



صادرات نفت ایران بدون وقفه ادامه دارد



هشدار پیرامون خسارت‌های جنگ فرسایشی، تهدیدی بزرگ‌تر از خود بحران

عادی‌انگاری ناامنی در جنوب



واقعیت‌های تلخی از نرخ ولادت در کشور

زمستان جمعیتی ایران

سرخط خبرها

روایت تفاهم ایران و عربستان؛ وقتی ضرورت بر ایدئولوژی غلبه می‌کند

شبکه‌سازی قدرت

تورم در مسیر کاهش یا جهش دوباره؟

آمار غم‌انگیز نقدینگی

معاون اجرایی رئیس‌جمهور:

مدیریت پسماند به شاخص ارزیابی استانداران تبدیل شود

عملیات نجات ۲۳ خدمه کشتی

سخنگوی اورژانس کشور از غرق شدن و فوت ۸۸۸ نفر در سال گذشته خبر داد

روند افزایشی غرق‌شدگی در تابستان

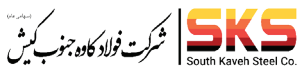
مسابقات رنکینگ بولینگ هرمزگان

نفرات اول تا سوم معرفی شدند

خواندنی‌های روز

چگونه خاطره خود را تغییر دهیم؟

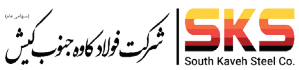
خاطرات مبتلا به روایت



آگهی مناقصه عمومی تأمین کک پاتیل شرکت فولاد کاوه جنوب کیش (سهامی عام)
آگهی شماره ۱۴۰۵۱۳۵۷۱۷-T (نوبت دوم)

شرکت فولاد کاوه جنوب کیش (سهامی عام) در نظر دارد جهت تأمین کک پاتیل (مطابق موارد مندرج در اسناد) از طریق مناقصه عمومی یک مرحله‌ای از تأمین‌کنندگان و تولیدکنندگان واجد شرایط و توانمند دعوت نماید. متقاضیان می‌توانند برای اطلاع از شرایط مناقصه و خرید اسناد مناقصه از تاریخ چاپ آگهی تا پایان وقت اداری روز سه‌شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۴/۳۰ به وب سایت شرکت فولاد کاوه جنوب کیش به نشانی WWW.SKSCO.IR (قسمت خرید و فروش بخش مناقصه‌های جاری) مراجعه نمایند. ۱۴۰۵/۰۸/۰۹

• روابط عمومی شرکت فولاد کاوه جنوب کیش (سهامی عام)



آگهی مناقصه عمومی تأمین ایزوترم سبوس برنج پخته شرکت فولاد کاوه جنوب کیش (سهامی عام)
آگهی شماره ۱۴۰۵۱۳۵۷۱۸-T (نوبت دوم)

شرکت فولاد کاوه جنوب کیش (سهامی عام) در نظر دارد جهت تأمین ایزوترم سبوس برنج پخته (مطابق موارد مندرج در اسناد) از طریق مناقصه عمومی یک مرحله‌ای از تأمین‌کنندگان و تولیدکنندگان واجد شرایط و توانمند دعوت نماید. متقاضیان می‌توانند برای اطلاع از شرایط مناقصه و خرید اسناد مناقصه از تاریخ چاپ آگهی تا پایان وقت اداری روز سه‌شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۴/۳۰ به وب سایت شرکت فولاد کاوه جنوب کیش به نشانی WWW.SKSCO.IR (قسمت خرید و فروش بخش مناقصه‌های جاری) مراجعه نمایند. ۱۴۰۵/۰۸/۰۸

• روابط عمومی شرکت فولاد کاوه جنوب کیش (سهامی عام)

سپاه:

دو فروند سوپر نفتکش متخلف فریب خورده مورد اصابت واقع شدند

فرزندان شما در نیروی دریایی سپاه بر عهد خود در حفظ حقوق ملت ایران در تنگه هرمز تمام قد ایستاده‌اند. ساعاتی پیش ارتش کودک کش آمریکا که از شکست‌های مکرر عبرت نگرفته است، با تحریک شناورها تلاش کرد تعدادی از آنها را از مسیر غیر قانونی عبور دهد. دو فروند سوپر نفت کش متخلف که فریب آمریکا را خوردند و با خاموش کردن سامانه‌های ناوبری و بی‌توجهی به اخطارهای مکرر مرکز کنترل

سرویس سیاسی

روابط عمومی سپاه پاسداران اعلام کرد: دو فروند سوپر نفتکش متخلف فریب خورده، مورد اصابت واقع شدند.

روابط عمومی سپاه پاسداران انقلاب اسلامی اطلاعیه‌ای به شرح زیر صادر کرد:

بسم الله قاصم الجبارین

قَاتِلُوهُمْ يُعَذِّبُهُمُ اللَّهُ بِأَيْدِيكُمْ وَتُجْزَوْنَ مِنْهُمْ نِسْجًا عَلَيْهِمْ وَنُفْسٌ صُورٌ قَوْمٌ مُّؤْمِنِينَ
ملت قهرمان و مومن ایران عزیز؛

۵۵ ماهیگیر ایرانی بازداشت‌شده در امارات به کشور بازمی‌گردند

سرویس سیاسی

این ۵۵ ماهیگیر که عمدتاً از استان‌های سیستان و بلوچستان و هرمزگان هستند، در پی شرایط خاص منطقه و اختلال در سامانه‌های دریایی، طی ماه‌های اسفند و فروردین توسط گارد ساحلی امارات بازداشت و بیش از دو ماه را در بازداشتگاه سوپخان و زندان‌های رأس‌الخیمه و شارجه سیری کرده بودند. سفارت جمهوری اسلامی ایران در ابوظبی اعلام کرد که از زمان اطلاع از وضعیت این افراد، موضوع آزادی و بازگشت آنان را به‌صورت روزانه از طریق مراجع ذی‌ربط اماراتی پیگیری کرده و در همین راستا برای ۴۴ نفر از آنان نیز بلیت بازگشت به کشور تهیه شده است. این اقدام در چارچوب تلاش‌های مستمر وزارت امور خارجه و نمایندگی‌های جمهوری اسلامی ایران در خارج از کشور برای حمایت کنسولی از اتباع ایرانی و تسهیل بازگشت هموطنان به میهن انجام شده است.

با پیگیری سفارت جمهوری اسلامی ایران در ابوظبی، ۵۵ ماهیگیر ایرانی بازداشت‌شده در امارات به کشور بازمی‌گردند.

با پیگیری‌های مستمر وزارت امور خارجه جمهوری اسلامی ایران از طریق اداره کل کنسولی و سفارت کشورمان در ابوظبی، روند بازگشت ۵۵ ماهیگیر ایرانی که در ماه‌های اخیر در امارات متحده عربی بازداشت شده بودند، آغاز شده است.

بر اساس اعلام سفارت کشورمان، تاکنون ۱۴ نفر از این هموطنان با کشتی «آریا» از طریق بندر بستک وارد کشور شده‌اند. همچنین با پیگیری بخش کنسولی سفارت و پس از دریافت مدارک لازم و صدور برگه عبور، ۱۱ نفر دیگر نیز طی روزهای جمعه ۱۹ تیر و دوشنبه ۲۲ تیر از طریق پروازهای دبی - مشهد به میهن اسلامی بازخواهند گشت.

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.

مهدی جهانگیری
خبرنگار سیاسی

در روزهای اخیر، اخبار حملات و انفجارها در جنوب ایران با فاصله‌های زمانی کوتاه تکرار می‌شود: قشم، سیریک، بندرعباس، جاسک، بوشهر، ماهشهر، اندیمشک، اهواز، آبادان، چابهار و حتی نقاطی مانند خنداب و نائین. آنچه ابتدا با حساسیت بالا دنبال می‌شد، به تدریج در حال تبدیل شدن به «رویدادهای معمول» است. این دقیقاً همان خطری است که از خود بحران هم جدی‌تر به نظر می‌رسد: و آن هم عادی‌سازی ناامنی است. هر بحرانی، فارغ از خسارت‌های مستقیم، یک تهدید پنهان و تدریجی به همراه دارد و آن، خو گرفتن جامعه، فعالان اقتصادی و حتی برخی تصمیم‌گیران و فعالان مدنی به وضعیت ناپایدار است. وقتی ناامنی به بخشی از «شرایط عادی» تبدیل شود، حساسیت نسبت به پیامدهای بلندمدت آن کاهش می‌یابد و تلاش برای ریشه‌ای حل کردن بحران به حاشیه رانده می‌شود.

❖ الگوی حملات: از ساحل به عمق

نگاه به نقشه حملات اخیر نشان‌دهنده یک الگوی روشن و نه تصادفی است. حملات از خط ساحلی (چابهار، قشم، بندرعباس، جاسک، بوشهر) آغاز شده و به تدریج به سمت عقبه لجستیکی در جنوب و جنوب‌غرب کشور (خوئستان، اندیمشک، اهواز، ماهشهر و حتی خبرهایی از برخورد پرتابه به اصفهان و کرمان نیز در دست بوده است.) گسترش یافته است. هدف فراتر از تخریب چند پایگاه یا مرکز نظامی است. دشمن با این حملات مرحله‌ای، تلاش می‌کند فاصله بین خطوط دفاعی ساحلی و شبکه پشتیبانی عقبه را افزایش دهد، مسیرهای انتقال نیرو و تجهیزات را تحت فشار قرار دهد و توان مانور ایران را محدود کند. این عملیات‌ها هنوز در سطحی پایین‌تر از جنگ تمام‌عیار پیش می‌روند، اما دقیقاً به همین دلیل خطرناک‌ترند: واکنش ایران سنجیده می‌شود، نقاط ضعف شناسایی می‌گردد، بخشی از توان دفاعی فرسوده می‌شود و هزینه عملیات‌های بعدی برای طرف مقابل کاهش می‌یابد.

بسیاری از پژوهشگران بر این باورند که این فرسایش تدریجی، مقدمه‌ای برای سناریوهای گسترده‌تر است. اگر این روند ادامه پیدا کند، ساختار دفاعی و لجستیکی جنوب کشور به تدریج عقب‌نشینی خواهد کرد. آخرین تحولات ساعات اخیر(تا لحظه نگارش این گزارش) این الگو را تأیید می‌کند. دونالد ترامپ ادعا کرده که «امشب و فردا شب با قدرت به ایران حمله خواهیم کرد»، عملیات نظامی ممکن است دو تا سه هفته ادامه داشته باشد و حتی از نابودی تأسیسات هسته‌ای زیر کوه‌های ایران (مانند کوه کلنگ) سخن گفته است. سنتکام نیز تأیید کرده که برای سومین شب متوالی حملات هوایی علیه ایران انجام شده است. در مقابل، سپاه پاسداران در اطلاعیه‌های شماره ۶ و بعدی عملیات «نصر ۲» اعلام

هشدار پیرامون خسارت‌های جنگ فرسایشی، تهدیدی بزرگ‌تر از خود بحران

عادی‌انگاری ناامنی در جنوب



❖ حفظ حساسیت، نه عادی‌انگاری

عبور از این دوره دشوار نیازمند حفظ آرامش، انسجام ملی و هوشیاری کامل است. اما آرامش با عادی‌انگاری و بی‌تفاوتی، تفاوت اساسی دارد. حفظ حساسیت نسبت به امنیت، ثبات و پیامدهای اقتصادی-لجستیکی تحولات، شرط لازم برای تصمیم‌گیری درست و عبور با کمترین هزینه از این مرحله است. تصمیم‌گیران باید مراقب باشند که تکرار اخبار حملات، آن‌ها را به پذیرش تدریجی «وضعیت جدید» نکشاند. فعالان اقتصادی هم نیاز دارند سناریوهای بدبینانه را جدی بگیرند و برنامه‌های پشتیبان (از تنوع‌بخشی مسیرها تا مدیریت ریسک) را تقویت کنند. جامعه نیز نباید اجازه دهد تکرار اخبار، حساسیتش را نسبت به ریشه‌های بحران کم کند. در این میان صدا و سیمای ملی نیز نباید به سانسور و یک‌توجهی اخبار به حملات جنوب ایران دامن بزنند. ناامنی، حتی در شکل محدود و مرحله‌ای، هزینه‌های بلندمدت سنگینی دارد. عادی‌سازی آن، خطر واقعی است که می‌تواند این هزینه‌ها را دائمی کند.

❖ لزوم تصمیم‌گیری سریع و خروج از بلاتکلیفی

در چنین شرایطی، خطر اصلی نه فقط خود حملات مرحله‌ای، بلکه عادی‌سازی تدریجی ناامنی و پذیرش ناخواسته آن به عنوان «وضعیت جدید» است. همان‌طور که «اردشیر پشنگ» پژوهشگر مرکز مطالعات و پژوهش‌های استراتژیک خاورمیانه نیز به درستی اشاره کرده، ما امروز در موقعیتی هستیم که «یک پا در مذاکره و پای دیگر در درگیری محدود» داریم. این الگو محتمل‌ترین سناریوی کوتاه‌مدت است، اما نمی‌تواند دائمی باشد و معمولاً عمر چند هفته‌ای دارد. نشانه‌های روشنی از اجماع جدی میان مراکز تصمیم‌گیری برای حل ریشه‌ای بحران دیده نمی‌شود. دونالد ترامپ ادعا می‌کند: «یا

از طریق مذاکرات پیروز می‌شویم یا راه‌حل نظامی» و تفاهم‌نامه را آزمونی می‌داند که ایران به آن پایبند نمانده. این سیگنال‌های متناقض درصورت بلاتکلیفی طرفین و سوء استفاده دشمن، تقویت می‌شود. زمان آن رسیده که با حفظ اصول و منافع ملی، به سمت تصمیم‌گیری سریع و شفاف حرکت کنیم. این تصمیم می‌تواند شامل دو مسیر اصلی باشد: یا ورود جدی به تعامل و گفتگوهای هدفمند با میانجی‌های قابل اعتماد (مانند عمان یا دیگران) برای رسیدن به یک توافق موقت واقعی که حداقل ثبات کوتاه‌مدت ایجاد کند، یا با پذیرش مسئولیت کامل یک رویارویی گسترده‌تر با آمادگی همه‌جانبه دفاعی، لجستیکی و اقتصادی.

ادامه وضعیت فعلی (فشار همزمان با مذاکره بدون جمع‌بندی) تنها فرسایش منابع، افزایش هزینه‌های پنهان و تضعیف موقعیت ایران در صحنه بین‌المللی را به دنبال خواهد داشت. عادی‌سازی ناامنی در کنار بلاتکلیفی استراتژیک، تهدیدی است که می‌تواند آسیب‌های بلندمدت آن بسیار فراتر از خسارات مستقیم حملات باشد. در سیاست خارجی، اصول بدیهی مانند پیش‌بینی‌پذیری، محاسبه دقیق هزینه-فایده و اجتناب از تناقض در سیگنال‌ها، دیگر قابل نادیده گرفتن نیستند.

این اصول بدیهی در سیاست خارجی و روابط بین‌الملل، در ایران در مواردی محل مناقشه‌اند؛ در حالی که در بسیاری از کشورهای دیگر به امری مسلم برای کنش و واکنش در سیاست خارجه پذیرفته شده‌اند و به سوی عمل‌گرایی پیش رفته‌اند. به عقیده نگارنده، حفظ حساسیت ملی، انسجام تصمیم‌گیری و خروج سریع از این منطقه خاکستری(نه جنگ نه صلح) شرط عبور کم‌هزینه‌تر از این دوره حساس است.

تأخیر در این جمع‌بندی، هزینه‌ای است که جامعه ایرانی - از تولیدکننده تا شهروند عادی - باید آن را بپردازد.

❖ گزارش

روایت تفاهم ایران و عربستان؛

وقتی ضرورت بر ایدئولوژی غلبه می‌کند

شبکه‌سازی قدرت

تفاهم اخیر میان ایران و عربستان

سعودی، بازتابی از یک تغییر بنیادین در محاسبات استراتژیک هر دو کشور است. این توافق، در حالی شکل گرفت که هر دو طرف متوجه

شدند اولویت‌های داخلی و نیاز به توسعه اقتصادی، در تقابل با تحولات ساختاری نظم جهانی، دیگر با منطق جنگ و رقابت هم‌خوانی ندارد. به گزارش صبح ساحل، این تغییر رویکرد بر پذیرش این واقعیت استوار است که تداوم تنش‌های منطقه‌ای، مانعی جدی در مسیر تحقق برنامه‌های توسعه‌ای و جذب سرمایه‌های خارجی به شمار می‌رود. در این وضعیت، اولویت کشورهای منطقه از درگیری‌های ایدئولوژیک به توسعه اقتصادی و ثبات تغییر کرد. به همین دلیل، به جای تقابل نظامی یا سیاسی، از دیپلماسی برای کاهش ریسک‌های امنیتی و اقتصادی استفاده شد تا مسیر سرمایه‌گذاری و رشد باز شود. بر همین اساس، این تحول از منظر بازنگری در اولویت‌های داخلی و تأثیرات جابه‌جایی قطب‌های قدرت جهانی بررسی شده و نقش مدیریت ریسک و منافع متقابل به عنوان موتورهای محرک این تفاهم، تحلیل می‌شود.

❖ سرمایه در برابر ایدئولوژی

عربستان سعودی در قالب پروژه «چشم‌انداز ۲۰۳۰» تلاش کرد تا اقتصاد خود را از وابستگی به نفت برهاند و به قطب توریستی و اقتصادی جهان تبدیل شود. اما این اهداف با شرایط موجود در تضاد بود؛ جنگ فرسایشی یمن، هزینه‌های مالی و اعتباری سنگینی تحمیل کرد و تهدیدات امنیتی به‌ویژه حملات موشکی و سایبری به زیرساخت‌های نفتی ریسک سرمایه‌گذاری خارجی را افزایش داد. بنابراین، پس از سال‌ها رقابت، هر دو کشور به این پذیرش استراتژیک رسیدند که تغییر اجباری طرف مقابل غیرممکن است و تداوم این وضعیت، تنها به تحلیل رفتن منابع منجر می‌شود. تغییر اولویت‌های ملی به سمت رشد اقتصادی، پیش از هر چیز تعریف امنیت را در این دو کشور دگرگون کرد. در مدل قدیمی، امنیت به معنای غلبه بر رقیب و تضعیف طرف مقابل بود، اما در مدل جدید، امنیت یعنی ثبات محیطی برای جذب سرمایه. در این نقطه، هرگونه تنش سیاسی دیگر یک دستاورد ایدئولوژیک نیست، یک «ریسک اقتصادی» به حساب می‌آید که مستقیماً سودآوری پروژه‌های ملی را هدف قرار می‌دهد. در این جهت، مفهوم «هزینه-فرصت» در محاسبات حاکمان جایگزین «منطق پیروزی» شد؛ چرا که هر ریل هزینه شده در جبهه‌های رقابت منطقه‌ای، سهمی از آینده اقتصادی و توسعه زیرساخت‌های داخلی را می‌بلعید. در چنین شرایطی، تداوم دشمنی دیگر ابزاری برای فشار نبود و به یک «هزینه جاری و بدون بازگشت» تبدیل شد. این وضعیت در نهایت منجر به غلبه واقع‌گرایی اقتصادی بر تعصبات ایدئولوژیک گشت. تفاهم ایران و عربستان گویای آن است که با اولویت یافتن بقای اقتصادی و مدل‌های توسعه، ایدئولوژی از جایگاه «هدف» به جایگاه «ابزار» تغییر مکان می‌دهد تا در نهایت منطق سرمایه جایگزین منطق جنگ شود و واقع‌گرایی سیاسی، ارزان‌ترین و سریع‌ترین مسیر برای تحقق اهداف ملی باشد.

❖ جابه‌جایی قطب‌های قدرت

کاهش اثرگذاری آمریکا در منطقه باعث شد ایران و عربستان دیگر او را به عنوان تنها ضمانت‌کننده امنیتی یا میانجی بی‌طرف نبینند. در این فضای خالی، چین با تکیه بر قدرت اقتصادی عظیم خود، جایگزینی امن و اثرگذار را ارائه داد. میانجی‌گری یکن باعث شد این تفاهم در قالب یک توافق استراتژیک با یکی از قطب‌های جهانی صورت بگیرد و تکیه بر یک قدرت واحد، جای خود را به شبکه‌سازی با شرکای متنوع داد. این جابه‌جایی قطب‌ها، نشان‌دهنده تغییر استراتژیک در مدیریت ریسک است. در دنیای چندقطبی، تکیه مطلق بر یک قدرت واحد، ریسکی غیرقابل قبول تلقی می‌شود. کشورهای منطقه برای مقابله با نوسانات جهانی، استراتژی شبکه‌سازی را جایگزین اتکای تک‌سویه کردند. تفاهمات منطقه‌ای در این سطح، ابزاری برای افزایش مقاومت در برابر تغییرات سریع جهانی است تا هر کشور بتواند با توزیع نقاط اتکای خود، در برابر تکانه‌های سیاسی و اقتصادی تثبیت شود.

❖ مدیریت ریسک و امنیت منطقه‌ای

جنگ یمن برای عربستان به یک بن‌بست مالی و اعتباری تبدیل شده بود و تفاهم با ایران، تنها مسیر خروج امن و شرافتمندانه از این بحران به نظر می‌رسید. هم‌زمان، هر دو طرف به این نتیجه رسیدند که رقابت برای نفوذ در کشورهای ثالث نظیر لبنان، سوریه و عراق، صرفاً منجر به تحلیل رفتن منابع ملی می‌شود. در شرایطی که تهدیدات علیه زیرساخت‌های نفتی و ناامنی‌های مرزی افزایش یافت، دیپلماسی به ارزان‌ترین و سریع‌ترین ابزار برای کاهش ریسک‌ها و ایجاد یک سپر حفاظتی در برابر بحران‌های احتمالی تبدیل شد. این تفاهم در واقع تلاشی برای مدیریت ریسک‌های امنیتی و اقتصادی است. ایران و عربستان از این باور که پیروزی یکی باید به قیمت شکست دیگری باشد فاصله گرفتند و به این نتیجه رسیدند که ثبات و همکاری دوطرفه، سود بیشتری برای هر دو کشور دارد. وقتی تهدیدات محیطی از کنترل خارج شوند، دیپلماسی از یک انتخاب سیاسی به یک ضرورت امنیتی تبدیل می‌شود. ایجاد فضای حداکثری از آرامش، به جای تلاش برای حذف رقیب، به ابزاری برای تضمین بقا و حفظ ثروت ملی تبدیل می‌گردد تا هر دو طرف بتوانند بدون دغدغه‌ی تهدیدات ناگهانی، بر توسعه داخلی تمرکز کنند.

❖ منافع متقابل و مکمل

رابطه‌ی دوباره دیپلماتیک، مسیر تجارت و سرمایه‌گذاری را باز کرد؛ موضوعی که برای ایران به معنای خروج از فشار تحریم‌ها و برای عربستان به معنای تضمین ثبات برای رشد اقتصادی بود. در پرونده‌های کلانی چون اوپک یا مسائل مرتبط با جهان اسلام، هم‌سویی ایران و عربستان قدرت چانه‌زنی هر دو طرف را در برابر غرب افزایش داد. در شرایطی که جذب سرمایه و توسعه زیرساختی اولویت اصلی است، وجود یک همسایه قدرتمند و متخاصم، هزینه‌ای پنهان و سنگین بود که حذف آن برای پیشرفت اقتصادی ضروری به نظر می‌رسید. این هم‌سویی نشان می‌دهد که دو رقیب قدیمی، از جایگاه «تضاد مطلق» به جایگاه «تکمیل متقابل» رسیدند. در این سطح، منافع اقتصادی به عنوان اهرم‌های ثبات سیاسی عمل می‌کنند. تبدیل هزینه‌های پنهان ناشی از تنش به سودهای مشهود ناشی از تجارت، منطق بازنده-بازنده را به برد-برد تغییر داد. تفاهم اقتصادی در اینجا بستری محافظ است تا منافع ملی را در برابر نوسانات بازار جهانی و فشارهای خارجی ایمن سازد و قدرت اثرگذاری منطقه‌ای را از طریق هم‌افزایی اقتصادی تقویت کند.

آگهی شرکت‌های

تعاونی سراسر هرمزگان در صبح ساحل

تلفن پذیرش: ۱۰۵-۳۲۲۴۱۴۶۲

مفقودی

سندکارخانه وانت دوکابین سیستم کی ام سی (T۸) تیپ T۶ رنگ مشکی میکا-متالیک مدل۱۴۰۱با شماره موتور ۰۰۳۴۳۷HFCFGA۳۴DN شماره شاسی ۱۰۵۰۱۰NAKPL۸۱۱۲NB شماره پلاک ۸۴ ایران۲۷د۵۶۱به نام فاطمه داعی فرزند صادق مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

مفقودی

سند مالکیت (برگ سبز) خودرو سواری استیشن سیستم فونیکس تیپ TAT۰۱۰TIGGO۰۱۰رنگ سفید روغنی مدل۱۴۰۰ با شماره موتور ۰۰۰۳۳۵MVMDF۲۲۰۰AAM شماره شاسی ۱۰۰۰۲۶۶NATVBAGZ۱M شماره پلاک ۹۴ ایران۱۴۲۷به نام ایوب انصاری زاده فرزند حمید مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.



مریم دهقان
خبرنگار

تورم در مسیر کاهش یا جهش دوباره؟

آمار غم‌انگیز نقدینگی



آخرین گزارش فصلی مرکز آمار ایران در زمستان ۱۴۰۴، تصویر جالبی از سرنوشت نقدینگی در یک دهه اخیر به ما نشان می‌دهد.

سفری که از قله ۳۹ درصدی در سال ۱۴۰۰ آغاز شد، تا کف ۲۴/۳ درصدی در سال ۱۴۰۲ پایین رفت، اما دوباره اوج گرفت و طبق آخرین گزارش مرکز آمار که اخیراً با عنوان گزارش فصلی اقتصاد ایران در زمستان ۱۴۰۴ منتشر شده است؛ به عدد ۵۳/۳ درصد رسیده است که یک رکورد تاریخی است.

نرخ رشد حجم نقدینگی (درصد تغییر نسبت به پایان سال قبل)

بررسی تغییرات نقدینگی در این گزارش نشان می‌دهد که رشد نقدینگی از ۳۹ درصد در سال ۱۴۰۰ به ۳۱/۱ درصد در سال ۱۴۰۱ و سپس ۲۴/۳ درصد در سال ۱۴۰۲ رسیده است. همچنین در سال ۱۴۰۳ رشد نقدینگی ۲۹/۱ درصد گزارش شده است. اما به یکباره در زمستان ۱۴۰۴ این عدد به ۵۳/۳ درصد جهش کرده است که همین موضوع باعث شده است که حجم نقدینگی از ۱۰ هزار همت در طی یک سال به ۱۵/۵ همت جهش کند و پایه پولی را ۲۴/۵ درصد به ۶۱/۵ درصد برساند که

محدوده منفی ۴ تا ۵ درصد باقی بماند و پایه پولی حدود ۸۰ درصد رشد کند؛ آنگاه چون نقدینگی حاصل ضرب این دو در یکدیگر

شود پایه پولی می‌تواند با یک شوک جدی مواجه شود و نقدینگی را از مسیر پیش‌بینی خارج کند.

شبه پول موتور اصلی رشد نقدینگی

آخرین گزارش فصلی مرکز آمار ایران در زمستان ۱۴۰۴، تصویر جالبی از سرنوشت نقدینگی در یک دهه اخیر به دست می‌دهد. سفری که از قله ۳۹ درصدی در سال ۱۴۰۰ آغاز شد، تا کف ۲۴/۳ درصدی در سال ۱۴۰۲ پایین رفت، اما دوباره اوج گرفت. شبه پول که موتور اصلی رشد نقدینگی است از ۳۸/۱ در سال ۱۴۰۰ به ۵۳/۸ درصد در زمستان ۱۴۰۴ رسیده است. این در حالی است که در طی این سال‌ها ضریب فزاینده از ۸/۰۸ به ۷/۱ افت کرده است. این یعنی سیستم بانکی دیگر توان چندان برای خلق پول جدید از طریق اعتباردهی ندارد. همچنین نگاهی به سال‌های ۱۴۰۰ تا ۱۴۰۲ نشان می‌دهد که رشد نقدینگی از ۳۹٪ به ۴۳٪ کاهش پیدا کرده است که یعنی بانک مرکزی سابقه مهار تدریجی تورم را دارد. از بهار ۱۴۰۳ داستان رشد نقدینگی غم‌انگیز می‌شود چراکه نقدینگی در بهار آن سال ۶ درصد بود اما فصل به فصل افزایش یافت تا در زمستان ۱۴۰۴ به ۵۳/۳ درصد رسید. این یعنی، زنگ خطر را برای بازارها به صدا در آمده است و همچنان نرخ رشد نقدینگی به سمت اهداف بالاتر در حال حرکت است. در نتیجه تورم در این شرایط روز به روز رکورد‌های تاریخی بیشتری به ثبت خواهند رساند.

آخرین گزارش فصلی مرکز آمار ایران در زمستان ۱۴۰۴، تصویر جالبی از سرنوشت نقدینگی در یک دهه اخیر به دست می‌دهد. سفری که از قله ۳۹ درصدی در سال ۱۴۰۰ آغاز شد، تا کف ۲۴/۳ درصدی در سال ۱۴۰۲ پایین رفت، اما دوباره اوج گرفت

یک هشدار بزرگ

دارایی‌های خارجی بانک مرکزی از ۲۰/۸ درصد در ۱۴۰۰ به ۹۲/۶ درصد در زمستان ۱۴۰۴ رسیده است. این یعنی وابستگی پایه پولی به ورودی‌های ارزی به‌شدت افزایش یافته است. لذا اگر به دلیل کاهش صادرات نفت یا تنش‌های سیاسی، جریان ارزی قطع

نرخ رشد حجم نقدینگی (درصد تغییر نسبت به پایان سال قبل			
دوره	نقدینگی	حجم نقدینگی	پایه پولی
۱۴۰۰	۳۹٫۰	۴۸۳۲۴	۳۱٫۶
۱۴۰۱	۳۱٫۱	۶۳۳۷۶	۴۲٫۴
۱۴۰۲	۲۴٫۳	۷۸۷۷۴	۲۷
۱۴۰۳	۲۹٫۱	۱۰۱۶۵۹	۲۴٫۵
زمستان ۱۴۰۴	۵۳٫۳	۱۵۵۸۱۲	۶۱٫۵

هستند؛ ۱/۸*۰۴۰۰٪ معادل ۷۲ درصد خواهد شد و از آنجایی که رابطه تاریخی بین رشد نقدینگی و تورم در ایران معمولاً با تأخیر ۴ تا ۸ ماهه همراه است. رشد نقدینگی چند ماه دیرتر بر تورم اثر خواهد گذاشت و از آنجایی که می‌دانیم در بلند مدت یک درصد افزایش در رشد نقدینگی به افزایش ۸۹/۰ درصدی تورم منجر می‌شود. لذا ۱۸/۷ درصد رشد نقدینگی که آن را با هم پیش‌بینی کردیم باعث خواهد شد ۱۶/۶۴ درصد به تورم فعلی اضافه شود. این عدد تورم را به اعداد افسارگسیخته بالای ۹۰ درصد خواهد رسید چرا که رشد نقدینگی

یک رشد معنادار در این شاخص به حساب می‌آید. لذا نقدینگی در زمستان ۱۴۰۴ یک جهش ناگهانی و شدید داشته و روند کاهشی سه فصل ابتدایی ۱۴۰۴ را کاملاً شکسته است. در شرایطی که برای زمستان سال گذشته ضریب فزاینده نقدینگی: منفی ۴/۲٪، پایه پولی: ۶۱/۵٪ و نقدینگی: ۵۳/۳٪ گزارش شده، یک زنگ خطر جدی در اقتصاد ایران به صدا درآمده است. این اعداد به ما می‌گوید که بانک مرکزی مجبور شده است خودش پایه پولی تزریق کند چون بخش خصوصی و بانک‌ها دیگر توان خلق نقدینگی از طریق اعتباردهی را ندارند. چرا که تحت تاثیر ضریب فزاینده منفی بانک‌ها به شدت محتاط شده‌اند با این حال بانک مرکزی برای پاسخ به نیازهای مالی دولت یا جبران کسری، پایه پولی را افزایش داده است. به عبارت دیگر نقدینگی زیاد شده است اما به مسیر همیشگی اعتباردهی، بلکه از مسیر مستقیم چاپ پول و اگر این روند ادامه پیدا کند؛ یعنی پایه پولی همچنان بالا بماند ولی ضریب فزاینده منفی باشد، در زمستان ۱۴۰۵ رشد نقدینگی احتمالاً به محدوده ۷۲ درصد می‌رسد مگر اینکه بانک مرکزی پایه پولی را کنترل کند که با توجه به شرایط فعلی اندکی کار برای بانک مرکزی سخت است.

حال با هم بررسی کنیم که چطور به عدد ۷۲ درصد رسیدیم و این عدد به معنای تورم چند درصدی در پایان سال خواهد بود؟ با فرض اینکه وضعیت زمستان ۱۴۰۴ در کل سال ۱۴۰۵ تداوم یابد یعنی ضریب فزاینده در

میز خبر

وزیر نفت:

صادرات نفت ایران بدون وقفه ادامه دارد

سرویس اقتصادی

وزیر نفت با تاکید بر اینکه وزارت نفت سال‌هاست سازوکارهای لازم برای بی‌انگیز کردن تحریم‌های آمریکا را طراحی و حفظ کرده است، گفت: با وجود لغو معافیت ۶۰ روزه، روند صادرات نفت ایران طبق روال گذشته ادامه دارد و در این زمینه مشکلی ایجاد نخواهد شد. به گزارش صبح ساحل، به نقل از وزارت نفت محسن پاک‌نژاد درباره لغو معافیت ۶۰ روزه مرتبط با تحریم‌های نفتی و برنامه وزارت نفت در شرایط جدید، بیان کرد: وزارت نفت سال‌هاست ساختارهای لازم را برای بی‌انگیز کردن تحریم‌های ظالمانه آمریکا ساماندهی کرده است. وی افزود: با وجود صدور معافیت ۶۰ روزه، این سازوکارها را بر هم نزنیم و همچنان حفظ کردیم. وزیر نفت با اشاره به لغو این معافیت از سوی آمریکا اعلام کرد: آمریکایی‌ها مطابق رویه همیشگی خود بدعهدی کردند و به‌نوعی ماده ۱۰ تفاهم‌نامه مربوط به معافیت‌های ۶۰ روزه را نقض کردند.

پاک‌نژاد تاکید کرد: با توجه به اینکه ساختارهای پیش‌بینی شده برای تداوم صادرات نفت حفظ شده است، روند صادرات نفت کشور همچنان مطابق گذشته ادامه دارد و در این زمینه، به لطف خدا، با مشکلی روبه‌رو نمی‌شویم. پایگاه خبری آمریکایی بلومبرگ هم روز دوشنبه گزارش کرد ایران در فاصله کوتاه بین دو محاصره دریایی آمریکا، موفق به صادرات حداقل ۵۷ میلیون بشکه نفت خام شده بود که نشان‌دهنده اهمیت این عرضه برای بازار جهانی نفت در شرایط فعلی است. همچنین جدیدترین گزارش ماهانه اوپک از بازار نفت که دوشنبه ۲۱ تیر ماه منتشر شد، نشان داد تولید نفت ایران طی ماه ژوئن، به میزان ۱۵۵ هزار بشکه در روز افزایش یافت و به ۲/۴۴۱ میلیون بشکه در روز رسید و در میان بزرگترین تولیدکنندگان نفت این گروه ایستاد.

درگاه‌های رسمی اطلاع‌رسانی خاموشی‌های احتمالی اعلام شد

نوبت‌بندی برق‌رسانی در هرمزگان

سرویس اقتصادی

شرکت توزیع نیروی برق هرمزگان در اطلاعیه‌ای با اعلام آغاز اجرای طرح مدیریت بار به‌صورت چرخشی از ۲۰ تیرماه، چهار درگاه رسمی برای استعلام وضعیت شبکه برق و زمان‌بندی خاموشی‌های احتمالی به مشترکان معرفی کرد. به گزارش صبح ساحل، شرکت توزیع نیروی برق هرمزگان با صدور اطلاعیه‌ای اعلام کرد: بر اساس برنامه‌ریزی انجام‌شده، از تاریخ ۲۰ تیرماه، برنامه‌های مدیریت بار در مناطق مختلف استان به‌صورت چرخشی و در بازه‌های زمانی یک‌ساعت و ۲۰ دقیقه آغاز شده است.

براساس این گزارش، برنامه‌ریزی اعمال نوبت‌های بار به‌صورت هفتگی انجام می‌گیرد و زمان‌بندی دقیق هر منطقه از طریق کانال‌های رسمی شرکت قابل استعلام است.

در این اطلاعیه با تاکید بر ارائه خدمات دقیق، شفاف و هماهنگ به هم‌استانی‌ها و در راستای اجرای سیاست یکپارچه‌سازی اطلاع‌رسانی خاموشی‌ها، درگاه رسمی اپلیکیشن «برق من»، وب‌سایت رسمی شرکت توزیع نیروی برق هرمزگان (نشانی شناسه‌دار)، ربات (Bot) «برق من» در پیام‌رسان بله، کد دستوری USSD به شماره ۰۷۶*۵۰۰* به مشترکان معرفی شده است.

شرکت توزیع نیروی برق هرمزگان از عموم مشترکان در سراسر استان خواست تا برای آگاهی از برنامه‌های احتمالی خاموشی، تنها با استفاده از «شناسه قبض» یا «شماره تلفن همراه خود» از طریق درگاه‌های یادشده اقدام به استعلام کنند و از مراجعه به هرگونه کانال غیررسمی خودداری نمایند.

این شرکت ضمن دعوت از عموم شهروندان برای تداوم صرفه‌جویی و رعایت الگوی مصرف، ابراز امیدواری کرده است که با مشارکت جمعی و همدلی هم‌استانی‌ها، فصل گرما با کمترین محدودیت و حداکثر پایداری در شبکه توزیع برق سپری شود.

آغاز پرداخت وام کم‌بهره برای احداث نیروگاه‌های خورشیدی خانگی

سرویس اقتصادی

مدیرکل دفتر بررسی‌های اقتصادی و تأمین منابع مالی ساتبا از آغاز پرداخت تسهیلات کم‌بهره برای احداث نیروگاه‌های خورشیدی خانگی خبر داد و گفت: متقاضیان دارای قرارداد خرید تضمینی برق می‌توانند تا سقف ۴۰۰ میلیون تومان تسهیلات با نرخ سود ۱۴ درصد دریافت کنند.

زهره اولیا، با اشاره به آغاز اجرای طرح اعطای تسهیلات به متقاضیان احداث نیروگاه‌های خورشیدی خانگی اظهار کرد: توسعه نیروگاه‌های خورشیدی، به‌ویژه نیروگاه‌های انشعایی خانگی، یکی از برنامه‌های جدی ساتبا است که با اهدافی همچون کاهش تلفات شبکه، رعایت الزامات پدافند غیرعامل، افزایش مشارکت مردم در توسعه انرژی‌های تجدیدپذیر و ایجاد درآمد پایدار برای خانوارها دنبال می‌شود. وی افزود: پس از فراهم شدن زیرساخت‌های لازم، از ابتدای تیرماه پرداخت تسهیلات کم‌بهره برای احداث نیروگاه‌های خورشیدی خانگی به‌صورت رسمی آغاز شده است. اولیا با بیان اینکه این تسهیلات از طریق همکاری ساتبا با بانک ملت پرداخت می‌شود، گفت: متقاضیان می‌توانند تا سقف ۴۰۰ میلیون تومان تسهیلات با نرخ سود ۱۴ درصد، بازپرداخت ۶۰ ماهه و دو ماه دوره تنفس دریافت کنند. وی تصریح کرد: تمامی متقاضیانی که دارای قرارداد خرید تضمینی برق هستند، اعم از افرادی که قرارداد خود را از طریق پلتفرم‌های اینترنتی یا سامانه مه‌رسان منعقد کرده‌اند، امکان ثبت درخواست و استفاده از این تسهیلات را خواهند داشت. مدیرکل دفتر بررسی‌های اقتصادی و تأمین منابع مالی ساتبا خاطرنشان کرد: از ابتدای تیرماه تاکنون بیش از ۳۵ میلیارد تومان تسهیلات به ۸۸ متقاضی پرداخت شده است.

آگهی فقدان سند مالکیت

نظر به اینکه مالکیت علیرضا هاشمی فرزند هاشم دارای شماره ملی ۳۳۹۱۸۸۲۴۹۲ مالک شش‌دانگ عرصه و اعیان به استناد دوفقره استشهاد محلی درخصوص پلاک ۵۹۱۹۳۳ فرعی از ۳ اصلی واقع در بخش دو بندرعباس مدعی شده است که سند مالکیت آپارتمان بمساحت ۱۳۷/۸۷ مترمربع و بشماره سریال ۷۲۲۳۰۶ سرب ی سال ۹۹ صادر گردیده که به علت جابجایی مفقود گردیده لذا نامبرده تقاضای صدور سند مالکیت المثنی نموده است لذا باستناد ماده ۱۲ آئین نامه اصلاحی و تبصره ذیل آن بدینوسیله اعلام می‌شود

مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک ناحیه دو بندرعباس – صادق شریفی شمیلی ۱۴۰۵/۲/۱۴ م الف

هرکس مدعی انجام معامله نسبت به پلاک مذکور و وجود اصل اسناد مالکیت در نزد خود می‌باشد بایستی از تاریخ انتشار آگهی ظرف مدت ده روز اعتراض خود را ضمن ارائه اسناد مالکیت به این اداره تسلیم و اخذ نماید بدیهی پس از انقضای مهلت قانونی مذکور و عدم وصول اعتراض و یا وصول اعتراض وعدم ارائه اسناد نسبت به صدور اسناد مالکیت المثنی بنام متقاضی اقدام خواهد شد.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۵/۰۴/۲۴

ماخذ- بانک مرکزی جمهوری اسلامی ایران

مرتضی فاخری

پژوهشگر ارشد علوم راهبردی



در واپسین روزهای سالی که گذشت، آمارهای رسمی ثبت احوال کشور، زنگ خطری بلندتر از همیشه به صدا درآوردند؛ زنگ خطری که نه از جنس نوسانات اقتصادی زودگذر یا چالش‌های سیاسی مقطعی، بلکه از جنس تحولی بنیادین در هرم سنی و آینده‌ی زیستی ایران است. بر اساس این گزارش‌ها، نرخ خام ولادت در ایران برای نخستین بار در حدود هفتاد سال گذشته به مرز ۱۰ تولد به ازای هر هزار نفر جمعیت سقوط کرده است. هم‌زمان، تعداد کل موالید در سال ۱۴۰۴ به رقم ۸۹۲ هزار و ۲۸۰ تولد رسیده که پایین‌ترین میزان ثبت شده در دهه‌های اخیر محسوب می‌شود و رسماً سد روانی یک میلیون تولد را در هم شکسته است.

این رکوردشکنی منفی، پایان یک دوره‌ی تاریخی و ورود به فاز جدیدی از تحولات جمعیتی را رقم می‌زند. برای درک عمق این فاجعه‌ی آماری، کافی است نگاهی به گذشته بیندازیم؛ دورانی نه چندان دور که ایران در دهه‌ی شصت، اوج انفجار جمعیتی خود را با بیش از دو میلیون تولد سالانه و نرخ باروری بالای ۶ فرزند به ازای هر زن تجربه می‌کرد. امروز اما، نه تنها خبری از آن رونق جمعیتی نیست، بلکه نرخ باروری کل کشور به سطوحی نزدیک به ۱.۳۵ فرزند به ازای هر زن کاهش یافته که به مراتب پایین‌تر از نرخ جایگزینی جمعیت (۲.۱ فرزند) قرار دارد و ما را در کنار کشورهای سالخورده و پیشرفته‌ای

نظیر ژاپن و کره‌جنوبی قرار می‌دهد که سال‌هاست با معضل پیری جمعیت دست و پنجه نرم می‌کنند. عوامل متعددی در شکل‌گیری این زمستان جمعیتی دخیل بوده‌اند که بی‌تردید مهم‌ترین آن‌ها، معضلات اقتصادی و ناامیدی از آینده است. تورم‌های پی‌درپی، بحران مسکن، هزینه‌های سرسام‌آور تحصیل و درمان، و نااطمینانی شغلی، جوانان را به سمت افزایش سن ازدواج و اتخاذ سیاست‌های «فرزند کمتر، زندگی بهتر» سوق داده است. آمارها نشان می‌دهد که در یک دهه‌ی گذشته، تعداد ازدواج‌ها در کشور تقریباً نصف شده و به حدود ۴۳۱ هزار



مورد در سال ۱۴۰۴ رسیده است، موضوعی که زنگ خطری برای آینده‌ی تشکیل خانواده در ایران محسوب می‌شود. در این میان، میراث تبلیغاتی و سیاست‌گذاری‌های کنترل جمعیت در دهه‌های هفتاد و هشتاد نیز که بر دو فرزند کافی است تأکید داشتند، امروز به‌عنوان بخشی از باورهای عمیقاً ریشه‌دار در سبک زندگی ایرانی، مانعی جدی بر سر راه فرزندآوری تبدیل شده است. بااین حال، سؤال اساسی اینجاست که آیا صرفاً با مشوق‌های مالی و وام‌های چندمیلیونی می‌توان این روند نزولی را معکوس کرد؟ بررسی تجربه‌ی چهارساله‌ی اجرای قانون «جوانی

معاون اجرایی رئیس‌جمهور:

مدیریت پسماند به شاخص ارزیابی استانداران تبدیل شود

سرویس اجتماعی

معاون اجرایی رئیس‌جمهور با تاکید بر استفاده از ظرفیت افکار عمومی و فرهنگ‌سازی در خصوص مدیریت پسماند، خواستار برگزاری جلسات تخصصی با حضور مدیران تصمیم‌گیر، تدوین شاخص‌های دقیق برای ارزیابی عملکرد استان‌ها و قرار گرفتن مدیریت پسماند در زمره معیارهای ارزیابی استانداران شد.

به گزارش صبح ساحل، معاونت اجرایی رئیس‌جمهور، محمدجعفر قائم‌پناه در جلسه کارگروه ملی مدیریت پسماندها در دولت چهاردهم که با حضور نمایندگان وزارت کشور و سازمان حفاظت محیط زیست برگزار شد با اشاره به تجربه مدیریت

پسماند در کشورهای توسعه یافته گفت: سال ۱۳۷۷ در کرمانشاه، شهردار را برای آشنایی با تجربه مدیریت پسماند و بازیافت به آلمان اعزام کردیم. در آن مقطع آلمان یکی از بالاترین نرخ‌های بازیافت را داشت و ارزش اقتصادی قابل توجهی ایجاد می‌کرد، به‌گونه‌ای که شهردار یکی از شهرهای آلمان اعلام کرده بود یکی از مهم‌ترین منابع درآمد ما، زیاله است. وی با تاکید بر اینکه مدیریت پسماند نیز از همین جنس مسائل است افزود: شهرداری‌ها مسئول مستقیم این حوزه هستند و باید پاسخگوی حل این مسئله باشند. قائم‌پناه یکی از مهم‌ترین اقدامات در حوزه مدیریت پسماند را جلب مشارکت افکار

عمومی دانست و گفت: افکار عمومی در حوزه محیط زیست، آب و حفاظت از منابع طبیعی بسیار اثرگذار است و تجربه موضوع میانکاله نشان داد که با حساس شدن افکار عمومی، روند رسیدگی به موضوع با سرعت بیشتری دنبال می‌شود.

همچنین از ظرفیت مدارس، دانشگاه‌ها، رسانه‌ها و برنامه‌های فرهنگی باید برای فرهنگ‌سازی در حوزه مدیریت پسماند استفاده شود. وی همچنین بر هدفمند شدن جلسات کارگروه تاکید کرد و گفت: در بررسی مسائل هر استان باید شهرداران و مدیران اجرایی مرتبط همان استان حضور داشته باشند و از دعوت افراد غیرمرتبط پرهیز شود، زیرا

افزایش تعداد شرکت‌کنندگان بدون نقش اجرایی، اثربخشی جلسات را کاهش می‌دهد. معاون اجرایی رئیس‌جمهور اقتصادی‌سازی مدیریت پسماند را از دیگر الزامات این حوزه برشمرد و اظهار کرد: باید با ارائه آمار و ارقام دقیق، ظرفیت اقتصادی بازیافت برای مدیران و مردم تبیین شود.

قائم‌پناه در پایان پیشنهاد کرد استان‌هایی که با مشکلات جدی‌تر در حوزه پسماند مواجه هستند یا استانداران آن‌ها انگیزه و آمادگی بیشتری برای اجرای برنامه‌ها دارند، در اولویت رسیدگی قرار بگیرند همچنین شاخص مدیریت پسماند به‌عنوان یکی از معیارهای اصلی در ارزیابی عملکرد استانداران لحاظ شود.

میز خبر

معاون آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش خبر داد

امکان بهره‌مندی تمامی کلاس اول و دومی‌ها از کلاس‌های تقویتی تابستانی

سرویس اجتماعی



معاون آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش با اعلام اجرای طرح «حمایت آموزشی مستمر یادگیرندگان» در پایگاه‌های تابستانی، گفت: امسال علاوه بر دانش‌آموزان دارای وضعیت «نیازمند تلاش»،

دانش‌آموزان دارای وضعیت «قابل قبول» و حتی سایر دانش‌آموزان، به‌ویژه در پایه‌های اول و دوم ابتدایی، نیز می‌توانند با درخواست خانواده‌ها از این برنامه برای تقویت مهارت‌های سواد پایه بهره‌مند شوند. یکی از مهم‌ترین رسالت‌های نظام تعلیم و تربیت تضمین فرصت‌های برابر یادگیری و ارتقای کیفیت آموزشی و تربیتی برای همه دانش‌آموزان است. بررسی نتایج ارزشیابی پایانی سال تحصیلی نشان می‌دهد بخشی از دانش‌آموزان دوره ابتدایی برای دستیابی به شایستگی‌های پایه به حمایت‌های آموزشی و تربیتی هدفمند نیاز دارند؛ بر این اساس طرح حامی با این باور که همه دانش‌آموزان توانایی یادگیری رشد و پیشرفت دارند و تفاوت در سرعت یا شیوه یادگیری نباید به منزله ناتوانی آنان تلقی شود، اجرا شده است. هر دانش‌آموز در صورت دریافت حمایت آموزشی مناسب، فرصت کافی و آموزش با کیفیت می‌تواند مسیر رشد و موفقیت خود را طی کند. تابستان فرصتی ارزشمند برای جبران کاستی‌های یادگیری تقویت مهارت‌های پایه و آماده‌سازی دانش‌آموزان برای ورود موفق به پایه بالاتر است. از این رو این شیوه‌نامه با هدف ساماندهی برنامه‌های آموزشی حمایتی و بهره‌گیری از ظرفیت مدارس معلمان، خانواده‌ها و سایر ظرفیتهای آموزشی کشور تدوین شده است. رضوان حکیم زاده در گفت‌وگو با ایسنا، با بیان اینکه برنامه حامی مهم‌ترین برنامه حمایتی آموزش ابتدایی برای حمایت از دانش‌آموزان نیازمند تلاش بیشتر است گفت: این برنامه با عنوان «حمایت آموزشی مستمر یادگیرندگان» و با هدف ارتقای مهارت‌های سواد پایه دانش‌آموزان طراحی شده و در سال گذشته نیز با موفقیت اجرا شد. وی با بیان اینکه در طول جنگ رمضان، این برنامه برای دانش‌آموزانی که در کارنامه خود در دروس فارسی، ریاضی و علوم وضعیت «نیازمند تلاش» یا «قابل قبول» داشتند، در بستر فضای مجازی انجام شد، به تفاوت برنامه «حامی» در سال جاری اشاره کرد و افزود: علاوه بر دانش‌آموزان «نیازمند تلاش»، امکان حضور دانش‌آموزان دارای وضعیت «قابل قبول» و حتی سایر دانش‌آموزان، به‌ویژه در پایه‌های اول و دوم ابتدایی، با درخواست خانواده‌ها در پایگاه‌های تابستانی، طرح حامی فراهم شده تا مهارت‌های سواد پایه آنان تقویت شود. معاون آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش با بیان اینکه هدف این برنامه صرفاً جبران برخی کاستی‌های آموزشی نیست ادامه داد: این طرح کمک به بازگشت دانش‌آموزان به چرخه یادگیری است تا از فقر یادگیری نجات یافته و زمینه تجربه موفقیت تحصیلی و اجتماعی برایشان فراهم شود. حکیم زاده با بیان اینکه اجرای طرح «حامی» با حفظ کرامت دانش‌آموزان و پرهیز از هرگونه برچسب‌گذاری است گفت: این طرح از مهم‌ترین اولویت‌های سال تحصیلی آینده است.

وی با بیان اینکه دستورالعمل ابلاغی تأکید ویژه‌ای بر استفاده از روش‌های فعال تدریس دارد افزود: معلمان آموزش‌دیده‌اند تا با بهره‌گیری از بازی، دست‌سازه‌ها، ایفای نقش و فعالیت‌های گروهی، یادگیری را برای دانش‌آموزان لذت‌بخش و پایدار کنند و محیط یادگیری باید سرشار از تعاملات مثبت باشد. معاون آموزش ابتدایی وزارت آموزش و پرورش به نقش «پروژه مهر» در آماده‌سازی مدارس برای آغاز سال تحصیلی اشاره و اظهار کرد: پروژه مهر امسال با هوشیاری، همدلی و تلاش مضاعف فرهنگیان و مدیران اجرایی دنبال می‌شود تا دانش‌آموزان در فضایی امن، بانشاط و امیدآفرین سال تحصیلی جدید را آغاز کنند./ایسنا

جدول کلمات متقاطع | دوره جدید شماره ۴۸۹۴

طراح: مهدی سنگی

افقی

۱- اتمام حجت و آخرین تذکر-مقام بالاتر از کشیش-۲-بسیار خندان-سرای فانی-اهداف و نیات-۳-شاعرانه‌ای و افسانه‌ای- جلب‌کننده-حرف دهن کچی ۴-بخشش و بخشیدن-مسابقه اسب دوانی-پیش پرداخت ۵-روزهای عرب-نوعی از پخت برنج- عزیزتر از فرزند ۶-دروغ ترکی-تحس و بدقلم-آوا و نغمه ۷-بندری در هرمزگان-در مرحله نخست-خون و نفس-واحد سرعت طیاره

حل جدول شماره۴۸۹۴

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

عمودی

۱-کنایه از خجل گشتن و شرمنده شدن-سلول‌های تولید مثل ۲-برگ نیل که در قدیم برای آرایش زنان استفاده می‌شد ۳-حصائییه -نام دیگر سیاره زحل ۳-بی‌بند و بار-شکسته بند-نیا و پدربزرگ ۴-متن آشفته-توان و جرات-ویلان و سرگردان و آواره ۵-حرکت و جنبش-امر به یافتن -یار دیرین مربا سر سفره صبحانه ۶-سایز متوسط در اندازه‌های لباسی-غریبال کوچک-از احادیث نبوی ۷-زشت‌تر و ناپسندتر-طناز و زنده دل-ملک رازی-کم وزن ۸-خط کش هندسی-حزب و مکتب اعتقاد به اصالت امور دنیوی و مردود دانستن غیر از آن-نام آذری ۹-دعای زرتشتیان سرسفره طعام-زمینه و موضوع-سوره مردمی-تاریخ نگار ۱۰-پشته هیزم-خون‌بها-سنگدلی و بی‌رحمی ۱۱-ترش و شیرین-ظاهر بنا-دست ابزار تنیسور ۱۲-نوعی پارچه نخی نازک گلدار برای ساخت چارقد-باغچه-گیاه مرزن گوش مصری ۱۳-پسوند شباهت-جمع عامه-از فیلم‌های کارتونی دهه شصت ۱۴-گونه‌ای از شعر-نسیم خنک شبانه -اینک و الان ۱۵-مال و پولی که درقبال آزادی پرداخت می‌شود-اثری از محمد جعفر محجوب

سرویس حوادث

سختگوی سازمان اورژانس کشور با اشاره به آغاز فصل گرما و افزایش سفرهای مردم به سواحل شمال و جنوب کشور، نسبت به افزایش حوادث غرق‌شدگی هشدار داد و گفت: با افزایش حضور مردم در دریاها، رودخانه‌ها، سدها، استخرها و سایر منابع آبی، متأسفانه آمار غرق‌شدگی نیز روندی افزایشی پیدا می‌کند.

مجتبی لشگری، با اشاره به اینکه غرق‌شدگی تنها به دریا محدود نمی‌شود، اظهار کرد: هر سال تعدادی از هم‌وطنان در رودخانه‌ها، سدها، استخرهای کشاورزی و دیگر منابع آبی جان خود را از دست می‌دهند. وی با استناد به آمار سازمان پزشکی قانونی کشور در مورد غرق‌شدگی، افزود: در سال گذشته، ۸۸۸ نفر شامل ۷۴۸ مرد و ۱۴۰ زن بر اثر غرق‌شدگی در نقاط مختلف کشور جان باختند. سختگوی اورژانس کشور ادامه داد: استان خوزستان با ۱۲۳ فوتی (۱۰۰ مرد و ۲۳ زن) بیشترین آمار غرق‌شدگی را به خود اختصاص داده است و پس از آن استان‌های فارس با ۶۸ نفر و بوشهر با ۴۰ نفر قرار دارند. همچنین کمترین آمار مربوط به استان خراسان جنوبی با ۳ مورد فوتی بوده است. لشگری با اشاره به برخی باورهای نادرست درباره ایمنی در آب گفت: برخلاف تصور رایج، عمق زیاد تنها عامل خطر نیست. گل‌آلود بودن کف استخرها، لیز بودن لبه‌ها، وجود خزه‌های لغزنده و همچنین شوک حرارتی ناشی از ورود ناگهانی به آب سرد، حتی در آب‌هایی با عمق کم نیز می‌تواند



حادثه‌آفرین و مرگبار باشد. وی با تأکید بر اینکه استخرهای کشاورزی هرگز محل مناسبی برای شنا و تفریح نیستند، افزود: در برخی مناطق، این استخرها به اشتباه جایگزین استخرهای استاندارد شنا شده‌اند و خانواده‌ها و نوجوانان، به دلیل نبود فضاهای تفریحی مناسب، به سمت این منابع پرخطر می‌روند. لازم است با نصب تابلوهای هشداردهنده، افزایش نظارت دهیارها و اجرای برنامه‌های آموزشی و فرهنگ‌سازی، این باور نادرست اصلاح شود و به مردم یادآوری شود که استخرهای کشاورزی

سختگوی اورژانس کشور از غرق شدن و فوت ۸۸۸ نفر در سال گذشته خبر داد

روند افزایشی غرق‌شدگی در تابستان

شوند و سایر افراد از به خطر انداختن جان خود خودداری کنند.

توصیه

لشگری در توصیه بیشتر افزود: پس از خارج کردن مصدوم از آب، اگر فرد هوشیار و دارای تنفس طبیعی بود، او را به پهلو چپ بخوابانید، بدنش را گرم نگه دارید و در سریع‌ترین زمان ممکن به مرکز درمانی منتقل کنید. در صورت بیهوشی و قطع تنفس نیز ضمن گرم نگه داشتن مصدوم، عملیات احیای قلبی - ریوی (CPR) را آغاز کرده و همزمان با اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید. سختگوی سازمان اورژانس کشور تأکید کرد: از تلاش برای تخلیه آب از ریه‌های فرد غریق خودداری کنید؛ این اقدام نه تنها کمکی به مصدوم نمی‌کند، بلکه موجب از دست رفتن زمان طلایی احیا می‌شود. اولویت اصلی، حفظ راه هوایی، آغاز سریع احیای قلبی - ریوی و انتقال فوری مصدوم به مرکز درمانی است. لشگری خاطرنشان کرد: پیشگیری، مهم‌ترین راهکار کاهش مرگ‌ومیر ناشی از غرق‌شدگی است و رعایت هشدارهای ایمنی، استفاده از محل‌های مجاز شنا و پرهیز از ورود به منابع آبی نایمن، می‌تواند جان صدها نفر را در هر سال نجات دهد.

میز خبر

عملیات نجات ۲۳ خدمه کشتی

سرویس حوادث

بنادر و دریانوردی هرمزگان ۲۳ خدمه یک کشتی را که بر اثر تصادم دریایی در آب‌های ساحلی بندرعباس دچار حادثه شده و در حالت اضطراری بود، نجات داده و با موفقیت به قشم منتقل کردند. به گزارش صبح ساحل، بامداد سه شنبه ۲۳ تیرماه، برخورد یک کشتی فله‌بر با یک شناور دیگر، منجر به آب‌گرفتگی و دستور تخلیه اضطراری یکی از کشتی‌ها شد. حادثه تصادم دریایی در شمال قشم حدود ساعت ۲ بامداد گزارش شد که بر اساس بررسی‌های اولیه یک فروند کشتی فله‌بر در مسیر دریا با کشتی دیگری برخورد کرده بود. در پی وقوع این تصادم دریایی با هماهنگی مرکز جستجو و نجات دریایی استان هرمزگان یک فروند شناور هادی و یک فروند یدک‌کش به‌منظور مدیریت وضعیت و بررسی ابعاد سانحه به موقعیت اعزام شدند. بر اساس این گزارش کشتی فله‌بر با ۲۳ نفر خدمه، به دلیل وارد شدن صدمات جدی به قسمت میانی بدنه و نشت آب، دچار شرایط اضطرار شده که دستور ترک شناور از سوی فرمانده کشتی صادر شد. خوشبختانه با هماهنگی مرکز جست‌وجو و نجات دریایی (MRCC)، تمامی خدمه کشتی در صحت و سلامت کامل از شناور خارج و به جزیره قشم منتقل شدند. تیم‌های امدادی و کارشناسان دریایی مستقر در محل، همچنان در حال بررسی دقیق‌تر جوانب این حادثه و اقدامات لازم هستند.

کشف نیم تن مواد مخدر در پوشش حمل سوخت در هرمزگان



سرویس حوادث

فرمانده انتظامی استان هرمزگان گفت: با هوشیاری و تلاش مأموران انتظامی شهرستان میناب در یک عملیات پلیسی ۵۷۸ کیلو مواد مخدر تریاک در پوشش حمل سوخت کشف و ضبط شد. به گزارش صبح ساحل، سردار هادی رفیعی کیا، در تشریح این خبر اظهار کرد: مأموران انتظامی پاسگاه توتکهور شهرستان میناب در ادامه طرح مقابله با قاچاق مواد مخدر و مبارزه با سوداگران مرگ شب گذشته حین گشت‌زنی همدمند در یکی از محوره‌های فرعی حوزه استحفاظی به یک دستگاه خودرو وانت نیسان حامل کیسه‌های سیمان مشکوک شده و دستور توقف دادند. وی افزود: راننده خودرو بدون توجه به دستور ایست پلیس و علائم هشدار دهنده اقدام به فرار کرد که پس از تعقیب و گریز و هدف قرار گرفتن لاستیک‌های عقب خودرو متهم با استفاده از تاریکی شب و موقعیت کوهستانی و جنگلی منطقه خودرو را رها و متواری گردید که در بازرسی دقیق از خودرو مورد نظر تعداد ۵۹ کیسه جمعا به وزن ۵۸۷ کیلو و ۵۰۰ گرم مواد مخدر تریاک که بطرز بسیار ماهرانه در داخل کیسه‌های سیمان و در زیر مشک حاوی سوخت جاساز شده بود کشف و ضبط شد. سردار رفیعی کیا خاطرنشان کرد: از ابتدای سال جاری تاکنون با تلاش همه جانبه صورت گرفته توسط عوامل انتظامی استان جمعا ۱۰ تن و ۷۵۲ کیلوگرم انواع مواد مخدر کشف و ۱۹۵ قاچاقچی و ۲ هزار و ۲۰۰ خرده فروش و توزیع کننده مواد دستگیر و به مراجع قضایی معرفی شده‌اند.

مفقودی

سند مالکیت (برگ سبز) و کارت شناسایی موتورسیکلت سیستم انرژزی۱۲۵رنگ مشکی مدل۱۳۹۲با شماره موتورNRG۹۱۳۳۵۲۳۱ شماره شاسی۱۲۵E۹۲۰۰۷۱۶شماره پلاک۱۸۳۷ایران۵۵۹۷۵به نام علیرضا رحیمی فر مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

آگهی شرکت‌های تعاونی سراسر هرمزگان در صبح ساحل

تلفن پذیرش: ۱۰۵-۳۷۲۳۱۴۶۲



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

آگهی مناقصه عمومی همراه با ارزیابی کیفی فشرده شماره ۲۲-۴۰۵

اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای استان هرمزگان در نظر دارد 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	پیمان (ماه)	مبلغ تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار (ریال)
تکمیل بازگشایی و احداث محور سیریک به پشتکوه شهرستان سیریک	۱,۹۶۶,۹۵۸,۸۸۳,۸۴۱	سیریک	۱۲	۶۵,۸۵۹,۱۷۷,۶۷۷

ب) محل تأمین اعتبار : از محل اعتبارات استانی

ج) شرایط مقاضی : 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 ۴ 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 ۱۴۰۵/۰۳/۲۴ لغایت ساعت ۱۳:۰۰ مورخ ۱۴۰۵/۰۳/۳۱ به پایگاه اینترنتی سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس www.setadiran.ir مراجعه نمایند، آخرین مهلت تحویل اسناد مناقصه، ساعت ۱۳:۰۰ مورخ ۱۴۰۵/۰۴/۱۴ و بازگشایی پاکات ساعت ۰۸:۰۰ مورخ ۱۴۰۵/۰۴/۱۵ خواهد بود. جهت کسب اطلاعات بیشتر به آدرس اینترنتی www.iets.mporg.ir مراجعه نمایید.

شناسه آگهی: ۲۲۱۹۰۴

◀ اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای

رمال در شیراز دستگیر شد

درآمد ماهیانه ۸۰۰ میلیونی با دعانویسی

به اغفال شهروندی کرده و پس از کشاندن وی به خانه اش با همدستی همسر خود با ضرب و جرح اقدام به سرقت حدود یک کیلو و ۲۰۰ گرم طلا از شاکي کرده بود، توسط پلیس شیراز دستگیر شد.

در این پرونده هم که در پی ارجاع از شعبه پنجم دادیاری دادسرای ناحیه ۲ تهران مبنی بر شکایت تعدادی از شهروندان درباره کلاهبرداری از طریق رمالی صورت گرفت. کارآگاهان اداره چهاردهم پلیس آگاهی، متهم را در مخفیگاهش در شمال تهران دستگیر و مقادیر قابل توجهی دعا، طلسم، ادوات رمالی و تجهیزات الکترونیکی از وی کشف و ضبط کردند. متهم در تحقیقات به کلاهبرداری از طریق فروش دعا، طلسم و مهره مار با تبلیغات گسترده در فضای مجازی اعتراف کرد و گفت حدود چهار سال است با وعده‌هایی نظیر بخت‌گشایی، افزایش رزق،

مجرمان با مهندسی اجتماعی درصدد فریب و کلاهبرداری از شهروندان هستند؛ پلیس با اعلام خبر کشف یک پرونده از مردم می خواهد که گول مواردی مانند رمالی، دعانویسی، بخت‌گشایی و رفع طلسم را نخورند و در صورت مواجهه با چنین مواردی، موضوع را گزارش کنند.

سرپرست معاونت مبارزه با جعل و کلاهبرداری پلیس آگاهی تهران بزرگ سرهنگ کارآگاه مسلم میر احمدی از دستگیری فردی خبر می‌دهد که با تبلیغات گسترده در فضای مجازی و فریب شهروندان تحت عنوان رمالی، دعانویسی و طلسم، مبالغ کلانی از قربانیان دریافت می‌کرد؛ بطوریکه بررسی‌ها نشان می‌دهد درآمد ماهیانه وی از این طریق بین ۶۰۰ تا ۸۰۰ میلیون تومان بوده است. چندی پیش متهمی که با ادعای رمالی اقدام

سرویس حوادث

با مشارکت در آزادی زندانیان غیرعمد (بدهکار)

شادی را به فرزندانش هدیه کنیم

شماره کارت بانک ملی

۶۰۳۷ ۹۹۱۸ ۹۹۹۳ ۶۷۰۶

شماره شب

۱۰۶۱۱۰۳۱۰۰۷_۰۰۰۰۰۰۰۰_۳۶۰۱۷ IR

WWW.homozgandiyе.ir

setad_dieh_hormozghan

میز خبر

دور برگشت لیگ دات کارگری کشور
هرمزگانی‌ها با امید به صعود راهی
دور برگشت می‌شوند

سرویس ورزشی

رئیس انجمن دات کارگری هرمزگان از آمادگی کامل تیم‌های آقایان و بانوان برای حضور در دور برگشت لیگ دات کارگری کشور خبر داد و گفت: نمایندگان استان با هدف صعود به مرحله یک‌هشتم نهایی و کسب نتایجی درخور نام هرمزگان، از ۳۰ تیر تا ۲ مردادماه در اراک به میدان خواهند رفت.

به گزارش صبح ساحل، حامد توکلی‌پور، رئیس انجمن دات کارگری هرمزگان، با اشاره به اعزام تیم‌های استان به دور برگشت مسابقات لیگ دات کارگری کشور اظهار کرد: این رقابت‌ها از ۳۰ تیر تا دوم مرداد ماه به میزبانی شهر اراک برگزار می‌شود و هرمزگان با سه تیم در بخش آقایان و دو تیم در بخش بانوان در این دوره از مسابقات حضور خواهد داشت. وی با بیان این که دور رفت این مسابقات به میزبانی استان اصفهان برگزار شد، افزود: مؤسسه فرهنگی ورزشی پیشگامان علوی نیز به عنوان حامی مالی یکی از تیم‌های اعزامی، نقش مؤثری در حمایت از ورزشکاران ایفا کرده است. رئیس انجمن دات کارگری هرمزگان با اشاره به شرایط نمایندگان استان گفت: تیم فولاد هرمزگان در بخش آقایان شانس صعود به مرحله یک‌هشتم نهایی را دارد و تیم بانوان فولاد هرمزگان نیز با عملکرد درخشان خود، از شانس بسیار بالایی برای راهیابی به این مرحله برخوردار است.

توکلی‌پور درباره آخرین وضعیت آمادگی تیم‌ها تصریح کرد: خوشبختانه ورزشکاران پس از پایان دور رفت، تمرینات منظم و هدفمندی را پشت سر گذاشته‌اند و از نظر فنی و آمادگی ذهنی در شرایط مطلوبی قرار دارند. وی هدف اصلی از حضور در این رقابت‌ها را صعود تیم‌های استان به مرحله یک‌هشتم نهایی، ارائه عملکردی شایسته و نمایش ظرفیت‌های بالای ورزشکاران کارگر هرمزگان عنوان کرد و افزود: امیدواریم با تکیه بر توان فنی ورزشکاران و حمایت مسئولان و حامیان، افتخاری دیگر برای ورزش کارگری استان رقم بخورد.

توکلی‌پور در پایان از حمایت‌های جعفر غلامزاده، رئیس هیئت ورزش کارگری استان هرمزگان، اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان، شرکت فولاد هرمزگان و مؤسسه فرهنگی ورزشی پیشگامان علوی قدردانی کرد و از ورزشکاران خواست با حفظ نظم، اتحاد، اخلاق ورزشی و تلاش حداکثری، بهترین عملکرد خود را برای سربلندی نام هرمزگان به نمایش بگذارند.

رقابت شطرنج بازان قشم
در دوره سنی

سرویس ورزشی

از سوی هیئت شطرنج یک دوره مسابقات با حمایت اداره ورزش و جوانان قشم، اداره ورزش سازمان منطقه آزاد و همکاری مجتمع میلاد در دوره سنی زیر ۱۴ سال و بالای ۱۴ سال به روش سوییسی با زمان ۱۰ دقیقه در ۵ دور برگزار شد. به گزارش صبح ساحل، در رده سنی زیر ۱۴ سال، رها احراری با کسب ۵ امتیاز، مسیح مطهری‌نژاد با کسب ۵ امتیاز و سلوا احراری با کسب ۳ امتیاز اول تا سوم شدند. در رده سنی بالای ۱۴ و رده سنی آزاد، امیر حسین دژدار با کسب ۵ امتیاز عنوان قهرمانی را کسب کرد. محمد سعید زحمت‌کش با کسب ۴ امتیاز در مکان دوم ایستاد و ذبیح الله قریشی با کسب ۳ امتیاز سوم شد. این مسابقات با حضور ۲۵ شطرنج باز در مجموعه ورزشی خانه شطرنج واقع در مجتمع میلاد برگزار شد و از سوی هیئت شطرنج قشم به مدال آوران و نفرات برتر حکم و جوایز نقدی و غیرنقدی اهدا شد.



مسابقات رنکینگ بولینگ هرمزگان

نفرات اول تا سوم معرفی شدند



محمود رئیسی

دبیر سرویس ورزشی



هفته سوم مسابقات رنکینگ بولینگ هرمزگان با حضور جمعی از ورزشکاران در سالن بولینگ توسکا بندرعباس برگزار شد.

در این رقابت‌ها، بازیکنان در فضایی رقابتی و با رعایت کامل اصول اخلاقی و ورزشی در سطح فنی مطلوب به مصاف هم رفتند. در پایان این مسابقات، احمد معلمی عنوان قهرمانی را کسب کرد. معین عطاری‌عباسی در مکان دوم ایستاد و سید محسن قادری سوم شد. این مسابقات با هدف افزایش آمادگی

ورزشکاران، ایجاد رقابت سالم، شناسایی استعدادهای برتر و توسعه هرچه بیشتر رشته بولینگ در استان هرمزگان برگزار شد و با استقبال خوب ورزشکاران و علاقه‌مندان به پایان رسید. هیئت بولینگ و بیلارد استان هرمزگان از تمامی شرکت‌کنندگان، داوران، عوامل اجرایی و مجموعه فرهنگی ورزشی توسکا

لیگ دسته اول فوتبال باشگاه‌های کشور:

شناورسازی در آخرین دیدار خانگی به مصاف
هوادار تهران می‌رود

محمود رئیسی

هفته سی و چهارم و پایانی لیگ دسته اول فوتبال باشگاه‌های کشور فردا پنجشنبه ۲۵ تیرماه برگزار خواهد شد.

به گزارش صبح ساحل، در هفته سی و چهارم و پایانی لیگ دسته اول فوتبال باشگاه‌های کشور پالایش نفت بندرعباس و شناورسازی پی‌پشت قشم فردا پنجشنبه ۲۵ تیرماه به مصاف هم خواهند رفت.

در بندرعباس و در ورزشگاه خلیج فارس، تیم شناورسازی پی‌پشت قشم که در هفته قبل با تساوی مقابل آریو اسلامشهر جواز ماندن در لیگ یک را گرفت در هفته پایانی از تیم هوادار تهران میزبانی خواهد کرد. این بازی در ساعت ۱۹:۳۰ برگزار می‌شود.

تیم پالایش نفت بندرعباس در آخرین دیدار این فصل در تهران با سایپا بازی خواهد کرد. پالایش نفت بندرعباس با ۴۴ امتیاز در مکان هشتم و تیم سایپا با ۵۶ امتیاز در مکان چهارم جدول رده‌بندی ایستاده است.

نتیجه این بازی برای نازنجی‌پوشان سایپا از حساسیت خاصی برخوردار است و اگر بتواند پالایش نفت بندرعباس را از پیش رو بردارد و صنعت نفت آبادان هم مقابل حریف



خود شکست بخورد یا مساوی کند می‌تواند راهی بازی پلی آف لیگ برتر شود.

در سایر دیدارهای این هفته نساجی مازندران با آریو اسلامشهر بازی می‌کند.

رئیس هیئت دوچرخه سواری استان بیان کرد:

فقر زیرساخت دوچرخه سواری در هرمزگان

محمود رئیسی

جلسه تخصصی رئیس هیئت دوچرخه‌سواری با سرپرست معاونت ورزشی اداره‌کل ورزش و جوانان هرمزگان برگزار شد.

«سعیدمظفری» سرپرست معاونت ورزشی اداره کل با اعضای هیئت دوچرخه سواری هرمزگان در دفتر مدیر کل جلسه تخصصی برگزار نمود. «اسماعیل صفا» رئیس هیئت

دوچرخه‌سواری استان طی گزارشی اظهار داشت: ۲۰۹ ورزشکار سازمان یافته در این هیئت فعالیت می‌کنند و تا پایان سال ۴۰۰ ورزشکار سازمان یافته دیگر به جمع این ورزشکاران اضافه خواهند شد. وی با بیان اینکه ۱۰ شهرستان فعال دوچرخه‌سواری داریم، بیان داشت: هیئت استان پنج مربی درجه یک خانم و پنج مربی درجه یک آقا و ۵۰ مربی درجه سه و دو در استان داریم و

باشگاه‌های فعال پنج باشگاه است و باید در رشته سرعت ونیمه استقامت فعال‌تر شویم. رئیس هیئت دوچرخه سواری بیان نمود: «قیصری» نائب رئیس بانوان به مدت دوسال مربی تیم ملی جمهوری اسلامی ایران است و هیئت دوچرخه سواری از سال ۸۳ تاسیس شده ولی از نظر زیرساخت و پیست دوچرخه‌سواری محروم است. مظفری سرپرست معاونت ورزشی

چگونه خاطره خود را تغییر دهیم؟

خاطرات مبتلا به روایت



محیا تکنده

روانشناس بالینی

✓ پژوهش‌های تازه نشان می‌دهند حافظه، آرشویی ثابت از گذشته نیست و هر بار که

خاطره‌ای را به یاد می‌آوریم، آن را دوباره می‌سازیم



سوال نمی‌برند و نشان می‌دهند حافظه بیش از آنکه ابزار ثبت واقعیت باشد، ابزاری برای معنا بخشیدن به تجربه است. از منظر اجتماعی نیز این موضوع اهمیت فراوانی دارد. هیچ خاطره‌ای در خلا شکل نمی‌گیرد. خانواده، رسانه‌ها، مدرسه، گروه‌های اجتماعی و حتی زبان روزمره، در هر بار یادآوری گذشته نقش دارند. بنابراین آنچه افراد از زندگی خود به خاطر می‌آورند، صرفاً محصول فعالیت سلول‌های مغزی نیست و بازتاب روابط اجتماعی، جایگاه اقتصادی، تجربه‌های مشترک و روایت‌هایی است که جامعه در اختیار آنها قرار می‌دهد. حافظه، برخلاف تصور رایج، نه فقط دارایی فرد، بلکه محصول تعامل مداوم میان فرد و جهان پیرامون اوست تعاملی که هر بار گذشته را اندکی متفاوت از قبل روایت می‌کند.

آیا می‌توان رنج را از حافظه جدا کرد؟

یکی از هیجان‌انگیزترین حوزه‌های پژوهشی امروز، تلاش برای کاهش بار هیجانی خاطرات دردناک است؛ نه با پاک کردن گذشته که با تغییر شیوه‌ای که مغز آن را تجربه می‌کند. یافته‌های سال‌های اخیر نشان می‌دهد هنگامی که یک خاطره دوباره فعال می‌شود، برای مدت کوتاهی در وضعیتی انعطاف‌پذیر قرار می‌گیرد. اگر در همین فاصله، مداخله‌ای درمانی انجام شود، ممکن است شدت ترس، اضطراب یا احساس درماندگی همراه آن خاطره کاهش یابد. بی‌آنکه اصل رویداد از ذهن حذف شود. این رویکرد اکنون در درمان برخی اختلال‌های ناشی از تجربه‌های آسیب‌زا، اضطراب‌های شدید و برخی انواع اعتیاد مورد توجه قرار گرفته است و نتایج اولیه آن امیدبخش ارزیابی می‌شود. برآوردهای سازمان جهانی بهداشت نشان می‌دهد حدود ۷۰ درصد مردم جهان دست‌کم یک رویداد نزدیک به ۳ تا ۴ درصد جمعیت جهان در مقطعی از زندگی به اختلال پس از سانحه مبتلا می‌شوند. در جوامعی که با جنگ، مهاجرت اجباری، خشونت یا فقر مزمن روبه‌رو هستند، این میزان به مراتب بیشتر است. همین آمار نشان می‌دهد مسئله حافظه، تنها موضوعی مربوط به آزمایشگاه‌های علوم اعصاب نیست، بلکه با میلیون‌ها زندگی روزمره پیوند دارد. خاطره دردناک، اگر درمان نشود، می‌تواند بر روابط خانوادگی، اشتغال، آموزش، سلامت جسمانی و حتی مشارکت اجتماعی افراد اثر بگذارد.

میدان نبرد روایت‌ها و قدرت

اگر حافظه تنها محصول فعالیت مغز بود، همه انسان‌هایی که یک رویداد واحد را تجربه کرده‌اند باید آن را تقریباً یکسان به یاد

می‌آوردند. اما واقعیت خلاف این را نشان می‌دهد. پژوهش‌های روانشناسی اجتماعی ثابت کرده‌اند که خاطرات، در جریان گفتگو، رسانه، آموزش، مناسبات خانوادگی و حتی موقعیت اقتصادی افراد تغییر می‌کنند. انسان نه تنها آنچه را دیده است، بلکه آنچه دیگران درباره آن گفته‌اند نیز به حافظه خود می‌افزاید. به همین دلیل، گذشته هرگز صرفاً در متن روابط اجتماعی بازآفرینی می‌شود. همین ویژگی، حافظه را به عرصه‌ای تبدیل می‌کند که در آن تجربه شخصی و نیروهای اجتماعی به شکلی جدایی‌ناپذیر در هم تنیده‌اند. مطالعات متعدد نشان داده‌اند که بازگویی مکرر یک روایت، حتی اگر بخشی از آن نادرست باشد، احتمال پذیرفته‌شدن

خاطرات شخصی و نابرابری‌های پنهان در تجربه انسانی

یکی از نکات کمتر دیده‌شده در پژوهش‌های جدید حافظه این است که همه انسان‌ها گذشته خود را در شرایط یکسان بازسازی نمی‌کنند. تجربه‌های اجتماعی، میزان امنیت، جایگاه اقتصادی، کیفیت روابط و فرصت‌هایی که افراد برای معنا دادن به زندگی خود دارند، بر چگونگی شکل‌گیری و تثبیت خاطرات اثر می‌گذارد. دو نفر ممکن است یک رویداد مشابه را تجربه کنند، اما به دلیل تفاوت در شرایط زندگی، آن را به شکل کاملاً متفاوتی به یاد بیاورند. برای یک نفر، یک شکست می‌تواند به تجربه‌ای برای یادگیری تبدیل شود؛ برای فردی دیگر که هم‌زمان با فشار اقتصادی، نبود حمایت اجتماعی یا ناامنی شغلی روبه‌رو است، همان اتفاق ممکن است به خاطره‌ای همراه با تهدید و درماندگی تبدیل شود. مطالعات طولی در حوزه روانشناسی رشد نشان داده‌اند که استرس مزمن در سال‌های کودکی و نوجوانی می‌تواند بر عملکرد سیستم‌های مرتبط با یادگیری، تنظیم هیجان و یادآوری اثر بگذارد. برای مثال، پژوهش‌های گسترده درباره تجربه‌های نامطلوب دوران کودکی نشان داده‌اند افرادی که در کودکی با مجموعه‌ای از فشارها مانند خشونت، بی‌ثباتی خانوادگی یا محرومیت شدید روبه‌رو بوده‌اند، در بزرگسالی با احتمال بیشتری مشکلات سلامت روان، بیماری‌های جسمی و دشواری در تنظیم هیجان را تجربه می‌کنند. در یک مطالعه بزرگ در ایالات متحده، بیش از نیمی از بزرگسالان گزارش کردند که دست‌کم یک تجربه نامطلوب جدی در دوران کودکی داشته‌اند و حدود یک نفر از هر شش نفر چندین تجربه از این نوع را پشت سر گذاشته است. اما اهمیت این یافته‌ها تنها در سطح فردی نیست. جامعه‌ای که بخش بزرگی از اعضای آن با ناامنی اقتصادی، فشار کاری شدید یا احساس بی‌ثباتی آینده زندگی می‌کنند، در واقع با نسلی از خاطرات پراکنده و آسیب‌پذیر مواجه است. حافظه، مانند بسیاری از فرایندهای روانی دیگر، در خلا اجتماعی عمل نمی‌کند. شرایطی که انسان‌ها در آن زندگی می‌کنند، تعیین می‌کند چه چیزی در ذهن آنها برجسته شود، چه چیزی سرکوب شود و چه روایتی از زندگی خود بسازند.

آگهی شرکت‌های
تعاونی سراسر هرمزگان
در صبح ساحل

تلفن پذیرش: ۱۵۵-۳۲۲۴۱۴۶۲

مفقودی

کارت بازرگانی
به شماره کارت: ۱۰۸۰۰۱۵۶۳۵۹
به نام شرکت طرح و پویش مرجان
مدیر عامل: مسعود ملاحسینی
شماره ملی ۳۳۹۱۶۲۸۸۸۵ و انتقا ۱۴۰۵/۰۴/۳۰
مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد

مفقودی

برگ تایید مالکیت (سند سفید منطقه آزاد قشم) متعلق به
خودروی سواری کیا اپتیما مدل ۲۰۱۲ سفیدرنگ به شماره
شناسی KNAGMF۱۲۴C۵۱۸۱۰۱ و شماره موتور
G۴KEBH۱۰۷۱۳۷ و شماره پلاک انتظامی ۲۲۶۱۹ قشم ۱۱
به نام سیدحسان قتالی مفقود گردیده و از درجه
اعتبار ساقط می‌باشد.

پنجره دانایی

زندگی زیر بار قسط‌ها؛ وقتی آینده قسط‌بندی می‌شود

سرویس زندگی

در بسیاری از خانه‌ها، برنامه زندگی دیگر فقط با درآمد امروز نوشته نمی‌شود؛ بخشی از تصمیم‌ها به درآمد ماه‌های آینده گره خورده است. خرید خانه، لوازم ضروری، گوشی، هزینه‌های درمان یا حتی برخی نیازهای روزمره، حالا برای خیلی‌ها با حساب‌و‌کتاب اقساط معنا پیدا می‌کند. قسط‌ها آمده‌اند تا فاصله میان خواستن و توانستن را کمتر کنند، اما گاهی خودشان به فاصله‌ای میان آرامش امروز و نگرانی فردا تبدیل می‌شوند.

خرید قسطی که زمانی راهی برای تهیه کالاهای بزرگ و ضروری بود، امروز برای برخی خانواده‌ها به شیوه‌ای رایج برای تأمین نیازهای روزمره تبدیل شده است؛ از لوازم خانه و گوشی گرفته تا هزینه‌های درمان و آموزش. اما این سبک زندگی چه اثری بر روان خانواده‌ها دارد؟ آیا قسط می‌تواند راهکاری برای حفظ کیفیت زندگی باشد یا به مرور به منبع اضطراب و فرسودگی تبدیل می‌شود؟ دکتر شیرین ولی‌زاده، متخصص روانشناسی، در گفت‌وگو با ما به بررسی ابعاد روانی و اجتماعی زندگی قسطی پرداخته است.

چرا تمایل به خرید قسطی بین خانواده‌ها زیاد شده است؟

دکتر شیرین ولی‌زاده، متخصص روانشناسی، درباره ریشه‌های گرایش خانواده‌ها به خریدهای قسطی توضیح می‌دهد: «وابستگی به خرید قسطی معمولاً حاصل یک عامل واحد نیست، بلکه نتیجه چند فشار هم‌زمان است.» او نخستین عامل را کاهش قدرت خرید خانوارها می‌داند و توضیح می‌دهد: «وقتی درآمد متناسب با هزینه‌ها رشد نمی‌کند، حتی کالاهایی که زمانی معمولی و در دسترس محسوب می‌شدند، به هزینه‌هایی فراتر از توان پرداخت نقدی خانواده تبدیل می‌شوند. در چنین شرایطی، تأمین کالاهایی مانند لوازم خانه، گوشی، پوشاک، وسایل آموزشی و حتی پرداخت هزینه‌هایی مانند درمان، بدون استفاده از امکان تقسیط برای بسیاری از خانواده‌ها دشوار می‌شود.»

ولی‌زاده با اشاره به نقش «تورم انتظاری» در گرایش خانواده‌ها به خرید قسطی ادامه می‌دهد: «در جامعه‌ای که مردم نگران افزایش قیمت کالاها در آینده هستند، خرید قسطی گاهی به‌عنوان نوعی دفاع روانی و اقتصادی عمل می‌کند. خانواده با خود می‌گوید اگر امروز نخرم، شاید چند ماه دیگر دیگر توان خرید همین کالا را هم نداشته باشم.» او عامل دیگر را کاهش کارکرد پس‌انداز می‌داند و می‌گوید: «وقتی ارزش پول به سرعت کاهش پیدا می‌کند، پس‌انداز نقدی برای بسیاری از خانواده‌ها دیگر احساس امنیت ایجاد نمی‌کند. به همین دلیل ممکن است خانواده ترجیح دهد پول امروز را به کالای تبدیل کند، حتی اگر ناچار باشد هزینه آن را در ماه‌های بعد و به شکل قسطی بپردازد.»

شبکه‌های اجتماعی؛ موتور مقایسه و میل به خرید

ولی‌زاده با اشاره به نقش شبکه‌های اجتماعی در تغییر الگوهای مصرفی خانواده‌ها می‌گوید: «شبکه‌های اجتماعی در سال‌های اخیر معیارهای ذهنی افراد را تغییر داده‌اند. در گذشته، افراد بیشتر خود را با اطرافیان نزدیک مقایسه می‌کردند، اما امروز روزانه با تصاویر فراوانی از خانه‌های زیبا، سفرها، لباس‌ها، گوشی‌ها، خودروها و سبک‌های زندگی آرمانی مواجه می‌شوند.» او تأکید می‌کند: «شبکه‌های اجتماعی معمولاً زندگی واقعی را نشان نمی‌دهند، بلکه تصویری گزینشی و آراسته از زندگی افراد ارائه می‌کنند. کاربران اغلب بدهی‌ها، اضطراب‌ها، قسط‌ها و فشارهای پشت صحنه را نمایش نمی‌دهند و مخاطب تنها نتیجه نهایی را می‌بیند؛ از خریدهای جدید گرفته تا سفر و سبک زندگی لوکس.»

وقتی قسط‌ها مهمان دائمی خانه می‌شوند

ولی‌زاده با اشاره به اثر خریدهای اقساطی پی‌درپی بر روان خانواده‌ها می‌گوید: «خرید قسطی در ابتدا می‌تواند احساس آرامش ایجاد کند، زیرا خانواده بدون تحمل فشار مالی یک‌باره، نیاز یا خواسته خود را تأمین می‌کند. اما وقتی این خریدها زیاد، طولانی و پشت سر هم شوند، خانواده وارد وضعیت فشار مالی مزمن می‌شود؛ یعنی نگرانی مالی دیگر یک اتفاق موقت نیست و به بخشی از زندگی روزمره تبدیل می‌شود.» او توضیح می‌دهد: «یکی از مهم‌ترین پیامدهای این شرایط، اضطراب مداوم است. خانواده پیش از رسیدن موعد قسط‌ها دچار نگرانی می‌شود و حتی پس از پرداخت یک قسط نیز آرامش کامل ندارد، زیرا تعهد بعدی در راه است.»

راه تعادل؛ قسط آگاهانه، نه زندگی زیر بار بدهی

ولی‌زاده با تأکید بر اینکه توصیه ساده «قسطی نخرید» در شرایط اقتصادی امروز واقع‌بینانه نیست، می‌گوید: «بسیاری از خانواده‌ها برای حفظ حداقلی از کیفیت زندگی ناچارند از خریدهای قسطی استفاده کنند. مسئله این نیست که قسط همیشه بد است؛ بلکه مهم این است که خرید قسطی نباید ناآگاهانه، هیجانی و بدون برنامه وارد زندگی شود.»

او توضیح می‌دهد: «خانواده‌ها پیش از هر خرید قسطی باید میان نیاز واقعی، اضطراب، فشار اجتماعی و میل به نمایش تفاوت قائل شوند. باید از خود بپرسند آیا این خرید واقعاً ضروری است؟ آیا از ترس گران‌تر شدن انجام می‌شود؟ آیا برای مقایسه با دیگران است یا تلاشی برای کاهش یک حال بد و اضطراب درونی؟ پاسخ به این پرسش‌ها کمک می‌کند انگیزه واقعی خرید مشخص شود.»

او با اشاره به نقش شبکه‌های اجتماعی در تصمیم‌های خرید نیز می‌گوید: «اگر خانواده متوجه شود استفاده از شبکه‌های اجتماعی باعث افزایش مقایسه، نارضایتی یا میل به خرید در او می‌شود، باید شیوه استفاده از این فضا را بازبینی کند. کاهش دنبال کردن صفحات تجملی، فاصله گرفتن از تبلیغات مداوم و ایجاد زمان تأمل پیش از خریدهای آنلاین می‌تواند در تصمیم‌گیری آگاهانه‌تر مؤثر باشد.» او درباره خطر خریدهای قسطی زنجیره‌ای هشدار می‌دهد و می‌گوید: «وقتی خانواده هنوز یک تعهد مالی را به پایان نرسانده، وارد خرید قسطی دیگری می‌شود، چرخه بدهی شکل می‌گیرد. در این شرایط، فرد همیشه بخشی از درآمد آینده خود را از قبل خرج کرده و برای رسیدن به تعهدات قبلی تلاش می‌کند.» این روانشناس تأکید می‌کند: «افزایش قسط‌ها نباید باعث شود زندگی خانواده فقط به پرداخت بدهی محدود شود. حفظ شادی‌های ساده و کم‌هزینه مانند دورهمی خانوادگی، پیاده‌روی، فیلم دیدن، آشپزی مشترک یا سفرهای کوتاه، به حفظ سلامت روان خانواده کمک می‌کند و اجازه نمی‌دهد تمام زندگی حول نگرانی‌های مالی شکل بگیرد.»

• 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

• فاکس شبانه‌روزی
۰۷۶۳۲۲۴۱۴۶۳
• امور مشترکین
۰۷۶۳۲۲۳۳۳۷۲۶ (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

• دبیر سرویس حوادث
آنا رام
• دبیر سرویس آنلاین
سامیه طهوریان
• چاپ مهدوی کرمان
۰۷۶۳۲۲۲۹۵۸۵ (داخلی ۱۲۴)
• آگهی‌ها
۰۷۶۳۲۲۴۱۴۶۲ - ۳۲۲۴۶۷۵۱
(داخلی ۱۰۵)

پودرهای ادویه و فرآورده‌های غذایی با نام تجاری «فرید نگین» غیرمجاز هستند

روابط عمومی سازمان غذا و دارو، اسامی تعدادی از فرآورده‌های غذایی با نام تجاری «فرید نگین آبادان» را به دلیل نداشتن مجوزهای بهداشتی، غیرمجاز اعلام کرد.

روابط عمومی سازمان غذا و دارو در اطلاعیه‌ای اعلام کرد: فرآورده‌های پودر دارچین، فلفل قرمز، سماق، هل ساییده، هل دانه، گلپر، آویشن، فلفل سیاه، زردچوبه، بیکنینگ پودر، جوش شیرین، پودر سیر، وانیل، پودر زنجبیل، ادویه کاری، چوب دارچین، خلال پسته، خلال بادام، نشاسته، آرد نخود، پودر کاکائو، آرد برنج و شوید خشک با نام تجاری

«فرید نگین آبادان» به دلیل نداشتن مجوزهای بهداشتی، غیرمجاز هستند.

غذاهای فوق فرآوری شده اسیدهای چرب بد را افزایش می‌دهند

سرویس سلامت

شواهد زیادی وجود دارد که غذاهای فوق فرآوری شده برای سلامتی مضر هستند، اما مکانیسم‌هایی که این کار را انجام می‌دهند کاملاً مشخص نیست.

اکنون یک مطالعه نشان داده است افرادی که غذاهای فوق فرآوری شده بالایی مصرف می‌کنند، متابولیت‌های خونی متفاوتی دارند، با سطوح بالاتر اسیدهای چرب «بد» و اسیدهای چرب مفید کمتر، نسبت به افرادی که مصرف کمتری از این غذاها دارند. این تحقیق همچنین نشان می‌دهد که مصرف غذاهای فوق فرآوری شده ممکن است تولید کلسترول را تحریک کرده و فراوری چربی سالم را مهار کند.

غذاهای فوق فرآوری شده غذاهای بسیار فرآوری شده‌ای هستند که حاوی مواد افزودنی هستند. آنها عموماً حاوی مقادیر زیادی چربی، قند، کربوهیدرات، سدیم و انرژی هستند. یک مطالعه اخیر، مصرف غذاهای فوق فرآوری شده را به ۳۲ اثر نامطلوب بر سلامتی، از جمله بیماری‌های قلبی عروقی، دیابت نوع ۲ و چاقی، مرتبط کرده است.

اما غذاهای فوق فرآوری شده چگونه این اثرات نامطلوب را دارند؟ یک مطالعه جدید نشان می‌دهد که مصرف بالای غذاهای فوق



فرآوری شده می‌تواند متابولیت‌های خون را تغییر دهد، سطح اسیدهای چرب مضر را افزایش دهد و سطح چربی‌های ضروری برای عملکردهای سلولی را کاهش دهد.

این مطالعه نشان می‌دهد که نه تنها چربی اضافی ناشی از غذاهای فوق فرآوری شده وارد خون می‌شود، بلکه این غذاها ممکن است بدن را برای تولید لیپید از کربوهیدرات‌های اضافی در رژیم غذایی نیز تحریک کنند. محققان داده‌های مطالعه گروهی EPIC را تجزیه و تحلیل کردند، که در آن بیش از ۵۲۰ هزار داوطلب از ۱۰ کشور

اروپایی- دانمارک، فرانسه، آلمان، یونان، ایتالیا، هلند، نروژ، اسپانیا، سوئد و بریتانیا- بین سال‌های ۱۹۹۲ تا ۲۰۰۰ ثبت‌نام کرده بودند. بیشتر شرکت‌کنندگان بین ۳۵ تا ۷۰ سال سن داشتند و زنان حدود دو سوم از این گروه را تشکیل می‌دادند.

در زمان ثبت‌نام در مطالعه EPIC، همه شرکت‌کنندگان دو پرسشنامه جامع، در مورد سبک زندگی و در مورد رژیم غذایی خود در طول ۱۲ ماه گذشته تکمیل کردند. آنها همچنین نمونه خون و اندازه‌های بدن خود را ارائه دادند.

محققان دریافتند افرادی که مصرف غذاهای فوق فرآوری شده بالاتری داشتند، مشتقات لیپیدی خاصی را که نشانگرهای زیستی اختلال در اکسیداسیون اسیدهای چرب و اختلال عملکرد میتوکندری هستند، بیشتر داشتند.

«جسیکا بلانکو-لوپز»، دکترای پزشکی و نویسنده اصلی این مطالعه و رئیس بخش تحقیقات دانشکده پزشکی دانشگاه فرانسیسکو ماروین گوانتالا، گفت: «این تغییر در اسیدهای چرب در گردش خون، به ویژه سطوح پایین‌تر اسیدهای چرب امگا ۳ مفید، مانند DHA، همراه با سطوح بالاتر اسیدهای چرب امگا ۶ و چربی‌های ترانس صنعتی، یکی از مهم‌ترین یافته‌ها بود.»

او افزود: «ما همچنین تغییراتی را در متابولیت‌های دخیل در متابولیسم لیپید و متابولیسم انرژی مشاهده کردیم. در مجموع، این یافته‌ها نشان می‌دهد که مصرف بیشتر غذاهای فوق فرآوری شده با یک پروفایل متابولیکی مرتبط است که ممکن است نشان‌دهنده اختلال در هموستاز لیپید باشد.»

بلانکو-لوپز نتیجه گرفت: «یافته‌های ما نشان می‌دهد که آنچه می‌خوریم اثر قابل اندازه‌گیری در متابولیسم ما به جا می‌گذارد و به نظر می‌رسد غذاهای فوق فرآوری شده اثر متمایزی از خود به جا می‌گذارند.» /مهر

میز خبر

کدام بیماری‌ها عامل تپش قلب در هنگام استراحت هستند؟

سرویس خبری

به طور کلی ضربان قلب پایین در حالت استراحت، یعنی زمانی که بدن فعالیت ندارد به این معنی است که قلب، سالم تر و کارآمدتر است.

ضربان قلب طبیعی در حالت استراحت برای بزرگسالان بین ۶۰ تا ۱۰۰ بار در دقیقه است. اما اگر استرس زیادی دارید یا در صورت مصرف کافئین، افزایش ضربان قلب در حالت استراحت امری طبیعی است. ضربان قلب ورزشکاران در حالت عادی کمتر از سایر افراد معمولی است. در ورزشکاران متوسط ضربان قلب در حال استراحت معمولاً بین ۶۰ تا ۸۰ بار در دقیقه است اما برخی از ورزشکاران ضربان قلب آرام‌تر بین ۳۰ تا ۴۰ بار در دقیقه دارند. همچنین مصرف برخی از داروها می‌تواند بر ضربان قلب در حالت استراحت تأثیر بگذارد که از آن جمله می‌توان به مسدودکننده‌های کانال کلسیم و مسدودکننده‌های بتا اشاره کرد. این داروها ضربان قلب را کاهش می‌دهند و برای درمان بیماری‌هایی مانند درد قفسه سینه، ریتم غیر طبیعی قلب و فشار خون بالا تجویز می‌شوند.

دلایل افزایش مداوم ضربان قلب در حالت استراحت

افزایش مداوم ضربان قلب (تپش قلب) در حالت استراحت می‌تواند نشانه مهمی از وجود بیماری‌های زمینه‌ای باشد که معمولترین آنها عبارتند از:

- بیماری‌های قلبی، ریوی و عصبی- عفونت‌ها- التهاب- کم‌خونی- بیماری‌های عروقی از جمله بیماری‌های محیطی، بیماری‌های عروق کرونر و موارد دیگر-
- بیماری‌های غدد درون ریز و خودایمنی، مانند کم‌کاری و پرکاری تیروئید، هاشیموتو، سرطان تیروئید و موارد دیگر

توصیه‌هایی برای آرام کردن قلب

هرچند در این موارد مهمترین اقدام، مراجعه به متخصص برای تشخیص صحیح و درمان به موقع بیماری موردنظر است اما ایجاد برخی تغییرات در عادات سبک زندگی نیز می‌تواند ضربان قلب را آرام کند و همچنین خطر ابتلا به بیماری قلبی را کاهش دهد که از آن جمله می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:- مرتب ورزش کردن- کاهش سطح استرس (با روش‌های آرام‌سازی)- تغییر رژیم غذایی- خودداری از استعمال سیگار- خودداری از مصرف کافئین- مصرف میزان کافی آب- خواب کافی /ایسنا

علائم خطر گرمازدگی رابشناسید



گرمازدگی یک وضعیت اورژانسی ناشی از افزایش شدید دمای بدن در اثر قرار گرفتن طولانی‌مدت در هوای گرم یا فعالیت زیاد بدنی است.

اقدامات فوری و درمان



خنک‌سازی سریع و انتقال به محیط خنک
اولین و حیاتی‌ترین اقدام برای کاهش دمای داخلی بدن.



نوشیدن مایعات فراوان
برای جبران کم‌آبی و بازگرداندن تعادل بدن.



مراجعه فوری به پزشک
در موارد شدید و برای جلوگیری از آسیب به اندام‌ها الزامی است.

شناسایی خطر (علائم و عوامل)



علائم هشداردهنده: تعریق شدید، شدید، سرگیجه، تهوع و ضعف
نشانه‌های اولیه که خبر از افزایش خطرناک دمای بدن می‌دهند.



عوامل محرک:
هوای گرم، فعالیت زیاد و کم‌آبی بدن
پوشیدن لباس نامناسب نیز در بروز این وضعیت نقش کلیدی دارد.

خلاصه: علائم، علل و درمان

علائم	علل	درمان
تعریق، سرگیجه، تهوع	هوای گرم و فعالیت زیاد	خنک کردن بدن
ضعف بدن	کم‌آبی و لباس نامناسب	نوشیدن مایعات و پزشک

