

شناسنامه		عضو انجمن صنفی مدیران رسانه و شرکت تعاونی مطبوعات کشور
صاحبامتیاز: جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران دفتر مرکزی: تهران، فلکه دوم صادقیه ابتدای بزرگراه جناح کوچه شهید طاهریان، شماره ۲۴ کدپستی: ۱۴۸۱۶۳۵۲۳ فکس: ۴۴۹۵۶۱۰۰ تلفن: ۴۴۹۵۶۱۰۸-۴۴۹۵۶۱۰۸ چاپ: موسسه جام جم بزر برنا	تلفن سازمان آگهی ها: ۴۴۹۵۶۲۰۰-۴۴۹۵۶۱۰۷ فکس: ۵۰۰۲۶۲۶۶۲ سامانه پیامکی: ۴۴۹۵۶۱۰۷ سایت شهروند: www.shahrvand-newspaper.ir اینستاگرام شهروند: shahrvandonline.ir شبکه ایکس شهروند: shahrvandonline	پنشنه ۲۲ خرداد ۱۴۰۴ شماره ۳۳۷۳۳ صفحه ۱۵ قیمت تومان ۵۰۰۰
روزنامه شهرvand www.shahrvand-newspaper.ir ۱۴۴۴ هجری قمری ۱۲ June 2025 سال دوازدهم		

تقویم تاریخ

- درگذشت حسن صباح، بنیان‌گذار سلسله اسماعیلیه در الموت قزوین (۵۰۳ خورشیدی)
- انتخاب بوریس یلتسین به عنوان نخستین رئیس‌جمهور فدراتیو روسیه (۱۹۸۲ میلادی)
- شهادت رسول منتظری، دیپلمات ایرانی، طی جنگ داخلی بوسنی (۱۳۷۲ خورشیدی)
- ارتحال متفکر، عالم مجاهد و فقیه بزرگ آیت‌الله مجدالدین محلاتی (۱۳۷۸ خورشیدی)
- درگذشت حمید سبزواری، شاعر و معروف به «پدرشعر انقلاب» (۱۳۹۵ خورشیدی)

امروز با جهان

محقق شدن رویای ژول ورن

کشتی حفار چینی در راه رسیدن به پوسته زمین

در چارچوب یک برنامه حفاری در اعماق اقیانوس ها، چینی ها کشتی حفاری ویژه‌ای را به منظور نفوذ به پوسته زمین آماده کرده‌اند. رسیدن به اعماق زمین موضوع بسیاری از کتاب‌های داستانی و رمان‌ها بوده اما در واقعیت رسیدن به هسته زمین بسیار سخت‌تر از پایین رفتن از آتشفشانی خاموش یا ساختن ماشین آهنی برای سفر به اعماق مشابه داستان‌های نویسنده شهیر فرانسوی ژول ورن است. چینی‌ها دنبال هدفی بسیار جاه طلبانه‌ترند. در واقع، برنامه‌ای که چینی‌ها اعلام کرده‌اند، در ادامه پروژه آمریکایی موهواس‌ت که اواخر دهه ۱۹۵۰ و اوایل دهه ۱۹۶۰ نه فقط دنبال حفاری عمیق بود، بلکه می‌خواست مرز زمین شناسی کاملاً جدیدی باز کند. هدف پروژه موهو این بود که حفاری را تا مرز موهو انجام دهد و نمونه‌هایی را بازگرداند که دانشمندان بتوانند مستقیم آن‌ها را مطالعه کنند. مرز موهو را سال ۱۹۰۹ آندریا موهو رویچ، زمین لرزه‌شناس کروات، کشف شد و نقطه‌ای است که در آن پوسته زمین با گوشته برخورد می‌کند.

پروژه موهو پس از چند مرحله حفاری و به دلیل افزایش هزینه‌ها و اختلافات سیاسی متوقف شد ولی چین می‌خواهد نام خود را به عنوان بازیگری بزرگ در زمینه کاوش‌های عمیق دریا، حفاری، استخراج معدن و حوزه‌های مرتبط به جهان معرفی کند. تلاش چین برای رسیدن به مرز موهو در چارچوب برنامه حفاری اعماق اقیانوس این کشور است. چنین پروژه‌هایی معمولاً با اهدافی مانند مطالعه زمین لرزه‌های زیرآبی و مخاطرات مشابه، بررسی تکنونیک صفحه‌ای، پالئو اقیانوس شناسی و تغییرات اقلیمی، جستجو و بهره‌برداری از ذخایر نفت و گاز آب‌های عمیق راه‌اندازی می‌شوند. انتظار می‌رود این کشور از اواخر امسال، عملیات حفاری خود را در دریای جنوبی چین آغاز کند. این عملیات حفاری احتمالاً تا سال ۲۰۳۵ ادامه خواهد داشت. این کشتی می‌تواند تا ۱۸۰ نفر خدمه، از جمله افسران، کارکنان و پژوهشگران را در خود جای دهد و تا ۱۲۰ روز مشغول مأموریت باشد. کشتی حفاری چینی می‌تواند لوله‌ای به وزن ۹۰۷ تن را تا عمق حدود ۱۱ هزار متری زیر سطح دریا پایین ببرد.



امروز با سلامت

رابطه رژیم غذایی و افسردگی

هشدار به چاق‌ها و عاشقان غذای فرآوری شده

تحقیقات جدید نشان می‌دهد انتخاب برخی رژیم‌های غذایی خاص ممکن است به بروز افسردگی در افراد منجر شود.
در یک پژوهش عادات غذایی ۲۸ هزار بزرگسال آمریکایی بررسی شد. از بین شرکت‌کنندگان در این آزمایش، ۲۹ درصد وزن عادی داشتند و ۲۳ درصد هم دچار اضافه وزن بودند. ۲۸ درصد شرکت‌کنندگان نیز چاق محسوب می‌شدند. حدود ۸۷ درصد شرکت‌کنندگان رژیم غذایی خاصی را دنبال نمی‌کردند اما ۸ درصد رژیم محدودکننده کالری داشتند، ۳ درصد محدودیت مواد مغذی را انتخاب کرده بودند و ۲ درصد هم از الگوی غذایی تثبیت‌شده پیروی می‌کردند.
پرسش‌نامه‌های بررسی ملی سلامت و تغذیه آمریکا نشان داد ۸ درصد شرکت‌کنندگان علائم افسردگی را گزارش کرده‌اند. علاوه بر این، افرادی که رژیم‌های محدودکننده کالری یا مواد مغذی داشتند، نسبت به کسانی که رژیم خاصی نداشتند، نمرات بالاتری در شاخص‌های ناراحتی عاطفی و جسمی ثبت کردند.

این حقیقت نشان می‌دهد رژیم‌های محدودکننده و بدون نظارت ممکن است به سلامت روان افراد آسیب برسانند.
همچنین محققان دریافتند افرادی که شاخص توده بدنی آن‌ها در دسته دارای اضافه وزن قرار می‌گیرد، بیشتر احتمال دارد به افسردگی مرتبط با رژیم غذایی مبتلا شوند. در نهایت یافته‌ها هشدار می‌دهند که باید با رژیم‌های بیش از حد محدود یا نامتعادل، به‌ویژه در افرادی که قبلاً، استرس یا چالش‌های مرتبط با وزن مواجه بوده‌اند، با احتیاط برخورد کرد.
محققان دریافتند کیفیت رژیم غذایی افراد ارتباط مستقیمی با خطر بروز افسردگی در آن‌ها دارد. افرادی که در رژیم غذایی خود بیش از حد از غذاهای فوق فرآوری شده استفاده می‌کنند، بیشتر احتمال دارد به افسردگی مبتلا شوند.
نتایج این تحقیق همچنین مشخص کرد که چرال استرس و بد غذا خوردن با افزایش خطر اضطراب و افسردگی مرتبط است و اثرات یک رژیم غذایی پرچرب با اثرات استرس مزمن که در ایجاد افسردگی نقش دارد، هم‌خوانی دارد.

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.

اخراج شدن کارگران از محل کار

اگر کارگری اخراج خود را از طرف کارفرما غیرقانونی بداند، باید ظرف ۳۰ روز به اداره کار مراجعه کند و درخواست بازگشت به کار ارائه دهد. کارفرما پس از فراخوانده شدن توسط اداره کار باید در خصوص اخراج کارگر توضیح دهد. اگر اخراج کارگر با دلایل موجه و به صورت قانونی باشد، کارفرما فقط باید حق و حقوق قانونی کارگر را پرداخت کند. اما اگر اخراج کارگر بدون دلیل موجه و قانونی باشد، اداره کار حکم به بازگشت کارگر به محل کار خود را صادر خواهد کرد.

خطرات الرجال

اسدالله علم، وزیر دربار و از نزدیکترین چهره‌ها به محمدرضا شاه، تنهارجل سیاسی دوران پهلوی دوم است که خاطرات خود از ۱۰ سال همنشینی نزدیک با شخص شاه و خاندان پهلوی را مکتوب کرده است. این تقریرات در ۷ جلد تحت عنوان «یادداشت‌های علم» به چاپ رسیده‌اند و مادر این ستون به تناوب این یادداشت‌ها را مروری کنیم.

قصه پرغصه هیرمند

به تهران مراجعت شد (از مشهد). در هواپیما بعضی عرایض لازم را به حضور شاهنشاه کردم. یک این که والا حضرت هماپوئی (ولیعهد) سرپرستی دقیق لازم دارند و این کار نمی‌شود. فرمودند: «در فکر هستم.» سر ناهار رفتم. پرنس نسیم‌خان برادر داوودخان (رئیس جمهور افغانستان) شرفیاب شد. چون می‌خواست من را هم ببیند با آن که اجازه گرفته‌ام به طور کلی سر ناهار و شام‌ها نرم ناچار رفتم. باز بر سر هیرمند بازی در آورده‌اند و می‌خواهند به قول خودشان بندی (سد) ببینند که طغیان‌ها را به (دریاج) گودرز هدایت کند. نمی‌دانم این دیگر چه معنی می‌دهد. آمده بود تقریباً اجازه بگیرد. شاهنشاه فرمودند: «باید مطالعه بکنیم.» به نخست‌وزیر که حضور داشت امر فرمودند بعد از ظهر کمیسیون مقدماتی فنی دو طرف، مطالعه را شروع کند. ۵۶،۲۱۷

دیوانه‌های خاندان پهلوی

خدمت شاهنشاه عرض کردم: «والا حضرت علی، پسر مرحوم والا حضرت شاهپور علی‌رضا را که عقل درستی ندارد، اجازه فرموده‌اید به اروپا برود. او برای ما اسباب زحمت زیادی درست خواهد کرد. فرمودند: «از او تضمین بگیرید.» عرض کردم تضمین از دیوانه؟ بعد هم او ممکن است در دست عناصر مُخرب قرار بگیرد و آن وقت بالاخواهد شد. فرمودند: «موضوع را مطالعه کن.» ۵۶،۲۱۹

هلیکوپتر داریم، بیاز نه!

به اصفهان آمدم. ناهار میل فرمودند و بعد از ظهر مرکز هواپرواز اصفهان (نیروی هوایی – زمینی شاهنشاهی) مورد بازدید قرار گرفت. سه سال پیش این نیرو اصلاً موجود نبود. ولی امروز دارای سیصد و پنجاه هلیکوپتر هستیم که به هفتصد فروند خواهد رسید. نمایشات بسیار عالی دادند، من جمله در قله کوه در سطح مورب نشستند و حتی توپ پیاده کردند. بسیار عالی بود. جز این که به وجود مقدس شاهنشاه دعا کنم کاری دیگر از دستم ساخته نیست. همه چیز به موازات یکدیگر پیشرفت دارد. این یعنی کشوری که واقعاً پیشرفت می‌کند و من در قلم افسوس می‌خورم برای غفلت‌های کوچک دولت، که مردم را ناراضی می‌کنند. مثلاً یک روز پیاز نیست، یک روز گوشت نیست، یک روز تخم مرغ نیست. چرا باید این مسائل جزئی در مسیر یک پیشرفت بزرگ کلی و ملی، مردم را ناراضی نگاه دارد؟ یا مثلاً رفتار مأمورین با مردم؟ واقعاً گاهی همان اندازه که از صمیم قلب به شاه دعا می‌کنم، به دولت پدر سگ (دولت هویدا) نفرین می‌فرستم. ۵۵،۲۲۱



پایان کار

یک تجزیه طلب

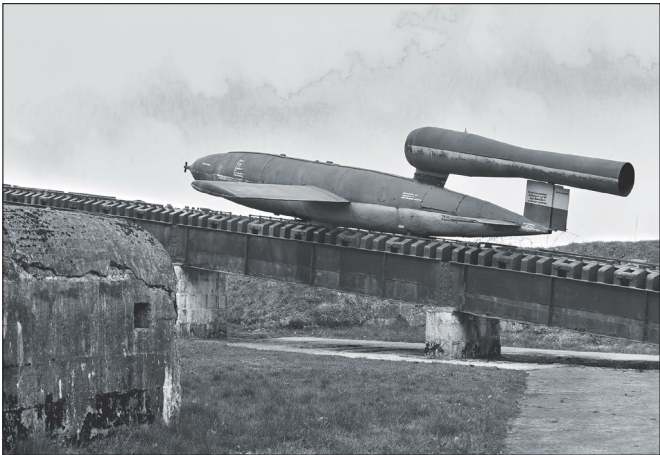
۷۸ سال پیش در چنین روزی، برابر ۲۲ خرداد ۱۳۲۶ خورشیدی، سیدجعفر پیشه‌وری، رهبر فرقه دموکرات آذربایجان طی یک سانحه رانندگی در باکو درگذشت. دولت خودمختار آذربایجان ۲۱ آذر ۱۳۲۴ خورشیدی به ریاست پیشه‌وری اعلام موجودیت کرد. در این ایام تجزیه‌طلب‌ها در آذربایجان، مهاباد و زنجان تحت حمایت ارتش سرخ شوروی قرار داشتند، هرچند ژوزف استالین حمایت از آن‌ها را انکار می‌کرد. ضعف حکومت مرکزی در تهران باعث شد فرقه دموکرات با سرعت زیاد مشغول تهیه مقدمات خودمختاری یا به عبارت بهتر زمینه‌چینی برای جدا کردن آذربایجان از ایران شود. اما خروج ناگهانی ارتش سرخ از خاک ایران که در پی معاملات پشت پرده سیاسی حاصل شد، به عمر دولت خودمختار آذربایجان نیز پایان داد. این میان اعضای خودفروخته فرقه دموکرات از جمله پیشه‌وری، همچون همه خائنان به دامن ارباب خود پناه بردند و نام خود را برای همیشه در سیاه‌ترین صفحات تاریخ ایران حک کردند.

شلیک «۷۱»، نخستین موشک جنگی جهان به سمت پایتخت انگلستان

[شهروند] ۸۱ سال پیش در چنین روزی، برابر ۱۲ ژوئن ۱۹۴۴ میلادی، آلمان نازی، شهر لندن را با موشک‌های «۷۱» هدف قرار داد. نخستین شلیک‌ها آنچنان که باید و شاید در اصابت به اهداف موفق عمل نکردند، اما با گذشت زمان و خصوصاً تکمیل موشک‌های پیشرفته‌تر «۷۲»، هم بُرد موشک‌ها افزایش یافت. هم دقت‌شان بالا رفت و هم بر میزان تخریب‌شان افزوده شد. «موشک» سلاح جدیدی بود که تا قبل از جنگ جهانی دوم کسی یا آن وقابلیت‌هایش آشنایی نداشت و تنها وقتی موشک‌های «۷۱» و «۷۲» در لندن پایتخت انگلستان فرود آمدند، دنیا فهمید که می‌توان فواصل خیلی دور را نیز هدف‌بیماران قرار داد، بدون این‌که جان خلبان‌ها و موجودیت هواپیما‌ها به خطر بیفتند. موشک می‌توانست موازنه قوا در میدان جنگ را به نفع متحدین عوض کند اما این سلاح جدید خیلی دیر در اختیار ارتش آلمان قرار گرفت و در واقع وقتی شلیک موشک‌ها آغاز شد که دیگر کار از کار گذشته بود.

پایان فتوحات و برگشتن بخت از آلمان

از پایان جنگ جهانی دوم ۸۰ سال می‌گذرد و هنوز عده‌ای می‌اندیشند که اگر جای مغلوب و پیروز این جنگ عوض شده بود، دنیای امروز چه چهره‌ای می‌داشت! ماشین جنگی مدرن و عظیم آلمان نازی در سال‌های ابتدایی جنگ بین‌الملل دوم همچون داس، ارتش‌های اروپایی را درو می‌کرد، اما چند دگرگونی در جبهه‌های جنگ باعث شد روند پیروزی‌های متحدین متوقف شود. مقاومت انگلستان در آن طرف کانال منش و دور از دسترس بودن آن برای نیروی زمینی آلمان، فرستادن نیروی بی‌شمار توسط اتحاد جماهیر شوروی به جبهه‌ها بدون واهمه از بالا رفتن تلفات انسانی، همچنین ورود ایالات متحده آمریکا به میدان جنگ، همه و همه از مواردی هستند که باعث شدند سیر پیروزی‌های رایش سوم متوقف شده و نهایتاً شکلی معکوس به خود بگیرد.



موشک وی یک روی سکوی پرتاب

عکس روز



افتتاح هفته فرهنگی روسیه

مراسم افتتاحیه هفته فرهنگی روسیه در ایران، شامگاه سه‌شنبه با حضور سیدعباس صالحی وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی ایران و باریسونا لوییماوا وزیر فرهنگ روسیه در تالار وحدت برگزار شد.