

مدیرعامل بنیاد برکت ستاد اجرایی فرمان امام از احیای قنات کشاورزی و اجرای طرح‌های آبرسانی در مناطق محروم و کمتر توسعه یافته کشور خبر داد. ادامه در صفحه دوم

رئیس کل بانک مرکزی از اختصاص یک میلیارد دلار برای واردات خودرو در سال جاری خبر داد. محمدرضا فرزین در گفت و گوی تلویزیونی افزود: این یک سیاست مستمر است و تا پایان سال ادامه خواهیم داد. وی تأکید کرد: تخصیص ارز برای واردات خودرو در سال آینده نیز ادامه خواهد یافت.

گروه دوستی پارلمانی ایران و عربستان تشکیل شد

سقط جنین ماهانه به اندازه یک جنگ قربانی می‌گیرد

امضای تفاهم‌نامه فرهنگی و هنری بین ایران و قزاقستان

تشدید تحریم‌های انگلیس علیه صنایع دفاعی ایران

میانگین فرسایش خاک در کشور حدود ۱۶/۵ تن در هکتار است

جزئیات آماری عجیب از هدررفت آب در ایران

رهبر انقلاب اسلامی:

موضوع وحدت نه یک تاکتیک بلکه یک اصل قرآنی است



فرمانده منطقه پدافند هوایی شمالغرب ارتش:

امنیت هوایی کشور روز به روز در حال رشد و توسعه است

فرمانده منطقه پدافند هوایی شمالغرب ارتش با بیان اینکه امنیت هوایی کشور روز به روز در حال رشد و توسعه است، گفت: نیروی پدافند هوایی ارتش با تلاش‌های شبانه‌روزی کارکنان خود ضریب امنیت پایدار کشور را افزایش داده است.



امیرسرتیپ دوم عباس عظیمی در دیدار با فرمانده قرارگاه عملیاتی لشکر ۲۱ حمزه نیروی زمینی ارتش با تبریک آغاز هفته وحدت اظهار کرد: پیشرفت‌های شگرف پدافند هوایی در این چند دهه اخیر در نوع خود کم‌نظیر است و کارکنان ولایی این نیرو، افتخاراتی را رقم زدند که به هیچ عنوان قابل قیاس با گذشته نیست.

وی تأکید کرد: امنیت و اقتدار امروز کشور حاصل انقلاب اسلامی است و همه با هم باید برای ارتقا و تعالی ایران اسلامی تمام توان خود را به کار بندیم. وی با بیان اینکه صیانت از حریم هوایی کشور شبانه‌روزی و تعطیل بردار نیست، مطرح کرد: ما حافظان حریم هوایی جمهوری اسلامی با هم‌افزایی و همکاری همدلانه با سایر نیروهای مسلح قدرتمندانه و متعهدانه در حال حراست از مرزهای هوایی کشور هستیم.

به گزارش روابط عمومی منطقه پدافند هوایی شمالغرب ارتش، امیر سرتیپ دوم عظیمی در این دیدار با اهدای لوح به امیرسرتیپ دوم بیات انتصاب وی را به ارشد نظامی ارتش در استان‌های آذربایجان شرقی، اردبیل و فرمانده قرارگاه عملیاتی لشکر ۲۱ حمزه آذربایجان تبریک گفت.

آغاز تحصیل برای ۶۰ هزار دانش آموز در آذربایجان شرقی

در مدرسه ابتدایی دخترانه ناموس در ناحیه ۲ شهر تبریز، با تأکید بر اهمیت آموزش در سنین پایه، مدارس ابتدایی را زبربنا و بنیان آینده علمی، فناوری و توسعه کشور بیان کرد. مسعود سعادت، آموزش پیش دبستانی و ابتدایی را اساسی‌ترین پایگاه آموزشی در تمام کشورها دانست و با بیان اینکه ارزش‌گذاری به این پایه تحصیلی در حقیقت سرمایه‌گذاری برای آینده کشور است، افزود: بهترین و موثرترین آموزش‌ها در این سنین و دوران آموزش ابتدایی شکل می‌گیرد.

همزمان با سراسر کشور مراسم جشن شکوفه‌ها به عنوان نخستین روز بازگشایی مدارس برای کلاس اولی‌ها با حضور ۶۰ هزار و ۸۸۴ نوآموز آذربایجان شرقی برگزار شد. این مراسم به صورت همزمان در تمام ۲۲ شهرستان آذربایجان شرقی و نواحی ۴۰ گانه آموزش و پرورش برگزار و نوآموزان کلاس اولی با اجرای برنامه‌های مختلف و متنوع فرهنگی و آموزشی اولین روز زندگی در مدرسه و حضور در عرصه تعلیم و تربیت خود را تجربه کردند. بر اساس اعلام اداره کل آموزش

اجرای طرح هجرت و جمع‌آوری تعدادی از اتباع غیرمجاز در تبریز

فرمانده انتظامی شهرستان تبریز از جمع‌آوری تعدادی از اتباع غیرقانونی که به صورت غیرمجاز وارد شهرستان شده بودند، در دو عملیات جداگانه توسط مأموران کلاتنری ۲۵ کندرود و ۲۹ باغ معروف خبر داد.

فرمانده انتظامی شهرستان تبریز از جمع‌آوری تعدادی از اتباع غیرقانونی که به صورت غیرمجاز وارد شهرستان شده بودند، در دو عملیات جداگانه توسط مأموران کلاتنری ۲۵ کندرود و ۲۹ باغ معروف خبر داد.



سرهنگ یداله جهان‌آرا در تشریح این خبر گفت: در راستای اجرای طرح «هجرت» و برخورد با ورود اتباع غیرمجاز و غیرقانونی موضوع در دستور کار مأموران انتظامی شهرستان قرار گرفت.

تخصیص ۱۵ میلیارد تومان برای احیا و بازسازی تالاب «قوری گل» آذربایجان شرقی

مکالماتی با وزارت نیرو برای تخصیص این اعتبار انجام شده است. این اعتبار انجام شده است. این اعتبار ۱۵ میلیاردی است. در این زمینه ادامه دارد. مدیر کل حفاظت محیط زیست استان آذربایجان شرقی افزود: دوربین‌های پایش زنده هم اکنون در بسیاری از تالاب‌های استان مستقر شده که این موضوع در تالاب «قوری گل» نمود ویژه‌تری دارد. گفتنی است کارگاه برنامه‌ریزی و آموزشی دبیرخانه‌های مدیریت زیست بومی تالاب‌های کشور به مدت دو روز در تبریز برگزار می‌شود.

مدیر کل حفاظت محیط زیست استان آذربایجان شرقی از تخصیص ۱۵ میلیارد تومان برای احیا و بازسازی تالاب «قوری گل» خبر داد.



تومانی برای بازسازی و تعمیر کانال‌های قوری گل خبر داده و گفت:

شهنام اشتری در نشست هماهنگی و برنامه‌ریزی دبیرخانه‌های مدیریت زیست بومی تالاب‌ها اظهار داشت: آذربایجان شرقی ۲۷ تالاب دارد که اغلب آنها فصلی است. وی ادامه داد: بزرگترین تالاب استان، قره قشلاق و مهم‌ترین آن «قوری گل» است که برنامه‌های حفاظتی زیادی برای این تالاب‌ها

نماینده ولی فقیه در آذربایجان شرقی:

خانواده شهدا چشم و چراغ مردم هستند

نماینده ولی فقیه در آذربایجان شرقی با تأکید بر اینکه آحاد مردم ایران اسلامی پاسدار خون شهدا هستند، گفت: مردم ما با هر تفکر و سلایقه‌ای، خانواده‌های عزتمندی که فرزندان عزیزشان در راه اسلام، قرآن و وطن فدا شده است؛ چشم و چراغ خود می‌دانند.

حجت الاسلام والمسلمین احمد مطهری اصل در دیدار و گفت و گوی صمیمی با جمعی از خانواده شهدا با بیان اینکه جوانان امروز جامعه ما شور شعارهای انقلاب را با شعور علمی و بلند اندیشی خود به منصفه ظهور رسانده‌اند، گفت: راه سرخ شهیدان با تلاش‌های علمی و جهادی جوانان دانشمند امروزی پاسداری می‌شود.

امام جمعه تبریز با تأکید بر اینکه صیانت از راه شهدا به معنای تکریم خون شهدا و خانواده‌های عزیز آنها است، ادامه داد: جوانان کشور ما انقلابی بودن و انقلابی ماندن را در توسعه همه جانبه این مرز و بوم و داشتن امید به آینده روشن می‌دانند؛ راهبردی که انقلاب ما بر پایه‌های آن استوار و خون شهدا ضامن آن است.

وی با اشاره به منظومه فکری رهبر معظم انقلاب در رابطه با جوانان کشور خاطر نشان کرد: معظم له آینده روشن را متعلق به جوانان می‌داند و با شناخت کامل از نسل امروز، عمل به راهبردهای انقلاب از سوی جوانان امروز را بهتر از نسل‌های قبیل ارزیابی می‌کنند.

نماینده ولی فقیه در آذربایجان شرقی با بیان اینکه عمل به راهبردهای انقلاب و نظام اسلامی مصداق بارز پاسداری از خون شهدا است، تأکید کرد: حرکت در مسیر منویات رهبری و رسیدن به شاخص‌های توسعه در همه بخش‌های اقتصادی، فرهنگی و نیازهای جامعه عمل به آرمان شهدا است، موضوع بسیاری مهمی که دغدغه اصلی خانواده شهدا است که به فضل الهی گام‌های جوانان ما در این مسیر استوار است.

به گزارش روابط عمومی دفتر نماینده ولی فقیه در آذربایجان شرقی در این دیدار صمیمی تعدادی از پدران و برادران شهدا به بیان نکته‌های خود پیرامون مسائل جاری استان پرداختند.

گروه دوستی پارلمانی ایران و عربستان تشکیل شد

گروه دوستی پارلمانی ایران و عربستان، غنا و قبرس در مجلس دوازدهم تشکیل شد.

با تشکیل گروه دوستی پارلمانی ایران و عربستان، غنا و قبرس در مجلس دوازدهم، انتخابات هیات رئیسه آن نیز برگزار شد.

براین اساس حمیدرضا حاجی بابایی به عنوان رئیس گروه دوستی پارلمانی ایران و عربستان، غنا و قبرس انتخاب شد. مصطفی معینی و سلمان اسحاقی نیز به عنوان دو نایب رئیس گروه دوستی پارلمانی ایران و عربستان، غنا و قبرس تعیین شدند.

مدیرعامل بنیاد برکت ستاد اجرایی فرمان امام خبر داد:

احیای ۶۰۰ چشمه قنات در سراسر کشور

ادامه از صفحه اول

سید امیرحسین مدنی اظهار کرد: این بنیاد در اجرای تفاهم‌نامه همکاری با وزارت جهاد کشاورزی و همچنین در راستای ارائه خدمات گسترده به محرومان، احیای ۶۰۰ چشمه قنات و آبرسانی به ۱۲۸۰ نقطه محروم کشور را در دستور کار خود قرار داده است.



وی با اشاره به جزئیات این تفاهم‌نامه افزود: احیای و بازسازی ۶۰۰ چشمه قنات با تعهد سرمایه‌گذاری ۵۰ میلیارد تومانی در دستور کار بود که در حال حاضر تمامی تعهدات طبق مفاد تفاهم‌نامه اجرایی شده است.

مدیرعامل بنیاد برکت ادامه داد: در راستای انجام طرح‌های آبرسانی نیز، هزار و ۲۸۰ طرح آبرسانی با اعتباری بالغ بر ۲۴۵ میلیارد تومان در مرحله اجرا قرار دارد.

مدنی تصریح کرد: بر این اساس، تعداد ۱۰۶۶ طرح آبرسانی به اتمام رسیده و ۲۱۴ طرح دیگر در دست اجرا است.

تشدید تحریم‌های انگلیس علیه صنایع دفاعی ایران

تحریم‌های جدید، «کالاها و فناوری‌هایی» را هدف قرار می‌دهد که لندن نسبت به آن‌ها نگرانی‌های استراتژیک دارد. به این ترتیب صادرات، تأمین، تحویل و یا در دسترس قرار دادن آن‌ها برای ایران در کنار ارائه کمک‌های فنی، خدمات مالی یا وجوه مربوط به آن‌ها ممنوع است.

وزارت بازرگانی و تجارت انگلیس اضافه کرد: این اقدامات تولید و عرضه هواپیماهای بدون سرنشین (پهپاد) و موشک‌های ایران را مختل و فشار بر صنایع دفاعی ایران را بیشتر می‌کند.

این وزارت‌خانه اعلام کرد که تحریم‌های جدید، «با اقدامات مشابهی که توسط شرکای بین‌المللی بریتانیا انجام شده است، همخوانی دارد.»

این تحریم‌ها در پی ادعای بی‌اساس غرب درباره دخالت ایران در مناقشه اوکراین از طریق ارسال موشک‌های بالستیک به روسیه وضع شده است. مقام‌های ایران و روسیه بارها ادعاها در این زمینه را رد و آن را بی‌اساس توصیف کرده‌اند.

گفتنی است ناصر کنعانی سخنگوی وزارت امور خارجه کشورمان پیشتر تصریح کرد: مجدداً به صورت شفاف موضع جمهوری اسلامی ایران را یادآوری می‌کنم. هرگونه ادعایی مبنی بر فروش موشک‌های بالستیک به روسیه از سوی ایران از اساس کذب است.

وی ضمن هشدار درباره اصرار برخی طرف‌ها به ادامه تهاجمات، اظهارات و بیانه‌های مخرب، افزود: توصیه می‌کنیم اتحادیه اروپا از اتهام زنی مبتنی بر اطلاعات غلط، پرهیز کند.

سخنگوی وزارت امور خارجه درخصوص رویکرد مخرب غربی‌ها به استفاده از سلاح متسوخ تحریم تصریح کرد: متأسفانه برخی طرف‌های غربی اعتیاد به وضع تحریم دارند؛ مسیری که نه تنها کمکی به حل مشکلات نمی‌کند، که خود، بخشی از مشکل بوده و با پاسخ ایران روبرو خواهد شد.

رهبر انقلاب اسلامی:

موضوع وحدت نه یک تاکتیک بلکه یک اصل قرآنی است

با تأکید بر اهمیت وحدت اسلامی و تلاش‌های بدخواهان برای مخدوش کردن آن، گفتند: موضوع «امت اسلامی» به هیچ وجه نباید فراموش شود.

رهبر انقلاب اسلامی با ابراز تأسف از برخی اقدامات دانسته یا نادانسته برای مخدوش کردن وحدت شیعه و سنی گفتند: البته با وجود انبوه توطئه‌ها، جامعه اهل سنت ما مجدانه با این انگیزه‌های خصمانه مقابله کرده است که گواه آن ۱۵ هزار شهید اهل سنت در دفاع مقدس و مقاطع دیگر و شهادت جمع زیادی از علمای اهل سنت در راه حق و انقلاب است.

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای دستیابی به هدف مهم عزت امت اسلامی را جز از راه اتحاد میسر ندانستند و گفتند: امروز یکی از واجبات قطعی حمایت از مظلومان غزه و فلسطین است و اگر کسی از این تکلیف سرپیچی کند، قطعاً نزد پروردگار مورد سؤال قرار خواهد گرفت.

به اختلاف‌های مذهبی در جهان اسلام بویژه در ایران، خاطرنشان کردند: آنها با استفاده از ابزارهای فکری، تبلیغی و اقتصادی به دنبال جداسازی شیعه و سنی در کشور ما و هر منطقه دیگر اسلامی هستند



با اقداماتی همچون وادار کردن افرادی از طرفین به بدگویی به لجاجت و اختلاف دامن می‌زنند. حضرت آیت‌الله خامنه‌ای، علاج و راه مقابله با این توطئه‌ها را تکیه بر وحدت خواندند و تأکید کردند: موضوع وحدت نه یک تاکتیک بلکه یک اصل قرآنی است. ایشان حفاظت از هویت گران‌سنگ «امت اسلامی» را ضروری

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای رهبر مظم انقلاب اسلامی در دیدار جمعی از علما، امامان جمعه و مدیران مدارس علمیه اهل سنت سراسر کشور، که به مناسبت آغاز هفته وحدت و ایام سالروز ولادت با سعادت نبی اکرم(ص) برگزار شد، گفتند:

مسئله هویت امت اسلامی، مسئله‌ای اساسی و فراتر از ملیت است و مرزهای جغرافیایی، حقیقت و هویت امت اسلامی را تغییر نمی‌دهد. ایشان با اشاره به تلاش‌های خصمانه برای بی‌تفاوت کردن مسلمانان به هویت

اسلامی خود، افزودند: این خلاف تعالیم اسلامی است که یک مسلمان از رنج مسلمانی دیگر در غزه یا دیگر نقاط جهان غافل باشد.

رهبر انقلاب اسلامی، علمای اهل سنت را به تکیه بر هویت اسلامی و امت اسلامی فراخواندند و با اشاره به طراحی‌ها و فعالیت‌های سابقه‌دار بدخواهان برای دامن زدن

رئیس فراکسیون زنان مجلس شورای اسلامی:

سقط جنین ماهانه به اندازه یک جنگ قربانی می‌گیرد

شرعی صورت می‌گیرد درواقع یک گناه اجتماعی صورت گرفته است. وی گفت: ۸۰ درصد سقط‌ها توسط خود خانواده‌ها یا در منزل و به وسایل داروهای شیمیایی انجام می‌شود و ۲۰ درصد آن در حوزه سلامت رخ می‌دهد.

رئیس فراکسیون زنان و خانواده مجلس شورای اسلامی افزود: به دلیل سقط جنین، صندوق ذخیره حیات انسانی در کشور ما در حال ورشکسته شدن است.

وی تأکید کرد: در مجلس شورای اسلامی، در کمیسیون بهداشت و فراکسیون زنان، پذیرای پیشنهادات همه فعالان حوزه جمعیت خواهیم بود.

بگویند ختم بارداری و این ادبیات را وارد گفتمان پزشکی کنند تا از سقط جنین قبح زدایی کنند. در



کتاب‌های آمریکا به جای کلمه مادر از کلمه زانو استفاده می‌شود تا قول‌ه مادر کمرنگ شود. محمدیگی ادامه داد: سقط جنین یک گناه است و وقتی این حرام

امضای تفاهم‌نامه فرهنگی و هنری بین ایران و قزاقستان

دیگر هستیم.

مهدی زار، رهبر گروه موسیقی سلوک نیز با قدردانی از مهربانی و استقبال گرم مردم قزاقستان، ابراز امیدواری کرد که این برنامه اجرایی که به طور ویژه برای سفر به قزاقستان آماده شده است و عنوان آن «کوچ» می‌باشد، می‌تواند نغمه‌ها و موسیقی مناطق مختلف ایران را به مخاطبان قزاقستانی برساند.

گروه موسیقی سلوک طی اجرای خود که در قالب یک کارگاه موسیقی سنتی برگزار شد، با نواختن موسیقی محلی مناطق مختلف ایران، تاریخ، پیشینه و ساختار تک‌تک سازهای موسیقی مورد استفاده‌شان را به زیبایی و هنرمندی تمام معرفی کرد.

در بخش دوم این برنامه، نمایشگاه و کارگاه نگارگری و نقاشی آبرنگ ایرانی توسط اساتید هنرمند آن برگزار شد و موجب برانگیختن علاقه دانشجویان به هنر نقاشی ایران شد.

در پایان برنامه مقرر شد: هیأتی متشکل از مسئولین این دانشگاه با سفر به ایران از دانشگاه هنر اصفهان بازدید کنند و در مقابل همچنین با مساعدت راینی فرهنگی ایران در آستانه هیئتی از متخصصان و پژوهشگران حوزه هنری موسیقی از ایران جهت برگزاری دوره‌های آموزشی برای دانشجویان این دانشگاه اعزام شود.

بگویم که موسیقی کلاسیک فقط اروپایی نیست.

وی افزود: امید است تا با امضای این تفاهم‌نامه همکاری‌های فرهنگی و هنری با کشور ایران توسعه یابد و برنامه امروز، گام اول در جهت توسعه مناسبات باشد.

رئیس دانشگاه هنر قزاقستان، این برنامه را فرصت منحصر به فردی برای آشنایی با فرهنگ و مناسبات باشد.

برنامه هنری و موسیقی با عنوان «فرهنگ، هنر و تمدن ایران» با حضور علی اکبر طالبی متین، رایزن فرهنگی جمهوری اسلامی ایران در جمهوری قزاقستان، روشن نورتازا، رئیس دانشگاه ملی هنر، عظمت لتورگوزوف، معاون علمی-فرهنگی و روابط بین‌المللی دانشگاه، مسئولین بخش‌های مختلف، اساتید و جمع

کثیری از دانشجویان این دانشگاه و ایرانیان مقیم شهر آستانه در محل سالن ارگن دانشگاه هنر برگزار شد.

در این برنامه که با مراسم امضای تفاهم‌نامه بین رایزنی فرهنگی جمهوری اسلامی ایران در جمهوری قزاقستان و دانشگاه ملی هنر قزاقستان آغاز شد، روشنان نورتازا، رئیس این دانشگاه در سخنرانی خود، تمدن، فرهنگ، ادبیات و زبان ایران را تمجید کرد و گفت: اینجانب به عنوان محقق موسیقی کلاسیک و سنتی با موسیقی کلاسیک ایران آشنایی دارم و می‌توانم با قاطعیت

مرگ سالانه ۷ هزار ایرانی در اثر خودکشی

همایش علمی پیشگیری از خودکشی امروز در دانشگاه علوم پزشکی ایران برگزار شد.

غلامعباس ترکی، معاون حقوق عامه و پیشگیری از وقوع جرم دادستانی کشور با اشاره به موضوع خودکشی به‌عنوان یک پدیده و واقعیت اجتماعی و انسانی، بیان کرد: عوامل زیستی فردی، خانوادگی، اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی مختلفی در بروز خودکشی نقش دارند که نیاز به واکاوی دارد.

عوامل تنش‌آفرین در زندگی و عواملی که منجر به افسردگی و اختلالات روانی و تولید افکار خودکشی در فرد می‌شود و هر چیزی که منجر به استرس، ناامیدی و کاهش تاب‌آوری در فرد می‌شود، همگی در بروز خودکشی تأثیرگذار است. وی ادامه داد: تولید دانش و ادبیات و گفت‌وگو علمی در خصوص پدیده خودکشی و پیشگیری از آن با همکاری نخبگان، مراکز علمی و دانشگاهی ضروری است و به نظر می‌رسد در رویکردها، سیاست‌ها و روش‌های سنتی پیشگیری از این پدیده نیازمند بازنگری هستیم. معاون دادستان کشور خاطرنشان کرد: افزایش آگاهی‌های مدیران و دست‌اندرکاران تأثیرگذار در این حوزه هم از اهداف این همایش است، همچنین تبیین نقش رسانه در پیشگیری از خودکشی و تدوین پیوست‌های علمی خبررسانی از وقایع مربوط به خودکشی از دیگر اهداف برگزاری این همایش می‌باشد. ترکی با بیان اینکه خودکشی دهمین علت فوت در تمام گروه‌های سنی است، افزود: خودکشی سومین علت فوت در جمعیت ۱۵ تا ۲۴ سال است.

وی با اشاره به اینکه اقدام به خودکشی در زنان بیشتر از مردان است، گفت: خودکشی موفق و منتهی به مرگ در مردان بیشتر است و یکی از دلایل تفاوت نرخ خودکشی و موفقیت آن در زنان و مردان، تفاوت روش‌های مرگبار مورد استفاده است و همه اینها نیاز به واکاوی علمی دارد.

معاون دادستان کل گفت آمار خودکشی منجر به فوت در کشور معادل ۶.۶ فوت به‌ازای هر ۱۰۰ هزار نفر است و این رقم پایین‌تر از نرخ خودکشی در دنیا است. در دنیا این نرخ در حال حاضر حدود ۹ نفر در صد هزار نفر است. اما باید توجه کنیم که نرخ خودکشی در کشور ما در یک‌روند افزایشی از ۵ در ۱۰۰ هزار نفر به ۸ در ۱۰۰ هزار نفر رسیده لذا با یک‌روند افزایشی خودکشی در کشور روبرو هستیم که نیاز به اندیشیدن و چاره‌جویی دارد.

ترکی با بیان اینکه وقتی صحبت از خودکشی به میان می‌آید برخی دستگاه‌ها هر کدام به‌نوعی سعی دارند خود را به توافقی بزنند و درگیر موضوع نشوند، ابراز کرد: این نادیده‌نگاری تأثیری در حل مسئله ندارد. اگر می‌خواهیم در پیشگیری از این پدیده موفق باشیم باید به نحو علمی و کارشناسی با موضوع مواجه شویم.

ترکی با اشاره به برخی آمارهای در دنیا گفت سالانه در دنیا ۷۰۰ هزار تا یک میلیون نفر اقدام خودکشی منتهی به مرگ می‌کنند: در ایران نیز سالانه قریب به ۱۳۰ هزار فقره اقدام به خودکشی ثبت می‌شود که دوسوم این موارد را زنان تشکیل می‌دهند و متأسفانه حدود ۷ هزار نفر از آنها جان خود را از دست می‌دهند.

وی افزود یکی از مأموریت‌های دادستانی پیگیری حقوق عامه و پیشگیری از جرم و آسیب‌های اجتماعی است و حق بهداشت و سلامت شهروندان از مصادیق حقوق عامه محسوب می‌شود و پیشگیری از خودکشی هم به لحاظ ارتباط با سلامت روان در دستور کار دادستانی است. ترکی افزود رصد و پایش وضعیت آسیب‌های اجتماعی از جمله وضعیت رفتارهای خود آسیب‌رسان در هر شهرستان در برنامه عملیاتی دادستان‌ها قرار داده شده است تا با همکاری دستگاه‌های مسئول، وظایف دستگاه‌ها در این زمینه پیگیری شود.

معاون دادستان کل کشور استفاده از ظرفیت مشاوره و مهارت‌آموزی بویژه در مدارس و اجرای کامل طرح نظام مراقبت اجتماعی از دانش‌آموزان را در پیشگیری مؤثر دانست و بر تقویت نقش اورژانس اجتماعی و ساختارهای حمایتی و امدادی برای مداخله به‌هنگام در فوریت‌های مستلزم واکنش تأکید کرد.

ترکی همچنین با اشاره به عوامل مختلف در بروز خودکشی، افزود: عوامل شخصی متعدد و متنوعی شامل زیستی، ژنتیکی، روان‌شناسی نقش دارند. همچنین اعتیاد به الکل و سوءمصرف مواد مخدر و روان‌گردان، حاشیه‌نشینی و بی‌سواد را از جمله علل بروز خودکشی برشمرد.

ترکی یکی از چالش‌ها در این زمینه را سهولت دسترسی به روش‌های مهلک دانست و بیان داشت بنا بر اعلام مراجع تخصصی از جمله وزارت بهداشت عرضه قرص برنج و قرص مرگ‌موش در فروشگاه‌ها، عطاری‌ها و مانند آن غیرقانونی بوده و جرم است لذا از دادستان‌ها با هرگونه عرضه و فروش این محصولات برخورد می‌کنند.

وی افزود: از منظر سیاست‌جایی نیز با ضعف‌ها و خلاهایی مواجه هستیم در نظام حقوقی ما خودکشی جرم‌انگاری نشده و در نتیجه همکاری و معاونت در آن نیز به‌جز در موارد خاص مانند تحریک و تشویق به خودکشی اطفال و نوجوانان طبق ماده ۱۴ قانون حمایت از اطفال و نوجوانان، قابل تعقیب نیست و این یک خلا قانونی است.

عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام:

مدعیان آزادی در غرب تحمل تجمع و شعار دانشجویان را ندارند

عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام گفت: امروز شاهد آن هستیم که مدعیان آزادی، حتی تحمل تجمع و شعار دانشجویان در دانشگاه‌های غرب را ندارند و به سرعت، رؤسای آن دانشگاه‌ها را عزل می‌کنند.

سعید جلیلی در دیدار با جمعی از اینترگران و مدافعان حرم در روز ۲۵ شهریورماه ۱۴۰۳ گفت: آن چیزی که چنین جمعی را دور هم جمع می‌کند، نه تنها یک حرکت سیاسی، بلکه فراتر از آن، یک حرکت دینی و اعتقادی است که تحلیل آن، یک روز در دفاع مقدس بود؛ یک روز در کارهای جهادی و سازندگی و یک روز در انتخابات. یکی از جفاهایی که این سال‌ها به مفهوم اینترگری شده است، این است که مدام گفته می‌شود اینترگران فلان امتیازات را می‌گیرند در حالی که مفهوم اینتر، یعنی اعطا و بخشیدن چیزی. اتفاقاً تمایز چنین جمعی، این است که برای منافع شخصی خود، چشم داشتی ندارند.

وی افزود: وقتی هدف ما بزرگ باشد، دیگر آخرت خودمان را به خاطر دنیای دیگری، خراب نمی‌کنیم؛ این نیز یکی دیگر از تمایزات این حرکت است. به همین سبب نیاز است که الگوی خودمان را برای

اندیشکده استیمسون اخیراً مقاله‌ای با عنوان «آیا توافق امنیتی ترکیه و عراق از تسلط ایران بر عراق می‌گاهد؟» منتشر نموده است. ترجمه متن مقاله در ادامه می‌آید.

دو کشور همسایه در منطقه خاورمیانه از لحاظ تاریخی برای نفوذ در عراق با هم رقابت کرده‌اند - ایران که «مسعود پزشکیان» رئیس جمهور جدید آن اخیراً وارد بغداد شده است و ترکیه که اخیراً یادداشت تفاهمی با عراق در زمینه همکاری نظامی، امنیتی و مبارزه با تروریسم امضا کرده است.

این تفاهم نامه که پس از سفر تاریخی «رحب طیب اردوغان»، رئیس جمهور ترکیه به عراق در ماه آوریل انجام شد، مانور مهمی برای تقویت نفوذ ترکیه در عراق است. ترکیه با برجسب زدن به حزب کارگران کردستان (پ.ک.ک) به عنوان «سازمان ممنوعه» به دنبال مشروعیت بخشیدن به عملیات فرامرزی خود و تقویت جایگاه خود در سیاست و امنیت عراق است.

پس از دو روز مذاکرات در سطح عالی در آنکارا به دست آمد، عراق و ترکیه در نظر دارند تلاش‌های خود را برای حفاظت از امنیت و منافع ملی و ارتقای هماهنگی امنیتی، نظامی و اطلاعاتی از طریق تبادل اطلاعات درباره سازمان‌های تروریستی هماهنگ کنند.

ترکیه که با آرزوهای اقلیت کرد خود مخالف است، از دهه ۱۹۸۰ حملات نظامی فرامرزی را علیه آنچه پ ک ک در شمال عراق می‌نامد انجام داده است. طرح پ‌ک‌ک به‌عنوان «تهدید مشترک» و «سازمان ممنوعه» نشان‌دهنده اقدام جدیدی است که هدف آن مشروعیت بخشیدن و ارتقای «جنگ علیه تروریسم» ترکیه است. دو کشور همچنین توافق کردند یک مرکز

سفر غیرمنتظره ریچارد مور، رئیس سازمان اطلاعات مخفی بریتانیا (MI۶) به جمهوری آذربایجان، توجه‌ها را به خود جلب کرده است. در این سفر، ریچارد مور از دانشگاه دیپلماتیک آذربایجان (ADA) در باکو بازدید کرده، با امکانات این دانشگاه آشنا شده و سخنرانی ایراد کرده است.

رئیس سازمان اطلاعات مخفی انگلیس که به باکو آمده کیست؟

ریچارد مور در ژوئیه ۲۰۲۰ به عنوان رئیس سازمان اطلاعات مخفی بریتانیا منصوب شد. انتصاب مور که پیش از این به عنوان مدیر سیاسی در وزارت امور خارجه بریتانیا فعالیت می‌کرد، برای بسیاری غیرمنتظره بود. زیرا پیش‌بینی می‌شد که این سمت به تام هرد، مسئول مسائل امنیتی و مبارزه با تروریسم در وزارت کشور بریتانیا و همکار سابق بوریس جانسون، نخست‌وزیر وقت، در مدرسه معتبر ایتون، واگذار شود. نامزد دیگر این سمت، کارن پیرس، سفیر

رسیدن به اهداف، شکل دهیم. الگوی اشتباه یک شخص یا جریان، نمی‌تواند الگوی ما باشد. یکی از بهترین الگوهای کار جمعی، انقلاب اسلامی است. حضرت امام (ره) حزب نداشتند اما تا جایی بین همه افشار مردم اثر گذاشته بودند که حتی در روستاهای استان لرستان، مردم روستا مانند مردم تهران و سایر شهرهای کشور، هر روز علیه رژیم پهلوی تظاهرات می‌کردند. جلیلی گفت: یکی از علل موفقیت‌های ما در دفاع مقدس، این بود که هر شخصی، نسبت خود را با این جبهه تعریف کرده بود. از آن پسران در پشت جبهه تا جوانان و نوجوانان در خط مقدم؛ تا جایی که وقتی یک بنای مشهودی نقش خود را در این جبهه پیدا می‌کند، می‌شود فرمانده یک گردان یعنی شهید عبدالحسین برونسی. وقتی دانش‌آموز ما در دفاع مقدس توانست نقش خود را پیدا کند

همانگی امنیتی مشترک در بغداد ایجاد کنند که تحت فرماندهی عملیات مشترک قرار دارد. به نظر می‌رسد مسیر توافق جدید، توسط توافقنامه آب استراتژیک بین عراق و ترکیه هموار شده است. آب یکی از دلایل دیرینه اختلافات بین دو کشور بوده است، زیرا هر دو رودخانه فرات و دجله که از

ترکیه سرچشمه می‌گیرند، منابع آبی حیاتی برای عراق هستند. بغداد ادعا می‌کند که سدهای ترکیه سطح آب خود را کاهش می‌دهند، در حالی که آنکارا می‌گوید عراق باید زیرساخت‌های آبیاری قدیمی خود را بهبود بخشد تا به استفاده کارآمدتر از آب دست یابد. این توافقنامه امنیتی با قرارداد اقتصادی تاریخی ۱۷ میلیارد دلاری با عراق نیز همراه شده است که هدف آن ایجاد یک کریدور محوری بین آسیا و اروپا از طریق ترکیه به نام جاده توسعه است. پایگاه صنعتی قوی ترکیه در خاورمیانه، این کشور را در جهت گسترش سهم بازار، افزایش تولید و افزایش سود قرار می‌دهد که در نهایت تورم را کاهش می‌دهد، اشتغال را تقویت می‌کند و پایه‌های اقتصادی را مستحکم می‌کند. از منظر استراتژیک برای اردوغان، پروژه جاده توسعه ممکن است به ترکیه و بغداد کمک کند تا خودمختاری کردها را از بین

برند و مقاومت پ ک ک را تضعیف کنند. به گفته وزیر حمل و نقل و زیرساخت ترکیه، در نشست اخیر با عراق، قطر و امارات متحده عربی در ترکیه، مقامات درباره چگونگی تسریع این پروژه بحث کردند. نفوذ ترکیه در عراق در زمان حکومت صدام حسین با سرمایه‌گذاری‌های متعدد و تجارت قابل توجه بسیار قوی بود. با این

حال، از زمان مداخله ایالات متحده آمریکا در سال ۲۰۰۳ و سرنگونی رژیم صدام، ایران جایگاه خود را در سیاست عراق تثبیت کرده است. نیروی بسیج مردمی (PMF) همسو با ایران به عنوان قدرت سیاسی و نهادی مسلط عراق ظاهر شده است. گروه‌های که بخشی از نیروی بسیج مردمی هستند مدت‌هاست که از ادامه حضور نظامی

و در آن عرصه مؤثر باشد، پس بعد از نیز باید بتوانند در عرصه‌های جدیدی همچون کشاورزی، اقتصاد، فرهنگ، هنر، صنعت نیز، نقش خود را در این جبهه پیدا کنند.



عضو مجمع تشخیص مصلحت نظام تصریح کرد: بنده واقعا باور دارم که یکی از عوامل موفقیت همین دولت فعلی، علاوه بر اصلاح ایرادات وزارتخانه‌ها این است که بستری را برای ایفای نقش همه مردم فراهم کند. اگر می‌خواهیم چنین هدف

اندیشکده آمریکایی بررسی کرد

آیا توافق امنیتی ترکیه و عراق به ضرر ایران است؟

ایالات متحده در عراق انتقاد کرده‌اند و قصد دارند ایالات متحده را از عراق بیرون کنند. گروه‌های مورد حمایت ایران از زمان افزایش تنش‌های منطقه‌ای پس از ۷ اکتبر گذشته و جنگ متعاقب اسرائیل در غزه، حداقل ۱۶۰ حمله به نیروهای آمریکایی در عراق و سوریه انجام داده‌اند.

گروه‌هایی مانند حزب‌الله عراق نیز پروژه جاده توسعه را به شدت مورد انتقاد قرار داده‌اند و آن را «منبع ادامه نگرانی» خوانده‌اند. یک نماینده نزدیک به عصابه اهل الحق، این پروژه را لکه‌ای ننگ در تاریخ سیاستمداران عراقی توصیف کرد و افزود: این پروژه هزینه دارد که مردم عراق متحمل آن می‌شوند. با این حال «هاکان فیضان»، وزیر امور خارجه ترکیه تأیید کرده است که نیروهای بسیج مردمی تفاهم نامه امنیتی جدید را امضا کرده‌اند. ایران در طول تاریخ از شبکه ای از نیروهای حشدالشعبی و دیگر بازیگران غیردولتی در

عراق استفاده کرده است. این استراتژی نیابتی ایران را قادر می‌سازد تا ضمن اعمال نفوذ قابل توجه بر سیاست و امنیت عراق با تاکتیک‌های جنگ نامنتظران گسترده‌تر خود برای مقابله با دشمنان متعارف در سراسر خاورمیانه همسو شود. روابط ترکیه و عراق عمدتاً ناشی از اختلافات بر سر تهاجمات نظامی ترکیه، حقوق آب و فروش نفت اقلیم کردستان

حالی، از زمان مداخله ایالات متحده آمریکا در سال ۲۰۰۳ و سرنگونی رژیم صدام، ایران جایگاه خود را در سیاست عراق تثبیت کرده است. نیروی بسیج مردمی (PMF) همسو با ایران به عنوان قدرت سیاسی و نهادی مسلط عراق ظاهر شده است. گروه‌های که بخشی از نیروی بسیج مردمی هستند مدت‌هاست که از ادامه حضور نظامی

سفر بریتانیا در ترکیه تعیین شد. او به عنوان سفیر ترکیه موفق شد روابط نزدیکی بین لندن و آنکارا برقرار کند. در جریان تلاش کودتای نظامی فتح‌الله گولن در ترکیه، در حالی که سفرای کشورهای غربی موضع انتظار داشتند، مور بلافاصله از دولت اردوغان حمایت کرد و چند روز پس از این رویداد، سفر آلن دانکن، معاون وزیر خارجه بریتانیا به ترکیه را ترتیب داد.

این حرکت موقعیت بریتانیا در ترکیه را تقویت کرد. به گفته رسانه‌های روسیه، از آن زمان مور یکی از نزدیک‌ترین دوستان اردوغان است. او به زبان ترکی مسلط است، به طوری که در سال ۲۰۱۶ روزنامه حریت ترکیه او را یکی از سه بلاگر تأثیرگذار کشور معرفی کرد. نکته جالب دیگر این است که وقتی ریچارد مور در اکتبر ۲۰۲۰ و در بحبوحه جنگ

بزرگی را دنبال کنیم، نمی‌شود یک نفر یا یک جمع، ولو با اخلاص، بنشینند و به جای بقیه تصمیم بگیرند یا برای دیگران نقش تعیین کنند! در این عرصه، هر کس باید باتوجه به استعداد و ظرفیت خود، نقش خود را ایفا کند.

جلیلی در ادامه سخنان خود با تأکید بر ظرفیت‌های مغفول مانده مردم کشورمان، تأکید کرد: وقتی ما می‌بینیم یک عزیزی از اهلی آباده استان فارس در اربعین حسینی، پوشش زمینه‌سازی حضور ۲۰۰ میلیون زائر در اربعین حسینی را با شعار «یک اربعین فرصت؛ هر زائر یک نقش پر شکوه»

راه‌اندازی می‌کند، ما باید پشت سر او و این ایده حرکت کنیم. یعنی باید بتوان این فرصت‌ها و ظرفیت‌ها را حول یک هدف مشترک به ظهور رسانند. در همین ۱۱ سال گذشته که بنده توفیق داشته‌ام در اکثر استان‌ها و بسیاری از شهرستان‌ها

وی افزود: امروز شاهد آن هستیم که مدعیان آزادی، حتی تحمل تجمع و شعار دانشجویان در دانشگاه‌های غرب را ندارند و به سرعت، رؤسای آن دانشگاه‌ها را عزل می‌کنند.

بوده است. اختلافات نفتی به سال ۲۰۱۲ برمی‌گردد، زمانی که اقلیم کردستان عراق (KRG) صادرات نفت خود را به طور مستقل به ترکیه آغاز کرد، اقدامی که بغداد آن را غیرقانونی تلقی کرد. دولت مرکزی عراق با تعلیق پرداخت‌های فدرال به کارمندان اقلیم کردستان تلافی کرد. در سال ۲۰۲۳، دیوان لاهه در اتاق بازرگانی بین‌المللی در یک پرونده در مورد صادرات نفت کردستان عراق علیه ترکیه و به نفع عراق رای داد. در سال‌های اخیر، ترکیه به عنوان صادرکننده اصلی کالاهای تجاری به عراق از ایران پیشی گرفته است. شرکت‌های ترکیه در پروژه‌های ساختمانی و زیربنایی متعددی در شهرهای عراق سرمایه‌گذاری کرده‌اند که بخش‌هایی مانند انرژی، آب و پتروشیمی را در بر می‌گیرد.

ترکیه به طور سنتی نفوذ گسترده‌ای در شمال عراق داشته است، جایی که با ایران رقابت می‌کند. هر کدام از این دو کشور از احزاب مختلف سیاسی کرد حمایت می‌کنند. ترکیه از حزب دموکرات کردستان (KDP) و ایران از اتحادیه میهنی کردستان (PUK) حمایت می‌کند. از نظر جغرافیایی، حزب دموکرات کردستان مناطق نزدیک به مرز ترکیه را کنترل می‌کند، که حزب اتحادیه میهنی کردستان مناطق نزدیک به ایران را کنترل می‌کند.

اکنون سنجا، خانه اقلیت کرد ایزدی عراق، به مرکز درگیری تبدیل شده است. این شهر به عنوان میدان جنگی استراتژیک برای کشورهای مختلف، جناح‌های مسلح عمل می‌کند که به دنبال تقویت نفوذ حامیان مختلف هستند. ترکیه و ایران به‌عنوان قدرت‌های غالب در سنجا ظاهر شده‌اند، در حالی که ترکیه بر موصل، کرکوک و دهوک نیز متمرکز شده است که غنی از نفت هستند و در گذشته هدف آمال ارضی ترکیه بوده‌اند.

سفر رئیس سازمان اطلاعات مخفی انگلیس به جمهوری آذربایجان

۴۴ روزه قریب‌با به ریاست سازمان اطلاعات مخفی انگلیس منصوب شد، رسانه‌های جمعی جمهوری آذربایجان این خبر را با توجه به سابقه درخشان وی در ارتباط با ترکیه و به‌ویژه اردوغان با تبوتاب فراوان گزارش کردند.

با توجه به حمایت انگلیس از مثلث باکو-آنکارا-تل‌آویو در جنگ ۴۴ روزه قریب‌باغ و نقش تأثیرگذار آن در جنگ مذکور و نیز این واقعیت که معادن موجود در منطقه قریب‌باغ به وسیله جمهوری آذربایجان به انگلیس پیش‌فروش شده است، این سؤال در ذهن متبادر می‌شود که آیا سفر رئیس سازمان اطلاعات مخفی انگلیس به باکو در این مقطع زمانی در راستای پیگیری اجرای لایحه کربدروهای حذف ایران از جمله زنگزور می‌باشد؟ و اینکه سفر این مقام اطلاعاتی انگلیس، با توجه به سابقه اهداف استعماری انگلیس بر منطقه، چه تأثیری بر ارتباطات منطقه‌ای ایران خواهد گذاشت؟ برای پی بردن به این ابهامات باید چند روزی صبر کرد.

اقتصاد سیاسی از دانشگاه آکسفورد، در سال ۱۹۸۷ به سازمان اطلاعات مخفی بریتانیا (ام‌آی ۶) پیوست. از سال ۱۹۸۸ در کشورهای مختلف تحت پوشش دیپلماتیک فعالیت



سفر بریتانیا در آمریکا و نماینده سابق این کشور در سازمان ملل بود. اما در نهایت، مسئولیت اداره سازمان اطلاعات مخفی به ریچارد مور سپرده شد. ریچارد مور در ۹ مه ۱۹۶۳ در لیبی متولد شد. پدر ریچارد دیپلمات بود و به همین دلیل محل تولد او این کشور آفریقایی ذکر شده است. پدرش علاوه بر لیبی در روسیه و عربستان سعودی نیز کار می‌کرد. به همین دلیل، مور ۵ سال نیز در مسکو زندگی کرده است. مور که در شبکه‌های اجتماعی فعال است، در دسامبر ۲۰۱۹ با انتشار عکسی از مسکو در توئیتر نوشت: در کودکی در اینجا زندگی می‌کردم. اولین خاطرات زندگی‌ام از روسیه است. رئیس سرویس اطلاعات مخفی بریتانیا پس از اخذ مدرک کارشناسی فلسفه و

سفر غیرمنتظره ریچارد مور، رئیس سازمان اطلاعات مخفی بریتانیا (MI۶) به جمهوری آذربایجان، توجه‌ها را به خود جلب کرده است. در این سفر، ریچارد مور از دانشگاه دیپلماتیک آذربایجان (ADA) در باکو بازدید کرده، با امکانات این دانشگاه آشنا شده و سخنرانی ایراد کرده است.

رئیس سازمان اطلاعات مخفی انگلیس که به باکو آمده کیست؟

ریچارد مور در ژوئیه ۲۰۲۰ به عنوان رئیس سازمان اطلاعات مخفی بریتانیا منصوب شد. انتصاب مور که پیش از این به عنوان مدیر سیاسی در وزارت امور خارجه بریتانیا فعالیت می‌کرد، برای بسیاری غیرمنتظره بود. زیرا پیش‌بینی می‌شد که این سمت به تام هرد، مسئول مسائل امنیتی و مبارزه با تروریسم در وزارت کشور بریتانیا و همکار سابق بوریس جانسون، نخست‌وزیر وقت، در مدرسه معتبر ایتون، واگذار شود. نامزد دیگر این سمت، کارن پیرس، سفیر

سلاخی سلامتی برای پولدار شدن برخی پزشکان!

جراحی حالشان خوب می‌شد و از ظاهر جدیدشان لذت می‌بردند و می‌رفتند سراغ زندگی‌شان. و دسته دوم کسانی بودند که اصلا مشکلشان فرم بینی نبود. مشکلشان به آنچه در روانشان می‌گذشت ربط داشت. باید چیزی را در کودکی خود، در اعتماد به نفس و در حرمت نفس‌شان پیدا می‌کردند که اگر آن موارد حل می‌شد، دیگر فرم بینی در اولویت قرار نمی‌گرفت. حالا در لایبلاستی هم ماجرا همین است. متخصص زنان و زایمان و زیبایی که د شبکه های اجتماعی خود را عضو انجمن بین‌المللی جراحان زیبایی زنان معرفی کرده و مطبش در زاهدان قرار دارد، در یکی از پست‌هایش به همین مورد اشاره کرده و می‌گوید: «علم به کمک ما می‌آید اما جراح شما روانشناس شما نیست. اگر بیس مشکل شما، بیس روانی داشته باشد، بهترین جراح هم نمی‌تواند لبخند روی لب‌های شما بیاورد. اگر می‌خواهید متعهد به خودتان باشید، اول بحث روانی قضیه را مدیریت کنید و مشورت‌های لازم را بگیرید. ضمن این‌که، معیار شما برای انجام دادن این عمل، نباید تجربه شخصی افراد باشد، چون شما تجربه خاص خودتان را خواهید داشت.»

اگر نیاز به جراحی زیبایی زنان دارید...

فرض بگیریم که با کمک پیشرفت علم، بانوانی هستند که بدون مشکلات روانی، و بدون چشم‌هم‌چشمی و تبعیت از مدهای جراحی، می‌خواهند واقعا مشکلات جدی نواحی خاص خود را رفع کنند. آنها باید حتما سراغ چند متخصص بروند و ابتدا مطمئن شوند که آیا آخرین راهشان لایبلاستی است یا خیر. و اگر جواب مثبت بود، تازه به دنبال تجربیات دیگران باشند تا دوران نفاخت سخت این جراحی را به راحتی سپری کنند. راهکارهایی مانند: انتخاب جراح و پزشک حاذق و کاربلد، تهیه نسخه جراحی قبل از زمان انجام عمل، فرصت کافی برای استراحت، داشتن همراه در زمان عمل، نوشیدن کافی مایعات در روزهای نفاخت، پایبندی به داروهای پزشک و... اما پیش از هر چیز یادمان باشد که اگر شخصی مشکل جدی نداشت ضرورتی برای به دردمند شدن وجود ندارد؛ مگر این‌که طرف حاضر باشد سلامت فعلی خود را قربانی پولدار شدن بعضی از پزشکان و فخر فروشی شخصی به هر طریق ممکن بکنند.

هفته به حداقل برسه.» سپری کردن دوران نفاخت پیچیدگی‌های زیادی دارد. خانم جوانی در حالی که به شدت از انجام لایبلاستی ناراحت است، در بیان تجربیاتش می‌گوید: «هیچ مشکلی نداشتم. اما خواسته شوهرم بود. اما الان نه می‌تونم راحت دستشویی برم، نه می‌تونم راحت بشینم و باشم و کارامو بکنم. نمی‌تونم زندگی عادی داشته باشم... پشیمونم پشیمون.» بعد از شنیدن تجربیات کاملا واقعی است که بعضی از افراد به این نتیجه می‌رسند: «كاملا پشیمون شدم. پزشک و دستیارش طوری تبلیغ می‌کنن که انگار واقعا یه عمل سرپایه و بعد دو روز خوب خوب

دهند. اما مهم‌تر از بحث زیبایی موضوع عوارض و دردناک بودن این جراحی است.

دروغی به نام جراحی راحت

آنها که اهل سر و صدا کردن هستند و با چاشنی شوخی از لایبلاستی حرف می‌زنند، در شلوغ کاری‌هایشان می‌گویند که از فردای جراحی، زیاجویشان می‌تواند به زندگی روزانه خود برگردد و چه بسا بعد از یک روز استراحت، سر کار برود و هیچ مشکلی هم برایش ایجاد نشود. اما اینها واقعا شلوغ کاری است برای تهییج خانم‌ها به انجام این عمل و به دست آوردن پولی بین ۷ تا ۱۵ میلیون تومان برای حدود یک



میشه. خیلی دلم میخواد عمل کنم ولی ظاهرا به سختیش نمی‌ارزه.»

رسیدگی به روان مهم‌تر از جسم است

ما نمی‌گوییم که مسائل و مشکلات نواحی خاص بدن وجود ندارد. مساله فراگیری بیخود و بی مورد چنین عمل‌هایی در بخشی از زنان جامعه است. در یکی دو دهه گذشته که عمل بینی به شدت افزایش پیدا کرده بود و البته داستانش ادامه دارد، فقط یک عده از افراد بودند که واقعا مشکلات تنفسی و پلیپ یا شکستگی داشتند. دیگر افرادی که فقط با ظاهر بینی خود مشکل داشتند، به دو دسته تقسیم می‌شدند: پس از

ساعت جراحی در مطب یا کلینیک. پزشکانی که واقع‌بینانه‌تر (شما بخوانید باوجدان‌تر) هستند، تاکید می‌کنند که حتما در روز عمل باید استراحت مطلق داشت و فردای آن روز را هم استراحت کرد. بعضی مدت این استراحت را تا ۳ روز هم (متناسب با بدن فرد) اعلام می‌کنند. اما تجربه واقعی افراد چیزی غیر از این است. خانمی که بعد از کلی تحقیق لایبلاستی انجام داده و در مجموع از تصمیم خودش راضی است، درباره دوران نفاختش نوشته بود: «دوران نفاخت برای هر فرد متفاوت است ولی خب من تا الان که دو هفته از عمل می‌گذره ۹۰ درصد مواقع درازکش بودم و استراحت مطلق داشتم که البته نیاز هم نبود. نشستن، راه رفتن و ایستادن باید تا دو

مبادا عقب بمانید!

جوری همه از اهمیت و تاثیر لایبلاستی صحبت می‌کنند که انگار اگر کسی سراغ این جراحی نرود، از یک اتفاق مهم یا یک استاندارد عمومی عقب افتاده است. استانداردی که نه تنها هیچ معیاری برایش وجود ندارد، بلکه نقطه پایانی هم ندارد. حتما فردا روزی عمل زیبایی دیگری مد می‌شود و آن را مثل یکی از ضروریات زندگی نشان می‌دهند.

بعد از کلی چرخیدن در اینستاگرام و سایت‌های پزشکی و سایت‌هایی که خانم‌ها در آن تجربیاتشان را به اشتراک می‌گذارند، تازه معلوم می‌شود که همه چیز انقدر زیبا و راحت نیست. دو کلمه «زیبایی» و «راحتی» را آگاهانه به کار برده‌ایم تا درباره هر دو در موضوع لایبلاستی مفصل صحبت کنیم.

ندامت‌های بعدی

کافی است به حرف خانم‌هایی که لایبلاستی انجام داده‌اند و از عمل خود ناراضی بوده‌اند گوش کنید. بعضی‌هایشان می‌گویند که نه تنها فرم اصلی بدن از دست رفته، حتی دچار خونریزی‌های مکرر شده‌اند و الان هر لحظه آرزو می‌کنند که زمان به عقب برمی‌گشت و همه چیز به همان حالتی که در نظرشان زشت بود، بر می‌گشت.

برخی دیگر مجبور شده‌اند با تردید زیاد دست به عمل‌های ترمیمی بزنند و یا بی‌خیال ماجرا بنشینند و با همین نقص جدیدی که در بدنشان ایجاد شده، ادامه

ماجرا پرداختن به عمل جراحی در نواحی خاصی از بدن، این روزها تبدیل به یک مد در جامعه ایرانی و مخصوصا در بین بانوان شده است. انواع عمل‌هایی که با نام زیبایی انجام می‌شود. اما در اصل این عمل‌ها برای زیبایی هم اگر باشد، صرفا برای کسانی بوده که واقعا در آن ناحیه به خصوص از بدنشان دچار نقصان یا ایراد اساسی بوده‌اند. اما شرایط به نحوی پیش رفته است که تبدیل به یک کار رویتین برای بخش عمده‌ای از جامعه شده است.

به گزارش خبرنگار اجتماعی تابناک، برای تبیین ماجرا کافی است بدانیم که انگار یک قرص زیبا و شکیل برای درمان آژایمر وارد بازار شده است، اما همین شکل و قیافه قرص باعث می‌شود که استفاده از آن، تبدیل به یک مد شود. ماجرا شاید تا این حد عجیب و وحشتناک ننماید، اما اگر به ۱۵ سال گذشته برگردیم و جامعه ایرانی را با دغدغه‌های امروز بخوایم تصور کنیم، انگار با چیزی شبیه به محال مواجهیم. اما امروز ما در همان سرزمین محالات پانزده سال پیش خود زندگی می‌کنیم. تا جایی که یک عمل جراحی که برای حل معضلی از یکی از اندام‌های زنانه طراحی شده، در ایران ما، به ساده‌ترین شکل در دسترس همگان قرار می‌گیرد؛ فقط کافی است بخواهید.

در برابر علاقه‌مندان به یک عمل جراحی خاص باید گفت ظاهرا شما و حرمت نفس‌تان که مهم نیستید. مهم این است که از مدی به نام لایبلاستی عقب نیفتید و جیب بعضی از دکترها یا شبه‌دکترها را پر کنید. این است ماجرای عملی که در اکثر موارد ضرورت ندارد.

هیچ کدامشان مستقیم نمی‌گویند تو زشتی. اما پزشکانی که به طرز عجیب و غریبی زنان را به لایبلاستی با ادبیات سفید تهییج می‌کنند، به شکل پنهانی به زنان می‌گویند که شما زشتید، باید زیباتر شوید، کافی نیستید و... بازار استفاده از عکس‌های سفید هم که دیگر حد و حصری ندارد. همه چیز دست به دست هم داده تا آنها به قیمت حس شرم و ناکافی بودن در بانوان، تا حد ممکن فالوئر و لایک و مهم‌تر از همه پول بگیرند.

یک تفاوت اساسی در تعریف

تفاوت در نگاه به اصل ماجرا و شیوه‌ای که در ایران مد شده است از یک سرچ ساده به دست می‌آید. در سرچ به زبان

در دنیای امروز بسیاری از زوج‌های جوان به سمت تک فرزندی تمایل پیدا کرده‌اند در صورتیکه تک فرزندی با پیامدهای منفی خود تمام دوران زندگی فرد را تحت تاثیر

قرار داده و موجب تنهایی می‌شود. با نگاهی به گذشته و زندگی کودکانی که در دهه‌های ۶۰ یا قبل از آن زندگی می‌کردند، می‌بینیم، که داشتن برادر و خواهر در خانواده موضوع دور از انتظاری نبود. والدین معمولا در خانه‌های کوچک با چندین فرزند زندگی می‌کردند و کودکان با این‌که ممکن بود از نظر رفاهی بسیاری از امکانات را در اختیار نداشتند، اما همه با هم یا شادی در کنار یکدیگر بزرگ می‌شدند. چند فرزندی به مرور زمان به خصوص از دهه ۷۰ که سیاست‌های کنترل جمعیت شروع شد، کم‌رنگتر شد. از یک سو مشکلات اقتصادی و از سوی دیگر تغییر نگاه خانواده‌ها نسبت به فرزندآوری باعث شد که آن‌ها ترجیح دهند، یا صاحب فرزند نشوند یا اگر هم شدند به داشتن تنها یک فرزند اکتفا کنند. این موضوع می‌تواند مشکلاتی را هم برای کودک و هم برای خانواده‌ها و جامعه ایجاد کند به این بهانه با خانم زیلا آهنگرزاده روانشناس بالینی به گفت‌وگو نشستیم که در ادامه می‌خوانید:

مشکلات تک فرزندی چیست؟

به نظر می‌رسد موضوع تک فرزندی علاوه بر مسائل معیشتی به یک سبک فکری و رفتاری تبدیل شده است، یعنی حتی افرادی که متمول بوده و از نظر مالی هم مشکلی ندارند، تمایلی به داشتن فرزند ندارند یا اگر هم داشته باشند، تنها به داشتن یک فرزند اکتفا می‌کنند.

فامیل‌های گسترده از میان می‌رود

وقتی که فردی تک فرزند است و در آینده هم با یک تک فرزند ازدواج کند، این کودک دیگر عمه، عمو، دایی و خاله ندارد و این مفاهیم برای او بیشتر مفاهیم

عواقب و عوارض تک فرزند داشتن را دست کم نگیرید!

بزرگسال، کودک و سالمند که جامعه را تشکیل می‌دهد، جامعه‌ای که در آن کارگر، کشاورز، معلم، پزشک، مهندس، روانشناس، خبرنگار است، بنابراین ما در جامعه با جمعیتی متنوع روبه‌رو هستیم. این تنوع شامل تنوع در سلیقه، جنسیت، سن، نظر و مواردی از این قبیل است. برای مثال تنوع نظرات را در نظر بگیرید، در جامعه باید احزاب سیاسی وجود داشته باشد، اگر در جامعه فقط یک حزب سیاسی وجود داشته باشد، دیگر رقابت معنایی ندارد و افراد علاقه‌ای ندارند تا به رقابت پردازند. بنابراین وقتی تنوع و تفاوت وجود داشته باشد، باعث انگیزه، رقابت، نشاط هم می‌شود.

جوانی جمعیت یکی از معیارهای پیشرفت جوامع است

مورد دیگر این است که جامعه فعال و پویا به جمعیت جوان نیاز دارد و از جمله معیارهای پیشرفت جوامع جمعیت جوان آن کشور است. وقتی به کشورهای مثل هند، برزیل یا چین نگاه می‌کنیم از نظر اقتصادی در راس یا نوظهور هستند، یکی از دلایل این امر نیروی کار و جمعیت جوان آن‌ها است. حال شما تصور کنید که در جامعه‌ای همه افراد آن ۵۰ سال به بالا باشند، با سالمند شدن جمعیت به علت کاهش تعداد فرزندان خانواده‌ها، کشور با یکی از مهم‌ترین پیامدهای منفی اقتصادی یعنی کاهش نیروی کار که از آن به عنوان جمعیت فعال یاد می‌شود، روبرو خواهد شد. از پیامدهای منفی سالمندی جمعیت، افزایش بار تکفل جامعه است. ازدیاد انبوه بازنشستگانی که سهم تولید آن‌ها صفر است فشارهای زیادی به دولت وارد خواهد کرد زیرا تعداد سالخوردگان نسبت به جمعیتی که در سنین کار قرار دارند افزایش می‌یابد و شمار افراد مستمری بگیر و بازنشسته از تعداد نیروهای مولد بیشتر خواهد شد که این موضوع، با افزایش سن بازنشستگی، کاهش بیمه بازنشستگی و ... منجر به بروز بحران‌های زیادی در حوزه‌های اجتماعی-اقتصادی خواهد شد.

والدین ممکن است دچار سندروم آشیانه خالی شوند

یکی از معایب دیگر تک‌فرزندی این است که اگر فرزند در هر سنی دچار سانحه شود که منجر به فوتش شود، در سنین بزرگسالی با توجه به کوله‌ت سن والدین امکان فرزندان شدن امکان‌پذیر نیست. این می‌تواند فرد را دچار سندروم آشیانه خالی کند. سندروم آشیانه خالی زمانی روی می‌دهد که فرزند به علت مهاجرت، ازدواج و... از پدر و مادر جدا می‌شود.

جامعه نیازمند تنوع و تفاوت است

وقتی صحبت از جامعه می‌شود یعنی مجموعه‌ای متشکل از زن، مرد، دختر، پسر،

کودک باید با همسن خودش بازی کند

مشکل بعدی این است که کودکان در دنیای کودکی خودشان هستند، نباید علاقه‌مند بازی با بزرگسالان باشند اما متأسفانه بسیار دیده‌ایم که کودکانی که در خانواده تک فرزند یا در خانواده‌های



کم جمعیت زندگی می‌کنند، از والدین خود درخواست بازی دارند. والدین فکر می‌کنند، بازی با کودکان کار خوبی است و کسی که با کودک بازی می‌کند، می‌تواند ارتباط عمیقی با او برقرار کند، در حالی که این موضوع اصلا جالب نیست. کودک در دنیای بچگی باید با هم سن خودش بازی کند این‌که بزرگسالان با کودک بازی کند، شاید به صورت موردی و کوتاه مدت خوب باشد و اشکالی نداشته باشد، از این نظر که نیاز کودک به بازی درک شود. ولی در

داشت. بنابراین به احتمال زیاد با این رویه در آینده به سمت فردگرایی خواهیم رفت. این نکته قابل ذکر است که در حال حاضر نیز برخی افراد با این‌که در خانواده‌های گسترده زندگی می‌کنند، اما به دلیل نداشتن ارتباط به سمت زندگی فردی رفتند. چرا که با ارتباطی با کسی ندارند یا اگر هم دارند ارتباطشان مناسب و موثر نیست. ارتباطی موثر است که در آن بتوانیم بر دیگران تاثیر بگذاریم و آن‌ها نیز بر ما تاثیر بگذارند.

معاون آب و خاک وزارت جهادکشاورزی خیز داد:

میانگین فرسایش خاک در کشور حدود ۱۶/۵ تن در هکتار است

به ۶۵ میلیارد متر مکعب برسیم. برای ارتقای بهره‌وری پروژه‌هایی تعریف شده است. در حوزه بخش کشاورزی که حوزه عملیات ما است، پروژه‌های متعددی داریم که شاید در طول برنامه به آن بپردازیم. اجرای سامانه‌های تحت فشار، شبکه‌ها، بتنی کردن لوله‌ها، مرمت قنات، تجهیز و نوسازی پروژه‌هایی است که انجام می‌دهیم و اگر نیاز بود وارد عدد و رقم خواهیم شد.

نیازی شهرکی در ادامه تصریح و تأکید کرد: بر اساس آمار آخرین بارشی ما حدود ۴۰۳ میلیارد متر مکعب است. بیش از ۷۰ درصد این بارندگی‌ها تبخیر و تعرق می‌شود یعنی اصلاً جاری نمی‌شود بلکه در همان مرحله اول تبخیر می‌شود در فضا و دوباره برمی‌گردد که حدود ۱۰۳ میلیارد متر مکعب آن قابل برنامه ریزی است. وی درباره تحویل حجمی تا آب به صورت سال است که مقرر شده تا آب در برنامه حجمی در اختیار کشاورزان و تولیدکنندگان قرار گیرد و تولیدکننده بر اساس آبی که در اختیار دارد، تولیدات کشاورزی مناسبی داشته باشد. نه که در این زمینه اقدامی انجام نشده باشد اما به نظر من وزارت نیرو به عنوان متولی تحویل حجمی آب عملکرد بهتری داشته باشد.

معاون آب و خاک وزارت جهاد کشاورزی در پایان درباره ایجاد زیرساخت‌های لازم اظهار کرد: نه زیرساخت نیاز نیست، در بخش اعظمی از منابع که چاه‌ها هستند قانون مشخص کرده است، تسهیلات در اختیار کشاورز قرار می‌گیرد، ما ۴۳۰ هزار چاه مجاز در کشور داریم، حدود ۲۲۰ هزار برقی و مابقی دزلی است که این چاه‌ها کنترلی یا شمارشگر قرار دهیم. کنترلهای برقی هستند و وزارت نیرو اقدامات خوبی انجام داده است و در حال حاضر ۹۵ درصد در خراسان رضوی به سیستم سهام مجهز و مقرر شده است که تسهیلاتی در اختیار کشاورزان قرار دهد.

است. در زمینه آب چند موضوع مطرح است. در بحث راندمان آبیاری، تأمین و انتقال، توزیع و راندمان کاربرد ما زرعه وزارت نیرو متولی آب و برنامه‌ریزی برای مصرف، ارتقای راندمان آبیاری، ارتقای بهره‌وری آب در کشت بر عهده وزارت جهاد کشاورزی است. وی در خصوص نقشه راهی که اخیراً وزارت نیرو در حوزه آب ارائه داده است، تصریح کرد: موضوع آب یک مسئله چند وجهی است، همکاران ما در وزارت نیرو نقشه راهی تهیه کردند که در تولید آن با ما همکاری نشد، پیش نویس اولیه‌ای ارائه شد که هنوز کامل نشده، ندهایی توسط دانشگاهی‌ها و مجموعه جهاد کشاورزی مطرح شد که در راستای تکمیل آن اقداماتی در دست انجام است کما این که در برنامه هفتم هم مسیر و اهداف، میزان آبی که باید در اختیار بخش کشاورزی قرار گیرد مشخص شده است و نیاز است که این نقشه راه با مقادیری که در برنامه هفتم توسعه مشخص شده است نزدیک و الگوبررسی شود. فعلاً مراحل در حال بررسی برای ابلاغ است.

معاون آب و خاک وزارت جهاد کشاورزی در پاسخ به این پرسش که چه مقدار توانستیم میزان بهره‌وری از آب را گسترش دهیم؟ اظهار کرد: مصرف کننده‌های آب مشخص هستند یا محیط زیست است که باید بخشی از منابع آب در مسیل‌ها، در تالاب‌ها جریان پیدا بکند و این الزام است، مصرف کننده بعدی یا ضرورت بعدی شرب است. ما نزدیک ۸-۹ میلیارد متر مکعب آب شرب مصرف می‌کنیم.

وی افزود: موضوع سوم خود صنعت است که دو تا سه میلیارد متر مکعب مصرف می‌کند و مصرف کننده آخر و اصلی‌ترین و بزرگ‌ترین مصرف کننده آب هم بخش کشاورزی است که با برآورد و محاسباتی که ما داشتیم ۲۲ میلیارد متر مکعب آب مصرف می‌کند. در پایان برنامه هم باید

او ادامه داد: چند طرح در سازمان منابع طبیعی داریم که همین احداث دایک از جمله آن‌ها و بخش سیلاب‌ها است. در حوزه اراضی کشاورزی بندسارهایی احداث می‌شود که الان هم در حوزه معاونت ما اجرا می‌شود و همچنین ایجاد هوتک‌ها نیز از اهمیت بالایی برخوردارند، هوتک‌ها همین آب بندهایی هستند که در شمال اجرا می‌شود و در جنوب اصطلاحاً به آن‌ها هوتک گفته و بندسارها اجرا می‌شود. در برنامه هفتم توسعه نیز به این موارد اشاره



شده و پروژه‌های خوبی تعریف شده است تا بتوانیم خساراتی را که به اراضی وارد می‌شود را کنترل کنیم.

وی درخصوص اراضی که در حوزه آب و خاک به مزارع کشاورزی تبدیل شده‌اند و متولی آن زمین‌ها اظهار کرد: اگر بحث تأمین آب در این اراضی مطرح باشد، متولی آن وزارت نیروست. پس از این که تخصیص از وزارت نیرو گرفته می‌شود برای اراضی کشاورزی، بحث انتقال آب، بهره‌وری آب، راندمان آبیاری و آماده کردن این اراضی برای کشت مطرح می‌شود.

نیازی شهرکی ادامه داد: متولی پایین دست سدی که در ایلام احداث شد نیز وزارت نیرو

شده و باران‌ها هم با شدت بالاتری در زمان محدودتری انجام می‌شود، متأسفانه روان آب‌های عظیمی در مسیل‌های ما و به تبع آن مسیر راه افتادن خاک مرغوب و مناسب رخ می‌دهد. اجرای سازه‌ها از جمله روش‌ها برای کنترل فرسایش خاک است که بندهای کوچک آبگیرداری، بخش سیلاب و یا بندهای تورگابیونی که همکاران ما در سازمان محیط زیست اجرا می‌کنند، کشت گیاهان علوفه‌ای در جاهایی که امکانش وجود دارد، کاهش شخم در طول،

ما مسیر نحوه شخم را هم باید در اراضی دیم‌مان اصلاح بکنیم، این‌ها عواملی است که می‌تواند به شدت میزان رسوب آبی را در کشور کاهش دهد. معاون آب و خاک وزارت جهاد کشاورزی درباره اجرایی نشدن طرح‌هایی در قالب آبگیرداری و آبخوان‌داری اظهار کرد: سال گذشته همراه با بارشی شدید سیلابی رخ داد و همکاران منابع طبیعی در استان، در بالادست دستگیری یک دایک ۱۱ کیلومتری احداث کرده بودند که اگر آن دایک احداث نشده بود در سنوات قبل، فاجعه فوق‌العاده خطرناک‌تر از وضع موجود می‌شد و این دایک خیلی به داد ما رسید.

معاون آب و خاک وزارت جهادکشاورزی با بیان اینکه میانگین فرسایش خاک در کشور حدود ۱۶.۵ تن در هکتار تخمین زده شده است گفت: فرسایش خاک در ایران تقریباً معادل ۲ تا ۵/۲ برابر آسیا و ۵ تا ۶ برابر میانگین جهانی است.

صنعت نیازی شهرکی درباره وضعیت فرسایش خاک به‌ویژه در بخش‌هایی از اراضی کشور که در ارتفاعات، کوهپایه و تپه‌ها به دلیل جنگل‌خواری و ... اظهار کرد: متوسط فرسایش در کل کشور حدود ۱۶ و نیم تن، برای کل سطوح است که آن هم در اراضی ملی رخ می‌دهد. در اراضی دامنه‌ها، شیب‌ها زمانی که بارش باران شدید رخ می‌دهد، به دلیل اینکه پوشش گیاهی فقیر شده است؛ منجر به جاری شدن سیلاب‌های سنگین شده و فرسایش خاک ما را بالا برده است.

وی افزود: ما در دشت‌ها فرسایشی نداریم اگر هم بارشی داشته باشیم نفوذ می‌کند، چون شیب زمین هم پایین‌تر و کمتر است و عملاً این آمار که ارائه شد و متأسفانه نگران کننده هم است در اراضی ملی است. درخصوص اعلام فرسایش خاک نیز متولی اصلی سازمان منابع طبیعی و آبخیزداری کشور است که هم میزان را اعلام و هم از این فعال‌ها جلوگیری کند.

نیازی شهرکی درباره اقدامات لازم درباره جلوگیری از فرسایش خاکی اظهار کرد: عوامل فرسایش متعددی است، ما درگیر فرسایش‌های آبی، بادی، فرسایش ناشی از اجرای سازه‌ها و تاسیسات بر روی زمین، تخریب خاک و... هستیم. اما یکی از اصلی‌ترین عوامل فرسایش، فرسایش آبی است که آن هم ناشی از سیلاب‌هایی است که خبر دارند.

وی ادامه داد: تغییر اقلیم در کل دنیا اتفاق افتاد و ایران نیز از این قاعده مستثنا نیست، شدت بارش ما بالا رفته یعنی بارش‌هایی که برف بود تبدیل به باران

نگاه بسیاری از مردم به کتابخانه عمومی، محلی برای نگهداری کتاب و موارد خواندنی مانند نشریات و مجلات است، که افراد برای امانت گرفتن کتاب و یا استفاده از فضای قرائت‌خانه‌ای به این مکان مراجعه می‌کنند. البته بسیاری از کتابداران و مسئولان فرهنگی خواهان تغییر نگاه سنتی به کتابخانه‌ها هستند و معتقدند کتابخانه‌ها می‌توانند پایگاه اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی نیز باشند، مثلاً همایش‌های «کتابخانه‌های عمومی و کسب و کارهای کوچک» نمونه‌ای از این تغییر رویکرد و نگاه است.

به گزارش باشگاه خبرنگاران، با ظهور تکنولوژی و نقش‌آفرینی آن در تمامی شئون زندگی، نباید از شنیدن واژه «کتابخانه بدون کتاب» خیلی متعجب شویم، مفهومی که به نسل جدیدی از کتابخانه‌ها اشاره دارد که در آن خبری از کتاب کاغذی نیست و به جای آن تجهیزات و امکان دسترسی به منابع الکترونیکی و صوتی، پایگاه‌های اطلاعاتی، انواع بازی‌ها، فیلم، موسیقی، منابع یادگیری الکترونیک و ... در اختیار کاربران قرار داده می‌شود. ایده کتابخانه بدون کتاب نخستین بار توسط دانشگاه پلی تکنیک فلوریدا در آمریکا مطرح شد.

کتابخانه‌های عمومی بدون کتاب بر اساس ۴ نیاز مهم شامل نیاز به ایجاد دسترسی بیشتر با توجه به محدودیت منابع، سپس نیاز به درآمدزایی برای کتابخانه‌ها، نیاز به توسعه خدمات و نیاز به افزایش بهره‌وری کتابخانه‌ها تبیین

«نمایش خانگی شلم‌شوریا شده و اغلب به‌جای تولید پادزهر فرهنگی و هنری، سم اجتماعی به خورد مصرف‌کننده‌ها می‌دهد...» این را محمد تقی فهیم، منتقد سینما و تلویزیون، می‌گوید.

معاون بهداشت وزارت بهداشت حسین فرشی‌دی یکشنبه در نامه‌ای به معاون سازمان صداوسیما و رئیس سازمان تنظیم مقررات صوت و تصویر فراگیر در فضای مجازی «خواستار ملاحظات بهداشت روانی - اجتماعی تولیدات شبکه نمایش خانگی شد».

اواخر دهه ۸۰ بود که سریال‌هایی مانند قلب یخی و قهوه تلخ به‌صورت دی‌وی‌دی و هفتگی پخش شد و استقبال مخاطبان باعث شد که کارگردان‌هایی که مدت‌ها برای تلویزیون کار کرده بودند، سراغ این عرصه بروند و به‌مرور در دهه ۹۰ توزیع دی‌وی‌دی جای خود را به پلتفرم‌های اینترنتی داد. طبق اعلام وزارت بهداشت، عادی

نخستین کتابخانه بدون کتاب ایران!

شده‌اند. بیشتر کاربران نیز از طریق سایت کتابخانه‌های عمومی با این مکان آشنا شده و به آنجا مراجعه کرده‌اند. البته با توجه به اینکه کتابخانه آینده نوعی فضای کار اشتراکی هم هست، در سایت‌هایی

مربوط به تبلیغ این فضاها، این مجموعه معرفی شده و با توجه به خدماتی که در این کتابخانه ارائه می‌شود مثلاً اینترنت رایگان و هزینه‌های اجاره کم نسبت به سایر فضاهای اشتراکی از این کتابخانه استقبال بسیاری شده است.

به گفته تهم ۱۰ اتاقک مطالعه انفرادی، ۴ اتاق مطالعه گروهی (فضای کار اشتراکی)، کلاس آموزشی، سالن جلسه، کافه کتاب از جمله امکانات فیزیکی کتابخانه آینده است.

افزود: دسترسی به اینترنت بی‌سیم، اپلیکیشن‌ها و سایت‌های آموزش مجازی، امکان اجاره تبلت و لپ‌تاپ، اپلیکیشن‌های هوش مصنوعی، دسترسی به نرم‌افزارها، منابع مورد نیاز آموزش کسب‌وکارها،

نقشه ساختمان، در سال ۱۳۹۸ تصمیم به توسعه، بازسازی و بهسازی ساختمان گرفته شده. پس از ارزیابی‌های انجام شده در نهاد کتابخانه‌های عمومی کشور و با توجه به پیشرفت تکنولوژی و تغییر در ارائه خدمات

می‌شود؛ چرا که این کتابخانه‌ها بدون محدودیت زمان، مکان منابع و کتابدار هستند. همچنین این کتابخانه‌های پلتفرمی با بهره‌وری بالا، دارای طرح کسب و کار هستند. حالا نخستین «کتابخانه بدون کتاب ایران» با عنوان «کتابخانه آینده شهید فخری‌زاده» با عنوان فرعی «خانه خدمات دیجیتال و خلاقیت کتابخانه‌های عمومی» حدود ۶ ماهی است که کار خود را آغاز کرده است. البته این کتابخانه پیشتر با عنوان این «کتابخانه دانشجوی» با زیربنای ۲۶۰ متر مربع در سال ۱۳۷۲ تأسیس و در سال ۱۳۸۴ توسط اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی

به صورت دائم به نهاد کتابخانه‌های عمومی کشور واگذار شد. این کتابخانه در بوستان دانشجو و در منطقه ۱۱ شهرداری تهران واقع شده و تا سال ۱۳۹۸، ۱۵۰۰ عضو فعال و ۲۰۰۰ امانت کتاب در ماه داشته است. با توجه به فرسودگی و مشکلات مربوط به



جنگ یک طرفه سریال‌های نمایش خانگی علیه خانواده

خود بنشینند و این آثار را تماشا کند.

محمود گبرلو، منتقد سینما، می‌گوید چندین سال است که فیلم‌های سینمایی روز تولید و اکران می‌شود، اما در تلویزیون پخش نمی‌شود و «تنها یک‌سری فیلم‌های قدیمی و کهنه مدام پخش می‌شود» پس طبیعی است که برای سرگرم کردن مخاطب به بخش فیلم‌های خارجی که به فرهنگ ایرانی نزدیک نیستند یا فیلم‌های نمایش خانگی متصل شویم. اما پوریا ذوالفقاری، یک

جلوه‌دادن آسیب به خود، توسعه مصرف‌الکل از طریق نمایش مصرف‌الکل، نمایش مصرف مکرر سیگار و دخانیات، نمایش پرخشکی‌های فیزیکی و عاطفی و خیانت از جمله آسیب‌های احتمالی تولیدات شبکه نمایش خانگی بر مخاطبین است. برخی از سریال‌ها نمایش خانگی با تغییر ذائقه سینمایی مخاطب و تقابل با فرهنگ اصیل دینی و ملی در مدت‌نه‌چندان طولانی، آثار تخریبی فراوانی را در پی خواهد داشت، به‌نحوی که اغلب مخاطب این آثار نمی‌تواند با خیال راحت و در کنار خانواده

منتقد سینما دیگر، معتقد است که قرار نیست برای جذب مخاطب کار ضدفرهنگی ضد خانواده تولید کنیم، این در حالی است که اکنون همه سریال‌های نمایش خانگی

همگی از الگویی ثابت تبعیت می‌کنند، «قصه‌های ضعیف و بیهوده کش آمده و یک لشکر ستاره و سلبریتی» که بناست «کمبودهای جدایی‌ناستان» را جبران کنند. روان‌شناس اجتماعی علیرضا شریفی‌نیا با بیان اینکه در ابتدا خود خانواده‌ها باید مراقب باشند تا اعضای خانواده خوراک بد فرهنگی مصرف نکنند، می‌گوید که دستگاه‌های ذریب و وزارت ارشاد نیز باید «نظارت بیشتری» بر ساخت محتوای سینما و نمایش خانگی داشته باشند علاوه‌بر آن توصیه می‌شود، «فیلم‌سازان در نوشتن سناریو محتوا از مشاوره روان‌شناسان و جامعه‌شناسان به‌عنوان متخصص بهره‌مند شوند» تا اثرات مخرب تولیدات کاسته شود.



قتل فیجیع یک دختر به دست برادرش

آبان سال ۱۴۰۲ مرد جوانی با مراجعه به پلیس آگاهی مدعی شد که خواهر ۲۵ ساله‌اش ناپدید شده است.

وی در تشریح ماجرا به مأموران گفت: صبح روز گذشته خواهرم برای خرید از خانه خارج شد و قرار بود تا عصر برگردد اما برنگشت. با او تماس گرفتیم اما تلفن همراهش هم خاموش بود. همه جا را گشتیم اما او را پیدا نکردیم و حالا هم من و پدرم نگران‌ش هستیم.

پس از ثبت شکایت، ردیابی دختر جوان در دستور کار مأموران قرار گرفت اما پلیس در تحقیقات تخصصی به خاطر تناقض گویی‌های مرد جوان به او ظنن شد. وی پس از بازداشت سرانجام در بازجویی‌ها به ناچار لب به اعتراف گشود و از راز قتل هولناک خواهرش پرده برداشت.

متهم در تشریح ماجرا گفت: بعد از فوت مادرم، پدر و خواهرم با هم زندگی می‌کردند. پدرم از صبح تا شب کار می‌کرد تا محتاج کسی نباشد، به همین خاطر اغلب مواقع خانه نبود. چند وقت قبل متوجه رفتارهای مشکوک خواهرم شدم. وقتی او را زیر نظر گرفتیم دیدم با مردی دوست شده و از همسایه‌ها هم شنیدم در غیاب ما دوستانش را به خانه می‌آورد. او شب‌ها دیر به خانه می‌آمد و به تذکرات پدرم و ما توجهی نمی‌کرد. کم‌کم احساس کردم نگاه همسایه‌ها به ما تغییر کرده و این برای من و پدرم ناراحت‌کننده بود. پدرم هم از رفتارهای او خسته شده بود.

وی افزود: روز حادثه با ماشینم به دنبال خواهرم رفتم و به بهانه تفریح از او خواستم چند ساعتی را باهم باشیم. بعد به حوالی فیروزآباد رفتم و وقتی به یک بیابان رسیدیم و مطمئن شدم که کسی ما را نمی‌بیند ماشین را متوقف کردم و در ابتدا با شال دهانش را بستم تا بی‌سر و صدا خفه‌اش کنم، اما او با دندان‌ش شال را باز کرد.

متهم گفت: بعد هم یک گالن ۴ لیتری بنزین را که از قبل تهیه کرده بودم آوردم و روی او ریختم و آتش زدم. چند دقیقه‌ای صبر کردم تا مطمئن شوم مرده است. بعد او را خاموش کردم و داخل یک گودال کم‌عمق انداختم و به خانه برگشتم. فردای آن روز هم به اداره آگاهی رفتم و با اعلام مفقودی سعی کردم مسیر تحقیقات را منحرف کنم که دستگیر شدم.

پس از اظهارات متهم، پلیس به نشانی اعلام‌شده رفت. از آنجا که بخش زیادی از بدن سوخته دختر جوان را حیوانات وحشی خورده بودند، فقط بخشی از استخوان‌ها و اعضای بدنش کشف و به دستور مقام قضایی برای روشن شدن علت تامه مرگ به پزشکی قانونی منتقل شد. با تکمیل تحقیقات پرونده متهم برای رسیدگی به شعبه ۲ دادگاه کیفری یک استان تهران فرستاده شد.

اعلام گذشت پدر

در حالی که چند هفته تا جلسه رسیدگی به اتهام مرد جوان مانده بود، پدرش با حضور در دادسرا گذشت بدون قید و شرط خود را اعلام کرد و گفت: از مرگ دخترم ناراحت هستم، اما پسر من خواست مانع رفتارهای او و پایان دادن به شایعاتی شود که در محله پشت سر دخترم وجود داشت.

وی افزود: ماه‌ها چقدر با او صحبت می‌کردیم که دست از کارهایش بردارد، به حرف‌هایمان توجه نمی‌کرد. حالا هم می‌خواهم رضایت دهم تا پسر من قصاص نشود.

به این ترتیب متهم بزودی از جنبه عمومی جرم محاکمه می‌شود.

قتل یک مادر بزرگ

به خاطر تامین هزینه عروسی

زن جوانی که با همدستی نامزدش مادر بزرگ خود را به خاطر تهیه پول عروسی به قتل رسانده بود، دستگیر شد.

شهریورماه امسال، مرگ مشکوک زن سالخورده‌ای در یکی از خانه‌های قدیمی جنوب تهران به اداره دهم پلیس آگاهی تهران بزرگ گزارش داده شد.

به‌دنبال اعلام این خبر، تیم بررسی صحنه جرم راهی محل حادثه شدند و جسد زن سالخورده‌ای را مشاهده کردند که بر اثر ضرب‌وجرح به قتل رسیده بود، بررسی‌های اولیه نیز نشان می‌داد که طلاهای مقتوله سرقت شده است و مأموران کلانتری منطقه سارق را به‌صورت اتفاقی دستگیر کردند.

بدین ترتیب مرد جوان هدف بازجویی قرار گرفت و ماجرا را این‌طور توضیح داد: مقتوله مادر بزرگ نامزدم است؛ قصد داشتیم به‌زودی با یکدیگر ازدواج کنیم اما پولی نداشتیم، بی‌این میان نامزدم مدعی شد مادر بزرگش طلاهای زیادی در خانه نگهداری می‌کند که نقشه سرقت را طراحی کردیم.

متهم در ادامه گفت: روز حادثه به‌همراه دوستم راهی خانه موردنظر شدیم، پس از اینکه زن سالخورده درب را باز کرد او را هدف ضرب‌وجرح قرار دادیم و دستانش را با طناب بستیم، سپس طلاها را سرقت کردم و پا به فرار گذاشتیم اما پس از اینکه مسیر خود را از همدستم جدا کردم میان راه توسط پلیس دستگیر شدم، نمی‌خواستم مرتکب جنایت شوم و پشیمان هستم.

کارآگاهان اداره دهم پلیس آگاهی تهران پس دریافت این اطلاعات خیلی مهم، بی‌درنگ متهمان دیگر پرونده را در عملیات‌های جداگانه دستگیر کردند و سپس مأموریت یافتند با اقدامات اطلاعاتی تحقیقات خود را در رابطه با این جنایت هولناک ادامه دهند.

متهمان جهت روشن شدن زوایای پنهان پرونده در اختیار کارآگاهان اداره دهم پلیس آگاهی تهران بزرگ قرار گرفتند و تحقیقات همچنان ادامه دارد.

جزئیات آماری عجیب از هدررفت آب در ایران

فاضلاب کشور گفته اصلاح و بازسازی شبکه فرسوده آب، استانداردسازی انشعابات آب، تعویض کنتورهای خراب مشترکان، کنتوردار کردن منابع تأمین آب، انجام فعالیت مدیریت فشار و زون بندی، نشت‌یابی و رفع نشتی در شبکه‌های توزیع و خطوط انتقال آب، نشت‌یابی و رفع نشت مخازن آب و سایر میلیاردها دلار است که در حدود یک سوم از این مقدار مربوط به کشورهای در حال توسعه است. در کشورهای در حال توسعه روزانه در حدود ۴۵ میلیون متر مکعب آب از طریق نشت از شبکه‌های توزیع هدر می‌رود که این حجم، برای آبرسانی به

درآمد کم، مقدار هدررفت در حدود ۵۰-۶۰ درصد منابع آبی است. در کشورهای در حال توسعه، هدررفت منابع ناشی از سطوح بالای آب بدون درآمد، قابل ملاحظه است. یک برآورد محافظه‌کارانه از کل هزینه‌های سالانه خدمات و تأسیسات آبرسانی مربوط به آب بدون درآمد در سراسر جهان، در حدود ۱۴ میلیارد دلار است که در حدود یک سوم از این مقدار مربوط به کشورهای در حال توسعه است. در کشورهای در حال توسعه روزانه در حدود ۴۵ میلیون متر مکعب آب از طریق نشت از شبکه‌های توزیع هدر می‌رود که این حجم، برای آبرسانی به

غرقابی و سایر روش‌های ناکارآمد باعث می‌شود تا مقدار زیادی آب بدون بهره‌وری مؤثر هدر برود. پیامدهای هدررفت آب هدررفت آب تأثیرات مخرب متعددی بر منابع طبیعی و اقتصاد کشور دارد با توجه به کاهش منابع آبی و افزایش هدررفت، بسیاری از مناطق کشور با مشکل جدی کمبود آب مواجه شده‌اند. هدررفت آب هزینه‌های سنگینی به اقتصاد کشور تحمیل می‌کند، از جمله هزینه‌های بازسازی زیرساخت‌ها و کاهش تولیدات کشاورزی و صنعتی. از سوی دیگر کاهش سطح آب‌های زیرزمینی و خشک شدن تالاب‌ها و دریاچه‌ها از پیامدهای

در حال حاضر و بر مبنای آخرین جدول بالانس آب میزان، آب بدون درآمد در کشور ایران در حدود ۲۲ درصد است که ۱۵ درصد آن مربوط به هدررفت فیزیکی، ۱۵.۵ درصد ظاهری و ۱.۴ درصد مربوط به مصارف مجاز بدون درآمد است.

به گزارش ایسنا، با توجه به فرارگری ایران در منطقه‌ای خشک، نیمه‌خشک و همچنین تغییرات اقلیمی و افزایش دما، مدیریت منابع آب حیاتی‌تر از هر زمان دیگری است. طبق آمارها، ایران از لحاظ میزان مصرف آب در بخش‌های مختلف نظیر کشاورزی، صنعتی و شهری در وضعیت بحرانی قرار دارد.

یکی از دلایل اصلی این بحران، هدررفت گسترده آب است. به طور متوسط، میزان هدررفت آب در شبکه‌های توزیع آب شهری و روستایی ایران حدود ۲۵ تا ۳۰ درصد تخمین زده می‌شود. این بدان معناست که از هر ۱۰۰ لیتر آبی که وارد شبکه‌های توزیع می‌شود، حدود ۲۵ تا ۳۰ لیتر آن بدون استفاده از دسترس خارج می‌شود.

هدررفت آب در ایران تحت تأثیر چندین عامل قرار دارد که می‌توان آنها را به دو دسته کلی عوامل ساختاری و عوامل مدیریتی تقسیم کرد. عوامل ساختاری و عوامل مدیریتی، بسیاری از لوله‌های توزیع آب در شهرها و روستاها قدیمی و فرسوده هستند. ترک‌ها و شکستگی‌های این لوله‌ها منجر به نشت آب و هدررفت آن می‌شود. همچنین در برخی مناطق، زیرساخت‌های آبرسانی به‌روز نشده و سیستم‌های قدیمی هنوز استفاده می‌شوند. این موضوع موجب می‌شود تا بخش عمده‌ای از آب به‌طور مستقیم هدر رود. علاوه بر این فقدان برنامه‌ریزی دقیق و عدم نظارت کافی بر مصرف آب در بخش‌های مختلف، هدررفت آب را افزایش می‌دهد.

کشاورزی سنتی و روش‌های آبیاری قدیمی در ایران از جمله مهم‌ترین دلایل هدررفت آب هستند. استفاده از آبیاری



زیست‌محیطی هدررفت آب است که می‌تواند به از بین رفتن اکوسیستم‌های طبیعی منجر شود.

البته این مساله تنها مختص ایران نیست، هر ساله بیش از ۲۲ میلیارد متر مکعب آب تصفیه شده از طریق نشت از شبکه‌های توزیع هدر می‌رود. علاوه بر آن ۱۶ میلیارد متر مکعب در سال، آب تصفیه شده به دست مشترکان می‌رسد اما به دلایلی همچون مصارف غیر مجاز (آب دزدی)، عدم دقت در اندازه‌گیری و خطای مدیریتی به حساب نمی‌آید.

میانگین جهانی درصد هدررفت آب در حدود ۲۵ درصد برآورد شده است، این در حالی است که در بعضی کشورهای با

میوه‌ها به دلیل دارا بودن ویتامین‌ها و مواد معدنی، نقشی حیاتی در سلامتی بدن ایفا می‌کنند. اما جالب است بدانید که برخی از آن‌ها با دارا بودن خاصیت چربی‌سوزی به کاهش وزن نیز کمک می‌کنند.

میوه‌ها می‌توانند مکمل ارزشمندی برای کاهش وزن باشند. آنها کالری کم و فیبر بالایی دارند که به شما احساس سیری و انرژی بیشتری می‌دهند. با این حال، مهم است که آنها را در حد اعتدال مصرف کنید زیرا حاوی قندهای طبیعی هستند. ترکیب انواع میوه‌ها در یک رژیم غذایی متعادل، همراه با ورزش، می‌تواند به مدیریت موفق وزن کمک کند.

نتایج تحقیقات در مورد تاثیر میوه در کاهش وزن

برخی از میوه‌ها قند کمتری دارند، به همین دلیل برای کاهش وزن گزینه مناسب‌تری هستند و به عنوان میوه‌های لاغر کننده شناخته می‌شوند. منابع معتبر علمی، توصیه می‌کنند که از این میوه‌ها بیشتر استفاده کنید.

یکی از گروه‌های تحقیقاتی در سال ۲۰۰۳، تأثیر میوه در کاهش وزن را مورد آزمایش قرار دادند و به نتایج جالبی رسیدند. این گروه به مدت ۱۲ هفته، به سه گروه مختلف از افراد، رژیم‌های متفاوتی دادند. میان‌وعده یکی از گروه‌ها، سیب، میان‌وعده دیگری گلابی و میان‌وعده گروه آخر، کلوچه بود. در پایان ۱۲ هفته، محققان متوجه شدند دو گروهی که سیب مصرف کردند، کاهش وزن بیشتری نسبت به گروه سوم داشتند. همچنین گلوکز خون گروه یک و دو، کمتر از گروه سوم بود.

پژوهش‌های اخیر نشان می‌دهد که مصرف گروهی از میوه‌ها می‌تواند سوخت و ساز بدن و در نتیجه سرعت سوزاندن چربی‌های تان را بالا ببرد.

گریپ‌فروت

گریپ‌فروت یک میوه خوشمزه و آبدار است که شاخص گلیسمی پایینی دارد و از همین رو قند آن با سرعت کمتری وارد جریان خون می‌شود و برای افرادی دیابتی بسیار مفید است. یک عدد گریپ‌فروت نصفه با وزن ۱۲۲ گرم، حدود



حدود ۲۰۰ میلیون نفر کافی است. سالانه و بر مبنای استراتژی‌های

کاهش آب بدون درآمد بر مبنای استاندارد انجمن جهانی آب در ۳ سرفصل کاهش هدررفت فیزیکی (واقعی)، کاهش هدررفت غیرفیزیکی (ظاهری) و کاهش مصارف مجاز بدون درآمد فعالیت‌های عملیاتی تنظیم می‌شود. این استراتژی توسط شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور به شرکت‌های استانی ابلاغ و بر فرایند انجام آن در طول سال نظارت می‌شود.

آطور که علی سیدزاده - مدیرکل دفتر مدیریت مصرف آب، خدمات مشترکان و کاهش هدررفت شرکت مهندسی آب و

میوه‌های چربی‌سوز کدام‌اند؟

۲۷ کالری دارد و می‌تواند ۵۱ درصد از نیاز روزانه بدن به ویتامین C را تامین کند.

در این میوه نوعی آنتی‌اکسیدان خاص به نام نارینژین وجود دارد که التهاب را در بدن کاهش می‌دهد و از همین رو برای جلوگیری از دیابت و بیماری‌های قلبی نیز مفید است. این میوه سرشار از فیبر است و کالری کمی دارد و از همین رو مصرف آن به کاهش وزن کمک می‌کند.

لیمو

لیمو قند بسیار کمی دارد اما سرشار از ویتامین C است. این میوه برای کاهش خطر ابتلا به آرتروز (نوعی بیماری مفصلی) و مشکلات قلبی، مفید است. اگر نمی‌توانید یک لیمو را به تنهایی بخورید، می‌توانید پوست یا آب آن را به وعده‌های غذایی‌تان اضافه کنید.

و آن را با غذا میل کنید. همچنین آب لیمو، فیبر فراوانی دارد و برای کاهش وزن عالی است.

سیب

سیب به واسطه کالری کم و فیبر بالا، میوه‌ای ایده‌آل برای کاهش وزن و چربی‌سوزی به حساب می‌آید. فیبر موجود در سیب با ایجاد حس سیری، مانع از پرخوری شده و به تناسب اندام شما کمک می‌کند.

آووکادو

اگرچه آووکادو در مقایسه با سایر میوه‌ها کالری بیشتری دارد، اما به دلیل دارا بودن چربی‌های سالم و فیبر بالا می‌تواند در چربی‌سوزی و کاهش وزن مؤثر واقع شود. در واقع، مصرف آووکادو به دلیل ایجاد احساس سیری طولانی‌مدت، تمایل به پرخوری را کاهش می‌دهد و در نتیجه به کنترل کالری دریافتی و تناسب وزن کمک می‌کند.

پرقال

پرقال دارای کالری کم، فیبر بالا، ویتامین C و سایر آنتی‌اکسیدان‌های ضروری است که می‌تواند به شما در کاهش وزن کمک کند.

برای مقابله با این بحران، باید راهکارهای مؤثری در نظر گرفته شود. نوسازی و به‌روزرسانی شبکه‌های توزیع آب و تعویض لوله‌های قدیمی و اصلاح زیرساخت‌ها می‌تواند به کاهش نشت آب کمک کند. همچنین به‌کارگیری سیستم‌های آبیاری تحت فشار نظیر قطره‌ای و بارانی می‌تواند به‌طور قابل توجهی میزان مصرف آب در کشاورزی را کاهش دهد، ترویج فرهنگ مصرف بهینه آب و آموزش شهروندان درباره اهمیت حفظ منابع آبی یکی از گام‌های اساسی برای کاهش هدررفت آب است.

علاوه بر این با تدوین برنامه‌های جامع و پایش مستمر وضعیت مصرف آب، می‌توان از هدررفت بی‌رویه آب جلوگیری کرد. در مجموع باید گفت با توجه به محدودیت منابع آبی در ایران، مقابله با هدررفت آب یکی از اولویت‌های اصلی کشور است. برای تحقق این هدف، نیاز به همکاری همه‌جانبه از سوی دولت، بخش خصوصی و مردم وجود دارد. با اتخاذ سیاست‌های مناسب و اجرایی راهکارهای علمی، می‌توان از این بحران عبور کرد و منابع آبی کشور را برای نسل‌های آینده حفظ کرد.

کیوی برای لاغری به محتوای بالای فیبر در آن مرتبط می‌شود.

گیلاس

گیلاس یکی از کم کالری ترین میوه هاست و مواد مغذی زیادی دارد. گیلاس سرشار از مواد مغذی گیاهی است که خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی را کاهش می‌دهد. همچنین گیلاس، حاوی آنتی‌اکسیدان‌هایی مانند ویتامین C هستند که با التهاب بدن مبارزه می‌کنند و از سلول‌های ما در برابر آسیب‌های گوناگون محافظت می‌کنند.

زغال‌اخته

زغال‌اخته یکی از بهترین میوه‌های چربی‌سوز است که آنتی‌اکسیدان و فیبر فراوانی دارد. هر فنجان از این میوه حدود چهار گرم فیبر دارد. مصرف این میوه متابولیسم را افزایش می‌دهد و برای جلوگیری از اضافه وزن و چاقی نیز مفید است.

توت

توت‌ها از سالم‌ترین و کم کالری‌ترین میوه‌هایی هستند که برخلاف ظاهر کوچکی که دارند، سرشار از ویتامین، مواد معدنی، آنتی‌اکسیدان و فیبر هستند. یک فنجان (۱۲۳ گرم) تشک حاوی ۶۴ کالری و یک فنجان



توت‌فرنگی (۱۵۲ گرم) حاوی ۵۰ کالری است. بررسی مطالعات نشان می‌دهد که مصرف انواع توت به عنوان میان‌وعده می‌تواند میل به خوردن شیرینی‌جات را کاهش دهد و به شما کمک کند تا برای مدت زمان طولانی‌تری احساس سیری را تجربه کنید. از طرف دیگر مصرف انواع توت موجب افزایش متابولیسم، کاهش سطح کلسترول، کاهش فشار خون و جلوگیری از بیماری‌های مختلف می‌شود.

توت‌فرنگی از جمله میوه‌هایی است که گلیسمی کمی دارد. شاخص گلیسمی که نام دیگر آن شاخص گلوکز است، مقدار قندی را که پس از مصرف یک ماده خوراکی، جذب خون می‌شود، نشان می‌دهد. توت‌فرنگی حاوی کربوهیدرات، فیبر و پروتئین است.

وزیر ورزش و جوانان در نخستین دیدار مشترک با روسای فدراسیون‌های ورزشی و بیناری مدیران کل استانی بر «همدلی و اجماع» خانواده ورزش برای توسعه‌ی هر چه بیشتر تاکید کرد.

احمد دنیامالی در اولین جلسه مشترک با روسای فدراسیون‌های ورزشی و مدیران کل استان‌ها اظهار کرد: بنده قائل به کار تیمی هستم و اینکه خودمان را یک خانواده بدانیم، باید کارهای خودمان را مزین به اخلاق پهلوانی کنیم. وقتی به ورزشکاران می‌گوییم که اخلاق پهلوانی را منشا کارهای خود قرار دهند باید این موضوع را مدنظر داشته باشیم که روسای فدراسیون‌ها و مدیران کل ما نیز همچون همیشه با اخلاق پهلوانی کار خود را پیش ببرند و در حوزه رفتار و مشی پهلوانی براساس آیین و اعتقادات کار کنیم.

وی در ادامه با تبریک فرارسیدن تولد پیامبر اکرم (ص) گفت: آرزوی طول عمر برای رهبر معظم انقلاب داریم که توجه ویژه‌ای همواره به موضوع ورزش و جوانان دارند. بیانات رهبر انقلاب همیشه برای جامعه ورزش و جوانان چراغ راه حرکت است. بیانات ایشان در حوزه‌های مختلف همیشه با مطالعه است و امیدوارم که در دیدار جامعه ورزش با معظم‌له که فردا صورت می‌گیرد بتوانیم به بهترین نحو تکالیف خود را ادا کنیم.

وزیر ورزش و جوانان با قدردانی از تلاش‌های صورت گرفته از سوی فدراسیون‌ها خاطر نشان کرد: تشکر می‌کنم به خاطر زحمات و تلاش‌هایی که برای حضور موفق و قوی ورزشکاران ما در دو رویداد المپیک و پارالمپیک کشیده شده است. در این بین باید یاد کنم از شهید بزرگوار آیت‌الله ریسی قطعاً در این موفقیت و تلاشی که انجام گرفت، ایشان نقش تعیین‌کننده‌ای داشتند. همچنین از معاون اول وقت آقای دکتر مخبر و ویژه‌تر آقای سجادی و آقای هاشمی، دو عزیز که به عنوان وزیر ورزش حضور داشتند و تک‌تکشان زحمت کشیدند و در راس این تقدیرها

تراکتور درخشش در اولین دوره لیگ قهرمانان آسیا ۲ است.

تراکتور به لطف قهرمانی سپاهان در جام حذفی، به عنوان تیم چهارم فصل گذشته لیگ‌تر به رقابت‌های لیگ قهرمانان آسیا ۲ راه پیدا کرده و در گروه A با تیم های موهان باگان هند، الوکره قطر و روشن تاجیکستان رقابت خواهد کرد.

قرمزپوشان در نخستین تقابل خود در این رقابت‌ها از ساعت ۱۹:۳۰ (سه وقت ایران) روز چهارشنبه در ورزشگاه الجنوب به دیدار الوکره قطر خواهند رفت. تراکتوری‌ها در شرایطی درخشش در اولین دوره لیگ قهرمانان آسیا ۲ هستند که این رقابت‌ها اختلاف سطح مشهودی با لیگ نخبگان آسیا دارد. طبق تصمیم کنفدراسیون فوتبال آسیا، مسابقات لیگ قهرمانان آسیا ۲ با حضور ۲۲ تیم (۱۶ تیم منطقه غرب و ۶ تیم منطقه شرق) دنبال خواهد شد.

ولو اینکه لیگ قهرمانان آسیا متمایز از لیگ قهرمانان آسیا ۲ است؛ اما مرور عملکرد تیم‌ها در ادوار این رقابت‌ها خالی از لطف نیست.

تراکتوری‌ها پیش از این شش بار توانسته‌اند سهمیه آسیایی کسب کنند که دو بار آن با قهرمانی در جام حذفی و چهار مرتبه نیز بر حسب رتبه در لیگ‌تر بوده است.

وزیر ورزش:

از حالا باید به فکر المپیک ۲۰۳۲ باشید

باید از کمیته ملی المپیک و پارالمپیک و روسای فدراسیون‌ها نام ببرم. دنیامالی اظهار داشت: باید به فکر ارتقای وضعیت و توسعه‌ی ورزش باشیم. راهکار برون رفت از وضعیت فعلی تعامل و همکاری تمامی خانواده ورزش اعم از فدراسیون‌ها و ادارات کل است. در اینجا



وزیر ورزش و رئیس فدراسیون معنایی ندارد و همه خادم مردم هستیم. وی خاطر نشان کرد: بنده به عنوان وزیر ورزش باید جوابگوی کاستی‌ها و مشکلاتی که در فدراسیون‌ها و ادارات کل ایجاد می‌شود باشم و در صورت نیاز هم حمایت خود را خواهم داشت ولی در کنار حمایت، کار هم می‌خواهم و همه باید در کاری تیمی به فکر حل مسائل باشیم. دنیامالی تصریح کرد: تمام تلاش ما این است که محیط ورزش سرشار از محبت و رفاقت و جمع ما به دور از کینه و نفرت باشد. باید به نحوی کار کنیم و با همدیگر تعامل داشته باشیم که نام

نگاهی به عملکرد تراکتور در آسیا

تراکتور در شش دوره حضور خود در لیگ قهرمانان آسیا، تنها دو بار موفق به صعود از مرحله گروهی شده، اما با این حال نتوانسته پا از مرحله یک هشتم نهایی فراتر بگذارد. بی‌تردید بهترین عملکرد قرمزپوشان



آن ۱۰ برد، ۱۰ مساوی و ۱۹ باخت بوده است. تراکتور که با ستاره های جذاب خود در زمره مدعیان فصل جدید لیگ‌تر فوتبال ایران قرار گرفته؛ در پی نمایشی کم نقص در آسیاست و باید دید آیا شاگردان اسکوپچ در مرحله گروهی موفق به تکرار خاطرات خوش تی‌ها با قلعه‌نویی خواهند شد یا نه.

در ادامه عملکرد تراکتور در ادوار لیگ قهرمانان آسیا را می‌خوانید:

فصل ۲۰۱۳: تراکتور، الجزیره امارات، الجیش قطر و الشیباب عربستان سرمربی: تونی

فصل ۲۰۱۴: تراکتور، الاتحاد عربستان، العین امارات، لخبویای قطر سرمربی: تونی اولیویرا عملکرد: یک برد، ۲ مساوی و سه باخت؛ رتبه چهارم با ۵ امتیاز

فصل ۲۰۱۵: تراکتور، النصر عربستان ۱

کنیم. مسابقات پارالمپیک نیز به نوبه خودش سطح بالایی دارد و مدال آوری در آن راحت نیست.

وی اظهار داشت: ما باید بخواهیم و اراده کنیم که به موفقیت برسیم. ما سرمایه‌هایی همچون علیرضا دبیر و شایستگی‌های خود را نشان داده‌اند. کشور ما سرشار از استعدادهای ناب در رشته‌های مختلف است که باید از آنها استفاده کنیم.

دنیامالی ادامه داد: نگاه روسای ما باید به جای المپیک ۲۰۲۸ آمریکا به المپیک ۲۰۳۲ استرالیا باشد و برنامه‌ریزی بلندمدت داشته باشیم. فدراسیون‌های ما باید پوست‌اندازی کنند و به علم روز تجهیز باشند. فدراسیون‌ها باید دارای سیستم خود کنترلی باشند چون ممکن است بعضی اوقات احساسات منجر بر بی‌عدالتی شود.

وی افزود: یکی از اشکالات این است که داده‌های مشترک نداریم. ما در حال حاضر نمی‌دانیم که به چه تعداد مربیان درجه ۲، درجه ۳ و مربیان تاپ بین‌المللی داریم و این برای ما ایجاد مشکل می‌کند. فدراسیون‌ها ما باید با علم تمرین و نرم‌افزار روز دنیا آشنا باشند.

فدراسیون‌های ما باید از علم شبیه‌ساز و هوش مصنوعی استفاده کنند تا بتوانیم در رویدادهای مهم با دیگر کشورها رقابت و برابری کنیم.

وی خاطر نشان کرد: باید براساس خرد جمعی حرکت کنیم و کار را به جلو ببریم. درست است که منابع ما محدود است ولی با همین منابع محدود نیز باید امیدآفرینی داشته باشیم. کسانی که مسئولیت می‌گیرند باید امیدآفرینی در جامعه داشته باشند. فدراسیون‌ها ما نیز در همین راستا باید در ورزش امیدآفرینی انجام دهند. ورزش‌های کلیدی ما در المپیک و بازی‌های آسیایی برای ما مهم است و باید روی آنها سرمایه‌گذاری بیشتری کنیم.

تراکتور، الاهلی امارات، نسف قارشی و الاهلی عربستان

سرمربی: تونی اولیویرا عملکرد: یک برد، یک مساوی و چهار باخت؛ رتبه چهارم با ۴ امتیاز

فصل ۲۰۱۶: تراکتور، الهلال عربستان، باختاکور ازبکستان و الجزیره امارات سرمربی: امیر قلعه‌نویی عملکرد: ۴ برد و ۲ باخت؛ رتبه اول با ۱۲ امتیاز و صعود به مرحله حذفی

مرحله یک هشتم نهایی: حذف در دو بازی رفت و برگشت بازی رفت: النصر امارات ۴ - تراکتور ۱ بازی برگشت: تراکتور ۳ - النصر امارات ۱

فصل ۲۰۱۸: تراکتور، الاهلی عربستان، الغرافه قطر و الجزیره امارات سرمربی: ارتغرل ساغلام عملکرد: دو مساوی و ۴ باخت؛ رتبه چهارم با ۲ امتیاز

فصل ۲۰۲۱: تراکتور، شارجه امارات، باختاکور ازبکستان و نیروی هوایی عراق سرمربی: رسول خطیبی عملکرد: ۲ برد و ۴ مساوی؛ رتبه دوم

با ۱۰ امتیاز و صعود به مرحله حذفی به عنوان بهترین تیم دوم مرحله یک هشتم نهایی: حذف در تک بازی تراکتور ۰ - النصر عربستان ۱

شماره آگهی: ۱۷۸۶۴۱۳

آگهی مزایده عمومی شهرداری جلفا (مرحله دوم - چاپ دوم)

شهرداری جلفا در نظر دارد به استناد مصوبه شورای اسلامی محترم شهر جلفا تعداد یک باب مغازه واقع در طبقه همکف مجتمع سی‌تری ستر ملکی شهرداری را از طریق مزایده عمومی و با بهره گیری از سامانه ستاد بصورت الکترونیکی شرح ذیل واگذار نماید.

شماره مغازه	مساحت مغازه	قیمت پایه فروش متری به (ریال)	قیمت کل قطعه (ریال)	مبلغ سپرده شرکت در مزایده (ریال)
446	32/16	1/450/000/000	46/632/000/000	5/000/000/000

دعوت می‌شود در صورت تمایل تا ساعت ۱۴۰۰ مورخه ۱۴۰۳/۷/۱۱ ضمن مراجعه به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به نشانی www.setadiran.ir و مطالعه شرایط مزایده که در سایت بارگذاری شده است در مزایده شرکت نمایند.

تاریخ انتشار مرحله دوم - چاپ اول: ۱۴۰۳/۶/۲۵ (روزنامه آذربایجان) / تاریخ انتشار مرحله دوم - چاپ دوم: ۱۴۰۳/۶/۲۸ (روزنامه آذربایجان)

شهرداری جلفا



رهبر انقلاب:

بازی‌های المپیک و پارالمپیک

امسال یک درخشش ویژه‌ای داشت

رهبر انقلاب در دیدار با ورزشکاران و قهرمانان فرمودند: بازی‌های المپیک و پارالمپیک امسال یک درخشش ویژه‌ای داشت. بسیار برجسته و بسیار خوب بود.



رهبر انقلاب اسلامی در دیدار اعضای کاروان‌های اعزامی ایران به بازی‌های المپیک و پارالمپیک ۲۰۲۴ پاریس فرمودند: خیلی خوشحالم از اینکه یک بار دیگر این توفیق را پیدا کردم که با یک مجموعه‌ای از عزیزترین فرزندان این کشور ملاقات کنم. جدا جوان‌های عزیز ورزشکار ما که مایه افتخار هستند برای کشور ایران اسباب عزت و سربلندی محسوب می‌شوند بلاشک.

ایشان تصریح کردند: امسال در بازی‌های المپیک و پارالمپیک یک درخشش ویژه‌ای انسان مشاهده کرد. من البته دنبال کردن جزئیات در کار ورزش و خبرها برایم میسر نیست؛ اما اجمالاً در جریان قضایا قرار می‌گیرم، تا آنجایی که وقت باشد می‌بینم و یا می‌شنوم. امسال بسیار برجسته بود، بسیار خوب بود.

رهبر معظم انقلاب خطاب به ورزشکاران و قهرمانان فرمودند: ملت را شاد کردید، احساس افتخار در ملت ایران به وجود آوردید شما، من صمیمانه تشکر می‌کنم از همه مدال‌آوران، از همه ورزشکاران، از همه مربیان، از همه دست‌اندرکاران، از وزارت ورزش، از کمیته المپیک و دیگر دست‌اندرکارانی که هستند، رؤسای فدراسیون‌ها، از همه‌شان صمیمانه تشکر کنم. کار ورزش را جدی گرفتید، درستش هم همین است.

«کریم باقری» ۲ پیشنهاد مربیگری

دریافت کرد

کریم باقری ممکن است پس از مدتی دوباره به مربیگری برگردد.



باقری، مربی سابق پرسپولیس و تیم ملی، این روزها به دلیل درگذشت مادرش در ایران حضور دارد. او پس از سفر به ایران، ۲ پیشنهاد مربیگری هم مواجه شده است.

تراکتور و پرسپولیس خواستار حضور باقری در کادر فنی خود بودند و به او پیشنهاد همکاری دادند.

باقری تاکنون پاسخی به این پیشنهادات نداده و فعلاً مذاکره جدی بین او و تیم‌های خواهان انجام نشده است.

مفقود شده (جلفا)

برگ سبز خودروی سواری کیا ceed مدل ۲۰۱۵ به شماره انتظامی ۱۹۸۷۲- منطقه آزاد ارس با شماره موتور ۰۹۹۲۴۶ GFFAEZ و شماره شاسی ۵۸۱۱AFL۱۲۵۵۵۷ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد.

مفقود شده

سند اولیه کارخانه و برگ سبز خودروی سواری سمند مدل ۱۳۸۶ به شماره انتظامی ۴۹۹۳۵- شماره شاسی با شماره موتور ۱۲۱۵۷۷ ۱۲۴۸۶ و شماره شاسی ۰۶۷۴۷ ۷۰۷۰ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد.

روزنامه آذربایجان

تلفنی آگهی می‌پذیرد:

۰۴۱-۳۲۳۳۲۹۷۹

