info@payamdaily.ir

نختین روزنامه صبح البرز

پیام آشنا

شماره ۲۱۹۳
شنبه / ۱۲ آذر / ۱۴۰۱
۸ / جمادی الاولی / ۱۴۴۴
03 / December / 2022

صاحب امتیاز: موسسه همگانی اندیشه زمان
مدیرمسئول: محمود حیدری سردبیر: باهره حیدری
نشانی: کرج: بلوار تعاون، خیابان فرهنگ، جنب کانون کارشناسان رسمی دادگستری
تلفن: ۳۲۵۳۳۸۳۸-۳۲۵۳۴۴۴۳-۰۲۶ فکس: ۳۲۵۳۰۱۰۱
امتیاز طرح ارزیابی کیفی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی: ۵۸/۲۳
چاپ: کارگر

قرآن ۴۹

امروز با حافظ

حافظ از آبِ حیاتِ ازلی می‌خواهی
منبعش خاک در خلوت درویشان است
من غلامِ نظرِ آصفِ عهدم کو را
صورتِ خواجگی و سیرتِ درویشان است

غزلواره

هر خط که بر این ورق کشیداست
شک نیست در آنکه آفریدِ است

نظامی

اذان گرج

اوقات شرعی فردا

اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
۰۵:۳۰	۰۷:۰۰	۱۱:۵۶	۱۶:۵۲	۱۷:۱۲

برگه

اندیشیدن در زندگی‌مان نقش مهمی دارد. اندیشیدن به نگرش‌مان شکل می‌دهد؛ با اندیشه‌مان می‌توانیم زندگی‌مان را دگرگون کنیم

چی پی واسوانی

قابل توجه

انتقاد کردن هم مهارت می‌خواهد

انتقاد نابه‌جا و نادرست تمام زندگی و آینده فرد را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از همشهری، درست انتقادکردن از دیگران مهارت مهمی است که اگر همه ما یاد بگیریم؛ از دیگران درست و بعموقع انتقاد کنیم شاید نیمی از سوءتفاهم‌هایی که بین افراد - در خلواده و جامعه - وجود دارد، برطرف شود. زمانی می‌توانیم بگوییم؛ ارتباط بین افراد درست، مؤثر و سازنده است که افراد بتوانند در تعامل با دیگران به پیشرفت برسند. گاهی انتقادهایی که بیان می‌شود اگر به صورت صحیت سازنده هم باشد اما چون به‌درستی بیان نمی‌شود بیشتر مخرب است و باعث تخریب شخصیتی طرف مقابل می‌شود. گاهی انتقادی نابه‌جا و نادرست، تمام زندگی و آینده فرد را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد. می‌توان با وجود انتقادهایی که به اعمال، رفتار، شخصیت و ... دیگران داریم، اما با تأکید بر ویژگی‌های مثبت آن فرد، نکات منفی را نیز بازگو کنیم و راه حل‌های منطقی برای برون‌رفت از آن وضعیت به او ارائه بدهیم.

تقی لوطللی‌احمدی، روانشناس و مشاوره خلواده، با اشاره به اینکه مؤثرترین و مهم‌ترین موزان زندگی هر فردی، دوران کودکی است، می‌گوید: در این دوران شخصیت فرد پایه‌ریزی می‌شود و ابعاد اجتماعی، عاطفی، شخصیتی و معنوی فرد از همین دوران کودکی بنیان‌گذاری می‌شود. به همین دلیل است که گفته می‌شود اغلب تنش‌ها و اختلالاتی که در بزرگسالی با آن مواجه می‌شویم ناشی از کمبود توجه در دوران کودکی و نبود برنامه‌های صحیح برای رشد و بارورى فکری و عقلانی قرار در این مرحله مهم از زندگی است.

به گفته او بستر اصلی رشد قرار در خلواده و نزد والدین شکل می‌گیرد و پدر و مادر هستند که می‌توانند یک طرحواره مثبت شخصیتی را برای آینده کودک برنامه‌ریزی کرده و تربیت او را با «اقتدار منطقی» رشد بدهند. انسان‌های چندساحتی که در آینده می‌توانند زندگی نرمال و آرامی را تجربه کنند در خلواده‌ای رشد کرده‌اند که پدر و مادر آن خلواده «اقتدار منطقی» داشته‌اند و همه اعضای خلواده همکار و همیار یکدیگر بوده و از این طریق توانسته‌اند به رشد و بالندگی برسند.

حس مسئولیت همگانی

احمدی با تأکید بر اینکه در این خلواده‌ها «به من چه» جایی ندارد، می‌گوید: «همه اعضای این خلواده نسبت به یکدیگر احساس مسئولیت می‌کنند و خود را نسبت به رشد دیگران مسئول می‌دانند. اعضای خلواده در کنار یکدیگر مهارت‌های ارتباطی، تصمیم‌گیری، حل مسائل، ارتباط مؤثر، کنترل خشم، تاب‌آوری و مهارت انتقاد مؤثر را یاد می‌گیرند و در تمام طول عمر خود از این آموزه‌ها استفاده می‌کنند».

به گفته این استاد دانشگاه، نقد مؤثر و منصفانه باعث ارتقای انسان می‌شود. در کنار نقد می‌توان پیشنهادهای عملی هم برای برطرف‌کردن نقص‌هایی که دیده می‌شود ارائه شود؛ پیشنهادهایی که شرایط اجرا و الزامات اجرای آن وجود داشته باشد. برای رسیدن به این منظور - نقد منصفانه سازنده - انسان باید اول خود را جای فردی بگذارد که از او می‌خواهد انتقاد کند و بعد ببیند پیشنهادهایی که به او می‌دهد قابلیت اجرا شدن دارد یا نه. چرا که اگر پیشنهادهای ارائه‌شده قابلیت اجرا شدن نداشته باشد نه‌تنها این نقد منصفانه نیست بلکه بیشتر باعث تحقیر و تخریب شخصیتی طرف مقابل هم می‌شود.

او با تأکید بر اینکه یکی از مهارت‌های اصلی زندگی یادگرفتن نقد مؤثر است، می‌گوید: همه اعضای خلواده باید یاد بگیرند که به جای تخریب و توهین و ... یکدیگر را به صورت مؤثر و سازنده نقد کنند. یعنی لبتدا ویژگی‌های مثبت طرف مقابل را برجسته و از او تعریف کنیم و در کنار این مسئله عنوان کنیم که فلان ویژگی‌ها را نیز بهتر است داشته باشد. بچه‌ها در خلواده باید عملاً این موضوع را ببینند. ابراز تشکر پدر و مادر از یکدیگر باعث مثلاً لحاظ کارهای خلله، آشپزی و رفت و روب یا خریدهایی که پدر انجام می‌دهد حتی اگر مطابق میل طرفین نباشد و یا بعطور ناقص انجام شده باشد، بسیار راهگشاست. همین تشویق و تشکرها به فرد انگیزه می‌دهد تا در آینده کارهایش را دقیق‌تر و بهتر انجام دهد، در غیر این صورت با تخریب و مقایسه‌کردن با دیگران و توهین و ... جلوی بعلد اعضای خلواده نه‌تنها در خلواده تنش ایجاد می‌شود بلکه انگیزه فرد نیز برای انجام کار کم می‌شود.

مهارتی به نام عذرخواهی

احمدی با ابراز تأسف از اینکه بعضی وقت‌ها «چشم» گفتن‌ها در برابر خواسته‌های دیگران از سر لجبازی، مقاومت و دعوت به سکوت اجباری طرف مقابل است، می‌گوید: همه ما باید گوش شنوا برای دلایلی که دیگران مطرح می‌کنند داشته باشیم و در عین حال اشکالات دیگران را در خفا برایشان بازگو کنیم. متأسفانه ما در بیان عذرخواهی از همسر، پدر، مادر و ... همیشه کم می‌آوریم و مقاومت می‌کنیم. در حالی که با یک عذرخواهی ساده می‌توان جلوی بسیاری از تنش‌ها را گرفت. اعضای خلواده باید در خله لبلسی از جنس عشق و محبت به تن داشته باشند و از عذرخواهی کردن و گذشتن از لشتباهات بقیه افراد نترسند. با انتقادسازنده می‌توان به پیشرفت اعضای خلواده کمک کرد و با تخریب باعث به وجود آمدن چلش‌های متعدد در زندگی می‌شویم.

به گفته او افرادی که از انسان‌های موفق و شخصیت‌های سالم اجتماع الگوبرداری می‌کنند قواری هستند که در زندگی خود آرامش بیشتری داشته و انسان‌هایی سالم، آرام و صادق هستند که به دنبال تخریب شخصیت دیگران نیستند و می‌کوشند تا با انتقاد سازنده راهی برای رشد و تعالی فرد مقابل پیدا کنند».

گزارش روز

جهل در دنیای مدرن چه شکلی است؟

لاکچری بودن همه چیز ما لست و ردیف کردن اعداد رُند کنار هم برای ما از نان شب هم واجب‌تر است. حالا مهم نیست نوزاد نارس به دنیا بیاوریم و چند میلیون بیشتر هزینه کنیم که تاریخ ازدواجمان رند باشد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، چهارشنبه هفته گذشته، سالگرد یک تاریخ ویژه در ایران بود. نو سال پیش در چنین روزی ایرانیان پشت درهای اتاق زایمان صف کشیدند تا فرزند خود را در تاریخ رند ۹/۹/۱۳۹۹ به دنیا بیاورند تا جایی که به دنیا آمدن ۳ هزار نوزاد طی ۲۴ ساعت یک رکورد جدید برای تولد نوزاد در کشور ثبت شد.

اما آیا لبته تاریخ تولد رُند تنها دغدغه برخی بوده است؟ پاسخ، خیر لستا در زندگی مدرن امروز ارزش‌های انسانی تفاوت زیادی با گذشته دارند و دانستن شماره موبایل رند، تاریخ ازدواج رند و حتی پلاک ماشین رند دارای ارزش و اعتبار برای انسان امروزی شده‌اند. حالا چرا ارزش ها تا این حد تنزل پیدا کرده‌اند؟

معنای زندگی در نگاه او تفسیر انسان‌ها دچار تغییرات شگرفی شده است

محمد رحیمی -جامعه‌شناس و استاد دانشگاه، در این باره اعتقاد دارد: «همطلور که شما نیز لشاره کردید، آمارها نشان می‌دهند که رکورد تولد نوزاد در تاریخ ۹۹/۹/۹ شکسته شد، این مسأله ما را به ضرورت تحلیل اجتماعی روند تغییرات اجتماعی ارزش‌ها و نگرش‌های جامعه سوق می‌دهد. اینکه چرا تاریخ‌های رند نظیر تاریخ تولد رند، تاریخ عقد و عروسی رند، شماره موبایل رند، شماره پلاک رند و ... برای انسان جامعه مدرن تبدیل به ارزش شده‌اند به اعتقاد بنده این است که معنای زندگی در نگاه و تفسیر انسان‌ها دچار تغییرات شگرفی شده است».

او ادامه می‌دهد: «منظور از معنای زندگی این است که افراد چه تفسیری از زندگی دارند و چگونه با آن مواجه می‌شوند. در ادبیات جامعه شناسی می‌گوییم هر فردی با توجه به سرمایه اجتماعی و فرهنگی خود زندگی را تعبیر و تفسیر می‌کند. اینکه تاریخ رند در جامعه ما به نوعی تبدیل به ارزش و در واقع معیار تفاخر شده، این است که این پدیده در نگاه و ذهن سطح وسیعی از افراد جامعه معنای خوب و بهنجاری دارد نسل جدید با باورها و ارزش های جدیدی که فقط دارد خودش آنها را خلق کند، معنای جدیدی از زندگی عرضه می‌کند که آن را با سبک زندگی لاکچری می‌شناسیم».

لاکچری‌بازی و آرزوهای انباشت شده!

این جامعه‌شناس درباره فرهنگ لاکچری که این روزها باب شده است، توضیح می‌دهد: «لاکچری بودن برای نسل جدید به جرأت می‌توانم بگویم تمام معنای زندگی است. نسلی که می‌خواهند زندگی کنند، آن‌طور که خودشان می‌خواهند، آنها می‌خواهند دنیا را تغییر دهند و شناخت ما از آنها بسیار محدود است. در اصطلاح پدیدارشناسی می‌گوییم برای فهم معنای زندگی در نگاه افراد، باید وارد دنیای ذهنی و زیست جهان آنها شویم و پدیده را آنطور که هست ببینیم».

رحیمی اعتقاد دارد: «با ورود به دنیای ذهنی افرادی که تاریخ‌های رند برایشان جذابیت دارد، متوجه می‌شویم که این افراد دارای آرزوهای انباشت شده‌ای بسیاری هستند و به هر طریقی که شده قصد دارند خود را از دیگران متمایز ساخته و خودفروشی کنند؛ اما اینکه چرا ارزش‌های انسان مدرن تغییر پیدا کرده و تا این اندازه سطحی تر شده است، این است که جامعه مدرن قواعد خاص خود را دارد، درست همانطور که جامعه سنتی قواعد خاص خودش را دارد و افراد خود را با این شرایط تطبیق می‌دهند و هنجارهای آن جامعه را در خود درونی می‌کنند. اما زمانی که افراد نتوانند خود را با شرایط و تغییرات اجتماعی و فرهنگی جامعه سازگار کنند یا چالش های جدیدی جامعه را در زندگی‌شان تجربه کنند و تلاش می‌کنند خود را با نمادهای منزلتی کاذب به دیگران و در جامعه ابراز کنند».

در ۲۰۲۲/۰۲/۲۲ چه گذشت؟

او با بیان اینکه گذار از سنت به مدرنیته مسائل خاص خودش را دارد، اضافه می‌کند: «افراد از یک سوی پیوندهای سنتی خود را دارند و از سوی دیگر با تحولات مدرنیته مواجه هستند. در این تلاقی اجتماعی با تغییرات ارزشی مواجه می‌شویم و یکسری از ارزش‌های اجتماعی جدیدی پدیدار می‌شوند. در این مرحله (منظور وضعیت گذار است) جامعه پذیری ضرورت دارد. افراد باید در نهادهای آموزشی یاد بگیرند، چگونه با چالش‌ها مواجه شوند و چگونه سبک زندگی خود را مدیریت کنند».

او در پاسخ به این پرسش که آیا در همه جای دنیا این وضعیت را شاهد هستیم یا خیر؟ می‌گوید: «درباره اینکه آیا این سبک زندگی خاص ما ایرانی‌ها و جهان سومی‌هاست، باید بگویم که چند ماه پیش در تاریخ میلادی نیز شاهد یک تاریخ رند بودیم (۲۰۲۲/۰۲/۲۲) اما نه در این تاریخ زایمان زودرس رخ داد و نه اتفاق دیگری و زندگی خیلی عادی جریان داشت. واقعیت این است که وضعیت امروز جامعه، تغییراتی در ارزش‌های نسل جوان ایجاد کرده که نشانی از تغییرات در فناوری، تسهیل ارتباطات و بالارفتن رفاه نسبی است».

او همچنین اضافه می‌کند: «جوامع توسعه یافته این تغییرات را شناخته و در جهت مدیریت تغییرات اجتماعی و فرهنگی عملکرد مناسبی داشته‌اند و به همین جهت رفتارهای روزمره افراد بر مبنای عقلانیت است. اما در جامعه ما به خاطر اینکه تغییرات ارزشی را به رسمیت نشناخته‌ایم، رفتارهای روزمره، معمولاً و اغلب آگاهانه از روی تأمّل و مبتنی بر محاسبات عقلانی نیست بلکه ناشی از عادت‌واره‌ها و «ته نشست‌ها» است».

مکث

HIV چگونه منتقل می‌شود؟

یکی از اصلی‌ترین روش‌های پیشگیری از بیماری‌های عفونی، راه‌هایی است که مانع ورود میکروب به بدن می‌شود که این روش پیشگیری بسیار به راه انتقال بیماری ویژه است اما با اتخاذ برخی راهکارها می‌توان از انتقال عفونت HIV به بدن جلوگیری کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از دفتر مدیریت بیماری‌ها و اگیر وزارت بهداشت، ملند همه بیماری‌های عفونی یکی از روش‌های پیشگیری، مانع شدن ورود ویروس به بدن فرد است. استفاده از سرنگ‌های یکبار مصرف در تزریق و کلدوم در روابط جنسی می‌تواند از راه‌های اصلی پیشگیری از انتقال بیماری باشد. اما یکی دیگر از روش‌های مهم پیشگیری از ایتلا به HIV، درمان افراد مبتلا است. دارو با کاهش ویروس در خون و ترشحات سبب می‌شود که حتی در صورت تماس اتفاقی با خون و ترشحات این افراد، ویروسی برای انتقال وجود نداشته باشد.

باید بدانیم که HIV یک بیماری عفونی است که مخصوص گروه یا قشر خاصی نیست. این بیماری یک بیماری عفونی است که اگر عامل آن وارد بدن هر کسی شود، آن فرد می‌تواند به بیماری مبتلا شود چون ویروس درون گلبول‌های سفید خون و ترشحات جنسی وجود دارد و همه افراد دارای گلبول سفید در خون و ترشحاتشان هستند، پس هر کسی که با ویروس در تماس باشد، می‌تواند مبتلا به عفونت HIV شود.

بنابراین بدیهی است هر کسی که بیشتر با خون و ترشحات جنسی سر و کار داشته باشد، بیشتر احتمال دارد با ویروس در تماس بوده و به بیماری HIV مبتلا شود؛ بنابراین افراد زیر بیشتر در معرض خطر ایتلا به بیماری هستند:

- کسانی که با سرنگ و سروزن‌های مشترک تزریق دارند.
- کسانی که روابط جنسی محافظت نشده دارند.
- اگر فرد بیماری مقاربتی داشته باشد با احتمال بیشتری ممکن است در روابط جنسی به عفونت HIV مبتلا شود.
- نوزادان مادران مبتلا به HIV نیز اگر مادر تحت درمان نباشد، ممکن است مبتلا شوند.

هرگونه قلدامی که مانع از تماس خون و ترشحات جنسی افراد شود، می‌تواند احتمال ایتلا به HIV را کاهش دهد. همچنین بارداران به موقع مادران باردار می‌توانند مانع ایتلا کودک شد پس اگر بیماری مادر مشخص شود باید تحت درمان قرار گرفته و به نوزاد خودش ندهند.

اشاره

هزینه ۲۰ هزار تومانی قبوض تلفن ثابت قانونی است؟

اگر به طور متوسط از هر خط تلفن که مجموعا ۲۴ میلیون است، حدود ۵۱ هزار تومان دریافت شود، رقمی حدود ۴۳۲ میلیارد تومان در سال به دست می‌آید به بیان بهتر به درآمد شرکت مخابرات حداقل ۳۶۰ میلیارد تومان ماهانه افزوده خواهد شد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از جام جم، تابستان امسال افزایش تعرفه هزینه ماهانه تلفن ثابت مورد تأیید قرار گرفت و ستاد تنظیم بازار هم افزایش قیمت کارکرد تلفن ثابت را تصویب کرد اما این موضوع با انتقادات زیادی همراه شد و فضای مجازی را داغ کرد. جدیدترین قبض تلفن ثابت مشترکان شهری با اعمال قیمت‌های جدید صادر شد و بدین‌ترتیب هیچ قبض تلفن شهری در کشور مبلغ زیر ۱۰ هزار تومان ندارد. حداقل رقم قبوض تلفن تهرانی‌ها به بالای ۲۰ هزار تومان رسید. این قیمت‌ها بر اساس مصوبه ستاد تنظیم بازار از ابتدای شهریور امسال اعمال شده‌اند. ستاد تنظیم بازار در جلسه ۲۶ مرداد تصویب کرد برای تلفن‌های ثابت شهری مبلغی به عنوان حداقل کارکرد ماهانه در نظر گرفته شود و بر این اساس هر خط تلفن با تارقم مشخص شده‌ای تولد کارکرد داشته باشد و همان رقم را ببردازد. اعداد تعیین‌شده برای خطوط تلفن ثابت در سه سطح مختلف تعیین شده که بالاترین رقم برای شهر تهران است. در جدولی که ستاد تنظیم بازار به تصویب رسانده، برای شهر تهران رقم ۲۰ هزار تومان، سایر مراکز استان‌ها ۱۵ هزار تومان و سایر شهرها ۱۰ هزار تومان درماه تعیین شده و هر خط تلفن درازای پرداخت این رقم می‌تواند کارکرد مشخصی داشته باشد که در شهر تهران بیش از ۴۴۰۰ دقیقه مکالمه است. در جدیدترین قبض تلفن صادرشده، اعداد مصوبه ستاد تنظیم بازار مبلغ افعالیت در با احتساب حق اشتراک، عوارض و مالیات، صورتحساب هر ماه مشترکان تهرانی به بیش از ۲۰ هزار تومان رسیده است. این هزینه صرفا هزینه‌ای است که صاحبان خطوط تلفن در پایتخت در صورت عدم استفاده از خط تلفن و صرفا به منظور نگهداری این خطوط باید پرداخت کنند اما بعتارگی اعلام شد که درمین رابطه شورای رقابت دستور توقف هرگونه افزایش در هزینه خدمات تلفن ثابت را تا زمان ارائه دقیق هزینه تمام‌شده صادر کرد. البته پس از آن، مرکز ملی رقابت نسبت به افزایش تعرفه‌ها واکنش داد و اعلام کرد، در بلندمدتهمین جلسه این شورا به استناد بند پنج ماده ۵۸ قانون اجرای سیاست‌های کلی اصل ۴۴ قانون اساسی و با توجه به ماده سه مصوبه جلسه ۴۶۶ شورای رقابت، با موضوع «استورالعمل نحوه تنظیم هزینه ماهانه تلفن ثابت»، شرکت مخابرات ایران موظف است با استقرار نظام حسابداری بهای تمام‌شده، نظام خود را به نحوی اصلاح کند که هزینه تمام‌شده هر یک از خدمات تمام‌شده این شرکت به صورت مجزا و دقیق محاسبه شود و در صورت‌های مالی حسابرسی‌شده این شرکت درج شود اما شرکت مخابرات ایران این مصوبه را اجرا نکرده است. لذا تا زمان ارائه دقیق هزینه ماهانه تمام‌شده خدمات تلفن ثابت، مندرج در صورت‌های مالی حسابرسی‌شده شرکت مخابرات ایران، هرگونه تغییر در هزینه خدمات تلفن ثابت و اخذ وجوه اضافی، مغایر مصوبه شورای رقابت بوده و باید به قید فوریت متوقف شود.

اثر تغییر تعرفه بر سهامداران بورس

مبالغ جدید کارکرد تلفن ثابت در حالی اعمال شده‌اند که به رغم مصوبه ستاد تنظیم بازار، هنوز مصوبه ۳۲۷ کمیسیون تنظیم مقررات ارتباطات منتشر نشده است. همچنین به دنبال انتشار خبر مصوبه ستاد تنظیم بازار، مدیران شرکت مخابرات ایران در نامه‌ای به سازمان بورس اعلام کردند چون هنوز مصوبه رگولاتوری به این شرکت ابلاغ نشده اثر آن را نمی‌توان در صورت‌های مالی شرکت مخابرات در نظر گرفت. طبق گزارش سازمان تنظیم مقررات و ارتباطات رادیویی، دریان بهار امسال شرکت مخابرات ایران اندکی بیش از ۵/۲ میلیون خط تلفن شهری در حال فعالیت در کشور داشته است. همچنین صورت‌های مالی منتشرشده مخابرات در سایت کدال نشان می‌دهند این شرکت در شهریور امسال و پیش از افزایش قیمت‌ها از محل مکالمه تلفن ثابت ۸۳ میلیارد و ۹۲ میلیون تومان درآمد داشته است.

اصلاح تعرفه پس از ۱۲ سال

شرکت مخابرات ایران هم در این راستا اعلام کرد که این شرکت همواره تمامی فعالیت‌های خود را بر اساس قانون تجارت، مصوبات و ارثمات حوزه رگولاتوری انجام می‌دهد و با رعایت ارثمات قانونی پروانه فعالیت صادره و مصوبات هیات‌مدیره، علی‌رغم تلبتلاش تعرفه‌ها در ۱۲ سال اخیر رشد چندین برابری نرخ ارز و تورم به ارائه خدمات ارتباطی به همه ذی‌نفعان می‌پردازد. این شرکت همچنین تأکید کرده که ابلاغ «دستورالعمل نحوه تنظیم هزینه ماهانه تلفن ثابت» پس از پیشنهاد و موافقت کمیسیون تنظیم مقررات و شورای رقابت و پس از بررسی توسط ستاد تنظیم بازار صورت گرفته است که با توجه به ضرورت پیاده‌سازی ارثمات توسعه‌ای ورشد اقتصادی در کشور، شرکت مخابرات ایران همواره خدمات‌رسانی گسترده خود را در سراسر کشور و در چارچوب مشتری‌مداری ادامه می‌دهد. مدیرعامل شرکت مخابرات ایران اخیرا باز هم تاکید کرده که تلبتلاش تعرفه خدمات شرکت مخابرات ایران در طول سالیان گذشته مجزا به زیان دهنده این شرکت شده و به گفته رئیس هیات‌مدیره مخابرات در سال ملی ۱۴۰۰ زیان مخابرات از ۲۰۰۰ میلیارد تومان عبور کرده است. وی معتقد است نگهداری خطوط تلفن برای مخابرات هزینه دارد که این تعرفه از سال ۱۳۸۸ ثابت مانده و چرخ توسعه شرکت مخابرات ایران را کند کرده است.

نحوه محاسبه

بر این اساس خطوط مشترویان با هر مبلغ صورتحساب، درصورت عدم پرداخت در دوره متوالی قطع و حداقل اعتبار مکالمه مبلغ ۱۰۰ هزار تومان یا میانگین سه دوره آخر برای کارکردهای بالاتر در نظر گرفته می‌شود و در صورت رسیدن به حد اعتبار، تلبط دریافت پیامک و هوشمند قطع می‌شود. طبق اعلام شرکت مخابرات، پیامک صورتحساب برای تمامی مشترویان شهری ارسال می‌شود در صورتی که برای مشترویان روستایی فقط برای صورتحساب‌هایی با بدهی بیش از ۵۰۰۰ تومان پیامک ارسال خواهد شد. در محاسبه هزینه‌های قبوض تلفن ثابت، طبق «مقررات» ۶ درصد ارزش افزوده لحاظ می‌شود. خدمات در ازای گران‌شدن نرخ ماجرای افزایش تعرفه تلفن ثابت از این قرار بود که این افزایش تعرفه در استان تهران بابت ۴۴۴۴ دقیقه مکالمه، هزینه‌ای معادل ۲۰ هزار تومان برای سایر مراکز استان‌ها به ازای حداقل ۳۳۳۳ دقیقه مکالمه ۱۵۰۰۰ تومان به عنوان حداقل پرداخت و سایر شهرها به ازای ۲۶۶۶ دقیقه مکالمه معادل ۱۰ هزار تومان مشخص شده بود. محمدرضا بیدخام، مدیرکل ارتباطات و امور بین‌الملل شرکت مخابرات ایران، درباره این موضوع اظهار کرده بود: تعرفه تلفن ثابت حدود ۱۲ سال است که علی‌رغم افزایش تورم تغییری پیدا نکرده است. به همین منظور درخواست من را برای تغییر تعرفه به وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات ارائه داده‌ایم که آنها بررسی کرده و کارهای کارشناسی آن انجام شده است. وزارتها هم چنین درسازمان تنظیم مقررات رادیویی و کمیسیون تنظیم مقررات ارتباطات هم تصویب شد و در نهایت به کمیسیون تنظیم بازار ارسال کردند. آنجا هم با شرایطی مصوب و پس از آن به وزارت ارتباطات ابلاغ شد. بیدخام تصریح کرد: به منظور توسعه خدمات در بخش مخابرات، منابعی در اختیار نداشتیم از این رو بلید اصلاح نرخ را در برنامه می‌گذاشتیم که بالاخره تأیید شد. همچنین باید توجه داشت در سال گذشته هزینه نگهداری هر تلفن ثابت حدود ۳۰ هزار تومان بود و نرخ ۲۰ هزار تومان حداقل اصلاح قیمت است، به گفته او برخی مشترکین به موقع قبوض خود را پرداخت نمی‌کنند و این موضوع باعث شده حدود ۱۰۰۰ میلیارد تومان طلب مخابرات از برخی مشترکین باشد.

تعداد مشترکین

حدود ۲۹ میلیون مشترک داریم که خط تلفنشان فعال است. شرکت مخابرات اعلام کرده برای پنج میلیون خطوط روستایی افزایش تعرفه قبول نشده و ظاهرا برای ۲۴ میلیون مشترک دیگر اصلاح تعرفه اجرا خواهد شد. اگر به طور متوسط از هر خط تلفن که مجموعا ۲۴ میلیون است، حدود ۵۱ هزار تومان دریافت شود، رقمی حدود ۴۳۲ میلیارد تومان در سال به دست می‌آید به بیان بهتر به درآمد شرکت مخابرات حداقل ۳۶۰ میلیارد تومان ماهانه افزوده خواهد شد. از سوی دیگر باید توجه داشت افزایش قیمتی که روی قبوض تلفن ثابت اعمال شده نرخ ثابت است وحتی اگر از خدمات پیشنهاد داده شده هم استفاده نشود، باید پرداخت شود».

رسانه چه خبر

حذف وعده‌های غذایی موجب کاهش طول عمر می‌شود

هلت دی نیوز: رژیم غذایی فستینگ که محدود کردن غذا خوردن به بخش کوچکی از روز است این روزها بسیار مجوب است. اما این به معنای سالم بودن آن نیست. نتایج یک مطالعه نشان می‌دهد افرادی که وعده‌های غذایی خود را حذف می‌کنند، یا وعده‌های غذایی خود را خیلی نزدیک به هم می‌خورند، به طور کلی با خطر بیشتر مرگ زودرس روبرو هستند. دکتر «لیلگ‌یوسان» نویسنده اصلی این مقاله از دانشگاه تسنی، گفت: «تحقیق ما نشان داد افرادی که فقط یک وعده غذایی در روز می‌خورند بیشتر از افرادی که وعده‌های غذایی روزانه بیشتری می‌خورند در معرض مرگ هستند». سان گفت: «شرکت کنندگانی که صبحانه را حذف کردند، بیشتر در معرض ابتلاء به بیماری‌های قلبی کُشنده بودند. کسانی که ناهار یا شام را حذف کردند، با افزایش خطر مرگ زودرس به هر دلیلی روبرو بودند.» این مطالعه نشان داد حتی کسانی که سه وعده غذایی در روز می‌خوردند اما فاصله آنها کمتر از ۸/۳ ساعت بود، با خطر بیشتر مرگ روبرو بودند. سان گفت: «برلس این یافته‌ها، توصیه می‌کنیم حداقل دو تا سه وعده غذایی در طول روز غذا بخورید.» محققان داده‌های بیش از ۲۲۰۰۰ آمریکایی ۴۰ ساله و بالاتر را که در یک نظرسنجی ملی سلامت و تغذیه بین سال‌های ۱۹۹۹ تا ۲۰۱۴ شرکت کرده بودند، تجزیه و تحلیل کردند. به گفته محققان، حذف وعده‌های غذایی معمولاً به معنای خوردن بیشتر در یک وعده غذایی دیگر است. این مسئله می‌تواند تنظیم قند خون را تشدید کند و منجر به مشکلات سلامتی شود. بر لساس این مطالعه، این روند می‌تواند ارتباط بین فاصله غذایی کوتاه‌تر و مرگ را توضیح دهد. زیرا مردان کمتر بین وعده‌های غذایی منجر به بار لرزی بیشتر در طول دوره معین می‌شود.

شیمی درمانی احتمال ابتلا به بیماری را در نسل بعد افزایش می‌دهد

سایبس دیلی: تحقیقات جدید نشان می‌دهد که داروی شیمی‌درمانی رایج می‌تواند لرزی سمی برای کودکان و نوه‌های بازماندگان سرطان به همراه داشته باشد. مطالعه محققان دانشگاه ایالتی واشنگتن نشان داد موش‌های صحرایی نر که داروی «ایفوسفامید» را در دوران نوجوانی دریافت کردند، فرزندان و نوه‌های با افزایش احتمال ابتلاء به بیماری داشتند. در حالی که تحقیقات دیگر نشان داده است که درمان‌های سرطان می‌تواند احتمال ابتلاء به بیماری‌های دیگر را در بیماران در سنین بالاتر لرزایش دهد، این یکی از اولین مطالعات شناخته شده است که نشان می‌دهد این آسیب پذیری می‌تواند به نسل سوم فرزندان هم منتقل شود. «میکیل لسکیر»، سرپرست تیم تحقیق، می‌گوید: «یافته‌ها حاکی از آن است که اگر بیمار شیمی‌درمانی دریافت کند و بعدا صاحب فرزند شود، نوه‌ها و حتی نتیجه‌هایش ممکن است به دلیل قرار گرفتن در معرض شیمی‌درمانی اجدادشان، مستعد ابتلاء به بیماری شوند». «لسکیر» تاکید کرد که این یافته‌ها نباید بیماران سرطانی را از انجام شیمی‌درمانی منصرف کند زیرا می‌تواند یک درمان بسیار مؤثر باشد. داروهای شیمی درمانی سلول‌های سرطانی را از بین می‌برند و از تکثیر آنها جلوگیری می‌کنند. اما عوارض جانبی زیادی دارند زیرا کل بدن از جمله سیستم تولیدمثل را تحت تأثیر قرار می‌دهند. با توجه به نتایج این مطالعه، محققان توصیه می‌کنند بیماران سرطانی که قصد دارند بعدا بچه دار شوند، اقدامات احتیاطی مانند استفاده از انجماد بذر، منجمد کردن لیپرم یا تخمک قبل از انجام شیمی درمانی انجام دهند. این واقعیت که این تغییرات را می‌توان در فرزندان و نوه‌ها مشاهده کرد، که هیچ تماس مستقیمی با داروی شیمی درمانی نداشتند، نشان می‌دهد که اثرات منفی از طریق وراثت این ژنتیک منتقل شده است. «لسکیر» می‌گوید: «افزایش دانش و آگاهی از تغییرات این ژنتیک شیمی درمانی می‌تواند به اطلاع بیماران از احتمال ابتلاء به بیماری‌های خاص کمک کند و امکان راهبردهای پیشگیری و درمان زودتر را ایجاد نماید».

تغییرات اقلیمی با بروز بیشتر عفونت‌های ریوی قارچی مرتبط است

مدیسن نت: محققان می‌گویند عفونت‌های قارچی ریه در حال گسترش در بخش‌هایی هستند که قبلا هرگز دیده نمی‌شد که احتمالاً نتیجه تغییرات آب و هوایی است. اصطلاح عفونت قارچی ممکن است شما را یاد مشکلات پای ورزشکار یا ناخن یا پابدارند، اما برخی از گونه‌های قارچ باعث عفونت‌های تنفسی شدید می‌شوند. زمانی که فرد هاگ‌های میکروسکوپی قارچ‌های موجود در خاک را تنفس می‌کند، محققان دانشگاه کالیفرنیا به گسترش سه بیماری قارچی پی بردند: هیستوپلاسموز، بلاستومایکوز و کوکسیدیوئیدیومیکوزیس (که معمولاً به درنامیده می‌شود). هر یک زمانی محدود در مناطق خاصی از ایالات متحده شیوع داشتند. «جرج تامپسون»، سرپرست تیم تحقیق، گفت: «اکنون بیش از ۱۰ درصد از عفونت‌ها خارج از محدوده سنتی خود رخ می‌دهند.» تب در از نظر تاریخی به کالیفرنیا و جنوب غربی ایالات متحده محدود می‌شد. اما اکنون این بیماری به سمت شمال و به سمت شرق در حال گسترش است. در همین حال، هیستوپلاسموزیک بیماری در غرب میانه و بخش‌هایی از شرق بود. اکنون موارد در بسیاری از نقاط کشور در حال تشخیص است. اما به گفته تامپسون، حتی در مناطق بومی شناخته شده، عفونت‌های قارچی ریه که رتشخیص داده می‌شوند. اکنون محققان مشاهده کردند که ۴۸ ایالت ایالات متحده آنون سالانه تعداد "قابل توجهی" عفونت‌های قارچی ریه دارند. این شرایط همان علائم عفونت تنفسی و ویروسی یا باکتریایی مانند کووید، آنفلوآنزا یا دات اریه را ایجاد می‌کند. بنابراین پزشکان برای تشخیص صحیح باید به طور خاص قارچ را آزمایش کنند و سپس داروهای ضد قارچ تجویز نمایند. به گفته محققان، حتی بدون تشخیص صحیح، عفونت‌های قارچی معمولاً خود به خود برطرف می‌شوند. اما گاهی اوقات می‌توانند شدید باشند به خصوص در افرادی که من هستند یا سیستم ایمنی ضعیفی دارند. و برخی از افراد علائمی دارند که هفته‌ها تا ماه‌ها طول می‌کشد و آنها را به یک سری تشخیص‌های نادرست و احتمالاً چندین دوره آنتی‌بیوتیک‌های بی‌فایده سوق می‌دهد. اینکه قلیقاً چرا عفونت‌های قارچی در حال گسترش هستند مشخص نیست. اما محققان به تغییرات آب و هوایی به عنوان مظنون اصلی اشاره کردند. قارچ‌ها برای رشد به شرایط خاصی نیاز دارند و تغییرات در بارندگی و ویژگی‌های خاک می‌توانند باعث گسترش گونه‌هایی شود که باعث عفونت به می‌شوند. محققان همچنین به نقش مهاجرت خفاش اشاره کردند. خفاش‌ها معمولاً حامل بانوین های قارچی هستند و می‌توانند