

# آوای دریا

شنبه ۰۵ بهمن ۱۳۹۸  
[www.avayedarya.ir](http://www.avayedarya.ir)

صدای زنان هرمزگان  
آوای دریا هفته نامه الکترونیکی هرمزگان

# به زندگی من خوش آمدید

گزارش: زهره کرمی



در بازار عرضه می کنند لباس هرمزگانی خوشبختانه دیدگاه مردم نسبت به لباس هرمزگانی در سال های اخیر تغییر کرده و برای آن ارزش قائل هستند.

کار آفرینی واژه ای است که این روزها برای پیشرفت اقتصاد کشور و حمایت از تولید ملی در جشنواره ها و کنفرانس ها مختلف از آن یاد می شود و مسئولان کشور مردم را به این امر تشویق می کنند.

مریم روگا متولد ۵۵ از شهرستان پارسیان و روستای بهده و مدت سه سال است که تعاونی خود را در زمینه صنایع دستی کیف چرمی خدمات چاپ و خیاطی و تولیدی پوشاک با ۷ عضو اصلی و در مجموع ۱۴ عضو به ثبت رسانده است .

پیشنهاد به علاقتمندان هر شخصی که به دنبال پیشرفت است در یک زمینه فعالیت کند تا بتواند به نحو احسن کارش را پیش ببرد و سفارشات را به روز کند و هم اینکه روز به روز ایده های بیشتر و زیباتری و با جلوه های متنوع به منصفه ظهور بگذارد.

مشکلات کار صنایع دستی در زمینه بازاریابی و فروش محصولات خود با مشکلات زیادی رو به روست . اینکه چگونه وارد بازار کار شده و به چه کسانی اعتماد کنیم و یا با صادرات چه محصولی میتوانیم حرفه خود را توسعه دهیم از جمله دغدغه های فکری کارآفرینان صنایع دستی است او در حال حاضر از طریق اینترنت سفارشات خود را ثبت و

## همه چیز درباره ی تزریق بوتاکس و ژل ، اثرات زیبایی، درمانی و عوارض ممکن



ظریف مانند لب و خط خنده مناسب نمی باشد.

عوارض تزریق بوتاکس عوارض بوتاکس به طور معمول، جز ضعف عضلات ناحیه اطراف محل تزریق، جدی نمی باشد. البته در صورتی که تزریق توسط پزشک با تجربه انجام شود، هیچ گونه عارضه ای نخواهد داشت، ولی بیماریانی که بیماری های عصبی و عضلانی دارند در فاز حاد هستند و یا زنان باردار و شیرده نیابستی از آمبول بوتاکس استفاده کنند، مضار بر این که دیده شده تزریق بوتاکس باعث فروکش کردن سردردهای میگرنی در بسیاری از افراد می شود، اما گاهی ممکن است سردرد به صورت موقت برای مدت چند روز اتفاق افتد و یا علائمی دال بر حساسیت ایجاد شود که آن هم موقتی و گذر است.

تزریق ژل به چه صورت می باشد و آیا عوارضی هم به دنبال دارد؟

تزریق ژل - در مورد ژل های موقت، از آنجایی که خیلی از این ژل ها نوعی پروتئین بوده و بدن آن ها را به عنوان مواد بیگانه شناسایی نمی کند، معمولا عوارضی نیز مشاهده نمی شود. حتی در موارد نادر اگر عوارضی ایجاد شود، چون به تدریج بدن این مواد را جذب و تجزیه می کند، هیچ گونه عارضه ماندگاری باقی نخواهد گذاشت.

اما در مورد ژل های دائم، گاهی عوارضی همچون حساسیت و حتی عفونت و گاهی جایه جایی ژل مشاهده می شود که برای پرهیز از آن، اولاً در مورد افرادی که سابقه بیماری های خود ایمنی همچون آلرژی و آسم دارند بیابستی آزمایش انجام شود و در بیماری های خود ایمنی شدید مانند لوپوس ، روماتیسم و سندرم نفروتیک و نیز بیماری های سیستمیک مانند دیابت، بهتر است به طور کلی تزریق انجام نشود.

ثانیاً برای جاهای ظریف تر بهتر است فقط از انواع مرغوب استفاده شود.

ثالثاً حجم مقدار ماده تزریق شده زیاد نباشد. انواع چروک صورت چروک های صورت دو نوع اند:

۱- نوع دینامیک که بر اثر حرکت مکرر عضلات، صورت در طی سال ها ایجاد می شوند.

۲- نوع استاتیک که در اثر کاهش کشسانی پوست به علل متفاوتی از جمله جاذبه زمین به وجود می آیند.

سال ها تنها در درمان چروک های استاتیک لیفتینگ (lifting) صورت و ابرو بود که البته چروک های دینامیک را درمان نمی کرد.

بعضی از افراد لیختنی تحت عنوان (لیختن موالیزا) دارند که

بوتاکس چیست ؟ امروزه در کشورهای اروپایی از ترکیبات تزریقی متعددی جهت رفع چروک یا افزایش حجم اعضای بدن استفاده می شود که متأسفانه در جامعه ما اطلاعات محدودی در این باره وجود دارد. به اختصار باید گفت که این نوع ترکیبات به دو دسته کلی تقسیم می شوند:

ترکیبات فلج کننده؛ که با فلج کردن عضلات پیشانی یا دور چشم، اسباب آن ناحیه را رفع می کنند و مانع از انقباض عضلات می شوند، بنابراین باعث رفع چروک و گاه بالا بردن ابروها می شوند و طول اثرشان بین ۳ تا ۶ ماه می باشد.

بوتاکس نام اختصاری سم بوتولیسیم است. تزریق مقدار کمی از این ماده بطور مستقیم در ماهیچه فعالیت آن را کم کرده و خطوطی را که نتیجه پرکاری آن روی صورت به وجود می آید از بین می برد در نتیجه صورت جوان تر و شاداب تر به نظر می رسد. یک روش سریع و نسبتاً غیر تهاجمی است.

برای درمان چروکهای پیشانی و کنار چشم ها (در مناطقی که حرکت عضلانی ضروری نیست) میتوان از بوتاکس استفاده کرد تا از پیشرفت و ایجاد چروکها جلوگیری شود. هم اکنون بوتاکس در آمریکا روشی است که بیشترین استفاده را از نظر زیبایی سازی صورت دارد و هنرپیشه های هالیوودی بیشترین مصرف کنندگان این ماده هستند.

ترکیبات پرکننده؛ که با پر کردن شیارها باعث پر شدن چروک ها مثل پر کردن خط خنده، رفع لاغری دست و صورت، گودی زیر چشم ها، افزایش حجم لب، گونه، چانه و نیز اندام (سینه و...) می شوند و این ترکیبات حتی برای پر کردن فرورفتگی های ضایعاتی چون سالک و... و نیز تغییرات محدود در حالت بینی کاربرد دارند.

ترکیبات پرکننده به دو نوع موقت و دائم تقسیم می شوند. البته نوع ژل دائم (پلی اکریل آمید) خود دارای انواع مختلفی می باشد و مطالعات و تحقیقات متعدد بر روی برخی انواع آن در اروپا طی سی سال گذشته نشان داده که نه تنها هیچ گونه حساسیت، سرطان زایی، سمومیت و... با آن وجود ندارد، بلکه غیرقابل جذب و تجزیه بودن، تطابق کامل با بافت پیوندی بدن و یکنواختی کامل آن نیز به اثبات رسیده است.

ژل ها ترکیباتی هستند که چروک های عمیق و گودی ها را پر کرده و از آن ها برای برجسته کردن گونه و لب استفاده می شود. اثرشان بین ۶ ماه تا ۶ سال می باشد.

ژل های موقت بین ۶ تا ۱۸ ماه و ژل های دائم حداقل تا ۶ سال ماندگاری دارند. ژل های موقت مثل کلاژن ها و هیالورونیک اسیدها بوده و اسامی مختلفی مانند ژوودرم، روفیلان، رستیلن، مارتیدکس و... دارند.

ژل های دائم در اصل همیشگی بوده، اما چون بعد از گذشت ۵ تا ۶ سال کوچک تر شده و بافت های بدن نیز تحلیل می روند، ماندگاری آن ها را باید بین ۵ تا ۱۰ سال در نظر گرفت. امروزه ژل های دائم به طور عمده شامل پلی اکریل آمید و پلی متیل متاکریلات می باشند.

تفاوت بین ژل های پاز و اکرامید چیست؟ تفاوت بین ژل های دائم پاز و اکرامید - ایجاد عوارضی همچون حساسیت نسبت به نوع اکرامید خیلی کم تر می باشد و با توجه به اینکه فرمول هر دو ژل دارای ماندگاری یکسانی می باشد، تفاوت عمده در میزان درجه خلوص و مواد افزودنی به ژل پاز و بسته بندی و تکنولوژی تولید آنهاست و ژل پاز برای جاهای

آیا شما بعد از تزریق بوتاکس طبیعی به نظر می رسید؟ اگر چه نتایج چشمگیر هستند، اما نمای ظاهری صورت شما به هم نمی خورد. عضلات شل می شوند به طوری که شما هنوز می توانید لبخند بزنید اما بدون چین و چروک. بعد از بوتاکس زمان زیادی برای بهبودی لازم ندارید و می توانید بلافاصله بعد از تزریق به سر کارتان برگردید یا برای خرید بیرون بروید. اغلب افراد، تقریباً هر سه تا شش ماه به تزریق مجدد بوتاکس نیاز دارند. بوتاکس طی چند روز پخش می شود و باعث شلی و از کار افتادن عضلاتی می شود که باعث چروک شده بودند. بوتاکس چروک های دینامیکی را از بین می برد اما چین های عمیق و استاتیک ممکن است به درمان های جایگزین مثل تزریق ژل یا فیلرها نیاز داشته باشند.

استفاده از سیگار یا در معرض قرار گرفتن آفتاب بدون محافظت توسط ضد آفتابها تاثیر ماندگاری این درمانها را کاهش می دهد همانطور که چنین اعمالی در سایر موارد درمانهای زیبایی اثرات مضر مشابهی برای پوست دارند. پزشک از بی حس کننده های موضعی یا سایر روش های بی حس استفاده میکند و بنابراین این طی تزریق دردی وجود ندارد و یا بسیار کم است. عوارض شامل مختصری تورم، قرمزی یا خون مردگی موقت و مور مور شدن بعد از درمان است.

بهتر است از محصولات مورد تایید FDA استفاده شود و از محصولات یا مواد با ماندگاری دائمی و یا بسیار طولانی به علت عوارض گرانولوم های جسم خارجی دوری نمود. تزریق ژل برای از بین بردن خط اخم، صاف کردن چین های عمیق دو طرف دهان، برجسته کردن گونه و حجم دادن به لب است و در حال حاضر بهترین روش در سراسر دنیا تزریق ژل های هیالورونیک است. ماندگاری این ژل ها معمولاً ۶ تا ۹ ماه بوده و سپس جذب می شوند. این ژل ها نیازی به تست حساسیت ندارند و آلرژی ایجاد نمی کنند. و در زیر پوست حرکت و ریزش ندارند.

تزریق چربی (لیپوترانسفر) روشی است که در آن سلولهای چربی نواحی پهلوی شکم بیمار را به میزان لازم (حدوداً ۲۰ الی ۵۰ سی سی) خارج کرده و پس از جدا سازی سلولهای زنده چربی، آنها را بعنوان یک فیلر بیولوژیک، به منظور حجم دادن به ناحیه ای از بدن یا صورت، پر کردن نقص پوستی و اغلب با هدف جوان سازی صورت، در نواحی مورد نظر تزریق می کنند. سلولهای چربی را می توان با PRP مخلوط و سپس در محل های مورد نظر تزریق نمود. با این عمل ماندگاری نتایج درمان افزایش یافته و نتایج حاصله زیباتر و ماندگارتر می شود.

درمان زیبایی به همراه PRP - PRP نیز یکی از پر مخاطب ترین خدمات پزشکی در زمینه زیبایی می باشد که یک فرآورده خونی به معنای پلاسمای غنی از پلاکت می باشد که طی یک فرایند جدا سازی از خون تازه و لخته نشده خود شخص به دست می آید. پلاکتها نقش برجسته ای در فعال سازی فرایند ها و تولید فاکتورهای رشد و پروتئین های خاص دارند که نتایج چشمگیری را به دنبال دارد مثل کاهش چین و چروک های صورت، کاهش پف و تیرگی زیر چشم و کاهش ریزش مو و تقویت موهای نازک و شکننده و ...

گوشه های دهان در حالت طبیعی به طرف پایین لب فوقانی کشیده می شود. تزریق بوتاکس می تواند این حالت را از بین ببرد. بوتاکس جهت زیبایی چگونه عمل می کند؟ بوتاکس از طریق بلوک ایمپالس عصبی عمل می کند و باعث کاهش حرکت عضلات می شود. با کاهش حرکت، سطح پوست به تدریج صاف می شود و خطوط متوسط تا شدید شروع به ناپدید شدن می نمایند.

پروسه تزریق بوتاکس پروسه چندان پیچیده ای نیست، در گام بعدی می بایست به ماهیچه های ایجاد چین و چروک و یا اخم ها بوتاکس تزریق گردد. درمان خیلی سریع صورت می پذیرد اما در مقایسه با استفاده از ژل بوتاکس که فقط می بایست برای صورت استفاده شود هنوز درد ناشی از تزریق بوتاکس را تحت پوشش قرار نمی دهد. در پروسه تزریق بوتاکس به منظور سر کردن درد نیازی به بیپوشی نیست مگر اینکه خود بیمار درخواست کند. پس از تزریق بوتاکس فرستنده های عصبی بین ۲ تا ۱۰ روز طول می کشد. اما با استفاده از بوتاکس نوع A این مشکل بی حسی بوجود نخواهد آمد.

یک هفته قبل از درمان بوتاکس استفاده از هر گونه مشروبات الکلی قذفن می باشد. بوتاکس معمولاً برای رفع یا کاهش چروکها پیشنهاد می گردد از اثرات جانبی تزریق بوتاکس کبودی اندک می باشد پس از تزریق بوتاکس از مصرف اسپرین و داروهای مشابه خودداری نمایید چرا که به رفع کبودیتان کمک نمی کند.

کاربرد بوتاکس در موارد غیر زیبایی چیست؟ موقعیت های مختلفی وجود دارند که در آن از تزریق بوتاکس استفاده می شود و تزریق بوتاکس منحصر به زیبایی نیست که از آن میان می توان به درمان اسپاسم ماهیچه صورت یا دیگر قسمتها، پرش پلک، اسپاسم ماهیچه های گردن، انقباض و تیک گردن، لوچی شدید چشم ها اشاره کرد.

آیا بوتاکس مورد تایید FDA می باشد؟ بوتاکس تنها موردی از انواع آن است که توسط FDA تایید شده است. این درمان، درمانی است غیر جراحی با کمترین میزان تهاجم. همچنین معمولاً نیازی به زمان ترمیم ندارد و میزان ناراضیتهای هم کم است.

شما چه نتایجی را می توانید انتظار داشته باشید؟ طی می توانید نتایج درمانی خود را در طی چند روز ببینید. شما یک هفته وضعیت خطوط شما بهتر خواهد شد. نتایج قابل مشاهده برای مدت ۴-۶ ماه باقی خواهد ماند. نتایج خود شما می تواند متغیر باشد.

اگر شما از ادامه درمان منصرف شوید چه اتفاقی می افتد؟ اگر شما درمان را ادامه ندهید تمامی نواحی درمان شده به تدریج به وضعیت اولیه قبل از درمان برمی گردد.

آیا بوتاکس بی خطر است؟ آیا سمی نیست؟ بوتاکس یک پروتئین خالص طبیعی است که در دوز بسیار پایین تجویز می شود. تاثیر بوتاکس معمولاً محدود به ناحیه تزریق شده می شود و به جاهای دیگر بدن سرایت نمی کند. بوتاکس توسط FDA تایید شده است و کاربرد کلینیکی بیست ساله آن بی خطر بودن آن را به اثبات رسانده است.

# با سر آشپز = شیرینی مادلن



شیرینی مادلن یا مادلین کیک های (کوکي های) کوچک فرانسوی هستند که خوردنشان با یک فنجان چای یا قهوه بسیار دلچسب و لذت بخش است. مشخصه ظاهری مدلین این است که در قالب هایی به شکل صدف درست می شود و همچنین روی مدلین ها برآمدگی زیبایی دارد.

مدلن غیر از ویژگی های ظاهری خاصش که متمایزش کرده چیز خاص دیگه ای ندارد. خمیرش دراصل خمیر به نوع کیک اسفنجیه که بهش میگویند جنواز (ژنواز).

رسیبی های زیادی برای شیرینی مادلن هست و از اونجایی که این کیک به کیک فرانسویه و مشخصه خاص کیک های فرانسوی هم داشتن پودر بادامه؛ داخل بعضی از رسیبی های این کیک پودر بادام و یا پودر آجیل های دیگه استفاده میشه.

بهرتره حتما بعد از اینکه این کیک ها رو از قالب خارج می کنید روش پودر قند بپاشید تا هم زیباتر بشن و هم خوردنشون دلچسب تر بشه. البته میشه از گلنیز لیمو یا حتی شکلات ذوب شده هم برای تزئین و خوشمزه تر کردنشون استفاده کرد. برای گلنیز لیمو نصف پیمانه پودر قند و دو تا قاشق غذاخوری آب لیموی تازه رو با هم مخلوط کنید و وقتی مدلن ها هنوز داغ هستند و تازه از قالب خارج شدن با قلمو گلنیز رو روشون بمالید.

گفتم که یکی از مشخصه های ظاهری شیرینی مادلن برآمدگی روی کیک هاست. خمیر مدلن باید و باید بعد از درست شدن برای حداقل یک تا دو ساعت سرد بشه و همین سرد کردن خمیر و استراحتش که این شکم تپل رو روی کیک ها درست میکنه. حالا نکته جالب اینجاست که این حداقل میتونه به حداکثر سه روز هم برسه. یعنی با خیال راحت میتونید خمیر مدلن رو درست کنید و روشو ببوشونید و تا سه روز تو یخچال نگه دارید و هر وقت که دوست داشتید فر رو روشن کنید و بپزیدشون. اما خب شیرینی مدلن رو وقتی میپزید بهتره که تازه مصرف کنید و زیاد نمونه چون کیفیت و خوشمزه گی اولش رو از دست میده.

مشخصه ظاهری بعدی شیرینی مدلن این بود که شکل صدفن. من پیشنهاد میکنم اگه قالب مدلن ندارید از درست کردنش صرف نظر کنید. چون اوج لذت این کیک ها اینه که شکل صدف باشن و بخوریدشون؛ ولی اگه همچنان علاقه مند بودید که مدلن درست کنید و قالبش رو هم نداشتید میتونید تو قالب مینی مافین هم درستشون کنید. فقط دقت کنید که قالبتون باید اینقدر کوچیک باشه که به قاشق غذاخوری خمیر بیشتر نیاز نداشته باشید.

نکته آخر اینکه چون این کیک به نوع کیک اسفنجیه پس مشخصا به قالب میچسبه. پس باید به دقت قالب رو آردپاشی کنید. این ویدئو شیوه صحیح آردپاشی کردن قالب رو بهتون نشون داده میشه که میتونید ازش برای آردپاشی هرونو قالب دیگه ای که نمیشه داخلش کاغذ روغنی انداخت (البته که کاغذ روغنی ارجح تر و مطمئن تره) هم استفاده کنید و اگه دقیق و صحیح این کارو انجام بدید مطمئن باشید که هیچوقت کیک هاتون به قالب نمی چسبن.

مواد لازم:

۱/۲ پیمانه (۱۱۳ گرم) کره  
۱ پیمانه (۱۳۰ گرم) آرد همه منظوره  
۱/۲ قاشق چای خوری بیکنینگ پودر

داخل هرکدام از صدف ها رو مقدار کمی آرد بریزید. حالا قالب رو تگون بدید تا همه جای قالبتون با آرد پوشیده بشه. بعد قالب رو برگردونید و روی میز کارتون به آرومی بکوبید تا آردهای اضافی بیرون بریزه.

اگه به این صورت قالب رو آماده کنید مطمئن باشید که مدلن ها به هیچ وجه به قالب نمی چسبن و به راحتی جدا میشن. قالب آردپاشی شده رو برای ۱۰ دقیقه بذارید داخل یخچال تا سفت بشه.

داخل هر کدوم از صدف ها به کمک قاشق یا اسکوپ بستنی کوچیک به اندازه یک قاشق غذاخوری از خمیر سرد شده رو بذارید. خمیر رو همین قسمتی که داخل تصویر می بینید بذارید؛ چون قراره قسمت برآمده مدلن همینجا باشه و این کار به زیباتر شدن کارمون کمک میکنه. میتونید خمیر رو به کمک قیف هم داخل قالب ها بریزید.

مدلن ها رو برای ۹ تا ۱۱ دقیقه داخل فر بپزید تا وقتی که حاشیه های مدلن ها طلایی بشه و روشون پف کنه و اگه به آرومی لمسشون کنید کاملا حالت ارتجاعی داشته باشن. زیاد نپزیدشون چون خشک میشن. قالب رو از فر خارج کنید و به آرومی روی میز کارتون برگردونید؛ اگه قالب درست آردپاشی شده باشه به راحتی همه مدلن ها از قالب خارج میشن ولی اگه چسبیده بودن به کمک به چاقو یا اسپچلا کوچیک از قالب جدا کنیدشون.

مدلن بهتره تازه مصرف بشه ولی میتونید تا چند روز داخل ظرف درسته تو دمای اتاق نگهشون دارید و یا برای بیشتر از یک ماه فریزشون کنید. مدلن ها وقتی میمونن ممکنه رویه بیرونشون کمی چسبناک بشه و این کاملا عادیه.

با این مقدار مواد حدود ۲۴ تا مدلن ۸.۵ سانتی متری خواهید داشت.

داخل کاسه استند میکسر با سر پدلش (یا با همزن دستی) تخم مرغ ها و شکرها (اگه شکر قهوه ای نداشتید جاش سفید بریزید) رو با سرعت بالا هم بزیند تا مخلوط کاملاً غلیظ و روشن بشه و به مرحله روبان برسه. زمانش بستگی داره به همزنتون و ممکنه بین ۵ تا ۱۰ دقیقه طول بکشه.

وانیل و رنده پوست لیمو یا پوست پرتقال (اختیاری) رو هم بهش اضافه کنید و هم بزیند.

مخلوط آرد رو تو سه مرحله روی مخلوط تخم مرغ الک کنید و آرد رو داخل مواد به آرومی فولد کنید. این مرحله رو با دقت و حساسیت انجام بدید. زیاد فولد کردن و یا بد فولد کردن میتونه رو پف مدلن های نهایی تاثیر بذاره.

حدود یک پیمانه (۲۴۰ میلی لیتر) از خمیر رو بردارید و داخل کره که کمی گرمه فولد کنید تا کره سبک تر بشه و راحت تر داخل بقیه مواد مخلوط بشه.

به کمک اسپچلا یا قاشق چوبی کره رو تو دو مرحله داخل خمیر کیک فولد کنید.

بعد از اینکه کره هم کاملاً با بقیه مواد مخلوط شد روی ظرف رو با یه تکه سلفون ببوشونید و برای حداقل یک تا دو ساعت بذارید داخل یخچال تا خمیر استراحت کنه و خنک و کمی سفت بشه. میتونید خمیر رو تا سه روز هم داخل یخچال نگه دارید.

فر رو با حرارت ۳۷۵ درجه فارنهایت که میشه ۱۹۰ درجه سانتیگراد گرم کنید. حداقل یک ربع قبل از بختن مدلن ها فر رو روشن کنید.

حالا باید قالب مدلن رو به دقت آردپاشی کنید. مقداری کره ذوب کنید و با کمک قلمو داخل صدف ها رو چرب کنید. دقت کنید همه جای شیرهای صدف ها چرب شده باشه.

## اخبار بانوان

برای پیشبرد وضعیت کنونی و اهداف کشور از افراد خلاق استفاده کرد. وی افزود: به منظور ایجاد و رونق اشتغال باید به توانایی و نقاط قوت افراد اهتمام ورزید و مورد تقدیر قرار داد. مدیرکل امور بانوان و خانواده استانداری هرمزگان گفت: در همین راستا بانوان کارآفرین سرپرست خانوار باید حمایت و پشتیبانی شوند. یگانه افزود: بیکاری جوانان یکی از آسیبهای جدی در سطح استان هرمزگان و حتی کشور است. اگرچه در حوزه ایجاد اشتغال و کاهش آمار بیکاری اقدامات و فعالیتهای خاصی انجام شده، اما به دلیل موازی کاری، پیشرفت چندانی مشاهده نمیگردد. وی تاکید کرد: به منظور ایجاد اشتغال زنان سرپرست خانوار، بخشداران از طریق شهرداران و دهیاران، می توانند فضای مناسبی را در اختیار این قشر قرار دهند. مدیرکل امور بانوان و خانواده استانداری هرمزگان همچنین بر لزوم ارائه آموزشهای لازم برای توانمندی ایجاد کسب و کار زنان سرپرست خانوار بیان داشت: تحقق این امر مهم، نتایج مؤثری خواهد داشت. یگانه در ادامه تاکید کرد: جلسات باید خروجی داشته باشد و مصوبات این جلسات نیز میبایست حلال مشکلات حوزه زنان و خانواده باشد. وی ابراز داشت: با توجه به اینکه فعالیتهای انفرادی خروجی مناسبی ندارد باید کارها و فعالیتها به صورت تیمی و گروهی انجام شود تا نتایج آن مشهود باشد. مدیرکل امور بانوان و خانواده استانداری هرمزگان در پایان خواستار شد: صنایع موجود در شهرستان ها در راستای انجام مسئولیت های اجتماعی، از حوزه زنان و خانواده شهرستان حمایت کنند.

کرد همچون سال گذشته، برنامه هایی ویژه دهه فجر و بزرگداشت مقام والای زن تدوین و اجرای کنند. در این نشست که با حضور مشاوران امور بانوان دستگاه های اجرایی و فرمانداری های شهرستان های حاجی آباد، قشم، ایبوموسی برگزار شد، اقدامات انجام شده توسط دستگاهها در حوزه زنان و خانواده تشریح شد.

**در جلسه ای با حضور مدیرکل امور بانوان و خانواده استانداری هرمزگان:**

**مسائل و مشکلات حوزه زنان و خانواده در بندر خمیر بررسی شد**

طبق برنامه زمانبندی بازرسی و بررسی مسائل و مشکلات حوزه زنان و خانواده شهرستانهای استان، مدیرکل امور بانوان و خانواده استانداری هرمزگان در جمع زنان شهرستان بندرخمیر حضور یافتند و طی جلسه ای با حضور فرماندار و مشاورین امور بانوان و خانواده در دستگاههای مختلف این شهرستان، در جریان مسائل و مشکلات حوزه خانواده و آسیب های اجتماعی موجود قرار گرفتند. در این جلسه، مشاورین امور بانوان و خانواده به تشریح فعالیتهای انجام شده و بیان مسائل و مشکلات حوزه زنان و خانواده پرداختند.

**مدیرکل امور بانوان و خانواده استانداری هرمزگان:**

**زنان کارآفرین سرپرست خانوار حمایت شوند**

مدیرکل امور بانوان و خانواده استانداری هرمزگان گفت: زنان کارآفرین سرپرست خانوار حمایت و پشتیبانی شوند. مریم یگانه در نشست با مشاورین امور بانوان و خانواده دستگاههای اجرایی شهرستان بندرخمیر اظهار کرد: با توجه به تورم ها و وضعیت اعتبارات میبایست

ارائه آموزش های اجتماعی و فرهنگی به زنان سرپرست خانوار تاکید کرد. مریم یگانه در نشست منطقه ای بانوان و خانواده که با حضور عزیز الله کناری فرماندار بندرعباس در سالن جلسات فرمانداری برگزار شد، یکی از مشکلات در حوزه اشتغال زنان سرپرست خانوار، عدم ارائه آموزش های اجتماعی و فرهنگی نام برد. وی افزود: ضروری است قبل از ارائه آموزش های مهارتی جهت ایجاد اشتغال زنان سرپرست خانوار، آموزش های اجتماعی و فرهنگی ارائه شود. مدیرکل امور بانوان و خانواده استانداری هرمزگان همچنین بر ایجاد و تقویت خودباوری و خودشناسی در بین زنان سرپرست خانوار تاکید کرد و گفت: تحقق این دو امر مهم، کمک شایانی به ایجاد اشتغال و رونق بازار فروش می کند. یگانه بیان داشت: تزریق امید در بین زنان سرپرست خانوار و بکار بردن فعل توانسته به آنان کمک می کند تا در راستای ایجاد اشتغال و فروش محصولات خود موفق تر باشند. وی ادامه داد: نقاط قوت و ضعف در شخصیت هر فرد وجود دارد که با برجسته کردن نقاط قوت و بیان و بررسی نقاط ضعف، می توان به توانمندی و موفقیت هرچه بیشتر زنان سرپرست خانوار کمک کرد. مدیرکل امور بانوان و خانواده استانداری هرمزگان بر پیگیری صندوق خرد زنان سرپرست خانوار تاکید کرد و افزود: اگرچه راه اندازی این صندوق در استان هرمزگان، رتبه نخست کشوری را داراست اما برخی مناطق، با ظرفیت بسیار خوب صندوق خرد زنان سرپرست خانوار آشنایی ندارند که باید هرچه سریعتر نسبت به معرفی آن اقدام شود. یگانه در پایان به مشاوران امور بانوان در فرمانداری ها و دستگاه های اجرایی استان تاکید

**در دیدار مدیرکل امور بانوان و خانواده استانداری با مدیریت کل شعب بانک کشاورزی: طرح های خوداشتغالی در حوزه زنان و خانواده بررسی شد**

مریم یگانه مدیرکل امور بانوان و خانواده استانداری هرمزگان به همراه کارشناس آموزش و اشتغال این اداره کل با مهدی جهان نجاتی مدیریت کل شعب بانک کشاورزی دیدار و درخصوص نحوه اعطای تسهیلات ارزان قیمت به کارآفرین زن در مناطق شهری و روستایی به بحث و تبادل نظر پرداخت. یگانه در تشریح این خبر گفت: در این دیدار، طرح های خوداشتغالی در حوزه زنان و خانواده، وضعیت صندوق های خرد زنان روستایی و اعطای تسهیلات ارزان قیمت به زنان سرپرست خانوار مورد بررسی قرار گرفت. مدیرکل امور بانوان و خانواده استانداری هرمزگان ادامه داد: ریزنی جهت ایجاد تفاهم نامه در حوزه دریافت تسهیلات ارزان قیمت ویژه زنان سرپرست خانوار و شرایط آسان جهت بیمه دامداری و کشاورزی ویژه زنان دامدار و کشاورز از دیگر اهداف انجام این دیدار بود که در پایان مقرر گردید تفاهم نامه ای منعقد، و بیمه زنان روستایی به صورت شرایطی انجام گیرد. وی افزود: همچنین مقرر شد تسهیلات ارزان قیمت و مدت دار با هدف ایجاد اشتغال به زنان کارآفرین اعطا گردد.

**مدیرکل امور بانوان و خانواده استانداری هرمزگان:**

**آموزش های اجتماعی و فرهنگی به زنان سرپرست خانوار ارائه شود**

مدیرکل امور بانوان و خانواده استانداری هرمزگان بر