



معاون حمل
و نقل اداره
کل راهداری
استان کرمان
معرفی شد

پایامنا

روزنامه سیاسی - اجتماعی صبح ایران ۸ صفحه قیمت ۱۰۰۰ تومان
www.payamema.ir

استقبال
شرکت مس
از طرح
تحقیق و
تفحص
مجلس



بررسی مشکلات حمل و نقل عمومی کرمان:

اتوبوس‌های فرسوده، تاکسی‌های خودمختار

ناوگان گفتند و از وضع موجود ناراضی هستند. دغدغه شهروندان در این باره با مسئولین بخش‌های مرتبط در میان گذاشته شد که در ادامه می‌خوانیم. مدیر عامل سازمان اتوبوسرانی کرمان گفت اکنون ۲۷۰ دستگاه اتوبوس در کرمان فعال است که ۱۱۱ اتوبوس مربوط به بخش خصوصی و مابقی دولتی هستند. همچنین ۱۶ خط اصلی در کرمان داریم و ۴ تا از شهرهای اطراف هم سرویس‌دهی می‌شوند. محمود ابرامنش می‌گوید با توجه به جمعیت کرمان تعداد وسائل نقلیه عمومی در کرمان کم است و حداقل باید ۵۰۰ دستگاه اتوبوس داشته باشیم تا بتوانیم تمام نقاط شهر را پوشش دهیم. به گفته وی میانگین عمر اتوبوس‌های کرمان ۱۲ سال است.

مردم کرمان با مشکلات بسیاری در استفاده از خدمات حمل و نقل عمومی رو به رو هستند که بخشی از آن مربوط به فرسودگی و محدودیت در انتخاب گزینه‌های دیگر این ناوگان است. حمل و نقل عمومی در سطح شهر مسئله‌ی بسیار مهمی است که این روزها کمتر به آن توجه می‌شود. بی‌توجهی به امر نوسازی و به روز رسانی ناوگان شهری موضوع قابل توجهی است. شهروندان به رفاه بیشتری در سطح شهر نیازمند هستند و این از حقوق مسلم آنهاست. در این زمینه از همشهریان کرمانی سولاتی پرسیدیم که جواب‌های آنها حاکی از نارضایتی مردم در زمینه خدمات حمل و نقل عمومی در بعضی از نقاط شهر است. همشهریان بسیاری از فرسودگی، کمبود خدمات، نبود اطلاع‌رسانی مناسب و ایجاد ترافیک به وسیله این

صفحه ۲

یادداشت اختصاصی

راشاگیت تکرار دوباره واترگیت

صفحه ۵



مدیرعامل شرکت مهندسی آب و فاضلاب استان کرمان:

در اوج کمبود نقدینگی رکورد زدیم

صفحه ۳

برگزاری جشنواره سنتی
آیین‌های سرزمین من
در مدارس ابتدایی سما
واحد کرمان

صفحه ۲

ترامپ توان دور
کردن روسیه از
ایران را ندارد

صفحه ۵

مدیر اداره نظارت بر داروی
دانشگاه علوم پزشکی کرمان:
ماهیچه‌ای که با
ورزش ایجاد شود،
ارزش دارد و
زیباست

صفحه ۶

چگونه
کودکان
باهوشی را
تربیت کنیم؟

صفحه ۷

رهبر انقلاب:

طرح آشتی ملی بی‌معناست



عکس: پایگاه اطلاع‌رسانی دفتر مقام معظم رهبری

حضرت آیت الله خامنه‌ای رهبر معظم انقلاب اسلامی روز گذشته در دیدار پر شور هزاران نفر از مردم آذربایجان، حضور منسجم، مقتدرانه و پرتراوت ملت در راهپیمایی ۲۲ بهمن را «ماهیهی آبروی انقلاب و نظام و ایران» خواندند و با اشاره به اینکه مسئولان نباید این حضور را به معنای گله‌نداشتن مردم تصور کنند، افزودند: آمریکا می‌خواهد با تکرار ترغیب تهدید و جنگ نظامی، توجه مسئولان کشور را از صحنه جنگ واقعی یعنی جنگ اقتصادی منحرف کند، مسئولان هوشیار باشند و همه همت خود را صرف حل مشکلاتی همچون بیکاری، رکود، گرانی و تبعیض کنند. رهبر انقلاب ۲۲ بهمن را «عتمتی الهی و فرصتی گرانقدر» برای اعلام مواضع و خواسته‌های ملت دانستند و افزودند: امسال، ملت نشان داد در مقابل دشمنان ایستاده‌است و به دنبال تحقق اسلام و پیشرفت نظام اسلامی برخاسته از مردم است و هر مسئولی با ملت همراه نباشد ایستادگی نکند ملت او را بدون تردید پس خواهد زد.

رهبر انقلاب اسلامی هم به مسئولان ما می‌گوید «اگر برجام نبود وقوع جنگ حتمی بود»، اما این حرف یک دروغ محض است و آنها می‌خواهند ذهن ما را از جنگ واقعی یعنی نبرد اقتصادی منحرف کنند و به جنگ نظامی سوق دهند تا مسئولان کشور از تمرکز در عرصه پیشرفت اقتصادی و توجه به جنگ فرهنگی غربی‌ها با ملت ایران باز بمانند.

مردم کله‌مندان؛ مسئله بیکاری، رکود و گرانی مهم است؛ مسئولان بگویند چه کرده‌اند؟

ایشان خاطر نشان کردند: سال «اقتصاد مقاومتی، اقدام و عمل» در حال پایان یافتن است و مسئولان دولت و دیگر قوا باید به مردم گزارش دهند در این زمینه چه کرده‌اند؟ رهبر انقلاب در همین زمینه افزودند: مسئولان نباید به مردم بگویند «باید چنین بشود»، بلکه باید بگویند «چنین شد». حضرت آیت الله خامنه‌ای، «بیکاری و رکود و گرانی» را از مشکلات مهم کشور خواندند و گفتند: البته مسئولان در تلاش هستند اما ظرفیت‌های کشور بیش از اینهاست و راه خروج از مشکلات چند بعدی هم مشخص است.

رهبر انقلاب اسلامی در تحلیل هدف واقعی دولت قبلی و فعلی آمریکا در تکرار ترغیب «تهدید ایران به جنگ» افزودند: امروز هم مثل قبل از گزینه‌های نظامی روی میز حرف می‌زنند و آن مسئول

همان‌گه اقوام در دفاع از اسلام و انقلاب دانستند و افزودند: ملت ایران متحد، منسجم، همراه و همدل است. حضرت آیت الله خامنه‌ای از همین زاویه به تعبیر مطرح‌شده در روزهای اخیر با عنوان «آشتی ملی» اشاره کردند و با بی‌معنی دانستن این تعبیر و انتقاد از پر و بال دادن به آن در روزنامه‌ها، گفتند: مگر مردم با هم قهر هستند که بخواهند آشتی کنند؟ قهری وجود ندارد، البته مردم ما با کسانی که در سال ۸۸ به روز عاشورای حسینی اهانت کردند و با قساوت و لودگی و بی‌حیایی، جوان بسیجی را در خیابان لخت کردند و تکت زدند، قهر هستند و با آنها آشتی هم نمی‌کنند. ایشان افزودند: البته کسانی که با اصل انقلاب مخالف بودند و می‌گفتند «انتخابات پنهان است و اصل نظام هدف ماست»، عده‌ای معدودند و در مقابل آقایان عظیم و پرتراوت ملت ایران، فقط یک قطره کوچک هستند.

جناب آقای مهندس مهدی صیفوری

انتصاب شایسته جناب عالی به عنوان «معاون حمل و نقل اداره کل راهداری و حمل نقل جاده‌ای استان کرمان» را تبریک عرض می‌نمایم. امید است که حضور شما در این مسئولیت به عنوان خادمی صدیق و ولایت مدار با کوله بار گرانی از تجربه، نوید بخش نشاط و تحرک بیش از پیش آن معاونت محترم در سالی که با تدبیر مقام معظم رهبری مدظله العالی سال اقتصاد مقاومتی، اقدام و عمل نام گذاری گردیده است، خواهد شد.

شرکت تعاونی متصدیان حمل و نقل کرمان

جناب آقای مهندس مهدی صیفوری

انتصاب شایسته حضرت‌تعالی را به سمت «معاون حمل و نقل اداره کل راهداری و حمل نقل جاده‌ای استان کرمان» تبریک عرض نموده و توفیق روزافزون آن جناب را از خداوند متعال خواستاریم.

انجمن صنفی شرکت‌ها و موسسات حمل و نقل و کالای کرمان

چهاردهمین نمایشگاه لوازم خانگی

تجهیزات آشپزخانه، کالای خواب، حوله
سیستم‌های صوتی و تصویری، فرش و منسوجات خانگی

دفتر مرکزی کرمان:
۰۲۴ - ۳۲۱۱۷۸۲۴ - ۳۲۱۱۷۸۵۲
فکس: ۰۲۴ - ۳۲۱۱۷۸۲۵
تلفن همراه:
۰۹۱۲۵۸۳۸۴۹۴
۰۹۰۳۳۳۳۸۴۹۴

۲۵ الی ۲۹ بهمن ماه
بازدید: ساعت ۱۵ الی ۲۱

آدرس: جاده باغین، مجتمع نمایشگاهی جنوب شرق
www.armanemoaser.ir

خبر
ولایتی:

ترامپ مراقب باشد دولت تازه تاسیس آمریکا از هم نپاشد

ایرنا نوشت: رئیس مرکز تحقیقات استراتژیک مجمع تشخیص مصلحت نظام با بیان این که مشترکات زیادی بین ایران، کویت و عمان وجود دارد گفت: توسعه روابط با کشورهای همسایه از اصول سیاست خارجی جمهوری اسلامی ایران است. «علی اکبر ولایتی» روز گذشته در حاشیه دیدار «صلاح الدین بهاء الدین» دبیرکل اتحاد اسلامی کردستان عراق، به سفر حسن روحانی رئیس جمهوری به عمان و کویت اشاره کرد و گفت: سفر رئیس جمهوری ایران به این دو کشور، ارزشمند و ملی است که در جهت توسعه روابط با همسایگان صورت گرفته است.

رئیس مرکز تحقیقات استراتژیک مجمع تشخیص مصلحت نظام همچنین در پاسخ به سؤال دیگری درباره مذاکرات آستانه گفت: تا زمانی که این مذاکرات در چارچوب اصول مورد قبول دولت و ملت سوریه است مورد قبول جمهوری اسلامی نیز خواهد بود و این مذاکرات باید در جهت تامین صلح عادلانه صورت گیرد. ولایتی با تأکید بر حفظ تمامیت ارضی سوریه گفت: باید به مشروعیت دولت سوریه احترام گذاشته شود و اگر معارضینی که با حمایت ترکیه و عربستان علیه دولت و ملت سوریه دست به سلاح برده اند، اسلحه ها را کنار بگذارند، برای ادامه مذاکرات آستانه در جهت برقراری صلح در سوریه مفید است.

رئیس مرکز تحقیقات استراتژیک مجمع تشخیص مصلحت نظام خطاب به رئیس جمهوری آمریکا با بیان اینکه جمهوری اسلامی ایران در حال حاضر قدرت اول منطقه است گفت: ترامپ مراقب باشد دولت تازه تاسیس آمریکا از هم نپاشد. جمهوری اسلامی ایران با این پایه‌گویی‌ها از مواضع حقه خود دست بر نمی‌دارد. ولایتی با اشاره به استعفا دو نفر از اعضای دولت آمریکا افزود: دولت آمریکا تشکیل نشده، دو نفر از اعضای آن از دست داد یا برکنار شدند یا به عنوان مختلف استعفا دادند. وی با بیان اینکه «دولت آقای ترامپ کوچک‌تر از آن است که برای دولت جمهوری اسلامی ایران تعیین تکلیف کند» گفت: نظام جمهوری اسلامی ایران در طول ۳۸ سال گذشته نشان داده که کشوری مستقل و مبتنی بر آرای مردم است و در ۲۲ بهمن ماه امسال دیدیم که به ادعای رسانه‌های غربی و آمریکا، مردم حضوری پرشور بیشتر از سال گذشته داشتند که این تو دهنی محکمی به اظهارات و اقدامات ترامپ است. رئیس مرکز تحقیقات استراتژیک مجمع تشخیص مصلحت ضمن توصیه به ترامپ مبنی بر اینکه از دولت‌های قبلی آمریکا درس عبرت بگیرد تأکید کرد: نظام جمهوری اسلامی ایران به آرای مردم متکی است.

وی همچنین با اشاره به برگزاری «کنفرانس بین‌المللی حمایت از انتفاضه فلسطین مذاکرات فلسطین»، با بیان اینکه یکی از اصول سیاست خارجی جمهوری اسلامی ایران حمایت از اصول مبارزاتی فلسطین و حمایت از گروه‌های جهادی این کشور است، برگزاری این اجلاس در تهران یک اقدام سیاسی، منطقه‌ای و جهانی و اقدام ارزشمند است. رئیس مرکز تحقیقات استراتژیک مجمع تشخیص مصلحت نظام با اشاره به طرح آشتی ملی در کشور با بیان اینکه «آشتی ملی» بین کسانی است که با یکدیگر منافع مختلف دارند و با هم در تضاد هستند گفت: همه ما باید زیر پرچم و تحت هدایت رهبری و در چارچوب نظام جمهوری اسلامی به عنوان ملت بزرگ ایران از منافع ملی خود دفاع کنیم و قهری وجود ندارد که بخواهیم آشتی کنیم.

مدیرعامل شرکت مهندسی آب و فاضلاب استان کرمان: در اوج کمبود نقدینگی رکورد زدیم

اینکه حجم زیادی از آب شور به کویر منتقل شود در دستور کار وزارت نیرو نیست مطالعات جدی هم صورت نگرفته ولی در ۱۷ استان کشور در مرکز فلات ایران و در جمعیتی بالغ بر ۴۷ میلیون نفر آنجایی که منابع آب در دسترس نباشد قطعاً میزان آب مورد نظر را از طریق پروژه‌های نمک زدایی تامین خواهیم کرد.

وی ادامه داد: «این طرح در استانهای سیستان و بلوچستان، مناطق ساحلی جنوب، جنوب استان کرمان، بخش‌هایی از استان خراسان رضوی، جنوب استان فارس، بخش‌های عمده ای از استان بوشهر و بخش‌هایی از استان خوزستان در دستور کار است؛ البته در قالب قانون برنامه ششم نیز تکلیف شده تا بخش زیادی از آب شرب مورد نیاز این مناطق جمعیتی از طریق نمک زدایی انجام شود.»

جانپاز اضافه کرد: «در منطقه جیرفت با دستور دکتر جهانگیری تأمین آب را به بحث سد جیرفت بستیم و تخصیص اعتبار از وزارت نیرو انجام شده است.»

وی یادآور شد: «در مرحله قبل قرارداد آب پس از نمک زدایی به سمت شمال استان منتقل شود که در این مرحله به این نتیجه رسیدیم که این اتفاق فقط برای مناطق جنوبی بیفتد که در این زمینه یکی از طرح‌های اولویت دار وزارت نیرو استان کرمان است، انتقال آب از سد صفا نیز با سرعت در حال اجراست، در این مرحله ۴۹۰ میلیارد تومان اعتبار تخصیص یافت که مقرر شد تا سهم عمده‌ای از آن به صورت نقدی تأمین شود و با پیگیری استاندار امیدواریم زودتر به نتیجه برسیم.»

دکتر رشیدی مدیرعامل شرکت آیفار نیز در این کنفرانس گفت: در سال ۹۵ از محل صندوق توسعه ملی ۵۱۳ روستا را تأمین آب خواهیم کرد و تاکنون پروژه‌های ۳۴۹ روستا به بهره‌برداری رسیده است، بیش از ۷۰۰ کیلومتر در بخش آب روستایی لوله‌گذاری و ۳۰۰ توسعه و بازسازی در بخش آب روستایی انجام شده است که تغییر کاملاً محسوس است.

اجرای موفق در زمینه جذب سرمایه‌گذاری بخش خصوصی است و در حال حاضر بیش از ۷ هزار و ۷۰۰ میلیارد تومان قرارداد منعقد شده در زمینه اجرای طرح‌های آبرسانی، ارتقای طرح‌های آب و فاضلاب و حذف آلاینده‌های مضر از آب را در بخش خصوصی داریم که بیش از ۱۲۰ قرار داد است.

شیرین سازی آب دریا نیز گفت: «در این زمینه اتفاقات خوبی افتاده که با ایراد مختصر از شورای نگهبان در مرحله تصویب است و مکلفیم تا در نیمه جنوبی کشور بخش عمده‌ای از نیاز آب را از طریق نمک زدایی تامین کنیم.»

وی تصریح کرد: «در زمینه وارد مدار شدن فازهای جدید تصفیه خانه کرمان و الوده شدن سفره‌های آب زیرزمینی با قراردادهای خوبی که در استان وجود دارد با وارد مدار شدن فازهای جدید تصفیه خانه شاهد تحویلی در سال ۹۶ خواهیم بود.»

جانپاز خاطرنشان کرد: «در استان کرمان مشکلات جدی تأمین آب وجود دارد و بایستی موضوع اصلاح شبکه جزو کارهای جاری و اولویت‌های شرکت‌ها تلقی شود و ردیف اعتباری اندکی در لایحه بودجه سال ۱۳۹۶ لحاظ شده که به سرانجام خواهد رسید.»

وی با اشاره به اینکه الودگی آب به برخی از آلاینده‌ها در برخی نقاط استان کرمان به دلیل برداشت بی‌رویه آب زیرزمینی از منابع رخ داده است افزود: «بایستی از سفره‌های آب زیرزمینی حفاظت شود و در حال حاضر به دلیل مواجه بودن با کاهش جدی آب تجدید پذیر در استان مواجهیم و این اطمینان را که مردم می‌دهیم که آب شرب را با آنچه که استاندارد آب شرب هست را در اختیارشان قرار می‌دهیم.»

انتقال آب شیرین شده‌ی دریا به کویر
وی در بحث انتقال آب شیرین شده‌ی دریا تأکید کرد: «باید رعایت مسائل زیست محیطی آن نیز بررسی شود زیرا حجم زیادی از آب شور به داخل خاک منطقه منتقل و سپس نمک زدایی می‌شود،

تغییر اقلیم جدی در کشور

مدیرعامل شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور نیز در این کنفرانس گفت: «امروز متأثر از خشکسالی ۱۵ ساله هستیم و تغییر اقلیم را بصورت جدی در بخش‌های عمده کشور و منطقه شاهد هستیم، همچنین با تغییر در الگوی بارش‌ها متأسفانه افزایش متوسط درجه حرارت نیز وجود آمده که با این وجود مشکلات زیادی را در بخش تأمین آب کشور داریم.»

حمید رضا جانباز افزود: «اقدامات خوب و زیادی را علیرغم مشکلات نقدینگی در سطح کشور انجام دادیم؛ بیش از ۱۲۰ پروژه آبرسانی در زمینه اجرای طرح‌های آبرسانی در دستور کار وزارت نیرو داریم که با سرعت مطلوب در حال پیشروی است»

وی تصریح کرد: «مسائل بیش از ۳ هزار روستا با جمعیتی بالغ بر ۲ میلیون نفر از محل اعتبارات صندوق توسعه ملی با دستور رهبری و با حمایت مجلس و دولت از نعمت آب شرب سالم برخوردار می‌شوند؛ در لایحه ی بودجه سال ۱۳۹۶ که در دستور کار مجلس است اعتبارات خوبی به طرح‌های آبرسانی تعلق می‌گیرد.»

باز یافت پساب تصفیه شده یک ظرفیت آبی جدید

وی اضافه کرد: «در کشور کم‌آب ما به اجرای طرح‌های فاضلاب که ملاحظاتی زیست محیطی دارد باید توجه خاصی شود؛ باز یافت پساب تصفیه شده نیز ایجاد یک ظرفیت آبی جدید است و بیش از ۲۵۰ پروژه ما موضوع تصفیه خانه‌های آب و باز چرخانی و استفاده مجدد از آب در دستور کارشان است.»

جانپاز یادآور شد: «در ۱۱۱ روستای بزرگ کشور از محل اعتبارات بانک توسعه اسلامی اجرای طرح‌های فاضلاب، شبکه و تصفیه خانه‌ها را داریم؛ با ارتباطاتی که بعد از برجام وجود آمده است و تمایل بیشتر بانک‌های توسعه‌ای به سرمایه‌گذاری در کشور این کار سرعت می‌گیرد و شاهد بهره‌مندی روستاهای بیشتری از این اعتبارات خواهیم بود.»

وی اظهار داشت: «صنعت آب و فاضلاب جزو دستگاه‌های



مردم قطعاً از اینجا مهاجرت می‌کردند.»

مدیرعامل آب و فاضلاب استان کرمان در حاشیه این کنفرانس به خبرنگار ما گفت: «دستگاه تصفیه و بسته‌بندی آب سیار به روش ۵۰۰ جذب سطحی با ظرفیت خروجی ۵۰ متر مکعب در شبانه روز، تولید آب بسته‌بندی در پاکت‌های یک لیتری و ۴ لیتری با ظرفیت ۲ هزار لیتر در ساعت با قابلیت گندزدایی آب تولیدی به روش کلرزنی و تزریق سود و اسید جهت تنظیم pH در جذب سطحی، مجهز به دستگاه مولد برق با ظرفیت ۵۰ کیلوولت با مبلغی بالغ بر ۴۰۰ میلیون تومان و سامانه خورشیدی شامل ۱۸۹ پنل با توان تولید هر پنل ۲۹۰ وات با مبلغی بالغ بر ۳۰۰ میلیون تومان امروز به بهره‌برداری رسید.»

بهره‌برداری از خط انتقال زنگی آباد

محمد طاهری خاطرنشان کرد: «یک باب ساختمان اداری با عرصه ۵ هزار و ۴۰۰ مترمربع از محل اعتبارات استانی با هزینه‌ای بالغ بر ۳۶۰۰ میلیون ریال نیز در روستای اختیار آباد افتتاح شد.»

وی تصریح کرد: «خط انتقال مخزن زنگی‌آباد نیز با هدف ذخیره و تأمین فشار شبکه و آبرسانی به زنگی‌آباد و روستاهای تحت پوشش در این شهر از محل اعتبارات استانی و داخلی با مبلغ هزینه شده ۳۳ میلیارد ریال با حجم ۵ هزار مترمکعب با اجرای ۳ کیلومتر خط انتقال لوله ساینز ۴۰۰ میلی‌متری با حضور مدیرعامل شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور، استاندار و جمعی از مسئولین به بهره‌برداری رسید.» وی تأکید کرد: «با بهره‌برداری از این پروژه بیش از ۱۶ هزار و ۱۲۲ نفر تحت پوشش شبکه آبرسانی قرار گرفته و ۴۲۲ فقره اشتراک از خدمات این پروژه بهره‌مندی شوند.»

مدیرعامل
شرکت
مهندسی
آب و
فاضلاب
استان
کرمان
در
کنفرانس



المهم پی‌پی

مطبوعاتی مدیرعامل آب و فاضلاب کشور که ظهر چهارشنبه ۲۷ بهمن ماه در هتل پارس برگزار شد گفت: «مدت‌هاست دچار کمبود بودجه و نقدینگی هستیم اما با این وجود موفق شدیم در بهمن ماه امسال در بخش فاضلاب با هزار و ۹۰۰ میلیارد ریال در شهرستان‌های زرنند، سیرجان و کرمان رکورد بزنیم.»

محمد طاهری تصریح کرد: «کار اجرایی فاضلاب کرمان از سال ۷۶ شروع شده است اما متأسفانه بدلیل کمبود منابع مالی با مشکلاتی مواجه بودیم، در سال ۹۴، ۳۰ میلیارد تومان قرارداد جاری در شهر کرمان برای فاضلاب امضا شده و این در حالی است که نقدینگی که این شرکت دریافت کرده یک میلیارد و هشتصد میلیون تومان بوده است.»

وی اضافه کرد: «طبق سیاست‌های دولت تدبیر و امید به سمت مشارکت سرمایه‌گذاری بخش خصوصی رفتیم و دو قرارداد ۸ میلیارد و ۵۰۰ تومانی فاینانس داخلی بستیم که معادل هفت برابر منابع عمرانی ما بود و از سال ۹۴ تا پایان ۹۵ در حال اجرا است.»

وی یادآور شد: «قرار داد باقیمانده‌ی فاضلاب شهر کرمان نیز با مبلغی بالغ بر ۸ هزار میلیارد ریال در بهمن ماه امسال بسته شد که امیدواریم سرمایه‌گذار این پروژه در سال ۹۶ کار اجرای آن را شروع کند.»

طاهری ادامه داد: «منطقه زنگی‌آباد با ۵۰ هزار نفر جمعیت درگیر خشکسالی بود و باغات منطقه به صورت کامل از بین رفته در صورتی که پروژه آبرسانی این منطقه انجام نمیشد

طبق سیاست‌های
دولت تدبیر و امید
به سمت مشارکت
سرمایه‌گذاری بخش
خصوصی رفتیم و دو
قرارداد ۸ میلیارد
و ۵۰۰ تومانی
فاینانس داخلی
بستیم که معادل
هفت برابر منابع
عمرانی ما بود و از
سال ۹۴ تا پایان ۹۵
در حال اجرا است

معاون حمل و نقل اداره کل راهداری استان کرمان معرفی شد

میرمحمد مهدی صیغوری به عنوان معاون حمل و نقل اداره کل راهداری استان کرمان معرفی شد. به گزارش خبرگزاری تسنیم، آئین تودیع و معارفه معاون حمل و نقل اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده‌های استان کرمان روز گذشته با حضور خداداد مقبلی مدیرکل راهداری استان کرمان برگزار شد. در این مراسم مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده‌های استان با اشاره به اینکه مجموعه راه و حمل و نقل نقش مهمی در اقتصاد کشور دارند اظهار داشت: دو وظیفه در حوزه راهداری و حمل و نقل در این اداره ذیبال می‌شود. وی با بیان اینکه حدود ۱۹ هزار کیلومتر راه در استان کرمان وجود دارد، گفت: نگهداری و ایمن‌سازی راه‌های آسفالت استان به طور مستمر کار سخت و دشواری است که با جدیت پیگیری

می‌شود. مقبلی با اشاره به اینکه توسعه اقتصادی بدون زیرساخت راه امکان‌پذیر نیست، افزود: خدمت‌رسانی به مردم در هر زمینه‌ای به ویژه حوزه راه ارتباطی که از ضروریات جامعه است از عبادات محسوب می‌شود.

مدیرکل راهداری و حمل و نقل جاده‌های استان با اشاره به اینکه مسئولیت خدمت‌رسانی به مردم یک نعمت است و باید شکرگذار خداوند باشیم، خاطرنشان کرد: با توجه به بارندگی‌های انجام شده تلاش‌های زیادی از سوی راهداران برای باز ماندن راه‌های استان می‌شود. وی با بیان اینکه تعداد زیادی از پرسنل راهداری از حدود ۶ ماه پیش حقوق دریافت نکردند، گفت: این موضوع باعث نشده که نسبت به وظیفه کاری خود کوتاهی کنند و شب گذشته تا صبح درگیر نمک‌پاشی و



جاده‌های استان کرمان با بیان اینکه مدیریت در جامعه اسلامی یعنی خدمت‌رسانی در جهت آسایش و رفاه مردم در چارچوب وظایف سازمانی، گفت: نظارت و ارزیابی شرکت‌های حمل و نقل جاده‌ای در دستور

کار ویژه قرار می‌گیرد. در این مراسم مهدی صیغوری به عنوان معاون جدید اداره کل راهداری و رفاه مردم در چارچوب استان کرمان معرفی و از خدمات مسعود جمیلی معاون سابق این اداره تجلیل شد.

خبر

دانش سیاسی

چگونه یک سفره رسمی
بچینیم؟ (۲)

لوازم روی میز:

(الف) دستمال سفره:

دستمال سفره را هنگام آغاز صرف غذا بشکل بسیار آرام و متین باز کرده و روی زانو قرار دهید. تا انتهای صرف غذا باید همان جا باقی بماند. از دستمال سفره باید تنها برای تمیز کردن مختصر دهان استفاده کرد و نه صورت و یا پیشانی.

پیش از نوشیدن مایعات لبه‌های خود را با دستمال پاک کنید تا جای لک چربی روی لیوان شما نمایان نگردد. پاک کردن لب هم با حرکات ملایم کوتاه فشاری و نه اینکه لب و لوجه را محکم به دستمال بمالید. اگر خواستید صندلی خود را برای مدت کوتاهی ترک کنید باید دستمال سفره خود را روی صندلی قرار دهید که دیگران و پیش خدمت متوجه آن گردند.

هنگام پایان یافتن صرف غذا دستمال را به آهستگی از روی زانو برداشته و آرام از میانه آن گرفته در کنار بشقاب، سمت چپ خود قرار دهید. (در وسط بشقاب کثیف و اینها نگارید) آنرا تا و مرتب نکنید؛ باید مشخص گردد که استفاده شده است.

(ب) بشقاب و کارد و چنگال:

طرز چیدن میز معمولاً به این قرار است: بشقاب در وسط، قاشق، کارد و لیوان سمت راست و چنگال، دستمال سفره و نان سمت چپ. بر عکس آنچه بیشتر مردم می‌ترسند استفاده از قاشق و چنگالها بسیار آسان است. تعداد کارها و چنگالها بر حسب تعداد سرو چیده شده است. در اولین سرو از منتهی الیه خارجی آغاز کرده و در هنگام تعویض بشقاب از جلوی شما برداشته‌میشود.

چنگال و قاشق کوچک بالای بشقاب برای دسر است. هیچ گاه کارد و چنگال و قاشقی را که استفاده کرده اید را مجدداً روی میز قرار ندهید بلکه آنها را روی بشقاب بگذارید.

هنگامی که صرف غذایشان پایان یافت نباید کارد و چنگال خود را به صورت اریب روی بشقاب قرار دهید. اگر هم خواستید که میز را برای مدت کوتاهی ترک کنید، باید کارد و چنگال را بصرت ضربدری روی بشقاب قرار دهید تا دیگران و پیشخدمت مطلع گردند که شما بازخواهید نشست.

اگر قاشق و یا کارد و چنگال شما به زمین افتاد آن را بردارید و به میزبان و یا پیشخدمت دهید و تمیز آن را درخواست کنید.

هنگامیکه غذا خوردنتان پایان یافت هیچگاه بشقابان را به سمت جلوی هل ندهید این عمل خلاف آداب معاشرت میباشد.

کارد و چنگال و قاشقتان را مثل پرچم در دست بگیرید و در هوا به احتراز در نیابرد.

کارد را مثل چماق در دست نگه‌بند.

سرو غذا:

در مهمانیهای رسمی پیشخدمتها دور میز میچرخند و غذا را بترتیب سرو میکنند (انواع سفره ها را بعداً توضیح خواهم داد).

غذا باید در جهت عقربه های ساعت و از چپ به راست سرو میگردد. همچنین غذا از سمت چپ افراد سرو شده و ظروف غذا از سمت راست مهمانان جمع آوری میگردد.

پیش از آن که میزبان شروع به صرف غذا نکرده و یا اجازه صرف غذا را نداده نباید شروع به صرف غذا کرد.

در حین غذا به هیچ وجه نباید میز غذا را ترک کنید مگر در موارد اضطراری مانند رفتن به دستشویی و یا داشتن حالت تهوع. در این هنگام عذر خواهی کنید و میز را ترک کنید.

اگر چیزی روی میز خواستید که دستتان به آن نمیرسد خودتان سعی نکنید آن را بردارید بلکه از فردی که به آن نزدیک است بخواهید که آن را به شما بدهد.

هرگاه فردی از شما درخواست نمک و یا فلفل نمود، هم فلفل و هم نمک را به وی بدهید حتی اگر فرد تنها یکی از این دو را درخواست کرده باشد.

ادامه دارد

راشاگیت
تکرار دوباره واترگیت

صحت کرده است.. تحولات اینروزهای آمریکا را می توان به نوعی یادآور خاطرات تلخ واترگیت برای جمهوری خواهان دانست. بین سال های ۱۹۷۲-۱۹۷۵ افتاد که فاش شدن آن به یک بحران سیاسی در آمریکا بدل گشت، پیامد این رسوایی استعفای ریچارد نیکسون رییس جمهور، جمهوری خواه وقت آمریکا بود.

واترگیت هتلی است که واشنگتن که در سال ۱۹۷۲ محل استقرار ستاد انتخاباتی دموکرات ها بود، در جریان آن انتخابات تعدادی از ماموران اف بی آی وارد واترگیت شدند و دستگاه شنود کار گذاشتند و مقادیری از اسناد موجود را به منظور بهره برداری های مختلف به سرقت بردند. این اقدام غیر قانونی با پیدا شدن یک نوار کاست توسط یک مامور حراست هتل بطور تصادفی لو رفت و روزنامه واشنگتن پست از طریق دو تن از روزنامه نگاران خود به نام‌های باب وودوارد و برنشتاین آن را به اطلاع افکار

عامی رساندند. اما نکته ی جالب توجه در باره ی واترگیت این است که این اقدام هواداران نیکسون او را مجبور به استعفا کرد و ماجرای واترگیت را برای همیشه به لکه ی ننگی در تاریخ سیاسی عملکرد جمهوری خواهان تبدیل کرد. به نظر می رسد این بار اگر تمام نشانه ها مثل حمایت های ترامپ از پوتین، ناکارآمد دانستن ناتو، ارتباطات پنهانی مشاوران وی با مقامات روس و حمایت های پوتین از ترامپ را کنار هم بگذاریم، می شود به این پی برد که امکان دارد یکبار دیگر هم شاهد افتضاحی جدید از سوی جمهوری خواهان اما این بار با نام «راشاگیت» باشیم.

اگر ترامپ به سرنوشت نیکسون دچار شود، شاید دیگر نتوان امید داشت که رابطه روسیه با ایالات متحده بهبود یابد و آبروی جمهوری خواهان خواهد ریخت و اعتبارشان را در جامعه آمریکا از دست خواهند داد.

بر اساس گزارش نیویورک تایمز، سازمان‌های اطلاعاتی آمریکا در حال بررسی این موضوع هستند که آیا ستاد ترامپ بر سر موضوع حمله سایبری یا دیگر تلاش‌های مسکو برای نفوذ در انتخابات ریاست‌جمهوری آمریکا، با این کشور تبانی کرده است یا خیر. به گفتهٔ مقاماتی که با این روزنامه گفت‌وگو کرده‌اند، هنوز هیچ مدرکی دال بر تبانی ستاد ترامپ با روس‌ها یافت نشده است، شب انتشار این خبر فلین استعفا کرد و رسوایی دیگری در کاخ سفید رخ داد. انگار که سرنوشت نمی خواهد هیچ یک از برنامه های ترامپ درست اجرا شود.

فلین در ابتدای طرح این اتهام تاکید می‌کند که حرفی از تحریم‌های آمریکا علیه روسیه زده نشده، مایک پنس هم از این ادعای او حمایت می‌کند. اما کمی بعد چندین مقام امنیتی آمریکایی می‌گویند مکالمه سفیر روسیه شنود می‌شده است و آنها تایید می‌کنند که آقای فلین درباره تحریم‌ها با او



بر خلاف تمام نظر سنجی‌ها، سرانجام ترامپ رئیس جمهور آمریکا شد. مخالفان دولت ترامپ این بار اعلام کردند که روسیه در انتخابات آمریکا و پیروزی ترامپ نقش مهمی ایفا کرده است که ترامپ پیوسته آن را رد می‌کرد. واقعیت نشان می‌دهد که تنفر ترامپ از رسانه‌ها کار دست او داد. نیویورک تایمز در گزارشی اعلام کرد: تیم کمپین ترامپ یک سال قبل از انتخابات آمریکا با مقامات روسی در ارتباط بوده اند و این همزمان با دوره ای است که ظاهراً روسیه با همکاری اطلاعات مربوط به انتخابات سعی در نفوذ در این انتخابات داشته است.

مناسبات میان دو کشور هستند و بر آنند که از عادی‌سازی روابط دیپلماتیک بین روسیه و آمریکا جلوگیری کنند. آپریل ۲۰۱۶ بود که ترامپ گفت: «اگر رئیس جمهور شوم، روابط را با روسیه گسترش خواهیم داد». گهگاهی شنیده می‌شد که اعضای ستاد انتخابات دونالد ترامپ با روسیه ارتباط دارند. ماموران اطلاعاتی آمریکا در ردگیری‌ها و شنودهایی که به طور عادی انجام می‌دادند «استعفاي تحمیلی» مایکل فلین را تلاشی در راستای تخریب مناسبات دو کشور روسیه و آمریکا می‌دانند. آن‌ها بر این باورند که عده‌ای در آمریکا همچنان خواستار تنش در



بسم الله خرمی

روز دوشنبه ۲۵ بهمن ماه بود که مایکل فلین مشاور امنیت ملی کاخ سفید، ناچار به استعفا شد، خبری که واکنش غرب تا شوق در در برداشت. روس‌ها ابراز نگرانی کردند و برخی از آمریکایی‌ها فلین را خدمتکار روس‌ها خواندند. مایکل مور کارگردان و مستندساز آمریکایی به فلین صفت مزدور روسیه را نسبت داد. دیپلمات‌های روسیه «استعفاي تحمیلی» مایکل فلین را تلاشی در راستای تخریب مناسبات دو کشور روسیه و آمریکا می‌دانند. آن‌ها بر این باورند که عده‌ای در آمریکا همچنان خواستار تنش در

چهار گوشه

اولین حضور جیمز ماتیس در ناتو

وزیران دفاع سازمان پیمان آتلانتیک شمالی، ناتو، برای شرکت در اولین جلسه این سازمان با حضور جیمز ماتیس، وزیر دفاع آمریکا، به بروکسل رفته‌اند. ژنرال ینس استولتنبرگ، دبیر کل ناتو گفت وزیران دفاع عضو می‌خواهند فرستنده این پیام باشند که ناتو، یک پارچه و متحد است. وی گفت دونالد ترامپ، رییس جمهور آمریکا به او اطمینان داده که این کشور به ناتو متعهد باقی خواهد ماند. قرار است جیمز ماتیس تقاضای آقای ترامپ در این مورد را با اعضای ناتو در میان بگذارد که کشورهای عضو باید بودجه دفاعی‌شان را افزایش بدهند.

رکوردزنی هند در پرتاب ۱۰۴ ماهواره از یک راکت

هند با پرتاب ۱۰۴ ماهواره از یک راکت واحد، رکورد پرتاب ماهواره را شکسته است. به جز سه ماهواره، تمامی این نانوماهوره‌ها متعلق به کشورهای خارجی هستند و آمریکا مالک ۹۶ تا از آنهاست. نازندرا مودی، نخست وزیر هند در توییتر خود ضمن تبریک برای پرتاب این ماهواره‌ها، آن را لحظه‌ای غرورآمیز برای جامعه علمی و کشور هند خوانده است. در بازار تجاری و رو به رشد پرتاب ماهواره‌ها، برنامه فضایی هند به عنوان یک جایگزین قابل اعتماد و کم هزینه شهرت پیدا کرده است. تا کنون، رکورددار تعداد ماهواره‌های پرتاب شده از یک راکت، روسیه بود که در سال ۲۰۱۴ توانست ۳۴ ماهواره را از یک راکت پرتاب کند.

بازداشت ۲۷ افسر پلیس در ترکیه به اتهام ارتباط با گولن

به گزارش رویترز؛ مقامات ترکیه از دستگیری ۲۷ افسر پلیس در ۸ استان این کشور که با شبکه فتح الله گولن و کودتای نافرجام ژوئیه

خبر

خبر

ترامپ توان دور کردن روسیه از ایران را ندارد

پایگاه اینترنتی ویکی استاندارد در گزارشی نوشت: از زمانیکه «دونالد ترامپ» به عنوان رئیس جمهور جدید آمریکا برگزیده شده است، بسیاری از متحدان این کشور و دیگر ناظران سیاسی در گوشه و کنار جهان منتظر هستند ببینند وی چگونه با روسیه روابط نزدیک و دوستانه‌ای را آغاز می‌کند، درحالیکه روسیه و ایران نیز دوستان خوبی برای یکدیگر هستند.

دونالد ترامپ دوستی نزدیکی با «ولادیمیر پوتین»، رئیس جمهور روسیه، دارد. از سوی دیگر ترامپ همواره بر دشمنی خود با ایران تاکید داشته و بارها وعده پاره کردن برجام را داده است. کارشناسان سیاسی مایل هستند ببینند وی چگونه می‌تواند دوستی با روسیه و دشمنی با ایران را کنار یکدیگر داشته باشد.

در مدت کوتاهی که کابینه ترامپ وارد کاخ سفید شده است، در جهت فریب دادن روسیه و دور کردن این کشور از ایران تلاش کرده؛ اما بخت ترامپ برای منصرف کردن پوتین از دوستی با ایران بسیار ضعیف است.

اتحاد مسکو و تهران در سوریه به یکدیگر گره خورده است؛ هر دو کشور از متحدان و دوستان تاریخی خانواده «اسد» به حساب می‌آیند. روسیه و ایران از فشار اسد، رئیس جمهور سوریه، در برابر معارضان مسلح و سایر تروریست‌ها حمایت می‌کنند. در زمانیکه جنگ داخلی سوریه وارد مرحله پرتنش و حساسی شد، روسیه و ایران به کمک دمشق آمدند. ایران مستشاران خود را به سوریه اعزام کرد و کار تعلیم نیروهای حزب‌الله را برای نبردهای زمینی در این کشور بر عهده گرفت. روسیه نیز با حملات موشکی به انهدام پایگاه‌های داعش مشغول شد. در حقیقت موفقیت ایران و روسیه در سوریه به یکدیگر گره خورده است.

حتی اگر روزی روسیه تصمیم به توقف عملیات نظامی در سوریه بگیرد، باز هم بعید به نظر می‌رسد خدشه‌ای بر دوستی عمیق مسکو- تهران وارد شود. روسیه و ایران در بسیاری از مسائل زیربنایی با یکدیگر اتفاق نظر و همکاری دارند. در شرایطی که آمریکا موفق شد اغلب کشورهای منطقه خاورمیانه را به متحدان خود تبدیل کند، بدیهی است که روسیه مایل به از دست دادن ایران نیست. درخواست از پوتین برای کنار گذاشتن ایران مانند این است که از وی خواسته شود از خاورمیانه چشم‌پوشی کند.

کشته شدن سفیر امارات در افغانستان

شبکه تلویزیونی العربیه لحظاتی پیش در خبری فوری اعلام کرد: سفیر امارات در افغانستان بر اثر جراحات وارده در انفجار قندهار در گذشت.

بر اثر وقوع سه انفجار در یک رستوران در قندهار در اواخر دیماه، هشت نفر از جمله سفیر امارات و استاندار قندهار مجروح شدند.

دیدار رئیس سازمان سیا با محمود عباس

شبکه تلویزیونی المیادین در خبری فوری به نقل از خبرنگار خود اعلام کرد، «مایک پامپو»، رئیس سازمان سیا (سازمان جاسوسی آمریکا) در رام الله با «محمود عباس»، رئیس تشکیلات خودگردان فلسطین دیدار کرد.

در دیدار، رئیس سازمان سیا با محمود عباس که در مقر ریاست تشکیلات خودگردان در رام‌الله برگزار شد، دو طرف درباره طرح تشکیل دو کشور مستقل، اوضاع امنیتی و خطر شهرک سازی تبادل نظر کردند.

غرق شدن ۱۳ عراقی توسط داعش

به نقل از سومریه تیوز، یک منبع محلی در استان نینوا اعلام کرد: گروه تروریستی داعش جنایات خود علیه مردم را بار دیگر تکرار کرد و ۱۳ غیرنظامی را در آب خفه کرد.

به گفته این منبع، گروه تروریستی داعش این افراد را در مرکز موصل در قفسی زندانی و در آب غرق کرد تا کشته شوند.

این منبع که نتوانست نامش فاش شود، گفت: این جنایت در منطقه «دواسه» در مرکز موصل و بر اساس حکم دادگاه به اصطلاح شرعی گروه تروریستی داعش به اتهام جاسوسی صورت گرفت.

قاسمی: اردوغان جوگیر شده بود

بهرام قاسمی، سخنگوی وزارت خارجه ایران، گفته است رجب طیب اردوغان، رئیس جمهور ترکیه در بحرین «تحت تاثیر جو» حرف زده است.

آقای قاسمی با دفاع از نقشی ایران در عراق و سوریه گفته است: «به نظر می‌رسد اظهارات آقای اردوغان تحت تاثیر جو و احتمالاً تحت فضای هیجانی خاصی صورت پذیرفته باشد؛ چرا که در میان سران کشورهای منطقه، جناب اردوغان بیش از هر کسی به نقش سازنده و ثبات آفرین جمهوری اسلامی ایران در منطقه به ویژه در عراق آگاه است.»

رجب طیب اردوغان، رئیس جمهور ترکیه سفری چهار روزه به کشورهای عرب منطقه کرده است. او روز یکشنبه در یک سخنرانی در موسسه صلح بحرین گفت: «ما نمی‌خواهیم که شاهد تجزیه سوریه باشیم. اما شما می‌دانید کسانی هستند که هم در عراق به دنبال استفاده از شکاف‌های فرقه‌ای هستند.»

علاوه بر این بعضی رسانه‌ها از قول آقای اردوغان نوشته‌اند که در سوریه عراق «مساله ملی گرایی فارس» وجود دارد که باید متوقف شود.

بهرام قاسمی در واکنش به این نقل قول گفته است ثبات و امنیت اولویت‌های سیاست ایران در منطقه هستند و دسترسی به آنها از طریق شناخت «بازیگران هرج و مرج طلب و حامی تروریست‌ها» ممکن می‌شود. ایران پیش از این برخی کشورهای عرب و همچنین ترکیه را به حمایت از گروه‌های اسلام‌گرای افراطی متهم کرده است.

مقام‌های چندین کشور عرب منطقه نیز به دفعات ایران را به مداخله در دیگر کشورها و حمایت از گروه‌های تروریستی متهم کرده‌اند.

آقای اردوغان در بحرین به ملک حمد بن عیسی آل خلیفه به خاطر «تلاش‌هایش در حفظ ارزش‌های انسانی و سهمش در امت اسلامی» نشان افتخاری داد.

او روز سه‌شنبه هم در عربستان سعودی دیداری با ملک سلمان بن عبدالعزیز داشت. سایت‌های محافظه‌کار تابناک و الف در یادداشت‌هایی هشدار داده‌اند که ترکیه ممکن است بخواهد موضعش در مقابل ایران را تغییر دهد و به کشورهای عرب نزدیک شود.



آگهی مزایده نوبت دوم

در اجرای نایب شماره ۱۲۳۳۳۹-۰۰۰۰۲۱۰۳۹۵۰ اعطایی از اجرای احکام شعبه ۲ دادگاه عمومی حقوقی کرمان له شرکت فنی و مهندسی افراز نیارش و علیه آقای بهرام مرشدزاده دایره اجرای احکام شهرستان راور در نظر دارد هفده و پنج یازدهم سهم از ۹۶ سهم مشاع پلاک ثبتی ۲۲۰ اصلی بخش ۱۸ کرمان واقع در بلوار ۳۲ متری شهرستان راور به مساحت عرصه ۱۷۳۵ مترمربع با قیمت کارشناسی ۱۷۶/۶۱۰۰۰ ریال از طریق مزایده به فروش برساند جلسه مزایده در روزشنبه مورخ ۱۳۹۵/۱۲/۲۱ ساعت ۹ صبح در محل اجرای احکام مدنی راور با حضور نماینده دادستان برگزار می‌گردد. لذا طالبین خرید می‌توانند ظرف مدت ۵ روز تا قبل از روز برگزاری مزایده از ملک مذکور بازدید نمایند و شخصی برنده مزایده خواهد شد که بالاترین قیمت را پیشنهاد نموده باشد.

م الف ۲۲۲ مصطفی آبادیجو- مدیر دفتر اجرای احکام مدنی راور

نکته

تا به حال دچار هیچ مشکل روانپزشکی نشده‌اید؟

پژوهش دانشمندان نشان می‌دهد که اگر راست گفته باشید، آدم خیلی عجیب و غریبی هستید!

وقتی ۴۰ سالتان باشد، خواهی نخواهی خیلی بیماری‌ها را تجربه می‌کنید، مثلاً حتماً چند بار آنفلوآنزا گرفته‌اید، یک نوبت آبله‌مرغان را گذرانده‌اید و احتمال اینکه یک بار یکی از استخوان‌هایتان هم شکسته باشد، زیاد است.

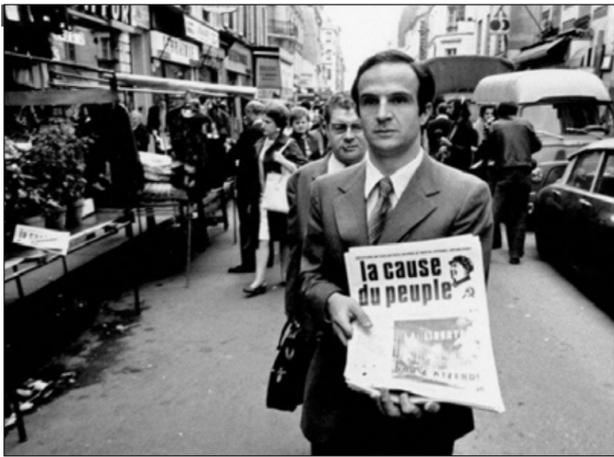


اما در مورد مشکلات روانپزشکی چه می‌شود گفت؟ احتمال اینکه کسی به میان‌سالگی برسد و هیچ مشکل روانپزشکی، حتی به صورت موقت نداشته باشد، چقدر است؟ به تازگی نتایج یک پژوهش طولانی در مجله Abnormal Psychology منتشر شده که نشان می‌دهد بیشتر انسان‌ها طی ۴ دهه عمرشان دست‌کم یک بار به نوعی دچار مشکلات روانپزشکی می‌شوند.

برای این کار محققان ۹۸۸ داوطلب را از بدون تولد تا ۲۸ سالگی تحت نظر گرفتند. یعنی مطالعه یک مطالعه طولی بود.

در این مدت ۱۳ بار با پرسشنامه‌های دقیق ابتدای آنها به بیماری‌های روانپزشکی بررسی شد. مشخص شد که ۱۷۱ نفر یعنی ۱۷ درصد، در این مدت، هیچ نوع افسردگی، اضطراب یا مشکلات دیگر را گزارش نکرده‌اند. اما ۴۱ درصد دست‌کم یک بار به صورت موقت مشکلات روانپزشکی داشته‌اند و ۴۰۸ نفر باقی‌مانده جدال‌های طولانی‌تری، حتی به مدت چند سال با مشکلات جدی‌تر، روانپزشکی مثل افسردگی دوقطبی داشته‌اند. اما این دسته کوچک ۱۷ درصدی که مشکلات روانپزشکی نداشتند، دارای چه خصوصیتی بودند که اینچنین آنها را مقاوم کرده بود؟

مشخص شد که اینها خصوصیات خیلی مشابهی با هم داشتند: آنها در کودکی خیلی مثبت بودند، متصل به گروه‌های اجتماعی بزرگ بودند و رفتار بالغ‌تری نسبت به هم‌تایان خود داشتند. همچنین این افراد اعضای خانواده‌هایی بودند که در آنها مشکلات روانپزشکی خاصی وجود نداشت. این تحقیق می‌تواند نشان بدهد که درگیری شما با یک مشکل روانپزشکی خاص مثل اضطراب و افسردگی یا وسواس، نباید نگران‌کننده کند که آدم ضعیف یا بدشانسی هستید، در واقع شما به گروه اکثریت پنهان جامعه تعلق دارید و باید بدون سرافکندگی اشتباهی که گاهی این بیماران دارند، مشاوره و ویزیت روانپزشکی شوید.



دیدن این صحنه به این نتیجه رسیدم که پلیس آدمها را برحسب موقعیت ظاهری و اسم و رسمی که دارند در واقع جدا می‌کند. فکر کردم به همکاران فروشنده روزنامه «خواست مردم» توصیه کنم همواره لباس مرتب بپوشند و اگر احياناً جایزه نوبل به آنها پیشنهاد شد از دریافتش خودداری نکنند!

آقای رئیس، این‌ها مطالبی بودند که قصد داشتم در دادگاه ۸ سپتامبر شخصاً شهادت بدهم.

فرانسوا تروفو

منبع: مجله کلک - سال ۱۳۷۵

بین افرادی که روزنامه را برای گذران زندگی می‌فروختند و بالطبع بیشتر در خطر تعقیب و دستگیری بودند و آنها که به خاطر اعتقاداتشان اقدام به این کار می‌کردند وجود داشت. حوادث بعدی برداشت مرا از این موضوع تأیید می‌کرد. عابری که ژان پل سارتر را شناخته بود به مأمور پلیس نزدیک شد و گفت: شما می‌خواهید یک برنده جایزه نوبل را توقیف کنید؟ در این موقع اتفاق عجیبی افتاد. مأمور بازرسی ژان پل سارتر را رها کرد، قدم‌های سریعی برداشت و از گروه ما دور شد. با

چگونه کودکان باهوشی را تربیت کنیم؟

ندارد که چه سازی را برای نواختن انتخاب می‌کنید، چیزی که مهم است این است که تا وقتی او بزرگ نشده کار را شروع کنید.

۷- به فرزندان اجازه دهید شاهد کارهای هوشمندانان باشند

بچه‌ها رفتارهای بزرگان را تقلید می‌کنند، اگر آن‌ها شما را مشاهده کنند که مشغول خواندن کتاب یا نوشتن چیزی هستید یا این‌که موسیقی می‌نوازید یا کارهای خلاقانه انجام می‌دهید از شما تقلید می‌کنند و این آغاز فرآیند باهوش‌تر شدن آن‌هاست.

۸- به فرزندان اجازه بدهی بازی کردن بازی‌های هوشمند کامپیوتری را بدهید

بهترین بازی‌ها آن‌هایی هستند که به کودکان حروف، ریاضیات، موسیقی، آوا و خیلی چیزهای دیگر را بیاموزند. همچنین این بازی‌ها به آنان کمک می‌کند تا هماهنگی دست و چشمشان افزایش یابد و برای فناوری آینده هم آماده‌تر شوند و از همه مهم‌تر بچه‌ها همه‌ی این‌ها را به کمک بازی یاد می‌گیرند. آموزش و سرگرمی در کنار هم، بهترین شیوه‌ی آموزشی برای یادگیری بچه‌هاست. اینتینا

دیگران برسند.

۵- فرزندانان را تشویق به ورزش کردن کنید

تمرین‌های جسمانی علاوه بر این‌که آنان را قوی‌تر می‌کند، آنان را باهوش‌تر نیز می‌کند. ورزش جریان خون را افزایش می‌دهد و در نتیجه، مغز سلول‌های جدیدتری را می‌سازد. همچنین در بزرگسالان، ورزش سبب هوشیاری ذهنی نیز می‌گردد؛ اما توجه داشته باشید ورزش، تأثیر بلندمدتی بر رشد ذهنی کودکان خواهد داشت.

۶- موسیقی را بخشی از زندگی فرزندان کنید

مطالعات نشان داده گوش دادن به موسیقی سبب ارتقا حافظه، حواس، انگیزه و یادگیری می‌شود. همچنین موسیقی می‌تواند استرس‌های مخرب را از فرزندان دور کند. فراگرفتن ابزارآلات موسیقی هم می‌تواند تأثیر به‌سزایی در درست فکر کردن و درک بهتر مفاهیم انتزاعی ریاضیات مثل زمان و مکان کند. اگر امکانش را دارید از پیانو شروع کنید بعد از یادگیری، خواندن نت‌های موسیقی و نواختن نت در هر تائیه، راه برای یادگرفتن سایر آلات موسیقی بازر تر خواهد شد. هیچ اهمیتی

مهارت‌های زبانی او خواهد شد. همچنین کودکانی هم که در دوران کودکی خواندن را فراگرفته‌اند در طول زندگی‌شان علاقه‌ی بیشتری به مطالعه داشته و در مدرسه هم عملکرد بهتری داشته‌اند و در بزرگسالی هم در زندگی موفق بوده‌اند. خواندن کتاب از جمله مهم‌ترین فعالیت‌هایی است که باعث باهوش‌تر شدن کودکان می‌شود.

۳- فرزندان را به گونه‌ای تربیت کنید که هر دو طرف مغز رشد کند

سمت چپ مغز وظایفی از جمله استدلال، منطقی و زبان را بر عهده دارد درحالی‌که سمت راست مغز ویژگی‌هایی نظیر خلاقیت و هنر را دارد.

۴- به فرزندان اجازه بازی کردن بدهید

زمانی‌که او با دیگر بچه‌ها بازی می‌کند، آن‌ها باهم، ارتباطات هوشی اجتماعی، جسمانی و احساسی برقرار می‌کنند که به پیشرفت مهارت‌هایشان می‌انجامد. به این دلیل است که در هنگام بازی باهم، آن‌ها یاد می‌گیرند ایده‌هایشان را باهم ترکیب کنند و به احساس و تجربیات مشترکی با



او بازی کردن با او تأثیر زیادی بر رشد هوشی او دارد و در واقع یک ارتباط عاطفی درست بین شما و کودکان سبب تشکیل شالوده‌ی فکری و قدرت تفکر بالای او می‌شود.

۲- با فرزندان صحبت کنید و همچنین زمانی‌که او با شما حرف می‌زند به او گوش کنید

این عمل سبب می‌شود مهارت‌های زبانی و ارتباطی او تقویت شوند. گاهی هم لازم است برای او کتاب بخوانید، حتی اگر او معنی کلمات را هم متوجه نشود. این کار شما سبب رشد

۱- به فرزندان توجه کنید

مشاهدات دانشمندان نشان می‌دهد، رشد ذهنی نوزادانی که مورد نوازش قرار نمی‌گیرند یا با دیگران بازی نمی‌کنند و ارتباط عاطفی درستی هم ندارند کند می‌شود. همچنین دانشمندان به این نتیجه رسیده‌اند که رشد نوزادانی که به آغوش گرفته نمی‌شوند یا مورد توجه قرار نمی‌گیرند متوقف شده است و یا دچار افسردگی شده‌اند و در نهایت هم مرده‌اند. علی‌رغم این، مطالعات بسیاری هم نشان می‌دهند به آغوش گرفتن نوزاد، توجه کردن به

رشد مغز کودکان بستگی زیادی به تجربیات و تمرین‌هایی دارد که مغز آنان دریافت می‌کند. علامت‌ها، صداها، لمس کردن و بوییدن همه از عواملی هستند که سلول‌های مغز را تحریک می‌کند تا بیشتر باهم در ارتباط باشند که اصطلاحاً به آن سیناپس گفته می‌شود. هرچقدر که این ارتباطات پیچیده‌تر باشد کودکان باهوش‌تر می‌شود. پس زمانی‌که ذهن کودک را با رنج گسترده‌ای از تجربیات درگیر می‌کنید به رشد هرچه بهتر مغز او سرعت می‌بخشید.

جدول اختصاصی شماره ۸۴۷

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱														
۲														
۳														
۴														
۵														
۶														
۷														
۸														
۹														
۱۰														
۱۱														
۱۲														
۱۳														
۱۴														
۱۵														

۶-وزیدن -از اعضای دستگاه تنفسی - سلطان - عقل و خرد
۷-مجموعه‌ای تلویزیونی ساخته حسن فتحی - مخترع برق - حرف دهن کجی
۸-متضاد سریع - بیگانگان - ماده بیهوشی قدیمی
۹-عدد خیطی - متأسف و اندوهگین - مکالمه
۱۰-واحد شمارش گاو - از ماه‌های سال میلادی - نهنگ - نغمه و بانگ
۱۱-جلوه - ایالتی در آلمان - پارچه کهنه
۱۲-دوستی و محبت - گردن بند مروارید - برادر
۱۳-مکر و حيله - وقت چیزی یا کاری - طایفه‌ای از تاتار
۱۴-نوعی پخت برنج - برحرفی - به تازگی
۱۵-بازیگر خانم فیلم «همان داریم» - دیندار

حل جدول شماره ۸۴۶

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱														
۲														
۳														
۴														
۵														
۶														
۷														
۸														
۹														
۱۰														
۱۱														
۱۲														
۱۳														
۱۴														
۱۵														

آگهی مزایده مال منقول

اجرای احکام شعبه دوم دادگستری شهرستان کرمان در نظر دارد در خصوص پرونده اجرایی کلاسه ۲/۹۵۲۸۸۰ له خانم مهسان فلاح نژاد علیه آقای نیام ابراهیمی دایر بر مطالبه مهریه یک دستگاه پمپ بتن سبک به سال ساخت ۲۰۱۱ از کشور مالزی میباشد دستگاه شامل یک عدد الکتروپمپ dc به قدرت ۱۰ اسب بخار یک عدد الکترو dc به قدرت ۱ اسب بخار تابلوی برق یک عدد نوار نقاله و سایر اتصالات واقع در کرمان بزرگراه امام رضا روبروی شهرک افضل پور نمایندگی سایپا که به مبلغ ۱/۰۳۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال توسط کارشناس ارزیابی گردیده از طریق مزایده بفروش برساند، جلسه مزایده در مورخ ۱۳۹۵/۱۲/۱۸ راس ساعت ۹ صبح با حضور نماینده دادسرا در محل اجرای احکام حقوقی برگزار میگردد، متقاضیان در صورت تمایل به شرکت در مزایده ۱۰ درصد مبلغ پیشنهادی (حداقل قیمت فروش پایه ارزیابی شده می باشد) خود را به حساب سپرده دادگستری ۲۱۷۱۲۹۳۹۵۱۰۰ نزد بانک ملی واریز و قبض آن را به همراه پیشنهاد کتبی در پاکت در بسته و تا قبل از برگزاری جلسه مزایده تحویل این اجرا نمایند. بدیهی است شخصی به عنوان برنده مزایده شناخته میشود که بالاترین قیمت را پیشنهاد داده باشد و در صورت انصراف برنده مزایده ده درصد مبلغ پیشنهادی به نفع دولت ضبط میگردد. م الف ۲۳۶۶ دادورز شعبه دوم اجرای احکام حقوقی دادگستری شهرستان کرمان - حسینی

افقی

۱-از غذاهای محلی استان لرستان - بزرگترین شهر گامبیا
۲-گل نومییدی - اثری از بزرگ علوی - باران پیاپی
۳-فرود آمدن بر زمین - انجام یافتن - فیلمنامه
۴-گل لاله - هدایت کردن - شهرها
۵-الفبای موسیقی - آب نیمه گرم - از مناطق جنگ زده جنوب کشورمان - قبر
۶-قابل مشاهده - فارغ - اثر پا
۷-طلای قالبی - کوچ کردن - مخلوقات
۸-زرد به رنگ زعفران - عدل و انصاف - یکی از شهرهای استان چهارمحال و بختیاری
۹-کار بی مزد اجرت - خیرگزاری چین - درخت لرزان
۱۰-صد متر مربع - در خور و شایسته - جمله‌های قرآنی
۱۱-دیرانجام دادن کاری - غزال - زیباروی - رییس جمعی پاند
۱۲-نوعی پارچه - محل تغذیه جنین - نوازش
۱۳-بازخواست کردن - از حروف یونانی - ملعون ابدی
تاریخ
۱۴-مارکی بر خودروهای سنگین - علامت کالا - پاک از گناه
۱۵-نوعی ترشی - کشوری مستقل در شمال شرقی شهر

عمودی

۱-زندگی کردن - از القاب مبارک امام رضا (ع)
۲-نوعی سنگ زینتی - آراسته شده با چیزهای فرینده - سرپرست و قیم
۳-پيامبر - محل قربانی - سرباز ورزشده
۴-پرندهگان - درک و شعور - تکبر و خودبینی
۵-مکان - معادل فارسی آن «بسپار» است - نفوذ کننده



روزنامه سیاسی - اجتماعی (عضو تعاونی مطبوعات کشور)
صاحب امتیاز: موسسه مطبوعاتی پیام آوران
مدیر مسئول: علیرضا احمدی گوهری
مدیر عامل: تکبیا خدیژی سردبیر: بردیا امیر تیموری
صفحه آرایی: علی اکبرزاده
طراحی نامواره: محمد خضری مقدم
مدیر اجرایی: مریم شمس
نظرات نویسندگان دیدگاه شخصی آنان بوده و لزوما دیدگاه روزنامه نمی باشد.

دیر تحریریه: یاسر سیستانی نژاد
دیر سرویس ورزش: هادی کاربخش
دیر سرویس سفر: عرفان زارعی
دیر سرویس فناوری و اطلاعات: جاوید مومنی
دیر سرویس حقوقی: پیام خسروی سعید
دیر صفحه تکنولوژی: آرنی اسدی
دیر صفحه میدان زنان: سیمین سلطانی نژاد

دیر صفحه کافه هنر: سیده ایران منش
دیر سرویس بین الملل: بسم الله خرمی
عکاس: محسن رجب پور
پیام ما رتبه ۸۱ با امتیاز ۳۹/۷ در رتبه بندی
نشانی: کرمان، بلوار جهاد، نیش جهاد ۴۸، طبقه ۳ واحد ۸
تماس مستقیم تحریریه: ۳۲۴۷۱۳۹۰
تلفنخانه: ۳۲۴۳۵۹۰۸ و ۳۲۴۳۵۹۱۰

ایمیل: news@payamema.ir
کانال تلگرام: telegram.me/payamema
اینستاگرام: payamema_kerman
آیین نامه اخلاق حرفه ای پیام ما:
www.payamema.ir/akhlagh
پیش چاپ و چاپ: مهدوی (کرمان) - بلوار بوعلی - (۳۲۱۳۴۳۸۸)

اطلاعات

سکه	
طرح جدید	۱۱,۹۰۵,۰۰۰ ریال
طرح قدیم	۱۱,۷۰۰,۰۰۰ ریال
نیم سکه	۶,۳۹۰,۰۰۰ ریال
ربع سکه	۳,۴۲۰,۰۰۰ ریال
یک گرمی	۲,۱۳۰,۰۰۰ ریال
طلا	
هر گرم طلای ۱۸ عیار	۱,۱۴۸,۴۲۰ ریال
هر گرم طلای ۲۴ عیار	۱,۵۲۰,۹۲۰ ریال
ارز	
دلار آمریکا	۳۸,۱۵۰ ریال
یورو	۴۱,۲۴۰ ریال
درهم امارت	۱۰,۶۰۰ ریال
یوان	۵,۷۸۰ ریال
پوند	۴۸,۲۵۰ ریال
خودرو	
سمند LX	۳۰,۲۹۸,۰۰۰ تومان
رانا LX	۳۳,۳۸۹,۰۰۰ تومان
ویتارا دنده ای کلاس ۵	۱۲۵,۰۱۸,۰۰۰ تومان
سایبا ۱۱۱ SE	۲۰,۹۲۶,۰۰۰ تومان
کیا سراتو دنده ای	۷۵,۸۲۶,۰۰۰ تومان
برلیانس H230	۳۸,۹۵۰,۰۰۰ تومان
لیفان X50	۴۸,۹۰۰,۰۰۰ تومان
جک S5	۸۱,۹۰۰,۰۰۰ تومان
MVM ۵۵۰	۵۳,۴۶۲,۰۰۰ تومان
آب و هوای کرمان	
امروز	۷ تا ۱۲ بارانی
فردا	۸ تا ۱۷ بارانی

عکس نوشت



گاهگاهی که دل میگیرد،
به خودم میگویم:
دو دیاری که پر از دیوار است،
به کجا باید رفت؟
به که باید پیوست؟
به که باید دل بست؟

سهراب سپهری

عکس: یاسر خدیژی

سلامت

قهوه خام
معجزه لاغری هزاره جدید

کارشناسان تغذیه بر این باورند قهوه سبز یا قهوه خام نقش موثری در کاهش وزن و از بین بردن عوامل باکتریایی دارد.



بر اساس تحقیقات پژوهشگران مصرف نوشیدنی حاوی قهوه سبز اثرات درمانی منحصر بفردی بر سلامت بدن دارد، برای مثال

سبب لاغری و کاهش وزن شده، قند خون را در بیماران دیابتی کنترل می کند، باعث کاهش فشار خون بالا می شود، از ابتلا به آلزایمر در افراد جلوگیری می کند و همچنین عفونت های دارای منشأ باکتریایی را در بدن از بین می برد.

قهوه سبز همان دانه قهوه معمولی است که هنوز بو داده نشده و به اصطلاح خام است. برای تهیه نوشیدنی قهوه این دانه ها را در حرارت تفت داده تا قهوه ای رنگ شوند، طعم و رنگ خاص قهوه نیز از همین جا ناشی می شود.

از جمله اصلی ترین ترکیبات در قهوه، اسید کلروزنیک و کافئین است که هر دو دارای خواص درمانی فراوان برای سلامت بدن هستند.

این اسید باعث بهبود عملکرد هورمون ها، کاهش جذب چربی و کربوهیدرات توسط بدن، کاهش سطح کلسترول بد خون و نیز تنظیم تری گلیسیرید می شود.

روش مصرف قهوه سبز آسان است و پس از اطمینان از اصل بودن محصول، می توان دانه ها را پودر کرده و به همراه آب جوش و یا عسل ناشتا قبل از وعده های غذایی مصرف کرد و ظرف مدت کوتاهی اثر منحصر بفرد آن بر لاغری را مشاهده کرد.

نکته قابل توجه در خصوص مصرف قهوه سبز برای لاغری و تناسب اندام نداشتن حساسیت غذایی به آن است.

نمایشگاه

«مینیمالیسم سیاه و سفید»

افتتاح: جمعه ۲۹ بهمن ماه/نمایشگاه تا ۵ اسفند ادامه دارد/ساعت بازدید: ۱۷ تا ۲۰/کرمان، خیابان شهید بهشتی، بین طهماسب آباد و باغ ملی، گالری یادگاران



ویژه

کرمان کنسرت

وب سایت کرمان کنسرت اولین و تنها مرجع فروش الکترونیکی بلیط با امکان انتخاب صندلی در استان کرمان است. کرمان کنسرت آمادگی خود را برای همکاری با برگزار کنندگان کنسرت و سایر رویدادهای فرهنگی و هنری اعلام می دارد. کرمان کنسرت تنها یک مرجع فروش بلیط نیست بلکه می توانید فروش بلیط را در چند نقطه به صورت آنلاین مدیریت کنید.

www.kermanconcert.com
09355250005



بازار
بازار

هفته نامه اقتصادی، اجتماعی

www.tejaratesharghi.ir



دعوت به همکاری



با ما آنلاین زندگی کنید!

شرکت دیده بان نت به منظور تکمیل کادر پرسنل از افراد دارای مدرک کارشناسی کامپیوتر در سراسر استان کرمان دعوت به همکاری می نماید



علاقه مندان می توانند رزومه کاری خود را به آدرس ذیل ارسال نمایند

job@didi.ir

شماره تماس برای کسب اطلاعات تکمیلی

۰۳۶۹۰ - ۰۳۴
۰۳۴۳۰۰۰ - ۰۳۴
داخلی - ۸۳۰

فراخوان مناقصه (نوبت دوم)

نام	مناقصه گزار
اداره کل راه و شهرسازی استان کرمان	کرمان - بلوار شهید صدوقی - رو به روی سه راه فارابی - کد پستی ۷۶۱۷۸۹۹۹۶ - شناسه ملی ۱۴۰۰۰۲۷۵۷۷۵
مناقصه	
تضمین شرکت در مناقصه	برآورد
نوع	مبلغ (ریال)
مدت (روز)	مبلغ (ریال)
موضوع	مبانی
توسعه و تکمیل راههای روستایی کرمان (احداث و تکمیل محور سبزویی - پانته بیم)	۹۵/۷/۰۷۲
ضمانت نامه بانکی	۴۵۰,۰۰۰,۰۰۰
۳۶۵	۸,۹۰۰,۹۳۱,۱۲۶
فهرست بهای تجمعی راه ۱۳۹۵	
محل دریافت اسناد	
اداره کل راه و شهرسازی استان کرمان	محل
یا سایت http://iets.mporg.ir (پایگاه ملی اطلاع رسانی مناقصات کشور)	محل
از تاریخ نشر آخرین آگهی به مدت یک هفته	مهلت
اداره کل راه و شهرسازی استان کرمان (دبیرخانه مدیریت حراست)	محل
از آخرین روز مهلت دریافت اسناد مناقصه به مدت ۱۰ روز	مهلت
اداره کل راه و شهرسازی استان کرمان (اتاق جلسات)	محل
طبق اسناد مناقصه	زمان

روابط عمومی اداره کل راه و شهرسازی استان کرمان

نوبت دوم: ۹۵/۱۱/۲۸

آب ناجی زندگی است.



آگهی مزایده شماره ۳۰/الف/۱۲-۹۵ (نوبت دوم)

شرکت آب و فاضلاب استان کرمان در نظر دارد مقداری از لوازم و لوله اتصالات مازاد و مستعمل خویش را از طریق مزایده عمومی به فروش برساند.

لذا از علاقمندان به شرکت در مزایده دعوت به عمل می آید جهت دریافت اسناد و شرایط مزایده از تاریخ ۹۵/۱۲/۱ لغایت ۹۵/۱۲/۸ به نشانی کرمان بلوار ۲۲ بهمن شرکت آب و فاضلاب استان کرمان دفتر قراردادها مراجعه فرمایند.

ضمناً هزینه درج آگهی و حق الزحمه کارشناسی به عهده برنده مزایده می باشد.

مدیریت روابط عمومی و آموزش همگانی

پیام ما

«پیام ما» شادکامی را بررسی می کند

یک جرعه شادی

صفحه ۱۰



سناریوی دختران خوشتیپ
برای دستبرد
از پسران پولدار

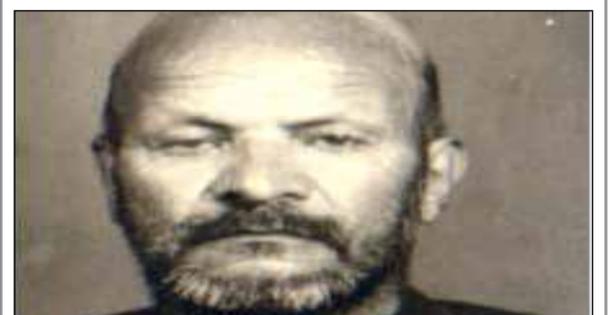
صفحه ۱۶



پیام ما مصرف ماری جوانا و مواد مخدر را بررسی می کند

هرچه درباره ی اعتیاد
می دانستیم غلط بود

صفحه ۱۴



معرفی مرحوم حاج میرزا
محمد زمانیان (رییس القرا)
نابغه قرآنی کرمان

صفحه ۱۲

«پیام ما» شادکامی را بررسی می کند

یک جرعه شادی

یکی دیگر از عوامل مؤثر در شادی افراد «سرمایه اجتماعی» است که شبکه ارتباطی فرد را تشکیل می دهد. در سرمایه اجتماعی اعتماد و مشارکت نقش اساسی دارند. اعتماد اعضا جامعه به هم، اعتماد به نژادها و قوم های مختلف و همچنین تنوع روابط دوستانه و تعداد گروه های دوستی از عناصر تشکیل دهنده سرمایه اجتماعی افراد هستند. میزان مشارکت های اجتماعی و سیاسی یکی دیگر از عناصر تشکیل دهنده سرمایه اجتماعی است. به گفته کارشناسان هر چه سرمایه اجتماعی افراد بیشتر باشد آنها بیشتر مستعد «شادکامی» هستند. به بیان تحقیقات انجام شده در این زمینه، اوقات فراغت یکی دیگر از عناصر شادکامی است. همه ی انسان ها اگر اوقات فراغت را از دایره ی زمان بندی زندگی شان حذف کنند، عصبی شده و خلا بزرگی را در زندگی خویش احساس خواهند کرد. ممکن است حتی افراد تصمیم بگیرند که اوقات فراغت خود را کار کنند ولی اگر این زمان فراغت حذف شود بر میزان شادکامی مردم تأثیر زیادی خواهد گذاشت. نگاهی به رفتارها و روحیه مردم در تعطیلات نوروز گواه این موضوع است.

تحقیق همچنین نشان می دهد که تیپ های شخصیتی، سن و سطح تحصیلات افراد مختلف هم در میزان رضایتمندی و شادکامی آنها تأثیر دارد و این بیانگر این موضوع است که عوامل درونی هم بر شادکامی بی تأثیر نیستند. یکی دیگر از مواردی که می تواند در افراد «شادکامی» ایجاد کند میزان سلامت جسمانی است. رعایت کردن رژیم های خوراکی سالم و همچنین آزمایش ها دوره ای و فعالیت جسمانی متناسب با سن افراد می تواند در رسیدن و حفظ سلامت افراد بسیار مؤثر باشد. متأسفانه در کشور ما ورزش کردن را مختص به جوانان دانسته و افراد باسن بالاتر از آن دوری کرده و یا از این موضوع هراس دارند که با ورزش کردن به خود آسیب می رسانند و این در حالی است که آنها با ورزش نکردن، به خود آسیب خواهند رساند. فرد در هر سنی نیاز به تحرک دارد و این نیاز حتی در افراد باسن بالاتر بیشتر هم احساس می شود اما باید شرایط جسمانی فرد مدنظر قرار گرفته و تحت نظارت متخصص صورت گیرد و مانند رژیم غذایی نیاز به یک برنامه ریزی اصولی دارد.

سرمایه های اجتماعی

هر فرد به اندازه ای عناصر منفی و ناخسندکننده پیدا می شود که نیاز زیادی به جستجو نباشد، در نتیجه کنترل افکار منفی می تواند برای جلوگیری از بدبینی و احساسات آسیب رسان بسیار مؤثر باشد. خوش بینی به آینده باعث می شود که فرد با امید به نتیجه بخش بودن از تلاش خسته نشود و این دیدگاه به صورت غیرمستقیم باعث موفقیت فرد خواهد شد. خوش بینی حتی بر سلامت جسمانی فرد هم مؤثر است. تحقیقاتی وجود دارد که نشان می دهد داشتن خوش بینی در بیماران قلبی باعث طول عمر آنها می شود.

تأثیر اعتقادات مذهبی بر شادکامی

احساسات مثبت فرد به صورت ناخودآگاه به شریک زندگی او منتقل شده و او را هم شادکام خواهد کرد، شادی همسر یکی دیگر از عوامل اصلی در شادکامی فرد است. اینکه فرد با توجه به این که تمام تلاش خود را کرده است از شرایط موجود زندگی اش راضی باشد در رسیدن به احساس خوشبختی بسیار مؤثر است. تحقیق کشوری جهاد دانشگاهی بیان می کند که داشتن اعتقادات مذهبی هم در میزان شادکامی افراد مؤثر بوده است. نتایج این

احساس و نگاه مثبت به زندگی در هر شرایطی کیفیت زندگی را بالا خواهد برد. گاهی کسانی را اطراف خود می بینیم که به تصور ما بسیار خوشبخت هستند ولی بعد از کمی ارتباط متوجه می شویم که آنها از زندگی خود راضی نبوده و به اصطلاح احساس «شادکامی» ندارند. منظور از بیان این مطلب این است که حتی با داشتن بعضی از شرایطی که می تواند فرد را خوشبخت جلوه دهد، امکان نبود شادی و رضایتمندی از زندگی وجود دارد. بر اساس تحقیقات انجام شده عوامل زیادی بر میزان شادکامی در افراد مؤثر هستند.

کنترل افکار منفی

میزان «خوش بینی به آینده وزندگی» یکی از عوامل تأثیرگذار در شادکامی است. افراد بدبین به واسطه ی نگرانی دائمی ای که دارند، معمولاً فرصتی برای لذت بردن از شرایط موجود خود نخواهند داشت و دائماً در حال محاسبه و پیدا کردن راهی هستند که در صورت برخورد با مشکلات کمتر آسیب ببینند. باید این نکته را ذکر کرد که این رویه در صورتی که از اندازه ی طبیعی خود خارج نشود وزندگی را تحت شعاع قرار ندهد، بسیار معقول و منطقی است. در اطراف



اگر سلامتی نباشد تمام دنیا را هم داشته باشی شاد نخواهی بود

حمید مرد ۶۸ ساله‌ی بازنشسته‌ای است که شادکامی را در «سلامت بودن» می‌داند، او به «پیام ما» گفت: «به نظر من مهم‌ترین موهبتی که می‌تواند انسان را خوشبخت و شادکام کند، «سالم بودن» است. جوانان این موضوع را به‌خوبی درک نمی‌کنند. تا وقتی که سالم هستند فکر می‌کنند، که پول و شغل همه‌چیز یک زندگی است. اما وقتی به سن سال ما رسیدند، می‌فهمند که اگر سلامتی نباشد تمام دنیا را هم داشته باشی، شاد نخواهی بود. البته میزان درآمد افراد هم در راحت‌تر زندگی کردن مؤثر است. قطعاً یک

نفر که ماهی ۲۰ میلیون تومان درآمد دارد با کسی که ۹۰۰ هزار تومان در ماه حقوق می‌گیرد، زندگی‌شان متفاوت است. ولی غصه خوردن هیچ دردی را دوا نخواهد کرد. فقط ناامیدی و ناشادی را به دنبال می‌آورد.»

کرمانی‌های درون‌گرا

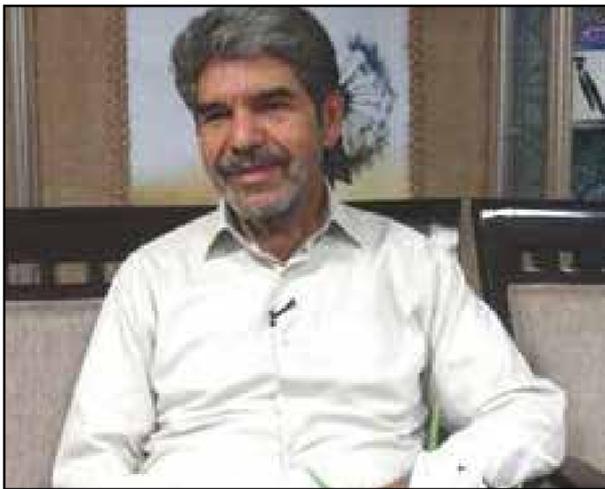
مرتضی لشکری کارشناس جامعه‌شناسی در رابطه با شادکامی در کرمانی‌ها به «پیام ما» گفت: «اکثریت کرمانی‌های جز آن گروهی از اعضا جامعه هستند که راه‌های رسیدن به شادکامی را به‌خوبی طی نمی‌کنند. تعداد پایین فضاهای سبز و مکان‌هایی تفریحی دلیلی برای اثبات این ادعا است، که از یک‌جهت مربوط به کم‌کاری مسئولان می‌شود و از جهت دیگر به دلیل وجود این احساس است

که مردم شهر کرمان علاقه‌ای به تفریح کردن و یا گذراندن وقت در فضاهای سبز ندارند، پس ضرورتی برای هزینه کردن در این بخش وجود ندارد. البته می‌توان یکی از دلایل این چنین رفتارهایی را در شخصیت خاص کرمانی‌ها هم جستجو کرد. این مردمان معمولاً درون‌گرا هستند و به دلیل جنگ‌های زیادی که در حافظه‌ی تاریخی این مرزوبوم قرار دارد، روحیه محافظت کارانه‌ای دارند که حتی در تفریح هم احتیاط را در نظر می‌گیرند.» در دنیایی که شادکام بودن «کیمیا» شده است، باید برای به دست آوردنش تلاش مضاعفی کرد. آموختن راهکارهایی برای رسیدن به آرامش بسیار لازم است همچنین توجه مضاعف به سلامتی می‌تواند فرد را شادتر کند اینکه انسان خود را دوست بدارد و هر کاری را که به سلامتی و روحیه‌اش آسیب می‌رساند از خود دور کنند، شادمانی را به دنبال خواهد داشت. «خوددوست داری» یکی از حلقه‌های گمشده‌ی آدم‌های عصر تکنولوژی شده است زیرا وقتی فردی خود را دوست داشته باشد قطعاً دیگر پرخوری نخواهد کرد، با همسر و خانواده مهربان بوده، بیشتر مطالعه و تمرین خوش‌بینی می‌کند. اگر مبحثی به کتاب‌های آموزشی دوره‌های مختلف تحصیلی اضافه بشود تا راهکارهای شاد بودن را به دانش‌آموزان بیاموزد، در آینده شاهد انسان‌های خواهیم بود که شادند و به کودکانشان شادی را خواهند آموخت.

معرفی

مرحوم حاج میرزا محمد زمانیان (رییس القرا)

نابغه قرآنی کرمان



محمد علی مبشری

دهیم فقط قرآن خوانده ایم و هیچ سودی به جامعه نرسانده ایم.

جمله مشهوری داشت به این تعبیر که آنچه داریم از قرآن است. قرآن در دنیا به جز از خدا از همه چیز برتر است. پس اگر خواهان زندگی سالم و زیبا هستید به قرآن روی آورید. می گفت در خانه ماهمه از معالجه طبیب بی نیازیم زیرا به قرآن عمل می کنیم و در هیچ چیز زیاده روی نمی نماییم. به گفته شاگردانش از چنان هوش و ذکاوت شگرفی بهرمنند بود که در زمینه حفظ و قرائت و تفسیر قرآن چیزی کم نداشت. به همین خاطر در میان عموم مردم و بزرگان شهر دارای اعتبار و جایگاه والایی بود و محل رجوع مسلمانان و معدن علم قرآنی زمان خود محسوب می گردید. شاگردان وی بعدها هر کدام قطب نورانی قرآن و اسلام در کرمان گردید. بزرگانی هم چون آیت الله صالحی، آیت الله موحدی کرمانی، آیت الله سید یحیی جعفری، آیت الله فقیه، دکتر محمد جواد باهنر، حجت الاسلام شیخ علی ایرانمنش، آیت الله حقیقی، حجت الاسلام سید ابوتراب ثمره هاشمی، حسین جلال کمالی و بسیاری

عارف بزرگ و عالم ربانی مرحوم حاج میرزا محمد زمانیان (رییس القرا) در سال ۱۲۶۵ شمسی در شهر کرمان متولد شد. وی از بزرگان علم و معرفت است که در شمار نوابغ قرآنی عصر خویش قرار داشت. به گونه ای که از سنین نوجوانی حافظ کل قرآن کریم شد و از سی سالگی به مدد نبوغ ذاتی و تلاش و ممارست بی نظیرش به قوه استنباط رسید و در علوم قرآنی و فقه و اصول و طب سنتی سرآمد مردان عصر خویش گردید. تا جایی که در جمع های معرفتی قرآن به عنوان استاد مسلم این علم مورد مراجعه عموم مردم و بزرگان علم و ادب قرار گرفت. او همواره خود را مرید و مجری دستورات حضرات آیات شیخ عبدالکریم حایری و آقا سید ابوالحسن اصفهانی و آیت الله بروجردی و آیت الله خوانساری و حضرت امام خمینی (ره) می دانست. شغلش پارچه فروشی بود و هیچ گاه در خرید و فروش اجناس از حدود قرآن عدول نمی کرد. هر روز قبل از نمازهای یومیه در حالی وارد مسجد جامع کرمان می شد که عرقچینی بر سر و عبایی بر تن داشت. سپس در گوشه مسجد به عبادت و خواندن نماز و راز و نیاز با خدا مشغول می گردید. بعد از پایان نماز همه علاقه مندان و قاریان کرمان به دورش حلقه نورانی قرآن می زدند تا از علم و حضورش بهره برند.

زندگی سالم و زیبا

تکیه کلام استاد در پایان درس همواره این بود که خدا نکند غرور شما را فرا گیرد. اگر مسلط به تمام نعمات و اصول صدا و الحان و هر ۱۴ روایت قرآن هم باشید؛ اما خلوص در کارتان نباشد هیچ فایده ای ندارد. همه این کارها برای این است که مردم را به راه اسلام هدایت کنید. اگر نتوانیم این کار را انجام

از شهدای کرمان و صدها عارف دیگر که بیان نام همه آن ها در این مقوله مقدور نیست و همگی به شاگردی استاد افتخار می کردند. محمدعلی مبشری می گوید: «روزی در تهران نزد آیت الله شیخ محمدعلی موحدی بودم که سخن از میرزا محمد زمانیان به میان آمد. دیدم آیت الله دو زانو و با ادب بر زمین نشستند و بعد از صلوات فرمودند میرزا محمد استاد من بود و در علوم قرآنی سرآمد زمانش محسوب می گشت. من هر آنچه در زندگی دارم از ایشان است. هم چنین آیت الله حقیقی از علما و عرفای کرمان نقل می کردند در حدود سال ۱۳۳۸ شمسی، به اتفاق میرزا محمد به حج مشرف شدیم. همان ابتدا تصمیم گرفتم تمامی وقتم را در طول سفر با استاد بگذرانم و از چشمه جوشان علم و معرفت ایشان بهره کافی ببرم. روزی فرمودند نماز را از نزدیک پشت سر امام جماعت مسجدالنبی بخوانیم تا با تلفظ کلام خدا از زبان وی آشنا شویم. بعد از نماز حالشان منقلب شد و می گفتند که امام جماعت آیات را درست خواندند اما با دقت بالا تلفظ نکردند. لذا به اتفاق نزد وی رفتیم و موضوع را با خودشان در میان گذاشتند. امام جماعت از ایرادات میرزا استقبال کرد و از ما دعوت نمود تا در مجمع علمای اهل سنت مدینه حضور یابیم. روز بعد به همراه حاج میرزا محمد به جلسه مشترک آنها رفتیم. ابتدا چند تن از امامان جماعت مدینه آیات مشخصی از قرآن تلاوت نمودند و سپس حاج میرزا محمد هم همان آیات را تلاوت کرد. اینجا بود که همگی به علم استاد ایمان آورده و گفتند شما صحیح ترید. برای من افتخار آمیز بود که علمای عرب زبان هم بر علم میرزا محمد، صحنه می گذاشتند. چند روزی که در مدینه



بودیم به خوبی مورد استقبال قرار گرفتیم و هر روز تعداد زیادی از علمای شهر برای دیدار و مباحث قرآنی به نزدمان می آمدند یا ما در جمع آن ها حاضر می شدیم.

روزی میرزا محمد به امام جماعت کرمان مرحوم آیت الله صالحی گفتند چند روزی است که تلفظ آیات قرآن را حین خواندن نماز درست بیان نمی نمایید. محمد علی مبشری می گوید آقای صالحی فرمودند که تازه دندان هایم را جراحی نموده و هنوز به آن ها عادت ندارم. بنابراین از ادای کلمات ناتوانم. سپس تا یک ماه از خواندن نماز جماعت خودداری ورزیده و فرد دیگری را به جای خود گماردند. همچنین حجت الاسلام سید ابوتراب ثمره هاشمی از روحانیون برجسته و سالخورده کرمان می گوید: «همه روحانیون و

مردم کرمان برای اطمینان از صحت قرائت قرآن و یا نمازشان به میرزا محمد مراجعه می کردند. جلسات سیار قرآن وی در تمام طول سال تداوم داشتند و هیچ گاه کلاس درسشان از شاگرد خالی نمی گردید. میرزا چنان اقتداری داشت که در جلسات قرآنش سکوت مطلق حکمفرما بود.

ذوب در انقلاب روحانی

نشستن در کنار میرزا محمد، انقلابی را در وجود انسان بر پا می ساخت. چه اینکه خود استاد هم عمری ذوب در یک انقلاب روحانی بود. دمی از بردن نام خدا کوتاهی نمی کرد و تا پایان عمر به مراقبه و محاسبه و خلوت ربانی خویش در تهذیب نفس و تربیت نفوس مستعد پ پرداخت و این در حالی بود که عشاق عرفان و جذبه روحانی از اقصی نقاط ایران و

جهان به حضورشان نایل شده و از برکات وجود ذی جودش بهره می بردند. او هیچ گاه برای انتقال علمش از کسی طلب مال یا پول نمی کرد و در مجالسش فقط با یک استکان چای از حاضران پذیرایی می نمود و اجازه نمی داد که از چپق یا قلیان که آن موقع جزو لاینفک مجالس روضه خوانی و قرآن خوانی بودند استفاده گردد. می گفت نباید مجالس معنوی را با رنگ و بوی دود و خوردنی به انحراف کشاند و آدم دور خودمان جمع کنیم. مردم کرمان از خصوصیات وی آگاه بودند و با کمال میل در مجالس قرآن و تفسیر وی حضور می یافتند. وی به سال ۱۳۵۵ شمسی بدرود حیات گفت و یادش سال هاست که در قلب های قرآنی کرمان جای دارد.

پیام ما مصرف ماری جوانا و مواد مخدر را بررسی می کند

هر چه درباره‌ی اعتیاد می دانستیم غلط بود

حالی که افسردگی، بی انگیزگی، تاثیرات مخرب روی حافظه فقط گوشه‌ای از آسیب‌های این ماده است و تازه این‌ها جدا از باز شدن راه اعتیاد و ریختن ترس مصرف کننده از مصرف دیگر مواد مخدر است و واقعا آسیب آن کم‌تر از شیشه نیست. * در مقاله‌ای که برای کنگره‌ی دانش اعتیاد فرستاده بودید درباره‌ی قانونی شدن مواد مخدر بحث کردید، آیا فکر می‌کنید با توجه به این همه آسیب‌هایی که برشمردید قانونی شدن صدمات را بالا نمی‌برد؟ خیر قانونی شدن شرایطی دارد، فرض کنید مثلا در منطقه‌ای از کرمان ماهانه ۵۰ میلیون هزینه‌ی مبارزه با مصرف ماری جوانا می‌کنید حالا اگر همین هزینه صرف آگاه سازی بشود و برای مثال این همه روانشناسی که سالانه از دانشگاه‌های مختلف فارغ‌التحصیل می‌شوند و بیکار هم هستند و یا می‌روند در مراکز ترک اعتیاد با ماهی ۴۰۰ هزار تومان روزگار می‌گذرانند، در حالی که در مدارس روانشناس حرفه‌ای نداریم و می‌تونیم این‌ها را بفرستیم تا با بچه‌ها حرف بزنند و برای ایشان فیلم پخش کنند و از راه‌های علمی مساله را برای بچه‌ها تقبیح کنند چرا که آزموده را آزمودن خطاست و دیده‌ایم که دائم گفتن اینکه ید است و بد است و بد است که فایده‌ای ندارد. آزاد سازی مواد وقتی جواب می‌دهد که همان هزینه‌ی میلیاردی را که برای مبارزه و درمان انجام می‌دهیم بگذاریم بر روی زمینه‌سازی و بجای انسان‌هایی که در این نبرد کشته می‌شوند و پرسنلی که شهید می‌شوند و زندگی‌هایی که تباه می‌شود و جوانی که بخاطر چند گرم ماری جوانا زندانی می‌شود و آنجا با هر چیزی که نباید آشنا بشود هم آشنا می‌شود و در واقع جوانی را به سیستم زندان داده‌ایم و در این بازه مقدار زیادی هم از پول مالیات دهندگان و بیت‌المال را هزینه‌ی چنین پروسه‌ای کرده‌ایم. در حالی که می‌توانیم آگاه سازی را انجام بدهیم و پیام خود را

اعتیاد ارائه دادند و بازخوردهای بسیار خوبی دریافت کردند در مصاحبه‌ای که با دکتر نیرومند انجام دادیم در مورد مساله‌ی اعتیاد گفت: با توجه به گزارشی که سازمان ملل (UN) منتشر کرده جمهوری اسلامی ایران بیشترین مواد افیونی جهان را کشف کرده. تا ۱۰ سال پیش دروازه‌ی اعتیاد سیگار بود و جوانان از سیگار شروع می‌کردند و بعد نسبت به دود نترس می‌شدند و سپس مواد دیگری را امتحان می‌کردند و در دام اعتیاد می‌افتادند اما در حال حاضر این دروازه تغییر کرده و تبدیل به ماری جوانا شده و تا جایی که من خبر دارم حتی برخی از بچه‌های دبیرستانی قبل از اینکه سیگار را تجربه کنند می‌روند به سمت ماری جوانا و فراگیری که از لحاظ فرهنگی دارد مزید بر علت می‌شود که خیلی از این بچه‌ها در این سن برای ثابت کردن اینکه بچه‌های خفنی هستند ماری جوانا را مصرف می‌کنند و بدتر از این هم این شایعات است که حتی در جامعه‌ی دانشگاهی دیده می‌شود که می‌گویند ماری جوانا آسیبی نمی‌رساند و اعتیاد هم ندارد و این واقعا خنده‌دار است چرا که اتفاقا آسیبی می‌رساند که هیچ مواد دیگری نمی‌رساند یعنی علاوه بر آسیب‌هایی که به مغز و دستگاه تنفسی و بخش‌های مختلف بدن می‌رساند یک آسیب دیگر هم دارد که اصلاحا به آن می‌گویند "پنیکوژن" یعنی شخصی که زمینه‌ی اسکیزوفرنی داشته باشد و یا ژنی نهفته حامل اسکیزوفرنی داشته باشد (مثلا پدر پدر بزرگش اسکیزوفرن بود و یا اختلال روانی دیگری داشته) در صورت مصرف ماری جوانا به اصطلاح ماشه‌ی بیماری را می‌کشد و آن ژن نهفته را بیدار می‌کند که این کار را حتی خطرناک‌ترین مواد مخدر نمی‌کنند اما ماری جوانا چنین صدمه‌ای هم می‌زند و با این حال عده‌ای تاکید می‌کنند که این مواد خطری ندارد و آسیب نمی‌رساند در

بزنه، تنها توی این شهر... این‌ها چکیده‌ی حرف‌های چند جوان بیست تا سی ساله‌ای است که من درباره‌ی مصرف ماری جوانا با ایشان هم صحبت شدم و البته ناگفته نماند که تمامی این افراد تحصیلات دانشگاهی داشتند و تا دانشجویان دکتری هم بین این جمع بود، اما ماجرا چیست؟ چرا این همه ماری جوانا برای جوانان ما جذاب شده؟ شاید بتوان پاسخ را در هالیوود پیدا کرد در حال حاضر فیلمی نیست که در هالیوود تولید شود و شخصیت به قول معروف خفن فیلم هر از چندی گل زند (ماری جوانا نکشد) و به گفته تعداد زیادی از کارشناسان این حوزه به واسطه‌ی اینکه اقتصاد کلانی بر پایه‌ی مصرف مواد مخدر شکل گرفته اصلا عجیب نیست که توسط رسانه‌های این چنینی مصرف ماری جوانا تبلیغ هم بشود همانطور که پیش از این کارخانه‌های سیگار سازی و دخانیات تبلیغاتشان را توسط پزشک‌ها انجام می‌دادند و معمولا پشت جلد مجلات تصویر مردی را می‌دیدید با روپوش سفید که می‌گوید من سیگار X را به شما پیشنهاد می‌کنم چرا که از بهترین تنباکوی جهان تولید می‌شود و بوی خوشی هم دارد. اما آیا واقعا باید توپ را مستقیم بیاندازیم توی زمین هالیوود؟ یعنی هیچ زمینه‌ی دیگری وجود ندارد و هالیوود و رسانه‌های از این دست به تنهایی اینقدر موفق بوده‌اند که در حال حاضر جوانان ما به مصرف ماری جوانا چنین نگاهی بکنند؟ دو تن از جوانان کرمانی به نام‌های محمد نیرومند دانش‌آموخته‌ی دوره‌ی دکتری مطالعات اعتیاد با همکاری علی فارسی‌پور دانش‌آموخته‌ی حقوق و فقه اسلامی مطالعه‌ای را انجام دادند با عنوان: مطالعه راهبردهای هنجار سازی در تولید، توزیع و مصرف مواد از دیدگاه قانون، شرع، روانشناسی و اقتصاد. ایشان این مطالعه‌ی راهبردی را در نهمین کنگره‌ی بین‌المللی دانش

حال می‌ده، دو تا راه بیشتر نیست بالاخره آدم خفنی هستی یا نه؟ اگر بخوای خفن باشی باید حداقل توی مهمونی‌ها گل بزنی. بین این نه اعتیاد داره و نه وابستگی و توی خیلی از کشورهای جهان هم قانونی شده و اصلا با آدمی که می‌خواد ماری بکشه کاری ندارن حتی توی هلند جاهایی شبیه به کافی‌شاپ دارند که مردم می‌تونن از توی منو انتخاب کنن که چه نوعی از ماری جوانا می‌خوان مصرف کنن و راحت هم براشون میارن و تازه جذب توریست هم برای هلند می‌کنه. اصلا همه‌ی اینا کنار باید یه فرقی بین بچه مثبت و امل با آدم حسابی و خفن باشه و خوبیه ماجرا اینه که چون اعتیاد نداره و طبیعی و گیاهی هم هست هر احساسی که داشته باشی رو چند برابر می‌کنه اگر خوشحال باشی دیگه می‌خوای برقصی و اگر هم ناراحت باشی شاید بیوفتی سر گریه و سبک شی، برای تمرکزت هم خوبه، مگه تو اهل هنر نیستی؟ همه‌ی هنرمندا یه چیزهایی مصرف می‌کنن، اصلا مگه می‌شه کله‌ی خالی نشست و همچین رمانی رو نوشت یا شاهکارهای موسیقی رو با شربت آبلیمو خلق کرد؟ معلومه که خالی هیچ کس هیچ کار به درد بخوری نمی‌کنه و از همه‌ی اینها مهم‌تر من یکی خیلی وقت‌ها احساس می‌کنم باید تنهاییم رو با یه چیزی پر کنم، می‌دونم یه وقت‌هایی هست که احساس می‌کنی این زندگی واقعا پوچه و هیچ چیزی نیست که ارزش داشته باشه آدم به خاطرش زنده باشه، می‌فهمی چی می‌گم؟ بعضی وقت‌ها زندگی واقعا طعم خودش رو از دست می‌ده و احساس می‌کنی واقعا بود و نبودت توی این دنیای درندشت هیچ فرقی نمی‌کنه و اگه همین الان هم بمیری هیچ کس هیچ احساس نسبت به مردنت نداره و اصلا کسی خبردار نمی‌شه که فلانی دیگه نیست، این وقت‌هاست که اگه یه چیزی نزنم (مصرف نکنم) واقعا ممکن هست هر کاری ازم سر



با موفقیت برسانیم نه اینکه بگوییم مصرف را آزاد کنیم تا هرکسی که خواست بتواند آزادانه هرکاری که دوست دارد را انجام بدهد اما همین که این عمل منع شده نباشد سهم زیادی از مصرف را کاهش می‌دهد چرا که این در روانشناسی ثابت شده است که هرچیزی را که منع کنید تقاضا برای آن بیشتر می‌شود برای مثال بیایید کتاب خواندن را ممنوع کنیم تا ببینیم چقدر آمار مطالعه بالا می‌رود. هیچ وقت دانش خطرناک نیست و حداقل این زمینه سازی‌ها و اشاعه‌ی دانش عمومی درباره‌ی اعتیاد این است که خانواده می‌فهمند بچه‌ها در معرض چه خطراتی هستند من مراجعی داشتم که می‌گفت: پسر من ماری جوانا می‌کشد و در اینترنت به من نشان داده که اعتیاد آور نیست و خطری هم ندارد، و در نتیجه با اجازه‌ی مادرش در خانه با موفقیت ماری جوانا می‌کشید و بخاطر ناآگاهی مادر هر دوی ایشان متضرر شده بودند.

و در پایان هم باید به تجربه‌ی کشور پرتغال اشاره کنم که وضعیتی بدتر از ما داشتند و در سال ۲۰۰۰ (دو هزار) بیشترین مصرف مواد مخدر در اروپا را به خود اختصاص داده بودند و بیش از یک درصد از مردم پرتغال به هروئین معتاد بودند. آنها مثل ما به سختی درگیر جنگ علیه مواد مخدر بودند و هزینه‌های میلیاردی هم برای جنگ می‌پرداختند که تصمیم می‌گیرند از دانشمندان و جامعه‌شناسان و روانشناسان در کنار یکدیگر استفاده کنند و راهکاری از ایشان بخواهند و جالب این جاست که درمی‌یابند تقریباً هر آنچه که درباره‌ی اعتیاد می‌دانستیم غلط بوده، فرض کنید برای ۲۰ روز مواد مخدری مثل هروئین را به طور روزانه استفاده کنید، حدس می‌زنید بعد از ۲۰ روز چه اتفاقی می‌افتد؟ مثلاً اگر لگن‌تان را عمل کنید هر روز دوز بالایی از دیامورفین به شما تزریق می‌شود که بسیار هم از هروئین خالص تر است چرا که آن افزودنی‌هایی که قاچاقچی به هروئین اضافه می‌کند در داروها نیست و ما فکر می‌کنیم که آن شخص باید حداقل از لحاظ جسمی به دیامورفین وابسته بشود چرا که

را هزینه‌ی برگرداندن معتادین به جامعه کردند و برای مثال اگر معتادی ترک می‌کرد دولت او را به شرکت یا کارخانه‌ای معرفی می‌کرد و می‌گفتند اگر این فرد را برای یکسال استخدام کنید دولت نصف حقوق و دستمزدهای او را خواهد پرداخت و هدف برنامه این بود که هر معتادی در پرتغال صبح‌ها که از خواب بیدار می‌شود دلیلی برای بیرون آمدن از تخت خواب داشته باشد (به اصطلاح صاحب کار باشد) و پس از طی این ۱۵ سال نتیجه این است:

تعداد معتادهای تزریقی ۵۰ درصد کاهش داشته است، مرگ و میر ناشی از مصرف مواد به شدت کاهش یافته و همینطور ابتلا به ایدز هم کاهش وسیعی داشته و جالب‌تر اینکه تقریباً تمام کسانی که ترک کردند تمایلی به مصرف دوباره از خود نشان ندادند در نتیجه من فکر می‌کنم ما در جامعه رشد می‌کنیم پس می‌توانیم در همین جامعه هم درمان شویم و نقطه‌ی مقابل اعتیاد ارتباط است.

موشها با جنسیت‌های مختلف پر کرد و نام آن قفس را "پارک موش" گذاشت و در کنار همه‌ی این وسایل حالا دو بطری آب معدنی و محلول هروئین در آب را قرار داد و همان آزمایش را تکرار کرد تا ببیند گرایش به اعتیاد چه فرقی می‌کند و نتیجه شگفت‌انگیز بود. آنها هیچ وقت آن آب آلوده را استفاده نکردند و آزمایشی که صد در صد به مرگ تحت تاثیر مصرف بیش از حد مواد ختم می‌شد این بار به صفر درصد مرگ و حتی صفر درصد گرایش به مواد مخدر ختم شد و موش‌ها حتی لب به آن آب نزدند من فکر می‌کنم هسته‌ی اصلی اعتیاد ناتوانی در زمینه‌ی تحمل زندگی است و گاهی بعضی از انسان‌ها از آنجایی که نمی‌توانند پیوندی با خانواده و یا جامعه برقرار کنند آن پیوند را با مواد برقرار می‌کنند در پرتغال آنها تمام مواد مخدر از ماری جوانا تا کراک را جرم‌زدایی کردند و تمام آن پولی که صرف جنگ با مواد می‌شد

گیرنده‌های شیمیایی موجود در آن دارو باید کارکرد بدن مختل کنند اما چنین نمی‌شود و مثلاً مادر بزرگ شما بعد از عمل روی لگنش و یکماه بستری بودن در بیمارستان به عنوان یک معتاد به خانه بر نمی‌گردد.

در این زمینه دکتر بوریس الکساندر استاد دانشگاه ونکوور آزمایش جالبی انجام داده معمولاً برای آزمایش اعتیاد موشی را در قفس می‌گذارند و به او دو بطری آب می‌دهند یکی آب معدنی است و بطری دوم آب و هروئین محلول در آب است و موش‌ها هم به آن آب معدنی لب نمی‌زنند و بواسطه‌ی لذتی که از مواد محلول در آب می‌برند آنقدر از آن آب و هروئین می‌نوشند تا در همان قفس می‌میرند اما پروفیسور الکساندر گفت در این قفس چیزی جز دو بطری نیست و موش کار دیگری ندارد بکند جز نوشیدن آب آلوده. در نتیجه او قفس بزرگی را از پنیر و اسباب بازی و لوله‌های بازی و توپ‌های رنگارنگ و از همه مهم‌تر

دو دختر که با طرح دوستی از پسران پولدار شمال شهر سرقت می کردند، توسط پلیس شناسایی و دستگیر شدند

سناریوی دختران خوشتیپ برای دستبرد از پسران پولدار

مراجعه آنها به پلیس شویم؛ از این افراد، به بهانه پول بنزین مبلغی را دریافت می کردیم و پس از چند روز ماشین بازی، ماشین های آنها را [بارها کردن در کنار خیابان] بازپس می دادیم.

شناسایی مالباختگانی که هیچگاه شکایت نکردند

با توجه به شیوه و شگرد هر دو متهم در سرقت خودرو و اعتراف صریح آنها به انجام سرقت های مشابه، کارآگاهان موفق به شناسایی تعداد دیگری از افرادی شدند که صاحب خودروهای مدل بالا همچون «پورشه»، «بی ام . و»، «بنز»، «هیوندا» و ... هستند که با وجود سرقت خودروهایشان، هیچگونه شکایتی مطرح نکرده و در تحقیقات تکمیلی مشخص شد که تمامی خودروها در اختیار صاحبانشان است و هیچکدام از این افراد نیز شکایتی از متهمین نداشتند.

سرهنگ کارآگاه فخرالدین فراسیابی، رئیس پایگاه چهارم پلیس آگاهی تهران بزرگ، با اعلام این خبر گفت: «در ادامه رسیدگی به پرونده، کارآگاهان موفق به کشف خودرو مالباخته در خیابان سهروردی شدند؛ همچنین در بررسی پرونده های مشابه، کارآگاهان موفق به شناسایی دومین شاکی شدند که خودروهای ۲۰۶ وی توسط متهمین، به همین شیوه و شگرد و در مورخه ۱۳۹۵/۰۳/۲۲ سرقت شده بود که با اعتراف متهمین، خودرو ۲۰۶ شاکی کشف شد».

رئیس پایگاه چهارم پلیس آگاهی تهران بزرگ، در پایان خبر عنوان داشت: با توجه به اعتراف صریح هر دو متهم به انجام سرقت خودرو، قرار قانونی از سوی دادیار محترم پرونده صادر و هر دو متهم روانه زندان شدند.



ساله (در محدوده میدان سپاه، وی نیز دستگیر و به پایگاه چهارم پلیس آگاهی تهران بزرگ منتقل شد.

دوستی خیابانی، شیوه و شگرد انجام سرقت ها

هر دو متهم در اظهارات خود به سرقت خودروی متعلق به مالباخته اعتراف کرده اما بر خلاف اظهارات مالباخته مبنی بر سرقت خودرو به شیوه موتورروشن و از کنار خیابان، آنها در اظهاراتی متفاوت عنوان داشتند: «با تردد در خیابان پر تردد سوار ماشین های مدل بالا می شدیم؛ پس از مدتی و با جلب اعتماد این افراد، در یک لحظه از غفلت صاحب خودروها استفاده کرده و خودروهای آنها را سرقت می کردیم».

هر دو متهم در خصوص انگیزه سرقت هایشان عنوان داشتند: «به هیچ عنوان نیاز مالی انگیزه سرقت خودروها نبود؛ تنها انگیزه مان، علاقه شدید به خودروهای مدل بالا بود و پس از چند روز سرقت خودروها و چرخیدن در سطح شهر، خودروها را در کنار خیابان رها کرده و به سراغ ماشین جدید دیگری می رفتیم؛ طی این مدت نیز با صاحب خودروها تماس می گرفتیم و به آنها عنوان می کردیم که خودروها را به آنها بازپس خواهیم داد تا مانع از



حسابش واریز کردم!!!

شناسایی و دستگیری متهمین

با توجه به اظهارات جدید مالباخته، کارآگاهان با اطلاعات جدید بدست آمده در خصوص «تماس سارق خودرو با مالباخته» و همچنین «واریز پول از سوی مالباخته» و با انجام اقدامات پلیسی اقدام به شناسایی خانم جوانی بنام «سارا . الف» (۲۰ ساله)، ساکن شهرری کردند؛ در بررسی سوابق سارا مشخص شد که وی فاقد هرگونه سابقه کیفری بوده اما در یک فقره پرونده شکایت با موضوع «فقدان افراد» در سال ۸۱ رسیدگی شده در پایگاه نهم پلیس آگاهی، بنا بر شکایت خانواده اش از خانه خارج شده بود که پس از چند روز توسط کارآگاهان پایگاه نهم آگاهی، شناسایی و به خانواده اش تحویل داده شده است.

با شناسایی محل سکونت سارا در شهرری، کارآگاهان پایگاه چهارم پلیس آگاهی به شهرری اعزام و در اولین مرحله اقدام به دستگیری سارا . الف کردند.

«سارا . الف» پس از انتقال به پایگاه چهارم به سرقت خودرو با همدستی یکی از دوستان و بچه محل های سابقش بنام «ساحل» اعتراف کرد؛ با شناسایی دقیق محل سکونت «ساحل . س» (۱۹

به گزارش سرویس حوادث «جام نیوز»، در ساعت ۲۰:۳۰، بیست و هشتم خرداد ماه از طریق مرکز فوریت های پلیسی ۱۱۰ وقوع یک فقره سرقت خودرو سواری به کلانتری ۱۴۷ گلبرگ اعلام شد. با حضور مأمورین کلانتری در محل اعلام شده در خیابان گلبرگ، مالک خودرو در اظهاراتش به مأمورین اعلام کرد که جهت خرید لحظه ای ماشین را به صورت موتور روشن!!!! در گوشه خیابان پارک کرده بودم که پس از مراجعه به محل پارک خودرو متوجه سرقت آن شدم. پرونده در پایگاه چهارم پلیس آگاهی تهران بزرگ: با تشکیل پرونده مقدماتی با موضوع «سرقت خودرو» و به دستور شعبه دهم دادیاری دادرسی ناحیه ۴ تهران، پرونده جهت رسیدگی در اختیار پایگاه چهارم پلیس آگاهی تهران بزرگ قرار گرفت.

اظهارات جدید مالباخته

همزمان با آغاز رسیدگی به پرونده، مالباخته با حضور در پایگاه چهارم پلیس آگاهی تهران بزرگ به کارآگاهان عنوان داشت که خانم ناشناس طی تماس تلفنی با ایشان عنوان داشته است که خودرو به امانت نزد اوست!!! و پس از چند روز به صاحبش (مالباخته) بازپس می دهد.

مالباخته در خصوص تماس زن ناشناس به کارآگاهان گفت: خانم ناشناس، طی تماس تلفنی با شماره تلفن همراه بنده و با حالتی بسیار مؤدبانه عنوان داشت «نگران نباشید؛ چند روزی احتیاج به ماشین شما دارم؛ قصد دارم به شمال بروم اما پول بنزین ندارم» و به این بهانه از من خواست تا مبلغی را در ازای پول بنزین خودرو به حسابش واریز کنم و من نیز مبلغ ۱۵۰ هزار تومان به