

چرا دولت به وعده‌های خود برای کارگران عمل نکرد؟



با گذشت دو روز از دیدار جامعه کارگری کشور با رهبری و در حالی که ایشان در این دیدار، کارگران را «ستون فقرات تولید» و مهم‌ترین رکن پایداری اقتصاد کشور معرفی کردند، انتظار می‌رفت کابینه سیزدهم، حداقل در آستانه روز جهانی کارگر روی خوش‌تری به جامعه ۱۵ میلیون نفری کارگران کشور نشان دهد و در پاسخ به موج مطالبه‌گری‌های صنفی که ظرف ۴۰ روز اخیر در کشور شاهد بودیم، اقدام موثری برای جبران سوءمدیریت و تصمیمات غلط اقتصادی خود داشته باشد که چنین نشد.

در حالی که از ابتدای فروردین امسال، محور مشترک اعتراضات صنفی جامعه کارگری در بخش‌های مختلف صنعت، ابطال مصوبه شورای عالی کار و اقدام جدید برای اصلاح دستمزدها و افزایش حداقل مزد در مقابل نرخ تورم بالای ۴۰ درصد بوده، دیروز صولت مرتضوی؛ وزیر کار که پیش از انتصاب به وزارت و تا پایانیز ۱۴۰۱، معاون اجرایی ابراهیم رییسی بود و از نهاد ریاست‌جمهوری با

خط مستقیم به مهم‌ترین و پول‌سازترین وزارتخانه کشور رفت تا منافع دولت را در وزارت کار تضمین و تامین کند، به صراحت اعلام کرد که «افزایش حداقل دستمزد ۱۴۰۲ به منظور بهبود وضعیت معیشتی کارگران صورت گرفته و اصلاح دستمزد ۱۴۰۲ در دستور کار نیست»

با این اعلام وزیر کار، پرونده وعده‌های دولت در مصوبه ۲۹ اسفند ۱۴۰۱ شورای عالی کار بابت ترمیم مزد کارگران را باید منخومه دانست که البته این اولین‌بار نیست که دولت سیزدهم در مقابل جامعه کارگری بدقولی و عهد شکنی می‌کند. جامعه کارگری فراموش نکرده که ۷ اردیبهشت پارسال و در اولین روز از هفته کارگر، ابراهیم رییسی در مراسم تقدیر از کارگران یکی از کارخانه‌های تولید تایر در تهران، ضمن دستور به وزیر خود برای تامین امنیت شغلی کارگران، در تعریف و تکریم کارگران چنین گفت: «کارگر ستون و محور تولید است و

در آیات قرآن، سیره ائمه(ع) و در گفتمان امام راحل و مقام معظم رهبری کار و کارگر جایگاه شایسته و بلندی دارند. تجلیل از کارگران نباید به هفته کارگر محدود شود، کارگران محور تحقق اقتصاد مقاومتی و ساختن کشوری مستقل و قدرتمند و ایجاد امنیت اقتصادی هستند لذا همه ما به ویژه مسوولان دولت باید به فکر تامین و ارتقای معیشت کارگران و مهارت‌افزایی آنها باشیم.

دولت مردمی همواره تاکید کرده که عدالت، محور برنامه‌های این دولت برای رشد و پیشرفت است، همه مسائل کارگران باید با محوریت عدالت حل‌وفصل شود. مسائلی نظیر بیمه، خدمات اجتماعی و درمانی به کارگران و پرداخت به موقع حقوق از جمله مسائلی است که باید در اولویت توجه مسوولان امور کارگری باشد. بنده صراحتا اعلام کردم که هیچ شرکت، پیمانکار یا واحد تولیدی به هیچ‌وجه حق ندارد در پرداخت منظم و به موقع حقوق کارگران تعلل کند و اگر واحدی مشکل مالی داشته باشد هم، باید این مشکل را در بخش دیگری حل کند و اجازه ندارد تبعات آن را متوجه حقوق کارگران کند. ارتقای امنیت شغلی کارگران از دغدغه‌های مهم کارگران و از اولویت‌های دولت است و وزارت کار باید با جدیت در راستای رفع نگرانی کارگران در این زمینه بکوشد. از وزیر کار می‌خواهم که این دغدغه را با در نظر گرفتن همه اقتضائات و جوانب موضوع و با مشارکت خود کارگران، فعالان کارگری و اقتصادی و همه بخش‌های مرتبط و مسوول پیگیری و برطرف کند تا یک اطمینان و آرامش نسبی برای کارگران ایجاد شود.توجه بیشتر به آموزش و مهارت‌افزایی، ارتقای شرایط ایمنی و بهداشت فضای کار و تامین مسکن کارگری از دیگر مسائلی است که باید به‌طور جدی از سوی مسوولان امور کارگری مورد پیگیری قرار گیرد.

وزیر کار با همکاری تشکل‌های کارگری و با فعال کردن

فعالیت کمتری در این مناطق نشان دادند.

با این چای افسردگی را از خود دور کنید
با این حال، محققان این اثر مشابه را روی موش‌های مقاوم در برابر استرس پیدا نکردند. به عبارت دیگر، مشخص شد که چای ماچا با توجه به حساسیت موش‌ها به استرس، اثرات متفاوتی دارد. محققانی که در این مطالعه شرکت نداشتند در این مورد اظهار کردند که موش‌ها و انسان‌ها از نظر فیزیولوژیکی متفاوت هستند و ممکن است به چای ماچا پاسخ یکسانی نشان ندهند. همچنین یک سوال می‌تواند پیری ناشی از استرس که برای درمان افسردگی لازم است وجود دارد زیرا شواهد بالینی کمی در مورد تاثیر آن بر انسان وجود دارد. علاوه بر این افسردگی علل دیگری به جز انتقال دهنده‌های عصبی مختل شده نیز دارد که مشکلات هورمونی، سیستم گوارشی، ژنتیک و پاسخ های استرس

نتایج تحقیق سال ۲۰۲۳ که در نشریه میوه‌ها، سبزیجات و غلات کامل تمرکز دارد و شیرینی‌ها، غذاهای تصفیه شده و فراآوری شده و گوشت قرمز را محدود می‌کند، اغلب با علائم افسردگی کمتر همراه است. ما می‌دانیم که چای می‌تواند با التهاب مبارزه کند و به محافظت در برابر بیماری‌های قلبی و برخی از انواع سرطان کمک کند. فلاونویدهای موجود در چای سبز همچنین می‌توانند کلسترول و فشار خون را کاهش دهند. ماچا که پودر چایی است و از برگ‌های چای سبز آسیاب شده تهیه می‌شود، می‌تواند آنتی‌اکسیدانی معادل ۱۰ فنجان چای سبز دم کرده داشته باشد اما آ یا این چای غنی از آنتی‌اکسیدان می‌تواند سلامت روان شما را بهبود بخشد؟

رضوی انجمن روانپزشکی آمریکا می‌گوید که افسردگی می‌تواند از هر نفر یک نفر را در طول زندگی تحت تاثیر قرار دهد و علائم عاطفی یا جسمی ایجاد کند که بر زندگی شغلی و خانوادگی فرد تاثیر بگذارد.

افسردگی زمانی رخ می‌دهد که انتقال‌دهنده‌های عصبی در مغز مختل شوند این مورد باعث از بین رفتن فعالیت مغزی خاصی می‌شود که خلق و خوی فرد را تنظیم می‌کند. اگرچه ترکیب مشاوره و دارو می‌تواند به درمان افسردگی کمک کند، داشتن خواب کافی با کیفیت و اجتناب از مصرف الکل راه‌هایی برای بهبود وضعیت فرد به همان اندازه مفید محسوب می‌شوند. به گفته دانشکده پزشکی هاروارد، آنچه می‌خورید و می‌نوشید نیز می‌تواند بر افسردگی تاثیر بگذارد. رژیم‌های غذایی

چه زمانی کودک‌مان به روانشناس نیاز دارد؟

کودکان نیز همانند بزرگسالان ممکن است دوره های سختی را تجربه کنند که مراجعه به یک متخصص سلامت روان می‌تواند به آنها برای مقابله با این چالش کمک کند.

به نقل از سایت تخصصی «وریول فمیلی»، کودکان در طول دوران طفولیت ممکن است با استرس مدرسه، قلدری، غم و اندوه و موارد دیگر دست و پنجه نرم کنند. با این حال گاهی اوقات از بیان مشکل خود امتناع می‌کنند و گاهی نیز بزرگسالان مطمئن نیستند که این مشکل کودکان، زودگذر است یا نیاز به توجه جدی‌تری دارد.

در ادامه به برخی از علائمی خواهیم پرداخت که والدین اگر آن‌ها را به صورت طولانی مدت و تکرار‌شونده در کودک خود دیدند، بهتر است از یک متخصص سلامت روان برای بهبود حال فرزندشان کمک بگیرند.

✱ تغییر عادات خوردن یا خوابیدن
اگر عادات غذا خوردن یا خواب کودک شما به شدت تغییر کرده است، این تغییرات را نادیده نگیرید. همچنین عادات غذایی جدید می‌تواند نشانه افسردگی، اضطراب یا حتی اختلال در خوردن باشد.

خوب جویدن غذا، وعده‌های کم و مکرر در طول روز، عدم مصرف وعده سنگین قبل از خواب می‌تواند در بهبود علائم این بیماران موثر باشد. میوه و سبزیجات تازه و مواد غذایی حاوی سلنیوم از قبیل مغزها و خصوصا بادام هندی، غذاهای دریایی، گوشت مرغ، گوشت گوسفند و جگر برای سلامت معده مفید می‌باشند.
چه چیزی باعث ایجاد زخم معده می‌شود؟

به گزارش سلامت نیوز به نقل از وب ام دی، معده یکی از شگفتی‌های بدن

چای سبز با عسل

سامانه کاربایی این وزارتخانه

هرچه سریع‌تر بساط دلای نیروی انسانی را جمع کند تا کارگران بتوانند در سامانه جامع کار بدون واسطه و با حفظ کرامت و احترام توانمندی‌های خود را به کارفرمایان معرفی کنند و کارفرمایان نیز با رعایت احترام از آنها دعوت به کار کنند. وزارت کار و به خصوص سازمان تامین اجتماعی دغدغه‌آن دسته از کارگران را که مشاغل آنان از مصداق مشاغل سخت و زیان‌آور است مورد توجه قرار دهند و در اجرای این قانون با سهولت و عدم سخت‌گیری عمل کنند.»

تحلیل محتوای اعتراضات ۴۰ روز اخیر کارگران در بخش‌های مختلف صنعت نشان می‌دهد که دولت سیزدهم، در دومین سال فعالیت خود، نه تنها معضلات مهمی همچون اصلاح و اجرای صحیح طرح طبقه‌بندی مشاغل، رفع ایرادات پوشش بیمه‌ای کارگران ساختمانی، اصلاح آیین‌نامه‌ها و چارچوب‌های قانونی مرتبط با قراردادهای شغلی و اقدام جدی برای مجازات و جریمه پیمانکارانی که برای فرار بیمه‌ای، همچنان قراردادهای سفید و یک‌طرفه و ۸۹ روزه با کارگران منعقد می‌کند، ایجاد ضمانت اجرای قانون کار در قبال مشاغل سخت

و زیان‌آور و نظارت جدی بر لیست‌های بیمه‌ای این مشاغل با هدف جلوگیری از فرار بیمه‌ای کارفرمایان، حمایت‌های قانونی و صنفی از شغلی از کارگران پروژه‌ای، الزام‌آوری امن کردن محیط کار و مجازات برای کارفرمایان متخلفی که با هدف سودآوری بیشتر، جان کارگر را در کارگاه ناامن به خطر می‌اندازند، ایجاد امنیت شغلی از طریق واداشتن کارفرمایان به رعایت صد درصدی مفاد قانون کار، افزایش حداقل دستمزد کارگران مطابق با تعاریف و تاکسیدات ماده ۴۱ و ۱۶۷ قانون کار و همخوانی این میزان افزایش با نرخ تورم اعلام شده از سوی بانک مرکزی و سبد معیشت، حذف پیمانکاران از بدنه نفت و پتروشیمی و پالایشگاه‌ها و در نهایت، رسیدگی به شکایات گسترده کارگران بابت معوقات مزد و مزایای صنفی

است.چای سبز دارای مواد مختلفی است که می‌تواند برای سلامت روان شما مفید باشد. اولین مورد ایپي گالوکاتچين گالات است که به نام EGCG نیز شناخته

می‌شود. طبق مطالعه منتشر شده در سال ۲۰۱۲، این پلی فنول از چای سبز دارای خواص قوی برای مبارزه با سرطان است.کافئين موجود در چای سبز می‌تواند هوشیاری را افزایش دهد، در حالی که ال-تینين (L-theanine) می‌تواند خلق و خوی شما را با تحریک گابا (آمینو بوتیریک اسید)، دوپامین و سروتونین بهبود بخشد. بر اساس مطالعه ۲۰۲۱ منتشر شده در نشریه مولکول‌ها، تینین و آرژنین می‌توانند پیری ناشی از استرس را در مغز کاهش دهند. مطالعه سال ۲۰۲۲ منتشر شده در نشریه مواد مغذی، یک تحقیق دو قسمتی روی چای سبز انجام داد که بخش اول شامل موش و بخش دوم شامل انسان بود. این مطالعه بیشتر بر روی نسبت کافئین و ایپی گالوکاتچین

جامعه

سه‌شنبه ۱۲ اردیبهشت‌ماه۱۴۰۲
سال دوازدهم
شماره۱۶۳۴

را حل و مرتفع نکرده، با نادیده گرفتن تکالیفات قانون کار درباره ضرورت بی‌طرفی در شورای عالی کار و اعمال نظر در مذاکرات سه‌جانبه مزدی به نفع جامعه کارفرمایی در آخرین جلسه شورای عالی کار در اسفند ۱۴۰۱، قانون را هم زیر پا گذاشته است.

قانون‌شکنی‌های کابینه سیزدهم در حوزه مطالبات کارگری در حالی است که رهبری در دیدار جامعه کارگری با ایشان در روز ۹ اردیبهشت امسال و در پنجمین روز از هفته کارگر، با اعلام اینکه «اقدام نکردن در زمینه بیمه و امنیت شغلی، ظلم به کارگران است»، در تبیین وظایف مسوولان در قبال کارگران، تعریف زبانی از کارگران را خوب اما ناکافی خواندند و به مسوولان و کارآفرینان و سرمایه‌گذاران خاطرنشان کردند: «ارتقای زندگی کارگر و اطمینان خاطرش به امنیت شغلی و چرخیدن راحت چرخ زندگی، باعث افزایش کیفیت کار و محصول می‌شود. بنابراین، هر تلاشی برای ارتقای زندگی کارگران، در واقع سرمایه‌گذاری برای سود بیشتر است.تولید، ستون فقرات کشور و کارگران، ستون فقرات تولید است. بخش مهمی از شعار امسال یعنی رشد تولید، به جامعه کارگری مربوط می‌شود و کارگران برای انجام وظایف در این زمینه باید با دلگرمی و اطمینان خاطر پای کار بایند.ظلم به کارگر فقط دستمزد ندادن نیست، بلکه اقدام نکردن در زمینه بیمه، بهداشت، آموزش، ابتکار، مهارت‌افزایی، سلامت خانوادگی و امنیت شغلی نیز ظلم به کارگران است.»

رهبری در عین حال برخی اعتراض‌ها در محیط کارگری از جمله اعتراض به تاخیر در پرداخت حقوق‌ها یا واگذاری‌های غلط و فاسد را بجا دانستند و گفتند: «این اعتراض‌ها در واقع کمک به دولت و نظام و آگاه کردن آهستات و در این موارد نیز هر جا دستگاه‌های مسوول مانند قوه قضاییه وارد شدند، دیدند که حق با کارگران است.»



پس از دو هفته، گروهی که نسبت CE/TA بالاتری نوشیدند، سطوح اضطراب را کاهش دادند. هر دو گروهی که ماچا مصرف کردند، شاهد بهبودی در تمایلات افسردگی خود بودند. با این حال، افراد درگیر به این مطالعه، بزرگسالان سالم بودند، نه افرادی که افسردگی یا اضطراب در آنها تشخیص داده شود.



رئیس سابق مرکز سنجش وزارت آموزش و پرورش هشدار داده بود: «در آزمون سراسری سال ۹۹-۹۸، ۸۳،۹۴ درصد رتبه‌های زیر سه هزار برای مدارس استعدادهای درخشان، نمونه‌دولتی، غیردولتی و مدارس (شاهد) بودند و این مدارس ۸۷،۳۱ درصد دانش‌آموزان را تحت پوشش قرار می‌دهند. اینکه از ۴۰ دانش‌آموز برگزیده کنکور سراسری امسال فقط یک دانش‌آموز در مدرسه دولتی درس خوانده، یک فاجعه و شکاف اقتصادی و مالی و آموزشی تمام‌عیار محسوب می‌شود که حتی در لیبرال‌ترین جوامع جهان هم کمتر شاهد آن هستیم. تقریباً در هیچ کشور توسعه‌یافته‌ای ردی از آموزش طبقاتی دیده نمی‌شود و تلاش‌شان بر استقرار عدالت آموزشی منطبق با برخورداری‌های برابر از امکانات و کیفیت آموزش یکسان است.» طبق مشاهدات «جهان صنعت» شهریه مدارس غیرانتفاعی در مقطع ابتدایی از ۱۲ میلیون شروع شده و هر چه امکانات و کلاس‌های فوق‌برنامه یا برنامه‌های سرگرمی ... و اضافه شود، این عدد نیز بیشتر می‌شود. آنچه بر نگرانی کارشناسان افزوده کیفیت آموزشی است



باکتری های «خوب» به نام پروبیوتیک هستند. آنها ممکن است با مبارزه با عفونت هلیکوباکتر پیلوری به درمان بهتر زخم معده کمک کنند.

شوند.
چه غذاهایی برای میکروب معده خوب است؟

پزشکان به مردم می‌گویند برای درمان زخم خود شیر بخورند. این قبل از آن بود که داروهای بهتری مانند داروهای کنترل کننده اسید به وجود بیاید. امروزه می‌دانیم که شیر نمی‌تواند به پیشگیری یا تسکین زخم معده کمک کند. در واقع، ممکن است با تحریک معده شما برای تولید اسید بیشتر، اوضاع را بدتر کند. غذاهای حاوی پروبیوتیک

غذاهایی مانند ماست، میسو، کیمچی، کلم ترش، کومبوچا و تمپه سرشار از

مهمترین عامل التهاب مزمن بافت اسیدی معده زنده بماند که بوسیله همین مکانیسم‌ها به جدار معده آسیب می‌رساند. این باکتری می‌تواند هم از طریق طبیعی و هم از طریق سیستم ایمنی و تولید سیتوکینهای خاص باعث ایجاد التهاب معده شود. شیوع عفونت هلیکوباکتریپیلوری بطور معمول مرتبط با شرایط ژنوتکرافی و اقتصادی-اجتماعی جامعه می‌باشد. در کشور ما شیوع این عفونت حدود ۸۰ درصد (در افراد بزرگسال) می‌باشد و حدود ۱۵-۲۰ درصد از این افراد دچار زخم معده و ۱۰ درصد نهایتا دچار سرطان معده می‌شوند. هلیکوباکتریپیلوری

مکانیسم‌های خاصی می‌تواند در محیط اسیدی معده زنده بماند که بوسیله

همین مکانیسم‌ها به جدار معده آسیب می‌رساند. این باکتری می‌تواند هم از طریق طبیعی و هم از طریق سیستم ایمنی و تولید سیتوکینهای خاص باعث ایجاد التهاب معده شود. شیوع عفونت هلیکوباکتریپیلوری بطور معمول مرتبط با شرایط ژنوتکرافی و اقتصادی-اجتماعی جامعه می‌باشد. در کشور ما شیوع این عفونت حدود ۸۰ درصد (در افراد بزرگسال) می‌باشد و حدود ۱۵-۲۰ درصد از این افراد دچار زخم معده و ۱۰ درصد نهایتا دچار سرطان معده می‌شوند. هلیکوباکتریپیلوری

و روانی، شیمیایی، مصرف الکل، مصرف طولانی مدت قرص آسپرین و نتیاکو باشد. اما یکی از مهمترین دلایل ایجاد آن عفونت ناشی از باکتری موسوم به هلیکوباکتریپیلوری می‌باشد.-اگرچه غذا باعث ایجاد یا درمان زخم نمی‌شود، برخی از آنها می‌توانند درد شما را بدتر کنند، در حالی که برخی دیگر ممکن است به بهبود سریعتر شما کمک کنند. هلیکوباکتریپیلوری یک باکتری گرم منفی است که محل اصلی زندگی آن جدار معده می‌باشد. این باکتری با