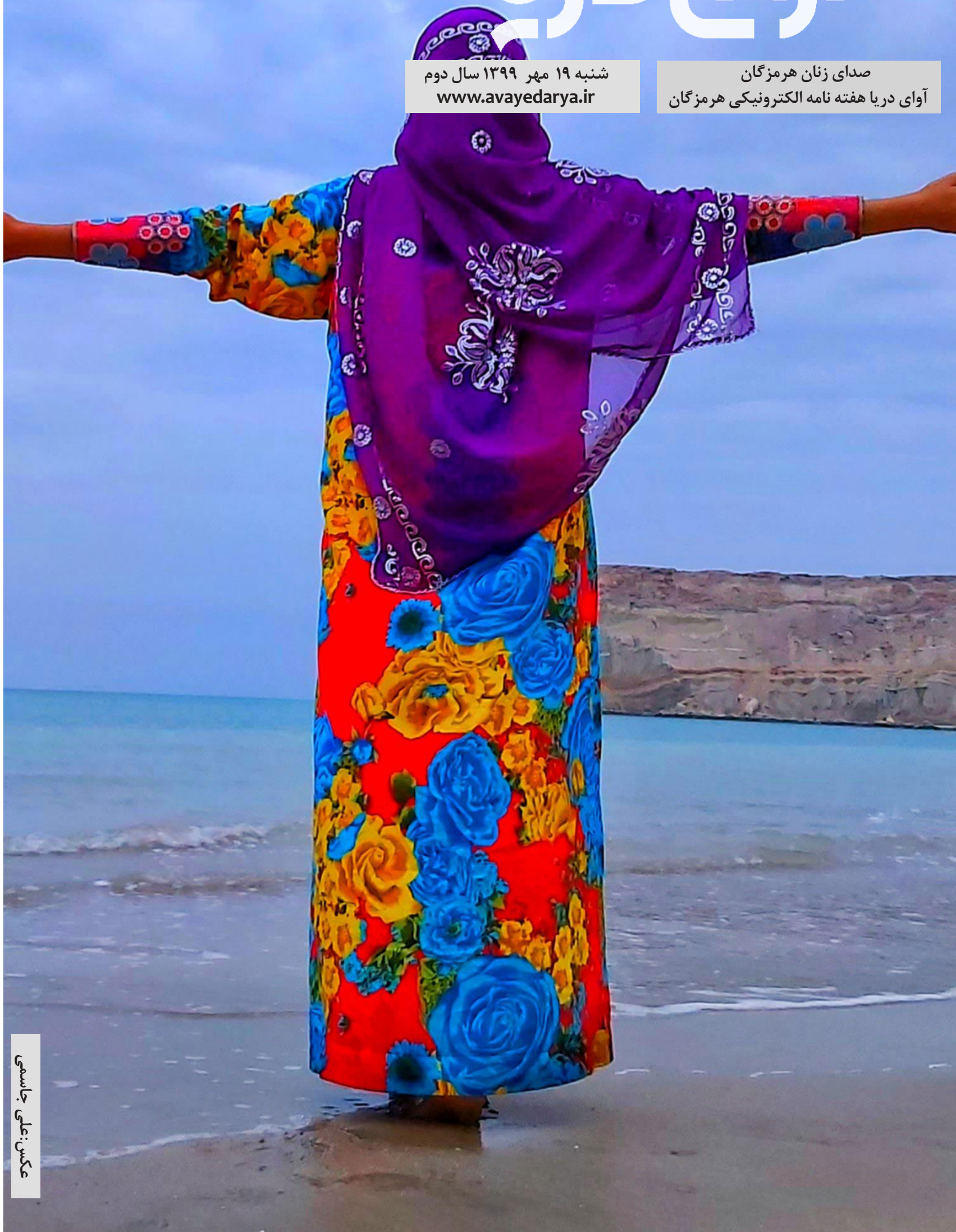


آوای دریا

شنبه ۱۹ مهر ۱۳۹۹ سال دوم
www.avayedarya.ir

صدای زنان هرمزگان
آوای دریا هفته نامه الکترونیکی هرمزگان



گفتگوی اختصاصی آوای دریا با مدیر عامل شرکت تعاونی خدمات بهداشتی درمانی هیژا طب همیار:

عدم تامین مالی شاید بزرگترین چالش هر کسب و کار تازه ای باشد

گزارش: زهره کرمی



شغلستان چیست
خب در راه اندازی این کار ما از همان بدو کار چالشهای فراوانی را پیش رو داشتیم از عدم همکاری بانکها جهت تسهیلات، تضمینات فوق تصور درخواستی بانکها جهت تسهیلات تا بوروکراسی اداری برخی سازمانها که من علاقه ای به باز کردن آنها ندارم. البته لازم میدانم در اینجا از همکاری صمیمانه اداره تعاون شهرستان بندرعباس و همینطور سازمان صنعت و معدن هرمزگان که همکاری لازم را در این خصوص داشتند کمال تشکر و قدردانی خودم را ابراز دارم.

عدم تامین مالی شاید بزرگترین چالشی است که هر کسب و کار تازه ای در وهله اول با آن روبروست اما این تعاونی با کمک خدا و پشتکار اعضاء این کار را به اتمام رساند.

پیشنهاد شما برای کسانی که می خواهند کسب و کار خود را راه اندازی کنند چیست؟
در آخر برای تمام کسانی که تمایل دارند کسب و کار تولیدی - بخصوص کار تخصصی - راه بیاندازند پیشنهاد میکنم در مرحله اول طرح توجیهی بسیار جامع و کاملا تخصصی داشته باشند و به این شرکتهایی که چند میلیون میگیرند و طرح توجیهی مینویسند بسنده نکنند اینکار را به خیره خودش بسپارند تا طرحی آماده شود که واقعا همه جوانب کار از بازار یابی تا فروش، تقاضا و... را کاملا تخصصی دیده باشد

حتما حتما یک مشاور حقوقی را در کنار خود داشته باشند تا در تمام مراحل و قرارداد های خرید زمین تا تجهیزات و ماشین آلات به آنها مشاوره حقوقی بدهد. و در نهایت هر کسی کاری را انتخاب کند که واقعا به آن علاقه دارد و تجربه ای دارد. صرف تقاضای بازار و گفته های دیگران هر کاری را نمیشود ورود کرد. داشتن سرمایه اولیه بسیار مهم و حیاتی است.

حرف آخر
از شما دوستان رسانه آوای دریا که این فرصت را در اختیار بنده گذاشتید تا بعنوان مدیر این تعاونی در خدمت شما باشم صمیمانه تشکر و قدردانی مینمایم و برای شما عزیزان آرزوی سلامتی و شادکامی دارم.

اعضای متخصص در زمینه پزشکی البته هدف عالی تعاونی در وهله اول کمک به توسعه و آبادانی کشور و ایجاد اشتغال و رفع بیکاری در استان بوده و هست.
به همین دلیل تعاونی در سال ۱۳۹۶ مجوز تاسیس کارخانه تولید لوله های خونگیری خلاء در شهرک صنعتی گمبرون با ظرفیت تولید شانزده میلیون عدد در سال را از سازمان صنعت معدن و تجارت هرمزگان اخذ نمود که با اخذ تسهیلات از بانک و آورده تعاونی کل مبلغ سرمایه گذاری طرح ۸۰ میلیارد ریال بوده که در اواخر خرداد ۹۹ به اتمام رسید و انشالله تعداد ۴۵ نفر از جوانان بیکار بزودی جذب و مشغول خواهند شد و شاهد افتتاح و به ثمر نشستن آن خواهیم بود.
چه برنامه ای برای توسعه تعاونی خود دارید
انشالله در سایه الطاف پروردگار بنا داریم در زمینه تولید تجهیزات پزشکی یکبار مصرف کار خود را توسعه دهیم و بتوانیم تعداد بیشتری از جوانان بیکار در استان را جذب و برای آنها شغلی پایدار ایجاد کنیم. از سختی های کارتان بگویید؟ بزرگترین چالش



خودتان را به طور کامل معرفی کنید
فرشته فرودی متولد ۱۳۵۶ شهرستان پارسبان، دارای مدرک دکتری پزشکی عمومی از دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان و مدیرعامل شرکت تعاونی خدمات بهداشتی درمانی هیژا طب همیار هستم.
مختصری درباره تاریخچه کسب و کارتان بگویید و عملکرد آن را از ابتدا تا به الان شرح دهید
در سال ۱۳۹۱ با هدف ایجاد اشتغال برای اعضا و فارغ التحصیلان رشته های پزشکی و پیراپزشکی و همچنین کمک به توسعه کشور در زمینه ارائه خدمات بهداشتی و درمانی این تعاونی در استان هرمزگان تاسیس گردید. از همان بدو تاسیس تا کنون با عنایت به الطاف پروردگار متعال در قالب قرارداد های تامین نیروی متخصص مراکز درمانی و بهداشتی با سازمانها و ارگانهای دولتی و خصوصی توانسته ایم برای قریب به ۸۰۰ نفر شغل ایجاد کنیم که خوشبختانه اکثریت آنها هم اکنون در مراکز بهداشتی و درمانی مشغول بکار هستند.

شرکت تعاونی چه مقام هایی را کسب کرده است
این تعاونی در سالهای ۱۳۹۶ و ۱۳۹۹ بعنوان تعاونی برتر استان هرمزگان انتخاب شد و در سال ۱۳۹۹ نامزد تعاونی برتر کشوری هم بود. خوشبختانه از سال ۱۳۹۶ تا کنون صورتهای مالی تعاونی، حسابرسی و گزارش های آن نشان از شفافیت و عملکرد رضایت بخش تعاونی دارد و خدا را شاکریم که در هر سه سال متوالی گزارش قابل قبولی ارائه شده است.

تعاونی چند عضو دارد و اعضای تحت پوشش چه کسانی هستند
تعداد اعضاء و سهامداران این تعاونی تخصصی ۸ نفر هستند که ترکیبی از رشته های پزشکی، پیراپزشکی، دامپزشکی مدیریت کسب و کار و مهندس شیمی هستند. این تعاونی در ابتدا فقط در زمینه تامین نیروی انسانی متخصص و ارائه خدمات بهداشتی و درمانی چه در سازمانهای دولتی و خصوصی و چه در مراکز خود تعاونی خدمات تخصصی خود را ارائه میداد.

از اهدافتان بگویید
در سال ۱۳۹۶ چند عامل مهم که عرض خواهیم کرد باعث شدند که تعاونی وارد عرصه ی تولید تجهیزات پزشکی یکبار مصرف بشود:

- ایجاد اشتغال پایدار برای اقشار محروم در هرمزگان
- تجربه تلخ تحریمهای ظالمانه از بدو انقلاب تا کنون و کمبود تجهیزات پزشکی در کشور

- نیاز کشور و همینطور استان به این تجهیزات
- پتانسیل تعاونی با توجه به تجربه ۵ ساله و داشتن

هفته سی و یکم بارداری

گزارش: اوما



شمارش معکوس شروع شده است شما تقریباً سه چهارم راه را طی نموده اید و اکنون در هفته سی و یکم بارداری قرار دارید. ممکن است این روزها کمی خسته باشید، خصوصاً اگر مشکلاتی مانند خواب یا بدخوابی را دارید. همچنین ممکن است نتوانید درست راه بروید یا اشیاء را درست حمل کنید. این حالت هم کاملاً قابل درک است. شما بواسطه هورمونهای دوران حاملگی هم سنگین تر شده اید هم تعادل خود را از دست داده اید و هم مفاصل شما سست و شل شده اند. این امر می تواند موجب این شود که شماره کفش شما نیز افزایش یابد؛ و البته ممکن است که این تغییر دائمی باشد...

بدن شما در هفته ۳۱ بارداری

در هفته ۳۱ بارداری شکم شما آن قدر بزرگ شده که دچار تنگی نفس شده اید و احساس می کنید با چند قدمی که بر می دارید نفستان می گیرد و مجبور هستید بنشینید و استراحت کنید. رحم شما اکنون ۱۱ سانت بالاتر از ناف قرار گرفته و در مقایسه با هفته دوازدهم رحم کل فضای شکم شما را در بر گرفته است. سایر حقایق بدن شما:

چروک ها ناپدید می شوند. هورمون ها چروک ها را از بین می برند

چشم های جنین می تواند نور یا تاریکی را تشخیص دهد در حال حاضر ممکن است انقباضات براکستون هیگس را تجربه کنید.

احساس گرما می کنید؟ دمای مایع آمنیوتیک بالاتر از دمای بقیه بدن شما است

میزان افزایش وزن شما در این هفته

در هفته ۳۱ بارداری، احتمالاً به میزان ۹.۵ تا ۱۲ کیلوگرم افزایش وزن دارید. اگر در هفته ۳۱ بارداری هستید و دوقلو باردار هستید، احتمالاً بیش از ۱۲ تا ۱۹ کیلوگرم وزن دارید. هفته ۳۱ بارداری چند ماهگی بارداری است؟

در هفته ۳۱، شما ۶ ماه و سه هفته باردار هستید.

در این هفته نی نی شما به اندازه آناناس است

هر چه رحم شما گرفته تر و منقبض تر می شود، کودک پاهای خود را به داخل سینه اش جمع می کند و به حالت اصلی جنین نزدیک می شود. آرام باشد. او خواب است. در هفته ۳۱ بارداری او بیشتر زمان را می خوابد. پس ساکت باشید و با صداهای مختلف و شلوغ کاری او را بیدار نکنید. علت تکان نخوردن او همین است و بیخودی خودتان را نگران نکنید. در هفته ۳۱، فرزند شما حدود ۴۰ سانتیمتر خواهد بود، احتمالاً وزن او نزدیک به ۳ کیلوگرم است و ناخن انگشت نوزاد شما به طور کامل رشد کرده است.

توصیه ها در هفته ۳۱ بارداری

حتماً برای زمان وضع حمل خود برنامه ریزی لازم را صورت دهید. می توانید برای آماده کردن خود، به حالت های زمان زایمان و یا چیزهای مشابه دیگر فکر کنید. با وجودی که ممکن است وضع حمل آن گونه که شما تصور می کردید پیش نرود، اما این برنامه ریزی ها حتماً به درد شما خواهد خورد و یک جایی به دادتان می رسد. اگر هم می خواهید از درستی و نادرستی افکار و دانسته های خود آگاه شوید، اکنون بهترین زمان برای این کار است.

از هفته ۳۱ به بعد، احتمالاً کفش های شما به سختی اندازه پاهایتان خواهند بود. فشاری که از طرف رحم به بدن وارد می شود باعث بیشتر شدن جریان خون و افزایش جریان مایعات به پاها شده، که این مسئله موجب ورم کردن پاها می گردد

در عین حال، رحم به شکم نیز فشار می آورد که در نتیجه شما سریعاً احساس سیری خواهید کرد. پس هر زمان توانستید غذا بخورید چون تغذیه شما و کودکان خردی با ارزش است.

هر زمان که برایتان امکان دارد حتماً پاهایتان را روی صندلی یا چهارپایه و جای بلند قرار دهید و اگر هوا مناسب بود، سعی کنید از صندل استفاده کنید.

علائم طبیعی در هفته ۳۱ بارداری

اگر زن باردار قبل از بارداری فشارخون ۶۰ روی ۱۰۰ داشت و حالا در دوران بارداری فشار خون ۹۰ روی ۱۳۰ است این خانم باردار دچار افزایش فشارخون شده است. اگر بیمار بعد از هفته بیستم بارداری دچار افزایش فشار خون شد

ولی بدون دفع پروتئین در ادرار باشد، افزایش فشار خون به علت بارداری است ولی اگر خانم ها بعد از طی نیمه اول بارداری دچار افزایش فشارخون می شوند و در ادرار پروتئین دفع می شود این نشانه پره اکلامپسی است. ابتلا به افزایش فشار خون بارداری خطرات دیگری از جمله عقب افتادن رشد در داخل رحم، زایمان زودرس، جداسدگی جفت و مرده زایی را به دنبال دارد.

مهم ترین نکته در فشار خون تشخیص به موقع آن است و این که جزء کدام گروه است به تشخیص به موقع بستگی دارد. اساساً معاینات دوران بارداری تا ۲۸ هفتگی هر ماه، سپس تا ۳۶ هفتگی هر دو هفته و بعد از آن به صورت هفتگی تا زمان زایمان است. این پیگیری ها کمک می کند که در اولین فرصت تشخیص افزایش فشار خون صورت گیرد.

علائم هشدار دهنده زایمان زودرس در هفته ۳۱ بارداری:

یک نوزاد طبیعی پس از سی و هفت تا چهل هفته بارداری به دنیا می آید. اما انقباضات پیش از هفته سی و هفتم بارداری نشانه زایمان زودرس است. فرزندانی که پیش از هفته سی و هفتم به دنیا می آید نارس است. این فرزندان نیاز به مراقبت های ویژه داند و باید مقدار قند خون، عفونت ها و هیپوترمی آن ها بررسی شود. علائم زایمان زودرس شامل:

درد شدید شکم

خونریزی

سرگیجه شدید

خونریزی زمانی اتفاق می افتد که جفت رشد کمی دارد و بر روی دهانه رحم را می پوشاند. به پشت دراز کشیدن، کم خونی شدید و قند خون پایین دلایل سرگیجه می باشد. اگر سرگیجه طولانی مدت یا سردرد شدید یا تپش قلب دارید بلافاصله به پزشک اطلاع دهید.

اکنون می دانید در هفته سی و یکم بارداری چه اتفاقی می افتد.

هشدارها در هفته ۳۱ بارداری

یکی از مهمترین اقدامات درمانی استراحت است. استراحت مطلق لازم نیست.

مسکن و آرام بخش هم توصیه نمی شود. کالری، پروتئین کافی، مایعات و نمک کنترل شده (بدون قطع آن ها) تاثیرات عمده ای دارد. خوشبختانه عمده موارد خفیف هستند یا نزدیک به پایان حاملگی اتفاق می افتند. تغذیه در هفته ۳۱ بارداری

برای بسیاری از زنان باردار مصرف روزانه میوه و سبزیجات در این دوران توصیه شده است. اما بعضی از زنان نمی دانند این مقدار را چگونه در برنامه غذایی خود جای دهند. ما در اینجا راه های ساده ای را به شما پیشنهاد می کنیم.

مقداری کلم خرد شده را با سس سالاد مخلوط کنید، سپس سیب و آناناس خرد شده را به آن اضافه کنید.

هویج رنده شده و کدو تنبل را با سس اسپاگتی مخلوط کنید.

گوجه فرنگی خرد شده و تازه را به همراه گشنیز به سس سالسا بیافزایید.

ورزش در هفته ۳۱ بارداری

می توانید در زمان تماشای تلویزیون و یا خواندن روزنامه و مجله، عضلات کگل (Kegels) خود را تقویت کنید. این تمرینات باعث تقویت عضلات واژن و در نتیجه وضع حمل ساده تر خواهد شد، و همین طور از بروز مشکلات زمان زایمان پیشگیری می شود. این تمرینات را یک الی دو بار در روز و هر بار چند دقیقه انجام دهید.

نکاتی برای پدرها در هفته سی و یکم بارداری:

پدر می تواند به مادر کمک کند آرام شود. برای همسران غذاهای مقوی و خوشمزه تهیه کنید، فیلم ببینید و به همسر خود گوش دهید. راه های آسانی وجود دارد که میتوانید به همسر خود احساس خوب دهید:

شماره افراد مهم را به او بدهید.

موبایل خود را کامل شارژ کنید.

تمام وظایف خود را در محل کار انجام دهید و در هنگام زایمان نگران نباشید.

لیستی از علائم هشداردهنده تهیه کنید تا پیش از شروع درد زایمان مراقب آن ها باشید

اخبار حوزه بانوان



در ادامه اسماعیل ولی زاده رئیس اداره بهداشتی ابوموسی گفت: از شهروندان درخواست می‌گردد با توجه به اهمیت برنامه پیشگیری از نابینایی کودکان با در دست داشتن اصل شناسنامه، نسبت به سنجش بینایی کودکان به پایگاه سنجش بینایی واقع در بهداشتی شهرستان مراجعه نمایند. وی افزود: این طرح نیز در بخش تنب هم اجرا خواهد شد.

استاندار هرمزگان:

بازارچه دائمی صنایع دستی برای کسبه فعال در این زمینه در بندرعباس طراحی و احداث می‌شود



استاندار هرمزگان گفت: فضای مناسب و شکلی برای احداث بازارچه دائمی کسبه صنایع دستی در بندرعباس پیش بینی، طراحی و احداث می‌شود.

دکتر فریدون همتی در نشست بررسی و تصمیم گیری برای تعیین محل فعالیت کسبه صنایع دستی آسیب داده ناشی از آتش‌سوزی معبد هندوهای بندرعباس، عنوان کرد: ساختمان بازار قدیم ماهی فروشان بندرعباس برای فعالیت این کسبه صنایع دستی موقتاً تحویل داده می‌شود و شهرداری بندرعباس موظف است در ظرف سه ماه این بازار را برای کسبه فعال آماده سازی کند.

وی ادامه داد: باید فضای مناسب و شکلی برای احداث بازارچه دائمی این کسبه صنایع دستی در بندر شهید حقانی، معبد هندوها یا نقطه‌ای دیگر طی این هفته پیش بینی و طراحی شود، تا بازارچه ماندگاری برای صنایع دستی با توجه به اهمیت آن راه اندازی شود.

استاندار هرمزگان افزود: از طریق صندوق کارآفرینی امید نیز پرداخت تسهیلات ارزان قیمت به این کسبه خسارت دیده پیگیری شود و علاوه بر آن برای جبران خسارت، اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی نسبت به پیگیری جذب یک میلیارد تومان اعتبار جهت پرداخت کمک بلاعوض به کسبه آسیب‌دیده، مکاتبات و پیگیری کند.

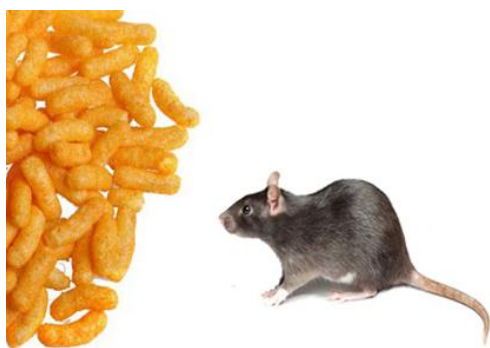
همتی تصریح کرد: همه فعالیت‌های اصناف مختلف باید بیمه باشند تا در زمان بروز حوادث با مشکلی مواجه نشوند.

کارگاه کوچک تولید عرقیات گیاهی

امروزه از گیاهان صحرائی و کوهی بسیاری که خواص دارویی دارند و شافی امراض هستند مانند: خار شتر تا تارونه (شاخه تازه رسته نخل) عرقیات ساخته می‌شود. زهرا رادمنش تنها بانوی هرمزگانی است که با صبوری، اتکا به خود، تجربه اندوزی و دانش بومی شده توانسته کارگاه عرقیاتی را در فین راه اندازی کند. او تولیدکننده انواع و اقسام عرقیاتی مانند معجون قند خون، معجون جربی خون، معجون معده، گلاب، عرق هل است.

جذب مشتری بیشتر منتشر کرده است، اظهار کرد: حسب دستور مقام قضائی متهم به مقر پلیس اماکن منتقل و پس از تشکیل پرونده قضائی روانه دادسرا شد. فرمانده انتظامی استان هرمزگان در پایان با بیان اینکه پلیس با تمام توان و اقتدار با هنجار شکنان برخورد می‌کند و همپای جامعه درمانی کشور از حقوق قانونی شهروندان دفاع می‌نماید، از عموم شهروندان خواست در صورت مشاهده هرگونه بی نظمی اقتصادی و اجتماعی مراتب را از طریق تلفن ۱۱۰ به این پلیس اطلاع دهند تا در کمترین زمان ممکن نسبت به شناسایی مجرمان اقدام شود.

مسمومیت ۳ کودک مینابی بر اثر مصرف پفک آغشته به سم موش



رئیس بیمارستان حضرت ابوالفضل (ع) میناب از مسمومیت ۳ کودک به دلیل مسمومیت با سم موش خبر داد.

دکتر محمد مورخ افزود: پس از انتقال ۳ کودک از شهر هشتبندی با علائم مسمومیت به اورژانس بیمارستان حضرت ابوالفضل (ع) میناب بلافاصله توسط دکتر سعید دواری پزشک متخصص طب اورژانس دستور بستری این کودکان جهت مشاوره متخصص کودکان صادر شد.

وی اظهار کرد: پس از جستجو و علت رخداد اصلی این حادثه در جهت تصمیم گیری در درمان بیماران بنا بر اظهارات همراهان بیمار جهت به تله انداختن موش های صحرائی در زمینهای کشاورزی اقدام به گذاشتن سم موش به همراه پفک شدیم که این بچه ها بر اثر بازیگوشی و شیطنت اقدام به خوردن پفک های آغشته به سم موش دچار مسمومیت شده و به بیمارستان منتقل شدند. مورخ با بیان اینکه این ۳ کودک در سنین ۴ ساله و دو نفر ۵ ساله بودند، گفت: هر سه کودک در بدو ورود به بیمارستان حال نامناسبی داشته که با اقدامات درمانی لازم در جهت کنترل گسترش سم اقدامات لازم صورت گرفت و خوشبختانه این تلاش ها به درمان جواب مثبت داد و پس از ۲ روز بیماران با حال عمومی خوب از بیمارستان مرخص شدند.

رئیس بیمارستان حضرت ابوالفضل (ع) میناب عنوان کرد: متأسفانه بارها شاهد موارد مشابه در بین کودکان زیر ۱۲ ساله بودیم که گاهی به دلیل گذاشتن و سهل انگاری شربت های متادون، دارو و غیره در دسترس کودکان در ۲ سال پیش منجر به فوت بیمار شد و از والدین خواست تا در اینگونه موارد کنترل بیشتری بر روی اعمال کودکان به دلیل کنجاوی آنها داشته باشند و سهل انگاری در این کار باعث خسران جبران ناپذیری می‌شود.

بازدید فرماندار ابوموسی از اجرای طرح ملی پیشگیری از تنبلی چشم کودکان ۳ تا ۶ سال

مهندس پوربابایی فرماندار شهرستان صبح امروز با حضور در بهداشتی ابوموسی از اجرای طرح ملی پیشگیری از تنبلی چشم کودکان ۳ تا ۶ سال و رعایت پروتکل های بهداشتی بازدید بعمل آورد.

فرماندار ابوموسی هدف از اجرای این طرح را پیشگیری، برنامه ریزی و تلاش در جهت ارتقای سطح سلامت بینائی کودکان ذکر نمود و گفت: این برنامه با هدف شناسایی اختلالات بینائی کودکان ۳ تا ۶ سال در کشور و به منظور پیشگیری از این اختلال اجرا می‌شود.

برگزاری مراسم روز جهانی کودک در بیمارستان کودکان



به همت موسسه خیریه ساحل خلیج فارس مراسم روز جهانی کودک در بیمارستان کودکان برگزار شد. این برنامه با اهدا بادکنک به کودکان رهگذر و خودروها. بروشور های اطلاع رسانی، اجرای نمایش و تهیه هدیه ای برای کودکان بخش همراه بود. در این مراسم تعداد زیادی از بزرگسالان هم در پشت میکروفون قرار گرفته و از خاطرات روزهای کودکی خود گفتند. گفتنی است این مراسم با هدف ارتقا روحیه کودکان بیمار و کمک به روند درمان این کودکان برگزار شد.

پایان کار دکتر قلابی در بندرعباس



فرمانده انتظامی استان از دستگیری خانم دکتر قلابی و کشف تجهیزات پزشکی در شهرستان بندرعباس خبر داد.

سردار غلامرضا جعفری گفت: مأموران پلیس امنیت عمومی استان با انجام کار اطلاعاتی دریافتند خانمی با اختیار داشتن یک باب واحد مسکونی در شهرستان بندرعباس و با خرید برخی از تجهیزات و وسائل پزشکی مبادرت به ویزیت افراد اعم از آقا و خانم برای حل مشکلات پوستی و همچنین پاکسازی و شفاف سازی صورت می‌کند. این مقام انتظامی اظهار کرد: در این راستا مأموران با تلاش شبانه روزی و رصد فعالیت های این پزشک قلابی، مطب وی را در یکی از محلات شهرستان بندرعباس شناسایی و با هماهنگی مقام قضائی به محل مورد نظر اعزام شدند.

سردار جعفری با بیان اینکه در بررسی های اولیه مشخص شد مکان فوق واحد مسکونی بوده و فاقد هرگونه اسم، تابلو و مشخصات است، تصریح کرد: مأموران پس از ورود تعدادی تجهیزات پزشکی اعم از دستگاه اسکن پوست، دستگاه پاکسازی و شفاف سازی پوست و تخت های پزشکی و محصولات پزشکی و آرایشی بهداشتی مشاهده کردند که با هماهنگی مقام قضائی محل مورد نظر پلمب شد. وی ادامه داد: متهم هیچگونه مجوزی دال بر فعالیت خود در آن واحد از اداره بهداشت و مبادی مربوطه دیگر را نداشته و هیچ پزشک متخصصی نیز بر کار و فعالیت وی نظارت مستقیم نداشته است در صورتی که با توجه به تخصصی بودن موضوع و درمان مشکلات پوستی افراد، مستلزم حضور پزشک متخصص است.

این مقام ارشد انتظامی با تأکید بر اینکه متهم با تصویر برداری از نوع خدمات و در طول درمان تصویر برداری نموده و فیلم و عکس های مربوط به کار خود را بدون پوشش اسلامی در صفحه مجازی اینستاگرامی برای

کلیه دستگاه‌های اجرایی باید از ظرفیت طرح ملی توسعه مشاغل خانگی استفاده کنند



ISNA PHOTO
Amirhosein KHorgooi

معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری هرمزگان با بیان اینکه دستگاه‌های اجرایی سریعاً در راستای استفاده از ظرفیت طرح ملی توسعه مشاغل خانگی، اقدام کنند، گفت: باید به جای آمارسازی از ظرفیت‌های مثبت این طرح استفاده کنیم.

ایرج حیدری، در نخستین جلسه "شورای راهبری طرح ملی توسعه مشاغل خانگی" در هرمزگان، اظهار کرد: اولین کاری که اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی به‌عنوان کارفرما و جهاد دانشگاهی هرمزگان به‌عنوان مجری طرح ملی توسعه مشاغل خانگی باید انجام دهند، توجیه کامل کلیه دستگاه‌های اجرایی اثرگذار در راستای به نتیجه رساندن این طرح است.

این مقام مسئول افزود: به این مسئله توجه شود که دستورالعمل‌ها به دست افرادی در مجموعه‌های دستگاه‌های اجرایی برسد که در این زمینه متخصص باشند، همچنین در صورت نیاز کارفرما و مجری طرح باید افرادی را برای پاسخگویی به سؤالات دستگاه‌های اجرایی معرفی کنند.

وی عنوان کرد: اداره کل تعاون و جهاد دانشگاهی باید از ظرفیت صداوسیما برای معرفی این طرح به جامعه هدف خود استفاده کنند و در این راستا باید اطلاعات را با زبان ساده و عامیانه مطرح کنند تا تأثیرگذاری بهتری داشته باشد.



ISNA PHOTO
Amirhosein KHorgooi

معاون هماهنگی امور اقتصادی استانداری هرمزگان با اشاره به اینکه دستگاه‌های اجرایی سریعاً در راستای جذب افراد برای ثبت‌نام در طرح ملی توسعه مشاغل خانگی، عملیات را آغاز کنند و آمار روزانه‌ای به استانداری هرمزگان ارائه دهند، افزود: ما باید از ظرفیت مثبت این طرح استفاده کنیم و نباید به سمت آمارسازی برویم و مشاغل دیگر را تحت تأثیر قرار دهیم.

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی هرمزگان نیز در این جلسه بیان کرد: طرح ملی توسعه مشاغل خانگی در نتیجه آسیب‌شناسی اجتماعی و مطالعات گسترده بر اساس مزیت‌های اقتصادی منطقه‌ای در سه فاز "شناسایی فرصت‌ها و زمینه‌ها"، "توانمندسازی و شبکه‌سازی" و "اتصال به بازار" در و در راستای تحقق اقتصاد مقاومتی، جهش تولید، کمک به توانمندسازی اقتصادی خانواده‌ها و حمایت از کسب‌وکارهای خرد، کوچک و خانگی در ۳۱ استان کشور در حال اجراست.

این طرح ابتدا در ستاد مشاغل خانگی وزارت کار، تعاون و رفاه اجتماعی به تصویب رسید و توسط جهاد دانشگاهی اجرا می‌شود.



ISNA PHOTO
Amirhosein KHorgooi

هادی ابراهیمی با اشاره به اینکه طرح ملی توسعه مشاغل خانگی ابتدا به‌صورت پایلوت در ۹ استان کشور اجرا شد، افزود: فرهنگ‌سازی و ترویج مشاغل خانگی، استفاده از ظرفیت مشاغل خانگی برای ایجاد اشتغال پایدار و مولد، خوداشتغالی متقاضیان ورود به بازار کار، بهبود معیشت و افزایش رفاه

خانوار، اتصال صاحبان کسب‌وکار خانگی به بازارهای هدف و بنگاه‌های پیشران، افزایش سهم مشاغل خانگی در اقتصاد مناطق، بهره‌گیری از فناوری‌های نو و جلب مشارکت واحدهای فناور و نوپا در ارتقای کمی و کیفی محصولات خانگی، ایجاد و توسعه برند ملی در محصولات و خدمات خانگی و ... از جمله مهم‌ترین اهداف اجرای این طرح است.

وی ادامه داد: استانداردهای، برندسازی و اتصال به بازار محصولات خانگی متقاضیان مشاغل خانگی، تشویق متقاضیان مشاغل خانگی به راه‌اندازی و توسعه کسب‌وکارهای خانگی کارآفرینانه، توانمندسازی متقاضیان مشاغل خانگی و آموزش مهارت‌های کارآفرینی و کسب‌وکار برای متقاضیان راه‌اندازی مشاغل خانگی جهت کاهش ریسک اولیه سرمایه‌گذاری در این حوزه، افزایش فرصت‌های شغلی از طریق مهارت‌آموزی و توانمندسازی نیروی انسانی، معرفی مشاغل خانگی و فرصت‌های نو و کارآفرینانه، ارتقاء مدیریت کسب‌وکارهای خانگی از طریق پیوند با بنگاه‌های بالادستی و تشکیل شبکه و خوشه‌سازی، شناسایی برندهای ملی و استانی، بنگاه‌های بالادستی و پشتیبان‌ها در حوزه مشاغل خانگی و تربیت نیروی انسانی متخصص در حوزه کسب‌وکارهای خانگی از دیگر اهداف این طرح است.

خانوار، اتصال صاحبان کسب‌وکار خانگی به بازارهای هدف و بنگاه‌های پیشران، افزایش سهم مشاغل خانگی در اقتصاد مناطق، بهره‌گیری از فناوری‌های نو و جلب مشارکت واحدهای فناور و نوپا در ارتقای کمی و کیفی محصولات خانگی، ایجاد و توسعه برند ملی در محصولات و خدمات خانگی و ... از جمله مهم‌ترین اهداف اجرای این طرح است.

وی ادامه داد: استانداردهای، برندسازی و اتصال به بازار محصولات خانگی متقاضیان مشاغل خانگی، تشویق متقاضیان مشاغل خانگی به راه‌اندازی و توسعه کسب‌وکارهای خانگی کارآفرینانه، توانمندسازی متقاضیان مشاغل خانگی و آموزش مهارت‌های کارآفرینی و کسب‌وکار برای متقاضیان راه‌اندازی مشاغل خانگی جهت کاهش ریسک اولیه سرمایه‌گذاری در این حوزه، افزایش فرصت‌های شغلی از طریق مهارت‌آموزی و توانمندسازی نیروی انسانی، معرفی مشاغل خانگی و فرصت‌های نو و کارآفرینانه، ارتقاء مدیریت کسب‌وکارهای خانگی از طریق پیوند با بنگاه‌های بالادستی و تشکیل شبکه و خوشه‌سازی، شناسایی برندهای ملی و استانی، بنگاه‌های بالادستی و پشتیبان‌ها در حوزه مشاغل خانگی و تربیت نیروی انسانی متخصص در حوزه کسب‌وکارهای خانگی از دیگر اهداف این طرح است.

دلیسند بیان کرد: ما همه ظرفیت نهادهای اجتماعی استان را به کار گرفته‌ایم و افراد بیشتری را می‌توانیم تحت پوشش قرار دهیم اما یکی از مهم‌ترین موانع موجود، دسترسی عملیاتی به شبکه‌های تشکیلاتی دستگاه‌های اجرایی اثرگذار و به‌ویژه نهادهای حاکمیتی در سطح استان است.

وی با اشاره به اینکه مهلت ثبت‌نام این طرح تا ششم آبان ماه تعیین شده است، افزود: در این طرح افراد به یک زنجیره اشتغال متصل می‌شوند به‌نحوی که برخی که دارای مشاغل کوچک هستند، کسب‌وکار خود را توسعه می‌دهند و برای برخی نیز فضای کسب‌وکار ایجاد می‌شود.

سرپرست معاونت آموزشی جهاد دانشگاهی هرمزگان تصریح کرد: دستگاه‌های اجرایی استان در زمینه جذب پشتیبانان، پیشرانان و لیدرهای بازار کمک‌رسانی خوبی به ما داشته‌اند و اگر هم‌زمان بتوانند افراد جویای کار مراجعه‌کننده به این دستگاه‌ها را شناسایی و به سامانه ثبت‌نام طرح توسعه ملی مشاغل خانگی هدایت کنند، بخش مهمی از انتظارات فراخوان برآورده می‌شود.

مدیرکل کمیته امداد امام خمینی (ره) هرمزگان نیز در این جلسه گفت: مدل راهبری کمیته امداد در زمینه توسعه مشاغل خانگی احیای پشتیبانان است، ما افرادی که در مشاغل خانگی توانمند هستند را شناسایی کرده و سایر افراد را به آن‌ها وصل می‌کنیم. تنها راه توسعه مشاغل خانگی جذب لیدرها و پشتیبان‌ها است. علی‌الهیاری تصریح کرد: استان هرمزگان در بخش تولید البسه و صنایع دستی مزیت‌های اقتصادی دارد به‌گونه‌ای که حدود ۸۰ هزار نفر در استان در زمینه صنایع دستی فعالیت دارند و مطمئناً این افراد با بازار سازی فعال‌تر می‌شوند. در کمیته امداد به این افراد تسهیلاتی اختصاص داده می‌شود.

در ادامه مدیرکل صنعت معدن و تجارت هرمزگان، مدیرکل بنیاد شهید استان و نمایندگانی از اتاق تعاون، اتاق اصناف، اتاق بازرگانی، شهرداری بندرعباس و سایر دستگاه‌های اجرایی مرتبط، ضمن ابراز حمایت کامل دستگاه‌های متبوع خود از این طرح به بیان نوع کمک‌ها و فعالیت‌هایی که می‌توانند در راستای پیشبرد اهداف طرح ملی توسعه مشاغل خانگی انجام دهند، پرداختند. / ایسنا



ISNA PHOTO
Amirhosein KHorgooi

مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی هرمزگان عنوان کرد: از کلیه دستگاه‌های اجرایی و حاکمیتی و فعالان اقتصادی درخواست می‌کنیم در راستای اطلاع‌رسانی این طرح به جامعه هدف مار را یاری کنند. سرپرست معاونت آموزشی جهاد دانشگاهی هرمزگان نیز در این جلسه اظهار کرد: فراخوان طرح ملی توسعه مشاغل خانگی از ۶ شهریورماه امسال آغاز شده و شتاب ثبت‌نام از اواخر شهریورماه صورت گرفته است که مطابق دستورالعمل‌ها استان هرمزگان ظرفیت جذب دو هزار و ۳۰۰ نفر را در این طرح دارد.

محمد دلپسند افزود: از زمان شروع ثبت‌نام تاکنون هزار و ۱۶۰ نفر ثبت‌نام کرده‌اند که هرمزگان در این زمینه رتبه اول را در سطح کشور به خود اختصاص داده است، اگرچه این رقم کافی نیست و با توجه به غربالگری‌هایی که بعداً صورت می‌گیرد، باید سه برابر این ظرفیت (حدود ۶ هزار نفر) در این طرح ثبت‌نام

اخبار حوزه بانوان

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان: بهترین زمان برای دریافت واکسن آنفلوآنزا آبان ماه است



معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان گفت: تزریق واکسن آنفلوآنزا در مراکز جامع سلامت و مراکز بهداشتی و درمانی استان آغاز شده است.

دکتر محمود حسین پور در جمع خبرنگاران، با بیان اینکه اکنون مادران باردار پرخطر اولویت اول دریافت رایگان واکسن هستند، تصریح کرد: با مادران باردار پرخطر از طرف مراکز جامع سلامت تماس گرفته می‌شود تا برای دریافت واکسن مراجعه کنند.

معاون فنی مرکز بهداشت هرمزگان با اشاره به اینکه بهترین زمان برای دریافت واکسن آنفلوآنزا آبان ماه است، ادامه داد: مادران باردار کم خطر و کادر درمان در محیط‌های شغلی پرخطر در اولویت‌های بعدی تزریق واکسن هستند. وی با اشاره به اینکه افراد با بیماری‌های زمینه‌ای و سالمندان با بیماری‌هایی مانند دیابت و فشار خون از دیگر گروه‌های هدف برای دریافت واکسن هستند، اظهار کرد: مراقبان سلامت از سوی سامانه سلامت گروه‌های هدف را برای دریافت واکسن شناسایی می‌کنند و در مراحل مختلف اعلام می‌شود.

حسین پور با بیان اینکه افرادی که هم پرونده سلامت ندارند در روزهای آینده برای تشکیل پرونده اطلاع رسانی می‌شود، خاطرنشان کرد: امسال واکسن آنفلوآنزا فقط در مراکز بهداشتی و مراکز جامع سلامت توزیع می‌شود و در داروخانه‌ها نیست.

بازار مجازی صنایع دستی بندرعباس راه‌اندازی می‌شود



مدیر مرکز خلاقیت و نوآوری‌های شهرداری بندرعباس از راه‌اندازی بازار مجازی فروش صنایع دستی خبر داد.

احمد پایدار در این ارتباط اظهار کرد: راه‌اندازی بازار مجازی فروش صنایع دستی در راستای پیوستن بندرعباس به شبکه جهانی شهرهای خلاق در زمینه صنایع دستی صورت گرفته است. وی با اشاره به اینکه در فاز نخست بازار مجازی صنایع دستی، فروش داخل کشور مدنظر قرار دارد، افزود: در فاز بعدی نیز امیدواریم با رفع موانع، بازار فروش خارجی نیز راه‌اندازی شود. مدیر مرکز خلاقیت و نوآوری‌های شهرداری بندرعباس با بیان اینکه مرحله نخست ثبت‌نام تا پایان مهرماه جاری ادامه می‌یابد، ادامه داد: ثبت‌نام متقاضیان در این بازار مجازی آغاز شده و تاکنون با استقبال خوبی نیز روبرو بوده است. پایدار با تأکید بر اینکه به منظور رعایت پروتکل‌های بهداشتی، ثبت‌نام به صورت مجازی و غیر حضوری انجام می‌شود، خاطرنشان کرد: هدف از راه‌اندازی بازار مجازی صنایع دستی بندرعباس، رفع چالش‌های دسترسی مشتریان به بازار صنایع دستی و آسان کردن روند فروش اینگونه تولیدات است. وی همچنین تأکید کرد: کارآفرینان خلاق صنایع دستی بندرعباس برای دستیابی آسان به بازارهای داخلی و خارجی و فروش تولیدات فاخر خود با مراجعه حضوری یا تماس با این مرکز می‌توانند نسبت به نام‌نویسی اقدام کنند. مدیر مرکز خلاقیت و نوآوری‌های شهرداری بندرعباس عنوان کرد: در بازار مجازی صنایع دستی بندرعباس علاوه

بر ایجاد بانک اطلاعاتی هنرمندان و آثار هنری این قشر، امکان خرید و فروش محصولات آنان نیز فراهم می‌شود و هنرمندان خانگی، تولید کنندگان، کارگاه‌ها، بازاربایان، انجمن‌های مردمی و بخشی خصوصی می‌توانند در این بازار مجازی، نام‌نویسی کنند.

پایدار اظهار کرد: توسعه اقتصادی خلاق شهر بندرعباس، کمک به معیشت صنعتگران بویژه بانوان، گسترش کلان محصولات فرهنگی بندرعباس و افزایش مشارکت شهروندان از دیگر اهداف راه‌اندازی این بازار است.

کارآفرینان و علاقمندان برای ثبت‌نام و کسب اطلاعات بیشتر در این رابطه با شماره تلفن‌های ۰۷۶-۳۲۲۳۶۷۳۹، ۰۷۶-۳۲۲۳۷۱۵۶ و ۰۷۶-۳۲۲۳۷۱۵۶ تماس بگیرید.

۴۰ هزار بسته غذایی در اختیار قشرهای آسیب پذیر هرمزگانی قرار گرفت



در هفتمین و آخرین مرحله از رزمایش همدلی و کمک‌های مؤمنانه مردم هرمزگان در سال جاری ۴۰ هزار بسته غذایی در اختیار قشرهای آسیب دیده از بیماری کرونا قرار گرفت.

رئیس سازمان بسیج سازندگی هرمزگان افزود: ارزش هر بسته غذایی ۳۰۰ هزار تومان و شامل برنج، روغن، شکر، حبوبات، تن ماهی، رب و روغن است. سرهنگ یاسین باوقار با بیان اینکه در این مرحله بسته‌های غذایی بیشتر در اختیار کارگران ساختمانی و کارگران آسیب دیده قرار می‌گیرد، اظهار کرد: کمک‌های نقدی و غیرنقدی در این رزمایش از مردم، خیران، صنایع و نهادهای تهیه شد. وی با توجه به در پیش بودن اربعین حسینی از مردم خواست بدلیل وجود بیماری کرونا بجای پخت غذای گرم، نذورات خود را به قرارگاه همدلی و مواسات در مسجد جامع بندرعباس، مساجد و پایگاه‌های بسیج تحویل دهند. باوقار اضافه کرد: قرارگاه همدلی و مواسات هرمزگان همچنان به کار خود ادامه می‌دهد و در برنامه‌های آینده به تامین نیازهای ضروری جوانان مانند ازدواج و اشتغال می‌پردازد. رئیس سازمان بسیج سازندگی هرمزگان خاطرنشان کرد: در برگزاری هفت مرحله رزمایش همدلی در هرمزگان ۲۴۶ هزار بسته غذایی به ارزش ۷۳ میلیارد و ۸۰۰ میلیون تومان جمع آوری و در اختیار اقشار آسیب پذیر قرار گرفت.

سنجش بیش از ۱۳ هزار کودک هرمزگانی در طرح پیشگیری از تبیلی چشم



کارشناس مسئول پیشگیری از معلولیت‌های اداره کل بهداشتی هرمزگان گفت: از ابتدای آغاز طرح پیشگیری از تبیلی چشم کودکان ۳ تا ۶ ساله در هرمزگان تاکنون بیش از ۱۳ هزار کودک سنجش شدند. مژگان صابری با بیان اینکه تا پایان سال بیش از ۷۶ هزار کودک شنوایی سنجی خواهند شد، افزود: تعرفه سنجش غربالگری ۳۳۰۰ تومان است که برای خانواده‌های تحت پوشش این اداره بصورت رایگان اجرا می‌شود. وی خاطرنشان کرد: والدین برای بینایی سنجی فرزندان خود می‌توانند به همراه کودک خود و در دست داشتن اصل یا کپی شناسنامه کودک به ادارات بهداشتی سراسر استان مراجعه کنند.

صابری بیان کرد: طرح پیشگیری از تبیلی چشم در سه سطح، غربالگری، شناسایی کودکان مشکوک و کودکان داری مشکل انجام

می‌شود.

فروشگاه اینترنتی محصولات کانون پرورش فکری راه‌اندازی شد



سایت اینترنتی فروش کتاب و محصولات فرهنگی هنری کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان از روز ۱۲ مهر ۱۳۹۹ و هم‌زمان با هفته ملی کودک به صورت رسمی راه‌اندازی شد.

رضا برنگی مدیر نظارت بر چاپ و توزیع محصولات کانون با اعلام این خبر افزود: در این سایت به نشانی Shop.kpf.ir در حال حاضر بیش از ۲ هزار عنوان کتاب کودک و نوجوان به صورت اینترنتی عرضه شده است. او همچنین از ارائه ۲۵ درصد تخفیف در فروش کتاب‌های کانون در این سایت طی هفته ملی کودک، خبر داد. برنگی یادآور شد: علاقه‌مندان می‌توانند تمامی محصولات موجود کانون را به هر تعداد مورد نیاز از طریق این سایت و با استفاده از پایانه پرداخت اینترنتی آن خریداری کنند. به گفته‌ی مدیر نظارت بر چاپ و توزیع محصولات کانون، کاربران این سایت ابتدا باید در این سامانه ثبت‌نام و مشخصات و نشانی خود را درج و پس از آن اقدام به خریداری کتاب کنند. او توضیح داد اعطای تخفیف گروهی به اعضای مراکز کانون و باشگاه مشتریان محصولات کانون در مراحل بعدی پیش‌بینی شده است. کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان از سال ۱۳۴۵ با انتشار کتاب «مهمان‌های ناخوانده» کار نشر کتاب را آغاز کرد و اکنون پس از ۴۴ سال با انتشار هزاران عنوان کتاب به‌عنوان یکی از بزرگترین و شاخص‌ترین ناشران کتاب کودک و نوجوان در ایران شناخته می‌شود. آوازه کتاب‌های کانون از مرزهای ایران نیز گذشته است و در همه این سال‌ها بسیاری از رویدادها و جشنواره‌ها و نمایشگاه‌های بین‌المللی کتاب در سراسر جهان جوایز متعددی را به کتاب‌های کانون و نویسندگان و تصویرگران آن اعطا کرده‌اند. در همین حال در سال‌های اخیر با ایجاد و گسترش فروشگاه‌های اینترنتی در ایران، عرضه کتاب‌های کانون در اینترنت نیز از جمله مطالبه‌های علاقه‌مندان به خرید محصولات کانون بود که این خواسته با راه‌اندازی «کانون فروش» تحقق پیدا کرد.

فروشگاه اینترنتی کانون از روز ۱۲ مهر ۱۳۹۹ به صورت رسمی کار خود را در نشانی Shop.kpf.ir آغاز کرد.

بازدید مدیر کل امور زنان و خانواده استانداری هرمزگان از روند اجرای طرح توانمند سازی زنان سرپرست خانوار شهرستان بندرعباس

مدیر کل امور زنان و خانواده استانداری هرمزگان از روند اجرای طرح توانمند سازی زنان سرپرست خانوار شهرستان بندرعباس بازدید کرد. مریم یگانه با بیان اینکه این طرح با اولویت اجرا در مناطق حاشیه نشین شهرها سال ۱۳۹۸ تاکنون اجرا گردیده گفت: با اجرای این برنامه ۱۲۰۰ نفر از مهارت‌های فنی و حرفه‌ای بهره مند شده‌اند. یگانه گفت: این آموزش‌ها در ۱۴ رشته‌ی مهارتی شامل: دوزنده لباس‌های بدون الگو، مانتو دوز، آشپزی غذاهای فوری، مراقبت و زیبایی، بسته بندی سبزیجات، تولیدات خانگی ترشی و شور، گلابتون دوزی و... اجرا می‌شود.

رئیس کل دادگستری زنجان: نرگس محمدی از زندان آزاد شد

رئیس کل دادگستری استان زنجان از آزادی نرگس محمدی-فعال حقوق بشری- خبر داد. به گزارش ایسنا به نقل از قوه قضاییه، حجت الاسلام والمسلمین صادقی نیارکی رئیس کل دادگستری استان زنجان در این باره، گفت: مجازات این فرد با استفاده از قانون اخیرالتصویب کاهش مجازات حبس، تقلیل یافت و از زندان آزاد شد. وی با بیان اینکه دادگاه در مورد این محکوم اعمال تخفیف کرد و با رفت اسلامی آزاد شد، افزود: نرگس محمدی ده سال مجازات حبس لازم الاجرا داشت که با استفاده از قانون کاهش مجازات حبس و موافقت دادگاه، میزان حبس وی به هشت و نیم سال کاهش پیدا کرد و با پایان محکومیت هشت سال و نیم حبس، شب گذشته از زندان آزاد شد.

کنترل اضطراب کودکان در دوران کرونا



در دوران پاندمی کرونا، بزرگسالان می توانند احساسات خود را کنترل کنند و صبورانه عمل کنند، اما کودکان معمولاً در شرایط نامطلوب دچار سر درگمی می شوند بسیار وابسته به دیگران و برطبق رفتار افراد پیرامون خود عمل می کنند.

در طول دوران بحران، اقداماتی چون فاصله گذاری اجتماعی، ممنوعیت فعالیتهای خارج از خانه، تعطیلی مدارس و مهد های کودک، دوری از دوستان، بازی و ورزش، کودکان را در شرایطی پیچیده قرار می دهد و می تواند موجب پریشانی و بالا رفتن سطح استرس و اضطراب در آن ها شود. بنابراین لازم است ترسها و نگرانی های آنها را از راه مناسبی کاهش داده و ذهن آنها را تقویت کنیم.

برای کمک به مدیریت ترس، نگرانی، ناراحتی و ایجاد آسایش و اطمینان خاطر برای کودکان روشهای ساده زیر پیشنهاد می گردد:

- زمانی برای ارتباط دو طرفه با کودک ایجاد کنید. برای هر کودک جداگانه وقت بگذارید. این وقت می تواند ۳۰ دقیقه یا بیشتر باشد. بهتر است هر روز سر یک ساعت مشخص باشد تا کودکان یا نوجوانان بتوانند در زمان خاصی منتظر آن باشند. از فرزند خود بپرسید دوست دارد چه کاری انجام دهد؟ انتخاب باعث ایجاد اعتماد به نفس در او می شود. خواندن کتاب، داستان گفتن، نقاشی کردن، انجام کارهای هنری و مهارتی، انجام کارهای روزانه با کمک هم، تفکر و صحبت های معنوی، دعا کردن، باغبانی کردن، یادگیری های آنلاین، معاشرت از طریق تلفن، نوشتن داستان و شعر، انجام بازی های داخل خانه با اعضای خانواده فعالیت هایی لذت بخش برای کودکان هستند.

- یک جریان روزمره منعطف ولی ثابت ایجاد کنید. برنامه ای برای خود و کودکان تهیه کنید که زمانی برای فعالیت و فراغت و استراحت داشته باشد. ورزش را در برنامه هر روز او بگنجانید. این کار می تواند به کودکان کمک کند احساس امنیت کرده و رفتار بهتری داشته باشد و به کاهش استرس او کمک می کند.

- به آن ها بیاموزید مرتباً دستان خود را با آب و صابون بشویند. شستن دست ها و رعایت بهداشت را سرگرم کننده کنید. شعر ۲۰ تایی ای برای شستن دست ها بسازید. چند حرکت به آن اضافه کنید. به کودکان به خاطر شستشوی مرتب دستها امتیاز داده و آن ها را تحسین کنید. هنگام سرفه یا عطسه جلوی دهان خود را با دستمال یا آرنج خم شده بگیرید. شما الگویی برای رفتار کودکان هستید.

- همه کودکان، بد رفتاری هایی دارند که این بد رفتاری ها هنگام خستگی، گرسنگی، ترسیدن یا یادگیری مهارت های مستقل، طبیعی هستند بویژه اوقاتی که مجبورند در خانه بمانند، رفتار بد او را سریع

به جهت مثبت تغییر دهید. قبل از اینکه رفتار بد شروع شود، آن را متوقف کنید. وقتی کودکان شروع به بی قراری می کنند می توانید حواس آن ها را به چیزهایی خنده دار و جذاب پرت کنید. ۱۰ تاییه مکث کنید، نفس خودتان را ۱۰ تاییه فرو ببرید و به آرامی بیرون دهید این عمل را ۵ بار تکرار کنید و سعی کنید به آرامی عکس العمل نشان دهید. آرامش خود را حفظ کرده و استرس را مدیریت کنید. این روزها روزهایی استرس زا است از خود مراقبت کنید تا بتوانید از فرزندان خود نیز حمایت کنید. به خود استراحت دهید.

- خودتان بهتر می دانید چقدر دلنشین و آرام کننده است که کسی را داشته باشید تا موقعی که چیزی آزارتان داده به حرفهایتان گوش دهد. مشابه همین با کودک خود برخورد کنید. اگر تمایلی به صحبت کردن نداشت اجازه دهید بفهمد شما به خاطر او آنجا هستید. فقط در کنارش بمانید و به او یادآور شوید که دوستش دارید و از او حمایت می کنید. سعی کنید هر چه بیشتر روال معمول او را حفظ کنید، هر گونه تغییر را متعادل کنید سعی کنید در صورت امکان خواب و وعده های غذایی معمولی او برقرار باشد. اطمینان حاصل کنید به درستی غذا می خورد

و خواب کافی دارد. - در خانواده محیطی آرام بوجود آورید. میزان استرس و اضطراب در کودکان و دیگر افراد خانواده را مدیریت کنید.

موسیقی آرامش بخش پخش کنید و راهکارهای کاهش فشار روانی را امتحان کنید. دنبال کردن اخبار تلویزیون و رسانه های اجتماعی را محدود کنید. قرار گرفتن در معرض مکرر رسانه ها، باعث اضطراب کودکان و بزرگسالان می شود

- در حضور کودک از ترسیدن در مورد موضوعاتی که ذهن شما را مشغول کرده است اجتناب کنید. ترس، خشونت و دلپره خود را کنترل کنید. هرگز ذهن کودکان را با دلواپسی های آینده و نگرانی های خود پر نکنید. به آن ها درباره مفهوم و ضرورت تعطیلی و قرنطینه را توضیح دهید. مدیریت این دوران مشکل است اما باید شرایط را به کمک دیدگاه مثبت خود مدیریت کنیم. ما می توانیم با مراقبت از خود، به کودکان آسایش و اطمینان خاطر ارائه کنیم. اطلاعات واقعی را بر اساس نیاز کودک ارائه دهیم. روابط عاطفی ایجاد کنیم و پیشگیری های مثبت را ترغیب کنیم.

اخبار



شرایط بازنشستگی بیمه تامین اجتماعی برای زنان خانه دار اعلام شد
زنان خانه دار هم می توانند خود را بیمه تامین اجتماعی کنند.

زنان خانه دار که بیمه اجباری نیستند نمیتوانند با ۲۰ سال سابقه بیمه بازنشستگی دریافت کنند. وفق تبصره ۴ ماده ۷۶ قانون تامین اجتماعی زنان شاغل در کارگاه های مشمول قانون کار (بیمه اجباری) با حداقل ۲۰ سال سابقه و ۴۲ سال سن میتوانند درخواست بازنشستگی نمایند لذا با توجه به نوع بیمه پردازی، زنان خانه دار نمی توانند با ۲۰ سال سابقه بازنشسته شوند. مگر اینکه در ماه های پایانی واریز حق بیمه، به واسطه اشتغال در کارگاه های مشمول قانون کار بصورت بیمه اجباری بیمه پرداز گردید در این صورت زمان ضمن بازنشستگی، وفق ماده ۱۱۱ ق. ت. ا مستمری شما از حداقل دستمزد سال کمتر نخواهد بود. شرایط بیمه تامین اجتماعی زنان خانه دار:

۱- زنان خانه داری که کمتر از ۵۰ و بیشتر از ۱۸ سال سن دارند می توانند نسبت به انعقاد قرارداد بیمه زنان خانه دار اقدام نمایند. در صورتی که سن متقاضی هنگام انعقاد قرارداد بیش از سن ۵۰ سال باشد، در صورتی درخواست وی پذیرفته می شود که به معادل هر سال سن مازاد بر ۵۰ سال دارای سابقه پرداخت حق بیمه قبلی باشد. به طور مثال در صورتی که متقاضی ۵۴ سال سن در زمان درخواست قرارداد بیمه داشته باشد بایستی دارای ۴ سال سابقه پرداخت حق بیمه قبلی باشد. ۲- در صورتی که قبل از انعقاد قرارداد بیمه زنان خانه

درصد است.

شرایط بازنشستگی بیمه زنان خانه دار

- ۱- بازنشستگی با ۴۵ سال سن و ۳۰ سال سابقه
- ۲- بازنشستگی با ۵۵ سال سن و حداقل ۲۰ سال سابقه
- ۳- بازنشستگی با ۲۰ سال سابقه و ۴۲ سال سن برای مشمولین قانون کار
- ۴- بازنشستگی با ۲۰ سال سابقه متوالی یا ۲۵ سال سابقه متناوب در مشاغل سخت و زیان آور
- ۵- بازنشستگی با ۲۰ سال سابقه بدون شرط سنی برای جانبازان
- ۶- داشتن حداقل ۲۰ سال سابقه و ۴۵ سال سن برای معلولان عادی
- ۷- داشتن ۳۵ سال سابقه بدون شرط سنی
- ۸- داشتن ۵۵ سال سن با حداقل ۱۰ سال سابقه متناسب با سنوات پرداخت حق بیمه؛ در این حالت بیمه شده می تواند با ۱۰ سال سابقه و بیشتر تا ۲۰ سال، درخواست بازنشستگی کند که مستمری وی به میزان سنوات پرداخت حق بیمه خواهد بود (بین ۱۰ تا ۲۰ روز حقوق). در این صورت ماده ۱۱۱ قابل اجرا نیست و چنانچه حقوق وی از حداقل پایین تر باشد، مستمری تا حداقل حقوق افزایش نمی یابد.
- ۹- بانوانی که سن آن ها به ۵۵ سال رسیده، ولی زیر ۱۰ سال سابقه دارند می توانند با پرداخت حق بیمه سنوات کسری تا ده سال سابقه، با ده روز حقوق بازنشسته شوند که در این صورت نیز چنانچه حقوق آن ها از حداقل حقوق مصوب شورای عالی کار کمتر باشد، ترمیم نخواهد شد.

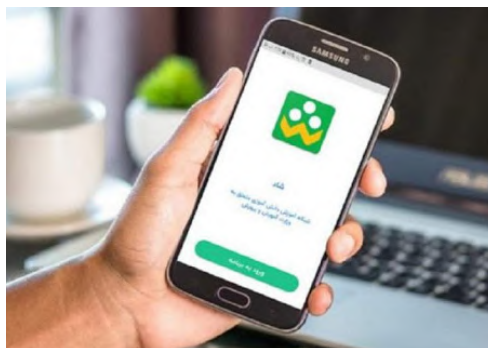
است) به این گروه تعلق می گیرد.

۴- در این نوع از بیمه افراد واجد شرایط در این نوع از بیمه می توانند با داشتن ۵۵ سال سن تمام و ۲۰ سال سابقه پرداخت حق بیمه از بازنشستگی و دریافت مستمری سازمان تامین اجتماعی بهره مند شوند. ۵- متقاضی بیمه زنان خانه دار در صورتی که پدر خانواده فاقد پوشش بیمه ای باشد، می تواند با پرداخت حق سرانه درمان فرزندان خود را بیمه درمانی نماید. ۶- در این نوع از بیمه فرانشیز بیمه برای خدمات درمانی بستری ۱۰ درصد و برای خدمات پزشکی سرپایی ۳۰

دار سابقه بیمه داشته باشید؛ کلیه سوابق قبلی نیز هنگام بازنشستگی مورد محاسبه قرار می گیرد. ۳- به این گروه از بیمه شدگان تعهدات کوتاه مدت همانند کمک هزینه ازدواج، هزینه ایام بیماری و بارداری تعلق نمی گیرد. اما سایر امتیازهای سازمان تامین اجتماعی از جمله از کار افتادگی و فوت قبل و بعد از بازنشستگی در صورت تعیین آن در قرارداد، پرداخت حقوق بازنشستگی و بهره مندی از امتیازهای دفترچه درمانی در صورت واریز حق سرانه درمان (حق سرانه درمان برای هر نفر در سال ۹۷، ۴۴ هزار تومان

اخبار حوزه بانوان

حضور ۶۲ درصد دانش آموزان در شاد / ۲۱ درصد از شاد محرومند



مشاور وزیر آموزش و پرورش و مسئول شبکه شاد با بیان اینکه سه نوع خدمت در شاد ارائه می شود گفت: یک خدمت پایه و عمومی برای همه دانش آموزان ارائه می شود. بخش ارزش افزوده را داریم که به عنوان رقیب همکار وارد شاد می شود و به زودی در شاد فعال خواهد شد. خدمت سوم فوق برنامه و سرگرمی ها، امور پرورشی، ورزشی و غیره است.

حسن الحسینی در نشست خبری با اصحاب رسانه با بیان اینکه در بخش زیرساخت ها با بانک اطلاعاتی دانش آموزان روبرو هستیم که ساماندهی معلمان و دانش آموزان در آن ثبت می شود گفت: پلتفرم شاد با مجموعه امکاناتی که در آن تعبیه شده از حالت صرفا خبری به حالت آموزشی تبدیل شده است و حضور و غیاب، آزمون ساز و... از امکانات جدید آن است. وی افزود: احراز هویت بر اساس بانک اطلاعاتی سناد انجام می شود. مسئول شبکه شاد با بیان اینکه تلفیقی بودن آموزش ها به شدت مورد تاکید ماست و امسال با آموزش تلفیقی به استقبال بازگشایی مدارس رفتیم گفت: منطقه و زوم بندی حضور دانش آموزان در شبکه شاد انجام شد. ابزارهای هوشمند مختلف چون موبایل ها و تبلت ها امکان اتصال به شبکه شاد را دارند. وی با بیان اینکه سه نوع خدمت در شاد ارائه می شود گفت: یک خدمت پایه و عمومی برای همه دانش آموزان ارائه می شود. بخش ارزش افزوده را داریم که به عنوان رقیب همکار وارد شاد می شود و به زودی در شاد فعال خواهد شد. خدمت سوم فوق برنامه و سرگرمی ها، امور پرورشی، ورزشی و غیره است. الحسینی با اشاره به امکانات شاد گفت: وجود ۴۰۰ کلاس لایو همزمان، پیاده سازی فرایندهای سه جانبه مدرسه، خانواده و دانش آموزان، امکان کنترل فرایندهای آموزشی وجود کارپوشه دانش آموز، وجود فعالیت های فوق برنامه درسی، امکان گزارش گیری منظم به خانواده ها، امکان تبادل تجارب آموزشی در شادینو، امکان تبادل محتوای صوتی دوطرفه و شاندا از جمله امکانات شبکه شاد است.

۲۰ درصد ثبت نامی ها در شاد فعال نیستند

عضویت ۶۲ درصد دانش آموزان در شاد

وی افزود: ۲۰۰ نفر در مرکز پاسخگویی تلفنی به سوالات و مشکلات مخاطبان پاسخ می دهند.

مسئول شبکه شاد گزارشی آماری از شاد ارائه و اظهار کرد: ۱۱ میلیون و ۴۰۸ هزار دانش آموز که احراز هویت شده اند در شبکه عضوند. ۱۰۰ هزار و ۹۹۹ مدیر مدرسه و ۶۴۷ هزار و ۸۱۴ معلم عضو شاد هستند. سهم شاد از فضای مجازی ۸۰ درصد و سهم نرم افزارهای دیگر ۲۰ درصد است. همچنین ۱۱ میلیون دانش آموز، ۲۰ درصد ثبت نام کرده اند اما فعال نیستند. ۶۲.۵۸ درصد کل دانش آموزان در شبکه شاد هستند.

۲۱ درصد دانش آموزان از شاد محرومند

وی به سهم محرومیت از فضای مجازی اشاره کرد و گفت: حدود سه و نیم میلیون نفر فاقد ابزار هوشمند بوده و یا دسترسی به اینترنت ندارند. سهم محرومیت از شاد، سه میلیون و ۲۰۰ هزار نفر یعنی ۲۱ درصد دانش آموزان است و اختلاف ۳۰۰ هزار نفری به دانش آموزانی برمی گردد که ابزار هوشمند قرضی استفاده کرده اند.

مشکلات شناسایی شده شاد

وی فهرستی از مشکلات شبکه شاد و سهم آنها ارائه کرد و گفت: ۱۰ درصد کندی ورود، عادت سنتی ۱۰ درصد، اشکالات نرم افزاری ۱۰ درصد، عدم دسترسی به ابزار مناسب ۱۰ درصد، عدم مدیریت برنامه ریزی و ترافیک ۱۰ درصد و آشنایی کم مدیران ۱۰ درصد و کندی و سرعت ۱۵ و ورود به بانک اطلاعات پایه سناد ۲۰ درصد بوده است

آغاز طرح مکمل یاری ویتامین A برای کودکان ۲ تا ۵ سال در جزیره کیش



رئیس مرکز توسعه سلامت کیش گفت: تبعات اقتصادی ناشی از بیماری کووید ۱۹ در کشور می تواند پیامدهای نامطلوبی بر وضعیت تغذیه گروه های آسیب پذیر به ویژه کودکان زیر ۵ سال داشته باشد. دکتر محمدرضا رضانیا افزود: سازمان جهانی بهداشت باتوجه به نقش ویتامین A در تنظیم و تقویت سیستم ایمنی بدن، پیشگیری از ابتلا به بیماری تنفسی و کووید ۱۹ و کاهش مرگ و میر ناشی از آن در کودکان زیر ۵ سال برنامه مکمل یاری ویتامین A به ویژه در مناطق کم برخوردار و محروم که کمبود این ویتامین یکی از مشکلات تغذیه ای به شمار می رود را توصیه می کنند در همین راستا کپسول های ۲۰۰ هزار واحدی ویتامین A تامین شده که توسط مراقبین سلامت و مراکز، پایگاه های سلامت به کودکان ۲ تا ۵ سال داده می شود. رضانیا ابراز کرد: این برنامه از ابتدای هفته جاری آغاز که به صورت ۶ ماه یکبار به کودکان داده می شود لازم است والدین برای مکمل یاری ویتامین A کودکان خود با در دست داشتن کارت بهداشتی کودک و بارعایت پروتکل های بهداشتی به پایگاه های بهداشتی تحت پوشش خود مراجعه کنند.

یک دوره کلاس آموزشی در خصوص آشنایی بیشتر مراقبان و ماماها مرکز توسعه سلامت با نحوه ارائه خدمات ذکر شده به والدین ویژه مراقبان و ماما در سالن شهید همت مرکز خدمات جامع سلامت بوعلی برگزار شد.

تولد ۱۳ دختر و ۸ پسر در یک شیفت کاری ۱۲ ساعته



رئیس بیمارستان حضرت ابوالفضل (ع) میناب از ۲۱ مورد زایمان موفق در زایشگاه میناب خبر داد و گفت: از ساعت ۱۹:۳۰ یکشنبه شب تا ساعت ۷:۳۰ دقیقه صبح روز دوشنبه تاریخ ۱۴ مهرماه یکهزارو سیصد و نه در یک شیفت شبکاری ۱۲ ساعته برای نخستین بار در هرمزگان شاهد ۲۱ زایمان در یک شیفت شبکاری بودیم.

دکتر محمد مورخ با اشاره به پذیرش ۷۰ نفر بصورت سرپایی و بستری در زایشگاه بیمارستان میناب افزود: تا کنون این حجم از زایمان در میناب و استان کم سابقه بوده که در هر ۳۵ دقیقه یک زایمان انجام شود چه بسا در بسیاری از مراکز استانها این حجم از زایمان در یکماه انجام می شود.

وی ابراز کرد: از تعداد ۲۱ زایمان انجام شده ۱۴ مورد به صورت طبیعی (NVD) و ۷ مورد زایمان به صورت سزارین که ۴ مورد از آن دارای سزارین های قبلی بوده که عمل های انجام شده سزارین توسط دکتر نرگس قاسمی متخصص زنان و زایمان انجام شد از این تعداد زایمان ۱۳ نوزاد دختر و ۸ نوزاد پسر متولد شدند که همگی با سلامت کامل در بخش جراحی زنان در کنار مادران خود هستند.

سمیره خادمی کارشناس پرستاری و مسئول بخش جراحی زنان گفت: از آنجائیکه حجم مراجعات زایمانی به بخش جراحی زنان در دو سه روز گذشته زیاد بود اقدام به زدن تخت های اکسترا (مازاد بر استاندارد) بیش از ۱۰ تخت بودیم و همچنین شیفت های مازاد به پرسنل را افزایش دادیم تا بتوانیم جوابگوی این حجم از مراجعات

باشیم.

دکتر مورخ ضمن تشکر و قدردانی از پزشکان زنان و زایمان و ماماها، ام البنین خادمی، اسماء نگهبان، فاطمه دانایی نژاد، سیده فخریه موسوی، رحیمه اسدی، هانیه یزدان پناه، نرجس احمد زاده و صدیقه خرمی که در طول این مدت خصوصا ماماها شیفت ۱۲ ساعته شبکاری شب گذشته توانستند بدون وقفه این حجم از ارائه خدمات با کمترین خطا داشته باشند؛ برای آنان آرزوی موفقیت طول عمر و سلامتی از خداوند منان خواستار شد.

ضرب الاجل ثبت نام رایگان پیش دبستانی ها



مدیرکل آموزش و پرورش هرمزگان گفت: با ابلاغ بخشنامه وزارت آموزش و پرورش مبنی بر آموزش رایگان پیش دبستانی ها، والدین در اسرع وقت نسبت به نانوایی فرزند خود در پایگاه های ثبت نام اقدام کنند.

موسی دادی زاده سرخانی، به اهمیت دوره پیش دبستانی اشاره کرد و گفت: به دلیل دغدغه های خانواده ها برای حضور فرزند خود در دوره های آموزشی پیش دبستانی و با توجه به کاهش آمار ثبت نام این دوره مهم آموزشی، دستورالعمل اجرای مجازی آموزش پیش دبستانی ارائه شده است که ماهیتی غیر حضوری دارد.

وی با اشاره به اینکه ثبت نام از ۱۳ مهرماه سال جاری آغاز شده است، افزود: مطابق دستور العمل ارسالی، آموزش بر بستر آموزش های تلویزیونی و بستر شبکه شاد می باشد و فرصت های یادگیری را فراهم می کند تا کودکان بتوانند در معرض دریافت برنامه های تربیتی قرار گیرند و آمادگی های لازم را برای حضور در مدرسه برای سال آینده کسب کنند.

دادی زاده ادامه داد: ابلاغ بخشنامه آموزش مجازی رایگان به معنی توقف فعالیت های در حال انجام در واحد پیش دبستانی ثبت نام شده در مدارس غیردولتی و کلاس های ضمیمه دولتی نیست.

مدیرکل آموزش و پرورش هرمزگان تصریح کرد: بر اساس اصول علم تعلیم و تربیت کودکان از طریق ارتباط و تعامل و دست ورزی و فعالیت های عملی یاد می گیرند و هیچ چیزی نمی تواند جایگزین تعامل مستقیم کودک و مربی شود.

دادی زاده اظهار داشت: ثبت نام نو آموزان در ناحیه یک بندرعباس در سه پایگاه شماره یک: دبستانی گرجی زاده (آدرس: روبروی پارک شهید دباغیان)، پایگاه شماره دو: دبستان پروین اعتصامی (آدرس : بلوار شهید بهشتی - سه راه برق - جنب دبیرستان کوثر) و پایگاه شماره سه: دبستان آمنه جمالی (آدرس: داماهی - خیابان بنیاد شهید - گوهان ۳۲) صورت می گیرد.

این مسئول اضافه کرد: ثبت نام دانش آموزان در ناحیه دو بندرعباس در دو پایگاه پسرانه دبستان شهید کلاتتری به آدرس محله سید کامل روبروی کوچه مدبر ۳، قبل از مسجد بلال یا بلوار سید جمال الدین بعد از داروخانه شبانه روزی) و پایگاه دخترانه واقع در محله سید کامل روبروی کوچه مدبر ۳ قبل از مسجد بلال یا (بلوار سید جمال الدین بعد از داروخانه شبانه روزی) دبستان دخترانه محبوبه دانش انجام می شود.

دادی زاده خاطرنشان کرد: ثبت نام نو آموزان روستایی، در مدارس دارای مراکز پیش دبستانی انجام می شود و در شهرستان ها و مناطق نیز در اداره آموزش و پرورش صورت می پذیرد.

وی افزود: والدین می توانند همه روزه از شنبه تا پنجشنبه و از ساعت ۸ صبح لغایت ۱۲ ظهر به مراجعه به مکان های ذکر شده، نسبت به ثبت نام فرزند خود اقدام کنند.

دادی زاده اضافه کرد: در زمان ثبت نام اصل و تصویر شناسنامه نوآموز و پدر و مادر الزامی است و حضور نوآموز در محل ثبت نام ضرورتی ندارد. همچنین حضور اولیا با رعایت دستورالعمل پروتکل های بهداشتی الزامی می باشد (ماسک و دستکش).

با سر آشپز = تاکو میگو با سس گشنیز



تاکو نوعی غذای محلی مکزیک است که با نان تورتیلا (ذرت) تهیه می شود و محتویات درونی آن از مرغ گرفته تا گوشت و میگو متفاوت است.

مواد لازم:

- ۹۰۰ گرم میگوی پوست کنده و بدون دم
- ۱ قاشق چایخوری پودر پاپریکا
- ۱ قاشق چایخوری پودر سیر
- نصف قاشق چایخوری پودر آویشن
- ۱ قاشق چایخوری زیره سبز
- نصف قاشق چایخوری پرک فلفل قرمز
- نصف قاشق چایخوری نمک
- ۲۴ عدد سیخ چوبی
- ۴ قاشق غذاخوری روغن زیتون
- برای سس گشنیز:
- یک پیما نه خامه ترش
- ۳ قاشق غذاخوری گشنیز خرد شده
- یک قاشق چایخوری پوست رنده شده لیموترش
- یک چهارم قاشق چایخوری نمک
- ۲ قاشق غذاخوری آب لیموترش
- برای تاکو:
- ۱/۵ پیما نه کلم سبز یا سفید
- ۱/۵ پیما نه کلم قرمز
- یک قاشق غذاخوری فلفل هالوپینو ریز شده
- ۲۴ عدد نان ترتیلا
- برای تاپینگ:
- برش های لیموترش
- گشنیز

بگذارید. در یک کاسه متوسط، همه مواد سس گشنیز را با یکدیگر مخلوط کرده و خوب هم بزنید تا یکدست شوند. در یک کاسه بزرگ، کلم سبز، قرمز و فلفل هالوپینوی خرد شده را با یکدیگر مخلوط کنید. نیمی از سس گشنیز را روی مخلوط کلم ها بریزید و بقیه آن را برای داخل تاکو نگه دارید. برای تهیه تاکو، ابتدا از مخلوط کلم ها درون نان ترتیلا بریزید، سپس میگوها را قرار دهید و در آخر سس گشنیز را اضافه کنید. روی تاکوها گشنیز خرد شده بریزید و سرو کنید.

طرز تهیه: در یک کاسه بزرگ، میگوها را با پاپریکا، پودر سیر، آویشن، زیره سبز، فلفل قرمز و نمک مزه دار کنید. آنها را به خوبی هم بزنید تا همه ادویه ها به خورد میگوها بروند. در هر سیخ چوبی ۴ عدد میگو قرار دهید. کباب پز یا منقل را روشن کنید. پیش از قرار دادن سیخ میگوها، روی آنها مقدار زیادی روغن زیتون بمالید. هر طرف از میگوها را به مدت ۳ دقیقه کباب کنید و سپس کنار

اخبار

سر مربی تیم بانوان خانه بسکتبال هرمزگان: با تداوم شرایط فعلی از سوپرلیگ بسکتبال کشور انصراف می دهیم

سر مربی تیم بانوان خانه بسکتبال هرمزگان گفت: با شرایط فعلی و در صورت تداوم آن مجبور به انصراف از مسابقات سوپرلیگ بسکتبال کشور می شویم. هنگامه هنگام پور در گفت و گو با ایسنا، افزود: امروز جلسه قرعه کشی سوپر لیگ بسکتبال بانوان کشور برگزار می شود اما نماینده هرمزگان به دلیل مشکلات مالی و نبود اسپانسر در خطر انصراف قرار دارد. وی با بیان اینکه بازیکنان در فصل گذشته بین ۵ تا ۱۰ درصد مطالبات خود را دریافت کرده اند، اظهار کرد: در حالی تیم خانه بسکتبال از تمامی نیروهای بومی بهره می برد و هرسال در بین مدعیان قرار دارد شایسته نیست اینچنین ورزش بانوان در سایه های بی توجهی به سر برود.

هنگام پور با اشاره به اینکه جلسات مستمری با مدیرکل ورزش و جوانان استان هرمزگان برگزار کرده ایم، خاطر نشان کرد: تمامی دغدغه های خود را به وی منتقل کرده و وعده حل بخشی از مشکلات تا پایان هفته داده شده است. وی ادامه داد: امیدوارم تا پایان هفته این وعده مدیرکل ورزش و جوانان استان عملی شود تا مجبور به انصراف از سوپر لیگ بسکتبال بانوان کشور نشویم. سر مربی تیم بانوان خانه بسکتبال هرمزگان با اشاره به اینکه تا زمانی که بازیکنان حاضر به تمرین کردن نشوند نمی توان تیمی راهی مسابقات کرد، اضافه کرد: مشکلات مالی طی سالیان اخیر همواره گریبانگیر نماینده هرمزگان بوده و امیدوارم با تلاش های مسئولان در این فصل این موضوع رخ ندهد و مجبور به انصراف نشویم.

شهر آورد هرمزگان تکلیف صعود به لیگ برتر فوتسال بانوان را مشخص می کند

قرار است دو نماینده فوتسال بانوان هرمزگان برای راهیابی به لیگ برتر فوتسال به مصاف هم می روند، دو تیم هیات فوتبال رودان و انرژی بر پارسیان دیدار رفت خود را ۲۳ مهرماه به میزبانی پارسیان و دیدار برگشت را روز اول آبان ماه در رودان برگزار خواهند کرد.

سر مربی تیم فوتسال بانوان هیئت فوتبال رودان در گفت و گو با ایسنا، افزود: به دلیل شوع کرونا و تعطیلی تمرینات در حال حاضر از آمادگی پنجاه درصد برخورداریم منصوره جعفرپور با بیان اینکه امیدواریم تا روز دیدار با نماینده پارسیان به آمادگی ۸۰ درصدی دست یابیم، تصریح کرد: در حال حاضر با مشکلات مالی زیادی رو به رو هستیم که مهمترین آن انجام تست کروناست. وی اضافه کرد: تنها ۲۰ درصد در ابتدای فصل دریافت کرده ایم و جز شهرداری رودان نهاد دیگری به حمایت از ما نمی پردازد.

سر مربی تیم فوتسال بانوان هیئت فوتبال رودان در پایان خاطر نشان کرد: بدون مصدوم و محرومی به مصاف صنایع انرژی بر پارسیان می رویم. همچنین مربی تیم فوتسال انرژی بر پارسیان در گفت و گو با ایسنا، افزود: تیم ما روندی که پیش گرفته روند مناسبی است هرچند پس از شیوع کرونا هفت ماه بود که تمرینات تعطیل شده بود.

زینب فرح اندوز خاطرنشان کرد: از هفتم مهرماه تمرینات خود را در پارسیان از سر گرفته ایم و در حال رسیدن به شرایط ایده آل هستیم. وی با بیان اینکه امیدوارم در این شرایط بازیکنان دچار آسیب دیدگی نشوند و حفظ شرایط ایده آل بسیار مهم است، اظهار کرد: از لحاظ پشتیبانی و مالی در شرایط مناسبی هستیم و از تمامی حمایت های مسئولان باشگاه سپاسگزاریم.

مربی تیم فوتسال انرژی بر پارسیان در پایان عنوان کرد: خوشحیتانه بدون محروم و مصدوم به دیدار نماینده رودان می رویم.

معاون تربیت بدنی و سلامت آموزش و پرورش هرمزگان خبر داد: ۱۸ درصد دانش آموزان هرمزگانی اضافه وزن دارند

معاون تربیت بدنی و سلامت آموزش و پرورش هرمزگان، گفت: طبق پالایش دانش آموزان در سال تحصیلی گذشته، حدود ۱۸ درصد دانش آموزان ۷ تا ۱۸ سال استان دارای اضافه وزن هستند.

علیرضا باقری در جلسه کنترل وزن و چاقی دانش آموزان (کوچ) استان هرمزگان گفت: مطابق غربالگری دانش آموزان در سال گذشته، حدود ۱۸ درصد دانش آموزان دختر و پسر ۷ الی ۱۸ سال استان هرمزگان چاق یا دارای اضافه وزن هستند.

وی افزود: طرح ملی کنترل وزن و چاقی دانش آموزان (کوچ) که بصورت پایلوت در سال گذشته در ۱۵ مدرسه استان هرمزگان اجرا شد، این پروژه در سال جاری در تمامی مدارس و تحت پوشش قرار داد بیش از ۳۸۰ هزار دانش آموز در حال اجرا می باشد.

باقری ادامه داد: طرح غربالگری اولیه از اول مهرماه ۱۳۹۹ آغاز شده و تا پایان هفته تربیت بدنی و ورزش دانش آموزی که در اوایل آبان ماه است ادامه دارد.

معاون تربیت بدنی و سلامت آموزش و پرورش استان هرمزگان به روش های غربالگری دانش آموزان اشاره و تصریح کرد: حضور والدین همراه با دانش آموز در مدرسه و اقدام به گرفتن قد و وزن با رعایت پروتکل های بهداشتی، آموزش به والدین و گرفتن قد و وزن دانش آموز در منزل و ارسال به مدرسه و همچنین استفاده از خانه های بهداشت در روستاها از روش های غربالگری می باشد.

باقری خاطر نشان کرد: در هفته تربیت بدنی که از ۲۶ مهرماه آغاز می شود، تعداد ۶۱ پایگاه غربالگری قد و وزن در مناطق ۲۲ گانه استان هرمزگان فعال می شوند و دانش آموزان می توانند برای گرفتن قد و وزن به این مراکز مراجعه کنند.

این مسئول افزود: پس از غربالگری و سنجش اولیه شاخص توده بدنی دانش آموزان، راهنمایی و مشاوره های پیرامون کاهش وزن به دانش آموزان دارای اضافه وزن داده می شود و در اسفند ماه سال جاری سنجش ثانویه شاخص توده بدنی آنان صورت می پذیرد. باقری اضافه کرد: در روند برگزاری «طرح کوچ» معلمان با خانواده ها در ارتباط هستند تا دانش آموزان با همکاری خانواده و مدرسه فعالیت ها را انجام دهند.

وی گفت: سلامت و توانایی جسمی دانش آموزان در سند تحول بنیادین مورد توجه جدی قرار گرفته به نحوی که در بیانیه ارزش ها، چشم انداز و هدف های کلان برنشاط و سلامت جسمانی دانش آموزان حفظ و

ارتقاء سلامت فردی و پاسخ دهی به نیازهای جسمی و روانی دانش آموزان از طریق ورزش و تفریحات سالم فردی و گروهی و رعایت اصول تغذیه سالم تاکید شده است.

نحوه نمره دهی به دانش آموزان با مجازی شدن آموزش ها اعلام شد

مشاور وزیر آموزش و پرورش و مسئول شبکه شاد درباره روند ارزشیابی های نهایی در شیوه آموزش غیرحضوری و استفاده از شبکه شاد در سال تحصیلی جاری توضیح داد.

سید حسن الحسینی در این باره اظهار کرد: در حال کار بر روی موضوع ارزشیابی هستیم.

وی افزود: ارزشیابی در نظام تعلیم و تربیت سه نوع است؛ یک ارزشیابی میان ترم، پایانی و یک ارزشیابی امتحانات نهایی داریم.

مشاور وزیر آموزش و پرورش و مسئول شبکه شاد بیان اینکه امسال به منظور ارزشیابی عملکرد تحصیلی دانش آموزان بیشتر کارپوشه دانش آموز در شبکه شاد مبنا و ملاک قرار می گیرد گفت: اینکه معلم برای دانش آموز تکلیف فرستاده و دانش آموز باید تکلیفش را انجام دهد مهم است. مثلا اگر معلم ۲۰ مرتبه تکلیف داده مشخص است که تکلیف انجام شده یا خیر. همچنین مشخص است که آیا نتایج تحقیقاتی که معلم به دانش آموز محول کرده ارائه داده است یا خیر. وی با اشاره به اینکه حضور و غیاب هم برای ما بسیار مهم است گفت: حضور دانش آموز هر هفت دقیقه یکبار در سیستم چک می شود و نمی تواند دکمه ای را بزند و برود. حضور در شبکه حتما مراقبت می شود. همه اینها در پرونده یا کارپوشه دانش آموز وجود دارد و معلم بر مبنای آن نمره میان ترم می دهد و دیگر امتحان میان ترم نمی گیرد؛ مشاور وزیر آموزش و پرورش و مسئول شبکه شاد افزود: ممکن است پایان هر بخش معلم بخواهد سؤالاتی را طرح کند و آزمونی هم از بچه ها بگیرد. در شبکه شاد قابلیت آزمون ساز اضافه شده است. نتیجه این آزمون های هفتگی یا آزمون واحد میان ترم هم می تواند مبنا قرار بگیرد. بنابراین دست معلم کاملا باز است و می تواند بسته به خلاقیت خودش در این زمینه ایفای نقش کند و نمرات دانش آموزان را بدهد.