

جزییات مصاحبه علمی آزمون

قضاوت ۱۴۰۴

معاونت منابع انسانی قوه قضایه در اطلاعیه‌ای به تشریح جزئیات آغاز فرایند مصاحبه علمی و روانشناسی ثبت نام کنندگان جذب اختصاصی تصدی منصـب قضا سال ۱۴۰۴ پرداخت.باشگاه خبرنگاران جوان – اطلاعیه معاونت منابع انسانی قوه قضایه بشرح زیر است:

«بدینوسیله به اطلاع می‌رساند زمان و مکان مصاحبه علمی و روانشناسی ثبت نام کنندگان جذب اختصاصی تصدی منصب قضا سال ۱۴۰۴ از طریق تماس تلفنی به هریک از داوطلبان بلاغ می‌گردد.

مواد امتحانی مصاحبه علمی داوطلبان دانشگاهی و حوزوی به شرح ذیل است:

داوطلبان دانشگاهی:

بخش حقوقی:

۱) حقوق مدنی: مباحث قواعد عمومی قراردادها، شروط ضمن عقد، سقوط تعهدات، الزامات خارج از قرارداد، اموال و مالکیت (حق انتفاع و وقف)، بیع، اجاره، رهن، وکالت، ضمان، نکاح و طلاق.

۲) آیین دادرسی مدنی: کلیه مباحث آیین دادرسی مدنی بجز دالوری

۳) حقوق تجارت: شرکت‌ها و اسناد تجاری

بخش کیفری:

۱) حقوق جزای عمومی: جرایم و مسئولیت کیفری، مجازات‌ها و اقدامات تأمینی و تربیتی.

۲) حقوق جزای اختصاصی: جرایم علیه اموال و مالکیت، جرایم علیه مصالح عمومی کشور، جرایم علیه تمامیت جسمانی اشخاص و جرایم علیه شخصیت معنوی اشخاص.

۳) آیین دادرسی کیفری: همه مباحث.

داوطلبان حوزوی:

فقه، بیع مکاسب

اصول فقه: رسائل (ویژه داوطلبانی که مدرک سطح ۲دارند)
کفایه جلد ۱ (ویژه داوطلبانی که مدرک سطح ۳ و بالاتر دارند)
مدارک لازم برای تشکیل پرونده در روز مصاحبه علمی:

۱- اصل و تصویر کارت ملی

۲- اصل شناسنامه و تصویر تمام صفحات آن

۳- تصویر مدارک تحصیلی (کارشناسی یا سطح ۲ و بالاتر)
۴- گواهی اشتغال به تحصیل برای داوطلبان در حال تحصیل
۵- گواهی لازم از کانون وکلاء دادگستری یا مرکز کارشناسان رسمی و مشاوران خانواده قوه قضائیه برای وکلا و نفرات برتر آزمون‌های وکالت

۶- اصل فیش واریزی زمان ثبت‌نام

تذکر ۱: همه مدارک می‌بایست در قطع ۴ A تهیه و تحویل شوند.

تذکر ۲: در صورت نقص مدارک در روز مصاحبه از تشکیل پرونده ممانعت به عمل خواهد آمد و داوطلب حق شرکت در مصاحبه را نخواهد داشت.

شایان ذکر است، نیازی به مراجعه حضوری داوطلبان تا زمان بلاغ تلفنی از سوی امور جذب و گزینش قوه قضاییه نمی‌باشد.
شماره تماس جهت پاسخگویی به سوالات داوطلبان (در ساعات اداری): ۰۲۱-۸۸۱۹۹۵۰۱

چطور می توان حافظه را تقویت کرد؟

متخصصان علوم اعصاب هشدار می‌دهند که فراموشی همواره نشانه آلزایمر یا زوال عقل نیست، اما می‌تواند رنگ خطری برای سلامت مغز باشد.به گزارش ایسنا، فراموشی گاهی‌گاه معمولاً جای نگرانی ندارد. کمبود خواب، استرس، ضربه مغزی، کمبود ویتامین‌ها، افزایش سن، مصرف الکل یا داروها از دلایل رایج آن هستند اما اگر این مشکلات تدریجا بیشتر شوند یا بر زندگی روزمره تأثیر بگذارند، باید بررسی شوند. مثل وقتی که فرد قراقرهای مهم را فراموش می‌کند، در مکان‌های آشنا کم می‌شود یا در انجام دادن کارهای روزانه دچار مشکل است، باید جدی گرفته شود. در واقع قاعده کلی این است که اگر حافظه بر کیفیت زندگی، روابط یا استقلال فرد اثر گذاشت، باید به پزشک مراجعه کرد.

گرچه همه انواع فراموشی قابل درمان نیستند اما برای حفظ و تقویت عملکرد مغز راهکارهای موثری وجود دارد:

ورزش کنید

ورزش فقط برای بدن نیست، بلکه برای مغز هم حیاتی است. مطالعه سال ۲۰۲۲ نشان داد فعالیت‌های هوازی مانند پیاده‌روی، شنا یا دوچرخه‌سواری جریان خون مغز را افزایش می‌دهد، رشد نورون‌های تازه را تحریک و ارتباطات عصبی را تقویت می‌کند.

مغزتان را تغذیه کنید

رژیم غذایی سرشار از میوه، سبزی، غلات کامل، پروتئین بدون چربی و اسیدهای چرب امگا-۳ از سلامت مغز حمایت می‌کند و رژیم مدیترانه‌ای به طور ویژه با کاهش خطر آلزایمر مرتبط است. کاهش مصرف غذاهای فرآوری‌شده و قندهای ساده نیز از حافظه محافظت می‌کند.

کنترل استرس

استرس مزمن سطح هورمون کورتیزول را بالا می‌برد؛ هورمونی که می‌تواند به هیپوکامپ، مرکز حافظه مغز، آسیب بزند. تکنیک‌هایی مانند مدیتیشن یا مراقبه ذهن آگاهی، تمرین تنفس عمیق و آرام‌سازی می‌توانند موثر باشند.

تمرکز آگاهانه

یکی از دلایل اصلی فراموشی این است که هنگام یادگیری، توجه کافی نداریم. تمرکز بهتر هنگام یادگیری می‌تواند به شکل گیری حافظه کمک کند.

استفاده از تکرار هوشمند

تکرار فاصله‌دار اطلاعات باعث تقویت انعطاف‌پذیری عصبی مغز می‌شود. به‌جای تکرار مداوم در یک بازه کوتاه، اطلاعات را با فاصله‌های زمانی یادآوری کنید (مثلا پس از یک دقیقه، ۱۰ دقیقه یا نیم ساعت). این روش به‌ویژه در یادگیری مطالب درسی موثرتر از مطالعه فشرده است.

خواب را در اولویت بگذارید

خواب برای تثبیت حافظه حیاتی است. در طول خواب، مغز خاطرات کوتاه‌مدت را به حافظه بلندمدت تبدیل می‌کند، در حالی که کم‌خوابی یا بی‌نظمی خواب این فرایند را مختل می‌کند. متخصصان توصیه می‌کنند هر شب ۷ تا ۸ ساعت خواب باکیفیت و منظم داشته باشید.

مغز هم مانند عضله با تمرین، قوی‌تر می‌شود. یادگیری زبان جدید، نواختن موسیقی، حل جدول یا انجام دادن کارهای ذهنی پیچیده به تقویت شبکه‌های حافظه کمک می‌کند.

تقویت ارتباطات اجتماعی

روابط اجتماعی قوی مغز را فعال و انعطاف‌پذیر نگه می‌دارد. حضور در جمع، گفت‌وگو و فعالیت‌های گروهی با بهبود سلامت شناختی مرتبط است.

یکشنبه ۲۸ دی ۱۴۰۴ / شماره ۶۹۹۶ / سال سی و دوم

جامعه

چادرها قلب تپنده تحصیل عشایر



می‌گیرد، گاهی در دل چادری که با طناب و میخ بر زمین استوار شده. معلم با لیخندی آرام، دفترها را باز می‌کند و بچه‌ها، چشم‌هایی پر از اشتیاق دارند، اشتیاقی که انگار با هر نسیم تازه می‌شود.

در چنین فضایی، درس فقط درس نیست، راهی است برای رسیدن به دنیای بزرگ‌تر. دوستی‌ها در اینجا عمیق‌ترند.

بچه‌ها کنار هم می‌نشینند، یک مدار را شریک می‌شوند و با هم از آینده حرف می‌زنند. این همدلی، بخشی از همان درسی است که هیچ کتابی نمی‌تواند آن را کامل توضیح دهد.

بازی و خنده در دل دشت

در کنار چادرها، زمین وسیع دشت صحنه‌ای برای بازی و خنده کودکان شده است. صدای پای کوچکشان روی خاک نرم و خنده‌های ریز و بلندشان، فضای چادرها را پر از زندگی می‌کند. هر توب، هر طناب و هر حرکت ساده، فرصتی است برای یادگیری همکاری، دوستی و خلاقیت.

این لحظات، فراتر از بازی صرف، بخشی از آموزش غیررسمی کودکان است؛ جایی که قانون، همدلی و احترام به یکدیگر شکل می‌گیرد. در میان این خنده‌ها و دودیدن‌ها، مهارت‌های زندگی، صبر و انعطاف به آرامی در ذهن و قلب آن‌ها جای می‌گیرد و همان قدر که درس‌های کلاس اهمیت دارند، این لحظات بازی نیز در شکل‌گیری شخصیتشان نقش‌آفرین است.

چالش‌هایی که زمین می‌گذارد

راه رسیدن به دانش در این مناطق همیشه هموار نیست. بادهای تند، باران‌های سنگین، کمبود امکانات آموزشی و فاصله‌های طولانی... همه بخشی از مسیرند. اما کودکان عشایر یاد گرفته‌اند ایستادگی کنند. دفترهایشان شاید بارها خیس شده باشد، اما امیدشان هرگز.

آن‌ها هر صبح با شجاعت تازه قدم برمی‌دارند، شجاعتی که از دل سختی می‌جوشد. در همین مسیر، فرهنگ و زبان

مدیر کل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت عنوان کرد:

برنامه وزارت بهداشت برای جایگزینی پتاسیم به جای سدیم نمک

در ۳ ماده غذایی



وی افزود: اجرای شدن این سیاست که در راستای برنامه های سازمان جهانی بهداشت است، گامی در جهت کاهش مصرف نمک در جامعه خواهد بود و کمک زیادی به کاهش بیماری های متعددی از جمله بیماری های غیر واگیر، پرفشاری خون و سکنه های قلبی و مغزی در جامعه است. اسماعیل زاده گفت: برای اجرای شدن این برنامه به صورت آزمایشی از انجمن تولید نمک خواستیم که نمک هایی با درصدهای مختلف تولید کرده و در اختیار ما قرار دهد، تا کیفیت آن را بررسی کنیم. همچنین از کارخانه های تولید نان و رب خواسته شده، تولیدات‌شان را با نمک‌های حاوی کلرید



مادری‌شان برایشان چراغ راه است. آن‌ها با یادگیری کنار کتاب‌های درسی، میراث نیاکان خود را نیز حمل می‌کنند، میراثی که نسل به نسل در این دشت‌ها تنیده شده است.

کوچ، چاده‌ای که مدرسه را همراه خود می‌برد

زندگی عشایری یعنی حرکت، یعنی رفتن از کوه به دشت، از سردسیر به گرمسیر. اما آنچه همیشه همراه خانواده‌هاست، مدرسه‌ای است که در دل چادر جریان دارد.

در روزهایی که کوچ آغاز می‌شود، بچه‌ها در مسیرهای طولانی گاهی کنار اسب‌ها و گوسفندان قدم می‌زنند و کتاب‌ها را در دست دارند. یادگیری برایشان یک نقطه ثابت نیست، سفری است که با حرکت گله آغاز می‌شود و میان آفتاب و باد ادامه پیدا می‌کند. همین تجربه‌هاست که به آن‌ها انعطاف، توانمندی و چشم‌اندازی وسیع‌تر از زندگی می‌دهد.

معلمانی که چاده‌ها را کوتاه می‌کنند

جایی که شهرها دورند و امکانات محدود، معلمان عشایر با هر بار رسیدن، امید تازه‌ای به چادرها می‌آورند. آن‌ها گاهی کیلومترها مسیر ناهموار را طی می‌کنند تا به چند کودک درس بدهند. وقتی وارد چادر می‌شوند، بچه‌ها با چشمانی درخشان دورشان جمع می‌شوند، انگار دوباره فصل جدیدی از زندگی آغاز شده است.

معلمان اینجا تنها منتقل‌کننده دانش نیستند بلکه محرکی برای رویا دیدن‌اند. آنان ستون‌هایی هستند که با حضورشان، فاصله جغرافیایی را کوتاه و افق ذهنی را گسترده می‌کنند.

روایت ادامه دارد

در این چادرها، تحصیل تنها یک وظیفه نیست، بخشی از زندگی است.

بخشی از روایتی که هر روز با طلوع خورشید از نو آغاز می‌شود. کودکان میان باد، خاک، نور، و وزن تاریخ خانوادگی‌شان رشد می‌کنند و این رشد، داستانی است که هر قاب تصویری می‌تواند تنها گوشه‌ای از آن را روایت کند.

کدام وجوه پرداختی

به حقوق‌بگیران مشمول کسر

حق بیمه نیست؟

اداره کل وصول حق بیمه سازمان تأمین اجتماعی وجوه پرداختی به کارکنانی که در دایره شمول کسر حق بیمه نیستند و همچنین نحوه محاسبه سطوح دستمزدی بیمه‌شدگانی که در سالیان اخیر دستمزدشان به دلایل مختلف تغییر نکرده است را تشریح کرد.

به گزارش ایسنا، همزمان با طرح پرسش‌هایی درباره وجوه پرداختی به کارکنان که در دایره شمول کسر حق بیمه نیستند، نحوه محاسبه سطوح دستمزدی بیمه‌شدگانی که در سالیان اخیر دستمزدشان به دلایل مختلف تغییر نکرده و همچنین موضوع بیکاری، اداره کل وصول حق بیمه سازمان تأمین اجتماعی، تعدادی از ابهام‌های پرتکرار بیمه‌شدگان را مورد بررسی قرار داده و با تشریح رویه‌های قانونی و استناد به مواد مختلف قانونی تأمین اجتماعی به مجموعه‌ای از این ابهامات پاسخ داده‌است.

وجوه پرداختی به کارکنان که در دایره شمول کسر حق‌بیمه نیستند را ذکر کنید

بازخريد ایام مرخصی در حدود مقرر در مواد ۶۴، ۶۶ و ۷۱ قانون کار

هزینه سفر و فوق‌العاده مأموریت به شرط ارائه مستندات و مدرک مثبتّه

کمک‌هزینه عالیه‌مندی (حق اولاد)

حق‌همسر به کارکنان در موسسات مشمول قانون نظام هماهنگ پرداخت

عیدی طبق قانون کار و سایر قوانین و مقررات، پاداش نهضت سوادآموزی

پرداخت‌های نقدی یا غیرنقدی مناسبتی

پاداش بهره‌وری و افزایش تولید طبق ضوابط ماده ۴۷ قانون کار

کمک‌هزینه مسکن و خواروبار در ایام بیماری حق شیر و حق تضمین (کسر صندوق)

خسارات‌خراج و مزایای پایان کار (حق سنوات) وجوه پرداختی به شاغلین یا بازنشستگان تحت پوشش سایر صندوق‌های بیمه و بازنشستگی دولتی در خصوص افرادی که در سالیان اخیر دستمزدشان به دلایل مختلف (از جمله تنزل پست به دلیل عدم رضایت از عملکرد یا دلایل انضباطی، تصمیم هیات مدیره مبنی بر عدم افزایش دستمزد مدیریتی شرکت بر اساس قانون کار و...) تغییر نکرده یا بعضاً نسبت به دستمزد گذشته کاهش داشته است، نحوه محاسبه سایر سطوح محاسبه‌شده موردنظر در لیست حق‌بیمه و محاسبات مکانیزه پرونده چگونه است؟

باتوجه به اینکه در اجرای ماده ۳۶ قانون کار هر ساله شورای عالی کار طی تصویب‌نامه مربوطه، حداقل مزد کارکنان مشمول قانون کار و میزان افزایش مزد ثابت کارکنان دارای سایر سطوح مزدی در سال مربوطه را تعیین کرده و کلیه کارفرمایان مکلف به رعایت آن و پرداخت حقوق و مزایای کارکنان خود براساس مصوبات مذکور هستند، بر این اساس، موضوع مطروحه مربوط به کاهش دستمزد مبنای کارکنان به واسطه تغییر عناوین شغلی یا تنزل‌پست کارکنان با مفاد مصوبات شورای عالی کار در تضاد است و عدم افزایش سطوح دستمزدی بیمه‌شدگان براساس دلایل پیشگفت‌که منجر به کاهش حق‌بیمه پرداختی‌شان بایست بیمه‌شده موردنظر شود، برخلاف ضوابط و مقررات بوده و امکان‌پذیر نخواهد شد.

شمول یا عدم شمول محاسبه ۳ درصد بیمه بیکاری مربوط به دوره ادعای اشتغال بیمه‌شدگان شاغل در دستگاه‌های اجرایی که مربوط به قبل از استخدام رسمی بیمه‌شده در دستگاه اجرایی موردنظر است، به چه صورت خواهد بود؟

با توجه به اینکه نحوه‌شمول کارکنان دستگاه‌های اجرایی به رابطه استخدامی‌شان با دستگاه متبوع وابسته است، چنانچه حسب بررسی‌های صورت گرفته توسط واحد اجرایی که براساس مستندات متقن خواهد بود، عدم شمول بیمه‌شده به قانون کار در دوره ادعای سابقه پذیرفته شده توسط کمیته‌های موضوع دستور اداری به تاریخ اول خردادماه سال ۱۴۰۰ محرز است، لازم است از احتساب ۳ درصد بیمه بیکاری متعلقه خودداری به عمل آید.

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی سالیانه به طور

فوق العاده نوبت دوم تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۱۰/۲۸

به اطلاع کلیه اعضای تعاونی مصرف فرهنگیان بندر امام خمینی می‌رساند که مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده نوبت اول در روز پنجشنبه مورخه ۱۴۰۴/۱۱/۹ راس ساعت ۱۶ در محل دبستان شهید رجایی برگزار می‌گردد. خواهشمند است با توجه به اهمیت موضوع در جلسه مذکور حضور بهم رسانید.

توضیحات:

۱-باتوجه به ماده ۱۹ آیین نامه نحوه تشکیل مجامع عمومی اعضاییکه نمی‌توانند در جلسه مجمع عمومی حضور یابند می‌توانند به همراه نماینده تام الاختیار خود از تاریخ ۱۴۰۴/۱۱/۶ الی ۱۴۰۴/۱۱/۸ به دفتر شرکت تعاونی جهت اعطای نمایندگی مراجعه نمایند.(تعداد آرای وکالتی هر عضو حداکثر ۳ رای و هر شخص غیر عضو تنها یک رای خواهد بود)

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

۳-جلسه با حضور حاضرین (هرتعداد) رسمیت می‌یابد.

دستور جلسه:

۱-قرائت گزارش عملکرد هیات مدیره سال ۱۴۰۳

۲-قرائت گزارش عملکرد بازرس برای سال مالی ۱۴۰۳

۳-طرح و تصویب صورت های مالی سال با امضای بازرس تعاونی سال ۱۴۰۳

۴-طرح و تصویب بودجه پیشنهادی برای سال مالی ۱۴۰۴

۵-انتخاب بازرسان اصلی و علی البدل برای مدت یکسال مالی

۶-خط مشی آتی تعاونی مصرف فرهنگیان بندر امام خمینی درسال ۱۴۰۴

۷-انتخاب اعضای اصلی و علی البدل هیات مدیره وفق اساسنامه برای مدت

۳ سال

علیرضاشریفی رئیس هیات مدیره تعاونی مصرف فرهنگیان بندرامام خمینی (ره)