

## با قانون زندگی کنیم

چنانچه هر یک از صاحب منصبان و مستخدمین و مأمورین دولتی و شهرداری ها در هر رتبه و مقامی که باشد از مقام خود سوء استفاده نموده و از اجرای اوامر کتبی دولتی یا اجرای قوانین مملکتی و یا اجرای احکام یا اوامر مقامات قضائی یا هرگونه امری که از طرف مقامات قانونی صادر شده باشد جلوگیری نماید به انفصال از خدمات دولتی از یک تا پنج سال محکوم خواهد شد.

**ماده ۵۷۶ قانون مجازات اسلامی**

## گوناگون



## راهنمای آزاد اندیشی

خانم فرحناز آزاد - مرکز اختلالات رفتاری رهگشا



تو باید بدون توجه به باورهای هر کس به حقوق انسانها احترام بگذاری نام این پسر آندریا است آندریا خوب فکر می کند او دارد تفاوت بین درست و نادرست را یاد می گیرد.

آندریا آموخته است که هیچ چیز مهمتر از زندگی انسان نیست. آندریا هرگز کاری نمی کند که به دیگران صدمه بزند و وقتی رویداد ناخوشایندی پیش می آید ناراحت می شود.

«او هر وقت برایش امکان داشته باشد می کوشد رنج و ناراحتی دیگران را کمتر کند»

آندریا با فکر کردن در این باره که با چه کارهایی ممکن است دیگران را برنجاند یا به آنها کمک کند داوری میکند که چه کاری خوب و چه کاری بد است او فکر میکند دعوا کردن کار درستی نیست.

### دعوا کردن فقط سبب زیان بیشتر میشود و کار را بدتر میکند

«معمولا و شجاعانه ترین و بهترین کار این است که از درگیری پرهیز کنی» بعضی از مردم برای تصمیم گیری در باره اینکه چه چیز خوب است و چه چیز بد است از حکم ها پیروی می کنند.

### حکم فرمانی است که تو وظیفه داری همیشه از آن پیروی کنی

انسانها بخشی از طبیعت هستند ما نباید خود را مالک طبیعت بدانیم. انسان در میان تمامی موجودات زنده موجود ویژه ای است.

از آنجا که ما بخشی از طبیعت هستیم باید به تمام طبیعت احترام بگذاریم نه تنها به انسانها این احترام شامل جانوران دیگر و همه جهانی میشود که در آن زندگی می کنیم.

کارهایی تو بسیار اهمیت دارد اگر میخواهی زندگی خوب سالم و شادمانه ای داشته باشی باید شیوه عمل خود را به دقت انتخاب کنی گاهی این انتخاب

اخلاق نامیده میشود. اخلاق چگونگی تصمیم گیری تو در این باره است که چه رفتاری درست یا غلط خوب یا بد بهتر یا بدتر هستند.

### پیروی از اخلاق برابر با داشتن اصول درست است

پیروی از اصول درست گاهی به این معناست که تو ناچاری کارهایی را انجام بدهی که دوست نداری تو این کارها را انجام می دهی چون درست هستند.

تو ناچار نیستی عاشق همه باشی. تو ناچار نیستی همه را دوست داشته باشی. اما باید همیشه به حقوق دیگران احترام بگذاری.

بعضی از حقوق انسانها این ها هستند:

- حق داشتن غذا - پوشاک و سر پناه مناسب
- حق داشتن اندیشه ها و باورهای شخصی
- حق گفت و گو درباره اندیشه ها و باورهای شخصی
- حق بهره مند شدن از آزادی.

برای نمونه اگر تو آدمهایی را در حال زیر پا گذاشتن قانون غافلگیر کرده ای دلیل نمی شود که حق داشته باشی آنها را آزار بدهی.

سعی کن با همه با انصاف رفتار کنی انصاف یعنی به همه یکسان و به یک اندازه فرصت بدهی، انصاف یعنی رفتار تو با آدمها به سبب تفاوتهاشان متفاوت نباشد. انصاف یعنی باید با دخترها و پسرها به شکل برابر رفتار شود.

و این یعنی باید با زنان و مردان به شکل برابر رفتار شود. و بر این مناسبت که آدمهایی که رنگ پوست و نژاد های مختلف دارند به شکل برابر رفتار شود.

و با آدمهایی که دین گوناگون دارند به شکل برابر رفتار شود.

انصاف یعنی اینکه تنها به دلیل ظاهر دیگران با آنها بد رفتاری نکنی یا به خاطر قد و وزنشان یا به سبب سن آنها یا به دلیل ناتوانی جسمی و ذهنی شان یا به سبب ملیت و زادگاهشان یا به خاطر آنکه پولدار یا فقیرند.

تنها زمانی میتوان با آدمها رفتار نا برابر داشت که قانون را زیر پا بگذارند یا به دیگران آسیب برسانند.

اگر کسی قانون را زیر پا بگذارد یا دیگران را آزار دهد انصاف حکم می کند که به او کمک کنی تا رفتاری بدش را تغییر دهد یا جلوی آنها را بگیری.

۱۰۸۹۵



## سزارین، احتمال تولد نوزاد مبتلا به اوتیسم را ۲۰ درصد افزایش می دهد

سر نوزاد و .. باید انجام شود اما مورد آن زیاد نیست. جفتایی افزود: سزارین موجب افزایش استرس به مادر و نوزاد می شود و همین امر احتمال بروز بیماری اوتیسم را در بین نوزادانی که به این روش به دنیا می آیند، بیشتر می کند.

### مجله استرس

بیماری اوتیسم یا درخودماندگی، نوعی اختلال رشدی است که فرد مبتلا در برقراری ارتباط با دیگران دچار مشکل می شود و به اشتباه تصور می شود این افراد عقب مانده ذهنی هستند، در حالی که به گفته حسین نحوی نژاد، معاون سازمان بهزیستی بیش از ۵۰ درصد این افراد از هوش طبیعی برخوردار هستند. نحوی نژاد، پیش از این در گفت و گو با ایرنا اعلام کرده بود که تاکنون حدود ۳ هزار فرد مبتلا به اوتیسم در کشور شناسایی شده اند و تحت مراقبت هستند اما با توجه به آمارهای جهانی تخمین زده می شود که حدود ۱۰ هزار فرد مبتلا به این اختلال در کشور باشند که اغلب آنها ناشناخته مانده اند.

آمارهای وزارت بهداشت نشان می دهد، بیش از ۵۰ درصد زایمانها در ایران به روش سزارین انجام می شود و این میزان در بیمارستانهای خصوصی بالای ۷۵ درصد است در حالی براساس استانداردهای جهانی میزان موارد سزارین در کشورها نباید از ۱۵ درصد کل زایمانها بیشتر باشد.

سالانه حدود یک میلیون و ۵۰۰ هزار نفر در کشور متولد می شوند.



مشاور وزیر بهداشت در امور توانبخشی گفت: میزان شیوع اختلال اوتیسم در کودکانی که به روش سزارین متولد می شوند، ۲۰ درصد از نوزادانی که به روش زایمان طبیعی به دنیا می آیند، بیشتر است. به گزارش ایرنا، محمد تقی جفتایی افزود: سزارین در بروز اختلال اوتیسم یا اختلال در نوزادان موثر است و میزان شیوع اختلال اوتیسم یا اختلال در خودماندگی در کودکانی که از طریق سزارین به دنیا می آیند، ۲۰ درصد بیشتر از نوزادانی است که با زایمان طبیعی متولد می شوند. وی گفت: البته سزارین در برخی موارد که علل فیزیولوژیک و پزشکی دارد مانند کوچک بودن لگن مادر یا نچرخیدن

## طرز تهیه یک اسموتی بهاری خوش طعم

## آشپزی



و آناناس درست کنید.

مواد لازم برای تهیه اسموتی نعنای آناناس برای یک نفر

- برگ نعنای ۸ برگ
- تکه های یخ زده آناناس : یک پیمانه
- خامه : یک چهارم پیمانه
- آب : یک سوم پیمانه
- شکر : به اندازه کافی

### طرز تهیه اسموتی نعنای آناناس

تمامی مواد را هم بزنید و در صورت سفت بودن یا بی مزه بودن کمی آب و شکر اضافه کنید.

اسموتی یکی از نوشیدنی های طبیعی است که برای روزهای بهاری بسیار مناسب است. این بار برای عصرهای بهاری تان اسموتی نعنای

## آگهی

نظر به اینکه شرکت برق منطقه ای فارس درصدد احداث خط انتقال چهارمدراره ۶۶ و ۲۳۰ کیلوولت خروجی پست ملک مکان می باشد، لذا به منظور اطلاع صاحبان اراضی و املاک واقع در مسیر و حریم خط آبی الاحداث فوق الذکر که بر روی نقشه ترسیمی پیوست مشخص گردیده است طبق مقررات جهت اطلاع عموم آگهی می نماید و حریم خط مذکور بدین شرح اعلام می گردد.

حریم خط فوق الذکر به میزان ۱۲ متر از تصویر قائم سیم های کناری در طرفین آن بر روی زمین می باشد که در مسیر و حریم خط مذکور هرگونه عملیات ساختمانی و اقداماتی نظیر ایجاد تأسیسات صنعتی، مسکونی، مخازن سوخت، انبارداری و تأسیسات دامداری یا باغ یا درختکاری در مسیر و حریم زمینی و هوایی خطوط انتقال و توزیع نیروی برق ممنوع است و فقط اقداماتی از قبیل زراعت فصلی و سطحی، حفظ یا کاشت درختان کم ارتفاع، حفر چاه و قنوات بدون استفاده از دکل حفاری، راه سازی و احداث شبکه آبیاری مشروط بر اینکه مانعی برای دسترسی به خطوط برق برای وزارت نیرو و شرکت برق منطقه ای فارس ایجاد ننماید و سبب ایجاد خسارت برای تأسیسات خطوط برق نگردد، بلامانع می باشد. در این خصوص به منظور جلوگیری از بروز خطرات جانی و ورود خسارت مالی باید اصول حفاظتی رعایت شود و در مورد حفر چاه و قنات و راهسازی قبلا از شرکت برق منطقه ای فارس استعلام و اجازه کتبی اخذ گردد.

این آگهی به فاصله پانزده روز در دو نوبت به اطلاع عموم خواهد رسید. چنانچه سازمانها، شرکتهای، مؤسسات، ادارات، ارگانها، نهادها و سایر اشخاص اعم از حقیقی یا حقوقی در مسیر خط مورد نظر طرح هایی جهت اجرا دارند حداکثر تا بیست روز پس از درج آگهی نوبت دوم به منظور اقدامات لازم به آدرس شیراز، خیابان زند، نبش خیابان فلسطین، شرکت برق منطقه ای فارس مراجعه نمایند.

بدیهی است پس از انقضای مهلت اعلام شده، عملیات احداث خط فوق الذکر شروع می گردد و هیچگونه اعتراضی پذیرفته نخواهد شد.

نوبت اول: ۹۵/۲/۴

نوبت دوم: ۹۵/۲/۱۹

## معاون طرح و توسعه شرکت برق منطقه ای فارس

