تنها ۱۱ درصد جامعه، سالمندی سالم دارند

۷۰ درصد افراد برای سالمندی برنامه‌ای ندارند

رئیس انجمن علمی طب سالمندی ایران با بیان اینکه تنها ۱۱ درصد جامعه از سطح خوب و کامل سلامت در دوران سالمندی برخوردارند، تأکید کرد: سالمندی سالم یک اتفاق تصادفی نیست، بلکه نیازمند برنامه‌ریزی و اصلاح سبک زندگی است.

دکتر احمد دلبری در گفت‌وگو با ایسنا، با اشاره به وجود حدود ۷۰۰۰ سالمند بالای ۱۰۰ سال و بیش از یک میلیون سالمند بالای ۸۰ سال در کشور اظهار کرد: «۹۰ درصد افراد تمایل دارند که خود و خانواده‌شان عمر طولانی‌تری داشته باشند، اما نکته مهم این است که آیا برای سالمندی سالم برنامه‌ریزی کرده‌اند؟ تحقیقات نشان می‌دهد که ۷۰ درصد افراد هیچ برنامه‌ای برای دوران سالمندی خود ندارند و صرفاً آرزوی داشتن یک پیری سالم را دارند.»

سالمندی سالم، نیازمند برنامه‌ریزی است

وی با تأکید بر اینکه سالمندی سالم یک تصادف نیست، افزود: «این تصور که برخی افراد به‌طور اتفاقی سالم پیر می‌شوند و برخی دیگر به‌طور اتفاقی بیمار می‌شوند، کاملاً اشتباه است. سالمندی مانند سفری به سرزمینی ناشناخته است که اگر برای آن برنامه‌ریزی نکنیم، دچار سردرگمی خواهیم شد. آگاهی از بیماری‌های شایع این دوران و پیشگیری از آن‌ها، کلید دستیابی به سالمندی سالم است.»

نگرش‌های منفی به سالمندی؛ مانعی برای پیری سالم

رئیس انجمن علمی طب سالمندی ایران با اشاره به باورهای نادرست درباره سالمندی گفت: «بسیاری از افراد، سالمندی را مترادف با ناتوانی و بیماری می‌دانند. برخی تصور می‌کنند که با بازنشستگی، زندگی آن‌ها نیز به پایان می‌رسد. در حالی که بازنشستگی از کار به معنای آغاز یک زندگی آزاد و پویا است.»

کلیدهای دستیابی به سالمندی سالم

دلبری در پاسخ به این سوال که چگونه می‌توان با حفظ سلامت جسمی، روحی و روانی تا سنین بالا زندگی کرد؟ به فهرست سازمان بهداشت جهانی اشاره کرد و گفت: کمتر بیمار شویم تا کمتر ناتوان شویم. برای این منظور باید سبک زندگی سالمی داشته باشیم. غربالگری و چکاپ‌های منظم پزشکی از دوران بازنشستگی بسیار ضروری است. بسیاری از بیماری‌های سالمندی مانند افسردگی، دیابت، پوکی استخوان و آلزایمر علائم تیپیک و اختصاصی ندارند، در نتیجه باید حداقل سالی یک‌بار تحت معاینه پزشکی قرار گرفت.

سه مولفه ارزان و در دسترس برای سالمندی سالم

دلبری سه عامل موثر که به‌راحتی قابل اجرا هستند را خواب کافی، مصرف کافی مایعات و فعالیت بدنی عنوان کرد و گفت: بیش از ۵۰ درصد افراد جامعه اختلال خواب دارند، در حالی که خواب خوب یکی از مهم‌ترین عوامل سالمندی سالم است. تحقیقات نشان داده است که حداقل ۷ ساعت خواب شبانه می‌تواند از ابتلا به آلزایمر پیشگیری کند.

وی با اشاره به مصرف کافی مایعات ادامه داد: ۶۰ درصد بدن انسان از آب تشکیل شده است، اما با افزایش سن، میزان رطوبت بدن کاهش می‌یابد. بسیاری از بیماری‌های سالمندی ناشی از کم‌آبی است، بنابراین توصیه می‌شود حداقل ۲ لیتر مایعات در شبانه‌روز مصرف شود، مگر در مواردی که پزشک محدودیت ایجاد کرده باشد. همچنین ورزش کردن در دوره سالمندی امری ضروری است. در دوران میانسالی، حداقل ۳۰ دقیقه ورزش روزانه توصیه می‌شود تا بدن در دوران سالمندی فعال و سالم باقی بماند.

چرا تنها ۱۱ درصد افراد از سلامت مطلوب در سالمندی برخوردارند؟

رئیس انجمن علمی سالمندی ایران در پایان اظهار کرد: «سالمندی سالم شامل سلامت جسمی، روحی، روانی، اجتماعی و معنوی است، اما تنها ۱۱ درصد از افراد جامعه سطح بالای این شاخص‌ها دست پیدا می‌کنند. یکی از بزرگ‌ترین چالش‌ها در سالمندی، نبود مشارکت اجتماعی، تفریحات و شادی در زندگی افراد سالمند است. بسیاری از سالمندان پس از بازنشستگی، ارتباطات اجتماعی خود را کاهش داده و از جامعه دور می‌شوند، در حالی که حفظ تعاملات اجتماعی و داشتن اوقات فراغت هدفمند، یکی از ارکان اصلی سالمندی سالم محسوب می‌شود.»

چگونه تلفن همراه به ابزار جاسوسی تبدیل می شود؟

با پیشرفت فناوری و گسترش استفاده از گوشی‌های هوشمند، تهدیدات امنیتی نیز به‌طور قابل توجهی افزایش یافته‌اند. اگر نگران هستید که ممکن است شخصی از دستگاه هوشمند شما برای جاسوسی استفاده کند می‌توانید به نشانه‌هایی مانند داغ شدن دستگاه، برنامه های ناشناخته، مشکلات عملکردی و سایر موارد توجه و متوجه شوید که آیا کسی از دستگاه هوشمند شما جاسوسی می کند یا خیر؟

به گزارش ایسنا، مصرف غیر عادی باتری یکی از نشانه‌های مهمی است که می‌تواند به وجود نرم‌افزارهای جاسوسی اشاره کند. اگر متوجه شدید که باتری تلفن همراه شما به‌طور غیرمعمول و سریع خالی می‌شود، این موضوع ممکن است ناشی از فعالیت‌های پس‌زمینه نرم‌افزارهای مخرب باشد که به‌طور مداوم در حال جمع آوری و ارسال داده‌ها هستند. این نرم‌افزارها معمولاً منابع سیستم را به‌شدت مصرف می‌کنند و باعث کاهش عمر باتری می‌شوند. علاوه بر این، برخی از برنامه‌ها ممکن است به دلایل قانونی یا غیرقانونی به‌صورت مداوم در حال ردیابی موقعیت جغرافیایی یا فعالیت‌های شما باشند که همین امر نیز می‌تواند به تخلیه سریع باتری منجر شود. برای تشخیص این مشکل، می‌توانید به تنظیمات باتری تلفن خود مراجعه کرده و بررسی کنید که کدام برنامه‌ها بیشترین مصرف انرژی را دارند. در صورت شناسایی برنامه‌های مشکوک، بهتر است آن‌ها را حذف کنید و از نصب نرم‌افزارهای ناشناخته خودداری کنید.

داغ شدن دستگاه

داغ شدن غیرمعمول دستگاه می‌تواند نشانه‌ای از فعالیت‌های مشکوک باشد. اگر تلفن شما بدون دلیل مشخصی مانند استفاده مداوم از برنامه‌های سنگین یا بازی‌ها داغ می‌شود، این موضوع باید مورد توجه قرار گیرد.

نرم‌افزارهای جاسوسی و مخرب ممکن است به‌طور مداوم در پس‌زمینه در حال فعالیت باشند، که منجر به افزایش دما و مصرف بالای منابع سیستم می‌شود.

این وضعیت نه‌تنها می‌تواند بر عملکرد دستگاه تأثیر منفی بگذارد، بلکه ممکن است به باتری و سایر اجزای سخت‌افزاری نیز آسیب برساند. برای بررسی این مشکل، می‌توانید به تنظیمات دستگاه مراجعه کرده و فعالیت برنامه‌ها را زیر نظر داشته باشید.

برنامه‌های ناشناخته

برای اطمینان از امنیت دستگاه خود، ابتدا باید به لیست برنامه‌های نصب‌شده مراجعه کنید و به دنبال برنامه‌های غیرمعمول یا ناشناخته بگردید.

این برنامه‌ها ممکن است به‌طور ناخواسته نصب‌شده باشند یا حتی به‌عنوان نرم‌افزارهای مخرب عمل کنند.

اگر برنامه‌ای را شناسایی کردید که نمی‌شناسید یا به آن اعتماد ندارید، بهتر است آن را حذف کنید.

تماس‌ها و پیام‌های مشکوک

مراقبت از تماس‌ها و پیام‌های مشکوک یکی از جنبه‌های مهم امنیت سایبری است. تماس‌ها یا پیام‌های غیرمنتظره می‌توانند نشانه‌ای از تلاش برای نفوذ به اطلاعات شخصی شما باشند. این نوع ارتباطات معمولاً شامل درخواست‌هایی برای ارائه اطلاعات حساس، مانند رمزهای عبور یا شماره کارت اعتباری هستند. اگر متوجه شدید که تماس یا پیامی از یک شماره ناشناخته دریافت کرده‌اید، بهتر است به آن پاسخ ندهید و اطلاعات شخصی خود را فاش نکنید.

همچنین، می‌توانید با جستجوی شماره تماس در اینترنت یا تماس با منبع معتبر، از صحت آن اطمینان حاصل کنید.

ترافیک داده غیرعادی می‌تواند نشانه‌ای از فعالیت‌های مشکوک یا نفوذ به دستگاه شما باشد. برای شناسایی این الگوها، به‌طور منظم مصرف داده‌های تلفن همراه خود را بررسی کنید. اگر متوجه افزایش ناگهانی در مصرف داده شدید، ممکن است نرم‌افزارهای مخرب یا برنامه‌های ناخواسته در حال فعالیت باشند. همچنین، به اپلیکیشن‌هایی که بیشترین داده را مصرف می‌کنند توجه کنید و در صورت نیاز آن‌ها را حذف یا غیرفعال کنید.

مشکلات عملکردی

این‌گونه مشکلات در دستگاه‌های هوشمند می‌تواند نشانه‌ای از هک شدن آن‌ها باشد. اگر دستگاه شما به‌طور ناگهانی کند شود، برنامه‌ها به‌درستی کار نکنند یا تنظیمات بدون اجازه تغییر یابند، این موارد می‌توانند علائم نفوذ باشند.

فعالیت دوربین یا میکروفون

اگر متوجه شوید که دوربین یا میکروفون به‌طور ناگهانی فعال‌شده‌اند بدون اینکه شما دستوری به آن‌ها داده باشید، این موضوع باید جدی گرفته شود. افراد ناشناس ممکن است از این قابلیت‌ها برای نظارت بر کاربران استفاده کنند. برای جلوگیری از چنین تهدیداتی، بهتر است تنظیمات حریم خصوصی دستگاه خود را به‌دقت بررسی کنید و از نرم‌افزارهای امنیتی معتبر استفاده کنید.

اگر نشانه‌های مشکوکی مشاهده شد، چه باید کرد؟

اگر نشانه‌های مشکوکی در دستگاه یا حساب‌های آنلاین خود مشاهده کردید، اقدامات فوری می‌تواند به شما در جلوگیری از آسیب بیشتر کمک کند. در اینجا چند گام سریع برای مقابله با این وضعیت آورده شده است:

قطع اتصال از اینترنت

یکی از اولین و مهم‌ترین اقداماتی است که در صورت مشکوک بودن به وجود بدافزار یا فعالیت‌های غیرمجاز باید انجام دهید. این عمل به شما کمک می‌کند تا از دسترسی افراد ناشناس به اطلاعات شخصی‌تان جلوگیری کنید.

با قطع اتصال، همچنین می‌توانید از انتشار بدافزار به سایر دستگاه‌ها و شبکه‌ها جلوگیری کنید. این اقدام، یک‌لایه اضافی از امنیت را فراهم می‌آورد و به شما زمان می‌دهد تا مشکلات را شناسایی و برطرف کنید. پس از قطع اتصال، می‌توانید با آرامش بیشتری به بررسی و تحلیل وضعیت دستگاه خود بپردازید.

ریست کردن دستگاه

به معنای بازنشانی آن به تنظیمات کارخانه است. این فرآیند می‌تواند به حذف هرگونه نرم‌افزار جاسوسی یا بدافزارهایی که ممکن است بر روی دستگاه شما نصب‌شده باشند، کمک کند. با انجام این کار، تمامی داده‌ها، برنامه‌ها و تنظیمات شخصی شما پاک می‌شوند و دستگاه به حالت اولیه خود بازمی‌گردد. قبل از ریست کردن، حتماً از اطلاعات مهم خود پشتیبان بگیرید تا در صورت نیاز بتوانید آن‌ها را بازیابی کنید. همچنین، پس از بازنشانی، بهتر است فقط نرم‌افزارهای معتبر و ضروری را دوباره نصب کنید و از نصب برنامه‌های ناشناخته خودداری کنید.

تغییر رمزهای عبور

یکی از اقدامات ضروری در حفظ امنیت حساب‌های آنلاین است. بلافاصله پس از شناسایی هرگونه فعالیت مشکوک، باید رمزهای عبور حساب‌های مهم مانند ایمیل، حساب‌های بانکی و شبکه‌های اجتماعی را تغییر دهید. استفاده از رمزهای عبور قوی و منحصربه‌فرد برای هر حساب، احتمال نفوذ افراد ناشناس را کاهش می‌دهد.

همچنین، توصیه می‌شود از ترکیب حروف بزرگ و کوچک، اعداد و نمادها در رمزهای عبور استفاده کنید.

در نهایت، فعال‌سازی احراز هویت دومرحله‌ای (FA۲) یک‌لایه امنیتی اضافی فراهم می‌کند که به محافظت از حساب‌های شما کمک می‌کند و دسترسی غیرمجاز را سخت‌تر می‌کند.

به‌روزرسانی نرم‌افزارها

یکی از اقدامات حیاتی برای حفظ امنیت دستگاه‌ها و اطلاعات شخصی است. اطمینان از به‌روز بودن سیستم‌عامل و نرم‌افزارها به معنای دریافت آخرین وصله‌ها و بهبودهای امنیتی است که توسط تولیدکنندگان ارائه می‌شود.

این به‌روزرسانی‌ها معمولاً شامل اصلاحات مهمی هستند که به جلوگیری از آسیب‌پذیری‌های شناخته‌شده کمک می‌کنند. همچنین، با به‌روزرسانی نرم‌افزارها، عملکرد سیستم بهبودیافته و باگ‌های موجود نیز برطرف می‌شوند. بنابراین، توصیه می‌شود به‌طور منظم به بررسی و نصب به‌روزرسانی‌ها بپردازید تا از امنیت و کارایی سیستم خود اطمینان حاصل کنید.

استفاده از نرم‌افزارهای امنیتی

برای حفظ امنیت دستگاه‌های خود، استفاده از نرم‌افزارهای معتبر آنتی‌ویروس یا ضد بدافزار بسیار مهم است. این نرم‌افزارها قادرند به‌طور کامل سیستم شمارا اسکن کرده و تهدیدات موجود مانند ویروس‌ها، تروجان‌ها و بدافزارها را شناسایی کنند.

پس از شناسایی، این برنامه‌ها می‌توانند اقدام به حذف یا قرنطینه کردن این تهدیدات کنند تا از آسیب به داده‌ها و اطلاعات شخصی شما جلوگیری شود.

احتیاط در کلیک کردن روی لینک‌ها و دانلودها

بسیاری از حملات سایبری از طریق لینک‌های مخرب یا فایل‌های آلوده انجام می‌شود. بنابراین، قبل از کلیک کردن بر روی هر لینکی، باید به منبع آن توجه کنید و از معتبر بودن آن اطمینان حاصل کنید. همچنین، در صورت دریافت پیام‌هایی از افراد ناشناس با لینک‌های مشکوک، بهتر است به‌جای کلیک مستقیم، ابتدا آدرس را بررسی کرده و یا از طریق روش‌های دیگر اعتبار آن را تأیید کنید. دانلود فایل‌ها نیز باید تنها از وب‌سایت‌های معتبر و شناخته‌شده انجام شود.

بررسی مرتب برنامه‌های نصب‌شده

با گذشت زمان، ممکن است برنامه‌هایی که نصب کرده‌اید، به‌روزرسانی نشده یا حتی به خطر امنیتی تبدیل شوند. بنابراین، باید به‌طور دوره‌ای لیست برنامه‌های نصب‌شده را مرور کنید و برنامه‌های غیرضروری یا مشکوک را حذف کنید.

همچنین، بررسی امتیاز و نظرات کاربران درباره برنامه‌ها می‌تواند به شناسایی نرم‌افزارهای غیر معتبر کمک کند.

بررسی فعالیت‌های مشکوک

در حساب‌های آنلاین یکی از اقدامات کلیدی برای حفظ امنیت اطلاعات شخصی شماست. به‌طور منظم به حساب‌های خود مراجعه کنید و به دنبال هرگونه فعالیت غیرمعمول یا مشکوک باشید. این فعالیت‌ها می‌توانند شامل ورود به‌حساب از مکان‌های ناشناس، تغییرات در تنظیمات یا تراکنش‌های غیرمنتظره باشند.

اگر متوجه تغییراتی شدید که شما آن‌ها را انجام نداده‌اید، فوراً اقدام کنید. گزارش این فعالیت‌ها به پشتیبانی مربوطه و قفل‌کردن حساب می‌تواند از دسترسی غیرمجاز جلوگیری کند.

در پایان توصیه می شود حتماً از داده‌های مهم خود فایل پشتیبان تهیه کنید تا در صورت بروز مشکلاتی مانند خرابی سیستم یا حملات سایبری و ... اطلاعاتتان از دست نرود.

استفاده از روش‌های مختلف ذخیره‌سازی، مانند هارددیسک‌های خارجی یا خدمات ابری، شبکه‌های اجتماعی و ... می‌تواند به شما در بازیابی سریع و آسان اطلاعات کمک کند. این اقدام پیشگیرانه، امنیت و آرامش خاطر شمارا افزایش می‌دهد.

بیمه رایگان برای ۵ دهک اول؛ پرداختی دهک‌های دیگر چقدر است؟

مدیرکل بیمه‌گری و جذب منابع سازمان بیمه سلامت گفت: ۵ دهک اول همچنان رایگان بیمه می‌شوند و دولت بخش عمده‌ای از حق بیمه دهک‌های ۶ تا ۹ را نیز تأمین می‌کند.جمشید شایانفر مدیر کل بیمه گری و جذب منابع سازمان بیمه سلامت در گفتگو با مهر گفت: بر اساس تصمیمات جدید، ۵ دهک اول جامعه همچنان به‌صورت رایگان تحت پوشش بیمه سلامت قرار دارند و بیمه آن‌ها هر سال به‌صورت خودکار تمدید می‌شود.

وی افزود: طبق روال جاری، مبلغ یک میلیون و ۹۳۸ هزار تومان که هزینه بیمه هر فرد در سال ۱۴۰۳ است، برای این دهک‌ها توسط دولت تأمین و پرداخت شده است.

اطلاعات افراد از طریق وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی دریافت شده و بیمه آن‌ها به‌صورت متمرکز برقرار و در سامانه‌های سازمان فعال شده است. این افراد می‌توانند بدون پرداخت هزینه به مراکز درمانی طرف قرارداد مراجعه و خدمات خود را دریافت کنند.

میزان پرداخت حق بیمه برای دهک‌های ۶ تا ۹

شایانفر ادامه داد: برای سایر دهک‌ها، سهم پرداختی فرد بر اساس، دهک ۶، ۲۰ درصد حق بیمه (حدود ۳۸۰ هزار تومان) توسط فرد پرداخت می‌شود و ۸۰ درصد را دولت تأمین می‌کند، همچنین دهک ۷، ۳۰ درصد توسط فرد و ۷۰ درصد توسط دولت پرداخت می‌شود.

وی افزود: دهک ۸ نیز ۴۰ درصد سهم فرد و ۶۰ درصد سهم دولت است و دهک ۹، پرداخت حق بیمه به‌صورت مساوی بین فرد و دولت به صورت (۵۰-۵۰) تقسیم شده است.

شایانفر خاطر نشان کرد: افراد مشمول می‌توانند با مراجعه به سامانه شهروندی سازمان بیمه سلامت به نشانی bimehsalamatiranian.ir وضعیت بیمه خود را مشاهده و در صورت نیاز نسبت به تمدید آن اقدام کنند.

لغو مصوبه الزام پشت کنکوری‌ها به ارائه سوابق تحصیلی پایه یازدهم

رئیس مرکز اطلاع‌رسانی و روابط عمومی وزارت آموزش و پرورش گفت با پیگیری‌های وزیر آموزش و پرورش، الزام پشت کنکوری‌ها به ارائه سوابق تحصیلی پایه یازدهم لغو شد.

به گزارش ایسنا و به نقل از پایگاه اطلاع‌رسانی دولت، حسین صادقی رئیس مرکز اطلاع‌رسانی و روابط عمومی وزارت آموزش و پرورش در صفحه شخصی خود در شبکه ایکس نوشت:

«مصوبه الزام پشت کنکوری‌ها به ارائه سوابق تحصیلی پایه یازدهم لغو شد.

با پیگیری جدی وزیر آموزش و پرورش در جلسه اضطراری شورای سنجش و پذیرش دانشجو، الزام پشت کنکوری‌ها به ارائه سوابق تحصیلی پایه یازدهم لغو شد.

در پی سردرگمی و اعتراض گسترده داوطلبان کنکور ۱۴۰۴، با دلسوزی مسئولان نظام تعلیم و تربیت، مصوبه جنجالی شورای سنجش و پذیرش دانشجو درباره الزام پشت کنکوری‌ها به ارائه سوابق تحصیلی پایه یازدهم، در جلسه اضطراری این شورا لغو شد و شورای سنجش باپیشنهادهای زیر موافقت کرد:

تأثیر مثبت نمرات پایه یازدهم برای همه داوطلبان کنکور ۱۴۰۴

عدم عطف به ماسبق شدن نمرات یازدهم برای فارغ‌التحصیلان ۱۴۰۳ و قبل از آن

کاهش تعداد دروس مؤثر پایه یازدهم در صورت عدم پذیرش پیشنهاد عطف به ماسبق نشدن»

چاپ ۹۵۰ عنوان کتاب درسی در ۱۲ پایه برای سال تحصیلی آینده

رئیس سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی وزارت آموزش و پرورش با بیان اینکه ۹۵۰ عنوان کتاب درسی در ۱۲ پایه برای سال تحصیلی آینده چاپ می‌شود، در عین حال درباره کسری بودجه نیز گفت: بخشی از کسری اعتبارات امسال، توسط سازمان برنامه و بودجه در اعتبارات سال آینده لحاظ شده و امیدواریم بتوانیم با بودجه تکمیلی و جبرانی، اعتبارات لازم را تأمین کنیم.حجت‌الاسلام علی لطیفی در گفت‌وگو با ایسنا با بیان اینکه در دو ماه اخیر به دلیل قطعی برق، شرکت‌های چاپ کتاب درسی با چالش‌هایی مواجه بوده و با عقب‌افتادگی‌هایی روبه‌رو شده‌اند، گفت: قطعی برق آسیب‌هایی را به همراه داشت، اما شرکت توزیع برق تهران همکاری‌های بسیار خوبی انجام داده و شرکت‌ها توانسته‌اند کارها را مدیریت کنند.وی با بیان اینکه یکی از شرکت‌ها با در اختیار گذاشتن ژنراتور، توانسته بخشی از برق مورد نیاز را خودش تولید کند، افزود: به‌طور کلی روند خوبی پیش‌رو داریم و با همین الگو، به لطف خدا کتاب‌ها به‌موقع آماده خواهند شد.

رئیس سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی وزارت آموزش و پرورش با بیان اینکه در سال جاری کتاب‌های نونگاشتی داشته‌ایم که به صورت آزمایشی اجرایی شدند و به نتایج خوبی هم دست یافته‌اند، ادامه داد: کتاب دینی «از من تا خدا» پایه هشتم و کتاب «کار و فناوری» پایه‌های هفتم و هشتم و کتاب کار «آموزش خط تحریری» پایه پنجم امسال به‌صورت آزمایشی اجرا شدند. همچنین فعالیت‌هایی برای تولید برنامه درسی جدید پایه اول از دوره اول ابتدایی آغاز کرده‌ایم که بخش زیادی از آن در امسال محقق شده است.

لطیفی با بیان اینکه بر اساس برنامه درسی ملی، مکلف به تهیه راهنمای ۱۱ حوزه تربیت و یادگیری بوده‌ایم، گفت: اصلاحات این راهنما انجام شده و به شورای عالی آموزش و پرورش ارسال گردیده، امیدواریم در جلسات آن شورا مصوب شود. این راهنما یکی از مقدمات مهم مورد نیاز برای تغییرات کتاب‌های درسی است و در صورت تصویب، تغییرات کتاب‌ها بر اساس آن‌ها انجام خواهد شد.

لطیفی همچنین درباره کسری بودجه اظهار داشت: ۹۵۰ عنوان کتاب درسی برای سال تحصیلی آینده در ۱۲ پایه چاپ خواهد شد. امسال در خصوص کاغذ، با برخی محدودیت‌ها مواجه بودیم، اما مدیریت خوبی انجام شد. بخشی از کسری اعتبارات امسال، توسط سازمان برنامه و بودجه در اعتبارات سال آینده سازمان پژوهش لحاظ شده و امیدواریم بتوانیم با بودجه تکمیلی و جبرانی، اعتبارات لازم را تأمین کنیم.

آگهی فقدان مدرک تحصیلی

خانم منا اچرش دارای کد ملی ۱۷۴۱۶۰۷۶۷۱ صادره از اهواز فرزند عبدالکاظم اظهار میدارد که دانشنامه ، کارنامه و ریزنمرات مقطع کارشناسی پیوسته رشته مترجمی زبان انگلیسی ایشان مفقود شده است. لذا به موجب این آگهی دانشنامه مذکور ابطال می شود. از یابنده تقاضا می شود مدرک فوق را از طریق پست به نشانی اهواز پردیس یک موسسه آموزش عالی جهاد دانشگاهی خوزستان امور فارغ التحصیلان اتاق ۱۱۰ ارسال و یا درصورت امکان تحویل نماید.

آگهی دعوت مجمع عمومی به طور فوق العاده کانون کارکنان بازنشسته سازمان تامین اجتماعی استان خوزستان - نوبت دوم

پیرو آگهی دعوت نوبت اول و عدم احراز حد نصاب قانونی و آگهی شماره ۶۷۶۸ مورخ ۱۴۰۳/۱۲/۲۷ بدینوسیله از کلیه اعضای محترم کانون دعوت به عمل می آید تا در جلسه مجمع نوبت دوم که در روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۴/۱/۲۵ ساعت ۹ صبح در اهواز - امانیه - خ سقراط نبش لقمان پلاک ۱۰ (اتاق بازرگانی اهوزا) برگزار خواهد شد حضور بهم رسانیم.

دستور جلسه:

۱-انتخاب اعضای هیات مدیره و بازرسان

۲-استماع و رسیدگی به گزارش هیات مدیره و گزارش مالی کانون و بازرس

۳-تعیین خط مشی کلی کانون (ا نتخاب نمایندگان کانون خوزستان جهت شرکت در مجمع عمومی کانون عالی و تصویب اساسنامه جدید و انتخاب هیات مدیره و بازرسان کانون عالی وفق آیین نامه اجرایی قانون نحوه تشکیل و فعالیت تشکل های صنفی - تخصصی مصوب ۱۴۰۳/۱۱/۳)

هیات مدیره کانون همکاری بازنشسته سازمان تامین اجتماعی استان خوزستان

اعلام مفقودیت گذرنامه

گذرنامه عراقی اینجانب محمد فرزند ماجد حمید به شماره صادره از بغداد مفقود گردید. لذا از یابنده تقاضا می‌شود آن را به سرکنسولگری جمهوری عراق در اهواز به آدرس: امانیه خیابان سقراط پلاک ۹ جنب بنیاد شهید استان خوزستان تحویل نماید.

آگهی مجمع عمومی فوق العاده و عمومی عادی (نوبت دوم) انجمن صنفی کارگران و استادکاران ساختمانی بندرامام خمینی (ره)

به اطلاع کلیه اعضا انجمن مذکور می رساند که مجمع عمومی فوق العاده و عمومی عادی نوبت دوم با دستور جلسات ذیل در روز شنبه مورخ ۱۴۰۴/۰۱/۳۰ در مکان حسینیه ثارالله بندرامام خمینی (ره) برگزار می گردد.

مجمع عمومی فوق العاده از ساعت ۹ صبح با دستور جلسه ذیل :

۱ - تغییر میزان ورودی و حق عضویت اعضاء

مجمع عمومی عادی ساعت ۱۰ صبح با دستور جلسه ذیل :

۱ - گزارش عملکرد هیات مدیره و بازرسین ۳ سال گذشته

۲ - تصویب بودجه سال آینده

۳ - انتخابات اعضای اصلی و علی البدل هیات مدیره و بازرس

هیات مدیره انجمن صنفی

آگهی مجمع عمومی - عادی سالیانه نوبت دوم کانون کارگران بازنشسته تامین اجتماعی اهواز، کارون و حمیدیه

بدینوسیله مجمع عمومی - عادی سالیانه نوبت دوم کانون کارگران بازنشسته و مستمری بگیران تامین اجتماعی شهرستان اهواز - کارون و حمیدیه به شرح ذیل در تاریخ ۱۴۰۴/۰۲/۱۷ راس ساعت ۸ صبح روز چهارشنبه واقع در اهواز، جاده کوت عبداله، بلوار آیت الله بهبهانی روبروی ترمینال قدیم آبادان، تالار ماهان برگزار می گردد. لذا حضور کلیه کارگران بازنشسته تامین اجتماعی شهرستان اهواز، کارون و حمیدیه در مجمع فوق الذکر الزامی است.

دستور جلسه :

۱ - ارائه گزارش عملکرد هیئت مدیره توسط رئیس کانون

۲ - ارائه گزارش صورتهای مالی سال ۱۴۰۳ توسط خزانه دار کانون

۳ - ارائه گزارش بازرسین کانون توسط یکی از بازرسین

۴ - ارائه بودجه پیشنهادی سال ۱۴۰۱

همراه داشتن کارت عضویت کانون و کارت ملی جهت شرکت در مجمع فوق العاده و عمومی الزامی است.

حمید باوی بحره - رئیس کانون بازنشستگان و مستمری بگیران تامین اجتماعی شهرستان اهواز، کارون و حمیدیه و عضو هیئت مدیره کانون استان خوزستان

آگهی دعوت مجمع عمومی فوق العاده نوبت سوم کانون کارگران بازنشسته تامین اجتماعی اهواز، کارون و حمیدیه

بدینوسیله به اطلاع کلیه کارگران بازنشسته تامین اجتماعی شهرستان اهواز می‌رساند مجمع عمومی فوق العاده نوبت سوم کانون کارگران بازنشسته شهرستان اهواز، کارون و حمیدیه مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۱۷ راس ساعت ۸ صبح روز چهارشنبه واقع در اهواز، جاده کوت عبداله، بلوار آیت الله بهبهانی روبروی ترمینال قدیم آبادان، تالار ماهان برگزار می گردد. لذا حضور کلیه کارگران بازنشسته تامین اجتماعی شهرستان اهواز، کارون و حمیدیه در مجمع فوق الذکر الزامی است.

دستور جلسه :

۱ - اصلاح ماده ۶ اساسنامه و اضافه نمودن یک تبصره مبنی بر تعیین بهای تمام شده کارت عضویت هوشمند کارگران بازنشسته تامین اجتماعی اهواز، کارون و حمیدیه

همراه داشتن کارت عضویت کانون و کارت ملی جهت شرکت در مجمع فوق العاده و عمومی الزامی است.

حمید باوی بحره - رئیس کانون بازنشستگان و مستمری بگیران تامین اجتماعی شهرستان اهواز، کارون و حمیدیه و عضو هیئت مدیره کانون استان خوزستان