

# خرید آنلاین؛ آرامشی که بی صدا ما را بیمار می کند



می‌کند.پژوهش‌ها نشان داده‌اند که گسترش اینترنت پرسرعت و خدمات دیجیتال با افزایش چاقی همبستگی دارد و یکی از مسیرهای اصلی آن همین کاهش تحرک روزمره و افزایش زمان نشستن است.

داده‌های ملی در ایران نشان می‌دهد که شیوع اضافه‌وزن و چاقی در دهه اخیر به‌طور مستمر رو به افزایش بوده است. زنان و خانواده‌های شهری در استان‌های بزرگ بیشترین سهم این رشد را داشته‌اند و پیش‌بینی‌های نشان می‌دهد که اگر روند کنونی ادامه یابد، بار بیماری‌های ناشی از چاقی در آینده نزدیک بسیار سنگین‌تر خواهد شد.در سطح جهانی هم تجربه کرونا و قرنطینه‌ها یک آزمایش طبیعی بود؛ جهش خرید آنلاین در کنار کاهش شدید سفرهای روزمره و افزایش زمان استفاده از اینترنت، به بالا رفتن نرخ اضافه‌وزن و کم‌تحرکی منجر شد. حتی با بازگشت زندگی به حالت عادی، بسیاری از عادت‌های راحت‌طلبانه دیجیتال باقی مانده‌اند.

**روایت‌هایی از تغییر سبک زندگی خانواده‌ها** تغییرات خرید آنلاین در زندگی روزمره خانواده‌ها به‌خوبی قابل مشاهده است. خانواده‌هایی که تا چند سال پیش هر هفته برای خرید به بازارچه محلی می‌رفتند، امروز بیشتر نیازهای خود را از فروشگاه‌های اینترنتی دیگر تأمین می‌کنند. خرید حضوری برایشان تقریباً از بین رفته و حتی در وعده‌های غذایی بیشتر به سفارش آنلاین غذای‌رو آورده‌اند. در حومه شهرها، خانواده‌هایی که مسیرهای طولانی برای رسیدن به فروشگاه‌ها داشتند، برای صرفه‌جویی در وقت تقریباً همه خریدهایشان را اینترنتی کرده‌اند؛ هرچند این تغییر زمان بیشتری برای استراحت فراهم کرده، اما عملاً پیاده‌روی‌های هفتگی آن‌ها را حذف کرده است. در خانواده‌های دو شاغل نیز، استفاده از اشتراک‌های تکرارشونده برای خرید خواربار و سفارش لباس یا اسباب‌بازی آنلاین باعث شده حتی بچه‌ها کمتر به همراه والدین برای خرید بیرون بروند. آنچه زمانی فرصتی برای تحرک و بازی بود، حالا به تجربه‌ای تماماً مجازی تبدیل شده است.

**وقتی راحتی خرید آنلاین، سلامت بدن را تهدید می‌کند** تمام آنچه درباره تغییر سبک خرید گفتیم در نهایت به یک نقطه مشترک می‌رسد: خرید آنلاین تنها یک نوآوری تکنولوژیک با عادت مصرفی جدید نیست؛ بلکه به شکلی نامحسوس بر سلامت جسمی خانواده‌ها اثر می‌گذارد. در گذشته همین فعالیت‌های کوچک روزانه مثل رفتن به نانویی یا حمل کردن کیسه‌های خرید

در چند سال اخیر، خرید آنلاین از یک انتخاب به عادت روزمره تبدیل شده است؛ عادت‌ی که هرچند زندگی را راحت‌تر کرده، اما به تدریج تحرک خانواده‌ها را کاهش داده و به افزایش وزن آن‌ها دامن زده است. به گزارش ایرنا، زندگی، چند سال پیش، خرید برای خانواده‌ها چیزی بیش از پر کردن سبد کالا بود؛ فرصتی بود برای قدم‌زدن در کوچه و خیابان، ایستادن کنار دکه‌های میوه‌فروشی، چانه‌زدن بر سر قیمت‌ها و حتی نوعی تفریح آخر هفته. اما امروز صحنه عوض شده است. کافی است مادری در خانه پشت تلفن همراهش بنشیند و پدری در محل کارش سری به اپلیکیشن فروشگاه‌ی بزند؛ چند کلیک ساده کافی است تا هرچه می‌خواهند، از پوشک بچه گرفته تا یک یخچال جدید، تنها چند ساعت بعد پشت در خانه حاضر باشد. تغییری که آرام و بی‌صرودا اتفاق افتاد، سبک زندگی خانواده‌ها را بازنویسی کرد و شیوه خرید آن‌ها را به کلی دگرگون ساخت. این دگرگونی تنها محدود به ایران نیست.

در سراسر جهان، سهم خرید آنلاین از کل خرده‌فروشی‌ها با شتابی سرسام‌آور در حال افزایش است. کشورهایی مانند آمریکا و چین پیشتاز این مسیرند و نزدیک به یک‌پنجم یا بیشتر از کل فروش خود را آنلاین انجام می‌دهند. در ایران هم گرچه سهم تجارت الکترونیک هنوز به اندازه میانگین جهانی بالا نیست، اما سرعت رشد چشمگیر است.گزارش‌های رسمی نشان می‌دهد که بخش مهمی از خانواده‌های شهری برای خریدهای روزانه و حتی بزرگ‌تر به فروشگاه‌های اینترنتی روی آورده‌اند. این یعنی تغییراتی که در کشورهای پیشرفته سال‌ها قبل رخ داد، حالا در ایران هم با شدتی رو به افزایش در جریان است.

**چرا خانواده‌ها بیشتر آنلاین می‌خرند؟** راحتی، مهم‌ترین دلیلی است که خانواده‌ها را به سمت خرید آنلاین کشانده است. والدینی که هر دو شاغل هستند و وقت زیادی برای خرید حضوری ندارند، ترجیح می‌دهند به جای تحمل ترافیک یا صف‌های طولانی فروشگاه، تنها چند دقیقه وقت صرف کنند و همه چیز را از طریق گوشی یا لپ‌تاپ سفارش دهند. تنوع بالای کالاها و امکان مقایسه سریع قیمت و کیفیت، یکی دیگر از جذابیت‌های این شیوه است؛ چیزی که در خرید حضوری به سختی به دست می‌آید. از سوی دیگر، تحویل سریع و پرداخت دیجیتال فرآیند خرید را به تجربه‌ای ساده و بی‌دردسر بدل کرده است. به این ترتیب، فعالیت‌هایی که زمانی با پیاده‌روی، رفت‌وآمد یا حتی تعامل اجتماعی همراه بود، حالا به تجربه‌ای کاملاً خانگی و نشسته تبدیل شده است. با همه این مزایا، خرید آنلاین در عمل بسیاری از افراد را به سمت نوعی تنبلی روزمره سوق داده است. حالا حتی در مواردی دیده می‌شود که با وجود قرار گرفتن سوپرمارکت در چند قدمی خانه، برخی ترجیح می‌دهند اقلام مورد نیازشان را اینترنتی سفارش دهند و منتظر تحویل درب منزل بمانند.

**چگونه خرید آنلاین به «کاهش تحرک» می‌انجامد** همین راحتی خرید آنلاین مسیری تازه به سوی کاهش فعالیت بدنی گشوده است. دیگر خبری از قدم‌زدن‌های کوتاه برای خرید نان یا میوه نیست، سفرهای کوچک شهری به بازارچه‌ها جای خود را به تحویل درب منزل داده و زمان بیشتری از روز در خانه و پشت صفحه‌های دیجیتال سپری می‌شود. حتی دسترسی آسان به غذاهای آماده و امکان سفارش مکرر خوراک پرکالری، مصرف بیش از اندازه را تشویق



اداره کل حقوقی قوه قضاییه اعلام کرد: در فرضی که مولی‌علیه دارلی ولی قهری باشد و اخذ اجازه خروج از کشور به دلیل غیبت یا حبس ولی قهری و یا به هر علت دیگری امکانپذیر نباشد، وفق ماده ۱۱۸۷ قانون مدنی در خصوص تعیین امین اقدام می‌شود.بدیهی است در این صورت، اختیارات امین به مانند قیم است. به گزارش ایسنا، اداره کل حقوقی قوه قضاییه در نظریه‌ای مشورتی به سوالی درباره وضعیت صدور گذرنامه برای اشخاص تحت ولایت پاسخ داد.

در این نظریه مشورتی آمده است که «در فرضی که مولی‌علیه دارلی ولی قهری باشد و اخذ اجازه خروج از کشور به دلیل غیبت یا حبس ولی قهری و یا به هر علت دیگری امکانپذیر نباشد، وفق ماده ۱۱۸۷ قانون مدنی در خصوص تعیین امین اقدام می‌شود.بدیهی است در این صورت، اختیارات امین به مانند قیم است؛ صدور گذرنامه با اجازه کتبی امین مزبور نیز ممکن است و در مورد اشخاص بالغ کمتر از هجده سال که به قیم آنان دسترسی نباشد، صدور این اجازه به کسی است که مطابق عموماًت قانون امور حسبی و قانون مدنی در فرض عدم دسترسی به قیم، عهده‌دار وظایف او می‌شود. ثانیاً، در خصوص صدور گذرنامه و خروج زنان شهردار از کشور؛ هر چند کمتر از هجده سال تمام موضوع بند ۳ ماده ۱۸ قانون گذرنامه مصوب ۱۳۵۱ با اصلاحات و الحاقات بعدی، وفق ترتیبات پیش‌بینی شده در این بند رفتار می‌شود. در خصوص صدور گذرنامه و خروج زنان شهردار از کشور؛ هر چند کمتر از هجده سال تمام موضوع بند ۳ ماده ۱۸ قانون گذرنامه مصوب ۱۳۵۱ با اصلاحات و الحاقات بعدی، وفق ترتیبات پیش‌بینی شده در این بند رفتار می‌شود و تشخیص دلستان شهرستان محل درخواست گذرنامه مبنی بر اضطراری بودن صدور گذرنامه و خروج چنین زنانی از کشور در خصوص سفر عتبات عالیات، امری موضوعی و بر عهده دلدستان مربوطه است و اظهار نظر در این زمینه از وظایف این اداره کل خارج است.» متن کامل سوال و پاسخ آن به شرح زیر است:

سوال:

همانگونه که مستحضرد به موجب بند یک ماده ۱۸ قانون گذرنامه مصوب ۱۳۵۱ با اصلاحات و الحاقات بعدی «برای اشخاصی که کمتر از ۱۸ سال تمام دارند و کسانی که تحت ولایت و یا قیمومت می‌باشند با اجازه کتبی ولی یا قیم آنان» و همچنین به موجب بند ۳ این ماده برای زنان شهردار ولو کمتر از ۱۸ سال تمام با موافقت کتبی شوهر و در موارد اضطراری با اجازه دلدستان شهرستان محل درخواست، گذرنامه صادر می‌شود؛ همچنین وفق ماده ۴۲ قانون حمایت خانواده مصوب ۱۳۹۱ صغیر و مجنون را نمی‌توان بدن رضایت ولی، مادر یا شخصی که حضانت و نگهداری آنان به او واگذار شده است، از محل اقامت مقرر بین طرفین یا محل اقامت قبل از وقوع طلاق به محل دیگر یا خارج از کشور فرستاد؛ مگر اینکه دادگاه آن را به مصلحت صغیر و مجنون بدلد و یا در نظر گرفتن حق ملاقات اشخاص ذی‌حق این امر را اجازه دهد و در صورت موافقت به درخواست ذی‌نفع برای تضمین بازگرداندن، تأمین مناسبی اخذ می‌کند. با توجه به مستندات قانونی پیش گفته، خواهشمند است به پرسش‌های زیر پاسخ دهید:

۱- با توجه به اینکه هر ساله در ماه محرم و ایام منتهی به اربعین حسینی (ع)، درخواست‌های متعددی از سوی اداره مهاجرت و صدور گذرنامه برای اجازه خروج از کشور برای متقاضیان به داسرا ارسال می‌شود و با توجه به حکم قوانین صدرالذکر و تکلیف دادگاه به شرح مذکور در ماده ۴۲ قانون حمایت خانواده مصوب ۱۳۹۱ که مؤخر بر قانون گذرنامه وضع شده است، آیا در خصوص اشخاص کمتر از هجده سال سن، دلدسرا با تکلیفی مواجه است؟

۲- آیا سفر به کشور عراق برای زیارت عتبات عالیات، در زمره موارد اضطراری مد نظر قانونگذار در بند ۳ ماده ۱۸ قانون گذرنامه مصوب ۱۳۵۱ با اصلاحات و الحاقات بعدی قرار می‌گیرد؟

اولاً، حکم مقرر در ماده ۴۲ قانون حمایت خانواده مصوب ۱۳۹۱ و منع فرستادن صغیر و مجنون بدون رضایت ولی، قیم، مادر یا شخصی که حضانت و نگهداری به او واگذار شده است، از محل اقامت مقرر بین طرفین یا محل اقامت قبل از وقوع طلاق به محل دیگر یا خارج از کشور؛ مگر به تشخیص دادگاه مبنی بر رعایت مصلحت صغیر و مجنون و با لحاظ حق ملاقات اشخاص ذی‌حق، متفاوت از حکم بند یک (اصلاحی ۱۳۸۰) ماده ۱۸ قانون گذرنامه مصوب ۱۳۵۱ با اصلاحات و الحاقات بعدی است که صدور گذرنامه و تمدید و صدور اجازه خروج لفرادی اشخاص کمتر از هجده سال تمام و اشخاص تحت ولایت یا قیمومت را فقط با اجازه کتبی ولی یا قیم و در موارد مصرح در این بند مجاز دانسته است. بر این اساس و با لحاظ ماده ۲۰ قانون امور حسبی مصوب ۱۳۱۹ و از آنجا که، حدود اختیارات دلدستان منحصر به موارد منصوص است، استفاده از ملاک بند ۳ ماده ۱۸ قانون گذرنامه مصوب ۱۳۵۱ با اصلاحات و الحاقات بعدی، در فرض سوال به لحاظ تفاوت موضوع متغنی است. بنا به مراتب پیش گفته، در فرضی که مولی‌علیه دارلی ولی قهری باشد و اخذ اجازه خروج از کشور به دلیل غیبت یا حبس ولی قهری و یا به هر علت دیگری امکانپذیر نباشد، وفق ماده ۱۱۸۷ قانون مدنی در خصوص تعیین امین اقدام می‌شود.

بدیهی است در این صورت، اختیارات امین به مانند قیم است؛ صدور گذرنامه با اجازه کتبی امین مزبور نیز ممکن است و در مورد اشخاص بالغ کمتر از هجده سال که به قیم آنان دسترسی نباشد، صدور این اجازه با کسی است که مطابق عموماًت قانون امور حسبی و قانون مدنی در فرض عدم دسترسی به قیم، عهده‌دار وظایف او می‌شود. ثانیاً، در خصوص صدور گذرنامه و خروج زنان شهردار از کشور؛ هر چند کمتر از هجده سال تمام موضوع بند ۳ ماده ۱۸ قانون گذرنامه مصوب ۱۳۵۱ با اصلاحات و الحاقات بعدی، وفق ترتیبات پیش‌بینی شده در این بند رفتار می‌شود و تشخیص دلدستان شهرستان محل درخواست گذرنامه مبنی بر اضطراری بودن صدور گذرنامه و خروج چنین زنانی از کشور در خصوص سفر عتبات عالیات، امری موضوعی و بر عهده دلدستان مربوطه است و اظهار نظر در این زمینه از وظایف این اداره کل خارج است.

رئیس سازمان بهزیستی خبر داد:

**کاهش شیوع تنبلی چشم در کشور**

رئیس سازمان بهزیستی کشور گفت: تنبلی چشم در جهان به طور میانگین ۳.۵ تا ۴ درصد شیوع دارد اما به واسطه اجرای طرح غربالگری در ایران، این رقم به ۱.۵ درصد کاهش پیدا کرده است. به گزارش ایرنا، سید جواد حسینی در مراسم روز جهانی عصای سفید که با شعار «دسترسی نابینایان به فناوری‌های نوین، زمینه‌ساز فرصت‌های برابر» برگزار شد، افزود: اکنون ۲۵۴ هزار نابینا و کم‌بینا تحت پوشش بهزیستی قرار دارند و اطلاعات نابینایان و کم‌بینایانی که جزو نخبان کشوری در حوزه‌های مختلف هستند در پایگاه اطلاعاتی نخبگان ثبت شده است.دوی خاطر نشان کرد: مهمترین اقدام بهزیستی از نابینایان و ناشنوایان، اجرای طرح‌های غربالگری برای پیشگیری است و در این راستا تاکنون ۶۲ میلیون غربالگری بینایی و تنبلی چشم انجام شده است که به واسطه انجام این غربالگری‌ها از تنبلی ۵۵۰ هزار نفر در کشور پیشگیری شده است. حسینی در ادامه از اجرای طرح بهداشت چشم سالمندان با همکاری انجمن اپتومتری خبر داد و گفت: در اجرای این طرح عینک رایگان در اختیار سالمندان قرار می‌گیرد.

رئیس سازمان بهزیستی کشور اظهار امیدواری کرد که مرکز رودکی بهزیستی به باتوق ارائه خدمات به نابینایان در سراسر کشور تبدیل شودوی با اشاره به تجهیزات توانبخشی برای نابینایان گفت: سال گذشته از ۵ هزار میلیارد اعتبار تجهیزات توانبخشی بهزیستی، ۵۰۰ میلیارد آن در حوزه نابینایان و کم‌بینایان صرف شده است و ۲۳ هزار و ۹۰۹ نفر از نابینایان و کم‌بینایان از این تجهیزات بهره‌مند شدند.حسینی تصریح کرد: سال گذشته، ۴۲ هزار و ۳۱۱ فرصت شغلی برای افراد دارای معلولیت ایجاد شد که چهار هزار و ۲۳۶ فرصت شغلی برای نابینایان و کم‌بینایان بوده است. حسینی افزود: ۹۵ درصد دستگاه‌های دولتی، درگاه و وب‌گاه‌های الکترونیکي برای نابینایان مناسب‌سازی شده است همچنین اتوبوس‌های تولید داخل و واردات خارجی تا پایان سال مناسب‌سازی می‌شوند.در این نشست، روح‌لله ساعی از فعالان حوزه نابینایان نیز در این مراسم از نبرد بودجه مشخص برای نشر کتاب‌های بریل و گویا انتقاد کرد و گفت: عدم رعایت استانداردهای دسترسی پذیری برای نابینایان و کم‌بینایان از منابع الکترونیک از دیگر مشکلات حوزه نابینایان است.بهروز افروز دبیر نابینایان آموزش پرورش استثنایی شهر تهران گفت: در توانمندی نابینایان شکی نیست اما چرا باید معلم مقطع اول ابتدایی استثنایی، خود معلم نابینا باشد. این امر در حوزه توانبخشی و مهارت‌آموزی کودک نابینا، اختلال ایجاد می‌کند.امید هاشمی فعال حوزه دسترسی‌پذیری برای نابینایان نیز در این مراسم گفت: به عنوان کاربر تمام وقت اینترنت، به نظر نمی‌رسد درگاه‌های اینترنتی برای نابینایان، مناسب سازی شده باشد. وی افزود: هوش مصنوعی با توصیف تصاویر و قابلیت های بسیار، می‌تواند زندگی را برای نابینایان تسهیل کند اما نابینایان از این امکانات نمی‌توانند استفاده کنند.سهیل معینی مدیر عامل شبکه تشکل‌های نابینایان کشور با اشاره به تغییر اطلس استخدام معلولان گفت: خوشبختانه قانون سه درصد استخدام معلولان چندسالی است، لحاظ می‌شود. از مجموع استخدام‌های انجام شده در سال ۱۴۰۴، هزار و ۷۷۶ نفر از معلولان در دستگاه‌های مختلف جذب شده‌اند اما این سهمیه، آیین نامه اجرایی می‌خواهد. وضعیت نابینایان در این زمینه مساعد نیست. در هفته اخیر ده‌ها نابینا در آموزش و پرورش جذب و مکان نمایی برای کار شده‌اند اما هنگام مراجعه به مدرسه، مدیر مدرسه آنها را انبذیرفته‌اند.

### آگهی فقدان سند

آقای عبدالرسول جهانبگیری با تسلیم دو برگ استشهاد گواهی شده دفتر خانه ۶ اهواز مدعی است شش‌دانگ پلاک ۳۰۴۴/۷ واقع در بخش ۱ اهواز دارای سند مالکیت به شماره چاپی ۳۴۱۷۰۵ سال ۹۳ س‌ری د به نام عبدالرسول جهانبگیری صادر و تسلیم گردیده که به علت جابجایی مفقود گردیده است لذا به دستور تبصره یک اصلاحی ماده ۱۲۰ آیین نامه ثبت مراتب جهت اطلاع عموم یک نوبت آگهی می‌شود که هرکس مدعی انجام معامله با وجود سند مالکیت نزد خود می‌باشد می‌تواند طرف مدت ده روز از تاریخ انتشار این آگهی اعتراض خود را به این اداره تسلیم دارد و در غیر اینصورت پس از سپری شدن مدت قانونی و عدم واخواهی سند مالکیت المنئی بنام مالک صادر خواهد شد.

**افشین – رئیس اداره ثبت اسناد و املاک ناحیه دو اهواز** شناسه: ۲۰۲۶۹۷۹

### اعلام مفقودیت گذرنامه

گذرنامه عراقی اینچانب عدنان عبد سمیح العیسایو به شماره – صادره از شهر بصره مفقود گردید. لذا از پاینده تقاضا میشود آنرا به سر کنسولگری جمهوری عراق در اهواز به آدرس : امانیه خیابان سقراط پلاک ۹ جنب بنیاد شهید استان خوزستان تحویل نماید.

### اعلام مفقودیت گذرنامه

گذرنامه عراقی اینچانب کرار زاهر فرزند حبیب به شماره – صادره از شهر بصره مفقود گردید. لذا از پاینده تقاضا میشود آنرا به سر کنسولگری جمهوری عراق در اهواز به آدرس: امانیه خیابان سقراط پلاک ۹ جنب بنیاد شهید استان خوزستان تحویل نماید.

### آگهی دعوت مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده نوبت دوم

**تاریخ انتشار : ۱۴۰۴/۰۷/۲۳**

بدینوسیله به اطلاع کلیه اعضای محترم شرکت تعاونی مصرف فرهنگیان امیدیه میرساند جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده این شرکت در روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۴/۸/۶ راس ساعت ۱۵ بعدازظهر در محل دبیرستان امام جعفر صادق (ع) دوره متوسطه اول تشکیل می گردد. از اعضای محترم دعوت می شود در روز و ساعت مقرر در محل مذکور حضور بهم رسانید.

تذکرات:

۱- با توجه به ماده ۱۹ آیین نامه نحوه تشکیل مجامع عمومی اعضائی که نمی توانند در جلسه مجمع عمومی حضور یابند می‌توانندبه همراه نماینده تام‌الاختیار خود از تاریخ ۱۴۰۴/۰۷/۲۳ لغایت ۱۴۰۴/۸/۶ به دفتر شرکت واقع در تعاونی مصرف فرهنگیان امیدیه جهت اعطای نمایندگی مراجعه نمایند. ( تعداد آراء و کالتی هر عضو حداکثر دو رای و هر غیر عضو یک رای خواهد بود).

۲-تصمیماتی که در مجمع عمومی با رعایت مقررات اتخاذ می گردد، برای کلیه اعضاء اعم از حاضر و غایب و موافق و مخالف نافذ و معتبر خواهد بود.

دستور جلسه :

۱- قرائت گزارش عملکرد هیات مدیره و بازرس در سال ۱۴۰۳

۲- طرح و تصویب صورتهای مالی و اتخاذ تصمیم به چگونگی تقسیم سود و زیان ۱۴۰۳

۳- طرح و تصویب لیست بودجه پیشنهادی سال ۱۴۰۴

۴-انتخاب بازرس اصلی و بازرس علی البدل به مدت یکسال

۵-گزارش تغییرات اعضاء و سرمایه

۶- تعیین خط مشی آتی شرکت تعاونی

**جعفر رحیمی – رئیس هیئت مدیره**