

آوای دریا

۱۵۶

شنبه ۱۹ شهریورماه ۱۴۰۱ سال چهارم
www.avayedarya.ir

صدای زنان هرمزگان
آوای دریا هفته نامه الکترونیکی هرمزگان



نخستین نمایشگاه فرهنگ ایران زمین در کیش با درخشش غرفه شهر خلاق بندرعباس افتتاح شد



نخستین نمایشگاه فرهنگ ایران زمین در کیش با درخشش غرفه شهر خلاق بندرعباس افتتاح شد.

مسلم عاشوری مدیر شهر خلاق بندرعباس در این باره گفت: با حضور مریم جلالی معاون صنایع دستی وزیر میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی کشور، مهدی کشاورز مدیر عامل سازمان منطقه آزاد کیش، نرگس منتظری تختی سرپرست اداره کل امور بانوان استانداری هرمزگان، دبیر کل آکو، رئیس فراکسیون فعالیت های فرهنگی و نمایشگاه های مجلس شورای اسلامی، نمایندگان مجلس، سفرای کشورهای تاجیکستان، قرقیزستان، نمایندگانی از سفارت کشورهای ترکیه، پاکستان، ژاپن و وزارت امور خارجه جمهوری اسلامی نخستین نمایشگاه فرهنگ ایران زمین افتتاح شد.

وی در ادامه افزود: در این نمایشگاه همه حوزه های فرهنگ ایران زمین در بخش های مختلف از جمله صنایع دستی، پوشاک، هنرهای سنتی، موسیقی، هنرهای تجسمی، کتاب و انتشارات، گردشگری و جاذبه های غذایی نقاط مختلف کشور به نمایش گذاشته شده است.

مسلم عاشوری بیان کرد: هنرمندان صنایع دستی شهر خلاق بندرعباس با تابلوهای فاخر رزین، صنایع دستی حصیری، لباس های سنتی و زیورات سنتی در این نمایشگاه شرکت کرده اند که در افتتاحیه مورد استقبال مقامات کشوری، میهمانان خارجی و داخلی قرار گرفت.

حضور کانون زنان بازرگان استان هرمزگان در نخستین نمایشگاه بین المللی فرهنگ ایران زمین کیش

کانون زنان بازرگان استان هرمزگان در نخستین نمایشگاه بین المللی فرهنگ ایران زمین حضور یافتند.

غرفه کانون زنان بازرگان استان هرمزگان با حضور معاون صنایع دستی وزیر میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی، دبیر کل آکو، سفرای برخی کشورها در تهران، رئیس فراکسیون فعالیت

های فرهنگی و نمایشگاه های مجلس شورای اسلامی گشایش یافت.

فرحناز علوی رئیس کانون زنان بازرگان استان در افتتاحیه این غرفه با حضور نمایندگان کانون بانوان بازرگان استان هرمزگان در بندر لنگه و جزیره کیش اظهار داشت: هدف از شرکت در این نمایشگاه معرفی کانون زنان بازرگان و ظرفیت های فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی، صادرات و واردات، حمل و نقل کشاورزی استان و تقویت ارتباط فعالان و کسب و کارهای این

حوزه ها می باشد. وی افزود حضور پررنگ صنایع دستی و گردشگری ما برای معرفی توانایی های بانوان هنرمند استان هرمزگان و ارتباط بیشتر آنها با فعالین و صادرکنندگان می باشد.

رئیس کانون بانوان بازرگان استان هرمزگان در پایان بیان داشت: امید هست با حضور مستمر در چنین نمایشگاه هایی در جهت توسعه، بازرگانی و تسهیل کار فعالین این حوزه گام های ارزشمندی برداریم.

نصب دوربین در اتاق عمل اجباری شد



اما فارغ از این دلایل و یا دلایلی که مشخص نیست، امیراحمد شجاعی، عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی دانشگاه تهران نصب دوربین در اتاق های عمل را نادرست می داند.

او می گوید: اینکه کیفیت کار در یک بخشی دچار مشکل است، توجیهی برای نظارت می تواند باشد؟ بیایم فرض کنیم به دلایل اخلاقی و یا حقوقی کیفیت کاری که در اتاق عمل انجام می شود، کامل و دقیق نیست، اما نصب دوربین به عنوان ناظر چه کمکی می تواند بکند وقتی که نمی دانیم همین فیلمی که در حال ضبط است، چطور محافظت می شود.

این عضو هیات علمی دانشگاه ادامه می دهد: احتمالاً باید یک ناظر دیگر برای دوربین هم در نظر بگیریم تا از تصاویر ضبط شده از سوی این دوربین هم محافظت شود.

او معتقد است این نظارت فقط محیط جرم را جابه جا می کند و نمی تواند تاثیر چشم گیری در از بین بردن تخلفات و یا افزایش کیفیت خدمات ایجاد کند.

این متخصص با طرح این سوال که آیا هیچ کدام از کسانی که در اتاق عمل مشغول به کار هستند، حاضر هستند از کیف بیمار چیزی بردارند یا به وسایل شخصی بیمار دست اندازی کنند، ادامه می دهد: چطور ممکن است بسیار بعید باشد خطایی مثل سرقت از سوی هر کدام از کسانی که در اتاق عمل مشغول به کار هستند اتفاق بیفتد، اما مسائلی دیگری که حقوق بیمار است، رعایت نمی شود. این نشان می دهد که ما مشکل در آموزش، در اخلاق و در رعایت حق الناس است.

او می گوید: ما دانش آموزان و دانشجویان را در زمینه رعایت حقوق انسانی حساس نکرده ایم و رعایت چنین حقوقی را به باور آنها تبدیل نکرده ایم در حالی که می خواهیم با یک دوربین از چنین چیزهایی جلوگیری کنیم.

تصویب و ابلاغ کنیم.

او ادامه می دهد: همه تاکید ما این است که برای حفظ حریم بیمار دوربین ها طوری تنظیم شود که فقط روی چهره افرادی که در اتاق عمل حضور دارند و یا رفت و آمدها در اتاق عمل را ثبت و ضبط کند و ابدأ از بیمار و بدن او تصویری ثبت نشود.

معاون فنی و نظارت سازمان نظام پزشکی کشور در پاسخ به این سوال که آیا آماری از شکایت ها از حضور افراد غیردستی صلاح در اتاق عمل دارد، می گوید: متأسفانه عدد گزارش هایی که دریافت کرده ایم، نگران کننده است.

این مقام مسئول با این توضیح که پزشکان زیادی در کشور مشغول به خدمت هستند، اظهار می کند: درباره آزارهای کلامی و غیراخلاقی نمی توانم کامل رد کنم و بگویم هیچ موردی نداشته ایم اما با اطمینان می گویم که این موارد خیلی نادر است.

این راهش نیست!

نوشته و مورد قضاوت قرار گرفت.

دلایل سازمان نظام پزشکی چه بود؟

اما سازمان نظام پزشکی کشور که نماینده ای در این جلسه داشته است، توضیحانی برای ضروری شدن نصب دوربین ها دارد. توضیحاتی که دلیل اول یعنی حضور افرادی غیر از جراح اصلی را از دلایل اصلی می داند و دومی یعنی آزارهای غیراخلاقی را بسیار نادر.

علی سالاریان، معاون فنی و نظارت سازمان نظام پزشکی کشور در این باره به خبرنگاران می گوید: متأسفانه گزارش ها و شکایات از حضور افرادی غیر ذی صلاح با عناوینی مثل دستیار پزشک و امثال این بسیار زیاد شده است، و به طور کل افرادی که نباید در اتاق عمل حضور داشته باشند، چه برسد که در کار و پروسه عمل دخالت هم داشته باشند. براین اساس علی رغم اینکه می دانیم ممکن است این کار مضراتی هم داشته باشد، ترجیح دادیم فواید آن را در نظر بگیریم و چنین موضوعی را

مستوره برادران نصیری: نامه ای به امضای سرپرست مرکز نظارت و اعتبار بخشی امور درمان با موضوع نصب دوربین در اتاق عمل مراکز درمانی در سراسر کشور منتشر شده است که چالش برانگیز به نظر می رسد.

بر اساس این نامه در جلسه ای در تاریخ ۸ شهریور با حضور نمایندگان دادستانی کل کشور، سازمان تعزیرات حکومتی و سازمان نظام پزشکی برگزار و مصوب شده است که برای «کسب اطمینان از رعایت استانداردهای درمان در حیطه حضور نیروهای تخصصی، تجهیزات و ... و حمایت از حقوق گیرندگان خدمت به جهت حضور مداوم و موثر پزشک معالج، در محل های عمومی موجود در بخش اتاق عمل دوربین های نظارتی نصب گردد.»

در این نامه تاکید شده که ظرف سه ماه آینده برای نصب دوربین در اتاق عمل های تحت پوشش دانشگاه های علوم پزشکی سراسر کشور اقدام شود.

پدرام پاک آیین، سخنگوی وزارت بهداشت با تایید این دستورالعمل دلایل وزارت بهداشت برای نصب دوربین در اتاق های عمل را اعمال استانداردهای پروسه درمان و جراحی بیماران اعلام و تاکید می کند: «دوربین ها در راهروها و فضای عمومی اتاق عمل نصب و حریم خصوصی بیمار کاملاً رعایت می شود.»

هرچند این دلایل کلی به نظر می رسد اما دو موضوع از سوی کارشناسان در این حوزه مطرح می شود که می تواند به عنوان بخشی از دلایل این کار بیان شود: اولی تخلف برخی از پزشکان است که به عنوان پزشک جراح معرفی می شوند و باید عمل جراحی بیمار از سوی او انجام شود اما کار را به زیدنت ها و یا جراحانی با تجربه کمتر می سپارد، و دومی آزارهای کلامی و غیراخلاقی در حین بیهوشی بیماران است که از سوی اعضا و کادر درمان حاضر در اتاق جراحی، ممکن است انجام و منجر به شکایت شود. چندی پیش در شبکه های اجتماعی تجربه هایی از برخی کاربران در خصوص این آزارها

وقتی آرایشگرها جراحی زیبایی انجام می دهند

گزارش: ایرنا



خیلی حرفه‌ای بودند، تصاویری که در صفحه اینستاگرامشان می‌گذاشتند نشان می‌داد که کارشان حرف ندارد. فالوورهای زیادی داشتند و خیلی‌ها هم زیر پست‌هایشان از آنها تعریف و تمجید کرده بودند. از همه این‌ها مهم‌تر قیمت خوبشان بود که تقریباً یک سوم کلینیک‌ها بود، من برای عمل جراحی خودم نصف قیمت عمل زیبایی را انجام دهم، چون می‌ترسیدم فرصت را از دست بدهم، بدون تحقیقات و توجه به مدارک پزشکی این افراد تن به عمل جراحی دادم. البته برخلاف دیگر مخاطبان‌شان اصلاً راضی نبودم و نیستم، با اینکه چند وقت از عمل جراحی می‌گذرد، هر روز با مشکلات مختلفی روبه‌رو هستم.

این‌ها صحبت‌های یکی از افرادی است فریب تبلیغات غیر واقعی فضای مجازی را خورده و با تن دادن به انجام جراحی زیبایی در آرایشگاه‌ها حالا با مشکلات جسمی و روانی مواجه شده است.

طی سال‌های اخیر به دلیل عدم نظارت کافی بر حوزه زیبایی شاهد تخلفات گوناگونی هستیم؛ از دخالت افراد غیر متخصص در این حوزه تا ورود پزشکان با رشته‌های غیر مرتبط به حوزه زیبایی. اقداماتی که نه تنها رضایت بیماران را در پی نداشته است بلکه آمار پرونده‌های شکایت در پزشکی قانونی را نیز بالا برده است. در همین راستا با بابک نیکومرام رییس انجمن جراحان پلاستیک و زیبایی ایران و نماینده ایران در انجمن بین‌المللی جراحان پلاستیک زیبایی گفت‌وگو کردیم که در ادامه آن را می‌خوانید:

آقای دکتر در چند سال گذشته با موجی از انجام جراحی‌های زیبایی و دخالت افراد غیرمتخصص به ویژه در صنف آرایشگرها در امور زیبایی مواجه شده‌ایم، دخالت این افراد قانونی است؟

بله متأسفانه اخیراً این موارد مشاهده می‌شود که برخی از افراد متقاضی اعمال جراحی زیبایی در آرایشگاه‌ها و سایر مراکز غیر مجاز اقدام به این کار می‌کنند که با آسیب‌های جسمی و روانی مختلفی نیز مواجه می‌شوند. فعالیت این مراکز قانونی نیست. افرادی که معمولاً به واسطه تبلیغات گسترده در شبکه‌های مجازی و اینستاگرام و بدون تحقیق درباره سابقه فعالیت این مراکز مراجعه کرده‌اند اطلاعات دقیقی از نحوه انجام عمل جراحی خود ندارند و فرد ارائه دهنده خدمت نیز با نشان دادن چند عکس در اینستاگرام یا آلبوم‌های موجود در آرایشگاه بیمار را ترغیب به انجام عمل زیبایی می‌کند.

معمولاً مراکزی که این اقدامات را انجام می‌دهند مجوز فعالیت حتی آرایشگاهی را هم ندارند و از آنجا که در لیست صنف قرار ندارند، بازدید و نظارتی از آن‌ها صورت نمی‌گیرد و در این مراکز اگر مشکلی ایجاد شود بیمار نمی‌تواند اثبات کند که جراحی را در این مرکز انجام داده است و ممکن است فرد متخلف تغییر مکان داده یا زیر بار تخلف خود نرود.

میزان رعایت پروتکل‌های بهداشتی در این مراکز را چگونه ارزیابی می‌کنید؟

این مراکز معمولاً خدمات را با قیمت نازل ارائه می‌دهند و از همین رو بیماران برای انجام خدمات زیبایی در این مکان‌ها تشویق می‌شوند. اما باید در نظر داشت که قیمت کمی که این مرکز پیشنهاد می‌دهند ممکن است به دلیل بی‌کیفیت بودن یا تقلبی بودن مواد مورد استفاده باشد و منشاء تهیه این مواد نیز مشخص نیست. همچنین تجهیز مراکزی که دارای اصول علمی و پیش از نظر رعایت مسایل بهداشتی و کنترل عفونت باشند هزینه بر هستند. و نمی‌توانند با هزینه پایین ارائه خدمت کنند.

طبق گزارش‌های میدانی در این زمینه بسیاری از این افراد در زمینه نگهداری این دارو ها سهل انگاری هایی دارند که ممکن است موجب دردسر های زیادی برای مراجعه کننده و سلامت او شود. لطفاً در این زمینه نیز توضیحاتی بفرمایید؟

شرایط نگهداری بعضی مواد که در تزریقات زیبایی استفاده میشود بسیار مهم است به طور مثال بوتاکس باید در دمای یخچالی ۴ تا ۸ درجه نگهداری شود و مشخص نیست که این مراکز این نکات را رعایت می‌کنند یا خیر و بعضاً دیده شده که این موادی که تزریق کرده‌اند موجب آسیب‌های زیادی به بیماران شده است. این مراکز از نظر بهداشتی آموزش‌های لازم را ندیده‌اند، نگهداری و استریل کردن تجهیزات پزشکی نیز آداب خاص خود را دارد و از آنجا که این افراد آگاهی کافی از آن را ندارند ممکن است فرد متقاضی دریافت خدمت به انواع اقسام بیماری‌های عفونی در این مراکز مبتلا شوند.

درخصوص عوارض انجام اعمال زیبایی با مواد نامرغوب بیشتر توضیح دهید. آیا این افراد توانایی شناخت موادی که تاریخ مصرف آن به اتمام رسیده را دارند؟

ممکن است در آرایشگاه از اجناس نامرغوب استفاده کنند و بعضی از این مواد و ژل‌ها در بدن باقی بماند. شاید تزریق مواد در همان بار اول مشکلی ایجاد نکند اما در مراجعات بعدی برای فرد مشکلات جدی ایجاد خواهد کرد که عواقب آن پس از گذشت یک سال بروز داده می‌شود. در خصوص اعمال جراحی اگر حادثه مرگ آوری برای بیمار ایجاد نشود ممکن است بعضی از عوارض این جراحی‌ها سالها بعد خود را نشان می‌دهند، زمانی که شاید دسترسی به فرد ارائه دهنده خدمت یا آن مرکز ممکن نیست و از آنجا که پزشک معالج شناسنامه ماده تزریقی را در دسترس ندارد درمان فرد به دلیل اطلاع نداشتن از نوع ماده تزریقی به تعویق می‌افتد.

بعضاً دیده شده که در برخی از این محیط‌ها عمل‌های جراحی در سطح وسیع‌تر نیز انجام می‌شود. انجام عمل جراحی باید در محیط‌های خاص اتاق عمل باشد و شرایط لازم از لحاظ ایمنی و رعایت مسائل عفونی را

داشته باشد. همچنین فردی که اقدام به این کار می‌کند باید دانش آموخته پزشکی باشد و توانایی انجام کار را داشته باشد و بعضی اعمال جراحی منوط به آموزش در رشته‌های خاص می‌باشد. در موارد مشاهده می‌کنیم افراد تصور می‌کنند برخی اقدامات زیبایی مانند لیفت ابرو یا برداشتن پف چشم کار ساده‌ای است و از همین رو اقدام به انجام آن در مراکز غیر تخصصی می‌کنند اما عدم مهارت فرد میتواند عوارض جبران ناپذیری را برای فرد ایجاد کند درمان آن ممکن است ساده و یا حتی مقدور نباشد.

نکته مهم دیگر این است که این مراکز غیر مجاز وقتی عرضه‌ای پیش بیاید از ترس مجازات‌های قانونی سعی در لاپوشانی و یا درمان عرضه توسط خود می‌نمایند که همین تاخیر در ارجاع به مراکز درمانی میتواند صدمات را شدیدتر کند.

با وجود خطرات اینچنینی برای مراجعه کنندگان چرا در این زمینه قوانین به روز نمی‌شوند تا برخورد جدی تری با این متخلفان صورت بگیرد؟

اگرچه انجام اینگونه اعمال مصداق دخالت در امور پزشکی است و در قانون منع شده است اما آنطور که به نظر می‌رسد قوانین حوزه بروز نیستند و اثر بازدارندگی مناسبی که متناسب با حال باشد را ندارند. اخیراً شاهدیم، آموزش‌های زیبایی توسط برخی از مراکز به صورت آزادانه ارائه می‌شود و آنها انجام اعمال جراحی و زیبایی را آموزش می‌دهند و به راحتی و با دریافت مبالغی به متقاضیان آموزش می‌دهند. اگر آرایشگاهی تخلف انجام دهند قاعداً صنف آرایشگران باید با آن برخورد کند ولی عمده این مراکز حتی مجوز از صنف مربوط به خود را نیز ندارند.

نهادهایی مانند معاونت درمان و بازرسان وزارت بهداشت می‌توانند بر این مراکز نظارت کنند اما حجم تبلیغات اینستاگرام و فضای مجازی بسیار زیاد است و تعداد بازرسین معاونت درمان کم است به همین دلیل برخورد با تخلفات پیچیده شده و به نظر می‌رسد باید قوانین به روز شده در خصوص این گونه تبلیغات داشته باشیم و جرایم و مجازات‌ها مشخص باشد، در مواقعی مجازات‌ها به قدری کم است که برای فرد اثر بازدارندگی ندارد.

اغلب کشورها قوانین حوزه زیبایی را مجزا از قوانین حوزه درمانی تدوین کرده‌اند و مجازات‌ها نیز متفاوت از حوزه درمانی است که کشور ما نیز با پتانسیلهای که دارد اگر عزم و اراده‌ای برای آن باشد خوب می‌تواند با بروزرسانی قوانین این حوزه از گسترش بی‌رویه اینگونه اعمال و صدماتی که به مردم وارد میشود جلوگیری نماید.

یکی دیگر از کارهایی که میشود کرد تهیه رجیستری اجباری برای کلیه مراکزی است که مبادرت به اقدامات زیبایی مینمایند است و بازرسی دقیق و مداوم از اینگونه مراکز است.

بیشتر مردم انجام عمل‌های زیبایی را کاری غیر ضروری می‌دانند از طرفی می‌خواهند برخی از این عمل‌ها را تجربه کنند و نمی‌توانند هزینه‌های انجام آن در کلینیک‌ها را بپردازند. یکی از شایع‌ترین دلایل مشتری داشتن این افراد غیر متخصص نرخ خدمات آن‌هاست که بسیار پایین‌تر است. در این زمینه چه توصیه‌ای برای مراجعه کنندگان به این افراد دارید؟

توصیه اکید این است که مردم به تبلیغات اینستاگرامی اکتفا نکنند، از مجوز داشتن مرکز و پزشک بودن فرد اطمینان حاصل کنند و با مراجعه به سایت نظام پزشکی از صلاحیت فرد مطمئن شوند و پروانه فعالیت مرکز را نیز درخواست کنند، هرچند در برخی مراکز نیز پروانه فعالیت تقلبی استفاده شده است اما فرد متقاضی با مراجعه به سایت نظام پزشکی و جست‌وجو پزشک می‌تواند آگاهی کافی به دست آورد. وزارت بهداشت می‌تواند با اطلاع رسانی دقیق به مردم آگاهی دهد که به مراکز غیرمجاز مراجعه نکنند و همچنین با بازبینی سریع قوانین موجود و رفع کاستی‌ها و تهیه دستورالعمل‌های جامع حوزه زیبایی این خدمات را مدیریت کند. نظام پزشکی میتواند با اطلاع رسانی به مردم و هدایت آنها به سایت نظام پزشکی، پزشک‌های بیماران را تسهیل کند و از طرف دیگر با بازبینی قوانین تبلیغات و بروز رسانی اخلاق پزشکی بخصوص در حوزه زیبایی میتواند نقش بسزایی در این مورد داشته باشد و در پایان رسانه‌ها و صدا و سیما نیز می‌تواند نقش بسزایی در زمینه اطلاع رسانی

و آگاهی مردم داشته باشد و رسالت خود را بالا بردن سطح آگاهی مردم در این خصوص ایفا کند تا مردم خیلی بدنبال تغییر قیافه و دستکاری روی خود نروند و اگر هم متقاضی اینگونه اعمال هستند بدانند چگونه و از چه طریقی پزشک خود را انتخاب بکنند و یا خدمات مورد نیاز خود را از مراکز معتبر دریافت کنند. این مسائل با سلامت این افراد گره خورده است. به دلیل هزینه‌های کمتر نباید این نعمتی که دارند را به خطر بیندازند. با یک جستجوی ساده می‌توان از میزان پرونده‌های شکایت در این زمینه خبر دار شد. افرادی که به این روز افتاده‌اند دیگر نمی‌توانند سلامت خود را به دست بیاورند و تا آخر عمر باید با یک یا چند عارضه روزگار بگذرانند.

طبق گزارش‌های میدانی برخی از این مراکز پس از انجام جراحی‌های کوچک یا تزریق ژل و بوتاکس اقدام به تجویز پماد یا آنتی بیوتیک‌های مختلف می‌کنند. در این زمینه چه نگرانی‌هایی وجود دارد؟

وقتی فرد دچار عارضه شود و دوباره به این مرکز مراجعه می‌کند به دلیل اینکه ارائه دهنده خدمت می‌ترسد که بیمار از او شکایت کند خودسرانه مبادرت به درمان می‌کنند و فرد را به پزشک ارجاع نمی‌دهند. اقدام به تجویز خودسرانه داروها می‌کنند که همین موضوع می‌تواند منجر به بالا رفتن مقاومت بدن در برابر آنتی بیوتیک شود و درمان وی به تعویق بیفتد.

ادامه این روند در آینده چه مشکلاتی در این حوزه ایجاد خواهد کرد؟
متأسفانه در کشور با رواج افسارگسیخته انجام جراحی‌های زیبایی مواجه هستیم. سن افرادی که بدنبال اینگونه اعمال هستند پایین آمده است و متأسفانه بعضی خانواده‌ها هم آنها را همراهی می‌کنند. تغییر قیافه‌های یکسان و تغییر چهره‌های خارج از عرف دارد رواج پیدا میکند، تبلیغات بی‌رویه و خارج از عرف بیداد میکنند که حتی کشورهای مسلمان منطقه نیز در بعضی کنگره‌ها از ما می‌پرسند که در مملکت شما چه خبر هست و چی کار دارید می‌کنید!

در کشوری که منابع ارزی محدودی داریم بسیاری از این منابع را خرج وارد کردن پروتز و ژل و بوتاکس می‌گردد و اگرچه بسیاری از اینها مصرف درمانی نیز دارند و می‌بایستی در دسترس باشد ولی چون توزیع آنها ضابطه‌مند نیست، مدیریت مصرف نیز نداریم.

اگر اعمال جراحی زیبایی مدیریت نشوند تمام منابع درمانی ما را می‌بلعد و اگر حتی در خصوص تخصیص منابع دارو و درمان مشکلی نداشته باشیم روزی تمامی نیروهای انسانی را که برای حوزه درمانی تربیت شده‌اند اعم از تکنسین، پرستار و پزشکان به سوی حوزه خدمات زیبایی می‌روند. بیشتر بخش‌های بیمارستان‌ها رو به اعمال جراحی زیبایی می‌آورند، حتی متأسفانه گزارش داده‌اند که در یکی از بیمارستان‌های دانشگاهی که تعدادی از اتاق‌های عمل‌ها را برون‌سپاری کرده‌اند، بصورت VIP تنها به اعمال جراحی زیبایی رو آورده‌اند که متأسفانه هیچ نظارت دقیقی نیز روی آن نیست و این سرنوشت اکثر بیمارستان‌ها و بخش‌های ما خواهد بود اگر هرچه زودتر تدبیر نکنیم!

در کشور‌های پیشرفته آیا قوانین ضابطه‌مندی در این زمینه وجود دارد؟ حاکمیت در چه صورت می‌تواند ورود موثری در این زمینه داشته باشد؟

به عقیده من حاکمیت باید از همه قوا برای جلوگیری از این موضوع استفاده کند و فکری به حال این امر کند. حاکمیت می‌تواند از تجربیات موفق دیگر کشورهای که طی ۲۰ سال گذشته در حوزه زیبایی ورود پیدا کرده و قوانین حوزه زیبایی خوبی را تدوین کرده‌اند استفاده کند مانع رواج افسارگسیخته و تغییر چهره‌ها و صدمات جسمی و روانی متعاقب آنها گردند. سلامت مردم بایستی خط قرمز وزارت بهداشت و حاکمیت باشد.

تصویب قوانین و بخشنامه‌های بروز در حوزه زیبایی و استفاده از ظرفیت انجمن‌های علمی مرتبط در این خصوص میتواند چاره‌ساز باشد، برای مثال ما توانستیم با تشکیل قرارگاه عملیاتی ستاد ملی مبارزه با کرونا موفقیت خوبی جهت کنترل این بیماری بدست بیاوریم و من یقین دارم با ایجاد کمیته ملی زیبایی کشور و یا مشابه آن به دست آوردهای خوبی برسیم.

نکاتی که والدین کلاس اولی ها باید بدانند

گزارش ایرنا



بهرت‌است از مدت‌ها قبل از ورود به مدرسه و حتی در ایام مدرسه به او آموزش دهید چگونه از خودش مراقبت کند، از وسایلش محافظت کرده و با هم کلاسی‌ها ارتباط بهتری برقرار کند. تمام جملات و تذکرات را به شکل مثبت ارائه دهید تا در ذهن او خوب و مثبت شکل بگیرد. مثلا بگویید، "هر زمان تشنه ات شد از خانم معلم اجازه بگیرو آب بخور" "رنگ پایانی کلاس زده شد دقت کن همه وسایلت را در کیفیت گذاشته باشی" "خانم معلم مهربان است، تو را دوست دارد و می‌خواهد مطالب بسیار خوبی به تو بیاموزد.

فرزند خود را قبل از بازگشایی مدارس، به مدرسه ببرید

این روانشناس کودک به نکته‌ای کلیدی در ارتباط با کلاس اولی‌ها اشاره می‌کند؛ اینکه فرزند خود را مدتی پیش از باز شدن مدارس به مدرسه ببرید و او را با فضاهای مدرسه اعم از حیاط، دفتر مدیر، کلاس‌های درس، سرویس بهداشتی و جاهای مختلف مدرسه آشنا کنید، این اقدام؛ احساس امنیت و آرامش کودک را افزایش می‌دهد.

در روزهای اول مدرسه با فرزند خود همراهی کنید

سعی کنید در روزهای اول در رفتن به مدرسه، به جای استفاده از سرویس مدرسه، خودتان با فرزندتان همراهی کنید و در مسیر خانه تا مدرسه با هم در مورد موضوعات خوشایند و مورد علاقه کودک، گفت و گو کنید. در این حین می‌توانید آموزش‌های خود را به شکل خیلی مختصر و مثبت به او ارائه دهید.

چند دقیقه زودتر از پایان کلاس، در مدرسه حضور داشته باشید

سعید در توصیه به والدین تاکید می‌کند که اگر بعد از پایان کلاس، والدین به دنبال کودک می‌روند، باید حتما چند دقیقه زودتر از پایان کلاس‌ها، در مدرسه حضور داشته باشند؛ «چند دقیقه دیرتر رفتن والدین برای آوردن کودک به خانه، می‌تواند آغازی برای اضطراب جدایی وی باشد، این مساله باعث می‌شود تا کودک احساس ناامنی و بی‌اعتمادی کرده به گونه‌ای که اصلاح آن دشوار باشد.»

در هنگام بازگشت کودک از مدرسه، در خانه حضور داشته باشید

اگر فرزند با سرویس مدرسه به خانه باز می‌گردد حتما یکی از والدین در خانه حضور داشته باشد و به گرمی از او استقبال کند، پس از آن برای غذا دادن به او، بازی و انجام تکالیفش به او کمک کرده و بدانند که کودک، کلاس اول است و برای او زود است که بعد از سپری شدن نصف روز دور از خانه و والدینش، ساعات دیگری را نیز در خانه تنها باشد تا یکی از والدین از سرکار یا بیرون بازگردد.

به کودک فرصت دوست‌یابی در مدرسه را بدهید

برخی از کودکان، دوستانی از دوران مهد کودک یا پیش‌دبستان در دوران دبستان خواهند داشت، این دسته از کودکان راحت‌تر با مدرسه و دوستان کنار می‌آیند اما برخی دیگر با دوستان جدید روبه‌رو می‌شوند بنابراین باید بتوانند دوستی برای خود بیابند. در این مورد نیز والدین باید آموزش‌های لازم در مورد پیدا کردن دوست و ارتباط خوب با هم کلاسی‌ها را به او آموزش دهند. توصیه می‌شود به کودک فشار نیاورید و به او فرصت دهید تا به تدریج با کودکان یگر آشنا شود و متوجه شود که چه کسی می‌تواند دوست بهتری برای او باشد.

خواب کودک را قبل از بازگشایی مدارس تنظیم کنید

سعید می‌گوید: حتما باید خواب کودک را از مدتی قبل از باز شدن مدرسه تنظیم کرد، اینکه کودک شب‌ها به موقع بخوابد تا بتواند صبح به موقع بلند شود. او باید وقت کافی برای خوردن صبحانه در خانه را داشته باشد؛ براین اساس توصیه می‌شود هرگز او را بدون خوردن صبحانه به مدرسه نفرستید.

تمرکز والدین به انجام تکالیف کودک خلاصه نشود

والدین باید توجه داشته باشند که تمرکز آن‌ها با ورود کودک به مدرسه فقط برای انجام تکالیف خلاصه نشود چرا که کودک تازه وارد کلاس اول شده است و نباید مشق و تکلیف برای او جنبه فشار، اجبار و استرس داشته باشد. این متخصص روانشناسی کودک می‌گوید: «او باید در حین یادگیری و آموختن، از تکالیف خود لذت ببرد؛ براین اساس توصیه می‌شود نه با سختگیری و نه با سهل‌گیری و بی‌تفاوتی، بلکه با شیوه‌ای متعادل، فرزند خود را در طی گذراندن کلاس اول همراهی کنید.

و فرزند اول خود را به کلاس اول می‌فرستند یا تک فرزند دارند، این دسته از مادران نیز به این دلیل که تجربه‌ی به مدرسه فرستادن کودک دیگری را نداشته‌اند احتمال دارد در مورد فرستادن فرزند خود به مدرسه استرس زیادی داشته باشند. این روانشناسی می‌گوید این مادران نیاز به آمادگی دارند؛ «این مادران باید پیش از فرستادن کودکان خود به مدرسه مطالعاتی در زمینه رفتار استاندارد داشته باشند در غیر این صورت ممکن است با آگاهی کمی که دارند برای خود و فرزندشان مشکلاتی ایجاد کنند.

مادران دارای فرزند دچار اختلال اضطراب جدایی

این متخصص روانشناسی کودک دستیابی به استقلال نسبی را از مهم‌ترین کارکرد‌های مدرسه می‌داند؛ «منظور از کودکان دارای اختلال اضطراب جداییی بچه‌هایی هستند که کودکانی که ورود به مهد کودک یا پیش‌دبستانی را به دلیل ناتوانی در جدا شدن از مادر یا مراقب به راحتی نگذرانده و از سوی دیگر درمان هم نشده‌اند.» این دسته از کودکان، اختلال اضطراب جدایی دارند و این اختلال به هر دلیلی که باشد، اجازه استقلال و دور شدن کودک از مادر یا مراقب اصلی را نمی‌دهد. در این شرایط دانش‌آموز نمی‌تواند در کلاس درس احساس راحتی کند و تمرکز برای یادگیری داشته باشد؛ از طرفی، گریه و بی‌قراری کرده و مادر مجبور می‌شود تا مدت‌ها، هر روز در مدرسه و پشت کلاس درس حضور داشته باشد.»

چگونه کودک را برای ورود به مدرسه آماده کنیم؟

سعید به والدین راهکارهایی برای آماده شدن ورود کودک به کلاس اول ابتدایی توصیه می‌کند. وی معتقد است، پیش‌نیاز وارد شدن به مدرسه و کلاس اول، قرار گرفتن کودک در محیط‌های اجتماعی در سنین پایین‌تر است؛ محیط‌هایی مثل خانه کودک، مهد کودک، پیش‌دبستانی، کلاس‌های آموزشی، پارک، تئاتر، ماندن در خانه اقوام نزدیک برای چند ساعت که او را برای ورود به مرحله مهم دبستان و استقلال از خانواده برای نصف روز آماده کند؛ «بنابراین با شناختی که هر پدر و مادری از فرزندش در سنین پیش‌دبستان دارد، باید نسبت به رفع مشکلات او تا پیش از ورود به کلاس اول اقدام کند. گریه و بی‌قراری برای کلاس اولی‌ها به ویژه در روزهای اول، طبیعی و گذرا است که با حمایت معلم و کادر مدرسه یا حضور والدین در مدرسه به سرعت برطرف می‌شود؛ اما اگر بی‌تابی دانش‌آموز طولانی‌شد و هفته‌ها و ماه‌ها ادامه داشت و در فرآیند تحصیلی او مداخله ایجاد کرد، باید از مشاور مدرسه یا روانشناس کودک کمک گرفت. اگر کودک از دردهای بدنی برای نشان دادن استرس‌هایش شکایت داشت، مثلا دل‌درد یا سردرد داشتن را بهانه‌ای برای مدرسه رفتن، مطرح کرد، این نشان‌دهنده این است که اضطراب خود را جسمی‌سازی کرده است که این اضطراب نیز نشانه این است که احتمالا یا دچار کمبود توجه شما شده یا در کلاس و مدرسه مشکلی وجود دارد که باید مورد رسیدگی قرار گیرد.»

دادن شی یا وسیله‌ای به کودک که خاطره مادر را تداعی کند

یکی دیگر از راهکارهایی که این روانشناس کودک و نوجوان توصیه می‌کند این است که برای رفع بی‌تابی و دل‌تنگی طبیعی کودکان، شی یا وسیله‌ای از خود (مادر) را به او بدهید تا با خودش به مدرسه ببرد و هر وقت نازام شد به این وسیله‌ای شی نگاه کرده یا آن را بو کند تا خاطره مادر برایش تداعی شده و آرام بگیرد.

پیام‌های منفی به کودک ندهید

برخی از مادران آگاه نیستند که با زبان کلامی و غیر کلامی در مورد مدرسه، معلم، تکالیف و بچه‌های دیگر مدرسه، پیام‌های منفی به کودک انتقال می‌دهند و زمینه استرس بیشتری را برای او فراهم می‌کنند. این متخصص روانشناسی کودک در این زمینه می‌گوید: «به عنوان مثال به او می‌گویند؛ "مواظب باش وسایلت را گم نکنی" "مراقب باش در پله‌های مدرسه نیفتی" "معلمت را اذیت نکنی" "با دست کثیف خوراکی نخوری" "تو کلاس حواست پرت نشود" این در حالی است که هدف از مدرسه رفتن، یادگیری و لذت بردن از مدرسه و هر آنچه به مدرسه مربوط می‌شود، است. هرگز کودک را از مدرسه، تکلیف و معلم نترسانید و نکات و توصیه‌ها را به شکل منفی تذکر ندهید.

آغاز سال تحصیلی با همه هیجان، شور و نشاطی که برای والدین و دانش‌آموزان دارد، برای برخی از دانش‌آموزان و والدین آن‌ها بخصوص کلاس اولی‌ها همراه با استرس و نگرانی است، به ویژه برای والدین و مادرانی که ۶ سال تمام در کنار فرزند خود بوده و از صفر تا صد کارها از او مراقبت کرده و حال باید او را برای ورود به فضای جدیدی آن‌هم دور از خود، آماده کنند. اما چگونه می‌توان برای ورود فرزند کلاس اولی خود به مدرسه آماده شد و او را نیز آماده ورود به مرحله جدیدی از زندگی اش کرد؟

انسان در طول عمر خود مراحل مختلفی از زندگی را تجربه می‌کند، از زمانی که متولد می‌شود تا زمانی که چشم از این جهان هستی می‌بندد؛ همواره اولین بارهایی را تجربه می‌کند که در ابتدا همراه با استرس و نگرانی‌هایی است. تزریق اولین واکسن، نخستین غم و شادی‌ها و اولین‌های دیگر اما اینکه چگونه بتوانی بر استرس این اولین‌ها غلبه کنی، هنر کرده‌ای و در زندگی‌ات موفق بوده‌ای.

والدین نیز به حکم پدر یا مادر بودن، باید اولین‌هایی را همراه با فرزند خود تجربه کنند به عنوان مثال والدینی که برای نخستین بار تجربه فرستادن کودک خود به مدرسه را کسب می‌کنند، دل‌نگرانی‌هایی دارند که نمی‌دانند چگونه آن‌را بر طرف کرده و چه راهی در پیش بگیرند. در این گزارش با کمک لیورا سعید روانشناس کودک و نوجوان سعی کردیم با ارائه راهکارهایی آرامش دوباره را به این کودکان و والدین‌شان برگردانیم و روزهای ابتدایی سال تحصیلی را برای‌شان شیرین‌تر کنیم.

افکار منفی را مدیریت کنید

هر سال با آغاز سال تحصیلی و در ماه‌های شهریور و مهر، والدین به آماده شدن فرزندانشان خود برای ورود به مدرسه می‌اندیشند اما در این بین، سهم والدین کلاس اولی‌ها در هیجانات شادی‌آور، استرس‌زا و نگرانی‌های بیش از سایر والدین است. ورود به دبستان هر چند یک مرحله شادی‌آور برای هر پدر و مادری است که کودکان به مرحله مهمی از زندگی اش قدم می‌گذارد و قرار است از نظر تحصیلی، اجتماعی، هیجانی و اخلاقی رشد کند اما در کنارش نگرانی‌هایی نیز به همراه دارد، اینکه می‌تواند کودک به راحتی از خانواده جدا نشود یا نتواند از خودش مراقبت کند، در ساعت دوری از والدین نتواند با هم کلاسی‌هایش ارتباط برقرار کند یا اینکه درس و تکلیف را دوست نداشته و با معلم ارتباط برقرار نکند، هر چند تا حدودی اینگونه افکار طبیعی هستند و با مستقر شدن کودک در ماه‌های اولیه در مدرسه برطرف می‌شود، اما برخی از والدین به ویژه برخی از مادران، استرس و نگرانی‌هایشان از حد طبیعی بیش از سایرین است که به برخی از این مادران که استرس بیش از حدی را متحمل می‌شوند، اشاره می‌شود. لیورا سعید در این باره می‌گوید: مادران دارای اضطراب عمومی افرادی هستند که در مورد هر اتفاق و موضوعی، چه در مورد خودشان، اطرافیان و فرزندانشان دچار استرس و دلشوره می‌شوند. این مادران در هنگام ورود کودک به کلاس اول هم مثل سایر موارد زندگی خود، دچار ترس و نگرانی می‌شوند و از این که فرزندشان می‌خواهد ساعتی را دور از خانه و به دور از مادر سپری کند، افکار منفی بسیاری به سراغشان می‌آید. این مادران پیش از هر آموزشی باید این تمرین را پیش بگیرند که بتوانند این افکار را کنترل کنند در غیر این صورت به خود و کودک‌شان آسیب‌های روانی وارد می‌شود.

مادران کمال‌گرا، سخت‌گیری برای فرزند بدون خطا

سعید می‌گوید دسته دیگری از مادران با کمال‌گرایی در این برهه کودکان‌شان را نگران می‌کنند؛ «مادر کمال‌گرا یا سخت‌گیر انتظارات بسیار و نامتناسبی نسبت به سن کودک، از او دارد و می‌خواهد کودک در هر موقعیتی و در انجام هر کاری، کامل و بی‌نقص باشد. این دسته از مادران تصور می‌کنند فرزندشان همیشه در انجام تکالیف، تمیز بودن لباس‌ها، نگهداری از وسایل مدرسه، ارتباط با سایرین، باید فرزندی خوب و بدون خطا باشد. این مادرها تذکرات و باید و نبایدهای بسیاری به کودک می‌دهند و فشار و استرس زیادی به فرزند خود منتقل می‌کنند.

مادران دارای وسواس

این دسته از مادران نسبت به هر مساله‌ای اعم از تمیزی، نظم و چک کردن همه امورات زندگی وسواس دارند، این مادران که در ۶ سال اول زندگی فرزند خود همیشه در حال مراقبت بسیار از او بودند، حالا نگران استقلال فرزندشان هستند که چگونه در طول روز از خودش مراقبت کند، مریض نشود، آسیب نبیند، وسایلی را گم نکند و ... وسواس این مادران در ایام کرونا نسبت به خود، اطرافیان و فرزندشان شدت یافت و از آنجایی که در اغلب موارد وسواس یا به دلیل ژنتیکی یا به دلیل یادگیری از والدین به فرزند نیز منتقل می‌شود، کودک نیز در ساعات خارج از خانه به راحتی نمی‌تواند با مسائلش کنار بیاید. علی‌رغم خانواده‌هایی که در حال حاضر نسبت به باز شدن مدارس به شکل حضوری پس از دو سال و نیم خوشحال شده، اظهار رضایت می‌کنند، مادران دارای وسواس به دلیل ترس از ابتلا به ویروس کرونا، ابراز نگرانی می‌کنند، این گونه مادران حتی از اردیبهشت که مدارس حضوری شدند، از فرستادن فرزندان خود به مدرسه امتناع کردند.

مادرانی که فرزند اول خود را به کلاس اول می‌فرستند یا تک فرزند دارند دسته دیگری از مادران، افرادی هستند که نخستین تجربه را در این زمینه دارند

جزئیات اینترنت کودکان اعلام شد این اینترنت اختیاری است

گزارش: ایسنا



وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات در جلسه ای که امروز برگزار شد با رونمایی از طرحی با عنوان ۴۵۶، جزئیات اینترنت ویژه کودکان را اعلام و تأکید کرد این اینترنت اختیاری است.

چهارمین جلسه کمیته راهبری سند حفاظت از کودکان در فضای مجازی به میزبانی وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات با حضور محمدمهدی اسماعیلی، وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی؛ سیدابوالحسن فیروزآبادی، رئیس شورای عالی فضای مجازی و جمعی از نمایندگان مجلس شورای اسلامی برگزار شد که این جلسه به رونمایی از سرویس اینترنت کودک و نوجوان (سرویس ۴۵۶) اختصاص داشت.

در این جلسه عیسی زارع پور، وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات - با تأکید بر اینکه حوزه کودک و نوجوان در فضای مجازی حوزه بسیار مهمی است اما آن چنان که باید و شاید به آن پرداخته نشده است گفت: سابقه بحث حفاظت از کودکان در فضای مجازی قریب به دو دهه است که در دنیا دنبال می شود و در اواخر دهه هشتاد و اوایل دهه نود هم فعالیتهای خوبی در کشور انجام شد البته در ادامه کمتر به این حوزه توجه شده است و اقدامات انجام گرفته یا کافی نبوده یا متناسب با چارچوبهای فرهنگی کشورمان نبوده است.

زارع پور ادامه داد: نقطه عطف دیگر کشورمان در تاریخ، تلاشهای صورت گرفته برای حفاظت از کودکان در فضای مجازی، مصوبه سال گذشته شورای عالی فضای مجازی بود. خردادماه سال گذشته سند صیانت از کودکان در فضای مجازی به تصویب رسید. در این سند تقسیم کار خوبی شده و برای دستگاههای مختلف تکالیفی در نظر گرفته شده است تا بتوانیم بر پایه آن عقبماندگیهای گذشته را جبران کنیم.

طبق اعلام وزارت ارتباطات، او تصریح کرد: بنده از روز نخست حضور در وزارت ارتباطات، چندین جلسه با اپراتورها و فعالان حوزه تولید محتوای کودک برگزار کردم که جمع بندیهای این جلسات در قالب راهاندازی پنجره واحد با هدف معرفی ظرفیتهای موجود در معرض دید عموم به ویژه خانوادهها قرار گرفت.

وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات تأکید کرد: بر اساس تکالیف در نظر گرفته شده در سند صیانت از کودکان در فضای مجازی، وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات مکلف شده است تا با همکاری وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی و سایر نهادهای فرهنگی یک محیط امن در فضای مجازی برای کودکان فراهم کند تا آن ها کمتر در معرض محتوای نامناسب قرار گیرند. وی افزود: تکلیف دیگر وزارت ارتباطات در این سند این بود که محیط امن را متناسب با سن و محتوایی که در اختیار کاربر قرار می گیرد فراهم کند که خوشبختانه با همکاری خیلی خوب خانواده ارتباطات کشور و در رأس آن اپراتورهای تلفن همراه این امکان فراهم شد و امروز به شکل رسمی به مردم عزیز معرفی می شود.

زارع پور با بیان اینکه با راهاندازی سرویس اینترنت کودک و نوجوان (سرویس ۴۵۶) سه امکان برای خانواده به منظور حفاظت از کودکان در فضای مجازی فراهم می شود گفت: نخست با شماره گیری ۴۵۶*، دوم از طریق سایت و سوم از طریق اپلیکیشن ۴۵۶ این امکان برای خانوادهها فراهم شده است تا دسترسی کودکان و نوجوانان خود به اینترنت را متناسب با سن و شرایط

هر کدام تعریف و مدیریت کنند. به این منظور چهار سطح دسترسی تعریف شده است که در قالب چهار رنگ سبز، سفید، زرد و نارنجی تعریف شده است که فعلا رنگ سبز (برای کودکان زیر ۵ سال) در اپراتورها فعال شده است و به زودی سایر دسترسی ها نیز تعریف خواهد شد.

وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات در ادامه تشریح کرد: همچنین یک امکان دیگر و با انعطاف بیشتری در قالب اپلیکیشن فراهم شده است در این حد که پدر و مادر می توانند انتخاب کنند چه سرویس، چه سایت و یا چه اپلیکیشنی برای کودکان فعال شود و برای هر کدام از اعضای خانواده می توانند سطح دسترسی ویژه مربوط به وی را تعریف کنند. کار دیگری هم که به مرور تکمیل می شود که نمونه آن هم در کشورهای اروپایی فعال شده است فراهم کردن دسترسی ایمن به خدمات پایه و مهم مثل موتورهای جستجو و دانش نامه ها است تا از طریق آن کودک در معرض محتوای نامناسب قرار نگیرند که این خدمات در قالب سایت از امروز در دسترس مردم عزیز است.

وی ادامه داد: امیدوارم با همکاری و همراهی همه فعالان و دستاوردکاران این حوزه چه در بخش خصوصی و چه در بخش دولتی بتوانیم این مسیر را ادامه دهیم تا کودکان حداکثر استفاده از فضای مجازی را ببرند و خانوادهها خیالشان از این بابت که کودکانشان در معرض هیچ محتوای نامناسبی قرار نمی گیرند راحت باشد.

وی تصریح کرد: حفاظت از کودکان در فضای مجازی راهبرد جدی ما در وزارت ارتباطات است و این اعتقاد را داریم که باید سرویسی که در اختیار کودکان قرار می گیرد متفاوت باشد. البته سرویسی که امروز از آن رونمایی شد یک امکان اختیاری است و هیچ اجباری در استفاده از آن وجود ندارد و این سرویس تنها ابزاری است در اختیار خانوادهها که بتوانند حضور کودکان در فضای مجازی را مدیریت کنند.

زارع پور در خاتمه ابراز امیدواری کرد که با وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی که مسئولیت رتبه بندی محتوای فضای مجازی را بر عهده دارد به صورت دائم لیست سایتها و سرویسهای مجاز هر دسته بندی (سبز، سفید، زرد و نارنجی) را با خدمات متنوع و جذاب به روز نماید تا با ایجاد تنوع جذابیت لازم برای تداوم حضور و استفاده کودکان از این سرویس ایجاد شود. در ادامه این جلسه مهدی اسماعیلی - وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی - با تأکید بر اینکه همه دستگاههای دولتی و حاکمیتی در حوزه فضای مجازی سرباز رهبر انقلاب برای جبران عقبماندگیها در فضای مجازی هستند گفت: وضعیت فعلی فضای مجازی حتماً نامطلوب است و توقع رهبر انقلاب از دستاوردکاران این است که با سرعت این عقبماندگیها را جبران کنند. وی افزود: ما در وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی این اعتقاد را داریم که ابزارهای نظارتی بسیار اثربخش است و در این حوزه هم چاره ای جز پذیرش دستورالعملها نداریم.

اسماعیلی تأکید کرد: این اطمینان را به همه دوستان در بخشهای مختلف می دهیم که وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی یار ثابت و همیشگی در پیشبرد اهداف و منویات رهبر عزیز انقلاب و تحقق مأموریت های تکلیف شده است و امیدواریم نتایج مثبت این همراهی و همدلی را به زودی مردم عزیز شاهد باشند.

در این جلسه همچنین از نظام رتبه بندی محتوای فضای مجازی که توسط وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی تهیه شده بود رونمایی شد که خروجی آن قرار است در سرویس اینترنت کودکان و نوجوان ۴۵۶ مورد استفاده قرار گیرد. همچنین سامانه تلویزیون کودک و نوجوان هم در این جلسه معرفی شد که حاوی صدها هزار محتوای جذاب سازمان صدا و سیما و محتوای تولید برای کودکان و نوجوانان است.

همچنین در این جلسه سید ابوالحسن فیروزآبادی دبیر شورای عالی و رئیس مرکز ملی فضای مجازی - با اشاره به تأثیر همه گیری کرونا در کشور بر رویکرد شورای عالی فضای مجازی برای حضور کودکان و خانواده ها در فضای مجازی از سال ۱۳۹۹ به بعد اظهار کرد: با فراگیری کرونا در کشور و نگرانی حضور کودکان و خانواده ها در برنامه های خارجی برای دریافت خدمات آموزشی مورد نیاز، پس از بررسی های متعدد، دو راهکار ارایه شد که در نهایت مرکز ملی فضای مجازی مصوب کرد تا نظام آموزشی کشور نسبت به راه اندازی یک برنامه متمرکز اقدام کرده و تمامی نظام آموزشی کشور بر روی آن پیاده سازی شود که براساس آن سامانه شاد در کشور راه اندازی شد که جزو افتخارات جمهوری اسلامی به دلیل پیاده سازی آن در مدت زمان کوتاه با قابلیت های مناسب است.

وی با تأکید بر این که سامانه شاد و همچنین تلویزیون به عنوان برنامه ملی باید شرایطی فراهم کنند تا بخش خصوصی نیز بتواند در آنها فعالیت داشته باشد، افزود: بالاترین تعداد اینماد در کشور مربوط به حوزه آموزش بوده که این نشان دهنده توجه ویژه مردم به این حوزه و رونق کسب و کار است که باید از این ظرفیت به خوبی استفاده شده و ساماندهی شود.

فیروزآبادی با اشاره به اهمیت توجه به اقتصاد حوزه محتوای کودک تصریح کرد: باید حوزه اقتصاد محتوای کودک بدون نگاه سرمایه داری تعریف شود که خوشبختانه در این حوزه وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات و وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی همکاری مناسبی با مرکز ملی فضای مجازی داشته است تا بتوانیم اقتصاد این حوزه را ساماندهی کرده و از ظرفیت های ایجاد شده در کشور استفاده کنیم.

دبیر شورای عالی و رئیس مرکز ملی فضای مجازی در خصوص اهمیت نقش وزارت آموزش و پرورش در حوزه اینترنت و کودکان گفت: متأسفانه هنوز بحث سواد فضای مجازی در دروس مدارس در نظر گرفته نشده است که باید به این مهم در کشور توجه شود. همچنین باید نظام نامه رده بندی سنی محتوا در حوزه بازی های رایانه ای و صوت و تصویر فراگیر در کشور به دلیل فراگیری آنها در دنیا اعمال شود.

وی با اشاره به اهمیت اطلاع رسانی جامع به مردم کشور برای آشنایی با نظام نامه رده بندی سنی محتوا و خدمات مجاز در فضای مجازی و محصولات ارایه شده در این حوزه بیان کرد: در سال ۱۴۰۰ سند صیانت از کودکان در فضای مجازی مصوب و برای تمامی دستگاه های کشور تقسیم کار ملی صورت گرفت که براساس آن این کمیته تشکیل شده و تاکنون اقدامات مناسبی در آن صورت گرفته که سامانه ۴۵۶ و نظام نامه رده بندی سنی محتوا و خدمات مجاز در فضای مجازی از جمله این دستاوردهاست و در ادامه برای ساماندهی این حوزه به اهتمام ویژه در تمامی دستگاه های کشور و به خصوص مجلس شورای اسلامی نیاز است.

اقدام شایسته یک زوج بندرعباسی:

زندانی غیر عمد با هزینه سفر اربعین آزاد شد

گزارش: صبح ساحل



تومانی شرکت صبا فولاد خلیج فارس در سومین روز از ماه صفر به ستاد مردمی دیه استان هرمزگان نیز مطالبی بیان کرد. مرادی نژاد یادآور شد: شرکت‌های صنایع غرب همواره در سالیان متوالی یکی از حامیان و بازوان پرتوان و همیشگی این نهاد مردمی بوده‌اند و شرکت صبا فولاد خلیج فارس هم همچون سال گذشته در این امر خدایسندانه اهتمام جدی داشت و با اهدا نذر و احسان خویش در ماه صفر مقدمات زمینه آزادی ۵ زندانی غیرعمدی را فراهم نمود تا هفته آتی زمینه آزادی‌شان فراهم و به آغوش گرم خانواده‌شان بازگردند. وی اظهار امیدواری کرد که شرکت‌های صنایع غرب دیگر هم نسبت به آزادی ۲۸ مددجوی غیرعمدی در زندان‌های استان بسر می‌برند اهتمام جدی از خود نشان دهند و با مراجعه به ستاد دیه در این امر خیرخواهانه مشارکت کنند.

استان اهدا نمایند. وی اظهار داشت: با اجرای پوشش مردمی نذر ماندگار " هر هیئت آزادی یک زندانی " در ماه محرم با جذب مبلغ حدود ۲ میلیارد ریال از نیکوکاران و هیئت‌های مذهبی و عزاداران حسینی تعداد ۷ محکوم مالی از زندان‌های استان آزاد و به آغوش گرم خانواده خود بازگشتند. مرادی نژاد تصریح کرد: در تلاشیم تا با اجرای این پوشش مردمی زمینه آزادی ۲۸ مددجوی مالی جرائم غیرعمدی که تنها به دلیل عدم توان در پرداخت بدهی در زندان‌های استان به سر می‌برند و منظر دستان سخاوتمند نیکوکاران می‌باشند را در این ماه طی برگزاری آیینی آزاد و به آغوش خانواده‌شان بازگردانیم.

شرکت‌های صنایع غرب مشارکت کنند

مدیر نمایندگی ستاد مردمی دیه استان هرمزگان از کمک ۱۵۰ میلیون

زوج بندرعباسی هزینه سفر اربعین خود را برای آزادی یک زندانی جرائم غیر عمد پرداخت کردند. این زن و مرد جوان با هزینه ۱۵۰ میلیون ریالی زمینه آزادی مرد ۳۲ ساله‌ای قشمی را فراهم کردند که به علت مهریه و نفقه حدود ۳ ماه در زندان بندرعباس به سر می‌برد.

این مددجو پس از اختلاف با همسرش به پرداخت حدود ۸۵ میلیون تومان مهریه محکوم شد ولی به سبب عدم توانایی مالی در پرداخت مبلغ موردنظر به زندان رفت. مدتی بعد پرونده وی به ستاد دیه استان ارسال شد. در همین حین زوج جوانی هزینه سفر اربعین خود را به آزادی یک زندانی اختصاص دادند که این مبلغ موجب رهایی این مددجو شد. مابقی هزینه نیز برای مددجو قسطبندی شد. مدیر نمایندگی ستاد مردمی دیه استان هرمزگان در تشریح این خبر گفت: با توجه به اطلاع‌رسانی «پوشش مردمی قدم قدم هم پای اربعین» در ۳ سال متوالی و مشارکت حداکثری مردمان نوع‌دوست هرمزگانی نسبت به آزادی زندانیان جرائم غیر عمد عزاداران حسینی و نیکوکاران از اول ماه محرم تاکنون با حضور در ستاد مردمی دیه زمینه آزادی تعدادی از مددجویان تحت حمایت را فراهم نموده‌اند و همچنان این مشارکت ادامه دارد. احمد مرادی نژاد ادامه داد: نیکوکاری به این ستاد مراجعه و بیان داشته که سال قبل با همسرش نذری داشتند که نیت کردند امسال در ماه صفر به آن ادا و به شوق کربلا و با الگوگیری از گره‌گشایی ائمه اطهار و سیدالشهدا دل خانواده‌ای را شاد کنند. این مقام مسئول ادامه داد: آن‌ها با پرداخت مبلغ ۱۵ میلیون تومان زمینه آزادی یک زندانی را فراهم نمودند و این را هم گفتند که این اقدام خیرخواهانه را به همه عزاداران حسینی که جاماندگان پیاده‌روی اربعین هستند و نذر و حاجتی دارند پیشنهاد می‌کنیم.

آزادی ۷ محکوم مالی با پوشش نذر ماندگار

مرادی نژاد بابیان اینکه تنها نهاد متولی آزادی زندانیان غیرعمدی ستاد مردمی دیه است افزود: نیکوکاران و هیئت‌های عزاداری استان می‌توانند کمک‌های خود را جهت مشارکت در این پوشش مردمی به ستاد دیه

چند خبر کوتاه ...

به نقش خانواده در ترویج فرهنگ صلح و سازش و بخشش و رضایت اظهارداشت: بخش عمده‌ای از افزایش طلاق مربوط به نبود گذشت و بخشش است. وی با اشاره به اجرای طرح مشاوره در پنج استان که بیشترین آمار طلاق را دارد افزود: امیدواریم با این اقدام آمار طلاق کاهش یابد. خزعلی خاطر نشان کرد: اگر رفتارهای زوجهین، والدین و فرزندان در خانواده اصلاح شود قطعاً خانواده محل آرامش و سکون خواهد شد و از تنش‌ها و فشار های اجتماعی کاسته می‌شود و خانواده پیشگیری کننده آسیب اجتماعی خواهد شد.

وی با بیان اینکه خانواده محوری در اولویت های چهارگانه در دولت سیزدهم قرار دارد افزود: توجه و سرمایه‌گذاری برای خانواده اقدام زیربنایی است. خزعلی تأکید کرد: در خانواده مسأله گذشت، ایثار و بخشش بسیار مهم است و این درحالیست که وقتی تنش‌ها به اوج می‌رسد می‌خواهیم به افراد مشاوره بدهیم که به نتیجه مطلوب نمی‌رسیم. معاون رئیس جمهور با اشاره به ارائه خدمات مشاوره در چهار سال نخست زندگی زوجهین افزود: قرار است با همکاری نهادهای متولی در این زمینه هم افزایش داشته باشیم. وی با تأکید بر ارائه خدمات مشاوره صحیح گفت: گاهی برخی مشاوران باید آموزش دیده و مجرب باشند و هستند بنابراین مشاوران باید آموزش دیده و مجرب باشند و تحت نظارت و ارزیابی قرار گیرند و اقدامات و فعالیت های این مشاوران رصد شود.

خزعلی گفت: قرار است زوجهین بعد از ثبت ازدواج همانگونه که به پزشک مراجعه می‌کنند ماهانه از خدمات مشاوره نیز بهره‌مند شوند تا قبل از اینکه مشکل به وجود آید و تبدیل به معضل و عاملی برای اختلاف، سبک زندگی و نوع رفتار خود را اصلاح کنند. معاون رئیس جمهور افزود: در این مشاوره‌ها بر مهارت‌های تاب آوری، تحمل، گذشت و بخشش اقدامات موثری انجام شود و این مهم با همکاری نهادهای متولی و مسئول انجام خواهد شد. وی با اشاره به بازدید از زندان زنان و دیدار با زندانیان گفت: بسیاری از زنان زندانی می‌گویند ای کنش از ابتدا به زندان نمی‌آمدند زیرا در زندان آسیب‌های زیادی متحمل شدند؛ بنابراین باید در روزهای نخست و در بدو ورود به زندان برای رهایی از بند زندانیان و صلح و سازش تلاش شود.

سومین نشست شورای عالی صبر با حضور اصغر جهانگیر معاون اجتماعی و پیشگیری از وقوع جرم قوه قضاییه، سعید عمرانی معاون دادستان کل کشور، حجت الاسلام والمسلمین هادی صادقی رئیس مرکز توسعه حل اختلاف کشور، سردار مهدی حاجیان سخنگوی فراجا، معاون حقوقی شهرداری تهران و جمعی از مسئولان قضایی و انتظامی برگزار شد.

تحصیلات عالی را تا سرحد خودکفائی کشور به طور رایگان گسترش دهد. وی در بخش دیگری از سخنان خود اضافه کرد: تکدی گری در تمامی جوامع بشری و کشورهای جهان نوعی هنجارشکنی اجتماعی محسوب می‌شود و شیوه‌های مواجهه خاص خود را با آن دارند.

معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی فرماندار بندرلنگه ابراز داشت: همچنین اداره بهزیستی شهرستان با همکاری اداره ثبت احوال این شهرستان نسبت به شناسایی و شناسنامه دار کردن فرزندان بدون شناسنامه اقدام کنند.

دختران کاراته کای کیش ۷۶ مدال در مسابقات کشوری کسب کردند

دختران کاراته کای جزیره کیش در یازدهمین دوره مسابقات کشوری سبک شیئوریو اینوبی های ایران ۷۶ مدال رانگارنگ کسب کردند. تیم ۴۶ نفره دختران کاراته کیش از یازدهمین دوره مسابقات کشور سبک شیئوریو اینوبی های ایران به میزبانی استان تهران ، با ۷۶ مدال رنگارنگ شامل ۱۵ طلا ، ۲۰ نقره و ۴۱ برنز صبح امروز به این جزیره بازگشتند. این رقابت ها در دو قسمت آقایان و بانوان و در رده های سنی خردسالان، نونهالان، نوجوانان، جوانان، امید، بزرگسالان در ۲ بخش کاتا و کومیته طی روزهای ۱۰ و ۱۱ شهریور در مجموعه افراسیابی برگزار شد. کیش ۴۳۹ هزار متر مربع فضای ورزشی دارد که سرانه ورزشی آن ۱۱ متر برای هر نفر بوده که ۱۱ برابر کل کشور و چهار برابر میزان جهانی است؛ اکنون ۴۴ هیات ورزشی در جزیره کیش فعال بوده که مرکز ورزش و تفریحات سالم این جزیره امسال برنامه‌های آموزشی، ارتقاء، اعزام، اردو و مسابقه مختلف را تدارک دیده است؛ در جزیره کیش حدود هفت هزار ورزشکار سازمان یافته و بیمه شده و ۶۷ مربی فعالیت دارند.

این جزیره از دیرباز تاکنون به دلیل موقعیت استراتژیک، زیبایی های بی نظیر و توسعه همه‌جانبه اقتصادی و گردشگری مقصد گردشگران و فعالان حوزه تجارت و اقتصاد بوده و همواره یکی از مطرح ترین مناطق آزاد کشور محسوب می‌شود.

خزعلی خبر داد:

افزایش طلاق / بسیاری از اختلافات ناشی از نبود گذشت است معاون امور زنان و خانواده رئیس جمهور گفت: در برنامه ششم توسعه قرار بود که میزان طلاق ۲۰ درصد کاهش یابد اما متأسفانه طبق یک تحلیل آماری چهار درصد و در یک تحلیل مقایسه ای با ازدواج، هشت درصد میزان طلاق افزایش یافته است.

انسبه خزعلی در سومین نشست شورای عالی صبر با اشاره

سید مجید امامی با بیان اینکه یازدهمین دوره جشنواره بین المللی مد و لباس فجر تیر امسال برگزار شد اظهار داشت: این میزان تسهیلات به طراحان مد و لباس ایران پرداخت شده و انتظار می رود تا پایان سال میزان آن با توجه بیه استقبال جامعه هدف افزایش پیدا کند. وی اضافه کرد: این تسهیلات با حمایت صندوق کارآفرینی امید و صندوق نو آوری و شکوفایی به متقاضیان و تولید کنندگان خرد به صورت سرمایه در گردش بین یک میلیارد و ۵۰۰ میلیون تا پنج میلیارد ریال پرداخت می شود. امامی یادآور شد: شورای فرهنگ عمومی کشور در این راستا از هر شرکت خلاق و موسسه مد و لباس که طرح های سنتی ایران را به روز آوری می کنند یا نوآوری در آنها انجام دهند تا پوشاک اصیل ایرانی مورد توجه مشتریان قرار بگیرد حمایت می کند. وی افزود: در صدد هستیم با آشنی دادن کارگروه مد و لباس با صنایع بزرگ پوشاک طرح های جدید لباس اجتماعی آقایان و بانوان مبتنی بر لباس سنتی ایران زمین بیش از گذشته مورد توجه قرار بگیرد. در کلان گفتنمان فرهنگی انقلاب اسلامی ایران، ارائه الگوی صحیح پوشش عیفاغه با توجه به پیشینه تاریخی، فرهنگی و دینی ایران اسلامی، به یکی از اهداف مهم و ارزشمند فعالان و دست‌اندر کاران این حوزه تبدیل شده است.

وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی نیز همسو با این هدف متعالی با برگزاری جشنواره مدولباس فجر به مثابه فراگیرترین رویداد تخصصی مدولباس در ایران تلاش دارد، بستر لازم جهت رشد و گسترش فعالیت در این عرصه را با هدف ارزش گذاری و ارتقای سبک پوشش عیفاغه ایرانی - اسلامی و شکل‌گیری جریان‌ی مؤثر و کارآمد در سپهر توسعه اقتصادی صنایع فرهنگی کشور و پشتیبانی از تولیدات ملی به نمایش درآورد.

معاون فرماندار بندرلنگه: کودکان بازمانده از تحصیل شناسایی شوند

معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی فرماندار بندرلنگه گفت: اداره‌های متولی عضو کارگروه ساماندهی متکدیان شهرستان و در راس آن‌ها آموزش و پرورش به‌عنوان متولی امر آموزش نسبت به شناسایی کودکان بازمانده از تحصیل و کودکان کار و ترغیب آنان به آموزش و ادامه تحصیل اقدام کنند. مهدی صابری در کارگروه ساماندهی متکدیان بندرلنگه اظهار داشت: تحصیل حق همه افراد بوده و بایستی از این حق قانونی استفاده کنند و وظیفه داریم در این راستا تلاش کنیم. وی با اشاره به قانون اساسی ادامه داد: براساس اصل سوم قانون اساسی دولت موظف است وسائل آموزش و پرورش رایگان را برای همه ملت تا پایان دوره متوسطه فراهم سازد و وسائل

واکنش خزعلی به شایعه استعفا

معاون امور زنان و خانواده ریاست جمهوری در واکنش به برخی شایعات در فضای مجازی مبنی بر تقدیم استعفا به رئیس جمهور، گفت: برخی اکانت‌ها جعلی است و متعلق به اینجانب نیست.

انسبه خزعلی در حساب کاربری خود در توئیتر نسبت به برخی اکانت‌های جعلی واکنش نشان داد؛ اکانت جعلی خبری مبنی بر استعفا وی داده بود که برخی از رسانه‌ها نیز این خبر را منتشر کرده‌اند. یکی از این اکانت‌های جعلی امروز در توئیتر خبری را به نقل از انسبه خزعلی معاونت امور زنان و خانواده ریاست جمهوری منتشر کرده و نوشته بود: امروز، بعد از حضور در آخرین جلسه معاونت زنان و خانواده در نهاد ریاست جمهوری و ارائه توضیحاتی درباره سفر چندماهه پیش پسر به خارج، استعفا خود را به ریاست محترم جمهوری تقدیم کردم. معاونت امور زنان و خانواده ریاست جمهوری نیز امروز با انتشار مطلبی در اینستاگرام اعلام کرد: تنها صفحه رسمی معاون امور زنان و خانواده در توئیتر با نام کاربری @Ensiyehkhazali فعال بوده و مناسب است مخاطبان هرگونه اخبار رسمی را از صفحات رسمی ایشان دنبال کنند.

در ادامه می‌طلب آمده است: در روزهای اخیر صفحات کاربری جعلی در حال انتشار اخبار دروغ در فضای مجازی هستند که از این طریق تکذیب می‌شود.

معاون امور زنان و خانواده ریاست جمهوری پیشتر نیز در حساب کاربری خود با بیان اینکه گذشت آن دوران که مسئولانی مثل کوه پشت فرزندان خویش می‌ایستادند و صراحتاً از مهاجرت و زندگی آنها در خارج از کشور دفاع می‌کردند، گفت: گرچه فرزندم متاهل و مستقل است اما هرگز قصد مهاجرت نداشته است.

خزعلی اظهار داشت: اما امروز...برخی با ذوق زدگی از مهاجرت فرزند اینجانب گفتند؛ درحالی که سفر موقت کاری وی جهت توسعه و پشتیبانی مجموعه دانش‌بنیانی است که در ایران با تعداد زیادی از دانشجویان کامپیوتر فعال است، خوشبختانه این پروژه کاری رو به اتمام بوده و وی در ماه‌های آینده به کشور باز می‌گردد.

طراحان مد و لباس ایرانی ۵۰ میلیارد ریال تسهیلات دریافت کردند

دبیر شورای فرهنگ عمومی کشور گفت: پس از برگزاری یازدهمین دوره جشنواره بین‌المللی مد و لباس فجر برای حمایت از طراحان این سبک پوششی ۵۰ میلیارد ریال تسهیلات به آنان پرداخت شده است.

اخبار حوزه زنان

تهیه بانک اطلاعاتی بانوان توانمند قشم

نماینده امور بانوان منطقه آزاد قشم از تهیه بانک اطلاعاتی کاملی از بانوان فعال جزیره در نتیجه برپایی بازارچه بومی محلی خبر داد.

مریم گائینی پور با اعلام این خبر گفت: این بازارچه با ۵۰ غرفه فرصتی برای ارتقا خودباوری بانوان در حوزه توانمندی اقتصادی و درآمدزایی برای خانوار بود. وی ضمن تشکر از بازدید حجت‌الاسلام غلامرضا حاجبی، امام‌جمعه شهرستان و حجت‌الاسلام محمدسعید آخوندی، معاون فرهنگی، اجتماعی و گردشگری سازمان منطقه آزاد قشم از این بازارچه، افزود: حضور مسوولان و توجه به حوزه فرهنگی- اقتصادی خانواده‌ها با محوریت بانوان، انگیزه‌های مضاعف برای افزایش تمایل حضور بانوان در عرصه‌های اجتماعی فراهم می‌کند. گائینی پور همچنین از ارائه مشاوره به بانوان بازدیدکننده و غرفه دار در این بازارچه خبر داد و یادآور شد: ارزیابی مشکلات بانوان و خانواده در حوزه آسیب‌های اجتماعی و در زمینه سبک زندگی اسلامی به احصا راهکارهای خوبی از سوی مشاور انجامید. نماینده امور بانوان منطقه آزاد قشم با اشاره به درخواست‌های بانوان مبنی بر دایر کردن بازارچه‌های دائمی گفت: برای دستیابی به این هدف در ابتدا لازم است جهت توانمندسازی و هم‌افزایی حضور بانوان در این فضاها، کارگاه‌های آموزشی در حوزه‌های مختلف تشکیل شود و مسوولان امر نیز از این مقوله حمایت کنند.

گفتنی است، بازارچه بومی- محلی منطقه آزاد قشم به همت بانوان این جزیره باهدف کمک به توانمندسازی بانوان به مدت سه روز برای عرضه محصولات عفاف و حجاب، مواد غذایی و صنایع‌دستی این منطقه برپا بود.

واکنش کمیته داوران به داوری بانوان در مسابقات

فوتبال آقایان

رئیس کمیته داوران فدراسیون فوتبال قضاوت داوران خانم در مسابقات فوتبال آقایان را یکی از ایده‌های فیفا دانست و آن را غیرالزامی خواند. در روزهای گذشته نقل‌قولی از خداداد افشاریان، عضو هیئت رئیسه فدراسیون فوتبال و رئیس کمیته داوران منتشر شد که وی گفته بود فیفا از فدراسیون فوتبال درخواست کرده است که خانم‌ها باید در بخش آقایان هم قضاوت کنند. خداداد افشاریان در گفت‌وگو با سایت رسمی فدراسیون فوتبال در این باره اظهار داشت: این مورد جزو ایده‌های فیفاست، اما برای انجام آن هیچ الزامی وجود ندارد و کلیه مسابقات کشوری در رده‌های آقایان و بانوان، همچنان توسط داوران مرتبط خود قضاوت خواهند شد.

برگزاری کارگروه تخصصی امور بانوان و خانواده

شهرستان سیریک

جلسه کارگروه تخصصی امور بانوان و خانواده شهرستان سیریک به ریاست نصرالله خواجه دادی معاون سیاسی امنیتی و اجتماعی فرمانداری شهرستان و دبیری خانم طیبی شاهی کارشناس امور بانوان و خانواده فرمانداری و با حضور ذاکری بخشدار بخش بمانی، طاهری شهردار شهر بندر کوهستک، حجت‌الاسلام و المسلمین سالاری رئیس اداره تبلیغات اسلامی، مدیر حوزه علمیه خواهران بندر کوهستک، جانشین ناحیه مقاومت بسیج سپاه و مسئولان امور بانوان ادارات و نهادهای شهرستان در محل سالن فرمانداری برگزار شد.

این جلسه با هدف توجیه طرح مهرواره با نور توسط اداره تبلیغات اسلامی، هماهنگی جهت اجرای برنامه های هفته دفاع مقدس در حوزه بانوان و معرفی کتاب های ارزشمند جهت ترویج کتابخوانی توسط مسئول امور بانوان کتابخانه عمومی شهر بندر سیریک و رابط فرهنگی شهر بندر گروگ از مواردی بود که در این جلسه مطرح شد.

خواجه دادی معاون سیاسی امنیتی و اجتماعی فرمانداری شهرستان سیریک در این جلسه ضمن اشاره به نقش پر رنگ بانوان در جامعه و حضور موثر آنان در پیروزی انقلاب اسلامی بویژه در دفاع مقدس گفت: با توجه به اهمیت طرح مهرواره با نور لازم می باشد بانوان ارجمند جهت ثبت نام در طرح مهرواره با نور از طریق ارسال عدد ۱ به سامانه پیامکی ۵۰۰۱۷۵ اقدام و از محتوای مهرواره استفاده نمایند.

فرماندار سیریک:

سرمایه گذاری بر روی کودکان و نوجوانان، آینده سیریک را تضمین خواهد کرد. / تقدیر فرماندار سیریک از برگزیدگان کشوری و استانی

کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان شهرستان

محمد رضا پاکروان فرماندار شهرستان سیریک با مدیر، مربیان و برگزیدگان کشوری و استانی کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان شهرستان سیریک دیدار کرد و از تلاش ها و زحمات آنها تقدیر کرد

فرماندار شهرستان سیریک بیان کرد: سرمایه گذاری بر روی کودکان و نوجوانان، می تواند آینده شهرستان سیریک را تضمین می کند. آموزش و پرورش، کانون پرورش فکری، فرهنگ و ارشاد و... باید برای بهره گیری از توانایی کودکان و نوجوانان، برنامه مدونی داشته باشند.

وی افزود: طی بازدیدی که ماه گذشته از کلاس های کانون صورت گرفت مشاهده کردیم با تلاش مدیر و مربیان کانون پرورش فکری، بیش از ۲۰۰ نفر از کودکان و نوجوانان شهرستان در کلاس های مختلف کانون شرکت می کنند که با توجه به فضای کوچک ساختمان کانون، این حرکت آنها شایسته تقدیر است، در این کلاس ها مهارت هنری، مهارت حرفه ای و مهارت زندگی به کودکان و نوجوانان آموزش داده می شود که در آینده بتوانند از هر سه این مهارت ها در

بیشبرد اهداف زندگیشان استفاده نمایند. محمدرضا پاکروان یادآور شد: کانون پرورش فکری شهرستان سیریک یکی از فعال ترین و تاثیرگذارترین دستگاه های اجرایی در آموزش شهرستان است که نتیجه آن را می توان در کسب مقام های کشوری و استانی مشاهده کرد. نماینده عالی دولت در شهرستان سیریک در پایان سخنان خود ابراز کرد: ساختمان کانون کوچک است و جویگویی کودکان و نوجوانان مشتاقان شهرستان نیست، به همین خاطر با همکاری یکی از خیرین بزرگوار، به زودی عملیات ساخت یک سالن ۱۰۰ نفری آغاز خواهد شد.

آزمون ارتقاء کمر بند مقدماتی کاراته سبک شوتوکان دانش آموزان

دختر جزیره ابوموسی برگزار شد

به همت معاونت پرورشی و تربیت بدنی آموزش و پرورش برای اولین بار آزمون ارتقاء کمر بند مقدماتی کاراته سبک شوتوکان دانش آموزان دختر در جزیره ابوموسی برگزار شد

آزمون ارتقاء کمر بند مقدماتی کاراته سبک شوتوکان با حضور دختران کاراته کار شهرستان به صورت حضوری در دبیرستان دخترانه شهدای خلیج فارس برگزار شد. مدتحن این آزمون مرجانه پریزاده عضو شورای داوران کاراته کشورسبک شوتوکان، مسئول هیئت کمیته داوران کاراته استان و نائب رئیس هیئت کاراته شهرستان بندر عباس می باشد. شایان ذکر است در پایان آزمون، مراسم ارتقا کمر بند با حضور مسعود زامین مدیر آموزش و پرورش شهرستان ابوموسی، مسئولان شهرستانی و اولیا دانش آموزان برگزار گردید.

گفتنی است در حاشیه این مراسم کاراته کاران دختر به اجرای کاتا گروهی پرداختند.

اولین مدیر زن ایرانی عضو فیفا شد

فدراسیون فوتبال در پیامی پیوستن مدیر سابق این مجموعه به فدراسیون جهانی فوتبال را به وی تبریک گفت.

در پیام فدراسیون فوتبال به پریا شهریاری آمده است: نوزده سال خدمت صادقانه شما به مجموعه فدراسیون فوتبال ایران ما را بر آن داشته است تا ضمن تقدیر بابت تمام تلاش‌هایتان در این سال‌ها به ویژه در حوزه و معاونت دبیر کلی، فوتبال ساحلی کشور و... از پیوستن شما به فدراسیون جهانی فوتبال (فیفا) به عنوان یک ایرانی، احساس غرور کنیم، اگرچه از حضور سرمایه ارزشمندی چون شما محروم خواهیم ماند. تریک AFC به سرپرست دبیر کلی و قدردانی از مهمان نوازی فدراسیون فوتبال ایران همچنین کنفدراسیون فوتبال آسیا با ارسال نامه ای ضمن تبریک به پرهیزگاری به عنوان سرپرست دبیر کلی، از مهمان نوازی فدراسیون فوتبال ایران به جهت برگزاری مجمع انتخاباتی روز هشتم شهریورماه تقدیر و تشکر کرد. داتو ویندزور جان، دبیرکل کنفدراسیون فوتبال آسیا با ارسال نامه ای به فدراسیون فوتبال ایران از برگزاری موفقیت آمیز مجمع انتخاباتی فدراسیون فوتبال در تاریخ هشتم شهریورماه که در نهایت منجر به انتخاب مهدی تاج به عنوان رئیس فدراسیون فوتبال و اعضای کمیته اجرایی FFIRI شد، تقدیر و تشکر کرد.

در ادامه نامه دبیرکل کنفدراسیون فوتبال به سرپرست دبیر کلی فدراسیون فوتبال ایران آمده است:

همچنین انتصاب شما را به عنوان سرپرست دبیر کلی فدراسیون فوتبال تبریک می گوئیم، با این اطمینان که این مسئولیت را با انرژی و اشتیاق فراوان به عهده خواهید گرفت. مطمئن باشید کنفدراسیون فوتبال آسیا به پشتیبانی و ارائه کمک در هر کجا که برای توسعه فوتبال در کشور شما لازم باشد ادامه خواهد داد.

با آرزوی بهترین ها برای شما

داتو ویندزور جان

دبیرکل کنفدراسیون فوتبال آسیا

برگزاری مسابقات دوئل بدمینتون به مناسبت هفته دولت

مسابقات دوئل بدمینتون به مناسبت گرامیداشت هفته ی دولت با درخشش بدمینتون بازان بستک به کار خود پایان داد

ورزشی ، بدمینتون بازان شهرستان بستک در مسابقات بدمینتون جام هفته دولت خوش درخشیدند. این مسابقات که با حضور چهار تیم از هرگن ، کوهیج، بستک و تدرویه به میزبانی شهر بستک برگزار شد در رده بزرگسال ام کلثوم رشیدان ، ساره دانه زن مقام اول ، مریم حبشی نژاد ، فریماه عباد مقام دوم احلام دودمان ، صدربه عبدالله پور ، فتنه کدخدا ، مینیا عبدالله پور مقام سوم مشترک را کسب کردند. در رده زیر ۱۷ سال ، آمنه نامی ، زهره فقری مقام اول نگیں ساعی ، مهدیه رحمانپور مقام دوم و مریم چراغ مغان ، سمیرا چراغ مغان ، سارا رحیمی ، سلما احمدی مقام سوم مشترک را کسب کردند. در رده زیر ۱۱ سال فاطمه رحیمی ، هایده اعتباری مقام اول ، هستی جعفری ، فاطمه رحمانی مقام دوم ، طنز صیاحی ، نورا اعتباری ، فاطمه ملک عبدی ، افنان دودمان مقام سوم مشترک را کسب کردند.

کونگ فوکاران هرنگ و کوخرد سه عنوان کشوری بدست آوردند

خدیجه پایندان از کوخرد ، ناعمه آخوندی و الناز خرم کامی از هرنگ مدال آوران هرمزگانی این دوره از مسابقات بودند. تیم بانوان این استان که جهت

رقابت با ۲۷۱ نفر پرتوآکار از ۱۸ استان کشور در رده سنی جوانان و بزرگسال به رویداد مسابقات کشوری بمیزبانی تهران اعزام شده بود در تاریخ دهم و یازدهم شهریورماه پس از پایان مبارزات تک حذفی سه عنوان سوم کشوری بخود اختصاص دادند بانوان رزمی کار هرمزگانی با مربیگری خانم غریب دوست و سرپرستی خانم مبارکی با شرکت کنندگانی از شهرستان های بستک و بندرخمیر و یارسین در این مسابقات که انتخابی تیم ملی کونگ فو پرتوآ بانوان بود و با میزبانی کلاتشهر تهران در طی دو روز در مجموعه ورزشی شهدای کاشانک برگزار شد اعزام شده بودند.

برگزاری مسابقات فوتسال بانوان نوجوان هرمزگان به میزبانی بندر

گروگ

مسابقات فوتسال نوجوانان بانوان استان هرمزگان روز گذشته با شرکت ۶ تیم به میزبانی شهر بندر گروگ شهرستان سیریک آغاز شد در این مسابقات تیم هایی از شهرستان های سیریک، رودان، میناب، حاجی آباد و بندرعباس به مدت ۴ روز با هم به رقابت خواهند پرداخت در پایان این مسابقات تیم های برتر به عنوان نمایندگان هرمزگان به مسابقات کشوری اعزام خواهند شد.

طی یکسالی که گذشت:

هرمزگان رتبه ۱۸ ثبت ازدواج و ۲۸ طلاق در کشور را دارد

مدیرکل ثبت احوال هرمزگان با اشاره به ثبت ازدواج و طلاق در سال ۱۴۰۰ گفت: این استان در سال گذشته در ثبت ازدواج رتبه ۱۸ و ثبت طلاق رتبه ۲۸ را نسبت به کشور داشته است. راشد رشیدی افزود: در مدت یکسال گذشته ۱۳ هزار و ۱۹۱ مورد ازدواج در استان هرمزگان به ثبت رسید که نرخ ثبت ازدواج در استان هفت در هزار بوده و در این زمینه رتبه ۱۸ کشوری را داشته است. وی ابراز داشت: میانگین سن ازدواج برای مردان در سال گذشته ۲۶٫۶ درصد و زنان ۲۲٫۶ درصد بوده است. مدیرکل ثبت احوال هرمزگان یادآورش: میزان طلاق های ثبت شده در سال ۱۴۰۰ در استان نیز سه هزار و ۱۹۷ واقعه بوده که هرمزگان رتبه ۲۸ کشوری در این زمینه داشته است. رشیدی با اشاره به اینکه اینگونه آمارهای وقایع چهارگانه در پرتال سازمان ثبت احوال کشور هم بارگذاری می شود، گفت: میانگین سن طلاق در هرمزگان برای مردان ۳۶٫۱ درصد و برای زنان ۳۱٫۵ درصد در سال بوده است.

"محمد" و "فاطمه" فراوان ترین نام‌ها برای نوزادان

هرمزگانی است

مدیرکل ثبت احوال هرمزگان گفت: «محمد» و «فاطمه» از پرتکرارترین و فراوان ترین نام هایی هستند که مردم این استان در طول یکسال گذشته برای فرزندان خود انتخاب کرده اند. راشد رشیدی افزود: نام های انتخاب شده برای دختران با بیشترین فراوانی به ترتیب شامل «فاطمه»، «زهره»، «زینب»، «فاطمه زهرا»، «مریم»، «نورا» و «هلما» بوده است. وی بیان داشت: همچنین نام های انتخاب شده برای پسران نیز با بیشترین فراوانی در سال گذشته به ترتیب به «محمد»، «علی»، «آیهان»، «حسین»، «امیرعلی»، «آراد»، «عبدالله» و «آریا» تعلق دارد.

صدور ۱۳۸۷ شناسنامه در هرمزگان برای نوزادان با مادر ایرانی و

پدر خارجی

مدیرکل ثبت احوال هرمزگان یادآورش: در سال گذشته همچنین برای یکهزار و ۳۸۷ نفر از فرزندان حاصل از ازدواج مادران ایرانی با پدران خارجی در استان شناسنامه صادر و تحویل داده شد. رشیدی تصریح کرد: یکی از اقدام های ثبت احوال اجرای قانون تعیین تکلیف فرزندان حاصل از ازدواج زنان ایرانی با مردان خارجی است که استان هرمزگان در این زمینه به دلیل هم افزایی بین دستگاه های متولی، یکی از دستگاه های پیشرو در کشور بوده است. براساس قانون، خانواده ها فرصت دارند تا ۱۵ روز بعد از تولید فرزندانشان ولادت آن ها را در ثبت احوال ثبت کنند که سال گذشته ۹۹٫۳ درصد ولادت ها در استان هرمزگان در مهلت قانونی به ثبت رسیده است.

سرنوشت عجیب برای عروس جوان / با لباس عروس سوار ماشین مرد

غریبه شد!

یک داماد آلمانی که پس از پایان مراسم ازدواج، همراه با نوعروس خود راهی ماه عسل بود، همسرش را در پمپ بنزین جا گذاشت و تنها به سفر خود ادامه داد! ماجرا از این قرار بود که داماد برای سوختگیری و خرید غذا و نوشیدنی در یک پمپ بنزین توقف کرد و عروس در صندلی عقب خودرو خواب بود. در حالی که داماد در فروشگاه بود، عروس از خواب بیدار شد و به دستشویی رفت. در این هنگام داماد که تصور نمی کرد همسرش از خودرو پیاده شده باشد، به سمت خودرو برگشت و بدون آنکه به صندلی عقب نگاه کند، حرکت کرد و از پمپ بنزین خارج شد. عروس که همزمان، از دستشویی خارج شده بود، به دنبال خودرو دويد و ضمن فریاد زدن، با دست به داماد اشاره می کرد که تگه دارد، اما این کار فایده ای نداشت. البته او خوش شانس بود، چرا که یک خانواده را در پمپ بنزین یافت که شاهد ماجرا بودند و به سرعت عروس بیچاره را سوار خودرو کردند تا او را به داماد برسانند. خودروی دوم نزدیک خودروی داماد رسید و راننده با اشاره از داماد خواست که توقف کند، اما داماد که ترسیده بود، به جای توقف به سرعتش افزود. او حتی با پلیس تماس گرفت و اطلاع داد که یک دستگاه خودرو تعقیبش می کند و جانشان در خطر است! پس از آن، گشتی پلیس خودروی حامل عروس و خانواده آلمانی و همچنین خودروی داماد را متوقف کرد. مأموران پلیس از وجود یک مرد مسن و خانواده اش در خودروی دوم شگفت زده شدند، وقتی از آنان درباره تعقیب داماد پرسیدند، عروس از خودرو دوم پیاده شد و داماد حیرت زده تازه فهمید که بی توجهی او چه دردسری درست کرده است!

چطور در خانه خمیر پیتزا درست کنیم؟



شاید فکر کنید تهیه خمیر پیتزا که اصلی ترین جزء در تهیه این فست فود خوشمزه و پرطرفدار به حساب می آید خیلی سخت است اما در واقع این طور نیست؛ در تهیه خمیر پیتزا به تنها چیزی که نیاز دارید حوصله است! و البته کمی مهارت.

مواد لازم

مقدار مواد لازم برای تهیه خمیر پیتزا که در زیر ذکر شده برای یک عدد پیتزای بزرگ کافی است. اگر قصد دارید تعداد بیشتری پیتزا تهیه کنید، مواد را دو یا چند برابر کنید.

آرد سفید یک پیمانه

روغن زیتون یا مایع ۱ قاشق غذا خوری

شکر ۱ قاشق سوپخوری

خمیر مایه فوری ۱ قاشق مرباخوری

نمک ۱ قاشق چایخوری

آب ولرم نصف پیمانه + یک تا دو قاشق غذاخوری اضافه

مراحل تهیه خمیر پیتزا

این خمیر پیتزا ساده ترین خمیری هست که می توانید تهیه کنید. مراحل را به صورت زیر دنبال کنید:

۱- آرد را داخل ظرف گودی بریزید.

اگر آرد را الک کنید نتیجه بهتری هم می گیرید. (آردی که برای خمیر پیتزا استفاده می کنیم همان آرد سفید معمولی است که برندهای مختلف آن در فروشگاه ها موجود است.)

۲- آرد را داخل کاسه می ریزیم و وسط آن را گود می کنیم.

۳- خمیر مایه های موجود در بازار معمولا از نوع خشک است و می توانید مستقیما داخل آرد بریزید.

البته باید از تازه بودن و عمل آمدن خمیر مطمئن باشید. در غیر این صورت، بهتر است خمیر مایه را در مقداری آب ولرم که در دستور نوشته شده و مقداری شکر عمل بیاورید.

۴- نمک و شکر را نیز به مواد خشک اضافه کرده و همگی را با هم مخلوط میکنیم تا تمام مواد یکنواخت داخل آرد پخش شوند.

۵- آبی که برای خمیر پیتزا استفاده میکنید، حتما باید ولرم باشد؛ به اندازه ای که اگر انگشتان را داخل آب بردید نسوزید و احساس سردی هم نکنید.

وسط آرد را گود میکنیم و نصف پیمانه آب را کم کم به مواد خشک اضافه میکنیم و با قاشق هم میزنیم تا حالت خمیری پیدا کند. روغن زیتون را هم اضافه میکنیم و باز مخلوط میکنیم.

اگر احساس کردید میزان آب کم هست، یک قاشق آب به خمیر اضافه کنید. در صورتی که دیدید باز هم خشک است، یک قاشق دیگر آب اضافه کنید.

اگر تمام آب را یکباره روی خمیر بریزید، ممکن است خمیر شل شود و نیاز به آردپاشی مجدد پیدا کنید که در نهایت ممکن است در کیفیت خمیر تاثیر منفی بگذارد. پس آب را کم کم اضافه میکنیم تا خمیر شکل بگیرد.

۶- حالا نوبت ورز دادن است. خمیر را روی سطح صافی که کمی زبرش را

۱۰- این خمیر حدود ۲۰ تا ۲۵ دقیقه به همراه مواد روی آن توی فر از قبل گرم شده با دمای ۱۸۰ تا ۲۰۰ درجه سانتی گراد میپزد و اصلا احتیاجی نیست که مواد را از قبل جداگانه داخل فر بپزید.

نکته های مهم برای تهیه خمیر پیتزا

مقدارهایی که در این مطلب گفتیم دقیق و امتحان شده هستند و اگر دقیق هم استفاده شوند نتیجه خیلی خوبی خواهد داد.

مقدار آب در هیچ خمیری ثابت نیست و با تجربه و آزمون و خطا میتوانید به مقادیر مسلط بشید.

مهم این است که آرد بیش از اندازه به خورد خمیر نرود و در اصطلاح خمیر سنگین نشود.

موقع ورز دادن بهتر است به جای آرد پاشی گهگاهی دستتان را چرب کنید که خمیر به دست نچسبد و تا زمانی که واقعا لازم نبود، آرد اضافه نکنید.

از تازه بودن خمیر مایه مطمئن شوید زیرا اگر خمیر مایه به عمل نیاید، همه زحمات شما به هدر می رود.

همونطور که بالا هم گفتیم، میتوانید مستقیما پنیر و مواد پیتزا را روی خمیر پهن کنید و داخل فر بپزید.

آرد پاشی کردید قرار دهید و با کف دست شروع به ورز دادن کنید. نکته مهم:

خمیر را با نوک انگشتان خود ورز ندهید، چون احتیاج به آرد پیدا میکند. هر جا که احساس کردید خمیر به دستتان میچسبد کمی دست خود را با روغن چرب کنید و به ورز دادن ادامه دهید. هر چه خمیر آرد کمتری داشته باشد و سبکتر باشد، کیفیت بهتری در پخت خواهد داشت. حدود ۵ دقیقه ورز دادن این خمیر کافی است.

۷- دیواره ها و کف ظرف گودی را با روغن زیتون چرب میکنیم و خمیر را داخل ظرف میگذاریم. سپس، یک پارچه تمیز که خیلی کم نم دار است روی آن می اندازیم (به این دلیل که روی خمیر بعد از ور آمدن خشک نشود).

۸- حالا ظرف را در جایی که کمی گرم باشد قرار میدهم تا عمل بیاید و حجمش زیاد شود. حدود ۴۵ دقیقه تا ۱ ساعت ور آمدن این خمیر طول میکشد. میتوانید در این زمان، مواد روی پیتزا را آماده کنید.

۹- بعد از ور آمدن و زیاد شدن حجم خمیر، آن را روی سطح صافی پهن میکنیم و یک دقیقه ای ورز میدهم تا پف اضافی آن بخوابد. بعد هم، خمیر را به ضخامت نیم تا یک سانت پهن می کنیم و پنیر و مواد پیتزا را روی آن میریزیم.

بهترین دمنوش برای جلوگیری از اضافه وزن



دمنوش بارهنگ بهترین دارو برای دستگاه گوارش محسوب می شود و از تجمع چربی در بدن و اضافه وزن جلوگیری می کند.

محمدباقر مینایی یک متخصص طب سنتی گفت: در صورتی که افراد دمنوش بارهنگ و خاکشیر را به صورت منظم در رژیم غذایی خود مصرف کنند هرگز دچار اضافه وزن نمی شوند.

وی ادامه داد: هر عضوی از بدن یا هر بدنی نسبت به دمنوش ها عکس العمل متفاوتی نشان می دهد، بنابراین نمی توان یک دمنوش واحد را برای همه افراد تجویز کرد. وی در خصوص دمنوش هایی که می توانند برای بدن مفید واقع شوند و از تجمع چربی و بروز اضافه وزن در افراد جلوگیری کنند.

مینایی اظهار داشت: دمنوش بارهنگ بهترین دارو برای دستگاه گوارش محسوب می شود که سبب رسوب زدایی از لوله گوارش می شود.

این متخصص طب سنتی با بیان اینکه افراد دچار اضافه وزن و چاقی می توانند هفته ای سه تا چهار مرتبه از دمنوش بارهنگ استفاده کنند، عنوان کرد: میزان استفاده از این دمنوش در اشخاص لاغر به یک تا ۲ بار در هفته کاهش پیدا می کند.

وی گفت: خاکشیر نیز یکی دیگر از گیاهانی است که در برقراری تعادل ماده غذایی و جذب آن نقش موثری ایفا می کند، بنابراین در صورتی که افراد دمنوش بارهنگ و خاکشیر را به صورت منظم

کبد) تاثیر چشمگیری در تعادل وزن بدن ایفا می کند که برای تهیه این دمنوش به ازای هر یک نفر باید سه قاشق غذا خوری به لیمو را با نصف قاشق غذاخوری بادرنجبویه به همراه پنج تا هفت عدد عناب را در قوری محتوی ۲ لیوان آب دم کنند و پس از تبخیر شدن نصف این محلول آن را صاف کنند و سپس بنوشند.

این متخصص طب سنتی با بیان اینکه نوشیدن دمنوش سیب(چای سیب) نیز سبب رسوب زدایی مجاری عروقی بدن می شود، افزود: مصرف دمنوش گلابی(چای گلابی) نیز از افزایش جذب اسیدهای چرب حاصل از جذب اول جلوگیری می کند و تنها به اسید های چرب مفید اجازه جذب می دهد که استفاده از دمنوش سیب و گلابی در مبتلایان به کبد چرب توصیه می شود.

وی اظهار داشت: مصرف دمنوش نعنای وحشی نیز سبب بهبود التهابات لوله گوارش می شود، بنابراین مبتلایان به مشکلات گوارشی(کولیت، التهاب معده و زخم معده) باید ۳۰ دقیقه پیش از غذا این دمکرده را بنوشند.

مینایی با اشاره به مصرف گل بابونه شیرازی به خصوص در افراد میانسال و سالمند مبتلا به دیابت بیان کرد: این دمنوش ضد درد و التهاب استخوان است و روند تسریع طبع و مزاج انسان به سمت سردی را کاهش می دهد.

در رژیم غذایی خود مصرف کنند هرگز دچار اضافه وزن نمی شوند. مینایی تاکید کرد: نوشیدن دمنوش چای سیاه همراه با لیمو عمانی سیاه نیز سبب تعادل وزن بدن، تسکین سیستم اعصاب مرکزی و تقویت کبد و قلب می شود.

دمنوش سیب برای تعادل وزن بدن

وی تصریح کرد: نوشیدن دمنوش به لیمو همراه با بادرنجبویه و عناب نیز با برقراری تعادل بین سه عضو رئیسه بدن(قلب، مغز و