

## خراش چاقی روی سلامت روان

**بخش اجتماعی**– مسئول واحد سلامت روان مرکز بهداشت بجنورد، تاثیرات چاقی و اضافه وزن بر سلامت روان را ذکر و اعلام کرد: چاقی و اضافه وزن علاوه بر خطرات جسمانی که برای فرد ایجاد می کند، بر سلامت روان نیز تاثیر می گذارد. شهسوار در گفت و گو با ایسنا با بیان این که امروزه داشتن اضافه وزن برای بسیاری از افراد به چالشی جدی تبدیل شده است، ادامه داد: این چالش دغدغه افراد را بری رسیدن به اندامی مناسب و کاهش وزن دوچندان کرده است. وی افزود: اضافه وزن می تواند در ایثلا به بیماری های غیر واگیر تاثیر گذار باشد، اما یکی از نکات مهم این است که چاقی بر سبک زندگی افراد نیز تاثیر می گذارد و یک ارتباط دوسویه بین آن ها وجود دارد.

شهسوار با بیان این که چاقی و افسردگی ارتباط مستقیم و دو طرفه ای با یکدیگر دارند، اضافه کرد: اضافه وزن بر مشکلات خلق و خوی و افسردگی اثر گذار است و همینطور افسردگی ممکن است از پیامدهای چاقی باشد.

وی با اشاره به این که اعتیاد به غذا خوردن یکی از عوامل مهم است، ادامه داد: اغلب غذاهای شیرین یا قندساده، مواد غذایی بدون فاقد ارزش هستند که پاداش مغزی را تحریک می کند، مرکز پاداش مغز، این مواد خوراکی را با مواد نیکوتین و الکل مقایسه می کند و افراد برای دریافت این پاداش به غذا اعتیاد پیدا می کنند.

وی بیان کرد: برخی افراد در مقابل غذاهای فاقد ارزش و شیرین کنترل خود را از دست می دهند و به غذاها اعتیاد پیدا می کنند این اعتیاد یک مشکل رفتاری پیچیده است که اغلب نشات گرفته از روان است و غلبه بر آن به روان درمانی نیاز دارد. وی با بیان این که بخش زیادی از این غذا ارزش غذایی ندارند و بیشتر در دسترس هستند، اعلام کرد: نوشابه، چیپس و پفک، کالباس و انواع شیرینی‌جات و فست فودها از جمله این مواد غذایی هستند که افراد را در معرض چاقی و تبعات منفی روانی آن قرار می دهند. شهسوار با اشاره به این که افراد دارای اضافه وزن از حرمت نفس کمتری برخوردار هستند، افزود: این امر در گروه سنی ۱۳ تا ۱۴ سال بیشتر است زیرا در این سن حساسیت به حرمت نفس بیشتر است. مسئول واحد سلامت روان مرکز بهداشت بجنورد، ادامه داد: تمسخر، طعنه زدن، سرزنش و بد رفتاری کودکان دیگر می تواند منجر به اعتماد به نفس پایین و ایجاد مشکلات دیگری برای این افراد شود.

شهسوار با تاکید بر این که اعتماد به نفس پایین در کودکان می تواند موجب میزان بالای غمگینی و احساس تنهایی بشود و کودک را عصبی کند، افزود: احتمال گرایش به رفتارهای پرخطر مثل اعتیاد به الکل نیز در این کودکان بیشتر می شود.

وی با بیان این که این کودکان بیشتر از خانواده و گروه همسالان و دوستان کناره گیری می کنند، ادامه داد: این امر دلیلی بر این ایجاد خودبیزاری، ضعف و ترس از خود و در دراز مدت منجر به گوشه گیری و افسردگی می شود. وی یادآوری کرد: افراد چاق ۲۵ درصد بیشتر از دیگر افراد در معرض اختلالات روانی مانند افسردگی جدی قرار دارند، زیرا چاقی و اضافه وزن می تواند سبب ایجاد تصویر منفی از خود، خدمت نفس پایین تر و ارتباط کمتر با دیگران شود و همه این عوامل در بروز افسردگی دخیل هستند.

وی تاکید کرد: ضروری است که در حین درمان چاقی مراقبت های بیشتری از نوجوانان انجام شود.

## {اجتماعی}

# قتل مرد میانسال توسط دختر و پسر فراری



متوجه وجود دوربین‌های مداربسته در ساختمان شده بودند، فیلم‌های آن را بازبینی و لحظه به لحظه تردد این زن و مرد جوان را در ساختمان مشاهده و آن ها را بازداشت کردند. مرد جوان که در بازجویی‌ها ابتدا منکر

## عاقبت ازدواج طمعکارانه!

آرام اوضاع مالی رحمت بهتر شد و کسب و کارش رونق گرفت. اگرچه همسرم با درآمد خوبی که داشت یک شرکت بزرگ مهندسی رایانه را راه اندازی کرد اما هر روز خسیس‌تر می شد و برای مخارج روزانه منزل هم از من حساب و کتاب می‌خواست. کار به جایی رسید که هر بار برای خرید منزل تقاضای پول می کردم با عصبانیت فریاد می زد برو از پدر پولدارت بگیر! بعد از آن که پسرم به دنیا آمد، تازه فهمیدم رحمت هیچ علاقه قلبی به من ندارد و تنها به خاطر ثروت پدرم با من ازدواج کرده است چرا که خانواده او از نظر مالی ضعیف هستند و همسرم مخارج زندگی آن ها را نیز می پردازد.

استرس و نگرانی عجیبی سراسر وجودم را فرا گرفته بود اما به خاطر فرزندم مجبور به سکوت بودم و رفتارهای او را تحمل می کردم تا این که یک روز دردی به سراغم آمد، به طوری که متوجه شدم بخشی از سمت چپ بدنم بی حس شده است و چشمم نیز چیزی نمی بیند. سراسیمه و مضطرب با خواهرم تماس گرفتم و خودم را به بیمارستان رساندم ولی پزشک بیمارستان بعد از معاینات مقدماتی تشخیص داد که به بیماری ام اس مبتلا شده ام.

حالا دیگر نمی توانستم از بیمارستان خارج شوم. خواهرم با زحمت زیاد مرا به منزل پدرم رساند اما همه آن ها از این ماجرا تعجب کرده بودند چرا که نمی دانستند من با چه مشکلاتی در زندگی مشترک روبه رو

**بخش اجتماعی**– مرد میان سال توسط دختر و پسر فراری در خانه‌اش در خیابان کارگر به قتل رسید.

به گزارش تسنیم، نهم دی امسال، زن میان سالی به شعبه دهم دادسرای امور جنایی مراجعه کرد و هنگامی که مقابل بازپرس حمیدرضا رستمی قرار گرفت، گفت: برادرم در خانه‌اش در خیابان کارگر تنها زندگی می‌کرد؛ گاهی اوقات به صورت تلفنی با او ارتباط برقرار می‌کردم اما چند روزی می‌شود که تلفن همراهش خاموش و او ناپدید شده است.پس از اظهارات این زن جوان، تیمی از کارآگاهان اداره چهارم پلیس آگاهی وارد عمل شدند و پا در خانه فرد گم شده در خیابان کارگر گذاشتند و در نخستین گام یکی از همسایگان را هدف تحقیق قرار دادند. یکی از همسایه‌ها به تیم تحقیق گفت: چند وقتی می‌شود که مرد میان سال را در ساختمان ندیده‌ام، اما زن و مرد جوان ناشناسی رفت و آمدهای مشکوکی به این خانه داشتند و مقداری از وسایل خانه را هم از آپارتمان خارج کردند.بدین ترتیب اقدامات اطلاعاتی کلید زده شد و کارآگاهان اداره چهارم پلیس آگاهی هویت این زن و مرد جوان را شناسایی کردند که بررسی‌های بیشتر نیز نشان می‌داد، این ۲ نفر به صورت مخفیانه از خانه‌های خود فرار کرده و به خانه مرد میان سال پناه برده‌اند. کارآگاهان اداره چهارم پلیس آگاهی که در جریان تحقیقات میدانی

هرگونه تردد مشکوک به خانه مرد میان سال بود، پس از مشاهده فیلم دوربین‌های مداربسته، در جریان تحقیقات به کارآگاهان اداره چهارم پلیس آگاهی گفت: با دختر مورد علاقه‌ام قرار گذاشتیم تا زندگی مشترکمان را تشکیل دهیم، به همین دلیل مخفیانه از خانه‌های پدری خود فرار کردیم. متهم ردیف اول پرونده ادامه داد: این مرد میان سال دوست پدرم بود و به این دلیل که تنها زندگی می‌کرد بعد از فرار به خانه او پناه بردیم. هنگامی که خانه و زندگی مرد میان سال را دیدم با دختر مورد علاقه‌ام نقشه کشیدیم او را برای سرقت اموالش به قتل برسانیم. این مرد جوان گفت: صبح روز حادثه هنگامی که مقتول در اتاقش خوابیده بود، با همدستی دختر جوان او را در تختخوابش خفه کردیم و به قتل رساندیم! سپس جسد مقتول را با یک خودرو به بیابان‌های نظرآباد کرج بردیم و در آن جا رها کردیم. کارآگاهان اداره چهارم و تیم تشخیص هویت پلیس آگاهی، پس از دریافت این اطلاعات مهم به همراه متخصصان پزشکی قانونی راهی بیابان‌های نظرآباد کرج شدند و جسد مرد میان سالی را که به قتل رسیده بود، کشف کردند.

با دستور حمیدرضا رستمی، بازپرس شعبه دهم دادسرای امور جنایی، جسد مقتول برای بررسی‌های بیشتر به پزشکی قانونی منتقل شد و متهمان برای روشن شدن زوایای پنهان پرونده در اختیار کارآگاهان دایره ویژه قتل پلیس آگاهی تهران بزرگ قرار گرفتند.

## کلیه‌های پسر فراری را در بیمارستان کرج بردیم

هستم. آن ها می گفتند تو که در زندگی همه چیز داری! پس چرا دچار استرس شده ای؟

من که پاسخی برای سوالات آن ها نداشتم راهی منزلم شدم و ماجرای بیماری ام را برای همسرم بازگو کردم، اما او به جای آن که مرا دلداری بدهد و به بهبودی امیدوار کند، رو به من کرد و گفت: اول هزینه های درمان را از پدرت بگیر و بعد نزد پزشکان متخصص برو!

این جمله همسرم دردناک تر از بیماری ام بود ولی باز هم سکوت کردم و به درمان های پزشکی ادامه دادم تا این که روز گذشته منشی پزشک معالجم از اتمام اعتبار دفترچه بیمه درمانی ام خبر داد.

با تعجب و نگرانی به رحمت زنگ زدم و از او درباره تمدید اعتبار بیمه درمانی پرسیدم اما همسرم با خونسردی گفت: از ابتدای ماه جاری دیگر هزینه بیمه شما را پرداخت نکردم اگر دوست داری بیمه شوی باید هزینه های آن را از پدرت بگیری. دیگر نتوانستم از ریزش اشک هایم جلوگیری کنم.

همسرم درحالی اشک مرا درآورد که تازه فهمیدم او سنگ بنای ازدواج با مرا روی سیم و زرهای پدرم گذاشته است اما ای کاش...گزارش روزنامه خراسان حاکی است، بررسی‌های کارشناسی و اقدامات مشاوره‌ای این پرونده، با صدور دستوری از سوی سرهنگ ابراهیم خواجه پور (رئیس کلانتری آبکوه) به مشاوران دایره مددکاری اجتماعی سپرده شد.

## آگهی مزایده کتبی یک باب مغازه خیابان فرهنگ پاساژ فرهنگ (نوبت اول)

در اجرای ماده ۱۳ آئین نامه مالی شهرداریها ،شهرداری صومعه سرا در نظر دارد یک باب مغازه پاساژ فرهنگ واقع درخیابان فرهنگ را برای اجاره یکساله بدون واگذاری حق سرقفلی وکسب پیشه از طریق سامانه تدارکات الکترونیک دولت (ستاد)(WWW.SETADIRANIR) (مزایده ← مزایده دستگاه اجرایی ← مزایده گر) با نرخ پایه کارشناسی به اشخاص واجد شرایط واگذار نماید .

**تاریخ انتشار مزایده :** روز چهارشنبه مورخ۱۴۰۱/۱۱/۰۵

**مهلت دریافت اسناد مزایده :** ساعت ۸:۰۰ صبح روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۱/۰۵ الی ساعت ۱۴:۰۰ روز پنج شنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۱/۱۳

**مهلت ارسال پیشنه‌اد:** ساعت ۸:۰۰ صبح روز یکشنبه ۱۴۰۱/۱۱/۱۶ الی ساعت ۱۴:۰۰ روز پنج شنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۱/۲۷

**تاریخ بازگشایی:** ساعت۱۳ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۱/۱۱/۳۰

### ( شرایط شرکت در مزایده )

۱-ارزش اجاره بهای ماهانه و یکسال یکباب مغازه شماره ۱۵ واقع در خیابان فرهنگ پاساژ فرهنگ به مساحت ۱۴/۴۷ مترمربع فاقد بالکن به همراه کلیه ملحقات از قرار ماهیانه به نرخ عادلّه ۰۰۰/۰۰۰/۱۷ریال (یک میلیون وهفتصد هزارتومان) در مجموع مدت یکسال۰۰۰/۰۰۰/۲۰۴ ریال ( بیست میلیون وچهارصد هزار تومان )

۲- مزایده راس ساعت ۱۳ روز یکشنبه مورخ۱۴۰۱/۱۱/۳۰ با حضور اعضای کمیسیون عالی معاملات برگزار و نسبت به پیشنهادات رسیده اقدام خواهید گردید.

۳- شرکت کنندگان در مزایده میبایست مبلغ ۰۰۰/۰۰۰/۱۰ ریال ( به عبارت یک میلیون تومان ) بعنوان ودیعه شرکت در مزایده را بحساب شماره ۰۴۵۹۰۰۴۵۱۰۷۲۲۰ سپرده شهرداری صومعه سرا نزد بانک ملی شعبه صومعه سرا واریز نموده و فیش مربوط را ضمن بارگذاری در سامانه ستاد به صورت فیزیکی حداکثرتا پایان وقت اداری ۱۴۰۱/۱۱/۲۷ تحویل دبیرخانه شهرداری صومعه سرا نمایند.

۴ – افرادی که فاقد فیش هستند حق شرکت در مزایده را ندارند ، ضمنا به فیش های مخدوش ، مشروط و مبهم ترتیب اثر داده نخواهد شد.

۵-سایر اطلاعات و جزئیات مربوط در اسناد مزایده مندرج است.

۶- اگر برنده مزایده از انجام معامله خودداری کند یا پس از ابلاغ قانونی حداکثر تا هفت روز حاضر به انعقاد قرارداد نشود سپرده وی به نفع شهرداری ضبط و به ترتیب با نفرات دوم و سوم برنده مزایده به همین نحو عمل خواهد شد.

۷- کلیه هزینه های برگزاری مزایده اعم از هزینه های چاپ آگهی روزنامه ، دستمزد کارشناس و .... بر عهده برنده مزایده خواهد بود.

۸- شهرداری در رد یا قبول هریک از پیشنهاده‌ها مختار است.