

از گوشه و کنار

«دختران مجرد» بیمه می شوند



تمامی زنان ۱۸ تا ۵۰ سال می‌توانند با مراجعه به شعب تأمین اجتماعی سراسر کشور از حمایت‌های مقرر در قانون بیمه صاحبان حرف و مشاغل آزاد بهره‌مند شوند.

طبق بخشنامه بیمه زنان خانه‌دار، تمام زنان ۱۸ تا ۵۰ سال می‌توانند با مراجعه به شعب تأمین اجتماعی سراسر کشور از حمایت‌های مقرر در قانون بیمه صاحبان حرف و مشاغل آزاد بهره‌مند شوند و بر خور داری از این حمایت‌ها نیازمند تأهل و سابقه بیمه پردازی نیست.

از ویژگی‌های خاص بیمه زنان خانه‌دار امکان انتخاب نرخ پرداخت حق بیمه و دستمزدمبنای پرداخت حق بیمه است. متقاضیانی که کمتر از پنج سال دارای سابقه پرداخت حق بیمه هستند می‌توانند دستمزدمبنای پرداخت حق بیمه خود را بین حداقل دستمزد مصوب شورای عالی کار تا حداکثر دستمزد مصوب انتخاب کنند. در سال جاری حداقل دستمزد روزانه مبنای پرداخت حق بیمه معادل ۳۷۰ هزار و ۴۳۳ ریال و حداکثر آن نیز هفت برابر حداقل دستمزد است.

نرخ پرداخت حق بیمه زنان خانه‌دار برای برخورداری از حمایت‌های بازنشستگی ۱۴ درصد؛ بازنشستگی و فوت (پرداخت مستمری به بازماندگان واجد شرایط) ۱۶ درصد و بازنشستگی، فوت و از کار افتادی ۲۰ درصد است. ضمناً ۲ درصد از نرخ‌های مذکور سهم دولت است.

انتخابی بودن استفاده از خدمات درمانی از دیگر مزایای طرح بیمه زنان خانه‌دار است. به عبارت دیگر در صورتی که زنان متقاضی استفاده از این نوع بیمه تحت تکفل پدر، مادر یا همسر خود بوده و از این طریق از مزایای درمانی سازمان تأمین اجتماعی برخوردار باشند، نیازی به پرداخت سرانه درمان نیست و در غیر این صورت می‌توانند با پرداخت سرانه درمان مصوب از خدمات درمانی سازمان تأمین اجتماعی نیز برخوردار شوند. حق سرانه درمان هر سال به تصویب هیات وزیران می‌رسد و در سال جاری ۴۴ هزار تومان برای هر نفر تعیین شده است.

درخواست فرماندار تهران از شهروندان به متکدیان کمک کنید



فرماندار تهران با اشاره به ادامه روند فعالیت مجتمع فوریت‌های اجتماعی و لزوم تقویت آن در آینده نزدیک گفت: برای کاهش آسیب‌های اجتماعی نیازمند مشارکت شهروندان هستیم. عیسی‌فرهادی، با اشاره به فراهم شدن همه امکانات و تجهیزات در مجتمع فوریت‌های اجتماعی برای جمع‌آوری متکدیان از سطح شهر تهران گفت: با همکاری و تعامل دستگاه‌های ذیربط در این حوزه که نمایندگان آن‌ها در این مجتمع حضور دارند می‌توانیم جمع‌آوری متکدیان به‌عنوان یک آسیب اجتماعی در شهر تهران را در آینده نزدیک اجرایی کنیم.

به گفته وی، تکدی‌گری در آمد قابل توجهی برای متکدیان دارد، لذا تنها با مشارکت شهروندان مقابله با این آسیب اجتماعی به نتیجه خواهد رسید، در حقیقت هر جا شهروندان در بحث آسیب‌های اجتماعی حضور پیدا کرده‌اند، نتایج و اثرات خوبی به دنبال داشته است.

فرماندار تهران تلاش برای کاهش آسیب‌های اجتماعی را از وظایف دستگاه‌های مرتبط با این حوزه خواند و افزود: ۱۲ دستگاه طبق قانون شورای عالی اداری موظفند به این امور رسیدگی کنند و مجتمع فوریت‌های اجتماعی نیز با همین هدف تشکیل شد تا هماهنگی و تعامل میان این دستگاه‌ها ایجاد شود که امروز کار خود را دنبال می‌کند، اما باید تقویت شود تا به نتایج مطلوب دست پیدا کنیم.

وجود پلاستیک در طبیعت باعث می‌شود آب امکان نفوذ به خاک نداشته باشد و سیل‌های مصنوعی ایجاد شود که خسارت‌های فراوانی را به همراه دارد. پلاستیک‌ها از طریق رودخانه‌ها و سیلاب‌ها وارد دریاها می‌شوند و مشکلات زیادی برای زیست‌مندان دریایی ایجاد می‌کنند

میلیون بشکه نفت مصرف می‌شود، این در حالی است که نفت یک ماده ارزشمند است و نباید به این راحتی دور ریخته شود.

امروز مصرف بی‌رویه و بیش از حد پلاستیک ضریان قلب زمین را کند و کندتر کرده و تنها راه نجات زمین استفاده از کیسه‌های سازگار با محیط زیست است که تولید آن‌ها در کشور ما چندان رواج ندارد و بسیار کم است، در حالی که این کیسه‌های سازگار در صورت قرار گرفتن در محیط غیرسمی، در کمتر از یک سال با تابش نور خورشید تجزیه می‌شوند و آثاری از خود بر جای نمی‌گذارند، اما بیشتر کیسه‌های پلاستیکی برای تجزیه کامل به ۱۰۰۰ سال زمان نیاز دارند و عمر آن‌ها بیش از ۱۰ برابر عمر انسان است.

متأسفانه ارزان بودن پلاستیک در ایران باعث شده مردم بی‌توجه به آثار مخرب این محصول، در هر خریدی از آن استفاده و لا جر مزین را خفه کنند. باید تا دیر نشده ممنوعیت استفاده از کیسه‌های پلاستیکی همه‌گیر شود. باید به عنوان انسان‌هایی مسئول مدام آمار و ارقام مربوط به مصرف و تولید مواد پلاستیکی را چک کنیم و برای مان مهم باشد. بر اساس آمار موجود جمعیت جهان تا سال ۱۴۰۴ نزدیک به ۱۰ میلیارد نفر و در ۱۴۱۴ از مرز ۱۰ میلیارد نفر می‌گذرد. باید بدانیم زمین تحمل روند تخریب‌کننده تکنولوژی را ندارد. در سطح سیاره، قشری نازک از نفت و فرآورده‌های آن کشیده شده است، شیوع پدیده پلاستیک در سطح زمین، اصطلاح «تمدن پلاستیکی» را از سوی کارشناسان رقم زده است و هم‌چنان که اشاره شد دانشمندان نام توده‌های شناور زباله در دریاها و اقیانوس‌ها را «قاره هفتم پلاستیکی» نامیده‌اند. قاره‌ای مرگبار از جنس زباله‌های پلاستیکی ساخته شده به دست انسان، که آینده زندگی سازنده‌اش را به نابودی می‌کشاند.

تولید می‌شود و ایران نیز با تولید بیش از ۴۵ هزار تن پسماند بیش از ۱،۲ درصد از تولید جهانی پسماند را در اختیار دارد. از سال ۲۰۱۳ میلادی به بعد سالانه یک تریلیون کیسه پلاستیکی به‌عنوان دوریز وارد چرخه مدیریت پسماند دنیا شده است. یعنی کشورهایی وارد مسئله باز یافت مواد پلاستیکی شده‌اند و حتی استفاده از نایلکس‌های پلاستیکی از ابتدای سال ۲۰۱۶ میلادی در سراسر اروپا ممنوع شده است.»

**پلاستیک و قاره کثیف هفتم!** انباشت پلاستیک در طبیعت به یکی از مواد مسموم‌کننده تنوع زیستی به‌ویژه پرندگان تبدیل شده است. این حیوانات به گمان یافتن غذا، تکه‌های پلاستیک را می‌خورند و مسموم می‌شوند. مدیر کل دفتر مشارکت‌های مردمی سازمان حفاظت محیط زیست می‌گوید: «وجود این میزان پلاستیک در طبیعت باعث می‌شود آب امکان نفوذ به خاک نداشته باشد و سیل‌های مصنوعی ایجاد شود که خسارت‌های فراوانی را به همراه دارد. پلاستیک‌ها از طریق رودخانه‌ها و سیلاب‌ها وارد دریاها می‌شوند که در این شرایط مشکلات زیادی را برای زیست‌مندان دریایی ایجاد می‌کنند.»

محمد درویش چنین ادامه می‌دهد: «هفت نقطه از کره زمین در اقیانوس‌ها با انبوه زباله‌های حاوی پونلیت، پلاستیک و مشتقات آن‌ها روبه‌رو است، در طول قرن گذشته حجم بسیار زیادی از زباله‌ها در خشکی‌ها و رودخانه‌های منتهی به دریاها و اقیانوس‌ها رها شده‌اند که در نهایت به پهنه‌های آبی رسیده‌اند و موجب مرگ ۱،۵ میلیون آبی‌زی و پرندگانی را که از آن‌ها تغذیه می‌کنند، شده‌اند. ۳۰۰ گونه مهم از این آبزیان و پرندگان نیز در معرض انقراض قرار گرفته‌اند.»

یکی عظیم‌ترین لکه‌های انباشت پلاستیکی، وسعتی ۳،۵ میلیون کیلومتر مربعی است در اقیانوس آرام و در بالادست جزیره هاوایی در غرب آمریکا که بیش از دو برابر مساحت ایران وسعت دارد و این روزها از آن به‌عنوان قاره هفتم یا قاره کثیف نام می‌برند. زباله‌های این قاره به تدریج تکه‌تکه می‌شوند و حیوانات با تصور غذا، آن‌ها را می‌خورند. همین مسئله مرگ سالانه یک میلیون آبی‌زی را به همراه دارد، البته این زباله‌ها به تدریج وارد چرخه غذایی انسان‌ها نیز می‌شود زیرا از ماهیان این دریاها و اقیانوس‌ها استفاده می‌کنیم.

**سالانه ۱۰۰ میلیون بشکه نفت برای تولید پلاستیک**  
بر اساس آمارها برای تولید پلاستیک در جهان سالانه ۶۰ تا ۱۰۰



**ماندگاری نزدیک به ابد!**  
بعضی‌ها می‌گویند مواد پلاستیکی ۲۰۰ تا ۵۰۰ سال در طبیعت می‌مانند. مشاور مدیرعامل سازمان پسماند شهرداری تهران البته میزان این ماندگاری را بیشتر از این‌ها می‌داند: «مواد پلیمری با ماندگاری حداقل ۳۰۰ تا ۱۰۰۰ سال ماده تجزیه‌ناپذیر محسوب می‌شوند، این مواد می‌توانند منشأ مخاطرات گسترده‌ای در محیط زیست شوند. در حالی که طول عمر مفید کیسه پلاستیکی در دست مصرف‌کنندگان اندک است و به بیش از ۲۰ دقیقه (۱۲ تا ۲۰ دقیقه) نمی‌رسد، اما سرعت تجزیه این ماده در طبیعت بسیار کند بوده و گاه زمانی بیش از ۴۰۰ سال برای تجزیه اغلب این کیسه‌ها نیاز است.» شهرام فیروزی هشدار می‌دهد: «اگر به‌همین منوال به مصرف این مواد ادامه دهیم به‌زودی تمام پهنه‌های طبیعت اعم از جنگل‌ها، دریاها و حتی بیابان‌ها پسماند کیسه‌های پلاستیکی انباشته خواهد شد.»

به اعتقاد شهرام فیروزی، محصولات پلاستیکی علاوه بر گرمایش جهانی و ایجاد آلودگی بصری مناظر طبیعی، در معرض حرارت، نور خورشید، سرما و آب تغییر حالت داده و با نشت مواد شیمیایی جان‌تمام حیوانات، گیاهان و در نهایت انسان‌ها را به خطر

به گفته رئیس سازمان حفاظت محیط زیست میزان استفاده از پلاستیک در کشور بسیار نگران‌کننده است و باید با هدف حفظ محیط زیست استفاده از کیسه‌های پلاستیکی و سایر پلیمرها در ایران کاهش یابد. «استرکیش لاروش» مدیر دفتر منطقه‌ای یونسکو در تهران نیز با ابراز نگرانی درباره افزایش آلودگی‌های دریایی، می‌گوید: «سالانه ۸ میلیون تن پلاستیک وارد اقیانوس‌ها می‌شود. تا سال ۲۰۵۰ اقیانوس‌ها حاوی پلاستیک بیشتری خواهند بود و تا ۳۴ سال آینده وزن پلاستیک‌های موجود در اقیانوس‌ها بیشتر از وزن ماهی‌ها خواهد شد.

ما به شدت به مصرف پلاستیک عادت کرده‌ایم، با مردم جاهای دیگر دنیا کای ندارم اما خود ما ایرانی‌ها هر روز نفری بین پنج تا هفت کیسه یا بطری پلاستیکی مصرف و بعد آن‌ها را به‌صورت زباله روانه طبیعت می‌کنیم. البته پیشنهادهایی در زمینه حذف کیسه پلاستیکی شده است؛ مثلاً استفاده از کیسه‌های پارچه‌ای. حتی بعضی از فروشگاه‌ها، وقتی خرید مشتری به سقف خاصی می‌رسد به او یک کیسه پارچه‌ای هدیه می‌دهند. اما با توجه به خریدهای هفتگی و حتی ماهانه ما که معمولاً حجم زیادی را هم در بر می‌گیرد، ما به تعداد زیادی کیسه پارچه‌ای نیاز داریم که هم زود کثیف می‌شوند و هم کوچک‌اند و زود پری می‌شوند و بیشتر مناسب خریدهای فانتزی و پوشاک و لوازم التحریر هستند تا موادی که شامل سبذ غذایی خانواده می‌شود. این هم آشکالی ندارد اگر همت کنیم و حداقل با استفاده از دو سه کیسه پارچه‌ای، مقداری از مصرف پلاستیک را کم کنیم. حتی شده یک عدد در روز. همین خودش یک حرکت موثر و بزرگ است. ما با کم کردن یک کیسه پلاستیکی نه‌در روز بلکه در هفته می‌توانیم از مصرف حدود یک میلیارد کیسه پلاستیکی در سال جلوگیری کنیم و به این ترتیب نگذاریم ۷ هزار تن پلاستیک به طبیعت وارد شود.

حتماً وقتی که در جاده‌های خودمان به مسافرت می‌روید، درختانی را دیده‌اید که از شاخ و برگ‌شان کیسه‌های پلاستیکی آویزان است. دشت‌ها و مزرعه‌ها، تپه‌ها و صخره‌ها و جنگل و ساحل دریاها هم انباشته از کیسه‌ها و بطری‌های پلاستیکی است. دیدن مناظری این چنینی حال اغلب ما را بد می‌کند. گاهی شاید به سرمان بزند که پیاده شویم و شروع کنیم به جمع کردن این پلاستیک‌های روئیده بر درخت و دشت و دمن. اما این کاری است که اگر نقطه آغاز مشخص است، نقطه پایانی ندارد. و حتی فکرش تن‌وران‌مان را به درد و لرزه می‌آورد، چرا که تألید می‌شود این کار را ادامه داد؛ پلاستیک‌ها همه جا هستند. در همه جا نفوذ کرده‌اند. دانشمندان البته خبرهای داغ‌تری هم دارند؛ در خون اغلب جانوران و حتی انسان‌ها، میکروپلاستیک دیده شده است. گویا داریم به سمتی می‌رویم که میکروپلاستیک‌ها، به یکی از گلوبول‌های شناور در خون مان، بدل خواهند شد. چه کسی چنین فرگشتی برای موجودات زنده پیش‌بینی می‌کند؟ دانستن اما سوی دیگری هم دارد:



حتماً کسانی را در اطراف خود می‌شناسید که در نتیجه اعتماد به افراد نامناسب، ضربه‌بدی خورده باشند و یا حتی ممکن است خود شما هم در زمره یکی از این افراد باشید؛ بنابراین ممکن است یکبار برای همه افراد در زندگانی شرايطی پیش آمده باشد که در نتیجه اعتماد به فرد دیگر آسیب دیده و خسارت مادی و معنوی بسیاری را متحمل شده باشند. به‌باور کارشناسان روانشناس نحوه اعتماد کردن افراد به یکدیگر تأثیر زیادی روی کیفیت زندگی می‌گذارد. اینکه شخص به چه کسی و چه چیزی اعتماد کند، بسیار حائز اهمیت است؛ و همانطور که با اعتماد بجا، اتفاقات خوب را بسوی

بدون اعتماد دلیلی برای ادامه وجود ندارد!

خود جذب می‌کنید با اعتماد ناچیزان چنانچه ممکن است مشکلات فراوانی برای خود بوجود آورید. نکته مهم آن است که اینگونه مشکلات قابل پیشگیری هستند و چه بهتر است که چنین رنج‌های قابل پیشگیری را تحمل نکنید. اگر دقت کنید نشانه‌ها همیشه وجود داشته‌اند اما شما آنها را نادیده گرفته‌اید. نگذارید آرزوی دستیابی به شرايطی بهتر در شما مانع از شنیدن فریاد واقعیت‌ها شود. از این سوآل بسیار مهمی که ممکن است ذهن بسیاری از افراد را درگیر کند آن است که، با وجود تجربیات تلخ و ناخوشایند گذشته، چطور می‌توان اعتماد به نفس خویش را باز یافت و مجدداً به دیگران اعتماد کرد؟ در پاسخ به این پرسش روانشناسان معتقدند اعتماد کردن به دیگران دارای شدت و درجات متفاوتی است و از این رو قرار نیست آدمی به همه کسانی که

خود جذب می‌کنید با اعتماد ناچیزان چنانچه ممکن است مشکلات فراوانی برای خود بوجود آورید. نکته مهم آن است که اینگونه مشکلات قابل پیشگیری هستند و چه بهتر است که چنین رنج‌های قابل پیشگیری را تحمل نکنید. اگر دقت کنید نشانه‌ها همیشه وجود داشته‌اند اما شما آنها را نادیده گرفته‌اید. نگذارید آرزوی دستیابی به شرايطی بهتر در شما مانع از شنیدن فریاد واقعیت‌ها شود. از این سوآل بسیار مهمی که ممکن است ذهن بسیاری از افراد را درگیر کند آن است که، با وجود تجربیات تلخ و ناخوشایند گذشته، چطور می‌توان اعتماد به نفس خویش را باز یافت و مجدداً به دیگران اعتماد کرد؟ در پاسخ به این پرسش روانشناسان معتقدند اعتماد کردن به دیگران دارای شدت و درجات متفاوتی است و از این رو قرار نیست آدمی به همه کسانی که



حتماً کسانی را در اطراف خود می‌شناسید که در نتیجه اعتماد به افراد نامناسب، ضربه‌بدی خورده باشند و یا حتی ممکن است خود شما هم در زمره یکی از این افراد باشید؛ بنابراین ممکن است یکبار برای همه افراد در زندگانی شرايطی پیش آمده باشد که در نتیجه اعتماد به فرد دیگر آسیب دیده و خسارت مادی و معنوی بسیاری را متحمل شده باشند. به‌باور کارشناسان روانشناس نحوه اعتماد کردن افراد به یکدیگر تأثیر زیادی روی کیفیت زندگی می‌گذارد. اینکه شخص به چه کسی و چه چیزی اعتماد کند، بسیار حائز اهمیت است؛ و همانطور که با اعتماد بجا، اتفاقات خوب را بسوی