



روزنامه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی، ورزشی، فرهنگی صبح ایران

صاحب امتیاز و مدیر مسئول:

محمدعلی وکیلی

دفتر مرکزی: تهران، زرتشت غربی

نوسیده به بیمارستان مهر، پلاک ۶۶، طبقه دوم

تلفن: ۸۸۹۷۵۱۰ - ۸۸۹۹۴۰۹

فاکس: ۸۸۹۷۵۷۰۹

سامانه پیامکی: ۳۰۰۶۰۰۰۴۰۴۰۰

ebtkarnews@gmail.com

سازمان آگهی ها:

بلوار آیت الله کاشانی، بین رامین شمالی و کلسنان

شمالی، ساختمان فرید، پلاک ۲۵۸، واحد یک

سازمان شهروندان: ۴۴۰۱۹۸۰۵ - ۴۴۰۱۹۸۰۶

توزیع: شرکت نشر گستر امروز - ۰۹۱۲۳۷۱۵۰۳

چاپ: صمیم / ۳-۱۰۳۵۸۶۸۰۶۵۵

شنبه ۲۸ شهریور ۱۴۰۵ / شماره ۶۲۵۷

۷ ربیع الثانی ۱۴۴۸ - ۱۹ سپتامبر ۲۰۲۶

سال بیست و دوم / ۸ صفحه

سبک زندگی

نشانه‌های ترس کودکان از اشتباه کردن

به گفته یک روانشناس، ترس از اشتباه در حالت عادی برای کودکان طبیعی است، اما اگر شدید، مداوم و مختل‌کننده زندگی باشد، باید جدی گرفته شود؛ اگر این ترس باعث گوشه‌گیری کودک از فعالیت‌های متناسب با سنش شده، توصیه می‌شود برای ارزیابی دقیق‌تر به متخصص مراجعه کنید.

شبنم دوستی در گفت‌وگو با ایسنا، اظهار کرد: وقتی کودک پس از خطا دچار ناراحتی شدید یا گریان است، پیش از هر راهکاری به امنیت و همدلی نیاز دارد. در اوج هیجان، توانایی تفکر کودک کاهش می‌یابد پس ابتدا کنارش بمانید، احساسش را بی‌خبرید و کمک کنید آرام شود. جملاتی مثل «می‌فهمم ناراحتی» به او کمک می‌کند، اما از عباراتی مانند «گریه نکن» پرهیز کنید. پذیرش احساس کودک به معنای تأیید اشتباه نیست. پس از آرام‌شدن، می‌توانید درباره اصلاح رفتار صحبت کنید و بپرسید: «به نظرت دفعه بعد چه کاری از متفاوت انجام می‌دهیم؟» کودک وقتی احساس کند دیده و پذیرفته شده است، پس از آرام شدن آمادگی بیشتری دارد تا درباره اشتباهش فکر کند و از آن یاد بگیرد.

وی بیان کرد: در محیط‌های رقابتی، موفقیت را فقط «بهترین بودن» تعریف نکنید. معیار را بر پیشرفت فردی بگذارید؛ یعنی عملکرد فعلی کودک را با گذشته خودش مقایسه کنید، نه با دیگران. همچنین در درس و فعالیت‌ها، هدف‌هایی متناسب با توانایی او تعیین کنید. اگر از پاداش استفاده می‌کنید، آن را به تلاش و پشتکار کودک اختصاص دهید، نه فقط نتیجه نهایی. مهارت با تمرین و تجربه ساخته می‌شود؛ وقتی کودک این را درک کند، اشتباه دیگر نشانه شکست نیست، بلکه بخشی از مسیر یادگیری است.

دوستی درباره نشانه‌های هشدار ی که نشان می‌دهد ترس کودک از اشتباه کردن به اختلال اضطرابی تبدیل شده است، گفت: ترس از اشتباه در حالت عادی طبیعی است، اما اگر شدید، مداوم و مختل‌کننده زندگی باشد، باید جدی گرفته شود. نشانه‌های اصلی شامل «اجتناب» است؛ مثلاً خودداری از فعالیت‌های جدید یا پرسش مداوم «درست انجام دادم؟». گاهی این اضطراب با علائم جسمانی مثل تپش قلب، تند شدن تنفس، تعریق، لرزش یا تغییر در خواب و اشتها همراه می‌شود. اگر این ترس باعث گوشه‌گیری کودک از فعالیت‌های متناسب با سنش شده، توصیه می‌شود برای ارزیابی دقیق‌تر به متخصص مراجعه کنید.

مرز باریک «نظم» و «سخت‌گیری»

دوستی در پاسخ به این پرسش که «آیا نظم و سخت‌گیری بیش از حد، ترس از اشتباه را در کودک نهادینه می‌کند؟» گفت: نظم و قانون به خودی‌خود آسیب‌زا نیست؛ کودکان برای رشد به ساختار و مرزهای مشخص نیاز دارند. مشکل زمانی ایجاد می‌شود که انضباط با سختگیری افراطی، سرزنش مداوم، انتظار بی‌نقص بودن همراه شود.

این روانشناس افزود: در چنین فضایی، کودک گمان می‌کند برای پذیرفته‌شدن باید کامل باشد. این نگرش نه تنها او را کمال‌گرا می‌کند، بلکه باعث می‌شود به دلیل ترس از قضاوت، از تجربه‌های جدید اجتناب کند. سخت‌گیری افراطی رابطه کودک با والدین را نیز تضعیف می‌کند؛ چرا که کودک به جای حل مساله، اشتباهاتش را از ترس واکنش والدین پنهان می‌کند. هدف اصلی باید ایجاد «نظم همراه با امنیت عاطفی» باشد؛ جایی که کودک بداند اشتباه، به معنای از دست دادن محبت یا طرد شدن نیست.

تازه‌های علمی

زباله‌های پلاستیکی در تاریکی اعماق اقیانوس پیدا شدند

بخشی از آنها ممکن است به مرور زمان به موجودات دریایی یا ذرات دیگر بچسبند و به سمت پایین حرکت کنند.

دره‌های زیردریایی نیز می‌توانند در انتقال رسوبات و مواد مختلف از بخش‌های کم‌عمق‌تر به اعماق اقیانوس نقش داشته باشند. جریان‌های آب و حرکت رسوبات می‌توانند مواد سبک‌تر و سنگین‌تر را در امتداد این دره‌ها جابه‌جا کنند.

به همین دلیل، اعماق اقیانوس را نمی‌توان محیطی جدا از آنچه روی سطح زمین اتفاق می‌افتد در نظر گرفت.

تصاویر جدید نشان می‌دهند آلودگی پلاستیکی تا دورترین بخش‌های اقیانوس نیز رسیده است. البته پژوهشگران تأکید دارند که این بررسی تنها بخش محدودی از یک منطقه بسیار بزرگ را پوشش داده و نمی‌توان بر اساس آن درباره میزان کل زباله‌های موجود در دره مار دل پلاتا یا دیگر دره‌های زیردریایی قضاوت کرد.

با این حال، همین مشاهدات یک نکته مهم را روشن می‌کند. زباله‌ای که وارد دریا می‌شود ممکن است سفر بسیار طولانی‌تری از چیزی که تصور می‌کنیم داشته باشد. ممکن است یک تکه پلاستیک از ساحل یا یک کشتی وارد آب شود و سرانجام هزاران متر پایین‌تر، در تاریکی کامل کف اقیانوس آرام بگردد.

اقیانوس عمیق زمانی یکی از دورافتاده‌ترین محیط‌های طبیعی زمین به شمار می‌رفت. تصاویر تازه نشان می‌دهند حتی در آنجا نیز ردپای انسان پیدا می‌شود.

پروژه: تراش آسفالت، قیرپاشی، حمل، پخش و اجرای آسفالت معابر سطح شهر زاهدان

کارفرما: شهرداری زاهدان



آگهی تجدید ارزیابی کیفی و برگزاری تجدید

مناقصه عمومی پیمانکاران به صورت همزمان -۵-

شهرداری زاهدان در نظر دارد به استناد ماده (۴) قانون برگزاری مناقصات به شماره ۶۷۴۹۰ مورخ ۱۳۸۳/۱۱/۲۶ تجدید مناقصه عمومی یک مرحله‌ای همزمان با ارزیابی کیفی پروژه «تراش آسفالت، قیرپاشی، حمل، پخش و اجرای آسفالت معابر سطح شهر زاهدان» را برگزار کند. در این راستای اجرای بخشنامه شماره ۱۴۰۱/۱۶۷۱۰۸ مورخ ۱۴۰۱/۰۴/۱۱ از کلیه شرکت‌های دارای گواهینامه صلاحیت پیمانکاری از سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی کشور در رشته راه و ترابری حداقل در پایه ۵ (پنج) دعوت می‌شود نسبت به دریافت اسناد تجدید ارزیابی کیفی و مناقصه جهت پروژه فوق اقدام نمایند.

۱- محل تأمین اعتبار: درآمدهای عمومی شهرداری زاهدان می‌باشد.

عنوان برنامه: بهبود عبور و مرور شهری	شماره برنامه: ۸۴۰۲
عنوان طرح: لکه گیری، ترمیم و نکه داری آسفالت و ابنیه	شماره طرح: ۸۴۰۲۲۰۴
عنوان پروژه: زیرسازی و آسفالت وجدولگذاری معابر سطح شهرو تکمیل پروژه های نیمه تمام سال گذشته	کدپروژه: ۴۰۲۲۰۴۴۰۰۰۴
موضوع پیمان "تراش آسفالت، قیرپاشی، حمل، پخش و اجرای آسفالت معابر شهر زاهدان" به مساحت حدود ۱۰۰ هزار مترمربع مطابق مشخصات زیر:	
• جهت دریافت مشخصات فنی به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت مراجعه نمایید.	

۲- کارفرما: شهرداری زاهدان به نشانی زاهدان - خیابان آزادی به شماره کد پستی ۹۸۱۳۶۷۳۱۵۷ - تلفن ۰۵۴-۳۳۲۲۴۰۶۴

۳- مناقصه گزار: مدیریت حقوقی و امور قراردادهای شهرداری به نشانی زاهدان- خیابان امیرالمومنین - مجتمع طبقاتی سعدی- بلوک اول- طبقه سوم- تلفن: ۰۵۴-۳۳۲۱۳۱۸۰

۴- موضوع تجدید مناقصه: تراش آسفالت، قیرپاشی، حمل، پخش و اجرای آسفالت معابر سطح شهر زاهدان به مساحت ۱۰۰ هزار مترمربع

۵- مدت انجام : ۵ (پنج) ماه شمسی

۶- محل انجام : معابر سطح شهر زاهدان

بسرآورد اولیه (ریال): براساس دفترچه فهرست بهاء پایه رشته راهداری سال ۱۴۰۴ با احتساب کلیه ضرایب متعلقه مبلغ ۱۰۲،۱۵۱،۱۴۹،۳۲۰ (یکصد و دو میلیارد و یکصد و پنجاه و یک میلیون و یکصد و نه هزار و سیصد و بیست) ریال می‌باشد.

۷- محل دریافت اسناد ارزیابی کیفی و مناقصه: دریافت اسناد از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد. جهت دریافت اطلاعات بیشتر در خصوص اسناد و پاسخگویی به سوالات و ابهامات توسط مدیریت حقوقی و امور قراردادهای شهرداری زاهدان به نشانی زاهدان-خیابان امیرالمومنین - مجتمع طبقاتی سعدی- بلوک اول- طبقه سوم- تلفن: ۰۵۴-۳۳۲۱۳۱۸۰ انجام می‌گیرد. قیمت اسناد ۵۰۰۰۰۰ ریال است که باید به حساب شماره ۲۵۰۰۱۴۹۹۴۱ بانک تجارت شعبه زاهدان به نام درآمد شهرداری زاهدان واریز شده و رسید آن به فروشنده اسناد تحویل شود.

۸- محل تحویل اسناد: علاوه بر اینکه کلیه مراحل برگزاری ارزیابی کیفی از دریافت اسناد تا ارائه آن و بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد؛ لازم به ذکر است کلیه اسناد دریافتی تکمیل و لاک و مهر شده باید به دبیر خانه شهرداری مرکز زاهدان واقع در خیابان آزادی به شماره کد پستی ۹۸۱۳۶۷۳۱۵۷ - تلفن ۰۵۴-۳۳۲۲۴۰۶۴ تحویل گردد.

۹- پاکات لفاف که به مناقصه گزار تسلیم می شود شامل:

پاکت ۱: اسناد و مدارک مربوط به ارزیابی کیفی

پاکت ۲: حاوی پاکت الف تضمین شرکت در فرایند ارجاع کار

پاکت ب (کلیه اسناد مناقصه اخذ شده و تکمیل شده توسط پیمانکار) و پاکت ج (پیشنهاد مناقصه گر بر اساس شرایط مناقصه) در سامانه بارگزاری می شوند.

۱۰- تمام اسناد مناقصه از جمله این دعوت‌نامه باید به مهر و امضای مجاز تعهدآور پیشنهاد دهنده برسد و همراه با پیشنهاد قیمت تسلیم شود.

شهرداری زاهدان

سندوبرگ سبز سواری پژو ۴۰۵ رنگ قره‌ای متالیک مدل ۱۳۹۴ شماره پلاک ۱۱۲۵۱۹۶ ایران ۴۹ شماره موتور ۴۹۸۰۶۷ ۱۲۴K شماره شاسی NAAM۰۱CA۰۰ER۰۶۱۳۲۸ به نام فرحناز ایزدی مفقود گردیده و فاقد اعتباری می باشد

سند و برگ سبز و کارت ماشین سواری پراید مدل ۱۳۸۷ رنگ قره ای شماره پلاک ۱۶۱۵۸۱۳ ایران ۶۳ شماره موتور ۲۵۹۱۲۵۵ M۱۳/۲ شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۷۸۳۰۱۹۱ به نام مهرداد امینی مفقود گردیده و فاقد اعتبار می باشد.

با حضور وزیر نیرو صورت گرفت؛

آیین بهره‌برداری از فاز نخست پروژه خطوط انتقال آب رینگ بین مخازن غرب به جنوب شیراز



میزان از سال ۹۲ تا ۱۴۰۲ از مجموع ۳۰ میلیون یورو بود. وی طرح امروز را از مطالبات دیرینه مردم شیراز خواند که تاب‌آوری شهر را بالا می‌برد، عدالت کمی و کیفی ایجاد می‌کند و با پدافند غیرعامل همراه است و ظرفیت تأمین آب سطحی استان را از ۹۰۰ لیتر به ۳۰۰۰ لیتر بر ثانیه می‌رساند.

همچن بهره‌ری، مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب شیراز نیز با اعلام بهره‌برداری فاز اول رینگ ابرسانی شیراز، گفت: طول کل این رینگ ۱۲۲ کیلومتر است که بخشی از آن در سال‌های گذشته اجرا شده و ما در دو سال گذشته حدود ۲۴ کیلومتر از این خط را با اعتبار ۱۳۷۲ میلیارد تومان و به اقطار مختلف اجرا کردیم.

وی افزود: فاز اول رینگ اصلی که از خط دوم آبرسانی شیراز و سد درودزن تأمین می‌شود، ظرفیت انتقال آب را از ۹۰۰ لیتر به ۳۰۰۰ لیتر در ثانیه افزایش می‌دهد و از ظرفیت کامل خط دوم آبرسانی می‌توان بهره‌برداری کرد. این طرح تاب‌آوری شبکه را افزایش می‌دهد، عدالت توزیع کیفی بین مردم ایجاد می‌کند و امکان حذف ایستگاه پمپاژ اصلی به مصرف حدود ۲ مگاوات برق را فراهم می‌سازد.

بهره‌ری ادامه داد: آبشار شیراز ۹۶۰ هزار مشترک دارد که ۷۰ هزار مشترک روستایی و مابقی در شهر شیراز هستند؛ رشد سالانه مشترکین شهر شیراز ۳۶ هزار مشترک است و در نیمی از امسال بالغ بر ۱۶ هزار مشترک جدید به شبکه اضافه شده است. مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب شیراز در پایان با اشاره به خسارات وارد شده به تأسیسات در دوران جنگ، از آسیب دیدن دکل‌های ایستگاه تله‌متری، خطوط انتقال آب و فاضلاب و یک حلقه چاه در ایستگاه پمپاژ خبر داد و گفت: همکاران من این مشکلات را در کوتاه‌ترین زمان برطرف کردند؛ ضمن اینکه هشت سناریو برای شرایط جنگ تعریف کرده‌ایم تا در صورت وقوع هر اتفاق، واکنش از پیش تعریف‌شده داشته باشیم. گفتنی است قبل از این مراسم وزیر نیرو و استاندار فارس به همراه مدیرعامل شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور از سامانه‌های تصفیه فاضلاب غرب شهر صدر، به‌عنوان طرحی دانش‌بنیان، بازدید کردند. تصفیه فاضلاب غرب شهر صدر معضل دیرینه شهر ۳۲۰ هزار نفری صدر را بطور چشمگیری حل کرد؛ بخش قابل توجهی از طرح‌های افتتاح‌شده در هفته دولت مربوط به صنعت آب و برق استان و با رویکرد عدالت و توسعه متوازن بوده است.



بهره‌برداری رسیده و آسیب‌های وارد شده به تأسیسات آب در جریان جنگ اخیر نیز در کوتاه‌ترین زمان ممکن ترمیم شده و به مدار خدمت بازگشته است.

هاشم امینی، مدیرعامل شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور نیز شرکت‌های آب و فاضلاب شیراز و فارس را از پنجمارک‌های (الگوی برتر) صنعت آب و فاضلاب کشور از حیث کیفیت و کمیت خدمات، نواوری، فناوری و پرسنل باانگیزه دانست و اظهار داشت: در جنگ تحمیلی ۱۲ روزه، پنج نفر از همکاران صنعت آب و فاضلاب به شهادت رسیدند و ۲۵ نفر جانباز شدند، اما نگذاشتند آب مردم قطع شود.



وی با اشاره به قانون برنامه هفتم توسعه در حوزه بازچرخانی آب شیراز گفت: از ۸۷ میلیون مترمکعب هدف، بیش از ۵۰ میلیون مترمکعب عملیاتی شده است؛ ابی که قرار بود سفره‌های آب زیرزمینی را الوده کند، امروز به کیفیت آب شرب رسیده و می‌توان چرخ صنعت را با آن به گردش درآورد. تلاش‌هایی نیز در حوزه هوش مصنوعی، سیستم‌های اسکادا و نیروگاه‌های خورشیدی صورت گرفته است. مدیرعامل شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور تصریح کرد: استان فارس تنها استانی است که در دولت چهاردهم و در شرایط جنگ و تحریم، ۵۰ میلیون یورو اعتبار از بانک توسعه اسلامی جذب کرده؛ در حالی که این



وی گفت: امروز جامعه بیش از هر زمان دیگر نیازمند ارتقای سرمایه اجتماعی است و شیوه مدیریت اجرایی باید حل مشکلات مردم و پشتیبانی از بروز تنش‌های اجتماعی را هدف قرار دهد. استاندار فارس تکمیل پروژه‌های کلان را در شرایط ویژه کشور از افتخارات مدیریت استان دانست و گفت: پروژه تصفیه‌خانه فاضلاب شهر صدر، در سخت‌ترین شرایط نبرد تاریکی و زیر بارش موشک‌های دشمن، بدون وقفه پیگیری و اجرا شد و بهره‌برداری از آن بازتاب بسیار مثبت و ارزشمندی در میان افکار عمومی داشت.



پروژه عمرانی با اعتباری بالغ بر ۹۰ هزار میلیارد تومان در هفته دولت یادآور شد؛ بخش عمده‌ای از این اعتبارات به طرح‌های زیرساختی آب و برق اختصاص یافته و تمامی این اقدامات با محوریت عدالت، توسعه متوازن و بر اساس شاخص‌های علمی صورت گرفته است.

شایان ذکر است: طرح رینگ انتقال آب بین مخازن غرب به جنوب شیراز در مجموع ۱۲۴ کیلومتر طول دارد که با تکمیل آن، ظرفیت انتقال آب به میزان سه هزار لیتر بر ثانیه افزایش یافته و موجبات پایداری شبکه و توزیع عادلانه آب را فراهم می‌سازد.

در فاز نخست این طرح، ۲۴ کیلومتر خط انتقال طی دو سال به



با حضور وزیر نیرو، استاندار فارس و مدیرعامل شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور، فاز اول خطوط انتقال آب رینگ بین مخازن غرب به جنوب شیراز افتتاح شد

مراسم افتتاح فاز اول بهره‌برداری از خطوط انتقال آب رینگ بین مخازن غرب به جنوب شیراز با اعتبار ۱۳۷۲ میلیارد تومان و با حضور وزیر نیرو، استاندار فارس و مدیرعامل شرکت مهندسی آب و فاضلاب کشور برگزار شد. استاندار فارس، در آیین بهره‌برداری از فاز نخست پروژه رینگ ابرسانی شیراز مهر بحران آب و ارتقای پایداری شبکه را محصول برنامه‌ریزی علمی و تلاش شبانه‌روزی خادمان مردم دانست و تأکید کرد: تکمیل طرح‌های کلان زیرساختی در شرایط حساس، نماد صلابت مدیریتی و پاسخ شایسته به مطالبات افکار جامعه است.

حسینعلی امیری در این مراسم با قدرانی از حضور اعضای هیأت دولت و قدرانی از تلاش‌های خستگی‌ناپذیر مجموعه صنعت آب استان گفت: از مدیر عامل آبشار شیراز و مجموعه مدیریت آب استان تشکر می‌کنم؛ پیش از پاییز ۱۴۰۳ یکی از مشکلات استان، تنش آبی بود که با مدیریت و برنامه‌ریزی مدیران بخش آب، امروز در استان بحران آب نداریم؛ در برخی نقاط تنش وجود دارد اما بحران نداریم.

وی افزود: تا پاییز سال گذشته، تنش آبی یکی از چالش‌های اساسی استان محسوب می‌شد و حتی شاهد تجمع و اعتراض مردم در مقابل استانداری و شرکت‌های آب بودیم؛ اما امروز با مدیریت کارآمد و برنامه‌ریزی دقیق، بحران آب در استان به‌طور کامل مهار شده و تنها در برخی مناطق محدود با تنش‌های موضعی مواجه هستیم. استاندار فارس با ابراز رضایت از عملکرد مدیران آب و فاضلاب شیراز، آب منطقه‌ای استان و آب و فاضلاب شهری و روستایی، قدرانی از خدمات این مسئولان را تکلیفی اخلاقی دانست و افزود: به استثنای پروژه آبرسانی شهرستان خرامه که به دلیل شرایط جنگی دچار وقفه شده و مدیرعامل شرکت آب منطقه‌ای قول مساعد برای شتاب‌بخشی به روند اجرای آن داده است، سایر طرح‌های آبی استان با پیشرفتی مطلوبی در حال اقدام است. امیری با ریشه‌یابی مدیریت منابع آب و اشاره به آزادسازی آب در حوزه انتخابی شهرستان‌های مرودشت، باستان‌گاد و ارسنجان خاطرنشان کرد: الگوی مدیریت منابع آب در استان به‌گونه‌ای تنظیم شده که علاوه بر تأمین آب مورد نیاز کشاورزان برای کشت و کار، پایداری فعالیت بخش صنعت نیز حفظ شود.

