

پیام آذربایجان

شنبه ۱۵ شهریور ۱۴۰۴ / ۱۳ ربیع الاول ۱۴۴۷ / سال بیست و دوم / شماره ۳۶۴۴ / ۸ صفحه / قیمت ۲۰ هزار تومان

شما هم با نخریدن تاج گل، زندانی آزاد کنید

تبریز، شهری که همواره با عنوان «شهر اولین‌ها» شناخته می‌شود، بار دیگر با ابتکاری انسانی و ارزشمند، نام خود را در دل مردم ماندگار کرده است. این بار، خانواده‌های داغدار و عزادار، به جای صرف هزینه‌های گزاف برای تاج‌گل‌های پرزرق‌وبرق و گذرا، تصمیم گرفته‌اند که این سرمایه را صرف آزادی زندانیان جرائم غیرعمد کنند؛

حرکتی که هم یاد عزیزان از دست رفته را گرمی می‌دارد و هم زندگی را به خانواده‌های نیازمند باز می‌گرداند.

گل‌هایی که پژمرده نمی‌شوند؛ شکوفه‌هایی از مهریانی و امید

این طرح ناب و تأثیرگذار که ریشه در دل خیران و نیکوکاران تبریزی دارد، نه تنها در سطح

شهر بلکه در فضای مجازی نیز با استقبال بی‌نظیری روبرو شده است. بسیاری از مردم با تأمل و تفکر، این پرسش را مطرح کرده‌اند که چرا نباید گل‌های تحريم، به جای پژمردن در سکوت، به صدای رهایی و بخشش تبدیل شوند؟ گل‌هایی که نه تنها نماد اندوه و فقدان نیستند، بلکه یادآور محبت، همدلی و زندگی دوباره‌اند.

ادامه در صفحه ۳



از روزنامه تا دل‌ها؛ به یاد شهرزاد خستگی‌ناپذیر

معصومه شکوهی



به نام آنکه جان داد و جان گرفت... باورش سخت است، خیلی سخت، که امروز در سوگ یاران دیرینه‌ی خود بنشینیم. ۶ شهریور بود... عصر همان روز، ساعت پنج، زنگ تلفن مریم، خواهر عزیزم و هم‌اتاقی صمیمی و دیرینه‌ی شهرزاد، به صدا درآمد. صدای گریان دریا، دختر شهرزاد، در آن سوی خط بود که با بغض خفه، خبر تلخ کوچ ابدی شهرزاد را داد. تمام وجودمان یخ بست، بهت‌زده ماندیم، کوبی زمین زیر پایمان خالی شد.



شوکی بزرگ، تمام هستی‌مان را فرا گرفت. آن لحظه، دنیا در سکوت فرو رفت. چه روزهای عجیبی را گذراندیم پیش از این خبر تلخ؛ یادت هست شهرزاد، مادر مهربانت گاهی پیامک‌هایی به مریم می‌زد که از ما می‌خواست دعاگوی حالت باشیم؟ آن روزها دلشوره‌ای مبهم داشتیم، اما هرگز فکر نمی‌کردیم این دعاها، مقدمه‌ای بر وداع ابدی با تو باشد.

ادامه در صفحه ۲

در روزهای یکشنبه و چهارشنبه
آغاز پروازهای تبریز- باکو
پس از پنج سال توقف؛
گامی تازه برای رونق
گردشگری و تجارت

۲

قطعی برق؛ گریبان‌گیر
کاربران تلفن همراه
و اینترنت

۳

طغیان انواع بیماری‌ها با خشک شدن
دریاچه ارومیه

فرصت احیا اندک است



۴

وام ازدواج غیرنقدی
می‌شود

۵

آمارهای جمعیتی نشان می‌دهد که تعداد
زنان سالمند از مردان پیشی گرفته است
پیرزن‌ها بیشتر از پیرمردها
شده‌اند



۷

نغمه‌ای از خدمت
در محله‌های آذربایجان شرقی

۸

زنان مثل مردان کار می‌کنند اما حقوق کمتر می‌گیرند

* شکاف دستمزدی و شرایط نابرابر کار برای زنان کارگر بسیار زیاد است

گذرا به حضور زنان شاغل در جامعه گویای برابری جمعیت زنان و مردان شاغل است. به گفته این کارشناسان متأسفانه بخش زیادی از زنان شاغل در کارگاه‌های غیررسمی مشغول به کارند. به‌خاطر همین چون لیست بیمه‌ای برای این زنان رد نمی‌شود، آمارشان در میان زنان شاغل به‌حساب نمی‌آید. همین مسئله باعث شده تا نه‌تنها امنیت شغلی مناسبی نداشته باشند بلکه کارفرمایان به‌خاطر عدم نظارت بازرسان تامین اجتماعی براساس میل و اراده خود حقوق و دستمزد این قشر از کارگران را تعیین کنند. مدافعان حقوق کارگری می‌گویند وزارت کار باید در گام نخست با افزایش تعداد بازرسان خود از تضییع حقوق زنان کارگر جلوگیری کند. در حال حاضر تنها ۸۰۰ بازرس، کار نظارت برمحیط‌های اشتغال را در سراسر کشور انجام می‌دهند. تعداد محدودی که برای بازرسی کارگاه‌های رسمی هم کافی نیست چه برسد به کارگاه‌های غیررسمی که این روزها تعدادشان بیشتر هم شده است.

امنیت شغلی ندارند

البته گمان نکنید در کارگاه‌های رسمی وضعیت زنان کارگر بهتر از شاغلین کارگاه‌های غیررسمی است چرا که به‌خاطر قراردادهای کوتاه‌مدت، این زنان هم امنیت شغلی مناسبی ندارند. زهرا ۳۸ ساله است، به تازگی در یکی از شرکت‌های خصوصی بخش صنعت مشغول به‌کار شده است اما این نخستین تجربه او نیست: «سه‌ماه گذشته نخستین فرزندم به دنیا آمد یک‌ماه بعد از تولد فرزندم رسماً قرارداد کاری من با مجموعه‌ای که در آن کار می‌کردم تمام شد و در مرخصی زایمان به من اعلام کردند به‌دلیل عدم‌حضور در محل کار، قرار داد تمدید نمی‌شود.

ادامه در صفحه ۵

فاطمه عسگری‌نیا



بی‌توجهی به مفاد قانونی برابری حقوق زنان و مردان و همچنین قوانین حمایتی ویژه زنان در محل اشتغال مانند مرخصی زایمان، شیردهی، ماسداری کودک زیر ۶ سال و... نه‌تنها در کارگاه‌های غیررسمی که به واسطه عدم نظارت بازرسان اداره کار از آنها بی‌مهابا این رفتارها را انجام می‌دهند بلکه حتی در کارگاه‌های رسمی هم به وفور دیده می‌شود. موضوعی که باعث شده نه‌تنها امنیت شغلی زنان تهدید شود، بلکه نارضایتی‌های شغلی هم در بین این قشر ایجاد کند. سؤالی که مطرح است این است آیا این ناعدالتی‌ها قابل پیگیری است؟ راهکار کاهش این مظالم در حق زنان کارگر چیست و چه کسانی باید به‌صورت جدی وارد میدان شوند؟

آمارها را که مرور می‌کنیم حکایت از اشتغال ۱۵ تا ۲۰ درصدی بانوان دارد. این در حالی است که به اعتقاد کارشناسان حوزه کارگری اگر تعداد زنان شاغل بیشتر از مردان نباشد کمتر نیست. گرچه کارشناسان و برنامه‌ریزان دستشان از آمار دقیق و مشخص برای اثبات این موضوع کوتاه است اما می‌گویند نگاهی

نگاهی به چالش‌ها و راهکارها از زبان عضو شورای شهر

تبریز، شهری برای زندگی نه کارگاه عمرانی

ترافیکی مانند «سه‌راهی اهر» و پروژه‌های غرب تبریز، اشاره کرد. او تأکید کرد که این پروژه‌ها به جای عجله در اجرا، نیازمند مطالعات ترافیکی دقیق و دانش تخصصی هستند.

ماده ۱۰۰ و ساخت‌وسازهای غیرمجاز؛ منبع درآمد یا ابزار کنترل؟

یکی از انتقادات صریح رشیدی به ماده ۱۰۰ قانون شهرداری‌ها بود. او این ماده را به «محل درآمدی برای شهرداری» تبدیل شده دانست و خواستار اجرای اصلاحات لازم در آن شد. همچنین، او بر لزوم کنترل بیشتر ساخت‌وسازها و بهبود وضعیت نامناسب پیاده‌روها در بسیاری از مناطق شهر تأکید کرد.

چالش‌های زیست‌محیطی و طرح تفصیلی

ادامه در صفحه ۸

مکانی برای زندگی باشد، نه کارگاه عمرانی"، خواستار اولویت‌بندی مسائل کوچک و زیرساختی شد تا کیفیت زندگی مردم بهبود یابد. او معتقد است که نگاه صرفاً عمرانی، بسیاری از ابعاد زندگی شهری را نادیده گرفته است.

مرکز پژوهش‌ها: نهادی مظلوم اما متعهد

این عضو شورای شهر تبریز از فعالیت‌های چشمگیر مرکز پژوهش‌های شورای شهر تبریز در پاسخ به بیش از ۶۰۰ سوال پژوهشی پرده برداشت و از آن به عنوان نهادی متعهد اما "مظلوم" یاد کرد که نیازمند توجه و حمایت بیشتری است.

پروژه‌های نیمه‌تمام و چالش‌های ترافیکی

رشیدی به مشکلات عدیده پروژه‌های نیمه‌تمام شهری، به ویژه پروژه‌های



روح‌الله رشیدی، عضو شورای اسلامی شهر تبریز، در نشست خبری به صراحت به چالش‌های شهری تبریز پرداخت و با تأکید بر لزوم تغییر رویکرد مدیریت شهری از صرفاً عمرانی به خدماتی و معطوف به کیفیت زندگی شهروندان، خواهان توجه بیشتر به مسائل زیرساختی و رفاهی شد.

اولویت با کیفیت زندگی، نه صرفاً ساخت‌وساز

رشیدی با بیان اینکه «تبریز باید

احیای ۵ واحد

تولیدی ورشکسته
آذربایجان شرقی توسط
سرمایه‌گذار خارجی



مدیرکل امور اقتصادی و دارایی آذربایجان شرقی از خریداری و احیا ۵ واحد ورشکسته تولیدی استان توسط سرمایه‌گذار خارجی خبر داد.

واقف بهروزی، مدیرکل امور اقتصادی و دارایی آذربایجان شرقی امروز در گفت‌وگو با خبرنگار فارس در تبریز اظهار کرد: در پنج ماهه امسال ۱۴ طرح به ارزش ۱۶۲ میلیون دلار سرمایه‌گذاری خارجی جلب شده و ۸ طرح با ۲۴ میلیون دلار جذب شده است.

وی یادآور شد: نهادهای به عنوان شورای عالی سرمایه‌گذاری در آذربایجان شرقی ایجاد شده است که تمام موضوعات مربوط به سرمایه‌گذاری خارجی در آنجا مطرح و بررسی می‌شود تا سرمایه‌گذار خارجی در چرخه بروکراسی اداری گرفتار نشود.

بهروزی با اشاره به ظرفیت‌های استان در جذب سرمایه‌گذار خارجی تصریح کرد: شناسایی مشوق‌های قانونی سرمایه‌گذاری در بخش‌های صنعت، معدن، کشاورزی، گردشگری، دانش بنیان، گمرک، مالیات، شهرک‌های صنعتی، منطقه ویژه اقتصادی سهندان و منطقه آزاد تجاری صنعتی ارس از جمله اقداماتی است که توسط مرکز خدمات سرمایه‌گذاری استان در راستای جذب سرمایه‌گذاری خارجی به صورت کارشناسی شده انجام یافته است. وی، سرمایه‌گذاران خارجی آذربایجان شرقی را از کشورهای ترکیه، امارات،

ادامه در صفحه ۳



پیام آذربایجان

شنبه ۱۵ شهریور ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۳۶۴۴

اخبار

خبر

در روزهای یکشنبه و چهارشنبه

آغاز پروازهای تبریز- باکو پس از پنج سال توقف؛ گامی تازه برای رونق گردشگری و تجارت



پروازهای مستقیم تبریز- باکو پس از پنج سال تعلیق، به همت پیگیری‌های کمیسیون گردشگری اتاق بازرگانی آذربایجان شرقی و شرکت آذرگشت ملکی پس از پنج سال تعلیق به دلیل مسائل سیاسی، برقرار شده و قرار است هفته‌ای دو بار در روزهای یکشنبه و چهارشنبه انجام شود. «محمد ملکی»، مدیرعامل شرکت آذرگشت ملکی و نایب‌رئیس کمیسیون گردشگری اتاق بازرگانی استان درباره جزئیات این پروازها گفت: پروازهای شرکت هواپیمایی آذال (AZAL) نزدیک به پنج سال به دلیل مسائل سیاسی لغو شده بود. در این مدت، کمیسیون گردشگری اتاق بازرگانی استان بارها برای بازگشت این پروازها پیگیری کرد و خوشبختانه با دستور ریاست جمهوری پس از سفر اخیرشان، شرایط برای ازسرگیری فراهم شد.

وی افزود: قرار بود این پروازها از خردادماه امسال آغاز شود اما به دلیل جنگ ۱۲ روزه، اجرای برنامه به تعویق افتاد اما از امروز ۱۲ شهریور، نخستین پرواز با ظرفیت تکمیل ۱۰۰ نفر، ساعت ۲۲ از تبریز به مقصد باکو انجام می‌شود و از این پس، هفته‌ای دو بار در روزهای یکشنبه و چهارشنبه پرواز رفت‌وبرگشت برقرار خواهد بود.

ملکی با اشاره به اهمیت این مسیر برای توسعه گردشگری و تجارت میان دو کشور گفت: علاوه بر سفر به باکو، امکان ادامه مسیر به شهرهای مهم اروپا و خاورمیانه مانند آنتالیا، بارسلون، کویت، تفلیس، ترازون، وین، مسکو، میلان و... فراهم است. این پروازها شرایط آسان‌تری برای سرمایه‌گذاران دو کشور ایجاد می‌کند و می‌تواند سهم مهمی در جذب گردشگر داشته باشد.

مدیرعامل شرکت آذرگشت ملکی همچنین بر لزوم همکاری ارگان‌های مسئول برای ارائه خدمات مطلوب به گردشگران تأکید کرد و افزود: متأسفانه در گذشته مشکلاتی در حوزه حمل‌ونقل و خدمات پزشکی باعث نارضایتی برخی توریست‌ها شده بود، ما به‌عنوان شرکت مسافرتی تمام تلاش خود را می‌کنیم و امیدواریم سایر ارگان‌ها هم با همکاری و مسئولیت‌پذیری، خاطره‌خوشی برای گردشگران رقم بزنند تا این پروازها راه ادامه دار باشند.

آسفالت‌ریزی مسیر دسترسی به

«قلعه دره‌سی» کلیدر برای توسعه گردشگری

نماینده مردم کلیدر، هوراند و خداآفرین در مجلس شورای اسلامی از آسفالت‌ریزی مسیر پنج کیلومتری دسترسی به «قلعه دره‌سی» کلیدر خبر داد. به‌پنجم رضوانی نماینده مردم کلیدر، هوراند و خداآفرین در مجلس شورای اسلامی در گفت‌وگو با خبرنگاران از اجرای پروژه آسفالت‌ریزی مسیر دسترسی به «قلعه دره‌سی» در شهرستان کلیدر خبر داد. وی اظهار داشت: این مسیر دسترسی که حدود پنج کیلومتر طول دارد، به صورت ویژه آسفالت‌ریزی شده است.

این نماینده مجلس با اشاره به اهمیت توسعه زیرساخت‌های گردشگری در منطقه، افزود: به زودی اخبار خوش دیگری در این زمینه به علاقه‌مندان و مردم استان آذربایجان شرقی ارائه خواهد شد. گفتنی است این اقدام در راستای توسعه امکانات و تسهیل دسترسی به یکی از جاذبه‌های طبیعی منطقه صورت گرفته و انتظار می‌رود نقش مؤثری در رونق صنعت گردشگری در استان آذربایجان شرقی ایفا کند.

آگهی مفقودی

پروانه بهداشتی کارگاه به شماره تاسیس و بهره‌برداری ۲۱/۱۲۷۳ کسب و کار نان لواش به تاریخ بهره برداری۱۳۹۵/۱۰/۱۴ ومجوز فعالیت ۰۵۱۳۴۶۲۶ به نام آقای علی راشدی و با شماره ملی ۱۷۲۸۹۱۲۱۷۲به نشانی تبریز باغمیشه شیت ۴ روبروی بازار ماهی مفقود شده و فاقد اعتبار است.

آگهی مفقودی

شناسه نظارت بهداشتی به شماره شناسه نظارت بهداشتی ۰۱/۱۲۷۳۲۱ کسب و کار نان لواش (نان کامل برکت تبریز) به تاریخ صدور ۱۳۹۳/۱/۱۴ ومجوز فعالیت ۰۵۱۳۴۶۲۶ به نام آقای علی راشدی و با شماره ملی ۱۷۲۸۹۱۲۱۷۲ به نشانی تبریز باغمیشه شیت ۴ روبروی بازار ماهی مفقود شده و فاقد اعتبار است.

۲

موتورهای بی‌صدا بلای جان عابران

در گذشته، وقتی موتورسواران متخلف، نظم پیاده‌روها را با ورود به حریم عابران برهم می‌زدند، چون آگزوزهای پرسروصدایی داشتند، عابران بخت‌برگشته را از تخلف خود خبردار می‌کردند و خلاصه ماجرا معمولاً ختم به خیر می‌شد. اما در این روزها و با ظهور موتورهای برقی بی‌سرو صدا، ماجرا



نفر معادل یک پنجم از مجموع ورنی بافان استان در شهرستان اهر فعالیت می‌کنند.

وی افزود: به واسطه اینکه اهر مرکز تولید اصلی ورنی در استان و کشور است و مرکز تهیه مواد اولیه ورنی و مرکز فروش نیز در این شهرستان مستقر است از این رو این شهر را در سال ۱۳۹۹ نامزد شهر ملی ورنی کردیم و این شهر توانست با همراهی هنرمندان و با حمایت مسئولان شهرستان اهر و همچنین با حمایت مسئولان استان، به این عنوان ملی دست یابد. وی گفت: نزدیک به یک‌هزار و ۵۰۰ نفر نیز در سایر رشته‌های صنایع دستی در شهرستان اهر فعال هستند.

حمزه زاده به رشته گره چینی در آذربایجان شرقی و قرار گرفتن آن در معرض منسوخ شدن اشاره کرد و افزود: هنرمندان شهرستان اهر مجدداً این هنر را احیاء کردند و در جشنواره فجر صنایع دستی کشور از بیش از هشت هزار آثار

پایش تولید گیاهان مقاوم به شوری در بخش ایلخچی اسکو



انکارناپذیر در تضمین امنیت غذایی و تدام فعالیت کشاورزان است. وی افزود: در این بازدید کارشناسان زراعت جهاد کشاورزی، وضعیت رشد و سازگاری بوته‌های کوشیا را بررسی و بر ظرفیت بالای این گیاه برای کشت در اراضی شور و نیمه‌خشک و نقش آن در بهره‌وری پایدار تأکید کردند. فرشایفان افزود: گیاه کوشیا از خانواده

ادامه از صفحه اول

از روزنامه تا دل‌ها؛

به یاد شهر زاد خستگی‌ناپذیر



و همکارانمان که در مراسم خاکسپاری حضور نداشتند، در دفتر روزنامه "مه‌د آزادی" برایت سنگ تمام گذاشتند. هرچند جسمت در کنارشان نبود، اما روح‌ت آنجا حاضر بود. آن‌ها مراسم سوگواری کوچکی برگزار کردند و با نثاری از فاتحه و صلوات، یادت را گرمی داشتند؛ گویی می‌خواستند نشان دهند که جایگاهت در قلب و ذهنشان تا ابد محفوظ است.

شهرزاد عزیزم، رفتی و جای خالیت در قلب من، مریم و تمام همکارانت تا ابد باقی خواهد ماند. اما یادت، خاطرات و خستگی‌ناپذیری‌ت، تا همیشه در ذهن و قلب ما زنده خواهد بود. روح شاد و یاد گرامی، ای دوست دیرینه‌ی من...

مثلاً همین چند روز پیش، ۲ نوجوان را دیدم که سوار بر موتوری بی‌صدا، در پیاده‌رو ویراز می‌داندند و سالمندی را حسابی ترساندند. این زنگاری را با هوش مصنوعی طرح کردم و پاسخی خنده‌دار و عجیب داد؛ گفت که از این به بعد کسانی که در پیاده‌رو تردد می‌کنند، باید به آینه‌بغل هم مجهز شوند تا حین تردد، نگران صدمه‌دیدن از موتورسواران بی‌سروصدای پشت سرشان نشوند و این تصویر را هم به‌عنوان نمونه برای من منتشر کرد که شما هم آن را می‌بینید!

مدیرکل میراث فرهنگی آذربایجان شرقی:

ثبت جهانی بقعه شیخ شهاب‌الدین اهری در حال انجام است

در آذربایجان شرقی

مدیر صندوق کارآفرینی امید استان آذربایجان شرقی نیز در این مراسم از پرداخت ۴۰ میلیارد ریال تسهیلات ارزان قیمت به فعالان حوزه صنایع دستی در استان آذربایجان شرقی گفت: این رقم در

نمایشگاه صنایع دستی سال گذشته برای فعالان حوزه صنایع دستی در استان آذربایجان شرقی با تشکیل پرونده در عرض یک ربع ساعت پرداخت شده است. وی افزود: در سال گذشته در نمایشگاه

صنایع دستی، هنرمندان استان ۷۰ میلیارد ریال فروش داشتند که ۴۰ میلیارد ریال آن با پرداخت تسهیلات صندوق کارآفرینی امید بود. حدادی گفت: در سال گذشته به واسطه عملکرد خوبی که صندوق کارآفرینی استان داشت، امسال بیش از ۱۸ درصد منابع سیستم بانکی استان از تصره ۱۸ به صندوق کارآفرینی امید تخصیص یافته است و با هفت دستگاه قرارداد

عاملیت داریم. در این مراسم از آثار برتر هفت هنرمند در بخش‌های بافت، طرح و رنگ و ایده، نوآوری و خلاقی‌ت تجلیل شد. نمایشگاه صنایع دستی هنرمندان استان‌های مختلف کشور تا ۱۵ شهریور برای بازدید مردم در محوطه پارک و بقعه شیخ شهاب الدین اهری برپاست.

یادداشت

تبریز کجای جنگ بود

رقیه غلامی

در جنگ ۱۲ روزه اخیر که رژیم صهیونی متجاوز حملات خود را به کشورمان آغاز کرد، تبریز کجای این جنگ قرار داشت. واضح است که همه به عینه دیده دیدند پس از تهران بیشترین حملات به تبریز این شهر شهید پرور و عالم پرور بوده و با تقدیم ۶۲ شهید پس از تهران و لرستان بیشترین شهدا را این خطه داشته است. شهری که از روزگاران قدیم حوادث سختی را از سر گذراند، رنج‌های فراوان دیده، بی مهربی‌ها کشیده و در فراز و نشیب تاریخ سینه سیر کرده و علم آزادی، آزادیگی و مردانگی برافراشته است.

سینه داغ دیده این شهر کهن پراز روایت های قهرمانی و روزهای جانفشانی است چنان که در تاریخ کشورمان در ادوار گذشته و از سال های دور این واقعیت که نه افتخار بزرگ در جراید ثبت و ضبط شده است، اما امروز آنچه جای حیرت دارد جای خالی نقش این شهر کهن و مردم آن در تاریخ دفاع کشورمان بخصوص در جنگ ۱۲ روزه اخیر است که در میان محورهای موضوعی ششمین جشنواره مطبوعات، خبرگزاری ها و پایگاه‌های خبری آذربایجان شرقی از قلم افتاده است. موضوعی که باید توجه داشت فرهنگ دفاع فقط یک عقیده مذهبی و اسلامی نیست بلکه تعهد انسانی است که اگر به آن توجه نشود نسل جوان و آینده با چه پشتوانه فکری در برابر دشمنان این خاک و بوم سینه سیر خواهند کرد. باید واقعیت را قبول کرد دشمنی دشمنان همچنان باقی است و در برابر این دشمنی واقعیت دفاع و مقاومت را نیز باید پذیرفت و تقویت کرد همان واقعیتی که در جنگ ۱۲ روزه علاوه بر نمایش اقتدار کشورمان در تامین امنیت نظامی، غذایی، امدادی و خدماتی، سرمایه ارزشمند انسجام ملی را از میان سال‌های غبار گرفته به ظهور رساند. حالا جای این سوال است که آیا مسئولان برگزاری این جشنواره طرح آن را پیش از جنگ سیاست گذاری و پس از آن بدون بررسی منتشر کرده اند و یا پس از جنگ طرح ریزی و از این موضوع در میان محورها غفلت کرده‌اند.

مدیرکل تعزیرات حکومتی آذربایجان شرقی از جریمه ۳۱ میلیارد ریالی فروشنده موادسوختی یارانه‌دار به علت رعایت نکردن ضوابط تعیینی دولت در شهرستان شبستر خبر داد. صمد حضرتی، مدیرکل تعزیرات حکومتی آذربایجان شرقی اظهار کرد: به پرونده مقدار ۳۷ هزار لیتر موادسوختی یارانه‌دار به ارزش ۱۰ میلیارد و ۵۰۸ میلیون ریال در شعبه بدوی تعزیرات حکومتی شیستر رسیدگی

جریمه ۳۱ میلیارد ریالی فروشنده غیرمجاز سوخت در شبستر

شد. مدیرکل تعزیرات حکومتی آذربایجان‌شرقی افزود: شعبه با بررسی مدارک موجود در پرونده و اخذ دفاعیات متخلف، اتهام فروش غیر مجاز را محرز دانسته، متخلف را با احتساب ارزش مال از دست رفته به پرداخت ۳۱ میلیارد و ۵۲۵ میلیون ریال جزای نقدی معادل سه برابر ارزش کالا محکوم کرد. حضرتی گفت: پرونده این تخلف را بازرسان شرکت نفت، به اداره تعزیرات حکومتی ارسال

قطعی برق؛ گریبان گیر کاربران تلفن همراه و اینترنت



قطعی برق حتما باعث کاهش کیفیت خدمات ارایه شده به مردم می‌شود و برای اینکه یک ارتباط مناسب و با کیفیت به مردم ارائه شود سایت و بی تی اس مورد نظر در منطقه باید به فعالیت خود ادامه دهد اما به دلیل قطعی برق باتری‌های موجود در سایت ها تا یک بازه زمانی کوتاه روشن خواهد ماند.

اما باید به این نکته توجه کرد این باتری‌ها قرار نیست مساله ناترازی برق را حل کنند، بلکه قرار است آسیب ندیدن تجهیزات داخل سایت بواسطه قطعی‌های پیش بینی نشده را در حد نیم ساعت را مدیریت کنند. بررسی‌ها نشان می‌دهد تقریباً تمام سایت‌های موبایل باتری‌های پشتیبان دارند، اما کاربرد این باتری‌های پشتیبان برای مواقع اضطراری است و در تمام دنیا این استاندارد برای مواقع اضطراری طراحی شده است، یعنی برای وقتی که به هر علتی چند دقیقه یا در حد نیم ساعت برق یک سایت قطع شد، این باتری بتواند در آن مدت زمان انرژی سایت را تامین کند.

در حال حاضر با وجود اطلاع رسانی و تلاش برای برقراری ارتباطات با کیفیت، برخی کاربران همچنان از مشکل آتن‌دهی خطوط تلفن همراه گلهمند هستند؛ به گونه‌ای که بلافاصله با قطعی برق اینترنت و برقراری تماس تلفن با مشکل روبرو می‌شود. حتی چند دقیقه خاموشی برق در مراکز حساس مخابراتی، می‌تواند موجب از دست

کردند. مدیرکل تعزیرات حکومتی آذربایجان‌شرقی از جریمه ۱۲ میلیارد ریالی قاچاقچی حاملان انواع داروی ایرانی یارانه‌دار در مراغه خبر داد. صمد حضرتی متذکر شد: به پرونده مقادیر زیادی داروی یارانه دار ایرانی به ارزش چهار میلیارد و ۲۶۸ میلیون ریال در شعبه بدوی تعزیرات حکومتی مراغه رسیدگی شد.

۳

ایراتورها به‌طور دائم باتری‌ها را به‌روز و تعویض می‌کنند، باز کشف این اتفاق را نمی‌دهد و ضرر بسیار زیادی هم از این نظر به ایراتورها وارد می‌شود. در مورد اینکه آیا باتری‌های خارجی بهتر از داخلی هستند، اطلاعات خاصی وجود ندارد، ولی آن‌ها هم استاندارد خاص خود را دارند و برای شرایطی که تعداد زیاد شارژ و دشارژ وجود دارد، طراحی نشده‌اند و عمر مفید دارند. مدت زمان تعویض باتری‌ها بستگی به خود باتری، محلی که در آن قرار می‌گیرد و میزان قطعی برق دارد. همچنین مدت زمان تعویض باتری‌ها بستگی به خود باتری، محلی که در آن قرار می‌گیرد و میزان قطعی برق دارد.

تحریم؛ چالش اصلی تأمین باتری‌های جدید

چالش‌های حوزه ارتباطات به قطعی برق و باتری سایت ها محدود نمی‌شود و تحریم‌ها و چالش‌های واردات باتری مورد نیاز نیز مطرح است؛ فاطمه مهاجرانی سخنگوی دولت اخیرا توضیح داده است که متأسفانه باتری‌های مورد نیاز در فهرست اقلام تحریمی قرار دارند. بنابراین علت اصلی قطع آنتن‌های موبایل در زمان قطعی برق فرسودگی باتری‌ها است. به گفته وی هماهنگی‌های لازم بین وزارتخانه‌ها تا حد امکان انجام شده، اما می‌توان این موضوع را به عنوان پیشنهادی رسمی به وزارتخانه‌ها ارائه داد تا بررسی‌های بیشتری صورت گیرد.

به دلیل ناترازی و قطعی هر روزه برق به مدت دو ساعت، باتری سایت‌ها کاملا دشارژ و مجدد شارژ می‌شود و یک باتری که براساس استاندارد باید چندسال عمر کند ممکن است عمرش به چند ماه کاهش پیدا کند. البته از هزینه این باتری‌ها که زیاد است نباید غافل شد و با وجود اینکه

در حال حاضر با وجود اطلاع رسانی و تلاش برای برقراری ارتباطات با کیفیت، برخی کاربران همچنان از مشکل آتن‌دهی خطوط تلفن همراه گلهمند هستند؛ به گونه‌ای که بلافاصله با قطعی برق اینترنت و برقراری تماس تلفن با مشکل روبرو می‌شود. حتی چند دقیقه خاموشی برق در مراکز حساس مخابراتی، می‌تواند موجب از دست

پیام آذربایجان

شنبه ۱۵ شهریور ۱۴۰۴

سال بیست و دوم / شماره ۲۶۴۴

اقتصاد

خبر

اخذ مجوز ساخت ۱۲۰۰ سامانه پنچ کیلوواتی نیروگاه خورشیدی توسط جهاددانشگاهی آذربایجان شرقی



رئیس سازمان جهاددانشگاهی آذربایجان شرقی از اخذ مجوز ساخت یکهزار و ۲۰۰ مورد سامانه پنچ کیلوواتی طرح حمایتی نیروگاه‌های خورشیدی متصل به شبکه توسط مرکز خدمات تخصصی انرژی‌های تجدیدپذیر سازمان جهاددانشگاهی استان از ساتبا (سازمان انرژی‌های تجدیدپذیر و بهره‌وری انرژی برق) خبر داد.

علی اصغر قاضی‌فر اظهار کرد: مرکز خدمات تخصصی انرژی‌های تجدیدپذیر این سازمان در بیش از یک دهه گذشته، پیشگام توسعه نیروگاه‌های خورشیدی در کشور بوده است، در شرایطی که بحران ناترازی انرژی به یکی از چالش‌های اساسی کشور تبدیل شده، جهاددانشگاهی استان با اجرای پروژه‌های نوآورانه در حوزه انرژی‌های تجدیدپذیر، گام‌های مؤثری در مسیر توسعه پایدار در این حوزه برداشته و تاکنون در ۱۲ استان کشور نیروگاه‌های خورشیدی توسط متخصصان این سازمان طراحی، نصب و اجرا شده است.

رتبه برتر بانک رفاه کارگران در بین

شرکت‌ها و موسسه‌های تابعه

سازمان تامین اجتماعی

بانک رفاه کارگران در تداوم روند توسعه‌ای و پیشبرد برنامه‌های تحولی خود در سال‌های اخیر، مناسب‌ترین عملکرد را در بین شرکت‌ها و موسسه‌های تابعه سازمان تامین اجتماعی داشته است.

در تازه‌ترین ارزیابی صورت گرفته از عملکرد این شرکت‌ها و موسسه‌ها که مربوط به بازه زمانی سه ماهه ابتدایی سال جاری می‌شود، بانک رفاه کارگران با کسب امتیاز نهایی ۸۱/۲۷ جایگاه نخست را به خود اختصاص داد. امتیاز نهایی این بانک در مدت مشابه سال گذشته ۷۰/۵۰ بود که در سال جاری افزایش قابل توجهی را تجربه کرد. ارزیابی عملکرد شرکت‌ها و موسسه‌های تابعه سازمان تامین اجتماعی بر اساس ۶۲ شاخص در چهار منظر مالی، مشتری(ذینفعان)، فرایندهای داخلی و یادگیری و رشد (زیروساخت) صورت می‌گیرد.

ارسال ۳۸۹ پرونده تخلف ساختمانی

به ماده ۱۰۰ در منطقه ۹ تبریز

شهردار منطقه ۹ تبریز از ارسال ۳۸۹ مورد تخلفات ساختمانی به کمیسیون ماده صد از ابتدای سال جاری خبر داد. اکبردنیادوست با بیان اینکه در سال جاری در مجموع ۳۸۹ رأی از سوی کمیسیون ماده صد صادر شده است، افزود: بیشترین آرای صادره مربوط به تخریب با ۱۵۲ رأی و سپس جریمه با ۱۲۹ رأی بوده و این امر نشان‌دهنده عزم جدی شهرداری در برخورد قانونی با تخلفات ساختمانی است. وی همچنین خاطرنشان کرد: در این مدت، ۹۴ پرونده با رأی قبول و ۱۴ پرونده با رأی تبدیل به حالت اولیه مختومه شده است. وی با تأکید بر اینکه رعایت ضوابط ساخت‌وساز و حفظ حقوق شهروندان در اولویت کاری شهرداری قرار دارد.

احیای ۵ واحد تولیدی ورشکسته آذربایجان شرقی توسط سرمایه‌گذار خارجی

بهر روزی با بیان اینکه تعداد طرح‌های سرمایه‌گذاری خارجی آذربایجان‌شرقی در سال گذشته نسبت به متوسط سه سال گذشته ۸۰ درصد افزایش داشته است، ادامه داد: یک سرمایه‌گذار چینی در سال ۱۴۰۱ اقدام به سرمایه‌گذاری در استان ما کرد، اکنون نیز برای تشویق و حمایت‌هایی که انجام دادیم، تصمیم گرفت و سرمایه‌گذاری جدیدی به ارزش ۷۵ میلیون دلار در فولاد انجام داد و

جذب سرمایه‌گذاری خارجی در استان یادآور شد: اقدامات مؤثری در راستای بازاریابی بین‌المللی با هدف جذب سرمایه‌گذاری در استان انجام گرفته است که از آن جمله می‌توان به پذیرش ۷ هیأت سرمایه‌گذاری از کشورهای ترکیه، چین، آفریقای جنوبی، آلمان، هند، انگلستان و برگزاری نشست‌های مختلف با هیئت‌های اقتصادی این کشورها اشاره کرد.

کره‌جنوبی، چین و ارمنستان اعلام کرد و گفت: این سرمایه‌گذاران در حوزه فولاد، نساجی، کیسه‌های خاص محموله‌های پتروشیمی، آلومینیوم، گلخانه، لوله‌های مسی، طلا، نیروگاه خورشیدی، روغن خوراکی، شیرینی و شکلات و... واحدهای تولیدی را ایجاد کرده‌اند.

نماینده وزیر اقتصاد در آذربایجان‌شرقی با اشاره به اقدامات انجام شده در زمینه

شما هم با نخریدن تاج گل، زندانی آزاد کنید

موسی خلیل‌اللهی، رئیس کل دادگستری استان آذربایجان شرقی با افتخار از نقش بی‌بدیل ستاد دیه استان در آزادی زندانیان جرائم غیرعمد سخن گفت و تأکید کرد: ستاد دیه استان، با همراهی خیران بزرگوار و مردم نیک‌اندیش، تبدیل به الگویی بی‌نظیر و سرآمد در کشور شده است که برکات فراوانی را به ارمغان آورده است. وی افزود: در جشن‌های گلریزان امسال، قریب به ۵۰ میلیارد تومان کمک‌های مردمی جمع‌آوری شده است. فرهنگ غنی و والای مردم استان، چنان است که حتی صاحبان عزا بخشی از هزینه‌های مراسم خود را با سخاوت تمام به آزادی زندانیان غیرعمد اختصاص می‌دهند؛ این نشانه‌ای زیبا از همدلی و نوع‌دوستی است که در دل جامعه ما ریشه دارد.

رئیس کل دادگستری استان ادامه داد: در سال گذشته از محل هزینه تاج گل مراسم‌های ترحیم برای آزادی زندانیان توانستیم ۲۰۸ نفر از زندانیان غیرعمد را با صرف ۶۲ میلیارد تومان آزاد کنیم. امسال نیز با تلاش‌های ستاد و حمایت‌های بی‌دریغ مردم، ۲۰۸ نفر دیگر با مبلغ ۲۱ میلیارد و ۷۵۰ میلیون تومان از بند رهایی یافتند.

موسی خلیل‌اللهی خاطرنشان کرد: این اقدامات ارزشمند نه تنها زندگی افراد بسیاری را متحول کرده، بلکه پیوندهای انسانی و اجتماعی را مستحکم‌تر ساخته و بار دیگر ثابت کرده است که در کنار هم بودن، کلید فتح مشکلات بزرگ است.

تبریز، این شهر ماندگار در تاریخ ایران، نه

تنها در عرصه‌های علمی، فرهنگی و اجتماعی پیشگام بوده است، بلکه همواره در مسیر انسان‌دوستی و نوع‌دوستی نیز گام‌های بلندی برداشته است. در سال‌های اخیر، یکی از زیباترین جلوه‌های این انسان‌دوستی را می‌توان در حرکت خیرخواهانه‌ای دید که هزینه تاج‌گل‌های مراسم ترحیم را صرف آزادی زندانیان غیرعمد کرده است.

این اقدام شریف و ارزشمند، نشانه‌ای است از قلب بزرگ و روح پاک مردمی که یاد عزیزان را با نیکی و محبت گرامی می‌دارند و در عین حال به زندگی دیگر هموطنان خود امید می‌بخشند. تاج‌گل‌هایی که به جای پژمردن در سکوت، به شکوفه‌های رحمت و رهایی بدل شده‌اند، گواهی است بر آن که در تبریز، همواره عشق و مهریانی بر سختی‌ها و ناگواری‌ها پیروز است. چند سالی است که این سنت زیبا، در این شهر که شهر اولین‌هاست، به نمادی از همدلی و همبستگی اجتماعی تبدیل شده؛ جایی که یاد و خاطره درگذشتگان، با نیکوکاری و دست‌یاری به نیازمندان، در هم آمیخته و اثری ماندگار بر جای می‌گذارد. تبریز، بار دیگر نشان داده که هر گل و هر یادبودی می‌تواند چراغ راهی باشد برای انسانی که نیازمند آزادی و زندگی دوباره است.

و این است داستان تبریز؛ شهری که نه فقط پیشرو در علم و فرهنگ، بلکه پیشرو در دل‌های پاک و مهربان است؛ شهری که با هر گامی در مسیر خیر، جلوه‌ای دیگر از عظمت و بزرگی خود را به نمایش می‌گذارد.

نقش تسهیل‌گری ستاد دیه

در این‌بین نقش ستاد دیه در تسهیل‌گری این موضوع را نمی‌توان نادیده گرفت. ستادی که موسی خلیل‌اللهی، رئیس کل دادگستری آذربایجان شرقی در گفتگو با خبرنگار فارس، پایه‌گذار آن را شهید اسدالله لاجوردی عنوان می‌کند. مردی که در سال ۱۳۶۹ نخستین جرقه این سنت حسنه را روشن کرد و پایه‌گذار ستاد دیه شد.

۶۹۰ زندانی جرائم غیرعمد استان چشم به راه خیران

طبق گفته مسؤولان، هم اکنون ۶۹۰ زندانی جرائم غیرعمد استان چشم‌به‌راه خیران هستند. برای آزادی این افراد نیز نزدیک به ۸۰ میلیارد تومان نیاز است. باید در نظر داشت هر تاج‌گلی که در این مسیر صرفه‌جویی می‌شود، گرهی از کار انسانی گرفتار می‌گشاید و چراغی از امید را در خانه‌ای خاموش، روشن می‌سازد.

اینجا آذربایجان‌شرقی است و مهریانی همچو همیشه در آن جاری‌ست. در فرهنگ این دیار، هیچ قلبی نیست که با کلید سخاوت گشوده نشود. حالا سنت آزادی زندانی به‌جای خرید تاج‌گل عزا می‌تواند به‌عنوان الگویی نیکو به دیگر استان‌های کشور نیز تسری یابد.

از اولین‌ها تا مهریانی‌ها، تبریز شهر گل‌های رهایی

ادامه از صفحه اول

ادامه از صفحه اول



پیام آذربایجان

شنبه ۱۵ شهریور ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۶۴۴

محیط زیست

دریاچه مصنوعی جایگزین دریاچه ارومیه می شود

شهردار ارومیه از برنامه ریزی و ساخت دریاچه مصنوعی با آب شور در حاشیه دهکده ساحلی چیچست تا پایان سال آینده خبر داد. آیدین رحمانی در رابطه با برنامه های شهرداری برای احیای دریاچه ارومیه گفت: در کنار ستاد احیای دریاچه ارومیه، با دستور استاندار ، دانشگاه ارومیه به عنوان متولی این امر، برنامه های نوینی برای احیا

شهردار ارومیه از برنامه ریزی و ساخت دریاچه مصنوعی با آب شور در حاشیه دهکده ساحلی چیچست تا پایان سال آینده خبر داد. آیدین رحمانی در رابطه با برنامه های شهرداری برای احیای دریاچه ارومیه گفت: در کنار ستاد احیای دریاچه ارومیه، با دستور استاندار ، دانشگاه ارومیه به عنوان متولی این امر، برنامه های نوینی برای احیا

دریاچه ارومیه از لجن آن نیز استفاده کنند.رحمانی افزود: در حال حاضر این طرح در دستور کار ما بوده و در مرحله برآورد هزینه ها هستیم که در صورت نهایی شدن این طرح، به مرحله بهره برداری می رسد.وی در پاسخ به این سوال که آب این دریاچه چگونه تامین می شود گفت: آب های زیرزمینی در زیر دریاچه و چشمه های موجود، قابل ترمیم هستند که در صورت لایروبی به آب می رسیم از سوی دیگر با هدایت، بخشی از آب رودخانه منتهی به دریاچه، آب دریاچه مصنوعی، تامین خواهد شد.

طغیان انواع بیماری ها با خشک شدن دریاچه ارومیه

فرصت احیا اندک است



تاکنون تجربه نکرده، یکبارہ قرار است دمای بالای ۴۲ درجه را تجربه کند قطعاً مصرف آب شرب، مصرف آب کشاورزی و مصرف آب صنایع آن افزایش خواهد یافت و در همه زمینه ها مصرف آب و انرژی بالا خواهد رفت. وی گفت: ارزش ذاتی دریاچه ارومیه به عنوان یک المان (نماد) مهم در اکوسیستم منطقه غیر قابل ارزش گذاری و غیر قابل تعیین است در حال یکه ما تجربه خشک شدن دریاچه آرال را دیده ایم.

مدیر موسسه آب دانشگاه تهران ادامه داد: اگر به خاطر زیاده روی در تولید کشاورزی در منطقه این سرنوشت اسفبار برای دریاچه ارومیه مانند دریاچه آرال رقم زده شود، تبعات آن باعث از بین رفتن کل استان های آذربایجان غربی و شرقی خواهد شد.

زهرایی خاطرنشان کرد: تبعات خشکی شدگی دریاچه ارومیه تنها به گرمتر شدن هوای منطقه و یا نمک زار شدن ختم نمی شود بلکه همانند تجربه خشکی دریاچه آرال شاهد طغیان انواع سرطان ها، انواع و اقسام بیماری ها و خالی از سکنه شدن مساحت عظیمی از اطراف دریاچه خواهیم بود. وی از عملکرد ضعیف دولت ها و دستگاه های اجرایی در این خصوص انتقاد کرد و با اشاره به سابقه هفت ساله خود در دبیری کارگروه سازگاری با کم آبی گفت: در این سال ها جلسه های متعددی با استان های مختلف کشور در مورد اینکه در زمینه مدیریت مصرف آب چه باید کرد برگزار شد.

مدیر موسسه آب دانشگاه تهران ادامه داد: در این جلسه ها مشاهده می شد که در استان های واقع در حوضه آبریز دریاچه ارومیه نسبت به سایر استان های کشور روحیه خیلی کمتری برای سازگاری با کم آبی وجود دارد و یک توهم پر آبی در منطقه وجود دارد.

غلبه حفظ کشاورزی بر حفظ دریاچه

زهرایی با اشاره به وابستگی گسترده اقتصاد استان و معیشت مردم به خصوص در آذربایجان غربی به کشاورزی باعث شده که دریاچه در حاشیه قرار گرفته و حفظ دریاچه هم در نتیجه از اولویت خارج شود.

وی با اشاره به صرف بودجه حدود ۱۰۳ میلیارد دلاری برای حفظ دریاچه ارومیه در آن سال ها ادامه داد: توفیق چندانی حاصل نشد اما در دوره هایی هم توانستیم سطح دریاچه را بهبود بخشیم.

احیای دریاچه ارومیه یک روند مستمر است

مدیر موسسه آب دانشگاه تهران تلاش برای احیای دریاچه ارومیه را یک حرکت مستمر ارزیابی کرد که همواره باید تداوم یابد و گفت: اینکه فکر شود که ستاد احیای دریاچه ارومیه در عرض چهار یا پنج سال تراز دریاچه را به یک ترازوی رسانده و در همان تراز

مدیر موسسه آب دانشگاه تهران با بیان اینکه فرصت احیای دریاچه ارومیه در حال از دست رفتن است، گفت: خشک شدن دریاچه ارومیه تبعات متعددی دارد که از جمله می توان به طغیان انواع بیماری و سرطان اشاره کرد. بنفشه زهرایی افزود: وضعیت دریاچه ارومیه امسال به وضع بسیار اسفباری رسیده به گونه ای که تراز آن به زیر ۱۲۷۰ متر رسیده است و طبق آخرین آماری که ۱۱ مرداد منتشر شده ۱۲۶۹.۷۴ متر بوده و حدود ۵۰ سانتی متر افت پیدا کرده است.

وی این وضعیت را برای دریاچه ارومیه بسیار بد توصیف کرد و ادامه داد: به تازگی نتایج تحقیقاتی درباره وضع اسفبار دریاچه و نیز بلند شدن طوفان های نمک در اطراف آن منتشر شده که نشان می دهد که همین الان هم برای ساکنان منطقه مشکلاتی ایجاد کرده است که از جمله می توان به افزایش بی سابقه دمای هوا در استان های آذربایجان غربی و شرقی اشاره کرد.

مدیر موسسه آب دانشگاه تهران خاطرنشان کرد: وقتی دریاچه ای با آن عظمت حذف یا خشک شود، اثرات بسیار متنوعی در اکوسیستم منطقه خواهد داشت؛ به عنوان مثال بررسی هایی که محققان دانشگاه تبریز انجام داده اند، نشان می دهد که دمای بالای ۴۱ درجه از سال ۹۹ به بعد در این منطقه مشاهده شده است.

زهرایی گفت: این افزایش دما در شهرهایی مثل تبریز و عمدتاً هم در زمان هایی که تراز دریاچه به پایین تر از ۱۲۷۶ رسیده اتفاق افتاده و این نشان می دهد که وقتی تراز دریاچه از یک مقداری پایین تر شده و سطح آن کوچک می شود، گرماهای بی سابقه ای در شهرهای اطراف دریاچه اتفاق می افتد.

وی ادامه داد: گفته شده میانگین دمای روزهای گرم تبریز دو درجه امسال بیشتر از سال های گذشته بوده و افزایش دما در متوسط استان آذربایجان غربی در مرداد ماه در همین سال ۱۴۰۴ بیش از دو برابر متوسط کشوری بوده است.

افزایش دمای هوا و افزایش نیازهای آبی

مدیر موسسه آب دانشگاه تهران با بیان اینکه این اعداد شوخی نیست، افزود: همواره این شهرها را به عنوان شهرهای نسبتاً خنک می شناسیم و اگر چنین افزایش دماهایی در این شهرها ادامه پیدا کند، هم سلامتی مردم در خطر قرار می گیرد و هم مردم مثل تهران و سایر شهرها بیشتر دنبال استفاده از سیستم های سرمایشی عجیب غریب در تابستان ها خواهند رفت که این امر یک بارگذاری شدیدی روی سیستم تامین انرژی کشور خواهد بود.

زهرایی خاطرنشان کرد: از همه مهمتر اینکه نیازهای آبی در منطقه افزایش خواهد یافت زیرا وقتی شهری که دمای بالای ۳۵ درجه را

مدیر موسسه آب دانشگاه تهران با اشاره به کم بارشی حدود ۳۵ درصدی در حوضه آبریز دریاچه ارومیه ادامه داد: آذر ماه سال ۱۳۹۴ هیأت وزیران مصوب کرد که ریشه چغندر قند از استان آذربایجان غربی نباید خارج شود تا بتوانند توسعه کشت آن را مهار کنند اما هیچ وقت این مصوبه نتوانست به درستی اجرا شود.

زهرایی با بیان اینکه در سال های اخیر بیش از ۱۶ هزار تن چغندر از استان خارج شده است، افزود: بیش از ۳۰ هزار هکتار چغندر قند بهار با مصرف آب بسیار بالا در استان آذربایجان غربی در سال های اخیر کشت شده است و وقتی چنین فضایی حاکم است، نمی توان انتظاری داشت.

وجود بیش از ۶۰ هزار چاه غیرمجاز

وی با اشاره به وجود بیش از ۶۰ هزار چاه غیر مجاز در استان آذربایجان غربی که

بماند اشتباه است.

زهرایی خاطرنشان کرد: وقتی برداشت های آب در حوضه کاهش داده نشود و نیز قحابه دریاچه تامین نشود حتی اگر در یک بازه زمانی هم سطح دریاچه به تراز مناسبی برسد بعد مجدد افت خواهد داشت و شرایط همانند هم اکنون خواهد شد.

تداوم بی رویه کشت در حوضه ارومیه

وی با انتقاد از مسئولان کشاورزی به خصوص در استان آذربایجان غربی که الگوهای کشتی که ابلاغ شده به استان برای اینکه پیگیری شود گرچه با الزام های احیای دریاچه هم هیچ تناسبی ندارند گفت: در این الگوی کشت ابلاغیه وزارت جهاد برای همین سال آبی که جاری کشت یونجه ۲۲ هزار هکتار بیش از سال های ۱۴۰۰ و ۱۴۰۱ شده است و این در حالی است که مشخص بود امسال استان با کم بارشی روبرو است.

صنعت مد، دومین آلاینده بزرگ جهان

هزینه پنهان هر لباس در کمد شما

*** هر تیشرت، ۲۷۰۰ لیتر آب..!**

مصرفی یک لباس به کمتر از سه سال کاهش یابد، در حالی که یک لباس باکیفیت می تواند به راحتی بیش از ۱۰ سال مورد استفاده قرار گیرد.

راه حل در دستان ماست: مصرف آگاهانه

در مقابل این تصویر تاریک، راهکارهای امیدبخش و قابل اجرایی نیز وجود دارد. کاهش خرید غیرضروری، اولین و مؤثرترین قدم است. هر خرید کمتر به معنای کاهش مستقیم مصرف انرژی، آب و کوچک تر شدن ردپای کربن است.

علاوه بر این، گزینه های پایداری مانند تعمیر لباس های قدیمی، خرید از فروشگاه های لباس دست دوم و اهدا کردن لباس های بلااستفاده به جای دور ریختن آن ها، نقش کلیدی در کاهش آلودگی دارند. خوشبختانه، بازار جهانی لباس دست دوم به عنوان یک انتخاب هوشمندانه و پایدار به سرعت در حال رشد است. در نهایت، این یک انتخاب فردی و جمعی است. با تغییر نگرش خود به مصرف و انتخاب های آگاهانه تر، می توانیم این چرخه مخرب را متوقف کنیم. به قول معروف: «کمد کوچک تر، زمین سبک تر. انتخاب با ماست.»

فرد برای دو و نیم سال است. این مصرف بی رویه تنها به پنبه محدود نمی شود. پلی استر، که امروزه پرمصرف ترین الیاف در صنعت پوشاک است، مستقیماً از نفت خام، یک منبع تجدیدناپذیر و آلاینده، تولید می شود. این وابستگی به سوخت های فسیلی، ردپای کربن صنعت مد را به شدت افزایش داده است. **آلودگی نامرئی: میکروپلاستیک ها در زنجیره غذایی ما** خطر الیاف مصنوعی مانند پلی استر با دور ریختن لباس تمام نمی شود. هر بار شست و شوی این لباس ها، هزاران ذره نامرئی میکروپلاستیک را آزاد می کند. این ذرات از طریق سیستم فاضلاب به رودخانه ها و اقیانوس ها راه یافته، توسط آبزیان بلعیده شده و در نهایت وارد زنجیره غذایی انسان می شوند و خطرات جدی برای سلامتی ایجاد می کنند.

نقش «مد سریع» (Fast Fashion) در تشدید بحران

ریشه اصلی این بحران، مدل تجاری «مد سریع» است که مصرف کنندگان را به خرید مداوم لباس های ارزان و یک بار مصرف تشویق می کند. این مدل باعث شده است که متوسط عمر

آبی، خاک و اقیانوس ها روز به روز عمیق تر می شود. **بحران زیاله: هر ثانیه یک کامیون لباس دور ریخته می شود** آمارها تصویری هولناک از حجم زیاله های نساجی ارائه می دهند. سالانه ۹۲ میلیون تُن پارچه و لباس به کوه های زیاله اضافه می شود. برای درک بهتر این حجم عظیم، کافی است تصور کنید که در هر ثانیه، محتویات یک کامیون پر از لباس دور ریخته می شود.

تراژدی بزرگ تر اینجاست که سرنوشت این حجم از زیاله، به ندرت به سمت بازیافت می رود. در حال حاضر، کمتر از ۱۵ درصد از این لباس ها شانس بازیافت یا استفاده مجدد پیدا می کنند و بیش از ۸۵ درصد باقی مانده یا در محل های دفن زیاله دفن شده و یا سوزانده می شوند که هر دو روش، آلودگی شدید آب، خاک و هوا را به دنبال دارد.

ردپای آب و مواد اولیه: از پنبه تا نفت

شاید تکان دهنده ترین آمار، هزینه پنهان تولید یک لباس ساده باشد. برای تولید تنها یک تیشرت پنبه ای، ۲۷۰۰ لیتر آب سالم مصرف می شود. این مقدار، معادل آب آشامیدنی مورد نیاز یک



در جهانی که ظاهر و پوشش بخش مهمی از هویت روزمره را تشکیل می دهد، صنعت مد و لباس در سکوت به یکی از بزرگترین بحران های زیست محیطی کره زمین تبدیل شده است.

گزارش ها نشان می دهد این صنعت، پس از صنعت نفت و گاز، دومین آلاینده بزرگ جهان است و ردپای ویرانگر آن بر منابع



پیام آذربایجان

شنبه ۱۵ شهریور ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۳۶۴۴



۵

طبق اعلام سازمان هدفمندسازی یارانه‌ها، مدیرعامل این سازمان در خصوص چگونگی و زمان اجرای طرح گفت: زمان دقیق آغاز طرح توسط وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی اطلاع رسانی خواهد شد. بنابراین گزارش، کالابرگ در نظر گرفته شده برای خانوارهای واقع در دهک های اول تا سوم، به ازای هر نفر ۵۰۰ هزار تومان است و مابقی اعتبار مورد نیاز این طرح متناسب با پیشرفت فیزیکی آن واریز می‌شود.

با تامین ۲۷ هزار میلیارد تومان کالا برگ چهارم به زودی واریز می‌شود

مدیرعامل سازمان هدفمندسازی یارانه‌ها گفت: با تأمین ۲۷ هزار میلیارد تومان اعتبار از سوی سازمان برنامه و بودجه کشور، اعتبار مرحله چهارم طرح کالابرگ الکترونیک به حساب شرکت مجری طرح کالا برگ واریز شد. حسن نوروزی از واریز ۲۷ هزار میلیارد تومان از منابع مورد نیاز مرحله چهارم طرح کالابرگ الکترونیک به حساب

والدین کلاس اولی‌ها بخوانند



باید بگیرد، البته معلم موظف است برای دانش‌آموزانی که سریع‌تر پیش می‌روند غنی‌سازی انجام دهد و مانع پیشرفت آن‌ها نشود. وی تصریح کرد: به دلیل آنکه زبان نخست بسیاری از کودکان آذربایجان شرقی ترکی است، بهترین آماده‌سازی برای ورود به مدرسه تماشای کارتون‌های فارسی و گفت‌وگوی فارسی والدین با کودک است. به هیچ عنوان توصیه نمی‌شود که والدین پیش از شروع مدرسه حروف الفبا را به کودک آموزش دهند. زیرا هر کودکی که بتواند در پایان سال تحصیلی نام خود را بنویسد و آن را درک کند، مجوز ورود به کلاس دوم را دارد. بنابراین والدین نباید کودکان را تحت فشار گذاشته یا انتظار بیش از حد داشته باشند.

وی در خصوص آموزش مجازی نیز بیان کرد: اگر کلاس‌ها به‌صورت آنلاین برگزار شود، تعطیلی محسوب نمی‌شود؛ بلکه تنها مکان برگزاری کلاس تغییر کرده است. همان معلم، همان برنامه و همان تکالیف ادامه خواهد داشت. نباید به کودک القای تعطیلی شود. همچنین خرید وسایل باید ساده و کاربردی باشد. کیف و جامدادی شلوغ یا سنگین موجب حواس‌پرتی و آسیب جسمی در طول سال می‌شود. این وسایل ابزار یادگیری هستند، نه هدف. بنابراین بهتر است والدین در این زمینه سادگی را مدنظر داشته باشند.

اضطراب جدایی در کلاس اولی‌ها طبیعی است؛ والدین صبور باشند

یک کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی با اشاره به آغاز سال تحصیلی جدید گفت: بی‌قراری، گریه یا حتی پرخاشگری کودکان در شروع مدرسه طبیعی است و نیاز به پذیرش و هدایت دارد، به سرکوب و برجسب‌زنی. فتنه رافضی با بیش از ۱۴ سال فعالیت تخصصی در حوزه مشاوره کودک و نوجوان و مدارس، تصریح کرد: والدین باید با درک واقع‌بینانه از شرایط فعلی «اعم از شرایط اقتصادی، سیاسی و آموزشی» نگاهی حمایتی و اعتدال‌پذیر به حضور کودک در مدرسه داشته باشند. وی افزود: طبیعی است

با نزدیک شدن به ماه مهر و شروع سال تحصیلی، کلاس‌اولی‌ها نخستین گام‌های خود را در مسیر یادگیری برمی‌دارند؛ اما این گام‌ها نه در مدرسه، بلکه در این روزهای پایانی شهریور آغاز می‌شود.

در این روزهای پر جنب و جوش تابستانی، خیابان‌ها از کودکانی ذوق‌زده، والدینی نگران، مغازه‌هایی پر از لوازم تحریر و مدرسی شلوغ پر شده است. بوی ماه مهر از هر موقعی نزدیک‌تر حس می‌شود. مدرسه، کلاس اول، الفبا، خواندن، نوشتن، یاد گرفتن؛ همه و همه رنگی تازه پیدا می‌کنند. اما گاهی این احساسات نو، می‌تواند برای کودکان کلاس اولی و والدینشان کمی نگران‌کننده باشد. در این گزارش به سراغ سوال‌هایی رفته‌ایم که ذهن هر مادر یا پدری را که فرزند کلاس اولی دارد درگیر کرده است.

صوری والدین؛ کلید موفقیت دانش آموزان کلاس اول

یک معلم پایه اول دبستان با تأکید بر اینکه یادگیری حروف الفبا قراردادی و زمان‌بر است، گفت: همراهی و صبوری والدین نقش مهمی در تثبیت یادگیری و افزایش اعتماد به نفس دانش‌آموزان کلاس اول دارد. دانش‌آموزی که فرصت کافی برای درک و تمرین نشانه‌ها داشته باشد، به‌سادگی می‌تواند روند یادگیری را پیش ببرد.

رویا نوری‌جمالی، با بیش از ۱۰ سال سابقه تدریس در پایه اول با بیان اینکه آموزش حروف الفبا در همه زبان‌ها قراردادی است و منطق ذاتی ندارد، افزود: دانش‌آموزان در واقع یک قرارداد را یاد می‌گیرند و این فرایند باید در سه مرحله تدریس، تمرین و تثبیت انجام شود. اگر بستر این مراحل فراهم نشود، یادگیری دچار مشکل خواهد شد.

وی ادامه داد: تثبیت بیشتر در منزل اتفاق می‌افتد و لازمه اثرگذاری آن همراهی والدین است. اگر بخشی از تکالیف در خانه پیگیری نشود، فرایند یادگیری ناقص خواهد بود؛ چرا که دانش‌آموز به تمرین در شرایط و مکان‌های متنوع نیاز دارد. وی با تأکید بر نقش صبوری والدین گفت: انواع دانش‌آموزان به لحاظ یادگیری وجود دارند؛ دیداری، شنیداری یا لمسی. سرعت یادگیری آنها متفاوت است اما در نهایت همه می‌توانند خواندن، نوشتن و جمله‌سازی را بیاموزند. مقایسه کردن دانش‌آموزان با یکدیگر به اعتماد به نفس آنها آسیب می‌زند.

نوری‌جمالی یادآور شد: مباحث اصلی فارسی، ریاضی، علوم و قرآن در ابتدای کتاب به‌صورت تیتروار آمده و والد نباید از فرزند خود انتظار داشته‌باشند که در پایان سال، چیزی فراتر از آن انتظار

شیطنت کلاس‌اولی‌ها در ابتدای سال تحصیلی طبیعی است

معاون انضباطی یکی از مدارس تبریز با تأکید بر اینکه هیجان و شیطنت دانش‌آموزان در روزهای ابتدایی مهر طبیعی است، گفت: مدرسه تنها محل درس خواندن نیست، بلکه کودکان در آن مهارت‌های زندگی، دوستی و رفتار اجتماعی را تمرین می‌کنند. معصومه فرخی، با بیش از ۱۰ سال سابقه فعالیت در حوزه معاون انضباطی، اظهار کرد: اوایل سال تحصیلی معمولا بچه‌ها پر از هیجان و انرژی هستند، بنابراین شلوغی و شیطنت آن‌ها طبیعی و نشانه سازگار شدن با محیط جدید است. والدین بهتر است سخت‌گیری نکنند و بدانند که مدرسه فقط جایی برای درس خواندن نیست، بلکه بچه‌ها در مدرسه یاد می‌گیرند چطور با دیگران زندگی کنند، دوست پیدا کنند و رفتار درست را تمرین کنند.

وی با بیان اینکه مسئولیت نظم و تربیت تنها بر عهده مدرسه نیست، افزود: خانواده باید در خانه اصول احترام و مسئولیت‌پذیری را به فرزند خود آموزش دهد و مدرسه ادامه این مسیر را پیش ببرد. همچنین تقویت حس استقلال و انگیزه کودک موجب می‌شود با اعتماد به نفس بالاتری وارد مدرسه شود. وی درباره رهاکارهای آماده‌سازی کودکان برای ورود به مدرسه توضیح داد: خانواده‌ها می‌توانند چند روز پیش از آغاز سال تحصیلی ساعت خواب و بیداری فرزندان‌شان را منظم کنند تا صبح‌ها راحت‌تر آماده شوند. همچنین بهتر است بادشان بدهند شب قبل وسایل خود را آماده کنند تا بدون عجله به موقع به مدرسه برسند.

فرخی ادامه داد: صحبت با کودکان درباره نکات ایمنی مانند درست بالا و پایین رفتن از پله‌ها یا مراقبت در حیاط مدرسه ضروری است. همچنین دعوا نکردن با دوستان، صحبت محترمانه، مراقبت از خود و دیگران و... از واجباتی است که باید با کودک تمرین شود. این تمرین‌های ساده باعث می‌شود بچه‌ها هم در درس و هم در دوستی‌هایشان موفق‌تر باشند و مدرسه را محیطی امن و دوست‌داشتنی ببینند. وی شهریورماه را زمان مهمی برای آماده‌سازی روحی دانش‌آموزان دانست و یادآور شد: شهریور فقط وقت تمرین نظم نیست، وقت دلگرم کردن بچه‌ها هم هست، والدین می‌توانند با فرزندان‌شان درباره مدرسه حرف بزنند، از دوستی‌ها و خاطرات خوب بگویند یا حتی بازبینی از مسیر و فضای مدرسه داشته باشند تا محیط برای آن‌ها آشنا شود.

افزودن ساعات اضافۀ کاری ... محروم هستند بلکه افزایش حقوقشان هم به‌صورت قطره‌چکانی انجام می‌شود.

فعالان حقوق کارگری می‌گویند ناآشنایی زان به ماده ۳۸ قانون کار مصوب ۱۳۳۹ که منع تبعیض در ان به‌عنوان یکی از پایه‌های اساسی رابطه کارگر و کارفرما مطرح شده و گفته است «هرگونه تبعیض در تعیین شرایط کار براساس سن، جنس، نژاد، قومیت و اعتقادات سیاسی و مذهبی ممنوع است.» باعث سکوت آنها در برابر این ناعدالتی‌ها شده است. البته این تنها قانونی نیست که بر تساوی حقوق کارگران زن و مرد تأکید دارد. افزون بر این، ماده ۱۰۷ قانون هم بر «اجرای سیستم یکسان دستمزد برای کار مساوی در کارهای با ارزش مساوی» تأکید دارد.

حق که جرأت گرفتیش نیست!

سسمیه گلپور رئیس‌ کانون عالی انجمن‌های صنفی کارگران در گپ و گفت با همشهری به روشنگری‌هایی درباره وضعیت زنان کارگر پرداخته است.

شکاف دستمزدی میان زنان و مردان قابل پیگیری است؟

طبق قانون اساسی و قانون کار، دستمزد زن و مردی که در یک ساعت مشخص، کار مشخصی را انجام می‌دهند نباید متفاوت باشد. اما متأسفانه چه در کارگاه‌های رسمی و مشاغل قراردادی، چه در کارگاه‌های غیررسمی که قراردادی وجود ندارد، زنان مقهور قوانین نانوشته هستند. یعنی اگر قرار داد هم داشته باشند در این قرار داد چیزی درباره تفاوت دستمزد پرداختی میان زن و مرد نوشته نشده اما در فضای عملیاتی شاهدیم این عدد برای زنان پایین‌تر قرار می‌گیرد. البته که این مسئله در مشاغل غیررسمی خیلی بیشتر است چون عملا اولا هیچ نظارتی نیست. دوما مجموعه منطق با قانون کار پیش نرفته است که جای اعتراضی هم وجود داشته باشد و حتی بعد از طرح مسئله، ضمانتی برای ماندن فرد شاکی در آن شغل وجود ندارد.

این ناعدالتی‌ها چرا اتفاق می‌افتد؟

چون نظارت دقیقی نداریم؛ نه به لحاظ بازرسی از کارگاه‌های شغلی نه به لحاظ نظارت بر اجرای قوانین در حوزه کار. واقعیت این است که در کل کشور ۸۰۰ ناظر اداره کار توانایی پوشش همه کارگاه‌های رسمی را ندارند چه به برسد به کارگاه‌های غیررسمی. از طرفی نهادهایی مانند مجلس هم متأسفانه هیچ نظارتی بر اجرای قوانین مصوب در حوزه کار ندارند. نبود این نظارت‌ها مسبب بی‌عدالتی‌ها در حق کارگران به‌خصوص کارگران زن است.

آیا ارزان بودن نیروی کار زن باعث زنانه شدن مشاغل شده است؟

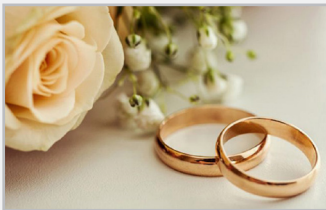
واقعیت این است که ما امروز شاهد زنانه شدن خیلی از مشاغل حتی در بخش‌های مختلف هستیم اما علت اصلی این کار، اجرا نشدن ماده ۴۱ قانون کار مبنی بر افزایش حداقل حقوق براساس تورم هر سال است. این موضوع باعث شده تا مردان دیگر رغبتی برای حضور در کارگاه‌ها با حداقل دریافتی ۱۲ تا ۱۵ میلیون تومانی را نداشته باشند از سوی دیگر هزینه‌های زندگی این روزها بیشتر از گذشته زنان را مجبور به‌کار بیرون از خانه کرده و از آنجا که زنان به لحاظ ماهیت جنسیتی نیاز به یک جای امن برای کار دارند عمدتا جذب کارگاه‌های رسمی و غیررسمی می‌شوند و چون مسئله امنیت اولویت اولشان است با دیگر شرایط کار اعم از حقوق و دستمزد پایین‌تر کنار می‌آیند. به‌خاطر همین کارفرمایان ترجیح می‌دهند به جای مردان از نیروی کار زن در فضاهای کاری خود بهره‌مند شوند.

چرا زنان کارگر هیچ وقت شاهد ارتقای شغلی نیستند و سطوح بالای مدیریتتی را تجربه نمی‌کنند؟

به خاطر اجرا نشدن مصوبه طرح طبقه‌بندی مشاغل که الان حدود ۲۰ سال از آن می‌گذرد. در حال حاضر بیش از ۷۰ درصد مشاغل در کشور این مصوبه را اجرا نمی‌کنند و همین مسئله باعث شده تا نیروهای کار به‌خصوص زنان در همان شغلی که دارند درجا بزنند و بالطبع دچار مشکلات معیشتی زیر سایه تورم و ثبات حقوق دریافتی شوند.

برای احقاق حقوق زنان کارگر چه باید کرد؟

حل مشکلات موجود و رفع شکاف دستمزدی میان زنان و مردان کارگر نیازمند همراهی و همکاری وزارتخانه‌های صمت و کار، آموزش عالی، اتاق‌های بازرگانی، ایران، تعاون و کارگری است تا با تدابیر مدیریتی خود از ظلم‌هایی که خوداگاه و ناخوداگاه در حق زنان کارگر می‌شود چارواندیشی کنند.



قرض‌الحسنه ازدواج شود و گام مهمی در کاهش صف متقاضیان و حمایت از تولید ملی به شمار آید.

وام ازدواج غیرنقدی می‌شود

خود را دریافت کنند.

تمرکز نظام بانکی بر تسهیلات ازدواج و فرزندآوری

به دلیل اهمیت قانون جوانی جمعیت، بخش عمده‌ای از منابع قرض‌الحسنه شبکه بانکی کشور به پرداخت تسهیلات ازدواج و فرزندآوری اختصاص یافته است. این اقدام با هدف کاهش فشار مالی بر خانواده‌های جوان و تسهیل ازدواج جوانان انجام شده است.

پیشنهاد جدید: کارت اعتباری خرید لوازم خانگی

یکی از چالش‌های اصلی در سال‌های اخیر، صف طولانی متقاضیان وام ازدواج بوده است. برای کاهش این صف، طرحی جدید در دستور کار قرار گرفته که

صف طولانی دریافت وام ازدواج سبب شده تا بانک مرکزی پیشنهاد کارت خرید لوازم خانگی به جای پرداخت پول نقد را بررسی کند. از زمان اجرای قانون جوانی جمعیت تاکنون ۶۵۰ هزار میلیارد تومان وام ازدواج پرداخت شده است. بانک مرکزی طرح کارت اعتباری خرید لوازم خانگی را بررسی می‌کند. از زمان ابلاغ قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت تاکنون حدود ۶۵۰ هزار میلیارد تومان تسهیلات قرض‌الحسنه ازدواج به بیش از ۳ میلیون و ۵۰۰ هزار متقاضی پرداخت شده است.

بر اساس آمارهای رسمی، بیش از ۸۷ درصد از متقاضیان وام ازدواج موفق به دریافت تسهیلات خود شده‌اند و تنها ۱۳ درصد در صف انتظار باقی مانده‌اند. پیش‌بینی می‌شود بخش قابل‌توجهی از این افراد نیز تا پایان سال جاری تسهیلات



پیام آذربایجان

شنبه ۱۵ شهریور ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۶۴۴

ایستگاه سلامت

جلوگیری از ابتلا به نزدیک بینی با مصرف این مکمل

نشان داده شده است که اسیدهای چرب امگا ۳ فواید بالقوه متنوعی برای سلامتی دارند، از جمله کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی، زوال عقل و برخی از انواع سرطان.

اکنون، یافته‌های جدید نشان می‌دهد که امگا ۳ ممکن است به جلوگیری از ابتلاء به نزدیک‌بینی (میوپی) در کودکان کمک کند.

افراد مبتلا به نزدیک‌بینی در دیدن واضح اشیا دور مشکل دارند.

محققان گفتند، به طور خاص، کودکانی که امگا ۳ کمتری در رژیم غذایی خود مصرف می‌کنند، بیشتر احتمال دارد به بیماری‌های فیزیکی چشم مرتبط با نزدیک‌بینی، از جمله چشم مستطیلی شکل یا قرنیه با انحنای شدید، مبتلا شوند.

تیم تحقیق به رهبری دکتر «جیسون یام»، محقق ارشد و استاد چشم‌پزشکی در دانشگاه هنگ کنگ، می‌گویند: «این نتایج، اسیدهای چرب امگا ۳ را به عنوان یک عامل غذایی محافظ بالقوه در برابر ابتلاء به نزدیک‌بینی برجسته می‌کند».

این مطالعه همچنین نشان داد که چربی‌های اشباع شده از کره، روغن پالم و گوشت قرمز در واقع ممکن است خطر نزدیک‌بینی را افزایش دهند.

برای این مطالعه، محققان سلامت چشم بیش از ۱۰۰۰ کودک چینی ۶ تا ۸ ساله را که به طور تصادفی از یک مطالعه چشم در مقیاس بزرگ‌تر در هنگ کنگ انتخاب شده بودند، پیگیری کردند. پرسشنامه‌های رژیم غذایی کودکان را ارزیابی کردند و نتایج آن با نتایج معاینات چشم آنها مقایسه شد.

اسیدهای چرب امگا ۳ عمدتاً در ماهی‌های چرب یافت می‌شوند، اما در برخی از دانه‌ها و آجیل‌ها نیز یافت می‌شوند.

نتایج نشان داد که در مجموع، حدود یک چهارم کودکان (۲۸٪) نزدیک‌بین بودند. محققان دریافتند که طول محوری- طول چشم از جلو تا عقب- در ۲۵٪ از کودکانی که کمترین میزان مصرف امگا ۳ را در رژیم غذایی خود داشتند، پس از در نظر گرفتن سایر عوامل، طولانی‌ترین بود.

نزدیک‌بینی گاهی اوقات زمانی رخ می‌دهد که شکل چشم باعث می‌شود پرتوهای نور ورودی به شبکیه، دیواره سلول‌های حسگر نور در پشت چشم، برخورد نکنند.

این مطالعه همچنین نشان داد کودکانی که بیشترین میزان مصرف اسیدهای چرب امگا ۳ را داشتند، کوتاه‌ترین طول محوری را داشتند، که نشان می‌دهد آنها در برابر نزدیک‌بینی محافظت می‌شوند.

از سوی دیگر، نتایج نشان می‌دهد که این نشانه‌های نزدیک‌بینی در بین کودکانی که مقادیر زیادی چربی اشباع‌شده مصرف می‌کردند، افزایش یافته است. محققان گفتند که هیچ نوع ماده مغذی دیگری با نزدیک‌بینی مرتبط نبود. محققان حدس می‌زنند که امگا ۳ ممکن است با افزایش جریان خون به چشم، از نزدیک‌بینی محافظت کند و رشد سالم چشم را تقویت کند.

تخم کدو سرشار از ویتامین‌ها، مواد معدنی و آنتی‌اکسیدان‌هایی است که مصرف آن به تقویت قلب، استخوان‌ها و سیستم ایمنی کمک می‌کند. تخم کدو یا همان دانه‌های کدو تنبل، از جمله مغذی‌ترین خوراکی‌هایی هستند که در طب سنتی و تحقیقات نوین تغذیه جایگاه ویژه‌ای دارند. این دانه‌های کوچک سرشار از ویتامین‌ها، مواد معدنی، فیبر و آنتی‌اکسیدان‌هایی هستند که مصرف منظم آن‌ها می‌تواند طیف وسیعی از بیماری‌ها را کنترل کرده و سلامت عمومی بدن را ارتقا دهد.

ترکیب منحصر به فرد اسیدهای چرب امگا ۳ و امگا ۶ در کنار فیبر و آنتی‌اکسیدان‌های طبیعی موجود در تخم کدو، این ماده غذایی را به یک مکمل طبیعی برای سلامت قلب و عروق تبدیل کرده است. مصرف روزانه این دانه‌ها باعث کاهش کلسترول بد و افزایش کلسترول خوب در بدن شده و در نتیجه احتمال ابتلاء به فشار خون بالا، گرفتگی رگ‌ها و سکنه قلبی را به طور قابل توجهی کاهش می‌دهد.

از سوی دیگر، تخم کدو منبع غنی از روی (زینک)، منیزیم و ویتامین E است و وجود این عناصر نه تنها به تقویت سیستم ایمنی و افزایش مقاومت بدن در برابر عفونت‌ها کمک می‌کند، بلکه در بهبود سلامت پوست، ترمیم زخم‌ها و پیشگیری از ریزش مو نیز نقش مهمی ایفا می‌کند. تحقیقات نشان می‌دهد مصرف منظم تخم کدو می‌تواند با افزایش جریان خون در پوست سر، فولیکول‌های مو را تقویت کرده و شادابی پوست را حفظ کند.

بهبود خواب و کاهش استرس با تربیتوفان طبیعی

یکی دیگر از ویژگی‌های قابل توجه تخم کدو، وجود اسیدآمینه‌ای به نام تربیتوفان است و این ترکیب در بدن به سروتونین و ملاتونین تبدیل می‌شود که هر دو نقش اساسی در بهبود خلق‌وخو و کیفیت خواب دارند. بر همین اساس، کارشناسان توصیه می‌کنند افرادی که از اضطراب یا بی‌خوابی رنج می‌برند، مصرف تخم کدو را در برنامه غذایی خود بگنجانند.

فواید این دانه پرخاصیت تنها به سیستم ایمنی و اعصاب محدود نمی‌شود. تخم کدو به‌ویژه برای سلامت مردان اهمیت دارد؛ چرا که ترکیبات فعال موجود در آن از رشد غیرطبیعی پروستات جلوگیری کرده و در درمان بزرگی خوش‌خیم پروستات نقش حمایتی دارد. همچنین مصرف آن در بهبود

افراد مبتلا به زخم معده می‌توانند سبزیجات مصرف کنند؟

زخم های معده یا دوازدهه هستند، باید سبزیجات با بافت فیبری کمتر یا قابل هضم تر مانند سبزیجات پخته استفاده کنند.بنابر اعلام وزارت بهداشت، بنابراین سبزیجات نه تنها عاملی برای ایجاد زخم های معده نیستند، بلکه حذف سبزیجات حتی در فرد مبتلا به خراش ها و زخم های دستگاه گوارش، نباید صورت گیرد و مصرف متعادل آن‌ها به سلامت دستگاه گوارش کمک می‌کند.

سبزیجات جزئی ضروری از یک رژیم غذایی سالم هستند و بر خلاف برخی تصورات، سبب زخم معده نمی‌شوند.دکتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت در پاسخ به این پرسش که «آیا مصرف سبزیجات باعث ایجاد زخم معده می‌شود؟» مطرح کرد: سبزیجات عاملی برای ایجاد زخم معده نیستند، اما افرادی که دارای

دانه‌ای کوچک با خواص بزرگ برای قلب



خواص فراوان، مصرف بی‌رویه تخم کدو می‌تواند مشکلاتی مانند افزایش وزن یا ناراحتی‌های گوارشی به دنبال داشته باشد. بنابراین بهترین روش، مصرف متعادل و منظم این دانه مغذی در کنار سایر اجزای یک رژیم غذایی سالم است.

خواص تخم کدو در طب سنتی

طب سنتی طبع تخم کدو سرد و خشک می‌داند. مصلح تخم کدو عسل و گلنگبین است. از جمله خواص تخم کدو می‌توان به این موضوع اشاره کرد تخم کدو می‌تواند سبب تعدیل حرارت بدن و تسکین خلط‌های گرم و آسیب رسان شود. تخم کدو با تعدیل حرارت بدن می‌تواند موجب رفع تب نیز شود. علاوه بر این روغن تخم کدو می‌تواند در رفع خشکی مغز و درمان بی‌خوابی و نیز تب‌های گرم و سل مؤثر و مفید باشد. عفونت و ورم مجاری از دیگر مواردی هستند که تخم کدو می‌تواند در درمان آن مؤثر باشد.

خواص تخم کدو برای مو

یکی از خواص تخم کدو کمک به سلامت موها است. تخم کدو دارای ویتامین‌هایی از جمله ویتامین A و ویتامین K، روی و اسیدهای چرب امگا ۳ است که این‌ها برای سلامت مو و پوست سر بسیار مؤثر و مفید هستند. اسیدچرب امگا ۳ می‌تواند التهاب را کاهش داده و از این طریق سبب افزایش رشد مو و جلوگیری از ریزش مو می‌شود. تخم کدو می‌تواند موجب محکم‌تر و درخشان‌تر و ضخیم‌تر شدن موها می‌شود. برای رفع شوره سر یکی از عناصر مفید که از آن در شامپو نیز استفاده می‌شود «روی» است و تخم کدو با داشتن «روی» دارای خواص ضدقارچی است و از خارش پوست

عملکرد مثانه و رفع مشکلات ادراری مؤثر است.

محتوای بالای منیزیم، فسفر و کلسیم در تخم کدو، آن را به یکی از بهترین منابع غذایی برای تقویت استخوان‌ها و پیشگیری از پوکی استخوان تبدیل کرده است. به همین دلیل متخصصان توصیه می‌کنند افراد میانسال و سالمندان این دانه مغذی را به صورت منظم در رژیم غذایی خود قرار دهند.

کنترل قند خون و کمک به بیماران دیابتی

از دیگر خواص مهم تخم کدو می‌توان به نقش آن در کنترل قند خون اشاره کرد. فیبر و آنتی‌اکسیدان‌های موجود در این دانه باعث می‌شوند جذب قند در بدن متعادل شود و از نوسانات شدید قند خون پیشگیری گردد؛ موضوعی که اهمیت ویژه‌ای برای بیماران دیابتی دارد. علاوه بر این، خاصیت ضدالتهابی تخم کدو می‌تواند در کاهش درد و التهاب ناشی از بیماری‌هایی مانند آرتریت روماتوئید و استئوآرتریت مؤثر باشد.

در کنار همه این موارد، آنتی‌اکسیدان‌های قوی و ترکیبات فنولی موجود در تخم کدو به عنوان سپری طبیعی در برابر رادیکال‌های آزاد عمل کرده و بدن را از آسیب‌های سلولی محافظت می‌کنند. نتایج برخی مطالعات نشان می‌دهد که مصرف این دانه احتمال ابتلاء به سرطان‌هایی همچون سرطان معده و سینه را کاهش می‌دهد.

پیشگیری از سرطان با تخم کدو

آنتی‌اکسیدان‌های موجود در تخم کدو مانند کاروتنوئیدها و ویتامین E، بدن را در برابر آسیب رادیکال‌های آزاد محافظت کرده و خطر ابتلاء به برخی سرطان‌ها از جمله سرطان معده و سینه را کاهش می‌دهند. در عین حال هشدار می‌دهند که با وجود

رژیم‌های هوش مصنوعی جان شما را تهدید می‌کنند!



گوارشی و نوسانات هورمونی منجر شود. در موارد شدید، چنین رفتارهایی ممکن است زمینه‌ساز اختلالات تغذیه‌ای مانند بی‌اشتهایی عصبی یا پرخوری عصبی شوند.» میرزای راز همچنین درباره سوگیری مدل‌های هوش مصنوعی هشدار می‌دهد: «این سوگیری معمولاً ناشی از داده‌های آموزشی ناقص یا غیرمتعادل است. برای نمونه، اگر مدل هوش مصنوعی عمدتاً با داده‌های افراد سفیدپوست و سبک زندگی غربی آموزش دیده باشد، ممکن است رژیم‌های پیشنهادی برای افراد با پیشینه فرهنگی، قومی یا جغرافیایی متفاوت، مانند ایرانیان یا سایر ملل آسیایی، نامناسب یا حتی تبعیض‌آمیز باشد.»

او تأکید می‌کند: «عدم شفافیت در نحوه تصمیم‌گیری هوش مصنوعی یکی دیگر از خطرات جدی است. کاربران اغلب نمی‌دانند چرا یک رژیم خاص به آن‌ها پیشنهاد شده و بر چه اساسی این توصیه ارائه شده است. این موضوع می‌تواند به اعتماد نادرست و اجرای بی‌تفکر رژیم‌ها منجر شود و در درازمدت به مشکلات جدی سلامتی دامن بزند.»

ابتدایی توسعه قرار دارد و برای رسیدن به سطحی که بتواند به طور مستقل در تصمیم‌گیری‌های بالینی دخالت کند، نیاز به داده‌های عظیمی در مقیاس ده‌ها میلیون نمونه از افراد مختلف با شرایط متنوع دارد.»میرزای راز می‌تواند: «مدل‌های هوش مصنوعی باید به گونه‌ای طراحی شوند که بتوانند با رعایت اصول اخلاقی، نیازهای فردی را به درستی تشخیص دهند و بدون سوگیری، توصیه‌های عادلانه ارائه کنند.»

خطرات استفاده از هوش مصنوعی در طراحی رژیم غذایی

چندی پیش مردی که به دنبال تغییر رژیم غذایی بود، به ChatGPT مراجعه کرد و دچار برومیسم، یک مسمومیت نادر شد. این مرد سه ماه پس از پایبندی به رژیم غذایی توصیه شده توسط هوش مصنوعی با علائم نگران‌کننده‌ای مانند یبازوپیا و توهم به اورژانس مراجعه کرد. این مرد ۶۰ ساله دچار برومیسم شده بود، سندرمی که در اثر قرار گرفتن بیش از حد در معرض ترکیبات شیمیایی برومید یا برومین ایجاد می‌شود. در این مورد، فرد برومید سدیم را به صورت آنلاین خریده و مصرف کرده بود.میرزای راز درباره این موضوع هشدار می‌دهد: «استفاده از هوش مصنوعی برای دریافت رژیم غذایی بدون نظارت تخصصی می‌تواند پیامدهای جدی برای سلامت فرد داشته باشد. یکی از مهم‌ترین خطرات، عدم شناخت دقیق شرایط فردی است. بعضی سیستم‌های هوش مصنوعی بدون داشتن اطلاعات کامل از سابقه پزشکی، بیماری‌های زمینه‌ای، حساسیت‌های غذایی یا وضعیت هورمونی فرد، رژیم‌هایی ارائه می‌دهند که نه تنها بی‌فایده، بلکه مضر هستند.»او ادامه می‌دهد: «برای مثال، حذف دوسرانه گروهی از مواد غذایی بدون تشخیص پزشکی یا مصرف بی‌رویه مکمل‌های غذایی بر اساس توصیه‌های خودکار می‌تواند به کمبود ریزمغذی‌ها، ضعف سیستم ایمنی، پوکی استخوان، اختلالات

جلال‌الدین میرزای راز درباره نقش هوش مصنوعی در تغذیه توضیح می‌دهد: «هوش مصنوعی می‌تواند در شناسایی الگوهای غذایی، تحلیل میزان مصرف کالری، تشخیص کمبودهای تغذیه‌ای و ارائه گزینه‌های غذایی اولیه نقش مؤثری داشته باشد. این فناوری با تحلیل حجم عظیمی از داده‌ها، به صرفه‌جویی در زمان، افزایش دقت و کشف روابط پنهان در اطلاعات تغذیه‌ای کمک می‌کند. به همین دلیل، در بسیاری از سیستم‌های بهداشتی و بالینی، هوش مصنوعی به عنوان ابزار کمکی برای تصمیم‌گیری پزشکان و متخصصان تغذیه به کار گرفته می‌شود.»این استاد دانشگاه در ادامه به محدودیت‌های این فناوری اشاره می‌کند: «مهم‌ترین محدودیت هوش مصنوعی، ناتوانی آن در درک عوامل فردی و پیچیده انسانی است. طراحی یک رژیم غذایی مؤثر و ایمن تنها به تحلیل داده‌های بیولوژیکی محدود نمی‌شود و نیازمند درک عمیق از وضعیت روانی، سبک زندگی، شرایط اجتماعی، فرهنگی و سابقه رفتاری فرد با غذا است. هوش مصنوعی فاقد این درک شهودی و انسانی است و نمی‌تواند انگیزه، تنش، اضطراب یا عادات ناسالم غذایی فرد را به درستی ارزیابی کند.»میرزای راز تأکید می‌کند: «یک متخصص تغذیه با گفت‌وگوی مستقیم می‌تواند این عوامل را شناسایی کرده و رژیمی شخصی‌سازی‌شده و ایمن طراحی کند. تکیه صرف بر هوش مصنوعی می‌تواند موجب کاهش تعامل انسانی و حمایت روانی شود و در نتیجه انگیزه و پایبندی فرد به رژیم غذایی کاهش یابد.»این متخصص تغذیه همچنین خاطرنشان می‌کند: «تحقیقات بالینی بیشتری لازم است تا اثربخشی روش‌های درمانی مبتنی بر هوش مصنوعی ارزیابی شود و نگران‌های اخلاقی درباره استفاده از این فناوری در تغذیه هنوز به طور کامل رفع نشده است. هوش مصنوعی هنوز در مراحل

«هوش مصنوعی ابزاری قدرتمند است، اما هیچ‌گاه نمی‌تواند جایگزین دانش و تجربه متخصص تغذیه شود.» دکتر جلال‌الدین میرزای راز، رئیس انجمن تغذیه ایران، درباره خطرات تکیه صرف بر فناوری‌های نوین در برنامه‌ریزی رژیم غذایی هشدار می‌دهد.

در سال‌های اخیر، فناوری هوش مصنوعی (Artificial Intelligence - AI) حضور پررنگی در حوزه‌های مختلف علوم و فناوری داشته است. این فناوری که اولین بار در سال ۱۹۵۵ توسط جان مک‌کارتی معرفی شد، امروزه در شاخه‌هایی مانند سامانه‌های تشخیص بیماری با استفاده از پردازش اطلاعات وارد شده ، پردازش زبان طبیعی، الگوریتم‌های ژنتیک و مفاهیم مرتبط با رباتیک و ... کاربرد گسترده‌ای یافته است.

یکی از حوزه‌هایی که هوش مصنوعی در آن مورد توجه قرار گرفته، علوم تغذیه و سلامت عمومی است. امروزه بسیاری از افراد برای دریافت رژیم غذایی، از اپلیکیشن‌ها و سرویس‌های مبتنی بر هوش مصنوعی استفاده می‌کنند. اما این سوال پیش می‌آید: آیا هوش مصنوعی می‌تواند جایگزین یک مشاوره تخصصی تغذیه شود؟ آیا استفاده از آن بدون نظارت حضور نیروی انسانی متخصص ، خطراتی برای سلامت دارد؟ و در نهایت، چه راهکاری برای افرادی وجود دارد که به دلیل مشغله یا هزینه، به سمت این فناوری سوق پیدا می‌کنند؟ دکتر جلال‌الدین میرزای راز، پزشک و متخصص تغذیه، و رئیس انجمن تغذیه ایران، به بررسی این سوال پرداخته و می‌گوید: «اگرچه هوش مصنوعی ابزاری نوین و قدرتمند است، اما تنها باید به عنوان یک دستیار کمکی در کنار متخصصان تغذیه استفاده شود و نمی‌تواند جایگزین آن‌ها باشد».

هوش مصنوعی در تغذیه: امکانات و محدودیت‌ها



پیام آذربایجان

شنبه ۱۵ شهریور ۱۴۰۴
سال بیست و دوم / شماره ۲۶۴۴

ورزشی

آمارهای جمعیتی نشان می‌دهد که تعداد زنان سالمند از مردان پیشی گرفته است

پیرزن‌ها بیشتر از پیرمردها شده‌اند

محمد سرابی

در سال‌های پیش رو بخش بیشتر جمعیت سالمندان کشور را «زن»‌ها تشکیل خواهند داد. آمارهای جمعیت نشان می‌دهد که همزمان با روند سالمندی کلی کشور، تعداد زنان مسن نسبت به مردان مسن افزایش پیدا می‌کند و این افزایش با نشانه‌های کوچکی از اکنون آغاز شده است. بر اساس اطلاعات مرکز آمار ایران، جمعیت کشور امسال بیش از ۸۶ میلیون نفر است. میانگین سنی ایرانی‌ها ۳۵ سال است و بیشتر جمعیت در این سن قرار گرفته‌اند اما به دلیل کاهش تعداد تولدها، جمعیت ایران مانند کشورهای ژاپن، فنلاند، ایتالیا، آلمان و ... به سمت سالمندی هرچه بیشتر پیش می‌رود. معیار سالمندی عبور از سن ۶۵ سال است که در این کشورها از ۲۰ درصد بیشتر شده. سال ۱۳۶۵ در تقویم جمعیتی ایران یک نقطه عطف است. تا این سال میزان سالمندی جمعیت کشور در حال کاهش یا بنا به بعضی آمارها ثابت مانده بود. از این سال دو اتفاق همزمان نسبت بچه‌ها به پیرها را تغییر داد. تعداد سالمندان بیشتر شد و تعداد نوزادان تازه متولد شده ناگهان کاهش پیدا کرد. در این سال‌ها ایران درگیر مشکلات اقتصادی بود. شهرها به سرعت رشد پیدا می‌کردند و درگیر ترافیک و آلودگی هوا می‌شدند و جنگ تحمیلی ادامه داشت.

وضعیت سالمندی امسال

می‌دانیم که تا دو دهه دیگر بخش زیادی از جمعیت ایران پیر خواهد بود اما با اطلاعات امروزی می‌شود فهمید که در جاده پیرشدن، زن‌ها از مردها جلو می‌زنند. میزان سالمندان کشور حدود ۷ درصد جمعیت است اما همین امروز هم نسبت سالمندی زنان از مردان بیشتر است. زنان ۱۰۲ درصد بیشتر و ۴۰۰ هزار نفر بیشتر «پیر» هستند.



این نکته زمانی اهمیت پیدا می‌کند که بدانیم تعداد کلی زنان ایرانی از مردان کمتر است یعنی زنان در نسبت کلی جمعیت و هم‌طور در سن کار (از ۱۵ سال به بالا) اندکی کمتر از مردان است. پس با وجود اینکه جمعیت زنان از مردان کمتر است، تعداد زنان مسن از مردان مسن بیشتر است. آن‌هم در شرایطی که هنوز تا رسیدن به شرایط کشورهای سالمند فاصله داریم.

وضعیت سالمندی آینده

بررسی آمارهای سال ۱۳۳۵ تا امروز چشم‌اندازی به سمت آینده را نشان می‌دهد که در آن‌ها هم تعداد زنان پیر از مردان پیر بیشتر خواهد بود. از سال ۱۳۳۵ تا ۱۳۵۵ جمعیت زنان و مردان پیر برابر بود. از سال ۱۳۶۵ تا ۱۳۸۵ تعداد مردان پیر بیشتر شد. در سال ۱۳۹۰ تعداد دو طرف برابر شد و از سال ۱۳۹۵ در مسیری قرار گرفتیم که تا امروز ادامه دارد و به نظر می‌آید که در آینده هم تداوم پیدا خواهد کرد. در این سال جمعیت زنان پیر ۱۰۰ هزار نفر از مردان بیشتر شد. هر سال فاصله بین زنان و مردان افزایش پیدا کرد و اطلاعات مرکز آمار نشان می‌دهد که در سال ۱۴۳۰ تعداد زنان پیر دست کم ۱۰۲ میلیون نفر از مردان بیشتر می‌شود. ۱۴۳۰ همان سالی است که حدود یک پنجم جمعیت کشور سالمند می‌شوند. حدود یک قرن قبل از این تاریخ یعنی در سال ۱۳۳۵ فقط ۴ درصد جمعیت کشور بیش از ۶۵ سال داشتند.

عوارض سالمندی

افزایش سن به تنهایی نشانه مشخصی از بحران فردی و اجتماعی نیست اما برخی از اتفاقاتی که در کنار افزایش سن رخ می‌دهد، آن را تبدیل به موضوعی قابل تامل می‌کند. با بالا رفتن سن شخص از بازار کار خارج می‌شود، درآمد‌ها کم یا قطع خواهد شد و در مقابل هزینه‌های بهداشت و درمان افزایش پیدا می‌کند. همین امروز نیز صندوق‌های بازنشستگی اکنون دچار مشکلات مالی شدید هستند و پرداختی‌های آن‌ها کفاف مخارج زندگی بازنشستگان را نمی‌کند. بسیاری از سالمندان بیمه تکمیلی ندارند و برای زندگی به خانواده خود وابسته هستند.

در پژوهش شورای ملی سالمندان که سال ۱۴۰۱ انجام شد آمده است که «تنها زیستی» زنان سالمند از سال ۱۳۸۵ تا ۱۳۹۵ دو برابر شده و به مناطق روستایی هم گسترش پیدا کرده است. ادامه این کاستی‌ها در کنار افزایش کلی تعداد زنان سالمند، پدیده زنان پیر تنها را تبدیل به یکی از مشکلات جمعیتی ایران در سال‌های آینده خواهد کرد. ۸۶ میلیون و ۵۶۲ هزار نفر: جمعیت ایران ۳۰۶ میلیون نفر: تعداد سالمندان زن ۸۰۴ درصد: نسبت سالمندی زنان ۳۰۲ میلیون نفر: تعداد سالمندان مرد ۷۰۲ درصد: نسبت سالمندان مرد ۴۲۰۹ میلیون نفر: جمعیت زنان ۲۹۰۸ میلیون نفر: زنان در سن اشتغال ۹۰۵ میلیون نفر: دختران زیر ۱۵ سال ۴۳۰۶ میلیون نفر: جمعیت مردان ۳۰۰۶ میلیون نفر: مردان در سن اشتغال ۹۰۹ میلیون نفر: پسران زیر ۱۵ سال

افزایش سرعت پیاده‌روی، ضعف و ناتوانی را در میان سالمندان کاهش می‌دهد

واقعی کافی بود. دکتر «دنیل روبین»، محقق ارشد و متخصص بیهوشی در دانشگاه پزشکی شیکاگو، در یک بیانیه خبری گفت: «حتی پیاده‌روی معمولی نیز اثرات مثبتی بر شرکت‌کنندگان در مطالعه ما داشت.» برای این مطالعه، محققان ۱۰۲ فرد مسن را که در ۱۴ مجتمع بازنشستگی مستقل در منطقه کلان‌شهر شیکاگو زندگی می‌کردند، استخدام کردند.

با چند تغییر ساده خانه را مناسب سالمندان کنیم



پیری یک واقعیت اجتناب‌ناپذیر زندگی است و با خود تغییراتی در توانایی‌های جسمی، روحی و اجتماعی به همراه می‌آورد. بسیاری از سالمندان تمایل دارند در خانه خود بمانند و تا حد امکان مستقل زندگی کنند. برای تحقق این خواسته، خانواده‌ها باید محیطی ایمن، راحت و پر از حمایت عاطفی برای آنان فراهم کنند.

خستگی و سرگیجه

- نصب توالت‌های بلندتر برای راحتی بیشتر
علاوه بر این، استفاده از رنگ‌های متضاد در این فضاها می‌تواند به سالمندانی که مشکلات بینایی دارند کمک کند.

آمادگی برای تغییرات آینده

نیازهای سالمندان ثابت نیست؛ ممکن است در یک بازه کوتاه تغییرات زیادی ایجاد شود. برای این شرایط، داشتن برنامه و پیش‌بینی لازم ضروری است.

نصب رمپ در ورودی خانه

- استفاده از سیستم‌های هشدار پزشکی
- تهیه بالابر پله برای ساختمان‌های چند طبقه
- استفاده از جعبه‌های نظم‌دهنده دارو و یادآورهای دیجیتال
- بررسی دوره‌ای وسایلی مانند عصا، واکر یا ویلچر
این تغییرات، علاوه بر افزایش ایمنی، به سالمندان این احساس را می‌دهد که همچنان کنترل زندگی خود را در دست دارند.

سخن پایانی

ایجاد خانه‌ای امن و حمایتی برای سالمندان تنها به معنی تغییر دکوراسیون یا اضافه کردن چند وسیله کمکی نیست. این کار در واقع یک فرهنگ‌سازی است؛ فرهنگ احترام، قدردانی و توجه به نسلی که سال‌ها از ما مراقبت کرده‌اند. هر اقدام کوچک، چه نصب یک دستگیره ساده در حمام و چه توجه به خواسته‌های عاطفی سالمند، می‌تواند تأثیر بزرگی در کیفیت زندگی او داشته باشد. خانه‌ای که با عشق و دلسوزی برای سالمندان آماده می‌شود، نه تنها امنیت جسمی بلکه آرامش روحی آن‌ها را تضمین خواهد کرد. به یاد داشته باشیم: یک خانه امن و حمایتی، هدیه‌ای ارزشمند است که هر روز زندگی سالمندان را روشن‌تر و دلنشین‌تر می‌کند.

ساده و راحت

- راحتی و آسایش: آرامشی برای روزهای طلایی خانه باید جایی برای استراحت و آرامش باشد. سالمندان در سنین بالا نیاز بیشتری به راحتی دارند. صندلی‌هایی که نشستن و بلند شدن از آن‌ها آسان باشد، تخت‌خواب‌هایی با ارتفاع مناسب و فضایی آرام و گرم، می‌تواند کیفیت زندگی آن‌ها را بالا ببرد. همچنین بهتر است وسایل مورد استفاده روزانه مانند عینک، داروها یا تلفن همیشه در دسترس و نزدیک باشند. مبلمان خانه باید به گونه‌ای چیده شود که رفت‌وآمد با واکر یا ویلچر به راحتی امکان‌پذیر باشد.

تقویت استقلال و ارتباط اجتماعی

یکی از دغدغه‌های بزرگ سالمندان، از دست دادن استقلال و احساس تنهایی است. خانواده‌ها باید شرایطی فراهم کنند که سالمندان همچنان بتوانند بخشی از تصمیمات زندگی خود را بگیرند. تلفن‌های ساده با دکمه‌های بزرگ، سیستم‌های تماس تصویری و سرگرمی‌هایی مانند مطالعه، موسیقی یا باغبانی، کمک می‌کند که سالمندان فعال و اجتماعی بمانند. همچنین، گفت‌وگو و احترام به نظر آن‌ها باعث تقویت عزت نفس و کاهش احساس انزوا خواهد شد.

ایمن‌سازی آشپزخانه و حمام؛ دو نقطه پرخطر خانه

آشپزخانه و حمام از حساس‌ترین بخش‌های خانه برای سالمندان هستند. برای افزایش ایمنی می‌توان اقدامات زیر را انجام داد:
- نصب اجاق گاز و فر با قابلیت خاموش شدن خودکار
- برچسب‌گذاری واضح روی مواد غذایی و ظروف
- استفاده از شیرهای تکه‌ای برای سهولت در شست و شو
- قرار دادن وسایل پرکاربرد در قفسه‌های پایین و قابل دسترس
- استفاده از صندلی در حمام برای جلوگیری از

یک مطالعه جدید می‌گوید که کمی نشاط بیشتر در طول روز می‌تواند به سالمندان کمک کند تا سلامت خود را بهبود بخشیده و مستقل بمانند. محققان گزارش دادند افراد مسنی که سرعت پیاده‌روی خود را کمی افزایش دادند، در نهایت بهبود قابل توجهی در عملکرد فیزیکی خود داشتند. نتایج نشان می‌دهد که تنها ۱۴ قدم اضافی یا بیشتر در دقیقه برای ایجاد یک تفاوت

براساس مطلب منتشره در سایت تلنتد لیدیز کلاب، سالمندان برای ایمنی و آرامش بیشتر نیاز به خانه‌هایی ویژه و مخصوصی دارند. با افزایش سن، خانه‌ای که سال‌ها پناهگاه آرامش و امنیت بوده، ممکن است برای سالمندان به محیطی پر از چالش و خطر تبدیل شود. زمین خوردن در حمام، مشکلات رفت‌وآمد در راهروها، ناتوانی در استفاده از وسایل آشپزخانه یا احساس تنهایی و انزوا، تنها بخشی از مشکلاتی است که می‌تواند کیفیت زندگی عزیزان سالخورده را تهدید کند.

در دنیایی که جمعیت سالمندان روز به روز بیشتر می‌شود، خانواده‌ها و جامعه بیش از هر زمان دیگری وظیفه دارند به نیازهای این قشر توجه کنند. ایجاد یک خانه حمایتی، تنها یک تغییر فیزیکی نیست؛ بلکه نشانه‌ای از عشق، احترام و قدردانی به نسلی است که سال‌ها برای خانواده و جامعه تلاش کرده است. خانه‌ای که برای جوانان و میانسالان طراحی شده، لزوماً برای سالمندان مناسب نیست. تغییراتی ساده اما مؤثر می‌تواند خطرات روزمره را کاهش داده و در عین حال به سالمندان فرصت دهد با استقلال بیشتری زندگی کنند. در این گزارش، به مهم‌ترین اقداماتی که می‌توان برای ایجاد یک خانه حمایتی و استاندارد برای سالمندان انجام داد، پرداخته است.

ایمنی در کارهای روزمره؛ پیشگیری بهتر از درمان

یکی از بزرگ‌ترین خطراتی که سالمندان را تهدید می‌کند، زمین خوردن است. طبق آمارهای جهانی، بسیاری از آسیب‌های جدی سالمندان ناشی از لغزش یا برخورد در خانه است. خانواده‌ها می‌توانند با اقداماتی ساده، محیط خانه را ایمن‌تر کنند:
- نصب دستگیره‌های محکم در حمام و کنار توالت
- استفاده از کف‌پوش‌ها و تشک‌های ضدلغزش
- خالی کردن مسیرها از وسایل اضافی، فرش‌های کوچک و سیم‌های برق
- روشن کردن راهروها و پله‌ها با چراغ‌های پرنور
- جایگزین کردن دستگیره‌های سخت با مدل‌های

سالمندی مثبت: روش‌های علمی برای پیری سالم

بنابراین، این مدل‌های سنتی دیدگاه کوتاه‌بینانه‌ای نسبت به سالمندی موفقیت‌آمیز دارند (استو و کان، ۲۰۱۵).

این دیدگاه به نوبه‌ی خود انتظارات غیر واقع‌بینانه‌ای را ایجاد کرده است که در افرادی که با معیارهای این دیدگاه مطابقت ندارند احساس بی‌کفایتی را تقویت می‌کند (مارتین، ۲۰۱۵). ارائه‌ی یک تعریف جدید از سالمندی موفق باید فراگیر باشد (مارتینسون و بریج، ۲۰۱۴). این تعریف شامل به رسمیت شناختن و گرامی‌داشت غنای زندگی است که علی‌رغم چالش‌های ناشی از سالمندی پایدار می‌ماند. بنابراین، برای تعریف سالمندی موفقیت‌آمیز باید تاب‌آوری، رشد هیجانی و توانایی سازگاری با واقعیت‌های جدید را در نظر گرفت.

مفهوم سالمندی مثبت چیست؟

سالمندی مثبت به جای تمرکز روی نقص‌ها و کاستی‌ها روی نقاط قوت تأکید دارد (دشیپاند و همکاران، ۱۹۸۶). بنابراین، سالمندی مثبت به معنای مقاومت و مقابله با فرایند پیر شدن نیست، بلکه با خوش‌بینی و آگاهی هدفمند آن را می‌پذیرد. این ذهنیت، رشد هیجانی، اجتماعی و معنوی را در کنار سلامت جسمانی و شناختی در اولویت قرار می‌دهد و تأکید می‌کند که پیر شدن صرفاً به معنای زنده ماندن نیست بلکه نوعی شکوفایی است.

دکتر حمید بهرامی زاده

به دلیل اینکه اکثر دوران حرفه‌ای من صرف کار کردن با افراد سالمند شده است این افتخار نصیب شده که شاهد تمام انواع فرایندهای پیر شدن باشم. ایده «سالمندی مثبت» زمانی عالی است که در یک چارچوب واقع‌بینانه و متعادل درک شود.

به لحاظ تاریخی، سالمندی موفقیت‌آمیز با نیرومندی جسمانی و مستقل بودن برابر دانسته شده است. اما آیا این تعریف به قدر کافی گسترده و واقع‌بینانه است که برای همه درست باشد؟ در این مقاله معنای واقعی سالمندی موفقیت‌آمیز را بررسی خواهیم کرد. ما روایتی گسترده‌تر و مثبت‌تری که شامل حال گروه کثیری شود ارائه می‌کنیم. ما واقعیت‌ها و فرصت‌هایی را که افزایش سن به دست می‌آیند را می‌پذیریم.

چرا باید معنای جدیدی برای سالمندی موفقیت‌آمیز در نظر بگیریم؟

وقتی به مدل‌های سنتی سالمندی نگاه می‌کنیم متوجه می‌شویم که آن‌ها بر نبود بیماری، عملکرد خوب جسمانی و ادامه‌ی کار و کارآیی تأکید کرده‌اند (شولز و هک‌هاسن، ۱۹۹۶). با اینکه این موارد اهداف قابل تحسینی هستند، نمی‌توانند چالش‌ها و تجربه‌های گوناگون همراه پیر شدن را در نظر بگیرند.

اتفاق اصناف وان ترکیه و ارومیه در زمینه توسعه فعالیت‌های تجاری، اقتصادی و صنفی به ویژه در زمینه طلا و جواهر تفاهم‌نامه مشترک امضاء کردند. این تفاهم با حضور رضا رحمانی استاندار آذربایجان غربی و در حاشیه برگزاری نخستین نمایشگاه طلا، جواهر، نقره و گوهر سنگ و ماشین آلات صنعتی این

اتاق اصناف وان ترکیه و ارومیه تفاهم نامه همکاری امضا کردند

حوزه منعقد شد. براساس مفاد این توافق، دو طرف در زمینه تبادل تجربیات و اطلاعات فنی و علمی، برگزاری کارگاه های آموزشی و نمایشگاه های مشترک، ایجاد بازارزه های مشترک مرزی برای مبادلات کالا، همکاری مشترک در زمینه ایجاد شهرک های صنفی و صنعتی همکاری خواهند کرد. معرفی فرصت‌های سرمایه گذاری

برای اعضای دو اتاق بازرگانی ارومیه و وان از دیگر رویکردهای این تفاهم نامه است. این تفاهم نامه به مدت چهار سال قابلیت اجرایی دارد و طی آن طرفین زمینه تسهیل و تقویت ارتباطات دو جانبه را فراهم خواهند.

نغمه‌ای از خدمت در محله‌های آذربایجان شرقی



سخن گفت؛ پروژه‌هایی که با اعتبار ۱۹۷ هزار میلیارد ریال، این استان را به صدر جدول پیشرفت در کشور رسانده است، او با شور و اشتیاق به تاریخ پر افتخار آذربایجان اشاره کرد؛ استانی که همیشه پیشتاز و اولین‌ها بوده و امروز نیز در سایه همت مدیران و حمایت رهبری، چراغ راه توسعه کشور است.

او از نبض تپنده کارخانه‌ها و واحدهای صنعتی سخن گفت؛ جایی که هر هفته با حضور در کنار کارگران و صاحبان صنایع، دغدغه‌ها را می‌شنود و با طرح برنامه‌هایی چون «سه‌شنبه‌های اقتصادی» و «ستاد تسهیل تولید»، تلاش می‌کند تا چرخ اقتصاد بچرخد و سایه بیکاری از سر مردم برداشته شود.

سرمست در سخنانش بار دیگر به

حمایت مقام معظم رهبری از دولت اشاره

کرد و بیان داشت: این حمایت، وظیفه ما را سخت‌تر کرده و ما را بر آن داشته تا با دیدارهای مردمی، هر روز و هر لحظه در خدمت مردم باشیم. او در میان خاطرات روزهای سخت جنگ ۱۲ روزه ایران و رژیم صهیونیستی، از همبستگی مثال‌زدنی مردم تبریز و آذربایجان گفت؛ مردمی که همواره با غیرت و وفاداری، پشتوانه نظام و میهن بوده‌اند. استاندار یادآور شد: در آن روزهای پراضطراب، از اولین لحظات بحران، همه دستگاه‌ها بسیج شدند تا آرامش و امنیت را به خانه‌ها بازگردانند.

سرمست با نگاهی به آینده‌ای روشن، از بازسازی سریع و جهادی باند فرودگاه بین‌المللی شهید مدنی تبریز سخن گفت؛ کاری که با تلاش شبانه‌روزی و ایثار همکاران به جای دو ماه، تنها در ۹ روز به سرانجام رسید. دیدار صمیمی و بی‌واسطه با مردم، نه فقط فرصتی برای شنیدن مشکلات، که التیامی برای دل‌های خسته و چراغ راهی برای فردایی بهتر بود. این دیدار در حالی انجام شد که هر محله، نه فقط نقطه‌ای روی نقشه، بلکه خانه‌ای برای امید، همدلی و تلاش مشترک خواهد بود.

کاهش پذیرش رشته پزشکی در کنکور زیر ذره‌بین مجلس

افزایش بیماری‌های صعب‌العلاج و آغاز موج سالمندی جمعیت، کاهش ظرفیت پزشکی به معنای فشار مضاعف بر بیماران و ایجاد انحصار بیشتر در حوزه سلامت است.

این نماینده مجلس با انتقاد از این تصمیم گفت: ظرفیت‌ها بر اساس نیاز واقعی تعریف شده بود، حالا کم‌کردن آن یا نتیجه فشار برخی کانون‌های قدرت است یا بی‌توجهی به واقعیت میدانی. وی تأکید کرد: مجلس به‌ویژه کمیسیون بهداشت همچنین کمیسیون اصل ۹۰، به‌طور جدی به این موضوع ورود خواهد کرد و از وزارت بهداشت توضیح شفاف خواهد خواست.



عضو کمیسیون اجتماعی مجلس ادامه داد: وزارت بهداشت در گزارش‌های رسمی خود تأیید کرده که در برخی شهرها حتی یک متخصص هم وجود ندارد. مردم برای نوبت‌گیری باید ماه‌ها منتظر بمانند و گاه تا نیمه‌شب در مطب‌ها سرگردانند.

جعفری‌آذر تصریح کرد: در شرایط

جابه‌جایی ۲.۵ میلیون مسافر در ۵ ماهه اول سال

در آذربایجان شرقی

جابه‌جا شده‌اند که این آمار نیز نسبت به مدت مشابه سال قبل ۳درصد افزایش نشان می‌دهد. وی گفت: ناوگان عمومی حمل‌ونقل مسافر استان در حال حاضر با ۶۷۸ دستگاه اتوبوس، تعداد ۱۸۱۵ دستگاه مینی‌بوس، ۸۶۳ دستگاه سواری کرایه و با ۱۳۳ شرکت و مؤسسه و شعب فعال مسافری و ۶ تشکیل صنفی فعالیت می‌کند. رسول‌زاده افزود: تعداد پایانه‌های مسافری فعال استان ۱۴ پایانه است.

وی بیان داشت: مسافران تقاضا می‌شود

مدیرکل راهداری حمل‌ونقل جاده‌ای آذربایجان شرقی گفت: ناوگان حمل‌ونقل عمومی مسافر استان ۲ میلیون و ۵۸۴ هزار مسافر را در ۵ ماهه امسال ۱۴۰۴ جابه‌جا کرد. غلامرضا رسول‌زاده؛ مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای استان اظهار داشت: ناوگان حمل‌ونقل عمومی مسافر آذربایجان شرقی ۲ میلیون و ۵۸۴ هزار مسافر را در پنج‌ماهه امسال ۱۴۰۴ جابه‌جا کرد و این تعداد مسافر با ۲۲۴ هزار و ۵۰۰ سفر اعم از اتوبوس، مینی‌بوس و سواری کرایه

خبر

رفتارهای ناهنجار و نا امنی در استان آذربایجان شرقی معنایی ندارد



دادستان عمومی و انقلاب شهرستان تبریز از برخورد جدی و قاطع نیروهای مسلح و ضابطان دادگستری با ناهنجاری‌ها و جرایم خشن خبر داد. محبوب علیلو با اشاره به نقش و جایگاه فرهنگ بی بدیل استان آذربایجان شرقی و ضرورت برخورداری شهروندان از امنیت پایدار گفت: خوشبختانه استان آذربایجان شرقی از حیث شاخص‌های مربوط به امنیت و پایین بودن ارتکاب به جرایم خشن، جز استان‌های اول است. علیلو ادامه داد: در این استان، کمتر کسی به خود اجازه می‌دهد که به عنوان ارادل و اوباش در معابر و بین مردم خودنمایی کند.

دادستان تبریز اظهار کرد: هستند افرادی که باز به رفتارهای ناهنجار اجتماعی خود در جهت اخلال در نظم عمومی ادامه می‌دهند، به آنها اعلام می‌کنم که استان آذربایجان شرقی محل مناسبی برای ایجاد نا امنی از جنبه‌های مختلف نیست. وی گفت: مطمئن باشید با اقتدار نیروهای مسلح و ضابطین دادگستری مواجه بوده و همکاران عزیز بنده در دادسراها و دادگاه‌ها، اجازه خودنمایی به این افراد را نخواهند داد. علیلو افزود: اگر افرادی هستند که روحیه آنها بیشتر در راستای ترویج رفتارها و ناهنجاری‌های اجتماعی و اخلال در نظم عمومی است، به نظر بنده اگر سایر استان‌ها را برای انجام رفتارهای اخلال گرانه خود انتخاب کنند، به صلاح خودشان است.

ادامه از صفحه اول

نگاهی به چالش‌ها و راهکارها از زبان عضو شورای شهر تبریز، شهری برای زندگی نه کارگاه عمرانی

رشیدی به چالش‌های زیست محیطی کلانشهر تبریز از جمله زباله‌گاه، مازوت‌سوزی و تغییرات گسترده در طرح تفصیلی اشاره کرد و این مسائل را «فرصت و هشدار جدی» برای مدیران شهری دانست که نیازمند برنامه‌ریزی و پاسخگویی دستگاه‌های مسئول است. عضو شورای شهر تبریز از کمبود فضاهای مناسب برای پارک‌های ویژه بانوان در تبریز ابراز نگرانی کرد و خواستار بازنگری در شیوه‌های اطلاع‌رسانی شهرداری شد. او بر لزوم نظارت دقیق بر پروژه‌های شهرداری و تأسیس یک اداره نظارت مستقل تأکید کرد و مشکلات موجود در پروژه‌هایی مانند «کوه نور» را ناشی از کمبود نظارت دانست.

امنیت پارک‌ها و شفافیت در بازار مسکن

رشیدی همچنین بر لزوم نگرانی از پارک‌ها برای حفظ امنیت و جلوگیری از آسیب‌های اجتماعی تأکید کرد. او خواستار مطالبه سند برای املاک قولنامه‌ای از نمایندگان مجلس شد تا شفافیت بیشتری در بازار مسکن ایجاد شود. وی به مشکلات ترافیکی و نیاز به راهاندازی سیستم سیگنالیگ یکپارچه در متروی تبریز اشاره کرد و افزود: این سیستم هنوز در فاز سوم پروژه راهاندازی نشده و پیگیری آن از اولویت‌های اوست.

صاحب امتیاز و مدیرمسئول و سردبیر: معصومه شکوهی مشاور مدیرمسئول: مریم شکوهی مدیر اجرایی: بهرام توفیقی امور فنی و هنری: کانون تبلیغاتی آذین کامپیوتر لیتوگرافی و چاپ: پرنیان آدرس: چایکنار نرسیده به پل منصور جنب کوچه بنفشه پ ۱۱۸ تلفن:۳۵۲۳۱۴۹۷ ۳۵۲۴۳۴۸۷ ۳۵۲۴۷۰۵۱:سازمان آگهی‌ها: E mail:wpat_82@yahoo.com https://payamazarbayan.ir

حقوقی

شروط ضمن عقد و ضرورت آگاهی زوجین از تکالیف قانونی در زندگی مشترک

یک وکیل دادگستری گفت: زوجین می‌توانند با آگاهی از شروط قانونی و درج آن‌ها در عقدنامه، از حقوق خود در زندگی مشترک صیانت کرده و از بروز بسیاری از اختلافات زناشویی پیشگیری کنند. کمال رئوف، وکیل پایه یک دادگستری و عضو مرکز وکلای قوه قضائیه درباره شروط ضمن عقد بیان کرد: شروط ضمن عقد، توافقاتی هستند که زوجین در موقع جاری کردن صیغه عقد نکاح مقرر و در عقدنامه قید می‌کنند. طبق ماده ۲۳۳ قانون مدنی ایران، شروط ضمن عقد به شرطهایی گفته می‌شود که به‌طور ضمنی در متن قرارداد ذکر می‌شوند و طرفین بر آن توافق دارند.

وی ادامه داد: این شروط می‌توانند شامل حق اشتغال، وکالت در طلاق، حق ادامه تحصیل، حق خروج از کشور، تعیین محل زندگی مشترک، حضانت فرزندان و حتی تقسیم اموال مشترک زوجین باشند که به محض انعقاد نکاح و در زمان زوجیت باید رعایت شوند. رئوف افزود: آگاهی از این شروط و همچنین حقوق و تکالیف قانونی، برای زوجین ضروری است تا بتوانند زندگی مشترک با ثبات و موفق داشته باشند شروط ضمن عقد و آگاهی از حقوق و تکالیف زوجین در زندگی مشترک، موجب پیشگیری از اختلافات زناشویی و باعث قوام زندگی شأن می‌شود.

شروط‌های ضمن عقد: ابزار قانونی زنان برای تضمین حقوق خود

عضو مرکز وکلای قوه قضائیه گفت: با درج برخی شرط‌ها در عقدنامه ازدواج، زنان می‌توانند حقوق قانونی خود را در حوزه‌های مختلف زندگی زناشویی تثبیت و از حمایت‌های صریح قانونی برخوردار شوند.

این وکیل دادگستری اظهار کرد: بر اساس قوانین مدنی و مقررات خانواده، زن می‌تواند با درج شرط حق ادامه تحصیل در عقدنامه، تحصیل خود را در هر مقطع دلخواه ادامه دهد و شوهر حق ممانعت از تحصیل او را نخواهد داشت. همچنین در صورت درج شرط اشتغال، زن مجاز به داشتن شغل خواهد بود و مرد تنها در صورتی می‌تواند مخالفت کند که شغل زن، مخالف شأن و حیثیت خانوادگی زوجین باشد.

وی افزود: در حوزه تعیین محل سکونت، اختیار قانونی در شرایط عادی با شوهر است، اما با درج شرط مربوطه، زن می‌تواند محل زندگی مشترک را خود انتخاب کند. همچنین شرط خروج از کشور این امکان را به زن می‌دهد که بدون نیاز به اجازه مجدد از همسر، از کشور خارج شود. رئوف ادامه داد: از دیگر شروط مهم، وکالت در طلاق است. مرد می‌تواند هنگام عقد، به زن وکالت مطلق یا مشروط در طلاق بدهد. در وکالت مطلق، زن هر زمان بخواهد می‌تواند خود را مطلقه کند و در وکالت مشروط، این اختیار منوط به تحقق شرایط خاصی است. عضو مرکز وکلای قوه قضائیه گفت: در خصوص حضانت فرزندان نیز، در صورت جدایی، حضانت کودکان تا ۷ سالگی با مادر است و پس از آن با پدر. اما با درج شرط مناسب، زن می‌تواند حضانت را تا سن بلوغ فرزندان (۹ سال برای دختر و ۱۵ سال برای پسر) به‌طور کامل بر عهده داشته باشد.

رئوف بیان کرد: این شروط مالی مهم، تقسیم اموال است. مطابق این شرط، در صورت وقوع طلاق از سوی مرد، اموالی که در دوران زندگی مشترک به‌دست آمده‌اند، به طور مساوی میان زن و شوهر تقسیم می‌شود. همچنین در شرط عدم توارث، زن و شوهر می‌توانند توافق کنند که در صورت فوت یکدیگر، ارثی به طرف مقابل تعلق نگیرد. وی افزود: این شروط که در قالب بندهای اختیاری در عقدنامه‌ها گنجانده می‌شود، می‌توانند نقش مهمی در حمایت از حقوق زنان و کاهش اختلافات زناشویی ایفا کند.

شروط صحیح و شروط باطل در عقد نکاح کدام‌اند؟

این وکیل دادگستری گفت: زوجین می‌توانند هر شرطی که مطابق قانون و شرع باشد را در ضمن عقد نکاح بگنجانند. شروط ضمن عقد باید صحیح باشند یعنی قانونی و مشروع باشند در غیر این صورت، باطل بوده و قابل اعتنا نیستند. شروط باطل نیز به دو گونه هستند: شرط باطلی که فقط خودش باطل و بی اثر است و هیچ خللی به عقد نکاح وارد نمی‌کند مانند شرط عدم پرداخت نفقه به زوجه ای که از شوهرش تمکین می‌کند.

رئوف افزود: اما بعضی از شروط باطل، علاوه بر اینکه باطل هستند، موجب بطلان عقد نیز می‌شوند که به آنها شروط باطل مبطل (یعنی باطل کننده عقد) گفته می‌شود. طبق ماده ۲۳۲ قانون مدنی، شروطی که باطل هستند ولی موجب بطلان عقد نمی‌شوند (شروط باطل غیر مبطل) به این صورت هستند:

- شرطی که انجام آن غیرمقدور باشد.
- شرطی که در آن نفع و فایده نباشد.
- شرطی که نامشروع باشد.

عضو مرکز وکلای قوه قضائیه گفت: در عقد نکاح دائم، پرداخت نفقه همسر یک الزام قانونی است و زوجین در عقد نکاح دائم نمی‌توانند شرط کنند که به زن نفقه تعلق نگیرد. اگر چنین شرطی لحاظ شود، این شرط باطل است اما عقد نکاح را باطل نمی‌کند.

ادامه دارد...