

مدیریت هیجانات در شرایط سخت



۸

بازار کسب و کار



۲

بازار کسب و کار

دولت به یاری تامین اجتماعی بیاید / بیمه شدگان خویش فرما توان پرداخت ندارند

مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری
و صنایع دستی گلستان؛

اسکان ۱۰ هزار هموطن در گیر جنگ در مراکز اقامتی گلستان

۳

بازار کسب و کار



مدیرکل تعزیرات حکومتی
استان گلستان؛

تخلف ۹۶ واحد خبازی در گلستان

مدیرکل تعزیرات حکومتی استان گلستان گفت: در یک ماهه اخیر ۳۴۲ واحد نانوایی در گلستان مورد بازدید قرار گرفت و ۹۶ واحد متخلف شناسایی و جهت رسیدگی قانونی به شعب تعزیرات حکومتی معرفی شدند...

۴

بازار کسب و کار



یادداشت



«گذر از آب و آتش»

حمیدرضا محمدیاری/بازار کسب و کار

جشن چهارشنبه سوری یکی از جشن‌های مهم و سنتی ایرانیان است که هر سال در آخرین سه شنبه سال آخرین هفته سال آغاز می‌شود. این جشن به منظور پایان دادن به زمستان و استقبال از بهار برگزار می‌شود. آداب و رسوم این جشن شامل ریختن آب‌شستنی بر سر یکدیگر، عبور از زیر آتش و پخش کردن شیرینی‌های مخصوص این روز می‌شود.

در جشن چهارشنبه سوری، آیت‌های خاصی وجود دارند که به طور خاص برای این جشن تهیه می‌شوند. برخی از این آیت‌ها شامل موارد زیر می‌شوند:

۱. آب‌شستنی: افرادی برای ریختن آب‌شستنی بر سر یکدیگر در این روز، آب‌شستنی‌های مخصوصی تهیه می‌کنند.

۲. شیرینی‌ها: شیرینی‌های مخصوصی برای پخش کردن در این روز به عنوان نشان مهربانی و دوستی بین افراد استفاده می‌شود.

۳. آتش: عبور از زیر آتش در این روز نیز یکی از آیین‌های مهم این جشن محسوب می‌شود.

۴. لباس‌های رنگارنگ: افراد در این روز لباس‌های رنگارنگ و شاد پوشیده و به مناسبت جشن نیز لباس‌های خاصی انتخاب می‌کنند.

جشن چهارشنبه سوری شامل عبور از زیر آتش است که به نام «گذر از آب و آتش» شناخته می‌شود. افراد باید از زیر آتش بپرند و از یک سو به سوی دیگر بروند تا از برکه آب رد شوند. این آیین به منظور پاکسازی و پاک شدن از گناهان و بدی‌ها به ویژه در آستانه نوروز برگزار می‌شود. این عمل به عنوان نمادی از پاکی و تمیزی برای آغاز سال نو و بهار است.

به عنوان مثال، در برخی مناطق، برخی از افراد یک پله‌ی چوبی را بر روی آتش قرار می‌دهند و از طریق قدم زدن بر روی این پله، از زیر آتش عبور می‌کنند. این عمل نشان از شجاعت و اعتماد به نفس افراد است که با عبور از آتش، استقامت و قوت روحی خود را نشان می‌دهند. این فرآیند به عنوان یک آیین قدیمی و سنتی در جشن چهارشنبه سوری انجام می‌شود.

بله، به عنوان مثال دیگر، در برخی مناطق برای گذر از زیر آتش، افراد از یک تونل چادری که از زیر آتش می‌گذرد استفاده می‌کنند. این تونل معمولاً با استفاده از چادر و ساختارهای چوبی ساخته می‌شود و آتش روی آن قرار می‌گیرد. افراد با ورود به این تونل و پیشرفت از زیر آتش، احساس پاکی و تمیزی روحی می‌کنند و این عمل به عنوان یکی از آیین‌های سنتی و زیبای جشن چهارشنبه سوری شناخته می‌شود.

راهکار مقابله با فرسودگی روانی در شرایط بحران

در قلب هر بحرانی، سلامت روان ما همچون سلامت جسم، نقشی حیاتی ایفا می‌کند؛ فرسودگی روانی، پاسخی طبیعی و قابل درک به فشارهای طولانی‌مدت است، با شناخت به‌موقع نشانه‌های آن و به‌کارگیری راهکارهای مؤثر، می‌توانیم سپری محکم برای محافظت از خود و عزیزانمان در برابر این چالش بسازیم...

بازار کسب و کار

۵

بلقیس؛ بازتابی از تمدن‌های دیرین در قلب خراسان شمالی

ارگ تاریخی بلقیس به عنوان دومین بنای خشتی بزرگ ایران، گواهی زنده بر تبادلات فرهنگی ساسانیان، سربداران و مسافران جاده ابریشم است، هر دیوار و سفالینه اش، قصه‌ای از شکوه و زندگی مردمان گذشته را نجوا می‌کند...

بازار کسب و کار

۵

۶

دولت به یاری تامین اجتماعی بیايد / بیمه‌شدگان خویش فرما توان پرداخت ندارند



انتظار ما از دولت این است که باتوجه به تعهدات همه‌جانبه و خطیر تامین اجتماعی نسبت به بسیاری از بخش‌های جامعه از حوزه اقتصادی گرفته تا درمانی، به صورت خاص و ویژه خط اعتباری مشخصی را برای حمایت از سازمان تامین اجتماعی ایجاد کند تا این سازمان نیز بتواند وظایف افزوده شده خود را نسبت به بسیاری از اقشاری که دچار مشکل شده اند، به‌نحو احسن انجام دهد.

بازار کسب و کار - سرویس اقتصادی: با شروع حملات آمریکا و رژیم صهیونیستی در اسفندماه، بسیاری از نهادهای گروه‌های ذی‌نفع و جامعه مخاطبان سازمان تامین اجتماعی در تعامل خود با این سازمان دچار مشکلاتی شدند. سازمان تامین اجتماعی به برخی نهادها از جمله مراکز درمانی، داروخانه‌ای، بیمه‌های تکمیلی و عمر و برخی شرکت‌های دیگر بدهکار است، اما همزمان این سازمان از بسیاری از ذی‌نفعان خود طلب‌کار هم هست. در این میان دولت و نهادهای عمومی غیردولتی (مثل شهرداری‌ها) بزرگترین ابریده‌کاران به تامین اجتماعی هستند. اما علاوه بر این دو بخش، گروه‌های دیگری نیز وجود دارند که تامین اجتماعی از آن‌ها طلب‌کار است.

کارفرمایان، بیمه‌شدگان خویش‌فرما و سایر گروه‌های خرد دیگر نیز در زمره ذی‌نفعانی هستند که تامین اجتماعی از آن‌ها طلب‌کار است. معمولاً در ایام بحران‌هایی از قبیل جنگ، حوادث طبیعی و امثال آن، تامین اجتماعی با میانجی‌گری دولت، در رسیدگی به بخشی از طلب‌های خود از کارفرمایان مهلت داده و به تعبیر حقوقی «استمهال» می‌کند.

اخیراً نیز با آغاز جنگ، سازمان تامین اجتماعی با صدور اطلاعیه‌ای، به کارفرمایان اعلام کرد: «تا پانزدهم فروردین ماه ۱۴۰۵ بازرسی‌های کارگاهی صرفاً در صورت تقاضای بیمه‌شده، کارفرما و یا بازرسی‌های تحقیقی انجام می‌شود و هرگونه بازرسی کارگاهی غیرضروری تا تاریخ مذکور متوقف می‌گردد.»

این امتیازات به کارفرمایان البته گاهی با انتقادات بیمه‌شدگان دیگر سازمان تامین اجتماعی (اعم از بیمه‌شدگان اجباری و خویش‌فرما) مواجه می‌شود؛ زیرا خود تامین اجتماعی موارد کسورات حق بیمه عمر، حق بیمه تکمیلی و مبالغ اقساط وام را بلافاصله پس از واریز حقوق یا انجام خدمات، از آن‌ها کسر می‌کند.

در این میان مهلت‌های طولانی و اقساط حق بیمه برای کارفرمایان، بخشی از بیمه‌شدگان خویش‌فرما (مرتبط با کارگاه‌های تک نفره یا شاغلانی که کارهای خدماتی یا تولیدی انفرادی می‌کنند) را بر آن داشته تا در شرایطی که وضعیت کسب و کارها به شدت بحرانی است، مطالبه استمهال و حل مشکل حق بیمه

وی افزود: سازمان تامین اجتماعی نیز نهادهای اقتصادی است که خدمت دهنده و خدمت گیرنده است. یعنی مناسبات این سازمان دو سوپیه بوده و از سوپیه خدمت می‌گیرد و از طرفی خدماتی را ارائه می‌دهد. در این شرایط نیز انجام تعهدات برای سازمان دشوارتر است. به همین دلیل مدیران تامین اجتماعی در شرایط جنگی تلاش می‌کنند مشکلات را مدیریت کنند.

رئیس اتحادیه پیشکسوتان جامعه کارگری خاطرنشان کرد: ما معتقدیم در این شرایط سازمان تامین اجتماعی به وظایف خود مطابق قانون عمل می‌کند، اما در شرایط بحرانی و جنگی، مسئله ما اقدام فراتر از وظایف و قوانین است و برای چنین چیزی همه ما باید دست و به دست هم داده و بیش از آنچه در دستور کار ماست، برای یکدیگر مایه بگذاریم. کمک به برخی اقشار بیمه شده مثل بیمه‌شدگان خویش‌فرمایی که در شرایط جنگی با خلاءهایی مواجه شدند، از همین نمونه‌هاست که نیاز به نوعی از خودگذشتگی اجتماعی و مدیریتی دارد.

این فعال کارگری در پایان بیان کرد: انتظار ما از دولت این است که باتوجه به تعهدات همه‌جانبه و خطیر تامین اجتماعی نسبت به بسیاری از بخش‌های جامعه از حوزه اقتصادی گرفته تا درمانی، به صورت خاص و ویژه خط اعتباری مشخصی را برای حمایت از سازمان تامین اجتماعی ایجاد کند تا این سازمان نیز بتواند وظایف افزوده شده خود را نسبت به بسیاری از اقشاری که دچار مشکل شده اند، به‌نحو احسن انجام دهد.

معاون دبیرکل خانه کارگر تصریح کرد: سازمان تامین اجتماعی از طریق بانک رفاه خط اعتباری از بانک مرکزی بابت عیدی دریافت کرد و اگر بخواهد این بار در شرایط موجود برای رفاه حال برخی اقشار اقدام به مهلت دادن کند یا مشکلات آن‌ها را مانند بیمه‌شدگان خویش‌فرما حل کند، باید از سوی دولت و از طریق منابع آن به سازمان کمک شود.

عضو هیات مدیره کانون بازنشستگان تامین اجتماعی تهران ادامه داد: در مورد سایر اقشار و کارفرمایان نیز همین موضوع صادق است. یعنی اگر قرار است به کارفرمایان نیز مهلتی داده شود، دولت باید بتواند در این شرایط خطیر، ریسک موجود برای سازمان تامین اجتماعی را پوشش دهد. در شرایطی که بسیاری از کسب و کارهای انفرادی و خدماتی که ناگزیر بیمه شده اجباری نیستند و خویش‌فرما هستند، با مشکلات

تولید محصولات کشاورزی به‌ویژه غلات از اولویت‌های اصلی ماست و شبکه‌های مراقبت و پیش‌آگاهی در همین راستا فعال هستند. به گفته وی، پایش‌های میدانی منظم و به‌هنگام یکی از مهم‌ترین ابزارها برای شناسایی زودهنگام آفات و بیماری‌ها و اتخاذ تصمیم‌های کنترلی موثر به شمار می‌رود.

امید در دل خوشه‌ها

در جریان این بازدیدها، تیم‌های کارشناسی میزان خسارت احتمالی ناشی از آفت سن گندم را ارزیابی کرده و در حال تدوین گزارش‌های تخصصی هستند تا بر اساس آن توصیه‌های فنی و اجرایی به کشاورزان ارائه شود.

این اقدامات در حالی انجام می‌شود که سلامت مزارع غلات، تنها یک موضوع کشاورزی نیست؛ بلکه گامی مهم در مسیر تامین امنیت غذایی و پایداری تولید در استان محسوب می‌شود.

ساله کشاورزان را به خطر بیندازد.

در چنین شرایطی کارشناسان جهاد کشاورزی استان با حضور در مزارع، پایش‌های مستمر و دقیق را در دستور کار قرار داده‌اند تا پیش از گسترش آفت «سن گندم»، راهکارهای کنترلی و توصیه‌های فنی را به کشاورزان ارائه کنند.

این بازدیدهای میدانی با مشارکت کارشناسان زراعت و حفظ نباتات و مسئولان مراکز جهاد کشاورزی در نقاط مختلف استان انجام می‌شود و هدف آن شناسایی به‌موقع تهدیدات و جلوگیری از خسارت به محصولات راهبردی است.

دیده‌بانی برای حفظ نان مردم

کارشناسان در این بازدیدها وضعیت مزارع غلات را از نزدیک بررسی می‌کنند و نشانه‌های احتمالی حضور آفت سن گندم را زیر نظر دارند؛ آفتی که از مهم‌ترین تهدیدات برای تولید گندم به شمار می‌رود و می‌تواند کیفیت و کمیت محصول را کاهش دهد.

مدیر حفظ نباتات سازمان جهاد کشاورزی خراسان شمالی در گفت‌وگو با روابط عمومی این سازمان با تاکید بر اهمیت این پایش‌ها گفت: حفظ و ارتقای

دشمن نامرئی در کمین گندمزارهای خراسان شمالی

گندمزارهای سبز خراسان شمالی این روزها در حالی قد می‌کشند که در میان آرامش بهاری دشت‌ها، دشمنی کوچک اما خطرناک در کمین خوشه‌ها نشسته است؛ آفت «سن گندم» که اگر به‌موقع مهار نشود، می‌تواند حاصل ماه‌ها تلاش کشاورزان را تهدید کند.

بهار که از راه می‌رسد، دشت‌های خراسان شمالی آرام‌آرام رنگ سبز امید به خود می‌گیرند؛ خوشه‌هایی که نوید نان بر سفره مردم و حاصل دسترنج کشاورزان را می‌دهند.

اما در همین روزهایی که مزارع جان می‌گیرند، تهدیدی کوچک و پنهان نیز در کمین گندمزارهاست؛ آفتی که اگر به موقع مهار نشود، می‌تواند رنج یک



هر خوشه گندم، روایت تلاش کشاورزی است که ماه‌ها چشم به آسمان و زمین دوخته تا محصولی سالم برداشت کند.

اکنون نیز کارشناسان و کشاورزان دوشادوش یکدیگر در تلاش‌اند تا با هوشیاری و مراقبت، اجازه ندهند دشمنی کوچک اما خطرناک، آرامش گندمزارهای خراسان شمالی را بر هم بزند؛ تلاشی خاموش اما حیاتی برای پاسداری از نان مردم.

مدیر بنیاد مسکن انقلاب اسلامی شهرستان گنبد کاووس ؛

واگذاری ۹۲ قطعه زمین رایگان به مشمولان قانون حمایت از جوانی جمعیت در گنبد کاووس



مدیر بنیاد مسکن انقلاب اسلامی شهرستان گنبد کاووس از واگذاری ۹۲ قطعه زمین با کاربری مسکونی در روستاهای دیکچه و یسیر گچن در قالب قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت خبر داد.

به گزارش بازار کسب و کار مدیر بنیاد مسکن انقلاب اسلامی شهرستان گنبد کاووس از واگذاری ۹۲ قطعه زمین با کاربری مسکونی در روستاهای دیکچه و یسیر گچن در قالب قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت خبر داد.

صابری با بیان اینکه این اراضی مطابق قانون بصورت کاملاً رایگان به واجدین شرایط واگذار شده، گفت: بنیاد مسکن انقلاب اسلامی به مالکان این زمین ها مبلغ ۴۰۰ میلیون تومان تسهیلات قرض‌الحسنه با کارمزد ۵ درصد و بازپرداخت ۲۰ ساله برای ساخت مسکن مقاوم و مناسب پرداخت می کند

گفتنی است هدف از از طرح جوانی جمعیت تشویق جوانان برای ازدواج و تشویق خانواده‌ها برای فرزندآوری است و برای هر دوی این موارد حمایت‌ها و تسهیلاتی در نظر گرفته است.

در طرح جوانی جمعیت مشوق‌هایی برای تسهیلات اشتغال، خرید مسکن، فرزندآوری و موارد این چنینی آمده است.

مهم‌ترین مواردی که درباره این طرح رسانه‌ای شده است اعطای ۲۰۰ متر زمین به خانواده‌هایی است که فرزند سوم آنها به دنیا بیاید. یا قرار شده به مادرانی که فرزند دوم آنها به دنیا می‌آید خودروی بدون قرعه‌کشی و با قیمت کارخانه داده شود. حق عائله کارمندان دولت قرار است ۷/۵ برابر شود. همچنین در طرح جوانی جمعیت تسهیلات چند میلیونی با تنفس شش ماهه می‌دهند.

یکی دیگر از مشوقهای فرزندآوری در طرح جوانی جمعیت مربوط به خانوارهایی است که فرزند سوم داشته باشند. بر اساس طرح جدید مجلس، در کلان‌شهرها و شهرهایی که جمعیت بیش از ۵۰۰ هزار نفر دارند، اگر خانواده‌ای فرزند سوم را به دنیا بیاورد می‌تواند مالک ۱۵۰ تا ۲۰۰ متر زمین شود.

مدیر حج و زیارت استان گلستان؛

تشریف ۱۱۰۰۰ گلستانی به حج عمره مفرده



مدیر حج و زیارت استان گلستان گفت: با بازگشت تمام معتمرین گلستانی، پرونده حج عمره مفرد گلستان برای امسال بسته شد و از شهریور تا اسفندماه امسال، ۱۱ هزار و ۵۵۰ نفر به حج عمره مشرف شدند.

به گزارش بازار کسب و کار مدیر حج و زیارت گلستان اظهار کرد: از شهریور تا اسفندماه امسال، ۱۱ هزار و ۵۵۰ گلستانی به حج عمره مفرد مشرف شدند و پرونده زائران حج عمره گلستان تا پایان امسال بسته شد.

سید علی میر قاسم‌پور افزود: روز گذشته، ۲۲ اسفندماه، آخرین کاروان حج عمره گلستان در قالب چهار اتوبوس و ۱۳۷ نفر به‌صورت زمینی وارد گلستان و شهرستان آق‌قلا شد.

وی تصریح کرد: پس از شروع جنگ تحمیلی رمضان و بسته‌شدن فرودگاه‌ها، تعداد یک هزار و ۳۳۴ نفر از معتمرین استان گلستان در قالب ۱۱ کاروان در سرزمین وحی مکه مکرمه و مدینه منوره باقیمانده بودند.

مدیر حج و زیارت گلستان ابراز کرد: با تدابیر بسیار خوب مسئولین مربوطه، زائران با اتوبوس از مدینه منوره به مرز عرعر و بعد از عراق به مرز شلمچه و در نهایت با اتوبوس به مقصد رسیدند.

وی ادامه داد: با بازگشت تمام معتمرین گلستانی، پرونده حج عمره مفرد گلستان برای امسال بسته شد و از شهریور تا اسفندماه امسال، ۱۱ هزار و ۵۵۰ نفر به حج عمره مشرف شدند.

گفتنی است چند روز گذشته نیز جبارعلی ذاکری مدیرعامل راه‌آهن از برگزاری نشست اعضای هیئت‌مدیره این شرکت و برنامه‌ریزی برای راه‌اندازی قطارهای فوق‌العاده به‌منظور جابه‌جایی حجاج بیت‌الله‌الحرام خبر داد.

وی با قدردانی از تلاش‌های شبانه‌روزی کارکنان راه‌آهن، به‌ویژه در شرایط حساس و سخت کنونی، گفت در این روزها کارکنان راه‌آهن با حضور مستمر در محل کار خود، خدمت‌رسانی ایمن و پایدار به مردم در بخش‌های مسافری و باری را با روحیه جهادی ادامه می‌دهند.

مدیرکل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی گلستان؛

اسکان ۱۰ هزار هموطن در گیر جنگ در مراکز اقامتی گلستان



مدیرکل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی گلستان از اسکان بیش از ۱۰ هزار هموطن ایرانی درگیر جنگ طی ۱۰ روز اخیر در مراکز اقامتی و مدارس گلستان خبر داد.

به گزارش خبرنگار بازار کسب و کار، فریدون فعالی مدیرکل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی گلستان اظهار کرد: باتوجه‌به شرایط کشور و ضرورت خدمت‌رسانی به هموطنان، به‌ویژه مردم استان‌های درگیر جنگ تحمیلی، فعالیت این ستاد امسال زودتر از سال‌های گذشته آغاز شده است.

وی تصریح کرد: در بازه زمانی ۱۲ تا ۲۲ اسفندماه امسال، درمجموع ۹ هزار و ۹۱۳ نفر در مراکز پیش‌بینی‌شده اسکان یافتند که از این تعداد ۸ هزار و ۸۴۲ نفر در تأسیسات گردشگری استان و یک هزار و ۷۱ نفر نیز در مدارس اسکان داده شدند.

مدیرکل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی گلستان با اشاره به بسیج ظرفیت‌های استان برای ارائه خدمات مناسب به مسافران و نیازمندان اسکان، ابراز کرد: با برنامه‌ریزی انجام‌شده و همکاری دستگاه‌های عضو ستاد اجرایی خدمات سفر، ظرفیت لازم برای اسکان حدود ۶۰ هزار نفر در مراکز اقامتی و فضاهای اسکان اضطراری استان فراهم شده است.

وی ادامه داد: این ظرفیت با مشارکت دستگاه‌های مختلف عضو ستاد خدمات سفر و باهدف ایجاد آمادگی لازم برای مدیریت سفرها و همچنین پاسخگویی به شرایط خاص احتمالی ایجاد شده است.

فعالی گفت: دستگاه‌های عضو ستاد اجرایی خدمات سفر استان با آمادگی کامل در حال خدمت‌رسانی هستند و تلاش می‌شود خدمات اسکان و رفاهی در شأن هموطنان ارائه شود.

گفتنی است در راستای تسریع در خدمت‌رسانی و مدیریت بحران احتمالی در هنگام وقوع حوادث بخصوص شرایط جنگی حاکم بر کشور پنج سالن ورزشی شهرداری گرگان مرکز استان گلستان نیز جهت اسکان اضطراری شهروندان تجهیز و آماده خدمت‌رسانی است.

تا در زمان بحران احتمالی شهروندان را به نزدیک‌ترین مکان در محل اسکان اضطراری انتقال داده شوند.

شهردار گرگان؛

راه‌اندازی بازارچه سرپوشیده کالاهای اساسی در گرگان



شهردار گرگان از راه‌اندازی بازارچه عرضه مستقیم محصولات کشاورزی و کالاهای اساسی از سوی شهرداری گرگان با مشارکت سازمان تعاون روستایی استان خبر داد.

به گزارش خبرنگار بازار کسب و کار، مجید طاهری شهردار گرگان اعلام کرد: بازارچه عرضه مستقیم محصولات کشاورزی و کالاهای اساسی از سوی شهرداری گرگان با مشارکت سازمان تعاون روستایی استان گلستان در محل انتهای خیابان راه‌آهن، جنب استخر معلم، ساختمان «ایست کار» راه‌اندازی شد.

شهردار گرگان افزود: هدف از راه‌اندازی این بازارچه تنظیم بازار، حذف واسطه‌ها در زنجیره توزیع، کنترل قیمت، تأمین رفاه، امنیت غذایی شهروندان و حمایت از تولیدکنندگان و مصرف‌کنندگان بوده است.

وی گفت: در این بازارچه سرپوشیده که در آستانه سال جدید راه‌اندازی شده است، کالاهای اساسی شامل برنج، شکر، روغن، خرما و... و انواع میوه‌وترہبار شامل سیب‌درختی، پرتقال و سیب‌زمینی به قیمت مناسب عرضه می‌شود.

گفتنی است، این بازارچه همه‌روزه تا ۱۵ فروردین ۱۴۰۵ از ساعت ۹ صبح الی ۵ عصر پذیرای مراجعه‌کنندگان خواهد بود.



تصمیم گرفت حداقل مزد و مزایای مزد بعداز ۶ ماه مورد بازنگری قرار گیرد.

وی اظهار کرد: تصمیم‌گیری ۳ سه ضلع شورای عالی کار نشان می‌دهد که معیشت کارگران از سوی دولت درک شده است. / ایلنا

وی در ادامه به افزایش حق مسکن اشاره کرد و گفت: رقم ۹۰۰ هزار تومان حق مسکن برای سال ۱۴۰۵ به ۳ میلیون تومان و سنوات نیز از ۲۸۲ هزار تومان به ۵۰۰ هزار تومان افزایش یافت.

علی‌خدايي نماينده کارگران در شورای عالی کار نیز در ادامه اعلام کرد: با توجه به متغیرهای اقتصادی، شورا

و یکمین نشست شورای عالی کار با حضور نمایندگان کارگری، کارفرمایی و دولتی و با حضور احمد میدری، وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی برای تعیین حداقل دستمزد ۱۴۰۵ کارگران برگزار شد.

بر اساس اعلام نماینده کارگران در شورای عالی کار، حداقل دستمزد کارگران به میزان ۶۰ درصد افزایش یافته است. همچنین، حق مسکن کارگران نیز به ۳ میلیون تومان رسیده است. در همین راستا، سایر سطوح مزدی مشمول افزایش ۴۵ درصدی بعلاوه ۱.۵ میلیون تومان خواهند شد.

احمد میدری، وزیر تعاون، کار و رفاه اجتماعی در جمع خبرنگاران گفت: پایه حداقل مزد ماهانه از ۱۰ میلیون و ۳۰۰ هزار تومان به ۱۶ میلیون و ۶۰۰ هزار تومان افزایش یافت.

وی افزود: حق اولاد از یک میلیون تومان به یک میلیون و ۶۰۰ تومان افزایش یافت.

جزئیات افزایش دستمزد / پایه مزد به ۱۶ میلیون و ۶۰۰ هزار تومان افزایش یافت

حداقل دستمزد کارگران به میزان ۶۰ درصد افزایش یافت.

بازار کسب و کار- سرویس اقتصادی: در سبید و چهل



معاون هماهنگی امور اقتصادی استاندار گلستان؛

عرضه مرغ ۴۵ روزه برای کمک به تعادل بازار در گلستان

معاون هماهنگی امور اقتصادی استاندار گلستان از عرضه مرغ ۴۵ روزه برای کمک به تعادل بازار در استان



مدیرکل تعزیرات حکومتی استان گلستان؛

تخلف ۹۶ واحد خبازی در گلستان

مدیرکل تعزیرات حکومتی استان گلستان گفت: در یک‌ماهه اخیر ۳۴۲ واحد ناوایی در گلستان مورد بازدید قرار گرفت و ۹۶ واحد متخلف شناسایی و جهت رسیدگی قانونی به شعب تعزیرات حکومتی معرفی شدند. به گزارش خبرنگار بازار کسب و کار، مدیرکل تعزیرات



مدیرکل راه و شهرسازی گلستان؛

تکمیل ۱۴۰۷ مسکن مهر نیمه تمام در گلستان

مدیرکل راه و شهرسازی گلستان گفت: در استان گلستان بیش از ۴ هزار واحد مسکن مهر نیمه‌تمام از دولت قبل باقیمانده است که تاکنون یک هزار و ۴۰۷ واحد آن تکمیل و به متقاضیان تحویل داده شد.

به گزارش بازار کسب و کار، سید محمدحسینی اظهار کرد: یکی از برنامه‌های دولت سیزدهم در کشور علاوه بر ساخت و تحویل چهار میلیون واحد مسکونی برای متقاضیان، تکمیل واحدهای متوقف‌شده‌ی مسکن مهر بود.



به ساماندهی بازار اقدام کنند.

وی گفت: واردات نهاده‌های دامی از بنادر جنوبی کشور در حال انجام است و مرغداران نگران تأمین نهاده‌ها برای جوجه‌ریزی باشند.

کیان مهر همچنین عنوان کرد: تمهیدات لازم برای جوجه‌ریزی و تأمین مرغ موردنیاز ماه‌های فروردین و اردیبهشت سال آینده در نظر گرفته شده است. شرکت‌های خصوصی هم می‌توانند واردات خود را هم از بنادر جنوبی و هم از بنادر شمالی کشور انجام دهند.



و برهم‌زنندگان امنیت غذایی مردم به‌شدت برخورد خواهد شد. مدیرکل تعزیرات حکومتی استان گلستان از شهروندان خواست گزارشات یا شکایات خود را از طریق سامانه ۱۳۵ در میان بگذارند.

چندی پیش هم عبدالعلی کیان مهر، معاون هماهنگی امور اقتصادی استاندار گلستان ابراز کرد: در شرایطی که کشور درگیر جنگ تحمیلی است؛ به‌هیچ‌عنوان با تخلفات صنفی مسامحه نخواهد شد با هرگونه سوءاستفاده احتمالی در بازار به‌شدت برخورد خواهیم کرد.

حکومتی استان گلستان گفت: در یک‌ماهه اخیر ۳۴۲ واحد ناوایی در گلستان مورد بازدید قرار گرفت و ۹۶ واحد متخلف شناسایی و جهت رسیدگی قانونی به شعب تعزیرات حکومتی معرفی شدند.

رضا قشلاقی اظهار کرد: در راستای نظارت بر نحوه فعالیت ناوایان استان طرح تشدید نظارت بر این واحدها از ابتدای ماه مبارک رمضان آغاز شده است.

مدیرکل تعزیرات حکومتی استان گلستان افزود: اکپ‌های مشترک تعزیرات حکومتی به همراه بازرسان اداره غله، فرمانداری و جهاد کشاورزی و اتحادیه ناوایان از ناوایی‌های سطح شهر بازدید و در صورت مشاهده هرگونه تخلف از جمله کم‌فروشی در وزن چانه، عدم رعایت ضوابط بهداشتی، عدم رعایت ضوابط اختصاصی خرید فروش حمل و نگهداری آرد و سایر تخلفات با تخلفات مزبور مطابق قانون و با شدت برخورد خواهد

قشلاقی ضمن تشکر از خبازانی که با رعایت ضوابط و مقررات صنفی اقدام به خدمات‌رسانی می‌کنند اذعان کرد: این نظارت‌ها به‌صورت مستمر در راستای دفاع از حقوق مصرف‌کنندگان انجام و با متخلفین

وی تصریح کرد: مجموعاً ۴ هزار و ۱۶۶ واحد پروژه مسکن مهر باقی‌مانده بود که از این تعداد یک هزار و ۴۰۷ واحد آن تعیین تکلیف شد.

مدیرکل راه و شهرسازی گلستان ابراز کرد: یک هزار و ۵۹۷ واحد مسکن مهر نیز به‌صورت فروش اقساطی تعیین تکلیف شدند.

وی ادامه داد: در پروژه‌های مسکن گلستان، ۲۸ پروژه روبنایی اعم از ساخت مسجد، کلانتری و خانه بهداشت از محل اعتبارات سازمان ملی زمین و مسکن فعال شدند.

حسینی گفت: تهیه و تحویل ۱۸ آسانسور برای تکمیل واحدهای نیمه‌تمام در پروژه‌های گرگان، گنبدکاووس، گالیکش و کردکوی از دیگر اقدامات راه و شهرسازی گلستان در سال ۱۴۰۴ بود.

وی بیان کرد: اداره کل راه و شهرسازی گلستان در یک سال اخیر اقدامات اثرگذاری در حوزه راه‌سازی انجام داده که از مهم‌ترین آن‌ها می‌توان به افتتاح، تحویل موقت پروژه‌ها و عقد قرارداد جدید راه‌سازی اشاره کرد.

مدیرکل راه و شهرسازی گلستان یادآور شد: در استان



گلستان مجموعاً ۵ هزار و ۲۶۵ کیلومتر راه اصلی، بزرگراه، راه فرعی و روستایی قرار دارد که از این میزان، ۳۹۵ کیلومتر پروژه راه‌سازی در استان در حال اجرا است و از ابتدای امسال تاکنون عملیات اجرایی ۹ پروژه راه‌سازی آغاز شده است.

حسینی ادامه داد: این پروژه‌ها شامل، ترمیم زیرسازی و اجرای آسفالت گرم در محور گنبدکاووس به اینچه‌برون و احداث این‌جاده، پروژه بیس و آسفالت باند شمالی محور آق‌قلا به گنبدکاووس و پروژه تعریض و بهسازی محور گنبدکاووس به آق‌قلا است.

وی افزود: عملیات اجرایی پروژه آسفالت باند شمالی محور گنبدکاووس به آق‌قلا، تعریض باند شمالی بندر ترکمن به آق‌قلا، بیس و آسفالت باند شرقی بندر ترکمن به گمیشان و تعریض و بهسازی محور بندر ترکمن به سیجوال در یک سال اخیر توسط اداره کل راه

مدیرکل راه و شهرسازی گلستان از تحویل موقت پنج پروژه در سال ۱۴۰۴ خبر داد و گفت: تحویل موقت و عقد قرارداد جدید برای هشت پروژه راه‌سازی در یک سال اخیر بیانگر اهتمام استان بر توسعه زیربنای حمل‌ونقل است.

و شهرسازی گلستان آغاز شده است.

بلقیس؛ بازتابی از تمدن‌های دیرین در قلب خراسان شمالی

ارگ تاریخی بلقیس به عنوان دومین بنای خشتی بزرگ ایران، گواهی زنده بر تبادلات فرهنگی ساسانیان، سربداران و مسافران جاده ابریشم است، هر دیوار و سفالینه اش، قصه‌ای از شکوه و زندگی مردمان گذشته را نجوا می‌کند.

در میان دشت‌های خراسان شمالی، شهری باستانی خفته است که گویی رازهای بسیاری را در دل خود پنهان کرده است.

شهری که قدمت آن به دوران ساسانی بازمی‌گردد و به عنوان دومین بنای خشتی بزرگ ایران، شاهد فراز و نشیب‌های تاریخ و تبادلات فرهنگی گسترده بوده است.

قدم به قدم در این شهر باستانی، گویی در گذرگاهی از زمان به گذشته سفر می‌کنیم و ردپای تمدن‌های گوناگون را در خشت‌های کهنه و معماری باشکوه آن می‌یابیم.

بلقیس نه تنها یک شهر باستانی، بلکه آینه‌ای است که بازتابی از شکوه و عظمت تمدن‌های دیرین را به نمایش می‌گذارد.

معماری خشتی بی‌نظیر

ارگ بلقیس، دومین بنای خشتی بزرگ ایران، با دیوارهای ضخیم و قوس‌های منحنی، نشان‌دهنده مهارت مهندسان ساسانی و سربداران است.

هر لایه خاک رس، ترکیبی از مواد محلی و تکنیک‌های ساختن کهن را به تصویر می‌کشد؛ طوری که پس از قرن‌ها، هنوز هم به‌خوبی پابرجا می‌ماند.

نقش‌نگاری‌ها و سفالینه‌ها

در حاشیه دیوارهای ارگ، سفالینه‌های تزئینی و نقش‌نگاری‌های ریز، صحنه‌های روزمره کاروانسراها،

مراسم مذهبی و جشن‌های محلی را به تصویر می‌کشند.

این آثار، گواهی بر تماس مستقیم ساسانیان، سربداران و مسافران جاده ابریشم با یکدیگر هستند؛ جایی که فرهنگ‌ها در هم می‌آمیزند و داستان‌های مشترکی می‌سازند.

مرکز تجاری و استراتژیک

به‌عنوان ایستگاهی مهم در مسیر جاده ابریشم، ارگ بلقیس نه تنها محلی برای استراحت کاروان‌ها بلکه بازارچه‌ای برای تبادل کالاهای نقره، ادویه و پارچه بوده است.

این تبادلات، باعث شد که هنرهای محلی (مانند سفالگری و گلیم‌بافی) با سبک‌های خارجی ترکیب و طرح‌های جدیدی پدیدار شوند.

دوره سربداران؛ شکوفایی فرهنگی

در قرن هفتم هجری، سربداران ارگ را به پایتختی فرهنگی-دینی تبدیل کردند.

مدارس علمیه، کتابخانه‌ها و کارگاه‌های هنری در اطراف ارگ شکل گرفتند؛ جایی که دانشمندان، شاعران و صنعتگران به‌هم پیوستند و فضای فکری پر رونقی ایجاد شد.

نتیجه‌گیری



با توجه به اهمیت تاریخی، فرهنگی و گردشگری اسفراین، لازم است که اقدامات لازم برای حفاظت و معرفی این شهر به گردشگران داخلی و خارجی انجام شود تا بتوان از ظرفیت‌های این شهر به نحو احسن استفاده کرد و به حفظ و توسعه فرهنگ و تاریخ ایران کمک کرد. /ایرنا

اسفراین، شهری با تاریخ و فرهنگ غنی از مهمترین مراکز تاریخی و فرهنگی خراسان شمالی است.

شهر باستانی بلقیس، به عنوان قلب تمدن‌های گذشته، گنجینه‌ای از اطلاعات و آثار باستانی را در خود جای داده است.

رئیس اتاق اصناف ایران؛

اجبار به فروش برخی کالاهای کم‌مصرف در کنار اقلام اساسی تخلف است



رئیس اتاق اصناف ایران گفت: در شرایطی که عرضه مایحتاج شهروندان باید همچنان و کمافی‌السابق در واحدهای صنفی ادامه داشته باشد، اقدام برخی از شرکت‌های پخش مبنی بر فروش سبدي کالا، موجب ایجاد تلاطم در بازار شده و نظام عرضه و تقاضا را مختل می‌کند.

به گزارش بازار کسب و کار قاسم نوده فراهانی رئیس اتاق اصناف ایران، اظهار کرد: طبق گزارش‌های واصله از سوی برخی فعالان صنفی مبنی بر فروش سبدي کالا توسط برخی از شرکت‌های پخش، موضوع مورد بررسی و ارزیابی قرار گرفت.

رییس اتاق اصناف ایران افزود: کنترل و تنظیم بازار به ویژه در شرایط بحران و به منظور رفاه حال شهروندان و توزیع به موقع کالا و خدمات در سطح شهر در اولویت قرار دارد بنابراین با هر گونه تخلف و عرضه کالا تحت عنوان فروش سبدي برخورد می‌شود.

نوده فراهانی اظهار داشت: پیش از این سازمان حمایت مصرف‌کنندگان و تولیدکنندگان نیز هشدار داده بود که برخی شرکت‌های پخش از شرایط التهاب کالایی ناشی از تحولات منطقه‌ای سوء استفاده کرده و اقدام به فروش اجباری کالا در کنار اقلام اساسی می‌کنند.

رئیس اتاق اصناف ایران بیان داشت: در شرایطی که عرضه مایحتاج شهروندان باید همچنان و کمافی‌السابق در واحدهای صنفی ادامه داشته باشد، اقدام برخی از شرکت‌های پخش مبنی بر فروش سبدي کالا، موجب ایجاد تلاطم در بازار شده و نظام عرضه و تقاضا را مختل می‌کند.

نوده فراهانی گفت اجبار به فروش برخی کالاهای کم‌مصرف در کنار اقلام اساسی (فروش سبدي کالا) یک تخلف محسوب می‌شود و بی‌شک بازرسان اتاق‌های اصناف و سازمان تعزیرات حکومتی نیز برخوردهای قانونی لازم با افراد یا شرکت‌هایی که مرتکب این تخلف شوند را خواهد داشت.

معاون توان‌بخشی بهزیستی استان گلستان؛

توزیع بیش از ۵۶۰ دستگاه ویلچر بین توان‌خواهان گلستانی



معاون توان‌بخشی بهزیستی استان گلستان از توزیع بیش از ۵۶۰ دستگاه ویلچر بین توان‌خواهان گلستانی خبر داد.

به گزارش بازار کسب و کار در راستای بهبود کیفیت خدمات‌رسانی به جامعه هدف و کاهش زمان انتظار مددجویان، نشست مشترکی میان معاونت‌های توسعه مدیریت و منابع و توان‌بخشی اداره کل برگزار شد.

در این دیدار، روح‌الله جعفری، معاون توسعه مدیریت و منابع بهزیستی استان، با فاطمه فتحی، معاون توان‌بخشی، پیرامون سازوکارهای عملیاتی توزیع هرچه سریع‌تر لوازم تروان‌پزشکی و تجهیزات توان‌بخشی میان توان‌خواهان سطح استان به گفتگو و تبادل نظر پرداختند.

جعفری در این نشست بر لزوم تسهیل فرایندهای اداری و پشتیبانی جهت رساندن این اقلام به دست نیازمندان واقعی در کمترین زمان ممکن تأکید کرد. همچنین در این جلسه مقرر شد با هماهنگی دقیق‌تر میان این دو حوزه، اولویت‌بندی‌های لازم جهت توزیع عادلانه تجهیزات در شهرستان‌های تابعه با سرعت بیشتری اجرایی شود.

فاطمه فتحی، معاون توان‌بخشی بهزیستی استان گلستان در این نشست اظهار کرد: باهدف تسهیل در تردد و افزایش استقلال حرکتی معلولان عزیز ۵۶۰ دستگاه ویلچر تخصصی تهیه شده است که شامل ۱۵۰ دستگاه ویلچر سه‌کاره و ۴۰۰ دستگاه ویلچر ارتوپدی است.

وی در ادامه با اشاره به نقش خیرین در پیشبرد اهداف حمایتی افزود: علاوه بر موارد فوق، ۱۰ دستگاه ویلچر ویژه سالمندان نیز به‌صورت اهدایی تأمین شده است که بر اساس اولویت‌بندی در اختیار واجدین شرایط قرار می‌گیرد تا بخشی از دغدغه‌های این افراد و خانواده‌هایشان مرتفع شود.

جاینام شناسی خطه بجنورد:

نگاهی به وجه تسمیه چرمغان بجنورد



شود و کوچکترین علاقه‌ای ندارد تا همچون پدران خود در مشهد یا کربلا دفن گردد».

از این سند تاریخی نیز بر می‌آید که اساساً قبل از فوت سردار ، این مکان بش قارداش نام داشته است نه چهارمغان . چشمه و مقبره کنار آن و باغات اطراف هیچ نشانی از مغ به دست نمی‌دهند. به علاوه ، جهانگردان با این همه دقتی که در بیان جزئیات دارند اگر مطلبی یا عقیده‌ای حتی افسانه‌ای در این زمینه می‌شنیدند حتماً در سفرنامه خود ذکر می‌کردند.

وانگهی بش قارداش یک کلمه ترکی است که از ابتدای ورود ترکان به این منطقه روی این چشمه نامگذاری شده است و از آن پس شواهد تاریخی نشان نداده است که زمانی زردشتیان به این منطقه آمده و نام این چشمه را تغییر داده باشند. گذشته از این، در کتابهای تاریخی از چهار مغان ذکری به میان نیامده است.

فقط صاحب مطلع الشمس، محمد حسن خان اعتماد السلطنه است که در کتاب مرآت البلدان از بش قارداش به عنوان منبع رود چهارمغان یاد کرده است که از جنوب به سمت بجنورد جاری و از مشرق به شمال رفته و به رودخانه سیمبار داخل می‌شود (ص۲۷۳) .

به استناد همین کتاب برخی تصور کرده‌اند چرمغان همان چهارمغان است و مرحوم اسماعیل جزمی هنرمند خطاط و سنگ تراش بجنوردی ظاهراً در سال ۱۳۰۰ بر روی سنگی که چشمه بش قارداش از آن می‌جوشید شعار « پندار نیک ، گفتار نیک و کردار نیک» را حک کرده است تا بتواند تداعی‌کننده مغان و زردشتیان در این مکان باشد .

در نظر داشته باشیم که اعتماد السلطنه نمی‌گویدکه نام دیگر بش قارداش چهارمغان بوده است؛ بلکه می‌گوید منبع آب چرمغان بجنورد چشمه بش قارداش است ؛ همان طور که می‌گوید منبع آب عین اللطف کوه سالوک است یا در کتب جغرافیا می‌خوانیم که منبع و سرچشمه اولیه رودخانه اترک کوه شاه جهان است.

پس به تبع نام منابع آبی ، رودخانه‌ای به نام **سالوک یا رودخانه‌ای به نام شاه جهان وجود ندارد . بلکه هر یک برحسب اینکه در چه بستری جریان دارد نام های عین اللطف یا اترک به خود گرفته است.**

بنابراین نام رودخانه چرمغان برگرفته از نام منبع آن، یعنی چشمه بش قارداش نیست؛ بلکه متأثر از مقصدی است به نام چرمغان که به سوی آن روان است..

۷ص۲۲۳) . این واژه ریشه در چرمق(معرب گرمه) دارد که به صورت چرمقان در آمده است ؛ همان که همیشه به همراه سملقان یک ولایت محسوب می‌شد ((روضۃ الصفا ، ص ۱۷۰) ولی این آبادی به دلیل بعد مسافت و حائل بودن بلندی‌های اسدلی نمی‌تواند آبشخور رودخانه چرمغان بجنورد باشد. حال اگر چنین باشد پس واژه چرمغان ازکجا آمده که وارد قاموس جغرافیای شهر بجنورد شده است؟

بر اساس گزارش هنری موزر در سفرنامه ترکستان و ایران (ص۲۰۰) ، چرمقان قلعه‌ای بوده است نزدیک رودخانه اترک که فاصله آن ، از قوچان تا بجنورد باید نسبتاً طولانی بوده باشد که برای این جهانگرد که از قوچان حرکت کرده فردای آن روز از مسافت بسیار دوری قابل مشاهده بوده است .

لذا چنین نیست که چرمقان نام شهری بوده است که در حمله مغول به این منطقه تخریب شده و اکنون در دل تپه‌های معصوم زاده نهفته است؛ بلکه به گفته باستان شناسان بقایای قلعه باستانی واقع در ۵۰۰ متری غرب روستای قارلق بوده است که تا زمان ناصرالدین شاه برقرار بوده و مشخصاتی که هنری موزر از آن قلعه به دست داده با آن خرابه‌ها که در حوالی گرمخان است مطابقت دارد.

اما برخی چرمغان را تحریف شده چهارمغان می‌دانند و می‌گویند : در بقعه بش قارداش چهار مغ دفن شده است که بعد از دفن پیکر سردار مفخم، تعداد مدفونهای آنجا به پنج تن رسیده و به همین دلیل به بش قارداش (پنج برادر) مشهور شده است.

در حالیکه واقعیت‌های تاریخی نشان می‌دهند که در این مکان اساساً از مغان و زردشتیان خبری نبوده است. مثلاً ناصرالدین شاه در آخرین سفرنامه خود که مربوط به این منطقه هم هست می‌گوید: **به سرچشمه‌ای رسیدیم .. آنجا مشهور به بش قارداش است؛ یعنی پنج برادر . کردهای شادلوی سکنه اینجاها خیلی اعتقاد به این پنج برادر دارند . به سهام الدوله حکم شد گنبد تازه‌ای سر مقبره آنها بسازد (سفرنامه خراسان، ص۱۱۵).**

طبق این سند ، می‌توان گفت که مقبره بش قارداش مربوط به چهار مغ نبوده است. چون اولاً در آنجا مغی در میان نبوده است ثانیاً پنج برادر بوده‌اند که آنجا مدفون شده‌اند نه چهار برادر .

همچنین در کتاب خراسان و سیستان، سفرنامه کلنل بیت به ایران و افغانستان (ص۱۸۰) آمده است : « در اینجا (چشمه بش قارداش) سهام الدوله یک استخر بزرگ ایجاد کرده بود و در کنار آن نیز مشغول ساختن مقبره‌ای برای خود بود».

» او می‌گفت که دوست دارد در اینجا به خاک سپرده

دکتر حسن ستایش

واژه چرمغان از اسامی جغرافیایی دیرین شهر بجنورد است که در دو مقوله جاینام شناسی و آبنام شناسی به گوش مردمان قدیم این شهر و آبادیهای اطراف آن آشناست.

اول اینکه چرمغان نام یک شهر باستانی بوده که اکنون در زیر خاک تپه های معصوم زاده مدفون است. دوم، نام رودخانه یا آب چرمغان است که در گذشته سراسر مزارع و باغات بجنورد را مشروب می‌ساخت و مازاد آن به رودخانه عین اللطف می‌پیوست و از آنجا وارد رودخانه بزرگ سمار می‌گشت. حال بپردازیم به اینکه چرمغان یعنی چه و چرا به این دو پدیده جغرافیایی چرمغان گفته‌اند.

همان‌طور که گفته شد برخی اعتقاد بر این دارند که چرمقان همان شهر مدفون در تپه‌های معصوم زاده است و استنادشان به کتاب مطلع الشمس(ص۱۳۵) است که از قول اهالی بجنورد می‌گوید : « در محلی که قلعه عزیز و امامزاده و سلطان سید عباس واقع شده شهری بوده موسوم به چرمقان در کمال آبادی این شهر را مغول در غلبه بر خراسان خراب کرده‌اند».

البته باید گفت این سخن اعتماد السلطنه قابل اعتماد نیست . زیرا اولاً از قول مردم عوام نقل شده است . ثانیاً تاریخ در این زمینه کاملاً ساکت است و از شواهد باستانشناختی در حفاری‌های تپه‌های معصوم زاده هم بر نمی‌آید که این مکان، چرمغان نام داشته است.

اینکه چرا به این شهر باستانی چرمغان گفته‌اند دلایلش این است که بخشی از آب چرمغان که منبعش از بش قارداش بوده است بعد از طی مسیر طولانی در ضلع شمال شرقی معصوم زاده از دل قنات‌هایی بیرون می‌آمد و در سطح زمین روان می‌شد و مزارع بجنورد را مشروب می‌ساخت . از آنجا که تپه معصوم زاده در مجاورت این رود قرار داشت شهر باستانی مدفون در آن تپه را هم به همان نام شناخته‌اند. به همین دلیل اراضی قلعه عزیز و امامزاده سلطان سیدعباس مزارع چرمغان محسوب می‌شده است(مطلع الشمس ،ص۱۳۸)؛ و گرنه اسناد مکتوب و شواهد باستانشناختی به چرمغان به عنوان نام باستانی این شهر اشاره‌ای ندارند.

البته در گذشته چندین آبادی به نام چرمغان وجود داشته است که در نسخه‌های قدیمی جغرافیدانان عرب به صورتهای مختلف چرمنگان، شرمنگان، صرمنجان، صرمنگان، شرمقان، چرمقان، جرمنگان و جاریمکان ذکر گردیده است و هر کدام در منطقه‌ای از ایران زمین ممکن است وجه تسمیه متفاوتی داشته باشد.

یکی از آنها چرمقان نزدیک اسفراین از نواحی نیشابور بوده است که به آن شرمقان هم می‌گفتند(الانساب ، ج



آگهی تجدید مناقصه آگهی مناقصه خرید یک دستگاه کامیون فورس



شهرداری خان ببین برابر بند ۴مصوبه شماره ۲۵۳ مورخ ۱۴۰۴/۱۰/۲۰ شورای اسلامی شهر خان ببین در نظر دارد از طریق مناقصه عمومی اقدام به خرید یک دستگاه کامیون فورس ۶ تن تانکر با قابلیت نصب تانکر حمل آب به ظرفیت ۵۰۰۰ لیتر نماید. لذا متقاضیان می‌توانند با مراجعه به سامانه خدمات الکترونیکی دولت (سامانه ستاد) نسبت به ملاحظه و دریافت اسناد مربوط به مناقصه مذکور اقدام نمایند.
سپرده شرکت در مناقصه ۰۰۰ / ۰۰۰ / ۷۵۰ / ۲ ریال (دو میلیارد هفتصدو پنجاه میلیون ریال) به صورت نقد (واریز به حساب سپرده شهرداری خان ببین ۰۹۸۴۰۰۲۳۸۰۰۰۳۱) یا ضمانت نامه بانکی یا اسناد خزانه می‌باشد.

برندگان اول، دوم و سوم هرگاه حاضر به انعقاد قرارداد نشوند ، سپرده آنان به ترتیب ضبط خواهد شد. سایر اطلاعات و جزئیات مربوطه در اسناد مناقصه درج گردیده است. شهرداری خان ببین در رد یا قبول پیشنهادات مختار است.

نوبت اول: ۱۴۰۴/۱۲/۱۹

نوبت دوم: ۱۴۰۴/۱۲/۲۶

بازگشایی پیشنهادات: ۰۸/۰۱/۱۴۰۵

شناسه آگهی ۰۸۳۴۴۰۲۱

سعید اسماعیلی / شهردار خان ببین

در روزهای سخت که کودکان ما در خانه محبوس اند بازی بهترین دارو برای ان هاست.

مناقصه عمومی یک /دو مرحله ای فراخوان ۱۴۰۰کارتن کاغذ A۴

نوبت دوم

اداره کل آموزش و پرورش استان گلستان در نظر دارد فراخوان ۱۴۰۰ کارتن کاغذ A۴ معادل ۷۰۰۰ بسته ۵۰۰ عددی به شماره ۰۱۰۲۵۰۰۰۰۱۰۲۵۰۴۰۰۰۲۰ را از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید.

کلیه مراحل برگزاری فراخوان از دریافت و تحویل اسناد فراخوان تا بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد.
متقاضیان شرکت در فراخوان در صورت عدم عضویت در سامانه، نسبت به ثبت نام و دریافت گواهی امضای الکترونیکی (به صورت برخط) برای کلیه صاحبان امضای مجاز و مهر سازمانی اقدام لازم را به عمل آورند.

مواعد زمانی:

- تاریخ انتشار فراخوان: ۱۴۰۴/۱۲/۲۳

- مهلت دریافت اسناد فراخوان: ۱۴۰۴/۱۲/۲۵

- مهلت ارسال پیشنهادات: ۰۶/۰۱/۱۴۰۵

- زمان بازگشایی پاکت ها: ۰۸/۰۱/۱۴۰۵

نوع و مبلغ تضمین شرکت در فرایند ارجاع کار: ضمانت نامه بانکی به مبلغ ۰۰۰،۰۰۰،۵۰۰،۳ریال معادل ۰۰۰،۰۰۰،۳۵۰تومان

اطلاعات تماس و آدرس دستگاه : گرگان خیابان شهید بهشتی بهشت ۲۳ شهرک بهارستان اداره کل آموزش و پرورش استان گلستان – ۰۱۷۳۲۶۲۰۳۷۱

اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه : مرکز تماس : ۰۲۱-۱۴۵۶

شناسه آگهی ۲۱۴۴۶۷۹

روزنامه فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی

۲۳۶

پارس

بازار کسب و کار

Pars Business Market

۱۴۲۹

سه شنبه ۱۳/۲/۱۴۰۴ - ۱۷/ مارس/ ۲۰۲۶ - ۲۷/ رمضان / ۱۴۴۷ - سال یازدهم

صاحب امتیاز:

سکینه جعفر نوده؛ مدیرمسئول: حمیدرضا محمدپاری

تولیدمحتوا:

موسسه مطبوعاتی مروارید بازار کسب و کار پارس؛ زیر نظر شورای سردبیری؛ ایران، گلستان، گرگان، خیابان ولیعصر، نبش عدالت ۴۷، مجتمع ۵۰۱ طبقه سوم، واحد ۶؛

تلفن: ۰۲۶۸۸۲۱۴ - ۰۱۷-۰۲۱۹۱۰۱۳۴۵۳ ✆ ۰۲۱۹۱۹۳۳۳۳

چاپخانه:تکتم

روزنامه بازار کسب و کار تنها یک روزنامه نیست

www.bazarkasbkaronline.ir

www.bkkg.ir

bazarkasbokar

bazarkasbkaronline@gmail.com

مخاطب محترم

درج اخبار، دیدگاه ها و گزارش ها در این روزنامه تنها به منظور اطلاع رسانی صورت گرفته ، به معنی تأیید آنها از سوی روزنامه بازار کسب و کار پارس نیست.

مدیریت هیجانات در شرایط سخت

ناهید اکبری مقدم

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی

این مقاله به بررسی ماهیت هیجانات در شرایط سخت و بحرانی می‌پردازد و راهکارهای علمی برای مدیریت مؤثر آن‌ها ارائه می‌دهد. با تشریح تأثیرات هیجانات بر تصمیم‌گیری و سلامت روان، اهمیت یادگیری مهارت‌های تنظیم هیجان را برمی‌شمارد و در نهایت، مجموعه‌ای از تکنیک‌های عملی مبتنی بر شواهد را برای مقابله سازنده با چالش‌های عاطفی پیشنهاد می‌کند.

شرایط سخت و بحرانی، اعم از بلایای طبیعی، بحران‌های شخصی، فشارهای کاری شدید یا تنش‌های اجتماعی، بخشی اجتناب‌ناپذیر از زندگی انسان هستند. در چنین موقعیت‌هایی، هیجاناتی مانند ترس، اضطراب، خشم و غم با شدت و فراوانی بیشتری ظاهر می‌شوند. این هیجانات، در صورت مدیریت نشدن، می‌توانند توانایی تفکر منطقی، تصمیم‌گیری مؤثر و حفظ سلامت روان را به شدت تحت‌تأثیر قرار دهند. از این‌رو، آگاهی از ماهیت هیجانات و یادگیری مهارت‌های مدیریت آن‌ها، نه تنها یک توانایی مفید، بلکه یک ضرورت برای گذار سالم از دوران‌های دشوار است. هدف این مقاله، ارائه چارچوبی علمی و کاربردی برای درک و مدیریت هیجانات در شرایط پرتنش است.

۱. هیجانات در شرایط سخت: تعریف هیجانات

هیجانات (Emotions) پاسخ‌های روان‌شناختی پیچیده‌ای هستند که در برابر محرک‌های درونی یا بیرونی معنادار برانگیخته می‌شوند. هر هیجان از سه جزء اصلی تشکیل شده است:

- جزء شناختی: ارزیابی و تفسیر فرد از موقعیت.
- جزء فیزیولوژیک: تغییرات بدنی (مانند افزایش ضربان قلب، تعریق، تغییرات هورمونی).
- جزء رفتاری: ابراز هیجان از طریق حالت چهره، کلام و عمل.

در شرایط سخت، سیستم هیجانی اغلب در حالت «تهدید» یا «بحران» عمل می‌کند و پاسخ‌هایی را فعال می‌سازد که ریشه در مکانیسم‌های بقای انسان دارد.

انواع هیجانات در شرایط بحرانی

در بحران‌ها، طیف وسیعی از هیجانات می‌توانند تجربه شوند که برخی از شایع‌ترین آن‌ها عبارتند از:

ترس و اضطراب: ناشی از تهدید واقعی یا انتظار یک خطر آینده. پاسخ «جنگ یا گریز» را فعال می‌کند.

خشم و تحریک‌پذیری: اغلب در پاسخ به موانع، بی‌عدالتی‌ها یا احساس درماندگی بروز می‌یابد. غم و اندوه: در مواجهه با فقدان، شکست یا ناامیدی پدیدار می‌شود.

احساس گناه و شرم: ممکن است به دنبال ارزیابی نقش خود در وقوع بحران یا ناتوانی در حل آن ایجاد شود.

بی‌حوصلگی و ناامیدی: نتیجه فشار طولانی‌مدت و تضعیف احساس کنترل.

بی‌حسی و انزوا: گاهی به عنوان مکانیزم دفاعی برای محافظت از overload هیجانی رخ می‌دهد.

تأثیرات هیجانات بر رفتار و تصمیم‌گیری

هیجانات شدید می‌توانند عملکرد شناختی را مختل کنند:

تنگ شدن حیطه توجه: تمرکز فرد تنها بر جنبه‌های

دعای روز بیست و هفتم ماه مبارک رمضان

تهدیدآمیز موقعیت متمرکز می‌شود و درک کلی‌تر را کاهش می‌دهد.

تضعیف حافظه فعال: پردازش اطلاعات جدید و یادآوری اطلاعات ذخیره‌شده با مشکل مواجه می‌شود.

قضاوت و تصمیم‌گیری تکانشی: هیجانات منفی تمایل به تصمیم‌گیری‌های کوتاه‌مدت و پرخطر را افزایش می‌دهند. احتمال خطاهای شناختی مانند «تفکر همه یا هیچ» یا «فاجعه‌سازی» بیشتر می‌شود.

رفتارهای اجتنابی یا پرخاشگرانه: فرد ممکن است برای فرار از هیجان ناخوشایند، از موقعیت دوری کند یا به شیوه‌ای تخریبی واکنش نشان دهد.

رابطه بین برانگیختگی هیجانی و عملکرد شناختی را می‌توان با منحنی معروف یرکس-دادسون (Yerkes-Dodson Law) نشان داد. این منحنی نشان می‌دهد که عملکرد در سطح متوسطی از برانگیختگی بهینه است و در سطوح بسیار پایین (خستگی) یا بسیار بالا (اضطراب شدید) کاهش می‌یابد.

در شرایط سخت، فرد اغلب در ناحیه سمت راست منحنی (برانگیختگی بیش از حد) قرار می‌گیرد که منجر به افت عملکرد می‌شود.

۲. اهمیت مدیریت هیجانات: نقش هیجانات در سلامت روان

هیجانات مدیریت‌نشده، به ویژه اگر مزمن شوند، می‌توانند به عنوان یک عامل استرس‌زای قوی عمل کرده و پیامدهای منفی زیر را برای سلامت روان به دنبال داشته باشند:

افزایش خطر اختلالات روان‌شناختی: مانند اختلالات اضطرابی، افسردگی، اختلال استرس پس از سانحه (PTSD) و اختلالات روان‌تنی.

فرسودگی (Burnout): تخلیه هیجانی و جسمی ناشی از مواجهه طولانی‌مدت با استرس.

تضعیف تاب‌آوری: کاهش توانایی فرد برای انطباق با شرایط سخت و بازگشت به حالت تعادل.

اختلال در روابط بین‌فردی: هیجانات منفی کنترل‌نشده می‌توانند به تعارض، تنش و انزوای اجتماعی منجر شوند.

پیامدهای عدم مدیریت هیجانات

عدم توانایی در تنظیم هیجانات در شرایط بحرانی، علاوه بر آسیب‌های روانی، عواقب گسترده‌تری دارد: تصمیم‌گیری‌های مخرب: انتخاب‌هایی که می‌توانند وضعیت را بدتر کنند (مانند کناره‌گیری از کار، قطع رابطه مهم، سرمایه‌گذاری هیجانی).

تخریب سلامت جسمی: استرس مزمن با طیف وسیعی از بیماری‌ها از جمله بیماری‌های قلبی-عروقی، مشکلات گوارشی و تضعیف سیستم ایمنی مرتبط است.

کاهش بهره‌وری و عملکرد: در محیط کار یا تحصیل، فرد نمی‌تواند از توانمندی‌های شناختی خود به طور کامل استفاده کند.

چرخه معیوب هیجانی: هیجانات منفی، افکار منفی را تقویت می‌کنند و این افکار به نوبه خود، هیجانات منفی شدیدتری ایجاد می‌کنند.

۳. راهکارها و تکنیک‌های مدیریت هیجانات در شرایط سخت

مدیریت هیجانات به معنای سرکوب یا انکار آن‌ها نیست، بلکه به معنی شناخت، پذیرش و هدایت آن‌ها به شیوه‌ای سازنده است. در ادامه تکنیک‌های مؤثر معرفی می‌شوند:

تکنیک‌های تنفس عمیق و آرام‌سازی

این تکنیک‌ها مستقیماً بر سیستم عصبی خودمختار تأثیر می‌گذارند و پاسخ «آرام‌سازی» را فعال می‌کنند.

تنفس دیافراگمی (شکمی): نفس عمیق از طریق بینی با پر کردن شکم (به مدت ۴ ثانیه)، نگه‌داری کوتاه (۲ ثانیه) و بازدم آرام از دهان (۶ ثانیه). تکرار این چرخه به مدت ۲-۵ دقیقه.

آرام‌سازی عضلانی تدریجی: منقبض کردن و سپس رها کردن گروه‌های مختلف عضلانی بدن از پاها به سمت سر یا بالعکس. این کار تنش جسمانی ناشی از هیجانات را کاهش می‌دهد.

بازسازی شناختی (تغییر افکار منفی)

این تکنیک مبتنی بر درمان شناختی-رفتاری (CBT) است و بر شناسایی و به چالش کشیدن افکار غیرمنطقی و تحریف‌های شناختی متمرکز است.

مراحل کلی: ۱) شناسایی افکار خودکار منفی. ۲) بررسی شواهد له و علیه این افکار. ۳) جایگزینی فکر منطقی‌تر و متعادل‌تر.

مثال: به جای فکر «همه چیز از دست رفته است»، می‌توان گفت: «این شرایط بسیار سخت است، اما من قبلاً هم از چالش‌ها عبور کرده‌ام و از منابعی برای مقابله برخوردارم».

پذیرش هیجانات

مقاومت در برابر هیجانات ناخوشایند، اغلب باعث تشدید و طولانی‌تر شدن رنج می‌شود. پذیرش به معنای اجازه دادن برای تجربه هیجان بدون قضاوت است.

صحبت کردن با خود: گفتن جملاتی مانند «در حال حاضر احساس اضطراب می‌کنم. این یک احساس طبیعی در این شرایط است. می‌توانم آن را بپذیرم و بگذارم باشد».

نوشتن هیجانات: ثبت احساسات در یک دفترچه می‌تواند به فرآیند پردازش و پذیرش آن‌ها کمک کند.

ذهن‌آگاهی (Mindfulness)

ذهن‌آگاهی تمرین حضور کامل در لحظه حال، بدون قضاوت است. این تمرین باعث می‌شود فرد از چرخه افکار و هیجانات منفی فاصله بگیرد.

مدیتیشن کوتاه: توجه به نفس، صداهای اطراف یا حس‌های بدن به مدت ۵-۱۰ دقیقه در روز.

تمرین در فعالیت روزمره: انجام یک کار ساده مانند غذا خوردن یا راه رفتن با تمام حواس متمرکز بر آن کار.

جستجوی حمایت اجتماعی

ارتباط با دیگران یکی از قدرتمندترین عوامل تعدیل‌کننده استرس است.

صحبت کردن: به اشتراک گذاشتن نگرانی‌ها و احساسات با فردی قابل اعتماد (دوستان، خانواده، همسر).

درخواست کمک: طلبیدن کمک عملی یا عاطفی هنگام نیاز.