

صاحب امتیاز و مدیرمسئول: پویا وکیلی

اعضای شورای سیاستگذاری: دکتر مصطفی مسجدی و حسن وکیلی

دفتر مرکزی: یوسف آباد، خیابان اسدآبادی، بین خیابان ۱۹ و ۲۱ پلاک ۲۰۷، واحد ۵
تلفن: ۰۲۱۸۸۹۸۲۱۳۷ - ۰۲۱۸۸۳۹۶۱۴۹

پست الکترونیک: etchadamelat.ir / ایمیل: etchadamelat.ir@gmail.com

سازمان آگهی‌ها: ۰۲۱۸۶۰۵۳۳۹۰ - ۰۲۱۸۶۰۵۴۱۱۸ - ۰۲۱۸۸۹۸۲۱۳۷ / سازمان شهرستان: ۰۲۱۸۶۰۵۴۱۱۸ / چاپ: شایخ‌سبز

جنگ با همه زشتی‌هایش نکات مثبتی هم دارد

افزایش مسئولیت اجتماعی جوانان پس از جنگ ۱۲ روزه



می‌دهد که برای حفظ سرمایه اجتماعی، بیش از پاسخ‌های هیجانی کوتاه‌مدت، باید سازوکارهای مشارکتی و نهادینه ایجاد شود. وی افزود که انسجام اجتماعی به پیوندها و تعلقات میان اعضای جامعه اشاره دارد و سرمایه اجتماعی از طریق اعتماد و همکاری شکل می‌گیرد.

اگرچه بحران‌ها پیوندهایی موقت ایجاد می‌کنند، اما برای تبدیل این روابط به همکاری‌های پایدار، ساختارها و نهادهای حمایتی ضروری هستند. به گفته وی، همبستگی اجتماعی به دو نوع تقسیم می‌شود: نوع اول مبتنی بر شباهت‌ها و تجربه‌های مشترک است که معمولاً در زمان بحران تقویت می‌شود؛ نوع دوم بر اساس همکاری‌های سازمان‌یافته است که برای بقای بلندمدت جامعه حیاتی است.

این عضو پژوهشکده علوم بهداشتی جهاد دانشگاهی تأکید کرد که برای حفظ انسجام

اتحادملت - گروه جامعه؛ یک جامعه‌شناس و عضو پژوهشکده علوم بهداشتی جهاد دانشگاهی با اشاره به اهمیت نگاه علمی و جامعه‌شناسانه به بحران‌ها، بیان کرد که جنگ ۱۲ روزه تحمیلی، علی‌رغم تلخی‌ها و آسیب‌های انسانی، فرصتی بی‌نظیر برای بازسازی و تقویت سرمایه اجتماعی و همبستگی ملی در ایران فراهم کرد. او تأکید کرد که این تجربه نشان داد نسل جوان نه تنها حس مسئولیت بالایی دارد، بلکه توانایی سازماندهی و همکاری مؤثر در شرایط بحرانی را نیز به خوبی نمایان کرد.

دکتر طاهره رستمی افزود که این رخداد به‌عنوان آزمونی برای تاب‌آوری اجتماعی ایران عمل کرد. در این شرایط بحرانی، جامعه با اتحاد بی‌سابقه‌ای به میدان آمد، و نقش فعال نسل جوان در این جریان نشان داد که اعتماد عمومی و انسجام اجتماعی همچنان زنده است.

وی توضیح داد که بحران‌ها فرصتی هستند تا سازوکارهای اجتماعی مورد بازنگری قرار گیرند و شبکه‌های همکاری تقویت شوند. به گفته وی، حضور فعال نسل جوان در فعالیت‌های داوطلبانه و محلی طی این دوره نقش مؤثری در تثبیت سرمایه اجتماعی ایفا کرد. تحقیقات نشان داده است که بخش زیادی از جوانان، به‌ویژه دانشجویان و نوجوانان، در جریان این جنگ در اقدامات اجتماعی نظیر کمک‌رسانی مردمی، اطلاع‌رسانی، حمایت محلی و همکاری با نهادهای مختلف برای حفظ ثبات جامعه مشارکت داشتند.

رستمی همچنین به نقش شبکه‌های اجتماعی و ابزارهای دیجیتال اشاره کرد. او گفت که جوانان نه فقط از طریق حضور فیزیکی، بلکه با استفاده هوشمندانه از این ابزارها نیز سهم قابل توجهی در افزایش انسجام اجتماعی ایفا کردند. با این حال، وی اظهار داشت که بخشی از جوانان احساس کردند فرصت کافی برای مشارکت در تصمیم‌گیری‌های اجتماعی و سیاسی به آن‌ها داده نشده است. این نشان

کوناکون

چهارشنبه ۲۹ مرداد ۱۴۰۴

شماره ۲۰۲۶

۲۶ صفر ۱۴۴۷

۲۰ آگوست ۲۰۲۵

زندگی بهتر

در این مواقع آب نخورید

از دیدگاه طب سنتی، مشکلات پوستی می‌تواند بر اثر عوامل مختلفی نظیر خورد و خوراک نامناسب، سوءهاضمه، یبوست، مشکلات کبدی و حتی رمحی ایجاد شود و می‌تواند در هر فصل و سن و سالی بروز کند.

دکتر فاطمه نجات‌بخش، پزشک متخصص طب سنتی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران به خبرنگارنلین می‌گوید: سبک زندگی سالم از جمله تغذیه، خواب و ورزش مناسب، رابطه مستقیم بر سلامت پوست دارد. آن‌چنان که مشکلات معده و گوارش و یبوست باعث ایجاد اخلاط بد در کبد می‌شود، می‌تواند سبب بروز افتادگی، شل شدگی، چین و چروک، خال‌ها و خشکی پوستی نیز شود. بنابراین رعایت مواردی که باعث می‌شود هضم و جذب غذا بهتر انجام شود نکته کلیدی در پیشگیری از مشکلات پوستی است.

در میان افراد جامعه باوری وجود دارد که مصرف جرعه جرعه آب، سبب نفوذ آب به زیر پوست و طراوت و شادابی این بافت می‌شود. اما به گفته دکتر نجات بخش نوشیدن آب هم اصولی دارد و در صورتی که آن اصل ها رعایت نشود حتی آب هم می تواند برای پوست مضر باشد. نوشیدن ناشتای آب سرد برای کبد مضر است و باعث مشکلات پوستی می‌شود. بهتر است از نیم‌ساعت قبل تا یک‌ساعت بعد از غذا، آب و نوشیدنی مصرف نشود، مگر کسانی که گرمی معده و بی‌اشتهایی یا سنگ کلیه و صفرا دارند. نوشیدن آب، بعد و داخل حمام و پس از خوردن میوه مضر است. حین و بلافاصله بعد از ورزش، نوشیدن آب سرد به کبد آسیب می‌رساند. مصرف آب قبل و در حین خواب و بعد از نزدیکی مضر است. تا زمانی که تشنه نیستید آب نخورید. مصرف زیاد آب در زمان غیر از تشنگی باعث زیاد شدن بلغم و در نتیجه شل شدن پوست و افتادگی آن و پف زیر چشم می‌شود.

کتابخانه

«خداحافظ آقا» منتشر شد

نمایشنامه «خداحافظ آقا» نوشته پوریا عبدی منتشر شد. به گزارش ایسنا، این نمایشنامه سه‌پرده‌ای با مقدمه‌هایی از رامتین خدایناهی، حمید مهین‌دوست و مسعود تاکاور در ۸۰ صفحه با شمارگان ۵۰۰ نسخه و قیمت ۱۲۰ هزار تومان در انتشارات مهراندیش راهی بازار کتاب شده است.

این تراژدی مبتنی بر موقعیت است. موقعیتی که رفته‌رفته بر تشن

بین شخصیت‌هایش افزوده می‌شود و همین مساله همه‌چیز را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد. این موقعیت و تقابل بین شخصیت‌ها است که درام را پیش می‌برد و پیچیدگی شخصیت‌های نمایش را نمایان می‌کند. شخصیت‌هایی که جبر جغرافیایی و نژادی آنها را در جایگاهی خاص قرار داده است. این درام در یکی از ایالت‌های جنوبی ایالات متحده آمریکا اتفاق می‌افتد و زمان به وقوع پیوستن آن حدوداً سال‌های ابتدایی دهه ۱۸۶۰ میلادی است. زمانی که برده‌داری در آمریکا به چالش کشیده شده بود و برده‌های به ستوه آمده آمریکا در سودای انقلاب و آزادی بودند. نمایشنامه «خداحافظ آقا» دارای ۱۰ شخصیت است که چهار شخصیتش را زنان تشکیل می‌دهند و شش شخصیت را مردان. از این جهت این درام می‌تواند برای اجرا توسط گروه‌های پرجمعیت تأثارتی مناسب باشد. «بازیگری در ۳۶ کارگاه»، «اگزیرستانسیالیسم در آثار نمایشی ادوارد آلب» و نمایشنامه‌های «تسویه حساب» و «بالماسکه در وایت‌هارت» از آثار منتشرشده پوریا عبدی است.

گام های استوار عمرانی ، ورزشی شهرداری نصیر شهر برای آینده روشن مردم

پاک مهر شهر دار نصیر شهر با خشت گذاری مدرسه ۱۲ کلاسه در تاریخ ماندگار شد

نصیر شهر صاحب ساختمان اداره پست می‌شود: اقدامی بی‌سابقه توسط شهر دار نصیر شهر



شهری نصیرشهر برای بهبود کیفیت زندگی شهروندان است. بهره‌برداری از این مدرسه، گامی اساسی در پیشرفت و توسعه نصیرشهر به شمار می‌رود و نقش مهمی در ارتقای سطح فرهنگ و دانش در جامعه ایفا خواهد کرد. محمدحسن پاکمهر، شهردار نصیرشهر، در این مراسم اعلام کرده که این مدرسه در زمینی به مساحت ۱۵۵۰ متر مربع و در دو طبقه، مطابق با استانداردهای نوین آموزشی ساخته خواهد شد. وی افزود: این پروژه اولین موردی است که شهرداری علاوه بر واگذاری زمین، تمامی هزینه‌های ساخت آن را نیز تأمین می‌کند که اقدامی کم‌نظیر در توسعه زیرساخت‌های آموزشی به شمار می‌رود.

پاکمهر با اشاره به افزایش سریع جمعیت دانش‌آموزی در نصیرشهر گفت: با رشد روزافزون تعداد دانش‌آموزان و تراکم بالای کلاس‌ها، احداث این مدرسه گامی مهم برای کاهش تراکم و ارتقای کیفیت آموزش در شهر خواهد بود. وی تأکید کرد که توسعه زیرساخت‌های آموزشی، سرمایه‌گذاری بر روی آینده‌ای روشن‌تر برای نسل‌های آینده است و ایجاد محیطی مناسب برای آموزش و پرورش، زمینه‌ساز رشد علمی، فرهنگی و اجتماعی جامعه خواهد بود.

این مدرسه جدید نه تنها فضای مناسبی برای یادگیری فراهم می‌کند، بلکه با تجهیز به امکانات مدرن و فناوری‌های نوین آموزشی، به ارتقای سطح علمی دانش‌آموزان کمک خواهد کرد. افزایش کیفیت آموزش و ایجاد فرصت‌های برابر برای همه دانش‌آموزان، از جمله اهداف اصلی این پروژه است. این اقدام مهم، در راستای سیاست‌های توسعه پایدار شهری و رفع کمبودهای آموزشی صورت می‌گیرد و نشان‌دهنده عزم جدی مدیریت

آغاز خشت‌گذاری مدرسه ۱۲ کلاسه نصیرشهر با حضور مسئولان استانی و شهرستانی

مراسم خشت‌گذاری مدرسه ۱۲ کلاسه نصیرشهر با حضور جمعی از مسئولان استانی و شهرستانی برگزار شد. محمدحسن پاکمهر، شهردار نصیرشهر، در این مراسم اعلام کرد که این مدرسه در زمینی به مساحت ۱۵۵۰ متر مربع و در دو طبقه، مطابق با استانداردهای نوین آموزشی ساخته خواهد شد. وی افزود: این پروژه اولین موردی است که شهرداری علاوه بر واگذاری زمین، تمامی هزینه‌های ساخت آن را نیز تأمین می‌کند که اقدامی کم‌نظیر در توسعه زیرساخت‌های آموزشی به شمار می‌رود.

پاکمهر با اشاره به افزایش سریع جمعیت دانش‌آموزی در نصیرشهر گفت: با رشد روزافزون تعداد دانش‌آموزان و تراکم بالای کلاس‌ها، احداث این مدرسه گامی مهم برای کاهش تراکم و ارتقای کیفیت آموزش در شهر خواهد بود. وی تأکید کرد که توسعه زیرساخت‌های آموزشی، سرمایه‌گذاری بر روی آینده‌ای روشن‌تر برای نسل‌های آینده است و ایجاد محیطی مناسب برای آموزش و پرورش، زمینه‌ساز رشد علمی، فرهنگی و اجتماعی جامعه خواهد بود.

این مدرسه جدید نه تنها فضای مناسبی برای یادگیری فراهم می‌کند، بلکه با تجهیز به امکانات مدرن و فناوری‌های نوین آموزشی، به ارتقای سطح علمی دانش‌آموزان کمک خواهد کرد. افزایش کیفیت آموزش و ایجاد فرصت‌های برابر برای همه دانش‌آموزان، از جمله اهداف اصلی این پروژه است. این اقدام مهم، در راستای سیاست‌های توسعه پایدار شهری و رفع کمبودهای آموزشی صورت می‌گیرد و نشان‌دهنده عزم جدی مدیریت

نصیرشهر است و در این راستا، ۵ دستگاه اتوبوس برای انتقال رایگان زائران به مرز مهران اختصاص یافته است.» شهردار نصیرشهر همچنین تأکید کرد که پیاده‌روی به زیارت از سفارشات قرآن و روایات معتبر است و این اقدام نشانه تکریم مقام والای سیدالشهدا (ع) می‌باشد. همچنین، دکتر پاکمهر با حکم فرماندار و رئیس ستاد اربعین شهرستان روابط کریم به عنوان مسئول کمیته خدمات شهری ستاد اربعین حسینی نصیرشهر منصوب شده است. در این حکم آمده است که با استعانت از خداوند متعال و منویات مقام معظم رهبری، وی موظف به پیگیری دقیق و هماهنگ امور مربوط به خدمات شهری برای برگزاری هرچه باشکوتر مراسم اربعین است. شایان ذکر است که ایام اربعین حسینی بزرگترین تجمع انسانی جهان است که میلیون‌ها عاشق اهل بیت (ع) از سراسر جهان جهت زیارت حضرت امام حسین (ع) در کربلا می‌حضور می‌یابند.

پیشرفت ۳۰ درصدی فاز دوم بلوار شهدای صنعت نصیر شهر

شهردار نصیر شهر از پیشرفت ۳۰ درصدی فاز دوم احداث خیابان شهدای صنعت خبر داد. محمد حسن پاک مهر با اشاره به تسریع تکمیل پروژه فاز دوم احداث بلوار شهدای صنعت اظهار کرد: احداث این معبر نقش حیاتی در توسعه صنعت در منطقه داشته و عبور و مرور صاحبان صنایع و کارگران را تسهیل می‌کند. وی در ادامه افزود: این پروژه به متراز ۱۳۰۰۰ متر مربع در حال اجراست که در ماه آینده آماده بهره برداری خواهد رسید. پاک مهر بیان کرد: اجرای پروژه فاز دوم بلوار از جدولگذاری، خاکبرداری، زیر سازی، بیس و روکش آسفالت را شامل می‌شود که با اختصاص ۹۰ میلیارد ریال با میزان پیشرفت ۳۰ درصد در دست اقدام است.

دکتر محمدحسن پاکمهر، شهردار نصیرشهر، به عنوان اولین شهرداری که در این شهر زمین برای احداث ساختمان اداره پست واگذار می‌کند، گامی مهم در جهت رفاه و تسهیل خدمات‌رسانی به شهروندان برداشته است. در این راستا، دکتر پاکمهر در دیدار با سعید شریف‌زاده، عضو هیئت مدیره شرکت ملی پست و هیئت همراه، ضمن تأکید بر اهمیت این پروژه، بر تعهد شهرداری برای حمایت از توسعه خدمات پستی در نصیرشهر تأکید کرد. این اقدام بی‌سابقه باعث می‌شود نصیرشهر به مرکزی مجهز برای خدمات پستی تبدیل شود و ارسال بسته‌ها و مرسولات پستی با سرعت و هزینه کمتر انجام شود. استقرار اداره پست توسعه خدمات پستی و افزایش دسترسی شهروندان به امکانات جدید را به همراه خواهد داشت و نقش مؤثری در بهبود کیفیت زندگی مردم ایفا می‌کند. دکتر پاکمهر معتقد است که این پروژه نه تنها گامی بزرگ در توسعه زیرساخت‌های شهری است، بلکه باعث افزایش بهره‌وری و رضایت شهروندان خواهد شد. نصیرشهر همچنین به عنوان پایلوت اجرای پروژه پلاک‌های هوشمند در استان تهران شناخته شده و این پروژه‌ها در هم‌افزایی با خدمات پستی، توسعه هوشمند شهری را سرعت می‌بخشند.

شهرداری و شورای اسلامی نصیرشهر خادم زائرین اربعین حسینی / اختصاص ۵ دستگاه اتوبوس برای انتقال رایگان زائران به مرز مهران

شهردار نصیرشهر، دکتر محمدحسن پاکمهر، از خدمت‌رسانی به ۲۲۰ زائر اربعین حسینی خبر داد که با حضور اعضای شورای اسلامی نصیرشهر از مقابل مرز مطهر شهدای گمنام به سمت مرز مهران اعزام شدند. دکتر پاکمهر با اشاره به این اقدام فرهنگی گفت: «توفیق خدمت به زائران ابا عبدالله الحسین (ع) افتخار بزرگی برای مجموعه مدیریت شهری