خبرها

کارگران جاده اصلی فومن- رشت را مسدود کردند

ایلنا: به دنبال خصوصی سازی و واگذاری شرکت نساجی «ریسندگی خاور» و به دلیل عدم پرداخت حقوق و مزایای قانونی شاغلان، کارگران این واحد صبح دیروز جاده اصلی فومن- رشت را مسدود کردند. کارگران این واحد تولیدی که بیش از ۳۰۰ نفر هستند از دی ماه سال گذشته بخشی از حقوق و مزایای قانونی خود را از کارفرما طلبکار هستند و علاوه بر حقوق سال گذشته، حقوق ماه‌های فروردین و اردیبهشت ماه جاری را نیز دریافت نکرده‌اند. این چهارمین بار است که کارگران دست به تجمع زده و اقدام به بستن جاده می‌کنند. کارگران معترض مدعی هستند که بارها مشکلات خود را به اطلاع مسئولین رسانده‌اند و قادر به ادامه این روند نیستند. دبیر اجرایی خانه کارگر تشکیلات گیلان گفت: متاسفانه کارگران مورد بی‌مهری قرار گرفتند. شرکت ریسندگی خاور (سهامی خاص) از بزرگترین و بهترین تولیدکنندگان نخ در گیلان و خاورمیانه است و حتی یک کیلو از تولیدات این کارخانه به علت مرغوبیت در انبار شرکت نمی‌ماند و مشتری از قبل سپرده گذاری و اقدام به خرید نخ می‌کند و اکنون با آمدن خریدار جدید که عنوان می‌شد دارای تخصص بوده و سرمایه کافی دارد، متاسفانه امروز شاهد هستیم که بزرگترین کارخانه نساجی در معرض تعطیلی قرار گرفته است.

ساخت‌وسازهای غیرمجاز منابع آب را تهدید می‌کند

ایسنا: رئیس سازمان حفاظت محیط زیست در بازدید از ساخت‌وسازهای بی‌رویه و غیرمجاز منطقه لواسانات و حوزه آبریز سد لتیان بر جلوگیری از ساخت‌وسازهای جدید و پیگیری سریع برای تعیین تکلیف ساخت‌وسازهای انجام شده در حریم و بستر رودخانه جاجرود و سد لتیان و داخل مناطق تحت حفاظت اداره کل محیط زیست استان تهران تاکید کرد. دکتر فاطمه واعظ جوادی معاون رئیس جمهوری در این بازدید با بخشداران رودبار قصران دیدار کرد و مقرر شد که جلسه‌ای نیز با فرماندار و بخشدار منطقه لواسانات برگزار و موضوع ساخت‌وسازهای غیرمجاز و بی‌رویه در این جلسه بررسی شود. مهندس بزرگیان مدیرکل محیط زیست استان تهران در حاشیه این بازدید با اشاره به اینکه ساخت‌وسازهای غیرمجاز حاشیه رودخانه جاجرود و سد لتیان موجب تهدید منابع آب شرب تهران می‌شود، افزود: طی سال‌های گذشته پرونده بسیاری از این ساخت‌وسازها برای تعیین تکلیف به دادگاه ارجاع شد که در حال حاضر نیز پرونده این ساخت‌وسازها در حال پیگیری است و نیازمند حمایت دادگستری در این زمینه هستیم. وی با تاکید بر اینکه ساخت‌وسازهای غیرمجاز در منطقه لواسانات از زمان تشکیل شورای حفظ بیت‌المال و با تلاش بخشداری منطقه به شدت کاهش یافته است، گفت: اکثر ساخت‌وسازهای غیرمجاز در این منطقه توسط بخش‌های خصوصی انجام شده است. مدیرکل محیط زیست استان تهران به ارزش اکولوژیکی مناطق تحت حفاظت سازمان حفاظت محیط زیست اشاره و تاکید کرد: هرگونه ساخت‌وساز ارزش اکولوژیکی مناطق ۴گانه تحت حفاظت را به شدت کاهش می‌دهد. از سوی دیگر دخل و تصرفات در زیستگاه‌های حیات‌وحش ضمن ایجاد ناامنی برای آنها موجب ایجاد مشکل در کوچ‌های زمستانه و تابستانه می‌شود. گفتنی است حدود یک سوم آب شرب تهران از سد لتیان تامین می‌شود و براساس قانون باید تمامی ساخت‌وسازهای غیرمجاز که در حریم رودخانه‌های حوزه‌های آبریز سد لتیان صورت گرفته است، تخریب شود.

شرایط ثبت‌نام پزشکان در کاروان‌های حج اعلام شد

مهر: شرایط ثبت‌نام پزشکان عمومی و متخصصان داخلی در کاروان‌های حج تمتع امسال اعلام شد. سازمان حج و زیارت اعلام کرد: مرکز پزشکی حج و زیارت از پزشکان عمومی و متخصصان داخلی که تمایل به همکاری در حج تمتع سال ۸۵ به عنوان پزشک کاروان دارند دعوت کرد تا نهم تیرماه با مراجعه به پایگاه اینترنتی www.fimc.ir ثبت‌نام کنند. مرکز پزشکی سازمان حج و زیارت شرایط ثبت‌نام پزشکان را به این شرح اعلام کرد: ۱- مسلمان و متعهد، ۲- مرد، ۳- متاهل، ۴- حداکثر سن ۵۰ سال، ۵- مدرک تحصیلی و ۶- سابقه تشرف به حج تمتع داشته باشند.

موفقیت در امتحان

چگونه بر اضطراب خود غلبه کنیم؟

نازنین بنی اسدی

■ با رویکرد شناخت درمانی

امتحانات نزدیک است. تا رسیدن تیرماه چیزی نمانده است. تا رسیدن فصل داغ تابستان و نشستن روی صندلی‌های امتحان. این روزها در هر خانه‌ای، دانش‌آموزی هست یا دانشجویی؛ که با بیم و امید خود را برای امتحان آماده می‌کند. در این میان دشوارتر از همه، حال و روز کنکوری‌ها است. زیرا امکانات محدود است و جمعیت بسیار. آنان دل‌نگران امتحانی هستند که نتایج آن، اهمیت دارد. اهمیتی به اندازه سرنوشت. به اندازه آرزوهای یک انسان.

■ اضطراب امتحان چیست؟

اضطراب امتحان، نوعی خودمشغولی ذهنی است که با خودپنداری ضعیف و تردید فرد درباره توانایی‌های خود مشخص می‌شود و غالباً با شناخت منفی، عدم تمرکز حواس، واکنش‌های جسمی نامطلوب و افت تحصیلی همراه است. هنگامی که فردی درباره کارایی و توانایی ذهنی خود در موقعیت امتحان، دچار تشویش و نگرانی می‌شود، به طوری که این احساس موجب کاهش و افت عملکرد واقعی او می‌شود، می‌گوییم دچار «اضطراب امتحان» شده است. مطالعات انجام گرفته نشان می‌دهد که دانش‌آموزان و دانشجویان در سرتاسر دنیا علایمی از اضطراب امتحان را نشان داده‌اند (همبری، ۱۹۸۸، سیپ، ۱۹۹۱). سطح قابل قبولی از تنیدگی در زمان امتحان می‌تواند با فعال کردن سیستم عصبی خودکار انسان، به هوشیاری بالاتر و تلاش بیشتر منجر شود، اما اگر فرد نتواند نسبت به تنیدگی خود، واکنش درست نشان دهد و دچار اضطراب شود، عملکرد او دچار اختلال خواهد شد. تحقیقات انجام گرفته نشان می‌دهند که دلیل به وجود آمدن این اضطراب، همیشه کم‌کاری دانش‌آموز یا عدم تسلط کافی او بر محتوای دروس نیست. بالعکس، بسیاری از اوقات دانش‌آموزانی با انگیزش و تسلط بالا، دچار آثار منفی اضطراب امتحان شده‌اند. تحقیقات جدی درباره اضطراب امتحان، از اواسط قرن بیستم آغاز شد. پژوهشگرانی همچون تیلور (۱۹۵۳)، اضطراب امتحان را از طریق آزمون‌های خودارزیابی دانش‌آموزان اندازه‌گیری کردند. سایر پژوهشگران به جنبه‌های فیزیولوژیک، احساسی/ رفتاری و شناختی در این باره پرداختند.

■ جنبه‌های فیزیولوژیک اضطراب

برای درک بهتر موضوع، تصور کنید نیمه‌شب است. خرگوشی در میانه جاده تاریکی نشسته است. ناگهان در مقابل خود اتومبیلی را می‌بیند که به سرعت به سوی او می‌آید. در برابر نور چراغ‌های اتومبیل، از ترس بر جای خود خشکش زده و قادر به فرار کردن نیست. فکر می‌کنید چه اتفاقی افتاده است؟ علم پزشکی نشان می‌دهد که اضطراب شدید، منجر به ترشح ناگهانی هورمون‌های آدرنالین و کورتیزول (که همراه هم هورمون‌های آدرینوکورتیکال نامیده می‌شوند) می‌شود. این ترشح تمام سیستم اعصاب مرکزی، قلب و عروق، روده و معده، ماهیچه‌ها، آب بدن و متابولیسم خونی را تحت تاثیر قرار می‌دهد. قرار گرفتن در این موقعیت می‌تواند منجر به اختلال در عملکرد انسان شود. سایر جانداران نیز هنگامی که در یک موقعیت خطرناک قرار می‌گیرند، اگر تسلط خود را از دست بدهند، قادر به نشان دادن عملکرد مناسب نخواهند بود.

■ جنبه‌های احساسی/ رفتاری و شناختی

پژوهشگران به تفاوت میان اجزای اضطراب امتحان در دو دسته شناختی (افکار منفی که در جلسه امتحان، فکر امتحان‌دهنده را به خود مشغول می‌کند) و احساسی/ رفتاری (علایمی همچون لرزش، پرش، عضلات منقبض، خشکی دهان، عرق کردن و...) اشاره کرده‌اند. (لیبرت و موریس، ۱۹۶۷)نتایج این مطالعات نشان داد، عوامل شناختی (فکری) بیش از عوامل احساسی می‌توانند بر روی نتیجه امتحان اثر منفی بگذارند (دفن باچر، ۱۹۸۰) به ویژه افکار منفی که مربوط به خود امتحان هستند. این دیدگاه مبتنی بر نظریه شناخت‌درمانی بود که از نیمه دوم قرن بیستم در حوزه روانشناسی جایگاهی ویژه یافت. آنها معتقد بودند که افراد می‌توانند با کنترل کردن افکار خود، احساسات و در نتیجه رفتارهای خود را کنترل کنند (یانگ و کلوسکو، ۱۹۹۳)به طور خلاصه، اساس نظریه شناخت‌درمانی را می‌توان در مثلث زیر ترسیم کرد:

افکار نامطلوب / احساس نامطلوب/ رفتار نامطلوب

هدف شناخت‌درمانی «کمک به فرد برای غلبه بر افکار و باورهای مخرب و یافتن افکار و باورهای سازنده‌تر» (مارتین وپیر، ۱۹۹۲) است. یا سعی در اصلاح شناخت‌ها و نگرش‌های نادرست که رفتار نامطلوب- آشکار یا ناآشکار- را به وجود می‌آورد و به تقویت آن می‌انجامد (ساندل و ساندل، ۱۹۹۳). آلبرت الیس، بنیانگذار روش درمانی عقلی- احساسی، باور داشت بسیاری از مشکلات احساسی و رفتارهای مربوط به آن، از عبارت‌های غیرمنطقی نشات می‌گیرد، که افراد در موقعیت‌های بحرانی به خود می‌گویند. در این زمینه فنی که توسط ولپ در ۱۹۵۸، معرفی شد، فن ایست کردن فکری بود. ولپ توصیه می‌کند هر بار با هجوم افکار منفی به ذهن فرد، او باید به خود نهیب بزند: «بس است!!!» اگر این روش با روش جایگزین کردن یک فکر مثبت و سپس به کار بردن عبارت‌های تقویت‌کننده همراه شود، موثرتر خواهد بود. آرون تی بک (۱۹۷۶) به این نتیجه رسید که شناخت‌های منفی رایج‌ترین نشانه‌های افسردگی هستند. او به شناخت خطاهای اندیشه و ارتباط نگرش فرد با مشکلاتش اشاره کرد. دیوید برنز کار او را تکمیل کرد و تحریف‌های شناختی را در ۱۰ عنوان دسته‌بندی کرد:

۱- تفکر همه یا هیچ
۲- تعمیم مبالغه‌آمیز
۳- فیلتر ذهنی
۴- بی‌توجهی به امر مثبت
۵- نتیجه‌گیری شتابزده
۶- درشت‌بینی یا ریزبینی
۷- استدلال‌های احساسی
۸- به کار بردن عبارت‌های «باید این طور باشد»
۹- برچسب زدن (من شکست خورده‌ام)
۱۰- شخصی‌سازی (نسبت دادن علت تمام ناکامی‌ها به خود)

جلسه امتحان، به صحنه نبرد می‌ماند. در گذشته‌ها، آن گاه که دو لشکر متخاصم در برابر همه قرار می‌گرفتند، هر سپاه پرچم خود را به دست سربازی می‌داد تا آن را پیشاپیش سربازان دیگر حرکت دهد. آنها با نگریستن به پرچم خود احساس غرور می‌کردند. توجه به این نماد به آنها شهامت شروع حمله را می‌بخشد. در مقابل نگریستن به پرچم سیاه دشمن، می‌توانست در دل‌های آنها رعب و ترس بیفکند. با شهامت و قدرت، پای به جلسه امتحان بگذارید. به پرچم دشمن افکار منفی خودتان توجه نکنید.

■ آنچه نباید در جلسه امتحان به آن فکر کنید

۱- اگر قبول نشوم، دیگران درباره من چه فکری خواهند کرد؟ از نظر همه من یک شکست‌خورده کامل خواهم بود.
۲- تا به حال خیلی از امتحان‌های آزمایشی را خراب کرده‌ام.
۳- دیگران بهتر از من عمل می‌کنند.
۴- ای کاش بهتر درس خوانده بودم.
۵- تمام زندگی آینده‌ام، سرنوشتم، به همین امتحان بستگی دارد. اگر قبول نشوم، همه چیز را باخته‌ام.
۶- افکار سرگردان: هر آنچه موجب تفرق حواس شما بشود، مثل: فعالیت‌های دیگر شما، فیلمی که اخیراً دیده‌اید، اخباری که شنیده‌اید، صحبت‌هایی که با دیگران کرده‌اید و...

در صورت بروز هر یک از این افکار منفی، بلافاصله مداد را روی کاغذ بگذارید و به نوشتن ادامه دهید. اجازه ندهید تفرق حواس، پاسخگویی شما را متوقف کند. خود را مشغول جواب دادن کنید و همین کار به تمرکز بیشتر شما کمک می‌کند و موجب می‌شود علایم اضطراب، رفته‌رفته شما را ترک کند. به خود بگویید: «من الان فقط به سئوال‌ها، حل کردن و جواب دادن به آنها فکر می‌کنم و نه هیچ چیز دیگر، در حال حاضر هیچ موضوع دیگری برایم اهمیت ندارد.» آنگاه مداد را روی کاغذ بگذارید و به پیش بروید. مرتب و تمیز، گام به گام، با آرامش مراحل حل هر مسئله را طی کنید. انگار در آن لحظه، در زندگی شما همین یک مسئله وجود دارد. در چنین حالتی پاسخ دادن به سئوال‌ها، می‌تواند مثل حل کردن جدول کلمات متقاطع یا یک معما، جالب، سرگرم‌کننده و لذت‌بخش باشد! ممکن است در طول امتحان نتوانسته باشید این گونه عمل کنید و ناگهان در میانه امتحان به خود بیایید و ببینید، نیمی از پاسخ‌ها را اشتباه، ناقص یا بدون جواب گذاشته‌اید. نگران نباشید. هنوز هم فرصت هست. بسی آدمیان که در نیمه اول زندگی خود اشتباهات بی‌شماری مرتکب شده‌اند اما با حفظ روحیه، نیمه بعد را به نقش‌آفرینی مثبتی تبدیل کرده‌اند و سرنوشت‌های ارزشمندی را رقم زده‌اند. به جای تاسف خوردن برای خود، توجهتان را روی سئوال‌های بعدی متمرکز کنید، نفس عمیق بکشید، عضلات خود را شل کنید و از زمان باقیمانده حداکثر استفاده را ببرید. از خود سرعت عمل نشان دهید، نه دستپاچگی. بر افکار منفی خود، آگاه بمانید. آگاهی نیمی از پیروز شدن است. به افکار خود اجازه پیشروی ندهید. حتی اگر بخواهد مثل یک اسب سرکش، سوار خود را به زمین بیندازد. افکار منفی همچون قطاری است که اگر سوار آن بشوید شما را به هر کجا که بخواهد، خواهد برد. اما شما، امکان انتخاب دارید. می‌توانید سوار آن نشوید. باور داشته باشید که ذهن شما متعلق به شماست. خود شما مسئول کنترل آن هستید، شما می‌توانید و باید آن را کنترل کنید.

■ چگونه درس بخوانم که در امتحان موفق شوم

دوبوا و استالی در تحقیقاتی که در این زمینه بر روی دانش‌آموزان انجام دادند، آنها را از نظر قصد و انگیزه یادگیری و روش‌ها و راهبردهایی که به تبع آن برای درس خواندن انتخاب می‌کنند، به سه گروه تقسیم می‌کنند:

۱- دانش‌آموزانی که فقط تحت شرایط زور و اجبار و برای رفع تکلیف درس می‌خوانند.
۲- دانش‌آموزانی که برای تحت تاثیر قراردادن دیگران، کسب بالاترین نمره و به قصد برتری‌جویی درس می‌خوانند.
۳- دانش‌آموزانی که برای فهمیدن درس و کسب مهارت، درس می‌خوانند. آنان از تحقیقات خود نتیجه‌گیری کردند که قصد و هدفی که دانش‌آموز برای یادگیری دارد، با راهبردی که برای درس خواندن انتخاب می‌کند، ارتباط مستقیم دارد. هدف‌هایی همچون رفع تکلیف، نمره‌آوردن برای برتری‌جویی و تحت تاثیر قرار دادن دیگران، معمولاً به راهبردهای کمتر موثر همچون حفظ کردن مطالب می‌انجامد که خیلی زود هم از خاطر می‌روند. در حالی که هدف‌هایی همچون فهمیدن درس، به انتخاب راهبردهای موثرتری همچون کسب مهارت، یادداشت برداری، خلاصه‌کردن، فکرکردن به راه‌های استفاده از آموخته‌های کلاس در مسائل مختلف و تمرین عملی آن می‌انجامد.

■ روز پیش از امتحان انجام دهید

۱- لیستی از مواردی که باید در جلسه امتحان همراه داشته باشید، یا کارهای لازم تهیه کنید. بسیاری از اوقات، وقتی عجله دارید، ممکن است ساده‌ترین مسائل را فراموش کنید.
۲- از ساعت، روز و محل امتحان اطمینان حاصل کنید.
۳- وقت خود را به گونه‌ای برنامه‌ریزی کنید که زودتر از زمان مقرر حرکت کنید، تا در صورت بروز پیشامدهای غیرمترقبه به موقع برسید.
۴- اطمینان بیابید از اینکه آنچه مورد نیاز است، همراه دارید: چند عدد مداد، خودکار، پاک‌کن و...
۵- در صورت نیاز بطری کوچکی آب همراه ببرید، همین طور مقدار کمی مواد قندی، مثل آبنبات یا شکلات (که سریعاً جذب بدن می‌شود).
۶- صبحانه کافی بخورید (به‌جای شیر، چای توصیه می‌شود زیرا معده و سیستم گوارش در این شرایط ممکن است حساس باشد.)
۷- یادداشت‌های خود را از نکات مهم مثل (اصول و فرمول‌ها، جزئیات مهم تاریخ‌ها، مکان‌ها و نام‌ها خلاصه‌ها و جمع‌بندی‌ها) همراه خود ببرید و ساعتی پیش از امتحان نگاهی به آنها بیندازید تا حضور ذهن داشته باشید.
۸- پول کافی همراه داشته باشید.
۹- ساعت مچی خود را همراه ببرید تا در هنگام پاسخ‌دادن متوجه وقت تعیین شده باشید.
۱۰- لباس سبک و آزاد بپوشید.
۱۱- با روحیه خوب به سر جلسه بروید.

■ توصیه‌هایی برای والدین

۱- انتظارات خودتان را با توانایی‌های فرزندتان هماهنگ کنید و از او توقع بیش از حد نداشته باشید و او را با دیگران مقایسه نکنید.
۲- در روزهای امتحان، فضای خانواده را شاد و آرام نگه دارید و از مشاجره و برخوردهای لفظی جلوگیری کنید. امتحان را بخشی طبیعی از فرآیند آموزش بدانید و نسبت به آن حساسیت فوق‌العاده نشان ندهید. به فرزندتان اطمینان خاطر بدهید که نتیجه هر چه باشد در کنار او خواهید بود و اگر مشکلی داشت او را یاری خواهید کرد.

■ کلام آخر

اگر خوب درس خوانده باشی، با تسلط بر خود همه چیز به خوبی پیش می‌رود. اگر فقط در بعضی زمینه‌ها تسلط داری، بیشتر وقت را به پاسخ‌دادن به سئوال‌های آن حیطه اختصاص بده. اگر هم مستعد نیستی و احساس می‌کنی موفق نمی‌شوی، باز هم باید خوشبخت بود چه این بی‌شک از آن‌رو است که بیش از این از تو برنمی‌آید. در این صورت برای چه باید فزونی جست؟ چرا غم آن چیزی را بخوری که از دست تو برنمی‌آید؟ آنچه از دست برمی‌آید باید همان را کرد. به قول رومن رولان در اثرش «ژان کریستف»: Als ich Kann «تا جایی که بتوانیم!» قهرمان آن کسی است که همان چیزی را که از دستش بر می‌آید انجام دهد. دیگران همین را هم انجام نمی‌دهند. در هر شرایطی که هستی به خداوند توکل کن که یاد او آرامش دهنده دل‌های مضطرب است و بیش از توان بر هیچ انسانی تکلیف نکرده است. امتحان فرصتی است برای اینکه در دشواری‌های بعدی زندگی، یاد بگیری چگونه آرامش و تسلط بر خودت را حفظ کنی. از این فرصت استفاده کن!

David Mcllroy, Exam Success, (London: SAGE Publications, 2005), P74.

▼ جمله‌های زیر را بخوانید و در مقابل آن دور عدد مناسب، دایره بکشید.

	کاملاً مخالفم یک	مخالفم دو	تا حدودی سه	موافقم چهار	کاملاً موافق پنج
۱	در ایام امتحانات شب‌ها خوب خوابم نمی‌برد.	۱	۲	۳	۴	۵
۲	در ایام امتحانات، دچار سردردهایی می‌شوم.	۱	۲	۳	۴	۵
۳	در جلسه امتحان، دچار تکان‌های غیرارادی یا لرزش (در پاها، دست‌ها و...) می‌شوم.	۱	۲	۳	۴	۵
۴	در طول مدت امتحان، گاه نفسم خوب نمی‌آید و دهنم خشک می‌شود.	۱	۲	۳	۴	۵
۵	در طول مدت امتحان، زیادتر از حد معمول عرق می‌کنم.	۱	۲	۳	۴	۵
۶	در طول مدت امتحان، در عضلاتم احساس گرفتگی می‌کنم.	۱	۲	۳	۴	۵
۷	در طول مدت امتحان، در به خاطر آوردن مطالبی که یاد گرفته بودم، دچار مشکل می‌شوم.	۱	۲	۳	۴	۵
۸	فکرم قفل می‌شود. راه‌حل‌هایی که در زمان‌های دیگر به سادگی پیدا می‌کردم، حالا به ذهنم نمی‌رسد.	۱	۲	۳	۴	۵
۹	در نشستن سر جلسه امتحان و دقت کردن و تمرکز بر روی سئوال‌ها مشکل دارم.	۱	۲	۳	۴	۵
۱۰	سر جلسه امتحان، وقت زیادی را به خاطر دستپاچگی و گیج شدن از دست می‌دهم.	۱	۲	۳	۴	۵

پایین‌ترین مجموع امتیاز ممکن: ۱۰- بالاترین مجموع امتیاز ممکن: ۵۰- متوسط مجموع امتیاز ممکن: ۲۰

نمرات پایین‌تر از ۲۰، نشانگر وجود علایم «اضطراب امتحان» به‌عنوان تهدیدی جدی برای موفقیت در امتحان است که می‌بایست برای رفع این مسئله اقدامات لازم انجام گیرد.

دیگران

بیش از ۱/۳ مهاجرت‌های قاچاق دنیا در آسیا اتفاق می‌افتد

ایسنا: گزارش سازمان بین‌المللی مهاجرت (IOM) نشان داد که بیش از ۱/۳ مهاجرت‌های قاچاق دنیا در آسیا اتفاق می‌افتد. در این گزارش آمده که بیش از ۱/۳ مهاجرت‌های قاچاق دنیا در منطقه آسیا اتفاق می‌افتد، در این منطقه زنانی از تایلند، چین و فیلیپین به مقصد چهار کشور اصلی صنعت جنسی از جمله مالزی، ژاپن، کره جنوبی و تایوان فرستاده می‌شوند. از کشور ویتنام سالانه هزاران زن به کشور چین قاچاق می‌شوند که حدود ۳۰ درصد آنها کمتر از ۱۸ سال سن دارند. بر طبق گزارش یونیسف زنان ۱۵ تا ۴۵ سال در چین فروخته می‌شوند که اکثر آنها از گروه‌های آسیب‌پذیری مانند زنان ازدواج نکرده، مطلقه، بیوه و یا زنانی با ازدواج ناموفق هستند. دختران ویتنامی با وعده ازدواج و زندگی بهتر در حدود ۵۰۰ تا ۶۰۰ دلار فروخته می‌شوند و آنچه در انتظار آنهاست استثمار جنسی، آزار و در بهترین حالت زندگی در انزواست. مقصد بسیاری از مهاجرین قاچاق، هند، پاکستان، کشورهای عربی، خلیج فارس، کشورهای جنوب شرقی آسیا و اروپا است. در این مناطق زنان برای مقاصد جنسی و کارهای خانگی و پسران برای شترسواری، گدایی و کارهای صنعت جنسی قاچاق می‌شوند. قاچاق مهاجرین از تجارت‌های چندین میلیون دلاری جهان است که هزینه‌های مالی و اجتماعی بسیاری برای بسیاری از کشورها، اجتماعات و خانواده‌ها دارد. شدیدترین نتیجه قاچاق افراد مسائلی از قبیل تجاوز، کتک خوردن، شکنجه و آزار جنسی است که آثار عمیقی بر روان، بهداشت باروری و بهداشت عمومی آنها می‌گذارد، هر چند اکثر حکومت‌ها در جهان مقرراتی علیه قاچاق وضع کرده‌اند ولی اغلب آنها به خوبی اعمال نمی‌شوند.

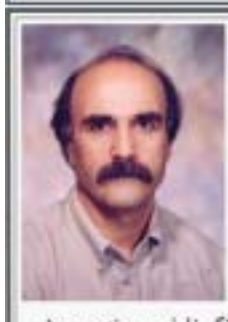
هشدار شهربانی ترکیه در مورد افزایش ورود مواد مخدر

ایرنا: شهربانی ترکیه در گزارشی اعلام کرد در شش ماهه اول سال جاری میلادی ورود مواد مخدر قاچاق به ترکیه افزایش چشمگیری داشته است. شبکه تلویزیونی «ان. تی. وی» گفت: «در شش ماه اول سال گذشته میلادی یک هزار و ۲۷۰ کیلوگرم تریاک در ترکیه کشف شده بود که این رقم در مدت مشابه سال جاری به دو هزار و ۱۲۰ کیلوگرم افزایش یافته است.» در این مدت هم چنین دو هزار و ۸۴۴ کیلوگرم هروئین در ترکیه کشف شده است. شهربانی ترکیه میزان افزایش قرص‌های حاوی مخدر مکشوفه در همین مدت را ۳۸۶ درصد ذکر کرد. اخیراً «نعمت چوبوکچو» وزیر مسئول در امور خانواده کابینه ترکیه در پاسخ به سئوال «امت کاناداوغلو» نماینده حزب راه راست در مجلس ترکیه در مورد نگرانی خانواده‌ها از افزایش میزان مصرف مواد مخدر جوانان گفته بود: «در سال ۲۰۰۵ میلادی شش هزار و سه کیلوگرم تریاک و شش هزار و ۶۶۴ کیلوگرم هروئین در ترکیه کشف و ضبط شده است. چوبوکچو با اعلام این که در سال گذشته میلادی یک میلیون و ۲۸۲ هزار و ۵۷۰ عدد قرص روانگردان اکستازی نیز کشف شده، افزوده بود: «در سال گذشته نیروهای مبارزه با مواد مخدر ترکیه همچنین پنج میلیون و ۷۶۰ هزار و ۸۱۹ عدد قرص روانگردان کاپتاگون را کشف و ضبط کردند.» به گفته چوبوکچو در سال گذشته میلادی مجموعاً پنج هزار و ۷۱۴ مورد قاچاق مواد مخدر در ترکیه کشف و ۱۱ هزار و ۹۷۹ قاچاقچی نیز به مراجع قضایی ارجاع داده شدند. به گفته چوبوکچو، ۲۹/۳ درصد از دانش‌آموزان ۱۳ الی ۱۵ سال مبادرت به مصرف سیگار کرده‌اند و ۹/۱ درصد به‌طور مرتب سیگار مصرف می‌کنند. وی افزوده بود: «بیشتر دانش‌آموزانی که مبادرت به مصرف سیگار می‌کنند، قبل از سن ۱۰ سالگی شروع به مصرف سیگار کرده‌اند.»

درخواست فراهم آوردن شرایط برای بازگشت پناهندگان افغان

پاکستان درخواست کرده است که یک صندوق جداگانه چند میلیارد دلاری در افغانستان، به ایجاد شرایطی اختصاص یابد که براساس آن چندین میلیون پناهنده افغان که در پاکستان زندگی می‌کنند بتوانند به کشورشان بازگردند. خورشید قصوری وزیر خارجه پاکستان در مصاحبه با بی‌بی‌سی گفت: بازگشت حدود ۲ تا سه میلیون پناهنده افغان سبب خواهد شد که پناهگاه امنی که اکنون در اردوگاه‌های پناهندگان برای نفرات طالبان فراهم شده از بین برود. سخنان وزیر خارجه پاکستان در پاسخ به اظهارات مکرر مقامات افغان مبنی بر این بود که پاکستان برای جلوگیری از گروه‌بندی طالبان در خاک پاکستان و ممانعت از ورود آنها به داخل خاک افغانستان، به منظور حمله به نیروهای ائتلافی و افغان، تلاش کافی نمی‌کند. پیشتر وزیر خارجه افغانستان گفته بود که کشورش و پاکستان در مذاکرات برای مبارزه با خشونت‌های وابسته به طالبان پیشرفت کرده‌اند. رنگین دادفر اسپنتا گفت: با وجود این که تفاوت‌هایی میان نظرات دو دولت وجود دارد، اما دو طرف توافق کرده‌اند که ارتباطات خود را اصلاح کنند و سوءتفاهم‌ها را برطرف کنند. اسپنتا بعد از دیدار با همتای پاکستانی خود خورشید احمد قصوری در اسلام‌آباد سخن می‌گفت. وزیر خارجه پاکستان نیز از گفت‌وگوها استقبال کرد و گفت که مقامات دو کشور باید بیشتر باهم دیدار داشته باشند. رنگین دادفر اسپنتا وزیر خارجه افغانستان وارد اسلام‌آباد پایتخت پاکستان شد و در دیدار با ژنرال پرویز مشرف رئیس جمهور پاکستان وضعیت امنیتی کشورش را بررسی کرد. اسپنتا پس از دیدار با همتای پاکستانی خود گفت: «ما امیدواریم این گفت‌وگوها، نقطه عطفی در روابط دوجانبه باشد و باعث برطرف شدن سوءتفاهم‌ها شود.» وزیر خارجه افغانستان نخستین سفر خود را به پاکستان، از زمان انتصاب به این مقام در ماه آوریل گذشته انجام داده است.

ترحیم



ای ساربان آهسته ران، کارام جانم می‌رود
آن دل که با خود داشتم، با دلستانم می‌رود

مهندس عبدالرضا طاهری:
رادمردی از سلاله نیکان، آزادمردان، پویندگان صنعت و پیشگام در توسعه کوهنوردی، همسری مهربان، پدری بی‌همتا، فرزندی شایسته، برادری پشتیبان، دوستی فداکار و همکاری خستگی‌ناپذیر سینه پرمهرش بر سینه کوه از تپش ایستاد. به‌همین منظور روز سه‌شنبه ۸۵/۴/۶ از ساعت ۱۴/۱۵ الی ۱۵/۴۵ در مسجدالرضا(ع) واقع در خیابان خرمشهر (آبادانا) خیابان شهید عشقیار میدان نیلوفر به سوگ می‌نشینیم و یادش را گرامی می‌داریم.

مادر: حاجیه خانم اخوت
همسر: شیرین مجلسی
فرزندان: فریدون و بابک طاهری
خانواده‌های: طاهری، مجلسی، اخوت، موسوی، موسوی آزاد، سمیعی، زندی، پاینده، یاسری، ابراهیمی و خانواده‌های وابسته

تسلیت

جناب آقای بیژن رئیس فیروز
همکاران شما در غم شما شریک هستند
گروه تولیدی افکو

جناب آقای مهندس فهیمی
با نهایت تاسف و تاثر درگذشت مادر گرامیتان را به شما و خانواده محترم تسلیت عرض نموده، برای روح آن مرحومه، علو درجات و صبر و شکیبایی بازماندگان را از خداوند متعال خواستاریم.
مدیرعامل و هیئت مدیره شرکت ساختمانی ندا

یادبود

انتخاب اینکه چگونه و کجا خواهید مرد با شما نیست شما فقط می‌توانید تصمیم بگیرید که چگونه می‌خواهید زندگی کنید و او آنطوری که می‌خواست زندگی کرد.
هفتمین سال جدایی از دکتر داریوش فضل الهی فرا رسید و حضورش در تمامی لحظات زندگیمان سبز است.
فری، مریم، استلا، آرین، شاهین

پذیرش آگهی‌های ترحیم و تسلیت
تلفن مستقیم ۲۲۰۵۷۰۹۰
نمابر ۲۲۰۵۶۳۹۰
بلوار آفریقا، خیابان مهیار، پلاک ۲