

حمله های نظامی را متوقف کنید

دیپلماسی جهانی برای اعلام هرچه زودتر آتش
بس فعال شود

ننگ و نفرت بر جنگ افروزان، جنایتکاران جنگی
و مدافعین حمله های نظامی

سرنگون باد حکومت های جنگ طلب و دیکتاتور

گسترده تر و مستحکمتر باد همبستگی اکثریت اهالی

جامعه بمثابه قربانیان جنگ آمریکا - اسرائیل

و ایران و جنگ چهل اندی ساله اقلیت در قدرت

حکومت جنایتکار اسلامی در ایران

- راهنمای اقدامات حیاتی در زمان قطعی برق (ویژه بیماران)

- تداوم کارزار «سه‌شنبه‌های نه به اعدام» در هفته صدوسیزدهم در ۵۶ زندان مختلف

- اخراج گسترده خبرنگاران از رسانه‌های ایران هم‌زمان با اختلال گسترده اینترنت

- نت بلاکس : حساب‌های سفید فهرست شده سعی دارند کنترل روایت را به دست بگیرند

*راهنمای اقدامات حیاتی در زمان قطعی برق (ویژه بیماران)

قطعی برق برای کسانی که داروهای حساس یا تجهیزات پزشکی دارند، یک چالش جدی است. این چک لیست حیاتی را بر اساس توصیه‌های صمان‌های معتبر (CDC & Red Cross) رعایت کنید:

1- مدیریت انسولین و داروهای حساس

انسولین در حالت ایده‌آل باید در دمای ۲ تا ۸ درجه (یخچال) باشد، اما در شرایط بحران انسولین باز شده در دمای اتاق (تا ۲۸ روز) قابل استفاده است.

هشدار جدی: دارو نباید یخ بزند یا در معرض نور مستقیم آفتاب باشد.

روش‌های جایگزین:

- استفاده از کیف‌های خنک‌کننده

- قرار دادن دارو در ظروف سفالی مرطوب برای حفظ دمای پایین.

2- تجهیزات پزشکی وابسته به برق

اگر از دستگاه‌های اکسیژن‌ساز، CPAP، دیالیز خانگی یا پمپ انسولین استفاده می‌کنید:

- برق اضطراری: همیشه باتری زاپاس (Backup) یا ژنراتور شارژ شده داشته باشید.

- پشتیبان اکسیژن: حتماً یک کپسول اکسیژن پر برای جایگزینی موقت دستگاه اکسیژن‌ساز داشته باشید.

- برنامه خروج: اگر قطعی برق طولانی شد، حتماً از قبل آدرس نزدیکترین مرکز درمانی دارای برق اضطراری را بدانید.

3- ذخیره آب (حیاتی‌ترین موضوع)

بدون برق، پمپ‌های آب ساختمان‌ها از کار می‌افتند:

مقدار لازم: حداقل ۳ لیتر آب برای هر نفر در روز ذخیره کنید.

مدت زمان: ترجیحاً برای ۳ تا ۷ روز ذخیره داشته باشید.

نحوه نگهداری: فقط در ظروف تمیز و دربسته نگهداری کنید تا آلوده نشوند.

4- ایمنی مواد غذایی

فساد پنهان: مواد غذایی فاسدشدنی (گوشت، لبنیات) بعد از چند ساعت نبود یخچال خطرناک می‌شوند.

بو و ظاهر خوب معیار قطعی برای سالم بودن غذا نیست!

گزینه‌های ایمن: در زمان قطعی برق از کنسروها، آجیل و غذاهای خشک استفاده کنید.

راهنمای بقا در قطعی برق

ویژه بیماران و مراقبان

 <h3>تجهیزات پزشکی</h3> <ul style="list-style-type: none">• باتری Backup یا ژنراتور• کپسول اکسیژن پشتیبان• برنامه انتقال به مرکز درمانی	 <h3>انسولین و داروها</h3> <ul style="list-style-type: none">• نگهداری در ۲ تا ۸ درجه (یخچال)• یخ زدن (نخیر)• زیر آفتاب مستقیم (نخیر)
 <h3>ایمنی مواد غذایی</h3> <ul style="list-style-type: none">• گوشت و لبنیات را بعد از چند ساعت دور بریزید• بوی خوب معیار سلامت نیست• استفاده از کنسرو، آجیل، غذای خشک	 <h3>روش‌های جایگزین</h3> <ul style="list-style-type: none">• کیف خنک‌کننده با یخ خشک• تهویه میانی تننیر• ظرف سفالی مرطوب
 <h3>نکات مهم</h3> <ul style="list-style-type: none">• دارو در دمای اتاق ۲۸ روز قابل استفاده است• برنامه از پیش تعیین شده برای انتقال	 <h3>ذخیره آب حیاتی</h3> <ul style="list-style-type: none">• حداقل ۳ لیتر برای هر نفر در روز ذخیره کنید• برای چند روز (ترجیحاً ۳ تا ۷ روز) ذخیره داشته باشید• در ظروف تمیز و دربسته نگه دارید

برگرفته از شبکه های اجتماعی

*تداوم کارزار «سه‌شنبه‌های نه به اعدام» در هفته صدوسیزدهم در ۵۶ زندان مختلف

کارزار «سه‌شنبه‌های نه به اعدام» عید فطر و نوروز ۱۴۰۵ را به عموم مردم ایران و به‌ویژه خانواده جان‌باختگان قیام دی ماه ۱۴۰۴ و تمامی سربداران یک سال اخیر که توسط حکومت مستبد و سرکوبگر «ولایت فقیه» به خاک و خون کشیده شدند را تبریک می‌گوید. از تمامی افراد، نهادهای صنفی معلمان، بازنشستگان، کارگران و خانواده محکومان به اعدام و همچنین رسانه‌های مستقل و تمامی کسانی که صدای محکومان به اعدام بودند کمال تشکر و قدردانی را داریم و امیدواریم سال ۱۴۰۵ سال آزادی ایران، ایران بدون شکنجه و اعدام باشد.

حکومت اعدامی در یک سال اخیر بالغ بر ۲۶۵۰ تن از هموطنانمان را در اقصی نقاط کشور به دار آویخت و به طور ظالمانه در شب عید نوروز سه تن از جوانان دلیر به نام‌های مهدی قاسمی، سعید داوودی و صالح محمدی را که در اعتراضات دی ماه بازداشت شده بودند در قم اعدام کرد و یک زندانی دیگر به اسم کوروش کیوانی را به اتهام جاسوسی در زندان مرکزی کرج حلق‌آویز کرد.

ما اعضای کارزار «سه‌شنبه‌های نه به اعدام» ضمن محکومیت اعدام‌های خودسرانه و جنایت‌کارانه که با هدف ایجاد رعب و وحشت در جامعه صورت می‌گیرد، از ملل متحد و کشورهای مختلف و نهادهای حقوق بشری می‌خواهیم حکومت ایران را تحت فشار قرار دهند تا حداقل حقوق زندانیان رعایت شود، به‌ویژه زندانیانی که در ماه‌های اخیر بازداشت شده و در سکوت خبری و قطعی اینترنت زیر شکنجه هستند و در خطر حکم اعدام قرار دارند. ما همچنین خواهان آزادی زندانیان سیاسی هستیم. به‌خصوص که در شرایط بمباران جان زندانیان در معرض خطر مضاعف است و بسیاری از زندانیان از کمبود غذا و رسیدگی‌های درمانی رنج می‌برند. در هفته اخیر ده‌ها تن از زندانیان زندان چابهار به دلیل اعتراض به عدم تامین مواد غذایی، توسط ماموران زندان کشته و زخمی شدند.

لازم به ذکر است در دو هفته گذشته، بیانیه این کارزار (هفته‌های ۱۱۱ و ۱۱۲) به دلیل قطعی ارتباطات منتشر نشد.

کارزار «سه‌شنبه‌های نه به اعدام» در هفته صدوسیزدهم در ۵۶ زندان زیر در اعتصاب غذا می‌باشند:

زندان اوین (بندهای زنان و مردان)، زندان قزلحصار (واحدهای ۲ و ۳ و ۴)، زندان مرکزی کرج، زندان فردیس کرج، زندان تهران بزرگ، زندان قرچک، زندان خورین ورامین، زندان چوبیندر قزوین، زندان اهر، زندان اراک، زندان لنگرود قم، زندان خرم‌آباد، زندان بروجرد، زندان یاسوج، زندان اسدآباد اصفهان، زندان دستگرد اصفهان، زندان شیپان اهواز، زندان سپیدار اهواز (بندهای زنان و مردان)، زندان نظام‌شیراز، زندان عادل‌آباد شیراز (بندهای زنان و مردان)، زندان فیروز آباد فارس، زندان دهدشت، زندان زاهدان (بندهای زنان و مردان)، زندان برازجان، زندان رامهرمز، زندان بهبهان، زندان بم، زندان یزد (بندهای زنان و مردان)، زندان کهنوج، زندان طبس، زندان مرکزی بیرجند، زندان مشهد، زندان گرگان، زندان سبزوار، زندان گنبدکاووس، زندان قائمشهر، زندان رشت (بندهای مردان و زنان)، زندان رودسر، زندان حویق تالش، زندان ازبیرم لاهیجان، زندان دیزل آباد کرمانشاه، زندان اردبیل، زندان تبریز، زندان ارومیه، زندان سلماس، زندان خوی، زندان نقده، زندان میاندوآب، زندان مهاباد، زندان بوکان، زندان سقز، زندان بانه، زندان مریوان، زندان سنندج، زندان کامیاران و زندان ایلام.

هفته صدوسیزدهم

سه‌شنبه ۴ فروردین ۱۴۰۴

#کارزار_سه‌شنبه‌های_نه_به_اعدام

***اخراج گسترده خبرنگاران از رسانه‌های ایران هم‌زمان با اختلال گسترده اینترنت**

به گزارش دوشنبه ۳ فروردین فدراسیون بین‌المللی روزنامه‌نگاران، منابع خبری از اخراج گروهی از خبرنگاران از رسانه‌های مختلف خبر داده‌اند.

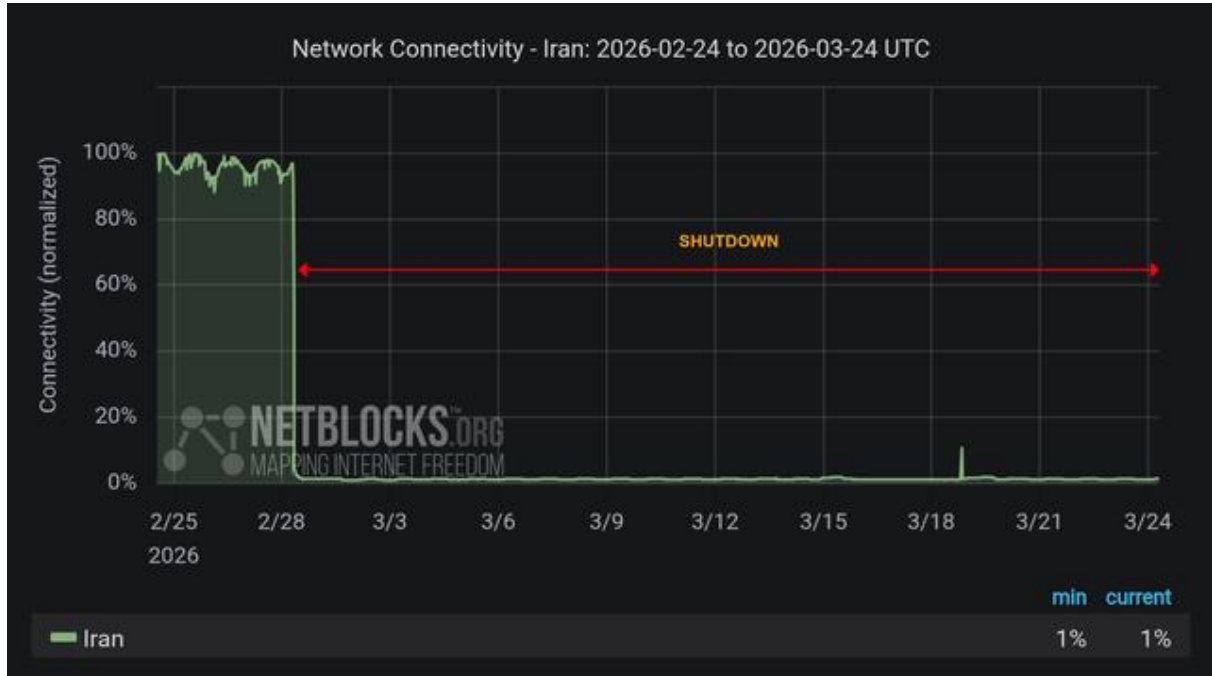
بنا به‌مین گزارش، ده‌ها تن از کارکنان «مجموعه دنیای اقتصاد» و نیز تعدادی از خبرنگاران دیگر رسانه‌ها نظیر روزنامه «هفت صبح» از کار برکنار شده‌اند.

گفته می‌شود که این تصمیم در پی شرایط دشوار اقتصادی، افزایش هزینه‌ها و تحولات اخیر اتخاذ شده است.

***نت بلاکس: حساب‌های سفید فهرست شده سعی دارند کنترل روایت را به دست بگیرند**

روز سه‌شنبه ۲۴ مارس، نت بلاکس (NetBlocks) نهاد ناظر بر قطعی‌ها و اختلالات اینترنت در سراسر جهان اعلام کرد:

قطعی اینترنت ایران وارد بیست و پنجمین روز خود پس از 576 ساعت شده است و مردم را از جهان منزوی کرده است در حالی که حساب‌های سفید فهرست شده سعی دارند کنترل روایت را به دست بگیرند. این اقدام مردم عادی را بدون دسترسی به اطلاعات حیاتی و بدون صدایی در صحنه جهانی رها می‌کند.



akhbarkargari2468@gmail.com