

سه‌شنبه

۲ دی ۱۴۰۴

• سال ۴۱ | شماره ۵۵۸۰
• ۲۲ دسامبر ۲۰۲۵
• ۱ رجب ۱۴۴۷ قمری

• ۱۲ صفحه
• تک‌شماره ۲۰/۰۰۰ تومان



تازه‌ترین خبرهای هرمزگان، ایران و جهان را در **SobheSahel.com** بخوانید

ثمره رشد هفت برابری قیمت محصولات لبنی طی چهار سال؛

سقوط مصرف لبنیات

پل لاتیدان؛ میراثی که با وعده‌ها فرو می‌ریزد



یادداشت

رسانه در بحران؛ شریک مدیریت یا متهم همیشگی؟

یک چیز است؛ فروپاشی اعتماد عمومی. تجربه‌های مکرر نشان داده‌اند که حذف رسانه، بحران را کوچک‌تر نمی‌کند؛ فقط آن را پنهان و پیچیده‌تر می‌کند. بیانیه و نامه رسمی خبرنگاران و فعالان رسانه‌ای قشم خطاب به رئیس‌جمهور که نسخه‌ای از آن در اختیار روزنامه صبح ساحل قرار گرفته است، دقیقاً از همین زاویه قابل بازخوانی و تفسیر است. استناد صریح این بیانیه به اصل ۲۴ قانون اساسی و قانون مطبوعات، نشان می‌دهد که این اعتراض نه احساسی است و نه صنفی صرف؛ بلکه دفاع از یک حق عمومی است: حق مردم برای دانستن. آزادی رسانه‌ها لطف مدیران نیست که در روزهای آرام اعطا شود و در روزهای بحران پس گرفته شود. بررسی دقیق تر منابع خبری ما در روزنامه صبح ساحل و واقعیت ماجرا موید این نکته مهم است که رسانه‌های محلی جزیره قشم، در جریان این بحران، نه در مقابل مدیران، بلکه در کنار مردم ایستادند؛ همان مردمی که مدیریت بحران اساساً برای آنان تعریف شده است. اگر گزارش‌های میدانی خبرنگاران نبود، بسیاری از کاستی‌ها، مطالبات و حتی اقدامات انجام‌شده، هرگز به‌درستی دیده و پیگیری نمی‌شد.

این واقعیت تلخ است، اما باید پذیرفت: در بسیاری از بحران‌ها، رسانه‌ها کارکردی مؤثرتر از برخی جلسات پرشمار و بی‌خروجی داشته‌اند. نکته‌ای که نباید از آن عبور کرد، مسئولیت گفتار مدیران است. مقام دولتی در مأموریت اداری، «شخص عادی» نیست. هر جمله اومی‌تواند اعتماد بسازد یا آن را تخریب کند. مطالبه اصلاح رسمی اظهارات و عذرخواهی علنی، نه زیاده‌خواهی است و نه تهدید؛ حداقل انتظار در یک نظام مبتنی بر پاسخگویی است. منطقه آزاد قشم، به‌عنوان یکی از مهم‌ترین مناطق راهبردی اقتصادی و گردشگری کشور، امروز بیش از هر زمان دیگری به اعتماد عمومی و سرمایه اجتماعی نیاز دارد؛ سرمایه‌ای که نه با بخشنامه ساخته می‌شود و نه با برخورد امنیتی با رسانه‌ها. رسانه‌های محلی، حتی وقتی منتقدند، بخشی از این سرمایه هستند. تضعیف آنان، در نهایت تضعیف خود مدیریت است. مسئله اصلی اینجاست: آیا مدیران ما

هنوز رسانه را دشمن می‌بینند یا شریک؟ اگر پاسخ، اولی باشد، باید منتظر تکرار همین چرخه معیوب در هر بحران بعدی بود. اما اگر قرار است تجربه قشم درسی داشته باشد، آن درس روشن است: «رسانه‌ها بخشی از مشکل حکمرانی نیستند؛ حذف رسانه، خود مشکل است.» هر جا روایت خبرنگار شنیده شده، بحران‌ها کم‌هزینه‌تر مدیریت شده‌اند. قشم نیز از این قاعده مستثنا نیست. زیرا بحران‌ها، چه طبیعی و چه مدیریتی، همواره آزمونی جدی برای نسبت میان «قدرت» و «اطلاع‌رسانی» بوده‌اند. سیل و طوفان اخیر در جزیره قشم نیز از این قاعده مستثنا نبود؛ بحرانی که علاوه بر زیرساخت‌های شهری و روستایی، بار دیگر نحوه مواجهه برخی مدیران با رسانه‌ها را به چالش کشید.

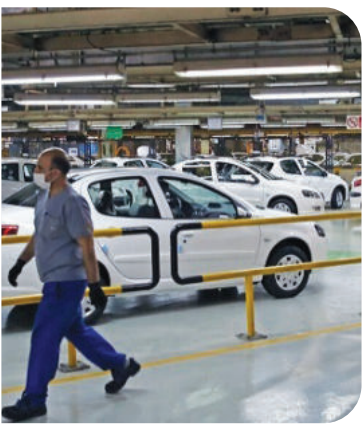
شایان ذکر است که مدیریت بحران در دنیای امروز، صرفاً به معنای اعزام ماشین‌آلات، صدور بخشنامه یا برگزاری جلسات نیست؛ بلکه یکی از ارکان اصلی آن، مدیریت افکار عمومی و روایت بحران است. در این چارچوب، رسانه نه رقیب مدیر، بلکه شریک اوست. هرگونه تلاش برای تضعیف رسانه، در عمل به تضعیف اعتماد عمومی و افزایش شکاف میان مردم و نهادهای مسئول منجر می‌شود؛ شکافی که پرکردن آن به‌مراتب دشوارتر از مدیریت خود بحران است. واکنش اخیر فعالان رسانه‌ای جزیره قشم را باید فراتر از یک اعتراض صنفی تلقی کرد. این واکنش، نشانه‌ای از یک مطالبه جدی‌تر است: به‌رسمیت شناختن رسانه به‌عنوان نهاد مکمل حکمرانی. نکته کلیدی همان گزاره ای است که در بیانیه جمعی از فعالان رسانه ای جزیره قشم خطاب به رییس جمهور و مقامات ارشد دولت چهاردهم بر روی آن تأکید شده است «رسانه‌ها بخشی از مسئله حکمرانی نیستند؛ بلکه بخشی از راه‌حل برون رفت از بحران هستند». هر جا که روایت خبرنگار به‌جای حذف‌شدن و مورد تهدید قرار گرفتن، شنیده شده است، بحران‌ها سریع‌تر مدیریت شده و فاصله میان مردم و حکمرانی نیز کاهش یافته‌است. این درسی است که بحران قشم نیز بار دیگر آن را یادآوری کرد.

✚ سرویس سیاسی

فرمانده کل ارتش در بازدید از یگان‌های ارتش در منطقه غرب کشور، با بیان اینکه ارتش همواره برای افزایش آمادگی خود به منظور مقابله با هر تهدیدی از جمله جنگ‌های نامتقارن و نامنظم تلاش می‌کند، گفت: تمام تحرکات دشمن را به دقت رصد میکنیم و به هر شرارتی، با قاطعیت پاسخ خواهیم داد.

امیر سرلشکر «امیر حاتمی»، فرمانده کل ارتش جمهوری اسلامی ایران در بازدید از یگان‌های ارتش در منطقه غرب کشور، به آمادگی و توان رزم یگان‌های آجا اشاره و اظهار کرد: این سفر به منظور ارزیابی توان و آمادگی رزمی یگان‌های ارتش صورت گرفت؛ به لطف خدا، روحیه هم‌زمان ما در مرزهای کشور بسیار خوب است و تجهیزات و امکانات آنان نیز متناسب با تجارب بدست آمده از جنگ تحمیلی ۱۲ روزه، آماده شده است. همچنین در جریان این بازدید شاهد نظامی به ویژه پدافند غیرعامل صورت گرفته و به شکل واقعی برای صحنه نبرد مهیا شده است.فرمانده کل ارتش با اشاره به ساقط شدن انواع ریزپرنده‌ها، پهپادهای هرمس و هرون در منطقه غرب کشور توسط سامانه‌های پدافندی آجا، بیان کرد: در جنگ تحمیلی ۱۲ روزه، اولین پهپاد پیشرفته هرون دشمن از مرزهای غربی کشور وارد خاک ایران عزیز شد که در همان ورودی مرز توسط سامانه‌های پدافندی مورد

گزارش اختصاصی



نگاهی تازه به حذف تدریجی قیمت‌گذاری دستوری؛

عبور سنجیده از پیچ اقتصادی

۴

✚ سرخط خبرها

منع حضور اعضای شوراها در هیئت‌های نظارت بر انتخابات شوراها

۲

لیگ دسته سوم فوتبال باشگاه‌های کشور

شهرآورد هرمزگان با تساوی به پایان رسید

۶

کاخ سفید، بی‌بی را به دلیل نقض آتش‌بس غزه سرزنش کرد

دولت ترامپ ناامید از نتانیاهو

۱۲

نگاهی به پروژه‌های زیست‌محیطی نمایشی در هرمزگان؛
مسئولیت اجتماعی یا نمایش مسئولیت؟

۱۱

✚ خواندنی‌های روز

نگاهی به دو کتاب کاربردی درباره تنظیم هیجان در نوجوانان

نوجوانی و کنترل هیجان

۱۱

مذاکره عربستان، فرانسه و آمریکا با رئیس ارتش لبنان برای ایجاد مکانیسم خلع سلاح حزب‌الله

۴

برتولت برشت

۵

فرمانده کل ارتش در بازدید از یگان‌های ارتش در غرب کشور:

تحرکات دشمن را به دقت رصد می‌کنیم

اصابت قرار گرفت با هرگونه تعدی، با همین قاطعیت برخورد خواهد شد.امیر سرلشکر حاتمی با بیان اینکه ارتش همواره برای افزایش آمادگی خود به منظور مقابله با تهدیدهای نامتقارن و نامنظم تلاش می‌کند، گفت: در طول تاریخ هرگاه حاکمی ضعیف بوده، بخش‌هایی از این سرزمین جدا شده اما در دوران دفاع مقدس، به همت رزمندگان اسلام و البته نفس گرم حضرت امام خمینی (ره)، به‌رغم تلاش‌های بسیار دشمنان، وجبی از این خاک جدا نشد. وی افزود: امروز هم ماموریت ارتش حفاظت از تمامیت ارضی ایران اسلامی و استقلال کشور است و همه ما می‌کوشیم این ماموریت را به بهترین شکل ممکن، انجام دهیم.

فرمانده کل ارتش در بخش دیگری از اظهاراتش، نیروی انسانی را یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌های قدرت خواند و تصریح کرد: در وهله اول حفظ نیروی انسانی بسیار مهم است. جان تک‌تک رزمندگان برای ما عزیز است و حتی یک آسیب هم نباید به آنان وارد شود اما دشمن باید بداند که همه ما آماده شهادت، ایثار و جانبازی هستیم.

امیر سرلشکر حاتمی در ادامه به اهمیت و جایگاه ویژه هوانیروز ارتش اشاره کرد وگفت: یکی از یگان‌های مهم منطقه غرب کشور، هوانیروز است که با بهره‌گیری از تجهیزات قابل توجه در اختیارشان، وظیفه پشتیبانی از مجموعه یگان‌های مناطق غرب را برعهده دارند. در جریان جنگ تحمیلی ۱۲ روزه نیز هوانیروز در مقوله حفظ تجهیزات و نیروی انسانی، عملکردی بسیار خوب، موثر و هوشمندانه‌ای را به نمایش گذاشت.

مریم دهقان

خبرنگار



دلار ۱۳۲ هزار تومانی، صادرات ۹۹ هزار تنی شیرخشک صنعتی از کشور در شش ماهه نخست سال و افزایش قیمت بهای شیر خام از ۲۳ هزار تومان به ۳۵ هزار تومان، سه ضلع مثلث شوم کاهش قدرت خرید و خالی شدن سفره مردم از لبنیات است.

وقتی دلار افسار گسیخته رشد می‌کند؛ بوی قربانی شدن یکی دیگر از اقلام مصرفی خانوار به مشام می‌رسد و این بار قرعه کار به نام لبنیات افتاده است. گویی درآمد دلاری بر مصرف داخلی ارجحیت دارد. تولیدکننده ترجیح می‌دهد شیر خشک صنعتی و بودر آب پنیر تولید کند و از صادرات آن منتفع شود تا شاهد آن باشد که شیر و ماست و پنیرش فوج فوج به کارخانه مرجوع می‌شود. چراکه گزارش‌های میدانی در چند روز گذشته نشان می‌دهد؛ موجی از نارضایتی در پی افزایش قیمت لبنیات در میان مصرف‌کنندگان به راه افتاده است و کاهش تقاضا برای لبنیات به حدی بالاست که شاهد باگشت محصولات فروش‌رفته از فروشگاه‌ها به کارخانه‌ها هستیم و حتی علی‌رغم مصوبه اخیر ستاد تنظیم بازار که قیمت شیر خام را به ۲۹،۵۰۰ تومان کاهش داده تا لبنیات ارزان شود اما بعید است دامداران همکاری کنند. چراکه مشکلات تولید هم این روزها کم نیست از فروش نهاده‌های دامی دولتی در بازار سیاه با قیمت‌های بالا گرفته تا تب برفکی و موج اخیر که بین تولیدکنندگان برای صادرات محصولات لبنی مثل آب‌پنیر و شیرخشک صنعتی به راه افتاده است؛ دست به دست هم داده تا پایانی برای این دور باطل وجود نداشته باشد. با این حال چنانچه دولت موفق به کنترل شرایط شود؛ انتظار می‌رود قیمت محصولات لبنی بین ۱۰ تا ۱۷ هزار تومان کاهش پیدا کند. هرچند که این کاهش قیمت، عملاً دردِی از مشکل کاهش قدرت خرید کم نمی‌کند چرا که اگر میزان افزایش قیمت‌ها را با میزان افزایش حقوق و دستمزد در طی سال‌های گذشته مقایسه کنیم؛ مشخص می‌شود که هیچ توازنی در کار نیست. چرا که در پنج سال گذشته حقوق پایه رشد حدود چهار برابری را تجربه کرده است در حالی که یک پاکت شیر ساده، بیش از هفت برابرگران شده است.

این موضوع در خصوص سایر محصولات لبنی نیز صادق است و نشان از یک شکاف عمیق بین درآمد و هزینه‌های حداقلی برای زندگی دارد که نتیجه آن چیزی جز کاهش روز افزون سطح رفاه خانوار نیست و پدران و مادرانی که هر روز مجبور هستند از یکی دیگر از نیازهای اولیه خود و خانواده‌یشان بزنند. ولی مگر می‌شود که شیر و پنیر و ماست را از سفره حذف کرد؟ مگر چقدر می‌توان صرفه‌جویی کرد؟ مصرف یک پاکت شیر در یک خانواده چهار نفره که بسیار حداقلی است؛ در هفته ۲۷۰ هزار و ۹۰۰ تومان هزینه دارد. اگر دو قالب پنیر معمولی در هفته را نیز برای یک خانواده چهار نفره در نظر بگیریم؛ حدود ۲۰۰ هزار تومان نیز، مصرف پنیر برای این خانواده هزینه دارد. متأسفانه بسیاری از خانواده‌ها مصرف ماست را مدت‌هاست که به حداقل رسانده‌اند اما اگر یک سطل ماست یک کیلوپی در هفته، حداقل مصرف خانوار باشد؛ ۷۵ هزار تومان نیز بایستی برای آن در نظر گرفت. یعنی به عبارتی، همین مایحتاج حداقلی ۲ میلیون و ۱۸۰ هزار تومان برای خانواده هزینه دارد. این رقم بالا و عدم تناسب هزینه و درآمد در برخی خانوارها باعث شده است که برای مدیریت هزینه‌ها، مصرف لبنیات به مناسبت‌های خاص محدود

ثمره رشد هفت برابری قیمت محصولات لبنی طی چهار سال؛

سقوط مصرف لبنیات



تورم کل	درصد	تورم خوراکی	درصد	تورم اقلام لبنی	درصد
تورم ماهانه آبان امسال	۳.۴	تورم ماهانه خوراکی‌ها	۴.۷	تورم نقطه‌به‌نقطه شیر	۴۸.۶
تورم نقطه به نقطه آبان	۴۹.۴	تورم نقطه به نقطه خوراکی‌ها	۶۶	تورم نقطه‌به‌نقطه پنیر	۴۸.۶
تورم سالانه	۴۰.۴	تورم سالانه خوراکی‌ها	۴۶.۱		

شود. این در حالی است که در سال ۱۴۰۰ شیر خام درب کارخانه ۶ هزار و ۴۰۰ تومان قیمت داشت و به همان نسبت محصولات لبنی نیز ارزان‌تر بودند.

مثلاً یک پاکت شیر ۷ هزار و ۴۰۰ تومان و یک قالب پنیر ۲۰ هزار تومان قیمت داشت. در سال ۱۴۰۲ قیمت شیر پاکتی ساده به ۱۸ هزار تومان و یک قالب پنیر به ۴۸ هزار تومان رسید و همین افزایش قیمت‌ها باعث شده است که سرانه مصرف لبنیات در ایران از حدود ۱۳ کیلوگرم در سال ۱۳۸۹ به حدود ۵۵ کیلوگرم در سال‌های اخیر سقوط کند. یعنی افتی حدود ۵۸ درصدی و در عین حال، وزارت بهداشت و رسانه‌های تخصصی حوزه سلامت می‌گویند ایرانی‌ها اکنون حدود ۹۰ کیلوگرم کمتر از سرانه جهانی لبنیات مصرف می‌کنند؛ شکافی که به‌طور مستقیم با سلامت استخوان، پوکی استخوان در سال‌های آینده و هزینه‌های درمانی گره می‌خورد.

❖مقایسه قیمت‌ها در آبان ۱۴۰۰ و آبان ۱۴۰۴

نام کالا	قیمت در سال ۱۴۰۰	نام کالا	قیمت در سال ۱۴۰۴
شیر تازه کم چرب پاک ۱ لیتر (قوطی)	۱۰،۹۰۰ تومان	شیر کم چرب ESL رامک ایتر	۷۰،۵۰۰ تومان
شیر کم چرب پگاه ۹۴۶ میلی لیتر (قوطی)	۱۲،۰۰۰ تومان	شیر پاستوریزه کم چرب غنی شده دامداران - ۹۴۶ میلی لیتر	۵۲،۵۰۰ تومان
شیر پر چرب میهن ۱ لیتر (پاکتی)	۱۵،۰۰۰ تومان	شیر کاکائو پاک ۹۴۶ میلی لیتر (بطری)	۱۱۹،۰۰۰ تومان
دوغ گازدار تخمیری رامک حجم ۱.۵ لیتر	۱۴،۰۰۰ تومان	دوغ گازدار تخمیری رامک حجم ۱.۵ لیتر	۸۰،۰۰۰ تومان
دوغ سون کاله ۱.۵ لیتر	۱۴،۰۰۰ تومان	دوغ گازدار تخمیری کاله مقدار ۱،۵ لیتر	۸۵،۰۰۰ تومان
ماست سون کم چرب کاله ۲.۲ کیلوگرم	۵۰،۰۰۰ تومان	ماست تازه کم چرب پگاه ۲ کیلوگرم	۹۴،۷۰۰
ماست کم چرب دامداران ۲۵۰۰ گرم	۲۷،۵۰۰ تومان	ماست سون پرچرب کاله مقدار ۹۰۰ گرم	۱۲۹،۰۰۰
پنیر تازه پاک - ۴۰۰ گرم	۱۱،۶۰۰ تومان	پنیر سفید صیاح ۴۰۰ گرم	۸۰،۰۰۰ تومان
پنیر لبنه کاله - ۳۵۰ گرم	۲۳،۹۰۰ تومان	پنیر لبنه آتا ۳۵۰ گرمی کاله	۹۵،۰۰۰ تومان
کره حیوانی پاستوریزه رامک ۱۰۰ گرم	۱۱،۰۰۰ تومان	کره پاستوریزه ۱۰۰ گرمی کاله	۶۶،۰۰۰ تومان
کره کاله - ۵۰ گرم	۵،۶۰۰ تومان	کره حیوانی پاستوریزه لوتوس ۵۰ گرمی	۳۹،۰۰۰ تومان
خامه کاکائویی میهن ۱۰۰ گرم	۵،۵۰۰ تومان	خامه صبحانه شکلاتی ۱۰۰ گرم میهن	۷۲،۰۰۰ تومان
خامه رامک ۲۰۰ گرم	۱۴،۰۰۰ تومان	خامه صبحانه ۲۰۰cc رامک	۷۰،۰۰۰ تومان

❖چنانچه دولت موفق به کنترل شرایط شود؛ انتظار می‌رود قیمت محصولات لبنی کاهش پیدا کند. هرچند که عملاً دردِی از مشکل کاهش قدرت خرید کم نمی‌کند چرا که با مقایسه میزان افزایش قیمت‌ها با حقوق و دستمزد در طی سال‌های گذشته مقایسه کنیم؛ مشخص می‌شود که هیچ توازنی در کار نیست

صورت گرفته است. به‌طوری‌که قیمت کره ۵۰ گرمی از ۵ هزار و ۶۰۰ تومان به ۳۹ هزار تومان رسیده است و یا در میان اقلام پرمصرف، شیر

❖میز خبر

معاون هوشمندسازی نظام مالیاتی سازمان مالیاتی خبر داد؛

خداحافظی با فاکتورهای کاغذی

✔ صورتحساب الکترونیک هیچ تأثیری بر قیمت‌ها ندارد



❖سرویس اقتصادی

معاون هوشمندسازی مالیاتی سازمان امور مالیاتی جزئیات پایان اعتبار مالیاتی فاکتورهای کاغذی و آغاز صدور صورتحساب الکترونیک در سامانه مؤدیان از دیروز اول دی ماه را تشریح کرد. محمد برزگری، معاون

هوشمندسازی نظام مالیاتی سازمان امور مالیاتی درباره حذف صورتحساب کاغذی برای مؤدیان مالیاتی و آغاز صدور صورتحساب الکترونیک در سامانه مؤیان و تأثیر آن بر اعتبار مالیات بر ارزش افزوده توضیح داد؛ این اعتبار تنها برای مؤدی‌هایی موضوعیت دارد که قبلاً فراخوان ارزش افزوده دریافت کرده‌اند. وی افزود؛ به عنوان مثال، اگر سازمان مالیاتی تاکنون ۱۰ فراخوان صادر کرده باشد و یازدهمین هنوز در مرحله پیش‌نویس و نهایی نشده باشد، فقط همان ۱۰ فراخوان اهمیت دارد. بنابراین، افرادی که فراخوان دریافت نکرده‌اند، اساساً نمی‌توانند از این اعتبار استفاده کنند و مبلغ مندرج در فاکتورهای کاغذی برای آن‌ها به عنوان هزینه قابل قبول مالیاتی در نظر گرفته می‌شود.

وی ادامه داد؛ اصلاً امسال فراخوانی برای افزایش گستره مؤدیان مالیاتی که مشمول الزام به صدور صورتحساب الکترونیکی در سامانه مؤدیان شوند، نداشته‌ایم؛ فراخوان‌ها از سال ۱۳۸۷ شروع شده و به پارسال رسید.

❖مؤدیان که صنف یا مشاغل آنها برای صدور صورتحساب الکترونیکي فراخوان نشده، نگرانی نداشته باشند

معاون سازمان مالیاتی تأکید کرد؛ تا اردیبهشت ۱۴۰۶، بخش غیرالکترونیکی قانون مالیات بر ارزش افزوده حاکم بوده و تغییری نکرده است. بنابراین صنف یا مشاغلی که فراخوان نشده‌اند، اساساً صدور یا عدم صدور صورتحساب الکترونیکی در اعتبار مالیاتی آنها لحاظ نمی‌شود. بلکه به عنوان قیمت تمام‌شده آن مؤدی محاسبه می‌شود که فعلاً تا اردیبهشت ۱۴۰۶ صورتحساب کاغذی به قوت خود باقی و معتبر است لذا مؤدیانی که فراخوان نشده‌اند، نگرانی از این جهت نداشته باشند.

❖تغییرات امروز تأثیری بر معاملات مردم دارد؟

معاون سازمان امور مالیاتی در پاسخ به این پرسش که آیا صدور صورتحساب الکترونیک برای مؤدیان مالیاتی از امروز، تأثیری بر دادوستدهای مردم دارد یا خیر؟ تأکید کرد؛ هیچ ربطی به مردم ندارد و از نگاه مصرف‌کننده نهایی، این تغییرات تأثیری در قیمت کالاها ایجاد نمی‌کند. اگر پیش از این ارزش افزوده دریافت می‌شد، همچنان دریافت می‌شود و اگر دریافت نمی‌شد، تغییری ایجاد نمی‌شود. لذا این قانونی هیچ فرقی از حیث مصرف‌کننده نهایی ندارد.

❖تلاش‌روشان ملزم به صدور صورتحساب الکترونیکي هستند ولی مشتری معاف از مالیات است

وی درباره تأثیر صدور صورتحساب الکترونیک بر خرید و فروش طلا نیز توضیح داد؛ در حال حاضر این صورت‌حساب الکترونیکی بر خریداران طلا تأثیر ندارد و فروشندگان نیازی به دریافت کد ملی مشتری ندارند ولی فروشنده باید صورتحساب الکترونیکی صادر کند. در آینده، اطلاع‌رسانی کامل در این زمینه انجام خواهد شد و قانونگذار برای خریداران طلا معافیت‌ها و مشوق‌های مشخصی در نظر گرفته است که اساساً خریدار طلا در شرایط عادی مشمول مالیات نشود بلکه مشمول تورم‌زدایی شود. معاون سازمان امور مالیاتی تأکید کرد؛ سازمان امور مالیاتی بسترها و فرآیندهای لازم را آماده می‌کند و جامعه را آگاه خواهد کرد تا اجرای این قوانین به صورت شفاف و مؤثر انجام شود. /ایرنا

یارانه آذر ماه دهک ۴ تا ۹ واریز شد

❖سرویس اقتصادی

یارانه مرحله ۱۷۸ آذرماه ۱۴۰۴ به حساب سرپرستان خانوار دهک ۴ تا ۹ واریز شد. یارانه مرحله ۱۷۸ به مبلغ ۱۲۷ هزار و ۱۳۳ میلیارد ریال به حساب ۱۴ میلیون ۶۲۹ هزار و ۳۴ سرپرست خانوار در دهک ۴ تا ۹ در سراسر کشور واریز و قابل برداشت است. سازمان هدفمندسازی تأکید کرد؛ مبلغ واریزی با در نظر گرفتن کسر اقساط وام‌های سرپرستان وام‌گیرنده صورت گرفته است.

بر اساس دهک‌بندی اعلام شده از سوی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی، ۴۲ میلیون و ۳۸۴ هزار و ۷۴۰ نفر در دهک ۴ تا ۹ قراردارند که یارانه نقدی آنها هر ماه به حساب سرپرستان این خانوارها توسط ۲۸ بانک عامل در سراسر کشور واریز می‌شود. /ایسنا

جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده شرکت شقایق هستی دریا (سهامی خاص) به شماره ثبت ۱۲۲۶۵ و شناسه ملی ۱۰۸۰۰۱۴۷۴۵۵ دستور جلسه: ۱- تعیین و نحوه پرداخت حقوق بازرسان شرکت از ابتدای انتخابشان ۲- تعیین پاداش مدیرعامل به جهت فعالیت های ایشان جهت برگشت قسمتی از اموال و سرمایه شرکت ۳- نحوه تقسیم وجه به دست آمده از ارزش کامیون شرکت بین سهامداران پس از کسر هزینه زمان: یکشنبه ۱۴/۱۰/۱۴۰۴ ساعت ۱۲:۳۰ ظهر مکان: کوی آیت الله غفاری ، غفار ۳۴، ووبروی دبیرستان ورزش سالن بدنسازی ملاحی محل موقت شرکت کدپستی ۷۹۱۴۹۶۵۵۵

❖فریبز مسافری -مدیرعامل شرکت

آگهی شرکت‌های تعاونی سراسر هرمزگان در صبح ساحل

تلفن پذیرش: ۰۵-۳۲۲۴۱۴۶۲



آگهی مناقصه عمومی یک مرحله ای شناسایی مشاور



شرکت طرح و سامان امواج کیش (سهامی خاص) در نظر دارد تا به منظور انجام مطالعات و ارائه کلیه خدمات مشاوره مهندسی در بخش سازه، تأسیسات برقی و تأسیسات مکانیکی (طراحی مرحله اول و دوم) جهت احداث مجتمع اداری رفاهی گردشگری داماهی بندرعباس"، نسبت به شناسایی مشاور ذیصلاح بومی طی مناقصه عمومی یک مرحله‌ای اقدام نماید. اشخاص حقوقی دارای شرایط ذیل می‌توانند از تاریخ انتشار این آگهی تا تاریخ ۱۴۰۴/۱۰/۱۴ جهت دریافت اسناد مناقصه در ساعات اداری به نشانی تهران، خیابان قائم مقام فراهانی، جنب بانک دی، شماره ۱۰۱، طبقه سوم مراجعه نمایند.

شرایط شرکت در مناقصه:

- ۱- داشتن گواهینامه معتبر صلاحیت خدمات مشاوره تخصص ساختمان های مسکونی، تجاری، صنعتی و نظامی از سازمان برنامه و بودجه کشور.
 - ۲-۱ دارای آدرس و شماره ثبتی در اداره ثبت شرکت ها و مؤسسات غیر تجاری استان هرمزگان.
 - ۳-۱ داشتن دفتر فعال طراحی در استان هرمزگان.
 - ۴-۱ توانایی در ارائه تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار به مبلغ ۲,۰۰۰,۰۰۰,۰۰۰ (دو میلیارد) ریال.
- همراه داشتن معرفی نامه جهت دریافت اسناد الزامیست. در صورت نیاز به اطلاعات تکمیلی متقاضیان می‌توانند با شماره‌های تلفن ۰۸۸۳۱۰۰۸-۸۸۳۲۰۹۹ تماس حاصل نمایند. ضمناً هزینه آگهی بر عهده برنده مناقصه می باشد.

مرتضی فاخری

دکتری مدیریت بازرگانی



قیمت‌گذاری دستوری طی دهه‌های گذشته به یکی از پرکاربردترین ابزارهای سیاست‌گذاری اقتصادی در ایران تبدیل شده است؛ ابزاری که با هدف مهار تورم، حمایت از مصرف‌کننده و ایجاد ثبات در بازارها به کار گرفته شد، اما در عمل، به‌تدریج خود به یکی از عوامل تشدید عدم‌تعادل‌های اقتصادی بدل شد. مداخله مستقیم دولت در سازوکار قیمت‌ها، اگرچه در کوتاه‌مدت می‌تواند نشانه‌ای از کنترل و اقتدار سیاست‌گذار باشد، اما در بلندمدت با تضعیف منطق بازار، کاهش انگیزه تولید، فرار سرمایه و گسترش رانت و فساد همراه شده است. تجربه اقتصاد ایران نشان می‌دهد که سرکوب قیمت‌ها نه‌تنها به بهبود پایدار رفاه خانوارها منجر نشده، بلکه با انتقال فشار به حلقه‌های تولید و توزیع، هزینه‌های پنهانی را بر اقتصاد تحمیل کرده که آثار آن در کمبود کالا، افت کیفیت و شکل‌گیری بازارهای غیررسمی قابل مشاهده است. در چنین شرایطی، حذف تدریجی قیمت‌گذاری دستوری نه به‌عنوان یک انتخاب سیاسی، بلکه به‌مثابه ضرورتی اقتصادی مطرح می‌شود؛ ضرورتی که بدون درک پیچیدگی‌های اجتماعی و بدون طراحی سیاست‌های مکمل، می‌تواند به شوک‌های معیشتی منجر شود. از این رو، بازسازی اقتصاد ایران مستلزم عبور حساب‌شده از کنترل‌های قیمتی و حرکت به سوی حکمرانی هوشمند بازار است؛ مسیری که در آن، اصلاح قیمت‌ها با حمایت هدفمند، تقویت رقابت و افزایش شفافیت همراه می‌شوند تا هم کارایی اقتصادی ارتقا یابد و هم هزینه‌های اجتماعی این گذار به حداقل برسد.

ریشه‌های تاریخی و منطق شکل‌گیری قیمت‌گذاری دستوری در اقتصاد ایران

ریشه‌های تاریخی قیمت‌گذاری دستوری در اقتصاد ایران را باید در پیوندی پیچیده میان ساختار دولت، شرایط سیاسی و الزامات اجتماعی جست‌وجو کرد؛ پیوندی که در دوره‌های مختلف، مداخله مستقیم دولت در تعیین قیمت‌ها را به سیاستی مسلط و ماندگار تبدیل کرده است. شکل‌گیری اقتصاد متکی بر درآمدهای نفتی، از نخستین عوامل زمینه‌ساز این رویکرد بوده است؛ به‌گونه‌ای که دولت، به‌عنوان مالک و توزیع‌کننده اصلی منابع، نقش پررنگی در تخصیص و قیمت‌گذاری کالاها و خدمات ایفا کرده و به‌تدریج خود را مسئول مهار نوسانات قیمتی و تأمین رفاه عمومی دانسته است. این ویژگی ساختاری، به‌ویژه در دوره‌هایی که شوک‌های تومری یا ارزی بروز یافته، سیاست‌گذار را به سمت ابزارهای مداخله‌گرانه و کوتاه‌مدت سوق داده است. تجربه‌های تاریخی همچون جنگ تحمیلی، دوره‌های طولانی تحریم‌های اقتصادی و محدودیت‌های شدید در دسترسی به منابع خارجی، این ذهنیت را تقویت کرده که کنترل قیمت‌ها می‌تواند به‌عنوان سپری در برابر فشارهای معیشتی عمل کند و از بروز نارضایتی اجتماعی جلوگیری کند. در سطح اجتماعی، ضعف نظام‌های تأمین اجتماعی فراگیر و ناکارآمدی سیاست‌های حمایتی هدفمند، موجب شده است که قیمت‌گذاری دستوری به‌عنوان جایگزینی ساده و کم‌هزینه برای حمایت از اقشار آسیب‌پذیر مطرح شود، هرچند این سیاست در عمل اغلب به بهره‌مندی نامتوازن گروه‌های خاص و گسترش یارانه‌های پنهان انجامیده است. از منظر سیاسی، هزینه بالای آزادسازی قیمت‌ها و پیامدهای کوتاه‌مدت آن، همواره دولت‌ها را در موقعیت محافظه‌کارانه قرار داده و تداوم کنترل قیمت‌ها را به گزینه‌ای کم‌ریسک‌تر در افق کوتاه‌مدت تبدیل کرده است. در مجموع، استمرار قیمت‌گذاری دستوری در دهه‌های اخیر نه حاصل کارآمدی اقتصادی آن، بلکه نتیجه انباشت ملاحظات سیاسی، اجتماعی و نهادی بوده است؛ ملاحظاتاتی که این سیاست را از یک ابزار موقتی مدیریت بحران به یک رویه پایدار در حکمرانی اقتصادی ایران تبدیل کرده و

نگاهی تازه به حذف تدریجی قیمت‌گذاری دستوری؛

عبور سنجیده از پیچ اقتصادی



اصلاح آن را به چالشی پیچیده و چندبعدی بدل ساخته است.

اثر قیمت‌گذاری دستوری بر رفاه مصرف‌کننده و توزیع ناعادلانه یارانه پنهان

قیمت‌گذاری دستوری در ظاهر با هدف حمایت از رفاه مصرف‌کننده و حفظ قدرت خرید خانوارها به اجرا گذاشته شده است، اما در عمل، پیامدهای آن اغلب در تضاد با این هدف اولیه قرار گرفته و به تضعیف رفاه مصرف‌کننده واقعی انجامیده است. تثبیت یا سرکوب قیمت‌ها، زمانی که با محدودیت‌های عرضه و افزایش هزینه‌های تولید همراه می‌شود، به کمبود کالا در بازار رسمی منجر می‌گردد و مصرف‌کننده را ناگزیر به جست‌وجوی کالا در بازارهای غیررسمی یا پرداخت هزینه‌های جانبی می‌کند؛ هزینه‌هایی که عملاً بار مالی بیشتری نسبت به قیمت‌های تعادلی بر خانوار تحمیل می‌نماید. در چنین شرایطی، دسترسی به کالاهای قیمت‌گذاری‌شده بیش از آنکه تابع نیاز واقعی باشد، به میزان ارتباطات، قدرت چانه‌زنی و توان دسترسی به شبکه‌های توزیع وابسته می‌شود و همین امر، عدالت در مصرف را مخدوش می‌سازد. از سوی دیگر، قیمت‌گذاری دستوری با ایجاد فاصله میان قیمت رسمی و قیمت واقعی بازار، زمینه‌ساز شکل‌گیری یارانه‌های پنهان گسترده‌ای می‌شود که توزیع آن‌ها عموماً ناعادلانه است. این یارانه‌ها نه به‌صورت هدفمند به اقشار کم‌درآمد، بلکه به نفع گروه‌هایی تمام می‌شود که مصرف بیشتری دارند یا امکان بهره‌برداری از رانت‌های قیمتی را در اختیار دارند؛ به‌گونه‌ای که دهک‌های بالاتر درآمدی، سهم بیشتری از منابع یارانه‌ای را جذب می‌کنند و دهک‌های پایین، علی‌رغم هدف‌گذاری سیاست‌گذار، بهره محدودی از آن می‌برند. افزون بر این، سرکوب قیمت‌ها موجب کاهش کیفیت کالاها و خدمات می‌شود؛ پدیده‌ای که هزینه‌های پنهان قابل‌توجهی را به مصرف‌کننده تحمیل می‌کند و رفاه واقعی او را کاهش می‌دهد، هرچند قیمت اسمی کالا ثابت باقی مانده باشد. کاهش شفافیت در بازار، افزایش صف‌ها، اتلاف زمان و هزینه‌های مبادله، از دیگر پیامدهای این سیاست است که در محاسبات رسمی رفاه کمتر مورد توجه قرار می‌گیرد، اما در زندگی روزمره خانوارها اثر مستقیم دارد. در مجموع، قیمت‌گذاری دستوری به‌جای آنکه به ارتقای رفاه مصرف‌کننده منجر شود، با توزیع ناعادلانه یارانه‌های پنهان، تضعیف دسترسی برابر به کالاها و افزایش هزینه‌های غیرقیمتی، منافع گروه‌های خاص را تقویت کرده و مصرف‌کننده واقعی را در موقعیتی شکننده‌تر قرار داده است؛ واقعیتی که ضرورت بازنگری اساسی در این رویکرد سیاستی را آشکار می‌سازد.

تنظیم‌گری کارآمد است؛ به‌گونه‌ای که نقش دولت از تعیین قیمت به نظارت بر رقابت سالم و جلوگیری از رفتارهای انحصاری تغییر یابد. افزون بر این، طراحی و اجرای سیاست‌های جبرانی هدفمند برای حمایت از اقشار آسیب‌پذیر، عنصر مکمل و حیاتی این اصلاح به شمار می‌رود. حذف تدریجی کنترل قیمت‌ها بدون استقرار نظام‌های حمایتی کارآمد، می‌تواند به افزایش نابرابری و کاهش رفاه دهک‌های پایین درآمدی منجر شود و مشروعیت اجتماعی اصلاحات را تضعیف کند. از این منظر، پرداخت‌های نقدی یا غیرنقدی هدفمند، تقویت پوشش‌های بیمه‌ای و بهبود نظام تأمین اجتماعی، باید هم‌زمان با اصلاح قیمت‌ها به اجرا در آید. در مجموع، موفقیت حذف تدریجی قیمت‌گذاری دستوری نه در سرعت اجرای آن، بلکه در کیفیت طراحی نهادی، هماهنگی سیاست‌ها و توجه هم‌زمان به کارایی اقتصادی و عدالت اجتماعی نهفته است؛ امری که می‌تواند این اصلاح را از یک اقدام پرهزینه به فرصتی برای بازسازی اعتماد و تعادل در اقتصاد ایران تبدیل کند.

مسیر گذار از کنترل قیمت به حکمرانی هوشمند بازار در ایران

گذار از نظام کنترل قیمت به حکمرانی هوشمند بازار در ایران مستلزم تغییری بنیادین در رویکرد سیاست‌گذاری اقتصادی است؛ تغییری که در آن نقش دولت از تعیین مستقیم قیمت‌ها به طراحی قواعد، نظارت مؤثر و تضمین رقابت سالم بازتعریف می‌شود. در این چارچوب، نخستین گام، شناسایی

دقیق بازارهایی است که به‌دلیل ویژگی‌های ساختاری، همچنان نیازمند مداخله محدود و تنظیم‌گری خاص هستند و تفکیک آن‌ها از بازارهایی که قابلیت واگذاری کامل به سازوکار عرضه و تقاضا را دارند. این تفکیک، امکان اجرای تدریجی اصلاحات و مدیریت هزینه‌های اجتماعی آن را فراهم می‌سازد. هم‌زمان، تقویت نهادهای تنظیم‌گر مستقل و حرفه‌ای، به‌ویژه در بازارهای انحصاری یا شبه‌انحصاری، شرط اساسی موفقیت این گذار به شمار می‌رود؛ نهادهایی که با اتکا به داده‌های دقیق و شفاف، وظیفه پایش رفتار بنگاه‌ها، جلوگیری از سوءاستفاده از قدرت بازار و صیانت از حقوق مصرف‌کننده را بر عهده دارند. در چنین مدلی، تنظیم‌گری جایگزین قیمت‌گذاری دستوری می‌شود و دولت به‌جای تعیین عدد قیمت، بر قواعد رقابت، کیفیت خدمات و شفافیت اطلاعات تمرکز می‌کند. از سوی دیگر، حمایت هدفمند از اقشار آسیب‌پذیر باید به‌عنوان مکمل اصلی حکمرانی هوشمند بازار طراحی شود؛ حمایتی که نه از مسیر سرکوب قیمت، بلکه از طریق ابزارهای مستقیم و قابل‌ردیابی همچون یارانه‌های هدفمند، کارت‌های اعتباری یا تقویت پوشش‌های بیمه‌ای اعمال می‌گردد. این رویکرد، ضمن کاهش هدررفت منابع، امکان تمرکز حمایت‌ها بر گروه‌های نیازمند، واقعی را فراهم می‌آورد. در بعد نظارتی، بهره‌گیری از سامانه‌های هوشمند اطلاعاتی و فناوری‌های دیجیتال می‌تواند شفافیت بازار را افزایش داده و زمینه نظارت رقابتی مستمر را فراهم سازد؛ امری که مانع شکل‌گیری رانت و انحصار در فضای آزادشده می‌شود. افزون

بر این، هماهنگی میان سیاست‌های پولی، مالی و تجاری با اهداف حکمرانی بازار، نقش تعیین‌کننده‌ای در پایداری این گذار دارد و از بروز شوک‌های ناخواسته جلوگیری می‌کند. در مجموع، حکمرانی هوشمند بازار در ایران زمانی محقق خواهد شد که آزادسازی قیمت‌ها در چارچوبی نهادی، تدریجی و پاسخ‌گو صورت گیرد؛ چارچوبی که در آن کارایی اقتصادی، عدالت اجتماعی و اعتماد عمومی به‌صورت هم‌زمان تقویت شود و بازار به‌جای میدان مداخله‌های مقطعی، به بستری پایدار برای رشد و توسعه تبدیل گردد.

چشم انداز آینده قیمت گذاری دستوری در ایران

تجربه‌های گذشته نشان داده است که سرکوب قیمت‌ها نه تنها توان تولیدی کشور را تضعیف کرده، بلکه رفاه واقعی مصرف‌کننده را نیز محدود ساخته و موجب شکل‌گیری رانت و نابرابری در توزیع یارانه‌های پنهان شده است. بنابراین، افق پیش‌رو به‌سوی کاهش تدریجی قیمت‌گذاری دستوری و جایگزینی آن با ابزارهای تنظیم‌گری مؤثر و حمایت هدفمند، حرکت می‌کند. در این مسیر، سیاست‌گذار باید ضمن حفظ ثبات اقتصاد کلان، شفافیت اطلاعاتی بازارها را افزایش داده، رقابت‌پذیری بنگاه‌ها را تقویت کند و سازوکارهای حمایتی را به‌گونه‌ای طراحی نماید که دهک‌های کم‌درآمد و آسیب‌پذیر از این اصلاحات متضرر نشوند. علاوه بر این، بهره‌گیری از فناوری‌های نوین، سامانه‌های پایش داده و تحلیل هوشمند اطلاعات، امکان نظارت مستمر و کاهش فرصت‌های سوءاستفاده و رانت را فراهم می‌آورد. در بلندمدت، حذف کامل قیمت‌گذاری دستوری می‌تواند به ارتقای کارایی بازار، افزایش انگیزه تولید و سرمایه‌گذاری، بهبود کیفیت کالاها و خدمات و کاهش هزینه‌های پنهان اقتصادی منجر شود.

با این حال، موفقیت این گذار نیازمند طراحی تدریجی، هماهنگی میان سیاست‌های مالی، پولی و تجاری و توجه هم‌زمان به عدالت اجتماعی است تا اصلاح قیمت‌ها نه به شوک‌های معیشتی، بلکه به فرصت بازسازی اعتماد عمومی و تقویت پایه‌های اقتصاد کشور تبدیل شود. در نتیجه، چشم‌انداز آینده ایران در حوزه قیمت‌گذاری، حرکتی محتاطانه اما ضروری به سوی بازارهای شفاف، رقابتی و تنظیم‌شده هوشمند است.

کیوسک‌نگار

مذاکره عربستان، فرانسه و آمریکا با رئیس ارتش لبنان برای ایجاد مکانیسم خلع سلاح حزب‌الله

عدنان نگاری

● نگاهی به عرب‌نیوز

دیپلمات‌های وزارت امور خارجه کشورهای فرانسه، عربستان سعودی و آمریکا اعلام کردند که مقامات کشورهای مذکور روز پنجشنبه در پاریس با رئیس ارتش لبنان مذاکراتی را با هدف نهایی کردن نقشه راهبردی و ایجاد مکانیسمی برای خلع سلاح گروه حزب‌الله انجام دادند. اسرائیل و لبنان با آتش‌بس میانجیگری شده توسط ایالات متحده در سال ۲۰۲۴ موافقت کردند و به بیش از یک سال جنگ بین اسرائیل و حزب‌الله پایان دادند. از آن زمان، طرفین اتهاماتی را در مورد نقض آتش‌بس رد و بدل کرده‌اند و اسرائیل تلاش‌های ارتش لبنان برای خلع سلاح حزب‌الله را زیر سوال برده بود و هوایم‌های جنگی اسرائیل نیز به طور فزاینده‌ای مناطق تحت حمایت حزب‌الله را در جنوب لبنان و حتی در پایتخت هدف قرار داد. پاسکال کانفاورو، سخنگوی وزارت امور خارجه فرانسه، پس از این جلسه اعلام کرد که در این مذاکرات توافق شده است که تلاش‌های ارتش لبنان برای خلع سلاح حزب‌الله و همچنین تقویت مکانیسم آتش‌بس موجود به طور جدی مستند شود. چهار دیپلمات و مقام اروپایی و لبنانی نیز در این باره به رویتز گفتند که با افزایش نگرانی‌ها از احتمال فروپاشی آتش‌بس، نشست پاریس با هدف ایجاد شرایط قوی‌تر برای شناسایی، حمایت و تأیید روند خلع سلاح و منصرف کردن اسرائیل از تشدید تنش‌ها برگزار شد. این دیپلمات‌ها و مقامات افزودند: «با توجه به انتخابات پارلمانی لبنان در سال ۲۰۲۶، این نگرانی وجود دارد که فلج سیاسی و سیاست‌های حزبی، بی‌ثباتی را بیش‌تر تشدید کرده و احتمال تلاش رئیس‌جمهور جوزف عون برای خلع سلاح را کاهش دهد.» از سویی دیگر یکی از مقامات ارشد که نامی از او در گزارش برده نشده گفت: «وضعیت بسیار ناپایدار و پر از تناقض است و شعله کشیدن به بشکه باروت کاری از پیش نخواهد برد. عون نمی‌خواهد روند خلع سلاح را بیش از حد علنی کند زیرا می‌ترسد که این امر باعث خصومت و ایجاد تنش با شیعیان جنوب کشور شود.»

این دیپلمات‌ها و مقامات در انتها گفتند که با توجه به این‌که ارتش لبنان فاقد ظرفیت خلع سلاح حزب‌الله است، ایده پیش برنده که مکانیسم آتش‌بس موجود با کارشناسان نظامی فرانسوی، آمریکایی و احتمالاً سایر کشورها به همراه نیروهای حافظ صلح سازمان ملل تقویت شود، کاربردی‌تر خواهد بود. کانفورو نیز در این باره افزود: «طرفین توافق کرده‌اند که در ماه فوریه کنفرانسی برای تقویت ارتش لبنان و تقویت توان امنیتی و فرمانده‌های آن برگزار کنند.»

گفت‌وگوی رئیس‌جمهور امارات و ایلان ماسک در مورد همکاری در زمینه فناوری



● نگاهی به عرب نیوز

شیخ محمد بن زاید آل نهیان، رئیس‌جمهور امارات متحده عربی، روز یک‌شنبه با ایلان ماسک دیدار کرد تا مذاکراتی با محوریت هوش مصنوعی، فناوری پیشرفته و

همکاری بین‌المللی در بخش‌های نوظهور تکنولوژی انجام دهند.

به گزارش خبرگزاری وام، این دو مقام در مورد پیشرفت‌های مداوم در حوزه‌های هوش مصنوعی و فناوری‌های نسل بعدی و چگونگی به‌کارگیری چنین ابزارهایی برای بهبود کیفیت زندگی، تسریع نوآوری جهانی و حمایت از توسعه اقتصادی بلندمدت به بحث و گفت‌وگو پرداختند. هر دو طرف در این نشست بر اهمیت مشارکت‌های بین‌المللی و تبادل دانش برای تسریع پذیرش فناوری و تقویت توانایی کشورها در پاسخ به چالش‌های آینده تأکید داشتند.

افزایش قیمت نفت پس از تأیید خبر توقیف نفتکش ونزوئلا توسط دولت آمریکا

● نگاهی به عرب‌نیوز

قیمت نفت روز دوشنبه پس از آن‌که مقامات اعلام کردند ایالات متحده یک نفتکش را در آب‌های بین‌المللی در سواحل ونزوئلا توقیف کرده است، افزایش یافت و ابهامات جدیدی در مورد عرضه ایجاد کرد. قیمت آتی نفت خام برنت ۵۷ سنت یا ۰.۹ درصد افزایش به ۶۱.۴ دلار در هر بشکه رسید، در حالی که نفت خام وست تگزاس اینترمیدیت آمریکا با ۵۵ سنت یا ۱.۰ درصد افزایش به ۵۷.۰۷ دلار در هر بشکه رسید.

جون گو، تحلیلگر ارشد بازار نفت در شرکت اسپارتا کامودیتیز در این باره گفت: «بازار در حال بیدار شدن از این واقعیت است که دولت ترامپ رویکرد سختگیرانه‌ای در قبال تجارت نفت ونزوئلا در پیش گرفته، بنابراین قیمت نفت با این اخبار ژئوپلیتیکی در کنار تنش‌های شدید روسیه و اوکراین در پس‌زمینه، در یک بازار اساساً نزولی تقویت شده است.» مقامات روز یک‌شنبه به رویتز گفتند که گارد ساحلی ایالات متحده در حال تعقیب یک نفتکش در آب‌های بین‌المللی نزدیک ونزوئلا است که در صورت موفقیت، دومین عملیات از این دست در آخر هفته و سومین عملیات در کمتر از دو هفته خواهد بود. تونی سیکامور تحلیل‌گر در این باره گفت که افزایش قیمت نفت با تحولات ژئوپلیتیکی آغاز شده است که با اعلام داندل ترامپ، رئیس‌جمهور ایالات متحده، مبنی بر محاصره کامل و تمام عیار نفتکش‌های تحریم‌شده ونزوئلا و تحولات بعدی در آن‌جا و به دنبال آن گزارش‌هایی مبنی بر حمله پهپاد اوکراینی به یک کشتی ناوگان سایه روسیه در دریای مدیترانه آغاز شد.

آموزش و پرورش:

شیر مدارس در هیچ منطقه‌ای از کشور آلوده نیست

✱ سرویس اجتماعی

رئیس مرکز اطلاع‌رسانی و روابط عمومی وزارت آموزش و پرورش اعلام کرد: شیر توزیع شده در مدارس در هیچ منطقه‌ای از کشور، آلوده نبوده است.

«حسین صادقی»، رئیس مرکز اطلاع‌رسانی و روابط عمومی وزارت آموزش و پرورش در گفت‌وگویی با تأکید بر سلامت شیر مدارس در تمام نقاط کشور، اظهار کرد: پس از توزیع شیر در چند منطقه از آموزش و پرورش استان ایلام، جداسدگی چربی شیرها موجب تغییر شکل ظاهری شیرها شده و در نتیجه نگرانی دانش‌آموزان و اولیا مدرسه شده بود که بلافاصله با دستور مدیرکل آموزش و پرورش استان، توزیع شیر متوقف و برای رفع نگرانی



و بررسی سلامت آن‌ها به آزمایشگاه ارسال شد. وی با تأکید بر اینکه هیچ گزارشی مبنی بر مسمومیت هیچ دانش‌آموزی دریافت

۴ بیماری واگیر، کیش را تهدید می‌کند

✱ سرویس اجتماعی

کارشناس مبارزه با بیماری‌های واگیر مرکز بهداشت کیش نسبت به خطر افزایش تب دنگی، کنگوניה، تب زرد و زیکا پس از بارش‌های پاییزی هشدار داد.

نیلوفر صفری اظهار کرد: پس از بارندگی‌ها، استان هرمزگان قطعاً در معرض افزایش جمعیت پشه آندس، ناقل ۴ بیماری مهم یادشده قرار می‌گیرد و اصلی‌ترین و طلایی‌ترین اقدام برای کنترل آن، از بین بردن زیستگاه‌های تخم‌گذاری این پشه در محیط است. وی مهم‌ترین زیستگاه‌های منتخب این پشه را هر محل دارای آب راکد دانست و افزود: مخازن نگهداری آب باید کاملاً پوشانده شوند و هرگونه آب‌گرفتگی اطراف آنها، نشستی مخازن یا پمپ‌ها باید سریعاً برطرف شود. همچنین آب خروجی کولرها باید در ظروف سر بسته جمع‌آوری شود به‌گونه‌ای که پشه امکان ورود به آن را نداشته باشد. صفری ادامه داد: لاستیک‌های فرسوده را نباید در منازل

نگهداری کرد و لازم است آنها را به سایت‌های بازیافت تحویل داد. همچنین باید به زیرگلدانی‌ها توجه شود و آب جمع شده در آنها تخلیه شود. صفری تأکید کرد: مبارزه با پشه آندس نیازمند همکاری گسترده و مداوم تمامی شهروندان است؛ چراکه این پشه در محیط‌های کوچک خانگی و اطراف محل سکونت تخم‌گذاری می‌کند و پاکسازی هفتگی محوطه از آب‌های راکد، کارآمدترین روش پیشگیری از تبدیل شدن خانه و محله به کانون آلودگی است. هرگونه مشاهده موارد مشکوک یا مشاهده لارو پشه در آب راکد، باید فوراً به نزدیک‌ترین مرکز بهداشت گزارش شود تا اقدامات تخصصی لازم انجام گیرد.

وی افزود: مسئله آموزش عمومی و آگاه‌سازی خانواده‌ها، به ویژه کودکان، در مورد خطرات این بیماری‌ها و روش‌های کنترل محیطی، از اهمیت حیاتی برخوردار است. بیماری‌هایی مانند تب دنگی ممکن است علائمی شبیه به سرماخوردگی شدید داشته



باشند، اما در صورت عدم رسیدگی، می‌توانند منجر به عوارض خطرناکی شوند؛ بنابراین، توجه فوری به توصیه‌های بهداشتی، یک مسئولیت جمعی برای حفظ سلامت کل استان است. /مهر

✱ یادداشت

پل لاتیدان؛

میراثی که در وعده‌ها فرو می‌ریزد



عبدالسلام جمالی
روزنامه‌نگار

بارندگی‌های اخیر و تصاویر چشم‌نواز عبور آب از زیر پل تاریخی لاتیدان، اگرچه جلوه‌ای زیبا از طبیعت و تاریخ را به نمایش گذاشت، اما در واقع زنگ خطری جدی برای آینده این اثر ارزشمند بود؛ هشداری که سال‌هاست شنیده می‌شود، اما همچنان در میان وعده‌ها و گفتاردرمانی مسئولان گم شده است. پل تاریخی لاتیدان با ۲۲۳ دهانه و بیش از هزار متر طول، طول‌ترین پل تاریخی ایران و یکی از شاهکارهای کم‌نظیر دوره صفوی است. پلی که در دوران شاه‌عباس بزرگ برای لشکرکشی علیه پرتغالی‌ها ساخته شد و بعدها نقش مهمی در رونق بازرگانی منطقه ایفا کرد. با این حال، امروز از این عظمت تاریخی، تنها حدود ۲۳۰ متر و ۳۰ دهانه باقی مانده است؛ باقیمانده‌ای که آن هم در سایه بی‌توجهی، هر سال آسیب‌پذیرتر می‌شود. این اثر ثبت ملی شده با شماره ۱۹۹۸۸، سال‌ها در زیر خاک مدفون بود و پس از نمایان شدن در اثر سیلاب ۱۳۷۱، انتظار می‌رفت که با نگاهی مسئولانه و برنامه‌ریزی جدی، مورد حفاظت و مرمت اساسی قرار گیرد. اما واقعیت این است که طی سال‌های گذشته، جز چند اقدام پراکنده و وعده‌های تکراری، اتفاق مؤثری در مقیاس لازم رخ نداده است. کارشناسان میراث فرهنگی بارها هشدار داده‌اند که در صورت عدم مرمت اصولی و فوری، پل لاتیدان در معرض تخریب تدریجی و حتی نابودی کامل قرار دارد.

با این وجود، مسئولان همچنان به اظهارنظر، بازنده‌های مقطعی و بیان وعده‌های بدون پشتوانه مالی بسنده کرده‌اند؛ وعده‌هایی که نه مانع فرسایش پل شده و نه امنیت این میراث تاریخی را تضمین کرده است. اکنون زمان آن رسیده است که مسئولان استانی و ملی، به‌جای تکرار گفتاردرمانی، به‌صورت شفاف نسبت به تخصیص اعتبار مشخص، آغاز عملیات مرمت اصولی و ارائه جدول زمان‌بندی اجرایی اقدام کنند. حفظ پل لاتیدان تنها یک وظیفه اداری نیست، بلکه مسئولیتی تاریخی در برابر هویت فرهنگی کشور و حقوق آیندگان است. مرمت و احیای این پل، علاوه بر صیانت از میراث معماری صفوی، می‌تواند نقشی مؤثر در توسعه گردشگری شهرستان بندرخمیر و استان هرمزگان ایفا کند. اما تحقق این هدف، نیازمند تصمیم‌های عملی، بودجه واقعی و اراده‌ای فراتر از شعار است. اگر امروز برای نجات پل لاتیدان اقدام نکنیم، فردا باید در برابر نسل‌های آینده پاسخگوی از دست رفتن یکی از مهم‌ترین آثار تاریخی ایران باشیم؛ پاسخی که با هیچ بیانییه و وعده‌ای جبران نخواهد شد.

✱ لب‌قند

برتولت برشت



توی تاکسی کار خاصی نداشتم، ولی بی تاب بودم. دلم می‌خواست راننده گاز بدهد و برود، ولی ترافیک بود و تاکسی از جایش تکان نمی‌خورد. به راننده گفتم «کاش یه جوری می‌شد برید.» راننده گفت «چه جوری؟» گفتم «راست می‌گید... ببخشید.» راننده پرسید «عجله داری؟» گفتم «نه... فقط دارم خفه می‌شم.» پرسید «چرا؟» گفتم «این شعر رو شنیدید که می‌گه: کنار جاده می‌نشینم/ راننده لاستیک ماشین را عوض می‌کند/ جایی را که از آن آمده‌ام دوست ندارم/ جایی را هم که راهی اش هستم دوست ندارم/ چرا چنین بی‌صبرانه/ چشم دوخته‌ام به تعویض لاستیک؟» راننده گفت «این شعر بود؟» گفتم «بله.» گفت «از کی؟» گفتم «برتولت برشت، شاعر و نمایش‌نامه‌نویس آلمانی. می‌شناسیدش؟» گفت «نه، ولی خوب بود. دستش درد نکنه.» بعد گفت «من هم یه چیزی بگم؟» گفتم «بفرمایید.» راننده گفت «عجله نکن... هیچ جا خبری نیست... وقتی عجله می‌کنی فقط کمی زودتر به جایی که در آن خبری نیست می‌رسی. مصطفی کریمی، راننده تاکسی، از ایران.»

سروش صحت کتاب: (تاکسی سواری) نشر چشمه

جدول کلمات متقاطع | دوره جدید شماره ۴۷۷۲

طراح: مهدی سنگی

افقی

۱- اثری مثنوی از اهلی شیرازی- مواد زائدخون ۲- طفل و نوباوه- تبار و طایفه- مخترع لامپ و گرافون ۳- مقر پرتاب موشک- ماه چهارم میلادی- روزنامه‌ها ۴- عید ویتنامی‌ها- بردباری- از پرندگان مقلد- غول برفی سینمایی هالیوود ۵- مقر پیش نماز در مسجد- عدد ماه- ضد عفونی کننده آب ۶- بندری در ترکیه- نوآوری- سرمای سخت ۷- فراخ و گسترده- تکیه‌گاه- ناله و زاری ۸- جبلی و فطری- واحد و یکتا- جزا و مکافات ۹- کاو نر کاری چنگ نواختنی - از حشرات

حل جدول شماره ۶۷۷۱

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ا	س	ت	خ	ا	ر	ه		ب	ی	ژ	ن	گ	ر	د
۲	خ	ط	ب		س	ن	ا	م		ل	ن	گ	ر		ی
۳	ت	ح	ر	ی	ر	گ	ن	د	ه		ر	ا	د	و	
۴		ا	ی	و	ا	ن	ج	ا		د	ا	ن	ج	ر	
۵	پ	و	ز	ش	ف	ی	ل	ی	ب	ی	ن		ا	ا	
۶		و	ا		ا	س	ی	ب	ه	ل	ن		ک	ل	م
۷		س	ل	ف		ن	س	ا	ج		ا	ل	ه		ا
۸		د	ر	ن	گ		ب	ب	د	ل		م	س	ل	خ
۹	ر		ن	ا	ص	ج	ه	م	و	ل		ی	م	و	ر
۱۰		ا	و	ج		ب	د	ر	ق	ا	ت	ل		ا	ن
۱۱		ک	ر		ب	و	ت	ی	م	ا	ر	ه	ر	ن	ی
۱۲		س	ی	ر	ت	ر	م	ل		م	و	ر	ی	د	ا
۱۳		ی	ا	ه	ک		ن	ه	ی	ب	ا	ب	ی	ا	ر
۱۴			ا	ر	د	ی	ف	ج	ا	ت	م			ا	ت
۱۵		ن	ک	و	ه	ی	د	ن		ز	ا	ک	ر	ب	ر

عمودی

۱- کتابی از هوارد فاست نویسنده آمریکایی- دایر و برقرار ۲- نوعی زیرانداز چسبی - تیز هوشی - ابریشم ۳- خصم و دشمن- تن پوشی برای بانوان- نویسنده فرانسوی اثر دیوار ۴- قورباغه - وسط حیات وساحت خانه - انتظار ونگرانی -فوری ودریک لحظه ۵- تلاش وپافشاری - امریه زابیدن- ران درهم شکسته ۶- جوجه تیغی- اشاره به آدم عاصی و رسوا- منقار کوتاه ۷- هوش وحافظه- آوای رسا- عمل چکاندن ماشه تفنگ ۸- دردمند و رنجور- فکر نو و ناگهانی- فراری و گریزان ۹- صورت اسامی و فهرست- نام قدیم زاین- محروم ازتکلم ۱۰- علامت جمع درفارسی - شهری در سیستان وبلوچستان- هدیه چهره گشایی ۱۱- به معنی تاریکی هم آمده-ازحروف ندا- خوشه انگور ۱۲- جوش‌های ریز روی پوست بدن- سایبان درشکه و ماشین- سال ترکی- قلیل واندک ۱۳- اسباب وادوات- ماه هفتم سربانی- فرو بردن لقمه غذا به معده ۱۴- خبرگزاری بریتانیایی - چراغ دریایی- خط روشندلان ۱۵- اهل سرزمین گاندی- فیلمی عروسکی ساخته مرضیه برومند.

میزخبر

مسابقات دواتلون قهرمانی آسیا

سه داور هرمزگانی قضاوت کردند



سرویس ورزشی

داوران هرمزگانی در مسابقات دواتلون قهرمانی آسیا قضاوت کردند.

به گزارش صبح ساحل، مسابقات دواتلون قهرمانی آسیا به میزبانی مجموعه ورزشی آزادی تهران برگزار شد و در جریان این رویداد قاره‌ای، سه داور از استان هرمزگان در امر قضاوت مسابقات حضور داشتند.

حسین زارعی، مهدی جعفری و سهراب کاویان مهر به‌عنوان داوران اعزامی از استان هرمزگان، با استقرار در مجموعه ورزشی آزادی مسئولیت قضاوت این رقابت‌ها را بر عهده گرفتند. این مسابقات با حضور ورزشکارانی از کشورهای مختلف آسیایی برگزار شد و قضاوت آن به داوران دارای صلاحیت فنی و تجربه لازم سپرده شده بود.

حضور همزمان سه داور از استان هرمزگان در یک رویداد قاره‌ای، بیانگر ظرفیت و توانمندی دآوری این استان در رشته دواتلون است و نشان می‌دهد داوران هرمزگانی نقش فعالی در رویدادهای رسمی ملی و آسیایی ایفا می‌کنند.

این حضور، گامی مؤثر در جهت ارتقای جایگاه دآوری استان هرمزگان در سطح فراملی محسوب می‌شود و می‌تواند زمینه‌ساز حضور پررنگ‌تر داوران استان در رقابت‌های بین‌المللی آینده باشد.

پس از توافق با مدیران ورزش

نخستین بانوی لژیونر به فولاد

هرمزگان پیوست



سرویس ورزشی

اعظم آخوندی دروازه بان شناخته شده و سابق تیم ملی فوتسال زنان ایران به تیم فوتسال بانوان فولاد هرمزگان پیوست.

به گزارش صبح ساحل، آخوندی به عنوان نخستین بانوی لژیونر فوتسال ایران شناخته می‌شود و سابقه حضور در مسابقات قهرمانی بانوان مالدیو را دارد.

وی سابقه قهرمانی آسیا در سال ۲۰۱۵ با تیم کشورمان، حضور در جام جهانی کوچک گواتمالا، اولین لژیونر فوتسال بانوان با چهار سال قهرمانی با تیم ام بی ال مالدیو و چندین قهرمانی لیگ برتر و سومی در لیگ عراق به عنوان لژیونر را در کارنامه دارد.

اعظم آخوندی سابقه بازی در تیم‌های باشگاهی متعددی از جمله سایپا، ملی حفاری، پالایش نفت آبادان در کشورمان را دارد.

با حکم رئیس هیئت ورزش‌های نایبانیان و کم‌بینانیان هرمزگان؛

رئیس انجمن دوومیدانی منصوب شد



سرویس ورزشی

با حکم محمد جاودان رئیس هیئت ورزش‌های نایبانیان و کم‌بینانیان هرمزگان، مربی تیم دوومیدانی نایبانیان و کم‌بینانیان بندرعباس، به سمت رئیس انجمن دوومیدانی استان منصوب شد.

به گزارش صبح ساحل، درگامی تأثیرگذار برای توسعه ورزش دوومیدانی در هرمزگان، مصومه بامشاد، مربی تیم دوومیدانی نایبانیان و کم‌بینانیان شهرستان بندرعباس، به عنوان رئیس انجمن دوومیدانی هرمزگان انتخاب شد.

این تصمیم، نشان‌دهنده اعتماد به تجربه و درایت بانوی پیشکسوت ورزش استان است که سال‌ها با علاقه و پشتکار در عرصه مربیگری ورزشکاران نابینا و کم‌بینا فعالیت کرده و اکنون مسئولیت سنگین هدایت و ساماندهی دوومیدانی در سطح استان را بر عهده گرفته است. انتصاب وی فرصتی ارزشمند برای بهره‌گیری از ظرفیت‌های ورزش فراگیر و تقویت زیرساخت‌های دوومیدانی در هرمزگان به شمار می‌رود.

لیگ دسته سوم فوتبال باشگاه‌های کشور

شهرآورد هرمزگان با تساوی به پایان رسید



محمود رئیسی

دبیر سرویس ورزشی



در هفته هفتم رقابت‌های لیگ دسته سوم فوتبال باشگاه‌های کشور، شهرآورد هرمزگان با نتیجه مساوی به پایان رسید. تیم‌های ستارگان بندر کلاهی و سبیه کوخرد بستک در هفته هفتم لیگ دسته سوم فوتبال باشگاه‌های کشور در ورزشگاه شهید امینی میناب به مصاف هم رفتند که این بازی با نتیجه یک یک مساوی به پایان رسید. نیمه اول این بازی گلی نداشت و دو تیم دست خالی به رختکن رفتند. در نیمه دوم این تیم مهمان سبیه کوخرد بود که به گل رسید و عبدالخالق عباد موفق به گلزنی شد.

پیروزی تیم سبیه کوخرد تا دقیق پایانی ادامه داشت تا این که میثم صادقی برای ستارگان بندر کلاهی گلزنی کرد و این بازی یک یک مساوی به پایان رسید و دو تیم

امتیازات شهرآورد را تقسیم کردند.

تا پایان هفته هفتم گروه سوم لیگ دسته سوم فوتبال باشگاه‌های کشور تیم‌های نفت اهواز، استقلال ملاتانی، نفت و گاز ایلام، زاگرس کهگیلویه، پالایش نفت آبادان،

ایران جوان خورموج، نفت امیدیه، مهر گستران شکاری، زاگرس فیروزآباد، ستارگان بندر کلاهی، سبیه کوخرد بستک و پادما پدک اصفهان در مکان‌های اول تا دوازدهم جدول رده بندی قرار گرفته اند.

رئیس اداره ورزش و جوانان جاسک:

سقف پنج سالن ورزشی به دلیل طوفان و بارندگی از بین رفت

محمود رئیسی

بر اثر بارندگی و طوفان اخیر، سقف پنج سالن ورزشی و بخشی از تأسیسات مجموعه شهید لشکری آسیب دید.

عبدالمجید مرادی، رئیس اداره ورزش و جوانان شهرستان جاسک گفت: بر اثر بارندگی و طوفان سقف پنج سالن ورزشی در شهر جاسک و یک سالن ورزشی در شهر لیردف به طور کامل از بین رفته است.

وی با بیان این که گزارش خسارات وارده به اماکن ورزشی شهرستان به فرمانداری جاسک ارسال شده است، افزود: برآورد اولیه خسارت وارده به فضاهای سرپوشیده ورزشی شهرستان بالغ بر ۱۲ میلیارد تومان است.

رئیس اداره ورزش و جوانان جاسک با تأکید بر این که سالن‌های خسارت دیده در حال حاضر قابل استفاده نیستند، بیان داشت:



سالن‌های ورزشی تنها محل پر کردن اوقات فراغت جوانان و نوجوانان این شهرستان به شمار می‌روند که متأسفانه اکنون عملاً تعطیل شده‌اند.

با حکم رئیس کمیته حقوق ورزشی هرمزگان؛

نایب رئیس، دبیر و سایر اعضا معرفی شدند

محمود رئیسی

عنوان یکی از ارکان مهم توسعه پایدار ورزش مورد تأکید قرار گرفت و نقش آن در صیانت از حقوق ورزشکاران، مربیان و مدیران و همچنین پیشگیری از بروز اختلافات حقوقی، ارتقای شفافیت و عدالت در فضای ورزش استان تشریح شد. در پایان جلسه، احکام اعضای کمیته حقوق ورزشی استان اهدا شد و همچنین احکام رؤسای کمیته حقوق ورزشی شهرستان‌های بندرعباس، میناب، رودان، بندرلنگه، ابوموسی و قشم به آنان اعطا شد. بر اساس اعلام مسئولان، سایر شهرستان‌های استان نیز به‌زودی وارد چرخه فعالیت کمیته حقوق ورزشی خواهند شد.

در احکامی که از سوی لیلا قربانی رئیس کمیته حقوقی ورزش هرمزگان صادر شد، ابراهیم ایسینی به عنوان نائب رئیس کمیته، دبیر کمیته مهدی علیپور بندری، رئیس گروه آموزش و پژوهش، حامد محمدی نسب، رئیس گروه خدمات حقوق ورزشی سعید کشاورز، رئیس کارگروه تولید محتوا ثنا خلیل‌نژاد، رئیس گروه شهرستان‌ها، کرانه پریزاده، رئیس گروه طبیعت‌گردی عادل آخوندی، رئیس گروه موت کورت برپروشان و رئیس گروه مدرسین لیلا قربانی منصوب شدند. مهدی فولادی، ایوب عامری، روزبه زابلی‌پور، حسین‌پور، معتمدنیا، سروش سلطانی، رضایی ملک و

ایوب زنبلی به عنوان اعضای شورای عالی راهبردی احکام خود را گرفتند. در ادامه مسئول انجمن حقوق ورزشی شهرستان میناب حسین کریمی، مسئول انجمن حقوق ورزشی شهرستان بندر لنگه حسین غلامزاده، مسئول انجمن حقوق ورزشی شهرستان قشم محمود حسن نسب، مسئول انجمن حقوق ورزشی شهرستان رودان علی اکبر محمودزاده و مسئول انجمن حقوق ورزشی بندر چارک مسعود تن‌زاده منصوب شدند و حکم‌های خود را از لیلا قربانی رئیس کمیته حقوقی ورزش هرمزگان دریافت کردند.

سرویس سلامت

در جهانی که تغذیه سالم به دغدغه‌ای همگانی بدل شده، زیتون به‌عنوان یکی از کهن‌ترین محصولات کشاورزی بشر، بار دیگر در کانون توجه قرار گرفته است. این میوه سبز و کوچک، نه‌تنها چاشنی طعم و رنگ سفره‌هاست، بلکه نقشی بنیادین در سلامت قلب، مغز و تعادل بدن انسان ایفا می‌کند.

زیتون، این میوه کوچک اما پررمز و راز، هزاران سال است که در فرهنگ‌ها، ادیان و سفره‌های مردم جهان جایگاهی ویژه دارد. از شاخه زیتون که نماد صلح و دوستی است تا روغن زیتون که ستون اصلی رژیم غذایی مدیترانه‌ای به شمار می‌آید، این گیاه نه‌تنها بخشی از سنت و تاریخ بشر است، بلکه امروزه یکی از عناصر کلیدی در ترویج سبک زندگی سالم محسوب می‌شود. پژوهش‌های علمی در سال‌های اخیر نشان داده‌اند که مصرف زیتون و فراورده‌های آن تأثیرات چشمگیری بر سلامت قلب، مغز، پوست و حتی خلق‌وخو دارد.

ریشه و تاریخچه زیتون

زیتون درختی است بومی نواحی مدیترانه‌ای که سابقه کشت آن به بیش از ۶ هزار سال پیش بازمی‌گردد. شواهد باستان‌شناسی در جزیره کرت و مناطق فلسطین و سوریه نشان می‌دهد که انسان از دوران باستان، از میوه زیتون برای تهیه روغن، دارو و حتی مواد آرایشی استفاده می‌کرده است. در متون مذهبی نیز از زیتون با احترام یاد شده است. در قرآن کریم، سوره نور آیه ۲۵، زیتون به‌عنوان «درخت مبارک» معرفی شده و در انجیل نیز نماد پاکی و روشنایی دانسته می‌شود.

این پیشینه فرهنگی سبب شده است که زیتون از یک محصول غذایی ساده فراتر رود و به نماد سلامت و تعادل در زندگی انسانی بدل شود.

ترکیبات و ارزش تغذیه‌ای

میوه زیتون سرشار از ترکیباتی است که به‌طور مستقیم در سلامت بدن نقش دارند. از مهم‌ترین این مواد می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

چربی‌های غیراشباع تک‌زنجیره‌ای: که به کاهش کلسترول بد (LDL) و افزایش کلسترول خوب (HDL) کمک می‌کند.

آنتی‌اکسیدان‌ها: ترکیباتی که از سلول‌ها در برابر استرس اکسیداتیو و التهاب محافظت می‌کنند.

ویتامین E و K: این ویتامین‌ها در سلامت پوست، مو، استخوان‌ها و عملکرد سیستم ایمنی مؤثرند.

ترکیبات ضدالتهابی طبیعی: که خاصیت محافظت‌کننده از قلب و مغز دارند.

در واقع، روغن زیتون را می‌توان یکی از سالم‌ترین چربی‌های شناخته‌شده در طبیعت دانست.

زیتون و سلامت قلب

مطالعات اپیدمیولوژیک در کشورهای مدیترانه‌ای، که مردم آن به مصرف زیاد زیتون و روغن زیتون مشهورند، نشان می‌دهد میزان ابتلا به بیماری‌های قلبی و سکته در این مناطق به‌طور قابل توجهی پایین‌تر از سایر نقاط دنیاست. علت اصلی این موضوع، تأثیر روغن زیتون در بهبود تعادل چربی‌های خون و جلوگیری از تجمع پلاک‌های چربی در عروق است.

رژیم مدیترانه‌ای غنی از روغن زیتون می‌تواند خطر بروز بیماری‌های قلبی-عروقی را تا ۳۰ درصد کاهش دهد.

پژوهشی که در نشریه The New England Journal of Medicine منتشر شد، نشان داد

زیتون ستون سلامتی در سفره‌ها



روغن زیتون برای ماساژ پوست، تقویت مو، درمان خشکی و اگرما توصیه شده است. امروزه نیز بسیاری از برندهای معتبر آرایشی از عصاره زیتون در محصولات خود بهره می‌گیرند.

نقش زیتون در تنظیم قند خون و پیشگیری از دیابت

بر اساس مطالعات جدید، ترکیبات موجود در روغن زیتون می‌توانند حساسیت سلول‌ها به انسولین را افزایش دهند و در نتیجه، از بروز دیابت نوع ۲ جلوگیری کنند. رژیم‌های غذایی حاوی روغن زیتون در مقایسه با رژیم‌های کم‌چرب یا پرکربوهیدرات، کنترل بهتری بر سطح قند خون دارند.

زیتون چیزی بیش از یک ماده غذایی است؛ این میوه نماد هماهنگی میان طبیعت و سلامت انسان است. از کمک به سلامت قلب و مغز گرفته تا زیبایی پوست و آرامش روان، فواید آن به‌قدری گسترده است که به‌حق «طلای سبز» نام گرفته است

این اثر مفید ناشی از ترکیب اسیدهای چرب سالم و آنتی‌اکسیدان‌هاست که مانع التهاب مزمن، یکی از عوامل اصلی بروز مقاومت به انسولین، می‌شوند.

زیتون در سبک زندگی مدرن

در دنیای امروز که سبک زندگی بسیاری از مردم با کم‌تحرکی، استرس بالا و مصرف فست‌فودها همراه است، زیتون می‌تواند نقشی بازدارنده و اصلاح‌گر داشته باشد. مصرف منظم زیتون یا روغن زیتون در وعده‌های روزانه (مثلاً در سالاد، پاستا، یا حتی بر روی نان سبوس‌دار) یکی از ساده‌ترین گام‌ها برای حرکت به سمت یک سبک زندگی سالم‌تر است.

زیتون، برخلاف بسیاری از مواد غذایی صنعتی، نیازی به فرآوری پیچیده ندارد و به

شکل طبیعی‌اش نیز قابل مصرف است. ویژگی آن را به گزینه‌ای ایده‌آل برای تغذیه سالم در محیط کار، دانشگاه یا خانه تبدیل می‌کند.

زیتون و سلامت روان

کمتر کسی می‌داند که زیتون می‌تواند بر روحیه و خلق‌وخو نیز اثرگذار باشد. تحقیقات نشان داده‌اند که اسیدهای چرب امگا-۹ و آنتی‌اکسیدان‌های زیتون با کاهش التهاب‌های عصبی و بهبود عملکرد انتقال‌دهنده‌های عصبی مانند سروتونین، به کاهش علائم افسردگی کمک می‌کنند. در واقع، رژیم مدیترانه‌ای که بر پایه مصرف زیتون، ماهی، سبزیجات و غلات کامل است، یکی از معدود الگوهای غذایی شناخته‌شده در جهان است که مستقیماً با کاهش خطر افسردگی و اضطراب ارتباط دارد.

روش‌های مصرف و نگهداری زیتون

زیتون را می‌توان به شکل تازه (پس از فرآیند شور کردن)، یا به‌صورت روغن بکر مصرف کرد. مهم‌ترین نکته در انتخاب روغن زیتون، توجه به عبارت "Extra Virgin" (بکر ممتاز) است که نشان‌دهنده کمترین میزان فرآوری و بیشترین ارزش تغذیه‌ای است.

برای نگهداری صحیح روغن زیتون باید آن را در جای خنک و تاریک نگه داشت تا در برابر نور و حرارت اکسید نشود. استفاده از ظروف شیشه‌ای تیره بهترین گزینه است.

طلای سبز بر سفره زندگی

زیتون چیزی بیش از یک ماده غذایی است؛ این میوه نماد هماهنگی میان طبیعت و سلامت انسان است. از کمک به سلامت قلب و مغز گرفته تا زیبایی پوست و آرامش روان، فواید آن به‌قدری گسترده است که به‌حق «طلای سبز» نام گرفته است. در سبک زندگی امروزی، که انسان با فشارهای روانی، کمبود زمان و تغذیه ناسالم دست‌وپنجه نرم می‌کند، افزودن زیتون به رژیم غذایی می‌تواند گامی ساده اما مؤثر برای بازگشت به تعادل طبیعی بدن و ذهن باشد. زیتون به‌ما یادآوری می‌کند که سلامت واقعی در انتخاب‌های کوچک روزمره نهفته است، انتخاب‌هایی که اگر با آگاهی و پیوستگی همراه شوند، می‌توانند مسیر زندگی را به سوی آرامش، انرژی و طول عمر بیشتر تغییر دهند. /ایرنا

عوارض مصرف خودسرانه

وی همچنین درباره دیگر عوارض مصرف خودسرانه ترکیب ایبوپروفن و کافئین افزود: کافئین می‌تواند باعث افزایش ادرار و کاهش آب بدن شود. این موضوع همراه با اثر داروهای NSAID روی کلیه، فشار مضاعفی به سیستم ادراری وارد می‌کند؛ مصرف مداوم و خودسرانه این ترکیب همچنین می‌تواند منجر به سردرد، بی‌خوابی، تپش قلب و اضطراب شود. فیروزآبادی افزود: مصرف هر نوع ترکیب مسکن، حتی همراه با کافئین، باید تحت نظر داروساز یا پزشک باشد. رعایت دوز، فاصله بین مصرف، محدود

میزخبر

آنفلوآنزای امسال شدیدتر شد؛

بازگشت ناگهانی سویه قدیمی آنفلوآنزا

سرویس سلامت

رئیس انجمن متخصصین عفونی کشور با اشاره به شیوع گسترده آنفلوآنزا در سال جاری هشدار داد: مصرف بی‌رویه و خودسرانه آنتی‌بیوتیک نه‌تنها کمکی به درمان آنفلوآنزا نمی‌کند.

امتییس رضانی رئیس انجمن متخصصین عفونی کشور با اشاره به شیوع گسترده آنفلوآنزا در سال جاری هشدار داد: مصرف بی‌رویه و خودسرانه آنتی‌بیوتیک نه‌تنها کمکی به درمان آنفلوآنزا نمی‌کند، بلکه خطر عوارض شدید و گسترش مقاومت میکروبی را افزایش می‌دهد.

وی با اشاره به وضعیت آنفلوآنزای امسال در دنیا گفت: در سال‌های گذشته بیشتر با سویه H۱N۱ مواجه بودیم، اما امسال پس از چندین سال، به‌طور ناگهانی سویه H۲N۲ غالب شده است و از آنجا که جمعیت جهانی طی سال‌های اخیر کمتر با این سویه در تماس بوده‌اند، ایمنی عمومی نسبت به آن پایین‌تر است و همین موضوع باعث شده شدت بیماری و تعداد موارد ابتلاء افزایش پیدا کند.

افزایش بستری و مرگ‌ومیر به‌ویژه در کودکان

به گفته رضانی؛ کاهش ایمنی جمعی به‌ویژه در کودکان که در گذشته کمتر با این ویروس مواجه شده‌اند، منجر به افزایش موارد بستری و حتی فوت شده است که نشان‌دهنده اهمیت و جدی بودن این سویه از آنفلوآنزا است.

آنفلوآنزا ویروسی است، نه باکتریایی

وی تأکید کرد: آنفلوآنزایک بیماری ویروسی است و درمان آن آنتی‌بیوتیک نیست و علائمی مانند تب بالا، بدن درد، ضعف شدید و علائم پر سر و صدا، بخشی از روند طبیعی بیماری آنفلوآنزا هستند و به‌هیچ‌وجه نشان‌دهنده نیاز به مصرف آنتی‌بیوتیک نیستند.

شروع داروی ضدویروس در ۴۸ ساعت اول

رئیس انجمن متخصصین عفونی کشور گفت: درمان مؤثر آنفلوآنزا مستلزم شروع داروی ضدویروس در ۴۸ ساعت ابتدایی بروز علائم است و تأکید ما این است که به‌ویژه در کودکان، با مشاهده علائم جدی تنفسی، مراجعه سریع به پزشک انجام شود تا درمان ضدویروسی به‌موقع آغاز شود.



چه زمانی آنتی‌بیوتیک لازم می‌شود؟

وی توضیح داد: تنها زمانی مصرف آنتی‌بیوتیک توصیه می‌شود که در سیر بیماری آنفلوآنزا، عفونت باکتریایی ثانویه اضافه شود؛ به‌عنوان مثال زمانی که پس از بهبود نسبی، دوباره تب بالا برمی‌گردد یا علائمی مانند ترشحات چرکی زردرنگ از بینی، سرفه‌های خلط‌دار زرد، برونشیت یا ذات‌الریه ایجاد می‌شود. رضانی هشدار داد: مصرف غیرضروری آنتی‌بیوتیک‌ها نه‌تنها فایده‌ای ندارد، بلکه می‌تواند عوارضی مانند تهوع، استفراغ، اسهال، واکنش‌های آلرژیک، کهیر، خارش پوستی و در موارد شدید، شوک آنافیلاکسی ایجاد کند؛ واکنشی که حتی می‌تواند کشنده باشد و در برخی موارد نادر، عوارض شدیدتری مانند تخریب پوست و عضلات نیز گزارش شده است.

برهم خوردن تعادل باکتری‌های مفید بدن

وی افزود: بدن انسان به‌طور طبیعی دارای تعادل بین باکتری‌های مفید و مضر است و مصرف بی‌رویه آنتی‌بیوتیک‌ها این تعادل را برهم می‌زند، باکتری‌های مفید را از بین می‌برد و زمینه رشد باکتری‌های مقاوم و مهاجم را فراهم می‌کند. رئیس انجمن متخصصین عفونی کشور با اشاره به تهدید جهانی مقاومت میکروبی گفت: دنیا امروز مقاومت میکروبی را یکی از بزرگ‌ترین تهدیدهای سلامت می‌داندو این بحران برخلاف کرونا پر سر و صدا نیست و به همین دلیل به آن «پاندمی خاموش» گفته می‌شود، اما به‌تدریج در حال از بین بردن اثربخشی آنتی‌بیوتیک‌ها است.

وی تأکید کرد: آنتی‌بیوتیک‌ها باید برای عفونت‌های جدی و کشنده مانند عفونت مغز، قلب، خون، کلیه‌ها و عفونت‌های شدید ادراری حفظ شوند؛ نه برای سرماخوردگی و آنفلوآنزا. در غیر این صورت، درآینده حتی برای عفونت‌های ساده ناچار به استفاده از آنتی‌بیوتیک‌های بسیار گران، کمیاب و پرعارضه خواهیم شد. /مهر

کردن مدت مصرف و کنترل منظم عملکرد کلیه در افراد پرخطر ضروری است باید توجه کرد که مصرف خودسرانه یا ترکیب با سایر داروهای حاوی کافئین می‌تواند خطرناک باشد.

مشورت با داروساز

بنابر اعلام وزارت بهداشت، وی در پایان یادآور شد: داروهای ترکیبی همیشه مزایا و خطراتی دارند، خانواده‌ها باید قبل از مصرف ایبوپروفن یا داروهای مشابه، به ویژه همراه با کافئین، با داروساز مشورت کنند تا از عوارض جدی و خطرناک جلوگیری شود. /ایسنا

چرا ترکیب ایبوپروفن و کافئین می‌تواند برای کلیه‌ها خطرناک باشد؟

سرویس سلامت

سلامت کلیه و بدن توضیحاتی ارائه کرد.

وی در پاسخ به این سؤال که چرا ترکیب ایبوپروفن و کافئین می‌تواند خطرناک باشد، گفت: ایبوپروفن از گروه داروهای ضدالتهاب غیر استروئیدی (NSAID) است و مصرف آن می‌تواند با کاهش خون‌رسانی به کلیه، باعث آسیب حاد کلیوی شود.

این عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شیراز تصریح کرد: افزودن کافئین که محرک سیستم عصبی و قلبی است، می‌تواند این اثر را در افراد پرخطر

ترکیب ساده‌ای از ایبوپروفن و کافئین که بسیاری از خانواده‌ها ممکن است به راحتی مصرف کنند، می‌تواند سلامت کلیه‌ها را به خطر اندازد؛ اما چرا یک مسکن معمولی وقتی با کافئین همراه شود، خطرناک می‌شود؟

دکتر دنا فیروزآبادی، متخصص داروسازی بالینی و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی شیراز درباره خطرات ترکیب ایبوپروفن و کافئین برای

❖ سرویس زندگی

مبل‌های پارچه‌ای قلب اتاق نشیمن هستند، اما نگهداری از آن‌ها می‌تواند چالش‌برانگیز باشد. این گزارش به شما یاد می‌دهد که چگونه با ترفندهای ساده و بدون آسیب، عمر مفید مبلتان را افزایش داده و با انواع لکه‌ها به‌طور مؤثر مقابله کنید تا همیشه خانه‌ای آراسته و تمیز داشته باشید.

برخلاف تصور عمومی، مهم‌ترین گام در حفظ زیبایی مبل، اقدامات پیشگیرانه است. یک برنامه مراقبتی منظم و مستمر، تفاوت چشمگیری در طول عمر و ظاهر مبل شما ایجاد خواهد کرد. نادیده گرفتن نگهداری روزمره باعث می‌شود ذرات گرد و غبار و آلاینده‌ها به عمق الیاف نفوذ کرده و شستشوی عمیق را دشوار و پرهزینه سازند.

❖ جاروکنشی هفتگی: سم‌زدایی از الیاف

تمیز کردن منظم و سطحی با استفاده از سری پارویی جاروبرقی (حداقل هفته‌ای یک بار) برای حذف گرد و غبار، موی حیوانات خانگی و ذرات ریزی که می‌توانند به مرور زمان به بافت پارچه آسیب بزنند، ضروری است. توجه داشته باشید که سری‌های چرخان (برس‌های غلتان) ممکن است برای برخی پارچه‌های حساس مانند مخمل یا ژاکارد، زیر باشند و باعث ایجاد پرز یا کشیدگی شوند؛ در صورت امکان از سری‌های مخصوص مبلمان با قدرت مکش مناسب استفاده کنید. مکش ملایم اما مداوم، مانع از نشستن آلودگی‌ها در شکاف‌ها و زیر کوسن‌ها می‌شود.

❖ محافظت در برابر نور و رطوبت

قرار گرفتن مستقیم در معرض نور شدید خورشید باعث رنگ‌پریدگی می‌شود. به همین علت تا حد امکان مبل را از پنجره‌های آفتابگیر دور نگه دارید یا از پرده‌های محافظ (مانند پرده‌های ضد UV) استفاده کنید. همچنین، مبل‌ها باید دور از منابع رطوبتی دائمی مانند رادیاتورها، یخاری‌ها یا محیط‌های بسیار مرطوب قرار گیرند تا از رشد کپک و قارچ در زیر لایه‌ها جلوگیری شود.

❖ رسیدگی به آلودگی‌های سطحی بلافاصله

هرگونه مایعی که روی مبل می‌ریزد باید فوراً و با استفاده از تکنیک‌های جذب سطحی (نه مالش) جمع‌آوری شود. مالیدن لکه باعث می‌شود آلودگی به عمق الیاف نفوذ کند و "بافت" لکه در هم تنیده شود، که پاکسازی بعدی را تقریباً غیرممکن می‌سازد.

همچنین هنگامی که لکه‌ای رخ می‌دهد، سرعت عمل حرف اول را می‌زند. زمان واکنش شما، تعیین‌کننده میزان سختی پاکسازی است. مهم‌ترین قانون: عملیات لکه‌بری باید همیشه از بیرون به داخل لکه انجام شود.

مایعات اضافی را با ضریبات ملایم و مکرر با یک پارچه سفید، تمیز و جاذب (یا دستمال کاغذی ضخیم) جذب کنید. پارچه را روی لکه

مراقبت حرفه‌ای از مبل پارچه‌ای از پیشگیری تالک‌ه‌بری



❖ مقابله با لکه‌های پروتئینی و خونی (نیاز به دمای پایین)

لکه‌های پروتئینی (مانند خون، تخم مرغ یا شیر) نباید هرگز با آب گرم یا شوینده‌های حاوی مواد قلیایی قوی تمیز شوند، زیرا حرارت باعث لخته شدن پروتئین و تثبیت

فشار دهید تا مایع به آن منتقل شود، سپس پارچه را بردارید و قسمت تمیز دیگری را برای جذب مجدد به کار بگیرید. هرگز پارچه را روی لکه نمالید.

❖ مقابله با لکه‌های مایعات (قهوه، چای، نوشابه)

این لکه‌ها معمولاً ترکیبات تانن یا رنگدانه دارند. ابتدا مایع را جذب کنید و بعد یک مخلوط ملایم از یک قسمت سرکه سفید به دو قسمت آب تهیه کنید.

محلول را به یک پارچه سفید تمیز اسپری کنید (مستقیماً روی مبل اسپری نکنید) و به آرامی روی لکه ضربه بزنید و در آخر با یک پارچه مرطوب شده با آب تمیز، مواد باقیمانده و سرکه را از روی پارچه جمع کنید. سپس با یک حوله خشک کاملاً رطوبت را جذب کنید.

❖ مقابله با لکه‌های روغنی و چربی (کره، روغن آشپزی، سس مایونز)

این لکه‌ها باید اول با جذب چربی خشک شوند. بعد هرگونه باقیمانده چربی سطحی را با یک کاردک پلاستیکی (یا لبه کارت اعتباری) به آرامی بردارید و با پاشیدن مقدار کمی نشاسته ذرت، جوش شیرین روی لکه اجازه دهید چربی (حداقل ۱۵ تا ۳۰ دقیقه) به آن جذب شود و در آخر پودر جذب شده را با دقت با جاروبرقی یا برس نرم بردارید.

اگر لکه باقی ماند، از یک حلال خشک‌شویی یا کمی الکل مالشی (ایزوپروپیل الکل) روی یک پارچه تمیز استفاده کنید و به آرامی روی ناحیه لکه‌دار ضربه بزنید.

منجر به بوی نم و رشد کپک می‌شود.

پس از شستشوی عمیق، اطمینان حاصل کنید که تهویه اتاق عالی است (استفاده از پنکه یا باز کردن پنجره‌ها). پارچه‌های مرطوب را با حوله‌های خشک فشار دهید تا آب اضافی خارج شود. مبل باید ظرف مدت حداکثر ۸ تا ۱۲ ساعت کاملاً خشک شود. هرگز تا زمانی که مبل کاملاً خشک نشده است، روی آن ننشینید یا کوسن‌ها را سر جای خود قرار ندهید.

❖ ملاحظات ویژه برای پارچه‌های حساس (مانند مخمل)

پارچه‌های مخمل به دلیل ساختار ایستاده و پرزدارشان، به راحتی فشرده می‌شوند. برای لکه‌بری، از کمترین میزان رطوبت ممکن استفاده کنید و پس از خشک شدن، برای "برگرداندن خواب" پارچه، می‌توان از یک برس مخصوص مخمل یا یک حوله بسیار نرم و خشک، در جهت خواب پرزها به آرامی استفاده کرد. هرگز در خلاف جهت خواب پرزها برس نکشید.

مراقبت از مبل پارچه‌ای نیازمند ترکیبی از روال‌های روزانه (جاروکنشی و جلوگیری از نور مستقیم) و دانش تخصصی در مورد کدگذاری مراقبت و تکنیک‌های لکه‌بری است. با پیروی از این راهنما و واکنش سریع و اصولی در برابر حوادث، مبل شما نه تنها تمیز باقی می‌ماند، بلکه سال‌های بیشتری زیبایی و راحتی را به خانه شما هدیه خواهد داد. به یاد داشته باشید، صبر و ملایمت در هنگام پاکسازی لکه، کلید موفقیت است./ایرنا

هرگونه مایعی که روی مبل می‌ریزد باید فوراً و با استفاده از تکنیک‌های جذب سطحی (نه مالش) جمع‌آوری شود. مالیدن لکه باعث می‌شود آلودگی به عمق الیاف نفوذ کند و "بافت" لکه در هم تنیده شود، که پاکسازی بعدی را تقریباً غیرممکن می‌سازد

دائمی لکه می‌شود. برای از بین بردن این گونه لکه‌ها همیشه از آب سرد یا یخ استفاده کنید. یک قالب یخ را در یک کیسه پلاستیکی قرار داده و روی لکه قرار دهید تا سرد شود. سپس یک محلول ملایم آب و مایع ظرفشویی ملایم (فاقد سفیدکننده) را به آرامی به لکه بزنید و با یک پارچه مرطوب با آب سرد تمیز کنید.

❖ اهمیت خشک کردن سریع

یکی از بزرگترین تهدیدها برای مبل‌های پارچه‌ای، رطوبت طولانی‌مدت است که

❖ دانستنی

سه اصل طلایی

برای کودکان دنیای دیجیتال

❖ سرویس زندگی

فرزندتان هر روز یا به جهانی می‌گذارد که ضربه‌هنگ آن تندتر از زندگی واقعی است؛ جهانی که هیجان می‌سازد، مرزها را جابه‌جایی می‌کند و آرام‌آرام عادت‌ها و احساسات او را شکل می‌دهد. دنیای بازی‌های دیجیتال می‌تواند فرصت رشد باشد یا راهی به سوی انزوای اعتیاد. اما والد‌کجای این سفر دیجیتال ایستاده است؟

تصور کنید فرزندتان در اتاقی نشسته که در آن رو به جهان بی‌پایانی باز می‌شود؛ جهانی پر از رنگ، هیجان، رقابت، دوستی و گاهی خطر. این در، صفحه‌یک‌گوشی یا تبلت است. دنیای دیجیتال دیگر «آینده کودکان» نیست، بلکه «حال زندگی» آنهاست؛ جایی که بازی می‌کنند، یاد می‌گیرند، هیجان را تجربه می‌کنند و حتی هویت خود را شکل می‌دهند. والد امروز نه نگهبان پشت در، بلکه باید همراهی آگاه در مسیر رشد کودک باشد؛ همراهی که بداند چه زمانی دست کودک را بگیرد، چه زمانی کنارش بنشیند و چه زمانی مسیر را به او نشان دهد. در این گزارش با حضور «علیرضا فراهانی» کارشناس بازی‌های رایانه‌ای و مشاور بنیاد ملی بازی‌های رایانه‌ای نقش والدین در مواجهه با بازی‌ها و فضای دیجیتال را بازتعریف می‌کند.

همراه کودک باشید

والدین در عصر حاضر، نه فقط مراقب بلکه همراه تربیتی کودک در جهان مجازی هستند. همراهی مؤثر یعنی درک اینکه بازی دیجیتال، امروزه بخشی از سبک زندگی کودک است، نه دشمن آن. برای تحقق تربیت متعادل، چند گام عملی ضروری است که باید به‌صورت یک نظام تربیتی اعمال شوند. فراهانی این گام‌ها را تشریح می‌کند.

۱. بازی‌ها را بشناسید

به اعتقاد فراهانی، اولین گام شناخت محتوا و محیط بازی‌ها (Digital Literacy) و توجه به رده‌بندی سنی بازی‌ها است. والدین نمی‌توانند از چیزی که نمی‌شناسند محافظت کنند. آنها باید بدانند فضای بازی شامل چه نوع رفتارها، تبلیغات و پیام‌هایی است. این شناخت از استرس‌ها و آسیب‌های احتمالی پیشگیری می‌کند. در این مسیر «استفاده از سیستم‌های رده‌بندی سنی مانند سامانه رده‌بندی سنی «اس‌اِر» (ESRB) تنها نقطه شروع کار است و لازم است والدین خود به عمق بازی پی ببرند. سامانه «چه بازی» هم می‌تواند کمک‌کننده باشد.»

۲. قاعده، ساختار و پیش‌بینی برقرار کنید

کودکان در چارچوب رشد می‌کنند. تعیین قوانین زمانی و مکان بازی باید از ابتدا روشن، شفاف و قابل پیش‌بینی باشد. فراهانی درباره «قانون زمان» توضیح می‌دهد «حداکثر زمان بازی روزانه یا هفتگی را برای فرزندتان تعیین کنید. محدودیت زمانی را می‌توان به‌صورت تابعی از فعالیت‌های دیگر تعریف کرد. مثلاً بازی فقط بعد از اتمام تکالیف و قبل از شام مجاز باشد.» «قانون مکان» می‌گوید صفحه‌نمایش‌ها نباید در اتاق خواب باشند تا حریم خصوصی و خواب کودک مختل نشود. در این زمینه فراهانی استفاده از اپلیکیشن‌های کنترل مثل «ایمینو» را توصیه می‌کند که می‌توانند زمان و شبکه را کنترل کنند. البته اپراتورها سامانه اینترنت کودک دارند. گوشی‌های هوشمند هم چنین قابلیت‌هایی دارند.

۳. در کنار فرزندتان حضور فعال داشته باشید

بازی مشترک یا مشاهده فعال (Co-Playing) گام دیگری است که والدین باید بردارند. حضور منفعل و صرفاً نظارتی کافی نیست. به گفته فراهانی، شرکت والد در بازی (حتی برای مدت کوتاه) یا مشاهده فعال، فرصتی بی‌نظیر برای گفت‌وگو درباره اخلاق، انتخاب‌ها و پیامدها فراهم می‌کند. هنگام بازی، والد می‌تواند سؤالاتی عمیق‌تر مطرح کند. مثلاً «چطور توانستی آن معما را حل کنی؟» یا «اگر این شخصیت با تو بدرفتاری کرد، چه واکنشی نشان می‌دهی؟» این گفت‌وگوها، فضای مجازی را به کلاس درس اخلاق تبدیل می‌کند.

۴. بازی دیجیتال به تمام زندگی کودک تبدیل نشود

توازن محیطی (Physical Balance) در تعامل کودک با بازی باید رعایت شود. رشد حواس و ارتباط چشمی برای سلامت روانی ضروری است. در واقع، بازی دیجیتال باید بخشی از زندگی باشد، نه تمام آن. فراهانی در این باره می‌گوید «کودک باید تجربه بدن، طبیعت، ورزش و ارتباط واقعی، یعنی چهره به چهره را هم‌زمان با بازی دیجیتال داشته باشد. این توازن تضمین می‌کند که سیستم عصبی کودک از تحریکات غیرطبیعی دوری کند.»

۵. با کودک درباره احساسات دیجیتالش حرف بزنید

گفت‌وگو درباره احساسات دیجیتال (Emotional Bridging) گام مهم دیگر در مسیر همراهی والدین با کودک است. به اعتقاد این کارشناس بازی‌های رایانه‌ای، والد باید به کودک بیاموزد که چگونه تفاوت میان هیجان مجازی و شادی واقعی را درک کند. زمانی که کودک از بازی دست می‌کشد، والد باید به او کمک کند تا «انتقال» از دنیای مجازی به واقعی را مدیریت کند. «آیا هیجان باقی‌مانده از بازی، کمکی به تمرکز روی کتاب می‌کند؟» یا «احساس پرنده شدن در بازی چه تفاوتی با احساس کمک کردن به دوست داشت؟» این پرسش‌ها به درونی‌سازی ارزش‌های اخلاقی کمک می‌کند. فراهانی می‌گوید «در عمل، خانواده‌هایی که در کنار قانون‌گذاری، امنیت (اطمینان از محتوای بازی) و محبت را هم تأمین می‌کنند، با کمترین چالش اعتیاد دیجیتال روبه‌رو می‌شوند. حضور واقعی والد در کنار کودک، مهم‌تر از هر فیلتر اینترنتی است. والد حاضر، بهترین نرم‌افزار تربیتی است.»

❖ وقتی بازی دیجیتال خطرناک می‌شود

دنیای بازی‌های دیجیتال آن‌قدر فراگیر شده که حذف آن ممکن نیست. البته حاکمیت باید اقدام به حذف محتوای مستهجن و مبتذل کند و به طور جدی مانع ترویج آنها شود که متأسفانه برخی مؤسسات و ارگان‌ها انجام می‌دهند. اما می‌توان بازی‌های مثبت را به فرصت رشد تبدیل کرد. بازی دیجیتال خوب منبع هیجان، یادگیری و خلاقیت است؛ و بازی دیجیتال بد، ابزار فرار از واقعیت و تخلیه هیجانات کنترل‌نشده.

فراهانی با بیان این نکات، تفاوت اصلی میان این دو وضعیت را در نگاه و عملکرد والدین تحلیل می‌کند؛ «اگر والد حضور داشته باشد، کودک از فناوری برای رشد فردی و تعمیق مهارت‌های شناختی خود استفاده می‌کند. اگر والد غیبت کند، فناوری جای محبت، ساختار و هدایت تربیتی را می‌گیرد و تبدیل به ابزاری برای ارضای نیازهای عاطفی برآورده‌نشده می‌شود.»/فارس

❖ سرویس زندگی

شفقت و مهربانی از جمله ویژگی‌های انسانی هستند که نقش بسیار مهمی در بهبود روابط اجتماعی، سلامت روانی و کیفیت زندگی افراد ایفا می‌کنند.

لیلا شقاقی روانشناس بالینی اظهار کرد: شفقت و مهربانی از جمله ویژگی‌های انسانی هستند که نقش بسیار مهمی در بهبود روابط اجتماعی، سلامت روانی و کیفیت زندگی افراد ایفا می‌کنند. شفقت و مهربانی به معنای همدردی و درک احساسات دیگران است. شفقت شامل احساس همدردی نسبت به درد و رنج دیگران و تلاش برای کاهش آن می‌شود. به معنای رفتار دوستانه، سخاوتمندانه و توجه به نیازهای دیگران است. مهربانی شامل اعمال کوچکی مانند لبخند زدن، کمک به دیگران و ارائه محبت است.

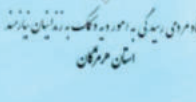
او ادامه داد: مطالعات نشان می‌دهند که افراد شفقت‌ورز و مهربان کمتر دچار استرس، افسردگی و اضطراب می‌شوند. این افراد به طور کلی خوشبین‌تر و شادتر هستند. شفقت به خود (self-compassion) می‌تواند به بهبود خودشناسی و رشد شخصی کمک کند. این مفهوم شامل رفتار مهربانانه با خود در مواقع اشتباهات و ناکامی‌ها است. مهربانی و شفقت باعث می‌شود فرد احساس ارزشمندی و رضایت بیشتری از زندگی خود داشته باشد. شقاقی ادامه داد: افراد مهربان و شفقت‌ورز

روابط بهتری با خانواده، دوستان و همکاران خود دارند. این افراد به دلیل رفتارهای مثبت خود مورد احترام و اعتماد دیگران قرار می‌گیرند. مهربانی و شفقت می‌تواند به کاهش تعارضات و اختلافات در روابط کمک کند. این ویژگی‌ها به افراد کمک می‌کنند تا بهتر به دیدگاه‌ها و احساسات دیگران توجه کنند و درک بهتری از مشکلات داشته باشند. او گفت: جوامعی که افراد در آنها مهربان و شفقت‌ورز هستند، همبستگی اجتماعی بالاتری دارند. این همبستگی باعث می‌شود افراد احساس امنیت و حمایت بیشتری کنند. جوامعی که ارزش‌های شفقت و مهربانی را ترویج می‌کنند، شاهد کاهش میزان جرم و خشونت هستند. افراد در چنین جوامعی بیشتر به کمک و حمایت از یکدیگر تمایل دارند. فرهنگ‌هایی که مهربانی و شفقت را به عنوان ارزش‌های مهم تلقی می‌کنند، از نظر فرهنگی غنی‌تر و متنوع‌تر هستند. شقاقی بیان کرد: شفقت و مهربانی از جمله ویژگی‌های اساسی انسانی هستند که نقش مهمی در بهبود کیفیت زندگی فردی و اجتماعی ایفا می‌کنند. ترویج این ویژگی‌ها می‌تواند به کاهش استرس و افسردگی، تقویت روابط اجتماعی، بهبود همبستگی اجتماعی و کاهش



بالا بردن کیفیت زندگی با شفقت و مهربانی

جرم و خشونت کمک کند. بنابراین، اهمیت دادن به این ارزش‌ها و تلاش برای ترویج آنها در سطح فردی و اجتماعی ضروری است./باشگاه خبرنگاران جوان



سازمان مردم‌پسندی، مردم‌دوست و زندانیان‌پارستان
استان هرمزگان

سایم

بمشارکت در آزادی زندانیان جرائم غیر عمد

شاد و بهایمان

تقسیم کنیم

را با خانواده آمان



شماره کارت بانک ملی: ۶۰۳۷۹۹۱۸۹۹۹۳۶۷۰۶

شماره کارت بانک مسکن: ۶۲۸۰۲۳۱۳۴۵۴۸۲۷۴۸

www.hormozgandiye.ir

 [setad-dieh-hormozghan](https://www.instagram.com/setad-dieh-hormozghan)

آدرس: بندرعباس، بلوار امام حسین، روبروی شهرک طلائیہ

جنب ایستگاه آتش نشانی شماره ۹

روابط عمومی ستاد مردمی دیه استان هرمزگان

میز خبر

سخنگوی هیات نظارت بر انتخابات استان خبر داد

نهایی شدن لیست ناظران

شهرستان‌های فارس برای انتخابات

شوراهای ۱۴۰۵

سرویس خبری

سخنگوی هیات نظارت بر انتخابات فارس از نهایی شدن لیست ناظران شهرستان‌های فارس برای انتخابات شوراهای ۱۴۰۵ خبر داد و بر پاک‌دستی ناظران و تکلیف قانونی مجریان برای همکاری با هیئت نظارت تأکید کرد.

«غلامرضا توکل» با اشاره به نزدیک شدن موعد برگزاری هفتمین دوره انتخابات شوراهای اسلامی شهر و روستا در اردیبهشت‌ماه ۱۴۰۵، آخرین اقدامات و راهبردهای این هیئت را تشریح کرد.

وی با اشاره به پیشرفت فرآیند تشکیل ساختار نظارتی در سطح استان اظهار کرد: با خرد جمعی و توافق نمایندگان استان، اعضای هیئت‌های نظارت در تمامی شهرستان‌ها (مرکب از پنج نفر برای هر شهرستان) شناسایی و معرفی شده‌اند.

همچنین در آینده‌ای بسیار نزدیک، لیست اعضای نظارت در بخش‌های مختلف استان (سه نفر برای هر بخش) نیز از طریق نمایندگان مربوطه نهایی و معرفی خواهند شد.

سخنگوی هیات نظارت بر انتخابات استان فارس با تأکید بر معیارهای سختگیرانه در انتخاب ناظران افزود: اولویت اصلی نمایندگان در معرفی این افراد، تعهد، تخصص، پاک‌دستی و داشتن تجربه کافی بوده است. هدف ما این است که امانت‌داران واقعی آرای مردم در سنگر نظارت مستقر شوند تا برآیند آن، برگزاری انتخاباتی در محیطی کاملاً آرام و در کمال سلامت باشد.

توکل در ادامه به تعامل میان دستگاه‌های اجرایی و نظارتی اشاره کرد و گفت: طبق قانون، قوه مجریه و تمامی مجریان برگزاری انتخابات مکلف به همکاری کامل و همه‌جانبه با نمایندگان هیئت نظارت تا پایان فرآیند تأیید انتخابات هستند. این همکاری، ضامن صیانت از حق الناس و پیشگیری از هرگونه شائبه است.

شهرداری بوشهر، خدمات متوفیان

اهداکننده عضورا رایگان کرد

مهران سلطانی نژاد

رئیس مرکز فراهم‌آوری اعضا پیوند دانشگاه علوم پزشکی بوشهر از تصویب مصوبه‌ای خبر داد که خدمات مربوط به متوفیان اهداکننده عضو را در شهر بوشهر به صورت رایگان ارائه می‌کند. علیرضا باقری گفت: در راستای ارج نهادن به ایثار بزرگ اهداکنندگان عضو و خانواده‌های محترمشان، در جلسه‌ای با حضور اعضای شورای اسلامی شهر و نماینده شهرداری بوشهر، مصوبه‌ای مهم در کمیسیون بهداشت شورا تصویب شد که بر اساس آن، خدمات متوفیان اهداکننده عضو توسط شهرداری به صورت رایگان ارائه خواهد شد. وی با اشاره به سایر مصوبات شورای اسلامی شهر بوشهر افزود: قطعه‌ای ویژه با عنوان «نام‌آوران (زندگی جاوید)» در آرامستان شهر ایجاد خواهد شد تا یاد و نام اهداکنندگان عضو برای همیشه گرمای داشته شود.

باقری ادامه داد: اعضای شورا همچنین با اعلام عمومی اسامی اهداکنندگان عضو و نصب بنرهای قدردانی در سطح شهر موافقت کردند تا ضمن تجلیل از خانواده‌های ایثارگر، سطح آگاهی و فرهنگ عمومی نسبت به این عمل خدایسندانه افزایش یابد. رئیس مرکز فراهم‌آوری اعضا پیوند دانشگاه علوم پزشکی بوشهر با اشاره به همکاری گسترده‌تر میان شهرداری و انجمن اهدای عضو گفت: شهرداری بوشهر در برگزاری نمایشگاه‌های تصویری با محوریت اهدای عضو و همچنین مراسم «جشن نفس» در تاریخ ۳۱ اردیبهشت‌ماه مشارکت فعال خواهد داشت.

اعلام ساعت کاری ادارات سیستان

و بلوچستان تانیمه فروردین

سرویس خبری

بنابر اعلام روابط عمومی استانداری سیستان و بلوچستان، از ابتدای دی‌ماه تا نیمه نخست فروردین ۱۴۰۵، ساعت کاری ادارات استان از ۷:۳۰ تا ۱۳:۳۰ تعیین شد و پنجشنبه‌ها به‌صورت دورکاری خواهد بود.

روابط عمومی استانداری سیستان و بلوچستان اعلام کرد: در پی تأکید دولت بر مدیریت بهینه مصرف انرژی و جلوگیری از اختلال در خدمت‌رسانی به مردم، ساعت شروع به کار کارکنان کلیه دستگاه‌های اجرایی، مؤسسات عمومی دولتی و غیردولتی، بانک‌ها، بیمه‌ها و شهرداری‌ها از تاریخ اول دی‌ماه ۱۴۰۴ تا پانزدهم فروردین‌ماه ۱۴۰۵، از ساعت ۷:۳۰ تا ۱۳:۳۰ تعیین شد. بر اساس این ابلاغیه که به استناد بخشنامه شماره ۸۵۴۹۹ مورخ ۲۲ آذرماه ۱۴۰۴ صادر شده است، فعالیت اداری در روزهای پنجشنبه به‌صورت دورکاری انجام خواهد شد. این تصمیم با هدف صرفه‌جویی در مصرف انرژی، حفظ پایداری شبکه‌های سراسری برق و گاز و تأمین آسایش عمومی اتخاذ شده است.

بنا بر اعلام معاون توسعه مدیریت و منابع استانداری، ساعت کار بیمارستان‌ها، مراکز درمانی، امدادرسانی و شرکت‌های خدمات‌رسان از جمله آتش‌نشانی و واحدهای اتفاقات آب، برق و گاز، در سطح استان سیستان و بلوچستان، مطابق مصوبه هیأت وزیران بدون تغییر ادامه خواهد داشت. همچنین ساعات کاری کاهش‌یافته کارکنان، از طریق دورکاری و در چارچوب سقف مقرر ماده ۸۷ قانون مدیریت خدمات کشوری جبران می‌شود.

در راستای حمایت از خانواده‌ها و کاهش دغدغه والدین شاغل دارای فرزند دانش‌آموز، ساعت شروع به کار کارکنان دستگاه‌های اجرایی با ۱۵ دقیقه شناوری همراه خواهد بود. همچنین به منظور افزایش پاسخگویی مدیران و ارتقای رضایتمندی عمومی، برگزاری جلسات اداری در ساعات غیراداری یا ترجیحاً در روزهای پنجشنبه مورد تأکید قرار گرفته است. این تصمیم از ابتدای دی‌ماه اجرایی شده و تمامی دستگاه‌ها موظف به رعایت مفاد آن هستند.

مدیرکل مدیریت بحران استان، درخواست تخصیص فوری اعتبار کرد

تخریب تمامی سیل‌بندهای جنوب کرمان

شکیلا افضلی

مدیرکل مدیریت بحران استان کرمان با اشاره به خسارت‌های گسترده بارندگی‌های اخیر در جنوب استان، خواستار تخصیص اعتبار فوری برای تعمیر و بازسازی سیل‌بندهای تخریب‌شده شد.

«غلامرضا نژادخالقی» در جلسه ستاد پیشگیری، هماهنگی و فرماندهی عملیات پاسخ به بحران کرمان که با حضور مدیرکل ارزیابی و سازمان مدیریت بحران کشور، معاون فنی صندوق بیمه حوادث طبیعی، مشاور مدیرکل صندوق بیمه کشور و مشاور وزیر جهاد کشاورزی برگزار شد، اقدامات پیشگیرانه و اطلاع‌رسانی انجام‌شده در جریان بارش‌های اخیر را مؤثر ارزیابی کرد.

وی با قدردانی از همکاری جمعیت هلال احمر و رسانه‌ها گفت: اطلاع‌رسانی به‌موقع و اعلام وضعیت قرمز بارندگی‌ها باعث شد مردم از شرایط آگاه شوند و خوشبختانه این بارندگی‌ها تلفات جانی در پی نداشت.



نژادخالقی با ارائه آمار بارندگی‌ها در پنج روز منتهی به ۲۹ آذر افزود: در این مدت، شهرستان فاریاب ۲۵۸ میلی‌متر، کهنوچ ۲۲۸ میلی‌متر، بم ۱۲۴ میلی‌متر، بافت ۹۹ میلی‌متر، سیرجان ۸۹ میلی‌متر و کوهپایه کرمان ۶۸ میلی‌متر بارندگی دریافت کرده‌اند.

مدیرکل مدیریت بحران کرمان با اشاره به اینکه میانگین بارندگی سالانه استان در

رئیس موسسه استنادی و پایش علم و فناوری جهان اسلام (ISC)

اسنادی که بخش‌های مفقوده تاریخ ایران

را روشن می‌کند

سرویس خبری

۱۰میلیون نسخه خطی فارسی‌زبان و مرتبط با تاریخ و فرهنگ ایران که از سوی موسسه میکروفیلم نور در هندوستان جمع‌آوری شده، به موسسه استنادی و پایش علم و فناوری جهان اسلام سپرده شد؛ گفته می‌شود این اسناد، بخش‌های مفقوده تاریخ ایران را روشن می‌کند.

رئیس موسسه استنادی و پایش علم و فناوری جهان اسلام (ISC) در آیین رونمایی از این نسخ خطی گفت: نسخ خطی گردآوری‌شده از ایران و دیگر کشورها، یکی از منابع تقویت‌کننده پایگاه‌های اطلاعاتی ISC است.

«محمد مهدی علویان‌مهر» با بیان اینکه ایرانیان حدود ۸۰۰ سال در هندوستان حاکمیت داشته یا فعالیت فرهنگی انجام داده‌اند، گفت: طی این سال‌ها، زبان فارسی زبان مرجع و علمی هندوستان بوده و اسناد ارزشمندی از این دوران به یادگار مانده است. او با اشاره به اهمیت اسناد گردآوری‌شده از هندوستان گفت: نسخی که با همت دکتر مهدی خواجه‌پیری جمع‌آوری شده، امروز به صورت یکجا در اختیار موسسه استنادی جهان اسلام قرار داده شده و ما آن‌ها را در اختیار پژوهشگران ایران و دیگر کشورهای اسلامی قرار می‌دهیم.

رئیس موسسه استنادی و پایش علم و فناوری جهان اسلام توضیح داد: این اسناد در قالب میکروفیش‌ها به صورت دیجیتال و حتی فیزیکی گردآوری شده که بخشی از آن به ایران منتقل شده و موسسه ISC با نمایه کردن و اختصاص کد، آن‌ها را برای

پژوهشگران و دانش‌پژوهان قابل رویت خواهد کرد. علویان‌مهر این اسناد خطی را بخشی از هویت و تاریخ ایران دانست و ادامه داد: آنچه موسسه میکروفیلم نور در جهت احیای میراث فرهنگی ایران انجام داده و فعالیت موسسه استنادی جهان اسلام در یک مسیر قرار دارد و امیدواریم این اقدام، آغاز یک مسیر بزرگ در کشور باشد. او اظهار کرد: ISC محوریت علوم انسانی دیجیتال را به عهده گرفته و امیدواریم دانشگاه‌های بزرگ کشور از جمله دانشگاه تهران، علامه طباطبایی و حتی جامعه‌المصطفی نیز در این حوزه در کنار ما قرار گیرند تا کار درخوری در این حوزه انجام شود.

اسناد جمع‌آوری‌شده از هند، حلقه‌های مفقوده تاریخ ایران را روشن می‌کند

رئیس موسسه میکروفیلم نور نیز در این آیین رونمایی گفت: اگر امروز نتوانیم از نسخ خطی موجود به خوبی محافظت کنیم، فردا آیندگان درباره ما قضاوت خوبی نخواهند کرد.

مهدی خواجه‌پیری با اشاره به بیش از چهار دهه فعالیت خود در هندوستان برای جمع‌آوری گنجینه نسخ خطی فارسی اظهار کرد: میلیون‌ها سند ارزشمند فارسی ۷۰۰ سال در وضعیتی نامناسب در آرشیو تلنگانه هند نگهداری می‌شد و در معرض آسیب حشرات و حیوانات موذی قرار داشت.

او با بیان اینکه امروز بیش از ۱۰ میلیون سند خطی فارسی را از هند گردآوری و دیجیتال کرده‌ام، گفت: حدود ۱۰۰ هزار نسخه خطی را

دیجیتال کردیم که اکنون دیگر وجود فیزیکی ندارد.

خواجه‌پیری گفت: هند مهم‌ترین نسخ خطی اسلامی را دارد؛ طی ۴۷ سال فعالیت، تنها اسناد را جمع‌آوری کردیم اما توان اطلاع‌رسانی آن را نداشتیم.

او به بیان برخی نمونه‌های آرشیو نامناسب اسناد فارسی در هندوستان اشاره کرد و ادامه داد: به عنوان نمونه در یک کتابخانه مربوط به خانقاهی در هند، هفت هزار نسخه خطی وجود داشت که اجازه بازدید از آن را نمی‌دادند و پس از سه روز پافشاری موفق به بازدید و سپس دیجیتال‌سازی آن شدیم.

خواجه‌پیری اظهار کرد: اکنون نوع مرمت نسخه‌های خطی موسسه میکروفیلم در دنیا بی‌نظیر است و به توصیه رهبر معظم انقلاب، این توانمندی را برای منابع ارزشمند داخل کشور به کار گرفته و موفق به مرمت ۸۰ هزار نسخ خطی در آستان قدس رضوی شدیم.

شهادت ۲ مامور مرزبانی در سانحه رانندگی



استوار دوم امیرحسام جوینده و استوار دوم محمد دولتخواه با توجه به شدت جرات وارده در منطقه مرزی به درجه رفیع شهادت نائل آمدند. گفتنی است: شهیدان استوار دوم شهید امیرحسام جوینده معجوب پور مجرد و ساکن استان گیلان شهرستان صومعه سرا و استوار دوم شهید محمد دولتخواه مجرد و ساکن استان خراسان شمالی شهرستان مانه و سملقان بوده‌اند که در راه پر افتخار حفاظت از میهن و برقراری امنیت پایدار در مرزهای جنوب شرق کشور به شهادت رسیدند.

مراسم تشییع و تدفین این شهدای بزرگوار متعاقباً اطلاع رسانی خواهد شد. /مهر

سرویس خبری

روابط عمومی مرزبانی سیستان و بلوچستان اعلام کرد: ۲ مرزبان فرماندهی هنگ مرزی میرجاوه در سانحه رانندگی به شهادت رسیدند.

روابط عمومی مرزبانی سیستان و بلوچستان اعلام کرد: مرزداران فرماندهی هنگ مرزی میرجاوه در حین اعزام به اجرای مأموریت مرزی در تاریخ ۱۴۰۴/۰۹/۲۷ برابر اعلام کارشناس راهور به دلیل شرایط جوی منطقه و مه آلوده بودن و کاهش دید، خودروی مرزبانی با یک دستگاه خودروی هایلوکس دچار سانحه تصادف رانندگی شده که در این حادثه متأسفانه دو هم‌رمز عزیزمان بنام‌های



محیا تکنده
روانشناس بالینی

نوجوانی یکی از متلاطم‌ترین دوره‌های زندگی روانی انسان است؛ دوره‌ای که در آن، هیجان‌ها اغلب پیش از فکر کردن می‌آیند و رفتارها پیش از فهمیدن و فکر کردن اتفاق می‌افتند. خشم، اضطراب، غم، حسادت و حتی شادی‌های افراطی، در این سن می‌توانند شکل انفجاری پیدا کنند و نوجوان را در موقعیت‌هایی قرار دهند که نه خودش از پس آن برمی‌آید و نه خانواده می‌داند چگونه باید واکنش نشان دهد. مسئله‌ی اصلی در این دوره، داشتن هیجان نیست. همه‌ی انسان‌ها هیجان دارند. مسئله، نداشتن مهارت برای شناخت، نام‌گذاری و تنظیم این هیجان‌هاست. بسیاری از تنش‌های خانوادگی، افت تحصیلی، انزوای اجتماعی یا رفتارهای پرخطر نوجوانان، نه از بدخواهی یا لجبازی، بلکه از ناتوانی در مدیریت تجربه‌های هیجانی ناشی می‌شود. در سال‌های اخیر، روانشناسی علمی توجه ویژه‌ای به مفهوم تنظیم هیجان نشان داده است. مفهومی که به توانایی فرد برای درک احساسات خود، تعدیل شدت آنها و انتخاب پاسخ رفتاری مناسب اشاره دارد. در همین زمینه انتشار کتاب‌هایی که به‌زبان ساده اما مبتنی بر دانش روانشناسی نوشته شده‌اند، اهمیت ویژه‌ای دارد. دو کتاب «چگونه هیجان‌هایم را کنترل کنم؟» نوشته‌ی جیل اتریش و «تنظیم هیجان در نوجوانان» اثر ادوارد پیتمن، هر یک از زاویه‌ای متفاوت اما مکمل، به همین مسئله می‌پردازند: اولی مستقیماً نوجوان را خطاب قرار می‌دهد و دومی والدین را.



کتاب «چگونه هیجان‌هایم را کنترل کنم؟»

کتاب «چگونه هیجان‌هایم را کنترل کنم؟» نوشته‌ی جیل اتریش، اثری است که با تمرکز مستقیم بر تجربه‌ی زیسته‌ی نوجوانان نوشته شده و تلاش می‌کند مفهومی پیچیده مانند تنظیم هیجان را به زبانی قابل فهم و عملی ترجمه کند. اتریش از همان ابتدا نوجوان را نه به عنوان فردی مشکل‌دار بلکه به‌عنوان انسانی در حال رشد می‌بیند که هنوز ابزارهای لازم برای مواجهه با طوفان‌های درونی خود

نگاهی به دو کتاب کاربردی درباره تنظیم هیجان در نوجوانان

نوجوانی و کنترل هیجان چرا یادگیری تنظیم هیجانات ضروری است؟

این که سلامت روان نوجوانان، بدون آموزش آگاهانه‌ی هیجان، دست‌نیافتنی است.

دو کتاب و اهمیت آن‌ها

اگر این دو کتاب را در کنار هم بخوانیم، تصویری کامل‌تر از مسئله‌ی تنظیم هیجان در نوجوانی به‌دست می‌آید. کتاب اتریش بر توانمندسازی درونی نوجوان تمرکز دارد و کتاب پیتمن بر مسئولیت و نقش محیط خانواده. این دو نگاه، نه متضاد، بلکه مکمل یکدیگرند. در جامعه‌ای که نوجوانان با فشارهای متعدد آموزشی، اجتماعی و رسانه‌ای مواجه‌اند، آموزش تنظیم هیجان دیگر یک موضوع لوکس یا صرفاً فردی نیست مسئله‌ای اجتماعی است که با سلامت روان نسل آینده گره خورده است. نبود این مهارت می‌تواند به افزایش پرخاشگری، اضطراب مزمن، افسردگی و حتی گرایش به رفتارهای پر خطر منجر شود. در چنین شرایطی، کتاب‌هایی از این دست می‌توانند نقش واسطه‌ای میان دانش تخصصی روان‌شناسی و زندگی روزمره خانواده‌ها ایفا کنند. آن‌ها نه جای درمان تخصصی را می‌گیرند و نه ادعای معجزه دارند، اما می‌توانند آگاهی ایجاد کنند و مسیر گفتگو را باز کنند. نکته‌ی مهم این است که هر دو کتاب، هیجان را امری طبیعی و انسانی می‌دانند و از برجسب زنی به نوجوان پرهیز می‌کنند. این رویکرد به ویژه در فرهنگی که هنوز ابزار هیجان‌های منفی گاه با شرم یا سرزنش همراه است، اهمیتی دو چندان دارد. آموزش تنظیم هیجان، در نهایت آموزش زیستن مسئولانه با احساسات است مهارتی که اگر در نوجوانی آموخته شود، آثار آن تا بزرگسالی ادامه خواهد داشت.

چگونه هیجان‌هایم را کنترل کنم و تنظیم هیجان در نوجوانان هر دو به ما یادآوری می‌کنند که هیجان، نه دشمن انسان است و نه مانعی برای رشد؛ مسئله، نداشتن زبان و ابزار برای مواجهه با آن است. یکی از بزرگ‌ترین خطاهای رایج در برخورد با نوجوانان انتظار بالغ‌بودن هیجانی بدون آموزش و حمایت است. این دو کتاب، هر یک از جایگاه خود، این خلا را هدف گرفته‌اند: یکی نوجوان را به شناخت و مسئولیت‌پذیری در قبال دنیای درونی‌اش دعوت می‌کند و دیگری والدین را به همراهی آگاهانه و همدلانه. خواندن این آثار می‌تواند آغاز گفتگویی تازه در خانواده‌ها باشد. گفتگویی درباره احساسات، نه به عنوان نقطه ضعف، بلکه به‌عنوان بخشی جدایی‌ناپذیر از انسان بودن. در دورانی که نوجوانان بیش از هر زمان دیگری در معرض فشارهای روانی‌اند، چنین کتاب‌هایی می‌توانند نقش پیشگیرانه‌ای مهم ایفا کنند و از تبدیل هیجان‌های حل‌نشده به بحران‌های جدی جلوگیری کنند. شاید نتوان با یک کتاب، همه‌ی طوفان‌های نوجوانی را آرام کرد، اما می‌توان یاد گرفت چگونه در میان این طوفان‌ها، کمتر آسیب دید و انسانی‌تر زیست.

از مغز منطقی او عمل می‌کند. از همین رو انتظار کنترل کامل هیجان بدون آموزش و همراهی، انتظاری غیر واقع بینانه است. نویسنده سپس به راهکارهایی می‌پردازد که والدین می‌توانند برای کمک به تنظیم هیجان فرزند خود به کار بگیرند: ایجاد فضای امن برای گفتگو، پرهیز از قضاوت و سرزنش، آموزش غیر مستقیم از طریق الگو بودن و پذیرش هیجان‌های ناخوشایند نوجوان به عنوان بخشی از رشد. این کتاب به والدین یادآوری می‌کند که آرام بودن آن‌ها در مواجهه با طغیان هیجانی نوجوان، خود نوعی آموزش تنظیم هیجان است. پیتمن به جای ارائه‌ی دستورالعمل‌های سخت‌گیرانه، بر رابطه‌ی عاطفی والد-فرزند تاکید می‌کند و نشان می‌دهد که حمایت هیجانی، پیش شرط هر نوع اصلاح رفتاری است.

تنظیم هیجان به‌منابه مهارتی آموختنی نه ویژگی شخصیتی

یکی از مهم‌ترین نکاتی که هر دو کتاب به طور ضمنی یا مستقیم بر آن تاکید دارند، شکستن این تصور رایج است که «کنترل هیجان یک ویژگی ذاتی یا شخصیتی است. گویی بعضی نوجوانان ذاتاً آرام‌اند و بعضی دیگر ذاتاً پرخاشگر یا ناپایدار. این نگاه، هم از نظر علمی نادرست است و هم از نظر تربیتی آسیب‌زا. تنظیم هیجان، همانند مهارت‌های شناختی یا اجتماعی، آموختنی است و نیاز به تمرین، خطا و بازخورد دارد. نوجوانی که خشم خود را با فریاد یا انزوا نشان می‌دهد، لزوماً فاقد اخلاق یا تربیت نیست او اغلب فاقد ابزار است. کتاب اتریش با تمرکز بر خود نوجوان و کتاب پیتمن با تمرکز بر والدین، هر دو به این خلا ابزار اشاره می‌کنند. آن‌ها نشان می‌دهند که بسیاری از واکنش‌های هیجانی شدید، نتیجه‌ی ناتوانی در نام‌گذاری احساسات، تشخیص محرک‌های هیجانی و یافتن راه‌های جایگزین برای تخلیه یا بیان هیجان است. از منظر روانشناسی رشد، این مهارت‌ها دقیقاً در دوره نوجوانی شکل می‌گیرند و اگر در این مقطع نادیده گرفته شوند، در بزرگسالی به شکل مشکلات ارتباطی، ناتوانی در حل تعارض و حتی اختلالات روانی بروز می‌کنند. اهمیت این دو کتاب در آن است که به‌جای تمرکز صرف بر اصلاح رفتار، بر فهم فرایند درونی تاکید دارند. این رویکرد، نوجوان را از موضع متهم خارج می‌کند و او را به کنشگری فعال در فرایند رشد خود تبدیل می‌سازد. هم زمان والدین نیز از نقش قاضی یا ناظر صرف فاصله می‌گیرند و به همراهانی تبدیل می‌شوند که می‌توانند زمینه‌ی یادگیری هیجانی را فراهم کنند. در جهانی که سرعت، رقابت و فشارهای اجتماعی روزبه‌روز بیشتر می‌شود، آموزش تنظیم هیجان دیگر یک توصیه‌ی فردی نیست بلکه ضرورتی فرهنگی است. این‌دو کتاب هرچند در حجم و مخاطب متفاوت‌اند، اما در یک نقطه به هم می‌رسند:

را نیاموخته است. کتاب توضیح می‌دهد که هیجان‌ها دشمن ما نیستند آن‌ها پیام‌هایی هستند که اگر درست شنیده نشوند به شکل رفتارهای مخرب بروز می‌کنند. نویسنده با مثال‌های ملموس از موقعیت‌های روزمره‌ی نوجوانان از دعوای خانوادگی گرفته تا اضطراب امتحان و شکست‌های عاطفی نشان می‌دهد چگونه ناتوانی در فهم هیجان، به واکنش‌های افراطی منجر می‌شود. نقطه‌ی قوت کتاب تاکید آن بر تمرین‌های ساده اما موثر است: یادگیری مکت پیش از واکنش، تشخیص نشانه‌های بدنی هیجان، نام‌گذاری احساسات و بازاندیشی افکار منفی. اتریش به جای توصیه‌های کلی و اخلاقی، بر مهارت‌آموزی تمرکز دارد و به نوجوان می‌آموزد که کنترل هیجان به معنای سرکوب احساسات نیست بلکه به معنای انتخاب آگاهانه‌ی واکنش است. این کتاب نوجوان را دعوت می‌کند مسئولیت دنیای درونی خود را بپذیرد بدون آن‌که احساس گناه یا ضعف کند. از این نظر، اثر اتریش را می‌توان راهنمایی خودیار دانست که هم زمان به استقلال روانی نوجوان احترام می‌گذارد و او را به بلوغ هیجانی نزدیک می‌کند.



کتاب «تنظیم هیجان در نوجوانان»

در نقطه‌ی مقابل اما در امتداد همان دغدغه، کتاب «تنظیم هیجان در نوجوانان» نوشته‌ی ادوارد پیتمن قرار دارد؛ کتابی که به‌جای نوجوان، والدین را مخاطب اصلی خود قرار می‌دهد. پیتمن بر این باور است که تنظیم هیجان مهارتی نیست که نوجوان بتواند به‌تنهایی و در خلا یاد بگیرد خانواده، به‌ویژه والدین، نقش تعیین‌کننده‌ای در شکل‌گیری یا تضعیف این مهارت دارند. این کتاب با نثری روشن و مختصر، به والدین توضیح می‌دهد که چرا نوجوانان گاهی واکنش‌هایی نشان می‌دهند که از نظر بزرگسالان غیر منطقی یا اغراق آمیز به نظر می‌رسد. پیتمن به تغییرات عصبی-شناختی دوران بلوغ اشاره می‌کند و نشان می‌دهد که مغز هیجانی نوجوان فعال‌تر

جامش

نگاهی به پروژه‌های زیست‌محیطی نمایشی در هرمزگان؛

مسئولیت اجتماعی یا نمایش مسئولیت؟

استان هرمزگان، نگین حساس اکولوژیک ایران، در تناقضی آشکار گرفتار آمده است؛ از یک سو، ظرفیت‌های بی‌نظیر طبیعی و موقعیت استراتژیک دریایی، و از سوی دیگر، فشارهای فزاینده‌ی زیست‌محیطی که نفس‌های این خطه را به شماره انداخته‌اند. آلودگی‌های دریایی، پسماند‌های رها شده، تخریب سواحل و فرسایش خاک تنها بخشی از بحران‌های مزمنی هستند که زندگی و معیشت در این استان را تهدید می‌کنند. در چنین شرایطی، انتظار می‌رود بودجه‌های اختصاص‌یافته به مسئولیت اجتماعی شرکت‌ها و نهادهای دولتی و خصوصی، به‌مثابه داروی نجات‌بخش عمل کند. اما واقعیت تلخ این است که سهم محیط زیست از این اعتبارات همچنان ناچیز است و آن مقدار ناچیز نیز، عمدتاً صرف پروژه‌های نمایشی، کوتاه‌مدت و فاقد پیوست اجتماعی می‌شود.

نمایش‌سازی به بهای فراموشی بحران

پروژه‌های زیست‌محیطی، زمانی که فاقد نگاه جامع، مشارکت واقعی جامعه محلی و افق بلندمدت باشند، عملاً تبدیل به «اتلاف بودجه نظام‌مند» می‌شوند. هزینه‌کرد در رویدادهای مقطعی، نصب بنرهای تبلیغاتی با موضوعات سبز، یا اجرای طرح‌های نمادین بدون پشتوانه مطالعاتی، نه تنها گرهی از مشکلات نمی‌گشاید، بلکه اعتماد عمومی را که سرمایه اجتماعی اصلی برای هر حرکت جمعی است، تحلیل می‌برد. این اقدامات، صورت‌مسئله را برای لحظه‌ای پاک می‌کنند، در حالی که بحران به قوت خود باقی است.

پارادوکس دردناک؛ طرح‌های آماده، بودجه‌های غایب

در این میان، پارادوکس دردناک‌تری نیز وجود دارد. پروژه‌های دقیقاً طراحی‌شده، فنی و اجرایی که با مشارکت جامعه محلی و چشم‌انداز بلندمدت تدوین شده‌اند، در پیچ‌وخم بروکراسی اداری و عدم تأمین بودجه مناسب، خاک می‌خورند. نمونه عینی این چالش را می‌توان در پروژه «نخستین جزیره سبز ایران» برای جزیره هرمز مشاهده کرد. طرحی جامع که با هدف تبدیل این جزیره منحصربه‌فرد به الگویی ملی در مدیریت پایدار پسماند، توسعه اکوتوریسم مسئولانه و ایجاد اشتغال سبز طراحی شده و از نظر فنی مورد تأیید قرار گرفته است. با این حال، این پروژه و سایر طرح‌های مشابه، به رغم آماده بودن برای اجرا، در نبود عزم جدی برای تخصیص بودجه‌های غیرنمایشی و وجود موانع اداری، در انتظار مانده‌اند. این در حالی است که بودجه‌های قابل توجهی صرف اقدامات مقطعی و کم‌اثر می‌شود.

چرا پروژه‌های ملی محیط زیستی باید گسترش یابند؟

با این حال، نقطه امیدواری در این است که مسیر درست، کاملاً شناخته شده و امکان‌پذیر است. پروژه‌هایی مانند تصفیه‌خانه فاضلاب بندرعباس که نمونه‌ای موفق و در حال اجرا از نگاه زیرساختی و پایدار است، نشان می‌دهند که حل بحران‌های زیست‌محیطی با اراده و سرمایه‌گذاری هدفمند امکان‌پذیر است. این موفقیت‌ها باید الگویی برای تسریع و توسعه پروژه‌های ملی محیط‌زیستی در سراسر هرمزگان و دیگر مناطق حساس کشور باشد. از سوی دیگر، پروژه‌های جامع و آماده‌اجرائی مانند «نخستین جزیره سبز ایران» وجود دارند که به‌طور مشخص طراحی شده و از نظر فنی و اجرایی تأییدیه‌های لازم را دریافت کرده‌اند. آنچه این پروژه‌ها را متمایز می‌کند، پایداری اثرات، اتصال به زندگی مردم و قابلیت الگوبرداری است. اما پرسش اینجاست؛ چرا این الگوی موفقیت نباید تکرار و گسترش یابد؟ چرا سرمایه‌گذاری بر روی چنین پروژه‌های ملی و زیرساختی به جای آنکه افزایش یابد، در حد پروژه‌های پراکنده و مقطعی باقی می‌ماند؟

شرط کامیابی؛ سرمایه‌گذاری روی راه‌حل‌های اشتغال‌محور و پایدار

تجربه جهانی و داخلی به وضوح نشان داده است که شرط حل معضلات پیچیده زیست‌محیطی، گره زدن راه‌حل‌ها به اشتغال پایدار برای جوامع محلی است. پروژه‌هایی مانند «نخستین جزیره سبز ایران» دقیقاً بر این اصل استوارند؛ ایجاد چرخه اقتصادی که در آن، حفاظت از محیط زیست منبع درآمدزایی می‌شود. وقتی یک طرح پاکسازی، به ایجاد تعاونی‌های محلی بازیافت می‌انجامد؛ وقتی مدیریت پسماند با تولید صنایع‌دستی از مواد بازیافتی همراه می‌شود؛ و وقتی اکوتوریسم بر پایه حفظ اکوسیستم بنا می‌گردد، آنگاه است که پایداری تحقق می‌یابد. چنین پروژه‌هایی نیازمند سرمایه‌گذاری جسورانه و رهایی از دام بروکراسی‌های خسته‌کننده هستند.

فراخوانی برای تغییر بنیادین؛ اولویت با اجرا، نه نمایش

ما به‌عنوان فعالان زیست‌محیطی و کسب‌وکارهای متعدد، از تمامی نهادهای دولتی، شرکت‌های بزرگ و بنیادهای عام‌المنفعه می‌خواهیم با یک تغییر پارادایم اساسی، اولویت را از نمایش به اجرا تغییر دهند. این تغییر مستلزم چهار اقدام فوری است؛ نخست، توقف تأمین مالی پروژه‌های کوتاه‌مدت و نمایشی و هدایت اعتبارات به سمت پروژه‌های آماده‌به‌اجرای دارای تأییدیه فنی و پیوست اجتماعی.

دوم، ایجاد «کارگروه‌های ویژه تسهیل‌گری» برای کوتاه‌کردن و روان‌سازی روند‌های بروکراتیک طولانی برای طرح‌های مطالعات شده. سوم، اولویت‌دادن به سرمایه‌گذاری بر روی طرح‌هایی که حفاظت از محیط زیست را مستقیماً به ایجاد اشتغال پایدار برای جوامع محلی گره می‌زند. و چهارم، تضمین شفافیت از طریق گزارش‌دهی دقیق درباره هزینه‌کرد اعتبارات و ایجاد امکان نظارت مستمر نهادهای مردمی بر روند اجرای پروژه‌ها؛ تنها از این طریق است که مسئولیت اجتماعی از حرف به فعل تبدیل می‌شود.

تداوم رویکرد کنونی در تخصیص اعتبارات به طرح‌های نمایشی و نادیده گرفتن پروژه‌های مطالعات‌شده و آماده‌اجرا، مصداق بارز «فرار از مسئولیت در پوشش اقدام» است. وقت آن است که به جای انباشتن طرح‌های ممیزی‌شده در کشوها یا اداری، با جسارت و تعهد، سرمایه‌گذاری بر روی پروژه‌های پایدار و اشتغال‌آفرین را آغاز کنیم. آینده این سرزمین در گرو عبور از شعار به اقدام واقعی است.

آگهی شرکت‌های تعاونی

سراسر هرمزگان در صبح ساحل

تلفن پذیرش: ۰۵-۱۰۵۵۱۴۶۲۳۲۲۴



با سرزنش اجتماعی تخلفات رانندگی، از قانون شکنی و تکرار تخلف جلوگیری کنیم
اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای استان هرمزگان

نوبت دوم

آگهی مناقصه عمومی با ارزیابی کیفی فشرده به شماره ۹۶-۴۰۴

اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای استان هرمزگان در نظردارد مناقصه عمومی فوق را با مشخصات و شرایط کلی ذیل از طریق برگزاری مناقصه ، به شرکت های واجد شرایط واگذار نماید.

الف) شرح مختصر کارها:

موضوع پروژه	مبلغ برآورد(ریال)	شهرستان	مدت پیمان(ماه)	مبلغ تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار (ریال)
تکمیل ادامه لکه گیری و روکش آسفالت باند برونش محور بندرعباس-سه راهی میناب	۵۹۰,۰۱۷,۲۰۸,۶۰۰	میناب	۸	۲۸,۹۰۰,۳۴۴,۱۷۲

ب) محل تأمین اعتبار: از محل اعتبارات استانی

ج) شرایط متقاضی: ۱- داشتن شخصیت حقوقی ۲- داشتن توانایی ارائه ضمانت نامه بانکی شرکت در فرآیند ارجاع کار و ضمانت نامه انجام تعهدات ۳- دارا بودن رتبه ۵ رشته راه و ترابری. لذا متقاضیانی که دارای شرایط مذکور در بند « ج » فوق بوده و آمادگی اجرای پروژه را دارند می توانند جهت اخذ اسناد مناقصه از ساعت ۱۳:۳۰ مورخ ۱۴۰۴/۱۰/۰۱ لغایت ساعت ۱۳:۰۰ مورخ۱۴۰۴/۱۰/۰۷ به پایگاه اینترنتی سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس www.setadiran.ir مراجعه نمایند. آخرین مهلت تحویل اسناد مناقصه، ساعت ۱۳:۰۰ مورخ ۱۴۰۴/۱۰/۲۱ و بازگشایی پاکات ساعت ۰۸:۰۰ مورخ ۱۴۰۴/۱۰/۲۲ خواهد بود. جهت کسب اطلاعات بیشتر به آدرس اینترنتی www.iets.mporg.ir مراجعه نمایید..

◀ اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای

شناسه آگهی: ۲۰۷۴۲۷۹

🎯 دست‌وپا زدن وزیر خارجه اسرائیل برای افزایش ساکنان اراضی اشغالی

بعد از شدت گرفتن پدیده مهاجرت معکوس از اراضی اشغالی وزیر خارجه رژیم صهیونیستی برای تشویق یهودیان ساکن کشورهای غربی تقلامی کند، به گزارش الجزیره، گیدئون ساعر وزیر خارجه رژیم صهیونیستی با ادعای دروغین گسترش یهودستیزی در جهان، از یهودیان ساکن کشورهای غربی خواست به اراضی اشغالی مهاجرت کنند.

وی در جریان نشست حزب لیکود و برگزاری مراسم عید حانوکا گفت: از یهودیان انگلیس، فرانسه، استرالیا، کانادا و بلژیک می‌خواهم به اسرائیل مهاجرت کنند.

ساعر اضافه کرد: چرا فرزندان خود را در چنین فضایی بزرگ می‌کنید! به سرزمین خودتان بیایید. ما با آغوش باز منتظر شما هستیم!

این درخواست ساعر بعد از آن مطرح می‌شود که مقامات صهیونیست به مناسبت‌های مختلف نسبت به کاهش شدید مهاجرت به اراضی اشغالی و افزایش مهاجرت معکوس از این منطقه به دلیل ناامنی و احتمال وقوع حملات علیه صهیونیست‌ها هشدار داده‌اند.

مرضیه مستاجری

کارشناس ارشد روابط بین الملل



روز شنبه ۱۳ دسامبر، اسرائیل راند سعد، معاون فرمانده شاخه نظامی حماس و یکی از طراحان حملات ادعایی ۷ اکتبر را کشت. این حمله در شهر غزه در مجموع چهار کشته بر جای گذاشت.

دو منبع آمریکایی به اکسیوس گفتند که کاخ سفید روز دوشنبه پیام سرزنش‌آمیزی به بنیامین نتانیاها، نخست‌وزیر اسرائیل، ارسال کرد و خشم واشنگتن را از ترور سعد، که آن را نقض توافق آتش‌بس غزه توسط اسرائیل توصیف کرد، ابراز داشت. به گفته مقامات، کاخ سفید در پیام خود این عملیات را به عنوان نقض توافق حاصل شده توسط دونالد ترامپ، رئیس جمهور آمریکا، محکوم کرده است. یک مقام ارشد آمریکایی گفت: «پیام کاخ سفید به نتانیاهاو این بود: اگر می‌خواهید اعتبار خود را خراب کنید و نشان دهید که به توافقات پایبند نیستید، مهمان ما باشید، اما ما به شما اجازه نمی‌دهیم اعتبار رئیس جمهور ترامپ را پس از میانجیگری او در غزه خراب کنید». پیش از این تأیید شده بود که اورشلیم پیش از حمله، واشنگتن را از این حمله مطلع نکرده است. یک مقام اسرائیلی تأیید کرد که کاخ سفید ابراز نارضایتی کرده است، اگرچه آنها ادعا کردند که این پیام به صورت دیپلماتیک‌تری تنظیم شده است، با این حال، مقامات آمریکایی اصرار داشتند که نقض توافق واضح است. البته اسرائیل اتهامات نقض آتش‌بس توسط خود را رد کرد و در عوض ادعا کرد که حماس با برنامه‌ریزی یک حمله انفجاری که منجر به زخمی شدن دو سرباز شد، توافقی را نقض کرده است. یک مقام اسرائیلی به اکسیوس گفت: «قتل رعد سعد، یک تروریست سرسخت که شبانه‌روز برای نقض توافق و از سرگیری جنگ تلاش می‌کرد، در پاسخ به این تخلفات انجام شد و هدف آن تضمین تداوم

کاخ سفید، بی‌بی را به دلیل نقض آتش‌بس غزه سرزنش کرد

دولت ترامپ ناامید از نتانیاهاو

نمی‌خواهد گام‌های لازم برای کاهش تنش را بردارد، ما وقت خود را برای تلاش برای گسترش توافق‌نامه‌های ابراهیم تلف نخواهیم کرد».

تنش‌های روابط آمریکا و اسرائیل

موسسه دموکراسی اسرائیل در ۱۱ نوامبر یک نظرسنجی منتشر کرد که نشان می‌داد تقریباً نیمی از مردم اسرائیل معتقدند که آمریکا «تأثیر بیشتری بر تصمیمات امنیتی» نسبت به دولت خود دارد. این موضوع انتقاد ستون‌نویسان اسرائیلی را برانگیخته است که ایالات متحده با اسرائیل به عنوان پنجاه و یکمین ایالت خود و نه به عنوان یک کشور مستقل و دارای حاکمیت رفتار می‌کند و این امر آنها را به این سوال سوق داده است که آیا این به ضرر آنهاست یا خیر. از سویی، بسیاری از یهودیان، چه شهروند اسرائیل باشند و چه نباشند، نمی‌خواهند مورد حمایت قرار گیرند، همانطور که در آوریل گذشته بیش از ۵۵۰ خاخام و خواننده مذهبی نامه‌ای را امضا کردند و از دولت ترامپ به دلیل «سوءاستفاده از مسئله» یهودستیزی انتقاد کردند و به جمع رو به رشد مخالفان رهبران یهودی پیوستند. اما آیا واقعیت رابطه میان این دو کشور اینگونه است؟ زیرا چند هفته بعد، واشنگتن استراتژی امنیت ملی سالانه خود- یک سند ۲۹ صفحه‌ای -را منتشر کرد که در آن به سختی از اسرائیل نامی برده می‌شود. بدیهی است که رابطه بین آمریکا و اسرائیل بر خلاف هر رابطه دیگری در جهان است. حمایت واشنگتن از دولت یهود در طول

مسائل، به ویژه در مورد انتقال به مرحله دوم توافق‌نامه صلح، که مستلزم عقب‌نشینی بیشتر نیروهای اسرائیلی است کوتاه‌بین است. تا جاییکه رئیس جمهور ترامپ در یک تماس تلفنی اخیر به نتانیاهاو گفت که باید «شریک بهتری» در غزه باشد. با افزایش ناامیدی در محافل دیپلماتیک ارشد واشنگتن، تنش‌ها بین دولت ترامپ و دولت نتانیاهاو بر سر مراحل بعدی توافق آتش‌بس غزه و سیاست‌های منطقه‌ای گسترده‌تر تشدید شده است.

وخامت اعتبار منطقه‌ای نتانیاهاو مانع اصلی توافق‌نامه‌های عادی‌سازی روابط

کاخ سفید می‌خواهد از جنگ غزه به سمت ترمیم روابط بین اسرائیل و جهان عرب و گسترش توافق‌نامه‌های ابراهیم حرکت کند اما به گفته مقامات آمریکایی، رهبران سراسر منطقه به شدت به نتانیاهاو بی‌اعتماد هستند و مخالفت‌های گسترده‌ای با تعامل با او دارند. به عنوان مثال، تلاش ایالات متحده برای کمک به نتانیاهاو برای برگزاری نشست با عبدالفتاح السیسی، رئیس جمهور مصر، با مخالفت شدید مصر روبرو شده است. نتانیاهاو و سیسی از زمان آغاز جنگ غزه با هم صحبت نکرده‌اند. یک مقام آمریکایی گفت: «نتانیاهاو در دو سال گذشته به یک منفور جهانی تبدیل شده است. او باید از خود بپرسد که چرا سیسی از دیدار با او امتناع می‌کند و چرا پنج سال پس از توافق‌نامه‌های ابراهیم، هنوز از او برای بازدید از امارات دعوت نشده است. دولت ترامپ برای رفع این مشکل تلاش زیادی می‌کند اما اگر نتانیاهاو



بنیانگذار:
شادروان
قاسم کرمی

- صاحب امتیاز
- شرکت تعاونی صبح ساحل
- مدیر مسوول
- الهام کرمی
- قائم‌مقام مدیرمسوول و سردبیر
- مهربا رشیدی
- دبیر تحریریه
- فاطمه محمودآبادی
- دبیر سرویس ورزش
- محمود رئیسی

- دبیر سرویس حوادث
- آنا رام
- دبیر سرویس آتلاین
- سامیه طهورنیا
- چاپ مهدوی کرمان
- تحریریه
- ۰۷۶۳۲۲۲۹۵۸۵ (داخلی ۱۲۴)
- آگهی‌ها
- ۰۷۶۳۲۲۲۱۴۶۲ - ۳۲۲۴۶۷۵۱ (داخلی ۱۰۵)

- فاکس شبانه‌روزی
- ۰۷۶۳۲۲۴۱۴۶۳
- امور مشترکین
- ۰۷۶۳۲۲۳۳۷۲۶ (داخلی ۱۰۱)
- دفتر مرکزی
- بندرعباس، خیابان امام خمینی،
- حدفاصل شهربانی و اتوتاج، جنب
- بانک رفاه، ساختمان صبح ساحل
- پایگاه خبری صبح‌ساحل نیوز
- www.sobhesahel.ir

فرآیندهای صلح (ناموفق) از دهه ۱۹۹۰ تا حمله ۷ اکتبر ۲۰۲۲ حماس و متعاقب آن جنگ در نوار غزه ثابت بوده و یک رابطه بدون قید و شرط از سوی دولت‌های بایدن و هم ترامپ همراه با حمایت دیپلماتیک و نظامی. با این حال، با توجه به تلفات فاجعه‌بار جنگ اسرائیل در نوار غزه، حفظ این نوع رابطه دوجانبه بهای سنگینی داشته است، زیرا گذشته از برخی استثنائات نادر، مانند آتش‌بسی که در اوایل اکتبر ۲۰۲۵ به اجرا درآمد، آمریکا نتوانسته است رفتار اسرائیل در جنگ را شکل دهد. این امر نشانگر عدم کنترل آمریکا بر اسرائیل و خود سری‌ها و اعمال قدرت‌های تلاویو دارد؛ حتی به صورت پنهان و در لافاه در پی ایجاد تنش در مناطقی است که حوزه نفوذ اسرائیل قلمداد می‌شود و اینجا دیگر تنها گوشه چشمی به واکنش احتمالی آمریکا در مقابل رفتارهای پرتنش خود دارد. بدیهی است که به نفع اسرائیل است که آمریکا را در کنار خود نگه دارد. حمایت بی‌قید و شرط واشنگتن به اسرائیل چراغ سبز داده است تا عجلانه و بدون ضرورت عمل کند، به گونه‌ای که حتی ایالات متحده را به سمت درگیری‌های نظامی ناخواسته بکشاند. آندره پی. میلر، عضو ارشد امنیت ملی و سیاست بین‌الملل در مرکز پیشرفت آمریکا، استدلال می‌کند: «وقتی کشورهای دیگر سلاح‌های آمریکایی می‌خرند، فروش آنها تابع مجموعه‌ای از قوانین ایالات متحده است؛ چیزی که اسرائیل هرگز واقعاً مجبور به رعایت آنها نشده است. همچنین سایر شرکا از نشان دادن ترجیحات آشکار برای یک حزب سیاسی آمریکایی خودداری می‌کنند؛ رهبران اسرائیل این کار را انجام می‌دهند و با هیچ عواقبی روبرو نمی‌شوند». ترامپ آشکارا می‌خواهد از درگیری غزه خارج شود، همانطور که سعی دارد از دیگری‌های اروپا در قبال اوکراین خارج شود تا بتواند تلاش‌های خود را وقف مهار قدرت رو به رشد چین در اقیانوس آرام کند. بدیهی است که به نفع اسرائیل است که آمریکا را در کنار خود نگه دارد.

آیین شب یلدا

در برخی مناطق ایران

کردستان

- کرسی گذاشتن
- خوردن دلمه و نان سنگک
- کالک ترش، آلو،خوشه انگور به نخ کشیده شده)
- کاسه ها واسا (همسایه)

همدان

- خوردن کشمش، گردو و مویز
- فال سوزن
- شعر خواندن توسط مسن ترین زن خانواده

خراسان

- حمل چراغ توسط هر یک از مهمانان شب چله
- برگزاری مراسم سرجمای برای عروس و داماد در حمام های عمومی

قزوین

- فرستادن خوخه چله به خانه عروس
- خوردن میوه های خشک و سرخ
- به نام شب چره

گیلان

- تزئین ماهی بزرگ، بردن آن به خانه عروس برای خیر و برکت زوج های جدید
- پختن آش شیر، لیمو، حلوائ گرد

آذربایجان غربی

- فرستادن هدیه به خانه نو عروس
- خوردن گندم پرشته
- هندوانه و مغز گردو

آذربایجان شرقی

- تزئین هندوانه و قرار دادن یک شال قرمز در خنجه و بردن آن به خانه تازه عروس
- پختن آش شیر، لیمو و حلوائ گرد

سیستان و بلوچستان

- گرد هم آمدن در خانه بزرگ قوم
- پذیرایی با پودر خوش خوربه به نام ستود و شاپ
- خوردن انواع تنقلات

مرکزی

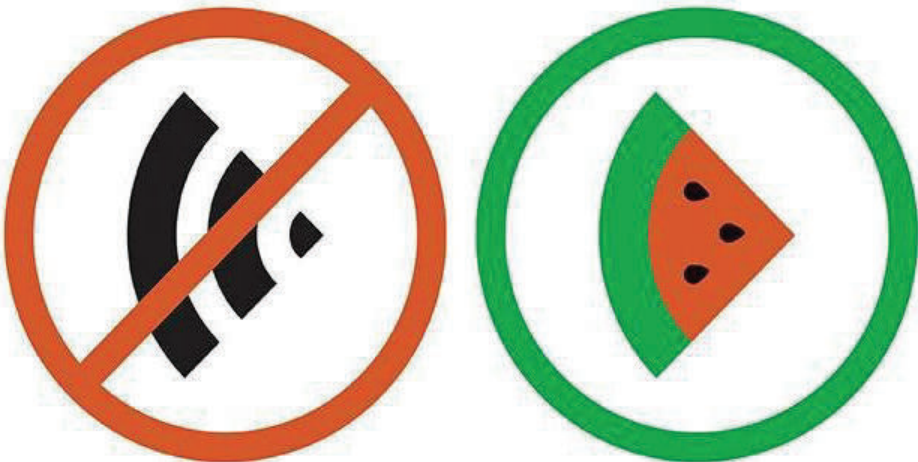
- برگزاری سه شب متوالی به نام شب چله (بزرگه وسطی کوچکه)
- خوردن انواع میوه و تنقلات
- خواندن اشعار شاعران قدیمی و داستان های کهن

لرستان

- به کار بردن واژه (شاول قاره) به جای شب یلدا
- دید و بازدید اقوام / فال چهل سرود
- دراز کردن شال یا چادر از پشت بام همسایه ها برای دریافت آجیل و میوه

کاریکاتور: "یلدا"

🎯 اثر: حسن کریم زاده



DON'T USE WIFI AT
YALDA TIME