



نماینده مجلس:

استانی شدن انتخابات، کلان نگری نمایندگان را به دنبال خواهد داشت

این طرح به احتمال زیاد در صحن مجلس نیز رای می آورد
یک نماینده باید ۱۵ درصد از آرای حوزه انتخابیه را کسب کند

تعدادی از نمایندگان مجلس:

شورای نگهبان صلاحیت امثال کریمی قدوسی را با دقت بررسی کند

توهین به نمایندگان مجلس توهین به شعور ملتی است
شکستن همبستگی ملی ریشه در انحراف فکری و خودمختار پنداری مقابل مردم دارد

عوامل و تبعات معضل افزایش سن ازدواج در ایران



هر شهر یک خبرنگار

روزنامه عجب شیر به منظور توسعه فعالیت‌های مطبوعاتی خود در شهرهای استان **نماینده و خبرنگار** فعال می پذیرد

۰۹۱۴۳۰۱۰۷۳

موسسه پژوهش کتاب آذربایجان

مروفچینی، ویرایش، طراحی، تصویرگری، منمعه آرایه
نظارت بر چاپ کتاب و نشریه

نشانی: تبریز - فیابان شهید مدنی (دارایی سابق) - (روبروی مسجد شهید آیت ا... مطهری)
پلاک ۹۹ - واحد ۳
تلفن: ۰۳۵۲۵۸۲۲۲ - ۰۳۵۲۵۹۷۵۶ - فکس: ۰۳۵۲۵۹۷۵۶ - ۰۳۵۲۵۹۷۵۶
همراه: ۰۹۱۴۳۰۱۰۵۷۳
www.shakourian.com | j.shakourian@gmail.com

بازدید هیئت رئیسه اتاق اصناف تبریز از بازار تبریز

هاشمی رئیس اتاق اصناف تبریز به همراه باحجب محمدی و زابلی از اعضای هیئت رئیسه اتاق اصناف تبریز از بازار تبریز بازدید کردند.

به گزارش خبرنگار روزنامه عجب شیر، در این بازدید چند ساعته اعضای هیئت رئیسه اتاق اصناف تبریز از صنوف فرش فروشان تبریز، ریس فروشان، آرایشی و بهداشتی و جوراب بافان بازدید و از نزدیک در جریان مسایل و مشکلات اصناف قرار گرفته و ضمن بررسی برای حل آنها قول مساعد دادند.

کارگران امسال چقدر عیدی دریافت خواهند کرد؟

حقوق و حداکثر سه ماه پایه حقوق را به عنوان عیدی و پاداش آخر سال به کارگران بدهند.

این مقام مسئول کارگری متذکر شد: با در نظر گرفتن این قاعده، عیدی امسال کارگران حداقل دو میلیون و ۲۲۲ هزار تومان و حداکثر سه میلیون و ۳۳۷ هزار تومان خواهد بود که شایسته است کارفرمایان پرداخت آن را به شب عید یا بعد از آن موکول نکنند؛ هرچند بسیاری از کارفرمایان به دلیل ازدحام بانکها و اختلال در شبکه بانکی در روزهای پایانی سال، معمولاً عیدی و پاداش را تا قبل از پایان سال به کارگران پرداخت کرده و یا با حقوق دی و بهمن ماه واریز می کنند.

عضو کانون عالی شوراهای اسلامی کار اضافه کرد: فارغ از خانوارهایی که با مشکلات معیشتی دست و پنجه نرم می کنند و در شرایط کنونی اقتصاد، نیازمند عیدی و پاداش پایان سال هستند، عده‌ای از کارگران

تلبار شده و به فروش نمی روند و تولید و کارگر هردو با هم در حال آسیب دیدن هستند.

اصلاحی به رقم عیدی امسال کارگران اشاره کرد و گفت: بر اساس مصوبه شورای عالی کار در اسفند ماه سال گذشته، حداقل دستمزد کارگران یک میلیون و ۱۱۱ هزار تومان تعیین شده و بر اساس قانون مصوب مجلس، کارفرمایان باید حداقل دو ماه پایه

بخشی از کارگران به دلیل ناتوانی در تامین هزینه‌های معیشتی، از کارفرمایان خواسته‌اند که عیدی پایان سال را زودتر دریافت کنند.

به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، علی اصلاحی عضو کانون عالی شوراهای اسلامی کار گفت: بخش اعظمی از تولید داخلی را جامعه کارگری مصرف می کنند که با کاهش قدرت خرید آنها عملاً محصولات تولیدی در انبارها

طرح چالکود در ۱۸۰ هکتار از باغات بارور هشتروند اجرا شد



مدیر جهاد کشاورزی هشتروند از اجرای طرح چالکود در سطح ۱۸۰ هکتار از باغات بارور این شهرستان خبر داد و گفت: در این روش با ایجاد محیط مناسب و تهویه بیشتر، ریشه درختان بهتر رشد کرده و کوددهی به صورت مطلوب انجام می‌شود.

به گزارش ایرنا، مجید احمدی در جمع خبرنگاران اظهار داشت: در این روش ترکیبی از کودهای پوسیده دامی و شیمیایی بر اساس سن درختان، نوع محصول، کیفیت خاک و شرایط اقلیمی در چاله‌های ایجاد شده در سایه اندازه درخت دفن می‌شود.

وی چالکود را از بهترین روش‌های کوددهی در باغ عنوان و تشریح کرد: به دلیل وجود آهک فعال در خاک‌های آهکی و زیاده بی کربنات در آب، تغذیه درختان در این روش به نحو مطلوبی صورت می‌گیرد.

احمدی گفت: تاکنون پنج تن اوره، ۱۳ تن سوپر فسفات، ۲۱ تن سولفات پتاسیم و ۳۰ تن گوگرد در این روش مصرف شده و این روش در سایر باغات شهرستان نیز تا اسفند ماه ادامه خواهد داشت.

در شهرستان هشتروند سالانه حدود ۲۳۰ هزار تن انواع محصولات کشاورزی و باغی تولید می‌شود که عمده محصول تولیدی آن گندم است از این رو این شهرستان به انبار غله آذربایجان شرقی شهرت دارد.

بزرگراه خواجه - ورزشقان با ۳۸ درصد پیشرفت در حال اجراست



مدیر ساخت و توسعه راه‌های اداره کل راه و شهرسازی آذربایجان شرقی گفت: بزرگراه خواجه - ورزشقان - آقابابا به طول ۶۰ کیلومتر با حدود ۶۵ درصد پیشرفت فیزیکی در حال اجرا است.

به گزارش ایرنا، جعفرصادق رستمی مهر افزود: قطعه دوم این بزرگراه به طول حدود ۱۸ کیلومتر با اعتبار اولیه ۶۲۰ میلیارد ریال دارای ۶۵ درصد پیشرفت بوده و ۹ کیلومتر آن به بهره برداری رسیده که ۵ کیلومتر از آن ۴ ختله است.

وی اظهار داشت: قطعه سوم این بزرگراه نیز به طول ۸٫۵ کیلومتر با اعتبار اولیه ۳۲۰ میلیارد ریال دارای ۴۵ درصد پیشرفت فیزیکی بوده و ۵٫۵ کیلومتر از آن در یک باند بهره برداری شده است.

مدیر ساخت و توسعه راه‌های اداره کل راه و شهرسازی آذربایجان شرقی یادآوری کرد: قطعه چهارم نیز به طول ۷٫۵ کیلومتر با حدود ۳۰۰ میلیارد ریال دارای ۴۰ درصد پیشرفت بوده و ۵٫۵ کیلومتر آن به صورت یک باند به بهره برداری رسیده است.

رستمی مهر با بیان اینکه تاکنون برای اجرای قطعات ۲، ۳ و ۴ این بزرگراه حدود یک هزار و ۳۰۰ میلیارد ریال هزینه شده است، ادامه داد: در صورت مناسب بودن شرایط جوی و تامین اعتبار به موقع، این قطعات تا پایان فصل کاری ۹۸ به بهره برداری می‌رسند.

وی گفت: هم اکنون ۹۵ درصد از اراضی این قطعات تملک شده و ۵ درصد بقیه نیز دارای مشکلات حقوقی بوده که برای رفع آن‌ها اقدام شده است.

مدیر ساخت و توسعه راه‌های اداره کل راه و شهرسازی آذربایجان شرقی اظهار داشت: قطعه اول این بزرگراه نیز به طول حدود ۱۲ کیلومتر از سه راهی ورزشقان تا روستای شالی روز گذشته پس از انجام مناقصه به پیمانکار واگذار شد و به زودی عملیات اجرایی آن آغاز می‌شود.

رستمی مهر مبلغ اولیه قرارداد این قطعه را ۶۰۰ میلیارد ریال اعلام کرد و گفت: در صورت نبود تاخیر در اجرای این قطعه و سرعت دهی در اجرای آن، این قطعه تا ۳ سال آینده به بهره برداری می‌رسد.

وی گفت: قطعه ۵ این بزرگراه نیز به طول ۱۴ کیلومتر از ورزشقان تا آقابابا در دست مطالعه بوده و تا پایان امسال به مناقصه می‌رود.

اجرای بزرگراه خواجه - ورزشقان - آقابابا به طول حدود ۶۰ کیلومتر در ۵ قطعه از سال ۸۹ آغاز شده است.

افضلی مطرح کرد:

بالا رفتن نرخ اجاره و خرید مسکن از نردبان دلال بازی

عضو کمیسیون عمران مجلس گفت: بر اساس آمارها حدود یک سوم هزینه زندگی مستأجران مربوط به پرداخت اجاره مسکن است.

به گزارش خانه ملت، سیدحسین افضلی با اشاره به آینده بازار اجاره مسکن در کلانشهرها به ویژه پایتخت، گفت: به طور حتم میزان کنونی نرخ اجاره بها در شهرها، تناسبی با افزایش قیمت ملک ندارد و میزان رشد اجاره بسیار بالاتر از نرخ قیمت مسکن در یک سال اخیر است، بر اساس آمارها نرخ مسکن حدود ۸۰ درصد افزایش یافته است.

افزایش آمار حاشیه نشینی نتیجه رشد هزینه‌های مسکن در کلانشهرها

نماینده مردم اقلید در مجلس شورای اسلامی ادامه داد: امروز مستأجران تحت بالاترین فشارهای اقتصادی هستند و بسیاری از آن‌ها توان پرداخت اجاره بها را ندارند، از این رو به هر میزانی که هزینه زندگی بالا برود، به تبع آن حاشیه نشینی در شهرها بالا می‌رود، که به طور حتم افزایش آمارهای حاشیه نشینی هزینه‌های سنگینی را بر دولت وارد می‌کند.

یک سوم هزینه زندگی مستأجران مربوط به پرداخت اجاره مسکن است

وی با بیان اینکه بر اساس آمارها حدود یک سوم هزینه زندگی مستأجران مربوط به پرداخت اجاره مسکن است، گفت: قطعا اگر در حوزه

رعایت راهکارهای ساده سدی در برابر حوادث ناخوشایند؛



مسکن سازی و بهبود وضعیت اجاره مسکن در کشور فکر و چاره اندیشی نشود، دولت باید در آن صورت اعتبارات و بودجه‌های خود را برای مدیریت تبعات حاشیه نشینی از جمله مقابله با گسترش اعتیاد، بروز جرم و خشونت و بخش‌های دیگر هزینه کند.

رشد ۱۷ درصدی نرخ اجاره مسکن نسبت به سال گذشته

افضلی ادامه داد: سرمایه گذاری در حوزه مسکن برای کاهش مشکلات مردم در خرید و اجاره ملک صرفه بسیار بالایی برای کشور دارد. بر اساس آمارها نرخ اجاره بها در شهری مانند تهران نسبت به سال گذشته حدود ۱۷ درصد رشد داشته که به نظر من این نرخ در برخی

رعایت راهکارهای ساده سدی در برابر حوادث ناخوشایند؛

موارد پیشگیرانه ایمنی در فصل سرما را جدی بگیریم



سالانه با شروع فصل سرما و استفاده از وسایل گرمایشی گاز سوز شاهد بروز حوادث مختلفی هستیم که در نتیجه آنها برخی از شهروندان دچار حوادث جانی و مالی می‌شوند. دقت در استفاده از این وسایل به میزان قابل توجهی می‌تواند آمار این حوادث و سوانح را کاهش دهد. شرکت گاز استان آذربایجان شرقی نیز در آستانه آغاز فصل زمستان با انتشار راهکارهای ۱۴ گانه کنترل این حوادث از کلیه شهروندان و مشترکان گاز خواسته است با رعایت آنها از حوادث احتمالی جلوگیری کنند.

استفاده از لوازم گازسوز استاندارد یکی از ساده ترین راهکارهایی است که می‌تواند باعث ایجاد اطمینان در استفاده از آن وسیله شود. وسایل گازسوز استاندارد دارای درجه تعیین بهره وری که با پرچمب انرژی نصب شده بر روی این وسایل مشخص شده تعیین کننده میزان مصرف انرژی این وسایل است. کاهش و مدیریت هزینه می‌تواند باعث گسترش خدمات رسانی به دیگر شهروندان شود و از افت فشار گاز در شهرهای کشور جلوگیری کند.

درجه حرارت مناسب در منازل(۲۱-۱۸) سربپرست معاونت اجتماعی و پیشگیری از وقوع جرم دادگستری کل آذربایجان شرقی؛

شناسایی ۳۰ روستای مهاجر فرست در آذربایجان شرقی



به گزارش باشگاه خبرنگار جوان، علیلو سربپرست معاونت اجتماعی و پیشگیری از وقوع جرم دادگستری کل آذربایجان شرقی از شناسایی ۳۰ روستای مهاجر فرست خبر داد.

مدیر ساخت و توسعه راه‌های اداره کل راه و شهرسازی آذربایجان شرقی اظهار داشت: در هفتمین جلسه کار گروه پیش‌بینی و پیشگیری از گسترش بافت‌های ناکارآمد شهری گفت: اگر اراده جمعی به این تعلق باید که بخواهیم مشکلی را طرح و حل کنیم با همت و همگرایی، همکاری و تشریک مساعی سازمان‌ها و دستگاه‌های دولتی حتی با وجود کمبود بودجه این امر شدنی است و مشکلات قابل حل خواهد شد.

وی افزود: پیشگیری از توسعه و گسترش بافت‌های ناکارآمد شهری از جمله این مشکلات است که آثار نامطلوبش بر ساکنان این مناطق تحمیل شده و نتایج و بازخوردش نیز به جامعه باز می‌گردد. علیلو با اشاره به مشکل حاشیه نشینی و تأثیر آن در بروز آسیب‌های اجتماعی و وقوع جرایم، بر ضرورت انجام اقدام‌های پیشگیرانه در مبدأ از جمله ایجاد جاذبه، مشوق، فرصت و امکانات در مناطق مهاجر فرست و روستاها و شهرهای کوچک و توانمندسازی و اشتغال روستاییان و استان و استفاده از ظرفیت گردشگری

استفاده از تجارب کشورها برای تعیین استراتژی بازار مسکن

افضلی گفت: به طور حتم برای تعیین استراتژی دقیق در حوزه مسکن باید از تجارب کشورهای دیگر استفاده شود، قطعا اگر مولفه‌های استاندارد در حوزه ساخت مسکن و بازار املاک رعایت شود، زمینه حضور سرمایه گذاران خارجی نیز فراهم می‌شود.

نقش دلال بازی در افزایش التهاب مسکن/بالا رفتن نرخ اجاره و خرید مسکن از نردبان دلال بازی

این نماینده مردم در مجلس دهم تصریح کرد: امروز بازار مسکن درگیر مشکلاتی مانند دلال بازی است که این معضل بر افزایش قیمت مسکن و رشد اجاره بها تأثیر گذاشته است، که در این رابطه راه حل مناسب اجرای سیاست‌های مالیاتی بر عایدی سرمایه مسکن است، البته برای عملیاتی شدن آن باید تمام زوایای آن به خوبی دیده شود.

شهرداری‌ها برای کاهش قیمت مسکن به صورت کوتاه مدت از منافع ملی چشم‌پوشی کنند

عضو کمیسیون عمران مجلس گفت: یکی دیگر از راه کارها این است که برای کاهش قیمت مسکن، دستگاه‌های مرتبط با مدیریت شهری از جمله شهرداری‌ها از منافع کوتاه مدت خود و درآمدهای خود صرف نظر کنند، تا فضا برای رونق بازار مسکن و کاهش منطقی قیمت این بازار باز شود.

دقیق دودکش‌ها رخ داده است. شرکت گاز از شهروندان خواسته است: دقت کافی برای پیش بینی تبادل هوا و جریان اکسیژن کافی متناسب با نیاز دستگاه‌ها و سامانه‌های گرمایشی نصب شده در محیط‌های مسکونی و اداری را جدی بگیرند.

همچنین در این اطلاعیه آمده است: عدم استفاده از بخاری‌های بدون دودکش در محیط‌های مسکونی بسته از جمله اتاق خواب، اتاق‌های نشیمن و ... باید مورد توجه قرار گیرد.

اتصال آبگرمکن در در محیط‌های بسته از جمله انباری، آشپزخانه‌های کوچک، حمام، رختکن و ... نیز در سال ای گذشته باعث بروز حوادثی از جمله از دست دادن جان تعدادی از شهروندان شده است.

سرویس سلامت مجموعه سامانه‌های گرمایشی(موتورخانه) مجتمع‌های مسکونی و اداری به خصوص رسوب زدایی کوره‌ها و اطمینان از سلامت مشعلها و ... قبل از آغاز فصل سرما، نصب کلاhek H در مبادی خروجی دودکشها، استفاده از بست‌های فلزی و شیلنگ استاندارد و لوله‌های فلزی در نصب بخاری و لوازم گازسوز، جلوگیری از نصب لوله و دودکش‌های آکاردئونی، عدم استفاده از یک شیر گاز برای چند وسیله گاز سوز، بازبودن زیر درب منازل و یا تعبیه محلی برای تامین هوا به هنگام استفاده از بخاریهای گازی و سایر گازسوزها نیز از راهکارهای جلوگیری از بروز حوادث اعلام شده است.

توجه قرار گیرد.

کنترل دقیق وسائل گازسوز به ساکنین کافی باشد، افزایش این میزان تنها باعث افزایش مصرف و افت فشار گاز خواهد شد.

در این اطلاعیه آمده است از تبدیل وسائل نفت سوز به گازسوز در هر شرایطی پرهیز و خودداری شود، این اقدام در سال‌های گذشته باعث بروز حوادثی جبران ناپذیر شده است.

استفاده از نیروهای مسئول و کاردان فنی در جریان نصب لوازم گازسوز یکی از راهکارهای ساده و مهم برای جلوگیری از حوادث احتمالی است که باید مورد

توجه قرار گیرد. کنترل دقیق وسائل گازسوز به ساکنین کافی باشد، افزایش این میزان تنها باعث افزایش مصرف و افت فشار گاز خواهد شد.

در این اطلاعیه آمده است از تبدیل وسائل نفت سوز به گازسوز در هر شرایطی پرهیز و خودداری شود، این اقدام در سال‌های گذشته باعث بروز حوادثی جبران ناپذیر شده است.

استفاده از نیروهای مسئول و کاردان فنی در جریان نصب لوازم گازسوز یکی از راهکارهای ساده و مهم برای جلوگیری از حوادث احتمالی است که باید مورد

کنسولگری ترکیه برای سرمایه گذاری در تیریز اعتمادسازی کند



شهردار تبریز گفت: کنسولگری ترکیه برای جلب اعتماد سرمایه گذاران ترک برای سرمایه گذاری در تبریز اقدام و شرایط حضور آنان در این شهر را فراهم کند.

به گزارش ایرنا، ایرج شهین باهر در دیدار با حسین گونگور، سرکنسول جدید ترکیه، در تبریز با اشاره به اشتراکات فرهنگی ۲ کشور ایران و ترکیه افزود: سرمایه گذاران ترکیه ای به اندازه ای که انتظار می‌رود در تبریز حضور نمی‌یابند و سرمایه گذاری نمی‌کنند.

وی با اشاره به تفاهم و نزدیکی بیشتر تبریز و ترکیه نسبت به سایر نقاط کشور اظهار داشت: زبان، دین و رسوم این ۲ منطقه از سایر نقاط به یکدیگر نزدیک تر است.

شهردار تبریز با قدردانی از عملکرد سرکنسول قبلی ترکیه در تبریز یادآوری کرد: برای گسترش روابط با سرکنسول قبلی جلسات متعددی برگزار کردیم و امید است این روابط در دوره جدید نیز ادامه یابد.

شهردار تبریز گفت: انتظار می‌رود در دور جدید کنسولگری، ارتباط و همکاری این شهر با ترکیه در تمام ابعاد به ویژه حضور سرمایه گذاران ترکیه ای در ایران و تبریز بیشتر شود.

شهین باهر با اشاره به دعوت شهرداری از شهردار آنکارا برای حضور در تبریز ادامه داد: از کنسولگری درخواست می‌شود مقدمات قانونی این سفر را هر چه سریع تر آماده کند تا با حضور شهردار آنکارا تفاهم‌های انجام شده اجرایی شود.

وی با انتقاد از اجرایی نشدن وعده‌های سرمایه گذاران ترک در تبریز گفت: با وجود صحبت‌های زیادی که بین شهرداری تبریز و سرمایه گذاران ترکیه ای انجام شده است، این صحبت‌ها هنوز عملی نشده است.

شهردار تبریز ابراز امیدواری کرد سال آینده چند طرح در تبریز از سوی سرمایه گذاران ترک اجرایی شود.

شهین باهر افزود: برای ما سرمایه گذاران ترکیه ای از اهمیت ویژه ای برخوردار هستند و آن‌ها را با سرمایه گذاران دیگر قابل قیاس نمی‌دانیم.

وی گفت: همچون دوره گذشته، شهرداری آماده همکاری با کنسولگری ترکیه است.

از کتاب (راه‌های موفقیت انسان)

تالیف: جعفر شکوریان
* خدا یک جو شانس به آدم بده.
ضرب المثل پارسی
* خدا هیچ کس را با زینتی که بهتر از عفت شکم باشد مزین ننموده است، یعنی بهترین زینت انسان عفت شکم (بازداشتن شکم از حرام) است.

رسول اکرم(ص)، حدیث تربیت، ۲۸
* خدای بزرگ دشمن می دارد کسی را که به خانه و محل زندگی او هجوم و حمله شود ولی در مقام و دفاع برنیاید، انسان باید از مال و ناموس خود دفاع کند و اگر در این راه کشته شود شهید است.

امام رضا(ع)، حدیث تربیت، ۱۴۹
* انکار به وجود خدا، به منزله‌ی انکار وجود انسان است.
مورین مترلینگ
* خداوند، آزادی را آفرید و بشر بندگی را.

آندره شینه
* خداوند مهربان از روح خود به انسان دمید.
حضرت محمد(ص)، حدیث تربیت، ۷۳
* تمام چیزی که خدا از بشر می خواهد، یک قلب آرام است.

میترا کهارت
* خوبستن داری؛ انسان را در ردیف خدایان درمی آورد.
مثل عبری
*قسم به عصر (نورانی رسول یا دوران ظهور ولی عصر) که انسان همه در خسارت و زیانست مگر آنکانه به خدا ایمان آورده و نیکوکار شدند و بدرستی و راستی و پایداری در دین یکدیگر را سفارش کردند.

سوره عصر آیه الی ۳
* خدا به آدم گدا نه عزا بدهد نه عروسی.
ضرب المثل پارسی

طبق اعلام گمرک واردات اسکناس ارز بدون محدودیت آزاد شد



واردات اسکناس ارز با رعایت مقررات بانک مرکزی و بدون ممانعت دستگاه‌های امنیتی، انتظامی و گمرک عملیاتی شد. به گزارش فارس، واردات اسکناس ارز با رعایت مقررات بانک مرکزی و بدون ممانعت دستگاه‌های امنیتی، انتظامی و گمرک عملیاتی شد.

علی مقولوی مدیر کل مرکز واردات و مناطق آزاد و ویژه اقتصادی گمرک در بخشنامه‌ای به گمرکات اجرایی اعلام کرد: پیرو بخشنامه‌های شماره ۹۷/۴۳۱ مورخ ۵۰۰۲۸۲/۹۷/۱۳۷ و ۹۷/۵۲۰ مورخ ۹۷/۸/۲۰ و ۹۷/۹/۱۶۷ مورخ ۹۷/۷/۱۰ که مصوب شده است «هر شخص حقیقی و حقوقی، می‌تواند با رعایت مقرراتی که بانک مرکزی اعلام کرده است به هر میزان اسکناس ارز وارد کشور نماید و هیچ یک از دستگاه‌های امنیتی و انتظامی و گمرک، حق ممانعت از آن را ندارند، هرگونه ممانعت، تخلف اداری محسوب می‌شود و فرد متخلف، در صورت محکومیت، در باز اول به انفصال موقت به مدت شش ماه و در صورت تکرار به مجازات‌های بالاتر محکوم می‌شود» مقتضی است دستور فرمایید مراتب اجرای صحیح بخشنامه، به کلیه همکاران گمرکی مستقر در مبادی ورودی مسافری ابلاغ شود.

کارگران امسال چقدر عیدی دریافت خواهند کرد؟

[ادامه از صفحه ۱

رقم را در پایان سال بگیرند تا زودتر خرج نشود و بتوانند با آن اقلام مورد نیاز و خرید شب عید را جبران کنند. این مقام مسئول کارگری در عین حال با اشاره به بسته‌های حمایت غذایی دولت، گفت: علیرغم آن که توزیع این بسته‌ها از افراد تحت پوشش کمیته امداد و بهزیستی آغاز و اعلام شد که بانزشتگان هم آن را دریافت کردند، تاکنون به جامعه کارگری بسته‌ای تعلق نگرفته و کارگران همچنان به حمایت دولت چشم دوخته‌اند، اما ۲۰۰ هزار تومان بسته غذایی کمک چندان‌ی نمی‌کند و کارگران نهایتاً بتوانند ۱۰ کیلو مرغ بخزنند این در حالی است که در کنار مشکلات معیشتی و اجاره‌بها، با مشکل تازه‌تری مواجه شده‌اند و آن حذف ۲۸ قلم دارویی از دفترچه‌های تأمین اجتماعی است. به گفته اسلانی، ۲۸ قلم داروی ضروری کارگران تنها به این دلیل که این اقلام در مراکز ملکی تأمین اجتماعی رایگان بود از دفترچه حذف شده است در صورتی که بهتر بود به جای حذف این اقلام دارویی، برای خریدشان فرانشیز گذاشته می‌شد تا کارگران از نظر درمانی دچار مشکل نشوند.

خبر اختصاص سبد حمایت غذایی دولت به کارگران در اولین جلسه شورای عالی کار و توسط وزیر کار اعلام شد.این خبر در حالی استقبال گروه‌های کارگری و مستعمری بگیران و تأکید کارشناسان برای توزیع چند مرحله‌ای بسته‌ها تا پایان سال را به دنبال داشت که تاکنون بسته‌های حمایت غذایی به کارگران و بانزشتگان تأمین اجتماعی تعلق نگرفته و با تشدید مشکلات معیشتی بانزشتگان و کارگران، انتقاداتی به آن وارد آمده است.

آگهی مشقودی

بدینوسیله طبق این آگهی اعلام می‌گردد، پروانه اشتغال به کار حرفه‌های مهندسی معدن (شخص حقیقی) به شماره ۱۰۷۲۲ اینجانب لیدا جودیان به شماره کد ملی ۲۷۵۳۷۷۰۰۴۲ صادره از ارومیه به شماره شناسنامه ۱۶۰۰ مفقوده گردیده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد.

مدیرعامل شرکت مس آذربایجان سال ۹۸ را سال بهره‌برداری از کارخانه آهک هیدراته اهر اعلام کرد.

به گزارش فارس، رضا شریفی در اهر اظهار داشت: در راستای تأمین آهک هیدراته مورد نیاز معدن مس سونگون ،کارخانه آهک هیدراته وابسته به این مجتمع در شهرک صنعتی اهر عملیات اجرایی خود را آغاز کرده و تمام تجهیزات و ماشین آلات این کارخانه عظیم از خارج خریداری و به ایران حمل شده و هم اکنون این ماشین آلات در بندر هستند که به محض ترخیص جهت نصب به محل کارخانه منتقل خواهند شد.

وی تصریح کرد: به زودی آگهی جذب نیرو برای این کارخانه از طریق فراخوان عمومی آگهی خواهد شد تا این افراد قبل از شروع به کار کارخانه ،آموزش‌های لازم را دیده و برای افتتاح کارخانه آماده شوند.

شناسایی ذخایر جدید معدن مس مزرعه
این مقام مسئول به معدن مس مزرعه اهر نیز اشاره کرد و افزود: معدن مس مزرعه یکی از معادن قدیمی شهرستان اهر و منطقه ارسباران می‌باشد که ذخیره‌ای که از تونل برداشت می‌شود متروکه اعلام شده بود ولی جدیداً براساس مطالعه انجام شده و نتایج آنالیز شده آن ذخایر قابل توجهی برای برداشت روباز شناسایی شده است.

مدیر عامل شرکت مس آذربایجان اظهار امیدواری کرد که با تأمین قسمتی از مواد اولیه مورد نیاز کارخانه معدن مزرعه از این معدن و مابقی از مس سونگون توجیه اقتصادی لازم را برای ادامه فعالیت این مجموعه معدنی بیش از پیش داشته باشد.

ذخیره یک میلیارد تنی معدن مس سونگون

وی در خصوص توسعه مجتمع معدن مس سونگون به عنوان دومین معدن

اقتصاد و صنعت

۹۸ سال بهره‌برداری از آهک هیدراته اهر



بزرگ روباز ایران بعد از مس سرچشمه گفت: این معدن ۴۲۰ میلیون تن ذخیره دارد که اگر محدودیت‌ها رفع شود ذخیره این معدن به بیش از یک میلیارد تن افزایش می‌یابد.

رضا شریفی گفت: در حال حاضر ذخیره قطعی بیش از ۸۰۰ تا یک میلیارد تن می‌باشد و هم اکنون از دو کارخانه ۵۰ میلیون تن برداشت می‌شود.

وی افزود: محصول با ارزش و قابل فروش که بیشترین ارزش افزوده را دارد کنسانتره مس می‌باشد که این محصول قابل عرضه در سطح استان و منطقه نیست و باید تبدیل به مس کاند شود که در این خصوص کنسانتره مس تولیدی در سونگون بخش عمده‌ای از آن به خارج از کشور صادر می‌شود و بخشی دیگر به مس سرچشمه که زنجیره کامل تولید از معدن تا کاند از آن بالاتر تبدیل به مفتول را دارا می باشد ارسال می‌شود.

سرمايه‌گذاري ۲ ميليارد دلاري در مس سونگون

وی به ایجاد کارخانه ذوب مس سونگون

کاتد خواهد بود که در واقع یک کارخانه نیست بلکه یک مجتمع با تولیدات متنوع است که قرار داد ساخت آن با یک شرکت چینی منعقد شده است و عمده تجهیزاتش از اروپای شرقی تأمین خواهد بود.

قرارداد با چینی‌ها برای پالایش و ذوب مس سونگون

این مقام مسئول افزود: با وجود اینکه برای گشایش ال سی این پروژه در کمترین زمان ممکن اقدام شده بود و اقدام به ال سی قبل از تحریم‌ها بود اما فعلا بالاخره تحریم‌ها در این خصوص مشکل ساز شده ولی جای نگرانی نیست و با راهکارهای پیش بینی شده برای دور زدن تحریم‌ها، در صورتی که مشکلی با شرکت طرف قرارداد چینی داشته باشیم مقرر شده مستقیماً با شرکت چینی قرارداد احداث کارخانه بسته شود تا خللی در روند اجرایی این پروژه پیش نیاید و اگر این امر نیز محقق نشود سازوکارهای ویژه‌ای برای مقابله با تحریم با بهره‌گیری از متخصصان داخلی تدارک دیده‌ایم.

وی گفت: در این پروژه عظیم صنعتی که شامل کارخانه ذوب ۱۰۰ تنی، پالایشگاه است، مس آندسی ۹۸/۵ را به ۹۹/۵ تبدیل خواهد کرد و با آغاز بکار

این پروژه، صنایع جنبی و پایین دستی نیز در جوار مجتمع و سایر شهرهای نزدیک به معدن می‌تواند راه‌اندازی شده و زمینه اشتغال مستقیم و غیرمستقیم جمع قابل توجهی را از جوانان و افراد فاقد شغل را فراهم کند.

مدیر عامل مس سونگون آذربایجان گفت: مطالعات و طراحی فاز ۳ تغلیظ نیز آغاز شده است، متأسفانه این مورد نیز که در گذشته به دلایلی نامعلوم متوقف شده بود که در مدیریت جدید این پروژه نیز جزء اولویت های این شرکت است.



کل سهم استان‌ها از بودجه هزینه‌ای ۴۰۲ درصد کشور است.
وی با بیان این‌که در سال‌های ۹۰ تا ۹۶ بطور میانگین بودجه هزینه‌ای استان در سال ۱۵،۲ درصد رشد داشته در حالی که این میانگین رشد در مورد استان تهران ۱۲،۴ درصد بوده است، افزود: در بودجه عمرانی استانی سهم‌ها ۴،۲۵ درصد و متوسط رشد کشور ۱۲،۲ درصد است که استان ما در این شاخص ۱۲،۳ درصد رشد داشته است.

رئیس سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی آذربایجان شرقی خاطرنشان کرد: با توجه به سیاست‌های تعادل و توازنی که دولت و مجلس دنبال می‌کنند جهت‌گیری اعتبارات به سمت استان‌های محروم

افزایش حدود ۳۰ درصدی ارزش دارایی‌های موسسات مالی و اعتباری

موسسه اعتباری ملل داده شود تا با نظارت استناداری تا ۱۰ میلیون تومان به تمامی سپرده گذاران پرداخت شود، که با این رقم حدود ۷۰ تا ۸۰ درصد سپرده گذاران تسویه حساب می‌شوند.

تنظیم آیین نامه ای برای تعیین سرنوشت شعب موسسات

وی با بیان اینکه گزارشی از سوی وزیر جهاد کشاورزی درخصوص تعاونی‌های وابسته به این وزارتخانه به نمایندگان سران سه قوه در بررسی مشکلات موسسات مالی و اعتباری ارائه شد، افزود: مقرر شد وضعیت مالی این موسسات مورد ارزیابی قرار گیرد تا بتوان دربارہ ایجاد خط اعتباری یکصد میلیون تومانی برای سپرده گذاران تصمیم گیری شود.

نایب رئیس مجلس شورای اسلامی با اشاره به اینکه آیین نامه ای درباره موسسات در حال تنظیم است که سرنوشت شعبه‌های این موسسات پس از جمع آوری و پرداخت مطالبات مشخص شود، تصریح کرد: در این آیین نامه تعیین می‌شود که این شعبه‌ها در کجا ادغام شده و نیروهای آنها در کدام بخش مشغول فعالیت شوند.

استاندار آذربایجان شرقی: بسیاری از مسائل مربوط به واگذاری واحدهای صنعتی حل و فصل شده است



استاندار آذربایجان شرقی با بیان این‌که خوشبختانه تعامل خوبی بین دستگاه‌های اجرایی و قضایی استان وجود دارد، گفت: بسیاری از مسائل و مشکلات صنفی و کارگری و مشکلات مربوط به واگذاری واحدهای صنعتی با تدبیر، همراهی و تعامل دستگاه‌های قضایی و نظارتی حل و فصل شده است.

به گزارش ایسنا، محمدرضا پورمحمدی در دیدار مسئولان قضایی استان با وی، بر تعامل دستگاه‌های اجرایی و قضایی استان برای حل مسائل و مشکلات حوزه‌های مختلف و جلب رضایت مردم تأکید کرد و گفت: امروزه مسائل جامعه قابل تفکیک بین قوا نبوده و همه قوا باید با هم تعامل داشته باشند.

وی با بیان این‌که باید چشم‌انداز درست‌ی از وضعیت صنعت و تولید استان ترسیم شود، گفت: تقویت فضای تعامل و همکاری دستگاه‌های اجرایی و قضایی برای جلوگیری از بروز بحران در واحدهای تولیدی و صنعتی امری ضروری است. استاندار آذربایجان شرقی با تأکید بر ضرورت تلاش برای جلب رضایت مردم و از بین بردن اسباب نارضایتی، خاطرنشان کرد: در استان قابلیت‌هایی داریم که با استفاده از آن‌ها به راحتی می‌توان مشکلات را حل کرد؛ برای این منظور باید برنامه‌هایی طراحی شود که قابلیت اجرایی در زمان معین را داشته باشد. رئیس کل دادگستری آذربایجان شرقی هم در این دیدار بر تعامل و همکاری دستگاه قضایی با مدیریت اجرایی استان تأکید کرد و گفت: تلاش می‌کنیم در همه امور کمک‌کار دستگاه‌های اجرایی باشیم تا بتوانند رضایت مردم را جلب کنند.

حجت‌الاسلام حکمتعلی مظفری همچنین گزارشی از عملکرد ستاد دیه و روند اجرای پروژه انتقال زندان مرکزی تبریز به خارج از شهر ارائه کرد.

وزیر راه و شهرسازی خبرداد:

برنامه وزارت راه برای ساخت ۴۰۰ هزار مسکن تا سال ۹۹



وزیر راه و شهرسازی با بیان اینکه مسکن از دوره سیاستهای انقباضی به سمت سیاست منبسط تغییر رویکرد داده است گفت:کسب اطمینان از شکل گریه تولید مسکن به برای فعالیت توسعه گران و مردم برای خانه دار شدن این مسیر را هموار خواهیم کرد.

به گزارش فارس، محمد اسلامی در نشست رئیس جمهوری با معاونان و مدیران وزارت راه و شهرسازی در محل این وزارتخانه با بیان اینکه برنامه این وزارتخانه در بخش مسکن ساخت ۴۰۰ هزار واحد تا پایان برنامه ششم یعنی تا پایان سال ۱۳۹۹ است، گفت: علاوه بر آن هم‌زمان تکمیل و برنامه‌ریزی برای پایان ساخت ۵۰۰ هزار واحد مسکن مهر را دنبال می‌کنیم.

وی با اشاره به اینکه وظایف قانونی وزارت راه و شهرسازی به صورت ماهوی به شدت بر زندگی مردم و رویکردهای توسعه‌ای کشور تأثیر مستقیم دارد افزود: در این جلسه گزارش‌هایی از بخش مسکن ارائه می‌شود و از رئیس جمهوری تقاضا داریم به ما وقت‌های دیگری بدهند تا در مورد بخش‌های دیگر گزارش‌های بیشتری بدهیم.

اسلامی با بیان اینکه مسکن از دوره سیاست های انقباضی به سمت سیاست منبسط تغییر رویکرد داده است، افزود: موضوع مورد اهمیت در مسکن کسب اطمینان از شکل گیری تولید مسکن است که وزارت راه و شهرسازی با هموارسازی مسیر برای فعالیت توسعه گران و فعالیت زمین خانه دار شدن، بتوانند به تخصیص زمین و با پشتیبانی و بهره‌مندی از منابع بانک‌های عامل به ویژه بانک مسکن، جریان سازی تولید را انجام دهد.

اورژانس هوایی آذربایجان شرقی به ۳۹۸ نفر امداد رسانی کرد



سختگوی اورژانس آذربایجان شرقی گفت: از ابتدای فعالیت اورژانس هوایی در استان تا به امروز برای ۳۹۸ نفر امداد رسانی شده است.

به گزارش ایرنا، وحید شادی نیا با اشاره به اینکه اورژانس هوایی آذربایجان شرقی در سال ۱۳۹۳ همزمان با ۱۴ استان دیگر افتتاح شد، ادامه داد: ایجاد پایگاه اورژانس هوایی در راستای برنامه دولت و تحقق اهداف نظام تحول سلامت با همکاری هوانپروز ارتش است.

وی ادامه داد: از مجموع ۳۹۸ نفر مصدوم و بیمار انتقال شده توسط اورژانس هوایی استان، ۲۷۲ نفر مصدوم سوانح تصادفی و ۱۲۶ نفر غیر تصادفی بودند.

وی اظهار داشت: در سال جاری نیز ۳۱ مصدوم سوانح رانندگی و ۱۰ بیمار غیر تصادفی توسط اورژانس هوایی در استان امداد رسانی شدند.

شادی نیا با اشاره به اهمیت اورژانس هوایی در عملیات و ماموریت‌های حوادث پرتلفات افزود: اورژانس هوایی در حوادث دارای مصدومان با تعداد بالا و بدحال و در حوادث غیرمترقبه به تشخیص عوامل اورژانس حاضر در صحنه عملیات انجام می‌دهد.

سختگوی اورژانس آذربایجان شرقی با بیان اینکه در هر بالگرد اورژانس هوایی ۶ کارشناس فوریت‌های پزشکی حضور دارند، گفت: زمان انجام عملیات و ماموریت‌های اورژانس هوایی از یک ساعت بعد از طلوع آفتاب تا یکساعت قبل از غروب آفتاب است.

وی افزود: با توجه به اینکه محدوده پروازی بالگرد اورژانس هوایی ۱۵۰ کیلومتر است برای پوشش نقاط کور در استان اورژانس هوایی میانه راه اندازی شده است.

فرمانده انتظامی شهرستان آذرشهر خبر داد: دستگیری سارق خانه باغ‌ها به ۳۰ فقره سرقت در آذرشهر



فرمانده انتظامی شهرستان آذرشهر گفت: سارق حرفه‌ای خانه باغ‌های شهرستان آذرشهر با تلاش کارآگاهان پلیس دستگیر و به ۳۰ فقره سرقت اعتراف کرد.

به گزارش ایسنا، سرهنگ پداله رستمی با اعلام این خبر اظهار کرد: در پی وقوع چند فقره سرقت خانه باغ در شهرستان آذرشهر، شناسایی و دستگیری سارق و با سارقان احتمالی در دستور کار تیمی از مأموران پلیس اگاهی قرار گرفت. وی افزود: کارآگاهان با انجام اقدامات فنی و تخصصی و نیز تعقیب و مراقبت‌های نامحسوس، یک منهم را در این رابطه شناسایی و با هماهنگی مقام قضائی دستگیر کردند. وی بیان کرد: منهم پس از دستگیری در تحقیقات اولیه به ۳۰ فقره سرقت خانه باغ اعتراف کرد که در بازرسی از مخفی‌گاه وی اموال مسروقه شامل دینام و مقادیری دیگر کشف شد. فرمانده انتظامی شهرستان آذرشهر در پایان ضمن قدردانی از مشارکت و همکاری خوب مردم با پلیس از شهروندان درخواست کرد: در صورت مشاهده و برخورد با هر گونه فعالیت غیرقانونی و مجرمانه با فوریت‌های پلیسی ۱۱۰ تماس و مراتب را در اسرع وقت به پلیس اطلاع دهند همچنین سامانه ۱۹۷ پلیس نیز آماده دریافت هر گونه انتقاد و پیشنهاد و تقدیر از عملکرد نیروی انتظامی از سوی شهروندان است.

از آسیب‌های افزایش سن ازدواج می‌توان به افزایش ارتباط آزاد با جنس مخالف و دوستی‌های خارج از عرف و چارچوب‌های فرهنگی اشاره کرد. به گزارش باشگاه خبرنگاران جوان، هیچکس نمی‌تواند ادعا کند خواهان دوست داشته شدن نیست؛ همه افراد میل به دوست داشتن و دوست داشته شدن را دارند؛ نیاز به ارتباط با جنس مخالف در غریزه همه آدم‌ها دیده می‌شود و قابل انکار نیست. فرقی ندارد چه زن باشد چه مرد، نیاز فطری دارد که فردی از جنس مخالف خود در زندگی اش حضور داشته باشد تا آرامش و امنیت روانی را برای وی ایجاد کند.

چگونه به این نیاز فطری خود پاسخ دهیم؟

بهترین نوع پاسخ به این نیاز فطری و درونی افراد، «ازدواج» است. ازدواج باید آگاهانه و به موقع باشد تا سلامت و امنیت جامعه حفظ شود. اگر ازدواج به موقع به هنگام نباشد، آسیب‌های جبران ناپذیری را برای فرد و جامعه به همراه دارد.

آسیب‌های افزایش سن ازدواج: ۱. ارتباط آزاد با جنس مخالف و ازدواج سفید

از مشکلات افزایش سن ازدواج می‌توان به شایع‌ترین آن که امروزه هم بسیار شاهد آن هستیم یعنی ارتباط آزاد با جنس مخالف، دوستی‌های خارج از عرف و چارچوب‌های فرهنگی اشاره کرد که باعث کاهش میل به ازدواج رسمی و شکل گیری پدیده ازدواج سفید یا هم باشی سیاه (زندگی مشترک بدون ازدواج رسمی) در جامعه شده است.

۲. کاهش میل به فرزند آوری

هر چه سن ازدواج بیشتر شود میل به فرزندآوری کاهش می‌یابد که این موضوع در معضلات مهم جامعه امروز ماست و رهبر معظم انقلاب بارها به این مسئله تاکید و جوانان را به فرزند آوری بیشتر تشویق کرده اند. اگر مسئولان به این موضوع بی توجه باشند در سال‌های نه چندان دور شاهد یک جامعه پیر خواهیم بود و جامعه‌ای که پیر باشد توان اداره کشور را ندارد و دولت را با برخی چالش‌ها روبه رو می‌کند.

۳. شیوع تک فرزندی و تربیت نادرست فرزندان

افزایش سن ازدواج گاهی منجر

عوامل و تبعات معضل افزایش سن ازدواج در ایران



عوامل و تبعات افزایش سن ازدواج از نگاه کارشناسان

داوود ذوالفقاری روانشناس و مشاور در گفتگو با خبرنگار حوزه ازدواج و خانواده گروه اجتماعی باشگاه خبرنگاران جوان، درباره آسیب‌های افزایش سن ازدواج اظهار کرد: ابتدا باید بگوییم اصلا چرا آدم‌ها ازدواج می‌کنند. آدم‌ها دو نوع مغز دارند یک مغز منطقی و یک مغز هیجانی، رشد مغز هیجانی نسبت به منطقی سرعت بیشتری دارد به همین دلیل در دوران نوجوانی افراد هیجانی‌تر هستند. وی در ادامه گفت: شکاف بین دو مغز باعث شکل گیری نیاز به محبت و صمیمیت می‌شود و بهترین پاسخ به این نیاز ازدواج است.

ذوالفقاری درباره آسیب‌های افزایش سن ازدواج بیان کرد: به دلیل شرایط اقتصادی و تبلیغات ضد فرهنگی ازدواج به تأخیر افتاده است که یکی از آسیب‌های شدیدی که به جامعه وارد می‌کند ازدواج سفید است، در ازدواج سفید تمام تعهدات زندگی زناشویی وجود دارد، اما رسمی نیست و قانون هم حمایت نمی‌کند.

۴. باروری‌های ناسالم

با افزایش سن بارداری در سنین بالا شاهد به دنیا آمدن کودکان معلول و عقب مانده نیز خواهیم بود که تولد این کودکان سبب مسائل و مشکلاتی برای خانواده‌ها می‌شود. حتی اگر فرزندان، سالم متولد شوند به دلیل سن بالای والدین، مشکلاتی همچون بی حاصلی پدر و مادر در برخورد با فرزندان و نداشتن توانایی جسمی برای همراهی فرزندان خود به وجود می‌آید. بهترین سن بارداری در زنان بین ۱۸ تا ۲۵ سال است در حالی که سن ازدواج در جامعه امروز بین ۳۰ تا ۳۵ سال است و امکان بارداری بعد ۳۵ سال کاهش یافته یا با مشکلاتی همراه است.

شناختی به فرزند خود وارد می‌کند و فرزندان نمی‌توانند فضای صمیمی با والدین خود تجربه کنند.

رقیبه نوری پور لیاولی روانشناس و مشاور در گفتگو با خبرنگار حوزه ازدواج و خانواده گروه اجتماعی باشگاه خبرنگاران جوان، درباره آسیب‌های افزایش سن ازدواج اظهار کرد: از شاخصه‌های یک ازدواج خوب، ازدواج به هنگام است؛ جوانان به صورت متوسط شرایط جسمی، اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و روحی را برای ازدواج داشته باشند و زمانی که سن ازدواج افزایش می‌یابد مخاطراتی را برای دختران و پسران به همراه دارد.

وی افزود: اولین خطر برای دختران کاهش نرخ باروری است و حتی بارداری‌هایی که اتفاق می‌افتد ممکن است خطرات زیادی را دنبال دارد. همچنین هنگامی دختران در سن بالا ازدواج می‌کنند به یک فرزند اکتفا می‌کنند و تک فرزندی نیز آسیب‌هایی را به دنبال دارد.

نوری پور در ادامه بیان کرد: از دیگر آسیب‌های افزایش سن ازدواج فاصله سنی زیاد بین والدین و فرزندان خواهد بود، والدین توان همراهی فرزند خود را در جوانی نداشته همچنین افراد خواهر و برادری نیز ندارد، که این مسئله در نسل بعدی مشکلاتی را ایجاد می‌کند و فرد احساس تنهایی می‌کند.

این روانشناس با بیان اینکه ازدواج سفید، به نوعی روابط بی دردسر و فرار از مسئولیت است افزود: بیشترین لطمه در این نوع روابط به دختران وارد می‌گردد

همچنین این با افزایش روابط آزاد در بین افراد با مسئله سقط جنین در خانم‌ها روبه رو می‌شویم که خطر بارداری در آینده را کاهش می‌دهد و مشکلات عاطفی برای دختران ایجاد می‌کند.

وی اظهار کرد: با افزایش سن، شخصیت افراد کاملاً شکل می‌گیرد و انعطاف پذیری کاهش می‌یابد در نتیجه اگر دختران و پسران در زمان مناسب ازدواج کنند در مواجهه با خطاهایی که از هم می‌بینند گذشت و انعطاف بیشتری دارند. مناسفانه در ازدواج‌های دیر هنگام سازگاری کمتر است چرا که شخصیت خود را مستقل می‌دانند و نیازهای این دوره فرد که صمیمیت و لذت است پاسخ می‌دهد.

ذوالفقاری گفت: از دیگر آسیب‌های افزایش سن ازدواج تفاوت سنی زیاد با فرزندان است. وقتی ازدواج در سن بالا صورت می‌گیرد تاب و تحمل در نگهداری فرزندان کمتر می‌شود و والدین با شیوه فرزند پروری مستبدانه، آسیب‌های روان

برنامه مدیریت تنش آب شرب، با فرض بارندگی مشابه سال آبی گذشته و کمبود آب در تابستان سال ۱۴۰۰، در وزارت نیرو پیش‌بینی شده و برای مدیریت تنش آبی شهرها و روستاهای کشور راهکارهایی در قالب افزایش تأمین و تولید آب، ارتقای کیفی آب، افزایش توان ذخیره‌سازی آب، ارتقای مدیریت و بهره‌وری منابع آما، تاسیسات، شبکه‌ها و نیز مدیریت مصرف در نظر گرفته شده است.

البته این موضوع به‌معنای وضعیت مناسب منابع آبی در حال حاضر نیست، چراکه بر اساس آخرین آمار از وضعیت منابع آبی، سال گذشته حجم آب‌های سطحی کشور ۳۲ میلیارد مترمکعب بود اما امسال حجم این آب‌ها به ۲۵ میلیارد مترمکعب رسیده، یعنی حجم آب‌های سطحی کشور حدود ۲۵ درصد کاهش یافته است و این در شرایطی است که این عدد در دهه ۷۰، حدود ۸۰ میلیارد مترمکعب بوده است و این موضوع بیانگر اوضاع ناهامان کشور در این حوزه است چراکه از یک سو با کاهش آب‌های سطحی و از سوی دیگر کاهش آب‌های زیر زمینی مواجه هستیم.

این موضوع، اهمیت مدیریت مصرف و به‌کارگیری راهکارهای مدیریتی اصولی و درست را گوشزد می‌کند چراکه اگر بخواهیم به برنامه ۱۴۰۰ بدون تنش آبی دست یابیم، باید به مدیریت مصرف و مدیریت درست توجه ویژه‌ای کنیم.

این مدیر افتاده است. به همین دلیل تمایل مدیران ما این است که برج بارو یا نمادی بسازند که نشان دهد در دوره مدیریتی آنها کاری انجام شده است. وزیر ارتباطات با بیان اینکه برای ایجاد اقتصاد هوشمند باید آزادسازی منابع داده وجود داشته باشد، گفت: اقتصاد هوشمند نباید رانتی باشد و اگر اطلاعات محدود به چند شرکت از این حوزه شود، نمی‌توان به سرانجام آن امیدوار بود. وی همچنین آگاهی بخشی به شهروندان برای استفاده از تجهیزات هوشمند شده را از دیگر ابزارهای توسعه هوشمندسازی دانست و گفت: در حال حاضر بسیاری از شهروندان از امکانات هوشمند شهر اطلاعی ندارند.

۳۳ سال تا پایان نقطه تنش آبی در ایران

بحران آب



وی هم‌چنین درباره برنامه ۱۴۰۰ بدون تنش آبی اظهار کرد: براساس سناریوی بارش، مطابق سال جدید برنامه‌ریزی می‌کنیم تا تابستان سال ۱۳۹۸ را با کم‌ترین چالش پشت سر بگذاریم، به گونه‌ای که بهتر از امسال کارها پیش برود؛ تمام هدف این است تا سال ۱۳۹۸ را با کم‌ترین تنش آبی پشت سر بگذاریم.

جانبناب با اشاره به سرمایه تخصص یافته در این حوزه، ابراز کرد: ۱۰۰۰ میلیارد تومان سرمایه‌ای را که قرار بود دولت برای گذر از تنش آبی به بخش آب اختصاص دهد، به‌طور کامل تخصیص یافت.

فضای سبز ما در چه موقعیتی قرار دارد. زیرا فضای سبز شش‌های تهران هستند و باید به دقت از آنها حفاظت و صیانت شود. این نظرات هوشمند باعث می‌شود هکتار هکتار درخت ما به سوی نابودی نرود. چهرمی تاکید کرد: به جز جمع آوری اطلاعات، تحلیل اطلاعات بسیار مهم است و شاید به دلیل نگاه سنتی مدیران این تحلیل از اطلاعات هوشمند در تصمیم‌گیری‌ها انعکاس ندارد.

وی با بیان اینکه حمل و نقل هوشمند، ترویج حمل و نقل اشتراکی می‌تواند به کاهش ترافیک منجر شود، گفت: اما کمتر کسی به این سمت حرکت می‌کند زیرا آیتدگا نخواهند گفت این اتفاق در عصر

اقتصاد هوشمند نباید رانتی باشد

چهرمی با بیان اینکه می‌توان از سرویس‌های اشتراکی حمل و نقل عمومی استفاده کرد، گفت: یکی دیگر از روش‌های هوشمند در حوزه حمل و نقل، حذف تردهای زائد ناشی از مراجعه به ادارات است که با تکمیل دولت الکترونیک می‌توانیم از این تردها خودداری کنیم. وزیر ارتباطات یکی دیگر از حوزه‌هایی که می‌توان از طریق هوشمندسازی آن را به خوبی کنترل کرد فضای سبز دانست و گفت: از طریق مدیریت هوشمند کنترل‌های فضایی می‌توانیم

آذری جهرمی:

وزیر ارتباطات، در دومین همایش تهران هوشمند با بیان اینکه نمی‌توانم خوشحالی خود را از مشاهده نشان‌های پارامترها و آلمان‌های هوشمندسازی تهران پنهان کنم، گفت: گام‌های خوبی در خصوص هوشمندسازی شهر تهران انجام شده اما باید ببینیم باید در چه جایگاهی قرار داشته باشیم و امروز کجا هستیم. وی با اشاره به وضعیت هوشمندسازی در تهران گفت: چرخه هوشمندسازی یعنی بتوانیم اطلاعات را از طریق هوشمندسازی به دست آوریم، آنها را تحلیل کنیم و بر

سلامت

بهترین منابع سرشار از ماده معدنی روی



گزینه‌های غذایی سرشار از زینک (روی)، منجر به کاهش علائم سرماخوردگی و آنفلوآنزا و تقویت سیستم ایمنی بدن می‌شود. ماده معدنی زینک برای رشد و ترمیم بافت‌ها ضروری است و در بسیاری از مواد غذایی که روزانه مصرف می‌کنید، یافت می‌شود.

ماست

محصولات لبنی ضمن اینکه سرشار از کلسیم هستند، زینک فراوان دارند به‌طوری‌که یک فنجان شیر کم چرب یا بدون چربی ۱ میلی گرم زینک دارد و ۱۷ درصد نیاز روزانه به این ماده معدنی را تأمین می‌کند. این در حالی است که یک فنجان ماست کم چرب یا بدون چربی ۲/۲ میلی گرم زینک دارد و ۲۰ درصد نیاز روزانه به این ماده معدنی را تأمین می‌کند.

شکلات تلخ

شکلات هر چه تلخ‌تر باشد، زینک بیشتری دارد. حدود ۶۰ تا ۶۹ درصد از انواع کاکائوها، حاوی ۰/۹ میلی‌گرم زینک است. ممکن است شکلات تلخ به محبوب‌ترین منبع تأمین زینک برای شما بدل شود، اما باید به‌خاطر داشته باشید که شکلات تلخ نمی‌تواند به تنهایی نیاز بدن را تأمین کند، به‌علاوه اینکه باید میزان قند و کالری آن را دقیقاً محاسبه کنید و روزانه فقط یک تکه شکلات میل نمایید.

گوشت گاو

هر ۱۰۰ گرم گوشت گاو حاوی ۸/۶ روی است. برای همین هم می‌توان گفت که گوشت گاو منبع طبیعی زینک محسوب می‌شود. در حالت کلی با داشتن یک برنامه غذایی سالم و متعادل مشکلی برای جذب نیاز روزانه به این ماده معدنی پیش نمی‌آید.

مرغ

گوشت مرغ فقط حاوی پروتئین نیست بلکه منبع مفید برای تأمین زینک نیز به حساب می‌آید. برای جذب حداکثر مواد مغذی آن، از مرغ بدون پوست استفاده کنید. فقط ۹۰ گرم مرغ بدون پوست کباب‌پز شده می‌تواند زینک روزانه افراد را تأمین نماید.

لوبیا

یک دوم فنجان لوبیای قرمز تیره حاوی ۰/۹ میلی گرم روی است و ۶ درصد میزان نیاز به این ماده معدنی را تأمین می‌کند. لوبیا همچنین سرشار از آنتی‌اکسیدان‌ها و آهن است.

جوی دو سر

یک دوم فنجان از بلغور جو حاوی ۱/۶ میلی گرم از روی است و منبع خوبی از فیبر، ویتامین‌ها و سایر مواد معدنی محسوب می‌شود.

آجیل و دانه‌ها

مغزها و دانه‌های یکی دیگر از منابع بزرگ زینک هستند. به‌عنوان مثال، مصرف هر اونس دانه کدو تنبل، ۱۵ درصد نیاز روزانه شما به زینک را برطرف می‌کند. یک قاشق از دانه‌های چیا نیز حاوی ۰/۵ میلی‌گرم زینک است. **غلات غنی شده صبحانه** به‌طور کلی یک وعده از آنها ۳/۸ میلی گرم زینک دارد و ۲۵ درصد نیاز روزانه به زینک را تأمین می‌کند. برچسب پشت محصول را بررسی کنید تا متوجه شوید غلات محبوب صبحانه شما حاوی چه میزان مواد مغذی است.

منبع: آرمان

آگهی مفقودی

بدینوسیله طبق این آگهی اعلام می‌گردد، سند مالکیت (برگ سبز) خودروی جانگان سفید رنگ روغنی مدل ۹۷ به شماره پلاک ۹۴۶ ۸۱ د ایران ۱۵ متعلق به آقای شهباز راضی به کد ملی ۱۳۸۱۵۱۵۰۶۱ صادره از تبریز مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد.

آشپزی	
پیتزا ترکی	
	
مواد لازم:	
خمیر پیتزا	آرد نان سفید ۱ کیلوگرم
	نمک ۱ قاشق چایخوری
	شکر ۱ قاشق غذاخوری
	پودر خمیر ۱۴ گرم
	روغن زیتون ۴ قاشق غذاخوری
	آب(گرم) ۶۰۰–۷۰۰ میلی لیتر
مواد پیتزا	
گوشت تازه گوسفندی(چرخکرده)۵۰۰ گرم	
	لفل دلمه ای قرمز(خرد شده) ½
	لفل دلمه ای سبز(خرد شده) ½
	پیاز بزرگ(خرد شده) ½
	گوچه فرنگی کوچک(خرد شده)۴ عدد
جعفری تازه ریز خرد شده(ریز) ۳ قاشق غذاخوری	
ساقه کرفس تازه خرد شده(ریز) ۳ قاشق غذاخوری	
پودر چیلی ۱ قاشق چایخوری	
نمک ½ قاشق چایخوری	
لفل سیاه و قرمز به مقدار لازم	
دارچین ۱ قاشق چایخوری	
سالاد روی پیتزا (تمام مواد ریز خرد شوند)	
خیار ¼	
ترپچه ۱۰ عدد	
گوچه فرنگی ۵ عدد	
پیازچه ۲ عدد	
جعفری تازه ۱ پیمانه	
آبلیموی تازه ۲ قاشق غذاخوری	
روغن زیتون ۲ قاشق غذاخوری	
نمک و فلفل به مقدار لازم	

طرز تهیه :

ابتدا برای آماده کردن خمیر پیتزا، تمام مواد خشک را در ظرف مناسبی با هم مخلوط کنید. سپس روغن زیتون را در مرکز مواد بریزید، با کمک دست یا یک چنگال آن‌ها را با هم ترکیب کنید. حالا به تدریج آب را به مواد خشک و روغن اضافه کنید، و هم زمان هم بزیدت تا جایی که مواد حالت خمیری پیدا کند. (همه آب را به یک باره استفاده نکنید. زیرا ممکن است به مقدار کمتر و یا بیشتر آب نیاز داشته باشید)
حالا روی سطح صافی را آرد پاشی کرده، خمیر را قرار داده و برای ۱۰ دقیقه با دست خوب ورز دهید تا خمیر بافتی نرم پیدا کند. در نهایت خمیر را درون ظرفی قرار داده روی آن را بپوشانید و برای ۱ ساعت در جای گرم قرار دهید تا استراحت کرده و خوب پف کند.

در زمانی که خمیر در حال استراحت می‌باشد، مواد داخل پیتزا را آماده کنید.

در ظرفی گوشت گوسفندی چرخکرده، تمام مواد خرد شده و ادویه‌ها را با هم ترکیب کنید.

سپس با دست ورز دهید تا مواد خوب با هم مخلوط شوند.

پس از گذشت ۱ ساعت و آماده شدن خمیر، روی سطح صافی را آرد پاشی کرده و خمیر را روی آن قرار دهید. توجه کنید (مواد به کار برده شده برای خمیر، ۴ عدد پیتزا به شما می‌دهد. در حالی که مواد داخل پیتزا برای ۲ عدد پیتزا مناسب می‌باشد)
پس خمیر را دو قسمت مساوی کرده، نصف اضافی را داخل یک کیسه قرار داده و برای استفاده‌های بعدی فریز کنید. (نصف این خمیر برای ۴ نفر کافی می‌باشد) البته می‌توانید مقدار مواد داخل پیتزا را ۲ برابر کرده و ۴ پیتزا برای ۸ نفر تهیه کنید.

نصف مقداری از خمیر را که می‌خواهید برای تهیه پیتزا به کار ببرید به دو قسمت تقسیم کنید. حالا هر توپ خمیری را روی سطح صافی پهن کرده و با وردنه به قطر ۲ میلی متر صاف کنید. روی سطح خمیرها را با برس آغشته به روغن زیتون کنید. پس از روغن مالی، برای ۱۵ دقیقه اجازه دهید تا خمیرها استراحت کرده و ور بیاید. در این حین فر را روی حالت پیش گرم با حرارت ۲۱۰ درجه سانتی گراد روشن کنید.

حالا کف سینی فر را کاغذ روغنی قرار داده و خمیر پیتزا ترکیه ای را به آن انتقال دهید. ترکیبات پیتزا را روی سطح خمیر بریزید به طوری که کاملا خمیر را پوشش دهد. و در نهایت سینی را درون فر قرار داده و اجازه دهید تا برای ۱۵ الی ۲۰ دقیقه پخته شود. می‌توانید در اواخر پخت و برای ۲ الی۵ دقیقه، حالت گریل فر را روشن کنید تا روی پیتزا خوب طلایی و خوش رنگ شود.

در مدتی که پیتزا درون فر در حال پختن است، سالاد را تهیه کنید. تمام مواد را در ظرف بزرگی ریخته و با هم مخلوط کنید. وقتی پیتزا آماده شد آن را در ظرف مناسبی سرو کنید و سالاد را روی پیتزا بریزید. پیتزا ترکی شما آماده می‌باشد. پیتزا ترکیه ای را رول کرده، به همراه سس دلخواه نوش جان کنید.

منبع: ایران کوک

مسیر اشتباهی که سلبریتی‌ها می‌روند



محمدعلی السّتی: جامعه ما به اساتید، پژوهشگران، جامعه‌شناسان و متخصصین خودش نیاز دارد نه اظهارنظرهای بدون کارشناسانه «سلبریتی‌ها» که نه تنها الگوهای اشتباهی را رواج می‌دهند بلکه جامعه را هم به همین مسیر اشتباه هدایت می‌کنند.

به گزارش تسنیم، وقتی کارشناسان و متخصصین کنار می‌روند، جهت‌گیری رفتارهای اجتماعی را گروهی برعهده می‌گیرند که شناخت درستی از مسائل ندارند.بخشی از این گروه‌های اجتماعی «سلبریتی‌ها» هستند و گاهی در بسط و گسترش یکسری شایعه و اخبار جعلی یا ضریب‌دادن به یک تصمیم اشتباه موثر واقع می‌شوند. «سلبریتی‌ها» با ارائه الگوها و مدل‌های نامناسب زندگی، احیای تفکرات ناملموس و آلوده غربی و تصویرسازی‌های نادرست می‌کوشند خودشان را ناجی بشریت معرفی کنند اما واقعاً چقدر یک «سلبرتی» دلش برای جامعه‌اش می‌سوزد. چقدر دغدغه فرهنگ و احیای ارزش‌های اسلامی- ایرانی دارند؟ این روزها وقتی حمله تروریستی به چاهار می‌شود و یا مشکلات عیدهای به لحاظ معیشتی و اقتصادی برای مردم پدید می‌آیند؛ آن‌ها کجایند؟

یک نکته قابل تأملی شنیدم که «جواد ششمدری» درباره «سلبریتی‌ها» گفت که باید مردم آن‌ها را کنار بگذارند و ما به یک فرهنگسازی برای ارتقاء آگاهی مردم نسبت به این عناصر فعال رسانه‌ای که بیشتر آمال‌شان توجه به مدهای روز و دغدغه اصلی‌شان افزایش فالورهایشان است. این کنار گذاشتن و آزرده شدن مردم از رفتارهای «سلبریتی‌ها» در موضوع اظهارات سام درخشانی درباره بدنیا آوردن

مدیر عامل شرکت شهر سهند:

شهر سهند می‌تواند پایلوت فرهنگی استان آذربایجان شرقی انتخاب شود



مدیر عامل شرکت شهر سهند گفت: با توجه به وجود پتانسیل‌های موجود شهر جدید سهند می‌تواند پایلوت فرهنگی استان آذربایجان شرقی انتخاب شود.

به گزارش مهر، عباس مصطفوی در دیدار با مدیر کل تبلیغات اسلامی آذربایجان شرقی با اشاره به ظرفیت‌های موجود در شهر سهند افزود: شهر سهند، شهری پاک است که در حال تبدیل شدن به دومین شهر پرجمعیت استان، یعنی بعد تریز است و با توجه به ظرفیت اجتماعی بالا،این شهر می‌تواند به عنوان پایلوت فرهنگی استان معرفی شود.

فرهنگ و هنر

مسیر اشتباهی که سلبریتی‌ها می‌روند



فرزندش در کانادا مصداق پیدا کرد. جایی که او روی آنتن زنده تلویزیون همچنان خودش نیاز دارد نه اظهارنظرهای بدون کارشناسانه «سلبریتی‌ها» که نه تنها الگوهای اشتباهی را رواج می‌دهند بلکه جامعه را هم به همین مسیر اشتباه هدایت می‌کنند.

به گزارش تسنیم، وقتی کارشناسان

و متخصصین کنار می‌روند، جهت‌گیری رفتارهای اجتماعی را گروهی برعهده می‌گیرند که شناخت درستی از مسائل ندارند.بخشی از این گروه‌های اجتماعی «سلبریتی‌ها» هستند و گاهی در بسط و گسترش یکسری شایعه و اخبار جعلی یا ضریب‌دادن به یک تصمیم اشتباه موثر واقع می‌شوند. «سلبریتی‌ها» با ارائه الگوها و مدل‌های نامناسب زندگی، احیای تفکرات ناملموس و آلوده غربی و تصویرسازی‌های نادرست می‌کوشند خودشان را ناجی بشریت معرفی کنند اما واقعاً چقدر یک «سلبرتی» دلش برای جامعه‌اش می‌سوزد. چقدر دغدغه فرهنگ و احیای ارزش‌های اسلامی- ایرانی دارند؟ این روزها وقتی حمله تروریستی به چاهار می‌شود و یا مشکلات عیدهای به لحاظ معیشتی و اقتصادی برای مردم پدید می‌آیند؛ آن‌ها کجایند؟

یک نکته قابل تأملی شنیدم که «جواد ششمدری» درباره «سلبریتی‌ها» گفت که باید مردم آن‌ها را کنار بگذارند و ما به یک فرهنگسازی برای ارتقاء آگاهی مردم نسبت به این عناصر فعال رسانه‌ای که بیشتر آمال‌شان توجه به مدهای روز و دغدغه اصلی‌شان افزایش فالورهایشان است. این کنار گذاشتن و آزرده شدن مردم از رفتارهای «سلبریتی‌ها» در موضوع اظهارات سام درخشانی درباره بدنیا آوردن

مدیر عامل شرکت شهر سهند:

فرهنگ و هنر

مسیر اشتباهی که سلبریتی‌ها می‌روند

فرهنگ و هنر

مسیر اشتباهی که سلبریتی‌ها می‌روند

به همین خاطر بارها و بارها یک حرف بی‌اساس به عده زیادی از مخاطبین گفته می‌شود و مخاطب فکر می‌کند این خبر و محتوا از منابع مختلفی نقل شده است. اینجا چه اتفاقی می‌افتد؟ کم‌کم یک بها و اعتباری برای این قشر قائل می‌شوند و اعتقاد دارند آن‌ها منشأ راست بودن و حق بودن هستند.

الستی جامعه‌شناس ارتباطات با اشاره به اینکه سلبریتی کسی است که به خاطر زیبایی، صدا و بازی قشنگ یک شخصیت خاصی است، تأکید کرد: سوالي که بسیاری می‌پرسند این است که اصلاً «سلبریتی» کیست؟ «سلبریتی» کسی است که به خاطر زیبایی، صدا و بازی قشنگ در عرصه‌های مختلف اما بیشتر در عالم هنر به یک شخصیت خاصی تبدیل می‌شود. به خاطر این امکانات و منحصر به فرد بودن مورد توجه قرار می‌گیرد و کم‌کم احساس می‌کند منشأ حق هستند. اینجاست که این ضریب را می‌گیرند و به خودشان اجازه می‌دهند درباره هر موضوعی اظهارنظر و حتی اعمال نظر کنند.

وی تصریح کرد: «سلبریتی‌ها» بعضاً در حوزه‌هایی ورود می‌کنند که هیچ تخصصی و آگاهی نسبت به آن حوزه ندارند اما دست به اتفاقات عجیبی می‌زنند. مثلاً یک نقاشی کشیده می‌شود که قلابی است، با یک «سلبریتی» نمایشگاه عکس برپا می‌کند و از مقامات سیاسی و وقت هم امتیاز می‌گیرد یا کنسرت برگزار می‌کند که هیچ تخصصی نسبت به هنر موسیقی ندارد. درباره آسیب‌شناسی اجتماعی اظهارنظر می‌کنند. برای زلزله‌زدگان اعتبار جمع می‌کنند ولی سندی ارائه نمی‌شود که این پول‌ها به

دست زلزله‌زدگان رسید یا خیر؟این توهم همه‌جانبه است هم خودشان را حق می‌دانند و هم متأسفانه اظهارنظر و حتی اعمال‌نظرشان در میان مردم مقبولیت دارد.

الستی با بیان اینکه «انحطاط اجتماعی» به واسطه همین «سلبریتی‌ها» دامن جامعه را می‌گیرد، گفت: وقتی در جامعه توسعه‌یافته چنین اتفاقاتی می‌افتد دو عنصر تصمیم‌سازی و تصمیم‌گیری را مختل می‌کند. چرا که یک عده افرادی که دارای دانش، تجربه و مهارت هستند تصمیم‌سازی انجام می‌دهند و کسانی که دارای قدرت و اختیار هستند تصمیم‌گیری می‌کنند، ولی بخش حساس کار در جامعه به مقوله «تصمیم‌سازی» برمی‌گردد. وقتی سلبریتی‌ها به خودشان اجازه می‌دهند در هر حوزه‌ای اظهارنظر کنند حاصل آن تصمیم‌سازی‌های کاذب خواهد بود؛ این اتفاق مقدمه انحطاط اجتماعی است.

وی خاطرنشان کرد: به جای اینکه جامعه پذیرای نظر تخصصی کارشناسان استاندارد باشد به نظر سلبریتی‌ها توجه می‌کند، این یک انحطاط اجتماعی یا آسیب اجتماعی است. چرا که به واسطه این اظهارنظرها و حتی اعمال‌نظرهای غیراصولی، تصمیم‌سازی‌های غلط اتفاق می‌افتد. «سلبریتی‌ها» برای راضی کردن طرفداران خود هر نکته‌ای را مطرح می‌کنند ولی واقعاً «سلبریتی‌ها» صلاحیت نظرات کارشناسانه دارند؟

این جامعه‌شناس ارتباطات در پاسخ به این سوال که چطور می‌شود برخی از همین «سلبریتی‌ها» که مروج الگوهای نامناسب هستند در تلویزیون پررنگ می‌شوند، افزود: رسانه‌هایی که باعث معروف شدن این «سلبریتی‌ها» می‌شوند سعی می‌کنند در ازای شهرت، از آن‌ها امتیاز بگیرند و در برنامه‌هایشان استفاده کنند. برنامه‌ای که دیده نمی‌شود یک هنرنیشه معروف دعوت می‌کند تا یک سعی می‌کنند در ازای شهرت، از آن‌ها امتیاز بگیرند و در برنامه‌هایشان استفاده کنند. برنامه‌ای که دیده نمی‌شود یک هنرنیشه معروف دعوت می‌کند تا یک سعی می‌کنند در ازای شهرت، از آن‌ها امتیاز بگیرند و در برنامه‌هایشان استفاده کنند. برنامه‌ای که دیده نمی‌شود یک سعی می‌کنند در ازای شهرت، از آن‌ها امتیاز بگیرند و در برنامه‌هایشان استفاده کنند. برنامه‌ای که دیده نمی‌شود یک سعی می‌کنند در ازای شهرت، از آن‌ها امتیاز بگیرند و در برنامه‌هایشان استفاده کنند.

به یک عبارتی ما به ازای آن شهرت، ارزش‌افزوده‌شان را با این نوع اقدامات باید نپردازیم. البته در این مسیر آن‌ها هم نسبت به رسانه‌ملی و سینما برای تداوم دیده‌شدن، نیاز دارند. این چرخه، چرخه نامرغوبی است که به معروفیت محبوبیت‌شان افزود می‌شود. واقعیت امر این است که جامعه ما به اساتید، پژوهشگران، جامعه‌شناسان و متخصصین خودش نیاز دارد نه اظهارنظرهای بدون کارشناسانه «سلبریتی‌ها» که نه تنها الگوهای اشتباهی را رواج می‌دهند بلکه جامعه را به سرمنزل انحطاط می‌کشانند.

۱۲ استاد دانشگاه تبریز در جمع پژوهشگران یک در صد برتر سال ۲۰۱۸ قرار گرفتند



بهنام محمدی ایواتلو، دکتر وحید نورانی، دکتر سید حسین حسینی، دکتر سید محمد سید محمودی، دکتر سعید زینالی هریس، دکتر ابراهیم بابایی، دکتر مرتضی یاری در حوزه موضوعی مهندسی، دکتر سیامک طلوع اهری در حوزه موضوعی مهندسی علوم کامپیوتر، دکتر جلال شیری در حوزه موضوعی علوم کامپیوتر، دکتر بابک قنبرزاده در حوزه موضوعی علوم کشاورزی در جمع پژوهشگران یک بر اساس این گزارش؛ در سال گذشته

نیز بر اساس اعلام پایگاه استنادی «تلايه داران علم تامسون رويترز»، ۱۰ استاد دانشگاه تبریز در جمع دانشمندان یک درصد دنیا قرار گرفته بودند.

معنای حذف ساعت یک درس نیست بلکه آموزش به شیوه‌ای مبتنی بر بازی است.

وی درباره خرید تجهیزات و اسباب بازی برای مدارس پایلوت گفت: مدرسه‌ای که در طرح آزمایشی قرار می‌گیرند و تجهیزات و اسباب بازی نیاز دارند را سعی می‌کنیم به لحاظ امکانات تأمین کنیم.
معاون آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش گفت: هنوز تعداد دقیق مدارس پایلوت مشخص نشده است، ولی پیش‌دبستانی‌ها و مدارس سه پایه اول ابتدایی مشمول اجرای این طرح خواهند بود.



روزنامه عجب شیر

مرمت چهار اثر تاریخی کلبر تکمیل می‌شود



مسوول نمایندگی میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری شهرستان کلبرر گفت: مرمت، بازسازی و حفاظت چهار اثر تاریخی این شهرستان تکمیل می‌شود.

به گزارش ایرنا، کمیوتر کریمی در جمع خبرنگاران اظهار داشت: امسال با پیگیری معاونت میراث فرهنگی و دفتر فنی اداره کل، چهار کارگاه مرمت و بازسازی ابنیه تاریخی در شهرستان کلبرسر فعال و در حال انجام مراحل عملیاتی هستند.

وی افزود: در این کارگاه‌ها محوطه سازی و مرمت برج تاریخی «آس قدیم» در روستای آس قدیم، محوطه سازی و اعمال فعالیت‌های حفاظتی در بخش «گنبدهای مسجد امام زاده»، مرمت «حمام تاریخی» و احیای «کاروانسرای تاریخی» در جاده کلبر- جانانلو آغاز و مراحل اجرایی آن با توجه به شرایط جوی تداوم خواهد داشت.

وی افزود: پس از اتمام مراحل ثبت «برج تاریخی برزندبِق» در روستای برزندبِق در فهرست آثار ملی کشور، مراحل مرمت و احیای این برج تاریخی پس از تدوین طرح مرمتی در دستور کار نمایندگی شهرستان قرار خواهد گرفت.
به گزارش ایرنا، آذربایجان شرقی با داشتن افزون بر یک هزار و ۸۰۰ اثر تاریخی و طبیعی و ۳ اثر ثبت شده جهانی در فهرست آثار یونسکو، جزو پنج استان اول کشور در حوزه گردشگری است.

دانشجویان باید در عرصه فرهنگ و هنر در آمدزا باشند



رییس دانشگاه آزاد اسلامی آذربایجان شرقی گفت: در کنار پرداخت به بحث‌های علمی و تولیدات دانش‌بنیان باید به فرهنگ و هنر نیز اهمیت داده

و در این عرصه نیز درآمدزا باشیم.

به گزارش ایسنا، عزیز جوانپور در آیین افتتاحیه اولین دوره تولیدات دانشجویی کانون فرهنگی و رسانه‌ای اوج، ضمن گرامیداشت یاد شهدای دانشجو و تریبک روز دانشجو، اظهار کرد: این برنامه یک نمونه عینی و مثال زدنی از برنامه‌ها و فعالیت‌های دانشجویی در دانشگاه است، دانشجویان باید قدر و منزلت دوران دانشجویی را بدانند و فعالیت‌هایی را در دانشگاه رقم بزنند که نتایج آن منجر به پیشرفت خود و توسعه دانشگاه شود.

وی با بیان این‌که برگزاری همایش‌ها و جشنواره‌ها توسط دانش‌جویان همواره نتایج پربراری را به همراه داشته است، گفت: انجام فعالیت‌های دانشجویی خودجوش در صورتی که توسط خود دانش‌جویان و به دور از نفوذ عوامل بیرونی هدایت شود، اقدام ارزشمندی است.

جوانپور ادامه داد: دانشگاه از برگزاری برنامه‌ها در فضای سالم و منطقی حمایت می‌کند و سعی بر این است در دانشگاه فضایی فراهم شود تا همه دانشجویان در عرصه فرهنگ و هنر ورود پیدا کنند و استعدادها و توانمندی‌های آنان شکوفا شود.

وی تأکید کرد: جوانان باید روحیه پرسشگری، هیجان و مطالبه داشته باشند فعالیت‌های دانشجویی نشان از پویایی و زنده بودن دانشگاه است، دانشگاهی که پویا نباشد جامعه پویایی هم نخواهد ساخت، بنابراین سعی شود اجرای برنامه‌های دانشجویی در طول سال تداوم یابد.

جوانپور به تداوم فعالیت دانشجویان در عرصه هنر و رسانه نیز تأکید کرد و گفت: امروزه رسانه‌ها، به عنوان یکی از اثرگذارترین ابزارها در فرهنگ و سبک زندگی افراد، نقش مهمی ایفا می‌کنند، با توجه به تنوع انواع مختلف رسانه‌ها، ارتقای سواد رسانه ای موجب تأثیر گذاری فرد بر جامعه می‌شود.

برگزاری جشنواره فرهنگی ورزشی آنا (۱۵) در آذربایجان شرقی



جاویدان رئیس گروه توسعه ورزش بانوان گفت: جشنواره فرهنگی ورزشی آنا (۱۵) برگزار می‌شود.

جاویدان رئیس گروه توسعه ورزش بانوان درباره برگزاری این جشنواره گفت: جشنواره فرهنگی ورزشی آنا (۱۵) با هدف برپاسازی اوقات فراغت و ایجاد انگیزه و نشاط با ورزش به میزبانی کوجوار برگزار می‌شود.

لیلا جاویدان از اهداف این جشنواره احیا و توسعه ورزش‌های سنتی و بازی‌های بومی و محلی و افزایش مشارکت زنان و دختران روستایی در فعالیت‌های فرهنگی و ورزشی و توسعه و تقویت ارزش‌های ایرانی و اسلامی منطبق آئین و رسوم سنتی و ملی با رویکرد کاهش آسیب‌های اجتماعی برشمرد که گروه توسعه ورزش بانوان با همکاری هیات ورزش روستایی و بازی‌های بومی محلی استان این جشنواره را در بیست‌وسوم آذر ماه در سالن ورزشی کوجوار برگزار خواهد نمود. این جشنواره شامل بخش‌های ایستادن، نان، غذای محلی، نمایشگاه صنایع دستی، بازی‌های فکری کودکان و بازی‌های بومی و محلی است.

مدیرعامل مس سونگون:

مس سونگون یک سر و گردن از دیگر تیم‌ها بالاتر است



مدیرعامل باشگاه فرهنگی ورزشی مس سونگون ورزش‌بان با اشاره به ظرفیت‌هایی که این باشگاه دارا می‌باشد، گفت: حداقل در داخل کشور یک سر و گردن از بقیه تیم‌ها بالاتر هستیم.

به گزارش ایرنا، حامد نجفی در پاسخ به سوالی درباره مطرح شدن نام مس سونگون به عنوان یکی از گزینه‌های انتخاب تیم فوتبال برتر جهان افزود: با توجه به اینکه تیم فوتبال مس سونگون ورزش‌بان قهرمان لیگ برتر کشور و باشگاه‌های آسیا شده است، معتقد هستم تک تک اعضای باشگاه لیاقت کسب این عنوان را داشته‌اند.

نجفی با بیان اینکه باشگاه مس هم از لحاظ پتانسیل و هم از لحاظ امکانات فنی یک سر و گردن از بقیه تیم‌ها در داخل کشور بالاتر است، اظهار داشت: برای این اساس سونگون ورزش‌بان قهرمان تا برای دومین بار قهرمان این تیم را رقم بزینم، زیرا امسال تیم مس سونگون مدعی قهرمانی است.

مدیرعامل باشگاه فرهنگی ورزشی مس سونگون در خصوص زمان برگزاری مسابقات جهانی عنوان کرد: مسابقات باشگاه‌های جهان هر ساله بعد از مسابقات آسیایی برگزار می‌شود و سال گذشته تیم جمهوری تایلند با کسب قهرمانی باشگاه‌های آسیا در این مسابقات حضور پیدا کرده بود و خوشبختانه امسال تیم مس سونگون جواز ورود در مسابقات جهانی ۲۰۱۹ را پیدا کرده و به عنوان نماینده ایران و آسیا در این مسابقات بازی خواهد کرد.

وی ادامه داد: تیم فوتسال مس ورزش‌بان با آمادگی کامل در این مسابقات حضور پیدا خواهد کرد و با ارایه یک بازی قابل قبول و همراه با پیروزی سعی می‌کنیم نماینده خوبی برای کشورمان باشیم.

گفتنی است، باشگاه مس سونگون ورزش‌بان همراه تیم‌های کارلوس باروسا، آتلانتیکو آرچیو، پاتو و مگنوس از برزیل، سن لورنزو آرژانتین، مویستار اسپانیا، اسپورتینگ پرتغال، تاسون نام ویتنام و لئوس دسارا (بانوان) برزیل، در جمع ۱۰ نامزد نهایی کسب عنوان برترین باشگاه سال فوتسال جهان قرار دارند.

نماینده فوتسال آذربایجان شرقی در سال ۲۰۱۸ قهرمانی لیگ برتر ایران و جام باشگاه‌های آسیا را کسب کرد.

واکنش برانکو به ادعای سپاهانی‌ها:

پنالتی پرسپولیس مثل اشک شفاف بود



سرمربی تیم فوتبال پرسپولیس با استقبال از پیشنهاد امیر قلعه‌نویی برای بررسی اشتباهات داوری، گفت: قضاوت علیرضا فغانی ایرادی نداشت و پنالتی ما مثل اشک شفاف بود.

به گزارش مهر، برانکو ایوانکوویچ بعد از تمرین پرسپولیس در جمع خبرنگاران درباره بازی با سپاهان و صحبت‌های قلعه‌نویی درباره داوری بازی گفت: بازی بزرگی بین ما برگزار شد در جوی بسیار خوب. دو تیم خوب لیگ بازی کردند. هواداران توانستند از تماشای این بازی لذت ببرند.

سرمربی پرسپولیس ادامه داد: البته می‌شد بازنده باشیم. بین دو نیمه به بازیکنانم گفتم امکان باختمان هم هست ولی به خاطر این نحوه بازی به آنها افتخار می‌کنم چون بازی در آن شرایط و جو سخت بود.

برانکو تأکید کرد: در این مسابقه فرصت‌های خطرناکی داشتیم. ۹ کتر به دست آوردیم و مالکیت توپ هم برای ما بود. از نظر آماری از سپاهان بهتر بودیم و فکر می‌کنم نتیجه منصفانه بود.

وی درباره اعتراض باشگاه سپاهان به داوری مسابقه، گفت: آقای فغانی در این فصل برای ما اولین بار داوری کرد. او نشان داد چرا بین چهار داور برتر دنیا قرار دارد. او حتی یک اشتباه هم نداشت. به او بابت داوری تیریک می‌گویم. این نمونه‌ای از یک داوری خوب در دنیا است. نمی‌دانم میزبان از چه چیزی ناراحت است. می‌دانستیم بازی سختی خواهد بود. آنها ۲۰ خطا کردند ما ۱۰ خطا.

این نحوه بازی ما با سپاهان را نشان می‌دهد. سپاهان نشان داد که با ما می‌تواند بازی کند. ما هم می‌توانیم و گلایه‌ای نداریم. برانکو ادامه داد: این را هم می‌دانم که باید مقابل همه بازی کنیم. هرکسی می‌خواهد ضعف خودش را توجیه کند.

دوران طلایی کیمیا تکواندوی ایران تکرار می‌شود؟



کیمیا علیزاده در آستانه مسابقات قهرمانی جهان باهم مصدوم شد تا نگرانی‌ها از تتمام شدن دوران طلایی او بیشتر شود. به گزارش ایرنا، بعد از گذشت علیزاده از بازی‌های المپیک ۲۰۱۶ ریو تا همین امروز او تنها در یک تورنمنت توانست به موفقیت برسد. کیمیا نخستین مدال تاریخ ورزش زنان ایران در بازی‌های المپیک را به دست آورد اما پس از آن توفیقاتش ادامه نیافت. تنها میدانی که در ۲ سال و چند ماه اخیر، از آن دست پر برگشته، مسابقات جهانی ۲۰۱۷ کره جنوبی بود. میدانی که تا فینال با حریف اصلی‌اش روبرو نشد و در نهایت هم نقره گرفت. کیمیا بعد از المپیک دچار مصدومیت و البته یک بیماری شد که هیچ وقت پس از آن بود که نتوانست آن کیمیای سابق شود. بعد از مصدومیت اعلام شد که دیگر نمی‌تواند به میدان برگردد اما وقتی دوره درمانش گذشت، فدراسیون و مربیان تیم ملی گفتند همه چیز درست شده است. اما هوگوپوش تیم ملی تکواندوی زنان ایران همین چند ماه پیش

آکادمی ملی المپیک به طور کامل بازسازی می‌شود

رئیس آکادمی ملی المپیک از بازسازی اساسی این مرکز تا پایان امسال خبر داد و گفت: تلاش داریم تا جایگاه آکادمی از منظر داخلی و بین‌المللی در وضعیت مطلوبی قرار گیرد. به گزارش ایرنا، «رضا قراخانیلو» در گفت و گو با خبرنگاران در محل آکادمی المپیک به چهار راهبرد اصلی این مرکز اشاره کرد و افزود: توسعه ورزش زنان، توجه به جوانان، تقویت فعالیت آکادمی در بخش داخلی و بین‌المللی و بازگرداندن روزهای اوج فعالیت این مرکز به ۱۲ سال گذشته جزو مهمترین برنامه‌ها است. وی اظهار داشت: اکنون برای رفع دغدغه ورزشکاران، عملیات تجهیز و بازسازی تأسیسات سرمایشی و گرمایشی آکادمی آغاز شده که تا پایان امسال به اتمام می‌رسد و منابع مالی آن هم با حمایت‌های جدی کمیته ملی المپیک تأمین شده است. قراخانیلو با اشاره به واریز بخشی از مبلغ ۵ میلیارد ریالی دولت برای بازسازی این مرکز گفت: اولویت تجهیز و بازسازی تأسیسات، مرکز تمرینات آبی و رختکن ورزشکاران است. آکادمی ردیف اعتباری جدا ندارد بلکه از بودجه کمیته استفاده می‌کند. وی به فعالیت‌های دیگر این مرکز در بخش‌های مختلف هم گریزی زد و گفت: با تقویت مرکز پزشکی، دو برنامه در دستور کار قرار گرفت که نخست، پیشگیری از آسیب‌های ورزشکاران و دیگری مرکز ارزیابی قلب برای قهرمانان و ورزشکاران است. این مرکز در طور یک ماه، ۲۰۰ ساعت خدمات مشاوره ارایه می‌کند که ۱۴ فدراسیون ورزشی از این خدمات برای ورزشکاران استفاده می‌کنند و ضمن آنکه به دنبال ایجاد بانک ژنتیکی قهرمانان تا پایان سال ۹۸ هستیم. قراخانیلو ادامه داد: تا پایان سال ۹۸ روانشناسان زن تربیت خواهند شد که اکنون ۱۴ روانشناس مجرب زن با این آکادمی همکاری دارند و در عین حال این مرکز درحال تربیت بدنسازان زن حرفه‌ای است. وی یادآور شد: تاریخ شفاهی ورزش ایران، توسعه گروه مطالعاتی آکادمی ملی المپیک در حال تدوین است.

برانکو درباره اینکه از وی انتظار نمی‌رود به خاطر داوری‌ها اعتراض کند چون قبلاً چنین کارهایی انجام نمی‌داد، تأکید کرد: من واکنش نشان دادم تا از بازیکنانم حمایت کنم. درباره سپاهان صحبت نکردم. فقط درباره ذوب آهن و بعضی بازی‌ها که داوری مستقیم ضرر زد صحبت کردم. در بازی با ذوب آهن داوری بد داوری کرد و همه به آن اذعان داشتند. نمی‌دانم سپاهان از کجا پیدایش شد. نیازی نیست ۱۷ گل یا پنالتی بگیرند. بارها گفته‌ام که نمی‌شود ما مربیان را فریب داد.

وی با اشاره به اتفاقات رخ داده روی صحنه گل سپاهان، گفت: به نظرم کی روش اشتباهی روی سیدجلال خطا کرد اما اعتراضی نکردم. این مسابقه یک دوئل بود و این مسائل هم طبیعی است. قرار شد سید جلال عکس خطاهایی که کی روش روی او مرتکب شده است را منتشر کند و شما خواهید دید که چه شده است.

سرمربی پرسپولیس درباره ادعای قلعه‌نویی مبنی بر تأثیر صحبت‌های برانکو روی عملکرد داوری، از خبرنگاران سؤال کرد: فغانی خوب داوری کرد یا بد؟

خبرنگاران پاسخ دادند که سپاهانی‌ها معتقدند داوری خیلی بد و علیه امیر قلعه‌نویی بوده است. برانکو گفت: از نظر شما داوری خوب بود یا بد؟ وی سپس ادامه داد: داوری از نظر من ایرادی نداشت.

وی درباره اعتراض سپاهانی‌ها به اخراج کی روش استعفی هم گفت: از خود کی روش بپرسند به کمال چه گفته است.

اما حالا و در آستانه رقابت‌های جهانی تکواندو در انگلیس، دوباره مصدومیت بلای جهان او شده است.

علیزاده که به تازگی رباط صلیبی‌اش را جراحی کرده هنوز تحت مداومت و فدراسیون ۲۸ آذر را زمان نهایی برای حضور یا عدم حضور او در تیم ملی عنوان کرده‌است. زهرا سروری نایب رئیس زنان فدراسیون تکواندو در این باره گفت: علیزاده تا ۲۸ آذر فرصت دارد که به تیم ملی ملحق شود. پیش از این تاریخ یک مسابقه آزاد ورود به اردوی تیم ملی خواهیم داشت. اگر پزشک مربوطه و فیزیوتراپ به علیزاده اجازه دهند او می‌تواند به تیم ملی راه پیدا کند. اگر آنها صلاح ندانند، شانس حضور در مسابقات جهانی را هم از دست خواهد داد. در واقع پزشکان تا قبل از ۲۸ آذرماه تکلیف علیزاده را روشن خواهند کرد.

حدود پنج ماه به آغاز مسابقات جهانی زمان باقی مانده و امکان دارد کیمیای تکواندوی ایران تا آن زمان بهبود یابد، اما حتی در صورت بازگشت هم سوال بزرگ این است که آیا این ورزشکار می‌تواند به دوره طلایی و شرایط آرمانی خود بازگردد؟



رئیس پیشین کمیته المپیک همچنین با بیان اینکه برگزاری المپیک مجازی در دستور کار آکادمی قرار دارد، گفت: کمیته بین‌المللی المپیک موسوم به ای او سی در این باره تلاش دارد تا آن را توسعه دهد. قراخانیلو درباره هتل آکادمی نیز گفت: بیش از ۹۵ درصد کاربران هتل از بخش ورزش هستند و آکادمی در ارایه این خدمات ارتباط مالی با فدراسیون‌ها ندارند و در این باره فدراسیون‌ها پروتکل خاصی با پیمانکاران ندارند. برخی فدراسیون‌ها

روانشناسی

درمان وسواس فکری با روش درمانی مواجهه

وسواس فکری و رفتاری چیست؟ اولین قدم در درمان وسواس فکری شناخت هرچه بهتر آن است. بنیاد بین‌المللی OCD این بیماری را نوعی اختلال اضطراب معرفی می‌کند که در آن فرد در یک چرخه فکری وسواس گونه (افکار ناخواسته، اعتراضی، احساساتی که به شدت استرس زا هستند) و رفتارهای اجباری (رفتارهایی که از فرد سر میزند تا از شر افکار وسواسی و اضطراب ناشی از آن‌ها خلاص شود) گرفتار می‌شود.

زمانی که یک فرد به وسواس فکری مبتلا باشد، به نظر می‌رسد که سیستم هشدار در مغز وی، دچار مشکل می‌شود و او خطری را می‌بیند که ممکن است اصلاً وجود نداشته باشد. آن‌ها ممکن است افکار مزاحم یا غیرمنطقی را تجربه کنند و در اقداماتی اجباری و بسیار جدی در راستای این افکار گرفتار شوند تا احساس اضطرابشان را تسکین دهند و مطمئن شوند همه چیز درست پیش می‌رود.

علائم وسواس فکری

علائم و نشانه‌های وسواس فکری اضطراب گونه هستند. افکار ناخوشایند می‌توانند مانند نگرانی بسیار شدید درباره‌ی آلودگی ذهن فرد را درگیر کنند؛ برای مثال «میکروب‌های موجود روی این دستگیره می‌توانند به تمام آشپزخانه سرایت کنند. باید فوراً آن را تمیز کنید. شما باید دوباره لیاستان را هم بشویید، چون با آن به دستگیره آلوده دست زدید.» یا اینکه «آیا در خانه را باز گذاشتم؟ آیا پام را روی چیزی در خیابان گذاشتم؟» و یا افکار ممکن است به شکل تصاویر آزار دهنده‌ی خشن، جنسی یا ترس از آسیب زدن به خودتان یا دیگران پدیدار شوند؛ «گر آن چاقو را بردارم و به کسی آسیب بزنم چه؟». یا نگرانی‌های بیش از حد در رابطه با سلامتی: «این زائده روی بازوی تو حتما سرطان است!» یا ممکن است شما را به دام کمال‌گرایی بیندازند؛ «همه چیز باید کاملاً منظم و متقارن روی میز چیده شده و رومیزی نباید ذره‌ای چروک داشته باشد».

افراد مبتلا به وسواس فکری اغلب ترس مفرطی از احساس گناه و تعهد دارند. آن‌ها مدام نگران هستند و فکر می‌کنند کارهای خاصی باید انجام دهند تا از خودشان و دیگران محافظت کنند. در مطالعه اخیر دانشگاه واترلو، برندا چیانگ به این نتیجه رسید که: «فرد مبتلا به وسواس فکری، همواره از احساس مسئولیت شدیدی رنج می‌برد.» آن‌ها اغلب فکر می‌کنند که مسئول یک کار بد هستند، یا اگر موفق به انجام کاری نشوند بابت آسیب‌های ناشی از آن مسئولند.»

این احساس زجر و گرفتاری در مبتلایان به وسواس فکری زمانی تشدید می‌شود که آن‌ها «مجبور» به انجام کاری هستند. این اجبار می‌تواند ذهنی یا فیزیکی باشد و یا در رفتارهایی مثل تمیز کردن افراطی، بررسی‌های مداوم (مثلاً چک کردن گاز برای چندین بار متوالی) و یا تکرار کاری نمود پیدا کند. فرد ممکن است در چرخه‌ای مثل شستن یک شی باها و بارها یا شستن دست تا زمانی که ترک بردارد گیر بیافتد. آن‌ها ممکن است بارها به به خسته برگردند تا مطمئن شوند درها قفل هستند، چراغ‌ها خاموش هستند و غیره. یا مثلاً در شمارش، ضربه زدن و یا تکرار برخی اعمال به تعداد دفعات خاصی حساس باشند. این اجبار در کارها ممکن است ذهنی باشند؛ مثلاً تکرار پشت سرهم یک سری اطلاعات برای اینکه اطمینان حاصل شود چیزی کم و کسر نیست یا کسی در خطر نیست. یا آن‌ها ممکن است در ذهنشان تلاش کنند افکارشان را کنترل کنند و بخواهند تصویری بد را با یک تصویر خوب جایگزین کنند یا اصرار داشته باشند تا عدد خاصی در ذهنشان بشمرند.

این علائم و نشانه‌ها انرژی فرد مبتلا را می‌گیرند. آن‌ها ممکن است خودشان متوجه رفتارها و فکری‌های غیرعادی خود بشوند، اما در این چرخه گرفتار شده‌اند و هیچ راه فراری ندارند. این افراد حتی ممکن است تلاش کنند وسواس خود را پنهان کنند که این خود باعث سخت‌تر شدن کارها می‌شود.

درمان وسواس فکری

فرد مبتلا به وسواس فکری یک سیستم هشدار دهنده در ذهن خود دارد که او را از خطرهایی که وجود خارجی ندارند می‌ترساند، زمانی که شخص تسلیم اجبار این سیستم شود اوضاع خراب می‌شود. وقتی که او به این آزر خطر توجه می‌کند و پاسخ می‌دهد، به مغز خود یاد می‌دهد که این سیگنال‌ها مهم هستند. اما اگر در مقابل این هشدارهای دروغین بایستند، به طور موفق دچار اضطراب و نگرانی تشدید شده می‌شوند، اما این آزر خطر ساکت می‌شود. اینجاست که مغز دیگر فکر نمی‌کند این هشدارها مهم هستند و کمتر آن‌ها را اعلام می‌کند. در واقع فرد مبتلا به وسواس فکری باید فکر خود را تغییر دهد و قدرت این کار را دارد.

منبع: بیتوته

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر
۰۵:۵۸:۰۶	۰۷:۳۰:۵۵	۱۲:۱۸:۰۲
غروب آفتاب	اذان مغرب	نیمه شب شرعی
۱۷:۰۵:۰۹	۱۷:۲۶:۰۹	۲۳:۳۱:۳۸

معاون اقتصادی استاندار آذربایجان شرقی:

عناوین اولویت‌های پژوهشی دستگاه‌های اجرایی استان ابلاغ شد

فناوری، محیط‌زیست، مسائل اجتماعی، صنعتی و فرهنگی عنوان کرد و گفت: امسال در تعیین اولویت‌ها تلاش شده است با جامع‌نگری مسائل در سطح کلان موردبررسی قرار گیرد. وی با اشاره به تأمین هزینه‌های این طرح‌ها، خاطرنشان کرد: اعتبارات این طرح‌ها از محل یک درصد اعتبارات پژوهشی استان تأمین می‌شود. جهانگیری با تأکید بر این‌که سازمان‌ها باید بتوانند به نگاه

معاون هماهنگی امور اقتصادی و توسعه منابع استاندار آذربایجان شرقی از ابلاغ اولویت‌های پژوهشی دستگاه‌های اجرایی استان خبر داد و گفت: این اولویت‌ها در ۱۸ بند بعد از بررسی در کارگروه‌های تخصصی توسط سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی به دستگاه‌های مربوطه ابلاغ شده است. به گزارش ایسنا، علی جهانگیری در جلسه کارگروه آموزش، پژوهش و فناوری، این اولویت‌ها را در بخش‌های علم و

حمایت استانداری از مراکز تحقیقات مدیریت توسعه پایدار حوضه آبریز دریاچه ارومیه

انسانی حوضه آبریز اثرگذار باشد. رحمتی ابراز امیدواری کرد، این مرکز بتواند در پیشبرد سیاست‌های کلان محیط زیست کشور به‌خصوص در ارتباط با چالش‌های حوضه آبریز دریاچه ارومیه اثرگذار بوده و عملکرد مناسبی داشته باشد. رئیس دانشگاه آزاد اسلامی آذربایجان شرقی نیز در این نشست، گفت: مرکز تحقیقات مدیریت توسعه پایدار حوضه آبریز دریاچه ارومیه دانشگاه آزاد اسلامی در راستای حل بحران‌های محیط زیست در سطح حوضه آبریز دریاچه ارومیه و برای کمک به بهبود وضعیت محیط زیست اجتماعی، اقتصادی و اکولوژیکی و رسیدن به توسعه پایدار در حوضه آبریز راه‌اندازی شده است. عزیز جوانپور گفت: با بهره‌گیری از ظرفیت استادان و دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی بحران دریاچه ارومیه را بهبود می‌بخشیم. وی با بیان این‌که بهره‌گیری اثربخش از ظرفیت استادان و دانشجویان تحصیلات تکمیلی دانشگاه آزاد اسلامی استان و کشور در حوزه محیط زیست و توسعه پایدار از

معاون هماهنگی امور عمرانی استاندار آذربایجان شرقی با اشاره به راه‌اندازی مرکز تحقیقات مدیریت توسعه پایدار حوضه آبریز دریاچه ارومیه در دانشگاه آزاد اسلامی، گفت: استانداری آذربایجان شرقی برای رسیدن به اهداف تحقیقاتی مرکز تحقیقات مدیریت توسعه پایدار حوضه آبریز دریاچه ارومیه دانشگاه آزاد اسلامی تبریز و سایر مراکز برای ارائه خدمات تخصصی و اجرایی به‌صورت یکپارچه استقبال و حمایت می‌کند. به گزارش ایسنا، جواد رحمتی در نشستی با رئیس دانشگاه آزاد اسلامی تبریز، گفت: توسعه پایدار با توجه به موضوعات اجتماعی و اقتصادی در کنار مدیریت محیط زیست امکان پذیر است. وی ادامه داد: به‌رغم تصمیمات گرفته شده برای بهبود مصرف آب، از جمله استفاده از سیستم‌های آبیاری تحت فشار، در مناطقی شاهد گسترش سطح زیر کشت در حوضه آبریز هستیم و حل این مشکل نیازمند اتخاذ یک رویکرد همه‌جانبه است که بتواند با کارکردهای فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی و محیط زیست و... برای توسعه پایدار در جوامع

وزیر صنعت خرداد:

تشکیل اتاق فکر صادرات در وزارت صنعت



وزیر صنعت با بیان این‌که شکوفایی اقتصاد، دو بال صنعت و صادرات را لازم دارد، گفت: یکی از اتاق‌های فکر ما که به تازگی آیین نامه آن تدوین شده مباحث صادراتی است. به گزارش فارس، رضا رحمانی در مراسم معرفی و تقدیر صادرکنندگان نمونه استان تهران با بیان اینکه شکوفایی اقتصاد، دو بال صنعت و صادرات را لازم دارد، گفت: یکی از اتاق‌های فکر ما که به تازگی آیین نامه آن تدوین شده مباحث صادراتی است.

وزیر صنعت، معدن و تجارت گفت: متأسفانه سهم محصولات دانشی در صادرات بسیار پایین است و این موضوع یک خطر برای آینده است، زیرا برای توسعه صادرات باید تولیدات ما فناورانه باشد.

رحمانی بیان داشت: در گذشته اهداف کمی برای صادرات بوده است و این موضوع خوب است و یکی از راهکارهایی که می‌توان ما را به اهدافمان برساند کمی نمودن و شاخص‌دار نمودن کالاهاست.

وزیر صنعت، معدن و تجارت بیان داشت: دولت و ما به عنوان وزارت صنعت برای فراهم ساختن زمینه‌های صادراتی موظف هستیم و در چند روز پیش که در خدمت مقام معظم رهبری بودم، ایشان به بحث صادرات تأکید فراوان داشتند و این موضوع نصب العین ما خواهد بود. رحمانی اظهار داشت: لذا باید برای این کار زمینه را فراهم کرد و ما این کار را با مشورت با دست‌اندرکاران آغاز کرده‌ایم و بنده بدون مشورت با بخش خصوصی تصمیمات نهایی را نخواهم گرفت و ضمانت اجرایی تصمیم‌گیری‌ها خود دو طرف باید باشند. وی با تأکید بر اینکه ما به دنبال رفع موانع هستیم، گفت: ما کلیات و اهداف بالادستی در مورد صادرات را داریم، اما مهم



مشترک در طرح مشکلات و مسائل پژوهشی درون‌سازمانی برسند، گفت: ما برای رسیدن به نتیجه مطلوب در بحث مسائل پژوهشی نیازمند اجماع نظر کارشناسی سازمان‌ها هستیم اما متأسفانه در اکثر موارد کارشناسان نظرات شخصی خود را به‌عنوان نظر سازمان ملاک عمل قرار می‌دهند و این موضوع قابل‌قبول نیست.

دو دیگر اهداف تأسیس این مرکز است، گفت: مرکز تحقیقات مدیریت توسعه پایدار حوضه آبریز دریاچه ارومیه در منطقه و کشور مجری طرح نظام موضوعات منظومه علمی مدیریت، مهندسی محیط زیست و توسعه پایدار حوضه آبریز دریاچه ارومیه است. رئیس دانشگاه آزاد اسلامی آذربایجان شرقی تأکید کرد: هدف از این منظومه، ایجاد ساختار پژوهش اثرگذار یکپارچه شبکه‌ای (پایش) در خصوص محیط زیست و توسعه پایدار در حوضه آبریز و دریاچه ارومیه و بسترسازی برای استقرار سیستم مدیریت یکپارچه توسعه پایدار در حوضه آبریز است. وی افزود: انتظار بر این است که مسئولان و سازمان‌های ذی‌ربط بستر و حمایت‌های لازم را برای بهره‌مندی از ظرفیت دانشگاه آزاد اسلامی در کنار سایر مجموعه‌های ملی و محلی را فراهم کنند. مرکز تحقیقات مدیریت یکپارچه توسعه پایدار در حوضه آبریز دریاچه ارومیه از اردیبهشت ۹۷ بنا به تأکید حجت‌الاسلام محمدعلی آل‌هاشم نماینده ولی قبیله در استان آذربایجان شرقی و دکتر علی‌اکبر ولایتی رئیس هیأت امنای دانشگاه آزاد اسلامی مبنی بر ضرورت حضور پرنسپس دانشگاه آزاد اسلامی تبریز در امر مشارکت برای احیای دریاچه ارومیه تأسیس شد.

صادرات بحث عدم توازن بین صادرات و تنظیم بازار داخل بوده که این موضوع یک دغدغه برای همیشه باید حل شود، زیرا ما از ظرفیت‌های خوبی برخوردار هستیم. وی با اشاره به ظرفیت تولید کاشی و سرامیک در کشور گفت: با توجه به اینکه الان کشور عراق و سوریه در حال بازسازی است، توسعه صادرات این محصول به این کشورها برای ما یک فرصت است. رحمانی گفت: اگر یکی از مشکلات اساسی و دغدغه ما بیکاری است راه حل آن توسعه صادرات است، زیرا هر یک میلیارد دلار صادرات حداقل ۵۰ هزار شغل ایجاد می‌کند. وی با اشاره به شرایط تحریم در کشور گفت: اگر درست برنامه‌ریزی کنیم، این وضعیت برای ما فرصت خوبی خواهد بود، اگرچه نتوانستیم از این ظرفیت در چند ماه گذشته خوب استفاده کنیم. وزیر صنعت، معدن و تجارت اظهار داشت: بهترین راه مقابله با تحریم استفاده از توان مردمی است و می‌توان با استفاده از این توان در صادرات جهش ایجاد کرد.

این است که بدانیم برنامه عملیاتی چیست. رحمانی بیان داشت: برای سال ۹۷ ده پروژه ویژه تعریف شده که یکی از آنها بحث صادرات به کشورهای همسایه است. وی اظهار داشت: ایران، چین و روسیه دارای بیشترین همسایگان از نظر جغرافیایی هستند، در آماری که رئیس اتاق بازرگانی به من ارائه داد اعلام کرد که ما به این کشورها سهم کمی از واردات به این کشورها را داریم، در حالی که این موضوع یک فرصت برای ما است تا بتوانیم صادرات را به این کشورها توسعه دهیم. وزیر صنعت، معدن و تجارت اظهار داشت: اگر کار به بخش خصوصی واگذار شود، تأثیر روابط سیاسی به روابط اقتصادی کم می‌شود. وی با بیان اینکه توسعه صادرات به کشورهای همسایه جزء اولویت‌های ما است، بیان داشت: روز گذشته بحث پیوستن ایران به اوراسیا بررسی و تصویب شد و امیدواریم به زودی با قید فوریت در مجلس هم به تصویب برسد. رحمانی اظهار داشت: یکی از موانع

انتشارات شکوریان



کتاب خدا روح است

شب‌ها که نمی‌خوابید

به منظور گسترش فرهنگ کتاب و کتاب خوانی آماده همکاری با:
نویسندگان، پژوهشگران، مترجمان، محققان، استادان دانشگاه
و مراکز دانشگاهی بوده، از صاحبان اثر استقبال می‌کند!

