دریچه

۱۶ میلیون ایرانی زیر خط فقر

● **ایسنا:** قائم‌مقام رئیس کمیته امداد امام خمینی(ره) خط فقر ماهانه معاش هر نفر در استان تهران و در شهریورماه امسال را ۴۵۴ هزار تومان اعلام کرد. حسین صمصامی با بیان اینکه از لحاظ گستردگی فعالیت اقتصادی و جمعیتی ۲۳ درصد از تولید ناخالص ملی مربوط به استان تهران است، افزود: بعد از استان تهران، استان خوزستان با ۱۴ درصد از سهم تولید ناخالص ملی به دلیل تولید نفت در رتبه دوم قرار دارد. قائم‌مقام رئیس کمیته امداد در ادامه افزود: درحال‌حاضر حدود چهار میلیون نفر تحت پوشش کمیته امداد هستند. بر اساس برآوردهای ما، در صورتی که قصد داشته باشیم تمام افراد زیر خط فقر را در حد تأمین خوراک تحت پوشش بگیریم، ۱۱ هزار میلیارد تومان کسری بودجه خواهیم داشت، چراکه گفته می‌شود ۱۶ میلیون نفر زیر خط فقر هستند. باوجوداین راه‌حل کمیته امداد در برنامه پنجم به‌کارگیری «نظام جامع خیر و احسان» است تا به‌این‌ترتیب افراد خیر به سمت کمیته امداد هدایت شوند و به رفع فقر کمک کنند. امیدواریم تا یک سال آینده این اتفاق محقق شود.

۱۴۰ هزار دانش‌آموز آسیب‌دیده اجتماعی، نیازمند درمان

● **ایسنا:** معاون پرورشی و فرهنگی وزارت آموزش‌وپرورش با بیان اینکه ۱۴۰ هزار دانش‌آموز به درمان در حوزه‌های مختلف روانی، اجتماعی و ناشی از مصرف مواد مخدر نیاز دارند، گفت: همچنین ۳۰ درصد دانش‌آموزان ما نیازمند توانمندسازی هستند و اگر توانمندسازی نکنیم، در معرض آسیب قرار می‌گیرند. ۱۰ درصد هم در معرض آسیب قرار دارند که نیاز به مداخله و کمک دارند. علیرضا کاظمی، آسیب‌های اجتماعی را از جمله مهم‌ترین چالش‌های نظام دانست و اظهار کرد: آسیب‌های اجتماعی را می‌توان به دو بخش آسیب‌های ناشی از مصرف مواد مخدر و دوم آسیب‌های ناشی از مشکلات و فشارهای روحی و روانی تقسیم‌بندی کرد که در هر دو حوزه نیازمند کار فراوان هستیم و شاید بخش اعظم آسیب‌ها به بخش اول و ناشی از مصرف مواد مخدر برگردد. آسیب‌هایی که خانواده‌ها در حوزه مواد مخدر دارند باعث می‌شود اختلالاتی متوجه فرزندان آنها شود. کاظمی در ادامه به نتایج غربالگری‌ها و پایش‌های آسیب‌های اجتماعی اشاره کرد و گفت: نتایج کلی نشان‌دهنده آن است که یک درصد دانش‌آموزان نیازمند درمان هستند؛ یعنی کاملا آسیب دیده‌اند و نیاز به درمان دارند. به عبارتی ۱۴۰ هزار دانش‌آموز به درمان در حوزه‌های مختلف روانی، اجتماعی و ناشی از مصرف مواد مخدر نیاز دارند. در آسیب‌ها ۲۴ شاخص در پنج محور داریم که به‌عنوان‌مثال در حیطه سلامت روان شامل اضطراب، افسردگی، خشم، عزت‌نفس، امید، خوش‌بینی، نشاط و... می‌شود.

آمادگی اینترپل تهران برای استرداد متهمان بین‌المللی

● **شرق:** رئیس پلیس بین‌الملل ناجا در دیدار با رئیس بخش مبارزه با جرائم سازمان‌یافته پلیس ارمنستان از آمادگی اینترپل تهران برای دستگیری و استرداد متهمان بین‌المللی خبر داد. هادی شیرزاد به منظور بررسی موضوعات مشترک پلیسی فی‌مابین پلیس جمهوری اسلامی ایران و ارمنستان، با سرهنگ «آرتور مارتیروسیان»، رئیس بخش مبارزه با جرائم سازمان‌یافته پلیس ارمنستان دیدار و گفت‌وگو کرد که در این دیدار رئیس پلیس بین‌الملل ناجا به مشترکات فرهنگی و رابطه دیرین و دوستانه دو کشور اشاره کرد و خواستار ارتباط مناسب بین مسئولان نیروی انتظامی جمهوری اسلامی ایران و ارمنستان و همچنین اینترپل تهران و ایروان شد. شیرزاد در این دیدار همچنین بر پیگیری موضوعات مشترک پلیسی، از جمله جنایی، مرزی، مواد مخدر، آموزشی، تبادل هیئت‌های کارشناسی و تشکیل کمیته‌های تخصصی و رسیدگی مؤثرتر به درخواست استرداد مجرمان فراری جرائم مختلف، به‌ویژه جرائم سازمان‌یافته فراملی تحت تعقیب جمهوری اسلامی ایران تأکید کرد.

دستگیری تعدادی از کارکنان سازمان ثبت اسناد و املاک کشور

● **ایلنا:** تعدادی از کارکنان متخلف سازمان ثبت اسناد و املاک کشور به‌صورت هم‌زمان دستگیر شدند. در ادامه اقدامات قوه قضائیه در زمینه سالم‌سازی و برخورد با متخلفین درون‌سازمانی به‌صورت هم‌زمان تعدادی از کارکنان متخلف سازمان ثبت اسناد و املاک کشور دستگیر شدند. همچنین با اقدامات مرکز حفاظت اطلاعات قوه قضائیه، صبح روز گذشته تعدادی از کارکنان سازمان ثبت که مبادرت به تخلفات گسترده‌ای علیه منافع مردم می‌کردند، دستگیر شدند. اقدام مذکور با هماهنگی و پیگیری ریاست سازمان ثبت اسناد و املاک کشور انجام شده است. بر اساس این گزارش اخذ رشوه‌های کلان، جعل و همکاری با افراد سودجو در جهت تصرف اموال عمومی یا خصوصی، سوءاستفاده از اسناد مرتبط با اشخاص حقیقی و حقوقی، ایجاد خلل و کاهش سرعت در فرایند کار جهت اخذ رشوه‌های کلان از جمله تخلفات این افراد بوده است. همکاری مدیریت سازمان‌های دولتی مسئول، موجب ازبین‌رفتن زمینه فساد و تسریع در شناسایی و دستگیری متخلفان تمامی سازمان‌ها خواهد شد.

گفت‌وگو با محمد علیخانی و آذر منصوری درباره اختلافات در شورای شهر تهران

شورای یکدست کامیاب یا ناکام؟

عکس: مهدی حسنی

شهرزاد همتی: از شورای شهر یکدست و تمام‌اصلاح‌طلب تهران مدت‌هاست صداهای مخالف و انتقادی تندی به گوش می‌رسد؛ شورای شهری که همه ۲۱ نفرشان محصول یک لیست واحد هستند و علاوه‌براین با یک دولت همسو و مجلسی که حداقل ۳۰ نماینده شهر تهران نیز مانند خودشان حاصل لیست مشابه (امید/ اصلاح‌طلبان) هستند نیز هم‌زمان شده‌اند. انتظار بدیهی از خروجی و نتیجه چنین شورایی که ابر و باد و مه و خورشید و فلک برایشان دست به دست هم دادند، کارکردن برای شهر و موفقیت بود. حالا بیشتر از دو سال از شروع به کارشان گذشته، اما اگر کسی از اهالی تهران را در خیابان بگیری و از او درباره شورای شهر و کارهایی که کرده سؤال بپرسی بعید است کسی چیز خاصی یادش بیاید. کار به جایی رسیده که برخی از اعضای همین شورا هم لب به گلایه و انتقاد گشوده‌اند که در این مدت کاری برای شهر نکرده‌ایم. آیا می‌توان این موضوع را شکست شورای یکدست تهران دانست؟ شکستی هم برای تهیه‌کنندگان لیست ۲۱ نفره و ناامیدی برای مردمی که با آرای میلیونی آنها را روی صندلی‌های سبز شورا در خیابان بهشت نشاندند. در این گزارش با محمد علیخانی، عضو شورای شهر که این روزها ساز مخالف و انتقادی او بیشتر از همه دیگر اعضا به گوش می‌رسد و همین‌طور آذر منصوری، قائم‌مقام حزب اتحاد که در بستن این لیست نقش مهمی داشته گفت‌وگو کرده و نظر آنها را پرسیده‌ایم.

آلودگی هوا و نمایش دوچرخه‌سواری

«محمد علیخانی»، رئیس کمیسیون عمران و حمل‌ونقل شورای شهر تهران، در گفت‌وگو با «شرق» درباره انتقادات صریح اخیر خود از شهرداری و معاونت حمل‌ونقل شهردار تهران این‌طور توضیح داد. وی در پاسخ به این سؤال که آیا زمان یکدست‌بودن شورا و شهرداری اصلاح‌طلب به پایان رسیده، گفت: به نظرم اگر تا پیش از این مواضعی این‌چنینی را از اعضا نمی‌دیدیم به این دلیل بود که ما سه شهردار تجربه کردیم و دو شهردار قبلی بیشتر از شش، هفت ماه در رأس کار نبودند و شش ماه مدت کوتاهی برای ارزیابی است و شورا برای اجرای برنامه‌های شهرداری باید زمان بدهد و این فرصت را دو شهردار قبلی پیدا نکردند که زمانی کافی را سپری کنند و سپس ما عملکرد آنها را ارزیابی کنیم. اما شهردار فعلی تهران، مدت قابل‌توجهی را در اختیار داشته و حالا هم دو سال از عمر شورای پنجم گذشته است. این شهردار هم جدیدا وارد شهرداری نشده و پیش‌تر هم در دو معاونت شهرداری مسئولیت داشته است و از داخل شهرداری باخبر و با مسائل و مشکلات شهرداری آشناست و حالا می‌شود گفت فرصت لازم به آقای حناچی داده شده و اگر الان حرفی زده می‌شود، چون مدتی که ایشان در شهرداری سپری کرده‌اند، برایند کاری ایشان را نشان می‌دهد و می‌گوید آیا طبق برنامه‌های شورا پیش می‌روند و انتظارات شورا را برآورده می‌کنند و در انتصابات آیا خوب عمل کرده‌اند یا خیر. حالا شاید مجموع این شرایط باشد که شما انتقاداتی صریح‌تر را از سمت شورای شهر به سمت شهرداری می‌بینید. فرصت لازم به آقای حناچی داده شده و وقت ارزیابی عملکرد ایشان است.

وی افزود: من قبلا هم اظهارنظر می‌کردم، اما شاید برای برخی همکارانم فرصت لازم به پایان رسیده و فکر می‌کنند حالا وقتش است که اگر حرفی مانده، گفته شود. یکی از موانعی که تا الان بوده و من احساس می‌کردم بین اعضای شورا وجود دارد، این است که تصور می‌کردند به وحدت و یکپارچگی ما آسیب می‌زند و نسبت به آن هراس داشتند. ماجراهای شورای اول ترسی را در دل آنها ایجاد کرده بود. من این نگرانی را بی‌مورد می‌دانم، چراکه به‌هرحال ما تحت هر شرایطی یکپارچه خواهیم ماند و این مسئله آسیبی نخواهد دید. حالا اگر دو نفر هم نقدی بکنند اتفاقی نخواهد افتاد. برای همین من به این نگرانی قائل نبودم و هرجایی مطلبی را لازم دیدم بیان کردم. من معتقدم اگر ما نقدهایمان را بجا بیان کنیم و با مردم و خودمان روراست باشیم بیشتر به ما کمک می‌کند تا کارها را پیش ببریم و در آینده نگوییم دیگر دیر شده. هرجا تشخیص دادیم، باید در زمان مقتضی صحبت کنیم. اگر بگذاریم چند ماه آخر صحبت کنیم، دیگر کسی از ما نخواهد پذیرفت؛ مثل اینکه الان آقای روحانی بعد از گذشت شش سال برخی حرف‌ها را می‌زند که دیگر فایده‌ای ندارد. به نظرم باید در وقت خودش حرف زد و وقتی زمانش بگذرد، مردم دیگر به آن توجه نمی‌کنند. الان توجیهی ندارد که در مقابل مشکلات سکوت کنیم.

چشم بستن روی واقعیت

رئیس کمیسیون عمران و حمل‌ونقل شورای شهر در پاسخ به این سؤال که این شائبه وجود دارد که تمامی انتقادات شما به معاونت حمل‌ونقل شهرداری و پورسیدآقایی است و عده‌ای دلیل آن را مسائل شخصی می‌دانند نیز این‌طور گفت: «حوزه تخصصی ما حوزه عمران و حمل‌ونقل است و طبیعی است که در حوزه تخصصی خود ورود پیدا می‌کنیم. البته نماینده در مقابل همه مسائل شهرداری می‌تواند نظارت کند اما قاعدتا در حوزه تخصصی خودش بیشتر ورود می‌کند و ما هم از این قاعده مستثنا نیستیم. نقد ما هم از ابتدا به نظرمان در بیشتر موارد امروز خودش را نشان می‌دهد. مثلا در نوروز که بحث حلقه دوم طرح ترافیک توسط شورای ترافیک تصویب شد (البته به پیشنهاد معاونت حمل‌ونقل شورای شهر هم دور زده شد و بدون نظر شورا، این طرح را شورای ترافیک تصویب کرد) آن زمان هم گفتیم به اندازه کافی روی این طرح مطالعه نشده، پیوست‌های لازم اقتصادی و اجتماعی و ترافیکی هم ندارد؛ اما این طرح به تصویب رسید. البته بعضی از اعضای شورای شهر از روی حسن ظن یا بعضی‌ها از روی رفاقتی که با معاونت داشتند، چشمشان را روی واقعیت بستند. اوایل که معاونت حمل‌ونقل به شورا می‌آمد و در صحن گزارش می‌داد و آمار و ارقام عجیب‌وغریب می‌داد، ما می‌گفتیم این آمار واقعیت ندارد. آن روز بخشی حرف ما را قبول نمی‌کردند اما امروز مشخص شد که با تغییر فصل آن اعداد و ارقامی که می‌گفتند این طرح در کاهش آلودگی هوا تأثیر داشته و ترافیک توسط حلقه دوم کم شده، رؤیایی بیش نبود. اگر واقعیت داشتند، امروز نباید شاهد این افتضاح در شهر بودیم. علیخانی با اشاره به اینکه بارها متذکر شدیم این ادعا را مطرح نکنید، تصریح کرد: من پیش‌تر در چند مصاحبه گفتم که بالاخره آب‌وهوا مهم‌ترین عاملی بود که باعث کاهش آلودگی هوا شد و شما این مسئله را به عملکرد خود نسبت ندهید! در ابتدای سال از شدت بارندگی در کشور سیل راه افتاد و مدام باد و باران بود. اما دوستان می‌گفتند ما مسئله آلودگی را حل کردیم. باز ما گوشزد کردیم این مسئله مربوط به آب‌وهواست ولی دوستان از انتقاد ما خوششان نمی‌آمد. حتی برخی از اعضای شورا به من می‌گفتند حالا جایی مشکل کمتر شده، شما بگذار به نام شهرداری باشد ولی من می‌گفتم وقتی فصل عوض شود، ما بارندگی نداشته باشیم و باد نداشته باشیم، معلوم است آلودگی برمی‌گردد. نمونه واضحش اتفاق افتاده و حرف‌های ما به کرسی نشسته است. بنابراین حرف‌هایی که زده شد، از روی واقعیت بود و الان هم معتقدم اگر شهرداری تدبیر به خرج ندهد و فکری به حال حمل‌ونقل و ترافیک نکند، پاشنه آشیل شهرداری همین مسئله ترافیک و آلودگی خواهد بود و در آینده حرفی برای گفتن ندارد.

همه ما شکست می‌خوریم

رئیس کمیسیون عمران و حمل‌ونقل گفت: «اولویت مردم تهران در همه نظرسنجی‌ها حل مشکل ترافیک و آلودگی هوا بوده و برای خود ما شورایی‌ها حل این مسئله جزء شعارها، در صدر برنامه‌ها و اولویتمان است و بارها بر آن تأکید کرده‌ایم اما متأسفانه من قبلا هم گفتم، اینها نتوانستند یک عدد اتوبوس در ۲ سال گذشته به ناوگان حمل‌ونقل عمومی تهران اضافه کنند. اگر خاطرتان باشد، گفتند ۱۱ اتوبوس به ناوگان اضافه کردیم، آن چند ناوگان قبلا خریداری شده بود و مشکل شماره‌گذاری داشت و این دوستان مشکل شماره‌گذاری را حل کردند. چیزی در دوره خودشان نخریده‌اند و نتوانستند حتی یک اتوبوس به ناوگان حمل‌ونقل عمومی اضافه کنند. من این مسئله را با صراحت می‌گویم و قابل سنجش است. مشکل آلودگی هوای تهران با نمایش و دوچرخه‌سواری حل نمی‌شود. ما اول باید حمل‌ونقل عمومی را درست کنیم و بعد سوار دوچرخه شویم. موتورسیکلتی که بالاترین میزان آلودگی را در هوای تهران دارد، برایش هیچ طرح و برنامه‌ای ندارید؛ درحالی‌که در زمینه برقی‌کردن موتورسیکلت‌ها برنامه‌های خوبی داریم. ما که مسئول اجرا نیستیم؛ شورا که در اجرا وارد نمی‌شود و اگر بنا بود ما اجرا کنیم، نیاز به شهردار و معاون حمل‌ونقل نبود و شورا خودش تصویب و اجرا می‌کرد. وظیفه شورا ارائه برنامه و سیاست‌گذاری است و این کار را ما انجام داده‌ایم. ما از لحاظ مصوبات هیچ کم‌وکسری نداریم. برنامه سوم شهرداری را خود شورای پنجم تهیه و تصویب کرده، اولویت‌ها را مشخص کرده و امروز مصوبات خوبی داریم. ساماندهی پارک حاشیه‌ای را مصوب کردیم، رفع گره‌های کور ترافیکی را مشخص و مصوب کردیم؛ اما هیچ‌کدام اجرا نشد. اصلا معاون حمل‌ونقل خودش را تافته جدابافته می‌داند و خودش را ملزم به اجرای سیاست‌های شورا نمی‌داند. او دنبال نمایش خودش است و دوچرخه‌سواری دوست دارد و متأسفانه آقای حناچی را در این مسیر انداختند و این بنده خدا هم مجبور است هر سه‌شنبه در خیابان راه بیفتد. اینکه چنین نمادی داشته باشیم، خیلی خوب است؛ حالا یک‌بار، دوبار هم سوار دوچرخه شویم، نه اینکه کاری کنیم مردم ما را مسخره کنند. آیا اولویت ما دوچرخه‌سواری بود؟ اولویت ما حمل‌ونقل پاک بود؛ یعنی برقی‌کردن حمل‌ونقل اتوبوس‌رانی و واردکردن تاکسی هیبریدی؛ یعنی برقی‌کردن موتورسیکلت؛ اما شما همه چیز را ول کرده‌اید و چسبیده‌اید به دوچرخه. حرف هم که می‌زنیم، می‌گویند علیخانی مخالف دوچرخه است! دوستان عزیز! دوچرخه مال خیابان‌های تهران نیست. شما با دوچرخه از محل کار تا اولین مسیر ایستگاه حمل‌ونقل عمومی در مسیری نهایتا دو کیلومتری می‌توانید دوچرخه‌سواری کنید. شما با دوچرخه نمی‌توانید تابستان از منزل به محل کار بروید و با بوی عرق و بدن آشفته به محل کار برسید. همه کارمندان مثل مدیران در دفترشان حمام ندارند و نمی‌توانند دوش بگیرند. کارمندان این امکانات را ندارند که با دوچرخه بیایند و چند نفر ماشین‌شان را برای‌شان بیاورند تا شب دوچرخه را داخل ماشین بگذارند و به منزل ببرند. ما وقتی برای این کارها نداریم. فقط دو سال از عمر این شورا باقی مانده. من نمی‌گویم این شورا کاری نکرده؛ اما متأسفانه نمود و تبلور کار شورا در عملکرد شهرداری است. اگر شهرداری به سیاست‌های شورا عمل نکند، همه ما شکست می‌خوریم و مردم می‌گویند شمای نماینده این مدیر را آوردید و این همان مسئله‌ای است که مغفول مانده است. حالا اسم کمیسیون عمران و معاونت حمل‌ونقل بد شده؛ اما در معاونت‌های دیگر هم مشکل وجود دارد. در معاونت شهرسازی متأسفانه گفته نمی‌شود که چه مشکلی داریم. کمیسیون فرهنگی-اجتماعی شورا با معاونت فرهنگی-هنری شهرداری مشکل دارد. آنها هم با هم هماهنگ نیستند. کمیسیون معماری و شهرسازی با معاونت شهرسازی دچار مشکل هستند و نمی‌توان گفت در بقیه حوزه‌ها مشکلی نیست؛ اما سکوت می‌شد تا زمان مسائل را حل کند؛ اما حالا دیگر وقت سکوت‌کردن نیست».

تفرق برخلاف مشی اصلاح‌طلبی

آذر منصوری، عضو شورای‌عالی سیاست‌گذاری اصلاح‌طلبان و قائم‌مقام دبیرکل حزب اتحاد ملت، در گفت‌وگو با «شرق» در پاسخ به این سؤال که هنگام چینش فهرست نمایندگان شورای شهر، چه میزان یکپارچگی این فهرست برای شما اهمیت داشت و آیا به نظر شما یکپارچگی در موفقیت شهر مؤثر است یا تضارب آرا؟ گفت: «طبق قاعده زمانی که ما تلاش کردیم برای اینکه در تصمیم‌گیری برای انتخابات به اجماع برسیم، هدف این بود که وقتی فهرست ما در انتخابات رأی آورد، این فهرست با همین اجماع بتواند برنامه‌هایی را که اصلاح‌طلبان وعده آن را به مردم برای شهر تهران دادند، محقق کند. موضوع اصلی این بود که درهرحال وقتی ۲۱ نفر کنار هم قرار می‌گیرند، مثل هم فکر نمی‌کنند و نگرش مختلفی درباره مسائل شهری دارند؛ اما مسئله مهم این بود که در سیاست‌گذاری‌ها و جهت‌گیری‌ها با اجماع حداکثری به گونه‌ای عمل کنند که تأثیر حضورشان در شهر تهران به‌نوعی برای مردم ملموس باشد و عینیت پیدا کند. طبیعی است که با چنین رویکردی هر نوع تفرق و تشتتی که منجر به تأثیرگذاری و تزلزل در عملکرد شورای شهر و مجموعه مدیریت شهری شود، برخلاف مشی‌ای است که اصلاح‌طلبان براساس‌آن در انتخابات شرکت کردند». او تأکید کرد: «اینکه از دو جریان فکری متفاوت در یک نهاد انتخابی حضور پیدا کنند و بحث‌هایی از این دست مثل اختلاف نظر در سیاست‌گذاری‌ها مطرح شود، امری طبیعی است؛ اما وقتی گروهی به نمایندگی از یک جریان سیاسی به یک نهاد انتخابی راه پیدا می‌کنند، طبق قاعده باید بتوانند در چنین مواقعی با اجماع حداکثری برنامه‌های اجماع خود را پیش ببرند. خیلی از بحث‌ها در همین گفت‌وگوهای بینابینی در مجموعه شورا و شهرداری با چنین رویکردی حل‌شدنی است و به‌هیچ‌وجه اصلاح‌طلبان در این دوره از انتخابات به دنبال این نبودند که در این فهرست ۲۱نفره صدای دودستگی و تفرق داشته باشند. این انسجام حداقل مطالبه بدنه اجتماعی و مجموعه گروه‌ها و جریان‌هایی بود که سعی کردند با ائتلاف یک فهرست ائتلافی را راهی شورا کنند».

تجربه مشابه شورای اول

منصوری همچنین می‌گوید: «اختلاف‌نظر طبیعی است؛ اما نباید این تفاوت دیدگاه‌ها به گونه‌ای انعکاس پیدا کند که هم بر سیاست‌گذاری کلان اثر بگذارد و هم خدایی ناکرده تجربه‌ای که ما در شورای اول داشتیم، دوباره در شورای پنجم هم تکرار شود». او در پاسخ به این سؤال که آیا عملکرد فهرستی را که چیده‌اید، راضی‌کننده می‌دانید، گفت: «در مجموع عملکرد شورای پنجم را قابل دفاع می‌دانم؛ چه درباره اصلاح سیاست‌گذاری‌ها، بحث نامحرم‌ندانستن مردم، طرح شفافیتی که ارائه شد، گزارش‌دهی به مردم، تلاش برای کاهش آلودگی شهر تهران، رفع مشکلات و موانع ترافیکی و... عملکرد شورا قابل دفاع است. به‌هرترتیب با وجود بدهی‌های به‌جامانده از شهردار گذشته راه‌اندازی خطوط مترو، تغییر چهره شهر و استفاده از فضاهای فرهنگی با رویکرد جدید و به رسمیت شناختن نهادهای مدنی، تفاوت‌های ملموس در شورای جدید بود؛ ولی طبق قاعده با توجه به مشکلاتی که تهران دارد، امیدواریم که در طول دو سال باقی‌مانده حداقل شورای پنجم بتواند اقدامات جدی را که تأثیر ملموس‌تر برای شهروندان داشته باشد، به انجام برساند و مقدمه آن هم انسجام حداکثری در شورای شهر است».

خبر

خوراکی‌های مفید برای کاهش اثرات آلودگی هوا

● **ایسنا:** در روزهای اخیر تهران و تعدادی از کلان‌شهرهای کشور با معضل آلودگی هوا دست‌وپنجه نرم می‌کنند. یکی از مهم‌ترین حواشی آلودگی هوا خسارت‌های سلامتی ناشی از این معضل زیست‌محیطی است و بنا بر اذعان متخصصان، آلودگی هوا می‌تواند باعث سرگیجه، تهوع، ضعف و سستی و در طولانی‌مدت منجر به اختلالات قلبی-عروقی، سرطان ریه و سکته شود. به دنبال افزایش شاخص آلاینده‌های هوا در تهران و برخی شهرهای دیگر نظیر اراک، البرز، مشهد، اصفهان و... در روزهای اخیر، برلیانت بزرگمهر، مشاور رئیس انجمن تغذیه ایران، با تأیید این موضوع که آلودگی هوا باعث عارضه‌ها و بیماری‌های مختلف در انسان می‌شود، توصیه می‌کند که شهروندان در روزهای آلوده از حضور در فضاهای باز خودداری کنند و برای کاهش خطرات ناشی از آلودگی هوا، مصرف آنتی‌اکسیدان‌ها را در برنامه غذایی خود قرار دهند. این متخصص تغذیه و رژیم‌درمانی با بیان اینکه آنتی‌اکسیدان‌ها در افزایش مقاومت بدن انسان نقش مؤثری دارند، گفت: مصرف مواد غذایی حاوی ویتامین‌های A، C و E توصیه می‌شود. ویتامین C عمدتا در مرکبات شامل پرتقال، لیموشیرین و نارنگی و همچنین در کیوی و توت‌فرنگی به مقدار قابل‌توجه وجود دارد. همچنین سبزیجات سبزرنگ و گیاهان و سبزیجات نارنجی‌رنگ و مایل به قرمز مثل هویج و گوجه‌فرنگی منبع غنی برای ویتامین A و پیش‌سازهای آن هستند. ویتامین E نیز در جوانه‌ها، به‌ویژه جوانه گندم، غلات سبوس‌دار و روغن‌هایی که در حرارت محیط، مایع هستند وجود دارد. اینها همگی منابع آنتی‌اکسیدان هستند که برای کاهش اثرات آلودگی هوا روی بدن انسان باید به مقدار کافی از آنها استفاده شود. بزرگمهر با تأکید بر اینکه ماهی‌ها و محصولات دریایی به دلیل داشتن اسیدهای چرب امگا ۳، برای افزایش مقاومت بدن بسیار مفید هستند، افزود: شیر و سایر لبنیات هم در بهبود کارکرد و مقاومت بدن در برابر بیماری‌ها مفیدند. دقت داشته باشیم که تأثیر ویتامین D در افزایش مقاومت بدن در مقابله با بیماری و عارضه‌ها ثابت شده است. از آنجا که آلاینده‌ها و ذرات گردوغبار مانع تابش مستقیم اشعه ماوراء بنفش به پوست و جذب ویتامین D می‌شوند، بهتر است از داروهای مکمل برای تأمین ویتامین D استفاده شود.

بازار قلک‌های کوچک و آرزوهای بزرگ

کمک کنین تا قد قلک محک به هزینه دارو برسه

۲۳ و ۲۴ آبان ماه ۱۳۹۸ – ۱۰ صبح الی ۸ شب

ابتدای بزرگراه ارتش، بلوار شهید مژدی، خیابان پروفسور وثوق، بلوار محک، ساختمان شماره ۲ مؤسسه خیریه محک

۰۲۱-۲۳۵۴۰

محک
مؤسسه خیریه حمایت از کودکان مبتلا به سرطان
mahak-charity.org

یویان یارس | AZMOON LANGUAGE ACADEMY | سحرخیز | فودنز | Pardis Chini | رایحه ولیو | Poly Park | CHAARBAAN