

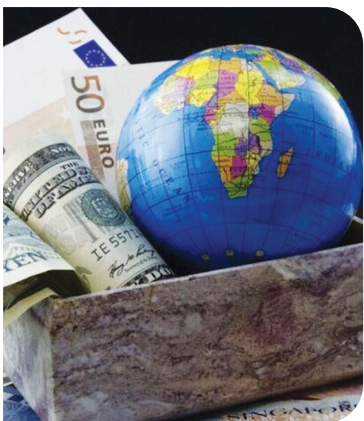


گزارش اختصاصی

مؤسسه مالی بین المللی (IIF) از افزایش شدید سطح بدهی جهانی در سال میلادی جاری خبر داد

جهان مقروض

۸



سرخط خبرها

سناریوهای پیش روی ایالات متحده در صورت عدم توافق؛

جام زهر در دستان ترامپ

۲

پیگیری قضایی جنایت جنگی

مدرسه میناب از راه های مختلف

۵

مجلس موافق افزایش اعتبار

کالابرگ الکترونیکی است

۲

استفاده از قایق های صیادی برای

انتقال کالا از بنادر عمان در بندر خمیر

۳

معاون دادستان میناب:

پلاک ۳۹ خودرو متخلف سوخت

غیرفعال شد

۵

رقابت های انتخابی تیم ملی پارادوومیدانی

دختران هرمزگانی

بر سکوی قهرمانی ایستادند

۶

خواندنی های روز

سبک زندگی مدرن و چالش های فراموشی زودهنگام

آلزامی خاموش در جوانان شهری

۷

شواهد نشان می دهد گزینه های نظامی دوباره به جریان افتاده اند

در آستانه آتش

۲



افزایش هفت برابری تورم از سال ۱۳۹۵ تا امروز؛ جایی که هزینه از درآمد پیشی می گیرد

دهه ی هزینه ساز

۳

معاون شرکت مخابرات ایران در واکنش به نارضایتی مردم:

اینترنت پرواز سیاست گذاری اولیه فاصله گرفت

خوشبختانه در مخابرات در سال گذشته تأمین تجهیزات خوبی انجام دادیم و دچار مشکلات بزرگ نیستیم، اما اگر این شرایط ادامه پیدا کند ممکن است چالش هایی ایجاد شود. کرمی درباره اینترنت پرو نیز توضیح داد: اینترنت پرو یک سرویس پایدار برای کسب و کارها بود و قرار بود نیاز اساسی گروه های خاص مانند تجار را برطرف کند، اما با واگذاری آن به اپراتورها و اتفاقاتی که پس از آن رخ داد، از سیاست گذاری اولیه فاصله گرفت و مردم از این موضوع ناراضی هستند. وی افزود: ما متولی بسترسازی هستیم و شرکت مخابرات ایران با سرمایه گذاری زیاد این بستر را فراهم می کند تا خدمات ارائه شود. دنیا به سمت شبکه ثابت رفته است و اینترنت پرو این موازنه را تغییر می دهد و همه را به سمت اینترنت سیار سوق می دهد.

گسترده علاقه مندییم دسترسی مردم به اینترنت فراهم باشد تا از سرمایه گذاری انجام شده استفاده شود. وی درباره وضعیت دسترسی کاربران در زمان قطعی اینترنت گفت: وقتی محدودیت اینترنت ایجاد شد، دسترسی بسیاری از مردم به سرویس های داخلی هم قطع شد. در آن زمان همه شرکت ها از جمله مخابرات اعلام کردند که شهروندان به تنظیمات گوشی و اینترنت ثابت خود توجه کنند. کرمی ادامه داد: در زمان قطعی ها پایداری سرویس برای ما بسیار مهم است، اما موضوع مهم تر سرویس های خدماتی است؛ به طور مثال شبکه های بانکی نباید قطع شوند و باید ارائه خدمت داشته باشند. معاون شبکه شرکت مخابرات ایران با اشاره به وضعیت تجهیزات شبکه اظهار کرد:

معاون شبکه شرکت مخابرات ایران با تأکید بر اینکه دسترسی به اینترنت باید برای همه مردم فراهم باشد، گفت: در مخابرات معتقدیم اینترنت حق اساسی مردم است و با توجه به سرمایه گذاری های انجام شده تلاش می کنیم دسترسی پایدار کاربران به اینترنت فراهم شود. حسن کرمی، معاون شبکه شرکت مخابرات ایران در رویداد روز جهانی ارتباطات اظهار کرد: در مخابرات معتقدیم اینترنت حق اساسی مردم است و همواره سعی کرده ایم این بستر را فراهم کنیم. نوسازی شبکه در سطح گسترده ای در حوزه سیار و ثابت صورت گرفته است. ما به عنوان شرکت ارائه دهنده خدمات اینترنت با توجه به سرمایه گذاری

سرویس اقتصادی

هم زمان با افتتاح ۱۹۸ طرح بهداشتی و درمانی در کشور صورت گرفت؛

بهره برداری از دو خانه بهداشت روستایی در قشم



سنی به سمت «نظام پزشکی خانواده» و «نظام ارجاع» تأکید کرد. محمدرضا ظفرقندی، وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، با پیوند دادن سلامت به اقتدار ملی، اعلام کرد که تحقق سلامت پایدار نیازمند تصمیم گیری های علمی و همکاری فرابخشی میان تمامی نهادهای دولتی و اجتماعی است. وی خواستار مشارکت فعال استانداری ها، آموزش و پرورش، نهادهای فرهنگی و مساجد برای تقویت پایه های سلامت در جامعه شد. وزیر بهداشت با اشاره به شرایط دشوار و جنگ های پیش رو، نقش کادر درمان را در حفظ امید و ایستادگی ملت تشریح کرد. وی در پایان، ضمن تجلیل از تلاش های کادر درمان در ایام بحرانی، از نقش پررنگ خیرین در تأمین زیرساخت های سلامت



آتا رام

خبرنگار

در دومین روز از هفته ملی سلامت، هم زمان با سراسر کشور، ۳ پروژه بهداشتی، درمانی و سلامت روان در هرمزگان با حضور وزیر بهداشت و از طریق وبینار افتتاح شد. آیینی که در آن خانه های بهداشت روستایی باسعیدو و مرادی در جزیره قشم و طرح ارائه خدمات رایگان روان شناختی مرکز سراج میناب از ۱۹۸ پروژه مرکز جامع سلامت در ۳۱ استان به بهره برداری رسید و بیش از ۴۲ هزار مترمربع به زیرساخت های حوزه سلامت کشور افزود. این پروژه ها که شامل ۱۶۰ طرح بهداشتی، ۲۸ طرح درمانی و ۱۰ مرکز سراج است، با حضور مسئولان ملی و استانی ازجمله وزیر بهداشت، استاندار هرمزگان و رئیس دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان و دیگر مسئولان رونمایی شد و به نام دانش آموزان شهید میناب و ۹۹ مجروح این حادثه تقدیم گردید.

قدردانی از استاندار هرمزگان

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، در این آیین با تشکر از استاندار هرمزگان و حمایت بی دریغ وی از نظام بهداشت و درمان با تبیین چشم انداز جدید سلامت در ایران، بر ضرورت گذار از مدل های

کانال ما در بله



کانال ما در روبیکا



صبح ساحل؛ سریع، معتبر و همیشه همراه شما
به جمع همراهان ما در بله و روبیکا بپیوندید.

ادامه در صفحه ۴...

مرضیه مستاجری

کارشناس ارشد روابط بین‌الملل



پس از پاسخ منفی رئیس‌جمهور آمریکا به پیشنهاد ایران چند سناریو پیش روی ترامپ قرار می‌گیرد که هر سه آن‌ها را می‌توان برای رئیس‌جمهور آمریکا، ناخوشایند دانست؛ امتیاز دادن به ایران، تشدید تنش نظامی، ادامه وضعیت موجود.

❖ امتیاز به ایران و خاتمه جنگ

دادن امتیاز به ایران و قبول شرایط تهران از سوی ترامپ به معنای متهم شدن به تسلیم در داخل آمریکا و قبول شکست سیاسی حداکثری است که منجر به کاهش قیمت نفت می‌شود. روندی که با ادامه دادن دیپلماسی از سوی آمریکا و کنار گذاشتن خواسته‌های غیرمعمول و حداکثری می‌توان به آن دست یافت. با توجه به اینکه منابع معتبر خبری از تخلیه بی‌سابقه ذخایر نفت جهان، روزانه ۴٫۸ میلیون بشکه خبر می‌دهند؛ به بیان دیگر ذخایر نفت جهان به پایین‌ترین سطح از سال ۲۰۱۸ نزدیک شده است. از طرفی براساس هشدار بانک جی‌پی‌مورگان، اگر تنگه هرمز باز نشود، جهان تا ژوئن (اواسط خرداد) وارد «سطح تنش عملیاتی» و تا سپتامبر (اواسط شهریور) به «حداقل ذخیره ضروری» می‌رسد. ذخایر استراتژیک آمریکا نیز در آستانه پایین‌ترین سطح از سال ۱۹۸۲ قرار دارد. این‌ها قسمتی از ترازوی فشار انرژی بر جامعه جهانی است که ترامپ نمی‌تواند آن را نادیده بگیرد. در این شرایط بحث از چارچوب کشور آمریکا خارج می‌شود و پای کشورهای جهان با ظرفیت‌های متفاوت مدیریت بحران انرژی به میان می‌آید و مهار قیمت نفت با استفاده از ذخایر برای کنترل قیمت‌ها، از دست دولت‌ها خارج خواهد شد. حال به این وضعیت بحران‌هایی چون نوسانات قیمت کود و از بین رفتن امنیت غذایی و.. را هم اضافه کنید تا عمق فاجعه نمایان‌تر شود.

سی ان ان در گزارشی به نقل از متخصصان با اعلام اینکه هزینه‌های جنگ ایران یک تریلیون دلار است نه ۳۹ میلیارد دلار ادعای پنتاگون را

سناریوهای پیش روی ایالات متحده در صورت عدم توافق؛

جام زهر در دستان ترامپ



زیر سوال برد.

❖ باقی ماندن وضع موجود و سقوط محبوبیت ترامپ

ادامه وضعیت موجود و ادامه محاصره دریایی و پروژه آزادی پلاس منجر به تداوم صادرات ایران از مرزهای دیگر و سقوط محبوبیت ترامپ می‌شود و پیامدی چون رکود ناشی از تورم و قیمت بالای انرژی را به دنبال دارد. با محدود شدن مسیرهای کشتیرانی در خلیج فارس، شبکه‌هایی از جاده‌ها و راه‌آهن که ایران را به همسایگانش متصل می‌کند، به عنوان جایگزینی رو به رشد برای حمل و نقل کالا و صادرات ظهور کرده و در جریان است.

❖ حمله نظامی؛ فرو رفتن در باتلاق خاورمیانه

تشدید تنش نظامی و جنگی دیگر، منجر به جنگ منطقه‌ای و گرفتار شدن آمریکا در باتلاق بزرگ‌تر از عراق و افغانستان است و نتایجی چون قیمت نفت بالای ۱۵۰ دلار و فروپاشی بورس را رقم می‌زند. از طرفی حمله مستقیم به زیر ساخت‌های ایران از سوی آمریکا که بارها از سوی ترامپ به آن اشاره شده است، گزینه

در حالی که ایران به هیچ عنوان حاضر به پذیرش آن نیست. ایران برنامه هسته‌ای را از مذاکرات کناره‌گذاشته است تا توافقات در موارد اصلی صورت گیرد و خواهان توافق هسته‌ای بر اساس معاهده عدم اشاعه (ان.پی.تی) می‌باشد که هر دو کشور عضو آن هستند، در صورتی که ایالات متحده خواهان توافقی خارج چارچوب ان.پی.تی است؛ از جمله برچیدن تأسیسات هسته ای ایران مشابه مدل لیبی که با ان.پی.تی در تضاد است یا انتقال ذخایر اورانیوم ایران به خارج کشور که براساس آخرین حرف‌های ترامپ بعد از سفر به پکن، انتقال آن به آمریکا یا چین را مدنظر دارد.

در حالی که بارها از مدفون شدن اورانیوم‌ها در زیر زمین و عدم امکان خروج آن سخن به میان آورده است که تنها چین و آمریکا امکان خروج آن را دارند. اما ایران تاکنون خروج اورانیوم‌ها را نپذیرفته و رقیق شدن آن‌ها زیر نظر آژانس را درخواست کرده است و اگر دونالد ترامپ خواهان توافق معقول و برچیدن بساط زورگویی و خواسته‌های غیرمعقول خود بود می‌توانست اعمال شود. در آخر ایران خواهان توافقی است که به طور موثر به جنگ پایان دهد و امکان جنگ مجدد را از بین ببرد اما آمریکا به نظر می‌رسد به دنبال توافقی است که امکان اقدام نظامی مجدد را از او نگیرد و این مسیر را باز بگذارد. مورد دیگر برد موشکی و برچیدن قدرت موشک‌های ایران است که هیچ کشوری نه فقط ایران این مورد را نمی‌پذیرد.

این‌ها موانعی هستند که بر سر راه توافق ایران و آمریکا وجود دارد. اینکه ترامپ با توجه به موانع پیش رو کدام راه حل را انتخاب خواهد کرد به گذشت زمان و فشار شرایط باید سپرد ولی چیزی که عیان است هیچ راه حلی تأمین کننده ادعاهای بیان شده رئیس‌جمهور ایالات متحده و روحیه قلدرمنشانه وی نخواهد بود.

مقام‌های نظامی آمریکا نیز آن را بسیار پریسک توصیف کرده‌اند. در کنار این سناریوها، ادعای حمله به زیرساخت‌های حیاتی و شبکه‌های پشتیبانی مرتبط با «سپاه پاسداران انقلاب اسلامی» نیز مطرح شده است؛ اقدامی که علاوه بر خطر تشدید جنگ، از منظر حقوق بین‌الملل نیز با چالش‌های جدی مواجه خواهد شد. اما مهم‌ترین عامل بازدارنده برای واشنگتن، وضعیت میدانی در خلیج فارس و تنگه هرمز است. طبق ارزیابی‌های اطلاعاتی جدید، ایران توانسته بخش بزرگی از سایت‌های موشکی خود را که پیش‌تر هدف حمله قرار گرفته بودند، دوباره فعال کند. گزارش‌ها حاکی از آن است که تهران بار دیگر به بخش عمده‌ای از زیرساخت‌های موشکی خود در امتداد تنگه هرمز دسترسی عملیاتی پیدا کرده است. این مسئله معادلات جنگ را تغییر می‌دهد. در چنین شرایطی، هرگونه عملیات نظامی آمریکا می‌تواند به تهدید مستقیم ناوهای جنگی، نفتکش‌ها و خطوط انتقال انرژی و پیاده‌سازی استراتژی چشم در برابر چشم منجر شود. همین موضوع باعث شده بسیاری از تحلیلگران معتقد باشند «عملیات سریع و کم‌هزینه» دیگر وجود خارجی ندارد و هرگونه درگیری می‌تواند به یک جنگ فرسایشی دریایی و منطقه‌ای تبدیل شود. در این میان، ترامپ با یک تناقض استراتژیک روبه‌روست. او از یک‌سو نیاز دارد نشان دهد سیاست «فشار حداکثری» شکست نخورده و آمریکا همچنان توان اعمال قدرت دارد؛ اما از سوی دیگر، ورود به جنگی گسترده با ایران می‌تواند به بحرانی پرهزینه برای اقتصاد جهانی و موقعیت سیاسی داخلی او تبدیل شود. به‌ویژه آنکه بسته‌شدن یا نامن شدن تنگه هرمز می‌تواند بازار انرژی را وارد شوکی بی‌سابقه کند. در نتیجه، فضای فعلی بیش از هر چیز شبیه به «آمادگی برای انفجار» است؛ وضعیتی که در آن همه بازیگران برای بدترین سناریو آماده می‌شوند، اما هیچ‌کدام از هزینه‌های واقعی جنگ اطمینان ندارند. چین تلاش می‌کند نقش کنترل‌کننده ریسک را ایفا کند. آمریکا میان دیپلماسی و نمایش قدرت سرگردان است و ایران نیز با بازسازی توان بازدارندگی خود، سعی دارد هزینه هرگونه حمله را افزایش دهد. اکنون سه سناریو بیش از دیگر گزینه‌ها محتمل به نظر می‌رسد: بازگشت به عملیات نظامی گسترده، اجرای عملیات محدود اما پرخطر در عمق خاک ایران، یا عقب‌نشینی تاکتیکی و بازگشت دوباره به میز مذاکره تحت فشار بحران انرژی و نگرانی از گسترش جنگ. در نهایت، سفر ترامپ به پکن نشان داد که جهان وارد مرحله‌ای از «هم‌زیستی رقابتی مدیریت‌شده» شده است؛ نظمی که در آن قدرت‌های بزرگ نه توان حذف یکدیگر را دارند و نه می‌توانند از بحران‌های منطقه‌ای فاصله بگیرند. ایران نیز در این میان، دیگر صرفاً یک مسئله منطقه‌ای نیست، بلکه بخشی از رقابت بزرگ‌تر میان قدرت‌های جهانی و آزمونی برای آینده نظم بین‌المللی محسوب می‌شود.

❖ میز خبر

مجلس موافق افزایش اعتبار کالابرگ الکترونیکی است

❖ سرویس سیاسی

نایب رئیس مجلس شورای اسلامی با بیان اینکه مجلس موافق افزایش اعتبار کالابرگ الکترونیکی است، گفت: مجلس از دولت در اجرای سیاست‌های حمایتی، تقویت و پشتیبانی خواهد کرد. به گزارش صبح ساحل، حمیدرضا حاجی‌بابایی درباره تلاش دولت برای افزایش اعتبار کالابرگ الکترونیکی و حمایت مجلس از این اقدام، گفت: دولت باید از هر ظرفیتی برای افزایش رضایت عمومی مردم استفاده کند و در این راستا از تمامی ابزارهای همچون تقویت کالابرگ، تشدید نظارت‌ها و کنترل بازار استفاده کند. نایب رئیس مجلس شورای اسلامی افزود: هر اقدامی که بتواند به بهبود وضعیت معیشتی مردم و افزایش رضایتمندی عمومی منجر شود، باید در دستور کار دولت باشد و در این مسیر مجلس همراه و حامی دولت است. وی تأکید کرد: مجلس حتماً با پیشنهاد افزایش اعتبار کالابرگ الکترونیکی موافق است و از دولت در اجرای سیاست‌های حمایتی، تقویت و پشتیبانی خواهد کرد. حاجی‌بابایی در پایان گفت: مجلس در مسیر خدمت‌رسانی به مردم، به‌صورت قدرتمند پشت سر دولت ایستاده و از اقدامات موثر در حوزه معیشت و حمایت از اقشار مختلف جامعه حمایت می‌کند.

رئیس‌جمهوری مطرح کرد:

تلاش دشمنان برای اعمال فشار بر اقتصاد کشور

❖ سرویس سیاسی

رئیس‌جمهوری با تأکید بر اینکه اصلاح الگوی مصرف به‌ویژه در حوزه انرژی، از مؤلفه‌های ارتقای تاب‌آوری اقتصادی در شرایط فعلی است، تصریح کرد: میزان مصرف در برخی حوزه‌ها به‌مراتب فراتر از اسناداردهای متعارف است و حتی در شرایط عادی نیز ضرورت داشت با هدف بهره‌وری بهینه منابع، روند مصرف اصلاح شود اما امروز بدل به ضرورت حیاتی و راهبردی شده است. به گزارش صبح ساحل، رئیس‌جمهوری در جریان بازدید از یک مسجد، با تأکید بر اینکه اصلاح الگوی مصرف در تمامی بخش‌ها، به‌ویژه در حوزه انرژی، از مهم‌ترین مؤلفه‌های ارتقای تاب‌آوری اقتصادی کشور در شرایط فعلی محسوب می‌شود، تصریح کرد: میزان مصرف در برخی حوزه‌ها به‌مراتب فراتر از اسناداردهای متعارف است و حتی در شرایط عادی نیز ضرورت داشت با هدف جلوگیری از اسراف و بهره‌وری بهینه منابع، روند مصرف اصلاح شود؛ امروز اما با توجه به شرایط ویژه کشور، این مسئله به یک ضرورت حیاتی و راهبردی تبدیل شده است. وی با اشاره به تلاش دشمنان برای اعمال فشار بر اقتصاد کشور و ایجاد نارضایتی اجتماعی از مسیر اختلال در تأمین انرژی و خدمات عمومی، اظهار کرد: اگر بتوانیم با مشارکت مردم، میزان مصرف برق، گاز و آب را مدیریت و کاهش دهیم، علاوه بر خنثی‌سازی بخشی از فشارها و توطئه‌های اقتصادی دشمنان، امکان اداره پایدار و بدون چالش کشور نیز فراهم خواهد شد.

پزشکیان با اشاره به ارزش اقتصادی حامل‌های انرژی و ضرورت مدیریت بهره‌ورانه منابع ملی افزود: گازی که امروز برای تأمین سوخت نیروگاه‌ها مصرف می‌شود، در صورت مدیریت مصرف داخلی، قابلیت ایجاد درآمدهای قابل‌توجهی برای کشور را دارد و منافع حاصل از آن می‌تواند مستقیماً در بهبود معیشت و رفاه عمومی مردم اثرگذار باشد؛ از این‌رو، پرهیز از مصرف غیرضروری و اسراف، یک مسئولیت ملی و راهبردی است.

سخت‌گویی نیروهای مسلح:

تکرار هر گونه حماقت آمریکا پیامدی کوبنده‌تر خواهد داشت

❖ سرویس سیاسی

سخت‌گویی ارشد نیروهای مسلح گفت: تکرار هرگونه حماقت برای جبران بی‌آبرویی آمریکا در جنگ تحمیلی سوم علیه ایران، پیامدی جز دریافت ضربات کوبنده‌تر و شدیدتر برای آن کشور به دنبال نخواهد داشت. به گزارش صبح ساحل، سردار شکارچی سخت‌گویی ارشد نیروهای مسلح در پاسخ به سوال خبرنگاران مبنی بر تهدیدهای مکرر و باوه‌گویی‌های رئیس‌جمهور متوهم آمریکا علیه ایران اظهار داشت: تکرار هرگونه حماقت برای جبران بی‌آبرویی آمریکا در جنگ تحمیلی سوم علیه ایران، پیامی‌ای جز دریافت ضربات کوبنده‌تر و شدیدتر برای آن کشور به دنبال نخواهد داشت. وی افزود: رئیس‌جمهور مستأصل آمریکا باید بداند در صورت عملی شدن تهدیدها و تجاوز مجدد به ایران اسلامی، دارایی‌ها و ارتش مضمحل آن کشور با سناریوهای جدید، هجومی، غافلگیرکننده و طوفانی روبه‌رو خواهند شد و در باتلاق خودساخته‌ای که نتیجه سیاست‌های ماجراجویانه همان رئیس‌جمهور است، فرو خواهند رفت.

نخست‌وزیر پاکستان:

از هیچ تلاشی برای صلح در منطقه فروگذار نمی‌کنیم

❖ سرویس سیاسی

نخست‌وزیر پاکستان، در گفتگو با یک رسانه انگلیسی از تلاش‌های اسلام‌آباد برای تحکیم ثبات در منطقه و میانجی‌گری میان تهران و واشینگتن خبر داد. «شهباز شریف» نخست‌وزیر پاکستان در گفتگو با روزنامه «تایمز» انگلیس خاطرنشان کرد که کشورش تمام تلاش خود را برای تضمین صلح پایدار در منطقه به کار خواهد بست. شریف نسبت به برگزاری دور دوم مذاکرات میان جمهوری اسلامی ایران و آمریکا ابراز امیدواری کرد. وی تأکید کرد: پاکستان نسبت به دستیابی به یک صلح پایدار میان آمریکا و ایران خوش‌بین است.

❖ مهدی جهانگیری

سفر دونالد ترامپ به پکن در مقطعی انجام شد که هم رقابت راهبردی میان چین و آمریکا وارد مرحله‌ای حساس شده بود و هم بحران پیرامون ایران پس از یک آتش‌بس شکننده، در وضعیت تعلیق و انتظار قرار داشت. آنچه در ابتدا به عنوان تلاشی برای مدیریت هم‌زمان رقابت قدرت‌های بزرگ و مهار تنش‌های منطقه‌ای دیده می‌شد، اکنون پس از بازگشت ترامپ به واشنگتن، به فضایی نزدیک به «آستانه درگیری نظامی مستقیم» تغییر یافته است.

گزارش‌های منتشر شده از مذاکرات پکن و تحرکات بعدی پنتاگون نشان می‌دهد که دیپلماسی نتوانسته به توافقی پایدار منجر شود. پیشنهادهای صلح رد شده، گزینه‌های نظامی دوباره فعال شده‌اند و اکنون کاخ سفید با مجموعه‌ای از تصمیمات بسیار پر هزینه و خطرناک روبه‌روست؛ تصمیماتی که نه فقط آینده‌ی سیاسی ترامپ، بلکه امنیت انرژی جهان و ثبات کل خاورمیانه را تحت تأثیر قرار می‌دهد. در سطح کلان، سفر ترامپ به پکن را می‌توان تلاشی برای «مدیریت رقابت بدون ورود به تقابل کنترل نشده» دانست. در سال‌های اخیر، روابط آمریکا و چین ترکیبی از رقابت اقتصادی، اختلافات فناورانه، تنش‌های امنیتی و رقابت‌های ژئوپلیتیکی بوده است. با این حال، توافق بر سر « روابط پایدار، استراتژیک و سازنده» نشان می‌دهد که دو قدرت در تلاشند تا هزینه‌های یک رویارویی تمام عیار را کاهش دهند.

پکن نیز با استقبال یا شکوه از رئیس‌جمهور آمریکا و حضور مدیران شرکت‌های بزرگ آمریکایی، پیام روشنی ارسال کرد؛ چین دیگر صرفاً یک قدرت منطقه‌ای یا شریک اقتصادی نیست، بلکه خود را هم‌سنگ واشنگتن می‌بیند. این تصویرسازی هم برای افکار عمومی داخل چین اهمیت داشت و هم برای نمایش جایگاه جهانی این کشور در میانه بحران‌های بین‌المللی. اما در پشت پرده‌ی این نمایش دیپلماتیک، موضوع ایران یکی از محورهای اصلی مذاکرات بود. امنیت تنگه هرمز برای هر دو کشور اهمیت حیاتی دارد؛ برای چین به عنوان مسیر اصلی انتقال انرژی و برای آمریکا به عنوان شریان کلیدی نظم امنیتی

۲- یک قطعه زمین نوع ملک طلق با کاربری دارای پلاک ثبتی ۴۳۷ فرعی از ۴ اصلی (چهارصد و سی و هفت فرعی از چهارده اصلی) مفروز و مجزا شده از ۲۷۱ فرعی از اصلی مذکور، قطعه ۱۲۸ واقع در بخش ۲ حوزه ثبت ملک ناحیه دو بندر عباس استان هرمزگان به مساحت ۱۲۰۰ متر مربع (یک هزار و دویست متر مربع) واقع در شهرک صنعتی شماره ۲ بندر عباس که به نام شرکت شهرک صنعتی هرمزگان ثبت و بسند مالکیت صادر گردیده است و محدود به حدود زیر است: شمالاً: بی به پی بطول (۳/۰۰) سی متر به قطعه یکصد و بیست و هفت تفکیکی شرقاً: بی به پی بطول (۴/۰۰) چهل متر به قطعه یکصد و بیست و نه تفکیکی جنوباً: بی است بطول (۳/۰۰) سی متر به خیابان به عرض شانزده متر. غرباً: پی به پی بطول (۴/۰۰) چهل متر به قطعه یکصد و بیست و شش تفکیکی.

۱- سالن تولید (سوله اصلی) به مساحت ۷۲۰ متر مربع با دهانه ۲۰ متر و ارتفاع وسط دهانه ۸ متر و ارتفاع گوشه های سوله ۶ متر با نما بیرونی سیمان سفید، بدنه داخلی سیمان سفید و به ارتفاع ۱/۵ متر از کف سرامیک سقف ورق گالوانیزه و کف سوله موزاییک می باشد.

۵- سرویس بهداشتی و حمام به مساحت ۱۱ متر مربع با نمای سیمان سفید،

رئیس اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه یک بند

ثبت اسناد و املاک ناحیہ یک بندرعباس - علی ا

لازم به ذکر است در موقع بازدید ملک مورد ارزیابی در اجاره شرکت جای گلستان بود با توجه به موارد ذکر شده و با در نظر گرفتن نوع ساخت، مصالح بکار رفته و استهلاک سنواتی ارزش عرصه پلاک های۱۴۳۷/۴۳و۱۴- اصلی به مبلغ ۷۵/۰۳/۷۸۵/۰۰۰ ریال و ارزش اعیانی و مستحدثات و احداثی بر روی پلاکهایی فوق الذکر به مبلغ ۱۳۶/۲۰/۰۰۰/۰۰۰ریال برآورد گردید. پلاک فوق به موجب سند رهنی شماره ۱۱۷۳۳۴ مورخ۱۳۹۰/۱/۱۵ و سند رهنی ۱۳۳۴۰۸ مورخ۱۳۹۵/۹/۲۴ و ۱۳۹۵/۱۲/۸ مورخ ۱۳۹۶۵۳ شماره ۱۳۹۵/۷/۱۹ رهنی شماره ۱۳۲۹۱۳ مورخ ۱۴۰۰/۷/۱۹رهنی شماره ۱۴۳۲ شماره ۱۴۰۰/۷/۷ مورخ ۱۴۰۰/۷/۷رهن بانک کشاورزی قرار گرفته به دلیل عدم پرداخت بدهی منجر به صدور اجراییه و تشکیل پرونده اجرای کلاسهای ۱۴۰۳/۱۷۱۳ و ۱۴۰۳/۱۷۱۳ و ۱۴۰۳/۵۶۹ علیه شهرک صنعتی هرمگان و نیکنام صنعت میشاگردیده پلاکهای مورد رهن در روز یکشنبه مورخ۱۴۰۵/۳/۱۰ اداره اجرای اسناد رسمی بندرعباس از ساعت ۹ صبح الی ۱۲ ظهر از طریق مزایده حضوری از مبلغ فوق به فروش میرسد و مزایده از مبلغ فوق شروع و به بالاترین مبلغ پیشنهادی فروخته خواهد شد چنانچه روز و ساعت معین شده در آگهی مصادف با روز تعطیلی ادارات باشد برگزاری مزایده در روز اداری بعد از تعطیلی میباید شرکت در جلسه مزایده برای عموم آزاد است و فروش کالا نقدی است.

لازم به ذکر است پرداخت بدهیهای مربوط به آب برق گاز اعم از حق انشعاب و یا حق اشتراک و مصرف در صورتی که مورد مزایده دارای آنها باشد و نیز بدهیهای مالیاتی و عوارض شهرداری و غیره تا تاریخ مزایده اعم از اینکه رقم قطعی آن معلوم شده یا نشده باشد به عهده برنده مزایده است و نیز در صورت وجود مازاد وجوه پرداختی بابت هزینه های فوق از محل مازاد به برنده مزایده است و نیز در صورت وجود مازاد وجوه پرداختی بابت هزینه های فوق از محل مازاد به برنده مزایده مسترد خواهد شد.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۵/۰۲/۲۸

THE *Journal of* **THE**

[illegible]

طراح: مهدي سنگي

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

عمودی

میز خبر

پیگیری قضایی جنایت جنگی مدرسه میناب از راه‌های مختلف



سرویس حوادث

رئیس کل دادگستری استان هرمزگان از تشکیل پرونده قضایی برای حمله به مدارس و مناطق مسکونی خبر داد و گفت: پیگیری قضایی حمله به مدرسه میناب از راه‌های مختلف انجام می‌شود.

به گزارش صبح ساحل، مجتبی قهرمانی با اشاره به ابعاد حقوقی حادثه حمله به مدارس، مناطق مسکونی و غیرنظامیان، اظهار کرد: این اقدامات از مصادیق روشن جنایات جنگی در حقوق بین‌الملل محسوب می‌شود و عوامل آن مسئولیت کیفری بین‌المللی دارند. وی افزود: از نخستین ساعات پس از وقوع حادثه در میناب اقدامات قضایی آغاز شد. بازدید میدانی از صحنه حادثه توسط مسئولان قضایی، جمع‌آوری مستندات و ثبت شکایت اولیای دانش‌آموزان از جمله اقداماتی بوده است که انجام شده است. قهرمانی ادامه داد: پرونده قضایی این جنایت تشکیل شده و موضوع از مسیرهای مختلف حقوقی در داخل کشور و همچنین در مراجع بین‌المللی مانند دیوان کیفری بین‌المللی و سازوکارهای حقوق بشری سازمان ملل پیگیری خواهد شد. رئیس کل دادگستری هرمزگان تأکید کرد: در این مسیر، تمامی عوامل دخیل در این جنایت، از آمارن و فرماندهان تا مجریان و حامیان باید پاسخگوی اقدامات خود باشند و پیگیری‌های حقوقی تا دستیابی به عدالت ادامه خواهد یافت.

آگهی فقدان سند مالکیت

نظر به اینکه خانم فاطمه زارعی نسب فرزند غلام دارای شماره ملی ۳۴۲۵۰۹۹۸۷ با تسلیم دو برگ استشهادیه محلی گواهی شده توسط دفترخانه اسناد رسمی شماره ۲۸ حوزه ثبتی این شهرستان (میناب) مدعی است که سند مالکیت خانه وضعیت خاص طلق به پلاک ثبتی ۰ فرعی از ۱۷۲۸ اصلی، مفروز و مجزا شده از فرعی از اصلی مذکور در طبقه و واقع در بخش ۵ ناحیه‌ا حوزه ثبت ملک میناب استان هرمزگان به مساحت ۱۰۹۱ متر مربع متن ملک شماره یک هزار و هفتصد و بیست و هشت اصلی واقع در بخش پنج حوزه ثبتی میناب استان هرمزگان به مساحت (۱۰۹۱) یک هزار و نود و یک متر مربع، توضیحات ملک شش‌دانگ یکباب خانه مسکونی شامل یک قطعه باغ مرکبات و نخيلات با مالکیت فاطمه / زارعی نسب فرزند غلام شماره شناسنامه ۱۸۷۴ تاریخ تولد۹/۱۲/۱۳۶۱ صادره از میناب دارای شماره ملی ۳۴۲۵۰۹۹۸۷ با جز سهم ۱۵۸.۱۹ از کل سهم ۱۰۹۱ بعنوان مالک صد و پنجاه و هشت ممیز نوزده صدم سهم مشاع از یک هزار و نود و یک سهم عرصه و اعیان با شماره مستندمالکیت۶۰۵۳۴ تاریخ ۰۸/۰۸/۱۴۰۲ دفترخانه اسناد رسمی شماره ۲۸ شهر میناب استان هرمزگان موضوع سند مالکیت اصلی بشماره چاپی ۵۴۲۳۵ سری ج سال ۱۰ با شماره دفتر الکترونیکی ۰۹۲۲۷۰۵۷۰۲۳۰۴۲ ثبت گردیده است. سپس به علت جابجایی مفقود گردیده است و در نتیجه در اجرای ماده ۱۲۰ آیین نامه قانون ثبت تقاضا صدور سند مالکیت المثنی نسبت به پلاک فوق‌الذکر را نموده اند بدین وسیله مراتب در یک نوبت جهت اطلاع عموم آگهی تا چنانچه هر کس مدعی انجام معامله نسبت به ملک مذکور و یا مدعی وجود اصل سند مالکیت نزد خود میباشد اعتراض خود را ظرف مدت ده روز از تاریخ انتشار این آگهی با ارائه اصل سند مالکیت و یا سند انتقال به اداره ثبت اسناد و املاک میناب تسلیم نماید بدیهی است در صورت انقضاء مهلت مقرر قانونی وعدم وصول واخواهی و یا در صورت وصول اعتراض و عدم ارائه اصل سند مالکیت و یا سند انتقال نسبت به صدور سند مالکیت المثنی به نام مالک وفق مقررات اقدام خواهد شد.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۵/۲/۲۸

محمود مظفری

رئیس اداره ثبت اسناد و املاک میناب ۱۷۰۲/۹ م الف

توقیف محموله گاز مایع قاچاق در سیریک

سرویس حوادث

فرمانده انتظامی شهرستان سیریک از توقیف یک دستگاه کامیون حامل ۲۳ تن گاز مایع قاچاق در ایستگاه بازرسی «بونجی» خبر داد.

به گزارش صبح ساحل، سرهنگ علیرضا درخشان‌نیا در تشریح جزئیات این خبر، اظهار کرد: مأموران انتظامی مستقر در ایست و بازرسی «بونجی» شهرستان سیریک، هنگام کنترل و پایش دقیق خودروهای عبوری به یک دستگاه کامیون تانکر ویژه حمل گاز مایع مشکوک شده و آن را متوقف کردند. وی افزود: مأموران در بازرسی از این خودرو، ۲۳ تن گاز مایع که فاقد هرگونه مجوز قانونی و به‌صورت قاچاق حمل می‌شد را کشف کردند. فرمانده انتظامی شهرستان سیریک تصریح کرد: کارشناسان اقتصادی ارزش این محموله سوخت قاچاق را ۱۰ میلیارد ریال برآورد کرده‌اند. سرهنگ درخشان‌نیا خاطرنشان کرد: در این رابطه یک متهم (راننده خودرو) دستگیر شد.



اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده‌ای استان هرمزگان



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 اول

آگهی مناقصه عمومی با ارزیابی کیفی (فشرده) شماره ۱۵-۴۰۵

اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای استان هرمزگان در نظر دارد مناقصه عمومی با ارزیابی کیفی (فشرده) 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)
نگهداری جاری و اضطراری راههای استان هرمزگان۱۴۰۵	۸۶۷,۹۳۲,۵۲۰,۰۰۰	حوزه استحفاظی هرمزگان	۱۲	۳۴,۴۵۸,۶۵۰,۴۰۰

ب) محل تأمین اعتبار: از محل اعتبارات ملی

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- داشتن حداقل پایه ۵ 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 ۱۲:۳۰ مورخ ۱۴۰۵/۰۲/۲۸ لغایت ساعت ۱۲:۰۰ مورخ ۱۴۰۵/۰۳/۰۴ به پایگاه اینترنتی سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس www.setadiran.ir مراجعه نمایند، آخرین مهلت تحویل اسناد مناقصه، ساعت ۱۲:۰۰ مورخ ۱۴۰۵/۰۳/۱۸ و بازگشایی پاکات ساعت ۰۸:۰۰ مورخ ۱۴۰۵/۰۳/۱۹. جهت کسب اطلاعات بیشتر به آدرس اینترنتی www.iets.mporg.ir مراجعه نمایید.

اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای

شناسه آگهی: ۲۱۷۸۱۶۵

معاون دادستان میناب:

پلاک ۳۹ خودرو متخلف سوخت غیرفعال شد



غیرمجاز کنند، ضمن اعمال قانون، توقیف و به پارکینگ منتقل خواهند شد. معاون دادستان عمومی و انقلاب میناب با اشاره به نتایج بازدید میدانی از جایگاه‌های عرضه سوخت تصریح

سرویس حوادث

معاون دادستان عمومی و انقلاب میناب بر مقابله جدی دستگاه قضایی با تخلفات حوزه سوخت و قاچاق تأکید کرد و گفت: خودروهایی که برخلاف ضوابط اقدام به سوخت‌گیری مکرر یا غیرمجاز کنند، توقیف و به پارکینگ منتقل خواهند شد.

«عباس باقری» در جریان بازدید از جایگاه‌های عرضه سوخت این شهرستان، اظهار کرد: دستگاه قضایی با هرگونه سوءاستفاده از فرآیند توزیع سوخت، قاچاق و تخلفات مرتبط برخورد جدی و قانونی خواهد داشت. وی بیان کرد: خودروهایی که برخلاف ضوابط اقدام به سوخت‌گیری مکرر یا

تشدید برخورد پلیس بارانندگان فاقد گواهینامه

سرویس حوادث

معاون اجتماعی و فرهنگ ترافیک پلیس راهور فراجا از برخورد قاطع پلیس با رانندگان فاقد گواهینامه، به ویژه افراد زیر سن قانونی خبر داد و تأکید کرد: خانواده‌ها در قبال تخلفات رانندگی فرزندان خود مسئول هستند و نقش مهمی در آموزش فرهنگ قانون‌مداری و رفتار صحیح ترافیکی دارند.

سرهنگ علی‌اصغر زارع با اشاره به برخورد قانونی پلیس با رانندگان فاقد گواهینامه، اظهار کرد: پلیس راهور بر اساس وظایف قانونی خود، با هرگونه رانندگی غیرمجاز برخورد می‌کند و در این راستا، خودرو متوقف و فرد متخلف نیز مطابق قانون مورد اعمال مقررات قرار می‌گیرد. وی افزود: در مواردی که رانندگی توسط افراد زیر سن قانونی انجام شود، علاوه بر برخورد قانونی با راننده، والدین نیز به دلیل قصور در نظارت و فراهم کردن شرایط تخلف، باید پاسخگو



وزارت راه و ترابری

اداره کل راه و شهرسازی استان هرمزگان آگهی شماره ۱۶-۱۴۰۵

نوبت اول

اسناد فراخوان واگذاری یک قطعه زمین با کاربری تفریحی و گردشگری جهت احداث مجتمع گردشگری در شهر بندرسیرسک در قالب ماده ۲۲ قانون الحاقی مواردی به قانون تنظیم بخشی از مقررات مالی دولت مصوب ۱۳۸۴ و دستورالعمل اجرایی آن

با عنایت به اینکه کلیه مراحل انجام مزایدهات (اعم از دریافت اسناد، ارائه تضمین، ارسال پیشنهاد قیمت، بازگشایی پاکات و اعلام برنده) در اداره کل راه و شهرسازی استان هرمزگان به صورت الکترونیکی در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) برگزار می‌گردد، متقاضیان محترم بایستی جهت ثبت نام در سامانه مذکور و دریافت نام کاربری و رمز عبور به سایت www.setadiran.ir مراجعه فرمایند.

واگذاری اراضی با کاربری های تفریحی، گردشگری، توریستی، هتل داری و سایر تأسیسات گردشگری در قالب ماده ۲۲ قانون الحاقی مواردی به قانون تنظیم بخشی از مقررات مالی دولت مصوب ۱۳۸۴ و دستورالعمل اجرایی آن				نوع واگذاری
زمین				مورد فراخوان
بندر سیریک، بلوار شهدای گمنام (بلوار ساحلی) جنب اب شیرین کن				نشانی
X	۵۰۸۱۸۲/۹۸۱۸	Y	۲۹۹۷۸۶۳/۸۱۹۳	مختصات مرکز زمین
تحت پلاک ۲۰۷۱ فرعی از ۶۰۹ اصلی				پلاک ثبتی
گردشگری				کاربری
دارد				وضعیت سند
علاقه‌مندان به سرمایه‌گذاری جهت احداث هتل				موضوع موافقت اصولی
۳۹۶۱/۹۹				مساحت عرصه (متر مربع)
۳۹/۶۱۹/۹۰۰/۰۰۰				قیمت پایه (ریال)
۱/۹۸۰/۹۹۵/۰۰۰				درصد قیمت کل
علیرضا باختری، ساجده داوری، صدرااله سرانجام				نام کارشناسان
تاریخ ۱۴۰۴/۱۰/۰۸				تاریخ کارشناسی
شماره ۲۲۷۲۳۹				نامه تعیین قیمت توسط کارشناسان رسمی دادگستری استان هرمزگان
شماره های ۰۲۱۵۲۳/۰۰۰۰۶۵۴ مورخ ۱۴۰۲/۰۶/۰۸ و ۰۳۱۶۲۳/۱۰۰۱۷۱۲۳ مورخ ۱۴۰۳/۱۱/۰۷ و ۰۳۱۶۲۳/۱۰۰۰۵۹۶۳۳ مورخ ۱۴۰۵/۰۲/۱۵				رأی هیأت نمایندگی اداره کل راه و شهرسازی
تخلیه				وضعیت زمین
شنش دانگ				
۷ روز کاری				مهلت زمان واریز وجه

ردیف	درصد پرداخت نقدی	مبلغ پرداخت نقدی	درصد پرداخت غیرنقدی اقساط	مبلغ پرداخت غیر نقدی	تعداد اقساط	فاصله زمانی بین دو قسط	سود بانکی	اولویت در انتخاب برنده
۱	۱۰ درصد	۳,۹۶۱,۹۹۰,۰۰۰	۹۰ درصد	۳۵,۶۵۷,۹۱۰,۰۰۰	۵ساله	۱ساله	۰	۱
۲	۳۰ درصد	۱۱,۸۸۵,۹۷۰,۰۰۰	۷۰ درصد	۲۷,۷۳۳,۹۳۰,۰۰۰	۳ساله	۱ساله	۰	۱
۳	۷۰ درصد	۲۷,۷۳۳,۹۳۰,۰۰۰	۳۰ درصد	۱۱,۸۸۵,۹۷۰,۰۰۰	۲ساله	۱ساله	۰	۱
۴	۱۰۰ درصد	۳۹,۶۱۹,۹۰۰,۰۰۰	۰	۰	۰	۰	۰	۱

لایم به ذکر است مبلغ پرداخت غیر نقدی (اقساطی) به صورت پلکانی سالیانه تقسیمی می‌شود.(به عنوان مثال برای ۵ سال به ترتیب ۳۰،۲۵،۲۰،۱۵،۱۰ درصد) مهلت دریافت اسناد مورخ:۱۴۰۵/۰۲/۳۱ مهلت بازگذاری اسناد مورخ : ۱۴۰۵/۰۲/۱۳ بازگشایی پاکات مورخ: ۱۴۰۵/۰۲/۱۶ ساعت ۱۰صبح شنبه

توضیحات: به مهلت اعتبار شش ماهه تعیین قیمت توسط کانون کارشناسان رسمی دادگستری توجه شود و کل فرایند برگزاری فراخوان، عقد قرارداد و واریز وجه بایستی در مهلت قانونی ۶ ماهه از زمان اعلام قیمت توسط کانون کارشناسان رسمی دادگستری انجام شود.

اداره ارتباطات و اطلاع رسانی راه و شهرسازی استان هرمزگان

شناسه آگهی: ۲۱۸۱۴۱۸

میزخبر

تجمع اعتراضی مربیان ورزشی هرمزگان مقابل
دفتر پالایش نفت

به مربیان بومی، فرصت دهیم

* سرویس ورزشی

جمعی از مربیان، بازیکنان و پیشکسوتان فوتسال استان هرمزگان با تجمع مقابل دفتر باشگاه پالایش نفت بندرعباس، نسبت به تصمیم این باشگاه برای جایگزینی هادی بزوال با علیرضا افضل اعتراض کردند و خواستار حمایت از نیروهای بومی شدند. به گزارش صبح ساحل، جمعی از مربیان، بازیکنان و فعالان فوتسال استان هرمزگان مقابل دفتر باشگاه پالایش نفت بندرعباس تجمع کردند. این تجمع در اعتراض به تصمیم باشگاه پالایش نفت بندرعباس برای تغییر سرمربی تیم فوتسال خود و جایگزینی هادی بزوال با علیرضا افضل برگزار شد.

تجمع‌کنندگان در بیانیه‌ای خطاب به استاندار هرمزگان و نمایندگان مجلس شورای اسلامی، ضمن ابراز احترام به باشگاه پالایش نفت بندرعباس، نسبت به این تصمیم واکنش نشان دادند. محمود حمزه‌پور، یکی از مربیان نامدار فوتسال پایه استان هرمزگان، در این تجمع اظهار داشت: بنده یک خواهشی دارم از استاندار محترم، مجموع نمایندگان مردم هرمزگان در مجلس شورای اسلامی، اعضای شورای شهر، فرماندار محترم، همه شما مستحضر هستید که یکی از مربیان توانمند و بومی از تیم فوتسال پالایش نفت بندرعباس را دارند کناری می‌گذارند. بحث بزوال فقط نیست، بحث بومی بودن است. استان هرمزگان مربیان توانمند زیادی دارد. وی افزود: بنده یک خواهش دارم که جلوی این تغییر مربی را بگیرید، من شناختی که از آقای بزوال دارم و شناختی که از دیگر مربیان استان دارم این است که می‌توانیم با مربی بومی حتی قهرمان لیگ ایران شویم، به شرط اینکه باشگاه از این شخص حمایت کند. همان جوری که از مربی غیربومی حمایت می‌کند از مربی بومی هم حمایت کند. مجتبی ذاکری، سرمربی تیم فوتبال ساحلی شهرداری بندرعباس، نیز در این تجمع گفت: خواهش می‌کنم از استاندار هرمزگان، نمایندگان مردم هرمزگان در مجلس شورای اسلامی، مدیرکل ورزش و جوانان استان، رئیس هیئت فوتبال که این فرصت را از مربی بومی نگیرند. ذاکری ادامه داد: در دهه‌های گذشته دوستانی از بیرون استان آمدند و قول دادند فوتبال استان را متحول کنند. نزدیک به یک دهه فوتبال استان ما دچار افول شد و نمی‌خواهیم این اتفاق در فوتسال ما بیفتد. وی تصریح کرد: یک روز عباس روزبیکر بوده، یک روز هادی بزوال است و یک روز یک فرد دیگر، مهم این است ما اجازه ساختن به مربیان بومی مان بدهیم. این فرصت را در اختیار مربیان فوتسال بگذارند با همان ابزار و بودجه، خواسته ما از مجموعه باشگاه پالایش نفت بندرعباس هم همین است که درایت بکنند و اجازه ندهند باعث دلخوری هواداران و جامعه ورزش استان هرمزگان شوند. گفتنی است هادی بزوال در فصل گذشته و در زمان حضور خود با قرارداد باشگاه، متعهد به کسب ۱۲ امتیاز از شش بازی پایانی لیگ شده بود که موفق شد ۱۳ امتیاز کسب کند.

در پانزدهمین سال صورت گرفت؛

اهدای خون توسط کوهنوردان بندرلنگه

* سرویس ورزشی

جمعی از ورزشکاران و اعضای هیئت کوهنوردی شهرستان بندرلنگه با حضور در مرکز انتقال خون، در پانزدهمین دوره برنامه مستمر اهدای خون شرکت کردند.

به گزارش صبح ساحل، جمعی از ورزشکاران و اعضای هیئت کوهنوردی شهرستان بندرلنگه در اقدامی انسان‌دوستانه و خدایپسندانه، با حضور در مرکز انتقال خون، در برنامه اهدای خون شرکت کردند.

این مراسم با حضور رها صابری سرپرست اداره ورزش و جوانان و شروح رئیس هیئت کوهنوردی شهرستان بندرلنگه برگزار شد و بار دیگر روحیه ایثار، همدلی و مسئولیت‌پذیری اجتماعی جامعه ورزشی شهرستان را به نمایش گذاشت. برنامه اهدای خون هیئت کوهنوردی شهرستان بندرلنگه، یکی از فعالیت‌های ماندگار و ارزشمند این هیئت به شمار می‌رود که بیش از ۱۵ سال است به‌صورت مستمر و طبق روال هر سال برگزار می‌شود. این حرکت فرهنگی و انسانی با اهداف کمک به بیماران نیازمند، ترویج فرهنگ اهدای خون و افزایش حس مسئولیت اجتماعی در میان ورزشکاران و جوانان انجام می‌شود. در این برنامه، ورزشکاران کوهنورد با حضور پرشور خود نشان دادند که ورزش تنها به فعالیت‌های جسمانی محدود نمی‌شود، بلکه ورزشکاران همواره در عرصه‌های اجتماعی و انسانی نیز پیشگام هستند. رها صابری سرپرست اداره ورزش و جوانان بندرلنگه، ضمن تقدیر از برگزارکنندگان این برنامه و ورزشکاران شرکت‌کننده، استمرار این اقدام ارزشمند طی بیش از یک دهه و نیم را قابل تحسین دانست و بر ضرورت توسعه فرهنگ اهدای خون در جامعه تأکید کرد. شروح رئیس هیئت کوهنوردی شهرستان بندرلنگه با اشاره به سابقه طولانی اجرای این برنامه اظهار داشت: هیئت کوهنوردی همواره تلاش کرده است علاوه بر فعالیت‌های ورزشی، در برنامه‌های اجتماعی و انسان‌دوستانه نیز نقش مؤثری داشته باشد و خوشبختانه این سنت نیکو هر سال با مشارکت خوب اعضا ادامه پیدا کرده است.

تیم‌های شرکت‌کننده در زیرگروه لیگ یک فوتبال ساحلی
باشگاه‌های کشور مشخص شد

حضور دو نماینده از هرمزگان

* محمود رئیسی

نمایندگان هرمزگان در زیرگروه لیگ یک فوتبال ساحلی باشگاه‌های کشور مشخص شدند. اسامی تیم‌های شرکت‌کننده در مسابقات زیرگروه لیگ یک فوتبال ساحلی باشگاه‌های کشور فصل ۱۴۰۴ از سوی سازمان لیگ اعلام شد. کنعان میناب و ستارگان خلیج فارس کیش دو نماینده هرمزگان به همراه دربادلان ساحل ساری، شهاب کرمانشاه، ترکان زنجان آذرخش کرمان و پارس دکل گستر اراک تیم‌های حاضر در مسابقات زیرگروه لیگ یک فوتبال ساحلی باشگاه‌های کشور می‌باشند. در پایان مسابقات دو تیم برتر، از زیرگروه فوتبال ساحلی کشور، به لیگ یک در فصل ۱۴۰۵ صعود خواهند نمود که بلافاصله باید در این فصل، در مسابقات لیگ یک فوتبال ساحلی کشور شرکت نمایند.

رقابت‌های انتخابی تیم ملی پارادوومیدانی

دختران هرمزگانی
بر سکوی قهرمانی ایستادند

پروانه اسماعیلی، نقره پرش طول را فاطمه رنجبری، برای هرمزگان کسب کردند.

نقره ۱۵۰۰ متر را فاطمه عاشورزاده، طلا پرتاب نیزه را پروانه اسماعیلی، برنز پرتاب وزنه را

در این مسابقات طلای ۱۰۰ متر را فاطمه رنجبری، نقره ۸۰۰ متر را فاطمه عاشورزاده،

جام برترین بازیکن دوره چهار ساله دومینو هرمزگان

«سینا جعفری» به‌عنوان برترین بازیکن معرفی شد

* محمود رئیسی

برترین بازیکن دوره چهار ساله (۱۴۰۴-۱۴۰۱) دومینو استان هرمزگان معرفی شد.

رئیس کمیته دومینو هیئت ورزش‌های همگانی هرمزگان از درخشش چهره‌های برتر این رشته در مسابقات جام برترین بازیکن چهار ساله (۱۴۰۴-۱۴۰۱) دومینو استان هرمزگان در بخش انفرادی خبر داد و گفت: در پایان این رقابت‌ها، سینا جعفری، صادق یوسفی‌یگانه و عمادالدین جعفری عناوین اول تا سوم را به خود اختصاص دادند. صادق یوسفی‌یگانه، با اشاره به برگزاری مسابقات دومینو به مناسبت گرامیداشت شهدای مدرسه میناب اظهار کرد: این رقابت‌ها با حضور قهرمانان برتر دومینو استان به میزبانی جهاد دانشگاهی استان هرمزگان و در محل مرکز رشد این واحد برگزار شد.

وی با بیان این‌که مسابقات به‌صورت دوره‌ای و در ۹ دور برگزار شد بیان داشت: در این دوره از رقابت‌ها سینا جعفری، صادق یوسفی‌یگانه، عمادالدین جعفری، پری‌ناز شادکام کلوانق، بردیا دامپار، حسن جعفری، حمید کشوری، محمود طاهری‌زاده، احمد دریس سیدی و حمید نامی از چهره‌های شاخص دومینو استان حضور داشتند که در پایان، سینا جعفری با کسب ۷ پیروزی و ۲ شکست عنوان قهرمانی، صادق یوسفی‌یگانه با کسب ۶ پیروزی و ۳ شکست عنوان نایب قهرمانی و عمادالدین جعفری با کسب نتیجه مشابه و تفاضل امتیازی کمتر عنوان سومی مسابقات



را از آن خود کرد. یوسفی‌یگانه ادامه داد: پری‌ناز شادکام کلوانق نیز با عملکرد درخشان خود عنوان فنی‌ترین و ارزشمندترین بازیکن این دوره از مسابقات را به‌دست آورد. رئیس کمیته دومینو هیئت ورزش‌های همگانی هرمزگان با اشاره به نتایج کسب شده

مدیرکل ورزش و جوانان هرمزگان خبرداد

برگزاری فوتبال میناب ۱۶۸ در پاسداشت شهدای مدرسه شجره طیبه

* محمود رئیسی

در راستای بزرگداشت یاد شهدای گرانقدر و پاسداشت یاد ۱۶۸ فرشته آسمانی از مدرسه‌ی شهدای «شجره طیبه» میناب، رویداد ورزشی و معنوی «جام فوتبال میناب ۱۶۸» با حضور دانش‌آموزان و ورزشکاران امروز برگزار خواهد شد.

به گزارش صبح ساحل، مدیرکل ورزش و جوانان هرمزگان با

تأکید بر اهمیت پیوند میان ورزش و ارزش‌های معنوی، از برگزاری این رویداد حمایت کرده و آن را گامی ارزشمند در جهت زنده نگه داشتن نام شهدای عزیز از طریق ورزش دانست. وی خاطرنشان کرد: این مسابقات صرفاً یک رقابت ورزشی نیست، بلکه پیامی صلح‌طلبانه و در عین حال حماسی برای یادآوری فداکاری‌های عزیزانمان است. در این رویداد،

۱۶۸ دانش‌آموز فوتبالیست در قالب ۱۴ تیم، در ۸ بازی دوستانه در استادبوم شهید جهانگیر امینی به رقابت خواهند پرداخت.

این مسابقات از امروز دوشنبه ۲۸ اردیبهشت ماه با همکاری اداره کل ورزش و جوانان هرمزگان، شهرداری میناب و سایر نهادها در محل استادبوم شهید امینی میناب برگزار می‌شود.

سبک زندگی مدرن و چالش‌های فراموشی زودهنگام

آلزایمر خاموش در جوانان شهری



محیا تکنده
روانشناس بالینی

تا همین چند سال پیش، آلزایمر را بیماری سالمندان می‌دانستیم. معادله‌ای ساده که در آن پیری برابر بود با زوال عقل. اما داده‌های نوین پزشکی این معادله را بر هم زده‌اند. در سال ۲۰۲۳ پزشکان بیمارستان شوان وو پکن، موردی از یک جوان ۱۹ ساله را ثبت کردند که به عنوان جوان‌ترین فرد مبتلا به آلزایمر شناخته شد. این تنها یک مورد نادر و آماری جزئی نبود و پژوهش‌های گسترده‌تر الگویی هشداردهنده را آشکار می‌کنند، الگویی که نشان می‌دهد عوامل خطر این بیماری، نه در دوران پیری که در دهه دوم و سوم زندگی شروع به کار می‌کنند. آلزایمر خاموش به روندی گفته می‌شود که در آن نشانه‌های زیستی بیماری -از التهاب مزمن گرفته تا تجمع پروتئین‌های سمی در مغز- سال‌ها پیش از بروز علائم آشکار، شکل می‌گیرند. آنچه این پدیده را به بحرانی جمعی تبدیل می‌کند، هم‌پوشانی آن با زیست‌بهایان طبقه شهری مدرن است، الگویی شامل بی‌خوابی ناشی از کار شبانه، تغذیه صنعتی، آلودگی هوا، تنهایی شهری و فشار عصبی مزمن.

آسیب‌پذیرترین مغزها

مطالعات بین‌المللی که در مجله معتبر جاما نورولوژی منتشر شده نشان می‌دهد که سالانه نزدیک به ۳۷۰ هزار مورد جدید از زوال عقل زود هنگام در جهان ثبت می‌شود. این آمار، تصویر نسل جوان شهری را از یک جمعیت کاملاً سالم خارج می‌کند. پژوهش دانشگاه اکستر در بریتانیا بر روی بیش از ۳۵۰ هزار فرد زیر ۶۵ سال نشان داد که ۱۵ عامل خطر مشخص، از جمله پایگاه اقتصادی-اجتماعی ضعیف، انزوای اجتماعی و کمبود ویتامین دی، به طور مستقیم با بروز زود هنگام آلزایمر مرتبط هستند. این یافته‌ها به روشنی نشان می‌دهد که زوال عقل زود هنگام، پدیده‌ای تصادفی یا صرفاً ژنتیکی نیست، بلکه تابعی از شرایط مادی و اجتماعی زندگی افراد است. در واقع، مغز جوانان شهری در معرض آماجی از عوامل فرسایشی قرار دارد؛ از هوای آغشته به ذرات معلق گرفته تا خوراکی‌های فرآوری‌شده که التهاب خاموش را در بدن تغذیه می‌کنند. این حمله خاموش، لایه‌های شناختی مغز را یکی پس از دیگری هدف می‌گیرد.

فرسودگی شغلی و خواب از دست رفته

شاید ساده‌ترین مسیر برای ورود به این معضل، خواب باشد. جامعه‌ی مدرن شهری، به ویژه در قشر کارگر و کارمند، با بحرانی به نام محرومیت از زمان استراحت مواجه است. اضافه‌کاری‌های اجباری، مشاغل شیفتی و فشار رقابت برای بقا، خواب کافی را به یک لوکس تبدیل کرده است. اما بهای این کم‌خوابی چیست؟ پژوهش‌های عصب‌شناسی نشان می‌دهند که طی خواب عمیق، سیستمی به نام "سیستم گلیمفاتیک" در مغز فعال می‌شود و مواد زائد سمی مانند پروتئین‌های آمیلوئید و تاو را پاکسازی می‌کند. محرومیت مزمن از خواب، عملاً این سیستم تصفیه را از کار می‌اندازد. تجمع این مواد، سنگ بنای اولیه آسیب‌های آلزایمر است. جوانی که شاغل است و برای تامین حداقلی معاش ناگزیر از کم‌خوابی، پیامدش را فقط در خستگی مفرط تجربه نمی‌کند، در واقع این خستگی پیش‌درآمد زوال تدریجی نورون‌هاست و اینجا سازوکاری دیالکتیکی شکل می‌گیرد. اقتصاد نابرابر، فرد را به سمت کار بی‌وقفه سوق می‌دهد و این سبک

زندگی، به نوبه‌ی خود، زمینه‌ی بیماری‌های تخریب‌کننده‌ی عصبی را فراهم می‌کند.

تنهایی جمعی

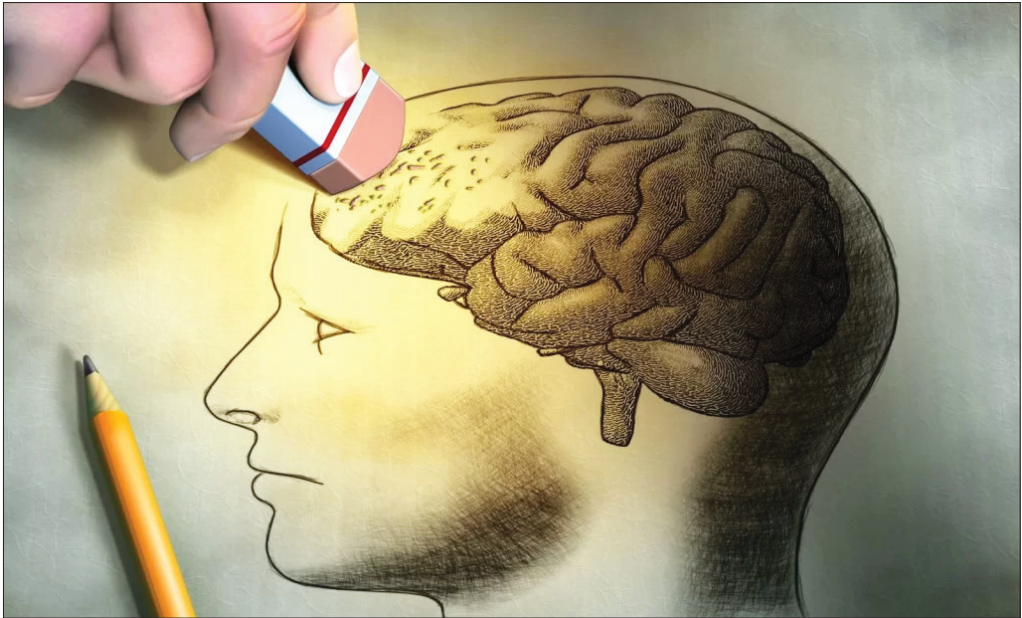
در کلان‌شهرهای مدرن، هرچند تراکم جمعیت بالاست، اما عمق روابط اجتماعی به شدت کاهش یافته است. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که انزوای اجتماعی، یکی از قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های زوال عقل زود هنگام است. در مطالعه دانشگاه اکستر، "تنهایی مزمن" به عنوان عاملی مستقل، خطر ابتلا را تا سطوح قابل توجهی افزایش می‌دهد. از منظر زیستی تنهایی تولید هورمون کورتیزول (هورمون استرس) را افزایش می‌دهد که برای سلول‌های مغز سمی است. از سوی دیگر، فقدان تعاملات اجتماعی معنادار، مغز را از تامین شناختی محروم می‌کند. تعامل با دیگران، به معنای واقعی، ورزشی برای نورون‌هاست. ساختار زندگی در شهرهای بزرگ از خانه‌های کوچک بدون فضای ملاقات تا طراحی حمل و نقل نقطه به نقطه که از پیاده‌روی و گفتگو جلوگیری می‌کند و همگی این‌انزوارا بازتولید می‌کنند.

میراث خوراک صنعتی

یکی از شگفت‌انگیزترین یافته‌های پژوهشی اخیر که در مجله دیجنال هلث منتشر شده، به نقش التهاب در جوانان اشاره دارد. این مطالعه بر روی گروه بزرگی از افراد ۲۴ تا ۴۴ ساله نشان داد که افزایش نشانگرهای التهابی در خون، مانند اینترلوکین-۶ یعنی نوعی پروتئین نشان‌دهنده التهاب، با کاهش قابل توجه حافظه کلامی و کاری مرتبط است. این التهاب خاموش از کجا می‌آید؟ پاسخ در بشقاب غذای مدرن شهری نهفته است. غذای فرآوری‌شده، چربی‌های ترانس، قندهای صنعتی و کمبود اسیدهای چرب امگا-۳، زمینه التهاب سیستمیک را فراهم می‌کنند. قشر کم‌درآمد شهری که برای گذران زندگی ناگزیر از مصرف ارزان‌ترین خوراکی‌هاست، بیش از دیگران در معرض این آسیب است. این پدیده نه یک انتخاب فردی که حاصل زنجیره‌ی تولید و توزیع ناعادلانه مواد غذایی در نظام شهری است. در واقع آلزایمر خاموش، از مجرای التهاب مزمن، خود را به عنوان یکی از بیماری‌های ناشی از نابرابری در دسترسی به غذای سالم معرفی می‌کند.

معماری شهر و مغز فرسوده

بوم‌شناسی شهری، فراتر از روابط اجتماعی، بر سلامت عصب تأثیر می‌گذارد. پژوهش‌های عصب‌شناسی محیطی نشان می‌دهد که زندگی در کنار خیابان‌های شلوغ و پر سر و صدا، میزان کورتیزول ساکنان را به طور مداوم افزایش می‌دهد. صدای ممتد ترافیک، حتی اگر فرد به آن عادت کند، سیستم هشدار مغز



را فعال نگه می‌دارد و انرژی شناختی را تحلیل می‌برد. از سوی دیگر، آلودگی هوا به ذرات معلق نیز مستقیماً از طریق عصب بویایی وارد مغز شده و واکنش‌های شبه‌آلزایمری را تحریک می‌کند.

در مقابل پژوهش‌ها نشان داده‌اند دسترسی به فضای سبز، روند پیری مغز را تا پنجاه درصد کند می‌کند. اما در ساختار شهری کنونی که زمین به کالایی گرانبها تبدیل شده، پارک‌ها و فضاهای عمومی در حال حذف شدن هستند و ساختمان‌های بلند و بدون حیاط، جایگزین آنها شده‌اند. این معماری ضد انسانی، که اولویت خود را بر سود سرمایه‌گذاران قرار می‌دهد، گذشته، عادت‌های مصرف رسانه‌ای جوانان شهری دستخوش دگرگونی بنیادین شده است. پژوهش مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های آمریکا در سال ۲۰۲۲ نشان داد که نوجوانان و جوانان به طور متوسط روزانه بیش از هفت ساعت را صرف تماشای صفحه‌های نمایشگر تلفن همراه، تبلت و تلویزیون می‌کنند. این میزان مواجهه با محتوای سریع و پرشتاب، بازآموزی مغز برای حافظه فعال را به همراه دارد. حافظه فعال، همان توانایی نگهداری موقت اطلاعات و دستکاری آن‌هاست که پایه تفکر منطقی و حل مساله به شمار می‌رود. محتوای کوتاه، با تحریک پیایی سیستم پاداش مغز از طریق رهاسازی دوپامین، فرد را در چرخه‌ی جستجوی مداوم محرک جدید گرفتار می‌کند. نتیجه این فرایند افت قابل اندازه‌گیری در دامنه توجه و ظرفیت حافظه کاری است وضعیتی که در پژوهش‌های عصب‌شناسی، خستگی شناختی ناشی از چندوظیفگی دیجیتال نام گرفته است. در جامعه مدرن، این سبک مصرف رسانه‌ای نه یک انتخاب فردی که پاسخی به تولید انبوه محتوای زودگذر توسط پلتفرم‌های تجاری است. این پلتفرم‌ها برای بیشینه کردن سود خود، معماری اعتیادآوری طراحی کرده‌اند که عمیقاً با سلامت عصب در تضاد است. بنابراین، فراموشی زود هنگام ریشه دیگری نیز پیدا می‌کند: اقتصاد توجه که ذهن جوان را فقط قطعه جعبه می‌کند تا زمان بیشتری را صرف مصرف محتوای بی‌ارزش کند و در این مسیر، بنیان‌های شناختی او را فرسایش می‌دهد.

آلزایمر خاموش در جوانان شهری، یک هشدار بیولوژیک در بستر یک بحران اجتماعی است. داده‌های علمی نشان می‌دهند که فشاری که سبک زندگی مدرن شهری بر مغز وارد می‌کند -از بی‌خوابی ناشی از کار تا تنهایی در میان جمعیت و تغذیه از خوراکی‌های التهابی- همگی ریشه در ساختار نابرابر اقتصادی و اولویت‌های نادرست برنامه‌ریزی شهری دارند. این بیماری، میراث طبیعی فرسودگی شغلی، زوال روابط جمعی و مصرف اجباری کالاهای بی‌ارزش غذایی است. درک این پیوندها، تقصیر را از دوش فرد برمی‌دارد و آن را بر شانه نظام توزیع منابع می‌گذارد. مسیر مقابله با این بحران، از تغییر سبک زندگی فردی فراتر می‌رود و به بازتعریف سیاست‌های شهری، تضمین حق خواب کافی برای کارگران و کارمندان، توزیع عادلانه غذای سالم و بازسازی فضاهای عمومی برای تعاملات اجتماعی انسانی گره می‌خورد. در غیر این صورت، آلزایمر به زودی به یکی از شایع‌ترین بیماری‌های طبقات فرودست شهری تبدیل خواهد شد جمعیتی که پیش‌تر، پیش از بیمار شدن، در چرخه فرسایشی کار و استثمار، فراموش شده بودند.

آگهی شرکت‌های تعاونی سراسر هرمزگان در صبح ساحل

تلفن پذیرش: ۰۵-۱۰۵۰۳۲۴۴۳۲۴۴

دانستنی

زمانی که اضطراب نوجوانی به بحران تبدیل می‌شود؛ چه باید کرد؟

سرویس زندگی

اضطراب در دوران نوجوانی تجربه‌ای نسبتاً رایج است و به دلیل تغییرات جسمی، ذهنی و اجتماعی این دوره بروز می‌کند. هرچند اضطراب خفیف واکنشی طبیعی به فشارهای زندگی است، اما اگر شدید یا مداوم شود می‌تواند بر تحصیل، روابط اجتماعی و سلامت روان نوجوان اثر منفی بگذارد. بر اساس مطلب منتشرشده در وب‌سایت WebMD، اضطراب واکنشی طبیعی به موقعیت‌های استرس‌زا است و همه افراد، به‌ویژه نوجوانان، گاهی آن را تجربه می‌کنند. این احساس ممکن است در موقعیت‌هایی مانند امتحان، صحبت در جمع، آشنایی با افراد جدید یا حتی فعالیت‌های روزمره بروز کند. با این حال، برخی نوجوانان نسبت به دیگران حساس‌تر هستند و حتی فکر کردن به یک موقعیت می‌تواند در آن‌ها واکنش‌های شدید جسمی مانند تپش قلب، دل درد و لرزش ایجاد کند. این گزارش نگاهی دارد به ماهیت اضطراب، نشانه‌های خطر، راهکارهای مدیریت آن و درمان‌هایی که می‌تواند به نوجوانان کمک کند.

اضطراب چیست و چرا رخ می‌دهد؟

اضطراب در اصل یک واکنش طبیعی بدن در مواجهه با خطر یا فشار است. کمی اضطراب می‌تواند انگیزه‌بخش باشد برای مثال، نگرانی درباره یک امتحان ممکن است باعث شود فرد تلاش بیشتری برای مطالعه انجام دهد. اما زمانی که این احساس بیش از حد، غیرمنطقی یا مداوم شود و باعث اجتناب از فعالیت‌ها یا ناتوانی در تمرکز شود، به مشکلی تبدیل می‌شود. برای برخی نوجوانان، صرفاً تصور یک موقعیت مانند پریدن با چتر نجات یا حتی صحبت در جمع می‌تواند ترسی شدید ایجاد کند، در حالی که نوجوان دیگر ممکن است همان موقعیت را هیجان‌انگیز بداند. این تفاوت نشان می‌دهد اضطراب نه فقط به موقعیت، بلکه به نحوه برداشت ذهنی فرد نیز بستگی دارد.

چه زمانی اضطراب طبیعی نیست؟

نشانه‌های زیر می‌تواند بیانگر اضطراب بیش از حد باشد:

- نگرانی یا ترس شدید بدون دلیل مشخص - نگرانی افراطی درباره فعالیت‌های معمول - اشتغال ذهنی مداوم با درست انجام دادن کارها یا چک کردن‌های مکرر - ناتوانی در انجام فعالیت‌هایی مانند امتحان دادن یا ارتباط با دوستان به دلیل وحشت زیاد - کاهش محسوس کیفیت زندگی به دلیل ترس‌ها یا نگرانی‌ها. اگر نوجوانی مرتباً به دلیل اضطراب از موقعیت‌های روزمره دوری می‌کند یا به سختی با مسائل عادی کنار می‌آید، این وضعیت نیازمند بررسی تخصصی است.

راهکارهایی برای مقابله با اضطراب در نوجوانان

نوجوانان می‌توانند با استفاده از برخی روش‌ها، اضطراب خود را مدیریت کنند. نخستین گام شناخت احساسات و دلیل شکل‌گیری آن‌ها است. آگاهی از موقعیت‌های محرک اضطراب می‌تواند به نوجوان کمک کند برای آن‌ها آماده باشد.

روش‌های پیشنهادی عبارتند از:

- پذیرش اینکه یک موقعیت استرس‌زا است و برنامه‌ریزی برای مواجهه با آن - یادآوری موفقیت‌های گذشته برای کاهش نگرانی - گفت‌وگو با یک دوست، والدین، مشاور یا معلم - شناسایی محرک‌ها و تلاش برای مدیریت یا کاهش آن‌ها - اگر این روش‌ها کافی نبود و اضطراب همچنان ادامه داشت، مراجعه به یک متخصص سلامت روان توصیه می‌شود.

درمان‌های موجود برای اضطراب نوجوانان

به گفته WebMD، درمان اضطراب با توجه به شرایط فرد ممکن است شامل ترکیبی از روان‌درمانی و دارودرمانی باشد.

دارودرمانی: برخی داروهای ضداضطراب یا داروهای تنظیم‌کننده خلق برای کنترل اضطراب تجویز می‌شود. برخی از این داروها مشابه داروهای درمان افسردگی هستند و ممکن است چند هفته زمان ببرد تا اثر کامل آن‌ها ظاهر شود. در موارد اضطراب موقعیتی مانند اضطراب امتحان یا سخنرانی، ممکن است یک داروی کوتاه‌اثر مانند بتابلورک پیش از موقعیت پراسرس تجویز شود. مصرف دارو باید همیشه تحت نظر پزشک باشد.

درمان شناختی-رفتاری (CBT):

این روش از مؤثرترین درمان‌ها برای نوجوانان مضطرب است. در CBT، فرد یاد می‌گیرد افکار اضطراب‌زا را شناسایی و اصلاح کند و مهارت‌های مدیریت اضطراب را تمرین کند. این درمان معمولاً با جلسات منظم انجام می‌شود و نیازمند همکاری فعال نوجوان است.

بایوفیدبک (Biofeedback):

در این روش که کمتر رایج است، دستگاه‌هایی علائم فیزیولوژیک بدن مانند ضربان قلب و تنش عضلانی را اندازه‌گیری می‌کنند. نوجوان با مشاهده این داده‌ها یاد می‌گیرد چگونه آرام‌سازی بدن را تقویت کند. این روش برای برخی افراد جذاب و شبیه یک بازی آموزشی است.

تکنیک‌های آرام‌سازی:

تمرین تنفس عمیق، مدیتیشن، یوگا، تای‌چی یا گوش دادن به موسیقی آرامش‌بخش از جمله روش‌هایی است که می‌تواند در کاهش تنش و مدیریت اضطراب مؤثر باشد. کارشناسان پیشنهاد می‌کنند نوجوانان هر روز حدود ۲۰ دقیقه برای تمرین آرام‌سازی وقت بگذارند.

چه زمانی باید کمک تخصصی گرفت؟

اگر اضطراب نوجوان بسیار شدید است، عملکرد او در مدرسه، روابط دوستانه یا زندگی روزمره مختل شده یا نشانه‌های نگران‌کننده پیش‌رونده دارد، مراجعه به متخصص ضروری است. بر اساس داده‌های WebMD، حدود ۲۹ درصد نوجوانان اضطرابی دارند که نیازمند درمان حرفه‌ای است. اضطراب بخشی طبیعی از زندگی است، اما در صورتی که شدید، مداوم یا مختل‌کننده باشد، باید آن را جدی گرفت. شناخت محرک‌ها، استفاده از روش‌های آرام‌سازی، گفت‌وگو با اطرافیان و در صورت لزوم مراجعه به متخصص می‌تواند به نوجوانان کمک کند با اضطراب خود کنار بیایند و زندگی روزمره را با آرامش بیشتری تجربه کنند. توجه به این موضوع می‌تواند از بروز مشکلات جدی‌تر روانی در آینده پیشگیری کند.

- صاحب امتیاز
- شرکت تعاونی صبح ساحل
- مدیر مسئول
- الهام کرمی
- قائم‌مقام مدیرمسئول و سردبیر
- مهراب رشیدی
- دبیر تحریریه
- فاطمه محمودآبادی
- دبیر سرویس ورزش
- محمود رئیسی



بنیانگذار:
شادروان
قاسم کرمی

- دبیر سرویس حوادث
- آنا رام
- دبیر سرویس آنلاین
- سامیه طهوریان
- چاپ مهدوی کرمان
- تحریریه
- ۰۷۶۳۲۲۹۵۸۵ (داخلی ۱۲۴)
- آگهی‌ها
- ۰۷۶۳۲۲۴۱۴۶۲ - 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 صبح ساحل نیوز
- www.sobhesahel.ir

عملیات امنیتی الحشد الشعبی و ارتش عراق در مرز عربستان سعودی

نیروهای امنیتی عراق به ویژه الحشد الشعبی، پس از رصد تحرکات مشکوک تروریست‌ها در مرز مشترک با عربستان سعودی، اقدامات امنیتی را آغاز کرده‌اند.

یک منبع امنیتی در استان الانبار عراق خبر داد تدابیر امنیتی بی‌سابقه‌ای در مناطق منتهی به گذرگاه مرزی «عرعر» با عربستان سعودی اتخاذ شده است. این منبع همچنین خبر داد: «نیروی امنیتی الحشدالشعبی با پشتیبانی نیروهایی از ارتش، پس از رصد تحرکات مشکوک بقایای تروریست‌ها در مناطق مذکور، تدابیر امنیتی بی‌سابقه‌ای را اعمال کردند» وی تأکید کرد که نیروهای الحشد الشعبی

توحید ورستان

خبرنگار



براساس گزارش اخیر موسسه مالی بین‌المللی (IIF)، بدهی جهانی تا پایان ماه مارس گذشته به رکورد حدود ۳۵۳ تریلیون دلار رسید. این موسسه در گزارش فصلی خود با عنوان «دیده‌بان بدهی جهانی» اعلام کرد که استقراض ایالات متحده از جمله عوامل اصلی افزایش بدهی جهانی به میزان بیش از ۴.۴ تریلیون دلار در سه‌ماهه نخست سال جاری بوده است که سریع‌ترین افزایش از اواسط سال ۲۰۲۵ و پنجمین افزایش سه‌ماهه متوالی را نشان می‌دهد. این گزارش همچنین به افزایش شدید سطح بدهی در آغاز سال و در میان وام‌گیرندگان شرکت‌های غیرمالی چینی، عمدتاً دولتی، اشاره دارد که میزان بدهی آن‌ها به طور قابل توجهی فراتر رفت. این گزارش می‌افزاید که بدهی بازارهای توسعه‌یافته اندکی کاهش یافته است. اما بازارهای نوظهور، به استثنای چین، افزایش را ثبت کرده‌اند که ناشی از استقراض دولتی است. این موسسه با اشاره به افزایش تقاضای بین‌المللی برای اوراق قرضه دولتی ژاپن و اروپا، آن را نشانه‌ای از حرکت سرمایه‌گذاران به سمت تنوع‌بخشی در پرتفوی‌های سرمایه‌گذاری خود دانسته‌اند. طبق این گزارش، انتظار می‌رود نسبت بدهی در منطقه یورو و ژاپن به دلیل تداوم انبساط مالی، روند ملایم‌تری را دنبال کند، در مقابل بازار اوراق قرضه شرکتی ایالات متحده ناشی از انتشار اوراق قرضه مرتبط با هوش مصنوعی و ورودی سرمایه‌گذاری خارجی، به رشد خود ادامه می‌دهد. البته بدهی عمومی ایالات متحده، اکنون برای نخستین بار از سال ۱۹۴۶ رسماً از ۱۰۰ درصد تولید ناخالص داخلی فراتر رفته و به تقریباً ۱۰۰.۲ درصد، ۳۱.۲۶۵ تریلیون دلار، رسیده است. البته کل بدهی ناخالص این کشور شامل دارایی‌های درون دولتی، حتی از ۱۲۰ درصد نیز بالاتر است.

سایه سنگین بدهی

به باور کارشناسان، اقتصاد جهان در مسیری خطرناک قرار دارد که ریشه آن توهم «تأمین مالی از طریق بدهی نامحدود» است. همانطور که اشاره شد، آخرین گزارش «بدهی جهانی» از سوی موسسه مالی بین‌المللی (IIF) در واقع یک هشدار جدی بوده، مبنی براینکه کل بدهی جهانی به رکورد خیره‌کننده ۳۵۳ تریلیون دلار رسیده است. این رقم صرفاً یک ناهنجاری آماری نیست؛ بلکه نشان‌دهنده بحران سیستماتیک در اقتصاد جهان است که رفاه نسل‌های آینده را تهدید می‌کند. وقتی مقیاس این رقم نسبت به اندازه اقتصاد جهانی بررسی شود، تصویر حتی نگران‌کننده‌تر می‌شود، زیرا نسبت بدهی به تولید ناخالص داخلی تقریباً ۳۰۵ درصد خواهد شد. یعنی اقتصاد جهان، سه برابر بیشتر از تولید سالانه خود بدهکار است و عملاً ثروتی را خرج می‌کند که هنوز وجود ندارد.

براساس داده‌ها، عاملان اصلی این کوه بدهی عمدتاً دو اقتصاد بزرگ جهان یعنی ایالات متحده و چین هستند. در سال‌های اخیر این ابرقدرت‌ها از بدهی به عنوان ابزار اصلی حفظ ثبات داخلی، تأمین مالی برنامه‌های بلندپروازانه ژئوپلیتیکی و تحریک رشد اقتصادی استفاده کرده‌اند. اکنون، جهان در حال ورود به دوران جدیدی از فشارهای ساختاری است که کاهش بدهی را تحت سیاست‌های کنونی تقریباً غیرممکن می‌کند. جهان با هزینه‌های اجتناب‌ناپذیر مانند جمعیت مسن نیازمند هزینه‌های هنگفت تأمین اجتماعی و مراقبت‌های بهداشتی، افزایش شدید بودجه دفاعی و نیازهای سرمایه‌ای نجومی در راستای گذار به انرژی

موسسه مالی بین‌المللی (IIF) از افزایش شدید سطح بدهی جهانی در سال میلادی جاری خبر داد

جهان مقروض

✓ عاملان اصلی این کوه بدهی عمدتاً دو اقتصاد بزرگ جهان یعنی ایالات متحده و چین هستند



تسلط سنتی دلار و اوراق قرضه خزانه‌داری ایالات متحده باشیم.

سبز و انقلاب هوش مصنوعی است. برای کشورهای توسعه‌یافته به ویژه ایالات متحده یا برخی از قدرت‌های اروپایی، این بار بدهی سنگین اما قابل مدیریت تلقی می‌شود. آن‌ها از عمق نهادی و حاکمیت ارزی لازم برای عبور از نسبت‌های بالای بدهی به تولید ناخالص داخلی برخوردارند. اما ترازدی واقعیت ۳۵۳ تریلیون دلاری، به شدت در بازارهای نوظهور احساس می‌شود. برای کشورهایی با ذخایر مالی محدود و ارزهای ضعیف‌تر، ترکیبی از بدهی و نرخ بهره جهانی بالا، به عنوان چالش اقتصادی عمل می‌کند. معمولاً بانک‌های مرکزی غرب برای مقابله با تورم، افزایش نرخ می‌دهند، در نتیجه هزینه بازپرداخت بدهی برای

مرحله‌ای جدید در نظام مالی جهانی همانطور که اشاره شد، این گزارش نشانه‌هایی از تنوع بخشی پرتفوی سرمایه‌گذاران بین‌المللی به اوراق قرضه خزانه‌داری آمریکا و افزایش تقاضا برای اوراق قرضه دولتی ژاپن و اروپا را نشان می‌دهد. به باور کارشناسان، اگرچه بازار تقریباً ۳۰ تریلیون دلاری اوراق قرضه آمریکا با خطر فوری مواجه نیست، اما مسیر بلندمدت بدهی دولت آمریکا در مسیری «ناایدار» قرار دارد. استقراض گسترده واشنگتن برای تأمین مالی هزینه‌های عمومی در زیرساخت‌ها، دفاع و محرک‌های اقتصادی، عامل اصلی افزایش بدهی جهانی به بیش از ۴.۴ تریلیون دلار در سه ماهه اول بود. تغییر در نظام مالی جهان، تدریجی اما با پیامدهای راهبردی عمیقی است، زیرا اوراق قرضه خزانه‌داری ایالات متحده در سال‌های اخیر ستون فقرات سیستم مالی جهانی و مقصد اصلی ذخایر پولی و سرمایه‌گذاری‌های دولتی بوده است، کاهش اعتماد نسبی به آن نیز به عوامل متعددی از جمله افزایش نرخ بهره در ایالات متحده، اختلافات سیاسی داخلی بر سر سقف

بدهی و نگرانی‌ها در مورد رشد بدهی بیش از رشد اقتصادی مرتبط است. در مجموع، سطح بی‌سابقه بدهی جهان نشان‌دهنده آغاز یک تغییر تدریجی در سیستم مالی جهانی نیز است. اگر روند تنوع‌بخشی سرمایه‌گذاران به دارایی‌های ایالات متحده ادامه یابد، احتمالاً در سال‌های آینده شاهد تغییرات عمیق‌تری در موازنه قدرت مالی و شاید کاهش نسبی

میز خبر

انگلیس سیستم جدید ضد پهپاد در خاورمیانه مستقر کرد

سرویس خبری

انگلیس یک سیستم موشکی ضد پهپاد کم‌هزینه جدید را در اختیار نیروی هوایی سلطنتی این کشور در خاورمیانه قرار داده است. سیستم سلاح پیشرفته هدف گیری دقیق (APKWS) به سرعت به خدمت گرفته شده و در کمتر از دو ماه از حالت آزمایشی به حالت عملیاتی رسیده و قرار است روی جنگنده های تایفون نیروی هوایی سلطنتی انگلیس که در خلیج فارس فعالیت می‌کنند، نصب شود. ادعا می‌شود که این سیستم جدید، نیروی هوایی انگلیس را قادر ساخته است تا اهداف را با هزینه بسیار پایین تر از موشک‌های استاندارد هوا به هوا رهگیری و نابود کند.

این اقدام پس از آزمایش‌های موفقیت‌آمیز توسط خلبانان اسکادران ۴۱ در ماه آوریل انجام شد.

لوک پولارد وزیر آمادگی دفاعی و صنعت انگلیس گفت که این تلاش به نیروی هوایی سلطنتی انگلیس کمک می‌کند تا «پهپادهای بسیار بیشتری را با هزینه بسیار کمتر» سرنگون کند.

وی افزود که ناوگان تایفون همچنان «ستون فقرات دفاع هوایی انگلیس و ناتو» است که از جناح شرقی اروپا و شرکای آن در سراسر خاورمیانه محافظت می‌کند. سیستم سلاح پیشرفته هدف گیری دقیق از فناوری هدف‌گیری لیزری برای تبدیل راکت‌های غیرهدایت‌شونده به مهمات دقیق استفاده می‌کند و روشی پایدار برای مقابله با حجم بالای پهپادهای تهاجمی نسبتاً ارزان ارائه می‌دهد.

در کنار تایفون‌های هواپرد، انگلیس دارایی‌های دفاع هوایی زمینی خود را در منطقه حفظ کرده است، از جمله سامانه اسکای سیبر در عربستان سعودی و موشک چندمنظوره سبک در بحرین. این اقدام پس از تعهد اخیر ۸۶۰ میلیون دلاری برای ارتقاء ناوگان تایفون انگلیس انجام می‌شود که تضمین می‌کند این هواپیما تا دهه ۲۰۴۰ عملیاتی باقی بماند./خبرآنلاین

چین؛

بزرگترین صادر کننده عناصر نادر خاکی

ژاپن و آمریکا، بزرگترین خریداران عناصر نادر خاکی چین



فلزات نادر خاکی تمام فناوری‌های مهم جهان را تغذیه می‌کنند و در خودروهای برقی، صنایع دفاعی و انرژی پاک به کار می‌روند