info@payamdaily.ir

پیام آشنا

شماره ۲۳۲۱
شنبه ۱۰/ تیر/ ۱۴۰۲
۱۲ / ذوالحجه / ۱۴۴۴
01 / July / 2023

صاحب امتیاز: موسسه همگامان اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج، بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کانون کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۳۲۵۳۳۸۳۸-۳۲۵۳۴۲۴۲-۰۲۶ فکس: ۳۲۵۳۰۱۰۱
امتیاز در طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۵۸/۲۳
چاپ: کارگر

خوانده

امروز با حافظ

بر من جفا ز بخت من آمد و گرنه یار
حاشا که رسم لطف و طریق کرم نداشت
با این همه هر آن که نه خواری کشید از او
هر جا که رفت، هیچ کسش محترم نداشت

خوانده

مفتاح نهانخانه اسرار، خموشی است
تا چند بگردی چو زبان گرد دهان‌ها؟

صائب تبریزی

افق کوتاه

اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۳:۰۷	۰۴:۵۳	۱۲:۱۰	۱۹:۲۶	۱۹:۴۷

برگ

مرد موفق کسی است که بتواند با آجرهایی که دیگران برایش پرتاب می‌کنند ساختمانی با پی محکم برای زندگی‌اش بسازد...

دیوید برینکلی

گزارش روز

رابطه و پول به جای بخشنامه و دستورالعمل!

تیرماه که همیشه فصل ثبت‌نام مدارس است فصل دغدغه خانواده‌ها نیز هست البته دانش‌آموزان میان‌پایه مثلا آبهایی که از کلاس چهارم به پنجم می‌روند یا از نهم به دهم برای ثبت‌نام دغدغه‌ای ندارند چون نام‌نویسی‌ها در همان مدرسه به صورت خودکار انجام می‌شود، مگر این‌که بخواهند مدرسه محل تحصیل خود را عوض کنند ولی خانواده‌هایی که دانش‌آموزان کلاس اولی، هفتمی و دهمی دارند به این علت که باید مدرسه قبلی را ترک کنند و به مقطعی بالاتر بروند همیشه برای ثبت‌نام دغدغه‌های زیادی دارند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از جام‌جم، یکی از دغدغه‌های بزرگ محدوده جغرافیایی ثبت‌نام است که فقط اجازه می‌دهد دانش‌آموزانی که محل زندگی‌شان با منطقه آموزش‌وپرورش مدرسه همخوانی دارد در آن ثبت‌نام کنند. این نوع محدودیت‌ها به‌خصوص برای مدارس دولتی که پرمتقاضی هستند یا بهر دلیل اسم و رسمی پیدا کرده‌اند، سال‌هاست مشغله‌های ذهنی فراوان برای خانواده‌ها و البته اصطکاک‌های زیادی را برای مسئولان مدارس ایجاد کرده، ضمن این‌که باعث بروز برخی مراودات مالی و خدماتی میان خانواده‌ها و مدیران مدارس شده است.

سال‌ها اصطکاک و اعصاب خردی و دوندگی برای ثبت‌نام در مدرسه دلخواه اما با دستورالعمل جدید آموزش‌وپرورش، لاقل روی کاغذ حل‌وفصل شده است بطوری که محدوده ثبت‌نام هر مدرسه وسیع‌تر شده و محل اشتغال والدین دانش‌آموزان نیز مورد توجه قرار گرفته است.

جزئیات دستورالعمل جدید

روز سه‌شنبه مجتبی هاشمی، رئیس سنا مرکزی ثبت‌نام دانش‌آموزان وزارت آموزش‌وپرورش در جمع خبرنگاران حاضر شده بود تا از جزئیات تصمیم جدید وزارتخانه بگوید. او که پیش‌بینی می‌کند مهر امسال ۱۷ میلیون دانش‌آموز در بیش از ۱۰۰هزار مدرسه کشور مشغول تحصیل شوند، تاکید می‌کند که «چون تاکنون خانواده‌ها نمی‌توانستند دانش‌آموزان‌شان را در مدارسی که در بین دو منطقه آموزش‌وپرورش مستقر بود، ثبت‌نام کنند در دستورالعمل جدید، ستادهای ثبت‌نام در استان و مناطق را ملزم کردیم تا مدرسه را «شعاع محدوده» و نه مرز و تقاطع تعیین کنند.» این اتفاق به این معنی است دیگر مدیرمدرسه‌ای نمی‌تواند از ثبت‌نام دانش‌آموزی که در آن سوی خیابان یا چند کوچه پایین‌تر زندگی می‌کند، اجتناب ورزد، زیرا دیگر منطبق بودن مرزهای محل سکونت دانش‌آموزان با مناطق آموزش‌وپرورش، ملاک تعیین محدوده ثبت‌نام نخواهد بود. در تصمیمی دیگر، وزارت آموزش‌وپرورش کار را برای والدین شاغل نیز کمی آسان‌تر کرده به این نحو که در دستورالعمل جدید تاکید دارد که «محدودیت‌ها طوری تعریف شده تا دانش‌آموزان بتوانند در نزدیک‌ترین مدرسه به محل اشتغال پدر و مادر ثبت‌نام کنند.» این موضوع به این علت اهمیت دارد که رفت‌وآمد والدین شاغل برای رساندن فرزندان به مدرسه را به حداقل می‌رساند و در بیشتر موارد نیاز دیگر نیازی به استفاده از سرویس مدارس نیست که در نوع خودش باعث صرفه‌جویی اقتصادی می‌شود.

مدارسی که راه خودشان را می‌روند

از صدور بخشنامه و دستورالعمل تا اجرای آن در مدرسه همیشه فاصله‌ای بعید وجود دارد بطوری که معمولا از آموزش‌وپرورش گفته است و از برخی مدارس نشنیدن با آن‌که اکنون سختگیری‌های قبلی و پافشاری‌های سابق بر محدوده‌های تعیین‌شده برای ثبت‌نام باید کمتر شده باشد، ولی شواهد و اطلاعاتی که در اختیار جام‌جم قرار گرفته مورد نقضی را آشکار می‌کند. والدین یکی از دانش‌آموزان که درگیر ثبت‌نام فرزند کلاس اولی‌اش در مدرسه دولتی اما خوشنام است به ما می‌گوید که مدیر به هیچ عنوان حاضر به ثبت‌نام دانش‌آموز او نیست چراکه مدرسه مورد نظر فقط سه کوچه با محدوده تعیین شده فاصله دارد. این خانواده اما خبر می‌دهند که با وجود این سختگیری برای افراد معمولی، کسانی که از نهادهای دولتی نامه معرفی داشته باشند به‌راحتی ثبت‌نام می‌شوند حتی اگر چند منطقه دورتر از مدرسه زندگی یا کار کنند این مصداق ثابت می‌کند با وجود دستورالعمل جدید وزارتخانه، همچنان برخی مدارس دولتی به‌صورت خودمختار عمل می‌کنند و بر اعمال محدودهای سنتی به جای شعاع محدوده اصرار دارند که این موضوع لزوم نظارت‌های بیشتر را گوشزد می‌کند.

قفل‌هایی که با پول باز می‌شود

برخی مدارس دولتی که عملکرد و خروجی‌های خوبی در طول سال‌های گذشته داشته‌اند متقاضیان قبلی توجهی دارند به همین علت مدیران‌شان می‌گویند برخی سختگیری‌ها و گزینش‌ها ضروری است و نمی‌توانند به همه درخواست‌ها ترتیب اثر دهند، چرا که ظرفیت مدرسه محدود است و فشار آوردن برای ثبت‌نام سبب افت عملکرد مدرسه می‌شود. اما جالب است که بسیاری از این مدارس وقتی والدین دست به جیب می‌شوند یا قول همکاری‌های مختلف را می‌دهند، نرم می‌شوند و دانش‌آموزان را ثبت‌نام می‌کنند چنانچه یکی از والدین دانش‌آموزان به جام‌جم توضیح داد مدرسه‌ای که به هیچ‌عنوان حاضر به ثبت‌نام فرزندش نبود، وقتی شنید که او در حوزه آبی‌نی می‌تواند به مدرسه خدمات رایگان بدهد و تجهیزات امنیتی مدرسه را با هزینه خودش نصب و نگهداری کند، محدوده را نادیده گرفت و دانش‌آموز را ثبت‌نام کرد. والدین دیگری نیز هستند که می‌گویند وقتی چکی را نوشته و پیش چشم مدیر مدرسه آن را امضا کرده‌اند، محدوده ثبت‌نام کنار رفته و فرزندشان دانش‌آموز آن مدرسه شده است. این درحالی است که هنوز هم مسئولان آموزش‌وپرورش این قبیل مشارکت‌های اجباری را ممنوع اعلام می‌کنند در حالی که این قبیل اقدامات ممنوعه، اول در اختصاص نیافتن بودجه به مدارس دولتی ریشه دارد و دوم در نظارت‌های کمرنگ وزارتخانه بر مدارس

برش

طبری، هاشمی، نجفی و زنجانی کجا هستند؟

مرکز رسانه قوه قضائیه در پی انتشار مطالبی در مورد وضعیت مبهم آزادی برخی از محکومان و برائت‌های غیر صحیح و غیر دقیق از سخنان رئیس سازمان زندان‌ها در این زمینه توضیحاتی منتشر کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از همشهری آنلاین، در این توضیحات آمده که بابک زنجانی و شهرام جزایری در زندان و در حال طی دوران محکومیت هستند

در مورد مهدی هاشمی همان‌طور که پیش‌تر نیز اطلاع‌رسانی شده، وی پس از تحمل ۷ سال زندان و پرداخت جزای نقدی و اجرای حکم شلاق هم اکنون طبق قانون و به صورت آزادی مشروط در خارج از زندان است.

در توضیحات مرکز رسانه قوه قضائیه همچنین در مورد محکومعلیه محمدعلی نجفی نیز آمده که وی سابقا قدام به اخذ رضایت از شاکی خصوصی خود کرده و با توجه به بخشنامه عفو ممیاری ۲۲ بهمن ۱۴۰۱ و حصول شرایط اعمال عفو، پس از تحمل بیش از ۳ سال زندان مانند بسیاری از افراد دیگر از زندان آزاد و محکومیت وی خاتمه یافته است.

گفتنی است نجفی به واسطه جنبه عمومی جرم خود به ۶ سال و نیم حبس محکوم شده بود که بیش از ۲ سال از این مدت را در زندان بود.

مرکز رسانه قوه قضائیه در ادامه و در خصوص آخرین وضعیت پرونده اکبر طبری نیز توضیح داده که اکبر طبری دارای عناوین اتهامی متعدد، بوده که در بعضی از عناوین به ویژه ارتکاب بزه اقتصادی به ۴۵ ماه حبس محکوم شده که این مدت حبس نفرموده یا گذراندن دوران محکومیت به صورت کامل خاتمه یافته است.

وی در دوران محکومیت نیز از هیچ مرخصی طویل المدتی استفاده نکرده است. در خصوص سایر عناوین اتهامی اکبر طبری نیز حکم بر محکومیت صادر، لیکن به دلیل اعتراض و واخواهی او و وکلایش، طبق قانون مراتب در دیوان عالی کشور در حال بررسی مجدد است. طبری همچنین جریمه‌های نقدی که به آن محکوم شده بود را پرداخت کرده است.

نفرموده بعد از تحمل ۴۵ ماه حبس، اکنون پس از تودیع وثیقه ۳۰۰ میلیارد تومانی و برابس تصمیم مرجع قضایی از زندان خارج شده تا نتیجه نهایی پرونده وی در دیوان عالی کشور مشخص شود.

نکته

آشفته‌بازار بلیت‌های هواپیمایی

قیمت بلیت هواپیما همزمان با گرانی دچار کمبود نیز شده است

به گزارش پیام آشنا به نقل از سازمان قیمت کالا و خدمات، قیمت کالا و خدمات بلیت‌های هواپیمای مسافری در کنار کمبود پروازها و فرسودگی بخش حمل‌ونقل هوایی همچنین بحران فرسایشی، مسای امنرانی بسیاری از شهروندان را در ماه‌های اخیر بلند کرده است. در اردیبهشت سال جاری خورشیدی مصوبه قزاریش ۳۹ درصدی قیمت بلیت‌های هوایی به شرکت‌های هواپیمایی ابلاغ شده اما گزارش‌ها حاکی از آن است که مسافران شرکت‌های داخلی و نیمه لجیس شرکت‌های هواپیمایی پس از اینکه اعلام کردند قزاریش قیمت ۳۹ درصدی مشکل صنعت هواپیمایی را حل نخواهد کرد، بهای بلیت‌ها را بیش از ۵۰ درصد از ماه‌های پیش از آن گران کرده‌اند. رسانه‌ها در گزارش‌هایی به وضعیت آشفته بازار هواپیمایی‌ها و سردرگمی چند روزه شهروندان برای تهیه بلیت پرواز داخلی یا خارجی پرداخته‌اند به طوری که مسافران برای دریافت بلیت سفر گاهی مجبورند چندین روز و حتی یک هفته صبر کنند. وضعیت صنعت هوایی کشور در شرایط کنونی بسیار وخیم ارزیابی می‌شود چراکه دغدغه هواپیمای کافی برای پاسخگویی به نیازهای مسافران وجود ندارد بلکه تعداد زیادی از هواپیماها زمین‌گیر شده و شماره و سال‌ساخت بر تعداد آنها افزوده می‌شود. طبق اعلام رئیس سازمان هواپیمایی و صنعت هواپیمایی در حال حاضر حدود ۳۳۰ فروند هواپیمای زمین‌گیر در تاژکان صنعت سفر هوایی کشور وجود دارد که از این تعداد ۱۶ فروند بیش از ۱۰ سال، ۶۸ فروند بیش از پنج سال و ۳۹ فروند هم بین دو تا پنج سال از زمین‌گیر شدن‌شان می‌گذرد. تجربه‌های سنگین باعث شده که صنعت هواپیمای از توسعه باز بماند و در شرایط کنونی امکان خرید هواپیما وجود نداشته باشد و اگر هم چنین امکانی فراهم باشد به دلیل تحریم‌ها و البته کمبود منابع مالی ناممکن است. اما آیا مشکل فقط این است؟! یا واقعاً تحریم عامل است یا اینکه شرکت‌ها منابع مالی کافی برای تعمیر هواپیماها را ندارند و اگر هم داشته باشند، احتمالاً این کار را انجام نمی‌دهند زیرا با بلیت‌های ارزان حتی اگر این تاژکان زمین‌گیر شده را وارد خطوط کنند اساساً برای آنها سودآوری ندارد و فقط فقط هزینه‌های تعمیر و نگهداری آن بالا خواهد رفت علی‌رغم هفته‌های اخیر اختلاف بین لجیس شرکت‌های هواپیمایی و سازمان هواپیمایی کشوری بر سر قیمت بلیت‌ها شدت گرفته و در حالی که لجیس شرکت‌های هواپیمایی روی قانونی بودن قزاریش قیمت بلیت تاکید می‌کنند سازمان هواپیمایی کشور بر اساس مصوبه ستاد تنظیم بازار، نرخ مصوب خود را اعلام می‌کند. اگر هزینه‌های یک شرکت هوایی را در نظر بگیریم بیش از ۲۲ درصد کل هزینه‌های آن را هزینه‌های تعمیر و نگهداری تشکیل می‌دهد و بقیه موارد شامل سوخت و خدمات فرودگاهی، مهمانداری در هزینه‌ها دارند نکته اینجاست که اگر قطعات هواپیماها را برای تعمیر داشته و باید با دلار روز خریداری شوند و به همین دلیل به یک باره این هزینه‌ها اگرنه خود را روی قیمت بلیت هواپیما می‌گذارند این هزینه‌ها به دلیل تورم و انتظارت تورمی در بازار روی‌هم‌رود قزاریش می‌یابند اما از آنجا که به دلیل قیمت‌گذاری دستوری، شرکت‌ها نمی‌توانند متناسب با این هزینه‌ها قیمت بلیت را قزاریش دهند ناچار می‌شوند بخش‌هایی از هزینه‌ها را کاهش دهند به این ترتیب تعداد پروازها کاهش می‌یابد و این امر تعادل عرضه و تقاضا را بر هم می‌زند و از تعداد مسافران نیز در طول زمان کاسته می‌شود از سوی دیگر شرکت‌ها ناچار می‌شوند حقوق و مزایای کمتری به خلبانان خود بپردازند تا در نهایت مانند ماه‌های اخیر خبر قزاریش چند برابری مهاجرت خلبانان ایرانی به کشورهای حاشیه خلیج‌فارس منتشر شود. زمانی که برای بلیت سفر قیمتی تعیین می‌شود، جازم کننده‌ها اقدام به فروش بلیت در بازار سیاه می‌کنند و در همین راستا رفت به جیب دلالان سرازیر می‌شود و هیچ‌گونه نظارتی هم بر این گونه بلیت‌فروشی در بازار سیاه وجود ندارد. حال در شرایط کنونی، هجوم تقاضا را هم اینام نوروز یا اربعین تصور کنید که به دلیل فوران تقاضا و کمبود عرضه و از طرف دیگر سقف قیمت بلیت، چه رفت سنگینی به جیب دلالان می‌رود و مردم در نهایت ناچار می‌شوند، بلیت‌ها را با قیمتی بسیار بالاتر از حد نرمال خریداری کنند. قیمت گذاری دستوری یعنی رفت. ایجاد صف و شکل‌گیری بازار سیاه نتیجه تسلط صنعت هوایی نمی‌شود. کافی است نگاهی به بازار خودرو و سایر بازارها داشته باشیم تا این بدیهه را با عمق وجود حس کنیم. قیمت گذاری دستوری، نه تنها به نفع مردم تمام نمی‌شود بلکه اتفاقاً کاملاً به سود دلالان و به زیان مردم است. شرایط تحریمی نیز این کنترل و قیمت گذاری دستوری را تشدید می‌کند زیرا با مهار بازار و مدیریت روی منابع پولی در داخل کشور، عاقلانه است تا منابع از سرازیر شدن سرمایه‌ها به سمت حوزه‌هایی مانند صنعت هوایی شود که برای حکومت در اولویت نیستند. شاید به همین دلیل هم باشد که رئیس لجیس شرکت‌های هواپیمایی ۱۹ خرداد سال جاری در اظهار نظری عجیب اعلام کرد که «اگر بلیت هواپیما گران نشود، تعدادی اتوبوس سوار هواپیما سوار خواهند شد.»

گزارش پیام آشنا

اولین نشست هماهنگی هماییش شهربانو در شهر جدیداندیشه برگزار شد

همایش بزرگ شهربانو، شناسایی بانوان دغدغه‌مند شهرهای جدید ایران

اولین نشست هماهنگی برگزاری همایش بزرگ شهربانو با حضور رئیس شرکت عمران شهر جدید اندیشه، نمایندگان امور بانوان شرکت مادر تخصصی عمران شهرهای جدید، فرمانداری شهرستان شهریار و شهرداری اندیشه و همچنین بانوان فعال و کارآفرین این شهر در سالن اجتماعات شرکت عمران شهر جدید اندیشه برگزار شد.

به گزارش پیام آشنا، همایش شهربانو رویدادی مهم و کم‌نظیر است که از سال گذشته به همت دفتر توسعه اجتماعی و فرهنگی شرکت مادر تخصصی عمران شهرهای جدید جهت شناسایی بانوان نخبه و کارآفرین این شهرها آغاز گردید و در سال جاری نیز برنامه‌ریزی و چگونگی اجرای آن در حال پیگیری می‌باشد.

دکتر مسلم خانی مدیرعامل شرکت عمران شهر جدید اندیشه در این نشست ضمن تأکید بر اهمیت حضور بانوان در عرصه‌های متنوع و فعالیت‌های اجتماعی در شهرهای جدید، پرداختن به حوزه فرهنگی و اجتماعی به‌خصوص در امور بانوان را از دغدغه‌های مهم این شرکت برشمرد و نوید اتفاقاتی خوب در این زمینه را در شهرجدیداندیشه داد.

وی در این جلسه به ساخت پروژه فرهنگی ایوان اندیشه در محله ۷ فاز ۴ این شهر جدید اشاره نمود که اختصاصاً در اختیار بانوان شهر قرار خواهد گرفت. دکتر مسلم خانی از این مجموعه که با زیربنایی حدود ۲۵۰۰ مترمربع در زمینی با مساحت ۱۷۰۰ متر که شامل سالن اجتماعات، کلاس‌های آموزشی و بخش‌های متنوع دیگر می‌باشد، و در حال حاضر در مراحل نهایی ساخت قرار دارد، به‌عنوان مجموعه‌ای خاص نام برد که می‌تواند علاوه بر کسب درآمد با توجه به اداره آن به‌صورت خودگردان با حضور بانوان کارآفرینان، هنرمندان، صنعت گران و مدرسین بانوی شهر به اعتلاء و انتشار فرهنگ و هنر در شهر خدمت نماید.

دکتر مسلم خانی اظهار امیدواری کرد با همکاری و هماهنگی امور بانوان فرمانداری، شهرداری، شرکت عمران و بانوان فرهیخته شهر اتاق فکر مناسبی در شهر تشکیل و با برگزاری این برنامه‌ها و نشست‌ها به‌صورت منظم، فعالیت‌های مناسبی در عرصه‌های متنوع فرهنگی، هنری، اجتماعی و مذهبی صورت پذیرد.

مدیرعامل شرکت عمران شهر جدید اندیشه خاطرنشان ساخت: فعالیت‌های شرکت عمران، در حوزه عمرانی و ساخت و پشتیبانی است و بانوان فرهیخته شهر، ایده پردازی و پیگیری ها را به عهده دارند.

نیشابوری نماینده امور بانوان شرکت مادر تخصصی عمران شهرهای جدید نیز در این مراسم ضمن تشکر و قدردانی از مدیرعامل شرکت عمران و همکاران دفتر توسعه اجتماعی و فرهنگی شهر جدید اندیشه اقدام مثبت این شهر جدید در پیش‌قدم شدن برای اولین نشست هماهنگی شهربانو را موجب خرسندی دانست و این امر را نشان از دغدغه مندی تیم مدیریت شهر جدید اندیشه برای انجام فعالیت‌های فرهنگی و اجتماعی در این شهر به‌خصوص در حوزه بانوان دانست.

وی ضمن ارائه توضیحات در خصوص نحوه برگزاری همایش شهربانو در سال جاری ساخت فضاهای فرهنگی و اجتماعی در شهرهای جدید را جزو برنامه‌های اصلی شرکت مادر تخصصی عمران شهرهای جدید کشور خواند و اظهار نمود این شرکت باهدف شناسایی بانوان نخبه شهر به‌عنوان شهروندان دغدغه مند اقدام به برگزاری همایش بزرگ شهربانو می‌نماید.

در ادامه بانوان حاضر در جلسه ضمن اظهار رضایت از برگزاری این جلسه به ارائه نقطه نظرات خود پرداختند و بر اهمیت ادامه روند این گونه جلسات هم‌اندیشی تأکید نمودند.

آموزش‌های خانواده، توجه به آموزش‌های فنی و حرفه‌ای، برگزاری دوره‌های آموزش صنایع‌دستی جهت توانمندسازی بانوان، برگزاری جلسات مارکتینگ و فروش، برگزاری دوره‌های مهارت زندگی، حمایت از گل‌ها و نهادهای دولتی از فعالیت‌های فرهنگی و اجتماعی و هنری، از جمله موارد بود که توسط بانوان حاضر در جلسه مطرح گردید.

درنهایت نیز مقرر شد با هماهنگی دفتر توسعه اجتماعی و فرهنگی شرکت عمران شهر جدید اندیشه این جلسات به‌صورت مداوم برگزار گردد.

مصرف آویشن برای این افراد ممنوع

افراد مبتلا به اختلالات تیروئید: زیرا ممکن است مشکلات تیروئید را تشدید کند.

افراد باردار: آویشن به دلیل خواص خونی‌اش که دارد، خطر سقط جنین را افزایش می‌دهد.

اگر دارویی دیابت مصرف می‌کنید، قبل از مصرف آویشن با پزشک خود مشورت کنید.

یائسه‌ها: آویشن بیش از حد ممکن است فشار خون را به زیر محدوده سالم کاهش و باعث خستگی، سبکی سر، تاری دید و افسردگی شود. اگر از داروهای فشار خون استفاده می‌کنید، پس از مشورت با پزشک آویشن بخورید.

خواص مثبت فیبرهای غذایی موجود در آویشن باعث بهبود حرکت روده و رفع یبوست می‌شود. سایر مشکلات گوارشی مانند درد شکم، گاز و نفخ را تسکین می‌دهد. با این حال، فیبر غذایی بیش از حد حسب سوءتغذیه شده و می‌تواند مشکلاتی مانند سوء هاضمه، گاز روده، اسهال، روده و اسهال به بار آورد.

بهداشت‌نیوز
www.behdasht.news

رسانه چه خبر

پرداخت بخشی از مطالبات معلمان در هفته جاری

تسنیم: بخشی از مطالبات معلمان در هفته جاری پرداخت می‌شود. معلمان شاغل و بازنشسته بابت ساعات حق‌التدریس خود به ازای ماه‌های بهمن، اسفند ۱۴۰۱ و فروردین و اردیبهشت ۱۴۰۲ مطالبه دارند. هم‌اکنون بخشی از حق‌التدریس معلمان یعنی حق‌التدریس بهمن‌ماه آنها در اوایل هفته جاری پرداخت می‌شود. همچنین مطالبات مربوط به حقوق معلمان خرید خدمات آموزشی تا پایان سال ۱۴۰۱ و مرخصی ذخیره فرهنگیان بازنشسته نیز تا سال ۱۴۰۰ پرداخت خواهد شد. بخش دیگری از مطالبات معلمان مربوط به ۶۰ ساعت تدریس آنها در طرح تعمیق و تثبیت یادگیری بود که تابستان سال ۱۴۰۱ با هدف جبران بخشی از افت تحصیلی دانش‌آموزان در دوران کرونا برگزار شد اما تا به فروز مطالبات مربوط به معلمان شاغل در این طرح، پرداخت نشده است.

ارائه «وام ازدواج» به فرزندان بازنشستگانی که در ۴ سال اخیر ازدواج کرده‌اند

ایسنا: درحالی که هشتمین دوره ثبت‌نام اینترنتی وام ازدواج ۱۴۰۲ فرزندان بازنشستگان و وظیفه‌بگیران صندوق بازنشستگی کشوری از اوایل تیرماه آغازشده است به تازگی این صندوق اعلام کرده امکان ثبت تقاضای تسهیلات وام ازدواج برای آن دسته از فرزندان بازنشستگان کشوری که تاریخ عقدشان از اول فروردین ۱۳۹۸ به این سو باشد فراهم شده است. در حالی که پیش از این مسعود خولت خدایی- سرپرست اداره کل امور فرهنگی و اجتماعی صندوق بازنشستگی کشوری گفته بود بازه زمانی تاریخ عقد فرزند بازنشستگان از ۲۱ مردادماه ۱۴۰۰ به بعد تعیین شده و تنها افرادی امکان ثبت درخواست و دریافت این تسهیلات را خواهند داشت که تاریخ عقدشان در این بازه زمانی باشد؛ پیرو تماس‌های بازنشستگان تحت پوشش و با نظر مدیرعامل صندوق بازنشستگی کشوری، امکان ثبت تقاضای تسهیلات وام ازدواج برای آن دسته از فرزندان بازنشستگان کشوری که تاریخ عقدشان از اول فروردین ۱۳۹۸ به این سو باشد فراهم شده است. براین اساس، سامانه ثبت‌نام اینترنتی دریافت وام ۲۵ میلیون تومانی ازدواج فرزندان بازنشستگان به نشانی https://eservices.cspf.ir.gov.sso.sb.marriage.loan در طول سال بدون هیچ محدودیت و ظرفیتی، فعال است. دوره ثبت‌نام وام ازدواج فرزندان بازنشستگان و وظیفه‌بگیران صندوق بازنشستگی کشوری با مبلغ ۳۵ میلیون تومان، با اقساط ۷۶ ماهه و کارمزد سالانه ۴ درصد تعیین شده است و فقط به حساب متقاضی در بانک صادرات که در سیستم احکام‌درج شده و از این حساب حقوق بازنشستگی/ وظیفه دریافت می‌کند، واریز خواهد شد. متقاضیان با توجه به فعال بودن سایت ثبت‌نام اینترنتی، می‌توانند بدون نگرانی و در زمان ممکن، به صورت مستمر نسبت به ثبت تقاضای خود اقدام کرده و در صورت احراز شرایط اعلام شده، از آن بهره‌مند شوند. بازنشستگان در زمان ثبت‌نام علاوه بر مطالعه دقیق شرایط درج شده در سامانه مذکور، در صورت هرگونه مشکل می‌توانند با مرکز پاسخگویی صندوق در ساعات اداری با شماره ۲۱-۲۵۰۰۰ تماس گیرند.