز مقاومت، هزینه‌دادن و استمرار آرمان‌های عدالت‌خواهانه و قانون‌گرایانه به شمار می‌رفت و همچنین در دوران استبداد صغیر، این تبریز بود که ایستاد، فکشاندا، اقتصادی و نظامی را تاب آورد و اجازه نداد پرچم عدالت و قانون بر زمین بماند.

پزشکیان از انحراف در جمهوریت و اسلامیت جلوگیری کرد

سرمدت با بیان اینکه دکتر پزشکیان با پیروزی در انتخابات ریاست جمهوری از انحراف در جمهوریت و اسلامیت جلوگیری کرد، ادامه داد: مردم آذربایجان و تبریز همچون نهضت مشروطیت با اثرگذاری خود در انتخابات ریاست جمهوری و در این‌ راستا انتخاب مسعود پزشکیان بعنوان رییس جمهور ایران موفق شدند، بار دیگر تاریخ‌سازی کنند.

وی تاثیر مشروطه بر ابعاد نهادی، فرهنگی و اجتماعی، هویتی و مشارکتی تاریخ سیاسی ایران را تشریح کرد و گفت: نهضت مشروطه در بعد نهادی شکل‌گیری مجلس شورای ملی، تأسیس دیوان محاسبات و نهادهین‌سازی کنترل قدرت در چارچوب قانون، از مهم‌ترین دستاوردهای مشروطیت بود، در بعد فرهنگی و اجتماعی ارتقای سطح آگاهی عمومی، گسترش مطبوعات، رشد فضای نقد، و ورود لایه‌های جدیدی از علما، روشنفکران و طبقه متوسط به عرصه سیاست، زمینه‌ساز تحولی در ساخت اجتماعی شد. وی ادامه داد: همچنین

تمدید دو هفته‌ای مهلت ارسال آثار جشنواره تئاتر کوتاه ارسباران

جشنواره سراسری تئاتر کوتاه ارسباران (قره‌داغ) قرار است از ۱۱ شهریور فعالیت خود را آغاز کند. دبیرخانه این جشنواره با توجه به استقبال فعالان حوزه تئاتر در سراسر کشور، مهلت ارسال آثار به این جشنواره را دو هفته دیگر نیز تمدید کرد. در پی استقبال گسترده هنرمندان تئاتر از سراسر کشور، مهلت ارسال آثار به هفدهمین دوره جشنواره سراسری تئاتر کوتاه ارسباران (قره‌داغ) به مدت دو هفته دیگر تمدید شد.

این جشنواره که از آن به‌عنوان مهم‌ترین رویداد تئاتر کوتاه ایران یاد می‌شود، از ۱۱ تا ۱۵ شهریور ۱۴۰۴ به میزبانی شهرستان اهر در منطقه خوش‌آب‌وهوای قره‌داغ برگزار خواهد شد و بستری برای نمایش خلاقیت‌های هنرمندان جوان و حرفه‌ای از سراسر کشور فراهم می‌آورد.

مدیریت جشنواره را نعمت‌الله پایان، مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی آذربایجان شرقی بر عهده دارد و الیاس ممی‌پور، رئیس اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی اهر به‌عنوان دبیر جشنواره، به همراه معین جعفری، هنرمند جوان و دبیر اجرایی، مسئولیت برگزاری این دوره را عهده‌دار هستند. تمدید مهلت ارسال آثار فرصتی مغتنم برای آن دسته از گروه‌های نمایشی است که در تدارک آماده‌سازی آثار خود بوده و قصد حضور در این رویداد ملی را دارند.