

بازخوانی وضعیت معیشت ایرانیان در ماه‌های گذشته

سقوط آرام رفاه

۴



۵

چالش‌های پنهان و آشکار دانشجویان نسل Z

دانشگاه گذرگاه بی‌حاصل؟

سرخط خبرها

نمایندگان مجلس چه سازوکار حقوقی برای رسیدن زن به حقوق خود در نظر گرفته‌اند؟

ترازوی معیوب بهارستانی‌ها

۸

با دستور رئیس جمهور انجام شد؛

بهره‌برداری رسمی از طرح انتقال آب دریا به اصفهان

۲

لیگ برتر فوتبال باشگاه‌های کشور

فولاد هرمزگان از شکست

۶

پیروزی بزرگ ساخت

عدم استقرار برخی ادارات دولتی ۱۶ سال پس از ارتقا؛

بشاگرد؛ یدک کش نام شهرستان

۵

بررسی گروه‌های بورسی مستعد رشد با وجود ریسک‌های موجود در ایران و جهان

رشد محتاطانه بورس

۳

آینده مادورو زیر فشار داخلی و بین‌المللی

ونزوئلا در چالش بقا

۲

خواندنی‌های روز

چهل سال بعد در همین هفته

۵

با رونمایی رسمی ویرایش پنجم مبحث ۱۹ مقررات ملی ساختمان در بندرعباس

هرمزگان پایگاه تحول ملی در مدیریت انرژی ساختمان

بسیار گرم و مرطوب خود، با یکی از بالاترین نرخ‌های مصرف انرژی سرمایشی در کشور روبه‌روست. رئیس سازمان نظام مهندسی ساختمان هرمزگان در ابتدای مراسم با اشاره به ویژگی‌های اقلیمی استان، تأکید کرد: «هرمزگان بیش از هر نقطه کشور به اجرای دقیق مبحث ۱۹ نیاز دارد. در بسیاری از دوره‌ها مصرف انرژی سردکننده‌ها در این استان تا دو برابر شرایط نرمال افزایش می‌یابد و کوچک‌ترین اصلاح در طراحی و اجرایی تواند آثار بزرگی بر کاهش هزینه‌ها داشته باشد.»

به گفته او، اجرای ویرایش پنجم مبحث ۱۹ از ۱۹ دی‌ماه در تمام مراحل طراحی، تهیه نقشه و صدور پروانه‌های ساختمانی الزامی خواهد بود و موفقیت این مسیر تنها با همکاری هماهنگ شهرداری‌ها، سازمان نظام مهندسی و دستگاه‌های اجرایی امکان‌پذیر است.

ادامه در صفحه ۳

در آغاز روند اجرای الزامات تازه مدیریت انرژی در ساختمان‌ها بر عهده‌گرفت.

حضور چهره‌هایی چون «امین مقومی» رئیس سازمان نظام مهندسی ساختمان کشور، «حامد مانی‌فر» مدیرکل دفتر مقررات ملی و کنترل ساختمان وزارت راه و شهرسازی و «حمید یزدانی» رئیس کمیته تخصصی مبحث ۱۹، اهمیت این رویداد را دوچندان کرده بود؛ چهره‌هایی که هر یک در سخنرانی‌های خود بر ضرورت تغییر نگرش، ورود مهندسان به حوزه‌های نوین انرژی و اجرای دقیق مقررات جدید تأکید کردند.

❖ **هرمزگان؛ میزبان نخستین گام ملی پس از ابلاغ ویرایش جدید**

برگزاری این همایش در بندرعباس، تنها یک انتخاب تقویمی نبود؛ بلکه اقدامی نمادین برای آغاز نهضت مدیریت انرژی از استانی است که به دلیل اقلیم

سامیه طهوریان خبرنگار



نخستین همایش رسمی کشور برای رونمایی و آموزش ویرایش پنجم مبحث ۱۹ مقررات ملی ساختمان، پنجشنبه ۱۳ آذرماه در بندرعباس برگزار شد؛ رویدادی با حضور عالی‌ترین مقامات نظام مهندسی و تصمیم‌سازان حوزه ساخت‌وساز، که آن را فصل تازه‌ای در مدیریت انرژی، افزایش بهره‌وری و بازگشت مهندسی به جایگاه واقعی خود در نظام ساخت‌وساز کشور می‌دانند.

استان هرمزگان میزبان یکی از مهم‌ترین رویدادهای فنی کشور در حوزه ساخت‌وساز بود؛ همایشی ملی که به‌طور رسمی از ویرایش پنجم مبحث ۱۹ مقررات ملی ساختمان رونمایی کرد و به‌عنوان نخستین برنامه آموزشی این ویرایش جدید، نقش محوری

اورشلیم شرقی به عنوان پایتخت آن، مجدداً اعلام کردند.

حجم تجارت کشورهای عضو شورای همکاری خلیج فارس رکورد زد

طبق گزارش مرکز آمار شورای همکاری خلیج فارس، حجم تجارت خارجی کالاهای کشورهای این شورا، به استثنای تجارت میان خودشان، نسبت سال ۲۰۲۴ با ۷.۴ درصد افزایش به ۱.۶ تریلیون دلار رسیده است.

این رقم در سال ۲۰۲۳ با ۱.۵ تریلیون دلار مقایسه شد و بالاترین سطح ثبت شده در تاریخ این شورا در دوره ۲۰۱۷ تا ۲۰۲۴ را نشان داده است. این داده‌ها که این مرکز به طور منظم با همکاری مراکز و آژانس‌های ملی آمار در کشورهای عضو جمع‌آوری می‌کند، نشان می‌دهد که ارزش کل صادرات کالا در سال ۲۰۲۴ به حدود ۸۵۰ میلیارد دلار رسیده بوده، در حالی که این رقم در سال ۲۰۲۳ تقریباً ۸۱۱ میلیارد دلار بوده است که افزایشی حدود ۳.۴ درصد را نشان داده است. این مرکز اعلام کرد که این رشد به افزایش ۲۲.۵ درصدی صادرات غیرنفتی و افزایش ۱.۴ درصدی صادرات مجدد نسبت داده می‌شود، در حالی که صادرات نفت و گاز طبیعی ۱.۸ درصد کاهش یافته است.

از سویی دیگر نیز واردات کالا افزایش قابل توجهی راثبت کرده و در سال ۲۰۲۴ به حدود ۷۴۰ میلیارد دلار رسید، در حالی که این رقم در سال قبل حدود ۶۵۹ میلیارد دلار بود که رشدی ۱۲.۳ درصدی را نشان می‌دهد. در نتیجه، تراز تجاری کالا در سال ۲۰۲۴ با مزادادی حدود ۱۱۰ میلیارد دلار دست یافت، در حالی که در سال ۲۰۲۳ مزادادی حدود ۱۶۲ میلیارد دلار داشت و کاهشی ۳۲.۴ درصدی راثبت کرد. این کاهش به دلیل رشد سریع‌تر واردات نسبت به صادرات بود. بر اساس داده‌های سال ۲۰۲۴، چین، هند و ژاپن در صدر فهرست شرکای تجاری اصلی شورای همکاری خلیج فارس قرار دارند و این سه کشور همان سه کشوری هستند که ترتیب واردات خود را از سال قبل، ۲۰۲۳، حفظ کرده‌اند. لازم به ذکر است که در مجموع، آن‌ها حدود ۳۶ درصد از کل مبادلات تجاری کالایی شورای همکاری خلیج فارس با جهان را به خود اختصاص داده‌اند که جایگاه محوری قاره آسیا را در ساختار تجارت جهانی خلیج فارس تأیید می‌کند.

بیانیه ۸ کشور علیه اقدام جدید صهیونیست‌ها خلاف طرح صلح

● نگاهی به عرب نیوز

خبرگزاری دولتی سعودی گزارش داد، وزرای امور خارجه عربستان، مصر، اردن، امارات متحده عربی، اندونزی، پاکستان، ترکیه و قطر روز جمعه نگرانی عمیق خود را از اظهارات اسرائیل مبنی بر بازگشایی گذرگاه رفح فقط در یک جهت، ابراز کردند و این اقدام را راهی برای تخریب مجدد پیمان صلح دانستند. این وزرا در بیانیه‌ای مشترک نوشتند که این عمل اقدامی است که می‌تواند آوارگی فلسطینی‌ها از نوار غزه به مصر را تسهیل کند. آن‌ها هرگونه تلاش برای مجبور کردن فلسطینی‌ها به ترک سرزمینشان را قاطعانه رد کرده و بر لزوم پایبندی کامل به طرح ارائه شده توسط دونالد ترامپ، رئیس جمهور آمریکا، که بازگشایی گذرگاه رفح در هر دو جهت و تضمین آزادی تردد بدون اجبار را پیش‌بینی می‌کند، تأکید کردند.

این وزرا تأکید داشتند که باید شرایطی ایجاد شود تا فلسطینی‌ها بتوانند در سرزمین خود بمانند و در بازسازی سرزمین خود، تحت یک چارچوب جامع با هدف بازگرداندن ثبات و رسیدگی به بحران انسانی در غزه، مشارکت کنند. آن‌ها در این بیانیه نیز مجدداً از تعهد ترامپ به صلح منطقه‌ای قدردانی کرده و بر اهمیت اجرای کامل و بدون مانع طرح او تأکید فراوان داشتند. این بیانیه همچنین بر نیاز فوری به آتش‌بس پایدار، پایان دادن به رنج غیرنظامیان، دسترسی نامحدود کمک‌های بشردوستانه به غزه و آغاز تلاش‌های اولیه برای بهبود و بازسازی این کشور تأکید داشت. وزرای مذکور همچنین خواستار شرایطی شدند که به تشکیلات خودگردان فلسطین امکان دهد مسئولیت‌های خود را در این منطقه محصور از سر بگیرد. این هشت کشور آمادگی خود را برای ادامه هماهنگی با ایالات متحده و شرکای بین‌المللی برای تضمین اجرای کامل قطعنامه ۲۸۰۳ شورای امنیت سازمان ملل متحد و سایر قطعنامه‌های مربوطه، در راستای دستیابی به صلحی عادلانه و پایدار مبتنی بر قوانین بین‌المللی و راه‌حل دو دولتی، از جمله تأسیس یک کشور مستقل فلسطینی در امتداد مرزهای ۱۹۶۷ با

کی‌ویک نگار





مرضیه مستاجری
خبرنگار

پیام اقتدار از قلب خلیج فارس



طریق تنگه هرمز را به عنوان بخشی از استراتژی دفاعی خود در نظر بگیرد.

بزرگ‌ترین رزمایش زمینی ضد تروریسم شانگهای در ایران

رزمایش مشترک ضدتروریسم «سهند ۲۰۲۵» نیز نخستین تمرین میدانی سازمان همکاری شانگهای (SCO) در خاک ایران بود که دوشنبه ۱۰ آذرماه در استان آذربایجان شرقی آغاز و برای مدت پنج روز برنامه‌ریزی شد. این رزمایش با حمایت وزارت امور خارجه ایران و ساختار منطقه‌ای ضد تروریستی سازمان همکاری شانگهای طراحی شد و بر مبارزه و مقابله با تروریسم، جدایی‌طلبی و افراط‌گرایی تمرکز داشت. رزمایش مشترک ضد تروریسم «سهند ۲۰۲۵» نقطه عطفی در نمایش قدرت نظامی جمهوری اسلامی ایران بود؛ همچنین این رزمایش نه‌تنها توان رزمی و سازماندهی نیروهای مسلح ایران را به نمایش گذاشت، بلکه جایگاه ایران را به‌عنوان یک بازیگر محوری در پیمان شانگهای تثبیت کرد. این رزمایش فراتر از یک مانور نظامی بود؛ این رویداد نشان داد که ایران توانسته قدرت نظامی خود را در سطحی فراتر از مرزهای ملی به نمایش بگذارد و به یک بازیگر کلیدی در امنیت اوراسیاب تبدیل شود. حضور گسترده کشورهای عضو و ناظر پیمان شانگهای، بهره‌گیری از فناوری‌های نوین و انتخاب موقعیت راهبردی برای برگزاری رزمایش، همگی بیانگر تثبیت جایگاه ایران به‌عنوان معمار امنیت منطقه‌ای است.

با دستور رئیس جمهور انجام شد؛

بهره‌برداری رسمی از طرح انتقال آب دریا به اصفهان



همچنین سه شنبه وزیر نیرو نیز برای پاسخ به سوال حامد یزدیان نماینده اصفهان و تعداد دیگری از نمایندگان به صحن مجلس می‌رود.



۶ وزیر برای ارائه گزارش به بهارستان می‌روند

و نظارت بر اجرای سیاست‌های کلی اصل ۴۴ قانون اساسی خواهد رفت. در همین روز اعضای کمیسیون امنیت ملی، میزبان ستار هاشمی وزیر ارتباطات برای بررسی فضای سایبری و سکوهای مجازی هستند. همچنین در همین روز سید محمد اتابک وزیر صنعت، معدن و تجارت برای ارائه گزارش در خصوص اقدامات و برنامه‌های وزارتخانه متبوع خود به کمیسیون امور داخلی کشور و شوراها خواهد رفت. غلامرضا نوری قزلقه وزیر جهاد کشاورزی نیز جهت بررسی سوالات نمایندگان در روز سه‌شنبه با اعضای کمیسیون کشاورزی آب منابع طبیعی و محیط زیست جلسه خواهد داشت.

« مناقصه عمومی دو مرحله‌ای همزمان با ارزیابی کیفی (یکپارچه) جهت خرید، حمل و نقل تهیه اقلام زیر ساخت و انجام زیرساخت محل نصب و سوخت و برق ، نصب، راه اندازی و ضمانت یک دستگاه دیزل ژنراتور با ظرفیت KVA۲۵۰ » نوبت دوم

بانک توسعه تعاون همزمان با ارزیابی کیفی (یکپارچه) جهت خرید، حمل، نصب، راه اندازی و ضمانت یک دستگاه دیزل ژنراتور با ظرفیت KVA۲۵۰ را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید. کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت اسناد تا ارائه پیشنهاد مناقصه گران و بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به **آدرس** www.setadiran.ir انجام خواهد شد و لازم است مناقصه گران در صورت عدم عضویت قبلی ، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در مناقصه محقق سازند.

تاریخ انتشار مناقصه در سامانه : روز شنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۱۵

مهلت زمانی دریافت اسناد مناقصه از سایت : از تاریخ انتشار تا ساعت ۱۴ روز شنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۲۲

مهلت زمانی ارائه مستندات : ساعت ۱۴ روز شنبه مورخ ۱۴۰۴/۱۰/۰۶

زمان گشایش پاکت ها : ساعت ۱۰ روز سه شنبه مورخ۱۴۰۴/۱۰/۰۹

اطلاعات تماس دستگاه مناقصه گذار جهت دریافت اطلاعات بیشتر در خصوص مناقصه و ارائه پاکت ها : **هرمزگان - بندرعباس- بلوار امام خمینی - ضلع جنوبی پارک دباغیان - ساختمان بانک توسعه تعاون . دایره پشتیبانی . اقدام نمایند.**

تلفن ۰۷۶-۳۳۳۳۳۳۳۱-۱۵ داخلی ۳۰۷

◀ مدیریت شعب بانک توسعه تعاون هرمزگان

شناسه آگهی: ۲۰۶۶۱۵

گزارش

آینده مادورو زیر فشار داخلی و بین‌المللی ونزوئلا در چالش بقا



سید محمد شفیعی
دانش‌آموخته روابط بین‌الملل

ونزوئلا طی دو دهه گذشته تجربه‌ای پیچیده از بحران‌های سیاسی، اقتصادی و اجتماعی داشته است. جانشینی نیکولاس مادورو پس از هوگو چاوز، نه تنها ادامه مسیر حزب سوسیالیست را رقم زد، بلکه کشور را در شرایط فشار داخلی و بین‌المللی شدید قرار داد. مادورو با ترکیبی از کنترل قدرت داخلی، حمایت نظامی و تعامل با شرکای خارجی توانسته است در قدرت باقی بماند. اما آینده او به مجموعه‌ای از عوامل داخلی، اجتماعی، اقتصادی و بین‌المللی وابسته است. تحلیل واقع‌بینانه نشان می‌دهد که سقوط فوری مادورو بعید است، اما فشارهای بلندمدت می‌توانند مسیر او را دشوار کنند و سناریوهای مختلفی برای آینده ونزوئلا را می‌توان محتمل دانست. در این تحلیل سعی می‌شود تا وضعیت بقای مادورو را از ۵ منظر مورد بررسی قرار گیرد.

قدرت داخلی: قدرت مادورو عمدتاً مبتنی بر وفاداری نهادهای حکومتی و حزب سوسیالیست است. تمرکز قدرت در دست رئیس‌جمهور و شبکه‌های نزدیک به او، امکان مدیریت بحران‌ها و کنترل منابع را فراهم کرده است. حزب حاکم همچنان بخش بزرگی از ساختار سیاسی، اداری و اقتصادی کشور را کنترل می‌کند و این انسجام نسبی باعث شده که مادورو بتواند مقاومت کند. با این حال، تمرکز قدرت شکننده است. اختلافات داخلی در حزب، رقابت میان جناح‌ها و ضعف نهادهای مدنی می‌توانند تهدیدی برای مادورو ایجاد کنند. اگر شبکه‌های وفادار به او دچار شکاف شوند یا اتحاد مخالفان تقویت شود، مسیر قدرت مادورو به چالش کشیده می‌شود. مناطق مختلف ونزوئلا از نظر وفاداری سیاسی نیز تفاوت‌های قابل توجهی دارند. شهرهای بزرگ مانند کاراکاس همچنان تحت کنترل نسبی دولت هستند، اما در مناطق مرزی و روستایی که دسترسی به منابع محدود است، گروه‌های مخالف و جنبش‌های محلی می‌توانند فشار بیشتری وارد کنند. قدرت داخلی او نسبی و شکننده، اما هنوز پایدار است و کنترل دولت بر مناطق کلیدی نشان می‌دهد مادورو هنوز توان اعمال حاکمیت خود را هرچند تحت محدودیت‌ها و فشارهای داخلی دارد.

اقتصاد: اقتصاد ونزوئلا یکی از مهم‌ترین عوامل تهدیدکننده بقای مادورو است. تورم بالا، کاهش ارزش پول ملی و کمبود کالاهای اساسی فشار قابل توجهی بر جامعه وارد کرده و باعث افزایش نارضایتی عمومی شده است. مهاجرت گسترده میلیون‌ها ونزوئلایی، نیروی کار و انسجام اجتماعی کشور را کاهش داده است و این بحران جمعیتی، فشار بر منابع دولتی و خدمات عمومی را دوچندان کرده است. کمبود غذا، دارو و خدمات اولیه باعث شده بخش بزرگی از مردم به احساس ناامیدی و بی‌اعتمادی نسبت به دولت دچار شوند، اما این فشار تاکنون به شکل جنبش گسترده‌ای که بتواند سقوط فوری مادورو را رقم بزند، ظهور نکرده است. فشار اقتصادی بیشتر احتمال دارد به توافق سیاسی محدود یا تغییر تدریجی قدرت منجر شود تا اینکه با سقوط سریع همراه باشد. در بلندمدت، استمرار بحران اقتصادی می‌تواند وفاداری بخشی از جناح‌ها و ارتش را کاهش دهد و زمینه بروز اعتراض‌های گسترده را فراهم کند. با این حال، مادورو توانسته با کنترل شبکه‌های توزیع منابع، حمایت نسبی بخش‌هایی از جامعه و ارتش را حفظ کند. بنابراین امنیت اقتصادی و اجتماعی مادورو همچنان شکننده است، اما بقای او تا حد زیادی توسط همین شبکه‌های کنترل و توزیع منابع تضمین می‌شود.

ارتش و امنیت داخلی: وفاداری ارتش و نیروهای امنیتی یکی از اصلی‌ترین عوامل بقای مادورو است. ارتش کنترل مناطق کلیدی و مسیرهای تجاری را در اختیار دارد و قدرت لازم برای سرکوب شورش‌ها یا قیام‌های داخلی را دارد. مادورو با اعطای امتیازات اقتصادی و مشاغل به بخش‌هایی از ارتش، وفاداری آنها را تقویت کرده است. با این حال، اگر وفاداری ارتش کاهش یابد یا نیروهای داخلی و مخالفان هماهنگ عمل کنند، احتمال تغییر سریع قدرت وجود دارد. مناطق مرزی که تحت کنترل ضعیف دولت هستند، می‌توانند محل تجمع گروه‌های مخالف و تهدید مستقیم برای امنیت مادورو باشند. امنیت داخلی مادورو در کوتاه‌مدت پایدار به نظر می‌رسد، اما این ثبات شکننده و وابسته به وفاداری نیروهای نظامی است. هرگونه شکاف داخلی در نهادهای امنیتی یا اختلاف در تصمیم‌گیری‌های استراتژیک ممکن است بحران قدرت مادورو را تشدید کند.

فشار و حمایت بین‌المللی: تحریم‌های غرب، به ویژه از سوی آمریکا و اتحادیه اروپا، اقتصاد ونزوئلا را تحت فشار قرار داده و توان دولت برای مدیریت منابع و پرداخت بدهی‌ها را محدود کرده است. این تحریم‌ها علاوه بر اثر اقتصادی، به کاهش سرمایه‌گذاری خارجی و محدودیت تجارت منجر شده و منابع مالی دولت را کاهش داده است. در مقابل، حمایت روسیه، چین، ترکیه و ایران مانع سقوط فوری مادورو شده و امکان حفظ حاکمیت نسبی را فراهم می‌کند.

گروه‌های مخالف و جنبش‌های داخلی: مخالفان مادورو شامل چند جناح اصلی هستند: ۱. رهبران اپوزیسیون سیاسی که در داخل کشور فعالیت می‌کنند و سعی دارند با بهره‌گیری از فشار اجتماعی و اقتصادی، تغییرات سیاسی ایجاد کنند. ۲. جنبش‌های محلی و مردمی که در مناطق کم‌جمعیت و مرزی فعالیت دارند و از ضعف کنترل دولت استفاده می‌کنند. ۳. اپوزیسیون در خارج از کشور که با ایجاد فشار بین‌المللی و جلب حمایت کشورهای غربی، تلاش می‌کند مادورو را منزوی کند. این گروه‌ها تاکنون نتوانسته‌اند یک اتحاد گسترده و هماهنگ ایجاد کنند که بتواند سقوط فوری مادورو را رقم بزند. با توجه به وضعیت داخلی، فشار اقتصادی و حمایت بین‌المللی، سه سناریوی اصلی برای آینده مادورو قابل تصور است:

۱. **ادامه حاکمیت تحت فشار:** مادورو با حفظ وفاداری ارتش و حمایت خارجی، در قدرت باقی می‌ماند، اما با فشار اجتماعی و اقتصادی شدید مواجه است. این سناریو محتمل‌ترین گزینه در کوتاه‌مدت است.

۲. **توافق سیاسی یا انتقال محدود قدرت:** فشار داخلی و بین‌المللی می‌تواند به مذاکره و توافق محدود منجر شود که بخشی از قدرت به جناح‌های مخالف منتقل شود، اما مادورو همچنان نقش کلیدی خواهد داشت.

۳. **سقوط یا تغییر سریع قدرت:** اگر وفاداری ارتش کاهش یابد یا مخالفان داخلی و خارجی هماهنگ عمل کنند، امکان سقوط سریع وجود دارد. این سناریو در شرایط فعلی بعید است، اما در بلندمدت محتمل‌تر خواهد شد.

بدین ترتیب یک سال آینده ونزوئلا را می‌توان به عوامل متعددی وابسته دانست. در مجموع، مادورو در کوتاه‌مدت سقوط نخواهد کرد، اما مسیر حاکمیت او با فشارهای داخلی و خارجی دشوار شده است. سناریوی محتمل ادامه حاکمیت تحت فشار، توافق محدود یا تغییر تدریجی قدرت است و سقوط ناگهانی بدون تغییر در وفاداری ارتش و متحدان داخلی و خارجی بعید به نظر می‌رسد.

آگهی شرکت‌های

تعاونی سراسر

هرمزگان در صبح ساحل

تلفن پذیرش: ۱۰۵-۳۳۳۴۱۴۶۷



بررسی گروه‌های بورسی مستعد رشد با وجود ریسک‌های موجود در ایران و جهان

رشد محتاطانه بورس



مریم دهقان
خبرنگار

پس از اصلاح اخیر بازار، به نظر می‌رسد وارد یک رشد آرام و معقول در بازار هستیم. رشدی که به دور از هیجان فرصت چپش یک سبد سرمایه‌گذاری منطقی را به فعالان بازار می‌دهد. همچنین با توجه به اتفاقات اخیر می‌رسد شاهد تغییراتی در قیمت نفت و به تبع آن، افزایش سودآوری صنعت پالایشی و فرآورده‌های نفتی باشیم. برای بررسی بیشتر گروه‌های مستعد رشد در بازار و همچنین بررسی علت رشد همزمان شاخص کل و صندوق‌های طلا، به سراغ علی فراقی، کارشناس بازارهای مالی رفته‌ایم تا با ایشان به گفتگو بنشینیم. در ادامه با صبح ساحل همراه باشید.

نظر شما درباره رشد محتاطانه اخیر بازار در سایه ریسک‌های موجود چیست؟

رشد اخیر بازار کاملاً منطقی بود و از آنجایی که شاهد حرکات شارپ و ناگهانی در بازار نبودیم؛ می‌توان گفت که فرصت ورود کاملاً ایده‌آلی را برای ورود به بازار فراهم کرده است. چراکه بازار نسبت به بسیاری از متغیرهای اثر بخش و تأثیرگذار خود، به خوبی واکنش نشان می‌دهد و باید گفت در حال حاضر شاهد عقلانی‌ترین حرکات بازار هستیم. اما در صورتی که ریسک‌ها شدت بگیرند و یا حتی اخبار مثبت ناگهان به بازار سرازیر شوند؛ عملاً شاهد بی‌منطق‌ترین حالت بازار هستیم و به آن جایی خواهیم رسید که با خود بگوییم این ناحیه دیگر برای ورود و خروج دیگر عقلانی نیست و حتی ریسک به ریوارد آن عاقلانه به نظر نمی‌رسد در حالی که ممکن است؛ بازار همچنان رشد کند و یا حتی به اصلاح خود ادامه دهد.

به نظر شما چرا شاهد رشد همزمان شاخص کل و صندوق‌های طلا هستیم؟ در صورتی که می‌دانیم این دو باهم همبستگی ندارند.

هرچند شاخص کل و صندوق‌های طلا همبستگی مثبتی با یک دیگر ندارند اما عملاً پارامترهای اثربخش هر دو، جذابیت لازم برای ورود را دارد. چراکه هم شاهد شکل‌گیری نواحی جذاب در بورس و ورود پول نسبتاً مناسب روزانه به آن هستیم و هم در مقابل آن، شاهد رشد مواردی چون دلار و البته

انس جهانی هستیم که خواه ناخواه تقاضا در صندوق‌های طلا را بالا برده است. اما باید به این نکته هم توجه داشت که در حال حاضر، در نواحی حساس طلا قرار داریم و هرچند تورم تا حدودی می‌تواند پاسخی برای رشد افسار گسیخته آن باشد اما در نهایت باید در نظر داشت که دیگر ریسک به ریوارد عملاً جذاب نیست. با این حال رفتار توده‌ای خریداران باعث شده است که با وجود اینکه نواحی حال حاضر نشان از یک اصلاح دارند اما خریدار به حدی در بازار قوی است که با شکل دادن یک موج صعودی دیگر نواحی مورد انتظار برای اصلاح، رد می‌شود که این اتفاق نشان از نامعقول بودن حرکات اخیر در این بازار است.

چشم‌انداز بازار نفت و تاثیر آن بر بازار سرمایه را چطور ارزیابی می‌کنید؟

در خصوص بازار نفت هرچند برخی کارشناسان، نظر به کنار رفتن این بازار دارند و شاید بازه کوتاه مدت این بازار را مهم و اثربخش در نظر بگیرند اما هنوز که هنوزه است؛ این بازار مهم، قابل توجه و اثرگذار است زیرا هرکشوری تا جایی که توان دارد؛ تلاش می‌کند که در این بازار به نوبه خود اثرگذار باشد. البته باید در نظر داشت در بازار نفت؛ برخی از کشورها تقاضاکننده بالقوه و برخی عرضه‌کننده بالقوه هستند و می‌دانیم که کشوری چون ایران در دسته عرضه‌کنندگان قرار دارد. البته باید گفت تا حدودی انتظار می‌رود این بازار مدتی حالت رنج و بدون نوسان را به خود بگیرد و شاهد

حرکات و قیمت‌های فضایی جدید نباشیم. به این‌حال باید در نظر داشت تنش‌هایی که به تاژگی در کشور ونزوئلا صورت گرفته است؛ ممکن است بتواند این آرامش و درجا زدن را دستخوش نوسانات بزرگ کند و این اتفاق، شرکت‌های اثرپذیر داخل کشور را به واسطه افت‌وخیز قیمت نفت دستخوش کاهش چشم‌گیر و یا افزایش قابل ملاحظه سودسازی کند. هرچند در رده اول این اثرپذیری، خود شرکت نفت و البته دولت قرار دارد و پس از آن، صنایع پالایشگاهی دستخوش تغییرات خواهند شد.

افزایش قیمت حامل‌های انرژی تا چه میزان بر سودآوری شرکت‌ها اثرگذار است؟

افزایش پلکانی قیمت بنزین در گام اول، دولت و خصوصاً بودجه آن را تحت تأثیر قرار خواهد داد. هرچند رفته رفته اگر قیمت آن به قیمت بازار نزدیک شود؛ با توجه به بهبود وضعیت دولت، فشارهای اعمال شده در هریخش دولت به صنایع را کاهش می‌دهد و در نهایت رفته رفته سودسازی آن‌ها را در جهت مثبت، تحت تأثیر قرار می‌دهد.

فاصله زیاد قیمت دلار نیما و دلار آزاد، چه تاثیری بر سودآوری شرکت‌های صادرات محور می‌گذارد؟

در خصوص فاصله دلار آزاد و نیما هرچند شاید برخی افراد به دلیل اثرات کوتاه مدتی که

دارد؛ آن را مثبت در نظر بگیرند اما هر اقدامی که در مقابله با بازار آزاد باشد؛ به دلیل گپ و شکاف قیمتی که ایجاد می‌کند؛ سبب ایجاد فساد و رانت می‌شود و در حقیقت باید گفت نه تولیدکننده رفته‌رفته و نه مصرف‌کننده عملاً سود نخواهد برد. در نهایت با توجه به گسترش این فرآیند و فساد ایجاد شده دولتی که این برنامه را تدوین کرده است ناچاراً موارد دیگری اعمال می‌شود که خود را به صورت فشار تورمی به قشر جامعه و حتی صنایع به صورت غیرمستقیم تحمیل می‌کند.

از بین صنعت غذایی، پالایشی، فرآورده‌های نفتی و دارویی، کدام یک را بیشتر مستعد رشد می‌دانید، چرا؟

اگر بخواهیم در میان چند صنعت نام برده شده صنعتی را انتخاب کنیم؛ می‌بایست پیش از همه صنعت پالایشی و فرآورده‌های نفتی را نام ببریم چراکه خواه‌ناخواه در اکثر مواقع جزو مستعدترین گروه‌های بازار است. پس از آن، صنعت دارو و سپس صنایع غذایی در پله آخر جذب است. البته این نگاه در بازه بلند مدت سودآور خواهد بود همچنین باید در نظر داشت که ممکن است؛ برخی قوانین و سیاست‌های جدید در بازار سرمایه، باعث جابه‌جایی جایگاه این ترتیب شود. در پایان هم باید گفت هرچند موارد توضیح داده شده دارای جنبه‌های متعددی است اما تلاش بر این بوده، بیشتر به صورت کلی نگرانه، مختصر و جمع بندی شده به موارد نگاه شود.

مفقودی

سند مالکیت (برگ سبز) و سند کارخانه خودرو سواری سیستم سایپا تیپ ۱۳۱SL رنگ سفید روغنی مدل ۱۳۹۰ با شماره موتور ۴۰۶۷۲۷۷، شماره شاسی ۵۳۴۱۲۲۹۰۸۹۶۲۹۵ و شماره پلاک ۸۴۱-ایران-۵۲۹۱۶ به نام تراب روزدار فرزند عباس مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می گردد

مفقودی

سند مالکیت (برگ سبز) کامیون کمپرسی سیستم بنز تیپ ال. پی. ۶۰۸/۳۲۴۰ رنگ نارنجی روغنی مدل ۱۳۸۷ با شماره موتور ۳۳۴۹۱۰۱۶۴۱۲۰، شماره شاسی ۳۷۴۰۶۰۱۶۴۳۵۱۱۴ و شماره پلاک ۸۴۱-ایران-۶۴۶۶۶۶ به نام داود محمودزاده فرزند رضا مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می گردد

ادامه گزارش از صفحه ۱

رئیس نظام مهندسی کشور: جامعه مهندسی حضور فعال‌تری در شوراهای شهر داشته‌باشند

در ادامه، امین مقومی رئیس سازمان نظام مهندسی کشور با نگاهی تحول‌گرایانه به نقش مهندسان در مدیریت انرژی، از ضرورت عبور جامعه مهندسی از نگاه سنتی و حرکت به‌سوی مسئولیت‌پذیری و تصمیم‌سازی در حوزه‌های کلان شهری سخن گفت. او تأکید کرد: «این همایش تنها یک گردهمایی آموزشی نیست؛ نشانه‌ای از بلوغ جامعه مهندسی است. حضور داوطلبانه و گسترده مهندسان در چنین برنامه‌هایی ثابت می‌کند دغدغه پیشرفت و اصلاح، یک ترجیح فردی نیست بلکه یک مسئولیت حرفه‌ای و ملی است.» مقومی یکی از مهم‌ترین مسیرهای تحول آینده مهندسی را توجه به حوزه نگهداری ساختمان و مدیریت انرژی دانست و افزود: «بازار آینده، بازار تخصص انرژی است. مهندسان اگر امروز وارد این عرصه شوند، فردا صاحبان اصلی خدمات حرفه‌ای در حوزه انرژی خواهند بود.» او همچنین جامعه مهندسی را به حضور فعال‌تر در شوراهای شهر فراخواند و اظهار داشت که متخصصان این حوزه می‌توانند نقش تعیین‌کننده‌ای در کیفیت ساخت‌وساز و تصمیم‌های شهری داشته باشند.

مانی‌فر: ویرایش پنجم؛ آغاز دوره‌ای مبتنی بر اندازه‌گیری و مهندسی‌سازی

بخش مهم دیگری از همایش، سخنرانی حامد مانی‌فر مدیرکل دفتر مقررات ملی و کنترل ساختمان بود؛ فردی که نقش کلیدی در فرآیند بازنگری مقررات ملی ساختمان دارد. او ویرایش پنجم میحث ۱۹ را «آغاز یک دوره جدید در مهندسی‌سازی حقیقی مدیریت انرژی» توصیف کرد. مانی‌فر تأکید کرد: «این ویرایش کاملاً مبتنی بر اندازه‌گیری و شاخص‌های کمی نوشته شده است. بخش‌های توصیفی حذف یا تبدیل به معیارهای قابل سنجش شده‌اند تا تصمیم‌گیری‌ها از مسیر سلیقه‌ای فاصله بگیرد و به شاخص‌های مهندسی متکی باشد.» او اعلام کرد که چک‌لیست‌های تجویزی میحث ۱۹ ساعاتی پیش به‌طور رسمی در سایت دفتر مقررات ملی بارگذاری شده و این اسناد، اجرای مقررات را به فرآیندی کاملاً عدد محور و قابل ارزیابی تبدیل کرده است. وی با بیان اینکه «مدیریت انرژی بدون تجهیزات پایش امکان‌پذیر نیست»، نقش سیستم‌های مانیتورینگ را در تشخیص دقیق هدررفت‌ها و کاهش ناترازی انرژی بسیار مهم دانست و توضیح داد: «وقتی سیستم‌های پایش نصب می‌شود، نبض ساختمان در اختیار مهندس قرار می‌گیرد.» او همچنین از اعضای «میتاق نامه مدرسان میحث ۱۹» به عنوان سند تعهد جامعه مهندسی یاد کرد و گفت این اتفاق، روح تازه‌ای به جریان مقررات‌گذاری در کشور بخشیده است.

یکپارچگی ملی برای مقابله با ناترازی انرژی

تمام سخنرانان این همایش بر یک نکته مشترک تأکید داشتند: بحران ناترازی انرژی در کشور و نقش محوری صنعت ساختمان در اصلاح این روند. سهم بالای ساختمان‌ها در مصرف برق و گاز، به‌ویژه در استان‌های جنوبی، باعث شده اجرای دقیق میحث ۱۹ نه تنها یک الزام مهندسی، بلکه یک ضرورت ملی باشد. در این میان، مانی‌فر اشاره کرد که «بیش از ۳۰ مجموعه علمی و صنفی» در پیام‌های رسمی خود از اجرای ویرایش پنجم حمایت کرده‌اند؛ اتفاقی که نشان دهنده درک ملی از اهمیت این تحول است.

هرمزگان؛ الگوی احتمالی اجرای مقررات انرژی در کشور

رئیس سازمان نظام مهندسی هرمزگان از اقدامات انجام‌شده در شورای فنی استان و حمایت استانداری و معاونت عمرانی قدردانی کرد و گفت: «هم‌افزایی دستگاه‌ها می‌تواند هرمزگان را به یکی از الگوهای ملی اجرای درست میحث ۱۹ تبدیل کند.» او با تشریح ابعاد مصرف انرژی در کشور افزود: «سهم صنعت ساختمان در مصرف انرژی به اندازه‌ای قابل توجه است که کوچک‌ترین اصلاح در طراحی، نظارت و اجرا می‌تواند دستاوردهای عظیمی برای اقتصاد خانوار، مدیریت شهری و محیط زیست ایجاد کند. مدیریت انرژی، انتخاب لوکس امروز نیست؛ ضرورتی ملی برای جلوگیری از تشدید ناترازی برق و گاز در کشور است.» رئیس نظام مهندسی هرمزگان با اشاره به شرایط اقلیمی استان ادامه داد: «هرمزگان یکی از گرم‌ترین و مرطوب‌ترین نقاط کشور است و در بسیاری از مقاطع، مصرف انرژی سردکننده‌ها تا دو برابر شرایط نرمال بالا می‌رود. این استان بیش از هر زمان به رعایت دقیق میحث ۱۹ نیاز دارد. اگر طراحی درست باشد، اگر اجرا بر اساس اصول انجام شود، می‌توانیم آسایش واقعی و کاهش هزینه برای مردم به همراه داشته باشیم.» او با بیان اینکه اجرای ویرایش جدید میحث ۱۹ از دی‌ماه در تمامی فرآیندهای طراحی، تولید نقشه و صدور پروانه ساخت الزامی خواهد شد، گفت: «این الزام کار پیچیده‌ای نیست اما نیازمند عزم جدی و هماهنگی همه دستگاه‌هاست. شهرداری‌ها، سازمان نظام مهندسی و دستگاه‌های اجرایی باید از مرحله طراحی تا پایان کار، یک مسیر واحد و هدفمند را دنبال کنند.» وی از تلاش‌های اخیر برای نهادهی‌سازی این نگاه در استان خبر داد و توضیح داد: «در ماه‌های اخیر، موضوع اجرای میحث ۱۹ با جدیت در شورای فنی استان مطرح شد. با حمایت و نگاه مدیرانه استانداری و معاونت عمرانی، هم‌افزایی ارزشمندی شکل گرفته است؛ هم‌افزایی‌ای که اگر ادامه یابد، هرمزگان را به یکی از الگوهای ملی در مدیریت انرژی تبدیل خواهد کرد.» او همچنین به میحث «تعمیر و نگهداری» در مقررات جدید اشاره کرد و آن را بخشی مغفول اما بسیار تأثیرگذار دانست: «بسیاری از هزینه‌های انرژی به دلیل نگهداری نادرست ساختمان‌هاست. توجه به این بخش نه تنها آسایش شهروندان را افزایش می‌دهد، بلکه در شرایط اقتصادی سخت امروز، به کاهش هزینه‌های خانوار کمک می‌کند.» او همچنین خبر داد که امسال برای نخستین‌بار، این استان میزبان اجلاس هیئت عمومی سازمان‌های نظام مهندسی ساختمان کشور خواهد بود؛ رخدادی که به گفته‌او «نقطه‌ای روشن در مسیر توسعه مهندسی استان» است.

ویرایش پنجم؛ بازگرداندن مهندسی به دست مهندسان

یکی از نکات مشترک در سخنان مقومی و مانی‌فر، ضرورت بازگشت فرآیندهای فنی به دست متخصصان بود. مانی‌فر تصریح کرد: «اجرای این مقررات باعث می‌شود نقش افراد غیرمتخصص در ساخت‌وساز به حداقل برسد و کار مهندسی دوباره به مهندس سپرده شود.» از نگاه کارشناسان حاضر در همایش، این ویرایش تازه نه تنها تکلیف را روشن کرده بلکه مسیر اجرای دقیق و قابل ارزیابی را فراهم آورده و زمینه ایجاد یک نظام مهندسی واقعی و مبتنی بر دانش را تقویت کرده است. همایش امروز بندرعباس را می‌توان آغاز رسمی فصل تازه‌ای در مدیریت انرژی ساختمان دانست؛ فصلی که با حضور مقامات ملی، تدوین‌کنندگان مقررات، مدرسان و مهندسان آغاز شد و قرار است مسیر بهره‌وری، ارتقای انرژی و ارتقای کیفیت ساخت‌وساز کشور را ترسیم کند. با اجرای ویرایش پنجم از ۱۹ دی‌ماه و الزام‌آور شدن چک‌لیست‌های عدد محور، کشور به‌سوی دوره‌ای حرکت می‌کند که در آن تصمیم‌ها بر اساس اندازه‌گیری، شاخص‌های دقیق و دانش مهندسی گرفته خواهد شد؛ دوره‌ای که آغاز آن از هرمزگان رقم خورد.

میز خبر

شرایط پرداخت عائله‌مندی
و حق اولاد به زنان بازنشسته اعلام شد

سرویس اقتصادی

زنان بازنشسته در صورت احراز شرایط مشخص از جمله سرپرستی خانوار، ازکارافتادگی یا فوت همسر و نیز داشتن فرزندان تحت تکفل، می‌توانند مشمول دریافت هزینه عائله‌مندی و حق اولاد شوند. همچنین مبالغ مصوب این دو قلم مزدی برای سال ۱۴۰۴ تعیین و ابلاغ شده است.

به گزارش صبح ساحل، در صورت ازکارافتادگی کلی همسر و ناتوانی وی از تأمین مخارج خانواده، با ارائه گواهی معتبر از کارافتادگی صادره توسط پزشکی قانونی و سایر مستندات، پرداخت عائله‌مندی بلامانع است.

حق اولاد: در صورت سرپرستی فرزندان (در اثر فوت همسر، ازکارافتادگی وی یا واگذاری سرپرستی قانونی)، خانم بازنشسته مشمول دریافت حق اولاد خواهد بود. شرایط عمومی فرزندان تحت تکفل: پسر: تا ۴۰ سالگی یا تا ۲۵ سالگی در صورت دانشجوی بودن، عدم ازدواج و اشتغال و یا ازکارافتادگی کلی

دختر: در صورت نداشتن شغل (به هر ترتیب و عنوان) و شوهر

تبصره: در صورت شاغل یا بازنشسته بودن همسر در هر کدام از صندوق‌های بازنشستگی و دریافت عائله‌مندی یا حق اولاد توسط وی، پرداخت مجدد این اقلام به خانم بازنشسته امکان‌پذیر نخواهد بود.

مبالغ مصوب سال ۱۴۰۴:

هزینه عائله‌مندی: ۲۱.۰۰۶، ۸۷۵ ریال

حق اولاد: ۱۷.۱۹۳، ۷۶۵ ریال

آتهایی هستند که به‌جای توزیع پول نقد، بر افزایش بهره‌وری، توانمندسازی نیروی کار، کاهش هزینه‌های اساسی مانند سلامت و آموزش و حمایت از تولید داخلی تمرکز دارند. بدون چنین اصلاحاتی، بسته‌های حمایتی در بهترین حالت مُسکّی موقتی خواهند بود که درد را پنهان می‌کنند، نه درمان.

از زاویه‌ای کلان‌تر، وضعیت معیشت مردم را می‌توان به عنوان انعکاسی از کارکرد سیاست‌های اقتصادی کشور نیز تحلیل کرد. اقتصادی که درگیر تورم مزمن، کسری بودجه دائمی، عدم شفافیت مالی، ضعف بهره‌وری، نوسانات ارزی و محدودیت‌های تجاری باشد، نمی‌تواند رفاه پایدار ایجاد کند. در چنین اقتصادی حتی افزایش دستمزد نیز به‌سرعت توسط تورم بلعیده می‌شود و قدرت خرید مردم تغییر چندانی نمی‌کند. به همین دلیل است که بسیاری از خانوارها در ماه‌های گذشته احساس می‌کنند «هزینه‌ها از درآمد تندر می‌دوند» و هر ماه شکاف میان این دو بزرگ‌تر می‌شود. این احساس نه یک برداشت ذهنی، بلکه حقیقتی اقتصادی است که در آمار قیمت‌ها، نرخ تورم گروه‌های کالایی، و روند رشد هزینه‌های زندگی قابل مشاهده است.

در مجموع، معیشت مردم تنها یک موضوع اقتصادی نیست؛ بلکه مسئله‌ای اجتماعی، فرهنگی و حتی امنیتی است. کاهش رفاه، نابرابری فزاینده، فشار روانی ناشی از ناتوانی در تأمین نیازهای اساسی و بی‌ثباتی اقتصادی می‌تواند پیامدهایی فراتر از حوزه اقتصاد داشته باشد. اعتماد عمومی، میزان رضایت اجتماعی، انگیزه مشارکت در فعالیت‌های جمعی و حتی امید به آینده، همگی تحت‌تأثیر وضعیت معیشت قرار دارند. به همین دلیل، اصلاح وضعیت معیشت نه یک اقدام رفاهی، بلکه یک ضرورت استراتژیک برای آینده کشور است. بدون بازنگری در سیاست‌های اقتصادی، اصلاح ساختار بازار کار، کنترل تورم، و تقویت نظام حمایت اجتماعی، روند فعلی می‌تواند به تشدید شکاف طبقاتی و فرسایش سرمایه اجتماعی منجر شود.

این تصویر کلی از معیشت مردم در ماه‌های گذشته، نشان می‌دهد که مسئله تنها «گرانی» یا «کاهش قدرت خرید» نیست، بلکه ترکیبی از عوامل اقتصادی، رفتاری و ساختاری است که در کنار هم یک بحران تدریجی اما عمیق را شکل داده‌اند. بحران معیشتی که اگرچه شاید در آمارهای رسمی یا شدت دیده نشود، اما در زندگی روزمره، گفت‌وگوهای خانوادگی، سفره‌های کوچک‌شده، آرزوهای محدودشده و آینده‌های مبهم، کاملاً قابل لمس است. این واقعیت تلخ نشان می‌دهد که برای بازگرداندن ثبات و امید، باید رویکردی مبتنی بر واقع‌نگری، شفافیت و اصلاحات عمیق در پیش گرفت؛ رویکردی که بتواند میان نیازهای فوری جامعه و اهداف بلندمدت توسعه پیوندی پایدار برقرار کند.

نتیجه، فشار مسکن نه تنها وضعیت مالی خانوار را مختل می‌کند بلکه کیفیت زندگی را در ابعاد مختلف کاهش می‌دهد. بازار کار نیز در ماه‌های گذشته دستخوش شرایط پیچیدم‌ای بوده است. اگرچه نرخ بیکاری رسمی ممکن است تغییرات چشمگیری را نشان ندهد، اما کیفیت اشتغال به‌طور محسوسی کاهش یافته است. بسیاری از افراد با وجود داشتن شغل، به‌دلیل قراردادهای ناپایدار، عدم امنیت شغلی، مزایای ناکافی و سطح دستمزد پایین عملاً در وضعیت «اشتغال ناقص» قرار دارند. اشتغال ناقص به این معناست که فرد از نظر آماری شاغل است اما از نظر درآمدی و امنیت شغلی توان وضعیت باعث شده که بخشی از جامعه برای جبران کاهش درآمد به مشاغل موقت، کارهای دوم و سوم یا فعالیت‌های غیررسمی روی آورند. این فشار کاری مضاعف در بلندمدت منجر به فرسودگی روانی، کاهش بهره‌وری و افزایش آسیب‌های اجتماعی می‌شود. درواقع، معیشت تنها به میزان درآمد وابسته نیست بلکه به کیفیت محیط کار، ثبات شغلی و امنیت درآمد نیز بستگی دارد؛ عناصری که در ماه‌های اخیر دچار آسیب جدی شده‌اند.

در کنار این تحولات، باید به تغییرات ساختاری در رفتار مصرفی طبقه متوسط نیز توجه کرد. طبقه متوسط که بزرگ‌ترین نقش را در پویایی اقتصادی، مصرف پایدار و تقاضای داخلی ایفا می‌کند، در سال‌های اخیر بیشترین فشار را متحمل شده است. این طبقه که روزگاری توانایی پس‌انداز، خرید دارایی، سفرهای داخلی، بهره‌مندی از خدمات آموزشی و درمانی خصوصی و مشارکت در فعالیت‌های فرهنگی و اجتماعی را داشت، اکنون در بسیاری موارد ناچار به بازنگری در سبک زندگی خود شده است.

کاهش سفرها، حذف کالاهای غیراساسی و کاهش مصرف فرهنگی تنها بخشی از این تغییرات است. همین روند به مرور باعث کوچک شدن طبقه متوسط و گسترش طبقه کم‌درآمد می‌شود؛ اتفاقی که برای هر اقتصادی از حیث رشد پایدار و ثبات اجتماعی بسیار نگران‌کننده است. جامعه‌ای که طبقه متوسط نیرومندی نداشته باشد، نه پایگاه محکمی برای رشد اقتصادی دارد و نه زمینه مناسبی برای مشارکت مدنی، نوآوری و توسعه پایدار. در این میان، نباید از نقش سیاست‌های حمایتی دولت غافل شد. در ماه‌های گذشته، بسته‌های حمایتی مختلفی مطرح یا اجرایی شده، اما مقیاس و اثربخاری آنها به‌طور جدی زیر سؤال است. برای مثال، یارانه‌های نقدی به‌رغم آنکه در ظاهر بخشی از هزینه‌های خانوار را پوشش می‌دهد، به‌دلیل فرسایش ارزش واقعی آنها در اثر تورم، عملاً نقشی کم‌رنگ پیدا کرده است. در حالی که تجربه کشورهای دیگر نشان می‌دهد موفق‌ترین سیاست‌ها



به سمت کالاهای کم‌کیفیت‌تر یا برندهای ناشناخته می‌روند، یا از مصرف برخی اقلام کاملاً صرف‌نظر می‌کنند. این روند اگرچه ممکن است در کوتاه‌مدت بخشی از هزینه‌ها را کاهش دهد، اما در بلندمدت هزینه‌های اجتماعی بیشتری را به کشور تحمیل می‌کند؛ از افزایش هزینه‌های درمانی گرفته تا کاهش بهره‌وری نیروی کار. در کنار تغییرات رفتاری در حوزه خوراک و مصرف روزانه، یکی از مهم‌ترین نمودهای فشار معیشتی کاهش توان خانوارها در حوزه آموزش و سلامت است. بسیاری از خانواده‌ها ناچار شده‌اند هزینه‌های آموزشی فرزندان را کاهش دهند، از کلاس‌های تقویتی و مهارتی صرف‌نظر کنند یا آموزش‌های فرهنگی و ورزشی را حذف کنند. این تغییرات به‌ظاهر کوچک، در مقیاس کلان به کاهش سرمایه انسانی کشور منجر می‌شود. سرمایه انسانی، مهم‌ترین مؤلفه رشد بلندمدت اقتصادی است و زمانی که خانواده‌ها قادر به سرمایه‌گذاری در این بخش نیستند، چرخه فقر به نسل‌های بعدی منتقل می‌شود. در حوزه سلامت نیز وضعیت مشابهی مشاهده می‌شود؛ افزایش هزینه‌های درمانی باعث شده بسیاری از افراد درمان‌های پیشگیرانه را کنار بگذارند یا مراجعه به پزشک را تا زمان بروز مشکل جدی به تأخیر بیندازند. همین رفتارها هزینه نهایی درمان را چند برابر می‌کند و نظام سلامت را تحت فشار مضاعف قرار می‌دهد.

از زاویه‌ای دیگر، بررسی وضعیت معیشت در ماه‌های گذشته نمی‌تواند بدون اشاره به تورم مزمن کشور کامل باشد. تورم در ایران نه یک اتفاق کوتاه‌مدت، بلکه یک ساختار پایدار و نهادینه‌شده است. تورم بالا، به‌ویژه در کالاهای ضروری، عملاً به معنای انتقال ثروت از گروه‌های کم‌درآمد به گروه‌های برخوردار است؛ چراکه اقرا بخش بزرگ‌تری از درآمد خود را صرف افزایش ضروری می‌کنند و افزایش قیمت این کالاهای بیشترین فشار را بر آنها وارد می‌آورد. به بیان دیگر، حتی اگر دولت بسته‌های حمایتی گسترده ارائه دهد، اما تا زمانی که تورم مهار نشود، جامعه همچنان با کاهش قدرت خرید مواجه خواهد بود. تورم همچنین باعث بی‌ثباتی در تصمیم‌گیری خانوارها می‌شود. وقتی افراد نمی‌توانند آینده قیمتی کالاهای را پیش‌بینی کنند، رفتار مصرفی آنان به سمت انباشت کالاهای ضروری یا خریدهای احساسی می‌رود که خود به موج‌های تورمی دامن می‌زند. این نااطمینانی در سطح کلان نیز به کاهش سرمایه‌گذاری، فرار سرمایه و رکود در بخش‌های مولد منجر می‌شود.

از دیگر عناصر مهمی که وضعیت معیشت مردم در ماه‌های گذشته را تحت‌تأثیر قرار داده، بازار مسکن است. در سال‌های اخیر سهم هزینه مسکن در سبد مصرفی دهک‌های پایین به بیش از ۵۰ درصد رسیده و همین امر باعث شده که بخش قابل‌توجهی از درآمد خانوار عملاً صرف پرداخت اجاره‌بها شود. این رشد افسارگسیخته اجاره‌ها موجب شده که بسیاری از خانوارها مجبور به مهاجرت به حاشیه شهرها، کاهش متراژ محل سکونت یا سکونت در واحدهای بی‌کیفیت‌تر شوند. کاهش کیفیت مسکن تنها یک تغییر ظاهری نیست؛ بلکه در سطح روانی و اجتماعی نیز تبعات سنگینی دارد. وقتی خانواده‌ها مجبور می‌شوند از محل کار، مدرسه یا شبکه اجتماعی خود فاصله بگیرند، هزینه‌های حمل‌ونقل، زمان رفت‌وآمد و میزان فرسودگی ذهنی افزایش می‌یابد. در

نصف خط فقر نسبی ادعایی نیز نباشد، خانوارها لاجرم وارد چرخه‌ای می‌شوند که در آن هر واحد افزایش قیمت، به کاهش یک واحد از کیفیت زندگی منجر می‌شود. این روند خود را در کاهش مصرف کالری و پروتئین، کنار گذاشتن خدمات آموزشی و فرهنگی، کاهش سرانه درمان پیشگیرانه و افزایش وابستگی به حمایت‌های غیررسمی نشان می‌دهد. همان چرخه‌ای که در علم اقتصاد از آن با عنوان «تله فقر» یاد می‌شود؛ تله‌ای که خروج از آن نه تنها نیازمند افزایش درآمد واقعی، بلکه مستلزم تغییرات ساختاری در نظام حمایت اجتماعی، بازار کار و سیاست‌های کلان اقتصادی است. از سوی دیگر، افزایش هزینه مسکن یکی از اصلی‌ترین فشارهای ماه‌های اخیر بوده است. این بخش از هزینه‌های خانوار به‌شدت از سیاست‌های کلان اقتصادی تأثیر می‌پذیرد و هر نوسان قیمتی در بازار مسکن می‌تواند موجب جابه‌جایی اجباری خانوارها به مناطق دورتر و کم‌برخوردارتر شود. این جابه‌جایی‌ها پیامدهای اجتماعی و اقتصادی زیادی به‌همراه دارد؛ از افزایش هزینه و زمان رفت‌وآمد تا کاهش دسترسی به خدمات شهری، آموزشی و درمانی. نتیجه این روند، کاهش کیفیت زندگی و افزایش فشار روانی بر خانواده‌هاست. خانواده‌ای که مجبور است حدود نیمی از درآمد خود را صرف اجاره‌خانه کند، توانایی کمتری برای مدیریت سایر هزینه‌ها و برنامه‌ریزی مالی دارد و در نتیجه آسیب‌پذیری بیشتری در برابر شوک‌های اقتصادی پیدا می‌کند.

در همین حال، بسیاری از خانوارها برای مقابله با فشارهای اقتصادی رو به افزایش ساعات کاری آورده‌اند. در سال‌های اخیر، تعداد افرادی که مجبورند دو یا حتی سه شغل داشته باشند، افزایش یافته است. این وضعیت به معنای کاهش زمان استراحت و فراغت، افزایش خستگی و فرسودگی و کاهش بهره‌وری در محل کار است. خستگی مزمن و فشار کاری بیش از حد، تأثیر مستقیم بر سلامت روان و جسم افراد دارد و در بلندمدت می‌تواند موجب افزایش نرخ بیماری‌های جسمی و روانی شود. این وضعیت همچنین بر روابط خانوادگی اثر منفی می‌گذارد؛ زمانی که والدین کمتر فرصت حضور در کنار فرزندان دارند، کیفیت ارتباطات خانوادگی کاهش می‌یابد و تنش‌ها در محیط خانه افزایش می‌یابد.

در ماه‌های گذشته، بسیاری از اقشار جامعه نیز به‌دلیل نوسانات و افزایش هزینه‌ها ناچار به کاهش مصرف خدمات فرهنگی شده‌اند. سینما، تئاتر، سفر، خرید کتاب و سایر فعالیت‌های فرهنگی و هنری که نقش مهمی در غنای روحی و روانی افراد دارند، دیگر گزینه‌هایی در دسترس برای بسیاری از خانوارها نیستند. حذف این فعالیت‌ها جامعه را به سمت یکنواختی، افسردگی و کاهش نشاط اجتماعی سوق می‌دهد. در بلندمدت این امر می‌تواند موجب گسترش نارضایتی جمعی، کاهش امید اجتماعی و تخریب تدریجی سرمایه اجتماعی شود؛ سرمایه‌ای که برای توسعه اقتصادی و سیاسی ضروری است.

در چنین بستری، شکاف میان دستمزد و هزینه‌های واقعی زندگی تنها یک عدد خشک و بی‌روح نیست؛ بلکه روایتی زنده از تجربه زیسته میلیون‌ها شهروند است که هر روز با تصمیم‌های سخت‌تری مواجه می‌شوند. تصمیم‌هایی که پیش‌تر بديهی و ساده بودند مانند انتخاب نوع غذا، کیفیت پوشاک، یا حتی برنامه‌ریزی برای پس‌انداز «بقای امروز» و انتخاب‌هایی دشوار میان «بقای امروز» و «آینده‌ای نامعلوم» تبدیل شده‌اند. اگر میانگین دستمزد ۱۷ میلیون تومانی حتی

در برخی خانواده‌ها تبدیل به خریدهای مناسبتی شده‌اند. این تغییرات اگرچه در ظاهر تصمیم‌های کوچک و روزمره هستند، اما در سطح کلان آثار گسترده و بلندمدتی بر سلامت جامعه خواهند داشت. افزایش بیماری‌های مرتبط با سوءتغذیه، کاهش کارایی جسمی و ذهنی و افزایش هزینه‌های درمانی در سال‌های آینده برخی از این پیامدهاست. از سوی دیگر، افزایش هزینه مسکن یکی از اصلی‌ترین فشارهای ماه‌های اخیر بوده است. این بخش از هزینه‌های خانوار به‌شدت از سیاست‌های کلان اقتصادی تأثیر می‌پذیرد و هر نوسان قیمتی در بازار مسکن می‌تواند موجب جابه‌جایی اجباری خانوارها به مناطق دورتر و کم‌برخوردارتر شود. این جابه‌جایی‌ها پیامدهای اجتماعی و اقتصادی زیادی به‌همراه دارد؛ از افزایش هزینه و زمان رفت‌وآمد تا کاهش دسترسی به خدمات شهری، آموزشی و درمانی. نتیجه این روند، کاهش کیفیت زندگی و افزایش فشار روانی بر خانواده‌هاست. خانواده‌ای که مجبور است حدود نیمی از درآمد خود را صرف اجاره‌خانه کند، توانایی کمتری برای مدیریت سایر هزینه‌ها و برنامه‌ریزی مالی دارد و در نتیجه آسیب‌پذیری بیشتری در برابر شوک‌های اقتصادی پیدا می‌کند.

در همین حال، بسیاری از خانوارها برای مقابله با فشارهای اقتصادی رو به افزایش ساعات کاری آورده‌اند. در سال‌های اخیر، تعداد افرادی که مجبورند دو یا حتی سه شغل داشته باشند، افزایش یافته است. این وضعیت به معنای کاهش زمان استراحت و فراغت، افزایش خستگی و فرسودگی و کاهش بهره‌وری در محل کار است. خستگی مزمن و فشار کاری بیش از حد، تأثیر مستقیم بر سلامت روان و جسم افراد دارد و در بلندمدت می‌تواند موجب افزایش نرخ بیماری‌های جسمی و روانی شود. این وضعیت همچنین بر روابط خانوادگی اثر منفی می‌گذارد؛ زمانی که والدین کمتر فرصت حضور در کنار فرزندان دارند، کیفیت ارتباطات خانوادگی کاهش می‌یابد و تنش‌ها در محیط خانه افزایش می‌یابد.

در ماه‌های گذشته، بسیاری از اقشار جامعه نیز به‌دلیل نوسانات و افزایش هزینه‌ها ناچار به کاهش مصرف خدمات فرهنگی شده‌اند. سینما، تئاتر، سفر، خرید کتاب و سایر فعالیت‌های فرهنگی و هنری که نقش مهمی در غنای روحی و روانی افراد دارند، دیگر گزینه‌هایی در دسترس برای بسیاری از خانوارها نیستند. حذف این فعالیت‌ها جامعه را به سمت یکنواختی، افسردگی و کاهش نشاط اجتماعی سوق می‌دهد. در بلندمدت این امر می‌تواند موجب گسترش نارضایتی جمعی، کاهش امید اجتماعی و تخریب تدریجی سرمایه اجتماعی شود؛ سرمایه‌ای که برای توسعه اقتصادی و سیاسی ضروری است.

در چنین بستری، شکاف میان دستمزد و هزینه‌های واقعی زندگی تنها یک عدد خشک و بی‌روح نیست؛ بلکه روایتی زنده از تجربه زیسته میلیون‌ها شهروند است که هر روز با تصمیم‌های سخت‌تری مواجه می‌شوند. تصمیم‌هایی که پیش‌تر بديهی و ساده بودند مانند انتخاب نوع غذا، کیفیت پوشاک، یا حتی برنامه‌ریزی برای پس‌انداز «بقای امروز» و انتخاب‌هایی دشوار میان «بقای امروز» و «آینده‌ای نامعلوم» تبدیل شده‌اند.

اگر میانگین دستمزد ۱۷ میلیون تومانی حتی

مرتضی فاخری

دکتری مدیریت بازرگانی



معیشت مردم در ماه‌های گذشته بیش از هر زمان دیگری به مسئله‌ای تبدیل شده است که در گفت‌وگوهای روزمره، رسانه‌ها، تحلیل‌ها و حتی تصمیم‌گیری‌های خانوادگی به‌عنوان محور اصلی بحث‌ها مطرح می‌شود. آنچه در ابتدا تنها یک دغدغه اقتصادی به‌نظر می‌رسید، اکنون به موضوعی چندوجهی تبدیل شده که لایه‌های اجتماعی، روانی و حتی فرهنگی را در بر می‌گیرد. این تحول نشان می‌دهد که فشارهای اقتصادی تنها در سطح قیمت کالاها و خدمات خلاصه نشده، بلکه در تار و پود زندگی روزمره مردم رسوخ کرده و کیفیت زندگی را تحت‌تأثیر قرار داده است. در چنین فضایی هر تغییری در نرخ‌های رسمی تورم، گزارش‌های مرکز آمار و اعلام‌های مربوط به اصلاح دستمزدها، مستقیماً بر احساس امنیت اقتصادی خانوارها اثر می‌گذارد؛ خانواده‌هایی که با هر نوسان قیمتی، مجبور به بازتعریف اولویت‌های مصرفی و مالی خود می‌شوند. اگرچه گزارش‌های رسمی تلاش می‌کنند از بازگشت ثبات و کنترل نسبی تورم سخن بگویند، اما تجربه زیسته مردم از واقعیت‌های دیگری پرده برمی‌دارد؛ واقعیتی که در آن قیمت‌ها نه به‌صورت تدریجی، بلکه به شکلی موج‌وار و غیرقابل پیش‌بینی تغییر می‌کنند. اتفاقی که باعث شده مردم در شکل‌گیری یک برآورد مشخص از آینده اقتصادی دچار سردرگمی شوند. این سردرگمی یکی از مهم‌ترین نشانه‌های آسیب‌دیدن «اطمینان اقتصادی» است؛ اطمینانی که بدون آن نه برنامه‌ریزی مالی ممکن است و نه شکل‌گیری تصمیم‌گیری‌های بلندمدت. مردم در چنین شرایطی تلاش می‌کنند در کوتاه‌ترین زمان ممکن، خرج‌های ضروری را مدیریت کرده و خود را با شرایط جدید وفق دهند، اما این تلاش اغلب نتیجه‌ای جز فرسایش مالی، روانی و جسمی ندارد.

جست‌وجوی عبارت «خط فقر» در اینترنت نه تنها انبوهی از اخبار را پیش روی مخاطب قرار می‌دهد، بلکه عملاً تبدیل به نمادی از فاصله روزافزون میان درآمد واقعی مردم و هزینه‌های واقعی زندگی شده است. اختلاف شدید میان اعلام‌های رسمی و محاسبات غیررسمی نشانگر خلأیی است که سیاست‌گذاری توانسته آن را پوشش دهد. هنگامی که کارشناسان اقتصادی از خط فقر ۵۵ میلیون تومانی سخن می‌گویند و در مقابل، میانگین حقوق دریافتی مردم تنها حدود ۱۷ میلیون تومان است، شکاف عمیقی بین سطح معیشت و سطح درآمد آشکار می‌شود. این شکاف فقط یک اختلاف آماری نیست، بلکه انعکاسی از ناترازی جدی در سیاست‌های اقتصادی و اجتماعی کشور است. اگر روند کاهش قدرت خرید با همین سرعت ادامه یابد، پیامدهای آن نه تنها در شاخص‌های اقتصادی بلکه در شاخص‌های انسانی و اجتماعی نیز اثرگذار خواهد بود.

افزایش هزینه‌های اجاره‌خانه، درمان، آموزش و حمل‌ونقل باعث شده سهم خوراک و هزینه‌های اولیه در سبد مصرفی خانوار به شکل قابل‌توجهی بیشتر شود. با افزایش این سهم، خانوار ناگزیر است از هزینه‌های فرهنگی، آموزشی و تفریحی صرف‌نظر کند؛ هزینه‌هایی که در یک جامعه پویا، نه هزینه‌های لوکس بلکه اجزای اصلی رشد سرمایه انسانی محسوب می‌شوند. حذف این اقلام به معنای کاهش کیفیت زندگی، محدود شدن فرصت‌های رشد فردی و کاهش مشارکت اجتماعی است.

یکی از مهم‌ترین جلوه‌های کاهش کیفیت زندگی، بحران تغذیه است. تغذیه سالم نیازمند مصرف متنوعی از گروه‌های غذایی است؛ از پروتئین‌ها تا لبنیات، از میوه و سبزیجات تا غلات کامل. اما افزایش قیمت این اقلام باعث شده بسیاری از خانواده‌ها اولین واکنش خود را در کاهش کیفیت و تنوع غذایی نشان دهند. به‌جای مصرف گوشت قرمز و مرغ، بسیاری به سمت مصرف پروتئین‌های ارزان‌تر اما کم‌کیفیت‌تری‌روند.

لبنیات با کیفیت بالا جای خود را به انواع کم‌چرب و رقیق‌شده می‌دهد. میوه‌ها و سبزیجات تازه کمتر خریداری می‌شوند و

میزخبر

به میزبانی میناب برگزار شد

مسابقات شطرنج برای ورزشکاران
روشن دل و کم‌بینا

سرویس ورزشی



از سوی هئیت ورزش‌های نابینایان و کم بینا هرمزگان، مسابقات شطرنج ورزشکاران روش‌ندل و کم‌بینای میناب، با حضور دوازده شرکت‌کننده و با معرفی نفرات برتر به پایان رسید. به گزارش صبح ساحل، همزمان با روز جهانی معلولین، مسابقات

شطرنج ورزشکاران روش‌ندل و کم‌بینای میناب، با حضور دوازده شرکت‌کننده در میناب برگزار شد. در این رقابت که با هدف ترویج توانمندسازی برگزار شد، خدارسان متولی، امیدخلاده، محمد جاودان، محمود زرخش، امین حسینی، محمود وفاخواه، محمدعلی برخورداری، مجتبی قاسمی، بنیامین محمدزاده، فاطمه سنگ‌چین، سپیده بخشی‌زاده و سعیده سعادت‌خواه با داوری موسی میرکی رقابت کردند که در پایان خدارسان متولی به عنوان قهرمانی دست یافت. امیدخلاده در مکان دوم ایستاد و سعیده سعادت‌خواه سوم شد.

لیگ دسته اول فوتبال جوانان باشگاه‌های کشور

برد شیرین فولاد هرمزگان مقابل
ایرانجوان بوشهر

بتول جهانگیری

در هفته یازدهم لیگ دسته اول فوتبال جوانان باشگاه‌های کشور دو تیم ایرانجوان بوشهر و فولاد هرمزگان در ورزشگاه شهید بهشتی بوشهر به مصاف هم رفتند. به گزارش صبح ساحل، در این دیدار که با نتیجه دو بر یک به سود فولاد هرمزگان به پایان رسید، محمد باقری و علی زومکی برای شاگردان سعید رهرو موفق به گلزنی شدند. تیم فولاد هرمزگان در هفته دوازدهم این رقابت‌ها با قرعه استراحت رو به رو است. تیم فولاد هرمزگان در گروه دوم با تیم‌های پارس جنوبی، برق شیراز، استقلال کاشان، ایران جوان بوشهر، نوین فولاد یزد و نامداران اصفهان هم‌گروه است.

فوتبال پیشکسوتان هفته بسیج در کمشک

کارکنان ادارات بستک قهرمان شد



سرویس ورزشی

کارکنان ادارات بستک قهرمان چهارجانبه فوتبال پیشکسوتان هفته بسیج در کمشک شدند.

به گزارش صبح ساحل، تیم کارکنان ادارات شهرستان بستک در مسابقات فوتبال پیشکسوتان، چهارجانبه هفته بسیج که در کمشک برگزار شد، عنوان قهرمانی را به خود اختصاص داد. در دیدار پایانی این رقابت‌ها، تیم بستک با نمایشی قدرتمند و تاکتیکی، موفق شد تیم مدافعان حرم هرمزگان را با نتیجه ۲ بر صفر شکست دهد و قهرمانی این دوره از مسابقات را از آن خود کند. این مسابقات که به مناسبت هفته بسیج و در کمشک برگزار شد، یادآور سردار شهید حسین سلامی و رشادت‌های او و سایر شهدای گرانقدر دفاع مقدس بود. حضور پرنرگ مردم و ورزشکاران در این رویداد، ادای احترام به دلاوران و جانفشانی‌هایی است که در مسیر دفاع از میهن و انقلاب اسلامی انجام شده است. در دیدار رده‌بندی، تیم کیش پس از یک بازی سخت و مهیج، موفق شد در ضربات پنالتی بیرم فارس را شکست دهد و مقام سوم را کسب کند. در پایان این رقابت‌ها، فاروق خدایار از تیم بستک به عنوان بهترین بازیکن تورنمنت معرفی شد. بازی‌های درخشان و فنی فاروق خدایار در طول مسابقات، نقشی اساسی در قهرمانی تیم بستک داشت.

لیگ برتر فوتسال باشگاه‌های کشور

فولاد هرمزگان
از شکست، پیروزی بزرگ ساخت

یک تا پایان باقی ماند و فولاد برنده دربی هرمزگان شد. تیم فولاد هرمزگان ۲۴ امتیازی در هفته هجدهم جمعه آذرماه در بندرعباس به مصاف تیم پردیس قزوین می‌رود و تیم پالایش نفت بندرعباس هم با ۲۴ امتیاز در همین روز با مس سونگون ورزقان بازی خواهد کرد.

در سایر دیدارهای این هفته پالایش امام خمینی شازند ۸ بر ۶ تیم جوادالائمه شهرکرد را برد. گیتی‌پسند اصفهان با دو گل تیم پردیس قزوین را شکست داد. مس سونگون ورزقان با دو گل از سد پالایش نفت اصفهان گذشت. عرشیا آذربایجان شهرقدس سه بر یک مقابل تیم بهشتی‌ساز گرگان به برتری



محمود رئیسی

دبیر سرویس ورزشی



در یکی از مهمترین دیدارها فولاد هرمزگان در یک کامبک دیدنی، تیم پالایش نفت بندرعباس را شکست داد. نیم اول این بازی با تک گل امیر رضا خون جهان به سود تیم پالایش نفت بندرعباس به پایان رسید.

در نیمه دوم که نیمه مربیان است تیم فولاد هرمزگان بازی متفاوت تری از خود به نمایش گذاشت و به دو گل دست یافت. ابتدا بهزاد عظیمی گل مساوی را برای فولاد هرمزگان به ثمر رساند تا همه چیز دوبار مساوی شود. در سه دقیقه پایانی تیم فولاد به گل دوم دست یافت و امیر حسین تقوی برای قرمزپوشان گلزنی کرد و نتیجه دو بر

سرمربی تیم بسکتبال آنامیس میناب:

با دست خالی نمی‌شود جنگید

اعزام می‌شود. تیمی که حداقل امکانات برای بازیکنان و کادر فنی و امکانات تمرینی و ایاب و ذهاب ندارد به نظرم در مقابل غول‌های نفتی و گازی استان‌های بزرگ نتایج بدی نگرفته است.

غلامی بیان داشت: این موضوعات را دارم می‌گویم که همه به یاد داشته باشند این تیم قهرمان فصل قبل رقابت‌های ملی کشور است و با به دست آوردن سهمیه وارد مسابقات شده در حالی که خیلی از شهرها با خرید سهمیه وارد لیگ شده‌اند.

وی خاطرنشان کرد: ورزش میناب برای حضور در لیگ‌های حرفه‌ای نیازمند اسپانسر است. با این بضاعت ما آبروی خود را گذاشتیم برای شهر و استانمان و دیگر هیچ موضوعی نیست.

سرمربی تیم بسکتبال آنامیس میناب گفت:

سرمربی تیم از همه هواداران تقاضا دارم که به ما فرصت بدهند تا تیم بر روی بازیکنان جوان خود سرمایه‌گذاری کند و با حمایت از این جوانان آینده را برای بسکتبال میناب مهیا کنیم.

غلامی بیان داشت: متأسفانه یا خوشبختانه تیم‌های رقیب ما با توجه به بعد مسافت و فشرده‌گی لیگ حرفه‌ای که در یک هفته باید سه بازی انجام شود با پرواز به محل مسابقات می‌آیند و در هتل‌های شیک اسکان می‌یابند و تیم شهر من و فرزندان شما با ماشین‌های شخصی و اتوبوس و قطار جابجا می‌شوند. خستگی و فشرده‌گی مسابقات روز به روز ما را تحلیل می‌کند و مصدوم پشت مصدوم روی دستانمان مانده است. تیم‌های رقیب ما برای هر سفر تقریباً بالای ۵۰۰ میلیون تومان هزینه می‌کنند و تیم ما با تقریباً ۱۰ درصد این هزینه



محمود رئیسی

سرمربی تیم بسکتبال آنامیس میناب به خاطر نتیجه اخیر در مسابقات لیگ حرفه‌ای بسکتبال از هواداران عذرخواهی کرد.

«محمد غلامی» سرمربی تیم بسکتبال آنامیس میناب، ضمن عذرخواهی از باخت اخیر تیم بسکتبال آنامیس در مسابقات لیگ حرفه‌ای کشور گفت: متأسفانه مشکلات تیم بسکتبال میناب خیلی زیاد است و شاید هیچ‌کس نداند که این تیم با چه مشکلاتی دست و پنجه نرم می‌کند.

وی بیان داشت: متأسفانه به دلیل نبود اسپانسر این تیم نتوانست در اول فصل بازیکنان مورد نظر خود را جذب کند و حتی مهره‌های کلیدی خودش را هم از دست داد. غلامی افزود: ما مجبور شدیم با یک تیم جوان و نیروهای بومی وارد میدان شویم، میدانی که رقابت برای ما ناعادلانه است و تیم‌های بزرگ با هزینه‌های خیلی زیاد به دنبال بهترین نتایج می‌باشند.

وی گفت: از نظر بنده این تیم با این پتانسیل و نیروها و سرمایه‌گذاری بر روی نیروهای بومی صبر را طلب می‌کند و اینجانب به عنوان

🌿 سرویس سلامت

آیا به آن گوش می‌دهید؟

بدن در نیمه‌شب حرف می‌زند



بیداری‌های شبانه همیشه نشانه بیماری نیستند، گاهی زبان بی‌کلام بدن‌اند برای گفتن اینکه چیزی در تعادل نیست. شناخت دلایل این بیداری‌ها، اولین گام برای بازگشت به خوابی عمیق و در نتیجه روزی پرانرژی است.

همه ما شب‌هایی را تجربه کرده‌ایم که نیمه‌شب از خواب بیدار می‌شویم، ساعت را نگاه می‌کنیم، برمی‌گردیم، دوباره چشمانمان را می‌بندیم و سعی می‌کنیم بخوابیم. گاهی این اتفاق یک بار می‌افتد، گاهی چند بار، و بعضی شب‌ها به نظر می‌رسد خواب ما تکه‌تکه و بی‌کیفیت شده است. اما واقعاً چند بار بیدار شدن در شب طبیعی است؟ و از چه زمانی باید نگران شد؟ پاسخ کوتاه این است؛ بیدار شدن یک تا دو بار در طول شب، کاملاً طبیعی است. بدن ما چرخه‌هایی دارد که در آن از خواب عمیق به خواب سبک می‌رسد، و در همین مرحله ممکن است برای چند ثانیه یا چند دقیقه بیدار شویم. اما اگر این بیدار شدن‌ها طولانی، تکراری یا همراه با احساس خستگی روز بعد باشند، دیگر طبیعی نیستند و این‌جاست که باید گوش‌به‌زنگ بدنمان شویم.

🕒 از نشانه تا مغز، دلایل کوچک و بزرگ بیداری‌های شبانه

گاهی دلیل بیدارشدنمان ساده است، نوشیدن آب زیاد قبل از خواب یا سروصدای محیط. اما بدن دلایل پنهان‌تری هم دارد. در ادامه چند علت رایج را مرور می‌کنیم.

چرخه طبیعی خواب: خواب ما شامل چند مرحله است، از خواب سبک تا عمیق. در پایان هر چرخه حدود هر ۹۰ دقیقه)، احتمال بیداری کوتاه وجود دارد. بیشتر ما حتی آن را به یاد نمی‌آوریم.

افزایش سن: با افزایش سن، مرحله خواب عمیق کوتاه‌تر می‌شود و بیداری‌های شبانه بیشتر. این تغییر طبیعی است، اما می‌توان آن را با بهبود سبک زندگی کنترل کرد.

استرس و اضطراب: ذهن مضطرب، حتی در خواب هم آرام نمی‌گیرد. فکرها، برنامه‌ها یا نگرانی‌ها می‌توانند در نیمه‌شب ما را بیدار کنند.

دردهای بدنی یا مشکلات سلامت: درد مفاصل، رفاکس معده، وقفه تنفسی خواب یا حتی آلرژی‌های فصلی ممکن است خواب را مختل کنند.

عادات‌های غلط شبانه: استفاده از موبایل در رختخواب، نوشیدن قهوه یا الکل پیش از خواب، یا دیر شام خوردن از بزرگ‌ترین دشمنان خواب پیوسته‌اند.

🕒 وقتی بیداری‌های کوتاه، تبدیل به مشکل واقعی می‌شوند

اگر بیدار شدن‌های شبانه بیش از سه بار در شب اتفاق می‌افتد، هر بار بیش از ده دقیقه طول می‌کشد یا باعث خستگی، تحریک‌پذیری و کاهش تمرکز در طول روز می‌شود، دیگر نمی‌توان آن را طبیعی دانست.

در چنین شرایطی احتمال بروز اختلال خواب مانند بی‌خوابی نگهدارنده (Sleep Maintenance Insomnia) یا مشکلات

فیزیولوژیکی همچون وقفه تنفسی در خواب وجود دارد. بسیاری از افراد تصور می‌کنند خواب خوب یعنی هشت ساعت پیوسته، در حالی که کیفیت خواب مهم‌تر از کمیت آن است. ممکن است فردی با ۶ ساعت خواب عمیق و بدون وقفه، بسیار سرحال‌تر از کسی باشد که ۹ ساعت خواب پراکنده و سطحی داشته است.

🕒 سه اشتباه رایج که خواب را از بین می‌برد

اگر نیمه‌شب بیدار شدید، مهم‌ترین کار این است که به بدن اجازه دهید دوباره در مسیر خواب قرار گیرد. اما خیلی‌ها دقیقاً در همین لحظه اشتباهاتی می‌کنند که باعث می‌شود خواب از سرشان بپرد:

به ساعت نگاه نکنید

نگاه کردن به ساعت باعث فعال شدن ذهن و اضطراب «چقدر وقت تا صبح مانده» می‌شود. این نگرانی خود، خواب را دورتر می‌کند.

سراغ موبایل نروید

نور آبی صفحه، ترشح ملاتونین (هورمون خواب) را مهار می‌کند و مغز را وارد حالت بیداری می‌کند.

در رختخواب کلنجار نروید

اگر بعد از ۱۵ دقیقه هنوز خوابتان نبرده، بلند شوید، به اتاقی دیگر بروید، در نور کم، کاری آرامش‌بخش مثل مطالعه سبک انجام دهید و وقتی احساس خواب‌آلودگی برگشت، به تخت برگردید.

🕒 بازگرداندن ریتم طبیعی بدن با تغییرات کوچک

زمان خواب و بیداری منظم داشته باشید

حتی در روزهای تعطیل، ساعت خواب و بیداری ثابت، ساعت بیولوژیک بدن را تنظیم

می‌کند. **نور را کنترل کنید** صبح‌ها در معرض نور طبیعی قرار بگیرید و شب‌ها نور آبی (موبایل، تلویزیون) را محدود کنید.

نشانه‌ای که نباید نادیده گرفت

اگر بیش از دو هفته، تقریباً هر شب چند بار بیدار می‌شوید و روز بعد خسته‌اید، بهتر است موضوع را با پزشک در میان بگذارید. پزشک ممکن است بررسی‌هایی مانند پلی‌سومنوگرافی (تست خواب) تجویز کند تا علت دقیق مشخص شود.

گاهی تنها با تغییر عادات و کاهش استرس مشکل حل می‌شود، اما در موارد دیگر ممکن است درمان دارویی یا استفاده از وسایل مخصوص تنفس (در وقفه خواب) لازم باشد.

خواب خوب از مغز آرام شروع می‌شود

در نهایت، خواب خوب فقط نتیجه‌ی تخت راحت یا دمای مناسب اتاق نیست، بلکه بازتابی از آرامش درونی و نظم روزانه ماست. وقتی ذهن پر از افکار ناتمام و نگرانی‌های روز است، شب به میدان مسابقه‌ای ذهنی تبدیل می‌شود و خواب از ما فرار می‌کند. برای داشتن خوابی آرام‌تر، بهتر است پیش از خواب چند دقیقه افکار و نگرانی‌هایمان را روی کاغذ بنویسیم. تمرین تنفس عمیق یا شکرگزاری انجام دهیم و برنامه فردا را طوری تنظیم کنیم که ذهنمان سبک و آرام به استقبال خواب برود، نه درگیر و آشفته.

بیداری شبانه همیشه دشمن نیست

بدن ما گاهی با بیدار شدن در نیمه‌شب فقط می‌خواهد پیامی بدهد که شاید به استراحت بیشتر، آرامش، یا تغییر عادت‌ها نیاز داریم. اگر یاد بگیریم به این پیام‌ها گوش دهیم، خوابمان نه‌تنها طولانی‌تر، بلکه شفاف‌تر و عمیق‌تر می‌شود. بیداری‌های شبانه را دشمن خواب ندانیم، آن‌ها در واقع چراغ‌های کوچکی‌اند که بدن برایمان روشن می‌کند تا مسیر تعادل را دوباره پیدا کنیم./ایرنا



است؛ درحالی‌که تحریک گلو و سرفه‌های خفیف می‌تواند ناشی از آلودگی هوا باشد، با این حال، بهترین راه تشخیص مراجعه به پزشک است. این متخصص بیماری‌های عفونی با توصیه به مردم برای دریافت واکسن آنفلوآنزا خاطرنشان کرد: هنوز هم برای تزریق واکسن دیر نیست. واکسن پیشگیری صددرصدی ایجاد نمی‌کند، اما می‌تواند شدت بیماری و خطر عوارض را کاهش دهد. معمولاً فصل گردش ویروس تا حدود اردیبهشت ادامه دارد.

🌿 میز خبر

مردم از رنگ موهای بدون مجوز استفاده نکنند

🌿 سرویس سلامت

کارشناس اداره کل امور فرآورده‌های آرایشی و بهداشتی سازمان غذا و دارو با تاکید بر اینکه مصرف‌کنندگان صرفاً از محصولات رنگ موی دارای مجوز استفاده کنند، پیامدهای استفاده نادرست از دکره را تشریح کرد.

«کیانا روحی»، درباره نحوه مصرف فرآورده‌های اکسیدان، دکره و شرایط نگهداری رنگ مو بیان کرد: اکسیدان‌ها که معمولاً بر پایه هیدروژن پراکسید هستند نقش فعال‌کننده رنگ مو را دارند و فرمولاسیون آن‌ها باید به‌گونه‌ای باشد که حساسیت پوستی ایجاد نکند. وی افزود: دکره منجر به اکسید شدن بخشی از آمینواسیدهای مهم مو، کاهش انسجام الیاف و خشک و شکننده شدن تارهای مو می‌شود.

این کارشناس اظهار کرد: آسیب‌هایی مانند کاهش ضخامت مو، التهاب و قرمزی پوست سر و تحریک سیستم تنفسی از جمله پیامدهای استفاده نادرست از دکره است. این فرآیند تنها با رعایت اصول ایمنی و توسط افراد متخصص انجام شود.

روحی درباره ویژگی‌های رنگ موی استاندارد توضیح داد: این فرآورده باید یکنواخت، همگن و فاقد ذرات حل‌نشده باشد و PH آن معمولاً بین ۹ تا ۱۱ قرار می‌گیرد. تیوب رنگ مو باید در دمای اتاق، دور از نور مستقیم و شعله نگهداری شود.

او گفت: رنگ موها به دو دسته گیاهی و سنتتیک تقسیم می‌شوند که نوع سنتتیک از نظر دوام رنگ در سه شکل موقت، نیمه‌دائمی و دائمی عرضه می‌شود. همچنین حداکثر غلظت مجاز آمونیاک در این فرآورده‌ها ۶ درصد است.

روحی توصیه کرد: مصرف‌کنندگان صرفاً از محصولات دارای مجوز استفاده کنند و از خرید فرآورده‌های فاقد برچسب اصالت و مشخصات کامل خودداری کنند./تسنیم

آلرژی‌های ناشی از محصولات آرایشی چالشی جدی اما قابل پیشگیری

🌿 سرویس سلامت

معاون اداره کل فرآورده‌های آرایشی و بهداشتی سازمان غذا و دارو گفت: واکنش‌های آلرژیک به محصولات آرایشی بیش از آنچه تصور می‌شود شایع است و علت اصلی آن، پاسخ بیش‌فعال سیستم ایمنی به برخی ترکیبات شیمیایی است. دکتر رویا مرجانیان با اشاره به اینکه آلرژی می‌تواند در هر سنی بروز کند، گفت: بسیاری از شکایات پوستی ناشی از مصرف صابون‌ها، لوسیون‌ها، محصولات آرایش صورت و چشم و حتی عطرها به دلیل واکنش سیستم ایمنی نسبت به آلرژن‌هاست؛ موادی که ممکن است برای برخی افراد کاملاً بی‌خطر و برای برخی دیگر محرک و التهاب‌زا باشند.

او توضیح داد: زمانی که یک آلرژن وارد بدن می‌شود، سیستم ایمنی با ترشح موادی مانند آنتی‌بادی‌ها واکنش نشان می‌دهد و همین فرآیند منجر به علائمی چون قرمزی، خارش، التهاب یا کهیر می‌شود. مرجانیان تأکید کرد: شناخت مواد حساسیت‌زا نخستین و مهم‌ترین گام در پیشگیری از این مشکلات است.

معاون اداره کل فرآورده‌های آرایشی و بهداشتی افزود: صرف اعتماد به عباراتی مانند "ضد حساسیت" یا "مناسب پوست حساس" کافی نیست، زیرا استاندارد دقیق و الزام‌آوری برای این عبارات وجود ندارد و مصرف‌کننده باید فهرست ترکیبات را به‌دقت مطالعه کند. مرجانیان گفت: برخی حساسیت‌ها ناشی از ترکیبات خاص موجود در عطرها یا مواد نگهدارنده است و اگر افراد سابقه واکنش پوستی دارند، باید از مصرف محصولاتی که ترکیبات ناشناخته یا مبهم دارند خودداری کنند. او بر ضرورت مراجعه افراد دارای علائم مستمر یا شدید به متخصصین پوست تأکید کرد و گفت: افزایش آگاهی مصرف‌کنندگان نقش مهمی در کاهش عوارض ناخواسته دارد.

دنبه گوسفندی چربی شکم را کاهش می‌دهد؟

🌿 سرویس سلامت

دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت با بر دار نادرست «کاهش چربی شکم با مصرف دنبه گوسفندی» اعلام کرد: نتایج مطالعات تغذیه‌ای نشان می‌دهد که ۴۶.۷ درصد دنبه گوسفندی از چربی‌های اشباع تشکیل شده و برخلاف تصور عمومی، نه‌تنها به کاهش چربی شکمی کمک نمی‌کند، بلکه موجب افزایش توده چربی بدن، به‌ویژه در ناحیه شکم، می‌شود.

براساس شواهد علمی، دریافت کالری از منابع چربی‌های غیراشباع چندانکه مانند سالمون، روغن زیتون و مغزها سبب افزایش توده عضلانی می‌شود اما چربی‌های اشباع شامل کره، چربی‌های هیدروژنه و دنبه گوسفندی باعث تجمع چربی در کبد و شکم می‌شود و روند چاقی را تشدید می‌کنند. دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت توضیح داد: مصرف بیش از حد چربی‌های ناسالم موجب رسوب چربی در شریان‌ها، باریک شدن رگ‌ها و افزایش خطر بیماری‌های قلبی می‌شود. چربی شکم ارتباط مستقیمی با فشار خون بالا، تری‌گلیسیرید بالا، بیماری‌های متابولیک و به‌ویژه دیابت نوع ۲ دارد.

طبق یافته‌های علمی، چربی‌های اشباع علاوه بر اختلال در متابولیسم بدن، باعث افزایش کلسترول بد، کاهش قابل توجه کلسترول خوب و افزایش ذخیره چربی در اطراف اندام‌ها می‌شوند. این عوامل خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی‌عروقی را به‌طور چشمگیری افزایش می‌دهد. دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت اعلام کرد: جایگزینی چربی‌های اشباع‌شده با چربی‌های غیراشباع سالم‌تر در رژیم غذایی-از جمله چربی‌های موجود در ماهی و گوشت سفید-به کاهش وزن کمک می‌کند. مطالعات نشان می‌دهد افراد دارای رژیم‌های غنی از چربی‌های تک‌غیراشباع (مثل روغن زیتون) حتی با مصرف سطح بالاتر کربوهیدرات نیز چربی بدن را از دست داده‌اند، در حالی که رژیم‌های غنی از چربی اشباع موجب افزایش وزن و تجمع چربی شکمی شده است.

این دفتر در پایان تأکید کرد: با توجه به شواهد قطعی علمی، مصرف دنبه نه‌تنها باعث از بین رفتن چربی شکم نمی‌شود بلکه به یکی از عوامل اصلی افزایش چاقی شکمی و اختلالات متابولیک تبدیل می‌شود./ایسنا



روشنک زینی‌وند
وکیل دادگستری

نمایندگان مجلس چه سازوکار حقوقی برای رسیدن زن به حقوق خود در نظر گرفته‌اند؟

ترازوی معیوب بهارستانی‌ها



ماده یک طرح اصلاحی قانون نحوه اجرای محکومیت‌های مالی روز چهارشنبه ۱۲ آذر ماه، در صحن علنی مجلس با رای موافق ۱۷۷ نماینده از مجموع ۲۳۴ نماینده حاضر به تصویب رسید. این طرح که کلیات آن در ۱۸ آبان ماه در صحن علنی مجلس مورد موافقت نمایندگان قرار گرفت، یکی از طرح‌های جنجالی و البته مهم در حقوق خانواده است. طرح اصلاح موادی از قانون نحوه اجرای محکومیت‌های مالی و قانون مدنی که اگر چه صرفاً به موضوع مهریه محدود نمی‌شود و به موضوعاتی چون دیه جرائم غیرعمد و ضمان قهری نیز مرتبط است به جهت تحت الشعاع قرار دادن حقوق مالی زن و مهریه به موضوعی بحث بر انگیز تبدیل شده است.

جزئیات مصوبه مجلس

آنچه به تصویب نمایندگان مجلس رسید، ماده یک این طرح است. ماده‌ای که یکی از مهم‌ترین مواد این طرح محسوب می‌شود و به موجب آن سقف حمایت کیفری از مهریه کاهش پیدا کرده است.

اگر چه «زهره بهروز آذر» معاون زنان رئیس‌جمهور پیش از این از مخالفت دولت و معاونت زنان با کاهش حمایت کیفری مهریه از ۱۱۰ سکه به ۱۴ سکه خبر داد اما با تصویب این ماده مشخص شد که این مخالفت نیز در حمایت از حقوق مالی زنان بی تاثیر مانده است. به موجب ماده ۲۲ قانون حمایت از خانواده تا پیش از این مصوبه، سقف حمایت کیفری از مهریه تا ۱۱۰ سکه تمام بهار آزادی با معادل آن بود.

اکنون به موجب این مصوبه ضمانت اجرای کیفری مهریه از ۱۱۰ سکه به ۱۴ سکه تقلیل پیدا کرده است. به این معنی که عدم پرداخت مهریه به ۱۴ سکه با ضمانت اجرای کیفری روبرو خواهد شد و مازاد بر آن صرفاً با احرار تمکن مالی مرد، با ضمانت اجرای حقوقی روبرو است و زن می تواند با اثبات تمکن مالی مرد و احرار ملاتمت مرد نسبت به مازاد بر ۱۴ سکه اقدام حقوقی انجام دهد.

بنابراین آنچه باید به آن دقت کرد هیچ گونه محدودیتی در تعیین سقف مهریه ایجاد نشده است و زوجین می توانند تا هر مقدار سکه تمام بهار آزادی یا معادل آن را به عنوان مهریه تعیین کنند اما پرداخت مازاد بر ۱۴ سکه منوط به استطاعت مالی مرد شده و به موجب این مصوبه هیچگونه ضمانت اجرای کیفری برای عدم پرداخت مهریه بیش از ۱۴ سکه وجود نخواهد داشت و افرادی که تاکنون برای عدم پرداخت بیش از ۱۴ سکه در زندان بودند بعد از تأیید شورای نگهبان و اجرایی شدن این مصوبه از زندان آزاد خواهند شد. از نکات دیگر ماده یک این طرح که مورد تصویب قرار گرفت چهار تبصره ذیل این ماده است که به موجب تبصره ۳ منظور از حبس اعم از نگهداری شخص در زندان و یا محدود کردن شخص با استفاده از نظارت سامانه‌های الکترونیکی است که بستر گستردگی استفاده از نظارت الکترونیک به جای زندان را فراهم می‌کند.

حقی فراموش شده یا امتیازی برای مرد؟

مهریه که در سال‌های اخیر به دلیل تورم و افزایش قیمت سکه به نگرانی عمده‌ای در میان زوجین تبدیل شده است بار دیگر اصلاح قانون آن مورد توجه نمایندگان مجلس قرار گرفت و در روزهای اخیر با پیشنهاد کاهش سقف حمایت کیفری از آن موافقت کردند.

آنچه که حامیان این مصوبه به عنوان هدف از آن عنوان می‌کنند، حبس زدایی و استحکام نهاد خانواده است.

حامیان این مصوبه معتقدند مهریه تبدیل به ابزاری در دست زن برای تحت فشار قرار دادن مرد تبدیل شده است. این در حالی است که لایحه تأمین امنیت زنان در برابر خشونت نزدیک به ۱۴ سال است به حال خود رها شده است و هیچگونه اقدامی جهت تصویب آن صورت نگرفته است.

آنچه از نظر دارندگان دیدگاهی که مهریه را با عنوان ابزاری در دست زنان قلمداد می‌کنند پنهان مانده است، عدم توازن در حقوق زن و مرد است. مساله‌ای که موجب می‌شود تا زن به مهریه در مقابل حقوق نادیده انگاشته خود به عنوان یک پشتوانه و حامی جهت رسیدن به این حقوق متوسل شود.

باید گفت نگاه ابزارگرایانه به مهریه، نگاهی است که حقوقی که زن در نهاد خانواده از آن محروم مانده است را مورد چشم پوشی قرار می‌دهد.

سوالی که از حامیان این مصوبه باید پرسید این است که زن چرا و چه زمانی اقدام به مطالبه مهریه می‌کند؟ آیا آنچه موجب از هم گسیختگی خانواده می‌شود مهریه است؟ چند درصد از زنان با شروع زندگی مشترک و در دوران زندگی با همسر خود به دنبال مطالبه مهریه می‌روند؟ آنچه در این مصوبه نادیده انگاشته شده است، خلاءهای قانونی است که زن در مواجهه با آن‌ها ناچار به سمت مطالبه مهریه می‌رود. مساله‌ای که از دیدگاه نمایندگان مجلس پنهان مانده است،

رها کردن زن بدون هیچگونه حمایت و پشتوانه حقوقی و مالی است.

بدون تردید این مصوبه با وجود خلأهای

حامیان این مصوبه معتقدند مهریه تبدیل به ابزاری در دست زن برای تحت فشار قرار دادن مرد تبدیل شده است. این در حالی است که لایحه تأمین امنیت زنان در برابر خشونت نزدیک به ۱۴ سال است به حال خود رها شده است

قانونی که زن با آن‌ها روبرو است، پیامدهای اجتماعی و اقتصادی بیشماری را برای بانوان فراهم می‌کند و در نقطه مقابل امتیازی در دستان مردان است تا با بهره‌گیری از آن همچنان موجب تضییع بیشتر آن دسته از حقوق اجتماعی زنان که در گرو رضایت همسر است، شوند. عمدتاً در آغاز و در طول زندگی مشترک هیچ زنی به دنبال جدایی از مرد و حبس او نمی‌باشد.

رفتن زن به سمت

مطالبه مهریه زمانی

رخ می‌دهد که زن

به دنبال توازن در

حقوق خود در

مقابل آنچه از آن

محروم مانده است،

می‌رود.

نمایندگانی که با

تصویب این طرح تنها پشتوانه را از زن تضییع کرده‌اند و امنیت مالی و حقوقی زن را پس از جدایی مورد تضعیف قرار داده‌اند، در نقطه مقابل چه سازوکار حقوقی برای رسیدن زن به حقوق خود در نظر گرفته‌اند؟ آنچه که تنها پشتوانه زن در برابر خلأهای قانونی است، اکنون با این مصوبه و کاهش حمایت از حقوق زن چه جایگزینی حقوقی برای آن در نظر گرفته شده است؟ در سال‌های آینده با مواجه شدن با تورم و رشد قیمت سکه چه اقدامی از سوی حامیان این مصوبه صورت خواهد پذیرفت؟ آیا مجدد به سراغ کاهش حمایت از مهریه خواهند رفت؟

این مصوبه بدون ایجاد هیچگونه سازوکاری جهت حمایت از زن و بدون در نظر گرفتن خلأهای قانونی موجودی که زن چه در هنگام زندگی مشترک و چه در هنگام جدایی از قبیل حق اشتغال، خروج از کشور، حضانت و حقوق دیگر با آن روبرو است، صرفاً امتیازی در دست مردان محسوب می‌شود و مهریه به عنوان حقی فراموش شده و تنها پشتوانه زن در نگاه تصویب‌کنندگان، نادیده گرفته شده است.



ترغیب مردم به انجام جراحی ممنوعه

در خارج از کشور تخلف است

بعد عمل و ارائه تخفیف‌های ویژه، مخاطبان به‌ویژه جوانان را به انجام این جراحی ترغیب می‌کنند؛ جوانانی که به دنبال جذابیت و تغییر در ظاهر خود هستند و شاید چندان از عوارض و خطرات آن آگاه نیستند.

مهدی صانعی؛ بازپرس دادسرای جرایم پزشکی درباره اینکه برخی تیم‌های پزشکی، بیماران را به خارج از کشور اعزام می‌کنند و برخی جراحی‌هایی که در کشور ممنوع شده مثل تغییر رنگ چشم را انجام می‌دهند، گفت: قطعاً این موضوعاتی که می‌فرمایید تخلف است و اگر آسیبی برسد، از لحاظ اینکه قصور پزشکی انجام

از جوانان و علاقه‌مندان به تغییر ظاهر را به خود جلب کرده است.

این عمل که بانام "تاتوی قرزیه" یا "کراتوپیهگمنتاسیون" نیز شناخته می‌شود، در واقع نوعی جراحی زیبایی - درمانی برای تغییر رنگ عنبیه چشم است که به‌دلیل جذابیت ظاهری و امکان داشتن رنگ چشم متفاوت از رنگ طبیعی، محبوبیت زیادی پیدا کرده است.

این روزها فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی به بستری برای تبلیغات گسترده این عمل تبدیل شده‌اند و بسیاری از صفحات و کانال‌ها با انتشار تصاویر قبل

دانشتنی‌های حقوقی

استعلام قضایی شفاف؛

گامی تازه برای کاهش ریسک اقتصادی

صبح ساحل

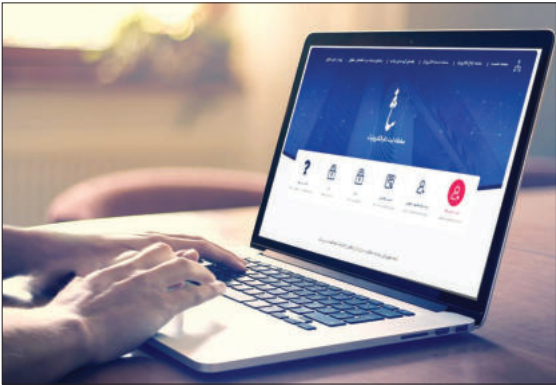
یکی از چالش‌های دیرینه محیط کسب‌وکار در ایران، ابهام در سوابق حقوقی و مالی افرادی است که در معاملات، قراردادهای و تعاملات اقتصادی مشارکت می‌کنند. ماده ۴ قانون برنامه هفتم پیشرفت جمهوری اسلامی ایران، به‌درستی این خلأ را هدف قرار داده و با الزامی‌سازی ارائه برخط سوابق محکومیت‌های مالی و وضعیت اجرای تعهدات، گامی تعیین‌کننده در شفاف‌سازی فضای اقتصادی برداشته است.

بر اساس این ماده، قوه قضائیه موظف شده است ظرف شش ماه سامانه‌ای برای استعلام برخط سوابق مالی قطعی و وضعیت اعسار اشخاص راه‌اندازی کند. این استعلام از طریق «مرکز ملی تبادل اطلاعات» انجام می‌شود و نکته مهم آن، لزوم تأیید شخص استعلام‌شونده است.

این بخش از قانون، تلاشی است برای ایجاد توازن میان شفافیت و حفظ حریم خصوصی؛ یعنی اطلاعات فرد بدون آگاهی و تأیید او در اختیار دیگران قرار نمی‌گیرد.

این اقدام، در سطح اقتصادی چند پیامد کلیدی دارد. نخست، کاهش ریسک معاملات است. فعالان اقتصادی به‌ویژه در بخش خصوصی، معمولاً به علت نبود اطلاعات کافی از وضعیت مالی یا سوابق تعهدات طرف مقابل، با عدم قطعیت و تردید مواجه‌اند.

امکان مشاهده مواردی مثل تعداد و تکرار محکومیت‌های مالی، نوع جرایم مرتبط با تعهدات، مبالغ پرداخت‌نشده و حتی سابقه اعسار، تصویری واقعی‌تر



از اعتبار اقتصادی هر فرد ارائه می‌دهد. این شفافیت به افزایش اعتماد در معاملات، کاهش دعاوی حقوقی و پیش‌بینی‌پذیری بیشتر کمک خواهد کرد. دومین نکته، تقویت سلامت اقتصادی و مقابله با بدحسابی‌های تکرار‌شونده است.

یکی از مشکلات رایج در تجارت داخلی، فعالیت افرادی است که با وجود محکومیت‌های متعدد یا سوابق بدحسابی، همچنان در بازار به‌راحتی معامله می‌کنند و این موضوع هزینه‌های پنهانی بر کسب‌وکارها تحمیل می‌کند. شفاف شدن این سوابق، عملاً مانعی طبیعی در برابر رفتارهای مالی پرخطر ایجاد می‌کند.

با این حال، اجرای این ماده بدون چالش نخواهد بود. مهم‌ترین چالش، حساسیت‌های مربوط به حریم خصوصی و مدیریت درست داده‌هاست. قانون تصریح می‌کند که تنها سوابق مالی قابل استعلام است و محکومیت‌های غیرمالی یا مواردی که قاضی دستور عدم انتشار داده، مستثنی هستند. این محدودیت، قدمی مثبت در جلوگیری از سوءاستفاده احتمالی از اطلاعات شخصی یا تخریب غیرمنصفانه اعتبار افراد است.

از سوی دیگر، استقرار یک سامانه دقیق و امن برای تبادل اطلاعات، نیازمند زیرساخت قوی، هماهنگی بین‌نهادی و فرهنگ‌سازی درباره نحوه استفاده صحیح از اطلاعات است.

در صورتی که این داده‌ها در اختیار مراجع غیرمجاز قرار گیرد یا بدون ضابطه منتشر شود، ممکن است آسیب‌هایی جدی به اعتماد عمومی وارد کند. بنابراین، اجرای صحیح این ماده نیازمند تدوین دستورالعمل‌های روشن و نظارت مستمر است.

در مجموع، ماده ۴ قانون برنامه هفتم را می‌توان یکی از مهم‌ترین گام‌ها در راستای شفافیت اقتصادی، کاهش ریسک مبادلات و ارتقای امنیت سرمایه‌گذاری دانست.

اگر این الزام به‌درستی اجرا و مدیریت شود، می‌تواند نقش قابل توجهی در بهبود محیط کسب‌وکار و افزایش اعتماد فعالان اقتصادی ایفا کند و به‌عنوان یکی از ابزارهای نوین اعتبارسنجی، تعاملات مالی در کشور را وارد مرحله‌ای جدید از شفافیت و پیش‌بینی‌پذیری کند.

شده، قابل پیگرد است و از لحاظ انتظامی در سازمان نظام پزشکی هم قابل پیگیری است.

وی ادامه داد: به طور کلی، اعمالی که در کشور ما ممنوع اعلام شده، اعمال جراحی است که به احتمال زیاد انجام دادن آنها موجب آسیب به بیمار می‌شود؛ بنابراین برای پزشکان به دلیل انجام این جراحی‌ها



سرویس حقوقی

بازپرس دادسرای جرایم پزشکی گفت: اینکه برخی تیم‌های پزشکی، بیماران را به خارج از کشور اعزام می‌کنند و جراحی‌هایی که در کشور ممنوع شده را انجام می‌دهند، قطعاً تخلف است و اگر آسیبی برسد، از لحاظ اینکه قصور پزشکی انجام شده، قابل پیگرد است. عمل تغییر رنگ چشم که به‌عنوان یکی از جدیدترین و جنجالی‌ترین روش‌های زیبایی در ماه‌های اخیر در فضای مجازی تبلیغ می‌شود، علی‌رغم هزینه‌های چندصدمیلیونی آن، توجه بسیاری

میزخبر

مدیرعامل شرکت گاز سیستان و بلوچستان خبر داد:

آغاز پروژه گازرسانی به روستاهای شهرستان زاهدان

سرویس خبری

مدیرعامل شرکت گاز سیستان و بلوچستان گفت: پروژه گازرسانی به پنج روستای بخش مرکزی زاهدان با هدف تأمین انرژی پایدار و توسعه زیرساخت‌های روستایی آغاز شد.

سیدمحمود هاشمی افزود: عملیات گازرسانی به روستاهای سیادک، منزل‌آب، شهرک رحیم‌آباد، شاه‌مراد و خیرآباد یکی از طرح‌های مهم توسعه‌ای استان است که با اعتبار بیش از ۴ هزار و ۶۷۰ میلیارد ریال از هفته جاری آغاز شد. وی گفت: این پروژه شامل احداث بیش از ۲۰۰ کیلومتر شبکه توزیع و تغذیه و تعداد ۲۵۰۰ انشعاب است که با تکمیل آن به تدریج تا پایان سال آتی، بیش از ۵۰۰۰ خانوار روستایی از نعمت گاز طبیعی بهره‌مند خواهند شد.

مدیر عامل شرکت گاز استان با اشاره به لزوم تسریع در گازرسانی به روستاها افزود: تلاش می‌کنیم تا روستای سیادک بعنوان یکی از بزرگترین روستاهای استان تا پنج ماه آینده به شبکه سراسری گاز متصل شود. هاشمی همچنین گفت: عملیات گازرسانی به فازهای ۴ و ۵ منطقه سیستان در قالب دو قرارداد مجزا با هدف برنامه‌ریزی، هماهنگی فنی و پیشبرد روند اجرایی پروژه‌ها انجام می‌شود. وی ادامه داد: فاز ۴ این پروژه شامل گازرسانی به ۱۱۸ روستای شهرستان هیرمند است که با اجرای ۲۴۰ کیلومتر شبکه توزیع، ۹ کیلومتر خط تغذیه و یک ایستگاه TBS با ظرفیت ۱۰،۰۰۰ متر مکعب بر ساعت، زمینه تأمین پایدار گاز طبیعی برای حدود ۸ هزار و ۵۰۰ خانوار روستایی را فراهم خواهد کرد. هاشمی خاطرنشان کرد:

همچنین عملیات اجرایی پروژه فاز ۵ سیستان نیز مشتمل بر گازرسانی به شهر قرقری و ۸۴ روستای شهرستان هیرمند با جمعیت بیش از ۶ هزار و ۶۰۰ خانوار است و با ایجاد ۲۶۰ کیلومتر شبکه توزیع، ۸ کیلومتر خط تغذیه و یک ایستگاه TBS با ظرفیت ۱۰،۰۰۰ متر مکعب بر ساعت، سهم قابل توجهی در توسعه زیرساخت‌های انرژی و رفاه مردم منطقه خواهد داشت./ایسنا

رویداد هنری «کلون» در بوشهر برگزار شد

درهای قدیمی هلیله، آثاری نفیس شد

مهران سلطانی‌نژاد

جشنواره در نویسی "کلون" با مشارکت اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان بوشهر و دیگر نهادهای استانی و محلی با هدف تقویت هویت بومی و فرهنگی، ارتقای کیفیت محیطی و استفاده از ظرفیت هنر برای بازآفرینی بافت روستایی و زیباسازی آن روستای تاریخی "هلیله" برگزار شد.

به گزارش صبح‌ساحل، جشنواره هنری «کلون» به عنوان یکی از نمونه‌های شاخص فعالیت‌های هنری در حوزه هنرهای محیطی توانست توجه هنرمندان و علاقه‌مندان به حوزه هنرهای کاربردی و بومی را به خود جلب کند. این جشنواره که با همکاری اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان بوشهر، مجموعه‌ای از نهادهای فرهنگی و گروه‌های تخصصی اجرا شد، بستری فراهم آورد تا هلیله، به‌عنوان یکی از روستاهای تاریخی و ساحلی استان بوشهر، میزبان طرحی فرهنگی-هنری باگستره اثرگذاری اجتماعی شود و بر این اساس حضور هنرمندان جوان و فعال از نقاط مختلف استان بوشهر نقشی مهم در شکل‌گیری ابعاد متنوع این رویداد ایفا کرد.

در این دوره از جشنواره بیش از ۱۲۱ هنرمند در فرآیند خلق آثار مشارکت داشتند و کوجه‌ها، فضاهای عمومی و جلوه‌های بصری هلیله را با استفاده از طرح‌ها و نقش‌های بومی بازآفرینی کردند و از مهم‌ترین بخش‌های اجرایی جشنواره، تبدیل ۵۱ درب قدیمی منازل روستا به آثار هنری نفیس بود که جلوه‌ای تازه به بافت قدیمی و منظر عمومی هلیله بخشید.

هدف از این جشنواره حفظ و بازنمایی عناصر فرهنگی، تقویت حس تعلق اجتماعی، ارتقای مشارکت جمعی، و ایجاد زمینه مناسب برای توسعه گردشگری روستایی از جمله محورهای تعیین‌کننده در طراحی و اجرای این حرکت فرهنگی بود که این رویکرد چندبُعدی روایت جدیدی از پیوند هنر با فرآیندهای اجتماعی و فرهنگی را ارائه داد. برگزاری جشنواره کلون در روستای هلیله را می‌توان به عنوان مدلی قابل تکرار در دیگر روستاها و محلات استان بوشهر در نظر گرفت تا گسترش این روند در قالب برنامه‌های منظم فرهنگی و هنری دنبال شود. استمرار چنین اقداماتی می‌تواند مسیر تازه‌ای در اعتلای هنرهای محیطی و تقویت سرمایه فرهنگی در استان بوشهر ترسیم کند.



استاندار کرمان از مصوبه شورای امنیت کشور درخصوص عدم اجرای طرح کدینگ در زمان شهادت سردار دلها خبر داد:

طرح کدینگ پس از این ایام نباید بازگردد

✓ از دستگاه‌های ملی گلابه داریم، طرح کدینگ بازی با آبروی استان است

سرویس خبری

استاندار کرمان با اشاره به مشکلات طرح کدینگ سوخت در استان گفت: از دستگاه‌های کشوری گلابه داریم، موضوعی که آیا تاثیری در کنترل قاچاق داشته یا نه؛ به نوعی بازی با آبروی استان است.

به گزارش صبح‌ساحل، محمدعلی طالبی در نشست شورای گفت‌وگوی دولت و بخش خصوصی استان کرمان با حضور مدیرکل دفتر پیشگیری از قاچاق فرآورده‌های نفتی ستاد مرکزی مبارزه با قاچاق کالا و ارز به مشکل کدینگ و مکاتبات متعددی که در این رابطه از سوی استان صورت گرفته، اشاره کرد و افزود: قرار بود با اجرای طرح کدینگ، مشکلات آن ارزیابی شده و در صورت لزوم اصلاح یا تجدیدنظر شود که انجام نشده است. وی با بیان اینکه علی‌رغم چندین بار مصوبه شورای تأمین استان از نوروز امسال تاکنون، توجهی به این مسئله نشده؛ اظهار



کرد: با گزارشی که دادستانی از من خواسته، بعضی متولیان کشوری مورد بازخواست دستگاه قضایی قرار می‌گیرند که حتی پاسخ لازم به مکاتبات صورت گرفته را ندادند و به گونه‌ای توپ را در زمین یکدیگر هم انداختند. طالبی بیان کرد: از دستگاه‌های کشوری گلابه داریم، موضوعی که آیا تاثیری در کنترل قاچاق داشته یا نه؛ به نوعی بازی با آبروی استان

رشد ۱۰۰ درصدی تولید میگو در جنوب سیستان و بلوچستان

سرویس خبری

رئیس اداره دامپزشکی شهرستان کنارک گفت: تولید نهایی میگو در جنوب استان امسال به ۱۴۰۰ تن رسیده که نسبت به تولید ۷۵۰ تنی سال گذشته، رشد بیش از ۱۰۰ درصدی را نشان می‌دهد.

عشقی افزود: مجتمع کشت و صنعت مکران با ثبت افزایش چشمگیر تولید میگو و حفظ وضعیت کاملاً عاری از بیماری‌های خطرناک‌دنی چهارمین سال متوالی، می‌تواند به‌عنوان یکی از پایدارترین مجتمع های پرورش میگو در جنوب کشور معرفی شود.

رئیس اداره دامپزشکی شهرستان کنارک بیان کرد: این مجموعه با اجرای دو دوره پرورش در سال و برخورداری از زیرساخت‌های استاندارد و مکانیزه، یکی از کانون‌های مهم توسعه صنعت آبی‌پروری در جنوب کشور به شمار می‌رود. وی با اشاره به ارتقای فنی مزارع افزود: این مجتمع با استفاده از سیستم



خروجی مرکزی، هواده، نرسری استاندارد، غذاپاش‌های اتوماتیک و سایر سامانه‌های مکانیزه و استاندارد، توانایی تولید در دو دوره پرورش (دو کراپ) را دارد و نقش قابل‌توجهی در بهبود فرایند پرورش و افزایش ضریب امنیت زیستی داشته است. به‌گفته رئیس اداره دامپزشکی کنارک، مجتمع

درخشش دانش‌آموزان شیرازی در مسابقات بین‌المللی

اختراعات کره جنوبی ۲۰۲۵

سرویس خبری

مسابقات بین‌المللی و تخصصی اختراعات سئول ۲۰۲۵ با حضور بیش از ۵۰۰ تیم از حدود ۳۰ کشور جهان طی سه روز رقابت فشرده در شهر سئول، کره جنوبی برگزار شد و دانش‌آموزان شیرازی در این رقابت‌ها خوش درخشیدند.

این رویداد معتبر جهانی همه‌ساله زیر نظر و حمایت مستقیم انجمن توسعه اختراع و فناوری کره جنوبی (KIPA) و با پشتیبانی رسمی اداره ثبت اختراعات کره (KIPO)، سازمان جهانی مالکیت فکری (WIPO) فدراسیون جهانی مخترعین (IFIA) و دیگر سازمان‌های علمی، تحقیقاتی و وزارتخانه‌های

علوم و آموزش کشورهای مختلف برگزار می‌شود. در این دوره، دو تیم دانش‌آموزی از شهر شیراز توانستند افتخاری بزرگ برای ایران رقم بزنند، در رده سنی زیر ۱۹ سال، تیمی متشکل از رونیکا محمدشاهی، دیانا سلیمان‌پور، امیرعلی عباسی، علیرضا زارع، سید محمدطاها هاشمی‌فر و سهیل نامور بهی موفق به کسب مدال طلا شد.

در رده سنی زیر ۱۴ سال نیز تیمی شامل روشا حسین‌زاده، دلسا صادقی، آلمّا زارع و متین کشت‌کار توانست مدال برنز را به دست آورد؛ این موفقیت‌آرزشمند، نشان‌دهنده توانمندی و استعدادهای درخشان نوجوانان ایرانی در عرصه نوآوری

و اختراع است و بار دیگر جایگاه ایران را در رقابت‌های علمی بین‌المللی تثبیت کرد.

حضور فعال بیش از ۳۰ کشور از جمله فرانسه، آلمان، رومانی، روسیه، کرواسی، مالزی، مجارستان، پرتغال، هلند، اسپانیا، چین، بوسنی و تایلند، اهمیت و اعتبار این رویداد جهانی را دوچندان کرده است. همچنین سجاد اکبریور استاد راهنما

تیم دانش‌آموزی ایران در بخش دانشجویی نیز با ارائه طرحی فناورانه در زمینه هوش مصنوعی موفق به کسب مدال طلا این دوره از مسابقات شد و بار دیگر نام ایران را در عرصه نوآوری بین‌المللی درخشان ساخت.

استاندار بوشهر: شهدا پرچمداران عزت ایران اسلامی هستند

سرویس خبری

جامعه مرهون ایثار شهدا و صبر و پایداری خانواده‌های آنان است.

استاندار بوشهر گفت: امنیت و آرامش امروز



فصلی از تاریخ پرافتخار این ملت است که ماندگار خواهد بود. وی با اشاره به برنامه‌های حمایتی استان بوشهر برای خانواده‌های معظم شهدا گفت: دستگاه‌های اجرایی استان بویژه اداره کل بنیاد شهید و امور ایثارگران موظف به خدمات‌رسانی شایسته و مستمر به خانواده‌های شهدا هستند.

زارع افزود: تجلیل از مقام خانواده شهدا یک وظیفه انسانی، اخلاقی و دینی است و با تداوم این مسیر، ارزش‌های ایثار و مقاومت در نسل‌های آینده نهادینه خواهد شد.

ارسلان زارع در آیین سراسری «شکوه ایثار» که با هدف تکریم و تجلیل از مادران و همسران شهدای این استان در سالن اجتماعات کوثر استانداری برگزار شد، مادران شهدا را نماد صبر و استقامت دانست.

وی اظهار کرد: امنیت و آرامش امروز جامعه ما نتیجه ایثار شهدا و پایداری و استقامت مادران و همسران فداکار شهدا است. استاندار بوشهر با بیان اینکه مادران و همسران شهیدان، اسطوره‌های ماندگار ایثار هستند، تأکید کرد: شما صاحبان پرچم عزت و امنیت پایدار ایران اسلامی هستید و فداکاری شما

مدیرکل بازاریابی تجاری‌سازی وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی؛

ارزآوری دو میلیون دلاری صادرات تخته نرد

✓ کشورهایمانند ترکیه، آذربایجان، روسیه و عراق از این محصول استفاده می‌کنند، قاعدتا میزان صادرات به محله‌های کردنشین عراق و سلیمانیه بیشتر خواهد بود

سرویس فرهنگی

مدیرکل بازاریابی تجاری‌سازی وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی با بیان اینکه پس از پیگیری‌های مستمر معاونت صنایع دستی صادرات محصول صنایع دستی «تخته‌نرد» با هماهنگی دستگاه‌های ذی‌ربط بلامانع اعلام شد، گفت: براساس برآوردهای صورت گرفته صادرات این محصول دو میلیون دلار ارزآوری به دنبال دارد.

فرزاد اوجانی اظهار داشت: صادرات «تخته‌نرد» به‌عنوان یکی از نمادهای اصیل صنایع دستی ایران گامی بزرگ در راستای سیاست‌های کلان دولت برای رفع موانع صادراتی، تسهیل تجارت خارجی و حمایت همه‌جانبه از هنرمندان و تولیدکنندگان صنایع‌دستی است.

وی در پاسخ به این پرسش که تخته نرد به کدام کشورها صادر می شود، اظهار داشت: تاکنون صادرات تخت نرخ رسمی انجام نشده ولی طی بررسی‌هایی که انجام دادیم با توجه به استقبال برخی از کشورها برای مصرف این محصول که به صورت مسافری هم انتقال داده شده کشورهایی مانند ترکیه، آذربایجان، روسیه، عراق و کشورهایی که تعداد مهاجران ایرانی به آنجا زیاد است مانند آلمان یا حتی آمریکا از این محصول استفاده می‌کنند و قاعدتا میزان صادرات به محله‌های کردنشین عراق و سلیمانیه بیشتر خواهد بود.

اوجانی در پاسخ به پرسش دیگری مبنی بر اینکه صادرات تخته نرد چه میزان ارزآوری به دنبال دارد و باعث ایجاد چه تعداد شغل



می‌شود، توضیح داد: با توجه به اینکه هنرمندان کشور این محصول را با کیفیت‌های متنوع و با قیمت‌های مختلف تولید می‌کنند، براساس برآوردهای صورت گرفته صادرات این محصول یک و نیم تا دو میلیون دلار ارزآوری به دنبال دارد. این یک رشته نیست بلکه یک محصول است که در کنار آن رشته نازک‌کاری که جز مصنوعات چوبی است، تولید می‌شود و مطمئنا میزان صادرات این محصول می‌تواند باعث افزایش تعداد شاغلان در حوزه تولید محصولات نازک‌کاری بالاخص در حوزه محصول خاص تولیدی تخته نرد شود.

✦ خواستگاه تولید تخته نرد

مدیرکل بازاریابی تجاری‌سازی وزارت میراث فرهنگی گردشگری و صنایع دستی درباره خواستگاه تولید تخته نرد گفت: این محصول توسط هنرمندان در استان‌های کردستان،

کرمانشاه، آذربایجان غربی و به صورت خاتم‌کاری در شیراز، اصفهان و چهارمحال و بختیاری تولید می‌شود. اوجانی افزود: تخته نرد به عنوان یک وسیله بازی و سرگرمی توسط گروه‌های مختلف سنی استفاده می‌شود اما معمولاً رده‌های سنی ۲۵ سال به بالا بیشتر از این وسیله استفاده می‌کنند. وی درباره نحوه صادرات این محصول اذعان داشت: مطالعه‌ای در خصوص نحوه صادرات تخته نرد نشده است؛ اما نحوه صادرات این محصول می‌تواند به صورت رسمی، تجاری، چمدانی و مسافری باشد.

✦ تفاوت تخته نردهای داخلی و خارجی

مدیرکل بازاریابی تجاری‌سازی وزارت میراث فرهنگی گردشگری و صنایع دستی در پاسخ به این پرسش که تخته نردهای تولید شده در ایران با خارج چه تفاوتی دارد، توضیح داد:

تفاوت آنها در مواد اولیه به کار رفته است. اکثر تخته نردها در ایران با مواد اولیه طبیعی مرغوب نیز چوب گردو تولید می‌شود. تخته نردهای تولید ایران معمولاً دو منظوره است یک سمت آن تخته نبرد و طرف دیگر صفحه شطرنج است اما این محصول در دیگر کشورها معمولاً تک منظوره و بیشتر به صورت صفحه شطرنج تولید می‌شود. اوجانی اضافه کرد: در ایران برای تولید تخته نرد و شطرنج از هنر خاتم استفاده می‌شود اما در کشور دیگر خاتم‌کاری وجود ندارد. هنرمندان ما در پشت تخته نردها صفحات شطرنج را با منبت‌کاری به صفحه شطرنج تبدیل می‌کنند در واقع از ترکیب دو هنر منبت‌کاری و نازک‌کاری یک محصول دو منظوره تولید می‌شود.

✦ تخته نرد چیست؟

نرد، تخته نرد، یا نردشیر به انگلیسی (Backgammon) از بازی‌های فکری و متکی به برنامه‌ریزی، روش، شمارش و شانس است. به این بازی دو نفره، طرفین مهره‌های خود را براساس دو عددی که بر روی تاس ظاهر می‌شود، در جهت حرکت عقربه‌های ساعت یا خلاف آن حرکت می‌دهند و در آخر از صفحه بازی خارج می‌کنند. در پایان، بازیکنی برنده می‌شود که سریع‌تر تمام مهره‌های خود را از زمین بازی خارج کرده باشد. این بازی پس از بازی‌های گو و چکرز سومین بازی دنیاست که در میان مردمان اروپای شرقی و خاورمیانه به ویژه مردم ایران رایج است. در بعضی از مناطق ایران به این بازی «نردستان» یا «تخته نردستان» می‌گویند. /ایرنا



و صداگذاری نیز توسط محسن مرادبوی صورت گرفته است. جشنواره «سینما حقیقت» یکی از مهم‌ترین رویدادهای سینمای مستند کشور است که هر ساله آثار برگزیده مستندسازان ایرانی و بین‌المللی را به رقابت می‌گذارد. راهیابی «پرنندگان مانگرو» به مرحله نهایی، موفقیتی قابل توجه برای عوامل فیلم و جامعه مستندسازی جنوب کشور محسوب می‌شود.

راهیابی مستند «پرنندگان مانگرو» به جشنواره ملی سینما حقیقت

سرویس فرهنگی

مستند «پرنندگان مانگرو» به کارگردانی عبدالعزیز قاسمی با عبور از مراحل داوری اولیه، به جمع بیست مستند بخش نیمه‌بلند نوزدهمین جشنواره بین‌المللی فیلم مستند ایران «سینما حقیقت» راه یافت.

به گزارش صبح‌ساحل، این اثر به زیست‌بوم منحصربه‌فرد جنگل‌های مانگرو در جنوب کشور می‌پردازد؛ اکوسیستمی که زیستگاه طیف وسیعی از پرنندگان نادر و بومی از جمله حواصیل‌ها، اگرته‌ها، فلایمنگوها، کاکایی‌ها، سلیم‌ها و انواع آپچلیک هاست.

✦ میز خبر

نخستین جشنواره بین‌المللی اسپا و گردشگری تندرستی در کیش آغاز شد

سرویس فرهنگی

نخستین جشنواره بین‌المللی اسپا و گردشگری تندرستی طی آیینی با حضور نمایندگان و فعالان صنعت گردشگری و رشته تخصصی گردشگری سلامت در جزیره کیش آغاز شد. در این فستیوال بین‌المللی سه روزه که با حضور متخصصان و فعالان گردشگری در حال برگزاری است، متخصصان حوزه گردشگری سلامت، هتلداران، فعالان صنعت تندرستی، مدیران کسب‌وکار مرتبط با گردشگری تندرستی و سلامتی حضور دارند. این رویداد حوزه تخصصی گردشگری، با رویکرد حرفه‌ای و تجاری و معرفی ظرفیت‌های ایران در حوزه گردشگری تندرستی و سلامت برنامه‌ریزی شده و شامل سخنرانی‌های تخصصی، نشست‌های تجاری، معرفی فرصت‌های نوین درآمدی در صنعت اسپا و تندرستی، کارگاه‌های آموزشی، نمایشگاه جانبی و رقابت بین‌المللی اسپاها (World Spa Contest) است. هدف از برگزاری این فستیوال، توسعه بازار اسپا و گردشگری تندرستی در کشور، کمک به شبکه‌سازی حرفه‌ای میان فعالان داخلی و خارجی، معرفی ظرفیت‌های نوظهور این صنعت و ایجاد زمینه‌های همکاری جدید میان کسب‌وکارها عنوان شده است.

✦ حیات کیش به گردشگری وابسته است

دبیر این فستیوال و مدیرعامل انجمن سرمایه‌گذاران و کارآفرین کیش در آیین آغاز این فستیوال، کیش را یک مقصد گردشگری رویدادمحور عنوان کرد و گفت: حیات اقتصادی جزیره کیش به ورود گردشگران گره خورده است و اگر مسافر به این جزیره نیاید، فعالیت ۳۰۰ رستوران و ۶۰ هتل تعطیل می‌شود و بسیاری از صنوف و کسب‌وکارها در کیش دچار مشکل خواهد شد. محسن قریب بر اهمیت توسعه رویدادهای علمی و استانداردسازی خدمات تندرستی و اسپا در کشور تأکید کرد و افزود: رویداد بین‌المللی اسپا در کیش می‌تواند جزیره را به پایگاه گردشگری سلامت منطقه تبدیل کند. وی با تشریح برگزاری رویدادهای متنوع در کیش از جمله نمایشگاه‌های تخصصی و همایش‌های ملی بیان کرد: برگزاری رویدادهای مرتبط با گردشگری سلامت و تندرستی از جمله فستیوال اسپا، می‌تواند مزیت رقابتی کیش را تقویت کند. مدیرعامل انجمن سرمایه‌گذاران و کارآفرین کیش اضافه کرد: گردشگری تندرستی و اسپا یکی از ارکان اصلی گردشگری سلامت به شمار می‌رود و ایران طی سال‌های اخیر گام‌های مؤثری در این حوزه برداشته و این فستیوال می‌تواند زمینه‌ساز معرفی کیش به عنوان پایگاهی معتبر در گردشگری سلامت باشد. وی با اشاره به تخصیص ۹۰ هکتار زمین در جنوب جزیره برای ایجاد قطب گردشگری سلامت از سوی سازمان منطقه آزاد کیش، این اقدام را گامی مهم برای جذب سرمایه‌گذاران این حوزه توصیف کرد و گفت: در این بخش از کیش می‌توان بیمارستان، مراکز اقامتی و خدمات رفاهی ویژه مراجعه‌کنندگان گردشگری سلامت احداث کرده و با جذب گردشگر خارجی، درآمد ارزی قابل توجهی برای کشور ایجاد کرد.

✦ گردشگری سلامت و طب ایرانی مغفول مانده است

سرپرست مرکز ملی طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی نیز در این فستیوال با بیان اینکه گردشگری، سفر و سلامت سه مقوله به‌هم‌پیوسته هستند، گفت: سفر یکی از ابزارهای مهم برای بهبود حال مردم به شمار می‌رود که می‌تواند برای ارتقای سطح سلامتی بیماران و حتی افراد سالم کمک کند. دکتر حسین رضایی‌زاده با اشاره به ظرفیت‌های گسترده ایران در حوزه گردشگری سلامت افزود: متأسفانه بسیاری از فرصت‌های بی‌نظیر کشور مانند آب‌درمانی، تنوع چهارفصل، تنوع غذایی و امکانات طبیعی ایران، کمتر شناخته شده یا استفاده نمی‌شود. وی با تأکید بر جایگاه تاریخی طب ایرانی و نقش آن در ارتقای سلامت، ماساژ را یکی از روش‌های مهم حفظ سلامت معرفی و اظهار کرد: در طب ایرانی از بدو تولد تا سنین بالا با رعایت اصول، ماساژ توصیه شده و کشور ما در این حوزه صاحب سبک و سابقه است.

نخستین دوره فستیوال بین‌المللی اسپا و گردشگری تندرستی تحت نظارت شرکت گلدن راما اسپا با ثبت‌نام بیش از ۸۰ مرکز تندرستی از داخل کشور و هشت کشور خارجی از جمله هند، عربستان، امارات متحده عربی، آلمان، مونته‌نگرو و تایلند، به یکی از رویدادهای معتبر صنعت اسپا در سطح جهانی تبدیل شده است. /ایرنا

مزایده سراسری اموال مازاد مستعمل و باطری فرسوده بانک سپه استان هرمزگان (نوبت اول)

بانک سپه در نظر دارد اموال مستهلك تحت اختيار خود واقع در استان هرمزگان به‌شرح جداول ذیل را از طريق مزایده سراسری، با جزئیات مندرج در اسناد مزایده و بهره‌گیری از سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به نشانی www.setadiran.ir

به صورت الکترونیکی به فروش برساند.

*تاریخ انتشار مزایده در سامانه ستاد: ساعت ۰۸:۰۰ صبح روز یکشنبه به تاریخ ۱۴۰۴/۰۹/۱۶.

*آخرین مهلت دریافت اسناد مزایده: ساعت ۱۷ روز یکشنبه به تاریخ ۱۴۰۴/۰۹/۲۳.

*آخرین مهلت ارسال پیشنهاد: ساعت ۱۷ روز چهارشنبه به تاریخ ۱۴۰۴/۱۰/۰۳.

*تاریخ بازگشایی پاکات پیشنهادی: ساعت ۹ روز شنبه به تاریخ ۱۴۰۴/۱۰/۰۶.

*تاریخ بازدید: از ساعت ۹ صبح روز یکشنبه به تاریخ ۱۴۰۴/۰۹/۱۶ لغایت ساعت ۱۳:۰۰ روز چهارشنبه به -تاریخ ۱۴۰۴/۱۰/۰۳ (بازدید همه روزه به جز ایام تعطیل مقدور می باشد).

نحوه فروش: نقد

*توجه: لطفاً به اصلاحات احتمالی مزایده که در آگهی نوبت دوم که در

روزنامه کثیرالانتشار سراسری و محلی منتشر و یا در سایت بانک سپه به نشانی الکترونیکی www.bankseparh.ir/ta مندرج می‌گردد و تا پایان آخرین مهلت ارائه پیشنهادات ملاک عمل می باشد. توجه فرمایید.

توضیحات و شرایط:

۱. متقاضیان جهت کسب اطلاع از جزئیات اموال و یا توجه به توضیحات مندرج در شرایط مزایده می‌توانند هماهنگی‌های لازم را به عمل آورند.
۲. شرکت در مزایده صرفاً از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت «ستاد» می باشد و کلیه مراحل فرآیند مزایده شامل خرید و دریافت اسناد مزایده، پرداخت تضمین شرکت در مزایده (ودیعه)، ارسال پیشنهاد قیمت و اطلاع از وضعیت برنده بودن مزایده گران محترم از این طریق امکان پذیر می باشد.
۳. علاقمندان به شرکت در مزایده می‌بایست جهت ثبت نام و دریافت گواهی امضای الکترونیکی (توکن) با دفتر ثبت نام سامانه ستاد به شماره تلفن ۱۴۵۶ تماس و یا به آدرس اینترنتی www.setadiran.ir مراجعه نمایند. کلیه اطلاعات املاک و مستغلات شامل مشخصات، شرایط و نحوه فروش در برد اعلان عمومی سامانه مزایده قابل مشاهده، بررسی و انتخاب می باشد.

◀ **بانک سپه – مدیریت شعب منطقه هرمزگان**

شماره مزایده ۱۰۰۴۰۳۰۱۵۷۰۰۰۰۰۰۲			
ردیف	شرح وضعیت کالا	تعداد / واحد	قیمت پایه مزایده (ریال)
۱	باتری فرسوده	۱۰۸۶۳ آمپر	۲/۴۹۸/۴۹۰/۰۰۰
۲	دستگاه مستعمل خودپرداز	۳۵	۳/۵۴۹/۰۰۰/۰۰۰

شناسه آگهی: ۲۰۶۴۲۸۸

مناقشه عمومی همزمان با ارزیابی فشرده (۱۲۰-۱۴۰۴) (موضوع ماده ۷ آیین نامه اجرایی نظام مستند سازی)-نوبت دوم

اداره کل راه و شهرسازی استان هرمزگان در نظر دارد مناقشه عمومی همزمان با ارزیابی فشرده پروژه محوطه سازی سایت ۵۰۰ واحدی دارایی شهر بندرلنگه به شرح جدول ذیل و بر اساس مشخصات فنی منضم به اسناد مناقشه را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد ایران) برگزار نماید.

نام پروژه	شهرستان	برآورد اولیه براساس فهرست بهاء راه و باند ۱۴۰۴	مدت اجرای پروژه	مبلغ تضمین شرکت در مناقشه (ریال)
محوطه سازی سایت۵۰۰ واحدی دارایی شهر بندرلنگه	بندرلنگه	۱۵۱,۳۵۹,۳۱۲,۶۰۹	۶ ماه	براساس آیین نامه تضمین معاملات دولتی

- ۱-نوع فراخوان: مناقشه عمومی همزمان با ارزیابی فشرده
- ۲- نام ونشانی دستگاه مناقشه گزار: اداره کل راه و شهرسازی استان هرمزگان
- ۳-موضوع فراخوان: پروژه محوطه سازی سایت ۵۰۰ واحدی دارایی شهر بندرلنگه و سایر آیتم های مورد نیاز بر اساس نقشه ها و مشخصات فنی اجرایی.
- ۴-زمان و محل توزیع/فروش
- زمان شروع توزیع اسناد: مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۱۵ ساعت ۱۴
- زمان پایان توزیع اسناد: مورخ ۱۴۰۴/۰۹/۲۲ ساعت ۱۴
-محل دریافت اسناد مناقشه: کلیه مراحل فروش و تحویل و بازگشایی اسناد از طریق سایت تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد ایران) انجام می گردد.
- ۶-مهلت تحویل اسناد از سوی مناقشه گران: سایت تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد ایران)

◀ **اداره ارتباطات و اطلاع رسانی راه و شهرسازی هرمزگان**

شناسه آگهی: ۲۰۶۴۳۳۴

• صاحب امتیاز
شرکت تعاونی صبح ساحل

• مدیر مسئول
الهام کرمی

• قائم‌مقام مدیرمسئول و سردبیر
مهراب رشیدی

• دبیر تحریریه
فاطمه محمودآبادی

• دبیر سرویس ورزش
محمود رئیسی



بنیانگذار:
شادروان
قاسم کرمی

• دبیر سرویس حوادث
آنا رام

• دبیر سرویس آنلاین
سامیه طهورنیان

• چاپ مهدوی کرمان
تحریریه

• آگهی‌ها
۰۷۶۳۲۲۹۵۸۵ (داخلی ۱۲۴)

• ۰۷۶۳۲۲۴۱۴۶۲ - ۳۲۲۴۶۷۵۱ (داخلی ۱۰۵)

• فاکس شبانه‌روزی
۰۷۶۳۲۲۴۱۴۶۳

• امور مشترکین
۰۷۶۳۲۲۳۳۷۲۶ (داخلی ۱۰۱)

• دفتر مرکزی
بندرعباس، خیابان امام خمینی،
حداقل شهربانی و اتوتاج، جنب
بانک رفاه، ساختمان صبح ساحل

• پایگاه خبری صبح ساحل نیوز
www.sobhesahel.ir

میز خبر

قرارداد متا با چندین ناشر خبری به خاطر هوش مصنوعی

سرویس فناوری

شرکت متا(فیسبوک سابق) قراردادهای جدیدی را با چندین ناشر خبری برای استفاده از هوش مصنوعی منعقد کرده است.

شرکت متا(Meta) چندین قرارداد را با ناشران خبری برای کمک به ارائه داده‌های لحظه‌ای برای خدمات چت‌بات هوش مصنوعی خود منعقد کرده است. این توافق نامه‌های تجاری به چت‌بات‌های هوش مصنوعی متا اجازه می‌دهد تا به سؤالات کاربران در مورد اخبار و رویدادهای جاری بهتر پاسخ دهند.

به نقل از اکسیوس، این‌ها قراردادهایی چند ساله هستند که در آنها ناشران برای استفاده از محتوای خود غرامت دریافت می‌کنند، اما هیچ جزئیات مالی از آنها منتشر نشده است.

این قراردادها تصریح می‌کنند که چت‌بات‌های متا هنگام پاسخ به سؤالات خبری به مقالات لینک می‌دهند و به طور بالقوه باعث افزایش جزئی ترافیک برای ناشران می‌شوند.

این شرکای خبری شامل «Le Monde»، «People»، «USA Today» و «CNN» هستند. با این حال، بسیاری از رسانه‌های محافظه‌کار مانند «The»، «Fox News» و «Daily Caller» و «Washington Examiner» نیز در اعلامیه امروز گنجانده شده‌اند. نکته مهم این است که هوش مصنوعی متا لینک‌های فوق‌الذکر را فقط برای مواقعی که یک چت‌بات در مورد موضوعی حرف دیوانه‌واری بزند، ارائه می‌دهد.

متا اعلام کرده است که این فقط گام اول است و در آینده شرکای خبری بیشتری را برای پوشش موضوعات بیشتر اضافه خواهد کرد.

این یک اقدام جالب است، زیرا متا مدت‌هاست که از پرداخت پول به شرکت‌های خبری برای دسترسی به محتوا طفره می‌رود و بیزار است. این شرکت در سال ۲۰۲۲ پرداخت پول به ناشران آمریکایی برای دسترسی به اخبار را متوقف کرد و تب اخبار فیسبوک سال گذشته به طور کامل حذف شد.

قد خون موجود در بازار که شرکت‌کننده در این آزمایش از آنها نیز استفاده می‌کرد، دقیق است.

آریانا برسکی(Arianna Bresci)، مهندس اپتیک و سرپرست این مطالعه توضیح داد: با خودداری از به دست آوردن کل طیف که اطلاعات اضافی زیادی دارد، به سه باند انتخاب شده از حدود ۱۰۰۰ باند کاهش می‌یابیم. ما با این رویکرد جدید می‌توانیم اجزایی را که معمولاً در دستگاه‌های مبتنی بر رامان استفاده می‌شوند، تغییر دهیم و در فضا، زمان و هزینه صرفه جویی کنیم.

در حالی که سخت‌افزار فعلی روی میز قرار دارد، این تیم در حال تکمیل یک نمونه اولیه پوشیدنی است که تقریباً به اندازه یک تلفن همراه است. این دستگاه در حال حاضر در یک مطالعه بالینی در حال آزمایش است و بعداً در یک آزمایش بزرگتر شامل افراد مبتلا به دیابت، مراحل توسعه خود را طی خواهد کرد.

محققان امیدوارند که این فناوری را به اندازه‌ای کوچک کنند که در یک گجت به اندازه ساعت مچی جا شود. این اولین تلاش برای کنار گذاشتن سوزن از آزمایش قند خون نیست. سال گذشته نیز شاهد یک دستگاه نوار قلب غیرتهاجمی روی یک بند سینه‌ای با وزن فقط ۱۵ گرم بودیم که سطح گلوکز را از داده‌های نوار قلب پیش‌بینی می‌کرد. به نظر می‌رسد هنوز یک سال تا عرضه تجاری آن باقی مانده است.

در هر حال امیدواریم به زودی شاهد این دو محصول فناورانه و موارد دیگر در بازار برای نظارت کم‌درست‌تر بر قند خون باشیم. /ایسنا

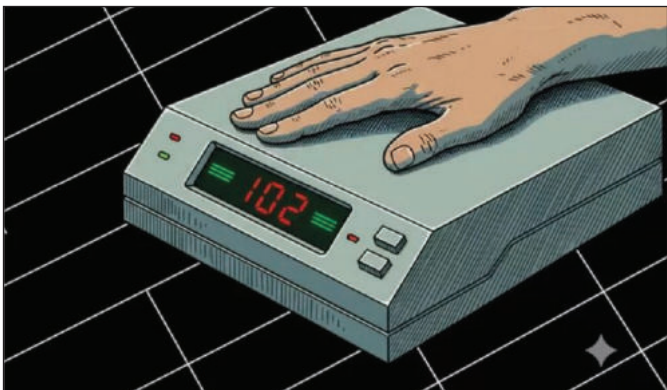
هشدار تهدید سایبری اپل و گوگل به کاربران

اپل و گوگل هشدارهای تهدید سایبری را به کاربران خود در سراسر جهان ارسال کردند. این شرکت‌ها مرحله جدید تلاش‌هایشان برای حفاظت از کاربران در مقابل تهدیدهای نظارتی را آغاز کرده‌اند. اپل و گوگل از جمله چند شرکت فناوری هستند که معمولاً وقتی تشخیص دهند کاربران هدف هک‌های مورد حمایت دولت قرار گرفته‌اند، به آنها هشدار می‌دهند. اپل اعلام کرد این هشدارها در دوم دسامبر سال جاری میلادی صادر شده‌اند اما جزئیات اندکی درباره تهدیدهای مذکور فاش کرد و به این سوال که چه تعداد از کاربران هدف قرار

گرفته بودند یا اینکه چه فردی فرایند نظارت را کنترل می‌کند، پاسخی نداده است. اپل در همین راستا اعلام کرد: تا به امروز، ما در مجموع به کاربران بیش از ۱۵۰ کشور هشدار داده‌ایم. گوگل در سه دسامبر در بیانیه‌ای اعلام کرد به تمام کاربرانی که هدف جاسوس افزار Intellexa قرار گرفته هشدار داده است. به گفته گوگل، این حملات «چند صد حساب کاربری در کشورهای مختلف، از جمله پاکستان، قزاقستان، آنگولا، مصر، ازبکستان، عربستان سعودی و تاجیکستان» را در بر می‌گرفت. /مهر

تست قند خون با نور فروسرخ به جای سوزن در آینده نزدیک

سرویس فناوری



دستگاه جدید ابداعی محققان مؤسسه فناوری ماساچوست(MIT) با استفاده از طیف‌سنجی رامان می‌تواند سطح قند خون را بدون سوزن و تنها با استفاده از نور فروسرخ به طور دقیق تعیین کند.

فراتر از عوارض بی‌شماری که دیابت به همراه دارد، بیماران باید آزمایش منظم قند خون را نیز تحمل کنند که شامل چندین بار سوزن زدن در روز برای گرفتن خون یا استفاده از یک برجسب نظارت مداوم بر گلوکز است که باید هر چند هفته یک‌بار تعویض شود.

اکنون محققان مؤسسه فناوری ماساچوست (MIT) به راه بهتری رسیده‌اند. آنها فناوری جدیدی برای سنجش قند خون توسعه داده‌اند که از نور نزدیک به فروسرخ برای اسکن بافت پوست شما و اندازه‌گیری دقیق قند خون، آن هم بدون نیاز به سوزن استفاده می‌کند. به نقل از نیو اتلس، برای کار با این سیستم غیرتهاجمی مبتنی بر میکروسکوپ رامان در حال حاضر نیاز است که دست خود را روی دستگاهی به اندازه یک جعبه کفش قرار دهید و ۴۰ ثانیه برای اسکن منتظر بمانید. در اینجا، نور لیزر به بافت‌های بدن

تابانده می‌شود و الگوی منحصر به فرد نوری که پراکنده می‌شود، مشابه با نحوه بازتاب نور از مواد مختلف به روش‌های متمایز تجزیه و تحلیل می‌شود. وقتی لیزر به مولکول‌های بافت‌ها یا مایعات بدن شما برخورد می‌کند، باعث می‌شود که آنها مرتعش شوند و نور را با طول موج‌های کمی متفاوت بازتاب دهند و آنچه را در آن مولکول‌ها وجود دارد، آشکار کنند.

این تیم با تکیه بر تلاش‌های خود برای اندازه‌گیری سیگنال‌های رامان از پوست که در سال ۲۰۲۰ منتشر کرد، دریافت که تاباندن

کاریکاتور: "دانش!"

اثر: ماریلنا ناردی



marilenanardi.it

پرورش میگو در سواحل مکران

(مجموع کشت و پرورش میگو کنارک)

آمار تولید و ظرفیت‌ها

تعداد لارو ذخیره‌سازی شده: ۱۲۶ میلیون قطعه

مساحت تحت پرورش: ۳۵۰ هکتار

تعداد مزارع فعال: ۲۳ مزرعه

تعداد دوره‌های پرورش: ۲ دوره در سال

مقایسه تولید امسال و سال گذشته



وضعیت بهداشتی و بیماری‌ها

سال‌های بدون بیماری: ۴ سال پیاپی

تعداد پایش‌های انجام شده در سال جاری: ۱۱۷ مورد

خواص و فواید

تقویت سلامت قلب و مغز

کمک به سلامت پوست و مو

بهبود سلامت استخوان‌ها و عضلات

افزایش انرژی و رفع خستگی