روزنامه کارون

یکشنبه ۱۶ خرداد ۱۳۹۵
سال بیست و یکم
شماره ۳۶۹۸

رفتارهای مخرب، یکی از علائم مهم شکست در ازدواج؛

ترانه عشق ما چرا این همه تاریک است

سعیدنیا https://telegram.me/MaryamPardis

آنچه اغلب پیوند ازدواج را از هم می‌گسلد، نه ناسازگاری است و نه فقدان عشق؛ بلکه رفتار مخربی است که زن و مرد کمی پس از ازدواج در پیش می‌گیرند.

کافی است فقط یکبار به خود اجازه دهند که حرمت رابطه و همسر خود را بشکنند، بعد از آن، این رفتار مخرب ادامه خواهد یافت و زن و مرد به این رفتارهای تخریب‌گرایانه ادامه می‌دهند. ادامه این رفتارها باعث می‌گردد پس از گذشت مدت زمانی، هر دو احساس بدبختی کنند. با گذشت زمان و ادامه رفتارهای تخریب‌گرایانه، زندگی بسیاری از زوج‌ها به جدایی کشیده می‌شود، اما اکثریت آنها به زندگی مشترک‌شان با آهنگی یکنواخت و ملال آور ادامه می‌دهند و برای تحمل این زندگی غیرقابل تحمل به مشروبات الکلی، مصرف موادمخدر، پرخوری، یا ارتباطات نامشروع روی می‌آورند! ارتباط زناشویی و ازدواج ماهیتاً سرچشمه عمده ناخشنودی‌ها و اختلالات روحی و روانی است. هیچ ارتباط دیگری مانند ازدواج نمی‌تواند انسان را برای یک عمر به یک نفر دیگر قفل کند! زنان و مردان بسیاری در طول زندگی‌شان حداقل برای یکبار هم که شده به چیزی مانند ازدواج و تشکیل خانواده و متعهد شدن فکر کرده‌اند، حتی اگر تمایل جدی به این کار نداشته‌اند! دلیلش هم این است که بسیاری از آنها به طور ناخودآگاه یا خودآگاه می‌دانسته‌اند ازدواج رابطه‌ای تعهدآور، دشوار و پر مسئولیت است که آزادی آدم را محدود می‌کند و به سادگی نمی‌توان از آن خلاص شد! اما با این وجود بسیاری از زن و مردها به یکدیگر علاقمند می‌شوند و ازدواج می‌کنند و در آخر نیز همانی می‌شود که همیشه از آن می‌ترسیدند: گیر افتادن در یک رابطه محدودکننده و خفقان آور که نه راه پیش برای فرد باقی می‌گذارد و نه راه پس! ازدواج به دلیل بیش از هر ارتباط دیگری طرفین را مقید و محدود به یکدیگر می‌سازد. همچنین زوجین نسبت به هر ارتباط دیگری از حق اشتباه کمتری برخوردارند. آنچه دو فرد باید پیش از ازدواج بدانند، این است که از اثرات بلند مدت ازدواج به سادگی نمی‌توان رها شد. اما متأسفانه زندگی مشترک را با تمام دشواری‌ها و حساسیت‌هایی که دارد اغلب افرادی به سادگی آغاز می‌کنند که هیچکدام از این حقایق را نمی‌دانند، یا اگر می‌دانند خودشان را می‌زنند به ندانستن، یا تظاهر می‌کنند به خوش بینی و به این که انشاءا... مشکلی پیش نمی‌آید و همه چیز به خوبی و خوشی سپری خواهد شد! آنها نمی‌دانند ازدواج، قدم گذاشتن در یک شراکت کاری و یک معامله دو طرفه است که معمولاً جزئیات این قرارداد شفاف مطرح نمی‌شود و نحوه برخورد با مشکلات احتمالی به صورت احتمالی به صورت مکتوب ذکر نمی‌شود و فرد زیر چیزی را امضا می‌کند که نمی‌داند دقیقاً چیست! بسیاری از عشاق یا زوجین هنگامی که با یکدیگر پیمان ازدواج می‌بندند ظاهراً عاشق یکدیگرند و وقتی ارتباط جنسی را آغاز می‌کنند احساس می‌کنند تاکنون اینقدر در زندگی احساس خوشبختی نکرده‌اند. در ادامه این سرخوشی خلسه‌آور هرگز باورشان نمی‌شود که در کمتر از پنج سال خود را در گرداب یک رابطه ملال آور خواهند یافت که به سختی می‌توانند خود را از آن خلاص کنند! بسیاری از این زوجین به خاطر همه مزایای دیگری که ازدواج نصیب‌شان می‌کند، تاکنون کنار هم باقی مانده‌اند و به سمت جدایی و طلاق نرفته اند، اما حال‌شان نیز خوب نیست. در واقع، ازدواج‌های بسیاری پایدار می‌مانند و به طلاق و جدایی قانونی ختم نمی‌شوند، اما سال‌ها است که دچار طلاق عاطفی هستند و با دلسردی و دلزدگی و بدون کیفیت ادامه می‌یابند. ایجاد و حفظ یک رابطه زناشویی موفق (که در عین پایداری کیفیت عاشقانه اش را نیز از دست نداده باشد)، کار دشواری است، که از عهده خیلی‌ها بر نمی‌آید! تقریباً بیش از نصف افرادی که ازدواج می‌کنند، با هر ضرب و زور و دوز و کلک و سوختن و ساختن و انجام فداکاری و وظیفه شناسی، بالاخره زندگی مشترک‌شان را یکجوری برای یک عمر حفظ می‌کنند، اما از این تعداد افراد بسیار کمی یافت می‌شوند که روزهای زندگی مشترک‌شان را با صمیمیت و عشق و رابطه‌ای صادقانه و رفیقانه و بی کلک با همسرشان طی کنند و آن را با وجود دشواری‌ها به سلامت به سر منزل مقصود برسانند. در بین تمامی روابط مختلفی که بین زن و مرد برقرار می‌شود، زندگی مشترک پایدار و عاشقانه، کمیاب‌ترین و نادرترین نوع رابطه است که به آسانی به دست نمی‌آید. زوجین ناخشنود بسیاری هستند که برای دریافت کمک و نجات رابطه‌ای که سقوط کرده، وقت و پول خود را صرف یافتن راهی برای احیای زندگی مشترک‌شان می‌کنند و برای رسیدن به خواسته‌هایشان به هر گونه متخصص روانشناس، مشاور ازدواج، روانپزشک، روانکاو و حتی دعانویس و جادو و جنبل متوسل می‌شوند، اما اغلب این راه‌ها به بن بست می‌رسد، زیرا آنها اغلب به دنبال راهی می‌گردند تا ثابت کنند مقصر اصلی شکست رابطه و حال بدشان همسرشان است و این همسرشان است که باید خود را اصلاح کند تا همه چیز رو به راه شود و نه آنها! آنها این حقیقت را نادیده می‌گیرند که، در هر ارتباطی از هر نوعی که باشد، هر کس مسئولیت خاص خودش را دارد و هر کس صرفاً می‌تواند خود را تغییر دهد و نه هیچ کس دیگر را. دلیل عدم موفقیت اغلب زوج‌ها در زندگی مشترک شان، به سنتی بر می‌گردد که به آن خصلت «کنترلگری» می‌گویند، و متأسفانه تعداد این گونه افراد که با زور و فشار و اجبار و از طریق کنترل گری می‌خواهند همسرشان را به مسیر خودشان بکشانند و او را در جهت خواست خودشان تغییر دهند و او را وادار به انجام کارهای مورد علاقه خود بکنند. اغلب افراد به دلیل این عادت کنترلگری و سلطه جویی است که در کنار آمدن با دیگران دچار مشکل می‌شوند. این عادت منحصر به ازدواج نیست، اما در زندگی زناشویی به بدترین و شدیدترین شکل ممکن خود را نشان می‌دهد. باور نامعقولی که در ذات کنترلگری و سلطه جویی وجود دارد، این است که: وقتی حال من بد است، دیگران (همسرم) مقصر اصلی آن است. من خود مسئول چنین احساسی نیستم، بلکه این دیگران (همسرم) و حوادث بیرونی هستند که مقصرند و یا سرنوشت و یا طالع و مغز ما از لحاظ ساختاری به نحوی است که بدون این که ما بخواهیم، این مشکلات را ایجاد می‌کند. بنابراین، من باید کاری کنم که دیگران (همسرم) را مجبور به انجام کارهای مورد علاقه خودم کنم تا حالم خوب شود!" در این باور نامعقول و کودکانه که عده بسیاری به آن باور دارند، هرگز علت بدبختی ما، نحوه انتخاب و حماقت‌ها و اشتباهات خودمان در نظر گرفته نمی‌شود بلکه علت اصلی آن اشتباهات، دیگران و نحوه رفتار دیگران شناخته می‌شود! افرادی که از زندگی مشترک‌شان ناراضی اند، متوسل به کنترلگری می‌شوند و می‌گویند: تقصیر من نیست. همسرم عامل تمام این بدبختی‌هاست و من وظیفه خود می‌دانم هر کاری که می‌توانم برای تغییر رفتاهای او در قبال خود انجام دهم، هر چند به قیمت جان او تمام شود! برای انجام این کار نیز (تغییر رفتار همسر) از یکسری رفتارهای کلیشه‌ای و مخرب استفاده می‌کند که به آنها می‌گویند هفت عادت مخرب خصلت کنترلگری. این رفتارها را کلیشه‌ای می‌نامند زیرا غریزی‌ترین و ساده‌ترین و بدوی‌ترین و ابتدایی‌ترین کارهایی هستند که در مواقع بروز مشکل افراد به آنها متوسل می‌شوند و تقریباً افراد هر روز و هر روز این رفتارها را تکرار می‌کنند، بدون آن که فکر کنند این رفتارها تا چه حد عامل بدبختی برای خودشان و دیگران هستند. هفت عادت مخرب خصلت کنترلگری که در روابط اغلب افراد به ویژه زوجین دیده می‌شود عبارتند از: ۱) عیب‌جویی و انتقاد / ۲) سرزنش و تحقیر / ۳) شکایت و گلایه / ۴) نق زدن و غرغر کردن / ۵) تهدید / ۶) تنبیه / ۷) دادن رشوه، حق حساب یا باج گیری عاطفی برای تحت کنترل در آوردن دیگری. این عادت به شدت مخرب هستند و حتی اگر فقط یکی از آنها در رابطه‌ای وجود داشته باشد و برای مدت طولانی انجام شود، کیفیت رابطه و زندگی مشترک را از بین می‌برد.

ممکن است زوجی از این عادات مخرب هر روز استفاده کنند اما کارشان به طلاق نکشد، اما مطمئناً در شرایط بسیار بدی به سر می‌برند که روز به روز نیز بدتر خواهد شد. اگر از افراد خواسته شود که سعی کنند تا یک روز از انجام این عادات در مراودات و روابط خود خودداری کنند به نظرشان کار محال و غیرممکنی به نظر می‌رسد! البته واقعاً هم کار دشواری است، زیرا همان طور که گفتیم انجام این رفتارها در مواقعی که همسرتان همان گونه که شما می‌خواهید رفتار نمی‌کند و حرص‌تان را در می‌آورد انجام یکی این عادات مخرب ساده‌ترین و غریزی‌ترین و دم دست‌ترین رفتاری است که از ما می‌تواند سر بزند! انجام رفتاری عاقلانه، منطقی و مؤدبانه در چنین مواقعی کاری نیست که از عهده هر کسی بر آید، اما برای این که بتوانیم روابط انسانی تری داشته باشیم و عزت نفس و اعتماد به نفس خودمان و همسرمان را تخریب نکنیم، باید بتوانیم که این عادات مخرب و دم دست را کنار بگذاریم. سبک شخصیت افراد، محیط خانوادگی که در آن رشد کرده اند، الگوی رفتاری پدر و مادر، سطح اضطراب و بی قراری زوجین و کیفیت عزت نفس و اعتماد به نفس آنها، در کیفیت رابطه زناشویی بسیار تأثیر گذار است. زن و مردی که شخصیت عصبی و پرخاشگر، بددهان، سلطه جو، کنترلگر، بدبین و شکاک، مضطرب، وابسته، خودشیفته، حسود و مالکیت طلب دارند، احتمال این که از این هفت عادت مخرب کنترلگری استفاده کنند بیشتر است. این افراد به دلیل رفتارهای مخرب و دستکاری هیجانی همسرشان رابطه زناشویی را دچار مشکل می‌سازند. آنها دوست دارند این طور فکر کنند که توسط همسرشان درک نمی‌شوند و به اندازه کافی مورد قدردانی و تقدیر و دوست داشتن و عشق قرار نمی‌گیرند و بعد شروع می‌کنند به استفاده از این عادات مخرب، تا به عشق و محبتی که فکر می‌کنند لیاقتش را دارند برسند (که اغلب نیز نمی‌رسند!).

یکی از خصایص اصلی این افراد این است که به جای پرداختن به نیازهای همسر و ارضای خواست‌های او، مدام خواست‌ها و نیازهای خودشان را مطالبه می‌کنند و تمرکز شدید بر این دارند که همسرشان را از دست ندهند و این تمرکز مضطرب و نگران‌شان می‌کند. این هر دو مورد (بی توجهی به نیازهای همسر و تمرکز بر افکار پریشان کننده خود) موجبات تعارضات اساسی را در رابطه مشترک فراهم می‌آورد. تنها راه نجات ازدواج و روابط همسران کنار گذاشتن رفتارهای مخرب کنترلگری و آزاد گذاشتن همسر است، تا همانی باشد که هست و می‌خواهد باشد. اگر نمی‌توانید همسرتان را به همین گونه‌ای که هست بپذیرید و احترام بگذارید و دوست داشته باشید اصلاً چرا با او ازدواج کرده‌اید؟ و اگر بعد از ازدواج فهمیده‌اید او همانی که می‌خواهید نیست چرا هنوز به زندگی مشترک با او ادامه می‌دهید؟! بسیاری از افراد خام اندیشانه و ساده لوحانه فکر می‌کنند با ازدواج می‌توانند همه آنچه را که می‌خواهند به دست آورند، در حالی که نمی‌دانند نه تنها چیزی به دست نمی‌آورند بلکه تمام آنچه را که داشته‌اند نیز از دست خواهند داد!

دلایل ازدواج در سنین پایین تشریح شد؛

۱۷ درصد دختران قبل از ۱۸ سالگی ازدواج می‌کنند

معاون پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی سازمان بهزیستی کشور با بیان اینکه ازدواج کودکان تبدیل به یک مسئله جهانی شده است عنوان کرد: طبق آخرین آمار، ۷۰۰ میلیون زن در جهان هستند که در سنین کودکی ازدواج کرده‌اند.

شیرین احمدنیا با بیان اینکه بر اساس آمارها در کشورهای در حال توسعه از هر سه دختر یک نفر قبل از ۱۸ سالگی ازدواج می‌کند، به ۲۰ کشوری که بالاترین نرخ شیوع ازدواج کودکان در آن‌ها وجود دارد، اشاره کرد و گفت: کشورهایی مانند نیجر، آفریقای مرکزی، چاد، بنگلادش، سودان جنوبی، مالی، بورکینافاسو، مالی، گینه، موزامبیک و غیره جز این ۲۰ کشور هستند. این استاد دانشگاه در ادامه ضمن بیان اینکه در ایران نیز تقریبا حدود ۱۷ درصد دختران پیش از رسیدن به سن ۱۸ سالگی ازدواج کرده‌اند، افزود: طبق آمار یونیسف؛ سه درصد از دختران هم پیش از رسیدن به سن ۱۵ سالگی ازدواج می‌کنند. وی در ادامه با بیان اینکه سن ازدواج قانونی در ایران برای دختران ۱۳ سال و برای پسران ۱۵ سال در نظر گرفته شده است گفت: گروهی از پدر و مادرها نیز با عنوان حفاظت از دخترانشان و جلوگیری از درگیری آنها با موضوعات جنسی، دختران خود را در سنین پایین شوهر می‌دهند. وی همچنین با اشاره به اینکه گاهی این موضوع به نسبت‌های فرهنگی و هم‌چنین نقش‌های جنسیتی نیز بر می‌گردد، ادامه داد: در جوامعی که این موضوع رواج دارد در بسیاری از موارد دختران به اندازه پسران از ارج و قرب برخوردار نیستند و بیشتر به عنوان یک بار اضافی تلقی می‌شوند، باری که باید هر چه زودتر آنها را رد کنند. احمدنیا یکی دیگر از دلایل ازدواج کودکان را موضوع فقر و تلاش خانواده‌ها برای کاهش هزینه‌ها عنوان کرد و گفت: در این نگاه دختر زود شوهر داده می‌شود تا یک نانخور از جمعیت خانواده کاسته شود. وی به تشریح دلایل مخالفت با ازدواج کودکان پرداخت و یکی از دلایل این موضوع را ایمنی مادران عنوان کرد و افزود: وقتی ازدواج در سن پایین صورت می‌گیرد به تبع آن و با توجه به فشارهای فرهنگی بر این کودکان، بارداری زودرس نیز اتفاق می‌افتد؛ در حالی که بدن مادر نوجوان هنوز کاملا رشد نکرده، به بلوغ نرسیده است و در شرایط بارداری، زایمان و شیردهی، بقاء و سلامت مادر و کودک هر دو به خطر می‌افتد. وی با بیان اینکه در حال حاضر تعداد زنانی که در کشور دارای تحصیلات عالی و تکمیلی هستند رو به افزایش است، ادامه داد: بازار کار آن‌ها را جذب نمی‌کند و سقف شیشه‌ای در برابر حضور زنان در بازار کار و عرصه سیاست وجود دارد. احمدنیا با بیان اینکه دخترانی که در سنین پایین ازدواج می‌کنند نقش‌هایشان محدود به نقش‌هایی چون همسر و مادر می‌شود و در نتیجه دایره دوستان و اطرافیانشان کاهش پیدا کرده و حیطه حامیانشان فقط به خانواده و دوستان صمیمی‌شان محدود می‌شود، به موضوع کاهش عزت نفس و اعتماد به نفس در بین این زنان نیز اشاره کرد و افزود: آن‌ها به دلیل عدم استقلال مالی به شوهرانشان وابسته هستند و به نوعی با یک حس عدم امنیت روبرو هستند. وی گفت: موضوع مقابله با ازدواج کودکان باید به فراتر از خانواده‌ها منتقل شود زیرا این یک مسأله اجتماعی مانند خشونت خانگی است و یک مسئله خصوصی نیست. احمدنیا در بخشی دیگر از سخنان خود با بیان اینکه توانمندشدن دختران باعث افزایش دانش و مهارت آن‌ها می‌شود افزود: در پی این موضوع این زمینه فراهم می‌شود که آنها به حقوقشان آگاه‌تر شوند و شبکه‌های حمایتی گسترده‌تری برای خود ایجاد کنند.

احمدنیا با بیان اینکه حدود ۸۵ درصد از این زنان همسرانشان معتاد هستند، افزود: تعدادی از این زنان برای تامین مخارج زندگی خود در سر چهارراه‌ها، گل فروشی یا دست فروشی می‌کنند. وی همچنین به رواج معضل «کودک بیوه» نیز اشاره کرد و گفت: در همین راستا ما با دخترانی روبرو هستیم که مثلا در سن ۱۲ سالگی ازدواج کردند و در سن ۱۳، ۱۴ سالگی نیز طلاق گرفته‌اند و اکنون با انواع مشکلات روحی روبرو هستند.

وی با بیان اینکه در بسیاری از موارد، این گونه ازدواج‌ها ثبت رسمی نمی‌شوند افزود: در این فرایند با کودکانی روبرو هستیم که بر اثر فشار خانواده‌هایشان و بر اساس اجبار مجبور به کار در خیابان‌ها هستند؛ مادران آن‌ها کسانی هستند که در سن پایین ازدواج کرده‌اند، کودک کار بوده‌اند در سن کم مادر شده‌اند و کودک آن‌ها برای فرار از خشونت خانه و قرار نگرفتن در چرخه تکراری مورد اشاره بعضا به همراه پسری فرار می‌کنند، در حالیکه نسبت به انواع خشونت‌های دیگری که با آن روبرو خواهند بود، اطلاعی ندارند. احمدنیا در عین حال تاکید کرد: موضوع ازدواج در سن کم فقط مربوط به دختران نیست و در برخی مواقع شاهد ازدواج پسران در سن کم نیز هستیم.

نباید منتظر آشکار شدن آسیب‌ها بمانیم

رییس هیات مدیره انجمن روانشناسی ایران با تاکید بر اینکه نباید منتظر آشکار شدن آسیب‌ها بمانیم، گفت: جای مددکاری به موقع، روانشناسی و مشاوره در مدارس خالی است.

شیوا دولت آبادی با اشاره به اینکه سلامت روان از طرف مسئولان وزارت بهداشت مورد توجه قرار نمی‌گیرد، گفت: معمولا درصد خیلی کمی از بودجه سلامت کشور به موضوع سلامت روان اختصاص پیدا می‌کند و بخش زیادی از این بودجه کم نیز برای بهداشت و سلامت بیماران روانی صرف می‌شود. وی نقش مدرسه را در وضعیت حساس کودکان و نوجوانان بسیار با اهمیت برشمرد و گفت: جای مددکاری به موقع، روانشناسی و مشاوره در مدارس خالی است، در حالی که این موضوع بسیار برای پیشگیری از آسیب‌های روانی کودکان و نوجوانان پراهمیت است. وی ادامه داد: اگرچه خانواده‌ها به عنوان اولین مرجع برای ایجاد سلامت روان در فرزندان مهم هستند؛ اما مدرسه به عنوان یکی از مکان‌هایی که کودکان و نوجوانان با هم جمع می‌شوند و حساسیت بیشتری از این جهت نسبت به آسیب‌پذیری آنها وجود دارد. وی افزود: اگر به جای منتظر ماندن برای آشکار شدن آسیب‌ها و سپس درمان؛ به پیشگیری بپردازیم و همچنین با استفاده از امکانات تخصصی، آموزش‌ها و مهارت‌آموزی‌های مناسب برای آگاهی‌رسانی در این حوزه تلاش کنیم، می‌توانیم از تعداد انسان‌هایی که مشکلات روانی دارند، بکاهیم و در نتیجه جامعه سالم‌تری از نظر روانی داشته باشیم.

کمبود اوقات فراغت سالم از دلایل گرایش زنان به اعتیاد

یک جامعه‌شناس با اشاره به کمبود امکان گذران سالم اوقات فراغت و تاثیر آن بر افزایش اعتیاد زنان گفت: لازم است فرصت‌هایی را فراهم کنیم که زنان بتوانند اوقات فراغت خود را در شرایط سالمی سپری کنند این در حالیست که هنوز نتوانسته‌ایم زمینه حضور آنان را در ورزشگاه‌ها فراهم و موضوع لغو نشدن کنسرت‌ها را حل کنیم.

دکتر امیرمحمود حریرچی افزود: ۱۱ تا ۱۲ درصد معتادان را زنان تشکیل می‌دهند. یکی از دلایل اعتیاد زنان مصرف تفننی مواد مخدر است چراکه راه‌های دیگر گذران اوقات فراغت به روی آنان بسته شده است. حریرچی در ادامه گفت: کم بودن فرصت‌های گذران اوقات فراغت زنان باعث می‌شود که آنان در جمع‌هایی شرکت کنند که امکان پرکردن اوقات فراغت به صورت ناسالم وجود دارد. به عنوان نمونه زنان دور هم جمع می‌شوند و قلیان کشی زنانه خانگی انجام می‌دهند، به تدریج آنان در کنار قلیان ممکن است مواد مخدر استفاده کنند. وی در ادامه گفت: افراد پریشان‌حال و افسرده بیشتر معتاد می‌شوند چراکه بر اساس تبلیغات انجام شده با مصرف مواد مخدر افسردگی از بین می‌رود. میزان افسردگی زنان در جامعه ما دو تا سه برابر مردان گزارش شده است. بر اساس آمار انجمن روانپزشکی ایران از هر سه ایرانی بالغ یک نفر دچار نوعی اختلال روانی است که مهمترین آن افسردگی محسوب می‌شود و اضطراب یکی دیگر از این اختلالات است.

خبر

۹۰۰هزار تومان، حداقل حقوق مستمری بگیران

مدیرعامل سازمان تامین اجتماعی با بیان اینکه در حال حاضر حداقلی بگیر (با حقوق حدود ۷۰۰ هزار تومان براساس قانون) در سازمان تامین اجتماعی نداریم گفت: در حال حاضر با مزایایی که به حداقلی بگیران می‌پردازیم سرجمع دریافتی آنها به ۹۰۰ هزار تومان در ماه رسیده است.

سید تقی نوربخش اظهار کرد: افزایش مستمری‌ها براساس دو ماه قانونی تأمین اجتماعی انجام می‌شود. او افزود: براساس ماده ۱۱۱ قانون تأمین اجتماعی موظف هستیم افزایش مستمری حداقلی بگیران را برابر با رشد حقوق و دستمزد شاغلان انجام دهیم. به این معنا که رشد مستمری حداقلی بگیران ۱۴ درصد در سال جاری خواهد بود. به گفته نوربخش معوقات دو ماهه فروردین و اردیبهشت پس از مشخص شدن درصد افزایش‌ها در جلسه هیات وزیران در تیرماه پرداخت خواهد شد.

سه‌شنبه اول ماه رمضان است

عضو ستاد استهلال دفتر مقام معظم رهبری اعلام کرد: پیش‌بینی کارشناسان این است که طبق تقویم احتمال خیلی زیاد روز سه‌شنبه اول ماه خواهد بود.

حجت‌الاسلام موحدنژاد افزود: ۱۵۰ گروه در نقاط مختلف کشور استهلال ماه را انجام می‌دهند. اگر خلاف آنچه در تقویم آمده است نشانه‌ای و یا نتیجه‌ای به دست آید آن را به مرکز و دفتر رهبری اعلام خواهند کرد.

توزیع «سبدحمایت غذایی» در ماه رمضان

وزیر تعاون کار و رفاه اجتماعی گفت: نخستین بسته حمایت غذایی به مناسبت فرارسیدن ماه مبارک رمضان در اختیار خانوارهای نیازمند قرار می‌گیرد.

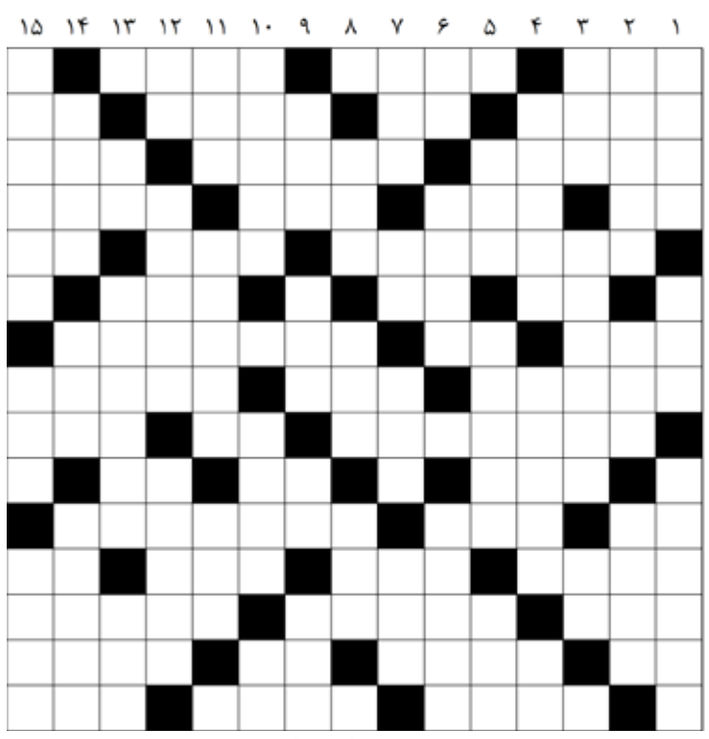
علی ربیعی افزود: خانوارهای مشمول این طرح می‌توانند به محض دریافت پیامک از طریق تلفن همراه با مراجعه به فروشگاه‌های زنجیره‌ای و از پیش تعیین شده کالاهای مورد نیاز خود را دریافت کنند. ربیعی ارزش ریالی سبدهای حمایت غذایی را برای خانوارهای مشمول این طرح بین ۸۰ تا ۱۲۰ هزار تومان اعلام کرد و گفت: دولت در نظر دارد امسال در چهار نوبت سبد حمایت غذایی را بین خانواده‌های نیازمند توزیع کند.

جزئیات تعرفه‌های درمان سال ۹۵

نرخ رشد و میزان تعرفه‌های خدمات تشخیصی و درمانی در بخش عمومی غیردولتی و بخش خصوصی سال ۹۵ مشخص شد.

در جلسه شورای عالی بیمه خدمات درمانی کشور سرفصل‌های تعرفه خدمات تشخیصی و درمانی مشخص شد. بر این اساس میانگین رشد تعرفه خدمات تشخیصی و درمانی در بخش دولتی و خصوصی در سال ۱۳۹۵ در کلیه سرفصل‌ها با ۱۰ درصد رشد نسبت به سال ۹۴ همراه است. بر اساس تعرفه‌های اعلامی در بخش خصوصی، نرخ ویزیت پزشک عمومی از ۱۹۰ هزار ریال در سال ۹۴ به ۲۲۰ هزار ریال در سال ۹۵ رسیده و نرخ رشد ۱۵/۸ درصدی را نشان می‌دهد. همچنین نرخ ویزیت پزشک متخصص از ۳۰۰ هزار ریال به ۳۴۵ هزار ریال در سال ۹۵ رسیده و نرخ رشد ۱۵ درصدی را نشان می‌دهد. همچنین ویزیت پزشک فوق تخصص از ۳۸۰ هزار ریال در سال ۹۴ به ۴۳۰ هزار ریال در سال ۹۵ رسیده و رشد ۱۳/۲ درصدی را نشان می‌دهد.

کارون



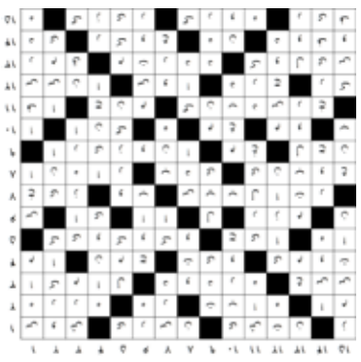
افقی:

۱- ته چک- کاشف میکروب طاعون- پرستش کردن
۲- شهری در اتیوپی- همه را شامل شود- فاسد- مادر عرب
۳- تمام کردن- از آثار هاوارد فاست- پاسبان
٤- ضمیر جمع- رطوبت- ضربات همراه با پرش در تکواندو- قوم ترکمن
۵- حرکتی در جودو- آزرم- بله شیرازی
۶- حرف ندا- یازده- پیکار
۷- جهش- شبکه رایانه‌ای- رئیس فدراسیون فوتبال
۸- جوی‌ها، رودها- ضد نیکی- چشمه
۹- ایالتی در آمریکا- پیشوای زرتشتی- آهنگ
۱۰- برچسب تهمت- حرف همراهی عرب- مظهر باریک
۱۱- نت قبل از سل- ذات- نام این مکان دیدنی
۱۲- هواپیمای یک نفره- جدا- عطر دان- سخن بی‌پرده
۱۳- نا- دودل- از ابزار اندازه گیری
١٤- ماه سرد- خم شدن- نفس خسته- مولف مهمانی فرا رسید
۱۵- چاره و علاج- جماعت- زمین پر آب و علف

عمودی:

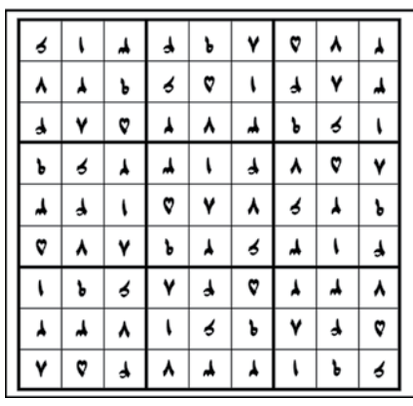
۱- در بازار بورس معامله می‌شود- بخشش- اندوهگین، دلسرد
۲- کرکس- شهری در آلمان- معروف
۳- آزرم- رمز عملیات فتح‌المبین- زدنی آدم بهانه گیر
٤- پایتخت ویتنام- در این مکان- درخت انگور
۵- پدر حضرت نوح- کوزه پر آب- اهل مکه
۶- طریق کوتاه- پاسخ- پوشیده و پنهان
۷- گرم نیست- ویتامین جدولی- اسباب سفر- پرهیزگاری
۸- حق گردن کلفتی سازمان امنیت- انعکاس صدا در کوه- خدای انگلیسی
۹- نام شرینگ هام- اشتباه معروف- ضمیر وزنی- روزگار، زمانه
۱۰- مردمک گیاه- عبادتگاه- جدید
۱۱- سلطان- فرمان مغولی- فهمیدن
۱۲- آخر، قعر- دست دراز کردن- کسی که بر او سجده کنند
۱۳- برادرپدر- مانند بلور شده- ماست چکیده
١٤- الگو، نمونه- به جسم معنا می‌دهد- پاییزی
۱۵- فصل سرما- انگور- خورشید گرفتگی

حل جدول



جدول سودوکو

حل جدول عددی سودوکو به این شکل است که ارقام اتا۹را باید بگونه‌ای در خانه‌های جدول قرار دهید که هر رقم در سطرها، ستون‌ها و مربع های کوچک ۳×۳ فقط یک بار دیده شود.

حل جدول عادی و سودوکوی کارون، بصورت وارونه در همان شماره به چاپ می رسد.

۶		۱			۷	۴		
	۴			۶		۷		۲
۷			۵		۸		۹	
	۱	۳				۸		۵
۹			۷		۵		۴	
	۵	۷		۱	۳	۲		
۱				۷		۵		۴
	۸	۴	۱				۲	
۲			۸		۴		۱	۶