

تشکیل تعاونی ها نیازمند برنامه ریزی اساسی است

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی مازندران گفت: باید برنامه ریزی های ویژه و اساسی برای تشکیل تعاونی ها در استان انجام شود.

به گزارش خبرنگار مهر، علی باقری در دوازدهمین جلسه شورای هماهنگی تعاون کار و رفاه اجتماعی مازندران با حضور علی باقری مدیرکل و رئیس شورای هماهنگی، مدیران عضو، پولادی فرماندار شهرستان نور و حجت الاسلام محمدزاده امام جمعه ایزدشهر، توکلی رئیس اداره تعاون کار شهرستان نور به میزبانی مدیریت امور شعب بانک رفاه کارگران استان در محل هتل شهر ایزدشهر برگزار شد.

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان مازندران در این مراسم گفت: برگزاری جلسات شورای هماهنگی در شهرستان ها به جهت آگاهی به مشکلات شهرستان و برداشتن گامی درست برای رفاه مردم است.

باقری با اشاره به اینکه میز خدمت با حضور مدیران در شهرستان ها برگزار می شود، تصریح کرد: یکی از مردمی ترین وزارتخانه کشور هستیم که بیش از ۷۰ درصد مردم، جامعه هدف ما هستند.

وی بیان کرد: شرکای اجتماعی جامعه کارگری و کارفرمایی، کارآفرینان، تعاونگران، بخشنامه ساماندهی و استانداردسازی فضای اداری و تعیین مسکن کارکنان اجرا شود.

باقری با اعلام اینکه در بحث تشکیل تعاونی ها باید برنامه ریزی ویژه اساسی صورت گیرد، گفت: بیشتر دستگاه های وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی در استان مازندران رتبه بر کشوری را دارند.

عبدالوحید فیاضی نماینده مردم نور و محمودآباد در مجلس شورای اسلامی در گفتگوی کوتاه تلفنی با مدیران شورای هماهنگی تعاون کار و رفاه اجتماعی مازندران با اشاره به اینکه وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی و مجموعه وابسته به آن یک وزارتخانه بسیار مهم در سطح کشور است، گفت: این وزارتخانه با برنامه ریزی درست می تواند گامی درست در اقتصاد کشور و استان را داشته باشد.

وی بیان کرد: مجلس شورای اسلامی در حوزه کسری بودجه سالانه نگاه مثبت و ویژه ای به تأمین اجتماعی و بهزیستی و بانک های زیر مجموعه وزارت تعاون است.



تولید علم مهمترین رسالت دانشجو است



مشکل فرسودگی تاکسی های شهری را باید با ایده و راهکارهای نو تدبیر کرد

توقف یغمای مزارع در مازندران با حدنگاری



تغییر ذائقه مازندرانی ها؛

قهوه به جای چای



خوابی، بی قراری، هیجان، ناراحتی و درمعهده را ایجاد می کند و در برخی موارد هم باعث بروز فشار خون، سرطان و از دست دادن کلسیم و منیزیم و افزایش کلسترول می شود. کارشناسان سلامت در عین حال می گویند، مصرف کم کافئین فوایدی دارد علاوه بر تشبیت و تقویت حافظه می تواند منجر به افزایش متابولیسم و حفظ وزن مفید باشد. روانشناسان وجود کافی شاپ را محلی برای رفع تنش های فکری و روانی توصیف می کنند و معتقدند؛ با توجه به اینکه کافی شاپ ها فضایی برای بحث و گفت و گو هستند و افراد به راحتی می توانند با یکدیگر به تبادل افکار و عقاید بپردازند از این رو می توان محیط و مکان کافی شاپ را فضایی برای رفع تنش های فکری و روانی شهروندان تلقی کرد.

کافی شاپ ها با نوشیدن انواع قهوه نشان دهنده امروزی شدن فرهنگ بومی و محلی این خطه شمالی است. همسو با گسترش و استقبال خانواده ها به نوشیدن قهوه، فروشگاه های عرضه انواع قهوه جوش های خانگی در مدل های مختلف نیز زیاد شده است، این بدان معنا است که بسیاری از خانواده ها به جای نوشیدن چای مصرف قهوه را در منزل ترجیح می دهند، فروش قهوه در سطح خیابان های شهر های مازندران به صورت دست فروشی نیز موید این موضوع است. طبق اظهارات کارشناسان تغذیه، مصرف طولانی مدت و بیش از حد این نوشیدنی می تواند بسیار خطر آفرین باشد چرا که مشکلات و عوارض جانبی وابسته به مصرف بیش از حد کافئین از جمله بی

در کنارش هم بازی تخته نرد هم وجود دارد. دسترسی آسان برای قهوه نوشی به موقع علاوه بر این که داخل رستوران ها نیز باب شده است با بعضی از شغل ها از جمله پیرایشگاه مردانه و آرایشگاه زنانه نیز ادغام شد، یعنی جوانان در فرصت انتظار برای اصلاح سر و صورت همزمان قهوه نوشی را انجام می دهند. وضعیتی که در ساری مصداق این فعالیت مشترک را در چندین مکان شاهد هستیم. مقوله دیگری که همزمان با گسترش کافی شاپ ها باید به آن توجه کرد تغییر مکان پاتوق تک نوازان در خیابان ها است. یعنی سوق یافتن تک نوازی ها از کنار خیابان، پارک و سایر معابر عمومی به محل کافی شاب ها. همچنین خواندن نوای محلی مازندرانی در

نوشی در بسیاری از مناطق روستایی نیز با ایجاد کافی شاپ رونق خاصی گرفته است، جوانان نوشیدن قهوه را در شب های سرد فرصتی برای گذراندن اوقات فراغت می دانند. مشاهدات نشان می دهد که در این مکان ها قلیان برای مشتریان چاق نمی شود، موضوعی که به نظر می رسد مورد توجه مثبت آحاد خانواده ها قرار گرفته و از این مکان ها به مراتب بهتر از قلیان سراها یاد می کنند. مشاهدات از حضور افراد و وضعیت ساختاری و فیزیکی کافی شاپ ها نشان می دهد که صاحبان این شغل با شناسایی مکان مناسب و به خصوص سلاقی و ذائقه های افراد اقدام به این کار کرده و با ایجاد نوآوری های خاص سعی می کنند فضاهای مناسبی را برای بسیاری از افراد فراهم کنند. به عنوان نمونه در بعضی از کافی شاپ ها بیشتر شرایط برای حضور افراد سالمند فراهم است و علاوه بر قهوه، چای با قوری های روی سماور قدیمی و در استکان کمر باریک عرضه می شود،

روند، کافی شاپ هایی که محل قرار جوانان برای گذراندن اوقات فراغت می شود و یا این که افرادی تنهایی خود را تا پاسی از شب در این مکان ها می گذرانند. از سوی دیگر رقابت بین کافی شاپ داران با دکوراسیون خاص و برنامه هایی که در آنها برگزار می شود ویژگی خاصی به این فعالیت بخشیده است. کارشناسان معتقدند امروزه با گسترش کافی شاپ، علاوه بر این که سبب اشتغال زایی شد، مکانی برای گذراندن اوقات فراغت و تغییر دهنده عادت ها و ذائقه های قدیمی مصرف چای نیز شده است. نمونه بارز گسترش کافی شاپ در خیابان های فرهنگ، پیام نور، شهابی، جمهوری اسلامی، ملت و شیخ طبرسی ساری مرکز مازندران است، مشاهدات نشان می دهد که در یکسال اخیر تعداد کافی شاپ ها در این خیابان ها همانند دیگر شهرهای استان چندین برابر شده است. نکته قابل توجه این که قهوه

استقبال از مصرف قهوه و مکان های نوشیدن آن اکنون علاوه بر کوچه پس کوچه های شهرها در روستاهای مازندران نیز گسترش چشم گیری یافته است؛ روندی که عطر و طعم این نوشیدنی به صورت شبانه روزی در هوای سرد به مشام هر رهگذری در این خطه شمالی می رسد. پس از گذر رونق جگرکی ها و قلیان سراها در مناطق مختلف شهری مازندران اکنون نشست های صمیمی برای گذران اوقات فراغت جوانان حتی سالمندان به «کافی شاپ» رسیده است، مشاهدات نشان می دهد که قهوه نوشی همراه با انواع کیک ها در هر یک از مناطق شهری استان فرقی نمی کند چه در خیابان ها و کوچه های خوش نشین و یا مناطق پایین شهری، گسترش یافته است. امروزه کافی شاپ ها به دلیل کارکردهای مختلفشان مورد توجه بسیاری از افراد در رده های سنی، شغلی و اجتماعی قرار گرفته است. افرادی که پیش از خوردن صبحانه با نوشیدن قهوه به سر کارشان می

بجای رمقی صنایع گیلان در میانه قطع برق و گاز و راهکارهای دیده و نادیده

۹۳۵ واحد صنعتی در شهرک‌های صنعتی گیلان وجود دارد که ۷۴۳ واحد (معادل ۷۹ درصد واحدها) به فعالیت و تولید مشغولند، آنها حدود هفت درصد از حجم کل گاز مصرفی و ۱۵.۷۴ درصد انرژی برق استان را در اختیار دارند و با این وجود در تابستانی که گذشت صنایع به علت قطعی برق طبق برآوردهای اولیه اداره کل صنعت، معدن و تجارت گیلان به عنوان مرجع دولتی بخش تولید، ۱۵۰ هزار میلیارد ریال (۱۵ هزار میلیارد تومان) خسارت دیدند.

اگرچه ادارات برق و گاز پس از دریافت هزینه‌های انشعاب، نصب و تحویل، طبق قرارداد فی‌مابین موظف به تامین انرژی مورد نیاز صنعت هستند اما باتوجه به ناترازی حامل‌های انرژی در کشور و مشکلاتی که سوخت‌های فسیلی برای گرمایش زمین دارند می‌توان راهکارهای دیگری برای تامین انرژی مورد نیاز صنایع یافت.

اعمال محدودیت در مصرف گاز صنایع فولادی و سیمانی گیلان
در شهرک‌های صنعتی استان گیلان یک‌هزار و ۳۰۰ واحد تولیدی دارای پروانه بهره برداری مستقر هستند که از این تعداد ۸۳۸ واحد معادل ۸۲ درصد آنها فعالند، در شهر صنعتی رشت نیز ۳۵۱ واحد صنعتی که برخی از آنها واحدهای بزرگ اقتصادی کشوری بوده، استقرار دارند که ۷۴ درصدشان فعالند.

معاون امور صنایع و معادن سازمان صنعت، معدن و تجارت گیلان در این رابطه در گفت و گو با خبرنگار ایرنا گفت: هم‌اینک محدودیت مصرف گاز برای صنایع فولادی و سیمانی اعمال شده و طبق سهمیه اعلامی صنایع سیمانی روزانه حداکثر تا ۲۰۰ هزار متر مکعب گاز می‌توانند مصرف و در زمان پرودت هوا سوخت مازوت را جایگزین کنند؛ صنایع فولادی نیز مصرف روزانه را باید به ۷۰ هزار متر مکعب برسانند. سعید اخلاقی اضافه کرد: سرانه مصرف روزانه گاز در صنایع سیمانی استان ۵۵۰ هزار متر مکعب و صنایع فولادی حدود ۲۰۰ هزار متر مکعب و سایر صنایع را نیز حدود ۱۵۰ هزار متر مکعب مصرف دارند.

پوی اظهار کرد: مجتمع فولاد گیلان بعنوان اصلی‌ترین واحد فولادی هم‌اینک امکان استفاده از سوخت مایع ندارد و این محدودیت‌ها عملاً منجر به تعطیلی این واحد تولیدی شده است و سایر واحدهای فولادی استان نیز باید یک خط را تعطیل و با بخشی از ظرفیت فعالیت کنند. وی بیان کرد : کاهش مصرف گاز در صنایع فولادی از ۲۰۰ به ۷۰ هزار متر مکعب هم تولیدات این بخش را بسیار کاهش می‌دهد که نتیجه آن افزایش قیمت در بازار خواهد بود؛ ضمن آنکه برنامه تولید برخی از صنایع استان هم در نیمه نخست سال محقق نشد و این واحدها بدنبال جبران خسارت در ۶ ماهه دوم سال بودند که با یک راندمان عادی بتوانند به تولید بپردازند حال اگر سوخت مورد نیاز این واحدها تامین نشود عملاً در گیلان با بحران مواجه خواهیم شد.

بحران گاز در گیلان با اعمال محدودیت برای صنایع رفع نمی‌شود

دبیر و مدیر اجرایی انجمن مدیران صنایع استان هم در این رابطه به ایرنا گفت: حدود هفت درصد از حجم کل گاز مصرفی استان در اختیار صنایع است اما اولویت مسئولان برای رفع کمبود گاز استان قطع آن در صنایع است که با اعمال این محدودیت‌ها مشکل گاز استان حل نمی‌شود.

اکبر تظهیری مقدم ادامه داد: قطعی گاز صنایع در زمستان نه تنها مشکلی از بحران گاز استان رفع نمی‌کند بلکه بیش از ۸۰ هزار نفر نیروی انسانی شاغل در این واحدهای تولیدی را بی‌کار و استان را با رکورد عدم تولید مواجه می‌کند که در نتیجه خسارات سنگینی به واحدهای صنعتی تحمیل می‌شود.

وی با اشاره به مشکلات تامین سوخت و انرژی مورد نیاز واحدهای تولیدی و مدیریت ضعیف در حوزه برق و گاز استان در سال گذشته گفت: سال ۱۴۰۲ صنایع استان هم‌زمان با قطعی گاز برنامه ریزی نشده با خاموشی برق نیز در زمستان مواجه بودند که علت آن کاهش سوخت نیروگاه‌ها اعلام شد. گاز مورد نیاز صنایع فولادی و کارخانه ها نیز تا حدی که کوره ها روشن بماند وصل بود و زمستان بدون تولید همراه با قطعی برق سیری شد؛ این درحالی بود که واحدهای تولیدی استان حدود هزار میلیارد ریال حقوق و دستمزد پرداخت کردند.

تظهیری مقدم خواستار اعمال مدیریت هماهنگ، برنامه ریزی دقیق و پیش‌گیرانه در اجرای مصوبه ستاد بحران استان از سوی مدیریت شرکت گاز شد و اظهار کرد: این شرکت در مواقع بحران باید رویه‌ای اتخاذ کند تا صدماتی متوجه صنایع استان نشود و گاز نیروگاه های مرتبط تحت هر شرایطی وصل باشد.

وی خواستار جبران خسارات احتمالی ناشی از عدم تولید، پرداخت حقوق و دستمز کارکنان صنایع به نحو مقتضی شد و پیشنهاد کرد: نیروگاه‌های استان (لوشان- سیکل ترکیبی- پرمسر و غیره) سوخت دوم خود را در فصل پاییز برای چهار ماه آذر، دی، بهمن و اسفند ذخیره‌سازی کنند تا برق صنایع به دلیل عدم تامین سوخت نیروگاه‌ها قطع نشود.

دبیر و مدیر اجرایی انجمن مدیران صنایع استان گیلان تصریح کرد: در جلسه سازمان بازرسی استان مدیر شرکت نفت برای تحویل سوخت دوم برای ذخیره سازی نیاز نیروگاه‌ها اعلام آمادگی کرد؛ مدیر عامل شرکت گاز نیز امسال اعلام کرد گیلان با بحران گاز مواجه خواهد بود که با این وضعیت اگر صنایع استان در زمستان شرایطی مانند سال ۱۴۰۲ را تجربه کنند دوباره خسارت بسیاری متحمل خواهند شد.

گیلان یک میلیون و ۲۷۹ هزار و ۵۳۴ مشترک گاز دارد که از این تعداد بیش از یک میلیون و ۱۶۵ هزار مشترک خانگی، ۱۰۷ هزار و ۵۹۴ مورد در حوزه تجاری، ۶ هزار و ۸۰۹ مشترک صنعتی، ۹

نیروگاه و ۹۵ ایستگاه سی. ان. جی هستند.

روابط عمومی شرکت گاز استان گیلان هم در زمینه برنامه ریزی و زمانبندی این شرکت برای قطع گاز صنایع در زمستان ۱۴۰۲ به گونه ای که واحدهای صنعتی با رکود و تعطیلی مواجه نشوند؟ گفت: در زمان محدودیت؛ میزان گاز مصرفی صنایع مشخص و مصرف باید براساس اولویت بندی باشد.

رضان یوسف مدد ادامه داد: براساس قرارداد فی‌مابین کلیه واحدهای تولیدی باید به سوخت دوم مجهز باشند تا در صورت ناترازی انرژی در فصل سرد سال مشکلی نداشته باشند. خرداد ماه امسال اطلاع‌رسانی‌های لازم به صنایع انجام شده تا نسبت به تهیه سوخت دوم اقدام کنند. وی گفت: در خصوص بهینه‌سازی مصرف نیز راهکار تسویقی وجود دارد برای مثال اگر واحد صنعتی در مصرف گاز کاهش ۲۰درصدی نسبت به سال قبل داشته باشد، مشمول تخفیف ۵۰ درصدی گازبها خواهد بود.

معاون امور صنایع و معادن سازمان صنعت، معدن و تجارت گیلان هم گفت: ۲ کارخانه سیمان استان امکان استفاده از سوخت جایگزین (مازوت) را دارند که از این میان کارخانه سیمان گیلان‌سبز به علت دشواری مسیر دسترسی‌اش، امکان ذخیره‌سازی مازوت به مدت طولانی را ندارند و فقط کارخانه دیگر یعنی سیمان خزر از سوخت جایگزین مازوت استفاده می‌کند.

اخلاقی با اشاره به مشکلات زیست محیطی استفاده از سوخت مازوت که رئیس جمهور نیز دستوراتی برای ممنوعیت استفاده از آن صادر کرده است، گفت: هم‌اکنون در کارخانه‌های سیمان استان سوخت مازوت برای مصرف یک ماه ذخیره شده اما کارخانه سیمان گیلان‌سبز مشکلاتی درخصوص قیمت سوخت مازوت تحویلی دارد که موجب می‌شود قیمت تمام شده محصول آن در بازار افزایش یابد. وی تصریح کرد: کارخانه‌های سیمان استان در سنوات گذشته سوخت جایگزین را برای هفت روز در مخازن خود ذخیره می‌کردند اما در سال‌های اخیر با قطعی گاز در زمستان باید سوخت مورد نیاز خود را برای حداقل ۱۴ روز تا یک ماه ذخیره کنند .

اخلاقی با اشاره به تعامل و همکاری موجود بین سازمان‌های مختلف، گفت: فرآیند تامین سوخت یکی از مسائلی است که واحدهای تولیدی استان به شدت از آن گله‌مندند این مساله فرآیند پرپیچ و خمی دارد که شاید فقط مختص شرکت بخش فرآورده‌های نفتی نباشد اما فرآیند پردردسری است که نهادهای و مراجع مختلفی را درگیر کرده است.

وی با بیان اینکه اغلب واحدهای تولیدی، نظارت‌هایی که برخی از دستگاه‌ها بر نحوه مصرف و ذخیره‌سازی سوخت دارند را توهین‌آمیز دانسته و در شان تولیدکننده نمی‌دانند، گفت: نگاه آنها به واحدهای تولیدی، نگرشی نه چندان خوشایند و بیشتر شبیه قاچاقچی سوخت است

گزارش هفتگی



آنگونه که تصور می‌رود تولید کنندة از این طریق سوخت را به شبکه های غیررسمی هدایت می کند درحالی که این توجیه غیرمنطقی است. شرکت پخش فرآورده های نفتی نیز در آماری که به ایرنا گیلان ارائه داد، اعلام کرد: از ابتدای امسال تا اواسط آبان ماه ۱۶ میلیون و ۹۰۰ هزار لیتر سوخت به صنایع استان داده است.

دبیر و مدیر اجرایی انجمن مدیران صنایع گیلان نیز گفت: ۵۰ درصد منابع ذخیره‌سازی سوخت نیروگاه‌های استان پر است و شرکت نفت در جلسه‌ای اعلام کرد ذخیره مناسب برای تامین سوخت مورد نیاز این واحدها را دارد، نیروگاه‌ها نیز با افزایش تعداد تانکرهای سوخت و تامین نفت‌گاز مورد نیاز در فصل پاییز می‌توانند از قطعی برق واحدهای تولیدی در زمستان جلوگیری کنند.

مالک شرکت‌های فولاد آناهیتای گیلان، ذوب آهن درفک شمال و کارآفرینان نسیم گیلان در شهر صنعتی رشت مهمترین معطل صنایع فولاد استان را تامین انرژی مورد نیاز کارخانه‌ها اعلام کرد و افزود: این واحدهای تولیدی ماهانه ۳۰۰ میلیارد ریال هزینه برق پرداخت می‌کند در حالی که قطعی‌های متناوب برق در تابستان تولید را در این کارخانه ها با کاهش مواجه کرده بود.

وی ادامه داد: اگر این نیروگاه احداث شود و وزارت نیرو مدعی شود صنایع فولاد فقط مجاز به استفاده از یک انشعاب برق هستند، تکلیف چیست؟ درصورتی که نیروگاه متعلق به هفت صنعت (پنج صنعت فولادی و ۲ واحد سیمانی) باشد حاضر به همکاری هستیم.

کارگزار مرکز رشد واحد آموزشی و پژوهشی گیلان - پژوهشگاه نیرو در استان‌های گیلان و قزوین تصریح کرد: تسهیلاتی که پرداخت می‌شود به میزان حداقل ۷۰ درصد سرمایه گذاری انجام شده کارخانه در کاهش مصرف انرژی است. فرآیند پرداخت تسهیلات به این علت که طرح ها باید مورد ارزیابی قرار گرفته و به تأیید برسند نیز حدود یک سال بطول می‌انجامد. وی ادامه داد: درخصوص انرژی های تجدید پذیر نیز چهار نگرش جزئی و کلی، منطقه ای و کشوری وجود دارد؛ اگر قسمتی از برق کارخانه از محل مصرفی های نو تامین شود این امر به کاهش مصرف انرژی کمک می‌کند، به طور مثال با استفاده از آبگرمکن خورشیدی در زمستان می‌توان نمای آب که حدود ۶ تا ۱۴ درجه است را به ۴۰ تا ۶۰ درجه رساند و سپس وارد بویلر کرد. در این روش شاید آب به نقطه جوش نرسد اما میزان مصرف انرژی گاز بویلر را بطور چشمگیری کاهش می‌دهد.

رضائی اظهار کرد: با افت قیمت پتل‌های خورشیدی در جهان اکنون هرکیلووات تولید برق پتل خورشیدی حدود ۳۰۰ میلیون ریال کاهش خریداری است که درصورت بهره برداری ایده‌آل این پتل‌های خورشیدی، بازگشت سرمایه آن ظرف حدود پنج سال محقق می‌شود.

وی گفت: پتل های خورشیدی در گیلان با زاویه ۳۰ درجه نسبت به افق و رو به جنوب قرار می‌گیرند، چنانچه پتل خورشیدی عمود بر نور خورشید در هوای صاف بدون ابر باشد حدود ۲۰۰ وات برق تولید می‌کند. اما پرتی های رایج (مثل اپرنایک، غبار، زاویه نامناسب نسبت به خورشید) این مقدار را به نصف کاهش می‌دهد. در حالت رایج برای تولید یک کیلووات برق به ۱۰ متر مربع و برای تولید یک مگاوات برق به ۱۰ هزار مترمربع (یک هکتار) مساحت نیاز است. وی هزینه راه اندازی برای تولید هر مگاوات برق خورشیدی را حدود ۳۰۰ میلیارد ریال اعلام کرد و افزود: سرمایه گذاری در انرژی خورشیدی سودآور است و کارخانجات می‌توانند برق تولیدی را در بورس انرژی سبز حداکثر به قیمت ۴۸ هزار ریال بفروشند و یا در تابستان برق واحدهای کلیدی کارخانه را از این طریق تامین کنند.

وی در خصوص نیروگاه خورشیدی که مقرر بود در شمال شهرک‌های صنعتی لوشان احداث شود نیز گفت: زمینی به مساحت ۱۴ هکتار برای احداث این نیروگاه در نظر گرفته شده بود که شرکت شرکهای صنعتی بابت فروش این زمین مبلغی درخواست کرده که بازگشت سرمایه طرح را طولانی تر خواهد کرد و اکنون خرید این زمین به معطلی برای سرمایه گذاران تبدیل شده است. این نیروگاه در صورت راه اندازی قادر به تولید هفت مگاوات برق خواهد بود.

وی در مورد احداث نیروگاه‌های کوچک مقیاس و گازسوز نیز گفت: هزینه خرید این نیروگاه‌ها نزدیک به هزینه نیروگاه خورشیدی است اما سرمایه‌گذار باید هزینه زمین، ابنیه، خط انتقال و دسترسی تا پست برق را پرداخت کند که در اینصورت هزینه هر مگاوت آن تا ۴۵۰ میلیارد ریال افزایش می‌یابد. این نیروگاه‌ها با انعقاد قرارداد خرید تضمینی با برق منطقه‌ای می‌توانند انرژی تولیدی خود را بفروشند.

کارگزار مرکز رشد واحد آموزشی و پژوهشی گیلان - پژوهشگاه نیرو در استانهای گیلان و قزوین تأکید کرد: باتوجه به مشکلاتی که سوخت‌های فسیلی برای گرمایش زمین دارند بهتر است از انرژی های تجدید پذیر استفاده شود. صنایع با مراجعه به پژوهشگاه نیرو می‌توانند از کلاسهای آموزشی ما بهره گرفته و پس از آشنایی با نحوه بهینه سازی مصرف انرژی در صنایع، اقدامات لازم را در این زمینه انجام دهند. پژوهشگاه نیرو در تمام مراحل ارائه طرح به بازار بهینه سازی مصرف انرژی، آب و محیط زیست تا انتهای صرفه جویی مصرف انرژی و مراحل اخذ تسهیلات تبصره ۱۸ می‌تواند صاحبان صنایع را کمک و راهنمایی کند.

اعمال سیاست های محدود کننده برای جبران ناترازی حامل های انرژی اگرچه از سوی دولت ابلاغ شده تا به مشترکین خانگی و مردم آسیب کمتری از این قطعی ها وارد شود و بیشترین خسارت متوجه صنایع بوده که نتیجه آن گرانی کالا در بازار است.

مشکل فرسودگی تاکسی‌های شهری را باید با ایده و راهکارهای نو تدبیر کرد

شود و آلودگی رشت و سایر شهرها کاهش می‌یابد.

نماینده عالی دولت در گیلان با تأکید بر اینکه بهترین خودروها باید برای تردد مردم در سطح شهرها فعال باشد، اضافه کرد: اقشارهای مختلف مردم برای تردد در سطح شهرها از تاکسی استفاده می‌کنند بنابراین باید تاکسی از کیفیت و شرایط خوبی برای جابجایی مردم برخوردار باشند.

وی به حاضران در این نشست سه ماه فرصت داد تا ایده‌های خود در زمینه رفع مشکل فرسودگی ناوگان تاکسیرانی ارائه دهند تا تصمیم نهایی گرفته شود.

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی گیلان نیز در این نشست با بیان اینکه تعاون‌ها یکی از عوامل توسعه کشور هستند، گفت: برای فائق

آمدن بر بسیاری از مشکلات باید به تعاونی ها و ظرفیت های قابل توجه آنها تکیه کرد از اینرو توجه و تقویت آنها اهمیت دارد.

علی لقمانی اظهار کرد: حمایت بسیاری از مسئولان از تعاونی‌ها، کلامی و زبانی است در حالی که انتظار است تعاونی‌ها در عمل حمایت شوند.

وی با بیان اینکه تعاونی‌های فعال در عرصه های مختلف از جمله تعاونی تاکسیرانی با مشکلاتی مواجهند، اضافه کرد: کمبودها و مشکلات به تعاونی‌ها این اجازه را نداده که مستقل از دولت باشند.

وی با اشاره به عضویت ۱۱ هزار نفر در تعاونی‌های تاکسیرانی گیلان بیان کرد: فرسودگی تاکسی‌ها و خودروهای فعال در این تعاونی‌ها از جمله مهمترین مشکلات

تاکسیرانان استان است اگر چه اقداماتی طی سالیهای گذشته برای نوسازی خودروها انجام شده اما خیلی موفق نبوده است.

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی، خواستار همکاری دستگاه‌های ذیربط برای رفع مشکلات تاکسیرانان از جمله فرسودگی خودروها شد.

فرسودگی ناوگان تاکسیرانی، عدم امنیت شغلی، ترافیک، فعالیت خودروهای شخصی مسافربری، زمان بر بودن تعویض کیسول گاز (برای تاکسی‌های ۲ گانه سوز) و تعداد زیاد سرعت گیرها از مهمترین مسائل ودغدغه های مدیران تعاونی‌های تاکسیرانی استان و تاکسیرانان در این نشست بود؛ آنان بر ضرورت نوسازی ناوگان، برخورداری از تسهیلات کم بهره و بیمه تأکید کردند.

خبر

۸۸ درصد مصوبات کار گروه تسهیل گلستان تحقق یافت



مدیرکل صنعت ، معدن و تجارت استان گلستان گفت : از ابتدای سال تا کنون ۸۸ درصد مصوبات کارگروه تسهیل و رفع موانع تولید استان اجرایی شده است .

درویش علی حسن زاده در بیست و پنجمین و بیست و ششمین جلسه کارگروه تسهیل و رفع موانع تولید استان گلستان که با حضور استاندار گلستان برگزار شد اظهار کرد: از ابتدای سال تا کنون ۵۲ جلسه کارگروه تسهیل و رفع موانع تولید در استان تشکیل شد.

وی افزود: در پی تشکیل این تعداد از کارگروه‌ها ۱۰۴ مصوبه به تصویب رسید که ۹۲ مورد آنکه ۸۸ درصد کل مصوبات به شمار می‌آید اجرایی شد.

مدیرکل صنعت، معدن و تجارت استان گلستان گفت: از این تعداد مصوبات تصویب شده اکنون ۱۰ مصوبه نیز در دست اجرا است.

وی با اشاره به اینکه با هدف تحقق فرمان رهبر معظم انقلاب و شعار جهش تولید با مشارکت مردم، جلسات کارگروه تسهیل و رفع موانع تولید استان گلستان به صورت منظم برگزار می‌شود، یادآور شد: امروز در بیست و پنجمین و بیست و ششمین جلسه کارگروه تسهیل و رفع موانع تولید به مشکلات هفت واحد تولیدی گلستان پرداخته می‌شود.

ارسال بیش از ۴۰۰۰ اثر به سومین جشنواره «هنرهای تجسمی ایتار» گلستان



مدیرکل بنیاد شهید امور ایثارگران گلستان از برگزاری سومین جشنواره ملی- منطقه‌ای «هنرهای تجسمی ایتار» در گلستان خبر داد وگفت:تا کنون بیش از چهار هزار اثر به دبیرخانه این جشنواره ارسال شد.

جمال اسدی در گفت‌وگو با خبرنگار مهر اظهار کرد: سومین جشنواره ملی- منطقه‌ای «هنرهای تجسمی ایتار» با حضور استان‌های دیگر چون خراسان رضوی، خراسان جنوبی، خراسان شمالی، گیلان، مازندران و سمنان در گلستان برگزار می‌شود.

وی افزود: این جشنواره در سه بخش دانش‌آموزی در رشته‌های خوشنویسی، نقاشی و عکاسی و بزرگسال و ویژه جامعه ایثارگری در رشته‌های نقاشی، تذهیب، مینیاتور، نقاشی‌خط، نقاشی دیجیتال و نقاشی‌خط دیجیتال، خوشنویسی، عکاسی، گرافیک (طراحی پوستر)، کاریکاتور و مجسمه‌سازی برپا خواهد شد. مدیرکل بنیاد شهید امور ایثارگران گلستان گفت: با توجه به اینکه مهلت ارسال آثار تا ۱۵ آذر بود با تعدیدی که صورت گرفت علاقه مندان می‌توانند تا پایان آذر ماه آثار خود را به دبیرخانه جشنواره ارسال کنند. اسدی اظهار کرد: تا کنون در بخش دانش‌آموزی چهار هزار اثر و در بخش بزرگسالان بیش از ۲۵۰ اثر به دبیرخانه جشنواره ارسال شد.

وی خاطرنشان کرد: سومین جشنواره ملی- منطقه‌ای «هنرهای تجسمی ایتار» با هدف ترویج فرهنگ ایتار و شهادت برگزار می‌شود.

برقراری چتر حمایتی برای کودکان در تعامل وزارت بهداشت با سایر دستگاه‌ها



رئیس آموزش و پرورش استثنایی گفت: تکنولوژی‌های جدید متناسب با نیازها و شرایط دانش آموزان استثنایی باید برای آموزش بهتر این دسته از دانش آموزان در اختیار معلمان و خانواده‌هایشان قرار گیرد.

مراسمی به مناسبت روز جهانی معلولان در برج میلاد برگزار شده بود تا بر اهمیت آموزش و پرورش کودکان و نوجوانان دارای معلولیت تأکید شود.

در این مراسم سالار قاسمی رئیس آموزش و پرورش استثنایی با بیان اینکه جامعه باید بیش از گذشته به آموزش کودکان استثنایی توجه کند؛ گفت: آموزش و پرورش استثنایی در دوره جدید در صدر مسائل آموزش و پرورش قرار گرفته و حتی ساخت مدارس استثنایی هم نسبت به ساخت مدارس عادی اولویت پیدا کرده است.

وی با بیان اینکه جامعه خیرین بیش از پیش در زمینه ساخت مدارس دانش آموزان استثنایی توجه دارند گفت: وزارت آموزش و پرورش توجه به دانش آموزان دارای نیازهای ویژه را در صدر و اولویت برنامه‌های خود قرار داده است. قاسمی با اشاره به نامگذاری یک روز برای افراد دارای معلولیت در کشور گفت: البته دانش آموزان استثنایی مانند دیگر افراد دارای معلولیت نیاز به ترجم ندارند، اگر دستگاه‌های مسئول وظایف خود را به درستی انجام دهند و پای کار دانش آموزان استثنایی باشند؛ این دسته از افراد مشکلی نخواهند داشت.

به عنوان مثال شهرداری‌ها باید اعتباری را برای رایگان شدن ایاب و ذهاب دانش آموزان استثنایی به این امر اختصاص دهند حقیقتاً اگر این بودجه اختصاص یابد تعداد دانش آموزان استثنایی بامانده از تحصیل کاهش پیدا می‌کند. وی با بیان اینکه نباید کاری کنیم که مانع از شکوفایی دانش آموزان استثنایی شویم گفت: محدودیت‌های جسمانی و معلولیت‌ها مانع از شکوفایی استعداد در این کودکان نمی‌شود بلکه این موانع اجتماعی هستند که مانع شکوفایی استعدادها در این کودکان می‌شود.

وی با بیان اینکه ساخت مدرسه برای دانش آموزان اوتیسم توجه به مسائل خاصی را می‌طلبد گفت: ساخت مدارس برای کودکان دارای شرایط خاص مانند ساخت مدارس عادی نیست؛ امروز دانش آموزان اوتیسم مدرسه می‌سازد؛ از این گونه اقدامات در ساخت مدارس باید بیش از پیش رخ دهد.

وی به موضوع آموزش به کمک هوش مصنوعی هم اشاره کرد و گفت: تکنولوژی‌های جدید متناسب با نیازها و شرایط دانش آموزان استثنایی باید برای آموزش بهتر این دسته از دانش آموزان در اختیار معلمان و خانواده‌هایشان قرار گیرد، البته تکنولوژی‌های نوین آموزشی به هر حال نمی‌تواند جای معلم را بگیرد اما در آموزش مؤثر خواهد بود.

برنامه‌بهریستی برای حمایت از «کودکان کار»

اعانه دادن مبتنی بر نظریه کمبود عبور کرده و به نظریه دارایی‌مبنا برسیم، چراکه همه افراد دارای توانایی‌هایی هستند که با استفاده از آنها، می‌توان این کودکان را توانمند کنیم زیرا توانمندسازی بدون توجه به داشته‌ها نمی‌تواند به سرانجام برسد.

رئیس سازمان بهزیستی با تأکید بر اینکه مهارت‌آموزی در دوره پیشا رهسپاری از اهمیت بسیاری برخوردار است، اعلام کرد که مددجویان باید در هنگام رهسپاری یک مهارت

سیدجواد حسینی در گفت‌وگو با ایسنا، استراتژی بهزیستی را در این زمینه با رویکرد اجتماع‌محور، محله‌محور، خانواده کانون، دانش‌بنیان، مشارکتی و تجربه‌گرا عنوان و اظهار کرد: به طور کلی برای حمایت از کودکان کار باید سه مرحله شامل «پیشا رهسپاری»، «رهسپاری» و «پسارّهسپاری» طی شود و برای این کار باید از سه ایستگاه شناسایی، غربالگری و توانمندسازی عبور کنیم.

وی ادامه داد: در بهزیستی باید از اعانه‌گیری و

بر اساس استعداد و علاقه خودشان و استعداد محل زندگی بیاموزند.

وی در این راستا به اجرای طرح مهارت‌آموزی به مددجویان ۱۴ تا ۱۸ سال پرداخت و گفت: از این پس نباید شاهد آن باشیم که نوجوانی در ۱۸ سالگی بدون یک مهارت کاربردی مبتنی بر

استعداد خود و محل زندگی و علاقه‌اش رهسپار شود. در حین رهسپاری نیز باید اقدامات به صورت کافی انجام شود.

حسینی با بیان اینکه باید جهت



یک هفته فاطمه با چالش مواجه شده است. دختری که تا قبل از این در خانه ای زندگی میکرد که صبحانه و نهار و شام برایش فراهم بود و دغدغه کار خانه را نداشت اما اکنون باید برنامه ریزی جامعی داشته باشد تا بتواند، رسیدگی به دروس، کارهای عملی زیاد رشته گرافیک و کار منزل، غذا درست کردن و زندگی متاهلی را مدیریت کند و این خود چالش بزرگی است برای یک دختر ۱۹ ساله.

امید به تازگی در رشته پزشکی در دانشگاه کرمان قبول شده است. امیدی که در خانه دست به سیاه و سفید نمیزد و آنقدر سرش در کتاب بود و مشغول درس خواندن، که حتی یکبار هم نان نخریده بود. حالا باید روی پای خودش بایستد در خوابگاه با چندین نفر هم اتاق شود، غذا بپزد، ظرف بشورد، رخت بشورد و خرید کند.

مهرباب سال سوم رشته روانشناسی است و فرزند اول خود را باردار است. چالش بزرگ او از همین دوران بارداری آغاز شده و پس از تولد فرزندش چندین برابر میشود. او باید در کنار

مراقبت از خود و فرزندش به درسها رسیدگی کند و کارهای منزل را نیز انجام دهد. مهرباب به راستی توان مقابله با این چالش را به تنهایی ندارد و نیاز به یک همسر، مادر و یا دوست همراه دارد.

ماهان یک ماه پس از تولد فرزندش در پایه دکتر در شهر دیگری قبول شد برای او خیلی مشکل است که زن و فرزندش را رها کند و در شهر دیگری اسکان داشته باشد.

سمانه ۱۳ سال پس از ازدواج با وجود اینکه مادر دو فرزند است در کنکور شرکت کرد و در رشته ادبیات فارسی پذیرفته شد. او با توجه به عدم همکاری همسرش و دور بودن خانواده اش برای نگهداری از فرزندانش با چالش مواجه است.

دیدگاه دانشجوی مهمترین راه حل غلبه بر چالشها دکتر مریم هاشمی سبک زندگی و دیدگاه دانشجوی به مشکلات را مهمترین چیرگی بر مشکلات دانست و گفت: برخی از دانشجویان هنگام مواجه با مشکلات شروع به گله و شکایت و یا به اصطلاح غر زدن میکنند و مدام عنوان میکنند که ادامه تحصیل در این شرایط سخت است و من از پیش بر نمی آیم. اما برخی دیگر مسائل این چنینی را نه به عنوان یک مشکل، بلکه به عنوان یک چالش می‌دانند و به خود یادآوری میکنند که اکنون باید حل مسئله کنم و مسئولیتم خیلی بیشتر می‌شود و باید برنامه ریزی های بیشتری انجام دهم. گذر این افراد از این دوران سخت و اتمام تحصیلیشان باعث میشود که در آینده برنامه ریزی بهتر و

مهارت‌آموزی به این کودکان آموزش‌هایی ارائه شود، افزود: در حال حاضر نیز تعداد کودکان کار در استان تهران کم است و اکنون بهزیستی استان تهران نیز به مردم اعلام کرده است که اگر کودک کاری مشاهده شد آن را به بهزیستی گزارش دهند.

رئیس سازمان بهزیستی کشور با تأکید بر اینکه باید برای کودکان کار توانمندسازی و مهارت‌آموزی انجام شود، گفت: در حال حاضر با سازمان فنی و حرفه‌ای وارد رایزنی شده‌ایم



تا این کودکان مهارت کسب کنند. پس از این مرحله فرصت‌های شغلی نیز برای آنها ایجاد می‌کنیم.

حسینی در خصوص کودکان کار نیز گفت: با اقدامات انجام شده تعدادشان به شدت کاهش یافته است. بهزیستی با ۶۵۰ مرکز شبه خانواده کودکان کار را ساماندهی و توانمند می‌کند و مهارت می‌آموزد.

فرصتهایی سر برافراشته از دامن چالشهای دانشجویی

اتاقی دارد و باید همه کارهای خود را خودش انجام دهد. وقتی در خانه خودش بوده اتاقش هیچ نظم و ترتیبی نداشته اما الان باید از صبح که بیدار میشود اول رختخواب خودش را مرتب کن، ابتدا باید یاد بگیرد دیگه لباسهایش را این ور و آنور پرت نکند و یکی یکی سر جای خودش بگذارد و در طول روز با تقسیم بندی زمانی که دارد کارهای خود را انجام دهد.

یا مثلاً فرد متاهل و بچه داری که دانشگاه قبول شده و یا در شرف ازدواج است، باید کارهای خود را اهم و مهم کند همیشه در زندگی مشترک بگوییم من درس دارم نمیتوانم غذا درست کنم. باید زمان را تقسیم کند. شده یک ساعت زودتر بیدار شده و یا غذای ساده‌تری را برای درست کردن انتخاب کند باید تلاش کند به تمام کارهای خود برسد. اولویت بندی یعنی چی! یعنی الان اولویت بین درس بچه و پروژه خودم و غذا درست کردن کدام مهم تر است.

غرغ زدن در دوران دانشجویی ممنوع فرد دانشجویی که همزمان با تحصیل با چالشهای مختلفی مواجه است باید بداند، که این انتخاب خود او است و غرغر کردن کار اشتباهی است. این چالشها، فاجعه نیست یک دگرگونی مثبت است و او باید روی افکار خودم کار کرده و با آدمهای درست و مثبت معاشرت کند و بر مبنای برنامه ریزی کارهای خودم را انجام داده و جلو برود.

تاب آوری بیشتری در برابر مسائل داشته باشند. این استاد دانشگاه درس خواندن و ادامه تحصیل با وجود مشکلات را کار مشکلی ندانست و ادامه داد: درس خواندن و ادامه تحصیل دادن به این معنی نیست که چون طرف باردار، خانه دار، داخل خوابگاهه و... کار مشکلیه این بستگی به دیدگاه و سبک زندگی او دارد. اینگونه مسائل در زندگی مشکل نیست بلکه یک دگرگونی است. اگر فرد بخواهد به این مسائل به عنوان یک مشکل نگاه کند باید مدام کاسه چه کنم چه کنم دست بگیرد و مدام دیگران را درگیر مشکلات خود کند.

انگیزه و برنامه ریزی راه دوم غلبه بر مشکلات هاشمی معتقد است: انگیزه و برنامه ریزی در کنار دگرگونی و چالش دانستن چنین مسائلی موجب میشود راحت‌تر آنها را حل کرده و از آنها عبور کنید. چنانچه اینگونه رفتار کنید در طی زمان وقتی این مسائل را حل میکنید، با دیگران مشورت کرده و با افراد مثبت نشست و برخاست میکنید در تمام امورات خود راحت‌تر و سریعتر پیش می‌روید. درست است که داشتن یک همراه و یک همسر همدل از نظر عاطفی و روانی که کمک باشد در این راه بسیار مؤثر است، اما نگاه فرد از اهمیت بیشتری برخوردار است.

غلبه بر مشکلات را گام به گام انجام دهید این روانشناس غلبه بر چالشهای پیش رو در دوران دانشجویی را گام به گام دانست و گفت: فرد باید در مرحله اول با گامهای کوچک شروع کند، برای مثال فردی که در خانه عادت نداشته دست به سیاه و سفید بزند و الان در خوابگاه هم

میان همسایگان تقویت می‌کند. همچنین، در صورتی که مشکلی در استفاده از فضاها پیش آید، می‌توان از یک مدیر یا نماینده برای نظارت و پیگیری استفاده کرد.

چالش سوم: پرداخت هزینه‌های مشترک پرداخت هزینه‌های مشترک همیشه یک چالش رایج در آپارتمان‌ها بوده است. هنگامی که برخی از ساکنان نسبت به پرداخت هزینه‌ها تعلل می‌کنند، این موضوع می‌تواند به مشکلات مالی جدی برای مجتمع تبدیل شود. به طور مثال، اگر هزینه‌های نگهداری، تعمیرات یا نظافت به تأخیر بیفتد، ممکن است کیفیت زندگی در ساختمان تحت تأثیر قرار گیرد.

چالش چهارم: مشکلات در نگهداری از حیوانات خانگی یکی از چالش‌های رایج در مجتمع‌های مسکونی، مشکلات ناشی از نگهداری حیوانات خانگی است. سر و صدا، بوی ناخوشایند و ناهماهنگی در رفتارهای حیوانات ممکن است باعث ناراضیاتی همسایگان شود. این در حالی است که نگهداری از حیوانات خانگی می‌تواند بر کیفیت زندگی برخی افراد تأثیرات مثبتی

توافقات درباره زمان‌های سکوت می‌تواند به شکل مؤثری از بروز این مشکل جلوگیری کند. چالش دوم: عدم هماهنگی در استفاده از فضاهای مشترک

فضاهای مشترک مانند حیاط، سالن اجتماعات یا پارکینگ، ممکن است به محلی برای درگیری و نزاع‌حتی تبدیل شوند. به عنوان مثال، در صورتی که یک ساکن برای مدت طولانی فضای پارکینگ را اشغال کند یا در سالن اجتماعات، تعداد بیشتری از افراد از زمان تعیین‌شده استفاده کنند، احساس بی‌عدالتی در میان دیگر ساکنان به وجود می‌آید. این مسأله ممکن است به ایجاد تنش‌های اجتماعی و احساس ناراضیاتی عمومی منجر شود.

برای حل این مشکل، یکی از راه‌حل‌های مؤثر می‌تواند ایجاد یک سیستم رزرو آنلاین برای فضاهای مشترک باشد. به این صورت که ساکنان بتوانند زمان‌های مشخصی را برای استفاده از این فضاها رزرو کنند، تا از هرگونه سوءتفاهم و استفاده بیش از حد جلوگیری شود. این سیستم علاوه بر مدیریت بهتر، شفافیت بیشتری را ایجاد می‌کند و حس عدالت را در

چالش‌های روزمره آپارتمان‌نشینی

چالش اول: سر و صدای مزاحم

یکی از بزرگ‌ترین چالش‌ها در زندگی آپارتمانی، سر و صدای مزاحم است که می‌تواند از فعالیت‌های ساده‌ای مانند صحبت کردن، راه رفتن یا حتی جارو کردن ناشی شود. این سر و صداها، به خصوص در ساعات استراحت، می‌تواند به یک معضل تبدیل شود. برای مثال، صدای تلویزیون در واحد کناری می‌تواند مانع خواب شبانه یا تمرکز در ساعات روز شود.

این مشکل در آپارتمان‌ها فقط به یک نارضایتی ساده ختم نمی‌شود بلکه می‌تواند به تنش‌های جدی و روابط غیر دوستانه بین ساکنان تبدیل شود.

با این حال، راه‌حل‌های متعددی برای مدیریت این مشکل وجود دارد. در ابتدا، یادآوری این که هر فرد حق دارد در فضایی آرام و بدون مزاحمت استراحت کند، می‌تواند به همسایگان کمک کند تا درک متقابل پیدا کنند. برای برخی، حفظ سکوت در شب یا ساعات استراحت از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. بنابراین، برگزاری جلسات ماهانه با همسایگان برای مطرح کردن دغدغه‌ها و ایجاد

مشکلات رایج آپارتمان‌نشینی، مانند سر و صدا و استفاده از فضاها، مشترک، می‌توانند زندگی را دشوار کنند. در این گزارش، به روش‌هایی برای مدیریت این چالش‌ها و ارتقای کیفیت زندگی در مجتمع‌های مسکونی می‌پردازیم.

گروه اپرنا زندگی- زندگی در مجتمع‌های مسکونی به نوعی چالش روزمره است که در آن افراد با فرهنگ‌ها و سبک‌های زندگی متفاوت در یک فضا کنار هم زندگی می‌کنند. در این فضاها، مشترک، هر تصمیم کوچک می‌تواند تأثیر بزرگی بر زندگی دیگران بگذارد. از سر و صدای تلویزیون گرفته تا نحوه استفاده از فضاهای مشترک؛ زندگی در آپارتمان‌ها گاهی به یک معمای پیچیده تبدیل می‌شود که نیاز به مدیریت هوشمندانه و تعاملات متقابل دارد. این چالش‌ها اگر به درستی شناسایی و حل نشوند، می‌توانند زندگی آرام را به استرس و تنش تبدیل کنند. اما با تغییر نگرش و توجه به نکات ظریف این فضاها، مشترک، می‌توان به هم‌زیستی سازنده و هماهنگ دست یافت. در ادامه، به بررسی مهم‌ترین چالش‌های آپارتمان‌نشینی و نحوه مدیریت آن‌ها پرداخته‌ایم.

گزارش



این زن عمر خود را صرف موسیقی نواحی ایران کرد!

آیین نکوداشت منصوره ثابت‌زاده (پژوهشگر ایرانی در حوزه ادبیات و موسیقی و رقص و بازی‌های آیینی اقوام ایرانی) با حضور افرادی از جمله نظام‌الدین زاهدی (سفیر کشور تاجیکستان)، حمیدرضا نوربخش (مدیرعامل خانه موسیقی)، هوشنگ جاوید (پژوهشگر موسیقی)، قطبالدین صادقی(کارگردان)، سعید صدق‌گوی ثابت (پژوهشگر موسیقی)، فاضل جمشیدی (خواننده)، امیرحسین سمیعی (مدیر دفتر موسیقی)، میلاد عرفان‌پور (شاعر)، سعید جعفرزاده (خواننده پرواز همای)، میرعلیرضا میرعلی‌نقی (منتقد موسیقی)، عباس سجادی (شاعر)، احمد رمضی (مدیر موسیقی حوزه هنری) و ... در حوزه هنری برگزار شد.

افتخار می‌کنیم که منصوره ثابت‌زاده محقق موسیقی تاجیک است

در ابتدای این برنامه نظام‌الدین زاهدی، سفیر تاجیکستان گفت: بزرگان موسیقی را زبان جهانی بشر نامیدند. زمانی که کلمات به کار گرفته نمی‌شوند یا به کار نمی‌آیند موسیقی به کار می‌آید و احساسات درونی ما را بیان می‌کند. موسیقی عامل پیوند مردم جهان است و شما خودتان هم شاهد هستید که هنرمندانی هستند که بر یمن نبوغ و استعداد خود بر تشویق روابط فرهنگی و ترغیب مردم جهان کاری را انجام می‌دهند که وزارت خانه‌ها و نهادهایی که کارشان تقویت ارتباط فرهنگی است، نمی‌توانند انجام دهند.

او ادامه داد: مردم تاجیک اهل سرود موسیقی و آوازخوانی هستند و ما در تاجیکستان انواع موسیقی محلی را داریم؛ مانند موسیقی ۶ مقام که مظهر هستی و معنویت مردم تاجیک است که مردم ما در لحظه‌های شادی و سرور و غم خود با موسیقی و سرود به سر می‌برند. در تاجیکستان آوازخوان‌ها،

بیابان به آن بیابان و از این روستا به آن روستا به دنبال اساتیدی بودند که نامشان هم به وحشت برده می‌شد. باید به یاد بیاوریم که چه عشقی بدون هیچ کمکی و پشتوانه‌ای باعث شد به دنبال این اساتید برود که آنها و موسیقی‌شان را ثبت کنند. او جوانی و انرژی خود را گذاشت تا این مجموعه‌ها را تهیه کند.

کسی به ما کمک نمی‌کند مگر خودمان!

فاضل جمشیدی هم گفت: ما طایفه‌ای هستیم که علیرغم وجود بسیاری از بزرگان کسی به کمک ما نخواهد آمد جز خودمان. از ناواها گرفته تا نجارها همه صنف و اتحادیه دارند ولی موسیقیدان‌ها امروز به نهادهای صنفی بی‌توجه هستند. راهی وجود ندارد هر صنفی باید خود را نجات دهد. امروز موسیقی پاپ سبب فرهنگی خانوار را گرفته است و وقتی یک خانواده به کنسرت پاپ می‌رود، دیگر پولی برای کنست‌های دیگر برای آنها نمی‌ماند. اگر ما شمع خود را برافروزیم، انتظار هم نداریم موسیقی اصیل ایرانی همه کشور را در دست بگیرد ولی امیدواریم که بتوانیم کاری کنیم.

کاری کرد که مردان هم جرئت را نداشتند هوشنگ جلوید نیز در سخنانی درباره ثابت‌زاده و موسیقی نواحی گفت: حوزه هنری مرکز موسیقی مقامی ایران بود و هر چه موسیقی مقامی بخواهید پیدا کنید در گنجینه‌ی اینجاست، البته اگر به فنا نداده باشند. زمانی تلاش کردیم به نوعی موسیقی نواحی را به ثبت برسانیم و منصوره در راهی قدم گذاشت که ما از آن می‌ترسیدیم؛ یعنی به دنبال رقص‌ها رفت. اصلا چه کسی جرئت می‌کرد، بگوید رقص! حساب کنید یک زن در روستاها و جاده‌هایی که درست نشده بود و ما هم می‌ترسیدیم برویم، گاهی با چهار پا و پیاده می‌رفت که حتی گاهی

بد پا او برخورد می‌کردند. حال حساب کنید منصوره یک زنی بود که به روستاها به دنبال رقص و ساز و آواز می‌رفت. برای من منصوره ثابت‌زاده یک شخصیت همیشه متعجب است. بسیار انسان کوشا و فعالی است و تا ته یک ماجرا می‌رود. او به دنبال فرهنگی رفت که باید می‌رفت.

او ادامه داد: موسیقی نواحی دارد جان می‌کند. کجایید؟ کاری کنید؟ همین‌هایی که مانده‌اند را توجه کنید. فرزندان آن اساتید کجا هستند؟ چقدر آنها را حمایت کرده‌اید؟ کدام سالن را می‌توانید در اختیار آنها قرار دهید؟ به من پول توجیبی هم داد تا به مسیر درست بروم

پرواز همای نیز که از شاگردان این پژوهشگر بوده، در ادامه مراسم در سخنانی گفت: سال ۷۹ وقتی یک جوان ۱۸ ساله بودم، تازه به تهران آمدم و در دانشکده هر شب وقتی داشجوها می‌رفتند، تمرین آواز می‌کردم. ایشان آواز من را می‌شنید و یک روز داخل کلاس آمد و گفت اینجا چه می‌کنی؟ گفتم تمرین آواز می‌کنم. گفت پاشو بیا بیینم. رفتم دیدم شاگردان دیگری هم در کلاس هستند. گفت: از کجا آمدی؟ گفتم: گیلان؛ گفت: تو یک بوی دهاتی در صدایت داری و اگر بخواهی دنبال استاد شجریان بروی به جایی نمی‌رسی. با همان تفکر دهاتی و صدای دهاتی خود بخوان موفق می‌شوی.

او ادامه داد: پس از این ماجرا ایشان من را نزد بزرگان بسیاری برد و حتی پول تو جیبی هم به من می‌داد که در مسیر درست حرکت کنم.

این زن رقص‌های ایرانی را به صورت علمی گردآوری کرد

قطبالدین صادقی هم از دیگر سخنران‌های این برنامه بود و در سخنانی

گفت: دو هنر در ایران مظلوم است؛ موسیقی و رقص! موسیقی بخاطر چیزی که همه به آن احترام می‌گذارند و به عنوان ردیف از آن نام برده می‌شود، در بین مردم آشنا است که زمانی در محافل مردان در زمان قاجار نواخته می‌شد.

او ادامه داد: بخش عظیمی از موسیقی ایران موسیقی نواحی است که کسی آن را نمی‌شناسد. آن بخش بزرگ موسیقی ایران است نه آن ردیف تزئیناتی مجالس قاجار. هنر مظلوم دیگر ایران رقص‌های ملی ایرانی است. آنچه امروز در گرد هم‌آیی‌ها، مجالس‌ها و عروسی‌ها انجام می‌شود رقص ایرانی نیست بلکه ما به آن نیناش ناش می‌گوییم. زمانی روسپی‌ها برای نظامیان که جنبه جنسی دارد ولی رقص ایرانی جنسی نیست، از کردستان بگیر تا سیستان و بلوچستان، این ستم بزرگی است که در حق رقص ملی ایرانی شده است.

این هنرمند تصریح کرد: به عشق نیاز بود تا این‌ها با چهارچوب و تعریف جمع و ثبت شوند. اینها به سرعت در حال فراموشی و نابودی هستند و باید آنها را حفظ کرد. نگذاریم از بین برود، کار ما تنها پاسداری نیست تلاوم آن هم هست. باید تولید براساس آنها داشته باشیم و مداومت داشته باشیم. نباید بگذاریم قطع شود. هر بلایی سر ما آمده از این قطع‌ها است. مداومت از تولید هم مهم‌تر است. منصوره کسی است که بخاطر عشقی که داشت سال‌ها با پول خود سفر کرده و این رقص‌ها را به صورت علمی جمع کرد که مایه فخر و سربلندی است.

فرانسه، بلکه در سطح بین‌المللی دارد. این جایزه اغلب به آثاری داده می‌شود که از نظر ادبی نوآورانه و از لحاظ محتوایی عمیق و تاثیر گذار هستند. اهمیت این جایزه در این است که می‌تواند یک نویسنده را از گمنامی به شهرت برساند و فروش کتاب برنده را به طرز چشمگیری افزایش دهد. با این حال، گنگور تنها به نویسنده‌ای تعلق می‌گیرد که پیش‌تر این جایزه را نبرده باشد. این محدودیت به نوعی تلاش برای تنوع‌بخشی به ادبیات، کشف صدا‌های جدید و جلوگیری از انحصار است؛ بدین ترتیب به نویسندگان دیگر هم این فرصت داده می‌شود و تنوع در ادبیات حفظ می‌شود.

کتاب «مراقبش باش» اثر ژان بپتیست آندره‌آ با ترجمه ترگس کریمی، در قطع رقعی، جلد شومیز، در ۳۷۷ صفحه در سال ۱۴۰۳ در نشر رایبد منتشر شد.

۵

شنبه • ۲۴ آذر ۱۴۰۳

خبر

آشنایی محققان و اندیشمندان

سنت پترزبورگ با هنر مر قع کاری ایرانی

به مناسبت بیستمین سالگرد خواهرخواندگی اصفهان و سنت‌پترزبورگ و با همکاری استانداری پترزبورگ و رایزنی فرهنگی جمهوری اسلامی ایران در فدراسیون روسیه، نشست «آشنایی با مرقمات ایرانی سنت پترزبورگ» در انستیتو نسخ خطی آکادمی علوم روسیه در سنت پترزبورگ برگزار شد.

به گزارش ایسنا، در این مراسم که با حضور ایرینا پاپوا، رئیس انستیتو نسخ خطی آکادمی علوم روسیه، مسعود احمدوند رایزن فرهنگی جمهوری اسلامی ایران در فدراسیون روسیه، دیمیتری آپلسنین رئیس همکاری‌های منطقه‌ای و نمایندگان کمیته روابط خارجی استانداری سنت‌پترزبورگ و برخی از دانشجویان دوره دکتری ایران‌شناسی همراه بود، احمدوند ضمن ارائه توضیحاتی درباره تاریخ کهن این دو شهر اظهار کرد: از دیرباز سنت‌پترزبورگ و اصفهان به عنوان دو شهر تمدنی و فرهنگی که پایتخت‌های سیاسی نیز بودند، مطرح هستند؛ به طوری که اکنون هرگاه به پایتخت فرهنگی روسیه اشاره شود سنت‌پترزبورگ تداعی می‌شود، همچنین درباره پایتخت فرهنگی ایران نیز، اصفهان برای همگان شناخته شده است.

وی سپس ضمن ارائه مطالبی درباره مکتب اصفهان جهت معرفی چگونگی نوازیی و اوج‌گیری فعالیت‌های مختلف فلسفی، هنری و معماری، افراد موثر و آثار بی‌بدیل خلق شده طی آن در طول سده ۱۷ و اوایل ۱۸ میلادی (۱۰ و ۱۱ هجری قمری) در اصفهان در زمان صفویان را نقطه عطفی در تاریخ ایران دانست. رایزن فرهنگی کشورمان گفت: طی سال‌های گذشته دولت سنت‌پترزبورگ و انستیتو نسخ خطی فعالیت‌های خوبی با استان اصفهان در برگزاری رویدادهای مشترک داشته‌اند از این رو امیدواریم در سال پیش روی میلادی، هفته فرهنگی دو شهر خواهر در سنت‌پترزبورگ و اصفهان برگزار شود و آمادگی خود را برای حمایت همه جانبه از فعالیت‌ها اعلام می‌کنیم.

ایرینا پاپوا طی سخنانی ضمن ابراز خرسندی از روابط و تعاملات مثبت در حوزه‌های مختلف با رایزنی فرهنگی سفارت جمهوری اسلامی ایران عنوان کرد: ما در گذشته بخش میراث مکتوب اسلام و ایران را با همکاری سال پیش رو در همکاری با ایران در نظر گرفته‌ایم که منجر به ارتباطات بیشتر اهالی حوزه فرهنگ و هنر از ایران و روسیه خواهد شد. دیمیتری آپلسنین رئیس همکاری‌های منطقه‌ای و نمایندگان کمیته روابط خارجی دولت سنت‌پترزبورگ نیز ضمن قرائت پیام معاون بین‌الملل استانداری پترزبورگ درباره برخی برنامه‌ریزی‌ها جهت توسعه روابط فرهنگی با کشورهای دوست، سخن گفت و از آن به عنوان بخشی که در سال آینده مورد توجه جدی در روسیه خواهد بود نام برد.

«مرقمات سنت پترزبورگ» مجموعهٔ منحصr به فرد و شامل ۹۴ اثر مینیاتور از مکتب اصفهان و نمونه‌هایی از خوشنویسی ایرانی مربوط به دوران صفویه است. اهمیت این مجموعه در آن است که کاملاً به شکل اولیه حفظ شده و در جهان تنها دو مجموعه مشابه وجود دارد که از نظر حجم و اهمیت قابل قیاس با این مجموعه است. مجموعه «مرقع سنت پترزبورگ» در سال ۱۹۰۸ میلادی (۱۲۸۷ خورشیدی) در تهران از کتابخانه سلطنتی ایران برای نیکلای دوم روسیه خریداری شد. بخشی از این مرقمات ثبت شده در حافظه جهانی، آثار خوشنویسی میرعماد قزوینی از مشهورترین خوشنویسان ایران است.

هشدار نسبت به تقلب در عرضه گیاه سداب در عطاری‌ها



مدیر کل فرآورده‌های طبیعی، سنتنی و گیاهی سازمان غذا و دارو از کشف مواردی از تقلب در عرضه گیاه سداب خبر داد. به گزارش خبرگزاری مهر، علیرضا رستمی مدیرکل فرآورده‌های طبیعی، سنتنی و گیاهی سازمان غذا و دارو با اشاره به گزارش‌های واصله بیان کرد: مشاهده شده است که در برخی عطاری‌ها گیاه فرقیون (Euphorbia sp) به‌عنوان گیاه سداب (Ruta graveolens L) عرضه می‌شود. این اقدام غیرقانونی و غیر اخلاقی نه تنها اعتماد عمومی را خدشه‌دار می‌کند، بلکه ممکن است سلامت مصرف‌کنندگان را نیز به خطر بیندازد.

وی درباره مشخصات این گیاهان افزود: گیاه سداب با برگ‌های چهارگوش و دانه‌های سیاه و نیمه‌دارای میک شناخته می‌شود، در حالی که گیاه فرقیون فاقد این ویژگی‌ها بوده و مصرف ناآگاهانه آن به‌عنوان سداب می‌تواند منجر به عوارض جدی شود. به همین دلیل، اقدامات لازم برای اطلاع‌رسانی و پیشگیری از این تخلف در سطح کشور آغاز شده است.

رستمی همچنین تأکید کرد: عطاری‌ها باید از عرضه فرآورده‌های گیاهی به صورت فرآوری‌نشده (پودر نشده) خودداری کنند و با رعایت دقیق اصول بهداشتی و شناسایی صحیح گیاهان دارویی، در جهت حفظ سلامت جامعه گام بردارند. در این راستا، سند علمی مرتبط با این موضوع و مشخصات شناسایی این گیاهان برای تمامی مراکز مرتبط ارسال شده است.

وی در پایان خاطرنشان کرد: این اقدام در چارچوب حمایت از حقوق مصرف‌کنندگان و ارتقای ایمنی استفاده از گیاهان دارویی صورت گرفته است و دانشگاه‌ها و دانشکده‌های علوم پزشکی سراسر کشور نیز موظفانند نظارت خود را در این زمینه افزایش دهند.

بنابراین گزارش، گیاه سداب (Ruta graveolens) و گیاه فرقیون (Euphorbia sp) هر دو دارای خواص دارویی متعددی هستند. سداب با ویژگی‌های ضد میکروبی، ضد التهاب، کمک به هضم غذا، تنظیم قاعدگی و آرام‌بخشی برای استرس شناخته می‌شود. این گیاه به‌عنوان مسکن طبیعی برای دردهای مفصلی و عضلانی نیز مورد استفاده قرار می‌گیرد. از سوی دیگر، گیاه فرقیون با خواص ضد عفونت، درمان مشکلات پوستی، محرک رشد مو و تسکین دردهای عضلانی کاربرد دارد. همچنین برخی گونه‌های فرقیون به‌عنوان پادزهر برای مقابله با مسمومیت‌ها استفاده می‌شوند. با این حال، به دلیل سمی بودن برخی از گونه‌های فرقیون، مصرف آن باید تحت نظر پزشک انجام شود.

جزئیات پوشش جدید بیمه‌ای

برای خدمات طب ایرانی

مدیر کل طب ایرانی و مکمل‌های وزارت بهداشت در خصوص تعرفه‌های خدمات طب سنتی مطرح کرد: تعرفه‌های خدمات طب سنتی به‌صورت مشخص و شفاف برای این دو گروه تعیین شده است: ۱. پزشکان عمومی: تعرفه ویزیت این پزشکان بر اساس تعرفه‌های مصوب پزشکان عمومی است.

۲. پزشکان متخصص طب سنتی: تعرفه ویزیت این متخصصان که دارای مدرک دکترای تخصصی (PhD) هستند، مطابق با تعرفه‌های ویزیت دولتی و خصوصی سایر رشته‌های تخصصی پزشکی تعیین و اعلام می‌شود.

پوشش بیمه‌ای خدمات طب ایرانی حسینی یکتا در مورد اینکه چقدر از خدمات طب سنتی را بیمه‌ها پوشش می‌دهند اعلام کرد: خدمات طب ایرانی بیش از پیش تحت پوشش بیمه‌ها قرار گرفته است. در حال حاضر ویزیت متخصصین طب ایرانی تحت پوشش بیمه‌ها قرار گرفته است. در سال ۱۴۰۳، سه خدمت دیگر از طب ایرانی که از خدمات پرتکرار و دارای استاندارد اعلام شده هستند نیز مشمول بیمه می‌شوند. این اقدام گامی مهم در راستای دسترسی بیشتر مردم به خدمات طب ایرانی و کاهش هزینه‌های درمانی است. این خدمات شامل روش‌های درمانی مؤثر و تاییدشده‌ای است که می‌تواند به بهبود سلامت عمومی جامعه کمک کند.

افزایش پوشش بیمه‌ای خدمات طب ایرانی در دستور کار وزارت بهداشت مدیرکل طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت، از تلاش برای افزایش پوشش بیمه‌ای خدمات طب ایرانی خبر داد. وی اعلام کرد: که بیمه‌ها با هدف کاهش هزینه‌های پرداختی از جیب مردم، خدمات درمانی را تحت پوشش قرار می‌دهند.تا این مرحله، خدمات تحت پوشش بیمه بر اساس مطالعات هزینه‌آزبخشی و مستندات علمی بررسی و در شورای عالی بیمه تصویب شده‌اند. در حال حاضر، مستندات جدیدی برای سایر خدمات در حال تهیه است و این اقدامات در مسیر کارشناسی خود در شورای عالی بیمه دنبال می‌شود. امیدواریم که در آینده خدمات بیشتری از طب ایرانی و مکمل تحت پوشش بیمه قرار گیرد. لزوم برنامه‌ریزی برای قیمت‌گذاری داروهای گیاهی

وی درباره وضعیت قیمت‌گذاری داروهای گیاهی و گیاهان دارویی گفت: داروهای گیاهی به دو دسته تقسیم می‌شوند؛ دسته اول شامل داروهایی است که مجوز سازمان غذا و دارو دارند و قیمت‌گذاری آن‌ها تحت نظارت این سازمان انجام می‌شود. این داروها معمولاً قیمت‌های معقولی دارند و ۵۶ قلم از آن‌ها تحت پوشش بیمه قرار گرفته‌اند. حسینی یکتا در توضیح دسته دوم افزود: برخی داروهای گیاهی بدون مجوز سازمان

غذا و دارو عرضه می‌شوند و به همین دلیل، قیمت‌گذاری مشخص و نظارتی بر آن‌ها صورت نگرفته است. این داروها ممکن است با قیمت‌های متغیری در بازار ارائه شوند، هرچند که در نظر عموم مردم تمام این محصولات به عنوان داروهای گیاهی شناخته می‌شوند. مواردی مانند گل گاوزبان که به صورت مفرد استفاده می‌شوند، تعرفه خاصی ندارند و قیمت‌گذاری آن‌ها به صورت کلی در بازار انجام می‌شود. اما زمانی که یک فرآوری روی این گیاهان انجام شده و محصولاتی با فرمول مشخص تحت عنوان فرآورده‌های طبیعی یا سنتنی تولید می‌شوند، این محصولات تحت دسته‌بندی داروهای گیاهی قرار گرفته و نیازمند نظارت و قیمت‌گذاری دقیق هستند. مدیرکل طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت با اشاره به ضرورت سیاست‌گذاری در این حوزه گفت: برنامه‌ریزی جدی برای ساماندهی قیمت‌گذاری ضروری است و باید روند قیمت‌گذاری به نحوی باشد که تولیدکنندگان داروهای گیاهی به سمت دریافت مجوز از سازمان غذا و دارو هدایت شوند. همچنین، کنترل بازار و حمایت از تولیدکنندگان مجوز دار می‌تواند به بهبود وضعیت قیمت و دسترسی عادلانه‌تر به این محصولات در جامعه کمک کند.

پیشنهادهای جدید برای ساماندهی عطاری‌ها در دستور کار وزارت بهداشت



وی با تأکید بر ضرورت ساماندهی عطاری‌ها، پیشنهادت خود را به وزیر بهداشت ارائه داد. وی با اشاره به اهمیت این صنف در ارائه خدمات مرتبط با درمان و سلامت، اعلام کرد: این موضوع همواره یکی از دغدغه‌های اصلی دولت‌ها بوده است.عطاری‌ها در حال حاضر با پیچیدگی‌های نظارتی روبرو هستند؛ مجوز فعالیت آنها از سوی وزارت صنعت، معدن و تجارت (صمت) صادر می‌شود، اما نظارت بر عملکرد آنها بر عهده وزارت بهداشت و سازمان غذا و دارو است. این روند باعث شده تا در برخی موارد شکایت‌ها یا نظارت‌های بهداشتی با چالش‌هایی همراه باشد.

حسینی یکتا افزود: با توجه به افزایش تقاضا برای خدمات عطاری‌ها و گسترش روزافزون این صنف، نیاز به یک دستورالعمل ملی وجود دارد. تاکنون پیشنهادهای متعددی در شورای عالی سلامت و امنیت غذایی مطرح شده است تا روند صدور مجوزها و نظارت بر عطاری‌ها به شکلی پیش برود که بتوان از ظرفیت این صنف به بهترین شکل استفاده کرد و نظارت مؤثری داشت. ساماندهی عطاری‌ها یک موضوع چندجانبه است که نیاز به همکاری و هماهنگی میان دستگاه‌های مختلف دارد. امیدواریم که با تدوین یک دستورالعمل اجرایی جامع، زمینه بهره‌برداری بهتر از توانمندی‌های عطاری‌ها و رفع مشکلات موجود فراهم شود.

فعالیت بدنی منظم و ورزش می تواند منجر به افزایش طول عمر شده و زندگی شادتری را برای افراد به ارمغان بیاورد.

همچنین فعالیت بدنی مواد شیمیایی مختلف در مغز را تحریک می کند که ممکن است احساس شادی، آرامش بیشتر و در عین حال اضطراب کمتری در شما ایجاد کند. همچنین ممکن است با ورزش منظم نسبت به ظاهر خود احساس بهتری پیدا کنید که می تواند اعتماد به نفس شما را افزایش داده و عزت نفس شما را بهبود بخشد.

فعالیت بدنی منظم می تواند قدرت عضلانی شما را بهبود بخشد و استقامت شما را افزایش دهد. ورزش، اکسیژن و مواد مغذی را به بافت های شما می رساند و به سیستم قلبی عروقی های شما کمک می کند کارآمدتر شود. همچنین هنگامی که سلامت قلب و ریه شما بهبود یابد، انرژی بیشتری برای انجام کارهای روزانه خواهید داشت.

• باغیانی کنید

به گزارش ایندپندنت، یادآوری این نکته ضروری است که «تکرار» اهمیت دارد، بنابراین سعی کنید هر روز حتی اگر چند دقیقه، برخی از این فعالیت‌ها را انجام دهید. در نهایت، باید توجه داشت که فعالیت‌های اتفاقی نمی‌توانند جایگزین ورزش‌های برنامه‌ریزی‌شده و آگاهانه شوند. همچنین می‌توانند به بهبود وضعیت قیمت و دسترسی عادلانه‌تر به این محصولات در جامعه کمک کنند. پیشنهادت جدید برای ساماندهی عطاری‌ها در دستور کار وزارت بهداشت

و به حفظ سطح سالم کلسترول و فشار خون کمک می‌کند. البته کلید دستیابی به پیامدهای مثبت فعالیت‌ها و ورزش‌های اتفاقی، اجرای مکرر آن‌هاست.

برخی توصیه‌ها برای بیشتر کردن تحرک‌های اتفاقی

• به جای آسانسور از پله استفاده کنید

• خودرو را دورتر از ورودی مرکز خرید پارک کنید تا بیشتر پیاده‌روی کنید

• خریدهایتان را به جای چرخ‌دستی با دست حمل کنید

• هنگام تی کشیدن خانه، حسایی زمین را بسا بید

• جمع‌آوری برگ‌ها یا پارو کردن برف قلب را تقویت می‌کند اما مراقب سرما باشید و حین کار استراحت کنید

• پیاده برای خرید بروید

• با کودکان بازی کنید

• جلسات کاری آنلاین را در حال پیاده‌روی برگزار کنید



باید توجه داشت که اثر فعالیت‌های ساده روزانه با تأثیر ورزش‌های برنامه‌ریزی‌شده و منظم قابل مقایسه نیست با این حال هر نوع فعالیت بدنی از بی‌تحرکی بهتر است. به گزارش ایسنا، دکتر «لوک لافین» از مرکز اختلالات فشار خون کلینیک کلیولند، می‌گوید برای افرادی که هیچ تحرک بدنی ندارند، حتی بالا رفتن از پله‌ها هم مفید است. به باور متخصصان، اگر چه ورزش‌های اتفاقی

چگونه بر مشکل بی‌خوابی شبانه غلبه کنیم؟



خواب افراد نباید به منبعی برای اضطراب و دلهره تبدیل شود، بلکه در ذهن ما باید خواب با آرامش در ارتباط باشد. متخصصان توصیه می‌کنند که تختخواب خواب خود را به میز کار یا لپ‌تاپ و گوشی تبدیل نکنید. این امر کمک می‌کند تا در طول خواب شبانه بیدار نشو ید.

بی‌خوابی‌های شبانه خود را بزرگ جلوه ندهید

بی‌خوابی شبانه اگر سه بار یا بیشتر از آن در طول هفته و به مدت سه ماه تجربه شود به عنوان بی‌خوابی مزمن شناخته می‌شود.

به همین دلیل نباید بابت بی‌خوابی‌های گاه و بی‌گاه خود نگران شوید. یکی از راه‌های مقابله با بی‌خوابی شبانه می‌تواند انجام تمرین‌هایی باشد که برای بهتر به خواب رفتن توصیه می‌شود.

اگر بی‌خوابی شما بیشتر از سه بار در هفته و به مدتی بیشتر از سه ماه ادامه پیدا کرد، بهتر است با پزشک خود مشورت کنید.

خبر

قرار داد موسیما نه باید تمدید شود چرا که نیمکت استقلال جای مربی ایرانی نیست



پیشکسوت تیم فوتبال استقلال تهران بر لزوم تمدید قرارداد با پیتسو موسیما نه تاکید کرد و مدعی شد میدان دادن به جوان ها کاری بود که به شجاعت زیادی نیاز داشت.

تیم فوتبال استقلال تهران که که ابتدای فصل جاری لیگ برتر با جواد نکونام شروع ناامید کننده ای داشت پس از پیوستن پیتسو موسیما نه توانست به مرور روند رو به رشدی را تجربه کند و در دو دیدار آخر برابر الاهلی عربستان و فولاد خوزستان نتایج موفق‌ی کسب کرد و امید را به هواداران این تیم بخشد.

در این خصوص، محمد نوری، کارشناس فوتبال و پیشکسوت تیم استقلال تهران، در گفتگو با خبرنگار مهر به بررسی شرایط آبی پوشان پرداخت و آینده تیم را امیدوار کننده ارزیابی کرد.

محمد نوری در خصوص نقش موسیما نه و حضورش در تیم گفت: حضور پیتسو موسیما نه با توجه به زمانی کمی که به استقلال پیوسته بسیار تاثیرگذار بوده است و توانسته ارتباط خوبی با بازیکنان استقلال بگیرد. می بینیم که در کنار خط به بازیکنان احترام می‌گذارد و به لحاظ روحی و روانی، تیم را به آمادگی رسانده است.

وی ادامه داد: با وجودی که چند هفته بیشتر نیست که به جمع استقلال اضافه شده اما علاوه بر مسائل روحی، به لحاظ بدنی هم بازیکنان را به آمادگی رسانده است. فکر می کند از این بابت خوشحالیم که این مربی، دلسوز است و در مدت کوتاه تاثیرگذار بوده و موجب خوشحالی هواداران شده است. در بازی برابر الاهلی و فولاد دیدیم که شیوه بازی تغییر کرده و انگیزه بیشتری در تیم وجود دارد و امیدوارم با حمایت از آقای موسیما نه، این وضعیت تداوم داشته باشد.

وی در خصوص برنامه ریزی باشگاه برای آینده تیم گفت: اعتقاد دارم واجب ترین کار، تمدید قرارداد آقای موسیما نه است. باید توجه کنیم که موسیما نه تیم را انتخاب نکرد بلکه تیم را تحویل گرفت و تیمی را تحویل گرفت که وضعیت خوبی نداشت اما تاثیرگذار ظاهر شد و رضایت هواداران را هم به دست آورد. مدیران باشگاه باید با موسیما نه قرارداد ۲ یا ۳ ساله امضا کنند که در فصل جدید و با شناخت نسبت به بازیکنان، بتوانند نفعات مورد نظرش را انتخاب کند و نقاط ضعف و قوت را پوشش دهد. تمدید قرارداد با موسیما نه برای استقلال از نان شب واجب تر است و سپس باید بازیکنان کلیدی را در تیم نگه داریم مانند ماشایپوف، اندونگ و سیلوا.

سیلوا در بازی های اخیر خوب بوده و خط دفاعی را با توجه به تجربه ای که دارد رهبری می کند. این کارشناس فوتبال در خصوص میدان دادن موسیما نه به بازیکنان جوان استقلال و افزایش انگیزه در بین بازیکنان جوان تیم که به مسئولیت پذیری بیشتر در میان بازیکنان باتجربه منجر شد، گفت: این کار، کار شجاعانه ای بود و کار هر مربی نبود. مربیان زیادی روی نیمکت استقلال نشستند اما شجاعت انجام چنین کاری را نداشتند. آقای موسیما نه جوونگرایی را در تیم برنامه ریزی کرد و کار بزرگی بود و بازیکنان جوان هم جواب اعتماد او را دادند. مثلاً صادقی برابر فولاد گلزنی کرد و موجب احیای او و دیگر بازیکنان شد.



محمدی: تغییر وزن تا المپیک به صلاح کامران قاسم‌پور نیست

وزن ۹۲ کیلوگرم کشتی بگیرد. او اگر بخواهد از الان تا المپیک لس آنجلس در وزن ۸۶ کیلوگرم خودش را نگه دارد کار سختی پیش رو دارد. بنابراین به اعتقاد من بهتر است او فعلاً در وزن ۹۲ کیلوگرم کشتی بگیرد تا به مشکل برخورد، به نظرم فعلاً تغییر وزن به صلاح او نیست. کامران باید تا یکی دو سال در وزن ۹۲ کیلوگرم کشتی بگیرد بعد از آن برای المپیک تصمیم گیری کند که یا در وزن ۹۷ یا ۸۶ کیلوگرم کشتی بگیرد. اما به نظرم اگر او بخواهد خودش را در وزن ۸۶ کیلوگرم نگه دارد کار سختی پیش رو دارد و شاید از آمادگی دور شود.

بیشتری دارد. کارشناس کشتی آزاد همچنین بااشاره به ضعف کشتی آزاد در وزن ۵۷ کیلوگرم گفت: یکی از اوزان متزلزل کشتی آزاد همین وزن ۵۷ کیلوگرم است. ما در این وزن فراز و نشیب زیادی داریم و هنوز نتوانستیم یک مهره مطمئن پیدا کنیم. هر کسی هم که به این وزن آمده نتوانسته خودش را به ثبات برساند. به نظرم در چرخه انتخابی کشتی‌گیران این وزن باید محک بخورند تا یک مهره مطمئن پیدا کنیم. نقطه ضعف کشتی آزاد همین وزن است و باید بیشتر روی آن کار کنند.

محمدی در مورد وضعیت کامران قاسم‌پور و کشتی‌گرفتن او در وزن ۸۶ کیلوگرم گفت: من برخلاف نظر مربی کامران معتقدم او باید در

کمتر کنیم.

محمدی در مورد عملکرد ملی‌پوشان کشتی آزاد اظهار کرد: سینا خلیلی پدیده لیگ کشتی آزاد است که او هم در واقع ملی‌پوش است، خلیلی در لیگ پادوبنی کشتی‌های قابل قبولی گرفت، در جام تختی بزرگسالان اول شد. به نظرم او رشد خیلی خوبی داشته و در یک سال اخیر خوب پیش رفت، او توانست مدعیان را شکست دهد و در آینده حتماً از او بیشتر خواهیم شنید. اما فکر می‌کنم امیرمحمد یزدانی الان شرایط خوبی ندارد، او نتوانست در کوران لیگ خوب تمرین کند و به نظرم علاوه بر اینکه از نظر جسمانی آمادگی نداشت از نظر روحی هم از شرایط مناسبی برخوردار نبود و نیاز به ریکاوری

را رونق می‌بخشد یک اتفاق مثبتی است و نباید نگران برد و باخت آن‌ها باشیم، چرا که هر چقدر کشتی‌گیران ما در این مسابقات شکست بخوردند و ما در مرحله آمون و خطا قرار بگیریم، خروجی مثبت آن را در مسابقات جهانی و المپیک خواهیم دید.

کارشناس کشتی آزاد عنوان کرد: بنابراین حضور روس‌ها در لیگ ایران را باید به فال نیک بگیریم، این باعث می‌شود ما به نقاط قوت و ضعف خودمان پی ببریم. چون همانطور که گفتم برتری کشتی روس به ایران یک واقعیت است و نباید آن را نادیده بگیریم. ما به این واقعیت پی بردیم و به نظرم این اصلاً موضوع بدی نیست. پس از آگاهی باید با تلاش این فاصله را روز به روز

مراد محمدی درباره سطح کیفیت مسابقات لیگ برتر کشتی آزاد گفت: امسال مسابقات لیگ کشتی آزاد نسبت به گذشته خیلی متفاوت بود. چهار تیم در مرحله نیمه نهایی و فینال حضور داشتند که همگی مدعی بودند. به نظرم امسال اصلاً قابل پیش‌بینی نبود که کدام تیم قهرمان می‌شود.

وی در مورد برتری روس‌ها و پیروزی آن‌ها در لیگ ایران گفت: ما باید این واقعیت را بپذیریم که کشتی روس از ما بالاتر است و این فاصله وجود دارد. ضمن اینکه ما در کوران مسابقات لیگ بودیم و طبیعتاً همه تیم‌ها با تمام توان ظاهر می‌شوند و اسپانسر هم هزینه می‌کند. به نظرم همین اینکه روس‌ها در لیگ ایران حضور پیدا می‌کنند و تنور لیگ

کارشناس فوتبال: استقلال به بازیکنی مثل قایدی نیاز دارد



تیم را بعد از پیوستن موسیما نه مثبت ارزیابی کرد اما معتقد است صحبت از عقد قرارداد بلندمدت با موسیما نه زود است و باید عملکرد او در بلندمدت ارزیابی شود.

نقش موسیما نه در بهبود عملکرد بازیکنان عملکرد بهتر و روان‌تر استقلال نسبت به گذشته کاملاً مشهود است و فکر می

کند حاصل بدنسازی خوبی است که در

این مدت انجام شده است. علاوه بر

این، موسیما نه شناخت خوبی نسبت به

بازیکنان پیدا کرده است و به خوبی از آنها

بازی می‌گیرد. برای نمونه در دیدار برابر

فولاد دیدیم که روزبه چشمی در دقایق

پایانی بازی توانست خودش را به دروازه

فولاد برساند که هم حاصل انگیزه بالا

و هم حاصل بهبود آمادگی جسمانی بود.

افزایش انگیزه در بازیکنان جوان

اینکه موسیما نه از همان ابتدا به بازیکنان

جوان تیم بها داد و از آن‌ها استفاده کرد

موجب شد تلنگر خوبی به بازیکنانی وارد

شود که رقم های نجومی داشتند و اسم و

رسم دار تر بودند. این مساله انگیزه بالایی

به بازیکن های جوان تزریق کرد و این

سرمرپی نشان داد صرفاً در حرف حامی

جوونگرایی نیست و در عمل هم به این

کار دست می زند. تا پیش از موسیما نه،

بازیکنان هم به لحاظ بدنی و هم به

لحاظ انگیزشی مشکل داشتند.

شرایط بدنی بازیکنان بهبود پیدا کرده

است

بازیکنی که در تیم های بزرگ بازی

می کند باید بداند که شرایط این تیم با

تیم های دیگر متفاوت است. همه بازیکن

ها زیر ذره بین هستند و باید تمام توان

خود را به کار بگیرند. در بازی های قبلی،

بازیکن ها توان خود را به کار می گرفتند

اما شرایط بدنی به آن ها اجازه نمی داد از

صد در صد قابلیت ها استفاده کنند. ولی

وقتی بدن بازیکن ها آماده باشد تغییرات

بزرگی در تیم رخ می دهد و حاصل آن

هم دو بازی آخری است که برابر الاهلی



واگذار کرده است. مربیان و مسئولان باشگاه بر این باورند که چگونگی قضاوت داوران

برنداشته بلکه تا آنجا پیش رفته که مکاتبه با فدراسیون برای طرح موضوع و انتقادات و تهدید به کناره گیری هم در برنامه های تیم ها قرار گرفته است.

اعتراض به قضاوت داوران در این فصل از مسابقات باشگاهی بسکتبال از همان هفته های ابتدایی آغاز شد و خیلی زود در هفته سوم رقابت ها نمود پیدا کرد؛ جائیکه دو تیم طبیعت و نفت در تهران دیداری پرحاشیه را برابر هم برگزار کردند. اعتراض به قضاوت داور در آن بازی به حدی زیاد بود که به بیرون کشیدن تیم توسط بازیکنان

و مربیان نفت هم منجر شد، همین مسائل منجر به تشکیل پرونده برای سرمربی و

اعتراض تیم‌ها به نحوه قضاوت داوران در لیگ بسکتبال که از همان هفته‌های ابتدایی آغاز شد تا آنجا ادامه پیدا کرده که بعضاً به مکاتبه با فدراسیون و تهدید به کناره‌گیری از مسابقات کشیده شده است. به گزارش خبرنگار مهر، چگونگی قضاوت داوران در مسابقات بسکتبال لیگ برتر باشگاه های کشور همواره یکی از چالش های این رقابت ها بوده که به خصوص در فصل گذشته هم به کرات عیان شد و بارها منجر به اعتراض تیم ها و ابراز ناراضایتی آنها شد.

این چالش همیشگی در فصل جاری مسابقات هم نه تنها دست از سر تیم ها

هفته‌نامه فرهنگی-اجتماعی

مدیر مسئول: حسن شیرزاد کبریا

صاحب امتیاز: ناهید شیرزاد

سر دبیر:امیر حسین طاهریان

گیلان- گلستان - مازندران

ساری- بلوار پاسداران- روبه‌روی بیمارستان بوعلی سینا- کوچه شهید رضایی- پلاک ۶۱

تلفکس:۰۱۱۳۳۴۴۰۷۹۷

تکرار سریال پلنگ‌کشی

■ پلنگ ها در مازندران گرسنه و زخمی می میرند و این ماجرا همچنان ادامه دارد.

هنوز داغ پلنگ که حدود دو سال پیش در شهر قائمشهر گرفتار شده بود به دلیل نبود امکانات بیهوشی برای زنده گیری از یادها نرفته است که با تلف شدن پلنگ زخمی کجور بر داغ حیات وحش در استان مازندران افزوده شده است.

ماجرای پلنگ کشی در مازندران تمامی ندارد، هرازچند گاهی این گربه سانان در دام‌های انسانی گرفتار و ناجوانمردانه تلف می‌شوند.

صبح یک روز بهاری بود که مشاهده یک قلابه پلنگ سرگردان بالای ساختمان یکی از بانک‌های واقع در خیابان ساری قائمشهر، گمانه زنی‌ها درباره دلیل حضور این گونه نادر و در معرض انقراض را در شهر تقویت کرد. عده‌ای مراجعه به پایین دست برای یافتن غذا، عده‌ای دیگر تغییرات و تجاوز انسان به زیستگاه‌ها را دلیل ورود پلنگ در محدوده شهری مطرح کرده‌اند و دسته‌ای نیز عنوان می‌کنند این قلابه پلنگ مربوط به یکی از اهالی با نفوذ شهر

شهرستان و نیروی آموزش دیده در این بخش جای سوال و شگفتی است. طبق اظهار نظر متولیان محیط زیست دو قبضه اسلحه بیهوشی وحوش در مازندران و در مرکز استان وجود دارد و این مسئله سبب می‌شود تا در صورت بروز حوادث مشابه، نیرو و دارت از ساری به دیگر مناطق اعزام شود و با توجه به بعد مسافت، تکرار فاجعه و فرجام مرگ پلنگ دور از ذهن نخواهد بود.

اگرچه پلنگ پس از تیراندازی زخمی شد اما سرانجام با تأخیر توسط محیط بان متخصص با دارت بیهوش و به دام افتاد و پس از انتقال به پناهگاه سمسکده به دلیل شدت جراحات وارده تلف شد تا حلقه‌های مفقوده پازل این ماجرا را بیشتر کند.

به اعتقاد مدیر کل حفاظت محیط زیست مازندران، تغییرات و تجاوزهایی که در محیط زیست رخ داده، سبب شده که زنجیره غذایی این حیوانات آسیب ببیند و برای یافتن غذا وارد این سکونتگاه شوند. تغییرات و تجاوزهایی که در محیط

زیست رخ داده، سبب شده که زنجیره غذایی این حیوانات آسیب ببیند و برای یافتن غذا وارد این سکونتگاه شوند عطاء الله کاویان اظهار کرد: همچنین احتمال ابتلای به هاری نیز می‌تواند دلیلی برای ورود پلنگ به سکونتگاه‌ها باشد و همچنین این احتمال وجود دارد برخی از افراد با قاقاق، این گونه‌های وحشی را در سکونتگاه‌ها به اسارت نگه دارند و یا اینکه حیوان از آن مکان فرار کرده باشد.

طی این دو سال اخیر مرگ و تلف شدن گونه‌های مختلف حیات وحش از جمله پلنگ در گوشه و کنار مازندران گزارش شد و طی یکماه گذشته، پرسه پلنگ گرسنه و یا عاشق در روستاهای بخش کوهستانی کجور، همه نگاه‌ها را به سرنوشت این گونه نادر معطوف کرد.

طی یکماه گذشته، خبرهای متعددی از حمله پلنگ به روستاییان و دامداران در روستاهای مختلف بخش کجور گزارش شد و پرسه پلنگ موجی از نگرانی را در بین اهالی و روستاییان ایجاد کرده بود.

داستان کوتاه

یک روز وقتی کارمندان به اداره رسیدند، اطلاعیه بزرگی را در تابلوی اعلانات دیدند که روی آن نوشته شده بود: دیروز فردی که مانع پیشرفت شما در این اداره بود در گذشت. شما را به شرکت در مراسم تشییع جنازه که ساعت ۱۰ در سالن اجتماعات برگزار می شود دعوت می کنیم. در ابتدا همه از دریافت خبر مرگ یکی از همکارانشان ناراحت می شدند اما پس از مدتی، کنجکاو می شدند که بداندن کسی که مانع پیشرفت آن ها در اداره می شده که بوده است. این کنجکاو، تقریباً تمام کارمندان را ساعت ۱۰ به سالن اجتماعات کشاند. رفته رفته که جمعیت زیاد می شد هیجان هم بالا می رفت. همه پیش خود فکر می کردند این فرد چه کسی بود که مانع پیشرفت ما در اداره بود؟ به هر حال خوب شد که مردا کارمندان در صفا قرار گرفتند و یکی یکی نزدیک تابلوت می رفتند و وقتی به درون تابلوت نگاه می کردند ناگهان خشکشان می زد و زبانشان بند می آمد.
آینه ای درون تابلوت قرار داده شده بود و هر کس به درون تابلوت نگاه می کرد، تصویر خود را می دید. نوشته ای نیز بدین مضمون در کنار آینه بود: تنها یک نفر وجود دارد که می تواند مانع رشد شما شود و او هم کسی نیست جزء خود شما. شما تنها کسی هستید که می توانید زندگیتان را متحول کنید. شما تنها کسی هستید که می توانید بر روی شادی هانصورت و موفقیت هایتان اثر گذار باشید. شما تنها کسی هستید که می توانید به خودتان کمک کنید.



جراحات وارده و در حین انتقال برای مداوا تلف می‌شود و رئیس اداره حیات وحش اداره کل حفاظت زیست مازندران نیز این خبر را تأیید کرد و گفت: علت تلف شدن در دست بررسی است.

کوروس ربیعی با اشاره به اینکه پلنگ زخمی کجور که زنده گیری شده بود، تلف شد، افزود: عفونت‌های گسترده در بدن حیوان باعث شده بود تا قدرت تحرک خود را از دست بدهد و به ناچار به مناطق مسکونی نزدیک شود که با همکاری مردم محلی و نیروهای منابع طبیعی، زنده گیری شده بود.

وی افزود: علت تلف شدن این حیوان با انجام کالبدگشایی در دست بررسی است.

سرمای هوا و جستجو برای غذا در سال‌های اخیر سبب شده تا وحوش و حیوانات برای تغذیه به پایین دست‌ها مراجعه کنند و پرسه زدن خرس قهوه‌ای در جاده مرزن آباد در ماه گذشته نیز به این دلیل بوده است.

تادام پلنگ کشی پلنگ کوهستان‌های کجور که به اعتقاد محیط‌بانان به دلیل گرسنگی به روستاها سرک می‌کشید و گاهی نیز به دام‌ها و دامداران حمله می‌کرد، پس از مدت‌ها ردگیری‌ها، توسط محیط‌بانان در حوالی روستای گت کش کجور زنده گیری شد.

مهدی کبیاحتی‌ری فرمانده یگان حفاظت محیط زیست البرز مرکزی - شمالی در این زمینه به خبرنگار مهر می‌گوید: پس از گزارش اهالی، با حضور محیط‌بانان و ایجاد شرایط امن، پلنگ زنده گیری و به قفس منتقل می‌شود.

وی گفت: به نظر می‌رسد این پلنگ همان حیوانی باشد که بهار امسال بر اثر تصادف و برخورد با خودرو در جاده کجور زخمی شده بود و با این حال همچنان در جنگل پرسه می‌زد.

کبیاحتی‌ری ادامه داد: پس از زنده گیری حیوان برای مداوا به ساری منتقل می‌شود.

پلنگ زخمی کجور به دلیل شدت

است.

متخصص تولید انرژی خورشیدی با بیان این مطلب که هر چقدر تابش آفتاب در فصل‌های گرم سال در مازندران بیشتر باشد نیاز گیاه به آب بیشتر می‌شود، اظهار کرد: در همین راستا هر چقدر میزان تابش خورشید بیشتر شود، انرژی خورشیدی بیشتری برای تامین برق چاه های کشاورزی وجود خواهد داشت.

هدایت پور گفت: این فناوری به طور کامل پاک و سازگار با محیط زیست بوده و نیاز به نصب ترانس و خطوط انتقال برق در اراضی شالیزاری مازندران نیست.

دکتری مهندسی مکانیک گرایش تبدیل انرژی گفت: دولت می تواند با تخصیص برخی بسته های حمایتی و یارانه ها کشاورزان مازندران را در استفاده از این فناوری مشتاق کند.

وی تصریح کرد: با توجه به ظرفیت های ممتاز دانشگاه های مازندران نقش آنها در این زمینه به منظور توسعه فناوری پمپ خورشیدی بسیار اثر بخش است.

طبق آمار رسمی حدود ۲۰ درصد اشتغال استان مازندران در حوزه کشاورزی است، یعنی اگر به حفظ زمین های کشاورزی بی توجهی شود، علاوه به

برقی کردن چاه‌های کشاورزی چند سالی

است که به عنوان یک راه حل برای درمان

عدم استفاده از سوخت‌های فسیلی و

جایگزینی پمپ‌های دیزلی و بنزینی با

پمپ‌های الکتریکی مطرح می‌شود. به

طور قطع کاربری پمپ‌های الکتریکی

برای کشاورزان مازندران بسیار آسان‌تر از

پمپ‌های دیزلی و بنزینی است.

گزینه برای آبیاری مزارع برنج و باغات در

مازندران استفاده از پمپ‌های خورشیدی

پمپ‌های خورشیدی نیازی برای چاه‌های شالیزاری مازندران

■ صاحب‌نظران بر این باورند با توجه به همزمانی کشت برنج با اوج مصرف برق در فصل گرما، برقی کردن چاه های

شالیزاری این خطه از شمال کشور ناترازی برق را افزایش داده و بهترین گزینه برای رفع این چالش بهره مندی از پمپ های

خورشیدی است.

است برقی کردن چاه های کشاورزی ناترازی برق را به شدت افزایش خواهد داد و اجرای این طرح با روش فعلی گره

برقی کردن چاه‌های کشاورزی چند سالی است که به عنوان یک راه حل برای درمان عدم استفاده از سوخت‌های فسیلی و جایگزینی پمپ‌های دیزلی و بنزینی با پمپ‌های الکتریکی مطرح می‌شود. به طور قطع کاربری پمپ‌های الکتریکی برای کشاورزان مازندران بسیار آسان‌تر از پمپ‌های دیزلی و بنزینی است.

تأمین هر روزه سوخت و هزینه تعمیر و نگهداری این پمپ‌ها به عنوان یکی از دغدغه کشاورزان در فصل آبیاری محسوب می شود. از سوی دیگر دولت و مدیران دولتی دیگر نیاز به تعیین ساز و کاری برای تأمین این سوخت و جلوگیری از سوء استفاده از سوختهای ارزان قیمت را ندارند

صاحب‌نظران بر این باورند با در نظر گرفتن این مساله که زمان آبیاری در مازندران در بیشینه گرما قرار دارد، پس در حالی‌که با ناترازی تولید برق مواجه هستیم با توسعه چاه‌های برقی این بحران عمیق‌تر خواهد شد چون بعضی از فیدرهای فشارمتوسط و پست‌های فوق توزیع با افزایش بار روبه رو خواهند بود. کارشناسان می گویند وضعیت بار

در حالی برقی کردن چاه های اراضی شالیزاری در برخی از شهرهای مازندران همانند بابل از هفتم آذرماه جاری وارد مرحله اجرایی شد که صاحب‌نظران اجرای این طرح را با توجه به ناترازی برق به صلاح کشور نمی دانند.

از سوی دیگر تأمین سوخت فسیلی برای کشاورزان و دولت به یک چالش درد سر سازی تبدیل شد که هر ساله به یک دغدغه جدی از سوی کشاورزان مطرح می شود تا جایی که این مشکل در تریبون های نمایندگان مجلس بازگو می شود.

کارشناسان صنعت برق بر این باورند این مشکل باید به گونه ای گره گشایی شود که چالش های ناترازی برق را برای شهروندان ساکن در شهر و روستا بیشتر نکند .

برنج سرش در آتش و پایش در آب است همان گونه که از این ضرب المثل مشخص است برنج در اوج فصل گرما

کشت می شود و زمانی این محصول کیفی و پرمحصول خواهد بود که از یک طرف شدت گرما در اوج باشد و از سوی دیگر آب کافی در اراضی شالیزاری موجود باشد.

کارشناسان حوزه انرژی های تجدید پذیر بر این باورند با توجه به این که

اوج کشت برنج در فصل تیر و مردادماه