

## اخبار

### چگونه ورزش به ترک اعتیاد کمک می‌کند؟

معاون ستاد مبارزه با مواد مخدر گفت: مساله اصلی که به فرد معتاد نشاط و اعتماد به نفس می‌دهد ترشح هورمون دوپامین در مغز است و ورزش یکی از راهکارهای افزایش آن است که نشاط و شادابی ایجاد می‌کند.

سردار سعید منتظرالمهدی، ضمن مشارکت در برنامه ورزشی سازمان مردمی ترک اعتیاد و احیای زندگی «کنگره ۶۰» که جمعه هر هفته در پارک طالقانی تهران برگزار می‌شود، گفت: امروز با حضور در میان مجموعه افرادی که با مدت کنگره ۶۰ اقدام به ترک اعتیاد کرده‌اند، شاهد بودیم که نشاط، شور، شادابی، انگیزه و سایر موارد در این افراد وجود دارد و این امید را ایجاد می‌کند که اگر کسی برای بازگشت اراده کند، این اتفاق افتادنی است. او افزود: این افتخار بزرگ را به مهندس حسین ذاکم و همکاران ایشان که دلسوزانه در این مسیر خدمت رسانی می‌کنند، تبریک می‌گوئیم؛ افرادی که استقامت و پیگیری می‌کنند تا بتوانند مسافران خود و کسانی را که وارد ریل ترک اعتیاد شده‌اند، سالم به مقصدی بی بازگشت برسانند. معاون کاهش تقاضا و توسعه مشارکت‌های مردمی ستاد مبارزه با مواد مخدر با بیان اینکه متد درمانی، ورزشی، مشاوره و روانشناسی که کنگره ۶۰ در پیش گرفته، مغز را دوباره به حالت کارکرد نخستین بازمی‌گرداند و خلأ دوپامین با هورمون تحرک که منجر به بی‌حالی فرد معتاد شده را جبران می‌کند، تصریح کرد: مساله اصلی که به فرد معتاد نشاط، انگیزه و اعتماد به نفس می‌دهد، ترشح هورمون دوپامین است و امروزه یکی از راهکارهای افزایش دوپامین در مغز ورزش است که نشاط و شادابی ایجاد می‌کند.او افزود: با رسیدن فرد معتاد به این شرایط، طبیعتا دیگر به سمت و سوی مواد نمی‌رود تا این نشاط و شادابی را از محرکی خارجی همانند مواد مخدر دریافت کند.
درواقع ورزش به عنوان یار مهربان هم در پیشگیری و هم در درمان مؤثر است.منتظرالمهدی درباره همکاری و همراهی ستاد مواد مخدر با سازمان‌های مردمی همچون کنگره ۶۰ گفت: این کنگره غیردولتی و یکی از کنگره‌هایی است که همه کارها را خود انجام می‌دهد و رمز موفقیت آن همین است. ستاد مبارزه با مواد مخدر هم تلاش می‌کند از لحاظ کمک‌های درمانی و مادی با این کنگره همراهی کند تا هم در پیشگیری و هم درمان مواد مخدر بازیگر سازمان‌های مردم نهاد باشد.

**پیش بینی هوای گرم برای چند روز آینده**
کارشناس هواشناسی: برای چند روز آینده هوای گرم تابستانی در بیشتر نقاط کشور پیش بینی می‌شود مرتضی ضرابی افزود: برای امروز و فردا در استان سیلانی خزر کاهش دمای ۴ تا ۶ درجه ای پیش بینی می‌شود. وی گفت: همچنین در این مدت در ساعات بعد از ظهر رگبارهای تابستانه در جنوب‌سیستان و بلوچستان، نیمه جنوبی استان فارس، ارتفاعات شمالی و غربی استان هرمزگان و مناطق مرتفع کرمان رخ خواهد داد. ضرابی افزود: هوامطبان در این مدت از رفتن به ارتفاعات به علت وقوع صاعقه و همچنین توقف در حاشیه رودخانه ها و دره ها به علت امکان وقوع سیلاب خودداری کنند.

**چگونه یک قلم دارو ۱۰ برابر گران تر می‌شود؟**
صنعت داروسازی کشور، سال های سال است از نحوه قیمت گذاری داروهای تولید داخل گلایه دارد. این در حالی است که شاهد تبعیض در قیمت برخی اقلام دارویی هستیم. در حالی که سال هاست اهالی صنعت تولید دارو از پایین بودن قیمت‌های خود ناراضی هستند و بسیاری از کارشناسان پیش بینی می‌کنند که با این روند صنعت دارویی دچار بحران شود یک شرکت خاص نتوانسته برای داروهای خود قیمت‌های نجومی دریافت کند.این شرکت دارویی نه تنها نتوانسته قیمت بالاتری بگیرد، بلکه ارز دولتی ۴۲۰۰ تومانی قابل ملاحظه‌ای هم برای داروهای خود دریافت کرده است. شاید تصور شود که داروهای این شرکت به دلیل خارجی (اسلونی) بودن این قیمت را دارد، اما هیچ تفاوت کیفی بین داروهای این شرکت و مدل‌های مشابه داخلی وجود ندارد. این شرکت با مدل بازاریابی که داشت برای مصرف کننده و داروخانه داروهای خود را خارجی و در بین سیاستگذاران و مسئولین داروهای خود را تولید داخل معرفی می‌کرد که در این کار هم بسیار موفق بوده است به شکلی که بعضی از افراد حتی برند اصلی یک دارو را تولید این شرکت خاص می‌دانند. داروی «سیدلناقیل» که برند اصلی آن آمریکایی است و در تقویت جنسی آقایان به کار می‌رود، این شرکت خاص سال ۹۱ با وجود ۹ تولید کننده داخلی توانست مجوز ورود این داروی ژنریک اسلونیوییایی (نه برند اصلی) را بگیرد. جدا از اینکه چه کسانی این مجوز واردات را در آن سال‌های تحریم و مشکلات ارزی امضا کرده اند؛ مهم این پرسش است که چه کسانی قیمت‌های نجومی به این شرکت خاص داده اند. به طوری که در سال ۹۶ حدود ۷ میلیون قرص را نتوانسته ۳۰ میلیارد تومان به فروش برساند، از طرفی در همان سال این دارو ۱۴ تولید کننده داشته است و مجموعاً این ۱۴ تولید کننده با تولید ۷۵ میلیون قرص فقط ۴۵ میلیارد تومان فروش داشته اند. دلیل این موضوع هم این است که در سال ۹۱ به داروی این شرکت ۱۰ برابر تولید داخل قیمت داده اند.علاوه بر قیمت داده شده یک موضوع تأسف انگیزی وجود دارد که مربوط به ارز اختصاصی به داروهای این شرکت است. به عنوان مثال ارز اختصاصی به داروی «سیدلناقیل» شرکت خاص در ۶ ماهه نخست سال ۹۷ معادل ۷ میلیون دلار ارز ۴۲۰۰ تومانی بوده است، یعنی این شرکت برای تولید فقط یک قلم داروی غیر برند اصلی که کمتر از ۱۰ درصد سهم بازار را دارد و در سال ۹۷ دارای ۱۸ تولیدکننده داخلی بوده است معادل ۱۱۰۰ دریافتی ۶ ماهه دو شرکت بزرگ داخلی را دریافت کرده است.

شهردار تهران گفت: واقعیت این است که شیوه فعلی مدیریت پسماند کارایی ندارد و ریشه آن هم در سطل‌های بزرگ زباله است که در خیابان‌ها قرار دارند.

پیروز حناچی در بیست و هفتمین جلسه شورای معاونان، مشاورین و شهرداران مناطق ۲۲ گانه که در ساختمان مدیریت بحران بوستان ولایت برگزار شد، با اشاره به پیشینه تاریخی این بوستان گفت: در این مکان که بخشی از پادگان قلعه مرغی است اولین فرودگاه و پایگاه هوایی ایران شکل گرفت و اولین هواپیما در کشور در اینجا فرود آمد. در گذشته تلاش شد تا بخشی از این فضا به «موزه پرواز» تبدیل شود که این اتفاق نیفتاد، اما امیدوارم بتوانیم این ایده را با حمایت شورای شهر در این دوره عملیاتی کنیم.

وی در ادامه به آخرین وضعیت کارخانه سیمان ری اشاره و عنوان کرد: طبق مصوبات دولت روز دوشنبه کارخانه را برای ساخت موزه صنعت تحویل گرفتیم و آماده می‌شویم تا اقدامات لازم را در این خصوص انجام دهیم.

شهردار تهران با تأکید بر ضرورت تغییر رویکردها و روش‌ها و عنوان کرد: پسماند پایتخت تصریح کرد: واقعیت این است که شیوه فعلی مدیریت پسماند کارایی ندارد و ریشه آن هم در سطل‌های بزرگ زباله است که در خیابان‌ها قرار دارند. تا زمانی که مردم را تشویق کنیم زباله‌های خود را به این شکل به سطل بیندازند، همچنان با مشکل مدیریت پسماند مواجه خواهیم بود.

وی در ادامه به لکه گیری آسفالت خیابان‌ها اشاره کرد و گفت: موضوع آسفالت و لکه گیری خیابان‌ها باید جدی گرفته شود. در تهران حدود ۱۰۰ کیلومتر مربع خیابان داریم که نیاز به مراقبت دائمی دارند، البته بعضی از بخش‌ها مانند خطوط ویژه در اولویت قرار دارند و باید به طور مستمر لکه گیری شوند.

شهردار تهران در بخش دیگری از سخنان خود به انتخابات شورایی‌ها اشاره و بیان کرد: خود به انتخابات انتخابات شورایی‌ها به زودی برگزار خواهد شد و اگر سطح مدیریت محلی شهر را با استفاده از مشارکت مردم در قالب شورایی‌ها ارتقا دهیم اداره امور شهر راحت‌تر می‌شود. من

شهردار تهران مطرح کرد:

# شیوه فعلی مدیریت پسماند کارایی ندارد



حتی امیدوارم روزی فرا برسد که بودجه محلات هم از طریق شورایی‌ها و با کمک آنها هزینه شود. حناچی افزود: در نتیجه تلاش‌های صورت گرفته حدود ۱۲ هزار و ۳۰۰ نفر، داوطلب شرکت در انتخابات شورایی‌را شدند. از این پس باید تلاش کنیم تا مردم در به شرکت در انتخابات ترغیب کنیم؛ چراکه اگر مردم مشارکت کنند بسیاری از نارسایی‌ها و فسادهای احتمالی در انتخابات از بین می‌رود.

وی با تأکید بر اینکه باید با همه توان از رأی مردم در این انتخابات صیانت کنیم، توصیه کرد: ضروری است مانور برگزاری انتخابات قبل از روز اصلی انتخابات برگزار شود تا خطاها و اشکالات

**سه ماه از سیل گذشته و از آن هیاهو و کمک‌ها و وعده و وعیده‌ها تنها ویرانی باقی مانده است**

## از مهاجرت تا شیوع بیماری‌های عفونی

**فقط می‌گویند خانه‌ها را می‌سازیم! کی؟ معلوم نیست**

سیل تمام کتاب‌های درسی دانش‌آموزان را برده بود و نگرانی اصلی این بود که بسیاری از امحان‌هایشان چه می‌شود؟ «کتاب‌ها و دفاتر بسیاری از دانش‌آموزان را آب برد و من شاهد بودم که برای اکثرشان جزو و کتاب فرستادند. خیلی از خانواده‌ها بودند که خانه‌هایشان در حاشیه رود بود و کاملاً تخریب شد. برای این افراد هم در شهر مکان‌هایی را در نظر گرفتند تا مسکن ساخته شود؛ اما اینکه چه زمانی این خانه‌ها ساخته شود اصلاً مشخص نیست. خانه‌هایی هم در سطح شهر بود که بنیاد مسکن اعلام کرد باید تخریب شود و الان در حال بازسازی آن هستند اما وضعیت خانه‌های کاملاً تخریب‌شده مشخص نیست و فقط گفته‌اند می‌سازیم. در واقع تا کنون اقدام به ساخت خانه‌ای نکرده‌اند و نمی‌شود در کوتاه‌مدت منتظر تکمیل خانه‌ای باشیم. در حال حاضر هم هیچ کمکی از دیگر شهرها نمی‌آید و همان اوایل بود که سیل کمک‌ها به ما می‌رسید. آب شرب منطقه وصل شده ولی افت فشار به‌خاطر گرمای زیاد وجود دارد.»

**قیمت سرسام‌آور اجاره‌ها و مهاجرت از پلدختر**

قیمت بالای خانه و اجناس اما مهم‌ترین مسئله پلدختر است. «در مورد مواد شوفاژی و تندیه هم یک مقداری قیمت اجناس بالااست اما هست. اجاره و رهن خانه‌ها هم سرسام‌آور شده و در چند ماه اخیر سه برابر شده است؛ تا جایی که بسیاری از خانواده‌ها از پلدختر رفته‌اند. تا قبل از این سیل هم پلدختر در محرومیت کامل بود؛ الان که دیگر هیچ، بسیاری از افراد شغل‌هایشان را از دست دادند و مجبور شدند بروند؛ به‌خصوص اجاره‌نشین‌ها. جاده پلدختر به کرمانشاه هم که به‌خاطر تخریب پلی کنار روستای بابازید تخریب شده بود، صاف شده اما همچنان خاکی و خطرناک است. جاده پلدختر به خرم‌آباد هم بسیار خطرناک است. شاید هلال‌احمر هم کمک کرده باشد اما اینکه به چه کسی تحویل داده‌اند مشخص نیست. الان وضعیت طوری است که باید آشنا داشته باشی تا بتوانی چیزی را به دست بیاوری.» آن‌طور که نصیری می‌گوید: «در مورد خدمات درمانی هم همان روزهای سیل تمام خدمات درمانی پلدختر رایگان شده بود و سیاه استان کرمانشاه بیمارستان صحرایی زده بود و ارتش هم اقداماتی انجام می‌داد. تا یک مدتی هم اکثر خدمات رایگان و خوب بود اما بعد از مدتی به روال عادی بازگشت.»

**تمام شهر را گرد و غبار گرفته است**

**شیوع بیماری‌های عفونی**

آرام نصیری هم یکی دیگر از داوطلبان مردمی است که در زمان وقوع سیل، مسئول بخش کمک‌های مردمی بوده است. «شهر تا حدودی تمیز شده اما همچنان پاکسازی نشده است. گل و لای‌ها خشک شده و گرمای زیاد هوا باعث گرد و غبار بسیار زیادی شده است. دمای هوا در پلدختر بسیار بالاست و تا ۵۰ درجه هم می‌رسد به همین دلیل گردو خاک بسیار زیاد است و بیماری‌های عفونی بین کودکان بسیار شیوع پیدا کرده است. تعدادی از خانواده‌ها در مدارس اسکان داده شده‌اند و مابقی در خانه‌های مسکن مهر اما امکانات به شدت ضعیف است. نه یخچال هست نه گاز و دیگر وسایل ابتدایی برای زندگی. البته به تازگی پک‌هایی شامل یخچال و فرش و .. در حال ارسال است که آن هم به همه داده نمی‌شود و کاملاً گزینشی است.»

**عضو کمیسیون اجتماعی مجلس تشریح کرد:**

## علل ازدواج دختران جوان با مردهای سالمند

تأمین می‌کند و در حال حاضر صندوق‌های تأمین اجتماعی نیروهای مسلح، کارکنان فولاد و دیگر صندوق وضعیتی بحرانی دارند. در تمام این صندوق‌ها تعادل میان منابع و هزینه‌ها از میان رفته است. نماینده مردم اصفهان در مجلس با اشاره به نسبت صندوق‌های بازنشستگی و ازدواج زنان با مردان متن گفت: متوسط سن بازنشستگی در ایران ۵۰ سال و این رقم در بسیاری از کشورها، نزدیک به ۶۳ سال است. همچنین شاخص امید به زندگی در ایران ۷۶ سال به شمار می‌رود و این باعث می‌شود تا صندوق‌های بازنشستگی برای مدت زمان طولانی یعنی دست کم بیش از ۲۶ سال مجبور اجتماعی شوند و تأکید کرد: اگر شرایط را باشند به از حقوق پرداخت کنند. از طرف دیگر به لحاظ استاندارد جهانی باید نسبت پشتیبانی یعنی

همسری دارد.

این عضو کمیسیون اجتماعی مجلس ضمن بررسی مفصل علل این نوع ازدواج، اظهار کرد: بر اساس اطلاعات مرکز ملی آمار در سال ۹۵، نرخ مشارکت اقتصادی زنان به زور به ۱۲ درصد می‌رسد. نرخ بیکاری فارغ التحصیلان زن نیز ۶۵ درصد است. ۷۰ درصد زنان مطلقه حداقل دارای یک فرزند و تنها ۱۶ درصدشان شاغل هستند. با این اوصاف طبیعی است که شاهد دریافت مستمری از هر روشی حتی ازدواج‌های نامتعارف باشیم.

ناهد تاج‌الدین در مورد ازدواج دختران جوان با مردان سالمند گفت: یکی از آسیب‌های نوپدید اجتماعی ازدواج دختران جوان با مردان سالمند به انگیزه دریافت مستمری سالمندان پس از فوت است. این یک درد است که دخترن برای دریافت مستمری روی به ازدواج با مردان سالمندان بیاورد. از نظر من، این پدیده شباهت‌هایی با کودک

است.

رئیس پلیس پیشگیری تهران بزرگ از پیگیری برای نصب دوربین روی لباس تمام مأموران تیم‌های گشتی پلیس خبر داد. سردار کیوان ظهیری درباره نصب دوربین روی لباس مأموران پلیس اظهار کرد: تمام تلاش ما این است که تمام گشتی‌هایمان به دوربین تجهیز شوند و پیگیر

هستیم که این امر زودتر محقق شود. او ادامه داد: در حال تلاش و پیگیری

هستیم که زیرساخت‌ها را فراهم کنیم که به محض تأمین و فراهم شدن زیرساخت‌ها نصب دوربین روی لباس مأموران گشتی پلیس را اجرایی خواهیم کرد. ظهیری درباره اینکه چه زمانی این امر محقق خواهد شد

### خبر کوتاه

**ترویج حفظ و نگهداری گل و گیاه در منطقه ۱۹ با راه اندازی صدای مشاور**

معاون خدمات شهری و محیط زیست شهرداری منطقه ۱۹ از راه اندازی صدای مشاور توسط مرکز تحقیقات،آموزش و مشاوره فضای سبز شهرداری این منطقه در راستای ترغیب شهروندان به منظور حفظ و نگهداری گل و گیاه و فضای سبز شهری خبر داد.

**به گزارش امتیاز**، سعید صالح محمود رباطی معاون خدمات شهری و محیط زیست با اشاره به اینکه نگهداری و پرورش گل و گیاه ها بر روحیه شهروندان تاثیر به سزایی دارد و نگهداری از آنها کار چندان وقت گیری نیست، اما ممکن است در نگهداری آنها دچار اشتباه شویم افزود: در این خصوص علاوه بر برپایی مستمر کلاس های حضوری آموزش گل و گیاه در دو مرکز شرعیتی و شهربانو سامانه مشاوره تلفنی و ارتباط غیر حضوری با کارشناسان این مرکز همه روزه از ساعت ۸ تا ۱۶ فراهم شده است.

وی درباره موضوع های قابل طرح با مشاوران این مرکز تصریح کرد: شهروندان علاقمند می توانند در این تماس تلفنی با نحوه تکثیر گل و گیاه، نگهداری فضاهای سبز در محیط آپارتمانی،باغبانی در محیط های مختلف،آشنایی با بیماری و آفات درختان و گل و گیاه و...آگاه و اطلاعات مربوطه را دریافت کنند.

همچنین در صورتی که مشاوره به صورت تلفنی برای شهروندان قابل راهنمایی نباشد با درخواست شهروند کارشناسان با حضور در منزل آنها می توانند ازگل و گیاه و فضای سبز شهروندان بازدید کنند.

به گفته این مسئول از ابتدای سال جاری تعداد ۴۵۰ شهروند از خدمات مشاوره رایگان بهره مند شده و شهروندان می توانند همه روزه از ساعت ۸ تا ۱۶ با شماره تلفن های ۵۵۸۵۲۱۲۱، ۵۵۸۴۶۰۸۷۷ دو مرکز شریعتی و شهربانو تماس و از مشاوره رایگان بهره مند شوند.

بر اساس این گزارش شهروندان درصورت ارائه نظرات و پیشنهادات درخصوص فضای سبز می توانند با شماره ۱۳۷ تماس حاصل فرمایند.

معاون معماری و شهرسازی شهرداری منطقه چهار خبر داد:

**حذف موانع فیزیکی از محدوده کارگاه‌های ساختمانی شمال شرق تهران**
معاون معماری و شهرسازی شهرداری منطقه چهار از جمع آوری مزاحمت های کارگاههای ساختمانی در محدوده این منطقه خبر داد و گفت: آزادسازی پیاده روها و افزایش ایمنی تردد عابران پیاده به دلیل ایجاد سدمعبر کارگاه های ساختمانی در دستور کار قرار گرفت.

**به گزارش امتیاز**، «محمدرضا آراسته» اشاره به ساماندهی کارگاه‌های عمرانی و مقابله با سد معابر به و احترام به حقوق شهروندان افزود: در راستای اجرای این طرح موارد مرتبط با سد معبر ساختمانی شامل اشغال معبر توسط مصالح ساختمانی و ماشین آلات کارگاهی، عدم نظافت نهر و پیاده رو مقابل کارگاه و عدم آوری حصار کارگاهی بعد از اتمام سقف آخر و... رسیدگی می شود.

وی افزود: یکی از معضلات دیگر در سطح شهر سد معبر مصالح ساختمانی است که کارگاه ها رعایت نکرده و معبر را مسدود می کنند، در حالی که طبق قانون فقط تا زمان احداث سقف اول و آن هم به اندازه یک سوم معبر حق اشغال معبر را دارند، اما متأسفانه مردم از این موضوع اطلاع ندارند.

معاون معماری و شهرسازی شهرداری منطقه چهار اقدامات اجرایشده دراین خصوص رنگ،بندی حصار کارگاهی،وضعیت سد معبر مصالح ، وضعیت نظافت معبر مقابل کارگاه،ایمنی داربست، وضعیت نخاله گیر و... عنوان کرد.

آراسته در پایان تصریح کرد: قطع درختان در مراحل ساخت و ساز یکی از تخلفات دیگر است که در این زمینه پیام های زیادی از مردم دریافت می کنیم و از دید ما تخلف بسیار بزرگی محسوب می شود و به هیچ عنوان از آن نخواهیم گذشت.

**برپایی جشنواره شادستان در منطقه ۷ با شعار «تابستانی برای همه»**

شهردار منطقه ۷ از برپایی جشنواره شادستان با شعار «تابستانی برای همه» در بوستان شهید توکلی با هدف غنی سازی اوقات فراغت شهروندان خبر داد.

**به گزارش امتیاز**، سمیه حاجوی با اعلام این مطلب افزود: این جشنواره در قالب برنامه های شاد و تفریحی و غرفه هایی از قبیل صنایع دستی، پاتوق کتاب، آموزش های شهرندی، خلاقیت، ورزش، سلامت، کارآفرینی و معرق در محل بوستان شهید توکلی در خیابان نظام آباد از تاریخ ۱۷ تیرماه تا ۵ مرداد از ساعت ۱۸ الی ۲۴ برپا می شود.

وی در ادامه با اشاره به برپایی گذر شهر در بوستان شهید توکلی، خاطرنشان کرد: در این گذر معاونت های اجتماعی و فرهنگی، فنی و عمران، شهرسازی و معماری، حمل و نقل وتراфик و درآمد، واحدهای ۱۸۸۸ و ۱۳۷ هرکدام به مدت سه شب و به صورت مجزا و فضایی امکان صمیمانه در قالب جلسات پرسش و پاسخ و بررسی و رفع مشکلات احتمالی شهروندان در خصوص مسائل شهری و حقوقی می پردازند.

شهردار منطقه ۷ در پایان یادآور شد: در طول دهه کرامت و ولایت معاونت امور اجتماعی و فرهنگی منطقه به مدت ۲۰ شب بعداز نماز مغرب و عشاء تا ساعت ۲۴ اقدام به برگزاری جشن در بوستان شهید توکلی می کند.