

گزارش اختصاصی

مدرسه تخصصی انرژی اتمی تا شهریور ماه بهره‌برداری می‌شود

نوآموزان اتمی در راه نیروگاه‌های هرمزگان



۵

مسیر صعب‌العبور سیاست خارجی دولت چهاردهم نسبت به غرب چگونه خواهد بود؟

سخت اما شدنی



آیین هرساله عزاداران حسینی استان در دومین روز از ماه محرم برگزار شد؛

هرمزگان روایتگر علم شویی عاشورایی

محمد کریمی

سرخط خبرها

رئیس هیئت فوتبال هرمزگان:

به دنبال سرمایه‌سوزی نباشیم

۶

کاهش چشمگیر مخاطبان صداوسیما

نشانه‌ای از تغییر در الگوهای رسانه‌ای

۱۱

نگرانی غرب از همکاری بندری چین و گرجستان

۴

نیش کژدم، جان کودک بشاگردی را گرفت

عقرب، داعی بر دل تابستان

۹

خواندنی‌های روز

نشخوار فکری یا افراط

در اندیشیدن، معضلی همیشگی

۸

تکرار مکررات!

۱۱

چین دستورالعمل حکمرانی

ربات‌های انسان‌نما را منتشر کرد

۷

در مراسم روز صنعت و معدن از مدیر عامل این شرکت تجلیل شد

«شرکت کوهین دریا» صنعت برتر استان هرمزگان

جزیی، کلی و دوره‌ای انواع شناورهای دریایی اعم از چوبی، فلزی، فایبرگلاس با ظرفیت‌های گوناگون را دارا است. تمامی فعالیت‌های اجرایی در این مجموعه اعم از ساخت‌وساز، لایروبی و غیره با پیمانکاری و همت خود و با استفاده از تجهیزات و ماشین‌آلات شرکت کوهین دریا به انجام می‌رسد.

گفتنی است: در راستای خودکفایی، این شرکت تا به امروز موفق به ارتقای کیفی خدمات و سرویس‌دهی به شناورهای متعدد اقدام به احداث آب‌شیرین‌کن و یخ‌سازی به‌منظور رفع نیاز آب و یخ مصرفی شرکت در وهله اول و تأمین آب شرب با استانداردهای بالا جهت مردم منطقه گامی مؤثر در این مقوله برداشته است.



«شرکت کوهین دریا» در میان صنعتگران برتر استان هرمزگان به عنوان واحد نمونه در حوزه صنعتی معرفی و مورد تقدیر قرار گرفت.

در آیین روز ملی صنعت و معدن در استان هرمزگان با حضور مسئولان، از برگزیدگان واحدهای برجسته صنعتی و معدنی در سال ۱۴۰۲ تقدیر به عمل آورد. شرکت کوهین دریا به مدیریت «محمد نور فرجام پور» از بندگانگه به عنوان واحد برتر در صنایع فلزی استان هرمزگان انتخاب شد و لوح تقدیر و تندیس روز ملی صنعت و معدن دریافت کرد.



زنبیلی برای روز شنبه!

صبح ساحل

ستاد جناب آقای دکتر پزشکیان - رئیس جمهور منتخب - در هرمزگان را خواندم که گفته بودند در حال تکمیل بانک اطلاعاتی پیشنهادی برای کادر مدیریتی و اجرایی استان در دولت چهاردهم هستند. یک آینه شکسته ۴۰ تکه زنگار گرفته از تهدیدها، چالش‌ها، فرصت‌ها و محرومیت‌ها؛ از ۴ دهه تا امروز پیش چشم مردم استان ماست. از نیروهای فشل تا خودکامه‌های بی‌هنر، از واگذاری‌های ثمن بخش تا لارزه‌های انتزاع، از شاخص فلاکت تا نابودی منابع طبیعی و...!

حالا که بارقه‌های امید با تزریق مشروعیت اجتماعی پسا انتخابات شکل گرفته است باید حلاوت این موج اجتماعی کام تشنه مردم رنج دیده استان را شیرین کند. مسئولیت را به کاربلدها، به شایسته‌ها، به متخصصین، به دلسوزها واگذار کنید. همانطور که رئیس جمهور منتخب در تبیین مانیفست و گفت‌وگوهای انتخابات خود، مرجعیت را به اراده و اقبال مردم ارجاع دادند؛ باشد که این بار به خواسته‌های مردم هرمزگان بیشتر توجه شود. یادمان نرفته که در انتصابات قبلی با نمایندگان استان ما پشت در اتاق وزیر کشور چگونه برخورد شد! حالا هرمزگان و یک زنبیلی امید به توسعه پایدار که با انتخاب مسئولان شایسته، پیگیر و کارآمد پر از نشاط اجتماعی و رونق اقتصادی برای مردم هرمزگان خواهد شد ان شاء الله.

می‌گیره! با این عطش کاذب لذت‌مقام چه کنیم؟ با دور دور پلاک قرمزها در حوالی میدان منم منم چه کنیم؟! پندار این است که هر چه عکس‌بیش، طبقه بست بیش و انگار پیامدهای تصاحب صندلی‌ها توسط ناکارآمدی‌ها را کسی ادراک نمی‌کند. بخشی از علل فرافق مردم منطقه من با واژه پیشرفت، ناشی از همین روایت‌نگاری فوق‌الذکر بود. اساسا با یک ادراک کاریکانوری از بسترهای توسعه‌ای مواجه هستیم. مدیران پروازی و ما ادراک مدیر پروازی؛ زمین به ماهان کرمان، آبگیر به اصفهان، بارانداز بندری به فارس، مالیات به تهران، اسکله دریایی به خراسان رضوی، شیشه و ریخته‌گری و صنایع آلاینده هم در حلق مردم نجیب و مظلوم هرمزگان و یک نفر در این قوم، مومن آل فرعون نیست! چه چیزی مسئولان ما را وادار به سکوت کرده است! پای چه انتفاعی در میان است! مگر آیندگان سهمی از این منابع خدادادی نمی‌خواهند!

شاید مسئولان بومی ما هم بعد از پایان تصدی پست‌ها از تهران، با ما دوری و دوستی را تأیید می‌کنند! حالا مجاهدین شنبه از عکس‌ها و عملکردهای خود رونمایی می‌کنند. آن چیزی که برای امتداد بخشی موج امید پسا انتخابات مهم است؛ پرهیز از حرکات و انتصابات رادیکالی است. مصاحبه‌ای از جناب آقای حجت الاسلام والمسلمین ذاکری رئیس

یکی از مجاهدان دوران جنگ تحمیلی تعریف می‌کرد: «که من تخریبچی بودم. فرمانده اومد پیش من و گفت نکته علی آقا از من بهتر باشه و من فرمانده گردان تخریب هستم!» آنجا که معبر، سیم خاردار و مین بود؛ از خودکامگی‌ها به دور بودند و حرف از شایسته‌سالاری بود و به دنبال مقام نبودند. حالا امروز، ما هستیم و میدان مینی به نام میزا؛ غوغا و مانورهای نمادین خدمت به خلق در پسا انتخابات فروکش کرده و گرد و خاک‌ها فرو نشسته، یقینا فصل جدیدی از تغییرات مدیریتی آغاز خواهد شد؛ باشد که تقوا و تخصص ملاک انتصابات باشد. ولی انگار مولفه‌های دیگری مفروض‌های اعطای صندلی‌های مدیریتی به افراد است. عالی‌جنابان در سایه و عابربانک‌های سیار، در جیب خود؛ لیست بالایی از سفارشات پست‌های درخواستی دارند که باید اعمال شوند. ملوک‌های طوایفی هم باید راضی شوند! آنانی که فصیح، فاتحه‌خوانی در مجالس ترحیم را خوب بلدند تا ثواب (رای دور بعد) جمع کنند؛ جای خود را دارند! فاجعه؛ داشتن سندروم پست‌های بی‌قرار است و آنکه اگر ما نباشیم چرخ فلک نمی‌گردد! آخه دوست دارم روی صندلی ریاست بنشینم، به معاونت راضی نیستم! حاجی به فکر سب‌رای باش! آخه بنده خدا که تخصص و تسلط موضوعی توی این حیطة نداره! اشکال نداره، یاد

یادداشت

مسیر صعب‌العبور سیاست خارجی دولت چهاردهم نسبت به غرب چگونه خواهد بود؟

سخت‌آماش‌دنی



محمدرضا منافی

روزنامه‌نگار



روز شنبه ۱۶ تیرماه و بلافاصله بعد از اعلام رسمی پیروزی دکتر مسعود پزشکیان در چهاردهمین دوره انتخابات ریاست جمهوری ایران، ترافیک پیام‌ها و تماس‌ها از سراسر جهان برای تبریک به رئیس‌جمهوری منتخب ایران آغاز شد؛ امری که حکایت از افق روشن ایجاد گشایش‌هایی در حوزه دیپلماسی و گسترش دامنه تعامل با جهان در دوره دولت چهاردهم جمهوری اسلامی ایران دارد.

رویکرد تعاملی سران کشورها با پزشک‌یان

سران کشورهای مختلف از کشورهای همسایه گرفته تا حوزه خاورمیانه و حاشیه خلیج فارس، آسیای شرقی، آسیای میانه، قفقاز، اروپا، آفریقا، و آمریکای لاتین و نیز مقامات ارشد مهم‌ترین نهادهای بین‌المللی از جمله سازمان ملل و سازمان همکاری شانگهای، با ارسال پیام تبریک و یا تماس‌های تلفنی، مراتب خرسندی خود را از روی کار آمدن رئیس‌جمهوری ایران به نگاه تعاملی و رویکردی سازنده در حوزه مناسبات دیپلماتیک در ایران، ابراز داشته و خواستار گسترش مناسبات با ایران شدند. ولادیمیر پوتین و شی جین‌پینگ سران روسیه و چین جزو اولین سرانی بودند که با ارسال پیام، پیروزی پزشکیان را تبریک گفتند و خواستار توسعه روابط راهبردی خود با ایران در دوره دولت چهاردهم جمهوری اسلامی شدند. روز دوشنبه نیز ولادیمیر پوتین علاوه بر ارسال پیام، با پزشکیان تماس تلفنی برقرار کرد. "نگاه به شرق" به عنوان یک رویکرد توازن‌ساز در مناسبات خارجی جمهوری اسلامی ایران، طی یک دهه اخیر همواره یکی از موضوع‌های مورد تأکید حضرت آیت‌الله خامنه‌ای رهبر معظم انقلاب اسلامی بوده و از اساسی‌ترین رویکردهای جمهوری اسلامی ایران به شمار می‌رود. اگر در برخی برهه‌ها و از سوی برخی سیاستمداران، رویکرد نگاه به شرق به اشتباه به رویکرد روی گرداندن از روابط با غرب تعبیر شده است، اما در پیش گرفتن این رویکرد تقویت مناسبات با کشورهای قدرتمند حوزه شرق، نه تنها منافاتی با گسترش روابط با کشورهای حوزه غرب ندارد بلکه می‌تواند ابزاری موثر برای ایجاد یک توازن منطقی و سازنده در روابط خارجی جمهوری اسلامی ایران و ترغیب کشورهای بیشتر برای گام برداشتن به سوی همکاری با ایران ایجاد کند.

دیپلماسی توازن

اصولا، حضور محمدجواد ظریف دیپلمات سرشناس و کهنه‌کار در کنار دکتر مسعود پزشکیان در دوره تبلیغات انتخاباتی که تأثیری غیرقابل انکار هم در پیروزی پزشکیان و هم

در بالا بردن آمار مشارکت مردم در انتخابات به عنوان یکی از مهم‌ترین ارکان اقتدار نظامی جمهوری اسلامی داشت، باعث تغییراتی مثبت در نوع نگرش بسیاری از کشورها در روابط خود با ایران خواهد شد.

در یک سیاست خارجی متوازن و منطقی، بدون تردید «منافع ملی» حرف اول را در تنظیم مناسبات خارجی می‌زند و عنصرهایی نظیر گفت‌وگو، عقلانیت، تنش‌زدایی بجای تنش‌زایی، تعامل بجای تقابل، انعطاف بجای انسداد و واقع‌بینی با توجه به شرایط مختلف جهانی در عین حفظ عزت و اقتدار کشور به عنوان یک خط قرمز، از حیاتی‌ترین کلیدهای یک دیپلماسی موفق به شمار می‌روند.

با ظهور قدرت‌های بزرگ در عرصه‌های اقتصادی، تجاری، فناوری و حتی دفاعی و نظامی در نیم کره شرقی، دوران گذار از یک جهان تک قطبی و یکجانبه‌گرا به محوریت آمریکا و غرب از مدتها پیش آغاز شده و در عصر کنونی به عنوان عصر «پسا غربی»، نظام بین‌المللی سیر به سمت یک جهان چندقطبی و چندجانبه‌گرایی رادر پیش گرفته است. محمدجواد ظریف وزیر امور خارجه جمهوری اسلامی ایران اگرچه به تاگی اشاره کرده که مسئولیتی در دولت چهاردهم نخواهد پذیرفت، حتی به فرض اینکه مسئولیت رسمی در دولت نداشته باشد، بدون تردید از مشاوران ارشد دولت چهاردهم در حوزه سیاست خارجی خواهد بود. او در سال ۱۳۹۶ کتابی با عنوان «دوران گذار روابط بین‌الملل در جهان پساغربی» منتشر کرد که نشان دهنده دیدگاه وی به جنس روابط بین‌الملل در شرایط امروزی جهان است.

جهان پساغربی لزوماً به معنای جهان بدون غرب نیست بلکه عصر پایان انحصار بازرگاری غرب در معادلات بین‌المللی و ظهور قدرت‌های بزرگ دیگر برای شکل‌گیری توازن قدرت در جهان و پایان دادن به عصر یکجانبه‌گرایی است.

به هر حال جهان غرب همچنان به عنوان یک واقعیت و یک بازیگر مهم در معادلات جهانی، نقشی فعال دارد و دکتر مسعود پزشکیان به عنوان رئیس دولت چهاردهم که «تلاش برای لغو تحریم‌ها» را یکی از اصلی‌ترین برنامه‌های خود اعلام کرده است، ناگزیر به طراحی تاکتیک‌های دقیق و موثر گفت‌وگو با غرب

برای گام برداشتن در مسیر تحقق این برنامه است. ایران اگرچه اقتصاد خود را به غرب گره زده و گام‌های بلند بسیاری برای توسعه مناسبات و تجاری و اقتصادی با کشورهای مختلف از جمله همسایگان، شرق آسیا، آفریقا، خاورمیانه، کشورهای حاشیه خلیج فارس، جنوب آسیا و... برداشته، اما تأثیر تحریم‌ها بر سخت شدن مناسبات اقتصادی و تجاری با تمام این حوزه‌ها را نمی‌توان انکار کرد و لذا ایران برای عبور از شرایط اقتصادی سخت کنونی، نیاز به شکستن دیوار تحریم‌ها دارد؛ قفل سختی که فقط با کلید دیپلماسی هوشمندانه گشوده می‌شود.

مردم برنامه‌های دکتر پزشکیان در دوران تبلیغات انتخابات را در حافظه تاریخی خود ثبت و ضبط کرده‌اند و منتظر تحقق این برنامه‌ها هستند

سیاست «یکی به نعل و یکی به میخ»

دولت آمریکا در دو واکنش از سوی دو مقام رسمی این کشور به انتخاب مسعود پزشکیان به عنوان رئیس‌جمهوری جدید ایران و امکان از سرگیری احتمالی مذاکرات با ایران با موضوع برجام و لغو تحریم‌ها، سیاست «یکی به نعل و یکی به میخ» را در

پیش گرفته و عملاً مسیر مذاکره با ایران را با دست پس می‌زنند و با یا پیش می‌کشند. آنها به خوبی به نقش، جایگاه و اقتدار ایران در منطقه و اثرگذاری غیرقابل انکار ایران در معادلات منطقه‌ای بین‌المللی آگاه هستند و از این رو نه این که نخواهند، بلکه نمی‌توانند از ایران و مذاکره با این قدرت منطقه‌ای به عنوان کشوری که ثبات و امنیت منطقه به آن گره خورده است، به سادگی عبور کنند. به تاگی «جان کرپی» سخنگو و هماهنگ‌کننده ارتباطات راهبردی شورای

دولت آمریکا در دو واکنش از سوی دو مقام رسمی این کشور به انتخاب مسعود پزشکیان به عنوان رئیس‌جمهوری جدید ایران و امکان از سرگیری احتمالی مذاکرات با ایران با موضوع برجام و لغو تحریم‌ها، سیاست «یکی به نعل و یکی به میخ» را در پیش گرفته و عملاً مسیر مذاکره با ایران را با دست پس می‌زنند و با یا پیش می‌کشند. آنها به خوبی به نقش، جایگاه و اقتدار ایران در منطقه و اثرگذاری غیرقابل انکار ایران در معادلات منطقه‌ای بین‌المللی آگاه هستند و از این رو نه این که نخواهند، بلکه نمی‌توانند از ایران و مذاکره با این قدرت منطقه‌ای به عنوان کشوری که ثبات و امنیت منطقه به آن گره خورده است، به سادگی عبور کنند. به تاگی «جان کرپی» سخنگو و هماهنگ‌کننده ارتباطات راهبردی شورای

دعوت پزشک‌یان از اردوغان برای سفر به ایران

سیدابراهیم رئیسی ابراز امیدواری کرد که دوران ریاست جمهوری مسعود پزشکیان برای ملت ایران توأم با موفقیت، سربلندی، رفاه و آرامش بیشتر باشد.

اردوغان با اشاره به سطح بسیار خوب روابط دو کشور در بخش‌های مختلف، بر علاقمندی ترکیه برای عمق بخشیدن به این روابط به ویژه در بخش تجاری و اقتصادی تأکید کرد. مسعود پزشکیان نیز در این گفت‌وگوی تلفنی با تشکر از تبریکات دولت و ملت ترکیه پس از برگزاری انتخابات ریاست جمهوری و همچنین قدردانی از ابراز همدردی و همدلی با ملت ایران در پی فقدان رئیس‌جمهور شهید آیت‌الله

امنیت ملی کاخ سفید در پی انتخاب رئیس‌جمهور جدید ایران با بیان اینکه واشنگتن در حال حاضر تصمیمی برای مذاکره با ایران ندارد، گفت که باید بینیم رئیس‌جمهور جدید ایران چه اقدامی می‌خواهد انجام دهد. همچنین «متیو میلر» سخنگوی وزارت امور خارجه ایالات متحده آمریکا درباره مذاکرات بازگشت به برجام از سوی آمریکا با توجه به انتخاب «مسعود پزشکیان» رئیس‌جمهور جدید ایران با بیان اینکه اکنون از هرگونه «راه حل دیپلماتیک معنادار» فاصله داریم، در عین حال گفت که دیپلماسی موثرترین راه در قبال برنامه هسته‌ای ایران است.

به هر روی، حتی در صورت ایجاد گشایش در تحریم‌های غرب علیه ایران، نگاه به شرق به عنوان یکی از مهم‌ترین دغدغه‌ها و تأکیدات رهبر معظم انقلاب، ضرورتی است که بویژه با توجه به ظهور قدرت بزرگی مثل چین در شرق، نیازمند توجه دولتمردان دولت چهاردهم حتی پیش از دولت‌های گذشته دارد. واژه «چین» یکی از پرسامدترین واژه‌ها در میان حرفهای نامزدهای دوره چهاردهم انتخابات ریاست جمهوری در بخش سیاست خارجی بود که خود نشان از اهمیت این قدرت بزرگ شرق و ضرورت توجه ویژه به روابط دوجانبه با چین در آینده روابط خارجی ایران دارد. روابط ایران و روسیه نیز روابطی راهبردی میان دو همسایه است و تماس تلفنی روز گذشته ولادیمیر پوتین رئیس‌جمهوری روسیه با مسعود پزشکیان، گویای عمق راهبردی این روابط و اهمیت ویژه آن برای دو کشور است.

به زودی دولت چهاردهم با کابینه‌ای متشکل از وزیرانی که پزشکیان بعد از مراسم تحلیف در مجلس شورای اسلامی و تنفیذ حکم از سوی مقام معظم رهبری، به مجلس معرفی خواهد کرد، شروع به کار خواهد کرد. سیاست خارجی یکی از مهم‌ترین بخش‌های کار دولت چهاردهم تعیین‌شده بود و انتظار می‌رود پزشکیان از زبردست‌ترین دیپلمات‌ها برای سکانت‌داری دستگاه دیپلماسی کشور بهره بگیرد. با تأکید ظریف‌مینی بر اینکه مسئولیت رسمی در دولت برعهده نخواهد گرفت، اکنون گمانه‌زنی‌های جدیدی درباره این که نام چه کسی برای تصدی وزارت امور خارجه جمهوری اسلامی ایران از سوی پزشکیان به مجلس معرفی خواهد شد، آغاز شده است.

مردم شعارها و برنامه‌های دکتر پزشکیان در دوران تبلیغات انتخابات را در حافظه تاریخی خود ثبت و ضبط کرده‌اند و منتظر تحقق این برنامه‌ها از جمله تلاش جدی و موثر دولت چهاردهم برای گسستن زنجیر تحریم‌ها از دست و پای اقتصاد ایران هستند؛ کاری دشوار که البته غیرممکن نیست و بهره‌گیری دولت چهاردهم از بزرگان سیاست خارجی و دیپلماسی ایران و استفاده از تجارب دولت‌های موفق گذشته در عرصه تعامل با جهان، دستاوردهای تاریخی برای ایران به دنبال داشته باشد.

میزخبر

رئیس‌قوه قضائیه در دیدار با رئیس‌جمهور منتخب:

برای گسترش عدالت اجتماعی با دولت

همکاری می‌کنیم



سرویس سیاسی

رئیس‌قوه قضائیه در دیدار با رئیس‌جمهور منتخب از آمادگی این قوه برای همکاری با دولت در جهت گسترش عدالت اجتماعی خبر داد. حجت‌الاسلام والمسلمین محسنی‌اژه‌ای با حضور در دفتر مسعود پزشکیان، با تبریک مجدد انتخاب وی از سوی مردم گفت: وظیفه همه ما کارگزاران نظام اسلامی این است که با همدلی و هم‌افزایی و استفاده از همه استعدادها و ظرفیت‌ها، در راستای حل مسائل و تحقق انتظارات به حق مردم و آرمان‌های متعالی و عدالت خواهانه انقلاب اسلامی تلاش کنیم. رئیس‌قوه قضائیه اظهار کرد: قوه قضائیه در چارچوب پیاده‌سازی اهداف بیانیه‌گام دوم انقلاب، اجرای سیاست‌های کلی ابلاغی و در راستای هم‌گرایی قوا جهت گسترش عدالت اجتماعی آماده همکاری با دولت منتخب است. پزشکیان نیز در این دیدار با تشکر از رئیس‌قوه قضائیه بر عزم خود برای به کارگیری همه ظرفیت‌ها و همکاری با سایر دست‌اندرکاران و کارگزاران نظام برای رسیدگی به مشکلات مردم و بهبود وضعیت اقتصاد کشور و نیز مبارزه جدی با فساد تأکید کرد.

سپهوند:

رویکرد دولت در تشکیل کابینه باید شایسته سالاری باشد

سرویس سیاسی

یک عضو کمیسیون انرژی مجلس شورای اسلامی تأکید کرد: تلفیقی از نیروهای توانمند و کارکنان در کنار نیروهای جوان که در حوزه‌های مختلف تجربیات و دانشی دارند می‌تواند کابینه قوی را تشکیل دهد.

رضا سپهوند در پاسخ به اینکه کابینه دولت چهاردهم چه ویژگی‌هایی باید داشته باشد، بیان کرد: به عقیده بنده دولت چهاردهم باید بیشتر رویکرد اقتصادی داشته باشد. به ویژه در حوزه ناترازی‌هایی که در کشور ایجاد شده است. باید با گام‌های دقیق ناترازی‌های موجود در حوزه انرژی و در حوزه بودجه مرتفع شود. یکی از مواردی که می‌تواند زمینه‌ساز حل مسائل باشد، تعاملات بین‌المللی است. دولت چهاردهم باید بتواند تعاملات بین‌المللی کشور را ارتقا دهد. وی در ادامه اظهار کرد: در حوزه کابینه دولت چهاردهم و تشکیل کابینه لازم است که رویکرد دولت به سمت شایسته سالاری باشد تا اینکه نگاه سیاسی حاکم باشد. تلفیقی از نیروهای توانمند و کارکنان در کنار نیروهای جوان که در حوزه‌های مختلف تجربیات و دانشی دارند می‌تواند کابینه قوی را تشکیل دهد. دولت نباید به یکباره از نیروهای باتجربه خالی شود. به کارگیری نیروهای جوان و توانمند یک ضرورت است. نماینده مردم خرم‌آباد در مجلس شورای اسلامی تأکید کرد: با استفاده از نیروهای جوان و توانمند می‌توان به اهداف رشد اقتصادی دست یافت. یکی از مشکلاتی که داشتیم این بود که معمولاً دولت‌ها به ظرفیت نیروهای جوان و نخبگانی کشور توجه لازم را نداشتند. باید به نیروهای جوان میدان داده شود.

آذری جهرمی:

اخبار مربوط به «شورای انتصابات» جعلی است

سرویس سیاسی

یکی از اعضای ستاد انتخاباتی مسعود پزشکیان رئیس‌جمهور منتخب انتشار اخباری درباره ترکیب شورایی مثل «شورای سیاست‌گذاری دولت چهاردهم» یا «شورای انتصابات» را جعلی خواند و تأکید کرد: روال شفاف و مدل علمی و بروز انتخاب وزرا توسط رئیس‌جمهور منتخب بزودی اعلام خواهد شد. محمد جواد آذری جهرمی از اعضای ستاد انتخاباتی مسعود پزشکیان رئیس‌جمهور منتخب در حساب کاربری خود در شبکه اجتماعی ایکس نوشت: «از دیروز اخباری توسط برخی چهره‌های شناخته شده رسانه‌ای درباره ترکیب شورایی مثل شورای سیاست‌گذاری دولت چهاردهم یا شورای انتصابات، دست به دست می‌چرخد. همه فیک است و روال شفاف و مدل علمی و بروز انتخاب وزرا توسط رئیس‌جمهور منتخب بزودی اعلام خواهد شد. اما چرا این اخبار دست به دست می‌شود؟ عده‌ای از شوق خدمت! حاضرند هر وعده‌ای به هر کسی بدهند تا مثلاً وزیر شوند. عده‌ای هم طالب این وعده‌هایند و امروز روز کاسی آنهاست. لذا با خبرسازی و اتصال این دو گروه به هم، این بازار مکاره فاسد شکل می‌گیرد. آجر و ملات این فساد نباشیم!» ایسنا

سرویس سیاسی

رئیس‌جمهور منتخب در گفت‌وگوی تلفنی با رئیس‌جمهور ترکیه با اشاره به ضرورت بهره‌گیری از تمام ظرفیت‌های موجود برای تقویت و توسعه روابط دو کشور دوست و برادر ایران و ترکیه، از اردوغان برای سفر به تهران دعوت به عمل آورد.

به گزارش صبح ساحل و به نوشته ایسنا، رجب طیب اردوغان رئیس‌جمهور ترکیه در تماس تلفنی با مسعود پزشکیان، موفقیت وی در کسب اعتماد ملت ایران و پیروزی در انتخابات ریاست جمهوری را تبریک گفت. اردوغان با گرامیداشت یاد رئیس‌جمهور فقید آیت‌الله

مفقودی

سند مالکیت (برگ سبز) خودرو سواری سیستم پژو تیپ ۵ PARS TU ۵ رنگ مشکی متالیک مدل ۱۳۹۷ با شماره موتور ۱۸۱B۰۰۶۲۱۸۸، شماره شاسی NAAN11FEAJH5۵۸۱۶ و شماره پلاک ۸۴ ایران ۹۲۹۷۲۰۹۱۶ به نام هاجر بی نیاز فرزند ابراهیم مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد

مفقودی

سند مالکیت (برگ سبز) و کارت شناسایی خودرو سواری سیستم پژو تیپ ۵ PARS TU ۵ رنگ سفید مدل ۱۳۹۵ با شماره موتور ۱۶۴F۰۱۲۶۶۶۷، شماره شاسی NAAN11FEGHY۴۴۸۵۱ و شماره پلاک ۹۴ ایران ۷۱۶۴۲۳ به نام حسن نیکخواه فرزند عباس مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد

مفقودی

سند مالکیت (برگ سبز) خودرو سواری سیستم سایپا تیپ تبا رنگ سفید روغنی مدل ۱۳۹۵ با شماره موتور M1۵/۸۳۲۰۸۳۴ و شماره شاسی ۰۴۳۸۲G5۷۰۴۳۸۲ و شماره پلاک ۲۴ ایران ۱۵۳۱۵۳ با نام راحله خاکزاد فرزند بهروز مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد

مفقودی

سند مالکیت (برگ سبز) موتورسیکلت انژکتوری سیستم احسان تیپ ۱۵۰ رنگ قرمز مدل ۱۴۰۲ با شماره موتور ۰۱۴۹N1۴۱۲۲۹۲ و شماره شاسی N1۴AVEKJDP۱۳۱۶۶۶ و شماره پلاک ۸۴۱-۴۲۹۶۸ به نام مهدی شعبان زاده فرزند حسین مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می‌باشد

معاون امور معادن و صنایع معدنی سازمان صنعت، معدن و تجارت استان مطرح کرد؛

سیاست گذاری نوین در حوزه معدن برای رسیدن هرمزگان به جایگاه واقعی

بهاره بیژنی

معاون امور معادن و صنایع معدنی سازمان صنعت، معدن و تجارت هرمزگان با اشاره به فعالیت ۶۶ معدن سنگ گچ در این استان، گفت: ۷۵۸ هزار و ۵۷۲ تن سنگ گچ از ابتدای سالجاری تاکنون از این معادن استخراج شده است.

به گزارش صبح ساحل، ابراهیم سعدینی در تشریح این خبر افزود: استان هرمزگان دارای ذخایر غنی و متنوع معدنی از جمله معادن گچ، سنگ آهک، سنگ لاشه، سنگ آهن و نمک کرومیت است که می‌توان کار اکتشاف را در آن‌ها انجام داد و با ایجاد زنجیره تولید و فرآوری، از خام‌فروشی جلوگیری کرد.

«استان هرمزگان تا اسفند سال ۳۰،۹۹ معدن سنگ گچ صادراتی داشت که حدود ۶ ماه فعالیت صادراتی آن‌ها متوقف شد اما در شهریورماه سال ۱۴۰۰ صادرات سنگ گچ از این استان با راه‌اندازی بندرگاه خمیر و جاده‌های منتهی به این بندر مجدد رونق گرفت که نویدبخش بازگشت معدن‌کاران گچی به روزهای طلایی است.

هرچند توقف صادرات سنگ گچ هرمزگان عوامل متعددی از افزایش هزینه تولید تا کاهش قیمت منطقه‌ای را داشت اما از



سرگیری صادرات تنها با یک عامل همگرایی و همکاری بخش خصوصی و دولتی محقق شد. استاندار هرمزگان نیز در اوایل خردادماه امسال در نشست کارگروه صادرات غیرنفتی استان با اشاره به صادرات گچ از بنادر این استان اظهار کرد: نیازمند برخی اصلاحات در زنجیره صادراتی گچ از هرمزگان هستیم که در این راستا سه نقطه شامل پس‌کرانه بندر شهید رجایی، ترمینال بزرگ مواد معدنی بندر شهید رجایی و مجتمع ایزولایکو مدنظر قرار گرفته است.»

سعدینی همچنین با اشاره به توانمندی‌های معدنی در هرمزگان اظهار کرد: بیشتر تولیدات معدنی استان از خانواده مواد معدنی طبقه یک است که ارزش اقتصادی بالایی ندارند و این امر یکی از علت‌های عدم تأثیرمورد انتظار گردش مالی بخش معدن نسبت به گردش مالی تمام استان است.

معاون امور معادن و صنایع معدنی سازمان صنعت، معدن و تجارت هرمزگان اظهار کرد: برای قرار دادن بخش معدن استان در جایگاه واقعی آن، باید سیاست گذاری و اقداماتی در حوزه اکتشافات، استخراج، کانه‌آرایی و فرآوری از جمله تغییر رویکرد معدنکاری، تجهیز

رئیس سازمان امور مالیاتی:

حدود ۵۸ درصد از هزینه‌های جاری دولت از مالیات تامین شد

سرویس اقتصادی

رئیس کل سازمان امور مالیاتی با بیان اینکه نگاه ما در حوزه مالیات، نگاه تعاملی و رحمانی به مودیان است، گفت: در ۱۲ سال گذشته حدود ۴۷ تا ۴۸ درصد هزینه‌های جاری دولت از محل درآمد مالیاتی تامین می‌شد که در سال ۱۴۰۲ به ۵۷.۷ درصد رسید.

محمدهادی سبحانین در مراسم افتتاح آزمایشگاه داده کاوی مالیاتی اظهار کرد: امروز نظام مالیاتی در حال پوست اندازی است و یک حرکت پرشتاب تحولی را دنبال می‌کند. در شقوق مختلف می‌توان این تحول را مثال زد. از یک منظر در حوزه اتکای منابع بودجه ای دولت به منابع مالیاتی که سالها آرزو بود توانستیم در یکی دو سال گذشته به آن دست پیدا کنیم و اتکای بودجه دولت به نفت را که عامل وضع نابسامان اقتصادی مثل تورم و رشدهای پایین اقتصادی بود را برطرف کنیم. وی افزود: ما با استفاده از اقدامات مختلفی

رئیس کل سازمان امور مالیاتی با بیان اینکه هزینه‌های جاری دولت از محل مالیات تامین می‌شد که در سال ۱۴۰۲ به ۵۷.۷ درصد رسید.

رشد حدود ۱۰ درصدی تامین هزینه‌های دولت از محل مالیات

سبحانین با بیان اینکه هزینه‌های جاری دولت از محل مالیات تامین می‌شد که در سال ۱۴۰۲ به ۵۷.۷ درصد رسید. رئیس کل سازمان امور مالیاتی با بیان اینکه باید این راه امتداد پیدا کند افزود: اگر می‌خواهیم حرکت پرشتاب در حوزه مالیات تقویت شود باید مردم را سهیم

سرویس اقتصادی

روزهای پایانی بهار مصرف برق رکورد بی سابقه‌ای را به خود اختصاص داد و تقاضای برق به ۷۳ هزار و ۵۶۵ مگاوات رسید و طی روزهای گذشته این عدد از ۷۶ هزار مگاوات عبور کرد.

روزهای پایانی بهار سال جاری مصرف برق رکورد بی سابقه‌ای را به خود اختصاص داد و در ساعات‌های اوج مصرف روز نصاب جدید ۷۳ هزار و ۵۶۵ مگاوات تقاضای مصرف برق در کشور ثبت شد که مشابه این مقدار مصرف در ۱۵ مرداد سال ۱۴۰۲ به میزان ۷۳ هزار و ۴۶۳ مگاوات بود، که رشد ۱۲ درصدی را نسبت به مدت زمان مشابه نشان می‌دهد. با این وجود قیوض برق ۲۵ درصد پایتخت‌نشینان رایگان شد که نشان از مدیریت مصرف این افراد است.

کدام استان‌ها بیشترین مصرف برق را داشتند

آنتور که مازار جمشیدی مدیر کنترل مرکز راهبری شبکه برق کشور گفته است مصرف برق کشور طی دو روز اخیر از ۷۶ هزار مگاوات

سرویس اقتصادی

روزهای پایانی بهار مصرف برق رکورد بی سابقه‌ای را به خود اختصاص داد و تقاضای برق به ۷۳ هزار و ۵۶۵ مگاوات رسید و طی روزهای گذشته این عدد از ۷۶ هزار مگاوات عبور کرد.

روزهای پایانی بهار سال جاری مصرف برق رکورد بی سابقه‌ای را به خود اختصاص داد و در ساعات‌های اوج مصرف روز نصاب جدید ۷۳ هزار و ۵۶۵ مگاوات تقاضای مصرف برق در کشور ثبت شد که مشابه این مقدار مصرف در ۱۵ مرداد سال ۱۴۰۲ به میزان ۷۳ هزار و ۴۶۳ مگاوات بود، که رشد ۱۲ درصدی را نسبت به مدت زمان مشابه نشان می‌دهد. با این وجود قیوض برق ۲۵ درصد پایتخت‌نشینان رایگان شد که نشان از مدیریت مصرف این افراد است.

هشدار؛ مشتریان بد مصرف منتظر قیوض غیر متعارف باشند

تعرفه مصرف برق برای مشتریان به صورت پلکان است و با توجه به تعرفه‌های اصلاح شده، پلکان‌ها به گونه‌ای طراحی شده که سبب ایجاد انگیزه برای کاهش مصرف می‌شود. مصطفی رجبی مشهدی مدیرعامل توانیر در گفت و گو با خبرنگار مهر با اشاره به اینکه تنها ۲ درصد از مشتریان برق بد مصرف

معدن به ماشین آلات نو و ترویج روش‌های فرآوری مواد معدنی و ایجاد زیرساخت‌ها در مناطق مستعد انجام داد تا سمت و سوی فعالیت‌های معدنی تغییر داده شود.

سعدینی یادآور شد: با اکتشافات انجام شده، هرمزگان در آینده نزدیک به استان معدنی تبدیل می‌شود؛ به طوری که بخشی از معادن در استان قرار گرفته است اما از این معادن بهره‌وری لازم انجام نمی‌شود که در این زمینه باید همه مسئولان مرتبط با همکاری بهتر برای رسیدن به توسعه اقتصادی معادن تلاش کنند. استان هرمزگان دارای ۲۰ نوع ماده معدنی و ۳۰۰ معدن فعال دارای پروانه با احتساب ۱۰۰ معدن شن و ماسه رودخانه‌ای است که این منطقه مستعد معدنی در زمینه بهره‌برداری و فرآوری با هدف جلوگیری از خام‌فروشی و در نتیجه صادرات مواد معدنی فرآوری شده به خارج از کشور نقش تعیین کننده‌ای دارد.

سنگ آهن، سنگ گچ، سنگ نمک، دولومیت، کرومیت، منگنز، مارن، سنگ آهک، خاک صنعتی، سنگ لاشه، سنگ چینی، مرمریت، سنگ تزئینی و مخلوط کوهی از معدن‌های فعال و غنی این استان اقتصادی به شمار می‌روند.

گفت: از ظرفیت شرکت‌های دانش بنیان در این زمینه استفاده می‌شود. در حال حاضر دسترسی نظام مالیاتی به اطلاعات، بسیار زیاد است و بیش از ۱۰ منبع اطلاعاتی داریم. بیش از ۲۵ هزار فیلد اطلاعاتی داریم که مرتباً به روزرسانی می‌شود که شناسایی درست و عادلانه نسبت به مالیات افراد داشته باشیم.

تحقق ۱۰.۸ درصدی مالیات‌ستانی در سال گذشته

سبحانین تأکید کرد: در سال گذشته بیش از ۸۸ درصد اظهارات مودیان مبتنی بر اطلاعاتی که ما داشتیم در حوزه اشخاص حقیقی پذیرفته ایم. بنابراین وارد فرآیند رسیدگی مالیاتی نشده است. نگاه ما نگاه تعاملی و رحمانی در حوزه مالیات است. وی یادآور شد: سال گذشته درآمدهای مالیاتی ۱۰۸ درصد تحقق یافت. این اقدام از طریق شناسایی فرارهای مالیاتی انجام شد.

قبلاً کوچه به کوچه و شهر به شهر این اقدام صورت می‌گرفت ولی الان کارکنان سازمان مالیات پشت میزهایشان نشسته اند و فرارهای مالیاتی را شناسایی می‌کنند. رئیس کل سازمان امور مالیاتی با اشاره به لزوم شناسایی فعالیت‌های سفته بارانه بیان کرد: برخی افراد تلاش می‌کنند با استفاده از حساب‌های دیگر کسب و کار خود را انجام دهند که این افراد را شناسایی می‌کنیم. /ايسنا

تجهیز می‌شوند

کنتورهای هوشمند و رصد بر خط مصرف برق یکی از راه‌های شناسایی سریع مشتریان پر مصرف است، مشتریانی که ۱۰ درصد از برق مصرفی کشور را در اختیار دارند، مدیر عامل توانیر در رابطه با این موضوع توضیح داد: البته لازم به ذکر است که این مشتریان مجهز به کنتورهای هوشمند می‌شوند و و به این مشتریان اطلاع رسانی می‌شود که مصرف برقشان بیش از الگوی مصرف است و در صورتی که کاهش مصرف نداشته باشند قبض‌های سنگینی دریافت می‌کنند و در صورتی که خیلی نا متعارف باشند پس از تذکر جرایم سنگین‌تری اعمال خواهد شد

به گفته این مقام مسؤول ۵۰ درصد مصرف برق مربوط به مشتریان زیر الگو است که ۸۰ درصد مشتریان هستند ۵۰ درصد دیگر مربوط به مشتریان پر مصرف است که بیش از الگوی مصرف، مصرف دارند مشتریان پر مصرف ۱۰ درصد از کل مصرف برق کشور را در اختیار دارند یعنی در حالی که ۲ درصد از مشتریان هستند ولی ۱۰ درصد از مصرف بخش خانگی را در اختیار دارند. /مهر

میزخبر

قیمت بلیت قطار برای اتباع خارجی گران شد



سرویس اقتصادی

در حالی افزایش قیمت بلیت قطارهای مسافری هنوز اجرایی نشده که برخی شرکت‌های ریلی در فروش بلیت برای اتباع خارجی افزایش نرخ را اعمال می‌کنند.

به گزارش صبح ساحل، راه‌آهن جمهوری اسلامی ایران ۱۳ تیر ماه طی اطلاعیه‌ای پیش فروش بلیت قطارهای مسافری نیمه دوم تیر را اعلام کرد. بر این اساس پیش فروش بلیت برای بازه زمانی یاد شده در همه محورها (مسیرهای رفت تا تاریخ ۳۱ تیر و مسیرهای برگشت تا یکم مرداد)، از ساعت ۱۳ روز چهارشنبه ۱۳ تیر و پیش‌فروش حضوری بلیت از ساعت ۱۵ همان روز آغاز شد. با وجود زمزمه‌های افزایش قیمت بلیت که مدیرعامل راه آهن جمهوری اسلامی ایران نیز اخیراً تأیید کرده بود، پیش‌فروش مرحله دوم بلیت قطارهای تابستانی بدون تغییر قیمت انجام شد.

این در حالی است که قیمت بلیت قطارهای مسافری برای اتباع خارجی افزایش یافته است. به‌عنوان نمونه یکی از شرکت‌های حمل‌ونقل ریلی مسافری بلیت قطار قم-مشهد را برای تاریخ ۲۵ تیرماه امسال با قیمت ۹۲۴ هزار تومان به فروش می‌رساند. اما قیمت همین بلیت برای اتباع خارجی یک میلیون و ۲۸۵ هزار و ۸۵۰ تومان است، یعنی حدود ۵۰ درصد بالاتر.

روی خوش هند به خریداران جهانی برنج



سرویس اقتصادی

طبق اعلام برخی افراد آگاه، بزرگترین صادرکننده برنج جهان، ممکن است محدودیت‌های صادرات برخی از گونه‌ها را کاهش دهد تا قبل از ورود محصول

جدید به بازار در ماه اکتبر، از مزاد عرضه در کشور جلوگیری کند. افرادی که خواستند نامشان فاش نشود، گفتند که دولت هند در حال بررسی اجازه دادن به محموله‌های برنج سفید است. آنها گفتند که مقامات همچنین ممکن است مالیات ۲۰ درصدی بر صادرات برنج نیم پز و خشک شده را لغو کنند و به جای آن، مالیات ثابتی را برای جلوگیری از کاهش صورت‌حساب محموله‌ها اعمال کنند. چنین حرکتی می‌تواند پس از اقدام هند برای شروع محدود کردن فروش انواع کلیدی از سال ۲۰۲۳، به کاهش قیمت برنج آسیایی کمک کند که در ژانویه به بالاترین حد در بیش از ۱۵ سال گذشته رسید.

این خبر خوبی برای برخی از کشورهای آفریقای غربی و خاورمیانه خواهد بود که برای اکثر نیازهای خود به مواد غذایی به کشور آسیای جنوبی متکی هستند. بر اساس داده‌های دولتی این کشور، مجموع صادرات برنج هند در دو ماه اول سال مالی که از اول آوریل آغاز شد، ۲۱ درصد نسبت به سال گذشته کاهش یافت و به ۲.۹ میلیون تن رسید. برنج غیر باستانی در مدت مشابه ۳۲ درصد کاهش یافت و به ۱.۹۲ میلیون تن رسید. بلومبرگ گزارش کرد که سطح زیرکشت تاهشتم جولای به ۶ میلیون هکتار رسیده است که ۱۹ درصد نسبت به سال قبل افزایش یافته است. /ايسنا

لایحه جدید دولت به مجلس برای رفع محدودیت واردات خودرو

سرویس اقتصادی

سرپرست معاونت پارلمانی ریاست‌جمهوری از تدوین لایحه‌ای برای رفع محدودیت واردات خودرو توسط اشخاص حقیقی و شرکت‌ها و تقدیم آن به مجلس شورای اسلامی خبر داد. به گزارش صبح ساحل، سید محمود حسینی‌پور سرپرست معاونت پارلمانی ریاست‌جمهوری با اشاره به ارسال لایحه «الحاق تبصره (۲) به ماده (۴) قانون ساماندهی صنعت خودرو» به مجلس شورای اسلامی، اظهار کرد: در قانون ساماندهی صنعت خودرو مصوب ۱۴۰۰، انتقال فناوری به‌عنوان یکی از شرایط لازم برای واردات خودرو تعیین شده است. وی افزود: باین‌حال باتوجه‌به لزوم تسهیل واردات خودرو برای تنظیم بازار آن و مقرون‌به‌صرفه نبودن سرمایه‌گذاری برای انتقال فناوری باتوجه‌به شرایط کنونی تجارت بین‌المللی و وجود شرکت‌های دانش‌بنیان برای انتقال فناوری، دولت لایحه جدیدی را برای به‌روزرسانی قانون ساماندهی صنعت خودرو به مجلس تقدیم کرد. سرپرست معاونت پارلمانی ریاست‌جمهوری، پاسخ به انتظارات عمومی برای رفع محدودیت در زمینه واردات خودرو توسط اشخاص حقیقی و شرکت‌ها را از اهداف این لایحه عنوان کرد.



نگرانی غرب از همکاری بندری چین و گرجستان

توحید ورستان
خبرنگار



گرجستان در تقاطع اروپا و آسیا، از دیرباز نقطه کانونی برای مانورهای ژئوپلیتیکی بوده است. موقعیت استراتژیک آن که بین دریای سیاه و کوه‌های قفقاز قرار گرفته، گرجستان را به عنوان دروازه‌ای مهم برای مسیرهای تجاری و حمل و نقلی اروپا، آسیا و خاورمیانه قرار می‌دهد. در سال‌های اخیر، گرجستان پروژه‌های مبتنی بر توسعه زیرساختی بلندپروازانه‌ای را با هدف سرمایه‌گذاری در مزیت‌های ژئوپلیتیکی خود و تحریک رشد اقتصادی آغاز کرده است. با این حال، این تلاش‌ها با چالش‌ها و مناقشاتی همراه بوده، به ویژه در مورد حضور شرکت‌های دولتی چین و پیامدهای آن برای موقعیت ژئوپلیتیک گرجستان بیشتر مشهود است.

اهمیت ژئواکونومیکی قفقاز برای چینی‌ها

مسیرهای تجاری سنتی از چین به اروپا به دلیل درگیری در خاورمیانه مانند تنش‌های دریای سرخ بی‌ثبات شده است. این چالش‌ها مسیرهای قابل اعتماد سابق را تحت تاثیر قرار داده و کشورها و شرکت‌ها را وادار به یافتن راه‌های جایگزین برای حفظ و تقویت جریان‌های تجاری کرده است. در این زمینه، تحرکات استراتژیک چین در منطقه قفقاز، به ویژه در آذربایجان و گرجستان، قابل توجه است. پس از راه اندازی طرح کمربند و جاده در سال ۲۰۱۳، نفوذ چین در سرزمین اصلی اوراسیا گسترش یافته است. همکاری با کشورهای اروپای شرقی و قفقاز جنوبی در زمینه تامین مالی زیرساخت‌ها، امنیت داخلی و دفاع به طور قابل توجهی افزایش یافته است.

اگرچه کشورهای قفقاز جنوبی به عنوان شرکای اولویت‌دار چین در سطح بین‌المللی در نظر گرفته نمی‌شوند، اما نقش مهمی در پروژه‌های بلندمدت پکن در اوراسیا دارند. در واقع، چین برای مقابله با نفوذ آمریکا در کل اوراسیا بسیج می‌شود. آذربایجان، گرجستان و ارمنستان نیز چین را جایگزینی برای روسیه و غرب محسوب می‌کنند. اگرچه پکن هنوز یک بازیگر مهم در منطقه نیست، اما بدون دخالت در امور داخلی آنها روابط خود را با کشورهای منطقه توسعه می‌دهد. این امر نشان می‌دهد که هر سه کشور از اتحاد آتلانتیک شمالی و رقابت‌های تاریخی روسیه در منطقه خسته شده‌اند و دفاع مدام چین از مسائل تمامیت ارضی بر تعمیق روابط آنها تاثیر می‌گذارد. در این زمینه، روابط با گرجستان به ویژه قابل توجه است. در حالی که این کشور رسماً

خواستار پیوستن به اتحادیه اروپا (EU) و سازمان پیمان آتلانتیک شمالی (ناتو) است، اما همچنین در حال توسعه روابط با سایر بازیگران از جمله روسیه و چین است.

همکاری پکن و تفلیس در ساخت بندر آنالکلیا

بدون تردید پروژه بندر پوتی و بندر آنالکلیا به منظور افزایش پتانسیل کشور و حفظ منافع دولتی اجرا خواهد شد. داویناشویلی تاکید کرد که توسعه زیرساخت‌های بندری در گرجستان ضروری است، اما این امر باید در راستای منافع کشور انجام شود.

سود و زیان همکاری با چین

تعمیق روابط گرجستان با چین از دید متحدها غربی آن غافل نمانده است، زیرا آنها همسویی این کشور با چین را با نگرانی رصد می‌کنند. بدبینی غربی‌ها از نگرانی آنها در مورد تسلط اقتصادی، همکاری سیاسی با رویه‌های چین و پیامدهای امنیتی احتمالی

چین در تلاش است تا راه‌ها و راه‌آهن‌های شرق به غرب را توسعه دهد و با دور زدن روسیه، آسیای مرکزی را از طریق زمینی به اتحادیه اروپا متصل کند

ناشی می‌شود.

در حالی که گرجستان به دنبال متعادل کردن سیاست خارجی خود از طریق روابط رو به رشد با چین است، اما پیامدهای ژئوپلیتیکی انتخاب‌های آن نیز قابل توجه است. در واقع، گرجستان در شبکه پیچیده از پویایی‌های ژئوپلیتیکی حرکت می‌کند، و با یک عمل متعادل‌کننده ظریف روبرو می‌شود.

از یک سو، این کشور به دنبال سرمایه‌گذاری در موقعیت استراتژیک خود و جذب سرمایه

گذاری خارجی برای تقویت توسعه اقتصادی است. از سوی دیگر، باید با احتیاط حرکت کند تا از دوری شرکای غربی خود و به خطر انداختن امنیت و حاکمیت خود جلوگیری کند.

یافتن تعادل مناسب بین منافع اقتصادی، ملاحظات ژئوپلیتیکی و الزامات امنیت ملی برای ثبات و رفاه بلندمدت گرجستان بسیار مهم است. تلاش برای توسعه زیرساخت‌های گرجستان پتانسیل بسیار زیادی برای باز کردن فرصت‌های اقتصادی و تقویت ارتباط منطقه‌ای دارد. با این حال، چالش‌ها و مناقشات پیرامون این تلاش‌ها نیازمند برنامه ریزی دقیق، شفافیت و پاسخگویی است.

کار دشوار گرجی‌ها

بر اساس گزارش مرکز آنکسام ترکیه، به نظر می‌رسد گرجستان در تلاش است تا از محور روسیه و غرب خارج و در راستای منافع این کشور عمل کند. این واقعیت که روسیه همچنان گرجستان را «حیط خلوت» خود می‌داند و غرب در مورد مسائل حساسی مانند تمامیت ارضی حمایت عینی نمی‌کند، گرجستان را بر آن داشت تا گام‌های دقیق و قاطعی برای آینده کشور بردارد. تجربه تنش‌ها و فجاج مختلف در محور غرب و روسیه از دهه ۱۹۹۰، می‌طلبد تا گرجستان با در نظر گرفتن فرآیندهای جهانی و شرایط اقتصادی جهان، مسیری جدید یا جایگزین ترسیم کند. در نظم جهانی که در آن جنگ‌ها برای کنترل کریدورهای تجاری و خطوط انرژی صورت می‌گیرد، گرجستان در تلاش برای منافع استراتژیک است.

در چنین بیکربندی، تفلیس می‌تواند موقعیت بی‌طرف خود را حفظ و از استفاده آن توسط قدرت‌های بزرگ جلوگیری کند.

در مورد روابط چین با اتحادیه اروپا، این روابط به طور قابل توجهی با روابط روسیه و اروپا متفاوت است. اروپا هم به عنوان یک شریک تجاری و هم به عنوان منبع فناوری برای چین اهمیت زیادی دارد. در عین حال، چین به دلیل انعطاف‌پذیری اقتصادی و بازار داخلی بزرگ، بازار مهمی برای شرکت‌های اروپایی باقی می‌ماند که برای رقابت جهانی آن‌ها حیاتی است. از سوی دیگر، چین در تلاش است تا راه‌ها و راه‌آهن‌های شرق به غرب را توسعه دهد و با دور زدن روسیه، آسیای مرکزی را از طریق زمینی به اتحادیه اروپا متصل کند. بنابراین، پکن در حال متنوع سازی و مدرن سازی مسیرهای اتصال سنتی خود است. در پایان، به نظر می‌رسد منافع ژئوپلیتیک روابط با کشورهای قفقاز جنوبی برای چین مهمتر از منافع اقتصادی باشد. از یک سو تقاضای روزافزون برای تنوع بخشیدن به سیاست خارجی در قفقاز و از سوی دیگر، عدم مداخله چین در مشکلات داخلی منطقه، این کشور را به شریکی جذاب برای کشورهای منطقه تبدیل می‌کند.

در ابتدای طرح مشکلاتی وجود داشت که آنها را سه روزه رفع کردیم.

معاون وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی خاطرنشان کرد: دستاوردهای این طرح باعث شد بیش از یک میلیون و ۶۰۰ هزار تن مواد غذایی در مدت سه ماه جابه‌جا شد و کمبودی را در این خصوص نداشتیم که نشان می‌داد امنیت کشور در حوزه غذایی بسیار بالا است.

در سبد غذایی ۱۱ قلم کالا از جمله گوشت منجمد وجود داشت که گوشت گرم به آن اضافه و نیز توزیع شد. عسگریان اعلام کرد: با اجرای «طرح فجرانه» کالابرگ الکترونیکی ۱۵۹ میلیون بسته غذایی توزیع شد که یک دستاورد است.

حمایت غذایی از ۱۶۷ هزار کودک

وی تصریح کرد: طرح دیگری که اجرا شد، امنیت غذایی کودکان بود و برای مشمولان این طرح در سه دهک اول یک میلیون تومان و در دهک‌های بعدی ۶۰۰ هزار تومان یارانه تشویقی برای سرپرستان خوار واریز شد؛ در ابتدا ۱۳۲ هزار کودک شناسایی شده بود، اما امسال ۱۶۷ هزار کودک مشمول این طرح هستند. /ایرنا

میزخبر

فرماندار شهر خیر داد

اختصاص ۹۴۰ میلیارد ریال اعتبار تملک دارایی‌های سرمایه‌ای به بندر خمیر



سرویس اقتصادی

فرماندار شهرستان بندرخمیر گفت: سهم شهرستان خمیر از اعتبارات دارایی‌های سرمایه‌ای حدود ۹۴۰ میلیارد ریال بوده است که این اعتبارات شامل منابع تملک دارایی‌های سرمایه‌ای استانی، سهم نفت و گاز و قانون استفاده متوازن از امکانات کشور

می‌باشد. میرهاشم خواستار فرماندار شهرستان بندرخمیر، در جلسه کمیته برنامه ریزی بندرخمیر که با حضور کارشناسان سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان و اعضای شورای اداری این شهرستان برگزار شد، با اعلام این خبر اظهار داشت: جمع میزان اعتبارات شهرستان از قانون استفاده متوازن، محرومیت زدایی و تملک دارایی بیش از ۱۶۶ میلیارد تومان می‌باشد. وی ادامه داد: در کل سهم شهرستان خمیر از اعتبارات تملک دارایی ۴۰۷.۲ و قانون استفاده متوازن استان حدود ۲۰۸.۵ درصد بوده است. رییس شورای برنامه ریزی بندرخمیر اولویت تخصیص اعتبار در سال جاری را تکمیل پروژه‌های نیمه تمام ذکر کرد و تاکید کرد: اعتبارات استانی برای اتمام همه پروژه‌های شهرستان محدود است، لذا مدیران باید از طریق وزارتخانه مربوطه و سایر منابع در ایام سال، اعتبار را برای پروژه‌های خود جذب کنند. /ایسنا

حداقل و حداکثر قیمت زعفران در ایام محرم اعلام شد



سرویس اقتصادی

عضو شورای ملی زعفران گفت: هم اکنون حداقل قیمت هر کیلو زعفران ۸۵ میلیون تومان و حداکثر ۱۰۰ میلیون تومان است. به گزارش صبح ساحل و به نوشته

باشگاه خبرنگاران، علی حسینی گفت: طبق روال همه ساله تقاضا برای خرید زعفران در ایام محرم و صفر افزایش می‌یابد و به طور کلی پیک مصرف زعفران ماه های رمضان، محرم و صفر است.

به گفته او، با ازدیاد تقاضا برای خرید زعفران در ایام محرم پیش بینی می‌شود که کاهش قیمت در بازار رخ ندهد.

حسینی ادامه داد: دلال و محتکران زعفران خود را کشاورز عنوان می‌کنند، درحالی‌که با بخش کشاورزی سروکاری ندارند و به عبارت دیگر واقعیت آن است که ابتدای فصل کشاورزان هر کیلو زعفران را ۳۰ تا ۴۰ میلیون فروختند و اکنون محتکران بر طبل گرانی قیمت‌ها می‌کوبند. به گفته او، با توجه به ازدیاد تقاضا برای خرید زعفران در دهه اول محرم و دهه پایان صفر ناچاریم شرایط بازار را به گونه‌ای تحمل کنیم تا به فصل عرضه محصول جدید برسیم. از این رو تا رسیدن محصول جدید بازار را به گونه‌ای کنترل کنیم که به نفع تولیدکننده و مصرف کننده باشد.

عضو شورای ملی زعفران حداقل قیمت هر کیلو زعفران را ۸۵ میلیون تومان و حداکثر ۹۵ تا ۱۰۰ میلیون تومان اعلام کرد و گفت: برآوردها حاکی از آن است که با ازدیاد تقاضا برای خرید زعفران در ایام محرم و صفر، تقاضا به نسبت ماه‌های قبل ۲۰ تا ۳۰ درصد افزایش یابد. حسینی با بیان اینکه محدودیتی در عرضه زعفران نداریم، گفت: در حال حاضر زعفران در انبارهای دلالان و واسطه‌ها، تعاون روستایی و بورس کالا وجود دارد که با گذر از پیک مصرف بدلیل شرایط مستعد تولید پیش بینی می‌شود که شرایط بازار را تغییر کند.

۱۲.۵ همت به حساب گندمکاران

واریز شد

سرویس اقتصادی

مدیرعامل شرکت بازرگانی دولتی ایران از واریز ۱۲ هزار و ۴۸۲ میلیارد تومان دیگر از مطالبات گندمکاران خبر داد و گفت: تاکنون ۵۲ هزار و ۶۱۴ میلیارد تومان از مطالبات کشاورزان ۱۷ استان بابت پول خرید تضمینی گندم پرداخت شده است. به گزارش صبح ساحل و به نوشته ایسنا، سید سعید راد با اعلام اینکه تا ساعت ۷ صبح امروز، ۶ میلیون و ۴۲۸ هزار تن گندم از کشاورزان ۳۱ استان کشور خریداری شده است، افزود: این مقدار گندم در مقایسه با مدت زمان مشابه سال گذشته، در مجموع ۶۱۹ هزار تن و به عبارتی، ۱۱ درصد افزایش داشته است.

وی قیمت هر کیلوگرم گندم را ۱۷ هزار و ۵۰۰ تومان و ارزش مجموع گندم‌های خریداری شده را تا صبح امروز ۱۱۳ هزار و ۱۷۴ میلیارد تومان اعلام کرد و گفت: تاکنون ۴۶.۵ درصد از مطالبات گندمکاران از سوی دولت پرداخت شده است و پرداخت مابقی مطالبات نیز در دست پیگیری و اقدام قرار دارد. راد با اعلام اینکه ۵۳ درصد از گندم‌هایی که تاکنون خریداری شده‌اند، به ترتیب از کشاورزان ۳ استان خوزستان، گلستان و فارس دریافت شده است، افزود: بعد از این سه استان، به ترتیب استان‌های کرمانشاه، خراسان رضوی، ایلام، کرمان، لرستان و اردبیل قرار دارند که بیشترین میزان خرید تضمینی گندم را به خود اختصاص داده‌اند. بنا بر اعلام شرکت بازرگانی دولتی ایران (مبدأ)، مدیرعامل شرکت بازرگانی دولتی ایران با تاکید بر اینکه رشد خرید گندم نسبت به بازه زمانی مشابه سال گذشته در دو استان گلستان و اصفهان با بیش از ۱۰۰ درصد افزایش، دو برابر شده است، خاطرنشان کرد: پس از این دو استان، به ترتیب استان‌های اردبیل، کرمانشاه، خراسان شمالی، چهارمحال و بختیاری، همدان، آذربایجان غربی و خراسان جنوبی بالاترین میزان رشد خرید گندم را ثبت کرده‌اند.

میزخبر

رئیس اداره ورزش منطقه آزاد قشم خبر داد
اختصاص استخرهای قشم
برای نوجوانان

سرویس ورزشی

استخرهای قشم برای اوقات فراغت نوجوانان در فصل تابستان آماده هستند. به گزارش صبح ساحل، رئیس اداره ورزش و جوانان سازمان منطقه آزاد قشم از آمادگی استخرهای این سازمان برای استفاده و بهینه سازی اوقات فراغت نوجوانان و جوانان این جزیره در فصل تابستان خبر داد.

رضا ذاکری گفت: دو استخر سرپوشیده اتحاد میران و ۲۲ واحدی سازمان منطقه آزاد قشم در ایام تابستان فعالیت های خود را برای ارائه خدمات و آموزش به نوجوانان و جوانان بزرگ ترین جزیره ایرانی خلیج فارس توسعه می دهند به گونه ای که از ساعت هشت صبح تا هفت عصر فعال و آماده پذیرایی از علاقه مندان به رشته شنا در دره های مختلف سنی هستند.

وی با اشاره به لزوم غنی سازی اوقات فراغت نوجوانان و جوانان این جزیره از طریق پرداختن به ورزش، گفت: شنا یکی از بهترین رشته ها به ویژه در فصل تابستان و هنگام تعطیلی مدارس و زمان سپری کردن اوقات فراغت دانش آموزان به حساب می آید که باعث ایجاد آرامش، احساس راحتی و نشاط و افزایش قابلیت های جسمانی مانند استقامت، دستگاه تنفس و گردش خون، قدرت، استقامت، سرعت و انعطاف پذیری بدن به خصوص شانه ها و مچ پا می شوند.

با حکم رئیس هیئت ووشو
رضایی به عنوان مشاور عالی
منصوب شد

سرویس ورزشی

مشاور عالی هیئت ووشو استان هرمزگان منصوب شد. به گزارش صبح ساحل، طی حکمی از سوی محمد امین عسکری زاده رئیس هیئت ووشو استان هرمزگان، پیام رضایی به عنوان مشاور عالی هیئت ووشو استان هرمزگان منصوب شد. رضایی دبیرکل اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی هرمزگان و از فعالین اقتصادی استان می باشد.

مسابقات بدمینتون ویژه کارکنان شهرداری
نفرات اول تا سوم معرفی شدند

بتول جهانگیری

شانزدهمین دوره مسابقات بدمینتون، المپیاد کارکنان شهرداری بندرعباس یادواره شهید جمهوری و همراهانشان برگزار با معرفی نفرات برتر به پایان رسید. به گزارش صبح ساحل، مسابقات بدمینتون ویژه آقایان در شانزدهمین المپیاد کارکنان شهرداری بندرعباس یادواره شهید جمهوری و همراهانشان با حضور پرسنل شاغل در شهرداری در مکان خانه بدمینتون (سالن حجاب) برگزار شد. در پایان این مسابقات کیوان سارانی از اجرانیات عنوان قهرمانی را کسب کرد. مرتضی خادم از شهرداری منطقه دو در مکان دوم ایستاد و مجتبی خادم از سازمان حمل و نقل سوم شد.

فوتسال نوجوان لیگ مناطق کشور
پالایش نفت در مقابل کنعان میناب
پیروز شد

بتول جهانگیری

پالایش نفت بندرعباس پیروزدربی نوجوانان فوتسال هرمزگان شد. به گزارش صبح ساحل، تیم فوتسال نوجوانان پالایش نفت بندرعباس در نخستین بازی خود در لیگ مناطق کشور تیم کنعان میناب را شکست داد. شاگردان وحید صادقی در تیم پالایش نفت بندرعباس با نتیجه ۴ بر ۳ تیم کنعان میناب را شکست دادند. تیم پالایش نفت بندرعباس در گروه ششم این پیکارها با تیم های کنعان میناب، هلیل جیرفت، بهراد بردسیر، علم و ادب زابل و سراسازان ابرکوه رقابت می کند. مسابقات فوتسال نوجوان لیگ مناطق کشور با شرکت ۴۸ تیم در ۸ گروه در حال برگزاری است.



رئیس هیئت فوتبال هرمزگان:

به دنبال
سرمایه سوزی
نباشیم

محمود رئیسی

دبیر سرویس ورزشی



رئیس هیئت فوتبال استان گفت: فوتبال هرمزگان پتانسیل بسیار خوبی دارد و جای تاسف دارد که مدیران باشگاه های کشور ما از این پتانسیل ها به خوبی استفاده نمی کنند.

قاسم رنجبریان اظهار داشت: اگر باشگاه های استان و هیئت فوتبال تلاش می کنند که بهترین عملکرد را داشته باشند به خاطر این است که یک روزی مزد زحمات خودشان را بگیرند و زمانی مزد خودشان را خواهند گرفت که حداقل بهترین بازیکنان این استان در یکی از تیم های هرمزگانی که در لیگ های کشور بازی می کنند توپ بزنند.

وی گفت: متأسفانه باشگاه های کشور ما حاضر هستند پول های هنگفت به بازیکنان ضعیف و بازیکنانی که یک روزی برای خودشان نامی داشته اند ولی الان در حدی نیستند که بخواهند در فوتبال کشور بازی کنند بدهند اما حاضر نیستند روی جوانان آینده دار هرمزگانی سرمایه گذاری کنند. به طور مثال در فصل پیش تیم بی پشت قشم بیشتر از بازیکنان بومی بهره برد و تا هفته های پایانی شانس رسیدن به پلی آف لیگ یک را داشت.

رنجبریان اظهار داشت: معتقد هستم اگر

مسئولان و مدیران باشگاه های کشور استان فرصت کافی به کادرفنی و بازیکنان بومی بدهند این قدر سرمایه از این استان بیرون نخواهد رفت.

وی گفت: متأسفانه در فوتبال هرمزگان، عدم اعتماد به جوانان بومی باعث می شود نه تنها در تیم های ملی نماینده ای نداشته باشیم، بلکه حتی برای تیم های خودمان هم که بالای ۹۰ درصد از بازیکنان غیربومی استفاده می شود با هزینه های بالا و مشکلات عدیده روبرو شویم.

رئیس هیئت فوتبال هرمزگان گفت: تمام تلاش همکاران من در هیئت فوتبال این است که مسابقات تمامی رده های سنی را با بهترین کیفیت برگزار کنند زیرا هر چه کیفیت مسابقات بهتر باشد بازیکنان بهتر دیده خواهند شد. وی اظهار داشت: اگر قرار باشد بازیکنان بومی هیچ سهمی در شاکله تیم های فوتبال استان که در کشور بازی می کنند نداشته باشند یعنی سرمایه های خودمان را سوزانده ایم و سوزاندن این سرمایه ها مانع از رشد فوتبال هرمزگان خواهد شد.

قاسم رنجبریان رئیس هیئت فوتبال هرمزگان گفت: حق فوتبالیست های هرمزگانی این

نیست که از روی سکوها با حسرت شاهد بازی بازیکنان سطح پایین سایر استان های کشور باشند که برای تیم های استان بازی می کنند.

وی اظهار داشت: من اصلا اعتقادی به بومی یا غیر بومی ندارم اما سیاست جذب بازیکن غیر بومی بی کیفیت در



بلندمدت به فوتبال استان آسیب خواهد زد. وی با اشاره به این که در خیلی از استان های کشور اجازه حضور این حجم از بازیکن و مربیان غیربومی را در استان خود نمی دهند و بنده اعتقاد دارم به جای جذب این همه بازیکنان و مربیان بی کیفیت دنبال بهترین ها باشیم تا به

با حضور نمایندگان باشگاه ها برگزار شد

قرعه کشی لیگ های دسته دوم و امیدهای هرمزگان

محمود رئیسی

قرعه کشی لیگ های دسته دوم و لیگ برتر فوتبال امید های هرمزگان برگزار شد.

قرعه کشی لیگ های دسته دوم و لیگ برتر امید های هرمزگان با حضور قاسم رنجبریان رئیس هیئت فوتبال هرمزگان، اصغر معماری دبیر هیئت فوتبال، محمد رضایی مسئول کمیته اجرایی مسابقات، ابوالقاسم الماسی مسئول کمیته بازی های جوانمردانه و مسئولیت اجتماعی، عبدالرسول ستایش مسئول کمیته نقل و انتقالات، منصور پزیشک مسئول امور مالی، غلامرضا تیمور زاده عضو کمیته اجرایی مسابقات، حسین نارنجی نسب مسئول امور فرهنگی و نمایندگان باشگاه ها در محل دفتر هیئت فوتبال استان برگزار شد.

در مسابقات لیگ دسته دوم ۱۴ تیم در دو گروه با هم رقابت خواهند کرد که در پایان از هر گروه دو تیم جمعاً ۴ تیم به مرحله پلی آف صعود می کنند و به صورت ضربدربری با هم بازی می کنند. همچنین از هر گروه دو تیم جمعاً ۴ تیم به لیگ شهرستان سقوط می کنند.

در گروه اول این مسابقات شاهین حاجی خادمی، رگبار خراجی رودان، اتحادنویین معدونیه، قهرمان لیگ دسته سوم استان، یاران یونس حاجی آباد، مروارید کوهستک و برزگردمشهر میناب و در گروه دوم اتحاد شهاب سوزا، هفده شهپور قشم، بهزیستی جناح،

نایبند بندرعباس، هرنگ جوان نوین بستک، اتحاد گاو میری و نایب قهرمان لیگ دسته سوم با هم رقابت می کنند. آخرین مهلت تحویل مدرک به کمیته مسابقات هیئت فوتبال پنجم آبان و شروع احتمالی مسابقات پانزدهم آبان

می باشد.

قرعه کشی لیگ برتر فوتبال امید های استان هم با شرکت پنج تیم برگزار شد و تیم های امید توحید قشم، پاس بندرلنگه، آرمان کیان ساحل بندرعباس، سایپا بندرلنگه و ستارگان

سدید بندرعباس در یک گروه با هم رقابت خواهند کرد. تیم قهرمان این مسابقات به عنوان نماینده استان به مسابقات کشوری معرفی می شود و تیم آخر گروه به لیگ شهرستان خود سقوط می کند.



نرم افزارهای مفید برای خواب راحت

سرویس فناوری

برای بسیاری از ما داشتن یک خواب خوب و آرام در صدر فهرست اولویت‌ها قرار دارد و برای آن می‌توان از ابزاری کمک گرفت. برای همه ما مهم است که مدت زمان خواب مناسب داشته باشیم و در رختخواب به سختی نخوابیم. خوشبختانه، راه‌های زیادی وجود دارد که می‌توانید برای کمک به خواب بهتر کمک کنید، که شامل پیروی از یک رژیم غذایی جدید، خاموش کردن تلفن خود در اوایل شب یا حذف کافئین است. اما همان طور که در مورد بسیاری از مشکلات صدق می‌کند، برنامه‌هایی نیز به این موضوع اختصاص داده شده اند که ۷ مورد از برجسته‌ترین آن‌ها معرفی می‌شوند:



کنید، به هر طریقی به آرامش شما کمک می‌کند. این برنامه همچنین دارای ردیاب خواب، داستان خواب و موارد دیگر است.

Calm

این برنامه به دلیل ارائه برخی از بهترین راه‌ها برای کاهش استرس شناخته شده است؛ و مهمتر از همه، به لطف طیف گسترده‌ای از داستان‌ها، مراقبه‌ها و آهنگ‌های رنگ، سریعتر به خواب بروید.

Noisli

یک برنامه ساده است که با صداهای مختلف به شما کمک می‌کند بخوابید، استراحت کنید یا حتی از همکاران مزاحم در دفتر جلوگیری کنید. می‌توانید صداها را طبق تنظیمات دلخواه خود بخش کنید و همچنین یک تایمر برای زمانی که صداها شروع به محو شدن و توقف پخش کنند تنظیم کنید.

Bettersleep

این برنامه یک رویکرد علمی به صداها و موسیقی ارائه می‌دهد تا به شما در آرامش و خواب کمک کند. از رنگ‌های مختلفی استفاده می‌کند که هنگام پخش، ذهن را آرام می‌کند، به خواب شما کمک می‌کند و حتی افکار به هم ریخته را خاموش می‌کند.

SleepScore

اگر می‌خواهید خواب خود را با استفاده از تلفن خود ردیابی کنید، هیچ گزینه‌ای بهتر از SleepScore وجود ندارد که توسط فناوری

بسیار جالبی پشتیبانی می‌شود که از میکروفون و بلندگوها برای تجزیه و تحلیل مواردی مانند حرکات شما در طول شب و الگوهای تنفسی استفاده می‌کند تا ببیند آیا این کار را انجام داده اید یا خیر.

Sleep Score

این برنامه با داستان‌ها و مراقبه‌های خواب‌آور که بر غلبه بر بی‌خوابی و کمک به شما در خواب رفتن سریع‌تر در شب تمرکز دارد، چرخشی جدیدی به صداهای خواب سنتی می‌دهد.

همچنین می‌توانید مواردی مانند موسیقی و جلوه‌های پس‌زمینه را مطابق میل خود تنظیم کنید، از راهنمای مدیتیشن برای آرام کردن ذهن خود در طول روز استفاده کنید، صداهای مورد علاقه خود را برای گوش دادن آفلاین بارگیری کنید و هر هفته از محتوای جدید لذت ببرید.

Slumber

اگر به دنبال یک راه حل اساسی برای ردیابی خواب خود هستید، برنامه چرخه خواب را با یک ردیاب خواب بررسی کنید که می‌تواند میزان خواب شما را در طول شب تشخیص دهد و همچنین هرگونه خروپف، سرفه یا صحبت کردن در خواب را به صورت تصادفی ضبط کند.

همه داده‌های شما در صبح تجزیه و تحلیل می‌شوند و به قطعات تقسیم می‌شوند تا به شما در درک میزان خوب خوابیدن‌تان کمک کنند. همچنین با Apple Health، Google Fit و برنامه‌های آب و هوا ادغام می‌شود و به شما این ایده را می‌دهد که آیا شرایط بیرون بر خواب شما تأثیر می‌گذارد یا خیر. / روسیایوم

اگر به دنبال یک راه حل اساسی برای ردیابی خواب خود هستید، برنامه چرخه خواب را با یک ردیاب خواب بررسی کنید که می‌تواند میزان خواب شما را در طول شب تشخیص دهد و همچنین هرگونه خروپف، سرفه یا صحبت کردن در خواب را به صورت تصادفی ضبط کند.

دانستنی

برای اولین بار؛

چین دستورالعمل حکمرانی ربات‌های انسان‌نما را منتشر کرد

سرویس فناوری

دولت چین نخستین دستورالعمل‌های حکمرانی چین برای ربات‌های انسان‌نما را منتشر کرد.

این دستورالعمل‌ها بر کنترل ریسک‌ها و همکاری‌های بین‌المللی تأکید دارند. این در حالی است که غول‌های فناوری مانند تسلا، امسال ربات‌های خود را در بزرگ‌ترین کنفرانس هوش مصنوعی این کشور به نمایش گذاشتند.

بر اساس دستورالعمل‌های جدیدی که در شانگهای و در جریان کنفرانس جهانی هوش مصنوعی (WAIC) منتشر شد، سازندگان ربات‌های انسان‌نما باید تضمین کنند که محصولاتشان «امنیت انسانی را تهدید نکنند» و «به طور مؤثر کرامت انسانی را حفظ کنند».

این سازندگان همچنین باید اقداماتی نظیر ایجاد فرآیندهای هشدار ریسک و سیستم‌های پاسخگویی اضطراری را انجام و کاربران را در زمینه استفاده اخلاقی و قانونی از این ماشین‌ها آموزش دهند.

این سند توسط پنج سازمان صنعتی مستقر در شانگهای، از جمله انجمن حقوق شانگهای، انجمن صنعت هوش مصنوعی شانگهای و مرکز نوآوری ملی و محلی ربات‌های انسان‌نما تهیه شده است. این گروه‌ها همچنین همکاری جهانی در بخش ربات‌های انسان‌نما را توصیه کرده‌اند و پیشنهاد داده‌اند که یک چارچوب حکمرانی جهانی و یک اندیشکده بین‌المللی برای مدیریت این ماشین‌ها ایجاد شود.

تعدادی از شرکت‌های نوپای رباتیک محصولات خود را این هفته در WAIC به نمایش گذاشتند. به عنوان مثال شرکت تسلا نسل دوم ربات انسان‌نما خود به نام Optimus را به نمایش گذاشت که با وجود قرار گرفتن پشت شیشه و عدم تعامل با بازدیدکنندگان، توجه زیادی را به خود جلب کرد. این ربات با استفاده از شبکه عصبی و فناوری بینایی کامپیوتری تسلا توسعه یافته است و هنوز وارد مرحله تولید انبوه نشده است.

علاوه بر این، بیشتر ۱۸ ربات انسان‌نمایی که در کنفرانس به نمایش درآمدند، تولید شرکت‌های چینی بودند، زیرا این شرکت‌ها در تلاش‌اند تا ماشین‌هایی با فرم آشنا و کارآمدتر و مقرون به صرفه‌تر توسعه دهند.

وزارت صنعت و فناوری اطلاعات چین (MIIT) بر این باور است که ربات‌های انسان‌نما تا سال ۲۰۲۷ به موتور جدیدی برای رشد اقتصادی در چین تبدیل خواهند شد. انتظار می‌رود ربات‌ها در صنایع مختلف از جمله بهداشت و درمان، خدمات خانگی، کشاورزی و لجستیک به کار گرفته شوند.

از همین روی، شرکت‌های چینی در تلاش‌اند تا در زمینه‌هایی مانند هوش مصنوعی که از اهمیت ملی برخوردار است، به خودکفایی فناوری دست یابند. بر اساس داده‌های منتشر شده توسط سازمان جهانی مالکیت فکری در روز چهارشنبه، شرکت‌های چینی در بازه زمانی ۲۰۱۴ تا ۲۰۲۳، شش برابر بیشتر از شرکت‌های آمریکایی در زمینه هوش مصنوعی تولید اختراعات داشته‌اند. / مهر

طراحی اپلیکیشن یادگیری

زبان چینی با بهره‌گیری از فناوری

هوش مصنوعی



سرویس فناوری

طراحی اپلیکیشن یادگیری زبان چینی با بهره‌گیری از فناوری هوش مصنوعی تهران - ایرنا - یک شرکت دانش‌بنیان ایرانی موفق به طراحی و راه‌اندازی یک اپلیکیشن یادگیری زبان چینی با بهره‌گیری از فناوری هوش مصنوعی شده است، روش آموزشی منحصر به فردی که بسته به دانش زبانی کاربر سطوح مختلفی از آموزش را ارائه می‌دهد.

ناصر محمودی مدیرعامل این شرکت فناوری در خصوص نحوه عملکرد اپلیکیشن طراحی شده یادگیری زبان چینی با بهره‌گیری از فناوری هوش مصنوعی گفت: روش کار به این صورت است که ابتدا نحوه رسم یک حرف به فرد نشان داده می‌شود و در ادامه فرد آن حرف را می‌نویسد و اگر مشکلی بود به شما با اشاره (hint) نوشتن صحیح را راهنمایی می‌کند. وی ادامه داد: افراد بسته به دانش خود در زبان چینی، سطح مورد نظر خود را انتخاب کرده و شروع به یادگیری می‌کنند. همچنین آزمون‌هایی برای سنجش مهارت افراد تا جایی که آموخته‌اند وجود دارد. این محصول در دو نسخه اندروید و ios در app store و google app عرضه شده است. به گفته این فعال حوزه دانش‌بنیان، از آنجایی که برای مهاجرت و تحصیل در یک کشور آشنایی با زبان آن کشور از موارد ضروری است افراد با کمک این اپلیکیشن می‌توانند به راحتی در خانه و با صرف کمترین هزینه زبان چینی یاد بگیرند. وی خاطرنشان کرد: این محصول در سال ۲۰۲۱ عرضه شد و از آن زمان تاکنون توجه بسیاری از زبان‌آموزان در سراسر جهان را به خود جلب کرده است. این محصول نه تنها به یادگیری زبان کمک کرده است، بلکه جایگاهی برای خود به صنعت فناوری به عنوان یک تغییر دهنده بازی ایجاد کرده است. بر اساس اعلام معاونت علمی، فناوری و اقتصاد دانش‌بنیان ریاست جمهوری، این شرکت دانش‌بنیان کشور با مأموریت ارائه خدمات فناوری اطلاعات و تولید نرم‌افزارها و محصولات مرتبط با سازمان‌ها و کسب و کارها در سال ۱۳۸۸ تأسیس شده است.

بازی‌های ویدیویی برتر در سال ۲۰۲۴

سرویس فناوری

سال ۲۰۲۴ تاکنون برای طرفداران بازی‌های ویدیویی سالی هیجان‌انگیز بوده است.

در حالی که برخی از بازی‌های عالی سال گذشته هنوز توجه زیادی را به خود جلب می‌کنند، بازی‌های قوی زیادی نیز به تازگی و در سال ۲۰۲۴ منتشر شده‌اند.

بدون ترتیب خاصی، در این گزارش تعدادی از بهترین بازی‌های ویدیویی سال ۲۰۲۴ معرفی شده‌اند:

Tekken 8

چه کسی می‌دانست که گردهمایی‌های خانوادگی می‌تواند این قدر خشونت‌آمیز باشد؟ در آخرین قسمت از سری بازی‌های مبارزه‌ای طولانی مدت Tekken، شخصیت‌ها، حرکات و مکانیک‌های مبارزه جدید اضافه شده‌اند که همه چیز را هیجان‌انگیزتر می‌کنند.

این بازی برای پلی‌استیشن ۵، سری ایکس باکس در دسترس است.

Prince of Persia: The Lost Crown

آخرین نسخه اضافه شده به مجموعه شاهزاده ایرانی ۲۰۲۴، یک اکشن با اسکورل جانی است که در مناظر زیبا قرار دارد.

در این بازی شما در نقش یک جنگجو در مأموریت نجات بازی می‌کنید، معماها را حل می‌کنید و از حرکات آکروباتیک برای حرکت در جهان و درگیر شدن در نبرد با انواع دشمنان استفاده می‌کنید. این بازی روی سوئیچ، PS۴، PS۵، Xbox Series، Xbox One موجود است.

Paper Mario: The Thousand-Year Door

در این نسخه جدید از Paper Mario: The Thousand-Year Door، ماریو به روش کلاسیک و محبوب خود به دنبال گنج می‌گردد.

اگرچه به نسخه اصلی وفادار است، اما نسخه جدید چیزهای بیشتری برای بازیکنان جدید ارائه می‌دهد. این نسخه برای پلتفرم سوئیچ در دسترس است.

Final Fantasy VII Rebirth

یک بازی جذاب، هیجان‌انگیز و چالش برانگیز است. چیزهای زیادی برای بررسی و جزئیات زیادی در آنچه گفته می‌شود، قسمت دوم یک سه‌گانه برنامه ریزی شده



است، وجود دارد.

این بازی بر روی پلتفرم پلی‌استیشن ۵ در دسترس است.

Princess Peach

تمام دنیا صحنه‌ای برای Princess Peach است که در آن او می‌تواند بدرخشد. در نسخه ۲۰۲۴، Princess Peach این توانایی را دارد که بسته به مرحله‌ای که در آن قرار دارد، توانایی‌های مختلفی را تغییر دهد.

برخی از تحولات آن شامل تبدیل شدن به یک مبارز شمشیر، یک نینجا و یک دختر گاوچران است که هر کدام مهارت‌ها و کنترل‌های منحصر به فرد خود را دارند. این بازی برای پلتفرم سوئیچ عرضه شده است.

Elden Ring: Shadow of the Erdtree

بازی پایه آن برنده جوایز در سال ۲۰۲۲ منتشر شد، اما Elden Ring: Shadow of the Erdtree بسیار گسترش یافته است و بازدید مجدد و کشف مجدد این بازی را به لذتی فراگیر تبدیل می‌کند.

این بازی بر روی پلتفرم‌های پلی‌استیشن ۵، ایکس باکس و رایانه شخصی موجود است.

Sticky Business

در این بازی کار هرگز تمام نمی‌شود و اگر مراقب نباشید روی شما انباشته می‌شود. اما به نوعی همه چیز بسیار آرامش‌بخش است. این بازی به شما امکان می‌دهد یک فروشگاه استیکر راه‌اندازی کنید که در آن می‌توانید استیکر طراحی کنید، منوها را به سایت خود اضافه کنید، سفارشات را انجام دهید و تکمیل کنید، بازخورد مشتریان خود را بخوانید و آثار خود را ارسال کنید.

این بازی برای پلتفرم‌های سوئیچ و رایانه شخصی موجود است.

Stardew Valley ۱٫۶

به روز رسانی ۱٫۶ برای Stardew Valley محتوای جدید زیادی را برای بازی محبوب به ارمغان می‌آورد و جان تازه‌ای به آن می‌بخشد.

جشنواره‌ها و رویدادهای جدیدی مانند جشنواره کویر که یک رویداد سه روزه در بهار است به آن اضافه شده است.

این بازی روی سوئیچ، ایکس باکس وان، پلی‌استیشن ۴ و ۵ و رایانه شخصی در دسترس است. / ارم نوپوز

نشخوار فکری یا افراط در اندیشیدن معضلی همیشگی



محیا تکنده
روانشناس بالینی

نشخوار فکری می‌تواند عادت‌های سنگی باشد، که تغییر، ترک و مقابله با آن بسیار دشوار است. حتی ممکن است خودتان را متقاعد کنید که فکر کردن در مورد چیزی برای مدت طولانی، کلید ایجاد بهترین راه حل است، اما معمولاً اینطور نیست. در واقع، هر چه بیشتر به چیزی فکر کنید، زمان و انرژی کمتری برای انجام اقدامات سازنده خواهید داشت. به‌علاوه، فکر کردن به همه چیزهایی که می‌توانستید متفاوت انجام دهید، حدس مجدد امکان تصمیم‌گیری‌هایتان و به‌طور مداوم تصور بدترین، می‌تواند خسته‌کننده و فرساینده باشد. بهتر است بیاموزید که نشخوار فکری چیست، برخی از نشانه‌هایی که ممکن است هشدار دهند بیش از حد فکر می‌کنید را دریابید و همچنین، انواع مختلف تفکر بیش از حد، تأثیرات آن بر سلامت روانی و روابط خود و چگونگی جلوگیری از تفکر بیش از حد را بررسی کنید.

نشخوار فکری چیست؟

نشخوار شامل تفکر بیش از حد در مورد یک موضوع یا موقعیت خاص و تجزیه و تحلیل آن برای مدت طولانی است. وقتی بیش از حد فکر می‌کنید، براینان سخت است که ذهن خود را بر روی هر چیز دیگری متمرکز کنید. در حالی که برخی از مردم بر این باورند که تفکر بیش از حد ممکن است مفید باشد زیرا شامل نگاه کردن به یک موضوع یا مشکل از هر دیدگاه ممکن و پیش‌بینی رویدادهای آینده است، برعکس این موضوع صادق است. تحقیقات نشان می‌دهد که تفکر بیش از حد با احساس افسردگی، اضطراب و اختلال استرس پس از سانحه (PTSD) مرتبط است. همه‌گهی اوقات بیش از حد فکر می‌کنند. شاید شما مدام به همه چیزهایی فکر می‌کنید که ممکن است هنگام ارائه یا جلسه‌ی هفته آینده اشتباه پیش بروند، یا ساعت‌های بی شماری را برای تصمیم‌گیری در مورد اینکه در مصاحبه شغلی آینده خود چه بپوشید تلف کرده‌اید. یافتن راه‌هایی برای پایان دادن به تفکر بیش از حد می‌تواند به شما کمک کند در زندگی خود قدم بردارید و در مقابل فکر کردن به چیزهایی که شما را آزار می‌دهند، بایستید. به جای اینکه بارها و بارها چیزی را در ذهن خود مرور کنید، می‌توانید اقدامات لازم را برای حل این وضعیت انجام دهید.

نشانه‌های نشخوار فکری

اگر از خود می‌پرسید که آیا بیش از حد به یک موقعیت یا نگرانی خاص فکر می‌کنید، چند نشانه وجود دارد که می‌تواند به شما در حاصل نمودن اطمینان کمک کند. نشانه‌های بیش از حد فکر کردن عبارتند از: ناتوانی در فکر کردن به چیز دیگری، ناتوانی در آرامش ذهنی، احساس دائمی اضطراب و نگرانی، امور خارج از کنترل، احساس خستگی ذهنی، داشتن افکار منفی زیاد، بازپخش یک موقعیت یا تجربه در ذهن، حدس زدن مداوم نتیجه‌ی تصمیمات و فکر کردن به بدترین سناریوها. البته باید توجه داشته باشید که نشانه‌ها از فردی به فرد دیگر متفاوت بوده و طیفی از موارد مختلف را شامل می‌شود.

نشخوار فکری ممکن است به دلایل مختلفی اتفاق بیفتد. راه حل محور نبودن، یکی از دلایل آن است. به یاد داشته باشید که تفکر افراطی با حل مسئله متفاوت است. بیش از حد فکر کردن تنها حول محور مشکل می‌چرخد، در حالی که حل مسئله شامل جستجوی راه حل است. تصور کنید طوفانی در راه است. بیش از حد فکر کردن شامل این نگاه‌ها است: «کاش طوفان

نمی‌آمد. افتضاح می‌شود.

امیدوارم خانه خراب نشود، چرا همیشه باید این اتفاقات برای من بیفتد؟ من نمی‌توانم با این فاجعه کنار بیایم.» اما کسی که از سمت راه حل وارد می‌شود، می‌گوید: «من

به بیرون می‌روم و هر چیزی را که ممکن است منفجر شود برمی‌دارم. کیسه‌های شن را روی درب گاراژ می‌گذارم تا از ورود سیل جلوگیری کنم. اگر باران زیاد ببارد، برای خرید تخته سه لا به فروشگاه می‌روم تا بتوانم پنجره‌ها را بالا ببرم.» حل مسئله می‌تواند به اقدام سازنده منجر شود، اما، نشخوار فکری، احساسات ناخوشایند را تحریک می‌کند و به دنبال راه حل نمی‌گردد. زمانی که بیش از حد فکر می‌کنید، ممکن است متوجه شوید که یک مکالمه یا موقعیت را به طور مکرر در ذهن خود تکرار کرده یا بارها اتفاق بدی را تصور می‌کنید.

بر اساس مطالعه‌ای که در سال ۲۰۱۲ در مجله روانشناسی منتشر شد، تمرکز بر مشکلات، اشتباهات و کاستی‌های خود، خطر ابتلا به مشکلات سلامت روان را افزایش می‌دهد و همانطور که سلامت روانی شما کاهش می‌یابد، احتمال بیشتری وجود دارد که افکار خود را نشخوار کنید. این یک چرخه تکراری است که شکستن آن ممکن است سخت باشد.

وقتی بیش از حد فکر می‌کنید ممکن است احساس کنید مغزتان خاموش نمی‌شود. وقتی سعی می‌کنید بخوابید، حتی ممکن است احساس کنید که مغز شما در حال فعالیت بیش از حد است زیرا سناریوهای در ذهن شما پخش می‌کند و باعث می‌شود اتفاقات بدی را تصور کنید. تحقیقات آنچه را که احتمالاً می‌دانید تأیید می‌کند، نشخوار فکری با کیفیت خواب و به خواب رفتن تداخل دارد. مشکل در به خواب رفتن ممکن است به افکار نگران‌کننده‌تر کمک کند. به عنوان مثال، وقتی فوراً به خواب نمی‌روید، ممکن است تصور کنید که روز بعد بیش از حد خسته خواهید شد. این مساله ممکن است باعث ایجاد احساس اضطراب در شما شود که ممکن است به خواب رفتن راحتی سخت‌تر کند.

تحقیقات نشان می‌دهد که فکر کردن بیش از حد تصمیم‌گیری را بسیار دشوار می‌کند. بسیار محتمل است که شما زمان زیادی را به دنبال نظرات مخالف و تحقیق در مورد گزینه‌های خود تلف کنید، در حالی که در نهایت، این انتخاب‌های کوچک ممکن است چندان اهمیتی نداشته باشند. افراط اندیشی گاهی اوقات مستلزم ضربه زدن به خود برای تصمیماتی است که قبلاً گرفته‌اید. شما می‌توانید زمان زیادی را با این فکر تلف کنید که زندگی شما بهتر می‌شد اگر فقط شغل دیگری را انتخاب می‌کردید یا با فرد دیگری ازدواج می‌کردید. در حالی که کمی خوداندیشی سالم می‌تواند به شما کمک کند از اشتباهات خود درس بگیرید، بازخوانی تصمیمات نوعی شکنجه ذهنی است.

انواع افراط اندیشی

انواع مختلفی از نشخوار فکری وجود دارد که ممکن است فرد درگیر آن شود. بسیاری از این موارد ناشی از انحرافات شناختی است که شیوه‌های تفکر منفی یا تحریف شده را شامل می‌شود.

برای مثال تفکر همه یا هیچ، یکی از این تحریف‌های شناختی است. این نوع تفکر بیش از حد شامل دیدن موقعیت‌ها به صورت سیاه یا سفید است. به جای اینکه به خوبی و بدی یا ارزش‌ها نگاه کنید، ممکن است یک رویداد را فقط بر اساس موفقیت کامل یا شکست کامل آن تحلیل کنید. از طرفی فاجعه‌سازی ذهن شما برای تحریف شناختی آماده می‌کند. این نوع نشخوار فکری شامل این است که مسائل را بسیار بدتر از آنچه هستند، ببینید. به عنوان مثال، ممکن است ترس داشته باشید که در یک امتحان مردود

وقتی بیش از حد فکر می‌کنید ممکن است احساس کنید مغزتان خاموش نمی‌شود، وقتی سعی می‌کنید بخوابید، حتی ممکن است احساس کنید که مغز شما در حال فعالیت بیش از حد است زیرا سناریوهای در ذهن شما پخش می‌کند و باعث می‌شود اتفاقات بدی را تصور کنید

شوید. این منجر به نگرانی شما می‌شود که در کلاس شکست می‌خورید، و پس از آن منجر به شکست در مدرسه، عدم دریافت مدرک و ناتوانی در یافتن شغل می‌شود. این نوع تفکر بیش از حد باعث می‌شود که نگران بدترین سناریوهای غیرواقعی باشید. تعمیم بیش از حد، عنوان دیگری از افراط در اندیشیدن است.

این شکل از تفکر بیش از حد زمانی اتفاق می‌افتد که یک قانون یا انتظار برای آینده را بر اساس یک رویداد منفرد یا تصادفی از گذشته قرار دهید. به جای اینکه بپذیرید نتایج متفاوتی رخ خواهد داد، ممکن است فرض کنید که چیزهای خاصی «همیشه» اتفاق خواهند افتاد. در این مورد، تعمیم بیش از حد یک رویداد از گذشته به هر رویداد در آینده، اغلب منجر به تفکر بیش از حد و نگرانی در مورد چیزهایی می‌شود که ممکن است هرگز رخ ندهند.

چگونه افراط اندیشی را متوقف کنیم

بیرون رفتن از ذهن می‌تواند یک چالش باشد. کمتر فکر کردن به یک مشکل ممکن



است در واقع کلید ایجاد راه حل‌های بهتر باشد. در اینجا چند راه برای جلوگیری از فکر کردن بیش از حد وجود دارد. اولین راه حل این است که حواس خود را پرت کنید. به جای نشستن و فکر کردن به یک مشکل برای مدت زمان بی‌پایان، می‌توانید کمی حواس خود را پرت کنید. در حالی که حواس‌تان به کار دیگری پرت می‌شود، مغز شما ممکن است راه‌های بهتری برای یافتن راه‌حل در پس‌زمینه پیدا کند. یک حواس‌پرتی کوتاه می‌تواند به شما استراحت بدهد و ممکن است ذهن‌تان را روی چیزی سازنده‌تر متمرکز کند.

سعی کنید افکار منفی را به چالش بکشید. به خود یادآوری کنید که افکار شما واقعیت نیستند. هر فکری که دارید درست، دقیق یا حتی واقع بینانه نخواهد بود. یادگیری نحوه تنظیم مجدد آنها به شیوه‌ای مثبت‌تر می‌تواند به کاهش تمایل به تفکر بیش از حد کمک می‌کند. وقتی متوجه شدید که بیش از حد فکر می‌کنید، این افکار را به چالش بکشید. از خود بپرسید که آیا آنها واقع بینانه هستند؟ سناریوهای جایگزین را در نظر بگیرید.

در ابتدا ممکن است دشوار باشد، اما یادگیری این فرایند می‌تواند به شما کمک کند تا افکار منفی را با افکار مفیدتر جایگزین کنید. روی مهارت‌های بین‌فردی خود کار کنید. مطالعات نشان داده‌اند که بهبود مهارت‌های بین‌فردی می‌تواند به شما کمک کند که بیش از حد فکر نکنید، زیرا این مهارت‌ها تأثیر زیادی بر این عادت خاص دارند. پنج راه برای توسعه مهارت‌های بین‌فردی قوی تر عبارتند از: افزایش خودآگاهی، افزایش اعتماد به نفس، تمرین خودکنترلی، یاد گرفتن قاطعیت و تعیین مرزها. مدیتیشن می‌تواند ابزاری عالی برای تغییر جهت دادن افکار مثبت‌تر باشد.

همانطور که مدیتیشن می‌کنید، روی نفس خود تمرکز کنید. هدف این نیست که ذهن خود را پاک کنید، بلکه تمرکز آن بر چیزی مثبت (یا خنثی) است و هر زمان که افکار تان سرگردان شد، تمرکز خود را تغییر دهید. تحقیقات نشان داده است که مدیتیشن ۱۰ دقیقه‌ای می‌تواند راهی موثر برای توقف افکار مزاحم و نگرانی باشد. برای پذیرش خود تلاش کنید. افراط اندیشی اغلب ناشی از تمرکز بر اشتباهات گذشته یا نگرانی در مورد چیزهایی است که نمی‌توانید آنها را تغییر دهید. به جای سرزنش کردن خود به خاطر چیزهایی که ممکن است از آنها پشیمان شوید، سعی کنید به سمت پذیرش خود حرکت کنید. در نهایت یک متخصص بهداشت روان ممکن است مهارت‌هایی را به شما آموزش دهد که به شما کمک می‌کند و سواست، نشخوار فکری و تمرکز بر روی چیزهایی که مفید نیستند را متوقف کنید. آنها همچنین ممکن است به شما کمک کنند تا راهبردهای مقابله‌ای را که برای شما مفید هستند، مانند تمرکز حواس یا تمرین بدنی شناسایی کنید.

دانستن

شیادی به صرف یک فنجان قهوه!

سروریس زندگی

فالگیری و رمالی، پدیده‌ای است که امروزه به‌رغم رشد و توسعه تکنولوژی باز هم وجود دارد و مشتریان آن از همه نوع قشر تحصیل کرده و کم‌سواد هستند. افرادی که سرنوشت‌شان را در ته فنجان قهوه و از لا به لای چند کارت، رمل، خرمنهره، اسطرلاب و بازکردن سرکتاب و کف بینی جست‌وجو می‌کنند و برای حل مشکلات خود به دنبال ساده‌ترین و آسان‌ترین راه هستند.

جام جم نوشت: علاقه انسان‌ها برای اطلاع از آینده، باعث شده کلاهبرداران در فضای مجازی و حقیقی بتوانند تحت عنوان فالگیری، رمال، بخت‌گشا، باطل‌کننده سحر و جادو و غیره در میان مردم جولان دهند. زمانی دنیای رمال‌ها و فالگیرها به خیابان و خانه‌ها ختم می‌شد و نام و نشان آنها را باید از دوست و آشنا می‌گرفتی اما در عصر کنونی، همه چیز تغییر کرده و رمال‌ها به فضای مجازی کوچ کردند تا همیشه در دسترس باشند.

آنها مدت‌هاست که در اینستاگرام صاحب صفحاتی با دنبال‌کننده‌های فراوان هستند و در تلگرام برای خود کانال و گروه‌های اختصاصی دارند و در صفحات پرطرفدار بلاگرها تبلیغ می‌کنند. فالگیری و رمالی، پدیده‌ای است که امروزه به‌رغم رشد و توسعه تکنولوژی باز هم وجود دارد و مشتریان آن از همه نوع قشر تحصیل کرده و کم‌سواد هستند. افرادی که سرنوشت‌شان را در ته فنجان قهوه و از لا به لای چند کارت، رمل، خرمنهره، اسطرلاب و بازکردن سرکتاب و کف بینی جست‌وجو می‌کنند و برای حل مشکلات خود به دنبال ساده‌ترین و آسان‌ترین راه هستند. درحالی که همه ما خوب می‌دانیم تقدیر و سرنوشت انسان تحت اراده و خواست خداوند است و هیچ کس قدرت پیش‌بینی و تغییر آن را ندارد. طبق قانون، فالگیری و طالع‌بینی اگر منجر به رد مال و پول شود، مصداق کلاهبرداری و برای آن مجازات تعیین شده است و در مورد جرم بودن آن فرقی میان دنیای واقعی و فضای مجازی وجود ندارد.

علت تمایل به فالگیری چیست؟

حدیث غفاری خلیق، دکترای روانشناسی و مشاور و مدرس دانشگاه در گفت‌وگو با جام‌جم می‌گوید: «فالگیری همیشه ذهن انسان‌ها را مجذوب خود کرده و افراد را از هر طیف‌های جذب می‌کند تا بتوانند نگاهی اجمالی به آینده خود داشته باشند. برای بسیاری از افراد، آینده یک مفهوم ترسناک و نامطمئن دارد. پس با مشورت با یک فالگیر، آنها امیدوارند پیشینی به دست آورند که به آنها اجازه دهد تصمیمات آگاهانه‌تری بگیرند و برای چالش‌های احتمالی آماده شوند.» به گفته این روانشناس «فالگیرها بنا بر ادعای خود سعی می‌کنند آینده را پیش‌بینی کنند یا به سوالاتی که افراد نمی‌توانند جوابی برای آنها بیابند یا میان پاسخ‌ها و راه حل‌های موجود سردرگم هستند، بهترین و درست‌ترین و شاید راحت‌ترین ابزار، پاسخ و راه حل را ارائه دهند که این اقدام می‌تواند برای فرد، آرامش بخش باشد و اضطراب را کاهش دهد.»



رفتار خوانی می‌کنند و حدس می‌زنند

اما اگر فال گرفتن بیش از یک نوع سرگرمی باشد و سبب تغییر در رفتار شود یا در تصمیم‌گیری‌های افراد نقشی داشته باشد گرایش به خرافات است و نوع اعتقادات و روش تربیت می‌تواند نقش مهمی در باور به خرافات بازی کند. دکتر غفاری خلیق ضمن اشاره به موضوع می‌افزاید: «فالگیری بر اساس شواهد علمی یا توانایی‌های روانی قابل اثبات نیست. این روش بر تکنیکی از تکنیک‌های روان‌شناختی، از جمله رفتارخوانی، مشاهده دقیق و جملات کلی تکیه دارد که می‌تواند برای طیف وسیعی از افراد استفاده شود. فالگیران و رمالان بدون دانش قبلی، به سرعت اطلاعات زیادی را با تجزیه و تحلیل زبان بدن، سن، لباس یا مد، مدل مو، جنسیت، گرایش جنسی، مذهب، قومیت، سطح تحصیلات، نحوه گفتار و جایگاه فرد به دست می‌آورند و معمولاً از حدس‌هایی با احتمال صحت بالا استفاده می‌کنند، به سرعت نشانه‌های دریاقتی مبنی بر درستی حدس‌های خود را می‌شناسند، سپس بر این اطلاعات پیر و بال می‌دهند و به سرعت از حدس‌های اشتباه عبور می‌کنند. بنابراین کار این گروه حدس زدن بر اساس شواهد است.»

تمایل زن‌ها به فالگیری بیشتر است

اغلب کسانی که به فالگیر و رمال مراجعه می‌کنند از میان زنان هستند که به گفته این روانشناس، «شاید به دلیل برخی ویژگی‌های روانی که در زنان پررنگ‌تر از مردان است مانند نیاز به تایید و اعتماد به دیگران و باورپذیری بیشتر باشد. بر اساس ساختار تاریخی و فرهنگی در جامعه، مردان احساس تسلط و کارآمدی بیشتری بر زندگی خود دارند و گاهی زنان در رویارویی با زندگی منفعل‌ترند، گرچه این شرایط در حال تغییر است. زنان برای آگاهی از آینده، یافتن راه حل‌های ساده‌تر در جهت تغییر در زندگی خود و دیگران و برای رسیدن به خواسته خود، بیشتر سراغ رمالان و فالگیران می‌روند. هنگامی که افراد به فالگیر مراجعه می‌کنند، اغلب امیدها یا انتظارات خاصی برای آینده دارند. پیش‌بینی‌های فالگیر که با این خواسته‌ها همسو هستند، بیشتر به یاد می‌آیند و به عنوان اطلاعات دقیق تلقی می‌شوند، سوگیری تایید، نقش مهمی در تداوم شیفتگی ما به فالگیری دارد.» تحقیقات نشان می‌دهد گرایش زیاد و اعتقاد راسخ به فال و رمالی می‌تواند زمینه یک سری از اختلالات از جمله اختلال وسواس اجباری، اضطراب، بدگمانی و افسردگی را فراهم سازد. اتکای بیش از حد به فال، جایی که افراد به جای توسعه مهارت‌های تصمیم‌گیری خود، به راهنمایی‌های بیرونی مانند فال متکی می‌شوند، می‌تواند منجر به احساس وابستگی شود. همچنین جایی که افراد باور کنند که سرنوشت آنها از پیش تعیین شده و قابل تغییر نیست ممکن است رویکردی منفعل به زندگی در پیش بگیرند./ایسنا

میز خبر

خواستگار سمج پدر دختر مورد علاقه‌اش را کشت

سرورس حوادث

فرمانده انتظامی شیراز گفت: پسری که پس از خواستگاری و شنیدن جواب رد، پدر دختر را به قتل رسانده بود دستگیر و روانه دادسرا شد. سرهنگ "اسماعیل زراعتیان"، بیان کرد: یازدهم تیرماه سال جاری در پی تماس مردمی با مرکز فوریت‌های پلیسی ۱۱۰ مبنی بر وقوع نزاع و درگیری منجر به جاقو خوردگی مردی ۴۳ ساله در روستای "کفتگر" شیراز، بلافاصله ماموران انتظامی جهت بررسی به محل حادثه اعزام شدند. وی افزود: در بررسی‌های به عمل آمده توسط پلیس مشخص شد یکی از ضاربین (جوان ۲۰ ساله) قصد ازدواج با دختری داشته و پس از مخالفت پدر دختر، شب هنگام به همراه ۲ نفر از دوستانش (۱۸ ساله و ۲۰ ساله) به قصد رب و وحشت وارد منزل آنها شده و پس از مشاجره لفظی، پدر دختر را با سلاح سرد به شدت مجروح و از صحنه متواری می‌شوند. فرمانده انتظامی شیراز با بیان اینکه مجروح پس انتقال به بیمارستان به دلیل شدت جراحات وارده فوت می‌کند، تصریح کرد: با سرعت عمل و تلاش مأموران انتظامی، قاتل و همدستانش شناسایی و در عملیاتی منسجم هر ۳ نفر دستگیر می‌شوند. سرهنگ "زراعتیان" خاطر نشان کرد: قاتل و همدستانش برای سیر مراحل قانونی تحویل پلیس آگاهی شدند. / خبرگزاری پلیس

دخترم با آرایش زیاد و نیمه شب بیرون می‌رفت؛ کشتمش



سرورس حوادث

پدری در تبریز که بعد از بگومگو با دختر جوانش، وی را به قتل رسانده و جسد وی را در حمام خانه اش منته کرده بود، از زندان تبریز آزاد شد. رسیدگی به این پرونده از زمانی آغاز شد که پسری جوان به دنبال گم شدن خواهرش به اداره پلیس آگاهی تبریز مراجعه می‌کند و از کارآگاهان برای پیدا شدن خواهر گم شده اش یاری می‌طلبد. مهدی وقتی مقابل کارآگاهان می‌نشیند این‌گونه پلیس را در جریان گم شدن دختر جوان قرار می‌دهد: به واسطه شغل من به شهرهای دیگر سفر می‌کنم و معمولاً ۳ روز طول می‌کشد تا به خانه برگردم؛ اینبار وقتی رفتم مهسا، خواهرم در منزل بود اما وقتی برگشتم خبری از وی نبود از پدرم سراغش را گرفتم اما جواب‌های متناقضی داد. پسر جوان ادامه داد: ۷ ماه قبل مادرم فوت کرد و از زمان فوت مادرم، ارتباط مهسا با پدرم شکرآب شد چرا که مهسا پدرم را باعث و بانی فوت مادرم می‌دانست و معتقد بود مادرم از دست اذیت‌های پدرم دق کرد و مرد. اختلاف آنان به حدی بود که مهسا از پدرم خواست یکی از ۴ واحد آیرتامن خود را در اختیارش قرار دهد و وی جداگانه و تنها زندگی نماید که پدرم به شدت با این کارش مخالفت می‌کرد. حال نمی‌دانم خواهرم کجاست و چه بلایی سرش آمده که چند روزی خبری از وی نیست.

قتل فجیع دختر کمشده

با اظهارات این مرد جوان کارآگاهان به دستور بازپرس پرونده سریع تحقیقات وسیع خود را برای پیدا شدن مهسا آغاز کرده و در قدم اول سراغ پدر مهسا رفته و وی را دستگیر کردند. اما مرد میانسال وقتی به مقر پلیس آگاهی انتقال داده شد در همان ابتدا لب به اعتراف قتل دخترش گشود و گفت: ۴ واحد آیرتامن دارم و از وقتی همسرم فوت کرد، مهسا مدام از من می‌خواست یکی از آن‌ها را در اختیار وی قرار دهم تا زندگی جداگانه و مجردی داشته باشد اما من به شدت مخالفت می‌کردم، چرا که چه معنی دارد یک دختر جوان و ۲۰ ساله به دور از خانواده‌اش و به تنهایی زندگی کند. اما مهسا وقتی با مخالفت‌های من روبرو شد، برای حرص دادن من دست روی نقطه ضعفم گذاشت، غیرت مردانه ام. وی مدام ساعت ۱۱ یا ۱۲ شب آرایش غلیظی می‌کرد و از خانه بیرون می‌زد. روز حادثه نیز ساعت ۱۲:۲۰ شب بود و باز مهسا طبق معمول با آرایش غلیظ می‌خواست از خانه بیرون برزد که جلوی وی را گرفتم تا مانع رفتنش شوم؛ اما مهسا می‌گفت تو باعث مرگ مادرم شدی و اختیار من هم دست خودم است. مهسا مقاومت کرد و اصرار به رفتن داشت تا اینکه این بگومگو لفظی به درگیری فیزیکی کشید؛ چون وقتی دیدم مهسا به حرف‌های من توجهی نمی‌کند عصبانی شدم و خواستم با توسل به زور جلوی وی را بگیرم. دستم را سمت دهانش بردم و راه نفسش را سد کردم؛ او دست و پا می‌زد تا راهی برای تنفس پیدا نماید و خودش را نجات دهد؛ اما من آنقدر عصبانی بودم که توجهی به وی نکردم و دستم را تا زمانی که نفسش قطع شود روی دهانش نگه داشتم. وقتی دیدم رنگش سیاه و نفسش قطع شد دستم را کشیدم. وی را به حمام برده و جسدش را منته کرده و در ۵ کیسه زباله ریختم. اما برای انتقال جسد به بیرون از خانه به کمک نیاز داشتم. از چند مدتی قبل با فردی به نام محمد آشنا شده و خودم را مامور با نفوذ و بلند پایه در یکی از دستگاه‌های دولتی عنوان کرده بودم. آن شب به کمک محمد احتیاج داشتم، سریع با وی تماس گرفته و گفتم موضوع فوق سری پیش آمده و باید پنج کیسه به طور کاملاً سری به بیرون از شهر منتقل شود؛ محمد هم حرف‌هایم را باور کرد و سریع خود را رساند، با کمک وی توانستم جسد را به بیرون از شهر منتقل و در یکی از مناطق اطراف تبریز دفن کنم. حال این پدر از زندان مرکزی تبریز آزاد شد. / رکتنا

نیش کژدم، جان کودک بشاگردی را گرفت

عقرب، داغی بر دل تابستان



آنا رام
دبیر حوادث



نیش عقرب، جان کودک یک و نیم ساله بشاگردی را گرفت. محمد پارسا در هنگام خواب مورد گزش نیش عقرب قرار گرفت که ساعتی بعد جان سپرد.

مادر ۲۷ ساله هنگام شیر دادن به پسرش متوجه حالت تهوع و استفراغ و همچنین خون در ادرار او شد. وی با پیرشانی لباس کودکش را عوض کرد و در پهلوی چپ او جای نیش عقرب را دید... محمدپارسا در روستای اخوان در ۱۷۰ کیلومتری سردشت شهرستان بشاگرد به علت دیر متوجه شدن خانواده، همچنین مسیر صعب‌العبور و جاده‌های نامناسب و دیر رسیدن به مرکز درمانی جان خود را از دست داد.

نیش مرگ

حاتم فردوسی عضو شورای روستای اخوان بابیان اینکه در این منطقه عقرب‌های زیادی وجود دارد و باعث مرگ اهالی شده

است گفت: صبح روز دوشنبه ۱۸ تیرماه جاری، مادر و پدر محمدپارسا، عقرب را زیر حصیر در خانه کپری‌شان دیده و کشته بودند، تصور نمی‌کردند به کسی نیش‌زده باشد. وی ادامه داد: تا آنکه ظهر متوجه حال بد این کودک شدند، سریع با خودروی عبوری او را به مرکز درمانی روستای تیسور انتقال دادند ولی به علت عدم امکانات لازم، به بیمارستان بقیه‌الله (ع) بشاگرد منتقل کردند. فردوسی گفت: آنها به علت

تلاش بی‌نتیجه برای احیا

دکتر مظاهر نجفی رئیس بیمارستان بقیه‌الله (ع) بشاگرد نیز بابیان اینکه کودک شیروار یک سال و چهارماهه ساکن

دستگیری ۱۱۴ کلاهبردار فروشنده سوالات کنکور

سرورس حوادث

رئیس پلیس فتا فراجا با اشاره به اقدامات گسترده در زمینه ارتقای امنیت برگزاری کنکور سراسری سال ۱۴۰۳، از دستگیری ۱۱۴ کلاهبردار فروشنده سوالات کنکور خبر داد.

سردار وحید مجید در تشریح این خبر اظهار داشت: با انجام اقدامات اطلاعاتی، عملیاتی و رصدهای تخصصی، بیش از ۵۷۰ نشانه‌گاه مجرمانه شناسایی و ۱۵۸ نفر از مدیران آن تحت اقدام عملیاتی قرار گرفتند.

این مقام ارشد انتظامی ادامه داد: ۱۱۴ نفر از مدیران و گردانندگان اصلی صفحات، کانال‌ها و اکانت‌های مرتبط با فروش و واگذاری سوالات کنکور شناسایی و دستگیر شدند و جهت رسیدگی پرونده به مراجع قضایی معرفی شدند.

رئیس پلیس فتا فراجا بیان داشت: تعداد ۴۶ تارنما که اقدام به فروش تجهیزات تقلب در آزمون کرده بودند نیز مورد رصد قرار گرفتند که تاکنون ۳۳ نفر در این رابطه



و کانال‌ها را که به قصد فریب داوطلبان کنکور می‌باشد، نخوردند و در صورت مشاهده موارد مشکوک؛ برای حفظ امنیت و شفافیت آزمون کنکور سراسری سال جاری، ضمن تماس با شماره تلفن ۰۹۶۳۸۰ مرکز امداد و فوریت‌های سایبری موضوع را جهت رسیدگی هر چه سریع‌تر با کارشناسان این پلیس در میان بگذارند.

شناسایی به سه باند سازمان یافته

سردار مجید خبر داد: در رسیدگی به باندهای سازمان یافته، سه باند کلاهبرداری در این زمینه شناسایی و متلاشی شدند و بالغ بر ۱۰۶ هزار و ۹۷۴ (تقریباً معادل بیش از ۸۰ میلیارد ریال)، ۲۰ قطعه سکه تمام بهار آزادی، ۸ قطعه سکه نیم بهار آزادی، ۱۰ قطعه سکه ربع بهار آزادی، ۲ قطعه سکه ۲۰۰ صوت، ۱ قطعه سکه ۵۰ صوت و غیره مسدود و تعدادی سلاح شکاری غیر مجاز و ۱۲ عدد فشنگ از آنان کشف و ضبط شده است. / پایگاه خبری پلیس

دستگیر شدند. وی افزود: با بررسی پرونده‌های بدست آمده مشخص شدبسترهای ارتباطی مجرمان در شبکه‌های اجتماعی و پیام‌رسان‌های خارجی بوده است که با تبلیغ در کانال‌ها و صفحات و اعلام وعده کاذب در ارائه سوالات کنکور سعی در ایجاد اعتماد می‌کردند. رئیس پلیس سایبری کشور با اشاره به

جریمه ۵۸۰ میلیون تومانی پزشک‌نماها



سرورس حوادث

معاون درمان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی از افزایش جریمه پزشک‌نماها خبر داد.

سعید کریمی گفت: یکی از معضلاتی که وزارت بهداشت با آن روبه‌روست، دخالت افراد غیر مجاز، فاقد صلاحیت و غیر پزشک در امور پزشکی است که به خصوص در زمینه زیبایی ورود می‌کند.

معاون درمان وزارت بهداشت افزود: به دلیل ضعف قانونی، جریمه تخلف پزشک‌نماها ۵ میلیون تومان بود که بازدارنده نبود؛ در مصوبه ۴/۴/۱۴۰۳ هیئت دولت، این جریمه به ۵۸۰ میلیون تومان برای بار اول و یک میلیارد و ۱۶۰ میلیون تومان برای بار دوم به بعد افزایش یافت. سعید کریمی ابراز امیدواری کرد با این جریمه، افرادی که فاقد صلاحیت هستند در امور پزشکی دخالت نکنند و سلامتی مردم را به خطر نیندازند. معاون درمان وزارت بهداشت از مردم خواست با مراجعه به پایگاه اطلاع‌رسانی سازمان نظام پزشکی از پزشک بودن فردی که می‌خواهند امور درمانی خود را به او بسپارند؛ اطمینان حاصل کنند تا گرفتار افراد شیاد و سودجو نشوند که با سلامت مردم بازی کنند. / صدا و سیما

تایید دو مرحله‌ای را فعال کنید

با فعال سازی تایید دو مرحله‌ای راه نفوذ مجرمان سایبری را مسدود کنید

مهران سلطانی نژاد

معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری بوشهر از اختصاص ۶۶۰ میلیارد تومان برای توسعه زیرساخت‌های شهرک‌های صنعتی استان بوشهر خبر داد.

علی باستین در بوشهر، توسعه زیرساخت‌های اقتصادی در استان را مورد اشاره قرار داد و اظهار داشت: در سه سال دولت شهید رئیسی زیرساخت‌های اقتصادی در استان در بخش‌های مختلف توسعه قابل توجهی یافت. وی از توسعه و الحاق اراضی به شهرک‌های صنعتی استان بوشهر خبر داد و بیان کرد: در این راستا ۷۰۰ هکتار به محدوده اراضی شهرک‌های صنعتی بوشهر، برازجان، جم افزوده شد.

معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری بوشهر با اشاره به برنامه‌ریزی برای راه‌اندازی ۸ ناحیه صنعتی روستایی در استان، خاطرنشان کرد: در دولت سیزدهم آیت‌الله شهید رئیسی ۱۳۱ هکتار از اراضی بلااستفاده متقاضیان به شهرک‌های صنعتی برگشت داده شد این درحالی است که تا قبل از دولت سیزدهم، تنها ۴ هکتار به شهرک‌های صنعتی برگشت داده شده بود.

باستین از اختصاص ۶۶۰ میلیارد تومان برای توسعه زیرساخت‌های شهرک‌های صنعتی استان بوشهر خبر داد و گفت: استان بوشهر دارای ۲۱ شهرک و ناحیه صنعتی است و ۴۷۰

معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری بوشهر خبر داد؛

راه‌اندازی ۸ ناحیه صنعتی روستایی در استان



واحد در مجموعه شهرک‌های صنعتی استان بوشهر فعال شده است.

وی آغاز عملیات اجرایی ناحیه صنعتی روستایی شهید سلیمانی در دشتستان را از دیگر برنامه‌ها دانست و تصریح کرد: در این راستا عملیات احداث ۳ شهرک صنعتی انرژی خورشیدی در استان بوشهر آغاز شد. معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری بوشهر ایجاد و پیگیری زیرساخت‌های شهرک زیست فناوری دلوار از محل اعتبارات سفر

رئیس جمهور شهید و منابع داخلی شرکت شهرک‌های صنعتی را مورد اشاره قرار داد و تصریح کرد: در توسعه زیرساخت‌های بخش کشاورزی استان بوشهر اقدامات مهمی انجام شده است. باستین با اشاره به تکمیل شبکه‌های آبیاری و زهکشی اراضی کشاورزی سعدآباد در سطح ۲۴۰۰ هکتار خاطرنشان کرد: فاز اول شبکه آبیاری زهکشی آبخش دشتستان در سطح ۱۰۵۰ هکتار اجرایی شد و پیشرفت فیزیکی آن ۱۰۰ درصد است.

میزخبر

مدیر کل بازرسی استان کرمان:

۹۸ نفر از کارکنان و مدیران متخلف استان کرمان شناسایی شدند

سرویس خبری

مدیر کل بازرسی استان کرمان گفت: طی یکسال گذشته برای ۹۸ نفر از کارکنان و مدیران اجرایی متخلف استان کرمان پرونده قضایی تشکیل شده است. احمد آبیاری در جمع خبرنگاران به تشریح اقدامات یکسال گذشته اداره کل بازرسی استان کرمان پرداخت و اظهار کرد: این ۹۸ نفر شامل کارکنان و مدیران اجرایی است که فساد اداری داشته و یا افرادی با فرار مالیاتی و یا پولشویی بوده‌اند. آبیاری بیان کرد: این افراد توسط سازمان بازرسی شناسایی و به دستگاه قضایی معرفی شده‌اند که بر این اساس، میلیاردها ریال به بیت المال مسترد شده است. مدیر کل بازرسی استان کرمان تصریح کرد: میزان وجوه شناسایی شده و یا برگشت شده به خزانه که عمدتاً مربوط به فرار مالیاتی بوده، به مبلغ بیش از ۶ هزار میلیارد ریال بوده است. وی گفت: سازمان بازرسی کل استان کرمان به منظور حمایت از فعالان اقتصادی استان در ستاد استانی اجرای سیاست‌های اقتصاد مقاومتی دادگستری کل، شورای حفظ حقوق بیت المال و مرکز خدمات سرمایه گذاری استانداری حضور فعالی داشته است.

آبیاری تأکید کرد: همچنین ارتباط مستمر با دستگاه‌های متولی امر در جهت مرتفع کردن موانع سرمایه گذاری در استان از جمله بانک‌های عامل، سازمان صمت، اتاق بازرگانی صنایع و معادن و کشاورزی محقق شده است.

نبود مراکز اهدای خون در ۲۶ شهرستان

استان سیستان و بلوچستان



سرویس خبری

کمیته انتقال خون استان سیستان و بلوچستان با محوریت هموویژنالس و اهمیت گزارش عوارض مربوط به تزریق خون و فرآورده‌های خونی در دانشگاه علوم پزشکی زاهدان برگزار شد. دکتر صفدری مدیرکل انتقال خون استان در این جلسه افزود: با توجه به تعداد ۲۳۰۰ بیمار تالاسمی و نبود مراکز اهدای خون در ۲۶ شهرستان استان ذخایر خونی استان با کاهش مواجه شده و این رزگ خطری برای بیماران این استان است. صفدری در ادامه افزایش بیماری‌های زمینه ای، تغییرات آب و هوایی، روی آوردن افراد جامعه به طب سنتی، معافیت های بالا مناطق مالاریا خیز و توسعه نامتوازن بین تأسیس بیمارستان ها و مراکز اهدای خون و ... را از دیگر چالش های این اداره کل عنوان کرد. وی همچنین در مورد اهمیت آموزش های طب انتقال خون جهت کادر درمانی پزشک، پرستار و علوم آزمایشگاهی تأکید کرد. صفدری بیان کرد: فعالیت اصلی انتقال خون استان فراهم کردن فرآورده‌های خونی سالم برای گروه‌های هدف شامل بیماران تالاسمی ریال هموفیلی، مادران باردار، اتاق عمل و تصادفات جاده‌ای است. وی اظهار کرد: یکی مشوق های مهم در بحث اهدای خون، توصیه و نقش مهم علما و روحانیون، ریش سفیدان و معتمدین استان به مردم است.

۴۲۵ روستای استان کرمان امسال

گازرسانی می‌شود



سرویس خبری

مدیرعامل شرکت گاز استان کرمان گفت: برنامه‌ریزی شده در سال جاری یک شهر، ۴۲۵ روستا و ۹۰ صنعت جزء و عمده استان از نعمت گاز طبیعی بهره‌مند شوند. محمدرضا سلیمانی در تشریح این خبر اظهار کرد: به منظور ایجاد زیرساخت گازرسانی در استان کرمان، در سه ماهه نخست سال جاری ۷۹۸ کیلومتر خط لوله توزیع و تغذیه گاز اجرا شد. وی افزود: این پروژه‌ها شامل ۳۴ کیلومتر خط لوله تغذیه و ۷۶۴ کیلومتر شبکه توزیع به منظور گازرسانی به بخش‌های شهری، روستایی و صنعتی انجام شده که نسبت به مدت مشابه سال قبل افزایش ۵۷ درصدی را نشان می‌دهد. سلیمانی بیان کرد: بر مبنای برنامه‌ریزی‌های به عمل آمده، پیش بینی می‌شود با همت و کوشش همکاران، مشاوران و پیمانکاران اجرایی یک شهر، ۴۲۵ روستا و ۹۰ صنعت جزء و عمده در سال ۱۴۰۳ از نعمت گاز طبیعی بهره‌مند شوند. مدیرعامل شرکت گاز استان کرمان در پایان گفت: گازرسانی به مردم دیار کرمان همیشه اولویت ما بوده و تاکنون سعی کرده‌ایم با سرعت و دقت به دنبال تکمیل شبکه گازرسانی استان باشیم تا هر چه زودتر تمام مناطق استان از نعمت گاز برخوردار شوند.

بهره‌برداری از ۹۱ عنوان پروژه برق در دولت سیزدهم

سرویس خبری

مدیرعامل شرکت توزیع نیروی برق استان فارس در تشریح عملکرد شرکت توزیع نیروی برق فارس در دولت سیزدهم گفت: در دولت مردمی سیزدهم ۹۱ عنوان پروژه با اعتباری بالغ بر ۵۱۷۴ میلیارد ریال مورد بهره برداری قرار گرفت.

حمیدرضا کریمی فرد در نشست شرکت توزیع نیروی برق فارس با گرامیداشت یاد و خاطره

شهید رئیس جمهور آیت‌الله رئیسی و شهدای خدمت گفت: از ویژگی‌های برجسته و اولویت دولت مردمی سیزدهم خدمت‌رسانی به مناطق محروم و محرومیت‌زدایی بود.

وی ادامه داد: در همین راستا، طرح‌ها و پروژه‌های متعددی مورد بهره‌برداری قرار گرفت که سهم بسزایی در محرومیت‌زدایی و تأمین برق مطمئن و پایدار برای مناطق محروم و کمتر برخوردار استان داشت. کریمی فرد، برق‌رسانی

به ۲۲ روستای بدون برق با اعتبار ۱۴۲ میلیارد و ۲۶۰ میلیون ریال و اصلاح شبکه‌های برق ۶۶۰ روستای استان فارس در قالب طرح بهارستان با اعتبار ۲۷۰۰ میلیارد ریال را از دیگر پروژه‌های انجام شده در دولت سیزدهم عنوان کرد.

وی تصریح کرد: در طی این مدت، توسعه فیدرهای خروجی مولدها و پست‌های فوق توزیع با اعتبار ۱۶۲۰ میلیارد ریال و توسعه شبکه‌های روشنایی معابر با اعتبار ۷۱۲ میلیارد

واگذاری زمین برای ساخت بیش از ۲۰ هزار واحد ویلایی طرح نهضت ملی

مسکن در سیستان و بلوچستان

سرویس خبری

دبیر شورای مسکن سیستان و بلوچستان از واگذاری زمین برای ساخت ۲۰ هزار و ۴۷۰ واحد مسکونی ویلایی طرح نهضت ملی در مناطق شهری و روستایی سراسر این استان خبر داد.

عطاء اله اکبری با بیان اینکه تاکنون زمین برای ساخت ۷۵ هزار و ۵۶۶ واحد ویلایی در قالب طرح نهضت ملی مسکن در سطح ۲۶ شهرستان سیستان و بلوچستان تأمین شده است، افزود: در طرح نهضت ملی مسکن با توسعه افقی شهرها این امکان فراهم شده که زمین‌هایی را وارد محدوده شهرها کرد و از این

طریق می‌توان با واگذاری زمین به متقاضیان زمینه برای ساخت مسکن توسط خود مردم فراهم شده و در نتیجه تعداد زیادی از این افراد خانه‌دار می‌شوند.

وی بر واگذاری زمین به خود مردم برای ساخت واحدهای مسکونی تأکید کرد و افزود: اولویت اول واگذاری زمین به خود مردم است. مورد بعدی خود مالکانه است که زمین دارند و تسهیلات ساخت مسکن را از طریق طرح نهضت ملی مسکن در اختیارشان قرار داده می‌شود.

دبیر شورای مسکن سیستان و بلوچستان سرعت بالای ساخت خانه‌های یک طبقه نسبت به چند طبقه، کاهش هزینه‌های

رئیس سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی کرمان هشدار داد؛

استرداد اعتبار تخصیصی به دستگاه‌ها

در صورت عدم تعیین پیمانکار

شکیلا افضلی

رئیس سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی استان کرمان گفت: در سال جاری ۱۳۰۸ میلیارد تومان از محل حقوق دولتی معادن به استان ابلاغ شده و سهم شهرستان زرنده حدود ۱۰۰ میلیارد تومان است.

محمدرضا وحیدی در کمیته برنامه‌ریزی شهرستان زرنده با اشاره به آمایش سرزمین استان و شهرستان‌ها، اظهار کرد: افق ۱۴۱۴ در آمایش سرزمین شهرستان‌ها در نظر گرفته شده است.

وی با بیان این مطلب که منابع دولتی محدود است، عنوان کرد: اجرای پروژه‌ها هزینه زیادی دارد و بایستی از ریز کردن اعتبارات خودداری شود.

به گفته رئیس سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی استان کرمان، اعتبارات هر شهرستان به

رئیس سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی استان کرمان با بیان این مطلب که زرنده جزء شهرستان‌های معدنی است، تصریح کرد: طبق قانون ۱۵ درصد بهره مالکانه معادن باید به خزانه کشور واریز شود و حدود ۵۰ درصد ارزش افزوده و بهره مالکانه معادن هم از نظر درآمدی و هم مصارف متعلق به استان کرمان است.

وی افزود: طبق قانون معدن، ۱۵ درصد از بهره مالکانه (حقوق دولتی) تحت عنوان تبصره شش برای ایجاد زیرساخت‌ها به شهرستان‌هایی که معادن در آنجا واقع است، تعلق می‌گیرد که در سال جاری ۱۳۰۸ میلیارد تومان به استان ابلاغ شده و سهم شهرستان زرنده حدود ۱۰۰ میلیارد تومان با توجه به درآمد پیش‌بینی شده از معادن شهرستان اختصاص یافته است. وحیدی در بخشی از سخنانش گریزی به اعتبارات شهرداری‌ها زد و گفت:

بخشی از سهم مالیات بر ارزش افزوده متعلق به شهرداری‌هاست.

«حدود ۳۰۰۰ پروژه در استان کرمان داریم و سرانه اعتباری هر پروژه زیاد نیست بنابراین اگر امکان پذیر است تعداد پروژه‌های شهرستان را بایستی کمتر کنیم تا بتوانیم سرانه اعتباری پروژه‌ها را افزایش دهیم تا پروژه‌ها زودتر به اتمام برسند.» این مطلب بخش دیگری از سخنان رئیس سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی استان کرمان در فرمانداری زرنده بود.

سیدرضا حسینی نژاد فرماندار شهرستان زرنده نیز در این جلسه اظهار کرد: جاده‌های شهرستان زرنده به جاده‌های ترانزیتی تبدیل شده‌اند و تردد ماشین آلات معدنی جاده‌ها را فرسوده کرده بنابراین برای کاهش سوانح جاده‌ای باید به محورهای این شهرستان توجه ویژه‌ای شود.

مدیرکل آزمایشگاه های مرجع کنترل کیفیت غذا، دارو و تجهیزات سازمان غذا و دارو، از اعلام تعرفه های جدید آزمایشگاه های همکار سازمان غذا و دارو تا اواسط مرداد خبر داد.

به گزارش خبرگزاری مهر، مهدی انصاری دوگانه، درباره اقدامات انجام شده برای اصلاح تعرفه های آزمایشگاه ها، اظهار کرد: با تاکید سازمان برنامه و بودجه مبنی بر تلفیق تعرفه های ماده ۲۴ با ماده ۲۵ که به معاونت درمان مربوط می شود، به منظور اعلام تعرفه ای واحد در موارد مشترک، جلساتی برگزار و موضوع نهایی شد. وی افزود: با توجه به فرایند پیش بینی شده امیدواریم تا اواخر تیرماه یا اواسط مرداد تعرفه ها را به صورت رسمی اعلام کنیم.

به این ترتیب بهبود شایانی در وضعیت مالی دریافتی آزمایشگاه ها خواهیم داشت. دوگانه همچنین به بحث مربوط به تعرفه های نمونه های PMS و PMQC اشاره کرد و افزود: با توجه به دستور معاونت توسعه که هیچ آزمونی بدون دریافت هزینه ها قابل انجام نیست، بنابراین بخش IT سازمان قطعاً درگاه هایی که برای دریافت این هزینه ها است را می بندد و لازم است حتماً قبل از دریافت آزمون، تعرفه ها دریافت شود. به این منظور نیز بودجه ای در اختیار معاونت ها قرار داده می شود که معاونت مربوطه هزینه ها را پرداخت کند. در مجموع هیچ آزمونی را بدون انجام مراحل مالی آن نمی توانیم پیش ببریم.

• صاحب امتیاز
شرکت تعاونی صبح ساحل
• مدیرمسئول
الهام کرمی
• قائممقام مدیرمسئول و سردبیر
مهرباب رشیدی
• دبیر سرویس ورزش
محمود رئیسی
• دبیر سرویس اجتماعی و حوادث
آنا رام



بنیانگذار:
شادروان
قاسم کرمی

• دبیر سرویس آنلاین
سامیه طهوریان
• چاپ مهدوی کرمان
• تحریریه
۰۷۶۳۲۲۹۵۸۵ (داخلی ۱۰۸)
• آگهی ها
۰۷۶۳۲۲۴۱۴۶۲ - ۳۲۲۴۶۷۵۱ (داخلی ۱۰۵)
• فاکس شبانه روزی
۰۷۶۳۲۲۴۱۴۶۳

• امور مشترکین
۰۷۶۳۲۲۳۳۳۷۲۶ (داخلی ۱۰۱)
• دفتر مرکزی
بندرعباس، خیابان امام خمینی،
حدفاصل شهرپلانی و اتوتاج - جنب
بانک رفاه - ساختمان صبح ساحل

• پایگاه خبری صبح ساحل نیوز
www.sobhesahel.ir

درمان ترکیبی باعث افزایش بقا در برخی مبتلایان سرطان سینه می شود

سرویس سلامت

یک کارآزمایی جدید در مورد ایمونوتراپی/ شیمی درمانی نشان می دهد که این درمان ترکیبی می تواند به بیماران مبتلا به سرطان سینه در مرحله اولیه کمک کند تا پس از درمان، بدون سرطان زنده بمانند.

به گزارش خبرنگار مهر به نقل از هلث دی نیوز، محققان گفتند داروی شیمی درمانی کادسیلا، قبلاً برای معالجه بیماران مبتلا به سرطان سینه پیشرفته HER2 مثبت تأیید شده است. نتایج جدید نشان می دهد که بیماران مبتلا به سرطان سینه مرحله ۱ Kadcyla را دریافت

کرده اند، پنج سال پس از درمان، عاری از سرطان تهاجمی بودند. دکتر «سارا طولانی»، رئیس بخش انکولوژی انستیتوی سرطان دانا- فرایر در بوستون، گفت: «یک سال دریافت کادسیلا پس از عمل جراحی برای بیماران مبتلا به سرطان مرحله ۱ HER2 مثبت منجر به نتایج بلند مدت برجسته شد و آن را به یک روش درمانی معقول برای بیماران منتخب تبدیل کرد.»

«سرطان های سینه HER2 مثبت توسط پروتئینی که به طور معمول به کنترل رشد سلول کمک می کند، تشدید می شوند. سلول های سرطانی که بیش از حد HER2 را ایجاد می کنند ممکن است سریع تر رشد کنند

و به احتمال زیاد در سایر قسمت های بدن گسترش می یابند. طولانی گفت: «در بیماران مبتلا به سرطان سینه اولیه HER2 مثبت، سرطان شان ۵٪ تا ۳۰٪ پس از درمان اولیه بازمی گردد.»

داروی ایمونوتراپی Trastuzumab با مسدود کردن پروتئین به مهار سرطان های HER2 مثبت کمک می کند. این دارو هنگامی که در کنار شیمی درمانی پس از عمل جراحی سرطان سینه قرار می گیرد می تواند به میزان قابل توجهی خطر عود سرطان را در این بیماران کاهش دهد. وی افزود: «اما عوارض جانبی می تواند تأثیر مضر بر کیفیت زندگی بیماران داشته باشد.»

Kadcyla یک داروی واحد است که Trastuzumab را با داروی شیمی درمانی emtansine ترکیب می کند. این ماده برای ارائه فواید شیمی درمانی و ایمونوتراپی در حالی که عوارض جانبی سمی را محدود می کند، تهیه شده است. برای کارآزمایی بالینی جدید، محققان ۵۱۲ بیمار را در مراکز سرطان در سراسر ایالات متحده استخدام کردند که ۳۸۴ نفر از آنها کادسیلا و ۱۲۸ تحت درمان با شیمی درمانی در کنار تراستوزوماب دریافت کردند.

پنج سال پس از درمان، ۹۷٪ از بیماران که Kadcyla دریافت کردند هیچ نشانه ای در مورد عود سرطان نداشتند.

ماده غذایی برای افزایش توانایی های شناختی و توجه کودکان

دانشتنی

سرویس سلامت



شواهد جدید نشان می دهد که غذاهای حاوی سویا، پانتاسیل بالایی برای تقویت توانایی های شناختی در میان کودکان مدرسه ای دارند.

ارث گزارش کرد نتایج این تحقیق پیشگام نشان می دهد که افزایش مصرف ایزوفلاون از غذاهای سویا می تواند منجر به بهبود توانایی تفکر و دامنه توجه در کودکان شود. این تحقیق مسیر جدیدی را برای مطالعه پیامدهای مثبت غذای سویا بر رشد شناختی جوانان هموار می کند. ایزوفلاون ها، ترکیبات آلی غنی از سویا و سایر محصولات مرتبط، به طور گسترده در بزرگسالان مورد بررسی قرار گرفته است. این تحقیق غذاهای سویا را با تقویت عملکرد حافظه مرتبط دانست. با این حال، مشخص نیست که آیا مزایای شناختی غذاهای حاوی سویا به جمعیت جوان تر نیز تعمیم می یابد یا خیر. تحقیق ما شواهدی از اهمیت مواد مغذی موجود در غذاهای سویا برای شناخت دوران کودکی اضافه می کند.

تجزیه و تحلیل بیشتر، نقش مهم مواد مغذی در غذاهای سویا و تأثیر مستقیم آنها بر شناخت دوران کودکی را روشن کرد. گروه تحقیقاتی داده های مقطعی ۱۲۸ کودک بین ۷ تا ۱۳ سال را تجزیه و تحلیل کرد. محققان با در نظر گرفتن مصرف درشت مغذی ها، ریزمغذی ها، ویتامین ها و ایزوفلاون ها، میانگین دریافت تغذیه ای را به دقت بررسی کردند. نتایج جالب بود، تجزیه و تحلیل ارتباط قوی بین مصرف بیشتر غذاهای مبتنی بر سویا و بهبود توانایی های توجه را نشان داد. کودکانی که ایزوفلاون های بیشتری مصرف می کردند در انجام وظایف شناختی بهتر عمل کردند و برداشش اطلاعات سریع تری را در مقایسه با همپایان کمتر دریافتی خود نشان دادند.

ذخیره مناسب شیرهای مخصوص بیماران PKU

سرویس سلامت

معاون اداره کل امور فراورده های طبیعی، سنتی و مکمل سازمان غذا و دارو گفت: سازمان غذا و دارو علاوه بر برنامه منظم تامین شیرهای PKU، ذخایر مناسبی را برای این فراورده ایجاد کرده و تاکنون بحرانی در تامین آن وجود نداشته است.

بهادر صید محمدیان اظهار کرد: با توجه به اینکه برنامه غذایی بیماران PKU باید به گونه ای باشد که پروتئین فنیل

آلانین برای آن ها به درستی تامین شود، این پروتئین از طریق شیرهای مخصوص PKU در دسترس بیماران قرار می گیرد. وی افزود: مدیریت مصرف شیر و غذای مخصوص بیمار یکی از اصلی ترین و مهم ترین بخش برنامه PKU وزارت بهداشت است و تحت هیچ شرایطی نباید دچار صدمه شود. وی گفت: توزیع و تامین این شیرها زیر نظر سازمان غذا و دارو با ثبت مشخصات بیمار در سامانه صورت گرفته و این فراورده مخصوص به دست مصرف کنندگان آن می رسد. معاون اداره کل امور فراورده های

طبیعی، سنتی و مکمل سازمان غذا و دارو درباره چگونگی تامین شیرهای مورد نیاز بیماران PKU، عنوان کرد: با وجود تحریم ها، سازمان غذا و دارو مسیرهای مختلف را برای تامین این فراورده طی کرده و خوشبختانه تاکنون مشکلی در تهیه و تامین شیر این بیماران نداشته ایم. وی تصریح کرد: با توجه به اینکه شیرهای PKU وارداتی هستند، به منظور جلوگیری از بروز هرگونه کمبود احتمالی براساس تمهیدات صورت گرفته ذخیره مناسبی از آن در نظر گرفته شده است. / ایسنا

کاریکاتور: «نتانیا هو» اثر: محمدعلی ضیایی



چگونه عوارض گرمزدگی را کاهش دهیم؟

گرمزدگی یک بیماری مرتبط با گرما است که اغلب با کم شدن آب بدن همراه است و می تواند از خفیف تا شدید باشد.



روش های کاهش عوارض گرمزدگی



علائم گرمزدگی

- مخلوط آب خنک و کمی نمک
- آب میوه های خنک و آبدار
- دوغ های کم نمک
- شربت های خانگی
- اجتناب از فعالیت های شدید
- پوشیدن لباس های سبک وزن
- استفاده از کلاه لبه دار
- استحمام کردن

- گیجی
- حالت تهوع
- بی حالی
- رنگ پریدگی
- سردرد
- تشنگی
- تعریق
- تپش قلب شدید