

آوای دریا

شنبه ۲۴ آبان ۱۳۹۹ سال دوم
www.avayedarya.ir

صدای زنان هرمزگان
آوای دریا هفته نامه الکترونیکی هرمزگان



به زندگی من خوش آمدید

شنبه های عزیز با یسنا کمالی

گزارش: زهره کرمی



آرزو زرقانی بیش از ۱۲ سال سابقه تدریس در زمینه خلاقیت و توانمندسازی مادر و کودک را دارد و طرح آموزشی مادر که یک طرح توانمندسازی مادر و کودک هست به عنوان یک ایده نوآورانه در پارک علم و فناوری بندرعباس به ثبت رسیده و ما هم اکنون در حال اجرای این طرح در سطح استان است.

وی که یکی از فعالین موسسه ساحل خلیج فارس که کار آن حمایت از کودکان مبتلا به سرطان در استان هرمزگان و همچنین یکی از مربیان مدرسه نوید زندگانی اولین مدرسه بیمارستانی برای حمایت از کودکان مبتلا به سرطان در طول دوره درمان آنها است می باشد.

از او درباره آشنایی اش با موسسه پرسیدیم که گفت: آشنایی من با موسسه از طریق اولین جشنواره های غذایی که زیر پرچم در پارک غدیر برگزار شد بود. من به آنجا رفتم و بعد پیشنهاد خودم را برای همکاری به مدیریت دادم و با میز نقاشی کودک همکاری خودم را با موسسه آغاز کردم. میز کودک کم کم رشد کرد و تبدیل به بخش کودک شد و ما اوقات فراغت کودکان را پر می کردیم و به بخش می رفتیم و برای بچه ها فعالیت های آموزشی و سرگرمی می گذاشتیم که در روحیه آنها تاثیر بسیار مثبتی داشت.

زرقانی در ادامه می گوید: ورودم به موسسه بسیار عالی بود. این کار را من خیلی دوست داشتم. من خودم یکی از فعالین علاقمند سازی کودکان به کتاب هستم و برخوردی که با من از طرف مدیریت موسسه شد فوق العاده بود.

موسسه ایده هایم را پذیرفت و بخش کودک را ایجاد کردیم.

از آشنایی تان با یسنا کمالی بگوئید؟ روحیه یسنا و خانواده اش چطور بود؟

من یکی از معلم های مدرسه نوید زندگانی هستم و در بخش خلاقیت و پیش دبستانی کار می کنم. در طی دو تا سه سال گذشته که قرار بود به قول معروف مهر ماه را آغاز کنیم. در یکی از همان روزهای ابتدایی یسنا وارد کلاس شد و ما آموزش را آغاز کردیم. یسنا دختری شاد و پر جنب و جوشی است و روحیه بسیار خوبی دارد.

ولی خانواده اش شاید آن روحیه لازم را برای این تغییرات نداشتند. کاری که ما در مورد روحیه خانواده و طرز فکر این خانواده کردیم بسیار شیرین و لذت بخش و در عین حال زمان بر بود. ولی با توجه به اینکه خانواده یسنا ایمان قوی و ستودنی داشتند و پشتیبان بسیار خوبی در آموزش های ما بودند، باعث شد که ما تغییرات بسیار خوبی را در یسنا کمالی ببینیم.

باید بگویم که مشکلات یسنا کمی از نظر حرکتی و بیشترین مشکل ما گفتار یسنا بود که در روزهای اول اصلا واضح صحبت نمی کرد و ما نمی فهمیدیم یسنا چه کلماتی را می گوید اما به مرور و با برنامه های آموزشی که داشتیم و پشتیبانی های مادرش و آموزش هایی که به مادر شان دادیم این تغییرات کم کم ایجاد شد. نکته دیگری که باید بگویم این است که مادر ایشان پذیرفت که

به جای یک سال پیش دبستانی دو سال را در کنار ما باشد تا بتواند مشکلاتش برطرف کند.

یکی از شایعترین عوارض شیمی درمانی از دست دادن موها است، با این مشکل چطور کنار آمد؟

یسنا مشکل از دست دادن موها را نداشت چرا که ایشان تحت پوشش موسسه محک در تهران بود و برای آموزش به بندرعباس ارجاع شده بود و زمانی که به ما مراجعه کردند درمانش تمام شده بود و فقط به لحاظ ضعف سیستم ایمنی بدن که هنوز به آن حدی که بتواند در مجامع عمومی حضور داشته باشه نرسیده بود به صورت خصوصی و در کلاس های تک نفره ما حاضر می شد. البته بسیار هم شانس آورد چرا که از نظر تکلم به مقدار ضعیف بود و اگر به مدرسه عادی می رفت نمی توانست این موفقیتی را که الان دارد به دست بیاورد. چرا که هنوز هم تحت آموزش ها و پشتیبانی های ما قرار دارد.

آیا تمامی سرطان ها قابل درمان است؟

من از نظر پزشکی اطلاعاتی ندارم ولی از نظر تجربه خودم و کارهایی که انجام دادم می توانم بگویم که امید به زندگی وقتی ایجاد شود بسیاری از مشکلات بیماران مبتلا به سرطان کاهش پیدا می کند و ما روند بهبود بچه ها و قطع درمان بیشتری شاهد بودیم.

باید بگویم که درمان سرطان یک پروسه طولانی و دردناک از نظر بدنی است و فرد از نظر روحی هم بسیار آسیب می بیند. اطرافیان

و کسانی که با بیمار در ارتباط هستند باید روحیه بالا و امید به زندگی داشته باشند.

کاری که ما در موسسه ساحل خلیج فارس انجام می دهیم و قبل از آموزش درس و مدرسه ایجاد امید، نگهداری امید و بالا بردن سطح امید در زندگی است. این روند بسیار پرنرگ تر از آموزش متون درسی می باشد.

امید به زندگی کار را آسان تر می کند و در کنار دارو و درمان بسیار بسیار اثربخش است.

از زمانی که ما آموزش ها را شروع کردیم و شاهد تغییر روحیه در بچه ها و خانواده ها بودیم، از نظر آمار بهبودی پیشرفت خوبی داشتیم. نمیخواهم بگویم که تمام بچه ها بهبود یافتن چرا که ما مرگ و میر هم داشتیم ولی آمار بهبود یافته هایمان رو به افزایش است.

ایام بهبودی چطور می گذرد؟

ایام بهبودی توام با درد و بیماری است. چرا که بچه ها درگیر عوارض شیمی درمانی هستند و سیستم ایمنی بدن را پایین می آورد و افرادی که سرطان می گیرند نباید در مجامع عمومی حضور داشته باشند. این امر آنها را منزوی و تنها می کند و افسردگی را به ارغوان می آورد.

من فکر می کنم که گذراندن اوقات فراغت، آموزش، ورزش و موسیقی و همراهی صورتان یک همراه شکبیا پر انرژی، صبور و با ایمان می تواند دردها را کم و دوره را کوتاه کند.

سلامت

بهترین ماده غذایی برای زنان باردار

میوه های خشک دارای مقدار زیادی انرژی هستند و یکی از بهترین منابع تغذیه ای برای مادران باردار است. میوه های خشک به خاطر ویتامین هایی که دارند یک ماده غذایی بسیاری مغذی برای زنان باردار و کودکان است.

مطالعات تحقیقاتی میوه های خشک را اینگونه تعریف می کنند: میوه خشک، میوه ای است که بیشتر آب آن از طریق روش های مختلف خشک شده است، این عمل باعث کوچک شدن میوه می شود.

میوه های خشک دارای مقدار زیادی انرژی هستند و می توانند برای دوره های طولانی تری نسبت به میوه های تازه نگهداری شوند؛ به همین خاطر تهیه آن به عنوان یک میان وعده، آسان است. افزون بر این، میوه خشک در مقایسه

با میوه های تازه، فیبر و آنتی اکسیدان بیشتری دارد.

میوه خشک به خاطر آنکه حاوی مجموعه ای از مواد مغذی ضروری مانند مواد معدنی، ویتامین ها و آنزیم هاست و از بدن در برابر بسیاری از مشکلات محافظت می کند، یکی از غذاهای اصلی و ضروری برای حفظ سلامت بدن است. میوه های خشک، مفیدترین ماده غذایی برای زنان باردار که نباید در مصرف آن زیاده روی کنند

فیبر یکی از مهمترین مواد مغذی مورد نیاز برای خانم های باردار است که از طریق میوه های خشک تأمین می شود، زیرا تغییرات هورمونی در بارداری منجر به یبوست شده و با مصرف مکمل های آهن این مشکل تشدید می شود؛ بنابراین یک رژیم غذایی غنی از فیبر

به تحریک روده و حل این مشکل کمک می کند.

کشمش، انجیر خشک و زردآلو از رایج ترین خشکباری است که در دوران بارداری یک میان وعده سالم محسوب می شود.

آلو خشک و خرما در مرحله بعدی قرار دارند؛ آلو خشک نسبت به آلوئی تازه دارای مقدار بیشتری مواد مغذی به استثنای برخی ویتامین هاست؛ زیرا حاوی مقادیر زیادی آهن، فیبر، پتاسیم و ویتامین K بوده و علاوه بر این حاوی آنتی اکسیدان است. همچنین مانند سایر میوه های خشک حاوی مقادیر زیادی قند و کالری است و به رفع یبوست کمک می کند.

میوه های خشک، مفیدترین ماده غذایی برای زنان باردار که نباید در مصرف آن

زیاده روی کنند در نتیجه گیری این مطالعه پیشنهاد شده است که زنان باردار می توانند میوه های خشک را به عنوان بخشی از یک رژیم غذایی سالم بخورند، اما توجه به این نکته مهم است که این مواد غذایی حاوی مقادیر زیادی قند هستند و مانند میوه های تازه حاوی آب نیستند که این موضوع ممکن است باعث تسهیل در روند هضم غذا نشود؛

بنابراین زنان باید در دوره بارداری، میوه های خشک را به میزان متوسط مصرف کنند و از خوردن میوه های روکش شده با قند خودداری کنند. همچنین مصرف بیش از یک وعده از آن ها در یک روز توصیه نمی شود.

منبع: باشگاه خبرنگاران جوان

بارداری هفته به هفته

هفته سی و پنجم بارداری

گزارش: اوما



در این هفته (هفته سی و پنجم بارداری) با همسر و یا یکی از دوستان نزدیک خود که رابطه عاطفی نزدیکی با هم دارید می‌توانید درباره نگرش تان در مورد بچه و تمامی الگوهای ذهنی و دغدغه هاتان صحبت کنید اینکار شما را سبک و راحت خواهد کرد. بهتر است شروع به تمرین تنفس نمایید. نحوه نفس کشیدن در کلاس های بارداری به شما آموزش داده خواهد شد. ساک بیمارستان خود را حتما حتما آماده نمایید...

بدن شما در هفته ۳۵ بارداری

ملاقات های ماهانه شما با پزشک در این زمان هفتگی می شود و پزشک به بررسی رشد جنین می پردازد. همچنین افزایش وزن شما و گشادی دهانه رحم را نیز بررسی می کند. تغییرات بدن در هفته سی و پنجم بارداری در ادامه ذکر شده است:

سوزش معده- ورم- از دست دادن اختیار ادرار- یبوست- پشت درد

تغییر جهت جنین به طوری که سرش به سمت پایین باشد.

افزایش وزن- رشد اندام های داخلی

آماده شدن برای زایمان

تهیه لیست از کارهایی که باید انجام دهید

توجه به رژیم غذایی

ورزش

اندام های داخلی شما مانند مثانه و ریه ها به خاطر رشد رحم تحت فشار هستند. ظرفیت مثانه کاهش یافته است بنابراین نمی توانید ادرار خود را کنترل کنید. اگر سر جنین به طرف پایین باشد تعداد دفعات ادرار شما افزایش می یابد. ورزش کگل باعث قوی شدن ماهیچه های لگن می شود و به کنترل ادرار کمک می کند. اما مایعات را کم نکنید. باید روزانه مقدار زیادی آب بخورید تا از یبوست و ورم جلوگیری شود. آب به جنین کمک می کند مواد مغذی را از سلول های خونی جذب کند.

سوزش سر معده

متاسفانه سوزش معده تا زمانی که جنین به دهانه رحم منتقل شود ادامه دارد. رحم نه تنها بر مثانه فشار وارد می کند بلکه به معده نیز فشار می آورد و باعث سوزش معده می شود. ماهیچه هایی که از ورود مواد به مری جلوگیری می کردند در حال حاضر در حال استراحت هستند به همین دلیل سوزش اتفاق می افتد. اما این مشکل پس از زایمان از بین می رود. راه هایی برای کنترل و درمان این مشکل وجود دارد. از مصرف غذاهایی که باعث سوزش معده می شوند مانند غذاهای تند و چرب بپرهیزید. کافئین باعث ترشح اسید می شود. قبل و بعد از غذا آب بخورید اما در طول غذا آب نخورید. لباس های راحت بپوشید و به بدن اجازه نفس کشیدن بدهید. دو ساعت پیش از خواب غذا بخورید تا به معده اجازه دهید غذا را هضم کند. وعده غذایی را فراموش نکنید زیرا باعث ترشح اسید و سوزش معده می شود.

رشد رحم باعث می شود به روده فشار وارد شود و نتواند به درستی عمل کند. مکمل های آهن می توانند مشکل را حل کنند. هورمون های بارداری باعث شل شدن عضلات اطراف لگن می شوند. برای حل این مشکل سعی کنید غذاهای غنی از فیبر مانند میوه ها و حبوبات بخورید. آب کیوی نیز به عملکرد درست سیستم گوارشی کمک می کند. مایعات گرم حرکات روده را افزایش می دهند.

آیا زانو و پای ورم کرده شما را آزار می دهد؟

رشد رحم باعث افزایش فشار بر رگ های منطقه لگن می شود بنابراین جریان خون از پاها به قلب کاهش می یابد. رگ ها مایع را به زانوها و پاها می فرستند. این مسئله باعث ورم می شود. ورم در سه ماهه سوم بارداری به خصوص زمانی که جنین به دهانه رحم نزدیک شده است رایج است. ورم با نزدیک شدن به زمان زایمان بدتر می شود. ورم در بارداری نگران کننده نیست مگر اینکه در صورت و اطراف چشم ها یا دست ها ورم مشاهده شود. بلافاصله با پزشک تماس بگیرید تا احتمال پره اکلامپسی را کاهش دهید. برای جلوگیری از ورم، پاهای خود را بالاتر از سطح خود قرار دهید. پاها را بکشید و زانوها را بچرخانید. شما راحت بپوشید. مقدار زیادی آب بنوشید. پاهای شما بعد از زایمان به اندازه عادی بر می گردد. در این زمان بدن مایعات اضافی را از دست داده است.

با رشد جنین و اندام های داخلی او، رحم بزرگ می شود و درد قسمت پایین پشت شروع می شود. افزایش وزن باعث ناراحتی و آزار شما است. تغییرات هورمونی نیز باعث ایجاد مشکل می شود. تغییرات هورمونی باعث شل شدن عضلات لگن و آمادگی برای زایمان می شوند. این تغییرات هورمونی باعث شل شدن عضلات اطراف نخاع و پشت درد می شود. مانند سایر علائم بارداری، این علائم را نیز باید تحمل کرد تا تمام شوند. گش های پاشنه دار بنوشید و به پشت بخوابید تا از پشت درد جلوگیری شود. اگر درد شدید است با پزشک صحبت کنید

تا قرص های مسکن برای شما تجویز کند.

- بدن حامله شما حداقل ۶۶ لیتر مایع اضافی در بارداری کسب می کند.

اندازه رحم در هفته ۳۵ بارداری

رشد، رشد، رشد. بله رشد جنین و مادر. اکنون که به هفته ۳۵ بارداری رسیده اید، رحم شما حدود ۱۰۰۰ برابر اندازه اصلی اش رشد کرده است، که ممکن است به نظر دیگران بیش از حد بزرگ باشد. هفته ۳۵ بارداری زمان خوبی برای بررسی علائم زایمان است. ممکن است فکر کنید زود است، اما حدود ۱۱ درصد از مادران دچار زایمان زودرس می شوند.

هفته ۳۵ بارداری چند ماهگی بارداری است؟

در هفته ۳۵، شما ۷ ماه و سه هفته باردار هستید. این آخرین هفته ماه هشتم بارداری است. فقط ۵ هفته مانده است.

اندازه جنین در هفته ۳۵ بارداری

در این هفته نی نی شما به اندازه گرمک است

فرزندتان در حال آماده کردن اعضایش برای زایمان میباشد که شامل رشد، تکامل و آمادگی تنظیم تنفس و دمای بدن است. در این مرحله فضای زیادی برای تغییر وجود داشته که رژیم و ژنتیک نقش مهمی بازی میکنند. با وجودی که رشد فیزیکی اعضای بدن کودک کاهش می یابد، ولی مغز به طور خارق العاده ای در حال رشد است. جمجمه اش هنوز نرم است و کاملاً سخت نشده تا به راحتی از کانال تولد بیرون آید. حقایقی در مورد جنین در این هفته:

فرزند شما احتمالاً در هفته ۳۵ حدود ۵.۵ پوند وزن دارد و نزدیک به ۵۰ سانتیمتر است.

فرزند شما خیلی شبیه به یک نوزاد است.

فرزند شما حدود نیم پوند در هفته کسب می کند.

توصیه ها در هفته ۳۵ بارداری

اگر شاغل هستید، در هفته سی و پنجم بارداری به مرخصی بارداری فکر کنید. ممکن است فکر کنید که شاید بهتر باشد مرخصی خود را برای زمانی بگذارید که نوزاد متولد می شود، اما باید بدانید که اکنون نیز به مرخصی و استراحت نیاز دارید تا آمادگی لازم را برای چند هفته آینده پیدا کنید.

اگر تا حالا به استخر نرفته اید الان بهترین موقع آن است. احساس بی وزنی در این موقع خیلی جالب است و احساس سبک شدن به شما میدهد.

علائم طبیعی در هفته ۳۵ بارداری

در این هفته ضربان قلب شما تندتر می زند و تنگی نفس (تنگی نفس در حاملگی) هم بیشتر می شود. در این زمان نفس کشیدن و راه رفتن برایتان سخت شده است. سعی کنید رو به پشت نخوابید و ورزش های

سنگینی که منجر به نفس زدن می شود را رها کنید.

هشدارها در هفته ۳۵ بارداری

اگر متوجه یکی از علائم زیر شدید که نشانه زایمان است سریعاً به پزشک خود مراجعه کنید:

خونریزی یا لکه بینی

درد کمر یا شکم

داشتن بیش از ۶ انقباض در ساعت

خروج مایع از واژن

تغذیه در هفته ۳۵ بارداری

مهم است که انرژی و سلامت خود را با تغذیه درست و متعادل و ورزش منظم حفظ کنید. به جای این که چیز جدیدی به برنامه خود اضافه یا کم کنید، برنامه غذایی و ورزشی را که از قبل داشته اید، ادامه دهید.

ورزش در هفته ۳۵ بارداری

در صورتی که خستگی به شما فشار می آورد، تحرکات ورزشی خود را کاهش دهید. ورزش سبک و مخصوص شما، سه روز در هفته برای تان کافی است. می توانید زمان ورزش کردن خود را نیز کاهش دهید. مثلاً ۳۰ دقیقه به ۱۵ دقیقه کاهش یابد. از همه مهم تر این که استراحت های مداوم داشته باشید و سطح مایعات بدن را بالا نگه دارید. اگر فرزندتان الان به دنیا بیاید چه کاری باید انجام دهم:

نوزادی که پیش از هفته سی و هشتم بارداری به دنیا می آید نارس است اما اگر نوزاد در هفته سی و پنجم بارداری به دنیا بیاید اواخر نارس می باشد. این نوزاد معمولاً نارس به نظر نمی رسد و مشکلات اصلی زیادی ندارد. اما در تنفس مشکل دارد. این نوزاد باید برای تعادل دمای بدن در دستگاه قرار بگیرد. زایمان زودرس در هنگام تولد دو قلو و چند قلو رایجتر است یا اگر مشکلاتی مانند پره اکلامپسی داشته باشید نیز زایمان زودرس دیده می شود. گاهی اوقات دهانه رحم ضعیف است و خیلی زودتر از موعد گشاد می شود. زایمان زودرس در خانم های کم سن و سال رایج تر است. مصرف الکل، مواد مخدر یا تنباکو نیز باعث افزایش احتمال زایمان زودرس می شود.

نکاتی برای پدرها در هفته ۳۵ بارداری:

همسر شما در بهترین حالت روحی نیست. گاهی او خوشحال، گاهی احساساتی و گاهی ناراحت است. سعی کنید درک کنید ولی نگران نباشید حالت روحی او دائمی نیست. این تغییرات روحی به خاطر تغییرات هورمونی است. به هر چیزی می گوید بله بگویید و همیشه با او موافق باشید.

هر چه بیشتر با او همدردی کنید و او را آزار ندهید. اگر از پشت درد شکایت می کند او را ماساژ دهید و به او نگویند باید قوی باشد. اگر خسته است به او در کارهای منزل کمک کنید.

اخبار حوزه بانوان

دیدار مدیرکل امور بانوان استانداری هرمزگان با زنان کار آفرین صندوقهای اعتبارات خرد ایسین



مدیر کل امور بانوان استانداری هرمزگان با زنان کار آفرین صندوقهای اعتبارات خرد ایسین دیدار کرد.

مریم یگانه مدیر کل امور بانوان استانداری هرمزگان با همراهی ملکشاهی کارشناس امور زنان سازمان و منصوری کارشناس مرکز جهادکشاورزی ایسین با زنان کار آفرین صندوق های اعتبارات خرد ایسین دیدار کرد.

مدیر کل امور بانوان استانداری هرمزگان در این دیدار، زنان این استان را بسیار پر تلاش، کوشا و توانمند خواند و اظهار امیدواری کرد: با برگزاری کلاسهای آموزشی در زمینه کسب و کار شاهد پیشرفت چشمگیر این زنان در عرصه های مختلف باشیم.

وی همچنین در ادامه بر کشت و فرآوری گیاهان دارویی تاکید داشت و افزود: زنان روستایی با توانمندی بالا در تولید محصولات روستایی می توانند در توسعه اقتصادی استان نقش موثری داشته باشند.

مدیر کل امور بانوان استانداری هرمزگان در پایان خاطرنشان ساخت: بازاریابی، اعطای تسهیلات درازمدت و کم سود بانکی و داشتن مکان مشخصی برای عرضه محصولات تولیدی در سطح شهر از جمله نیازهای زنان عضو صندوق خرد منطقه ایسین می باشد.

منطقه ایسین ۱۵ صندوق خرد زنان روستایی و ۴۷۰ عضو فعال در زمینه های کشاورزی، دامپروری، پرورش ماهی، گیاهان زینتی، صنایع دستی دارد.

گفتنی است؛ در این دیدار بانوان کارآفرین نیز به بیان مشکلات خود پرداختند.

قبولی ۷۵ دانش آموز هرمزگانی در رشته های پزشکی



موسی دادی زاده سرخائی با اشاره به قبولی دانش آموزان مدارس استعدادهای درخشان استان هرمزگان در کنکور ۹۹ اظهار داشت: جمع آوری آمار رسمی قبولی های کنکور نیاز به زمان دارد اما طبق آمار به دست رسیده تا کنون بیش از ۲۰۰ نفر از ۳۵۰ دانش آموزان پایه دوازدهم مدارس استعدادهای درخشان در رشته های پر طرفدار قبول شده اند.

وی افزود: در کنکور سال ۹۸ تعداد ۱۵۳ نفر از ۳۳۵ دانش آموز پایه دوازدهم مدارس تیزهوشان وارد دانشگاه شده بودند که در سال جاری این آمار با افزایش چشمگیری به بیش از ۲۰۰ دانش آموز رسیده است.

مدیرکل آموزش و پرورش هرمزگان با اشاره به قبولی ۴۳ دانش آموز مدارس تیزهوشان در رشته های پزشکی، دندانپزشکی و داروسازی در کنکور سال گذشته تصریح کرد: در کنکور سال ۹۹ با افزایش ۱۲ نفر، تعداد قبول شدگان مدارس تیزهوشان استان هرمزگان در رشته های پزشکی، دندانپزشکی و داروسازی به ۵۵ نفر افزایش یافته است. دادی زاده اضافه کرد: در رشته های مهندسی برق، مکانیک، کامپیوتر، معماری و شهرسازی بیش از ۷۰ نفر از دانش آموزان مدارس تیزهوشان استان در بهترین دانشگاههای کشور نیز پذیرفته شده اند و تعداد ۲۰

دانش آموز نیز در رشته های پیراپزشکی وارد دانشگاه شده اند.

دادی زاده افزود: قبولی ۵ نفر در رشته دامپزشکی، بیش از ۱۳ نفر در دانشگاه فرهنگیان و همچنین قبولی ۳۳ نفر در رشته های پر طرفدار همچون حقوق، روانشناسی، تغذیه و سایر رشته ها را از این مدارس داشته ایم.

این مسئول خاطرنشان ساخت: این قبولی ها نتیجه توانمندی دانش آموزان هرمزگانی، تلاش معلمان هرمزگانی و همراهی والدین دانش آموزان این مدارس بوده است که از افتخاراتی هستند که در تاریخ این استان ثبت شده است.

مجمع عمومی عادی کانون زنان بازرگان استان هرمزگان برگزار شد



مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده کانون زنان بازرگان استان هرمزگان با حضور ریاست اتاق بازرگانی بندرعباس و مدیر امور تشکل ها و کمیسیون های اتاق و زنان بازرگان استان برگزار شد.

در این مجمع که با حضور گسترده زنان بازرگان و کارآفرین استان هرمزگان همراه بود، پس از معرفی کاندیداهای انتخابات برگزار شد.

بدین ترتیب سرکار خانم علوی، سرکار خانم عسکری، سرکار خانم رستگار، سرکار خانم خمیسی و سرکار خانم ناصریان به عنوان اعضای اصلی هیات مدیره و سرکار خانم شیرینی و سرکار خانم تبرزد به عنوان عضو علی البدل هیات مدیره و همچنین سرکار خانم جواهر میری به عنوان بازرس اصلی و سرکار خانم فرخنده بادروج به عنوان بازرس علی البدل سکان کانون زنان بازرگان و کارآفرین اتاق بازرگانی بندرعباس را دست خواهند گرفت

طرح طبیعت گردی بانوان هیأت ووشو برگزار شد



طرح طبیعت گردی ورزشی بانوان هیأت ووشو هرمزگان با عنوان «سلامت پایدار، طبیعت ماندگار» در کوهستان پارک پنجه علی بندرعباس در راستای افزایش سهم ورزش در اوقات فراغت بانوان و دختران به مناسبت هفته وحدت برگزار شد.

طرح طبیعت گردی ورزشی بانوان هیأت ووشو هرمزگان با عنوان «سلامت پایدار، طبیعت ماندگار» در کوهستان پارک پنجه علی بندرعباس در راستای افزایش سهم ورزش در اوقات فراغت بانوان و دختران با حضور فاطمه مرادی معاون توسعه ورزش بانوان اداره کل ورزش و جوانان استان، مریم پاسالار نائب رئیس بانوان هیأت ووشو هرمزگان و جمعی از مربیان و دختران این هیأت به مناسبت هفته وحدت برگزار شد.

فاطمه مرادی معاون توسعه ورزش بانوان اداره کل ورزش و جوانان استان هرمزگان در این باره اظهار داشت: برای بهبود و افزایش روحیه نشاط و سلامت جسمی و روانی دختران و بانوان، طرح طبیعت گردی ورزشی در استان با رعایت پروتکل های بهداشتی و فاصله گذاری اجتماعی در ایام کرونا انجام خواهد شد.

وی افزود: طرح طبیعت گردی ورزشی بانوان با عنوان «سلامت پایدار، طبیعت ماندگار» در استان هرمزگان و در راستای افزایش سهم ورزش در اوقات فراغت بانوان اجرا می شود.

در ادامه مریم پاسالار نائب رئیس بانوان هیأت ووشو هرمزگان عنوان

کرد: طرح طبیعت گردی با استفاده از شرایط اقلیمی، جغرافیایی و جاذبه های طبیعی در نیمه دوم سال که هوا بطور نسبی خنک می شود در جهت جذب خانواده ها و با محوریت مادران و دختران در این هیأت و شهرستان ها ماهانه برگزار خواهد شد.

وی گفت: طبیعت گردی ورزشی با توجه به انواع طبیعت گردی ساحلی، کوهستانی و غیره برگزار می شود که با توجه به شرایط کوهستان پارک پنجه علی و کوه گنو و پارک های ساحلی در استان هرمزگان بصورت همایش پیاده روی و ورزش صبحگاهی اجرا خواهد شد.

نائب رئیس بانوان هیأت ووشو هرمزگان با بیان اینکه در اجرای این طرح، ایجاد نشاط و شادابی در الویت است خاطرنشان ساخت: ارتقای سطح سلامت جسمی و روانی دختران و بانوان ووشوکار، افزایش سهم ورزش در اوقات فراغت بانوان، ارتقای ظرفیت حضور سالم و صمیمی خانواده ها در طبیعت و احترام و ارزش گذاری و آموزش عمومی در رابطه با اهمیت به محیط زیست پاک و سالم از اهداف طبیعت گردی ورزشی است.

پاسالار افزود: این برنامه با همکاری دختران و بانوان ووشوکار با اجرای پروتکل های بهداشتی و با توجه به برگزاری در فضای باز که امکان اجرای فاصله گذاری اجتماعی با انجام ورزش صبحگاهی و پیاده روی اجرا شد و به صورت منظم تا پایان سال برگزار خواهد شد.

کتاب «روزی که شکسپیر به رودان آمد» نوشته نوجوان هرمزگانی به چاپ رسید



کتاب «روزی که شکسپیر به رودان آمد» دومین اثر داستانی یلدا جعفری نویسنده ۱۴ ساله شهرستان رودان استان هرمزگان است.

این کتاب در ۵۰۰ جلد و توسط نشر سمت روشن آماده نشر شده است و مجموعه ای از ۷ داستان در ۴۴ صفحه را شامل می شود که محتوای کتاب در زمینه فرهنگ و آیین مردم هرمزگان و بازنویسی از داستان های قدیمی است که به صورت امروزی نوشته شده است که از اوایل ماه جاری در حال چاپ می باشد.

وی که دوره های داستان نویسی و نویسندگی را در کانون غدیر دانش آموزی بندرعباس گذرانده است، اولین کتاب خود را به نام «جهله به لو» در ۲ هزار نسخه در سال ۹۷ توسط نشر رسول در تهران به چاپ رسانده بود.

یلدا جعفری اهل شهرستان «رودان» در استان هرمزگان است. تنها چهارده سال سن دارد و مجموعه داستان اخیر دومین کتاب چاپ شده اوست. باید مجموعه او را خواند تا پی به نبوغ او در نوشتن برد. وقتی کتاب را باز می کنید و در همان چند سطر نخستین داستان می بینید این گونه کلمات در سیال ذهنش می چرخد: «چشم به گریه سیاه کوچکی خورد که میان کلمات بازی می کرد...» جمله را چند بار مرور می کنید. تجسمی از ترسیم متن، بی شک شما را به تحسین و امیدوار می دارد. دنیای یلدا برای نوشتن، دنیای خودساخته ای است دنیایی میان مرز چهارده سالگی او و دنیای بزرگترها، از این رو وقتی داستان روزی که شکسپیر به رودان آمد را می خوانید ترسیم این دنیای بینابین را می بینید. از یک سو او با پیش کشیدن این سوز و شخصیت، فراتر از مرز چهارده سالگی اش قدم می زند و از سوی دیگر روایت و پرداخت او کاملاً منطبق با سن او پیش می رود. از یلدا جعفری در ادامه راه نوشتن بیش از این خواهید خواند و خواهید شنید.

آموزگاری که نغمه آموختن را جاودانه کرد

مریم اربابی، آموزگار مدارس ابتدایی گرمه، که از چند روز پیش به علت ابتلا به کووید ۱۹ در بیمارستان بستری شده بود، هفته جاری درگذشت و نه تنها دل دانش آموزان خود، که دل تمام دانش آموزان و معلمان را به درد آورد.

تصویرش که بر روی تخت بیمارستان، گواهی در دست منتشر شد، دل دانش آموزان به درد آمد؛ کسی گمان نمی کرد این ویروس شوم نفس چنان معلمی را که تا آخرین لحظه دغدغه آموزش به آنان را داشت بریده و او را آسمانی کند...

روحش شاد و یادش گرمی

اخبار بانوان



سازمان ساعت ۳:۳۰ بامداد سه شنبه (۲۰ آبان ماه) با شلیک سلاح ساچمه زنی مورد حمله قرار گرفت که خوشبختانه به وی آسیبی نرسید.

وی ادامه داد: گزارش های اولیه حکایت از آن دارد فرد یا افراد حمله کننده قصد ترساندن وی را داشته اند و این حمله موجب شکسته شدن شیشه پنجره های منزل وی شده است.

نیرومند اظهار کرد: تحقیقات در این زمینه ادامه دارد و نتایج آن پس از کارشناسی های دقیق اعلام می شود.

وی با بیان اینکه فرد یا افراد حمله کننده، بلافاصله از محل متواری شده اند که تحقیقات به منظور دستگیری توسط مقام قضایی و امنیتی در حال انجام است، تصریح کرد: هم اکنون حال عمومی مدیرکل مربوطه خوب بوده و جای هیچگونه نگرانی ای نیست.

مدیر موسسه ملی آلرژی و بیماری های عفونی در آمریکا مدعی شد

احتمال توزیع واکسن کرونا تا پایان ماه نوامبر



مدیر موسسه ملی آلرژی و بیماری های عفونی در آمریکا گفت: این احتمال وجود دارد که دوزهایی از واکسن کروناویروس تا پایان ماه نوامبر (ماه جاری میلادی) در دسترس قرار گیرد.

دکتر آنتونی فائوچی روز گذشته (دوشنبه) در اظهاراتی گفت: در صورتیکه واکسن کروناویروس مجوز استفاده در شرایط اضطراری را دریافت کند این احتمال وجود دارد که مردم تا پایان سال جاری دوزهایی از این واکسن را دریافت کنند.

شرکت داروسازی فایزر (Pfizer) اعلام کرده است که بر اساس اطلاعات اولیه، واکسن کروناویروس تولیدی این شرکت بیش از ۹۰ درصد با تاثیرگذاری مثبت همراه بوده است.

مدیر موسسه ملی آلرژی و بیماری های عفونی در آمریکا تاکید کرد: اطمینان دارم شرکت فایزر طی روزهای آتی درخواست مجوز استفاده اضطراری برای واکسن تولیدی خود را ارائه می دهد. این بدان معناست که اگر این روند به آرامی پیش برود ممکن است دوزهایی از واکسن را داشته باشیم که مردم بتوانند تا پایان ماه نوامبر یا ماه دسامبر آن را دریافت کنند. به گزارش شبکه خبری سی ان ان، وی افزود: لازم است تمامی بررسی های ایمنی و نظارتی در مورد این واکسن انجام شود اما احتمالاً پیش از پایان سال جاری میلادی افراد واکسن کروناویروس را دریافت خواهند کرد.

آغاز طرح پاییزه کتاب ۹۹ در هرمزگان از ۲۴ آبان ماه

مدیر کل فرهنگ و ارشاد اسلامی هرمزگان از آغاز طرح پاییزه کتاب ۹۹ از ۲۴ آبان خبر داد، این طرح تا ۳۰ آبان ادامه دارد.

رضا کمالی زکاتی روز چهارشنبه به رسانه ها اعلام کرد: چهار کتاب فروشی بوکتاب، پاتوق کتاب، سرو و سروش عضو این طرح هستند.

وی شعار امسال طرح پاییزه کتاب را دانایی، مانایی عنوان کرد و افزود:

علاقه مندان از ۲۴ آبان برای خرید کتاب به کتابخانه ها مراجعه کنند.

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی هرمزگان ادامه داد: کتابهایی که توسط کتابفروشی های عضو این طرح ارائه می شود از تخفیف ۲۰

درصدی برخوردار خواهند بود.

برنز، سارا امیری - برنز، مهدیه احدی - برنز، تانگ سو دو یک هنر رزمی پیشرفته مبارزه و دفاع شخصی کراهی است که امروزه در بین هنرهای رزمی به دلیل اینکه شامل بخش های مبارزه، دفاع شخصی، فرم و فرم های مخصوص سلاح است به عنوان یک ورزش رزمی کامل مورد استفاده قرار می گیرد.

طرح "هر کارمند، حامی فرزند معنوی" در هرمزگان اجرایی می شود



معاون توسعه مدیریت و منابع استانداری هرمزگان گفت: طرح هر کارمند، حامی یک فرزند معنوی» با هدف مشارکت کارکنان دستگاه ها و اداره های دولتی و خصوصی برای حمایت از فرزندان ایتم و محسنین نیازمند در استان هرمزگان همزمان با پوشش ایران مهربان اجرا می شود.

نازنین شیبانی تدریجی در نشست ستاد اجرایی طرح هر کارمند یک حامی فرزند معنوی با عنایت به اجرای طرح پوشش ایران مهربان با اشاره به تاکید استاندار هرمزگان مبنی بر اکرام و ایتم محسنین اظهار کرد: طرح حمایت از فرزندان یتیم و محسنین در استان در قالب هر کارمند حامی یک یتیم به مرحله اجرا درآمده که در این طرح هر کارمند می تواند حمایت یک یا چند فرزند یتیم را برعهده بگیرد.

وی با بیان اینکه اجرای این طرح چندان هزینه بر نیست گفت: با حداقل ۱۰ هزار تومان تا حداکثر ۵۰ هزار تومان در هر ماه می توان در این طرح مشارکت کرد. وی تصریح کرد: موضوع حمایت از کودکان یتیم یک اقدام خداپسندانه و انسان دوستانه است که قطعاً مشارکت در این طرح، اجر و پاداش دنیوی و اخروی را به دنبال خواهد داشت. شیبانی طرح اکرام ایتم را مردمی ترین طرح دانست و افزود: سامانه اکرام در سایت کمیته امداد به صورت شفاف فرایند تحت پوشش قراردادن هر یتیمی را مشخص کرده و کارمندان می توانند با ورود به این سامانه مبلغ واریزی را به صورت مستقیم به حساب ایتم واریز کنند. وی با بیان اینکه این طرح اجباری و دستوری نیست، گفت: ما این کار را یک اقدام خداپسندانه و انسان دوستانه می دانیم و این اقدام در استانداری، با مشارکت استاندار، معاونین و مدیران ستادی استانداری شروع خواهد شد و همه با هدف کمک به ایتم در اجرای آن مشارکت خواهیم کرد.

شیبانی عنوان کرد: دستگاه های اجرایی می توانند با درخواست خود به عنوان معین اقتصادی، طرح های محرومیت زدایی در برخی روستاها یا شهرهای کوچک استان را پشتیبانی کنند.

وی بر لزوم بهره گیری از ظرفیت خیران در زمینه اکرام ایتم و فرزندان محسنین اشاره کرد و گفت: اگر این فرهنگ را در جامعه نهادینه کنیم و در این زمینه گام برداریم برکات آن جزو باقیات صالحات خواهد شد. معاون توسعه مدیریت و منابع استانداری هرمزگان، با بیان اینکه کارکنان استان در کار خیر همواره پیشگام بوده و در زمایش مواسات و همدلی خوش درخشیدند، اظهار امیدواری کرد مجموعه کارمندی هرمزگان در اجرای طرح حمایت از کودکان یتیم مشارکت خوبی داشته باشند.

نشست ستاد اجرایی طرح هر کارمند یک حامی فرزند معنوی صبح روز دوشنبه در جلسه ای با حضور ۱۰ نفر از مدیران و معاونین توسعه مدیریت دستگاه های اجرایی به ریاست معاون توسعه مدیریت و منابع استانداری هرمزگان برگزار شد.

حامیان نیکوکار می توانند با مراجعه حضوری به دفاتر کمیته امداد در استان و یا سایت الکترونیکی emdad.ir فرزند معنوی مورد نظر خود را انتخاب و ماهانه کمک های خود را به این فرزندان اهدا کنند.

حمله افراد ناشناس مسلح به منزل یکی از مدیران

سازمان منطقه آزاد قشم

معاون سیاسی اجتماعی فرماندار قشم گفت: مدیرکل حقوقی و قراردادهای سازمان منطقه آزاد قشم مورد سوء قصد افراد ناشناس قرار گرفت.

آرش نیرومند بیان کرد: منزل محدثه رزمجو مدیرکل حقوقی این

با حضور فرماندار ابوموسی و مدیر کل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان:

طرح تمیم کانون پرورش فکری در ابوموسی رونمایی شد



با حضور پوربابایی فرماندار ابوموسی، پروین پشتکوهی مدیر کل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان، برخی از مسئولین و همچنین کودکان و نوجوانان عضو کانون، طرح تمیم (تامین محتوای یکپارچه مراکز کانون) کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان در شهرستان ابوموسی رونمایی شد.

با رونمایی و اجرای این طرح، ۶۰ عنوان کتاب از ۲۵ ناشر معتبر حوزه کودک و نوجوان در اختیار کتابخانه تخصصی مرکز کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان ابوموسی قرار گرفت.

یادآور می شود «تمیم» عنوان طرحی است که بر اساس آن کتاب های ناشران برگزیده در جایزه کتاب ماه، سال، سرگرمی ها و اسباب بازی های منتخب در اختیار کتابخانه های کانون در سراسر کشور قرار می گیرد که در راستای حمایت از تولید کتاب حوزه کودک و نوجوان و پاسخ به نیاز مخاطبان کتابخانه های کانون پرورش فکری از بهار سال ۹۹ آغاز شده است.

کسب مدال برنز مسابقات جهانی "تانگ سو دو" توسط کارمند دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان



سمانه نظری کارمند شاغل در ستاد مرکزی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان و عضو تیم ملی ورزش رزمی تانگ سو دو بانوان ایران موفق به کسب مدال برنز در این دوره از مسابقات قهرمانی جهان شد.

تیم منتخب ورزش رزمی تانگ سو دو بانوان ایران در نخستین دوره مسابقات مجازی تانگ سو دو قهرمانی جهان در کشور هندوستان با شرکت در این دوره از مسابقات مقام سوم تیمی را کسب کرد.

نخستین دوره مسابقات تانگ سو دو قهرمانی جهان به دلیل شیوع کرونا در جهان بصورت مجازی و به میزبانی کشور هندوستان با حضور ۱۵ کشور با نظارت فدراسیون جهانی، سازمان بین قاره ای و فدراسیون آسیایی برگزار شد.

تیم منتخب تانگ سو دو ایران طبق هماهنگی و مجوز فدراسیون انجمن های ورزشهای رزمی و وزارت ورزش و جوانان متشکل از نوزده ورزشکار در دو بخش آقایان و بانوان موفق شد با کسب دو مدال طلا، چهار نقره و یازده برنز مقام سوم این دوره از مسابقات را کسب نماید. مربیگری بخش آقایان بر عهده استاد جلال حجتی نماینده استان یزد و بخش بانوان برعهده استاد نسرین صادقی نائب رئیس تانگ سو دو بانوان ایران بود، همچنین محمدرضا رمضان نیا از اساتید تانگ سو دو ایران فنی ترین ورزشکار این دوره از مسابقات در بخش فرم معرفی گرد.

اسامی قهرمانان:

محمدرضا رمضان نیا - طلا، فاطمه زهرا آب روان - طلا، ابوالفضل کریمی مطلق - نقره، آتنا سررشته داری - نقره، نسرین صادقی - نقره، مهرناز راشدی - نقره، حسین حاتمی - برنز، امید بهرامی - برنز، زینب کریمی - برنز، سمانه نظری - برنز، بیتا موسایی - برنز، عرفان جادری - برنز، فرامرز زرگر - برنز، محمدرضا مروی - برنز، سعید سالان پور -

خرید و فروش وام ازدواج در سایت دیوار در بندرعباس، زن جوانی را به در دسر انداخت پول از دست رفته، وام نگرفته



فرد کلاهبرداری که با دریافت ۵ میلیون تومان، وام ازدواج غیر واقعی به زن جوانی در بندرعباس فروخته بود دستگیر شد. (اعطای وام ازدواج ۳۰ میلیون تومانی با سود ۴ درصد و اقساط ۵ ساله، ماهیانه ۵۰۰ هزار تومان)

این آگهی چشمگیر در سایت دیوار کافی بود تا زن جوان در بندرعباس که نیاز مالی داشت، در تور مرد کلاهبرداری بیافتد و نه تنها به پولی نرسد، بلکه ۵ میلیون تومانی را هم از دست بدهد. این مالباخته که به دنبال تهیه یک وام بود مدتی قبل با دیدن آگهی با مضمون اعطای وام ازدواج ۳۰ میلیون تومانی با سود ۴ درصد و اقساط ۵ ساله ماهیانه ۵۰۰ هزار تومان با تعهد محضری و نیاز به یک ضامن کارمند، به شماره‌ای در انتهای آگهی پیامک زد و متقاضی این وام شد. دقایقی گذشت جواب پیامک آمد که با این شماره تلفن تماس بگیرید. این فرد از طریق تماس تلفنی، با مرد جوانی آشنا شد که وی توضیحاتی در خصوص این وام ارائه و ادعا کرد بر اساس روال قانونی و در دفترخانه رسمی پس از پرداخت ۵ میلیون تومان وام به متقاضی واگذار می‌شود. زن جوان که سخنان صاحب وام را باور کرده بود و فکر نمی‌کرد او کلاهبردار باشد، در روز تعیین شده

به همراه او به دفترخانه اسناد رسمی مراجعه و مبلغ ۵ میلیون تومان برای خرید وام به حساب این فرد واریز، همچنین وکالت‌نامه را از او اخذ کرد و با خیال راحت از دفترخانه خارج شد.

وام خیالی

مدتی از موعد تعیین شده برای واریز وام گذشت اما خبری از پول نبود. به همین علت خریدار چند بار به گوشی فروشنده تماس گرفت، اما گوشی او همچنان خاموش بود. این زن جوان به خود قبولاند که ناخواسته و فریب‌خورده است. وی با توصیه خانواده، به پلیس فتا مراجعه کرد و بعد از مطرح کردن شکایت، کارآگاهان پلیس متوجه شدند که اصل وام غیر واقعی بود و این تبهکار پول را به جیب زده و ضمن خاموش کردن گوشی متواری شده است.

کلاهبرداری با کارت همسر

به گفته سرپرست پلیس فتا استان هرمزگان، متهم فراری با کارت‌بانکی همسرش، اقدام به دریافت مبلغ ۵ میلیون تومان و انتقال آن به حساب شخص دیگری بابت اجاره خودروی پژو پارس کرده بود. سرگرد احسان بهمنی ماجرای این پرونده را این‌طور تشریح کرد: در پی مراجعه خانمی به پلیس فتا استان و اعلام شکایت مبنی بر کلاهبرداری از وی، موضوع در دستور کار کارشناسان قرار گرفت. وی افزود: با تحقیقات صورت گرفته و بررسی‌های انجام‌شده مشخص شد یک آگهی با مضمون اعطای وام ازدواج ۳۰ میلیون تومانی با سود ۴ درصد و اقساط ۵ ساله ماهیانه ۵۰۰ هزار تومان با تعهد محضری و نیاز به یک ضامن کارمند در وبسایت دیوار منتشر، همچنین در انتهای آگهی از متقاضی خواسته‌شده از طریق پیامک برای پرداخت هزینه خرید وام اطلاع داده شود.

سرپرست پلیس فتا استان گفت: بسیاری از آگهی‌های فروش امتیاز وام می‌تواند نوعی کلاهبرداری باشد، چون زمانی که فرد خریدار امتیاز، مبلغی را به‌عنوان خرید به حساب طرف مقابل واریز می‌کند، فروشنده کلاهبردار از واگذاری تسهیلات امتناع می‌ورزد. سرگرد بهمنی افزود: گاهی نیز کلاهبردار اعلام می‌کند که خریدار باید ضامن وام بانکی شود، اینجاست که باید توجه داشت زمانی که قربانی به عنوان ضامن قرارداد را امضا کرد، کلاهبردار تعهدات خود را انجام نداده و پس از دریافت وام متواری می‌شود و در این بین فرد ضامن باید مبلغ وامی که دریافت نکرده است را پرداخت کند. وی این را هم اضافه کرد که به یاد داشته باشیم برای خرید امتیاز وام حتماً باید با بانک مربوطه مشورت لازم را انجام دهیم زیرا بعضی از وام‌ها امکان واگذاری امتیاز به افراد غیر را ندارد و همیشه در صورتی که قصد خرید کالا و یا خدماتی را داریم تا زمانی که آن را کاملاً دریافت نکرده‌ایم پولی بابت آن به‌عنوان پیش‌پرداخت نپردازیم.

هشدار

سرپرست پلیس فتا استان با هشدار به شهروندان توصیه کرد که به سایت‌های کاربر محور، غیر معتبر و ناشناس که آگهی‌هایی از قبیل پرداخت وام در آن‌ها درج شده اعتماد نکنند و جهت دریافت هرگونه وام، فقط از طریق مجاری رسمی بانک‌ها اقدام کنند. وی افزود: به‌صورت مستمر برای مشاهده محتوای آموزشی، مطالعه اخبار جرائم سایبری، مصونیت از شرکدهای مجرمانه و گزارش جرائم سایبری به وبسایت www.cyberpolice.ir مراجعه کنند.

صبح ساحل

کلاهبردار به دام افتاد

سرگرد بهمنی ادامه داد: سرانجام با جمع‌آوری ادله دیجیتال و تکمیل تحقیقات میدانی، مشخص شد متهم فراری با کارت‌بانکی همسرش اقدام به دریافت مبلغ ۵ میلیون تومان و انتقال آن به حساب شخص دیگری بابت اجاره خودروی پژو پارس کرده است. وی افزود: این فرد کلاهبردار دستگیر شد و مادر او طی توافق با زن شاکه، خسارت‌های مربوطه را جبران و پرونده همراه با رضایت کتبی برای کسب تکلیف به دادسرا ارسال شد.

ترفندهای شیادان برای شکار کردن طعمه

سرپرست پلیس فتا استان هرمزگان در گفتگو با صبح ساحل با بیان اینکه پرونده‌های بسیاری در خصوص کلاهبرداری اینترنتی در پلیس فتا تشکیل می‌شود و روزانه بسیاری از شیادان از انواع ترفندها برای شکار کردن طعمه‌های خود استفاده می‌کنند گفت: یکی از این ترفندها سوءاستفاده از جوانانی است که در شرف ازدواج و چشم‌انتظار کمک دولت و دریافت وام ازدواج هستند و یا نیاز فوری به وام دارند. سرگرد بهمنی با تأکید بر اینکه افراد باید مراقب کلاهبرداری از طریق وام ازدواج باشند و تسهیل در گرفتن وام ازدواج ترفند کلاهبرداران در فضای اینترنت است اظهار داشت: اگر متقاضیان قبل از هرگونه پرداختی یا ارائه مدارک شناسایی، اقدام به تحقیق و استعلام صحت وجود وام برای شخص آگهی‌دهنده با هویت معلوم از طریق بانک مربوطه نمایند به آسانی از وقوع این نوع کلاهبرداری‌ها پیشگیری می‌شود.

کلاهبرداری بسیاری از آگهی‌های فروش امتیاز وام

اختلافات فرهنگی در صدر طلاق‌های توافقی



سال ۹۹ تاکنون ۶۷ هزار و ۶۰۰ نفر در سامانه تصمیم برای طلاق توافقی درخواست خود را اعلام کردند و درخواستشان پذیرش شده است که در مدت مشابه در سال ۹۸ این آمار ۵۳ هزار و ۸۰۰ نفر بوده است.

مدیرکل دفتر مشاوره و امور روانشناختی سازمان بهزیستی کشور درباره بیشتر دلایل طلاق، تصریح کرد: بیشترین دلایل طلاق، بر اساس خود اظهاری افراد در مرتبه اول مربوط به اختلافات فرهنگی-طبقاتی، اختلافات سنی و اختلافات شخصیتی-روانی است.

وحیدنیا خاطرنشان کرد: در مرتبه بعدی بددهنی، بی احترامی، بی توجهی، بی‌کاری، پایین بودن آستانه تحمل، طلاق عاطفی، عدم مسئولیت زوجین و ضعف در مهارت‌های بین‌فردی به عنوان درصد بیشترین دلایل طلاق گزارش شده و کمترین سهم طلاق‌ها در مرتبه بعدی به موضوعات خیانت و مهاجرت گزارش داده شده است.

باشگاه خبرنگاران جوان

وحیدنیا تصریح کرد: هماهنگی‌های لازم بین قوه قضاییه در خصوص آموزش‌های لازم به افراد داده شده است امیدواریم با این تغییرات سرعت کار

مدیرکل دفتر مشاوره و امور روانشناختی سازمان بهزیستی کشور درباره بیشترین دلایل طلاق و آخرین آمار از ثبت طلاق در سامانه تصمیم، توضیحاتی داد.

بهزاد وحیدنیا مدیرکل دفتر مشاوره و امور روانشناختی سازمان بهزیستی کشور در گفت‌وگو با خبرنگار حوزه رفاه و تعاون گروه اجتماعی باشگاه خبرنگاران جوان، درباره سامانه تصمیم، اظهار کرد: اقداماتی بین سازمان بهزیستی و قوه قضاییه در خصوص "سامانه تصمیم" انجام شده تا تمامی شهرهای بالای ۵۰ هزار نفر را در سامانه تصمیم پوشش دهیم.

مدیرکل دفتر مشاوره و امور روانشناختی سازمان بهزیستی کشور با اشاره به اینکه ۲۳۹ شهرستان را شناسایی کردیم و اقدامات لازم برای راه اندازی سامانه در آن شهرستان‌ها انجام شده است، گفت: پیگیری‌های لازم صورت گرفته و در ۲۳ استان سامانه راه‌اندازی شده و تا پایان سال در تمامی استان‌های کشور آن را سراسری می‌کنیم.

از بیمه ای که درمانگر نیست تا کم ترین حمایت از زنان سرپرست خانوار



با وجود بیش از ۳ میلیون زن سرپرست خانوار در کشور، قوانین حمایتی از این افراد به دلیل کم کاری دستگاه های مسئول از جمله معاونت زنان به درستی اجرا نمی شود و شاهد مشکلات فراوان بانوان هستیم. زنان سرپرست خانوار واژه ای است که تقریباً ۳ میلیون نفر از جمعیت کشور را زیر سایه خود قرار می دهد. جمعیتی که باید در کنار نقش مادری، نقش پدری را و در کنار مسئولیت های زن بودن، مسئولیت های مردانه را هم انجام دهند. کسانی که هم باید زن خانه و خانواده باشند و هم نان آور خانه.

تقریباً ۱۲.۷ کل خانوارهای کشور توسط زنان اداره می شود و مجموعاً بیش از ۶ میلیون نفر در کشور تحت تکلف زنان هستند، همان زمانی که بانوان سرپرست خانوار نامیده می شوند.

براساس آمارها، سال ۹۸ نیمی از زنان سرپرست خانوار تحت پوشش یکی از نهادهای حمایتی و اجتماعی بوده یا به عبارتی از هر دو زن سرپرست خانوار یک نفر تحت حمایت بوده است. این در حالی است که نیمی از زنان سرپرست خانوار طی این ایام تحت هیچ گونه حمایتی نبوده اند.

قوانین اجرا نشده در حمایت از زنان سرپرست خانوار معطل کم کاری دستگاهها

براساس بنده ت ماده ۸۰ قانون برنامه ششم توسعه، معاونت زنان و خانواده ریاست جمهوری با همکاری وزارت کار و دیگر دستگاههای مسئول، موظف به توانمندسازی زنان سرپرست خانوار بوده و هر یک از دستگاهها باید وظایف تعریف شده خود برای اجرای این ماده قانونی را انجام دهند.

اما با وجود گذشت مدت ها از زمان ملزم شدن معاونت زنان به اجرای این طرح که قرار بود در قالب برنامه اقدام و عمل اجرا شود، شاهد اجرایی نشدن آن و عدم حمایت از زنان هستیم.

کم کاری معاونت زنان باعث شده تا هنوز بودجه طرح توانمندسازی زنان سرپرست خانوار یا همان برنامه اقدام و عمل، در کمیسیون بودجه مجلس مورد تأیید و تخصیص به دستگاههای متولی از جمله کمیته امداد، بهزیستی و غیره قرار نگیرد. نتیجه عدم تعلق بودجه به دستگاهها نیز عدم امکان اجرای برنامه های حمایتی از زنان سرپرست خانوار توسط دستگاهها را رقم زده است. به طوری که در حال حاضر اجرای بسیاری از اقدامات نهادهای حمایتی معطل تخصیص بودجه مانده است. قاسم پور؛ معاونت زنان ریاست جمهوری در انجام وظایف خود برای حمایت از زنان کم کاری کرده است

در همین خصوص فاطمه قاسم پور رئیس فراکسیون زنان مجلس پیش تر در گفتگو با خبرنگار مهر، گفت: در سلسله جلسات نظارتی که در فراکسیون زنان طراحی شده است، جلسه ای را با معاونت زنان داشته ایم و در این جلسات، اقدامات معاونت زنان درباره تعهد به سیاست های کلی خانواده و جمعیت و همچنین برنامه ششم مورد بررسی قرار گرفت. ارزیابی بنده و همکارانم از این جلسه این بود، معاونت زنان و خانواده ریاست جمهوری درباره تحقق این سیاستها اقدامات قابل قبولی نداشته است.

معاونت زنان ریاست جمهوری وظایف خود را نسبت به قانون برنامه ششم و توانمندسازی زنان به خوبی ایفا نکرده است و همکاران من از توضیحات خانم ابتکار درباره اقدامات معاونت زنان قانع نشدند و تاکید کرد: به علاوه حتی مواردی که در برنامه ششم توسعه نیز به عهده معاونت زنان بوده از جمله برنامه جامع توانمندسازی زنان سرپرست خانوار نیز با فرایند غلطی طی شده است، چرا که این معاونت پیش از ارائه برنامه خود، لایحه ای را درباره حذف نقش مجلس در تصویب این برنامه به مجلس فرستاده است و وظایف خود را نسبت به قانون برنامه ششم و توانمندسازی زنان به خوبی ایفا نکرده است. به طور کلی همکاران من از توضیحات خانم ابتکار درباره اقدامات معاونت زنان قانع نشدند.

فرار معاونت زنان از پاسخ گویی به رسانه ها در ماه های پایانی دولت گفتنی است در راستای شنیدن پاسخ معاونت زنان درباره عملکرد خود در حوزه توانمندسازی زنان سرپرست خانوار نیز قریب به ۹ ماه است که خبرگزاری مهر تقاضای مصاحبه و گفتگو با این معاونت را کرده اما مسئولین مربوطه حاضر به پاسخ گویی و گفتگو نشده اند.

در کنار موضوع توانمند سازی، بیمه زنان سرپرست خانوار نیز موضوع دیگری است که هنوز نتوانسته با اجرای کامل، مشکلات حوزه زنان را حل کند. بهمن سال ۹۳ بود که علی ربیعی وزیر کار و رفاه اجتماعی وقت از بیمه زنان سرپرست خانوار با تأمین بودجه از محل اجرای قانون هدفمندی یارانه ها خبر داده بود؛ هر چند که این قانون مدتی بعد به دلیل عدم همخوانی بودجه ای، به درستی اجرا نشد و حال به صورت نصفه و نیمه تنها شامل حال زنان سرپرست خانوار دارای حداقل ۳

فلاحی ابراز داشت: در برنامه ششم توسعه نیز بند ت ماده ۸۰ را در خصوص توانمندسازی زنان سرپرست خانوار داشتیم اما این طرح ایرادات ساختاری و محتوایی داشته و لازم است تا مورد اصلاح و بازنگری قرار گیرد.

وی درباره عملکرد معاونت زنان و خانواده ریاست جمهوری در زمینه حمایت از بانوان نیز ادامه داد: با خانم ابتکار معاونت زنان و خانواده ریاست جمهوری و کمیسیون برنامه و بودجه مجلس هم برای بررسی عملکرد آنها جلساتی داشتیم اما دفاعیات معاونت قابل قبول نبود و کمیسیون دفاعیات آنها در خصوص کم کاری در حوزه زنان سرپرست خانوار را نپذیرفت.

زنان سرپرست خانوار جوان نیاز به حمایت بیشتری دارند براساس آمارها بیش از ۶۰ درصد زنان سرپرست خانوار بالای ۵۰ سال سن دارند. در این میان بر اساس میانگین کشوری، ۱۱ درصد از زنان سرپرست خانوار را بانوان جوان (۳۵ تا ۱۸) تشکیل می دهند. با توجه به بازه سنی بانوان سرپرست جوان نیز آسیب های اجتماعی، فرهنگی، خانوادگی و فشارهای اقتصادی برای این دسته از افراد بیش از دیگر زنان سرپرست است.

براساس آمارها ۳۵.۳ درصد زنان سرپرست خانوار جوان دارای همسر بوده اما به دلایل مختلف سرپرستی خانواده برعهده زن است. ۳۲.۷ درصد به دلیل طلاق، ۱۷.۶ درصد به دلیل تجرد و ۱۴.۴ درصد به دلیل فوت همسر سرپرستی خانوار را بر عهده گرفته اند.

براساس آمارها ۳۵.۳ درصد زنان سرپرست خانوار جوان دارای همسر بوده اما به دلایل مختلف سرپرستی خانواده برعهده زن است. ۳۲.۷ درصد به دلیل طلاق، ۱۷.۶ درصد به دلیل تجرد و ۱۴.۴ درصد به دلیل فوت همسر سرپرستی خانوار را بر عهده گرفته اند

به همین منظور توجه به ابعاد توانمندسازی فرهنگی و اجتماعی این بانوان علاوه بر توانمندسازی مالی، موضوعی است که باید در اصلاح قوانین حوزه زنان توسط مجلس فعلی مورد توجه قرار گیرد.

با وجود قوانین فراوان در کشور برای رسیدگی به زنان سرپرست خانوار، اغلب این قوانین به درستی اجرا نمی شود. پراکندگی قوانین و نبود یک قانون واحد یا جامع در حمایت از زنان سرپرست خانوار و عدم وجود یک نهاد مشخص و متولی یا یک پنجره واحد برای اجرا یا نظارت بر اجرای قوانین این حوزه از جمله مهم ترین خللی است که موجب عدم رسیدگی مناسب به این قشر شده است.

حال باید دید مجلس یازدهم که به نظر می رسد عزمی جدی برای رسیدگی به مشکلات زنان دارد، چه گره ای از مشکلات زنان سرپرست خانوار باز خواهد کرد و آیا با اصلاح قوانین ناقص فعلی و نظارت بر عملکرد دستگاهها شاهد حل مشکلات بیمه زنان سرپرست خانوار خواهیم بود یا خیر. / مهر

فرزند شده است.

از سال ۹۳ تاکنون نیز بارها مشکلات زنان سرپرست خانوار و لزوم اجرای کامل این طرح از سوی مسئولین و کارشناسان مطرح شد اما به جایی نرسید.

در همین خصوص نیز پیش تر پروانه سلحشوری عضو فراکسیون زنان مجلس دهم در گفتگو با خبرنگار مهر، با اشاره بر مشکلات اجرای قانون بیمه زنان سرپرست خانوار گفت: اعضای فراکسیون پیگیری زیادی بر موضوع افزایش بودجه تخصیص یافته به این قانون انجام دادند چراکه دولت در ابتدا حدود ۱۴ یا ۲۰ میلیارد تومان اعتبار برای این موضوع در نظر گرفته بود، اگر در حال حاضر خلائی در اجرای این قانون وجود دارد مربوط به مشکلات تأمین منابع است.

فلاحی: اقدامات دستگاهها در زمینه حمایت از زنان قابل دفاع نیست سارا فلاحی سخنگوی فراکسیون زنان مجلس در گفتگو با خبرنگار مهر در خصوص جدیدترین اقدامات این فراکسیون برای رسیدگی به زنان سرپرست خانوار گفت: در همین زمینه جلسه ای با حضور نماینده معاونت زنان ریاست جمهوری، کمیته امداد، بهزیستی و دیگر دستگاهها برای بررسی وضعیت این قشر از بانوان کشور داشتیم. در نهایت در پایان جلسه به این نتیجه رسیدیم که یک دستگاه واحد و قانون جامع و ردیف بودجه پایدار و قوی برای رسیدگی به وضعیت زنان سرپرست خانوار در کشور نداریم.

متأسفانه یک دستگاه واحد، قانون جامع، آمار دقیقی از زنان سرپرست خانوار و ردیف بودجه پایدار و قوی برای رسیدگی به وضعیت این قشر در کشور نداریم.

فلاحی افزود: متأسفانه حتی آمار دقیقی هم از شمار بانوان سرپرست خانوار نداریم. به طوری که بر اساس آمارهای رسمی، شمار این افراد ۳ میلیون نفر است.

وی در پاسخ به این سوال که مسئول کم کاری در حوزه رسیدگی به زنان سرپرست خانوار کدام دستگاه است عنوان کرد: نمی توانیم دستگاه مشخصی را مقصر بدانیم چرا که نقشه راه مشخصی در این زمینه نداریم و متأسفانه دچار تعدد مراکز تصمیم گیری هستیم، اما برآیند تمامی دستگاههای مسئول در این زمینه قابلیت دفاع ندارد و اقدامات انجام شده نیز متناسب با نیاز زنان سرپرست خانوار نبوده است.

سخنگوی فراکسیون زنان مجلس ادامه داد: در حال حاضر این بانوان نیاز به شغل دارند و باید به سمت مشاغل خانگی زودبازده حرکت می کردیم اما متأسفانه در این زمینه اقدام قابل توجهی انجام نشده است. طبق اصل ۴۳ قانون، دولت باید شرایط این امر را فراهم می کرد اما با وجود اعلام آمادگی بانوان برای فعالیت در این زمینه این شرایط وجود ندارد.

لزوم اصلاح قوانین حمایتی از بانوان

دغدغه جراحی زیبایی زنان حتی در شرایط کرونا



در شرایط پاندمی کرونا که پزشکان بر رعایت فاصله اجتماعی، ماندن در خانه و خروج از خانه جز برای انجام کارهای ضروری تاکید دارند و حتی تاکید می‌شود تا حد امکان از حضور در مراکز درمانی برای انجام کارهای غیر ضروری اجتناب شود، عده‌ای از مردم که بیشتر آنان را زنان تشکیل می‌دهند اما همچنان پای ثابت مراکز جراحی زیبایی هستند و حتی ترس از ابتلا به کرونا هم نتوانسته میل به زیباتر شدن اندام و چهره را در آنها کاهش دهد. از سوی دیگر در شبکه‌های مجازی شاهد تبلیغات نحوه آرایش مخصوص ماسک زدن هستیم. اما این عدم توجه به شرایط بحرانی کووید ۱۹ و تبدیل زیبایی به یک دغدغه به ویژه برای زنان از کجا نشأت می‌گیرد؟

سیمین کاظمی اظهار کرد: الزام زیبایی و فشار برای زیبا بودن برخی زنان را به مرحله ای می‌رساند که از جسم و بدن خود متنفر شوند و به تکاپو می‌افتند که در بازار زیبایی، کالایی پیدا کنند که این تنفر از بدن را تشریف بدهد و این تکاپو از انجام جراحی‌ها و مداخلات پزشکی تا مصرف انواع محصولات دارویی و آرایشی را شامل می‌شود. وی تصریح کرد: تکاپو و تلاش برای زیبا شدن و انجام عمل‌های زیبایی در شرایطی است که بعضی از این مداخلات پزشکی و زیبایی ممکن است تبعات جسمی و خیمی برای فرد به دنبال داشته باشد. تلاش برای زیبا شدن نشان دهنده آن است که زن ابزگی جنسی خودش را پذیرفته و می‌داند که بدون زیبایی ممکن است مورد پذیرش اجتماعی قرار نگیرد.

این جامعه شناس ادامه داد: در دنیا صنعت زیبایی و مد با وجهه ای خیرخواهانه به زنان القا می‌کند که برای منطبق شدن با ارزش‌های فرهنگی مردسالاری به آنها کمک می‌کند تا جذاب و مقبول باشند و به این ترتیب زنان مصرف کننده‌های عمده مواد آرایشی و کالاهای زیبایی هستند. هر زن برای نزدیک شدن به استانداردهای زیبایی مجبور است وقت و زمان بگذارد و پول خرج کند و به طور دائم مشغولیت ذهنی دارد که زشت به نظر نرسد و از این رو مصرف کننده داریم محصولات مختلف باشد.

وی معتقد است که زیبایی به عنوان یک الزام اجتماعی منجر به مشروعیت یافتن تبعیضی مبتنی بر زیبایی علیه زنان در دنیا شده است، به طوری که زنانی که زیباتر هستند، ممکن است به امتیازاتی دست یابند که زنانی که زیبا به حساب نمی‌آیند از آن محروم شوند. واقعیت این است که جامعه یا لاقبل بخشی از آن، زنان را به آسانی نمی‌پذیرد و زیبایی و آرایش و لباس مینای تبعیض در محل کار و ... قرار می‌گیرد. برای مثال زنان زیبا و لاغر بیشتر از افرادی که زیبا به حساب نمی‌آیند یا چاق هستند، شانس استخدام دارند و ممکن است کارهای شان زودتر انجام شود. حتی در معرفی و نمایش افراد با اخلاق خوب و بد معمولاً شخصی با چهره زیبا بعنوان فرد خوب شناخته می‌شود و شخص نازیبا به راحتی برچسب بی‌اخلاقی می‌خورد. همین تبعیض و انتخاب بر اساس زیبایی و نه سایر صفات و ویژگی‌ها و توانایی‌ها انگیزه ای است که برخی زنان سعی کنند، در مسابقه زیبا

شدن عقب‌نمانند و تلاش کنند که با استانداردهای زیبایی منطبق شوند. به گفته این جامعه شناس زنان، الزام زیبایی و تبدیل شدن آن به ابزار سنجش ارزش و منزلت اجتماعی، مشخصه‌های اجتماعی است که توانایی‌ها و دانایی‌های زنان در آن مجال ظهور ندارد. در این جوامع وقتی زنان مجبورند خودشان را با استانداردهای زیبایی منطبق کنند، نشان دهنده نابرابری جنسیتی و فراهم نبودن عرصه برای بروز توانایی‌هایشان است.

سخت شدن مقاومت در برابر هنجار زیبایی وی در ادامه گفت: مقاومت در برابر هنجارها و الزامات جدید زیبایی به سبب عمومیت آن دشوار شده است. می‌توان گفت حتی فمینیسم هم در این حوزه شکست خورده است. روزگاری فمینیست‌های رادیکال موج دوم فمینیسم در غرب به شدت با صنایع مد و زیبایی و آرایش مخالفت می‌کردند و آن را به مثابه ترویج ابزگی جنسی زنان محکوم می‌کردند اما چون این موضوع برای مدافعان سرمایه داری و مردسالاری قابل تحمل نبود، کلیشه‌هایی مثل «فمینیست‌های زشت و عصبانی» برای مقابله با آراء و اندیشه فمینیستی مطرح و نتیجه اش این شد که در موج سوم بخشی از فمینیست‌ها آرایش و زیبایی را به عنوان ملزومات زنانگی پذیرفتند و از آن پس مقاومت چندانی در این حوزه انجام نشد. این جامعه شناس زنان ادامه داد: در ایران برخی تمایل دارند آرایش و کوشش برای زیبایی در میان زنان را به عنوان نوعی مقاومت در برابر فشار و اجبار دولتی تفسیر کنند، اما واقعیت این است که ایران یکی از بزرگترین وارد کننده‌های محصولات و کالاهای آرایشی در خاورمیانه است و مشکل بتوان مصرف کننده شدن زنان را به نوعی مقاومت تفسیر و تعبیر کرد.

تسری یافتن ابزگی جنسی زیبایی زنان به کل جامعه کاظمی معتقد است که در حال حاضر در بسیاری از جوامع قضاوت در مورد زنان بیش از هر چیزی در مورد چهره و اندام آنهاست. حتی زنان قوی و دانشمند و اندیشمند و سیاستمدار هم بیش و پیش از آنکه توانایی و دانایی‌ها و گفتار و اندیشه شان مورد توجه قرار گیرد، ظاهرشان مورد قضاوت قرار می‌گیرد. می‌توان گفت این ابزگی جنسی شدن به تمام زنان تسری پیدا کرده است و فشار و الزامی است که به سختی می‌توان در برابر آن مقاومت کرد. برای مقاومت در برابر این فشارها و انتظارات باید بسیار قوی بود و آگاهی فمینیستی و تفکر انتقادی داشت.

چگونه باید چنین کلیشه‌هایی را از بین برد؟ وی با بیان اینکه برای شکست چنین کلیشه‌هایی لازم است موانعی که بر سر راه شکوفایی استعدادها و بروز توانایی‌های زنان وجود دارد حذف شود، ادامه داد: باید شرایطی فراهم شود که زنان با نشان دادن توانمندی‌های شان مورد قضاوت و تحسین واقع شوند و نه با ظاهرشان. باید از اینکه سیندرلا و باربی الگوی دختر بچه‌ها شوند دست برداشت. به دختر بچه‌ها باید یاد داد که آنان هم می‌توانند مسئولیت و نقش‌های اجتماعی داشته باشند نه اینکه بیاموزیم که هر زن باید آنقدر زیبا باشد که دیگران او را ستایش یا انتخاب کنند. این جامعه شناس زنان در اظهار کرد: تا زمانی که تفکر سرمایه داری و مردسالاری در اشکال به روز شده و مدرن، بر جهان مستولی هستند، زنان به مصرف محصولات زیبایی تشویق می‌شوند و رسانه‌ها و سینما و تبلیغات هم در این مسیر با آنها همسو هستند و از همین رو «زیبایی به عنوان یک ضرورت برای زنان» تداوم خواهد داشت.

کتاب هفته



و به خود می‌بالند، به زنانی با عزت نفس پایین برمی‌خوریم. حتی آنها در مورد کوچکترین توانایی و قابلیت‌ها جای لایقترین و شایسته‌ترین زنان را به خود اختصاص می‌دهند.

فقط زنی که نکات مثبت خود را باور کند موفق میشود فقط اوست که میتواند به طور بدیهی وبا اعتماد به نفس در مقام و منزلت خود موفق و کامیاب شود. شعار ما این است: (به جای تردید باید با تمام نیرو دست به کار شد) اکنون زمان آن فرا رسیده که از زیر سایه و نفوذ دیگران بیرون بیایم دوران مطیع بودن به پایان رسیده است. چشم‌ها باز و به پیش! **سمانه پاسخی**

های خود را ضمانت کنند، توانایی‌ها و شایستگی‌های خود را به روشنی و وضوح شناسایی کنند لیاقت‌ها و قابلیت‌های خود را اثبات کنند. این کار به آن‌ها این امتیاز را می‌دهد که تعیین کننده نهایی و قطعی باشند. زنان خیلی دیر خواسته‌های خود در زندگی و خرسندی‌شان از موفقیت‌ها درک می‌کنند. درحالی که مردان این مسأله که (من بهترین هستم) را توسعه می‌دهند، زنان خود را با این جمله (من میتوانم) دست کم می‌گیرند. به ندرت اتفاق می‌افتد که از قابلیت‌ها و شایستگی‌های خود احساس لذت کنند. مدتهاست که ما کوتاه آمده ایم و تسلیم شده ایم: جایی که مردان لاف می‌زنند

معرفی کتاب: زنان و دختران باهوش هرگز تسلیم نمی‌شوند نویسنده: اوته ارهارت

این کتاب به تحلیل رفتارهای زنان و دخترانی می‌پردازد که راه تسلیم را به عنوان یک استراتژی برای اداره‌ی زندگی انتخاب کرده‌اند و در واقع به سنت‌های کلیشه‌ای و پوسیده‌ی زنان حمله می‌کنند.

زنان به آسانی خود را دست کم می‌گیرند. اوته ارهارت به عصر تواضع و فروتنی پایان می‌دهد. او به شک و تردید زنان نسبت به قدرت خود پایان داده و به زنان به صورت آشکار و واضح، توانایی‌ها، نیروها و قدرتشان را نشان داده است. بدون تردید زنان میتوانند افکار و ایده

کشف ۱۵ سایت و حساب کاربری فروش نوزاد



برنامه سعادت آباد با حضور رئیس پلیس فتای تهران بزرگ و معاون آسیب های اجتماعی سازمان امور اجتماعی وزارت کشور با موضوع فروش نوزادان در فضای مجازی و اقدامات پیشگیرانه پلیس فتا و وزارت کشور از رادیو تهران پخش شد. سرهنگ "داود معظمی گودرزی" در گفتگوی رادیویی در برنامه "سعادت آباد" با اشاره به جرائم تکامل یافته در حوزه فضای مجازی، اظهار داشت: پدیده فضای مجازی وقوع برخی جرائم را تسهیل کرده و جرائمی از قبیل خرید و فروش نوزاد را تبدیل به جرائم تکامل یافته کرده است. حدود ۱۵ سایت و حساب برای فروش نوزادان در فضای مجازی کشف شد. پس از پیگیری های صورت گرفته متوجه شدیم که تمامی این جرائم بوسیله فرد خاصی مدیریت می شود. با اقدامات صورت گرفته توسط همکارانم در پلیس فتا طی ۴۸ ساعت توانستیم تا دو نوزاد چند ماهه و چند روزه را پیدا کنیم.

سایت های فروش نوزاد؛ نوزادی برای فروش ندارند او افزود: پیگیری های پلیس فتا مخصوص امروز و دیروز نیست و همکاران ما همیشه در این حوزه فعالیت دارند. نکته مهم تر در خرید و فروش نوزاد توسط سایت های مختلف این است که در بسیاری از این معاملات حتی نوزادی به فروش نمی رسد و توسط آگهی هایی که در فضای مجازی انتشار می یابد کلاهبرداری از خواهان نوزادان صورت می گیرد.

سرهنگ گودرزی تاکید کرد: تا به این لحظه تعداد کثیری از این افراد را دستگیر کرده ایم؛ اما دغدغه اصلی پلیس، امنیت روانی جامعه است. نوزادفروشی، آسیب اجتماعی تلقی نمی شود

رضا محبوبی معاون آسیب های اجتماعی سازمان امور اجتماعی وزارت کشور، دیگر مهمان بخش میزگرد سعادت آباد با موضوع بررسی آسیب های اجتماعی در فضای مجازی با رد اظهارات امیرحسین راسخ مبینی بر تاثیرات منفی بسیار زیاد اجتماعی با مثال منطقه هرنندی در فروش نوزاد گفت: فضای مجازی در کنار معایب خود، مزایایی نیز دارد. از نظر من نوزاد فروشی به عنوان یک آسیب اجتماعی مثل طلاق و حاشیه نشینی قلمداد نمی شود؛ اما این پدیده مانند خودکشی یک نوجوان، می تواند احساسات عمومی را جریحه دار کند. بنابراین مقامات دولتی، اجتماعی و امنیتی باید نسبت به این مشکل حساسیت نشان دهند. گرچه نوع حساسیت ها با واکنش به آسیب های اجتماعی متفاوت است و باید اقداماتی از جمله مداخله پلیس فتا صورت گیرد

او افزود: برای کاهش این مسائل چند سطح وجود دارد که اولین سطح، شناخت آسیب ها و ترسیم جغرافیای آسیب های اجتماعی است که در اوایل سال ۹۲، تصمیماتی در این راستا توسط دفتر مقام معظم رهبری اتخاذ شد. در چهارچوب این تصمیمات، حدود دو سال بر روی ترسیم جغرافیای آسیب های اجتماعی کشور کار شد و تقسیم کاری برای رسیدگی به ۱۸ مورد از آسیب های اجتماعی از جمله فضای مجازی صورت گرفت.

خوشبختانه به دلیل توانمندی بالای پلیس سایبری تا به این لحظه بالغ بر ۸۰ درصد پرونده های این حوزه به نتیجه رسیده اند و این آمار نشان از اهمیت ویژه سلامت روانی مردم جامعه برای پلیس فتا است. علاوه بر آن پلیس سایبری اقدامات فرهنگی متعددی را در راستای گسترش آگاهی و فرهنگ انجام داده است.

الزام تجدید نظر در قوانین فرزندخواندگی

محبوبی در ادامه این میزگرد در مورد تسهیل شرایط فرزند خواندگی با هدف کاهش جرائم خرید و فروش نوزادان گفت: بخشی از جرائم در این زمینه به دلیل ناکارآمدی قوانین و الزامات مقامات بالا دستی اتفاق می افتد و باید در این زمینه تجدید نظر صورت گیرد. شورای اجتماعی کشور می تواند به این قضیه ورود کرده و آن را بررسی کند تا اصلاح قوانین بصورت طرح و لایحه به مجلس فرستاده شود؛ اما متأسفانه تا این لحظه پیشنهادی مبنی بر اصلاح این مقررات از طرف سازمان بهزیستی دریافت نکرده ایم. البته باید به این نکته توجه کرد که مسائل هویتی از پیچیدگی خاصی برخوردارند و نمی توان به راحتی قوانین را اصلاح کرد. بازنگری قوانین به دلیل تداخل در حقوق و سرنوشت انسانی در این حوزه به آسانی میسر نیست اما با تمامی این شرایط آمادگی خود را به عنوان شورای اجتماعی کشور برای دریافت پیشنهادات اعلام می کنیم.

محبوبی با اشاره به اینکه علاوه بر ستاد تشکیل شده توسط دفتر مقام معظم رهبری؛ شورای عالی فضای مجازی، مرکز ملی فضای مجازی و وزارت ارشاد همیشه در این حوزه فعال بوده اند گفت: در این طرح دستگاه های جدید برای همکاری تعریف شدند چون باید در این حوزه مداخله جدی صورت گیرد. در سطح دوم و اصلی، بحث ایجابی مطرح شد چون با داشتن یک جامعه سامان یافته از لحاظ فرهنگی و اجتماعی، آسیب های اجتماعی هم کاهش می یابد.

فرهنگ اجتماعی همراه با تکنولوژی پیشرفت نکرده است

سرهنگ گودرزی در بخشی دیگر از میزگرد سعادت آباد با موضوع بررسی تاثیرات فضای مجازی بر جامعه و عملکرد پلیس فتا درباره فعالیت های پیشگیرانه گفت: ضریب نفوذ اینترنت طی چند سال گذشته به شدت بالا رفته است؛ اما متأسفانه فرهنگ ما متناسب با تکنولوژی پیشرفت نکرده و این اتفاق منجر به ظهور مشکلات و تعارضاتی در قالب جرائم سایبری شده است. اما به این نکته هم باید توجه کنیم که فضای مجازی خدمات ارزنده ای همچون دولت و بانکداری الکترونیک را در کنار مضرات خود ارائه داده است او افزود: وظیفه پلیس ایجاد آسودگی و امنیت خاطر در رابطه با استفاده از فضای مجازی است و این روند هر روز در حال بهبود است؛ اما بسیاری از اقدامات نیروی پلیس به پسا رویدادها برمی گردد.

سلامت



زنان برای سلامت خود باید چه کارهایی انجام دهند؟

لازم است زنان در دهه ۲۰ و ۳۰ سالگی برای حفظ سلامتی خود سبک زندگی صحیحی داشته باشند و آزمایش های غربالگری را انجام بدهند.

زنان باید در دهه ۲۰ و ۳۰ سالگی زندگی خود از رژیم غذایی سالم پیروی کنند و فعالیت فیزیکی داشته باشند. آن ها علاوه بر اینکه نباید غذاهای چرب و سرخ شده مصرف کنند، باید روزانه حداقل نیم ساعت ورزش کنند. در صورتی که زنان در این دوره زمانی از قوانین ذکر شده پیروی کنند، مزایای آن ها مادام العمر خواهد بود. اگر زنان قصد به دنیا آوردن نوزاد داشته باشند، بهتر است از مولتی ویتامین ها استفاده کنند، زیرا باعث می شود بدن آن ها مقدار زیادی فولیک اسید (بین ۴۰۰ تا ۸۰۰ میکروگرم در هر روز) دریافت کند. فولیک اسید باید حداقل از یک ماه پیش از باردار شدن تا پایان سه ماه اول بارداری مصرف شود.

انتخاب پزشک مناسب

زنان باید پزشکی انتخاب کنند که به آن اعتماد داشته باشند و پیش از ملاقات با او لیستی از سوالات خود

سلامتی فرد را تهدید می کند تشخیص دهد.

آزمایش های غربالگری

توصیه شده است که زنان از سن ۲۱ سالگی به بعد هر سه سال یک بار آزمایش پاپ اسمیر انجام دهند تا متوجه شوند آیا به سرطان دهانه رحم مبتلا شده اند یا خیر. آن ها می توانند حتی در سن ۳۰ تا ۶۵ سال نیز هر سه سال این آزمایش را انجام بدهند یا همراه با تست HPV هر پنج سال یک بار این آزمایشات را تکرار کنند. انجام دادن آزمایش HPV (ویروس پاپیلوما ی انسانی) نیز بسیار مفید است، زیرا سرطان های دهانه رحم معمولاً در اثر آلوده شدن به این ویروس به وجود می آید.

بهتر است زنان در دهه ۲۰ یا ۳۰ سالگی فشار خون خود را هر دو سال یک بار بررسی کنند، البته اگر فشار خون افراد در دامنه طبیعی خود قرار ندارد، باید تعداد دفعات اندازه گیری فشار خون افزایش پیدا کند. همچنین آن ها باید آزمایش کلسترول خون انجام بدهند و از پزشک خود در مورد زمان تکرار این آزمایش سوال کنند.

برنا

زنان باید بدانند که آیا خواهر، مادر یا مادر بزرگ آن ها پیش از ۵۰ سالگی به سرطان سینه، بیماری قلبی و دیابت مبتلا شده اند. آن ها باید اطلاعاتی از این قبیل را در اختیار پزشک قرار دهند تا او بتواند خطراتی که

را آماده کنند. این سوالات می تواند شامل روش های مناسب پیشگیری از بارداری، واکسن های مورد نیاز و بهترین روش برای پیشگیری از ابتلا به بیماری های مقاربتی باشد.

اخبار حوزه بانوان

واحد تولید انبوه ماسک در هرمزگان با حضور وزیر صنعت به بهره‌برداری رسید



با حضور وزیر صنعت، معدن و تجارت واحد تولید انبوه ماسک در استان هرمزگان به بهره‌برداری رسید. علیرضا رزم حسینی وزیر صنعت، معدن و تجارت در سفر یک روزه خود به هرمزگان واحد تولیدی سمراذ هرمزگان را با ظرفیت تولید ۵۰۰ هزار ماسک سه لایه در روز به بهره‌برداری رساند. با افتتاح این واحد تولیدی با سرمایه گذاری ۵۸ میلیارد ریال برای ۱۲ نفر به صورت مستقیم نیز اشتغال ایجاد شد. پیش از این در واحد تولیدی سمراذ ۶۰۰ تن در سال کامپاندوگرانول پلیمری و ۴۱۴۰ تن ورق آلومینیومی تولید می‌شد. با ارتقای واحد سمراذ هرمزگان ۱۴۰ میلیون عدد ماسک یک بار مصرف پزشکی در سال تولید می‌شود. قرار است محصولات تولیدی این واحد با قیمت مصوب در استان هرمزگان و در صورت نیاز استان‌های همجوار به فروش برسد.

مسابقات قرآن اوقاف؛ بستری برای رشد معنوی قرآنیان



قاری قرآن کریم در هرمزگان، مسابقات سراسری قرآن کریم اوقاف را بستری برای افزایش ارتقای قرآنیان در رشته‌های مختلف قرآنی و همچنین رشد معنوی آن‌ها دانست. زینب آسن، قاری و مرتل قرآن کریم، ۱۹ آبان ماه به‌عنوان نماینده هرمزگان در بخش بانوان مرحله کشوری چهل و سومین مسابقات سراسری قرآن کریم اوقاف و در رشته ترتیل شرکت کرده است، در گفت‌وگو با اینکنا، اظهار کرد: در جلسات و کلاس‌های قرآنی و از طریق اساتید با مسابقات اوقاف آشنا شدم و از سال ۸۷، هرساله ثبت‌نام و در رشته‌های مختلف قرآنی شرکت می‌کنم. وی با اشاره به اینکه تاکنون موفق به کسب چندین رتبه شهرستانی و استانی شده است، گفت: مسابقات قرآنی بستر مناسبی برای شرکت‌کنندگان است تا از لحاظ قرآنی سطح خود را بالا ببرند و با قرآنیان آشنا شوند، این مسابقات انگیزه‌ای قوی برای ارتقای جوانان در رشته‌های مختلف قرآنی است.

این قاری قرآن کریم در ادامه افزود: مسابقات قرآن در سال‌های اخیر در هرمزگان رشد خوبی داشته است، برای مثال در مسابقات سراسری قرآن اوقاف سال گذشته ۱۳ نفر به مرحله کشوری راه یافتند و از این تعداد دو نفر موفق به کسب رتبه‌های برتر کشوری شدند که جای خوشحالی دارد. قرآنیان استان در مسابقات مختلف کشوری شرکت می‌کنند و همین مسئله، زمینه‌ای می‌شود که خود را در تخصص‌های قرآنی ارتقا دهند. امیدوارم سال‌به‌سال شاهد رشد بیشتر هرمزگان در مسابقات قرآنی باشیم.

آسن تصریح کرد: مسابقات قرآنی جدا از انگیزه‌های معنوی و حتی مادی که می‌تواند برای شرکت‌کنندگان ایجاد کند، بستری می‌شود تا انسان در محضر قرآن و دوستان و فضای قرآنی قرار گیرد، زمینه‌های رشد معنوی خود را فراهم کند و به خانواده و جامعه تسری دهد. وی در پایان کرد: بسیاری از جوانان هرمزگانی پتانسیل‌های خوبی در رشته‌های مختلف قرآنی دارند که توصیه‌ام به آن‌ها این است که در مسابقات شرکت کنند و حتی در صورتی که رتبه‌ای کسب نکنند می‌توانند نقاط ضعف و قدرت خود را شناسایی و بر روی آن تمرکز و در نهایت رشد کنند. من امسال موفق به کسب رتبه کشوری نشدم اما

رسیدن به این مرحله درس‌هایی برای من داشت که امیدوارم بتوانم از آن‌ها در راستای ارتقای سطح خود استفاده و در سال‌های آینده نتایج بهتری را برای استان و کشورم کسب کنم.

بیش از ۱۳ هزار کیلوگرم واکسن آنفولانزا به زودی ترخیص می‌شود



از ابتدای سال تا نوزدهم آبان ماه، بیش از ۳۸ هزار و ۱۸۴ کیلوگرم واکسن آنفولانزا ترخیص شد که نسبت به مدت مشابه سال قبل ۷۰ درصد رشد داشته است.

سید روح اله لطیفی، سخنگوی گمرک اظهار داشت: ترخیص قطعی واکسن آنفولانزا از ابتدای سال تا کنون، ۳۸ هزار و ۱۸۴ کیلوگرم به ارزش ۲۷ میلیون و ۹۱۵ هزار و ۷۲۵ دلار بوده است که از لحاظ وزنی نسبت به مدت مشابه ۷۰ درصد و از لحاظ ارزش ۵۷ درصد رشد داشته است.

وی افزود: ۱۳ هزار و ۲۵۳ کیلوگرم واکسن آنفولانزا نیز در جریان ترخیص قرار دارد که به زودی ترخیص خواهد شد.

لطیفی تأکید کرد: این کالاها با ۵۷ اظهار نامه، وارد شده که کالاهای ترخیص شده ۴۴ اظهارنامه را شامل می‌شود و مابقی مربوط به واکسن‌های در جریان ترخیص است. تقریباً همه افراد واجد شرایط از کارکنان در اولین بخش درمان واکسینه شده‌اند و برای سایر گروه‌های هم معرض خطر نظیر، افراد بالای ۶۵ سال و بیماران صعب‌العلاج هم الویت بندی صورت گرفته و آن‌ها می‌توانند طی روزهای آتی و بعد از توزیع در داروخانه و اعلام رسمی، این واکسن را از شبکه داروخانه‌ای تهیه و استفاده کنند.

سخنگوی سازمان غذا و دارو در خصوص هزینه واکسن آنفولانزا با بیان اینکه تنها سری اول این واکسن برای گروه‌های الویت دار رایگان بود و سایر افراد باید هزینه آن را بپردازد، توضیح داد: هزینه واکسن‌هایی که با ارز دولتی وارد شده‌اند ۴۲ هزار تومان است و محموله‌های بعدی که با ارز نیمایی وارد می‌شوند، هزینه بالاتری دارند.

لازم به ذکر است که نایب رئیس کمیسیون بهداشت و درمان مجلس پیشتر اعلام کرده بود که بیش از ۱۲ میلیون واکسن آنفولانزا به کشور وارد خواهد شد.

پرداخت کمک هزینه ازدواج به بیمه شدگان تامین اجتماعی غیر حضوری شد



سرپرست اداره کل تامین اجتماعی هرمزگان از آغاز اجرای طرح ۳۰۷۰ ارانه سی خدمت به صورت غیرحضوری برای کاهش هفتاد میلیون مراجعه به واحدهای اجرایی، همزمان با سراسر کشور خبر داد. عباس اکبری در جمع خبرنگاران، با اشاره به اجرای طرح ۳۰۷۰ در این سازمان به منظور ایجاد تحول دیجیتال اظهار کرد: تبدیل ۳۰ خدمت حضوری به ۳۰ خدمت غیرحضوری برای کاهش سالانه ۷۰ میلیون از ۹۶ میلیون مراجعه حضوری مردم در سراسر کشور به تأمین اجتماعی هدف اجرای این طرح است. وی افزود: در شرایط این طرح کاهش مراجعات حضوری مردم را در شعب و کارگزاری‌های تأمین اجتماعی به همراه دارد و علاوه بر تسهیل خدمات رسانی، سبب کاهش اتلاف وقت می‌شود. اکبری با اشاره به شعار طرح ۳۰۷۰ تحت عنوان "دوشنبه‌های دیجیتالی با طرح ۳۰۷۰" عنوان کرد: براساس اعلام مدیرعامل سازمان تا بهمن ماه و هر دوشنبه، دو تا چهار خدمت با آمادگی کامل غیرحضوری خواهد شد. سرپرست اداره کل تامین اجتماعی هرمزگان اظهار کرد: در راستای

بهبود سازی فرآیندها با رویکرد کاهش مراجعات، افزایش رضایتمندی بیمه‌شدگان، توسعه خدمات دیجیتال و غیرحضوری با بهره‌گیری از بانک‌های اطلاعاتی و با توجه به برقراری ارتباط با سازمان ثبت احوال کشور زمینه پرداخت کمک هزینه ازدواج به عنوان اولین سرویس کاملاً غیرحضوری، راه‌اندازی شد. وی افزود: بر این اساس، شناسایی بیمه‌شدگان حائز شرایط ماده (۸۵) قانون تامین اجتماعی و فرآیندهای مربوط به ثبت مشخصات، انجام محاسبات، صدور اسناد و ارسال به اداره کل امور مالی در سامانه متمرکز تعهدات کوتاه مدت برای واجدین شرایط که دارای شماره حساب و شماره تلفن همراه معتبر در سیستم هستند، در پایان همراه به صورت هوشمند و بدون نیاز به مراجعه بیمه‌شده به واحد اجرایی صورت می‌پذیرد و مراتب نیز از طریق پیامک به بیمه‌شده اعلام می‌شود.

اکبری تصریح کرد: علاوه بر شیوه فوق، امکان ثبت اطلاعات مربوط به ازدواج توسط بیمه‌شده از طریق سامانه خدمات غیرحضوری به نشانی اینترنتی eservices.tamin.ir فراهم است.

به گفته اکبری، افرادی که با وجود تکمیل اطلاعات شماره حساب و شماره تلفن همراه در سامانه خدمات غیرحضوری، در پایان ماه مربوطه، پیامک ثبت کمک هزینه ازدواج را دریافت نمی‌کنند، می‌توانند از طریق مراجعه به آدرس اینترنتی مذکور از مسیر (منوی بیمه‌شدگان/ حمایت‌های کوتاه مدت/ درخواست کمک هزینه ازدواج) از علت عدم دریافت کمک هزینه ازدواج مطلع و در صورت اعتراض با ثبت درخواست پشتیبانی و بارگذاری تصاویر عقدنامه و صفحه ازدواج شناسنامه از طریق منوی «افزودن تصاویر جدید» نسبت به ارائه درخواست و پیگیری‌های مربوطه اقدام کنند.

سه مرکز برای آموزش، نمایش و فروش صنایع دستی بندرعباس راه اندازی می‌شود



مدیر مرکز خلاقیت و فناوری‌های نوین شهرداری بندرعباس از راه‌اندازی سه مرکز برای آموزش، نمایش و فروش صنایع دستی بندرعباس در مناطق سه‌گانه شهرداری خبر داد.

احمد پایدار با اشاره به اینکه ویروس کرونا برخی از برنامه‌ها و فعالیت‌های مرکز خلاقیت را مختل کرده است، اظهار کرد: از آغاز فعالیت مرکز خلاقیت و فناوری‌های نوین شهرداری بندرعباس، راهبرد ما بر پایه آموزش، نمایش و فروش صنایع دستی بندرعباس استوار بوده است.

وی با تأکید بر ساخت صنایع دستی با ارائه آموزش‌های لازم، افزود: برنامه پیش‌بینی شده این است که پس از آموزش، تولیدات در مکانی مناسب نمایش داده شود تا این محصولات فاخر به مرحله فروش برسد.

به گفته پایدار، در شهرداری بندرعباس تلاش بر این است تا هر آنچه برای ترویج صنایع دستی و آئین‌های سنتی بندرعباس لازم است، مورد حمایت و پشتیبانی قرار بگیرد و از طرح‌های خلاقانه و قابل اجرا در حوزه صنایع دستی و آئین‌های سنتی بندرعباس حمایت می‌شود.

مدیر مرکز خلاقیت و فناوری‌های نوین شهرداری بندرعباس تصریح کرد: در حوزه صنایع دستی بندرعباس بیش از هشت هزار کارآفرین مشغول به فعالیت هستند و سهمی در خلاقیت و توسعه این حوزه دارند.

پایدار گفت: ۹۰ درصد این افراد را بانوان تشکیل می‌دهند که سهمی به سزا در اقتصاد خانواده‌ها و رونق کسب و کار ایفا می‌کنند.

وی اضافه کرد: برنامه‌هایی که بر پایه آموزش، نمایش و فروش در دست اقدام قرار گرفته، شامل تولیدات سفالی، صنایع پارچه‌ای، تزئینات لباس، صنایع چوب، صنایع دستی دریایی و صنایع دستی آئینی است. به گفته مدیر مرکز خلاقیت و نوآوری‌های نوین شهرداری بندرعباس، برای فروش صنایع دستی در داخل و خارج از کشور، راه‌اندازی بازار مجازی صنایع دستی در دستور کار شهرداری است.

پایدار با بیان اینکه راه‌اندازی سه مرکز برای آموزش، نمایش و فروش صنایع دستی بندرعباس در مناطق سه‌گانه شهرداری در دستور کار قرار دارد، اظهار کرد: استفاده از فضای مجازی در گسترش هر چه بیشتر صنایع دستی و هنرهای بومی جزو دیگر برنامه‌های مرکز خلاقیت شهرداری بندرعباس است.

وی در تشریح سایر اقدامات و برنامه‌های در حال پیگیری این مرکز، تصریح کرد: سعی داریم تا نمادواره‌هایی با موضوع صنایع دستی و آئین‌های سنتی، زینت بخش میادین، معابر و بلوارها باشد.

اخبار حوزه بانوان

برگزاری اولین جشنواره طراحی لباس های بومی در جزیره قشم



سرپرست اداره صنایع دستی منطقه آزاد قشم از برگزاری اولین جشنواره طراحی لباس های بومی جزیره قشم در این منطقه خبر داد.

نسرین ملازم روز چهارشنبه با اعلام این مطلب گفت: این جشنواره با هدف کمک به انتقال فرهنگ ایرانی - بومی از طریق لباس بومی و استفاده از روش های نوین در طراحی این نوع لباس برگزار می شود. وی رشد و ارتقاء خلاقیت و استعداد های هنری جوانان بومی قشم و شناسایی افراد مستعد در این جزیره را از دیگر اهداف این جشنواره خواند و افزود: اداره صنایع دستی سازمان منطقه آزاد قشم همچنین با برگزاری این جشنواره بسترسازی جهت حضور فعال هنرمندان و طراحان در عرصه مد و لباس را نیز مد نظر دارد.

نسرین ملازم درباره شرایط و مقررات عمومی این جشنواره هم گفت: لباس بومی از نظر این جشنواره هر نوع لباس محلی جزیره قشم است که می تواند در رنگ های متنوع و دلخواه طراحان، طراحی و تهیه شود. به گفته وی هر شرکت کننده در این جشنواره می تواند حداکثر پنج اثر خود را همراه با برگه ای که مشخصات کامل هر اثر در آن درج شده باشد به صورت حضوری به دبیرخانه جشنواره تحویل دهد و آثار فاقد این برگه به مرحله داورانه نخواهد شد.

وی با اشاره به اینکه آثار برگزیده در سایه جشنواره با نام صاحب اثر معرفی خواهد شد، تصریح کرد: کلیه آثار ارائه شده به این جشنواره نیز پس از ارزیابی توسط هیات داوران در نمایشگاهی در معرض دید علاقه مندان قرار خواهد گرفت. گفتنی است آخرین مهلت ارسال آثار به این جشنواره ۲۰ آذرماه ۱۳۹۹ اعلام شده و علاقه مندان می توانند آثار خود را به دبیرخانه جشنواره مستقر در اداره صنایع دستی واقع در مدیریت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی معاونت فرهنگی، اجتماعی و گردشگری سازمان منطقه آزاد قشم تحویل بدهند و یا با شماره تلفن های ۰۷۶۳۵۲۵۲۴۹ و ۰۹۳۴۲۶۷۱۱۰ تماس بگیرند.

موفقیت دانشجویان دانشکده پزشکی بندرعباس در راهیابی به کمیته های کشوری انجمن علمی دانشجویان پزشکی ایران



چهارمین دوره مجمع عمومی کشوری انجمن علمی دانشجویان پزشکی ایران به همراه انتخابات آن، به صورت مجازی برگزار شد که در طی آن، مسئولین کشوری کمیته های پنج گانه انجمن علمی دانشجویان پزشکی ایران به شرح ذیل تعیین گردیدند:

کمیته آموزش پزشکی (SCOME): انیس گنج پور از دانشگاه علوم پزشکی تبریز - کمیته بهداشت عمومی (SCOPH): یاسمن فضلی از دانشگاه علوم پزشکی مشهد- کمیته سلامت باروری و ایذ (SCORA): سارا نظام الملکی از دانشگاه علوم پزشکی بندرعباس - کمیته حقوق بیمار و پزشک (SORP): سیده لمیا هاشمی از دانشگاه علوم پزشکی بندرعباس- کمیته تبادل دانشجویی (SCOPE): کوثر ابوحمزه از دانشگاه علوم پزشکی تهران . گفتنی است که در طی این انتخابات، سارا نظام الملکی (دانشجوی پزشکی ورودی مهر ۹۴) با کسب بیش از ۷۲ درصد آراء و سیده لمیا هاشمی (دانشجوی پزشکی ورودی مهر ۹۴) با کسب بیش از ۹۰ درصد آراء، به عنوان آفیسر

کشوری کمیته بهداشت باروری و ایذ و آفیسر کشوری کمیته حقوق بیمار و پزشک انتخاب شدند.

برخورد قضایی با ۱۰ بانی مراسم عروسی در رودان



جانشین دادستان رودان از برخورد قضایی با ۱۰ برگزارکننده مراسم عروسی در این شهرستان در راستای برخورد با تهدیدکنندگان علیه سلامت عمومی خبر داد.

علی امامی اظهار داشت: مطابق با ماده ۴۴ آئین دادرسی کیفری با برگزارکننده مراسم عروسی و تهدیدکنندگان سلامت عمومی برخورد قضایی صورت گرفت. وی ادامه داد: شبکه بهداشت و درمان ناظر و اعلام کننده مراسم های تهدیدکننده سلامت عمومی است و پس از اعلام آنها بانیان مراسم های عروسی به دادگستری احضار شده و تفهیم اتهام شده اند. جانشین دادستان رودان تصریح کرد: در صورت اعلام موارد اینچنینی از سوی شبکه بهداشت و درمان که تهدید علیه سلامت عمومی تلقی گردد با قاطعیت با آن برخورد خواهد شد.

وی افزود: بر همین اساس پدران عروس و دامادهای ۱۰ مراسم عروسی شب گذشته در رودان به دادگستری احضار و تفهیم اتهام شده و برای آن تشکیل پرونده داده شده است.

معاون وزیر ورزش و اعلام کرد:

آموزش ۲ هزار مربی ورزشی در طرح سنجش قامتی زنان روستایی



معاون توسعه ورزش زنان وزارت ورزش از امضا تفاهم نامه بین این وزارت با معاونت امور زنان و خانواده ریاست جمهوری برای آموزش ۲ هزار نیروی مجرب ورزشی در طرح سنجش ساختار قامتی زنان روستایی خبر داد.

مهمین فرهادی زاد تصریح کرد: «سنجش ساختار قامت زنان روستایی» یکی از هفت طرح ملی در ورزش زنان است که از سال ۹۶ تدوین و در ۳۱ استان کشور و در سه مرحله به مرحله اجرا گذاشته شد. این طرح با شناسایی آسیب های اسکلتی و عضلانی که بر اساس عادت های شغلی، زنان روستایی به آن دچار شدند توسط سنجش گران بهبود می یابد. وی افزود: بیشترین ناهنجاری در ۲۳ استان مربوط به «کمر گود»، در ۱۷ استان «شانه نامتقارن» و در ۱۲ استان «سر به جلو» اعلام شده که با گزارش سنجش گران طرح، بسیاری از ناهنجاری قامتی در زنان روستایی بهبود یافته است. با توجه به افزایش تعداد نفرت زیر پوشش این طرح در صد افزایش مجربان برای ادامه اجرای طرح سنجش در سطح روستاها هستیم.

معاون وزیر ورزش ادامه داد: به همین دلیل چندی پیش تفاهم نامه ای بین وزارت ورزش و معاونت رییس جمهوری در امور زنان و خانواده در راستای اجرای قانون برنامه ششم توسعه و حمایت و نظارت بر اجرای طرح های ارتقای وضعیت بهداشت جسمی، روانی و وضعیت اجتماعی و فرهنگی اعضای خانواده در روستاها و بین عشایر کشور به امضا رسید که بر اساس آن ۲ هزار نیروی مجرب ورزشی در سطح روستاها اقدام به سنجش ساختار و ارائه تمرینات اصلاحی در بین زنان روستایی خواهند کرد.

فرهادی زاد تصریح کرد: آموزش ۲ هزار نیروی ورزشی و توانمندسازی آنها از طریق هماهنگی بین معاونت ورزش زنان با اداره های کل وزارت

ورزش و جوانان، حوزه معاونت ورزش زنان استان ها و فدراسیون همگانی تا پایان سال اقدام می شود. وی درباره آموزش این ۲ هزار نیرو گفت: در هفته آینده دستورالعمل اجرایی این تفاهم نامه به استان ها ارسال و با کمک معاونان زن ورزش استان ها، آرایه آموزش های لازم آغاز می شود. آموزش ها حتما باید حضوری باشد تا تمرینات سنجش را فرا بگیرند. بنابراین با هماهنگی ستاد مقابله با کرونا در زمان مناسبی برگزار می شود.

فرهادی زاد یادآور شد: همچنین انتخاب روستاها بر اساس تعداد جمعیت جهت اجرایی شدن طرح، گزینش می شوند که معاونت توسعه ورزش زنان این طرح ملی را با همکاری هیات های استانی و دهیاران روستایی، فدراسیون های ورزش روستایی و عشایری آغاز کرده است.

از استفاده خودسرانه ویتامین دی پرهیز کنید



یک پزشک گفت: تداخل دارویی ویتامین دی بر کارکرد این مکمل در بدن و افزایش خطر بروز عوارض جانبی خطرناک و آلرژیک اثر می گذارد. دکتر هانیه سفیدر با تاکید بر اینکه توصیه می شود افراد از مصرف خودسرانه مکمل با دوز بالا خودداری کنند، گفت: در صورت مصرف نادرست و بیش از حد مجاز ویتامین D به صورت سهوی یا عمدی بروز عوارضی مانند ایجاد سختی عروق، هیپر کالسمی، یبوست، ضعف و خستگی، خواب آلودگی، سردرد، کاهش اشتها، پرنوشتی و خشکی دهان بروز می کند.

وی اظهار کرد: احساس طعم آهن در دهان، حالت تهوع، از دست دادن اشتها، تکرر ادرار و کاهش وزن و استفراغ نیز از دیگر عوارض مصرف خودسرانه و بیش از حد ویتامین D است.

سفید فر با بیان اینکه بیماران کبدی و کلیوی مکمل ویتامین D را زیر نظر پزشک معالج مصرف کنند، تصریح کرد: بهترین منبع برای جبران ویتامین دی پیروی از رژیم غذایی سالم است. تامین ویتامین دی از طریق مواد غذایی معمولا هیچ گونه عوارض جانبی ویتامین دی را به همراه ندارد.

وی اضافه کرد: منابع غذایی از جمله روغن جگر ماهی، ماهی سالمون، میگو، زرده تخم مرغ، قارچ، غلات، شیر سویا، شیر گاو و آب پرتقال طبیعی سرشار از ویتامین دی طبیعی هستند.

آیا کرونا به «جنین» آسیب می زند؟

استاد بیماری های زنان و زایمان با اشاره به تاثیر کرونا در دوران بارداری، گفت: هنوز انتقال عمودی یعنی از طریق جفت، از مادر به جنین اثبات نشده، اما کرونا در این دوران می تواند باعث زایمان زودرس، پاره شدن زودرس کیسه آب و افزایش مسمومیت بارداری شود.

مریم کاشانیان، استاد بیماری های زنان و زایمان دانشگاه علوم پزشکی ایران در گفت و گو با خبرنگار سلامت خبرگزاری فارس در پاسخ به این پرسش که «اگر خانم بارداری به کرونا مبتلا شود جنین آن دچار مشکل می شود؟»، اظهار داشت: واقعیت این است که انتقال عمودی یعنی از طریق جفت، از مادر به جنین هنوز اثبات نشده و تنها یکی دو مورد گزارش شده و چون موارد کم هستند، خیلی نمی توان قضاوت کرد. وی ادامه داد: بنابراین تا اینجا که علم جلو رفته و با توجه به اینکه کرونا بیماری جدید است، انتقال از مادر به جنین وجود ندارد؛ بنابراین مادران باید از نظر ابتلا جنین خود به کرونا خاطر جمع باشند.

این استاد بیماری های زنان و زایمان متذکر شد: البته یکسری از علائم کرونا خود می تواند در فرایند بارداری و جنین تاثیر بگذارد؛ از جمله آنها تب است و ثابت شده تب می تواند در سه ماهه اول بارداری مقداری ناهنجاری مادر زادی را در جنین افزایش دهد.

کاشانیان ابراز داشت: البته این ناهنجاری و افزایش به مقدار بسیار کم است، اما جزو مسائلی است که باید در نظر گرفت؛ بنابراین پایین آوردن درجه حرارت می تواند کمک کند تا این اثر کم شود.

وی یادآور شد: از طرف دیگر کرونا در دوران بارداری می تواند عوارضی روی بارداری ایجاد کند و باعث زایمان زودرس، پاره شدن زودرس کیسه آب، افزایش میزان سزارین شده و مسمومیت بارداری را افزایش دهد.

با سر آشپز = کیک شکلاتی تورتیه زاخا یا زاخر



تورتیه زاخا یا زاخر (به آلمانی: Sachertorte) نوعی کیک شکلاتی یا نوعی تورتیه است. این نوع کیک در سال ۱۹۳۲ میلادی توسط فرانتس زاخا در کشور اتریش در شهر وین برای یک سیاستمدار اتریشی ابداع شد. این کیک یکی از معروفترین کیک‌های وینی به شمار می‌رود.

مواد لازم
شکلات ذوب شده: ۷۰ گرم
کره: ۱۲۰ گرم
شکر: ۹۰ گرم
زرده تخم مرغ: ۴ عدد
شیر: ۳ قاشق غذاخوری یا ۴۵ میلی لیتر
سفیده تخم مرغ: ۴ عدد
شکر: ۲۵ گرم برای داخل سفیده
وانیل کمی
آرد: ۱۰۰ گرم
کاکائو: ۲۰ گرم
جوش شیرین: دو سوم قاشق چایخوری
خامه: ۴ قاشق غذاخوری
مریاب آلبالو: به مقدار لازم

قالب را با کاغذ روغنی بپوشانید و خمیر را داخل آن بریزید سپس برای ۴۵ دقیقه و با دمای ۱۷۰ درجه کیک را بپزید. بعد از اینکه کیک پخت و خنک شد روی آن را با یک چاقوی تیز برش بزنید تا صاف شود. سپس کیک را به شکل افقی برش بزنید روی لایه زیرین خامه شکلاتی و یا مریاب آلبالو و لایه دیگر کیک را روی لایه اول قرار دهید. ۶۰ گرم خامه را بجوشانید و ۱۲۰ گرم شکلات خرد شده را داخل آن بریزید تا حل شود. ترکیب شکلات و خامه را بعد از اینکه کمی از حرارت افتاد روی کیک بریزید و اطراف کیک را با آن کاملاً می‌پوشانیم. کیک را به مدت ۱ ساعت در یخچال قرار داده و بعد از آن با کمی خامه فرم گرفته سرو می‌کنیم

در ادامه سفیده و زرده تخم مرغ را جدا کرده و زرده ها را به همراه ۳ قاشق غذاخوری شیر و کمی وانیل به مخلوط شکلات اضافه کرده و هم بزنید تا کاملاً صاف شود. سفیده ها را در ظرف دیگری هم بزنید تا کف کند و شکر را کم کم به آن اضافه کنید و آنقدر بزنید تا مخلوط سفیده و شکر سفت و سفید شود و حالت خامه ای پیدا کند. در این مرحله مخلوط سفیده را کم کم به مخلوط زرده و شکلات اضافه کرده و با لیسک هم بزنید تا مواد کاملاً با هم ترکیب شوند. حالا مخلوط آرد و کاکائو را در چند نوبت به مواد قبلی اضافه نموده و با یک قاشق و یا لیسک مخلوط کنید تا خمیر کیک یکدست شود.

شکلات برای تزئین روی کیک: ۱۲۰ گرم ریز خورد شده کاکائو برای پوشش کیک جهت تزئین در آخرین مرحله: به اندازه کافی طرز تهیه:
ابتدا ۱۰۰ گرم آرد، ۲۰ گرم پودر کاکائو و ۲/۳ قاشق چایخوری جوش شیرین را با هم مخلوط کرده و الک کنید و کنار بگذارید. کره را هم از قبل از یخچال خارج کنید تا کمی نرم شود. در مرحله بعد ۷۰ گرم شکلات و ۱۲۰ گرم کره نرم شده و خرد شده را داخل یک کاسه بزرگ بریزید. قابلمه ای را آب کرده و بجوشانید. سپس کاسه شکلات را روی قابلمه قرار داده و هم بزنید تا شکلات و کره آب شده و کاملاً یکدست شود.

اخبار سلامت

نمی‌گیرد، باید کاملاً رعایت شود؛ ضمن اینکه باید فاصله گذاری فیزیکی مناسب با افراد که حداقل دومتر باشد، داشته باشیم.

کاشانیان اضافه کرد: فاصله گذاری اجتماعی به این علت آنقدر مهم است که با رعایت آن، ذرات آلوده و ویروس به بدن ما نمی‌رسد. به تبع استفاده از ماسک، شستن دستها و رعایت فاصله گذاری اجتماعی باید در خانم‌های بار دار بیشتر رعایت شود و این افراد در منزل بمانند؛ مگر خارج شدن در موارد ضروری؛ چراکه امر بسیار مهمی است.

وی در پاسخ به این پرسش که «آیا خانم‌های باردار باید مراقبت‌ها و معاینات دوران بارداری را در زمان شیوع کرونا دنبال کنند؟»، متذکر شد: بسیاری از خانم‌های باردار فکر می‌کنند در این دوران معاینات بارداری را از ترس ابتلا به کرونا نباید انجام دهند و باید در خانه بمانند، اما باید گفت این طور نیست.

این استاد بیماری‌های زنان و زایمان خاطر نشان کرد: اینکه بنا بر ضرورت از خانه خارج شویم، یکی از همین مراقبت‌های پزشکی در دوران بارداری است؛ بنابراین باید این خانمها بررسی لازم را انجام دهند و با پزشک خود صحبت کنند تا پزشک اعلام کند که به چه میزان این خانم باید برای این معاینات مراجعه کند.

ابراز داشت: چون وقتی بیرون می‌آییم نمی‌توانیم همه موارد را به صورت صدرد رعایت کنیم؛ به خصوص اینکه شاید تصور درستی که چگونه ویروس منتقل می‌شود وجود ندارد و ناخودآگاه دستمان با دهان و بینی برخورد کرده و آلوده می‌شود.

این استاد بیماری‌های زنان و زایمان تصریح کرد: نبودن در محیط‌های بسته که جمعیت زیادی در آن وجود دارد و تهویه هوا به خوبی صورت



زنان باردار چه کنند تا به کرونا مبتلا نشوند؟

استاد بیماری‌های زنان و زایمان توصیه‌های مهمی درباره روش‌های جلوگیری از ابتلای خانم‌های باردار به کرونا ارائه کرد.

مریم کاشانیان، استاد بیماری‌های زنان و زایمان دانشگاه علوم پزشکی ایران در پاسخ به این پرسش که «خانم‌های باردار چه کارهایی انجام دهند تا به کرونا مبتلا نشوند؟»، اظهار داشت: در زمانی که سر می‌بریم که کرونا بشدت جلو می‌رود و اپیدمی وحشتناکی در ایران و باندومی در دنیا اتفاق افتاده است؛ به شکلی که سیر آن در ایران بشدت رو به جلو است؛ در نتیجه همگان وظیفه سنگینی داریم تا انتقال از فرد به فرد دیگر صورت نگیرد.

وی با اشاره به ضرورت توجه بیشتر خانم‌های باردار به رعایت توصیه‌های بهداشتی، ادامه داد: این در واقع همان دستورالعمل‌های کلی است که برای همه افراد ارائه و تاکید شده و خانم‌های باردار هم باید رعایت کنند؛ البته باید رعایت این موارد با شدت و میزان جدیت بیشتری صورت گیرد.

این استاد بیماری‌های زنان و زایمان با اشاره به اهمیت شستن مکرر دستها به مدت حداقل ۲۰ ثانیه، گفت: به ویژه وقتی به اشیا و اجناس دست می‌زنیم، احتمال آلودگی آنها زیاد است؛ به دلیل اینکه اکنون بیماری کرونا بسیار شایع است و باید تصور کنیم که تمام چیزهایی که در بیرون از محیط منزل وجود دارند، ممکن است آلوده باشند و توسط فردی که احيانا مبتلا یا ناقل کرونا بوده و از ترشحات دهان و بینی فرد روی آن سطوح و اجناس ریخته باشد، آلودگی ایجاد شده باشد.

کاشانیان افزود: به همین علت است که روی شستن دستها بشدت تاکید می‌شود. همچنین استفاده از ماسک مطمئن‌ترین روشی است که برای کم کردن ریسک انتقال ویروس کرونا توسط سازمان جهانی بهداشت تاکید شده و در حقیقت جلوی ترشحات بینی و دهان فردی که مبتلا یا ناقل است را می‌گیرد.

وی با بیان اینکه عدم خروج از منزل در صورتی که ضرورتی وجود ندارد موضوع بسیار مهمی است،