روزنامه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی، ورزشی، فرهنگی

اتحاد ملت

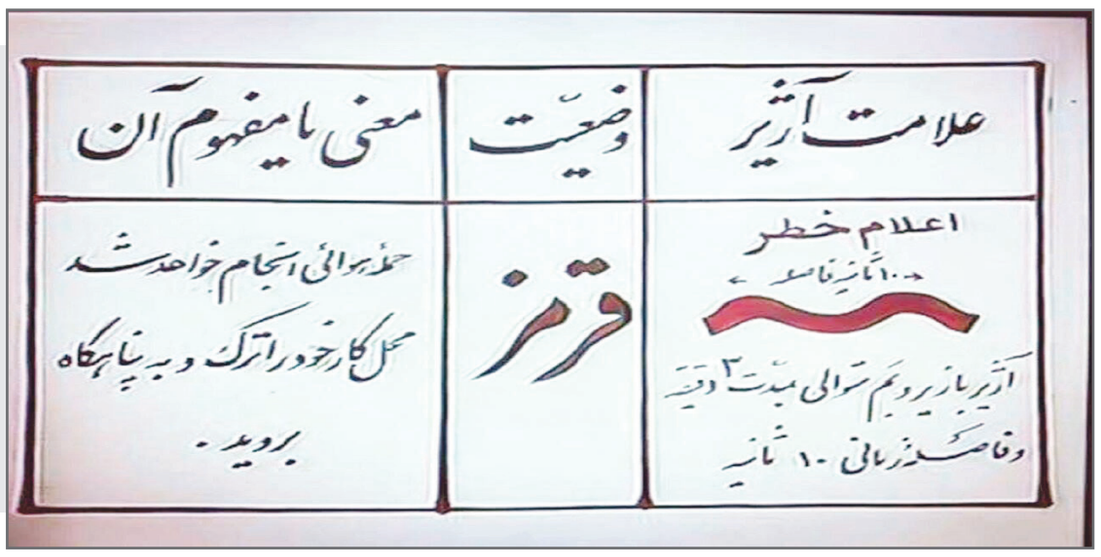
Etehademelat
@etehade_mellat

صاحب امتیاز و مدیرمسئول: پویا وکیلی
اعضای شورای سیاستگذاری: دکتر مصطفی مسجدی و حسن وکیلی
دفتر مرکزی: یوسف آباد، خیابان اسدآبادی، بین خیابان ۱۹ و ۲۱ پلاک ۲۰۷، واحد ۵ تلفن: ۰۲۱۸۸۹۸۲۱۳۷ - ۰۲۱۸۸۳۹۶۱۴۹
پست الکترونیک: etehademelat.ir / ایمیل: etehademelat.ir@gmail.com
سازمان آگهی‌ها: ۰۲۱۸۶۰۵۲۳۹۰ - ۰۲۱۸۶۰۵۴۱۱۸ - ۰۲۱۸۸۹۸۲۱۳۷/ سازمان شهرستان: ۰۲۱۸۶۰۵۴۱۱۸ / چاپ: شاخه‌سبز

گوناگون
سه‌شنبه ۲۷ خرداد ۱۴۰۴
شماره ۱۹۸۲
۲۱ ذی‌الحجه ۱۴۴۶
۱۷ ژوئن ۲۰۲۵

چرا تهران آژیر قرمز ندارد؟

توجه توجه؛ علامتی که هم اکنون می‌شنوید...



در شرایط فعلی، باید آژیرهای وضعیت قرمز و سفید تعریف و اطلاع‌رسانی شود تا مردم آگاه باشند. همچنین با پیشرفت تکنولوژی، امکان ارسال هشدار از طریق تلفن همراه وجود دارد، حتی اگر گوشی استفاده نشود یا در کناری گذاشته شده باشد، می‌توان هشدار را دریافت کرد

عضو شورای شهر تهران گفت: در شرایط فعلی، باید آژیرهای وضعیت قرمز و سفید تعریف و اطلاع‌رسانی شود تا مردم آگاه باشند. همچنین با پیشرفت تکنولوژی، امکان ارسال هشدار از طریق تلفن همراه وجود دارد، حتی اگر گوشی استفاده نشود یا در کناری گذاشته شده باشد، می‌توان هشدار را دریافت کرد.

به گزارش خبرآنلاین، "توجه توجه؛ علامتی که هم اکنون می‌شنوید اعلام خطر یا وضعیت قرمز است..."آنها که خاطرات جنگ را به یاد می آورند این جمله را بارها شنیده اند. خاموشی پس از آن و ماندن در زیر زمین خانه تا زمان اعلام وضعیت سفید را به خاطر می آورند اما در این چند روز خبری از آژیر قرمز نبود.

احمد صادقی، عضو شورای شهر تهران، در گفت‌وگو با خبرآنلاین در خصوص آژیر قرمز در زمان حملات هوایی گفت: این وظیفه به عهده ستاد وضعیت اضطراری است تا هشدارها را اعلام کند و مردم بتوانند پناه‌گیری کنند. پیشنهاد من این است که اگر چنین وضعیتی ادامه پیدا کند، حتماً باید ستاد وضعیت اضطراری تشکیل شود. البته این نهاد با مدیریت بحران تفاوت دارد. مدیریت بحران فقط برای حوادث غیرنظامی، غیرامنیتی و غیرمسلحانه تعریف شده است، اما در قانون،موضوعات نظامی و امنیتی از مدیریت بحران جدا شده‌اند. پس باید یک ستاد مجزا برای وضعیت‌های اضطراری تشکیل شود که در آن تصمیم‌گیری صورت گیرد.

صادقی با تأکید بر لزوم اطلاع‌رسانی به‌موقع و دقیق به شهروندان افزود: در شرایط فعلی، باید آژیرهای وضعیت قرمز و سفید تعریف و اطلاع‌رسانی شود تا مردم آگاه باشند. همچنین با پیشرفت تکنولوژی، امکان ارسال هشدار از طریق تلفن همراه وجود دارد، حتی اگر گوشی استفاده نشود یا در کناری گذاشته شده باشد، می‌توان هشدار را دریافت کرد.

او در خصوص ایجاد تیم های روانشناسی یا برگزاری کارگاه های آموزشی آمادگی در برابر مخاطرات در سراهای محلات گفت: این موضوع می‌تواند مسئولیت مدیریت شهری باشد؛ نه اینکه قانوناً متولی آن باشد، اما از جنبه مدیریت شهروندی می‌تواند ورود کند. در زمان حملات، مردم باید اقلام زیستی و امدادی اولیه را در دسترس داشته باشند.

ضو شورای شهر تهران همچنین تصریح کرد: در شرایط بحران، موضوعی مانند زلزله با حملات امنیتی تفاوت دارد. باید پناهگاه‌هایی در نظر گرفته شود و مسیرها باز بماند تا نیروهای امدادی مانند آتش‌نشانی، هلال‌احمر، اورژانس و خدمات شهری مانند آب، برق و گاز بتوانند به موقع وارد عمل شوند. شهروندان نیز باید از تجمع در محل حادثه خودداری کنند و تنها در صورت درخواست دستگاه های امدادی وارد عمل شوند.

این عضو شورای شهر همچنین به ضرورت حمایت روانی از آسیب‌دیدگان اشاره کرد: سازمان بهزیستی باید متولی ارائه خدمات روانی باشد، اما خانه‌های دوام، ایمنی و سلامت در محلات نیز می‌توانند در کنار خانواده‌های آسیب‌دیده حضور یافته و مشاوره و کمک‌های لازم را ارائه دهند.

صادقی یاد آوری کرد: شهرداری تهران در حوزه پدافند غیرعامل نیز مأموریت‌هایی بر عهده دارد و حتی در ماه گذشته یک مانور کامل پیش‌بینی شده بود که به دلیل تحولات اخیر، به اقدام عملی تبدیل شد. این فرصتی مهم برای سنجش آمادگی شهر بود.

بودجه مدیریت بحران باید صرف آمادگی قبل از حادثه هم بشود

احمد صادقی،در ادامه با اشاره به وضعیت امنیتی اخیر و لزوم آمادگی همه‌جانبه شهر و شهروندان برای شرایط احتمالی، گفت:این وضعیت باید فرصتی باشد که هم مدیریت شهری و هم دستگاه‌های مسئول توان خودشان را بازیابی کنند برای یک اقدام بلندمدت. البته که این وضعیت کوتاه‌مدت خواهد بود و طرف مقابل از اقدامات شرارت‌آمیز خود دست برمی‌دارد.

او در ادامه افزود: پیش‌بینی من این است که با قدرت نظامی که جمهوری اسلامی ایران در اختیار دارد، دشمن این واقعیت را باور خواهد کرد که نمی‌تواند در برابر این توان ایستادگی کند. ما غزه یا یمن نیستیم؛ ما قدرت نظامی بالایی داریم و آن‌ها نیز به‌خوبی این را می‌دانند. به نظر می‌رسد این شرایط طولانی نخواهد بود، اما همین کوتاه بودن نباید باعث غفلت ما در آمادگی و تجهیز پدافندی شود.

صادقی با تأکید بر لزوم تداوم اقدامات پیشگیرانه خاطرنشان کرد:حتماً باید مانورهای آمادگی انجام شود و شهروندان نیز در این فرآیند آماده باشند. در قوانین بودجه سنواتی، شهردار تهران اختیار دارد که در زمان وقوع حادثه، تا چهار درصد از بودجه را برای مقابله با بحران هزینه کند. اما پیشنهاد من این است که این بودجه فقط برای زمان مقابله صرف نشود، بلکه در مرحله آمادگی و پیشگیری هم قابل استفاده باشد.

وی در ادامه توضیح داد:ما باید قبل از وقوع حادثه، تجهیزات لازم را تهیه کرده باشیم،آموزش‌های لازم را داده باشیم و مانورها را اجرا کرده باشیم. تجهیز سالن‌های بحران، سازماندهی نیروها و آموزش شهروندان، همه اقدامات پیش از وقوع بحران هستند. اما در حال حاضر در ساختار بودجه، صرفاً برای زمان مقابله در نظر گرفته شده است. این باید تغییر کند و شامل مراحل پیشگیری و آمادگی هم بشود.

صادقی تأکید کرد:با توجه به شرایط موجود، ایجاد ستاد وضعیت اضطراری، آموزش به شهروندان، استفاده از فناوری هشدار، بازنگری در بودجه مدیریت بحران و اجرای مطالعات علمی موجود، ضرورتی اجتناب‌ناپذیر است. این اقدامات باعث می‌شود تا تهران در برابر تهدیدات احتمالی، آماده، مقاوم و پاسخگو باشد.

زندگی بهتر

یک جایگزین طبیعی برای «ماینوکسیدیل»

شاید با رزماری به عنوان یک گیاه معطر و خوش طعم در آشپزی آشنا باشید. روغن رزماری عصاره غلیظی از این گیاه است.

به گزارش ایسنا، مطالعات نشان داده‌اند که روغن رزماری می‌تواند به رشد مجدد مو کمک کند. این عصاره گیاهی همانند «روگین» معروف به ماینوکسیدیل، دارویی که به رشد مجدد مو کمک می‌کند، می‌تواند به رشد مجدد موها کمک کند.

روغن رزماری همچنین به اندازه داروهای بدون نسخه باعث خارش پوست سر نمی‌شود. بسیاری از مردم از داشتن یک جایگزین طبیعی به جای دارو نیز قدردانی می‌کنند.

ماینوکسیدیل در دهه ۱۹۷۰ ابتدا به‌عنوان قرص فشار خون تولید شد. سپس متخصصان متوجه شدند برخی بیمارانی که این دارو را مصرف می‌کردند با عارضه جانبی افزایش رشد مو مواجه بودند.

سازمان غذا و داروی ایالات متحده در سال ۱۹۸۸ «روگین» (Rogaine/ نام تجاری داروی حاوی ماده فعال ماینوکسیدیل) را تایید کرد که اولین داروی مورد تایید این سازمان برای درمان طاسی سر با الگوی مردانه بود. مطالعات نشان داد مردانی که این دارو را مستقیم روی پوست سر می‌زدند، نرخ ریزش موی کمتری داشتند و در برخی موارد موهایشان دوباره رشد می‌کرد. همچنین روغن رزماری می‌تواند به روش‌های دیگری نیز به مو و پوست سر شما کمک کند. از آنجا که به آرام کردن التهاب پوست سر کمک می‌کند، می‌تواند شوره سر را نیز مهار کند.

چگونه از روغن رزماری برای موهایم استفاده کنم؟

وقتی از روغن رزماری برای تقویت رشد مو استفاده می‌کنید، پوست سرتان را درمان می‌کنید، نه موهایتان را. متخصصان می‌گویند: می‌توانید با خیال راحت روزی یک بار از روغن رزماری استفاده کنید. معمولاً دو تا سه ماه طول می‌کشد تا نتایج را ببینید. برای کمک به جذب روغن توسط پوست، بعد از هر بار استفاده، سر خود را به مدت ۳۰ ثانیه با نوک انگشتان ماساژ دهید.

چه مدت باید روغن رزماری را روی سر بگذارم؟

به گزارش «وب ام دی»، می‌توانید بگذارید بماند یا دو ساعت بعد از استفاده، موهایتان را با شامپو بشویید. اگر موهایتان خیلی چرب است، قبل از استفاده از آب، شامپو را بزنید.

روغن کرچک یا روغن رزماری؛ کدام بهتر است؟

یک سنت بسیار دیرینه در استفاده از روغن کرچک برای رشد مو وجود دارد، اما تاکنون هیچ مدرکی برای اثبات آن وجود ندارد.

عوارض جانبی استفاده از روغن رزماری برای مو چیست؟

رزماری با خونریزی شدید قاعدگی و سقط جنین مرتبط است. اگر باردار یا شیرده هستید، به شما توصیه می‌شود از روغن رزماری استفاده نکنید. اما خوردن رزماری به شکل گیاهی برای بهبود کیفیت غذا اشکالی ندارد.

درباره ریزش مو داستان‌های زیادی وجود دارد که نادرست است. از جمله اینکه مدیریت استرس، طاسی سر را کُند می‌کند. استرس باعث ریزش موقت موی سر می‌شود، اما در طاسی که عموما دلایل ژنتیکی دارد تاثیری ندارد. برخی هم می‌گویند کلاه باعث ریزش مو می‌شود. طبق تحقیقات ارتباط کمی بین پوشیدن کلاه و ریزش مو وجود دارد. در واقع، یک پژوهش روی دوقلوهای همسان نشان داد آن‌هایی که بیشتر از کلاه استفاده می‌کردند، نازک شدن بالای پیشانی کمتری داشتند. البته کلاه تنگ، فشار بیشتری بر فولیکول‌های مو وارد می‌کند و بر ریزش مو موثر است. شستشوی زیاد به ریزش مو ربطی ندارد. شستن بیش از حد موها باعث ریزش مو نمی‌شود. اما هنگام شستشو و خشک کردن با موها ملایم رفتار کنید و مراقب مواد تشکیل دهنده شامپو باشید چراکه می‌توانند فولیکول‌ها را شکننده‌تر کنند.

داستان مصور

هنرمند: ناهید مقصودی

روز جهانی ایمنی موادغذایی

اینفوگراف

کودکان و بحران جنگ

تجدیدمزایده عمومی

نوبت اول

شهرداری طاد در نظر دارد فراخوان تجدید مزایده اجاره پارکینگ عمومی شهرداری به شماره سیستمی ۵۰۰۴۱۰۱۴۱۹۰۰۰۰۰۳ را از طریق سامانه تدارکات الکترونیک دولت برگزار نماید.

کلیه مراحل برگزاری فراخوان ازدریافت و تحویل اسناد تا بازگشایی پاکت ها از طریق 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.

مواعدزمانی:
تاریخ انتشار فراخوان: ۱۴۰۴/۰۳/۲۶
مهلت دریافت اسناد فراخوان: ۱۴۰۴/۰۴/۰۸
مهلت ارسال پیشنهادات: ۱۴۰۴/۰۴/۱۸
زمان بازگشایی پاکت ها: ۱۴۰۴/۰۴/۱۸
نوع و مبلغ تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار: ضمانت نامه معتبر بانکی یا واریز به صورت نقدی به حساب شهرداری به مبلغ ۳۶,۰۰۰,۰۰۰ ریال
اطلاعات تماس و آدرس شهرداری: شهرداری طاد به آدرس بلوار حضرت امام خمینی (ره) کد پستی ۸۴۶۳۱۵۰۰۰۱ و شماره تماس ۰۳۱۳۷۲۴۷۰۷۸

کد ش-س-۲۱