



## خبر

### ثبت خسارت ۹۰ هزار واحد خصوصی آسیب دیده ناشی از جنگ آمریکایی – صهیونی

وزارت راه و شهرسازی اعلام کرد: انجام فرآیند مستمر ارزیابی خسارات ناشی از جنگ تحمیلی صهیونی آمریکایی، به شناسایی و ثبت خسارت نزدیک به ۹۰ هزار واحد آسیب‌دیده مسکونی، تجاری و اداری بخش خصوصی، تا تاریخ ۱۳ فروردین ماه، منجر شد.

براساس گزارش بنیاد مسکن انقلاب اسلامی در خصوص ارزیابی خسارات وارد شده به واحدهای مسکونی، تجاری و اداری بخش خصوصی ناشی از جنگ تحمیلی رژیم صهیونی آمریکایی جنایتکار، تا تاریخ ۱۳ فروردین ماه ۱۴۰۵، در مجموع ۸۹ هزار و ۷۰۶ هزار واحد در ۲۴ استان کشور مورد ارزیابی و ثبت خسارت قرار گرفته‌اند که از این تعداد ۱۶ هزار و ۱۷۰ واحد مربوط به کلانشهرها (شهرهای با جمعیت یک میلیون نفر و بیشتر) و همچنین



۷۳ هزار و ۵۳۶ واحد مربوط به سایر شهرها و روستاها بوده است.

این خسارت‌ها در شهرها و روستاهای واقع در استان‌های آذربایجان غربی، اصفهان، البرز، خوزستان، فارس، قم، کرمانشاه، ایلام، آذربایجان غربی، بوشهر، زنجان، قزوین، کردستان، لرستان، مرکزی، همدان، تهران، یزد، کرمان، سمنان، مازندران، گیلان، هرمزگان و چهارمحال و بختیاری، شناسایی، ارزیابی و ثبت شده است.

بر اساس این گزارش، از این تعداد در کلانشهرها، تعداد ۱۷۰ واحد احداثی، ۱۳ هزار و ۲۹۶ واحد تعمیری و ۲ هزار و ۵۰۴ واحد آسیب وارد شده به لوازم معیشتی، شناسایی و ثبت شده است. این میزان در سایر شهرها و روستاهای کشور به ترتیب معادل ۹۸۶ واحد احداثی، ۵۸ هزار و ۸۹۰ واحد تعمیری و ۱۳ هزار و ۸۶۱ واحد آسیب وارد شده به لوازم معیشتی بوده است.

جمع کل ارزیابی کلانشهرها و سایر شهرها و روستاهای ۲۲ استان کشور به لحاظ خسارت‌های وارد شده به واحدهای مسکونی، تجاری و اداری بخش خصوصی ناشی از جنگ تحمیلی صهیونی – آمریکایی، نشان می‌دهد در مجموع تعداد واحدهای احداثی تا تاریخ ۱۳ فروردین ماه به یک هزار و ۱۵۶ واحد، تعداد واحدهای تعمیری به ۷۲ هزار و ۱۸۵ واحد و تعداد خسارت وارد شده به لوازم معیشتی به ۱۶ هزار و ۳۶۵ واحد رسیده است.

آمار واحدهای مسکونی نیازمند بازسازی

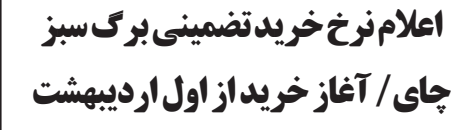
در کلانشهرها، تعداد واحدهای مسکونی احداثی تاکنون ۱۳ واحد و تعداد واحدهای مسکونی نیازمند تعمیر به ۱۱ هزار و ۳۰۰ واحد رسیده است.

در سایر شهرها و روستاها نیز ۷۵۷ واحد مسکونی تخریب شده و نیازمند بازسازی (احداثی) و ۴۸ هزار و ۷۲۹ واحد مسکونی نیازمند به تعمیر (تعمیری) شناسایی، ارزیابی و ثبت خسارت شده‌اند.

در مجموع، تاکنون در ۲۴ استان ذکر شده تعداد واحدهای مسکونی احداثی به ۸۵۹ واحد و تعداد واحدهای مسکونی تعمیری به ۶۰ هزار و ۲۹ واحد رسیده است.

#### رئیس سازمان چای خبر داد

### اعلام نرخ خرید تضمینی برگ سبز چای / آغاز خرید از اول اردیبهشت



رئیس سازمان چای از اعلام نرخ خرید تضمینی برگ سبز چای خبر داد و گفت: نرخ خرید نسبت به سال گذشته رشد داشته است. حبیب جهانسان از اعلام نرخ خرید تضمینی برگ سبز چای در سال ۱۴۰۵ خبر داد و اظهار کرد: کارخانجات چایسازی گیلان و مازندران از ۲۰ فروردین برای عقد قرارداد خرید تضمینی با سازمان چای اقدام کنند.

وی با بیان اینکه خرید تضمینی برگ سبز از چایکاران، از اول اردیبهشت سال جاری آغاز می‌شود، افزود: نرخ خرید تضمینی هر کیلوگرم برگ سبز درجه یک، ۴۲ هزار تومان و درجه دو، ۳۰ هزار تومان است که نسبت به سال گذشته رشد داشته است.

رئیس سازمان چای کشور، همچنین به قدرالسهم ۲۵ درصدی دولت در پرداخت بهای برگ سبز به چایکاران اشاره کرد و یادآور شد: قدرالسهم کارخانجات نیز ۷۵ درصد و مشابه سال گذشته است.

جهانسان مجموع برگ سبز خریداری شده از چایکاران در سال زراعی ۱۴۰۴ را ۹۷ هزار و ۵۵۵ تن دانست و اضافه کرد: بهای این میزان برگ سبز تولید شده ۲۰۸۲ میلیارد تومان بود.

به گزارش ایسنا، قیمت خرید تضمینی برگ سبز چای در سال ۱۴۰۴، به ازای هر کیلوگرم برگ سبز چای درجه یک ۲۴ هزار و ۵۰۰ تومان و درجه دو ۱۸ هزار تومان، اعلام شده بود.



کاهش سطح آب دریای خزر در سال‌های اخیر به یکی از مهم‌ترین چالش‌های زیست‌محیطی منطقه تبدیل شده، پدیده‌ای که اگرچه به‌صورت تدریجی رخ داده است.

کاهش سطح آب دریای خزر در سال‌های اخیر به یکی از مهم‌ترین چالش‌های زیست‌محیطی منطقه تبدیل شده است؛ پدیده‌ای که اگرچه به‌صورت تدریجی رخ داده، اما آثار آن اکنون به‌وضوح در سواحل کشورهای حاشیه این دریا، از جمله ایران، قابل مشاهده است. این روند نه‌تنها پیامدهای اکولوژیک به‌دنبال دارد، بلکه تبعات اقتصادی، اجتماعی و حتی زمین‌شناسی گسترده‌ای را نیز به همراه آورده است.

به گزارش مهر، بررسی داده‌های علمی و مشاهدات میدانی نشان می‌دهد که تراز آب دریای خزر طی یک دهه گذشته با کاهش قابل توجهی مواجه شده است؛ موضوعی که کارشناسان آن را ناشی از ترکیبی از عوامل اقلیمی، کاهش ورودی آب رودخانه‌ها، افزایش تبخیر و تغییرات گسترده در الگوهای آب‌وهوایی می‌دانند.در همین رابطه، علی بیت‌اللهی رئیس بخش زلزله‌شناسی و خطرپذیری مرکز تحقیقات راه، مسکن و شهرسازی در گفتگو با مهر با اشاره به کاهش سطح آب دریای خزر گفت: بر اساس مطالعات انجام‌شده در ۱۰ سال اخیر، سطح آب دریای خزر حدود ۲.۵ متر کاهش یافته است.

وی افزود: نکته قابل توجه درباره دریای خزر این است که بخش‌های عمیق‌تر آن در سمت سواحل ایران قرار دارد. در نتیجه، اثرات کاهش تراز آب در برخی مناطق ساحلی کشور ما به‌صورت ملموس‌تری قابل مشاهده است. برای نمونه، در ساری، در محدوده‌ای که اسکله وجود داشت، براساس اندازه‌گیری‌ها مشخص شد که سطح آب دریا حدود ۱۷۵ متر عقب‌نشینی کرده است.این آمارها به‌خوبی نشان می‌دهد که پدیده پس‌روی آب دیگر یک هشدار نظری نیست، بلکه به یک واقعیت عینی در سواحل شمالی کشور تبدیل شده است؛ واقعیتی که می‌تواند ساختار طبیعی و انسانی این مناطق را دستخوش تغییرات جدی کند.

#### مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت:

## بازنگری نقشه امنیت غذایی کشور در سال ۱۴۰۵؛ استان‌های ناامن غذایی شناسایی می‌شوند

مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت با بیان اینکه نقشه امنیت غذایی کشور در سال ۱۴۰۵ بازنگری می‌شود، گفت: آخرین نسخه این نقشه حدود ۱۰ تا ۱۲ سال قبل تهیه شده و مقرر است نسخه به‌روز آن در سال جاری منتشر شود تا استان‌های کم‌برخوردار و ناامن غذایی

شناسایی و وضعیت امنیت غذایی کشور به‌روز شود. «احمد اسماعیل‌زاده» مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت در گفت‌وگو با ایلنا درباره مهم‌ترین اقداماتی که در سال ۱۴۰۵ در دستور کار این دفتر قرار دارد، گفت:

یکی از مهم‌ترین اولویت‌های ما در سال ۱۴۰۵، انجام پیمایش ملی تغذیه و امنیت غذایی است که در دو گروه کودکان و نوجوانان و همچنین بزرگسالان انجام خواهد شد.وی در تشریح جزئیات این طرح توضیح داد: برخلاف پیمایش‌های قبلی که در آن وضعیت تغذیه تنها بخشی از وضعیت تغییرات جامعه ارزیابی می‌شد، در پیمایش امسال تمام اجزای مربوط به وضعیت تغذیه و امنیت غذایی کشور مورد بررسی قرار می‌گیرد. در واقع، این یک پیمایش جامع است که در آن هم دریافت‌های غذایی، مواد مغذی و گروه‌های غذایی و هم وضعیت تغذیه بر مبنای شاخص‌های بیوشیمیایی مانند کم‌خونی، کمبود ویتامین‌ها، وضعیت آهن سرم و سایر شاخص‌ها بررسی خواهد شد.مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه افزود: در این پیمایش، «سواد تغذیه‌ای» کودکان و نوجوانان و همچنین «فعالیت بدنی» آنان ارزیابی می‌شود. همچنین پروفایل قند، چربی، آنزیم‌های کبدی و شاخص‌های کلینوینز اندازه‌گیری و ارتباط آن‌ها با وضعیت تغذیه و امنیت غذایی بررسی خواهد شد. از سوی دیگر، شاخص‌های تن‌سنجی مانند قد و وزن در تمامی گروه‌های سنی اندازه‌گیری می‌شود تا داده‌های حاصل مبنای تصمیم‌گیری‌های راهبردی در حوزه سیاست‌گذاری تغذیه و غذا در کشور قرار گیرد.

او اظهار کرد: انتظار داریم تحلیل داده‌های این پیمایش طی یک‌ونیم تا دو سال آینده انجام شود. این نخستین پیمایش جامع تغذیه و امنیت غذایی در کشور خواهد بود که قرار است هر پنج تا هفت سال یک‌بار در سطح ملی تکرار شود. به گفته اسماعیل‌زاده، برای انجام این طرح از حدود ۴۰ نفر از محققان کشور کمک گرفته شده است. محوریت اجرایی کار با مؤسسه تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور خواهد بود و دفتر بهبود تغذیه جامعه به‌عنوان سفارش‌دهنده و ناظر، این طرح را به‌صورت مستمر پیگیری می‌کند.وی درباره دومین اولویت این دفتر نیز گفت: بررسی وضعیت ید یکی

## افت ۲/۵ متری آب خزر؛ زنگ خطر یک فاجعه خاموش در شمال کشور

اقلیمی یکی از مهم‌ترین عوامل کاهش سطح آب دریای خزر است. افزایش دمای هوا در منطقه، کاهش بارندگی در حوضه‌های آبریز و تغییر الگوی جریان رودخانه‌ها، به‌ویژه رود ولگا به‌عنوان اصلی‌ترین تأمین‌کننده آب خزر، از جمله عواملی هستند که به کاهش ورودی آب به این دریا منجر شده‌اند.

از سوی دیگر، افزایش دمای سطح آب باعث افزایش نرخ تبخیر شده و این موضوع نیز به کاهش تراز آب دامن زده است. در مجموع، ترکیب این عوامل باعث شده است که تراز آب خزر در یک روند نزولی پایدار قرار گیرد.

کاهش سطح آب دریای خزر پیامدهای متعددی برای اکوسیستم‌های ساحلی و دریایی به همراه دارد. خشک شدن تالاب‌های ساحلی، از بین رفتن زیستگاه‌های آبزیان، کاهش تنوع زیستی و تغییر در الگوی مهاجرت پرندگان از جمله آثار زیست‌محیطی این پدیده است.

از نظر اقتصادی نیز این روند می‌تواند بر فعالیت‌هایی مانند صیادی، گردشگری و حمل‌ونقل دریایی تأثیر منفی بگذارد. کاهش عمق آب در بنادر و اسکله‌ها، نیاز به لایروبی‌های مکرر و افزایش هزینه‌های نگهداری زیرساخت‌ها را به‌دنبال دارد.

یکی دیگر از ابعاد مهم این بحران، تأثیر آن بر سکونتگاه‌های انسانی در نوار ساحلی است. تغییر خط ساحلی، افزایش خطر فرونشست و ناپایداری زمین می‌تواند زیرساخت‌های شهری و روستایی را در معرض تهدید قرار دهد.

در همین زمینه، بیت‌اللهی تأکید کرد: پایین رفتن سطح آب دریای خزر نه‌تنها نشانه تغییرات اقلیمی و کاهش منابع آبی است، بلکه خود به‌عنوان عاملی تشدیدکننده در بروز فرونشست زمین در زون‌های ساحلی شمال کشور عمل می‌کند.

وی افزود: با توجه به افزایش مهاجرت جمعیت به استان مازندران و فشار بر منابع طبیعی و زیست‌محیطی این خطه، ساخت‌وساز در این مناطق باید به‌شدت کنترل شود. در غیر این صورت، در آینده‌ای نه‌چندان دور با مشکلات جدی زیست‌محیطی، زمین‌شناسی و کم‌خونی مواجه خواهیم شد. با توجه به ابعاد گسترده این پدیده، کارشناسان بر لزوم تدوین و اجرای سیاست‌های جامع برای مدیریت سواحل خزر تأکید دارند. این سیاست‌ها باید شامل کنترل ساخت‌وساز، مدیریت منابع آب زیرزمینی، حفاظت از اکوسیستم‌های حساس و همکاری‌های منطقه‌ای بین کشورهای حاشیه خزر باشد.

از آنجا که دریای خزر یک پهنه آبی مشترک میان چند کشور است، هرگونه تغییر در تراز آب آن نیازمند رویکردی فراملی و هماهنگ است. در غیر این صورت، اقدامات یک‌جانبه نمی‌تواند به حل این بحران کمک کند.

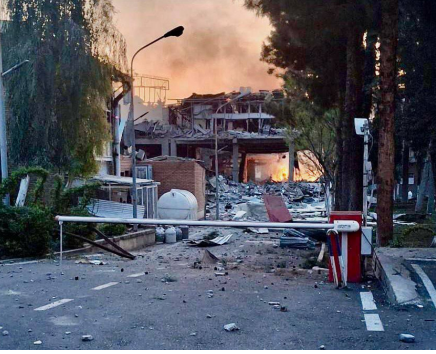
کاهش سطح آب دریای خزر دیگر یک هشدار دوردست نیست، بلکه به یک بحران در حال شکل‌گیری تبدیل شده است؛ بحرانی که آثار آن از تغییرات زیست‌محیطی تا تهدیدات زمین‌شناسی و اقتصادی گسترده است. افت ۲.۵ متری تراز آب در یک دهه، عقب‌نشینی صدها متری خط ساحلی و تشدید پدیده فرونشست، همگی نشانه‌هایی از عمق این چالش هستند.در چنین شرایطی، بی‌توجهی به این روند می‌تواند هزینه‌های جبران‌ناپذیری به‌دنبال داشته باشد. مدیریت هوشمندانه، سیاست‌گذاری دقیق و اقدام به‌موقع، تنها راهکارهایی هستند که می‌توانند از تبدیل این بحران به یک فاجعه جلوگیری کنند.

## سیاسی ، فرهنگی ، اجتماعی و ورزشی

### خبر

عضو کمیسیون بهداشت و درمان مجلس :

## متاسفانه انستیتو پاستور باید به طور کامل بازسازی شود/ تولید واکسن ادامه دارد و جای نگرانی نیست



عضو کمیسیون بهداشت و درمان مجلس می‌گوید: متاسفانه چیزی از پاستور باقی نمانده است و باید به طور صد در صد بازسازی کامل شود و ان‌شالله با غرامتی که ما از این جنایتکاران می‌گیریم انجام خواهد شد و البته با وجود اینکه موسسه پاستور مورد حمله دشمنان قرار گرفته، پیش‌بینی‌های لازم از قبل انجام شده است و مشکلی در تأمین واکسن نخواهیم داشت و جای نگرانی نیست.دشمن آمریکایی-صهیونیستی روز سیزدهم فروردین‌ماه، موسسه انستیتو پاستور را که موسسه‌ای تحقیقاتی، تولیدی، خدماتی و آموزشی بود، مورد حمله قرار داد و این موسسه در اثر این حمله به شدت تخریب شد.پاستور موسسه‌ای سلامت محور و یکی از ارکان صدساله سلامت جهانی و عضو شبکه بین‌المللی پاستور بوده است که با هدف تأمین بهداشت و سلامت جامعه رانندازی شده و در طول تاریخ صد ساله خود در جهت کنترل بسیاری از بیماری‌های عفونی در کشور و دنیا نقش مهمی ایفا کرده است. این انستیتو از سال ۱۹۲۰ یکی از پیشگامان و قطب‌های مهم تولید واکسن در منطقه بوده است.

ششمیلی شهرداری، عضو کمیسیون بهداشت و درمان مجلس، در خصوص حمله دشمن به موسسه پاستور به خیرآنلاین، می‌گوید: شکایت به مجامع بین‌المللی و پیگیری‌های حقوقی حمله دشمن به پاستور و برخی مراکز درمانی از طریق واحدهای بین‌المللی انجام می‌شود؛ چون این‌ها جنایت جنگی است.او می‌گوید: در حال حاضر هم قوه قضائیه پرونده‌ها را تکمیل می‌کند و هم حقوقدان‌ها و دولت موارد حقوقی مربوط به حملات دشمن به مراکز چون پاستور و مراکز درمانی را پیگیری می‌کنند و شکایات بعد از تنظیم برای رسیدگی به مجامع بین‌المللی ارسال شده و ان‌شالله وقتی که دشمنان را شکست دادیم آن‌ها باید پای میز محاکمه بروند و پاسخ جنایتی که در ایران انجام دادند را بگیرند.عضو کمیسیون بهداشت و درمان مجلس می‌افزاید: با وجود اینکه موسسه پاستور مورد حمله دشمنان قرار گرفته است، پیش‌بینی‌های لازم از قبل انجام شده است و مشکلی در تأمین واکسن نخواهیم داشت و جای نگرانی نیست.

**ادامه‌واکسناسیون در ایران بر خلاف کشورهای مثل اوکراین**
شهرداری می‌گوید: اتفاقاً در همین مدتی که جنگ بوده است پرسنل بهداشت و بهورزان مراکز حوزه سلامت ما به طور فعال و به صورت خانه به خانه برای انجام واکسناسیون مراجعه کرده و حدود ۸۰ هزار واکسناسیون فقط در دو هفته اول جنگ انجام شده است.

او می‌گوید: وقتی در کشوری جنگ می‌شود واکسناسیون انجام نمی‌شود مثل اوکراین یا دیگر جاها که جنگ شده است، مردم دیگر واکسناسیون را فراموش می‌کنند اما در کشور ما اینطور نیست و نگرانی‌ای هم وجود ندارد.

عضو کمیسیون بهداشت و درمان مجلس در پاسخ به اینکه گفته می‌شود تخریب موسسه انستیتو پاستور صدر در صد بوده است، می‌گوید: متاسفانه چیزی از پاستور باقی نمانده است و باید به طور صد در صد بازسازی کامل شود و ان‌شالله با غرامتی که ما از این جنایتکاران می‌گیریم انجام خواهد شد.شهرداری می‌گوید: برای ادامه تولید واکسن هم نباید نگران باشیم و این کار متوقف نمی‌شود.

**جایگزینی مراکز درمانی که مورد حمله قرار می‌گیرند**

او می‌گوید: در مورد حمله دشمنان به مراکز درمانی هم باید بگویم هر جا یک مرکز درمانی را زده‌اند بلافاصله در مجاور آن یک جا پیش‌بینی شده و خدمات ادامه دارد؛ یعنی اینطور نیست که اگر یک جا را بزنند، خدمات ما دچار مشکل شده و یا کلا تعطیل شود. بلافاصله جایگزین می‌شوند و خدمات‌دهی ادامه پیدا می‌کند.

عضو کمیسیون بهداشت و درمان مجلس می‌گوید: کلیه پرسنل بهداشت و درمان پای کار هستند و لوازم و تجهیزات کافی به اندازه کافی وجود دارد و جای نگرانی نیست.شهرداری می‌گوید: امیدواریم هر چه سریعتر این دشمن جنایتکار تیبیه شود و شکست بخورد و ملت ما سال ۱۴۰۵ را با خوشی سپری کنند.

## پرداخت ۳۳ همت تسهیلات اشتغال در سال ۱۴۰۴

معاون توسعه کارآفرینی و اشتغال وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی از پرداخت ۳۳ همت تسهیلات اشتغال در سال ۱۴۰۴ خبر داد و گفت: مهلت وام‌های سال قبل تا پایان اردیبهشت تمدید شد.

وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی گفت: سیدمالک حسینی، معاون توسعه کارآفرینی و اشتغال وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی با قدردانی از کارگران و کارفرمایان واحدهای تولیدی که زیر سایه بیماران تولید کارفرم شدند، از پرداخت ۳۳ همت تسهیلات اشتغال در سال ۱۴۰۴ خبر داد.وی افزود: تاکنون بیش از ۸۶ همت پرونده جهت پرداخت به بانک‌ها ارسال شده و به همه درخواست‌ها رسیدگی خواهد شد.معاون توسعه کارآفرینی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی در بازدید میدانی از چند مرکز صنعتی و تولیدی با تقدیر از تلاش کارگران و کارفرمایان این‌گونه واحدها، آنها را «سربازان جنگ رضوان» نامید و عنوان کرد: ۳۳ همت تسهیلات اشتغال برای مشاغل خرد و کوچک و خانگی در سال ۱۴۰۴ پرداخت شده است.

به گفته وی، مهلت استفاده از تسهیلات اشتغال سال قبل نیز تا پایان اردیبهشت ماه تمدید شده است.



## روزشمار

از ۲۱ شهریور تا ۲۲ مهر

بهبودی پس از جراحی لیزیک چشم:

## چه چیزی باید انتظار داشت؟

عمل لیزیک با تغییر شکل قرنیه، نزدیک بینی یا دوربینی را کاهش می دهد یا حتی به طور کامل از بین می رود.

بهبودی پس از جراحی لیزیک چشم: چه چیزی باید انتظار داشت؟ از عینک یا لنزهای تماسی خسته شده اید؟ جراحی لیزیک چشم می تواند بینایی را برای بیماران مبتلا به نزدیک بینی یا دوربینی اصلاح کند. پس از بهبودی از عمل لیزیک، ممکن است بتوانید برای همیشه با عینک خود خداحفاظتی کنید.

ادوارد روبینچیک، متخصص چشم و جراح از بیماران خود می خواهد که برای تسریع روند بهبودی اطلاعات زیر را به خاطر بسپارند.

**نحوه عملکرد لیزیک**

عمل لیزیک با تغییر شکل قرنیه، نزدیک بینی یا دوربینی را کاهش می دهد یا حتی به طور کامل از بین می رود. پس از بهبودی، می توانید استفاده از وسایلی مانند عینک یا لنز تماسی را کنار بگذارید. در مراکز پیشرفته تخصصی چشم از فناوری لیزر برای ایجاد یک فلپ کوچک در قسمت بیرونی کره چشم استفاده می کنند که به پزشکان این امکان را می دهد برای درمان به قرنیه مرکزی شما دسترسی پیدا کنند. پس از تغییر شکل لیزر، فلپ را تعویض می کنند و روند بهبودی می تواند آغاز شود.

اکثر بیماران هیچ ناراحتی را در طول عمل گزارش نمی کنند، اما پزشکان برای اطمینان از قطره های چشمی بی حس کننده استفاده می کنند.

ممکن است در طول درمان احساس فشار داشته باشید. تیم مراقبت شما را پس از جراحی با دستورالعمل‌های کامل پس از عمل به‌خانه می‌فرستد و در طول فرآیند بهبودی شما را پشتیبانی می‌کند.

**بهبودی بعد از لیزیک**
در چند ساعت اول پس از عمل، انتظار داشته باشید که چشمان شما کمی خارش یا ناراحتی داشته باشد. همچنین ممکن است احساس کنید چیزی در چشمان شما است. پزشکان پیشنهاد میکنند که برای راحتی خود از داروهای مسکن بدون نسخه استفاده کنید. حتی اگر چشمان شما در این مرحله اولیه بهبودی تار است یا آبریزش دارد، مطمئن شوید که چشمان خود را مالش ندهید تا برش جراحی شما آسیب بینند.

در چند روز اول پس از عمل لیزیک، چشمان شما به نور حساس خواهند بود، بنابراین برنامه ریزی کنید که مدتی را از صفحه نمایش دستگاه و نور کامل خورشید دور بمانید.

همچنین ممکن است چشمان شما برای چند روز قرمز یا خون آلود به نظر برسد. پزشکان ممکن است قطره های چشمی دارویی یا اشک مصنوعی را برای جلوگیری از عفونت و روان نگه داشتن چشم های در حال بهبودی توصیه و تجویز کنند.

تیم مراقبت از چشم در ۲۴ تا ۴۸ ساعت اول وضعیت بهبودی شما را بررسی خواهند کرد.

پزشکان پس از جراحی لیزیک، چکاپ های منظمی را برای یک دوره شش ماهه توصیه میکنند. اگر بعد از جراحی درد شدید یا بدتر شدن بینایی را تجربه کردید، فوراً به پزشک مراجعه کنید.

**ریکاروری لیزیک چند طول می‌کشد؟**

پس از جراحی لیزیک، ممکن است لازم باشد به چشمان خود مدتی برای بهبودی فرصت دهید.

شما باید حداقل ۱ تا ۳ روز پس از عمل لیزیک از ورزش های تماسی و فعالیت های شدید خودداری کنید و لازم است برای از سرگیری فعالیت هایی مانند یوگس یا هنرهای رزمی تا ۴ هفته صبر کنید. خبرنگار:پری برده خرم

## توصیه‌های بهداشتی قبل از مصرف غذاهای کنسروی

افزایش مصرف غذاهای کنسروی در سفرها باعث رعایت نکات ساده اما حیاتی بهداشتی می‌شود که می‌تواند از بروز مسمومیت‌های شدید میکروبی و عصبی پیشگیری کند، از بررسی تاریخ انقضا و سلامت قوطی تا جوشاندن حداقل ۲۰ دقیقه‌ای کنسروهای گوشتی و خانگی، مهم‌ترین اقداماتی است که مصرف‌کنندگان باید جدی بگیرند.اگرچه کنسروهای غذایی تجاری و خانگی با رعایت کامل نکات بهداشتی تهیه می‌شوند، ولی بخشی از اقدامات بهداشتی انجام شده در زمان مصرف این محصولات و توسط مصرف‌کنندگان انجام شود.در صورت عدم رعایت این اقدامات و توصیه‌ها، احتمال بروز مسمومیت‌های غذایی میکروبی یا شیمیایی به دنبال خوردن کنسروها وجود دارد. بنابراین در هنگام استفاده از کنسروها حتما موارد زیر را رعایت کنید:

برای پیشگیری از مسمومیت ناشی از مصرف غذای کنسرو شده اقدامات زیر را اتجام دهید:

کنسروها را در محیط خشک و خنک نگهداری کنید و در معرض آفتاب قرار ندهید.

به تاریخ انقضای کنسروها حتما دقت کنید.

در صورت ابتلا به مسمومیت غذایی، علائم بسیار مشخص است به صورت علائم گوارشی، علائم عصبی یا مجموعه‌ای از علائم عمومی بروز می‌کند. علائم گوارشی: شامل تهوع و استفراخ، اسهال، درد شکم، علائم عصبی به صورت تاری دید یا دوبینی، افتادگی پلک‌ها، مشکل در صحبت کردن یا بلع، ضعف عضلات، مشکل در تنفس، علائم عمومی یک عفونت شامل تب، بی حالی شدید، کم آبی بدن باشد. خبرنگار:سید عارف میر باقری

<b>هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی</b>
<p>وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی</p> <p>برای آرای صادره از هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک امثلش تصرفات مالکانه و بلا معارض متقاضی خانم آقای نوراله عامری فرزند محب علی یا کم ملی ۱۱۸۹۷۱۲۰۰۹ صادره از اردستان بصورت شدت‌آنگ عرصه یک قطعه زمین منجر به مساحت ۳۲۰/۴۴ مربع پیلدک ۴۲۳ فرعی از سنگ ۴۲۳ - اصلی</p> <p>واقع در قره کپا کلايه در شهرستان امثلش بخش ۲۹ گیلان مورد مالکیت رسمی محمد رحبی کلچار محرز گردید لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.</p> <p>تاریخ انتشار نوبت اول ۱۳۰۱/۱۱/۱۶</p> <p>تاریخ انتشار نوبت دوم ۱۳۰۱/۱۱/۱۴</p> <p>احسان شعبانی -اداره ثبت استاد و املاک امثلش شناسه ۲۱۴۹۰۹</p>

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی گیلان گفت: سال گذشته، ۲۱ هزار و ۲۴۶ نفر اشتغال در سامانه رصد ثبت شده که صد درصد تمهد اشتغال است.

علی لقمانی در جمع خبرنگاران، به مهمترین اقدامات و دستاوردهای حوزه‌های تعاون، اشتغال، روابط کار و حمایت‌های اجتماعی اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان گیلان اشاره کرد و گفت: طی سال گذشته تلاش شد با تقویت تعاونی‌ها، توسعه اشتغال و ارتقای نظارت بر محیط‌های کار، نقش این بخش در اقتصاد

استان پررنگ‌تر شود.

وی با اشاره به عملکرد بخش تعاون، اظهار کرد: سیاست اصلی ما تقویت تعاونی‌ها، افزایش مشارکت مردمی در فعالیت‌های اقتصادی و ایجاد فرصت‌های شغلی از طریق این بخش بوده است. در همین راستا توسعه و ساماندهی تعاونی‌ها، حمایت از ایجاد تعاونی‌های جدید، تسهیل دسترسی آنها به منابع حمایتی و ارتقای نظارت بر فعالیت تعاونی‌ها در دستور کار قرار گرفت.

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی گیلان با بیان اینکه هم‌اکنون ۲۵۲۸ تعاونی فعال در استان داریم، تصریح کرد: این تعاونی‌ها در حوزه‌های نظیر حمل‌ونقل، خدمات، کشاورزی، صنعتی، تولیدی و توزیمی، تأمین نیاز تولیدکنندگان و مصرف‌کنندگان، عمرانی و ساختمانی، مسکن، فرش دستباف،

اعتباری، معدنی، نفتی، فناوری اطلاعات، فرهنگی و ورزشی فعال هستند.لقمانی با اشاره به نقش تعاونی‌ها در صادرات، خاطر نشان کرد: تعاونی‌های استان در سال ۱۴۰۴ بیش از ۳۰ میلیون دلار صادرات به ۱۹ کشور جهان داشته‌اند که از جمله این کشورها می‌توان به چین، روسیه، عراق، گرجستان، قطر، هند، ارمنستان، آذربایجان، ترکیه، آلمان، ژاپن، سوئیس، عمان و برخی کشورهای اروپایی اشاره کرد.وی اضافه کرد: عمده صادرات تعاونی‌ها در حوزه‌های محصولات کشاورزی و غذایی مانند زیتون، چای خشک، عسل، خاویار و ماهیان خاویاری، زعفران، هندوانه، لبلب، خیار، فندک، کنسرو ماهی، مرغ منجمد و جوجه یک‌روزه بوده است. همچنین در بخش صنایع‌دستی و نساجی محصولاتی مانند فرش و تابلوفرش، در بخش صنعتی محصولاتی نظیر پالت چوبی و گرانول اتیلن

و در حوزه خدمات گردشگری نیز فعالیت‌هایی در عرصه صادرات خدمات انجام شده است.

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی گیلان با اشاره به حمایت‌های مالی از بخش تعاون، بیان کرد: در سال گذشته، ۱۹ طرح تعاونی با اعتباری بالغ بر ۷۰۰ میلیارد ریال از محل تبصره ۱۸ و اعتبارات ملی تفاهم‌نامه‌های سه‌جانبه تسهیلات دریافت کردند که با عاملیت بانک‌های توسعه تعاون، رفاه و صندوق کارآفرینی امید پرداخت شده است.



وی همچنین به فعالیت تعاونی‌های مصرف اشاره کرد و متذکر شد: در حال حاضر ۱۲۰ تعاونی و اتحادیه فعال در حوزه تأمین نیاز مصرف‌کنندگان در استان فعالیت دارند که دارای ۳۲ هزار و ۲۲۸ عضو هستند و با احساب اعضای اتحادیه‌ها، جمعیت تحت پوشش آنها به بیش از ۱۱۰ هزار نفر می‌رسد.لقمانی ادامه داد: این تعاونی‌ها در حوزه‌هایی مانند تعاونی‌های مصرف کارکنان دولت، فرهنگیان، کارگری، محلی، دانشجویی و مرزنشینان فعالیت دارند و در شرایط مختلف اقتصادی از جمله در ایام جنگ ۱۲ روزه نقش مؤثری در تأمین کالا‌های اساسی و پشتیبانی از مردم ایفا کرده‌اند.

وی با اشاره به تسهیلات اشتغالزا، تصریح کرد: با ابلاغ بند «الف» تبصره ۱۸، ۱۴ طرح به ارزش ۵۰۲ میلیارد ریال در بخش‌های کشاورزی و خدمات پرداخت شد که شامل ۱۲

مدیرکل محیط زیست گیلان:

## حفاظت از تالاب‌ها و تنوع زیستی استان اولویت است

تخلف محیط زیستی تأکید کرد و وضعیت تجهیزات و امکانات حفاظتی این پاسگاه را مورد بررسی قرار داد. حسینی طایفه در جمع محیط بانان با اشاره به حساسیت‌های بوم شناختی این تالاب و ضرورت جلوگیری از هر گونه تصرف و تخریب، بر اجرای دقیق برنامه‌های مدیریت زیست بومی و تقویت گشت‌های حفاظتی تأکید کرد.

وی با بررسی وضعیت آب شناسی و زیست‌گاه‌های پرندگان،



راهکارهای لازم را برای حفظ سلامت و پایداری اکوسیستم این منطقه را بررسی و در بازدید از مرکز حفاظت فوک خزری و گفت و گو با تیم تخصصی برای حفظ این گونه ارزشمند و تنها پستاندار دریای خزر آمادگی زیرساخت های این مرکز را در تیمار، احیا و کالبد گشایی این گونه در خطر انقراض را بررسی کرد.

گیلان دارای بیش از ۳۰ هزار هکتار پهنه تالابی است که افزون بر ۲۴ هزار هکتار آن، ۸۰ درصد در قالب سه تالاب

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان بیان کرد

## از ثبت اشتغال ۲۱ هزار نفری تا خرید کالابرگی ۸۵۰۰ میلیارد تومانی در گیلان

طرح تعاونی و دو طرح دفاتر مشاوره کارآفرینی و کاربایی بوده است.

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی گیلان افزود: همچنین در حوزه مشاغل خانگی ۹۶۲ نفر موفق به دریافت ۱۲۳۰ میلیارد ریال تسهیلات شدند و هزار و ۸۷۷ مجوز کسب‌وکار در قالب مشاغل خانگی صادر شده است.

لقمانی اضافه کرد: از ۳۲۰ میلیارد تومان اعتبار تخصیص یافته به گیلان در حوزه مشاغل خانگی، تاکنون ۲۹۱ میلیارد تومان معرفی به بانک شد و ۲۹ میلیارد تومان باقیمانده نیز در دست اقدام است.

وی با اشاره به وضعیت اشتغال در استان، تأکید کرد: در سال گذشته ۲۱ هزار و ۲۴۶ نفر اشتغال در سامانه رصد ثبت شده که معادل ۹۵ درصد تحقق برنامه اشتغال است و در صورت رفع اختلال در وب‌سرویس بنیاد علوی، این میزان به صد درصد تحقق خواهد رسید.

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی گیلان به عملکرد حوزه روابط کار اشاره و تصریح کرد: در سال گذشته ۱۰ هزار و ۲۹ پرونده دعاوی کارگری و کارفرمایی مورد رسیدگی قرار گرفت و ۶۳۹۰ نفر نیز از بیمه بیکاری بهره‌مند شدند.

وی با اشاره به موضوع ایمنی کار، گفت: در سال گذشته ۱۰ هزار و ۶۷۹ مورد بازرسی از کارگاه‌ها و ۲۱ هزار و ۵۲۴ نفرساعت دوره آموزشی ایمنی برگزار شد: در سال گذشته ۹۶ حادثه کار در استان ثبت شده که ۹ مورد آن منجر به فوت شده است.

لقمانی همچنین از شناسایی ۳۹۰ نغمه خارجی شاغل و معرفی ۱۴۵ کارفرمای متخلف جهت به کارگیری اتباع به مراجع قانونی خیر دادوی با اشاره به اجرای مرحله جدید طرح کالابرگ الکترونیکی یک میلیون تومانی، بیان کرد: در حال حاضر بیش از ۷۰۰۰فروشگاه و ۱۲ هزار تریمنال فروش در استان به این طرح متصل هستند لذا از ۱۷ دی ۱۴۰۴ لغایت تاروز گذشته ۱۴۰۵ میزان خرید انجام شده در این طرح ۸۵ هزار و ۶۴ میلیارد ریال بوده و چهار میلیون و ۸۴۱ هزار و ۶۶۱ تراکت ثبت شده است.به گفته مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی گیلان، در راستای نظارت بر اجرای صحیح طرح، از بیش از ۳۰۰ فروشگاه خرد و زنجیره‌ای بازدید انجام شده و به دلیل تخلفات صورت گرفته، ۱۸۴ تریمنال فروش مسدود شده است. خبرنگار:سید جوادش میرباقری



تاریخ انتشار: ۱۳۰۵/۰۱/۱۶

## آگهی دعوت از سهامداران شرکت تعاونی تولید و توزیع کارکنان دانشگاه گیلان ثبت شده به شماره ۴۷۹۶ و شناسه ملی ۱۰۷۲۰۱۸۲۳۲۱ جهت تشکیل مجمع عمومی فوق العاده نوبت سوم

بدینوسیله از کلیه سهامداران شرکت دعوت میشود تا در جلسه مجمع عمومی فوق

العاده نوبت سوم که درروز یکشنبه مورخ ۱۳۰۵/۰۱/۳۰ ساعت ۹ صبح در محل سالن

اجتماعات دانشکده علوم پایه دانشگاه گیلان واقع در رشت خیابان نامجو تشکیل

میگردد حضور بهم رسانند.

ضمنا به اطلاع می رساند که به موجب ماده ۱۹ آئین نامه نحوه تشکیل مجامع عمومی

تعداد آراء و کالتی هر عضو حداکثر ۳ رأی و هر شخص غیر عضو تنها یک رأی

خواهد بود و اعضای متقاضی اعطای نمایندگی می بایست به همراه نماینده خود

حداکثر تا یک روز قبل از برگزاری مجمع در محل شرکت تعاونی حاضر تا پس از

احراز هویت و تأیید وکالت بر که ورود به مجمع را دریافت دارند

<b>مقام دعوت کننده: هیئت مدیره</b>
<p>تاریخ انتشار ۱۳۰۵/۰۱/۱۶</p> <p><b>آگهی دعوت از سهامداران شرکت تعاونی تولید و توزیع کارکنان دانشگاه گیلان ثبت شده به شماره ۴۷۹۶ و شناسه ملی ۱۰۷۲۰۱۸۲۳۲۱ جهت تشکیل مجمع عمومی عادی سالیانه نوبت دوم</b></p> <p>بدینوسیله از کلیه سهامداران شرکت دعوت میشود تا در جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه نوبت دوم که در روز یکشنبه مورخ ۱۳۰۵/۰۱/۳۰ ساعت ۱۰ صبح در محل سالن اجتماعات دانسنکده علوم پایه دانشگاه گیلان واقع در رشت خیابان نامجو تشکیل میگردد حضور بهم رسانند.</p> <p>ضمنا به اطلاع می رساند که به موجب ماده ۱۹ آئین نامه نحوه تشکیل مجامع عمومی تعداد آراء و کالتی هر عضو حداکثر ۱ رأی و هر شخص غیر عضو تنها یک رأی خواهد بود و اعضای متقاضی اعطای هیئت مدیره می بایست به همراه نماینده خود حداکثر تا یک روز قبل از برگزاری مجمع در محل شرکت تعاونی حاضر تا پس از احراز هویت و تأیید وکالت بر که ورود به مجمع را دریافت دارند</p>

دستور جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه نوبت دوم :

## سلامت

## علائم و عوامل خطر فوبیای خاص

فوبیای خاص، ترس شدید و غیرمنطقی از اشیا یا موقعیت‌هایی هستند که خطر واقعی کمی دارند اما اضطراب و اجتناب را برمی‌انگیزند. بر خلاف اضطراب مختصری که ممکن است هنگام سخنرانی یا امتحان احساس کنید، فوبیای خاص طولانی مدت هستند، واکنش‌های فیزیکی و روانی شدیدی ایجاد می‌کنند و می‌توانند بر توانایی شما برای عملکرد طبیعی

در محل کار، مدرسه یا محیط‌های اجتماعی تأثیر بگذارند. فوبیای خاص جزو شایع ترین اختلالات اضطرابی هستند و همه فوبیاها نیاز به درمان ندارند. اما اگر یک فوبیای خاص بر زندگی روزمره شما تأثیر بگذارد، چندین روش درمانی در دسترس هستند که می‌توانند به شما کمک کنند تا بر ترس های خود غلبه کنید.

**فوبیای خاص چه علائمی دارد؟**
یک فوبیای خاص شامل ترس شدید و مداوم از یک شی یا موقعیت خاص است که با خطر واقعی تناسب ندارد. انواع مختلفی از فوبیا وجود دارد و تجربه یک فوبیای خاص در مورد بیش از یک شی یا موقعیت غیرعادی نیست. فوبیای خاص نیز می‌تواند همراه با انواع دیگر اختلالات اضطرابی رخ دهد.

**دسته های رایج فوبیاهای خاص عبارتند از ترس از:**
موقعیت های مانند هوایپما، فضاهای بسته یا رفتن به مدرسه طبیعت، مانند رعد و برق یا ارتفاعات حیوانات یا حشرات مانند سگ یا عنکبوت خون، تزریق یا جراحی، مانند سوزن، تصادف یا اقدامات پزشکی

سایر موارد، مانند خفگی، استفراخ، صداهای بلند یا دلنگ ها هر فوبیای خاص با اصطلاح خاص خود به آن اشاره می‌شود. نمونه‌هایی از اصطلاحات رایج‌تر عبارتند از ترس از ارتفاع، آکروفوبیا و ترس از فضاهای محدود، کلاستروفوبیا. مهم نیست که چه فوبیای خاصی دارید، احتمالاً این نوع واکنش ها را ایجاد می‌کنند:

احساس فوری ترس، اضطراب و وحشت شدید زمانی که در معرض منبع ترس خود قرار می‌گیرید یا حتی به آن فکر می‌کنید. آگاه باشید که ترس های شما غیر منطقی یا اغراق آمیز هستند اما در کنترل آنها تاوان هستید

تشدید اضطراب با نزدیک شدن موقعیت یا شیء در زمان یا نزدیکی فیزیکی به شما

انجام هر کاری که ممکن است باعث اجتناب از شی یا موقعیت یا تحمل آن شود

به دلیل ترس شما در عملکرد عادی مشکل دارید واکنش ها و احساسات فیزیکی، از جمله عرق کردن، ضربان قلب سریع، سفتی و سختی سینه یا مشکل در تنفس احساس تهوع، سرگیجه یا غش در اطراف خون یا جراحات در کودکان، اختلال عصبانیت، چسبیدن، گریه کردن، یا امتناع

از ترک والدین یا نزدیک شدن به ترس آنها

**چه زمانی باید به پزشک مراجعه کرد؟**

یک ترس غیرمنطقی می‌تواند آزاردهنده باشد، مثلاً مجبور شوید به جای آسانسور از پله‌ها بروید یا به‌جای ورود به بزرگراه مسیر طولانی تری را رانندگی کنید تا به سمت محل کار طی کنید، اما به عنوان یک فوبی خاص در نظر گرفته نمی‌شود مگر اینکه زندگی شما را مختل کند. اگر اضطراب و عوارض ناشی از این فوبیا بر عملکرد شغلی، مدرسه یا موقعیت‌های اجتماعی تأثیر منفی می‌گذارد، با پزشک یا متخصص سلامت روان صحبت کنید.

ترس های دوران کودکی، مانند ترس از تاریکی، هیولاها یا تنه مادرند، رایج هستند و بیشتر کودکان آنها را تجربه کرده اند. اما اگر کودک شما ترس مداوم و بیش از حدی دارد که در عملکرد روزانه در خانه یا مدرسه اختلال ایجاد می‌کند، با پزشک کودک صحبت کنید.

**بیشتر افراد می‌توانند با درمان مناسب به کودک خود کمک کنند.**

به جای اینکه منتظر بمانید، کمک دریافت کنید تا درمان آسان‌تر شود.

**علل فوبیای خاص**

هنوز چیزهای زیادی در مورد علت واقعی فوبیاهای خاص ناشناخته است. علل ممکن است شامل موارد زیر باشد: تجربیات منفی بسیاری از فوبیها در نتیجه تجربه منفی یا حمله پانیک مربوط به یک شی یا موقعیت خاص ایجاد می‌شوند.

ژنتیک و محیط ممکن است بین فوبیای خاص شما و فوبیا یا اضطراب والدینتان ارتباطی وجود داشته باشد.

عملکرد مغز تغییرات در عملکرد مغز نیز ممکن است در ایجاد فوبیای خاص نقش داشته باشد.

**عوامل خطر فوبیای خاص**

این عوامل ممکن است خطر ابتلا به فوبیای خاص را افزایش دهند: سن: فوبیای خاص می‌تواند ابتدا در دوران کودکی ظاهر شود، معمولاً در سن ۱۰ سالگی، اما می‌تواند بعداً در زندگی رخ دهد.بستگیان: اگر فردی در خانواده شما فوبیا یا اضطراب خاصی دارد، احتمال ابتلای شما به آن نیز بیشتر است. این وضعیت می‌تواند یک تمایل ارثی باشد، یا کودکان ممکن است با مشاهده واکنش هراسی یکی از اعضای خانواده به یک شی یا موقعیت، فوبیای خاصی را بیاموزند.

خلق و خو: اگر حساس‌تر، بازدارنده‌تر یا منفی‌تر از حد معمول باشید، خطر شما ممکن است افزایش یابد.

یک تجربه منفی: تجربه یک رویداد تروماتیک ترسناک، مانند گیر افتادن در آسانسور یا حمله یک حیوان، ممکن است باعث ایجاد یک فوبیای خاص شود.

یادگیری در مورد تجربیات منفی: شنیدن اطلاعات یا تجربیات منفی، مانند سقوط هوایپما، می‌تواند منجر به ایجاد یک فوبیای خاص شود.

**عوارض فوبیای خاص**

اگرچه فوبیاهای خاص ممکن است برای دیگران احقمانه به نظر برسند، اما می‌توانند برای افرادی که این فوبیا را دارند ویرانگر باشند و مشکلاتی را ایجاد کنند که بر بسیاری از جنبه های زندگی تأثیر بگذارد. ایزوله سازی اجتماعی: اجتناب از مکان ها و چیزهایی که از آن ها می‌ترسید می‌تواند باعث مشکلات تحصیلی، حرفه ای و روابط شود.

کودکان مبتلا به این اختلالات در معرض خطر مشکلات تحصیلی و تنهایی هستند و در صورتی که رفتارهایشان تفاوت قابل توجهی با همسالانشان داشته باشد، ممکن است در مهارت های اجتماعی دچار مشکل شوند.

اختلالات خلقی: بسیاری از افراد مبتلا به فوبیای خاص، افسردگی و همچنین سایر اختلالات اضطرابی دارند.سوء مصرف مواد: استرس ناشی از زندگی با یک فوبیا خاص شدید ممکن است منجر به سوء مصرف مواد مخدر یا الکل شود.

خودکشی: برخی از افراد مبتلا به فوبیای خاص ممکن است در معرض خطر خودکشی باشند.اگر فوبیای خاصی دارید، به دنبال کمک روانشناسی باشید، به خصوص اگر بچه دارید. اگرچه ژنتیک احتمالاً در ایجاد فوبیای خاص نقش دارد، اما مشاهده مکرر واکنش هراسی شخص دیگری می‌تواند باعث ایجاد فوبیای خاص در کودکان شود. خبرنگار:علی بهمنی جلالی

مقام دعوت کننده: هیئت مدیره

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: **ابراهیم بهمنی جلالی**

لیتوگرافی و چاپ شاخه سبز قم

تلفن تماس: **۳۳۸۵۵۰۰۳** - تلفکس: **۳۳۸۵۵۰۰۲**

آدرس: خیابان شهدا- نبش خیابان پاستور

سیاسی ، اجتماعی ، فرهنگی و ورزشی

www.nasimnews.com

## دام تهران برای کاخ سفید؛ بن بست دلاری تنگه هرمز



دمه‌ها ثبات بازارهای مالی جهان به جریان آرام انرژی از خلیج فارس گره خورده بود اما امروز قدرت نامتقارن ایران در تنگه هرمز، مدل‌های ریاضی بازارهای مالی را ناکارآمد کرده است. انسداد این شریان حیاتی را می‌توان ضربه‌ای به نظام پولی ایالات متحده، بازار ۳ تریلیون دلاری اعتبار خصوصی و حباب حوزه هوش مصنوعی دانست. در حالی که قیمت سوخت از مرز بحرانی ۵ دلار عبور کرده و متحدان سنتی واشنگتن از آلمان تا اسپانیا از همراهی با سیاست‌های نظامی آمریکا سر باز می‌زنند، نخبگان اقتصادی و برندگان جایزه نوبل هشدار می‌دهند که کاخ سفید بر سر دوراهی سرنوشت‌سازی قرار گرفته است: ادامه ماجراجویی نظامی که به فروپاشی اقتصادی مشابه بحران ۲۰۰۸ می‌انجامد یا پذیرش واقعیت‌های نوین ژئوپلیتیک و بازگشت به میز مذاکره با تهران به عنوان قدرت پلایمنارخ گلوگاه انرژی جهان.

برای درک ابعاد جنگ مشترک اسرائیل و آمریکا علیه ایران بر بازارهای مالی، باید از تحلیل‌های دزموند لاکمن آغاز کرد. لاکمن که اکنون عضو ارشد مؤسسه امریکن انترپرایز است و سابقه نایب رئیس بخش بررسی و توسعه سیاست‌های صندوق بین‌الملل پول را در کارنامه دارد معتقد است واشنگتن با ورود به کارزار نظامی علیه ایران، در عمل ماشه یک بحران اقتصادی خودخواسته را کشیده است. به باور لاکمن، ایالات متحده در حالی با شوک انسداد هرمز روبه‌رو شده که کمترین آماجگی را برای مقابله با پیامدهای آن دارد. بر نرخ بهره و تورم دارد. او به طور مشخص بر شکستگی بازار ۳ تریلیون لاری اعتبار خصوصی تأکید می‌کند که به دلیل نظارت کمتر، در زمان بحران ریسک بسیار بالایی دارد. لاکمن با بازخوانی هشدار جیمی دابین مدیرعامل جی‌پی‌مورگان، تصریح می‌کند که رکود ناشی از شوک انرژی می‌تواند به موجی از ورشکستگی‌ها در بخش‌هایی منجر شود که پیش از این یا خوش‌بینی مغرط وام دریافت کرده بودند.

علاوه بر این، لاکمن به تمرکز خطرناک در بازار سهام اشاره دارد که فقط ۱۰ شرکت فناوری، نزدیک به ۴۰ درصد از ارزش شاخص اس‌اند‌پ ۵۰۰ را در اختیار دارند. از آنجایی که ۹۰ درصد رشد تولید ناخالص داخلی آمریکا در سال گذشته مدیون حوزه هوش مصنوعی بوده هرگونه سقوط در این حباب تحت تأثیر هزینه‌های انرژی می‌تواند فاجعه‌ای مشابه سال ۲۰۰۸ را رقم بزند.

**درس‌های واشنگتن از تنگه هرمز**

از سوی دیگر جونا گلدبرگ سردبیر و بنیان‌گذار نشریه دیسچ در واشنگتن، ستون‌نویس کتاب تایمز و پژوهشگر ارشد سابق در نشنال ریویو که اکنون در مؤسسه انترپرایز آمریکا فعالیت می‌کند به استیصال دولت ترامپ در برابر قدرت راهبردی تهران می‌پردازد. گلدبرگ معتقد است ایران با بهره‌گیری از یک مزیت نامتقارن، کاخ سفید را به نقطه‌ای رسانده که برخلاف همه شعارهای «اول آمریکا»، از اصول حمایت‌گرایی اقتصادی خود عقب‌نشینی کند. او به مفهوم تاکو (TACO: Trump Always Chickens Out) اشاره می‌کند که نشان‌دهنده عقب‌نشینی‌های مداوم ترامپ در لحظات حساس برای جلوگیری از انفجار قیمت انرژی است. گلدبرگ می‌گوید دولت ترامپ برای مدیریت قیمت‌ها، ناچار به لغو موقت تحریم‌های نفتی ایران، تعلیق قانون جوئز و حتی آزادسازی ذخایر استراتژیک شده است.

قانون جوئز یک قانون فدرال قدیمی در ایالات متحده است که ریشه آن به سال‌های پس از جنگ جهانی اول بازمی‌گردد و بر اساس آن، همه کالاها و محصولاتی که بین بنادر مختلف در داخل خاک آمریکا جابه‌جا می‌شوند، باید فقط توسط کشتی‌های حمل‌شوند که دارای پرچم ایالات متحده و ساخت این کشور باشند.

به باور این تحلیلگر ارشد، ایران مانند فردی است که در مورد شیرخانه اقتصاد جهانی یعنی تنگه هرمز، یک بطری نیتروگلیسرین در دست دارد. شما می‌توانید او را از پا بزنید

در کنار شوک انرژی، اقتصاد آمریکا را در تله‌ای گرفتار کرده که خروج از آن فقط با پذیرش واقعیت‌های نوین ژئوپلیتیک و قدرت منطقه‌ای ایران ممکن است.

او بیان می‌کند بازارها اکنون پیوند میان عرضه فیزیکی کالا در گلوگاه‌های تحت کنترل ایران و قیمت دارایی‌های مالی در وال‌استریت را درک کرده‌اند. این درکی است که به نظر می‌رسد سیاست‌گذاران واشنگتن هنوز از آن بی‌بهراند. به باور اوزکان، عصر استثناگرایی آمریکایی به پایان رسیده و اکنون این وابستگی متقابل است که علیه قدرت‌های سلطه‌گر عمل می‌کند. چرایی آسیب‌پذیری واشنگتن در برابر پس‌لرزه‌های اقتصادی جنگ با ایران

در حالی که مقام‌های کاخ سفید همواره بر تاب‌آوری اقتصاد آمریکا تکیه می‌کنند، محمد العریان رئیس سابق کالج کوئینز در دانشگاه کمبریج، استاد دانشکده وارتون در دانشگاه پنسیلوانیا و مشاور ارشد اقتصادی مؤسسه بین‌المللی آلینتس هشدار می‌دهد این غرور کاذب می‌تواند به بهای فروپاشی معیشت طبقات فرودست تمام شود.

وی معتقد است انسداد تنگه هرمز، سمی مهلک را به شریان‌های اقتصادی تزریق کرده است که پیش از این نیز با تورم چسبنده دست‌به‌گریبان بوده‌اند.

العریان در تحلیل خود به ظهور پدیده اقتصاد K-شکل اشاره می‌کند یعنی وضعیتی که در آن ثروتمندان و صنایع تکنولوژی‌محور به رشد خود در شاخه بالای حرف K ادامه می‌دهند اما کارگران و اقشار کم‌درآمد با سقوط شدید در مسیری مانند شاخه پایین حرف K معیشتی مواجه می‌شوند.

او می‌گوید قیمت بنزین در آمریکا فقط در سه هفته نخست تنش‌ها، ۳۰ درصد و قیمت گازوئیل ۴۰ درصد افزایش یافته است. این جهش قیمت به سرعت از جایگاه‌های سوخت به کل زنجیره تأمین، از قیمت نیمه‌هادی‌ها گرفته تا بلیت هوایما و مواد غذایی، سرایت کرده است.

به باور این اقتصاددان، فدرال رزرو اکنون در بدترین بن‌بست مدیریتی تاریخ خود قرار دارد. ناتوانی این نهاد در دستیابی به هدف تورمی ۲ درصدی در ۶ سال گذشته، در کنار شوک جدید انرژی، باعث شده است که ابزارهای سنتی نظیر تغییر نرخ بهره، کارایی خود را از دست بدهند.

**فرسایش قدرت نرم آمریکا در گلوگاه انرژی جهان**

پیامدهای انسداد هرمز تنها به بازارهای مالی محدود نمی‌شود. دارون عاصم‌وغلو برنده جایزه نوبل اقتصاد در سال ۲۰۲۴، استاد کرسی اقتصاد در MIT و نویسنده کتاب «چرا ملت‌ها شکست می‌خورند» معتقد است ماجراجویی نظامی در برابر ایران، ریشه‌های دموکراسی و قدرت نرم ایالات متحده را هدف قرار داده است.

وی با بازخوانی درس‌های تاریخی، به‌ویژه کودتای ۱۳۳۲، هشدار می‌دهد واشنگتن بار دیگر در حال تکرار اشتباهات پرهزینه‌ای است که به فرسایش تدریجی قدرت افتاح آمریکا منجر می‌شود.

عاصم‌وغلو جنگی فلتی را تکانشی و بدون فکر توصیف می‌کند که فاقد هرگونه استراتژی خروج است. او معتقد است ایران با درک دقیق از برگ برنده خود یعنی تنگه هرمز، آمریکا را به زمینی کشته‌کارده در آن قدرت سخت نظامی در برابر قدرت نرم اقتصادی کاملاً فلج شده است.

به گفته این نویلیست اقتصاد، رژیم تحریم‌ها و فشارهای ترامپ به فروپاشی تهران نشسته و باعث شده است ایران با اشراف بر مسیر ۲۰ درصد نفت جهان، واشنگتن را در موضع ضعف قرار دهد.

**غروب هژمونی آمریکا در تنگه هرمز**

بحران تنگه هرمز فقط یک لرزه اقتصادی نیست بلکه طبق تحلیل‌های کارلا نورلوف استاد علوم سیاسی در دانشگاه تورنتو، پژوهشگر ارشد مرکز نوسازی حاکمیت بین‌المللی و تحلیل‌گر ارشد مسائل اقتصاد سیاسی بین‌الملل، نشان‌دهنده آغاز پایان عصر تک‌قطبی است.

نورلوف استدلال می‌کند بزرگ‌ترین دارایی راهبردی واشنگتن در هشت دهه گذشته، شبکه متحدان آن بوده، شبکه‌ای که اکنون در برابر اقتدار دریایی ایران در حال فروپاشی است.

به باور نورلوف، تضاد میان گذشته و حال بسیار تکان‌دهنده است. در حالی که واشنگتن در سال ۱۹۹۱ و حتی در دهه ۲۰۰۰ میلادی قادر به بسیج دهها کشور برای عملیات‌های نظامی بود، امروز در برابر ایران با پاسخی سرد و منفی از سوی شرکای سنتی خود مواجه شده است.

او فاش می‌گوید متحدان کلیدی مانند آلمان، فرانسه، ایتالیا و اسپانیا به صراحت مشارکت در مأموریت‌های تحت رهبری آمریکا در تنگه هرمز را رد کرده‌اند. حتی کشورهایی مانند کانادا و استرالیا نیز از اعزام کشتی‌های جنگی یا انجام عملیات هجومی خودداری کرده‌اند.

نکته حیاتی در تحلیل نورلوف، تغییر رفتار متحدان اروپایی است. او معتقد است پایتخت‌هایی مانند پاریس و رم با رویکردی واقع‌گرایانه، مذاکرات مستقیم و مستقل با تهران را برای تضمین امنیت انرژی خود آغاز کرده‌اند. این چانه‌زنی‌های جداگانه به امنیت جمعی ناتو و نظام هژمونیک آمریکا ضربه وارد کرده است.

نورلوف هشدار می‌دهد وقتی متحدان به جای همهانگی با کاخ سفید، برای کسب امتیاز به سمت تهران می‌روند، معماری امنیت جهانی که مرکزیت آن با ایالات متحده بود فرو می‌پاشد. از نظر او، بازارهای انرژی اکنون با درک این واقعیت که آمریکا دیگر قدرت اول نیست در حال قیمت‌گذاری جهانی هستند که در آن ایران نقش تعیین‌کننده را ایفا می‌کند.

یکشنبه ۱۶ فروردین ۱۴۰۵

اذان صبح: ۰۴:۲۱-

طلوع آفتاب: ۰۵:۴۷-

اذان ظهر: ۱۲:۰۷-

غروب آفتاب: ۱۸:۲۸-

اذان مغرب: ۱۸:۴۷-

نیمه شب: ۲۳:۲۵-

عارف:

### جبران خسارات جنگ را وظیفه خود می‌دانیم / اقدامات دولت وفاق ملی در جنگ



**ناشی از جنگ را جبران کند**

وی تأکید کرد: دولت خود را موظف می‌داند در کنار مردم، خسارات ناشی از جنگ را جبران کرده و با استفاده از همه ظرفیت‌ها، آرامش و امنیت اقتصادی خانواده‌ها را حفظ کند.

عارف با اشاره به اقدامات دولت برای تأمین کالاهای اساسی در شرایط جنگی اظهار داشت: در برنامه دولت برای مدیریت کشور در شرایط اضطراری، تسریع در ترخیص کالاهای اساسی و جابه‌جایی بار از طریق ناوگان جاده‌ای و ریلی، جایگاه ویژه‌ای دارد.

وی افزود: تأمین کالاهای اساسی و تنظیم بازار در شرایط جنگی از اهمیت بالایی برخوردار است و به همین دلیل، در روزهای ابتدایی جنگ، در دیدار با وزیر راه و شهرسازی و معاونان این وزارتخانه، گزارشی از وضعیت تخلیه و ترخیص کالاهای اساسی دریافت و دستورات لازم برای تسریع در این روند صادر شد.

رئیس شورای مشاوران راهبردی کنسرسیوم شمال- جنوب و شرق:

### رژیم حقوقی خاص برای تنگه هرمز تدوین شود / اثبات نقش

### ایران در تأمین امنیت انرژی

آن را تأمین نمی‌کرد. وقتی اراده کردیم تنگه بسته شود، این اتفاق افتاد. رئیس شورای مشاوران راهبردی کنسرسیوم شمال- جنوب و شرق ادامه داد: امروز ما اراده کردیم که یک رژیم حقوقی دیگر در تنگه هرمز اعمال شود که اعمال شد و این رژیم باید پایدار بماند.

وی تصریح کرد: کشوری که ۲ هزار کیلومتر ساحل دارد، به‌طور قطع در تأمین امنیت انرژی منطقه بسیار موثر است و این حس همجواری ما برای تأمین امنیت انرژی بود که تعرفه‌های این حین عبور و مرور کشتی‌ها و نفتکش‌ها را حذف کردیم.

صفری تأکید کرد: باید یک رژیم حقوقی خاص برای تنگه هرمز تدوین کرده و به اعمال تعرفه بپردازیم. نظر این موضوع را در تنگه دارداتل، تنگه بسفر، کانال سوئز، کانال پاناما و … شاهدیم که برای تأمین امنیت، لایروبی و … تعرفه دریافت می‌کنند و ضروری است که ما نیز چنین رویکردی را در پیش بگیریم.

### آگهی تجدید مناقصه عمومی یک مرحله‌ای (نوبت اول)

شهرداری سلمان در نظر دارد امورات مربوط به پروژه زیر را طبق مفاد مندرج در اسناد مناقصه، از طریق مناقصه عمومی به پیمانکاران دارای صلاحیت واگذار نماید. لذا از کلیه شرکت‌های واجد شرایط دعوت به عمل می‌آید به طریق ذیل جهت ارائه پیشنهاد اقدام نمایند.

الف- موضوع: اجراء روشنک آسفالت معابر شهر سلمان (از نوع توپکا ۰-۱۹) در یک لایه به مساحت ۷،۳۵۰ مترمربع و به ضخامت ۵ سانتی‌متر و با اندود سطحی حداقل ۱۲۰۰ گرم بر مترمربع .

ب – مبلغ برآورد اولیه: ۲۱،۹۶۷،۵۸۵،۷۰۲ ریال بر اساس فهرست بهای راه و باند سال ۱۴۰۴

پ – مدت انجام کار: ۳ ماه شسمی.

ت –ارائه رزنه ۵ و بالاتر در رشته راه و باند و همچنین گواهینامه صلاحیت ایمنی پیمانکاران الزامی است.

ث- به این پیمان هیچگونه تبدیلی تعلق نمی‌گیرد.

نحوه شرکت در مناقصه

\*متقاضیان می‌توانند از تاریخ انتشار آگهی لغایت ساعت ۱۴:۰۰ مورخ ۱۴/۰۵/۱۳۱ مورخ ۱۴۰۵/۱۳۱ با مراجعه به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به نشانی www.setadiran.ir نسبت به خرید اسناد مناقصه اقدام نمایند.

\*متقاضیان می‌توانند پس از خرید اسناد، تا تاریخ ۱۴/۰۵/۱۳۵ نسبت به بازدید از محل پروژه اقدام و مدارک خواسته شده را به شرح ذیل تنظیم و پیشنهادات خود را تا ساعت ۰۹:۰۰ مورخ ۱۴/۰۵/۲۰۱۲ از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) برای شهرداری ارسال نمایند.

تبصره ۱: به پیشنهادات فیزیکی رسیده ترتیب اثر داده نخواهد شد.

مدارک مورد نیاز جهت شرکت در مناقصه

الف) شرکت کنندگان موظفند تضمین شرکت در مناقصه به مبلغ ۱،۰۹۸،۳۸۰،۰۰۰ ریال که به صورت واریز وجه نقد به حساب شماره ۰۱۱۳۸۱۰۰۲۱۰۰۰۱۰۰۲ نزد بانک صادرات در نام شهرداری سلمان با شناسه ملی ۱۴۰۰۲۰۸۹۸۵۰ و کد پستی ۴۴۷۵۱۴۷۷۳۷ و یا ضمانت نامه بانکی که مدت اعتبار آن حداقل سه ماه از تاریخ قرائت پیشنهاد به دستور کارفرما قابل تمدید باشد، تهیه و جداگانه در بخش مربوطه به پاکت «الف» در سامانه بارگزاری نمایند.

تبصره۲: تحویل فیزیکی پاکت الف (تضمین شرکت در مناقصه) به دبیرخانه شهرداری پیش از برگزاری مناقصه جهت بررسی صحت آن الزامی است.

ب)شرکت کنندگان در مناقصه موظفند اسناد مناقصه حاضر را امضاء و مهر نموده و به همراه مدارک کپی برابر اصل شده مربوط به مشخصات کامل شرکت، اساسنامه، آخرین تغییرات و مشخصات دارندگان حق امضاء و سایر اسناد تهدآآور، به عنوان پاکت«ب» در سامانه مذکور بارگزاری نمایند.

ج)شرکت کنندگان در مناقصه موظفند قیمت پیشنهادی خود را در فرم پیشنهاد قیمت منضم به اسناد مناقصه به صورت خوانا و با عدد و حروف درج و مهر و امضاء تنظیم و در بخش مربوطه به پاکت «ج» در سامانه مذکور بارگزاری نمایند.

نحوه رسیدگی به پیشنهادات

\*بازگشایی پیشنهادات واصله راس ساعت ۱۰ صبح روز شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۲/۱۲ در محل شهرداری سلمان انجام خواهد شد.

\*حضور یک نفر همراه با معرفی‌نامه به عنوان نماینده قانونی شرکت کننده در جلسه گشایش و بررسی پیشنهادات آزاد می‌باشد.

\*به پیشنهادات مشروط، مخدوش و فاقد مدارک خواسته شده در متن مناقصه رسیدگی نخواهد شد.

\*کلیه هزینه‌های مربوط به انتشار و پخش آگهی مناقصه در روزنامه‌ها، سامانه ستاد و سایر رسانه‌ها به عهده برنده مناقصه می‌باشد.

\*شرکت در مناقصه و تسلیم پیشنهاد به منز له قبول شرایط مناقصه و آگاهی از کلیه مقررات و قوانین مربوطه و بررسی کلیه جوانب امر می‌باشد.

\* با تیانی کنندگان در مناقصه برخورد قانونی به عمل آمده و شهرداری در رد یا قبول کلیه پیشنهادات مختار است. شماره تماس: ۰۱۳۴۲۵۱۲۲۵۵

#### ایمان محمدرپور نیک بین

#### شهردار سلمان