

حوادث

کارگر ساختمانی که دلارفروشی می‌کرد، قاتل از آب درآمد

بخش اجتماعی– کارگر ساختمانی که در سودای پولدار شدن به خرید و فروش دلار رو آورده بود، وقتی خود را با ضرر ۴۰۰ میلیون تومانی رو به رو دید نقشه یک جنایت را اجرا کرد. بعد از ظهر دوشنبه ۲۸ اسفند سال گذشته، گزارش تیراندازی در حوالی چهارراه گلوندک از سوی مأموران کلاتری ۱۱۳ بازار به بازپرس کشیک قتل پایتخت اعلام شد.

بدین ترتیب بازپرس محسن مدیر روستا و تیمی از کارآگاهان بررسی صحنه جرم راهی محل شدند. در تحقیقات میدانی شخص‌شد مقتول مرد ۵۱ ساله‌ای بوده که هنگام سوار شدن بر موتورسکلتش از سوی مرد جوانی با شلیک دو گلوله به قتل رسیده است.

در بازبینی دوربین‌های مداربسته محل حادثه، تصویر متهم ۴۱ ساله به‌دست آمد. همزمان با شناسایی هویت وی مشخص شد، رستم، یکی از دلان دلار بوده است که بعد از این جنایت ناپدید شده است.
بدین ترتیب تحقیقات برای دستگیری عامل این جنایت از سوی کارآگاهان اداره دهم پلیس آگاهی پایتخت ادامه یافت، تا اینکه کارآگاهان جنایی باخبر شدند رستم در ساختمان نیمه‌سازی مشغول گچکاری شده است. با شناسایی مخفیگاه متهم، وی ساعت ۳ بعد از ظهر دوشنبه ۲۴ اردیبهشت و پس از ۵۶ روز فرار دستگیر شد.

وی در تحقیقات گفت: برای کارگری به تهران امدم اما دریافت دلالی دلار کار بهتری است به همین خاطر وارد این کار شدم و از این دلالی هم پول خوبی گیرم آمد، تا اینکه به مرد میانسالی ۴۰۰ میلیون تومان دلار فروختم و او زیر معامله زد و پولم را نداد. از آنجایی که تمام این داد و ستدها زبانی بود و روی کاغذ نوشته نشده بود، من مدرکی برای گرفتن پولم نداشتم. بعد از مدتی هم مرد بدهکار فرار کرد، او یک دوست نزدیک به نام شهیار داشت که کارهایش را هم انجام می‌داد. به سراغ شهیار رفتم و از او خواستم محل مخفی شدن مرد بدهکار را به من نشان بدهد اما او منکر شد و گفت خبری از وی ندارد. در همین giro دار عصبانی شدم و ناگهان با اسلحه‌ای که همراهم بود دو گلوله به او زدم و فرار کردم.

سرهنگ حمید مکرم، معاون مبارزه با جرایم پلیس آگاهی تهران بزرگ گفت: متهم که در یک ساختمان نیمه کاره در منطقه ولنجک کارگری می‌کرد پس از دستگیری تحویل دادسرا شد. تحقیقات از او به دستور بازپرس شعبه ششم دادسرای امور جنایی تهران ادامه دارد.

●●●●●

دعوی «تبری» راننده‌ها وسط اتوبان بر سر سبقت

بخش اجتماعی– مردی که با تیر به یک خودرو در بزرگراه آزادگان حمله کرده بود، شناسایی و دستگیر شد. علت این حادثه عجیب جر و بحث ضارب با راننده یک تیبیا بر سر سبقت بوده است.

بعداظهر ۲۰ اردیبهشت سال جاری بود که وقوع یک فقره درگیری در بزرگراه بعثت به پلیس اعلام شد که دقیقی بعد تیمی از مأموران انتظامی به محل حادثه اعزام شدند.با حضور پلیس در محل حادثه، مرد جوانی هراسان به سمت ماموران رفت و در اظهاراتش به پلیس گفت:« همراه با همسر، کودک چهارماهه، مادرم و مادرزم سوار ماشینم بود که یک مزدا دوکابین از پشت سر مندا به من چراغ داد تا از من سبقت بگیرد. اما مسیر مقابل ترافیک بود، درنهایت این راننده از من سبقت گرفت؛ اما همزمان حین سبقت گرفتن کامیونی نیز از کنار ما رد شد و من برای اینکه با کامیون تصادف نکنم به سمت راست بزرگراه منحرف شدم و توقف کردم. من هم که از نحوه رانندگی او به شدت عصبانی بودم به او اعتراض کردم و از او خواستم که در حاشیه بزرگراه توقف کند.

اما او در جواب به من فحاشی کرد و چند متر جلوتر از خودروی من، توقف کرد. همسر من در همان حین با تلفن همراهش اقدام به فیلمبرداری از پلاک این راننده کرد تا موضوع را به پلیس گزارش کنیم. اما ناگهان راننده مزدا درحالی که تیر دستش بود از خودرو پیاده و به طرف خودروی من حمله‌ور شد.

او شیشه جلوی تیبایی من را درحالیکه زن و بچه همراهم بود، خرد کرد. در این حین دست من نیز آسیب دید و او به سرعت متواری شد. پس از اظهارات این مرد، تیمی از مأموران اداره آگاهی با شناسایی متهم برای بازداشت وی دست به کار شدند و در نهایت او را بازداشت کردند.

متهم این پرونده پس از بازداشت، در اظهاراتش به مأموران گفت:«من تازه ازدواج کرده‌ام و مزدا هم برای برادرم است. روز حادثه در بزرگراه در حال رانندگی بودم که فردی با من تماس گرفت که ۱۰۰ میلیون تومان از او طلب دارم، در آن زمان با فرد بدهکار تلفنی جروبحثم شد که ناگهان کامیون از کنار خودرویم رد شد و من برای اینکه با او تصادف نکنم به سمت خودروی شاکلی فرمان دادم. راننده تیبیا هم نتوانست ماشینش را کنترل کند و به طرف حاشیه بزرگراه رفت.

در آن زمان درگیری لفظی بین ما اتفاق افتاد، من نیز هم که خیلی عصبی بودم توقف کردم و تنها چیزی که در آن زمان به چشمم خورد، یک تیر بود که داخل ماشین داشتم. من تیر را برداشتم و به سمت خودرو حمله‌ور شدم، نمی‌دانستم داخل خودرو کودک است و بچه را ندیدم، فقط قصد ترساندن آنها را داشتم.»

●●●●●

اعدام دو متجاوز در مشهد و در ملأعام

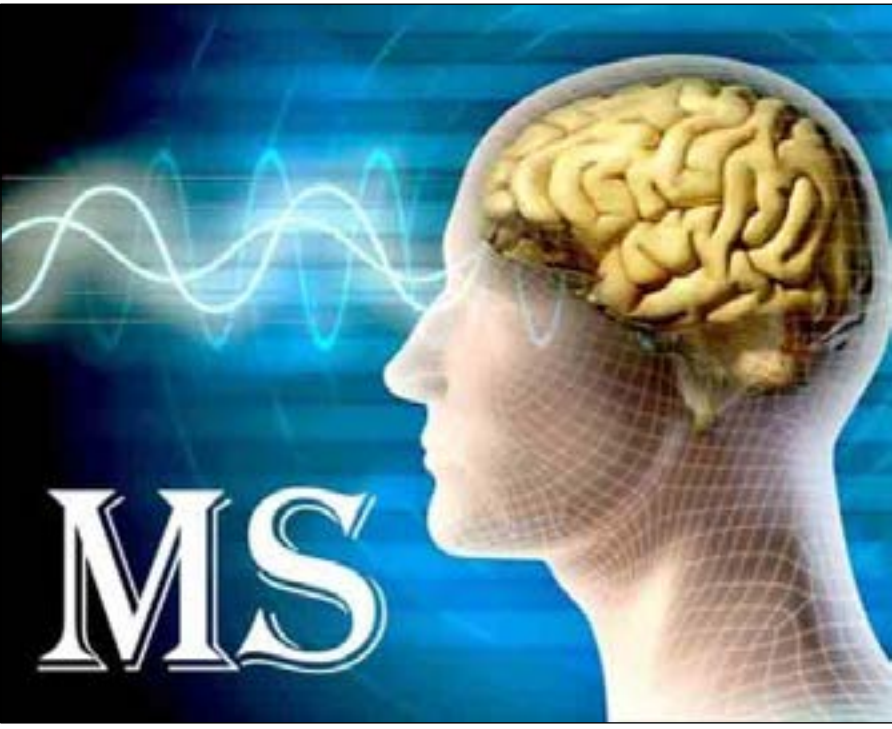
بخش اجتماعی– دو متجاوز به عنف مشهد صبح دیروز در ملأعام به دار مجازات آویخته شدند. این دو اعدای با تاکسی زنان و دختران را به خلوتگاه برده و به آنها تجاوز می کردند. ساعت ۹ صبح دیروز سه شنبه ۲۵ اردیبهشت ماه ،متجاوز به عنف در مشهد به دار مجازات آویخته شدند. این اعدام در ملا اجرا شد.

{اجتماعی}

با این رفتارهای اشتباه ام اس می گیرید

بی حسی و مور مور شدن انگشتان

بی حسی و مورمور شدن مداوم که معمولاً صورت و دست ها و پاها را درگیر می کند، عارضه ی شایع بیماران مبتلا به MS است که به علت آسیب



و تخریب سلول ها عصبی در مغز و نخاع ایجاد می شود. اما این وضعیت برای فردی که هنوز به بیماری مبتلا نشده و یا برای اولین بار است که آن را تجربه می کند، بسیار عجیب به نظر می رسد. در واقع بی حسی و مورمور شدن می تواند در ابتدا به صورت حمله ای فرد را مورد آسیب قرار دهد. پاها شایع ترین بخش بدن برای بروز این عارضه اند.

ضعف و گرفتگی عضلات

اسپاسم ها و گرفتگی های عضلانی حمله ای یکی از علائم آزاردهنده ی ام اس است. این اسپاسم ها معمولاً شدیداً دردناک هستند، در بخش های انتهایی بدن نظیر دست ها و پاها ایجاد می شوند و بعد از چند دقیقه برطرف می شوند.

اختلال در کنترل ادرار و مدفوع

بی اختیاری در دفع ادرار و مدفوع در بیماری MS دور از انتظار نیست.

بخش اجتماعی- با تسلط بر اعصاب خود و کاهش استرس خود را از خطر ام اس در امان نگه دارید. حرص و جوش خوردن، استرس و اضطراب همگی عامل بیماری خطرناک ام اس می باشد. ام اس بیماری است که ماهیچه ها در اثر دریافت نکردن پیام درست از سیستم عصبی فلج می شوند. در اصل ام اس مرگ جریان الکترو شیمیایی رشته های اشتباه خود را به دام این بیماری نیندازید. در این مقاله بیشتر درمورد ام اس بخوانید.

بیماری ام اس چیست؟

این بیماری مختص اعصاب مرکزی بوده (مغز و نخاع) و ایجاد لکه های سفید یا پلاکهای متعددی در مغز می کند. پلاکها گویای سفت شدگی غلافهای سلولهای (میلین) ها عصبی مغز می باشند، که این سفت یا سخت شدگی جلوگیری از انتشار جریان الکترو شیمیایی رشته های عصبی و اختلال در حرکات می شود.

به همین دلیل در نتیجه فرمانی که از مغز صادر می شود براحتی به اعضاء و ماهیچه ها نمی رسد و کار براحتی انجام نمی شود. مغز فرمانده، کل بدن بوده و در جایگاه رفیعی قرار دارد. شخص باید دقیقاً این اندام مهم و حیاتی را بشناسد و حداکثر مراقبت را از این اندام مهم بنماید.

علائم مهم و اولیه بیماری ام اس

کاهش حافظه

کاهش و ضعف حافظه، ناتوانی در تمرکز، صحبت کردن و مشکلات زبانی از اختلالات رایج در نتیجه ی پیشرفت MS است که البته خیلی وقت ها می تواند از علائم شروع این بیماری باشد.

اختلالات جنسی

در بیماران مبتلا به ام اس در مراحل شدید، اختلالات جنسی یکی از شایع ترین اختلالات در نظر گرفته می شود. این وضعیت که در بیشتر اوقات عارضه ای غیر قابل پیشگیری است، خیلی وقت ها یکی از علائم مبتلا به MS در نظر گرفته می شود.

سرگیجه

این بیماران معمولاً در مستقیم حرکت کردن مشکل دارند. در واقع این عدم تعادل در کنترل حرکات معمولاً با پیشرفت تخریب سلول های عصبی فرد را تحت تاثیر قرار می دهد. به همین خاطر است که بسیاری از مبتلایان به MS برای راه رفتن نیاز به عصا دارند.

دوبینی

دوبینی یا همان اختلالات بینایی به دلیل حمله ی بیماری ام اس به سیستم عصبی و تاثیر بر روی عصب بینایی به وجود می آید و به طور شایع در مبتلایان به بیماری ام اس دیده می شود.

سوسیس دودی یعنی یک پاکت سیگار

هرصورت بدن ما توانایی دفع مقداری از سموم را دارد. اما اگر دوز سم یا ماده خطرناک از یک میزانی بالاتر برود آنگاه بدن دیگر توانایی دفع این ماده را از دست خواهد داد. این را می‌توانیم به یک نگهدانی تشبیه کنیم که اگر افراد یک به یک به سمت وی بیایند قادر خواهد بود جلوی آنها را بگیرد اما اگر جمع زیادی به سمت وی هجوم بیاورند وی نتنها قادر به جلوگیری از آنها نخواهد بود که حتی ممکن است زیر دست و پای آنها له شود.

خطرات سوسیس و کالباس دودی

علاوه بر خطرات ذکر شده در بسیاری از موارد، مواد اولیه گوشتی که برای دودی کردن مورد استفاده قرار می‌گیرند حاوی آلودگی‌های اولیه و ترکیبات حاصل از فساد مواد غذایی هستند. با توجه به این‌که در فرآیند دودی کردن، طعم ماده غذایی تغییر می‌یابد، تشخیص فساد اولیه ماده غذایی مشکل می‌شود و این ویژگی زمینه سودجویی و تقلب‌های مواد غذایی را فراهم می‌کند. در میان محصولات دودی ، فرآورده‌های گوشتی سوسیس و کالباس به دلیل مصرف بی‌رویه در میان اقشار جامعه بیش از همه سلامت مصرف‌کنندگان را تهدید می‌کنند. آن‌چه مسلم است چنین فرآورده‌هایی در مقایسه با سوسیس و کالباس معمولی از مقدار بیشتری مواد نیتراتی (که احتمال تبدیل آن در بدن به نیتروزآمین زیاد است) تشکیل شده‌اند.

مصرف چنین فرآورده‌هایی باعث افزایش خطر سرطان معده و روده بزرگ می‌شود.در کشورهای اروپای شرقی و ایسلند که مصرف چنین محصولاتی فراوان است، سرطان معده شیوع بالایی دارد. تحقیقات نشان داده‌اند خطر ابتلا به انواع بیماری‌ها از طریق مصرف محصولات دودی در مقایسه با خطر بیماری‌های ناشی از مصرف بیش از حد چربی اشباع شده به یک اندازه است.

سوسیس دودی یعنی یک پاکت سیگار

برخی از مواد موجود در دود، مشابه ترکیبات سمی موجود در دود سیگار هستند. این ترکیبات می‌توانند با تحریک دستگاه گوارش، بر سلامت انسان اثر جدی بگذارند و احتمال بروز برخی از انواع سرطان‌ها از قبیل سرطان معده و روده بزرگ را افزایش دهند. جالب است بدانید خطر استفاده ۵۰ گرم سوسیس دودی معادل مصرف یک پاکت سیگار یا ۴ روز تنفس هوای آلوده شهری است.

مدیریت استرس و تاثیر آن در بهره‌وری کارکنان

افزایش بهره‌وری هستند. و استرس شغلی تاثیر مهمی را در کاهش بهره‌وری در محیط کار دربردارد.

مدیریت استرس مبنای ارتقاء بهره‌وری:

افراد در سازمان‌های مختلف و در موقعیت های متفاوت اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و روانی در معرض عوامل فشارزای روانی یا استرس‌زا قرار می‌گیرند. هیچ‌کس از عوامل فشارزای محیطی سازمان در امان نیست. به‌طور کلی هر عاملی که تعادل و امنیت روانی فرد را تحت تاثیر قرار دهد، عامل استرس‌زا محسوب می‌شود.

منابع:

۱ – تیموری؛ نازنین، هدایت نظری؛ فائزه، ۱۳۹۴، نقش مدیریت استرس‌زای فناوری اطلاعات در محیط کاری بر بهره‌وری، کنفرانس بین‌المللی مدیریت در قرن ۲۱

۲ – شیربگی؛ ناصر، اولی‌زاده؛ هوشنگ، حسن‌زاده؛ حبیب، ۱۳۹۱، بررسی میزان استرس شغلی و بهره‌وری کارکنان شرکت گاز استان کردستان، مجله فراسوی مدیریت

۳ – قهقی فرهنگند؛ ناصر، (۱۳۹۰)، مدیریت استرس مدیران و کارکنان سازمان، مجله فراسوی مدیریت

۴ – نجفی؛ اسداله، ۱۳۴۰، مدیریت استرس مبنای ارتقاء بهره‌وری دانش، مجله رشد فناوری

*** کارمند شهرداری سنگر**

از چوب مناسب به مقدار کافی استفاده نشود و مدت زمان دود دادن و غلظت آن کافی نباشد آنگاه احتمال ایجاد ترکیبات حلقوی در ماهی دودی وجود خواهد داشت.در واقع برای دودی کردن غذا نیز باید محاسبات خاصی درباره میزان چوب مصرفی مورد نیاز برای دودی کردن و مدت زمانی که برای این فرایندلازم است، انجام گیرد.



غذاهای دودی چه زمانی سرطان‌زاست؟

باید به این نکته توجه داشته باشیم که خطر ابتلا به سرطان در یک فرد زمانی ایجاد می‌شود که به‌طور مکرر از یک ماده غذایی سرطانی استفاده کند. تمام مواد غذایی حتی مواد غذایی سرطان‌زا دارای یک دوز ایمن (SAFE) هستند، شما حتی می‌توانید سم نیز به میزان خیلی کم بخورید، در واقع دوز مصرف که به اندازه هر کیلوگرم وزن بدن محاسبه می‌شود مهم است، اگر این دوز بالا باشد می‌تواند ایجاد مشکل کند. اگر شما گوشت دودی یا ماهی دودی را بسیار کم استفاده کنید خطرناک نیست. به‌عنوان مثال اگر شما سالی یک‌بار از ماهی دودی یا گوشت دودی استفاده کنید، خطری ایجاد نخواهد شد. در

رابطه بین استرس شغلی و عملکرد شغلی و بهره‌وری شغلی کارکنان: عملکرد شغلی، به عنوان ارزش سازمانی رفتارهای شغلی کارمند در زمان‌ها و موقعیت‌های شغلی مختلف تعریف می‌شود و منظور برآوردی است که سازمان از فعالیت‌ها و خدمات کارکنان خود دارد، نظیر انجام وظیفه شغلی یا داشتن رابطه کاری مناسب با دیگر کارمندان.

میزان استرس شغلی و تاثیر بر بهره‌وری کارکنان:

ارتقای بهداشت روانی محیط کار به عنوان یکی از مهم‌ترین ابعاد توسعه و بهسازی منابع انسانی در سازمان‌ها در چند دهه اخیر توجه نیروهای سالم جسمی و فکری را به خود جلب کرده است و همین امر می‌تواند در بالا بردن سطح بهره‌وری تاثیر بسزایی داشته باشد. بر همین اساس می‌توان گفت انسان محور و وسیله اصلی توسعه همه جانبه است و نیروی انسانی موثر، عامل اصلی تلاوم، موفقیت و تحقق اهداف سازمان است. و محیط شغلی و سلامت سازمانی از عوامل مهم و تاثیرگذار در کاهش میزان استرس در محیط کار و