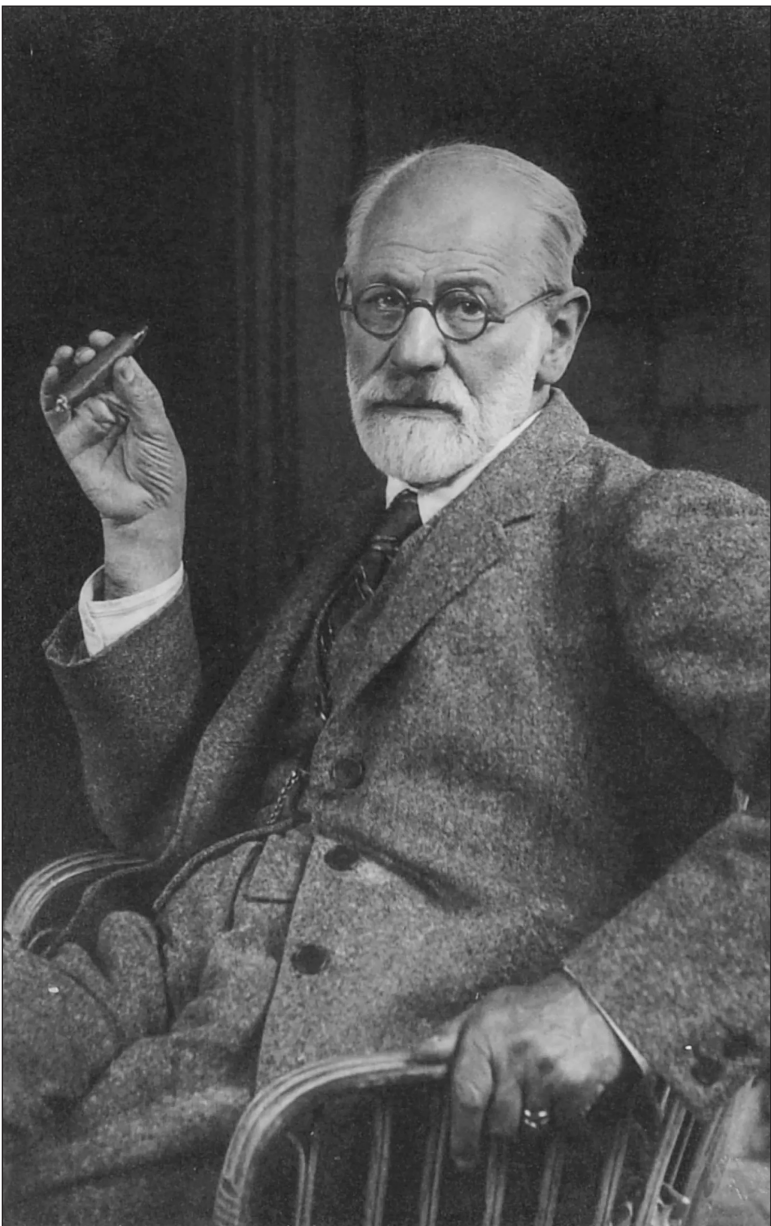


شناسنامه		
عضو انجمن صنفی مدیران رسانه و شرکت تعاونی مطبوعات کشور	صاحب‌امتیاز: جمعیت‌هلال‌احمرجمهوری‌اسلامی‌ایران	دفتر مرکزی: تهران، فلکه دوم صادقیه ابتدای بزرگراه جناح کوچه شهید طاهریان، شماره ۲۴
کدپستی: ۱۴۸۱۶۳۵۳	فکس: ۴۴۹۵۶۱۰۰	تلفن: ۴۴۹۵۶۱۰۸
چاپ: موسسه جام جم برتر برنا	تلفن سازمان آکسی‌ها: ۴۴۹۵۶۲۰۰-۲ فکس: ۴۴۹۵۶۱۰۷	سامانه پیامکی: ۰۲۶۶۶۲۴۰۰۰
سایت شهروند: www.shahrvand-newspaper.ir	اینستاگرام شهروند: shahrvandonline.ir	شبکه ایکس شهروند: shahrvandonline

عکس دیروز



نگاه‌روز

پایان ماجراجویی مرگبار هیتلر با امضای سند تسلیم آلمان

اِشهروند]] ما امضا کنندگان به نمایندگی فرماندهی کل آلمان، تسلیم بدون قید و شرط همه نیروهای نظامی زمینی، هوایی و نیز دیگر نیروهای نظامی را که در حال حاضر زیر فرماندهی آلمان قرار دارند، در برابر فرماندهان کل نیروی متفقین و هم‌زمان در برابر فرمانده کل شوروی اعلام می‌کنیم.]]
۸۰ سال پیش، برابر ۷ می ۱۹۴۵ میلادی، ویلهلم کایتل (فرمانده نیروی زمینی آلمان نازی) و آلفرد یودل (رئیس ستاد نیروی زمینی) به نمایندگی از دریا سالار کارل دونیتس، پس از چند دور مذاکره اسناد تسلیم بدون قید و شرط کشورشان به نیروهای متفقین را امضا کردند. کارل دونیتس فرمانده نیروی دریایی رایش سوم، پس از خودکشی آدولف هیتلر به عنوان رئیس جمهوری موقت آلمان زمام امور کشورش را در دست گرفته بود. در این ایام باقی مانده ارتش آلمان در شمال و شمال غرب به سختی باروس هامی جنگیدند، به این امید که روزنه‌ای گشوده و پس از گذر از محاصره ارتش سرخ، حداقل خود را به نظامیان غربی تسلیم کنند.

دریا سالار نازی گریز، اما مورد حمایت پیشوا

پس از امضای سند تسلیم، آلمانی‌ها در همه جبهه‌ها سلاح را بر زمین گذاشتند و به این ترتیب جنگ جهانی دوم در خاک اروپا به شکل رسمی پایان یافت. این میان نکته‌ای که خوش‌بینی متفقین نسبت به دریا سالار کارل دونیتس جانشین آدولف هیتلر را برانگیخت و باعث شد به قول و قرار او برای تسلیم اعتماد کنند، عدم عضویت او در حزب نازی بود. در واقع دونیتس به دلیل شایستگی‌های نظامی هرگز توسط هیتلر برای پیوستن به حزب نازی تحت فشار قرار نگرفت و یکی از معدود سران ارتش آلمان بود که عنوان «نازی» به او نمی‌چسبید. از طرفی، هر کس دیگری نیز به جای آدولف هیتلر سکان هدایت آلمان نازی را در دست می‌گرفت چاره‌ای جز کنار آمدن با متفقین نداشت، زیرا در این تاریخ حداقل دو سال از آخرین پیروزی ارتش آلمان در جبهه‌های نبرد می‌گذشت و آمیدی به ظفر نبود.



کارل دونیتس

عکس روز



بدرقه زائران بیت الله الحرام

نخستین گروه از زائران حج ۱۴۴۴ با بدرقه نماینده ولی فقیه در امور حج و زیارت، وزیر راه و سفیر عربستان سعودی در ایران راهی مدینه منوره شدند.



شبه‌شنبه
۱۶ اردیبهشت ۱۴۰۴
شماره ۳۳۴۳
۱۵ صفحه
۵۵۵ تومان

خاطرات الرجال

ارتشبد حسین فردوست، دوست دوران کودکی محمدرضا پهلوی و رئیس دفتر اطلاعات او، پس از پیروزی انقلاب اسلامی در ایران ماند و خاطرات خود از دوران مجالست با شاه، خاندان و دولتمردان رژیم پهلوی را به رشته تحریر درآورد. خاطرات فردوست تحت عنوان «ظهور و سقوط سلطنت پهلوی» منتشر شده است که در این ستون به تناوب برخی را مرور می‌کنیم.

روابط اسرائیل وسواک^(۱)
اینجا آن چه از آموزش‌های رهبر پایگاه اسرائیلی خوزستان و فعالیت‌هایشان به یاد دارم می‌نویسم: در زمان من اسرائیلی‌ها رأساً مأمورین را نشان و استخدام می‌کردند و آموزش می‌دادند. به این مأمورین «نشانگر» گفته می‌شد. این نشانگرها برای پایگاه اصل مطلب بودند و می‌توانستند ایرانی یا عراقی باشند. اسرائیلی‌ها در جلب این افراد مانند یک مأمور طراز اول عمل می‌کردند: یعنی مرحله نشان کردن، نزدیک شدن، اطلاع از سطح تحصیل و میزان هوش و ذکاوت و کلیه خصائلی که در یک مأمور پنهانی باید موجود باشد، با دقت کامل انجام می‌شد. اگر فرد حائز کلیه شرایط بود، به تدریج او را مأمور می‌کردند، در آغاز غیرمستقیم و اگر آمادگی داشت مستقیم. سپس دوره آموزشی کار طی می‌شد. خلاصه، «نشانگر» در سطحی آماده می‌شد که بتواند از بین ایرانی‌ها و عراقی‌ها افرادی را، طبق خصوصیاتِی که به او می‌دادند، پیدا کند و به پایگاه معرفی کند. اگر مأمور معرفی شده توسط نشانگر، دارای خصوصیات کامل برای رخنه در هدف بود، به استخدام درمی‌آمد.

افراد فوق به دو گونه عمل می‌کردند: هرگاه فردی دارای شرایط عالی بود او را «سرمأمور» می‌کردند که در عراق یا سایر کشورهای منطقه در محل استقرار خود زندگی می‌کرد. او موظف بود افراد محل زندگی خود را مورد بررسی قرار دهد و افراد واجد شرایط را برای رخنه در هدف بیابد و معرفی کند. برخی سرمأمورین عراقی تا ۵ تا ۷ مأمور در هدف‌های مختلف به پایگاه معرفی کرده و پس از تصویب، به وسیله سرمأمور عراقی آموزش لازم به آن‌ها داده شده و برای کسب اطلاعات در هدف یا هدف‌ها توجیه شده و با موفقیت شروع به کار کرده بودند. مأمورین گزارش خود را به سرمأمور می‌دادند و با پایگاه هیچ‌گونه ارتباط مستقیم نداشتند. کلیه گزارشات شبکه توسط سرمأمور به پایگاه ارسال می‌شد. پایگاه خوزستان حدود ۱۰ سرمأمور داشت که به طور متوسط هر کدام بین ۵ تا ۷ مأمور داشتند. بنابراین، این ۱۰ سرمأمور که با پایگاه در تماس مستقیم بودند به طور متوسط حدود ۶۰ مأمور داشتند که جمعاً ۷۰ نفر می‌شدند. اگر فرد واجد شرایط عالی نبود، «مأمور منفرد» می‌شد. او سرمأمور نداشت و مستقیماً با پایگاه تماس می‌گرفت. پایگاه خوزستان حدود ۱۰۰ سرمأمور و مأمور را اداره می‌کرد. اگر هر مأمور و سرمأمور در دوهف کسب خبر می‌کردند، پایگاه حداقل در ۲۰۰ هدف رخنه کرده بود و اگر هر مأمور هر ۱۵ روز یک خبر ارسال می‌کرد، در ماه حدود ۴۰۰ گزارش به پایگاه واصل می‌شد.



تقویم تاریخ

- زادروز رابیندرانات تاگور، متفکر، فیلسوف، شاعر شبیر اهل هند (۱۸۶۱ میلادی)
- آغاز نخست‌وزیری علی امینی پس از سقوط دولت شریف امامی (۱۳۴۰ خورشیدی)
- درگذشت، بدیع‌الزمان فروزانفر، ادیب، نویسنده، پژوهشگر ادبی (۱۳۴۹ خورشیدی)
- شهادت مجید شریف وافقی عضو مجاهدین، توسط منافقان گروه (۱۳۵۴ خورشیدی)
- برگزاری نخستین نمایشگاه مطبوعات همزمان با نمایشگاه کتاب (۱۳۷۱ خورشیدی)

امروز با جهان

بزرگ‌ترین هواپیمای جهان

یک غول پرنده برای حمل «پره» توربین بادی

عظیم‌ترین هواپیمای جهان تا سال ۲۰۲۰ به پرواز درآمده و حمل بارهای عظیم‌الجثه خود را آغاز خواهد کرد. این هواپیمای غول‌پیکر که به‌طور رسمی ویندرانر (WindRunner) نامیده می‌شود، قادر است ۱۲ برابر بیشتر از یک بوئینگ ۷۴۷ بار حمل کند. البته این هواپیما برای یک هدف خاص و منحصر به‌فرد یعنی حمل پره توربین‌های بادی طراحی شده است. «ویندرانر» با طول فوق‌العاده ۱۰۸ متر (بیشتر از طول زمین فوتیبال) و ارتفاع ۲۴ متر به پرواز درخواهد آمد. رادیا، شرکت سازنده این پروژه، برای طراحی این هواپیما تقریباً یک دهه وقت صرف کرده است. ویندرانر یک وسیله نقلیه چندمنظوره محسوب می‌شود، اما همان‌طور که اشاره شد اندازه و شکل آن به‌طور ویژه برای حمل یک شیء خاص یعنی توربین‌های بادی طراحی شده است. پره‌های توربین بادی بسیار بزرگ بوده و حمل آن‌ها از طریق جاده فوق‌العاده دشوار است، به‌طوری‌که هواپیماهای معمولی قادر به جابجایی و حمل و نقل آن‌ها نیستند.

برخی از پروژه‌های توربین بادی حتی نیاز به ساخت جاده‌های خاص برای حمل پره‌های خود دارند. علاوه بر این، پیش‌بینی می‌شود که پره‌های این توربین‌ها در آینده حتی بزرگ‌تر از امروز باشند و احتمالاً از ۷۰ متر به ۱۰۰ متر افزایش پیدا کنند. از این رو، ویندرانر قادر خواهد بود تا پره‌های توربین را در قسمت مربوط به محفظه باری خود حمل کرده و مستقیماً آن‌ها را به محل ساخت توربین‌ها انتقال دهد. به منظور آسان‌تر کردن فرود، این هواپیما طوری طراحی شده که می‌تواند روی باند‌های کوتاه و خاکی فرود بیابد، بدون اینکه نیاز به فرودگاه کاملاً آماده داشته باشد. ویندرانر با قابلیت‌های منحصر به فرد خود نه تنها می‌تواند نیاز مأموریت‌های حمل و نقل هوایی امروز را برآورده کند، بلکه قادر است افق‌های جدیدی را برای آنچه می‌توان با هواپیما جابه‌جا کرد را نیز گسترش دهد. در صورت پرواز، این هواپیما تبدیل به بزرگ‌ترین پرنده تاریخ می‌شود که تاکنون موفق شده چنین کاری انجام دهد.



امروز با سلامت

یک اختلال ارثی عجیب

درگیری با استرس ژنتیکی و راه‌های مقابله با آن

معمولاً درباره استرس ناشی از کار، روابط یا مسائل مالی صحبت می‌کنیم. اما اگر خود ساختار ژنتیکی بدن ما عامل نوعی فشار پنهان باشد چه؟ مفهوم فوق که اغلب از آن با عنوان «استرس ژنتیکی» یاد می‌شود، به معنای به ارث بردن یک بیماری خاص نیست و به این اشاره دارد که ترکیب ژنتیکی بدن ما می‌تواند بر میزان مقاومت یا آسیب‌پذیری ما در برابر فشارهای روزمره تأثیر بگذارد. برای درک بهتر، به این فکر کنید که چگونه یک نفر ممکن است پس از یک شب بی‌خوابی خیلی زود به حالت عادی برگردد، درحالی‌که فردی دیگر تا چند روز احساس خستگی و آشفتگی کند. این تفاوت در تاب‌آوری می‌تواند تا حدی به تفاوت در ژن‌ها مربوط باشد. به اعتقاد پزشکان این تفاوت‌های ژنتیکی، سرنوشت قطعی ما را رقم نمی‌زنند. ژن‌ها یک پایه اولیه هستند، اما عواملی مثل تغذیه، ورزش، خواب و مدیریت استرس، نقش بزرگی در بروز یا سرکوب این آمادگی‌ها دارند.

تشخیص استرس ژنتیکی به سادگی انجام آزمایش خون برای یک بیماری خاص نیست. بلکه معمولاً به شکل مجموعه‌ای از نشانه‌های خفیف و مداوم ظاهر می‌شود که ممکن است بی‌اهمیت تلقی شوند یا فقط به عنوان استرس عمومی شناخته شوند. اما توصیه‌هایی برای کسانی که احتمال می‌دهند دچار استرس ژنتیکی هستند، توجه به تندرستی جامع (رژیم غذایی متعادل با مواد ضدالتهابی، ورزش منظم و متوسط، و خواب کافی)، یادگیری فنون مدیریت استرس (تمرین‌های ذهن‌آگاهی، مدیتیشن، یوگا و تنفس عمیق)، مشاوره تخصصی (مشاوره با پزشک و در برخی موارد انجام آزمایش‌های ژنتیکی)، تقویت روابط و حمایت اجتماعی (داشتن روابط سالم و شبکه حمایتی قوی در دوران فشار روانی)، صبر و مهربانی با خود (مدیریت استرس ژنتیکی وافتخار به پیشرفت‌های کوچک). درک مفهوم استرس ژنتیکی به ما امکان می‌دهد تا با شناخت بهتر از بدن خود، گامی آگاهانه‌تر برای حفظ سلامت روان و جسم برداریم. مانمی‌توانیم ژن‌هایمان را تغییر دهیم، اما می‌توانیم یاد بگیریم.

امروز با قانون

نکات کاربردی حقوقی برای همه به زبان ساده

همه شهروندان لازم است سطح آگاهی‌های حقوقی خود را افزایش بدهند. این امر موجب تحقق و ارتقاء اصل حاکمیت قانون در جامعه، ارتقاء سطح سواد حقوقی افراد، کاهش مراجعات مردم به نهادهای قضایی و شبه‌قضایی، همچنین فرهنگسازی و آمادگی عموم برای تبعیت از قانون خواهد شد.

ضرب و شتم زن توسط شوهر

زنان پس از ضرب و شتم توسط شوهران خود باید سریعاً با پلیس تماس بگیرند تا صورت جلسه تنظیم شود. پس از آن به پزشکی قانونی مراجعه کنند تا گواهی تنظیم شود. این اقدام در احقاق حق‌شان کمک بسیار خواهد کرد.

والدین و حق حضانت فرزندان

حضانت و سرپرستی فرزندان هم حق و هم تکلیف پدر و مادر است. بنابراین و به‌طور مثال زن نمی‌تواند ضمن عقد ازدواج شرط کند که همسرش حق حضانت و سرپرستی فرزند را ندارد.