

# آوازه دریا

۱۶۸

شنبه ۱۰ دی ماه ۱۴۰۱ سال چهارم  
[www.avayedarya.ir](http://www.avayedarya.ir)

صدای زنان هرمزگان  
آوای دریا هفته نامه الکترونیکی هرمزگان



الهام حسینی بهترین دختر وزنه بردار ایران  
در جهان شد



سارا خادم الشریعه به اسپانیا مهاجرت کرد



صدور و تمديد بیش از ۱۱ هزار مجوز  
صنایع دستی در هرمزگان



دستور ویژه فرمانده کل انتظامی کشور برای رسیدگی  
به پرونده فوت دختر اهل بستک



فرماندار قشم: ۲۰ گواهینامه دریانوردی برای بانوان صیاد  
جزیره هنگام صادر شد

# فرماندار قشم: ۲۰ گواهینامه دریانوردی برای بانوان صیاد جزیره هنگام صادر شد



موازات ساحل جنوبی ایران به طول ۱۳۵ کیلومتر و عرض میانگین ۱۱ کیلومتر از توابع هرمزگان است و ۳۰۰ کیلومتر خط ساحلی دارد. شهرستان قشم شامل جزیره های قشم، هنگام و لارک با حدود ۱۵۰ هزار نفر جمعیت از تنگه هرمز به موازات ساحل استان هرمزگان به طول ۱۵۰ و عرض میانگین ۱۱ کیلومتر در میان آب های خلیج فارس گسترده شده است. ایرنا

کند و در سنتی قدیمی زنان در کنار مردان به امر صیادی می پردازند که این سنت تاکنون ادامه دارد. با توجه به اینکه برخی از این زنان سرپرست خانوار هستند و یا به دلایلی امرار معاش خانواده بر دوش آنان است، نداشتن گواهینامه های دریانوردی باعث ایجاد مشکل در چرخه زندگی آنان شده بود. جزیره قشم با وسعت یک هزار و ۵۰۰ کیلومتر مربع از تنگه هرمز به

فرماندار قشم گفت: برای نخستین بار با همکاری ادارات شیلات و بنادر و دریانوردی این شهرستان مرزی ۲۰ گواهینامه دریانوردی برای بانوان صیاد جزیره هنگام صادر و تحویل آنان شد.

محمد محمدحسینی افزود: از آنجاییکه بانوان زحمت کش و صیاد جزیره هنگام از سال ها پیش اقدام به صید ماهی با قایق به روش قلاب می کردند اما به دلیل نداشتن مجوزهای لازم از برخی مزایا برخوردار نبودند، این گواهینامه های دریانوردی برای آنان صادر شده است. وی ادامه داد: همچنین با برنامه ریزی های انجام شده از سوی اداره شیلات شهرستان مرزی قشم این اداره پیگیر برگزاری دوره ملوان صیاد برای بانوان جزیره هنگام است.

جزیره هنگام با حدود ۵۰۰ نفر جمعیت در جنوب جزیره قشم قرار دارد. مردم جزیره هنگام با توجه به موقعیت جغرافیایی ویژه، فرصت های شغلی محدود برای کسب درآمد دارند و صیادی مهم ترین شغلی است که بومیان جزیره هنگام به آن اشتغال دارند.

در سال های اخیر با رونق صنعت گردشگری در شهرستان قشم، جزیره هنگام به عنوان یکی از سایت های گردشگری مورد توجه گردشگران قرار گرفته است. از این رو صیادی و حمل گردشگران بین جزیره هنگام و قشم و فروش تولیدات صنایع دستی سه شغل اصلی کسب درآمد مردم جزیره هنگام به شمار می آید؛ اما با توجه به آب و هوای شهرستان قشم، صنعت گردشگری به دوره ای خاص محدود است، از این رو صیادی نقش پر رنگ تری را در حل مشکلات معیشتی مردم هنگام ایفا می کند.

زنان جزیره هنگام با به پای مردان خود برای امرار معاش تلاش می

## ایران پایین ترین نرخ باروری را در میان کشورهای جهان اسلام دارد

روش های درمان ناباروری گران قیمت هستند و خیلی از کشورها هزینه ناباروری را به عهده می گیرند و در این میان به موضوع فرهنگی آن توجه جدی باید داشت. وی با اشاره به اینکه در زمان حاضر و طبق مطالعات در کشور سالانه ۳۷۰ هزار تا ۵۳۰ هزار مورد سقط در کشور رخ می دهد، اضافه کرد: موضوع دیگر مساله سقط جنین است که تنها ۲ درصد آن خود به خود و سه درصد با عوامل پزشکی رخ می دهد و ۹۵ درصد باقی مانده سقط جنین ها غیرقانونی است.

قاسمی با بیان اینکه از سوی دیگر گزاره های غلطی در خصوص سن باروری در جامعه وجود دارد که نگرش ها باید نسبت به آن تغییر کند، تاکید کرد: در جامعه پزشکی گزاره های غلطی داریم و فقدان اطلاعات دینی موجب شده است، موضوع سقط جنین به راحتی انجام گیرد و در این ارتباط باید این مساله هم در جامعه تغییر کند تا افراد به فرزندآوری ترغیب شوند.

وی با اشاره به اینکه کاهش ازدواج و افزایش طلاق، افزایش سن ازدواج و کاهش فرصت فرزند آوری، تغییر الگوی خانواده ها، از جمله عوامل محدودیت فرزند آوری در کشور است، گفت: هم اکنون ایران در فرصت پنجره جمعیت قرار دارد که بر اساس آن می توانیم ساختار جوانی جمعیت را حفظ کنیم.

این مسوول با تاکید بر اینکه اقتصاد موضوع مهمی در خانواده ها برای امر فرزند آوری است اما تأثیر فرهنگ و نگرش بسیار بیشتر است یادآور شد: تا زمانی که نگرش زوج ها در خصوص فرزندآوری تغییر نکند نمی توانیم قدم های بیشتری برداریم و باید روی این موضوع به طور جدی کار کنیم.

وی خاطرنشان کرد: کشورمان به سرعت در حال تبدیل شدن به یکی از پیرترین کشورهای منطقه است و برای حفظ جوانی جمعیت در کشور باید در هر خانواده حداقل چهار فرزند وجود داشته باشد تا نرخ رشد جمعیتی مثبت شود. ایرنا

نفر ایرانی یک نفر، اما در سال ۲۰۵۰، از هر سه نفر یک نفر سالمند خواهند بود.



وی با بیان اینکه کشورمان در ۳۰ سال آینده یک کشور ۹۰ میلیونی خواهد بود، گفت: حدود ۳۰ میلیون نفر از جمعیت کشور بالای ۶۰ سال خواهند بود و این یک زنگ خطری است که به دنبال خود کاهش نیروی کار، کاهش تولید ناخالص ملی، کاهش صادرات، افزایش واردات، حضور و فعالیت اتباع خارجی در جایگاه های مختلف کشور، ریسک ورشکستگی تأمین اجتماعی و صندوق های بازنشستگی، کاهش سطح امنیت کشور را به همراه می آورد.

قاسمی با اشاره به اینکه، ۲۰ درصد از زوج های کشور ما دچار مشکلات ناباروری هستند ولی زیرساخت های کافی برای درمان ناباروری را نداریم گفت: ضمن اینکه

میلیون نفر نخواهد رسید مگر آنکه شاخص ها در کشورمان تغییر یابد در این میان شاخص نرخ باروری

دبیر مرکز مطالعات راهبردی جمعیت کشور گفت: هم اکنون نرخ باروری استان های گیلان، مازندران، مرکزی، البرز و تهران ۱.۲ درصد است و ایران در میان کشورهای جهان اسلام پایین ترین نرخ باروری را به خود اختصاص داده است. صالح قاسمی در جلسه شورای اداری استان با اشاره به موضوع جمعیت و لزوم توجه دستگاه های اجرایی به این امر افزود: امروز جهان به مساله جمعیت در کنار دیگر تحولات به طور ویژه ای توجه دارد و در این میان قدرت ملی کشورها داشتن ساختار جمعیتی جوان است که این شاخص، حرف اول را می زند.

وی با تاکید بر اینکه سخن هفت نفر از دانشمندان جهان بر این است و به صراحت می گویند برای رشد اقتصادی باید رشد جمعیتی انجام گیرد، اضافه کرد: آینده اقتصادی جهان در دست کشورهایی است که جمعیت بیشتری دارند و نرخ رشد جمعیت، امروز کشورهای ۱۷ دنیا (هفت کشور) که اقتصاد برتر جهان را در دست دارند) را تحت تأثیر خود قرار می دهد.

این کار شناس جمعیتی با بیان اینکه در سطوح مدیریتی کشور جز رهبر معظم انقلاب هنوز هیچ کسی اهمیت جمعیت را درک نکرده است و نظام برنامه ریزی کشور هنوز به آن باور ندارد گفت: ایشان طی ۱۰ سال گذشته ۵۵ بار با اشکال و استفاده از جملات خاصی به این موضوع اشاره کرده و تاکید و تذکراتی در این زمینه داشته اند.

وی با اشاره به اینکه نرخ رشد جمعیت کشور در سال ۶۵، ۳۹.۱ درصد بود، این روند در سال ۹۵ به ۱.۲۴ درصد و در سال ۹۸ و برای نخستین بار در طول تاریخ ایران به زیر یک درصد رسید، اضافه کرد: امروز نرخ رشد کشور به هفت دهم درصد رسیده است و الگوهای آینده پژوهشی نشان می دهد، نرخ رشد جمعیت در حدود سال های ۱۴۱۵-۱۴۲۰ با همین الگو صفر و پس از آن نیز منفی خواهد بود.

دبیر مرکز مطالعات راهبردی جمعیت کشور گفت: با روند فعلی باید گفت جمعیت کشور حتی به ۱۰۰

# آقا معلم مشهور این روزهای فضای مجازی را بشناسید

## عکاسی که معلم شد

## اداره کلاس مختلط سخت تر است!

گزارش: ایسنا

دیدن تصاویر یک معلم جوان در کنار دانش‌آموزانش که از ته دل می‌خندند ما را به وجد می‌آورد. «پوریا ترابی» با دانش‌آموزان کوچکش رفیق است و این روزها در فضای مجازی کلیپ خنده‌هایشان حال خوب را منتشر می‌کند. با او که قبل از معلم شدن به حرفه عکاسی خبری مشغول بوده، درباره چالش‌ها و تجربه‌های هر دو شغلش به گفت‌وگو پرداختیم.

«پوریا ترابی» معلم جوان دهه هفتادی است که این روزها ویدیوهای خودش و بچه‌های کلاسش در شبکه‌های اجتماعی دست به دست می‌شود. رفاقت این آقامعلم با دانش‌آموزان دهه نودی‌اش و شیطنت‌هایشان قلب بیننده ویدیوها را قفلک می‌دهد. آقای ترابی برای رفتن به مدرسه هر روز مسیر ۳۳کیلومتری قزوین به روستای کوهین را طی می‌کند و وقتی با ما از دانش‌آموزانش می‌گوید، آن‌ها را دخترم و پسرم خطاب می‌کند.

متولد ۱۳۷۵ است و هرچند پدر و مادرش کارمند بودند اما پوریا تصمیم گرفت مسیر هیجان‌انگیزتری را برای آینده خود انتخاب کند. او از سال ۹۵ عکاسی را شروع کرد و از سال ۹۷ با شروع سفرهایش به مناطق محروم برای عکاسی، به شکل جدی‌تری این حرفه را دنبال کرد. در خیرگزاری‌های مختلف هم کار کرده و می‌گوید عمده فعالیتش در باشگاه خبرنگاران جوان بوده. الان هم عکاس ایرنا است. در دوره کارشناسی رشته آموزش و پرورش ابتدایی خوانده است. لذا در کنار عکاسی خبری، الان معلم پایه دوم دبستان مدرسه شهدای کوهین استان قزوین است. با او درباره چالش‌های عکاسی و معلمی گپ زدیم:

### عکاس معلم

پوریا ترابی که ابتدا به عکاسی و سپس به معلمی مشغول شده از رابطه بین شغل‌هایش می‌گوید. از روزهایی که معلم‌ها سوزه عکاسی‌اش بودند: «وقتی برای عکاسی به مدارس روستایی در اندیکا و چالدران رفته بودم، به معلم‌های آن‌جا که سوزه عکس‌هایم بودند می‌گفتم الان شما، چهار سال آینده من است! آن موقع تازه انتخاب رشته کرده بودم. سطح مشکلات معلمان در هر نقطه ایران با نقطه دیگر متفاوت است. مثلا اوج محرومیت را در بعضی شهرهای استان خوزستان، کرمان و... می‌توان دید. در کل اگرچه سطح محرومیت شهرها و دغدغه‌مندی معلم‌ها هم با هم متفاوت است، اما در برخی مشکلات اشتراک داریم. این‌ها را هم وقتی به عنوان عکاس سرآغشان می‌رفتم می‌دیدم و هم زمانی که خودم معلم روستا شدم.

استادی داشتم که یک بار به شوخی من گفت: پوریا خیلی بدبختی! گفتم چرا؟ گفت تو دو حرفه‌ای را انتخاب کرده‌ای که در هیچ‌کدام پول نیست! نه معلمی و نه عکاسی! باید یک فکری برای آینده‌ات بکنی. متأسفانه این حرف درست است اگرچه هر دو این شغل‌ها بر اهمیت هستند، می‌توانند جریان‌سازی کنند و دغدغه‌های صاحب شغل را نشان بدهند. اصلا من عکاسی را انتخاب کردم چون یک زبان متفاوت بود که بتوانم با آن حرفم را بزنم. مثلا من اگر نسبت به عدالت آموزشی در ایران نقد دارم، می‌توانم درباره آن بنویسم. اما قلم برایم کافی نبود. نیاز بود بروم و از نزدیک ببینم و ثبت کنم. حسن عکاسی این بود که من می‌توانستم سفر کنم و سفر کردن را هم خیلی دوست داشتم. الان به جز بوشهر به همه استان‌ها سفر کرده‌ام.»

### سر کلاس، عکاسی به دادم رسید

بچه‌ها نسبت به سن، جنسیت، فرهنگی که در آن رشد کرده‌اند و امکانات زندگی‌شان با هم خیلی تفاوت دارند و در برخورد با آن‌ها باید دقت عمل زیادی داشت. آقای ترابی به واسطه سفرهایی که برای عکاسی می‌رفته خیلی خوب طرز برخورد با بچه‌های مختلف را یاد گرفته است. این اتفاق به او کمک کرده تا از همان روز اول کار معلمی بتواند خیلی خوب ظاهر شود و توجه بچه‌ها را جلب کند. او در این باره به ما از روزهای اول کارش گفت: «یک نکته از پارسل که سال اول کارم بود بگویم. من لیسانس آموزش و پرورش ابتدایی دارم. از همه واحدهایی که گذرانده بودم، موقع رفتن سر کلاس حتی دو درصدش هم به کارم نیامد! این سوال را از بقیه همکارانم هم پرسیدم. آن‌ها هم شرایط مشابه من داشتند. نهایتاً کارروزی‌هایی که می‌رفتم به دردمان خورد. من روز اول که به مدرسه رفتم تصورم این بود احتمالا همه چیز خیلی خوب و باحال پیش می‌رود اما وقتی سر کلاس رفتم، دوتا از بچه‌ها برای اینکه مادرشان نرود کلی گریه کردند. دیدم اصلا آن تصور فانتزی که داشتم قرار نیست شکل بگیرد. ضمن اینکه کلاس من پر از دانش‌آموزان شلوغ و شیطون بود. همان جا سر کلاس فهمیدم من هرچه دارم از همان عکاسی مستند دارم و باید از تجربیات سفرهایی که رفته‌ام در برخورد با بچه‌ها استفاده کنم. من در آن سفرها با بچه بلوچ، کرد، شمالی، جنوبی و... سر و کله زده بودم. هر بچه‌ای مدل خودش را دارد؛ مثلا روزهای اولی که با فلان بچه در سفر بشگردا سر و کله می‌زدم به من اهمیت نمی‌داد. اما در پایان سفر ۱۲روزه‌ام وقتی می‌خواستم برگردم، همان بچه آنقدر با من دوست شده بود که بغلم می‌کرد. همین خرده تجربه‌ها باعث شد بتوانم در معلمی خودم را جمع و جور کنم. این را باید توجه کرد که هر دانش‌آموز داستان خودش را دارد. یعنی حتی احم کردنم به دو نفر که در یک نیمکت می‌نشینند هم باید متفاوت باشد. امسال که کلاسم مختلط هم شده خیلی بیشتر باید حواسم را جمع کنم. چون با دخترا و پسرها کاملا متفاوت باید برخورد کرد.

### معلم دبستان؛ سخت و شیرین

شغل معلمی به خودی خود یک حرفه بسیار حساس است و حساسیت آن در دوره دبستان بیشتر هم می‌شود. کودکان مثل یک لوح سفید هستند که هرچه بر آن نوشته شود، روی آن حک می‌شود و شخصیت کودک را شکل می‌دهد. معلم در شکل‌گیری شخصیت کودک نقش پررنگی دارد. آقای ترابی معلم دبستان بودن را این‌طور توصیف می‌کند: «به نظرم دو صفت را به معلم دبستان بودن می‌توان نسبت داد: «سخت و شیرین»؛ با اولویت سخت. بچه‌های دبستانی مثل طوطی‌اند. یعنی هر کاری انجام بدهی، سریع یک نسخه از تو کپی می‌کنند و آن را تکرار می‌کنند. در واقع خیلی زیر ذره‌بین هستی و این قضیه را ترسانک می‌کند. امسال وقتی بچه‌ها خیلی شلوغ می‌کردند و عصبانی می‌شدم، می‌گفتم کوفتا! فردا می‌دیدم بچه‌ها هم بهم می‌گویند کوفتا! حالا من باید رسماً از همه‌شان عذرخواهی می‌کردم و می‌گفتم اشتباه کرده‌ام و لطفاً دیگر این کلمه را تکرار نکنید. خیلی سخت است؛ نمی‌توانی هر حرفی را بزنی یا هر کاری را انجام بدهی. هم باید

زیاتشان را بلد باشی و هم بتوانی با آن‌ها راه بیایی. باید بازی کردن با آن‌ها را بلد باشی. تازه دهه نودی‌ها این‌طوری هستند که اگر نخواهند کاری را انجام دهند، واقعا آن کار را نمی‌کنند.

آقای معلم از تفاوت‌های دهه نودی‌ها به نسل‌های قبل از خودشان هم برایمان حرف‌هایی زد: «یک چیز غلطی که وجود دارد این است که وقتی من در صفحه‌ام یک کلیپ بامزه از بچه‌ها می‌گذارم، فوراً برخی می‌گویند زمان ما معلم‌ها فلان بودند و الان این‌طورند؛ در حالی که واقعا زمانه با زمانه فرق دارد. شما اصلا نمی‌توانید بچه‌های دهه نودی را با دهه شصت و هفتاد مقایسه کنیم. ما اصلا مطالبه‌گری‌مان هم با این‌ها فرق داشت. زمان ما وقتی معلم می‌گفت بنشین، تو باید می‌نشستی؛ ولی به دانش‌آموز الان هرچه بگویم، فوراً می‌گوید چرا؟! حالا تو باید چرایش را توضیح بدهی و اگر قانع نشود که وامصیبتا! باید قشنگ و با دلیل برایش توضیح بدهی. وقتی قانع شد با تو راه می‌آید. این نسل راحت هرچیزی را بپذیرا نیست. البته یک موقع است یک نفر صرفاً چیزی را نمی‌پذیرد، یک موقع است که هم نمی‌پذیرد و هم علیه آن موضع می‌گیرد. اگر نتوانی قانعشان کنی و خوب توضیح بدهی، کلاحت پس معرکه است. من اوایل سال در کلاسم خیلی به مشکل می‌خوردم. بچه‌ها انگار فقط دنبال گرفتن آتو از معلم بودند که آقا چرا اینجا این را گفتی؟ چرا آنجا آن حرف را زدی؟ بچه هشت ساله! ولی کم‌کم مدلمان دستم آمد

### کوجولوهایی با قلب‌های بزرگ

اگر از سختی‌ها و حساسیت‌های این شغل بگذریم، هر معلم کلی لحظات قشنگ و جذاب با بچه‌های کوچک در کلاس دارد که باعث می‌شود خیلی‌ها معلم بودن و سر و کله زدن با بچه‌ها را یک شغل شیرین قلمداد کنند. آقای ترابی از محبت‌های خالصانه بچه‌ها و شیرین‌زبانی‌هایشان در کلاس برایمان می‌گوید: «سختی‌های معلمی بسیار است ولی شیرینی‌هایش هم کم نیست، مخصوصاً شیرین‌زبانی‌هایشان! واقعا محبتشان خیلی خالصانه است. باید بچشید تا درک کنید چه می‌گویم. ما اینقدر در این روزگار داریم محبت شیشه‌خوده‌دار و ناخالص می‌بینیم، انگار هیچ وقت اصل محبت را نچشیده‌ایم. برای من این بچه‌ها همان اصل محبت هستند. یعنی وقتی می‌گوید «دوست دارم» من می‌دانم این در قبال هیچ منفعتی نیست و کاملا خالصانه است. چون نمره که ندارند، همان نمرات توصیفی هم برایشان چندان اهمیتی ندارد. همین محبت‌های خالصانه حسنگی را از تن آدم می‌برد. همین چند وقت پیش یک بار حالم به لحاظ روحی خوب نبود و خیلی توی خودم بودم. بچه‌ها همان زنگ اول حال شما را می‌فهمند و شما نمی‌توانید حالتان را از آن‌ها قایم کنید. زنگ سوم الهام پیشم آمد و گفتم: «آقا چی شده؟» گفتم: «عزیزم، چیزی نشده. برو سرت جات بنشین.» دوباره گفتم: «آقا چی شده؟» گفتم: «عزیزم، چیزی نشده. برو بنشین.» یک دفعه گفتم: «اگه به دانش‌آموزت نگی می‌خوای به کی بگی؟ بگو ببینم چی شده؟» من فقط به این حجم از شیرین‌زبانی نگاه می‌کردم!

### از بعضی سوال‌هایشان می‌ترسم!

بچه‌ها به سوالات عجیب و حتی سختشان معروف‌اند. آن‌ها در حال کشف دنیای پیرامون خود هستند و معلم را مرجع خوبی برای پاسخ به سوالاتشان می‌دانند. اینکه چطور بهترین پاسخ را به بچه بدهیم تا هم متوجه شود و هم روحیه پرس‌وجو در او شکل بگیرد، یکی از چالش‌های معلم‌هاست. از آقای معلم پرسیدیم بچه‌ها چه سوالاتی می‌پرسند و چطور به آن‌ها پاسخ می‌دهید؟ گفت: «تفاوت سوالات جالبی می‌پرسند که گاهی برایم ترسانک و گاهی خنده‌دار است. مثلا همین سوال بچه‌ها چطور می‌شود و وجود می‌آیند. یا مثلا سر زنگ‌های قرآن و هدیه‌های آسمان سوالات عجیبی می‌پرسند: «آقا

ما هم می‌تونیم پیامبر بشیم؟» آقا پیامبر نه، پیامبر اولوالعزم می‌تونیم بشیم؟

بعضی وقت‌ها شده که نتوانم جواب بدهم. یعنی دانشش را ندارم که الان چطور باید جواب بچه را بدهم. در کل سعی می‌کنم جواب سوالاتشان را در ساده‌ترین شکل ممکن و به شکل بامزه‌ای بگویم تا در ذهنشان بماند. کلا یک عادت دارم که سر کلاس اصلا نمی‌نشینم و چیزی که می‌خواهم برایشان تعریف کنم را با نمایش و حرف‌های خنده‌دار می‌گویم. رسماً انگار تئاتر بازی می‌کنم! همین عادت باعث می‌شود وقتی به خانه می‌روم از حسنگی مثل جنازه بیفتم؛ از اینکه بگویم نمی‌دانم هم ترسی ندارم. شده در کودکی خودم معلمی جواب یک سوال را نمی‌دانسته و الکی یک چیزی گفته! بعدها که جواب درست را فهمیدم خیلی ناراحت شدم که مدتها جواب اشتباهی در ذهنم بوده. بنابراین سعی می‌کنم برای دانش‌آموزان این مشکل پیش نیاید. من حتی وقتی بخوام یک حدیث سر کلاس بگویم، وقت می‌کنم که چیزی نباشد و درست باشد. نمی‌شود هم نگفتم؛ چون این روزها بچه‌ها زیاد آشنایی با احادیث و موضوعات دینی ندارند و بالاخره باید آرام‌آرام آن‌ها را آشنا کرد. یک دانش‌آموز به نام حسام دارم که این وقتی می‌گوید آقا، من تن و بدنم می‌لرزدا خیلی بانمک است ولی گاهی حدود را هم رعایت نمی‌کند. نه اینکه چیز بدی بپرسد، ولی گاهی بخاطر سنشان و گاهی چون کلاس مختلط است ترجیح می‌دهم بگویم معلم سال‌های بعد یادتان می‌دهد. پاس دادن جواب سوال بچه‌ها به معلم سال‌های بعد جمله‌ای است که همه ما حداقل یک بار آن را از معلمان خود شنیده‌ایم. پوریا ترابی به ما دلیل این جمله معروف معلم‌ها را هم می‌گوید: «یک موقع بچه می‌پرسد آقا انشا چیست؟ من باید اول الفبا را یادش بدهم، بعد کلمات، بعد جمله‌سازی و بعد حالا بگویم انشا چیست. می‌گویند دوازده تقسیم بر چهار یعنی چیه؟ باید بگویم اول جمع و تفریق را یاد می‌گیرید، سال دیگر ضرب و سال بعدش تقسیم». اما یک موقع می‌پرسند سؤاومی چیست؟ خب این را می‌شود با ادبیات خیلی ساده برایشان توضیح داد. حتی گاهی در گروه کلاسی که در اولی‌کیشین شاد داریم، برایشان فیلم‌های آموزشی مرتبط با سوالاتشان می‌فرستم.

### کلاس مختلط از همه سخت‌تر است

پسرها و دخترها ویژگی‌های رفتاری متفاوتی دارند. همین امر باعث می‌شود معلم‌ها رفتارهای متفاوتی با آن‌ها داشته باشند. آقای ترابی تجربه تدریس به دخترها و پسرها به صورت همزمان را دارد. او درباره اینکه کلاس داشتن با کدام یک سخت‌تر است گفت: «مختلط بودن کلاس از هر دو سخت‌تر است. سخت‌تر از آن کلاسی است که هم مختلط باشد و هم چندپایه. کلاس‌های ما تک‌پایه است ولی همکارانی دارم که در بعضی روستاها چندپایه را همزمان سر یک کلاس باید تدریس کنند. اما در کل حس

می‌کنم بودن سر کلاس پسرها راحت‌تر است. پسرها توی بحث و جدل‌ها زود قضیه را جمع می‌کنند ولی دخترها خیلی آن را کش می‌دهند. زبان دخترها هم بیشتر است! البته این یک چیز ثابت نیست و کلاس به کلاس و مدرسه به مدرسه متفاوت است. یک مسئله دیگر هم این است که من وقتی بچه‌هایم گریه می‌کنند، چه پسر باشد چه دختر می‌روم بغلشان می‌کنم. حالا اگر این قضیه را احساسی ببینیم و به لحاظ زمانی ببینیم، خب این خیلی وقت کلاس را می‌گیرد. بین دخترها خیلی کل‌کل شکل می‌گیرد. کلاس ما مثل شورای حل اختلاف شده و این آرام کردن بچه‌ها زمان زیادی از کلاس می‌گیرد. وقتی کلاس مختلط باشد، این اتفاقات و حساسیت‌ها بیشتر هم هست.»

حسادت یکی از ویژگی‌های رفتاری کودکان است که روان‌شناسان آن را اقتضای سن کودک می‌دانند. در این مورد اغلب حساسیت دخترها بیشتر از پسرها است و این کار معلم در مدرسه مختلط را سخت می‌کند. معلم جوان ما از این چالش این‌طور می‌گوید: «حسادت بین بچه‌ها بسیار زیاد است! هم پسرها می‌گویند دخترها را بیشتر دوست داری، هم دخترها عکس این جمله را می‌گویند. تازه فقط این نیست. من در مدرسه با بچه‌های پایه‌های دیگر هم خوش و بش می‌کنم. گاهی بچه‌های پایه‌های بالاتر شوخی می‌کنند، گاهی هم بچه‌های پایه‌های پایین‌تر را بغل می‌کنم. بعد دخترهای خودم شاکمی می‌شوند که آقا شما کلاس اولی‌ها را بیشتر دوست دارید که بغلشان کردید؟»

### خلاقیت بدون امکانات

پوریا ترابی معلم مدرسه‌ای روستایی است که امکانات چندانی ندارد. گذشته از اینکه عدالت آموزشی حکم می‌کند همه بچه‌ها از امکانات کافی برخوردار باشند اما آقای ترابی معتقد است با امکانات کم هم می‌شود کارهای تاثیرگذاری کرد و مفاهیم را در ذهن کودک نشانده: «من در حال حاضر سربازمعلم هستم و قرار است دو سال سربازی‌ام را در آموزش و پرورش بگذرانم. از دوره آموزشی که رفتم یک لباس سربازی داشتم. پارسل وقتی می‌خواستم حرف «سین» را درس بدهم، با لباس سربازی به مدرسه رفتم. بچه‌ها خیلی کیف کردند و خیلی خوب در ذهنشان ماند. گاهی از این دست کارهای خلاقانه می‌کنم. بعضی کارها نیازمند امکانات است. مثلا ما در مدرسه ویدیو پرزکتور نداریم و من نمی‌توانم موسیقی، فیلم یا چنین چیزهایی را سر کلاس پخش کنم. بعضی کارهای دیگر هست که امکاناتی هم نمی‌خواهد ولی تاثیر زیادی دارد. مثلا یک دعایی حضرت موسی (ع) در قرآن دارد که می‌گوید: «رب اشرح لی صدری...». این را من اول صبح همیشه سر کلاس می‌خوانم و الان همه بچه‌ها حفظ شده‌اند. گاهی لازم نیست کار خاصی کنم، فقط کافی است روی یک کار خوب مدامت کنم. بچه‌ها خودشان الگوبرداری می‌کنند. من اگر هر روز صبح اول کلاس بسبم الله بگویم، بچه‌ها یاد می‌گیرند. یا اگر سعی کنم جلوی بچه‌ها تمیز باشم یا مثلا اگر آشغالی روی زمین افتاد من بردارم، همین کافی است و معلم کار خودش را کرده. بچه‌ها سریع الگوبرداری می‌کنند. او از دیگر کارهای خلاقانه خود هم برایمان می‌گوید: «ما در کلاس یک زنگ به نام زنگ نظافت داریم. بچه‌ها سر این زنگ باید با خودشان دستمال و شیشه‌پاک‌کن و هر چیزی که می‌توانند بیاورند و کلاس را تمیز کنند. مستخدم نهایتاً کف کلاس را نظافت می‌کند اما بچه‌ها در این زنگ نیمکت‌ها و در و دیوار را هم تمیز می‌کنند. این هم اهمیت نظافت و تمیزی را به بچه‌ها یاد می‌دهد و هم آن‌ها را مسئولیت پذیر می‌کند.»

### هر بی‌قانونی پیامدی دارد

سیستم تشویق و تنبیه برای کودکان دبستانی مسئله مهمی است. تنبیه باید طوری باشد که هم کودک را از عواقب کارش آگاه کند و هم باعث سرخوردگی او نشود. از آقای ترابی درباره روش تنبیهش در کلاس پرسیدیم: «ما جریمه داریم که بیشتر برای بی‌انضباطی است. مثلا چند بار می‌گویی فلانی سرچایت بنشین، وسط کلاس راه نرو، وقتی گوش نمی‌کند جریمه می‌دهیم. جریمه‌ها این‌طوری هستند که همه از روی فلان خط کتاب یک بار بنویسند، تو سه بار. یک تفرندی را هم اخیراً از یک معلم باسابقه یاد گرفتم که اجرا هم کردم. یک روز که تعداد زیادی از بچه‌ها شلوغ می‌کردند، به حدود ۱۰ نفر جریمه خیلی سنگینی دادم. مثلا ۲صفحه بنویسند. از طرفی بچه‌ها شاکمی شدند که خیلی زیاد است، از طرفی خانواده‌ها تماس می‌گرفتند که کمترش کنم. اما پشت این کار برنامه‌ای بود. من زیاد دنبال اینکه واقعا آن جریمه را بنویسند نبودم ولی این باعث شد بعد از آن هر موقع حرف از جریمه می‌شود جدی بگیرند. رفتندرفته منم بچه‌ها را بیشتر برایشان باز کردم. گفتم دیگر بگویم جریمه، بگویم پیامد. تو وقتی سر کلاس حرف زنی، این یک پیامدی دارد. هر عملی که عکس العملی دارد. وقتی تو یکی را می‌زنی، او هم ممکن است تو را بزند. این‌ها را با زبان شوخی و خنده یا مثال گونه برایشان می‌گویم. مثلا گفتم با دستانت محکم روی مین بزنی. وقتی زند گفتم دردتان هم گرفت؟ گفتمد بله. گفتم ببینید، وقتی می‌زنی پیامدش درد گرفتن دستانت است. حالا وقتی تو با دوستت سر کلاس دعوا می‌کنی هم پیامدش جریمه‌ای می‌شود که باید مثلا مشق بیشتری بنویسی. جریمه و پیامد هم تقصیر من نیست، تاثیر کارتان است. آقای معلم از کاری که می‌کند هدفی دارد. او می‌خواهد به بچه‌ها درس قانونمندی بدهد: «من سه تا قانون هم برای کلاسم گذاشتم و گفتم‌ام اگر این سه قانون را رعایت کنی، مشکلی در کلاس نخواهیم داشت. اول اینکه «بی‌اجازه از سرچایم بلند نشوم»، دوم اینکه «موقع حرف زدن از معلم خود اجازه بگیرم» و سوم «به محض اینکه بگویم زنگ خورد، از کلاس خارج شوم». گفتم تقریباً ۹۵درصد عوایها و بی‌انضباطی‌های کلاس مربوط به این موارد است. به نظرم بچه‌ها از الان باید یادبندنی به قوانین را یاد بگیرند. اگر الان یاد نگیرند می‌شوند مثل کسی که در اتوبان با سرعت ۱۶۰تا از کنار ت رد می‌شود. این فرد در کودکی معلمش یادش نداده باید قانون را رعایت کند و اگر رعایت نکند دچار پیامد می‌شود. او از سختگیری‌ها و خطوط قرمزش در کلاس هم این‌طور گفت: «بچه‌های افغان مدرسه اغلب درشان ضعیف است و اصلا خیلی سر کلاس‌ها مظلومانند. گاهی بچه‌ها مسترهمشان می‌کنند که من به شدت با این کار برخورد می‌کنم. سر هر کار اشتباهی که بگویم عزیزم این کار زشت است، سر مسخره کردن خیلی جدی برخورد می‌کنم. همه بچه‌ها متوجه شده‌اند که مسخره کردن خط قرمز من است. به نظرم سر برخی مسائل لازم است از شکل و شمایل آن معلم مهربان فاصله‌گیری تا دانش‌آموز بفهمد این کارش قهقذر زشت است.



# اخبار حوزه بانوان

### ساخت پارک بانوان شهر قشم تصویب شد

اعضای شورای شهر قشم در آخرین نشست پاییزی خود، ساخت نخستین پارک ویژه بانوان در این شهر را تصویب کردند.

در آخرین جلسه پائیزی شورای اسلامی در شهر قشم، اعضای این شورا بر ساخت هرچه زودتر نخستین پارک ویژه بانوان در این شهر اتفاق نظر داشتند و آن را به تصویب رساندند.

اعضای این شورا با قدردانی از همکاری سازمان منطقه آزاد قشم تا کنون مقرر کردند برای واگذاری زمین مورد نیاز پارک بانوان و پیگیری مراحل ساخت و تامین تمامی امکانات مورد نیاز یک پارک در شان بانوان، تا حصول نتیجه تلاش کنند. در این جلسه تاکید شد، بانوان به عنوان بخش مهمی از جامعه شهری با داشتن یک فضای مناسب ورزشی می‌توانند زمانی از وقتشان را با هدف تقویت سلامت روح و جسم خود و در نتیجه انتقال روحیه مثبت به کانون خانواده به کار بگیرند. براساس این گزارش مقرر شد در این پارک ویژه بانوان، فضای سبز مناسب به همراه وسایل مورد نیاز فعالیت‌های ورزشی با توجه به فرهنگ اسلامی و عرف جامعه، از سوی شهرداری قشم تامین شود.

### نفرات برتر تنیس قهرمانی دختران کشور معرفی شدند

نفرات رقابت‌های تنیس رده‌های سنی دختران کشور معرفی شدند. آخرین روز رقابت‌های تنیس رده‌های سنی کشور با انجام دیدارهای فینال ۵ رده سنی در زمین‌های تنیس باشگاه پیام تهران برگزار شد تا پرونده این مسابقات با معرفی چهره‌های برتر بسته شود.

اسامی نفرات برتر به این شرح است:

- رده سنی کمتر از ۱۰ سال: ۱- ملینا پارسا ۲- لایون حکیمی ۳- سوگند عالی‌شاهی و الناصح پور
- رده سنی کمتر از ۱۲ سال: ۱- عسل فرحبندیا ۲- کیمیا کمالیان ۳- عسل رحیمیان و رومینا رافی‌پور
- رده سنی کمتر از ۱۴ سال: ۱- آیلین محمدیان فرد ۲- زهرا ملک‌پور افشار ۳- عسل فرحبندیا و کیمیا کمالیان
- رده سنی کمتر از ۱۶ سال: ۱- سارینا داوری ۲- زهرا ملک‌پور افشار ۳- ملیسا پارسا و آیلین محمدیان فرد
- رده سنی کمتر از ۱۸ سال: ۱- کیمیا ثاقب تهرانی ۲- آریکا جعفر ۳- سارا تیموری و ترانه طاهریان

شهرزاد لازم‌زاده سرداوری این دوره از مسابقات را بر عهده داشت.

### "الهام حسینی" بهترین دختر وزنه‌بردار ایران در جهان شد

دختر تاریخ‌ساز وزنه‌برداری ایران بهترین ورزشکار ایرانی این رشته در بخش زنان شد و در جایگاه هجدهم دسته ۸۱ کیلوگرم قرار گرفت. سیده‌الهام حسینی که در مسابقات قهرمانی ۲۰۲۲ آسیا موفق به کسب سه مدال طلا در دسته ۸۱ کیلوگرم شده بود با قرار گرفتن در رتبه ۱۸ جهانی این دسته، بهترین عنوان یک دختر ایرانی در رنکینگ فدراسیون بین‌المللی وزنه‌برداری را از آن خود کرد. زینب شیخ‌ارباب با رنکینگ ۴۰ در دسته ۸۷ کیلوگرم و فاطمه یوسفی با رنکینگ ۴۱ در دسته به‌اضافه ۸۷ کیلوگرم در جایگاه های دوم و سوم قرار دارند.

ابریشم ارجمندخواه با قرار گرفتن در جایگاه ۵۵ دسته ۷۶ کیلوگرم عنوان چهارم و پریسا نورعلی نیز با رتبه ۵۸ در جایگاه پنجم دختران ایرانی در سطح جهان قرار گرفته است. نورعلی نیز مانند ارجمندخواه در دسته ۷۶ کیلوگرم وزنه می‌زند.

پوپک بسامی در دسته ۵۵ کیلوگرم با رکورد مجموع ۱۶۵ کیلوگرم رتبه ۸۷، فاطمه کشاورز در دسته ۵۹ کیلوگرم با رکورد مجموع ۱۷۵ کیلوگرم رتبه ۹۹، پوپک بسامی در دسته ۵۹ کیلوگرم با رکورد مجموع ۱۷۰ کیلوگرم رتبه ۱۰۹، فاطمه کشاورز در دسته ۶۴ کیلوگرم با رکورد مجموع ۱۸۰ کیلوگرم رتبه ۹۴، شینا آمانی در دسته ۶۴ کیلوگرم با رکورد مجموع ۱۷۶ کیلوگرم رتبه صد، فروغ یونسی در دسته ۶۴ کیلوگرم با رکورد مجموع ۱۷۱ کیلوگرم رتبه ۱۰۷، الهه رزاقی در دسته ۷۱ کیلوگرم با رکورد مجموع ۲۰۱ کیلوگرم رتبه ۷۲، فروغ یونسی در دسته ۷۱ کیلوگرم با رکورد مجموع ۱۸۳ کیلوگرم رتبه ۱۱۵، ابریشم ارجمندخواه در دسته ۷۶ کیلوگرم با رکورد مجموع ۲۰۲ کیلوگرم رتبه ۵۵، پریسا نورعلی در دسته ۷۶ کیلوگرم با رکورد مجموع ۲۰۰ کیلوگرم رتبه ۵۸، الهام حسینی در دسته ۸۱ کیلوگرم با رکورد مجموع ۲۲۷ کیلوگرم رتبه ۱۸، زینب شیخ‌ارباب در دسته ۸۷ کیلوگرم با رکورد مجموع ۲۰۶ کیلوگرم رتبه ۴۰ و فاطمه یوسفی در دسته به‌اضافه ۸۷ کیلوگرم با رکورد مجموع ۲۲۱ کیلوگرم رتبه ۴۱ را به خود اختصاص دادند.

### "فاطمه محمدخانی" سرمربی هندبال فولاد هرمزگان شد

فاطمه محمدخانی سرمربی نام آشنای هندبال ایران، هدایت فولاد هرمزگان را برعهده گرفت.

محمدخانی که در کارنامه خود سرمربیگری فولاد مبارکه سپاهان اصفهان، سرمربیگری تیم شهید شاملی کازرون و مربیگری تیم ملی نوجوانان

کشورمان را در کارنامه دارد با تیم ملی نوجوانان عنوان قهرمانی آسیا و صعود به جمع ۱۶ تیم برتر جهان را بدک می‌کشد.

### سرمربی تیم فوتسال بانوان فولاد هرمزگان:

از نمایش بازیکنانم بسیار راضی هستم نیم فصل دوم را با قدرت شروع می‌کنیم

سرمربی تیم فوتسال بانوان فولاد هرمزگان گفت: امیدوارم با استراحتی که بین دو نیم فصل دارند، بتوانند فصل دوم را خوب شروع کنند.

کلتوم دارا پس از شکست برابر هیئت فوتبال امل، افزود: بازی بسیار خوبی را پشت سر گذاشتیم و موقعیت های زیادی خلق کردیم.

وی با بیان اینکه واقعا از بازیکنانم در نیمه دوم راضی هستم چرا که تمام نکاتی را که در نیمه بازی گفتیم را رعایت کردند، اظهار کرد: موقعیت های خیلی زیادی را داشتیم و در نیمه دوم تمام مالیکت توپ در اختیار تیم ما بود ولی از موقعیت هایمان استفاده نکردیم و نتوانستیم گلی را به ثمر برسانیم.

دارا بیان کرد: از نمایش بازیکنانم بسیار راضی هستم و امیدوارم با استراحتی که بین دو نیم فصل دارند، بتوانند فصل دوم را خوب شروع کنند. تیم فوتسال فولاد هرمزگان در هفته پایانی رقابت‌های لیگ برتر فوتسال بانوان کشور پنجشنبه اول دی ماه در سالن فجر بندرعباس با نتیجه ۲ بر صفر به سود هیئت فوتبال امل به پایان رسید.

### صدور و تمدید بیش از ۱۱ هزار مجوز صنایع دستی در هرمزگان

معاون صنایع دستی اداره کل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی هرمزگان گفت: طی ۹ ماهه سال جاری، بیش از ۱۱ هزار مجوز صنایع دستی در استان صادر و تمدید شده است.

ساناز رمچی روز یکشنبه ۴ دی ماه ۱۴۰۱ با بیان این مطلب گفت: از این تعداد ۱۰۴۹۸ کارت شناسایی، ۱۴۱۵ پروانه تولید انفرادی و ۲ پروانه تولید کارگاهی و ۱۷ فقره جواز تأسیس کارگاهی بوده است.

معاون صنایع دستی اداره کل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی هرمزگان با اشاره به اینکه نزدیک به ۸۵ هزار هنرمند و صنعتگر صنایع‌دستی در استان شناسایی شده که همگی دارای مجوز صنایع‌دستی هستند، افزود: بیشتر این صنعتگران در رشته‌های گلابتون دوزی، خوس دوزی، گلیم‌بافی، حصیربافی، صنایع دستی دریایی، سفالگری و... فعالیت دارند.

او تأکید کرد: هنرمندان با دریافت این مجوزها از تسهیلاتی همچون وام مشاغل خانگی و بیمه شاغلان صنایع‌دستی و مزایایی همچون شرکت در نمایشگاه‌های منطقه‌ای، ملی و بین‌المللی بهره‌مند می‌شوند.

### رنکینگ تاریخی تیم ملی پینگ‌پنگ زنان ایران در جهان:

دختران پینگ پنگ ایران برای اولین بار به رتبه زیر ۴۰ صعود کردند

فدراسیون جهانی تنیس روی میز به تازگی رنکینگ تیم‌های ملی را اعلام کرده است که بر اساس آن زنان پینگ‌پنگ باز ایران برای اولین بار به رتبه زیر ۴۰ صعود کرده‌اند.

آخرین رنکینگ تیم ملی تنیس روی میز زنان ایران ۴۹ بود اما در رنکینگ جدید با ۱۴ پله صعود در جایگاه ۳۵ دنیا قرار گرفته است.

تیم ملی پینگ‌پنگ زنان ایران در چند سال اخیر توانسته موفقیت‌هایی را کسب کند. از جمله اینکه در مهر ۱۴۰۰ در جایگاه نهم مسابقات قهرمانی آسیا قرار گرفت و نسبت به دور قبل دو پله ارتقا رتبه داشت. زنان ملی‌پوش ایران موفق شدند پس از ۴۹ سال به جمع ۱۰ تیم برتر آسیا صعود کنند و سهمیه حضور در فینال قهرمانی جهان را هم به دست بیاورند. همچنین در ادامه به مدال طلای بازی‌های کشورهای اسلامی در بخش تیمی دست پیدا کردند و در بخش انفرادی هم ندا شهسواری به مدال نقره رسید.

بازی‌های آسیایی پیش‌روست و تیم ایران شانس این را دارد که در رقابت با قدرت‌های تنیس جهان که در آسیا حضور دارند، محکی جدی بخورد و ضمن کسب تجربه برای دوره‌های بعد، جایگاه خود را نیز در رنکینگ جهانی ارتقا بدهد.

### سارا خادم‌الشریعه به اسپانیا مهاجرت کرد

سارا خادم‌الشریعه قصد بازگشت به ایران را ندارد. زن شماره یک شطرنج ایران که تصاویر عکس‌های بی‌حجابش در چند روز اخیر در مسابقات قهرمانی جهان در آلمانی خبرساز شده، تصمیم گرفته به اسپانیا مهاجرت کند.

او به همراه همسر و فرزند خردسالش از همان قزاقستان راهی یکی از شهرهای اسپانیا می‌شود که نخواستند نام این شهر منتشر شود.

سارا سادات خادم‌الشریعه در رقابت‌های شطرنج قهرمانی آلمانی در قزاقستان بدون روسری در همان دور نخست حاضر شد.

مشخص نیست کارهای اقامت سارا خادم‌الشریعه در اسپانیا چقدر طول بکشد، ولی مشخصا این موضوع زمان بر خواهد بود.

ضمن اینکه همسر سارا خادم‌الشریعه پاسپورت کانادایی هم دارد.

سارا بعد از علیرضا فیروزجا که این روزها به فرانسه مهاجرت کرده و برای آن کشور اروپایی مسابقه می‌دهد، دومین استعداد برتر شطرنج ایران است که کشور را ترک می‌کند.

### پس از حادثه دلخراش اصابت گلوله به دختر بستکی در

جریان تعقیب و گریز پلیس؛

### دستور ویژه فرمانده کل انتظامی کشور برای رسیدگی به

پرونده فوت دختر اهل بستک

فرمانده کل انتظامی کشور دستور ویژه ای را در خصوص رسیدگی و پیگیری پرونده فوت یکی از سرنشینان خودرو که در جریان تیراندازی و تعقیب و گریز پلیس در شهر بستک استان هرمزگان مورد اصابت قرار گرفته بود صادر کرد.

سردار " حسین اشتری " ضمن تسلیت به خانواده محترم مرحومه دستور ویژه ای را در خصوص رسیدگی و پیگیری فوری فوت دخترخانم اهل بستک که دیروز در جریان تیراندازی و تعقیب و گریز خودرو مشکوک در شهرستان بستک هرمزگان رخ داد، صادر و طی آن بازرسی کل فراجا را مأمور رسیدگی به این پرونده کرده است.

در این دستور تأکید شده است در صورت احراز قصور یا تخلف در این حادثه مسبب آن، بدون هیچ گونه اغمازی برخورد قانونی خواهد شد.

### نرخ سزارین در ایران ۳ برابر استاندارد جهانی!

مدیرکل اقتصاد و درمان سازمان نظام پزشکی با بیان اینکه طبق استاندارد جهانی، نرخ سزارین در هر کشور نباید بیش از ۲۵ درصد کل زایمان‌ها باشد، گفت: غالب زایمان‌ها در ایران تا ۳۵ سال قبل از نوع طبیعی بود اما به تدریج با توسعه زندگی شهری و درد بسیار زیاد زایمان طبیعی، نرخ سزارین بالا رفت.

دکتر انیسیان، مدیرکل اقتصاد و درمان سازمان نظام پزشکی اظهارکرد: طبق استاندارد جهانی، نرخ سزارین در هر کشور نباید بیش از ۲۵ درصد کل زایمان‌ها باشد. زایمان یک فرآیند کاملاً طبیعی است و به جز موارد ضروری که جان مادر و نوزاد در خطر باشد نباید در فرآیند زایمان طبیعی مداخله کرد. مدیرکل اقتصاد و درمان سازمان نظام پزشکی با اشاره به چرایی کاهش نرخ زایمان طبیعی در کشور گفت: غالب زایمان‌ها در ایران تا ۳۵ سال قبل از نوع طبیعی بود اما به تدریج با توسعه زندگی شهری و درد بسیار زیاد زایمان طبیعی، نرخ سزارین بالا رفت.

انیسیان ادامه داد: سیاست‌های تعرفه‌ای، افزایش ریسک‌پذیری متخصصان زنان به سمت سزارین و این نگرانی و تصور که زایمان طبیعی باعث آسیب به اندام‌های لگنی و افتادگی مثانه می‌شود باعث شد رغبت عمومی به سمت سزارین بیشتر شود.

وی با بیان اینکه عوارض زایمان طبیعی در ایران بالاست که این مسئله باید مدیریت شود گفت: این در حالیست که سزارین تمام عوارض یک عمل جراحی اعم از عوارض بیهوشی، چسبندگی ارگان‌های داخل شکم و خونریزی را دارد درصورتیکه زایمان طبیعی یک فرآیند فیزیولوژیک و ارجح است. مدیرکل اقتصاد و درمان سازمان نظام پزشکی که در برنامه‌های رادیویی صحبت می‌کرد، از ضعف ساختار آموزش مامایی در کشور انتقاد و اظهار کرد: ساختار آموزش پزشکی به سمت سزارین است که بخشی از علت آن ناشی از قوانین کشورمان است.

در ادامه، دکتر صابر جباری- رئیس اداره جوانی وزارت بهداشت با بیان اینکه نرخ سزارین در ایران سه برابر استاندارد جهانی است، گفت: نرخ ایده‌آل جهانی سزارین ۱۵ درصد و نهایتاً ۲۵ درصد است، اما نرخ سزارین در ایران به ۵۵ درصد می‌رسد.

وی افزود: زایمان یک پدیده طبیعی و فیزیولوژیک است و به سلامت مادر و کودک نیز کمک زیادی می‌کند اما طی این سال‌ها به دلیل تغییر فرهنگ عمومی در سبک زندگی مردم و نظام سلامت متأسفانه درخواست سزارین‌های القایی مادران افزایش پیدا کرده است که یک آفت بزرگ برای نظام سلامت کشور محسوب می‌شود.

رئیس اداره جوانی وزارت بهداشت با بیان اینکه در حال حاضر کشورهای پیشرفته زایمان طبیعی را ترویج و تبلیغ می‌کنند، اظهار کرد: متأسفانه آمار سزارین اول (شکم اول) در ایران بسیار بالاست و همین موضوع، دستاویزی برای انجام سزارین‌های بعدی شده است.

جباری خاطر نشان کرد: مجلس شورای اسلامی در قانون «جوانی جمعیت»، وزارت بهداشت را مکلف کرده که میزان سزارین را سالانه ۵ درصد کاهش و زایمان طبیعی را افزایش دهد تا جایی که به استاندارد جهانی برسد. وی با بیان اینکه بیشتر مادران ایران از مزایا و معایب زایمان طبیعی و سزارین آگاه نیستند، گفت: سیاست‌گذاری صحیح در این زمینه، اصلاح نظام تعرفه‌گذاری و اعتباربخشی بیمارستان‌های خصوصی است که می‌تواند آمار سزارین را کاهش دهد.

رئیس اداره جوانی وزارت بهداشت، فرهنگ‌سازی عمومی در راستای آگاهی‌سازی مردم در این خصوص را ضروری خواند و افزود: با زایمان طبیعی امکان شیردهی زودتر به کودک فراهم می‌شود و مدت بستری کوتاهی هم در بیمارستان دارد و عوارض آن به مراتب کمتر است

# چرا نباید درباره بدن دیگران اظهار نظر کنیم؟

گزارش: ایرنا



ممکن است فکر کنید اظهار نظر درباره ظاهر دیگران بی ضرر یا حتی مفید است، اما این تفکر غلط است. وقتی درباره بدن شخص دیگری نظر می‌دهیم، در واقع به آن شخص می‌گوییم که باید بدنش شکل یا اندازه خاصی داشته باشد. در صورتی که ظاهر یا شکل بدن این فرد با قالب پیشنهادی این فرهنگ مغایرت داشته باشد، احساس بیهودگی می‌کند.

یکی از اشتباه‌ترین کارهایی که ممکن است گاهی حتی کاملاً ناخودآگاه انجامش دهیم، اظهار نظر درباره ظاهر دیگران است. تابه‌حال جملاتی مانند «وای چرا این قدر چاق شدی؟» یا «وای چرا این قدر لاغر شدی؟» را به کسی گفته‌اید؟ شاید واقعا از پرسیدن این سوالات منظوری نداشته باشید، اما همین جمله کوتاه می‌تواند اعتماد به نفس طرف مقابل را از بین ببرد. مکالمات این‌چنینی باعث ایجاد احساس نامنی و تداوم نگرش فرهنگ تغذیه می‌شود. می‌خواهید بدانید که چرا نباید درباره بدن دیگران اظهار نظر کنیم؟

فرهنگ تغذیه چیست؟ ما در جامعه‌ای زندگی می‌کنیم که تحت‌تأثیر فرهنگ تغذیه است. سوزان آلبرس، روان‌شناس بالینی در کلینیک کلیولند و نویسنده نیویورک تایمز، می‌گوید: بیشتر مردم معتقدند که شکل ظاهری به‌ویژه لاغری مهم‌تر از سلامتی است.

به‌گفته اما لینگ، دکترای تغذیه از دانشگاه جورجیا، فرهنگ تغذیه تمایل به ترویج باورهای خوب و بد دارد، به‌خصوص زمانی که مسئله غذا خوردن، محدود کردن کالری یا تشویق به ورزش کردن به میان می‌آید. این فرهنگ باعث می‌شود افرادی که معیارهای زیبایی را ندارند یا به‌اندازه کافی غذای سالم نمی‌خورند، مدام احساس گناه، بی‌ارزشی یا اضطراب کنند.

لینگ می‌گوید: اگر فردی به‌دلیل جثه بزرگ‌تر یا کمی اضافه‌وزن این معیارهای کاذب را نداشته باشد، فرض بی‌اساس در فرهنگ تغذیه این است که او تنبل است یا اراده ندارد.

چرا نباید درباره ظاهر افراد اظهار نظر کنیم؟ ممکن است فکر کنید اظهار نظر درباره ظاهر دیگران بی‌ضرر یا حتی مفید است، اما این تفکر غلط است. لیزا ان. فولدن، فیزیوتراپیست، توضیح می‌دهد: «وقتی درباره بدن شخص دیگری نظر می‌دهیم، در واقع به آن شخص می‌گوییم که باید بدنش شکل یا اندازه خاصی داشته باشد.» در صورتی که ظاهر یا شکل بدن این فرد با قالب پیشنهادی این فرهنگ مغایرت داشته باشد، احساس بیهودگی می‌کند.

معمولاً وقتی فردی اضافه‌وزن دارد، بقیه این تصور را دارند که «خودش را رها کرده است»؛ در حالی که ممکن است سبک زندگی او طوری باشد که منظم ورزش کند، مقدار زیادی آب بنوشد، خواب عالی داشته باشد و استرس خود را مهار و به سلامت روانش توجه کند. با توجه به این سبک زندگی، می‌توانیم بگوییم این فرد سالم است، اما الگویی که فرهنگ نادرست ایجاد کرده است باعث می‌شود فکر کنیم فردی است که به سلامت‌ش اهمیت نمی‌دهد.

چرا اظهار نظر درباره وزن افراد اشتباه است؟

۱. ممکن است محرک باشد شما از تمام تجربیات فرد در طول زندگی‌اش مطلع نیستید. مثلاً شاید فرد در گذشته دچار اختلال خوردن بوده باشد. اگر چه ممکن است شما

می‌دهد بدن ما چگونه باید به این عوامل واکنش نشان دهد.

۵. باعث نامیدی فرد می‌شود اگر فردی وزن کم کرده باشد (حتی عمدی)، ممکن است ظاهر کنونی‌اش همان چیزی نباشد که امیدوار بوده است به آن دست یابد. اظهار نظر درباره ظاهر این فرد احساس بدی به او می‌دهد و باعث افزایش احساس ناراحتی او می‌شود.

پس چه کنیم؟ شاید اظهار نظر درباره ظاهر فرد، به‌خصوص وزن او، زمانی که بعد از مدت‌ها او را می‌بینید یا وقتی که فرد ظاهرش را بسیار تغییر داده است، طبیعی به نظر برسد. با این حال، بهتر است در هیچ شرایطی درباره ظاهر دیگران اظهار نظر نکنید. بدن باید تغییر کند و وزن و ظاهر در فصول مختلف زندگی در نوسان هستند. به‌عقیده کینان میلر انواع دیگر تعریف‌ها (درباره شخصیت یا دستاوردهای زندگی) بسیار تشویق‌کننده‌تر و قدرتمندتر از اظهار نظر درباره وزن یا ظاهر فردند. او معتقد است که همه ما باید به عزیزانمان بفهمانیم که سیرت زیبای آنها را می‌بینیم و برای ارزش قائلیم.

میلر می‌گوید: «وقتی کسی را می‌بینید، کافی است بگویید که چقدر از دیدنش هیجان‌زده‌اید یا چیزی را در وجودش تحسین کنید که واقعا برایتان ارزشمند است.» اگر یکی از دوستان یا عزیزانتان موضوع کاهش یا افزایش وزنش را مطرح کرد، به او بگویید به‌نظر من تو از اول هم زیبا بودی و حالا هم به‌نظم زیبایی.

سخن پایانی وزن و ظاهر مسائلی شخصی هستند که افراد معمولاً روی آنها حساس‌اند. گاهی حتی اظهار نظری کوچک و بدون منظور باعث ناراحتی طرف مقابل می‌شود، حتی تا حدی که ترجیح بدهد ارتباطش را با دیگران قطع کند. پس بیشتر مراقب حرف‌هایتان باشید.

واقعا از اظهار نظر درباره این شخص نیت بدی نداشته باشید، لینگ هشدار می‌دهد که اظهار نظر درباره وزن فرد می‌تواند او را به عادات خطرناک و ناسالم برای تغییر ظاهرش تشویق کند.

۲. ممکن است تغییرات وزن به‌خاطر ابتلا به بیماری باشد گاهی تغییر اندازه بدن نتیجه نوعی بیماری یا شرایط پزشکی مربوط به جسم یا روان است. کاهش وزن هم ممکن است به‌علت نوعی بیماری مانند سرطان یا بیماری خودایمنی باشد. طبق تحقیقات، کاهش وزن ناخواسته در افراد بالای ۶۵ سال با افزایش خطر ابتلا به بیماری و مرگ‌ومیر همراه است. برخی از بیماری‌هایی که معمولاً سبب کاهش وزن بی‌دلیل می‌شوند، عبارت‌اند از:

سرطان؛ بیماری‌های قلبی-عروقی؛ بیماری کبدی.

۳. در صورت برگشت به وزن سابق، منجر به شرمندگی فرد می‌شود طبق تحقیقات، حتی کسانی که موفق می‌شوند با رژیم غذایی وزن کم کنند هم خیلی اوقات به وزن قبلی برمی‌گردند. دکتر دانیل کینان میلر، روان‌شناسی در لس آنجلس، می‌گوید: با توجه به اینکه بعید است افراد بتوانند کاهش وزن کوتاه‌مدت را حفظ کنند، تحسین کاهش وزن باعث می‌شود این افراد هنگام بازگشت وزنشان از مواجهه با افراد بترسند و خودشان را سرزنش کنند.

۴. تنظیم وزن همیشه امکان‌پذیر نیست برخلاف اعتقاد بسیاری از ما، تعیین وزن همیشه در اختیار ما نیست. به‌گفته دکتر لینگ، وزن فرد میزان چربی یا توده عضلانی او را دقیق تخمین نمی‌زند، علاوه بر این، ظاهر و شکل بدن تا حد زیادی ارثی است و نمی‌شود فقط با رعایت برخی نکات تنظیمش کرد. نوسان وزن ممکن است به دلایلی مانند تغییر در توده عضلانی، وضعیت هورمونی و آبرسانی بدن رخ بدهد و افزایش وزن معمولاً شاخصی است که نشان

## سرنوشت کودکانی که به خاطر کرونا «پدر و مادر» خود را از دست دادند چه شد؟

داده‌اند، اما فرهنگ مردم ما به گونه‌ای است که همیشه حمایت از این کودکان را در کانون خانواده و فامیل در دستور کار خود قرار می‌دهند و کمتر پیش می‌آید که کار نگهداری آنان به بهزیستی سپرده شود.

مدیرکل کودکان و نوجوانان سازمان بهزیستی کشور با اشاره به زلزله کرمانشاه ادامه می‌دهد: همین اتفاق در زلزله کرمانشاه نیز افتاد و با این که خانواده‌های زیادی دچار آسیب شدند اما هیچ کودکی به سبب از دست دادن والدین در زلزله وارد مراکز بهزیستی نشد.

بابایی یادآور می‌شود: اصولاً در استان‌هایی که بافت بومی و فرهنگی قوی دارند، کودکان کمتری وارد مراکز بهزیستی می‌شوند و در صورت نیاز سازمان بهزیستی از این کودکان در خانواده جایگزین آنان که توسط اقوام نزدیک آنان نگهداری صورت می‌پذیرد، حمایت و نظارت می‌کند. ایسنا

۲۰ کشور بررسی شده در قاره‌های مختلف، در جایگاه ششم قرار دارد. به تعبیر دیگر، تعداد کودکان یتیم شده در بازه زمانی مذکور از تعداد افراد فوت‌شده پیشی گرفته است.

از این میزان، تعداد کودکانی که پدر خود را از دست داده‌اند بین ۲ تا ۵ برابر بیشتر از کودکانی است که مادر خود را از دست داده‌اند.

در این راستا، سعید بابائی، مدیرکل کودکان و نوجوانان سازمان بهزیستی کشور در پاسخ به این سوال که آیا در دوران شیوع ویروس کرونا کودکانی که هردو سرپرست خود (هم پدر و هم مادر) را از دست داده و به مراکز نگهداری بهزیستی تحویل داده شده باشند نیز وجود داشته است؟ به ایسنا می‌گوید: هیچ کودکی به سبب از دست دادن والدین به مراکز بهزیستی وارد نشد.

وی می‌افزاید: در طول دوران کرونا کودکانی بوده‌اند که یک یا هر دو والد خود را از دست

داده‌اند. اما یک پژوهش تطبیقی که توسط هیلز و همکاران او (در سال ۲۰۲۱) انجام گرفته و توسط سازمان جهانی بهداشت منتشر شده نشان می‌دهد که بر اساس برآورد داده‌های مرگ‌ومیر ناشی از کرونا در ۲۱ کشور مورد مطالعه، ظرف یک سال گذشته، حدود یک‌میلیون و ۴۲ هزار کودک، مرگ حداقل یکی از والدین خود را تجربه کرده‌اند.

در هر هزار کودک، ۱۰۲ کودک در پرو، ۵۱ کودک در آفریقای جنوبی، ۳۵ کودک در مکزیک، ۲۴ کودک در برزیل، ۲۳ کودک در کلمبیا، ۱۵ کودک در ایالات‌متحده آمریکا، ۱۱ کودک در آرژانتین و یک کودک در روسیه یکی از والدین خود را در بازه زمانی ۲۰۲۰ تا ۲۰۲۱ از دست داده‌اند.

این نرخ برای ایران ۱۰۷ کودک به ازای هر هزار کودک است و بر این اساس، کشور ما در میان

براساس آمارهای وزارت تعاون ۱۴ هزار و ۶۱۳ کودک سرپرست خود را به‌واسطه ابتلا به کرونا از دست داده‌اند، در این راستا مدیرکل کودکان و نوجوانان سازمان بهزیستی کشور درخصوص کودکانی که هردو سرپرست خود (هم پدر و هم مادر) را به دلیل کرونا از دست داده‌اند می‌گوید: هیچ کودکی به سبب از دست دادن والدین به مراکز نگهداری بهزیستی وارد نشده است.

وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی زمستان سال گذشته (۱۴۰۰) گزارشی ارائه کرد که با استفاده از داده‌های متوفیات ناشی از کرونا که از وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی اخذ و با داده‌های پایگاه اطلاعات رفاه ایرانیان ترکیب شد، وضعیت خانوارهای دارای کودک و خانوارهای زن سرپرست آسیب‌دیده از کرونا را بررسی کرده بود؛ گزارشی که خلاصه آن نشان می‌داد ۱۴ هزار و ۶۱۳ کودک زیر ۱۸ سال، سرپرست خود را به‌واسطه ابتلا به کرونا از دست

# اخبار حوزه سلامت

## واکسیناسیون پناهندگان و اتباع خارجی از ۲۱ دی ماه در هرمزگان آغاز می شود



واکسیناسیون فلج اطفال، سرخک و سرخچه، کووید ۱۹ در جمعیت پناهندگان و مهاجرین خارجی از دهم لغایت ۲۱ دیماه ۱۴۰۱ اجرا می شود.

رضا صفری معاون فنی معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان امروز در جلسه آموزشی شیوه نامه های برنامه عملیات واکسیناسیون تکمیلی و بیماریابی سل، با بیان اینکه کلیه خدمات بهداشتی و درمانی به جمعیت پناهندگان همانند جمعیت ایرانی بصورت رایگان می باشد، گفت: استان هرمزگان به دلیل برخورداری از موقعیت خاص جغرافیایی پذیرای تعداد زیادی از مهاجرین و پناهندگان کشورهای دیگر به خصوص کشورهای همسایه افغانستان و پاکستان می باشد که باتوجه به وضعیت بهداشتی درمانی جمعیت اتباع نیازهای بهداشتی این جمعیت از بدو ورود در اولویت کاری بهداشت و درمان بوده و همیشه در جهت ارتقای شاخص های بهداشتی در این جمعیت ها برنامه ریزی های لازم انجام می شود.

دکتر طیبه رازنهان مدیر گروه بیماریهای واگیر معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان نیز در این باره گفت: مرحله اول کمپین واکسیناسیون از دهم دی ماه لغایت ۲۱ دی ماه ۱۴۰۱ و مرحله دوم بیماریابی سل از بهمن ماه لغایت فروردین ۱۴۰۲ انجام می شود.

وی افزود: این خدمات شامل واکسن خوراکی فلج اطفال در کودکان زیر ۱.۵ سال، تزریق واکسن سرخک و سرخچه در کودکان ۹ ماهه تا ۱۵ ساله و غربالگری سل در افراد بالای ۱۲ سال و مکمل ویتامین آ در کودکان زیر ۵ سال که در مراکز و پایگاههای سلامت بهداشت سراسر استان در دسترس می باشد.

دکتر رازنهان به هدف برنامه که حفظ سلامت جامعه از طریق ایمن نمودن اتباع غیرایرانی و بیماریابی در آنها بعنوان یک گروه پرخطر اصلی می باشد اشاره کرد و افزود: نقش رابطین سلامت مرتبط با اتباع جهت شناسایی و ارجاع مهاجرین به مراکز خدمات بهداشتی درمانی در این طرح بسیار قابل توجه می باشد.

عبدالسلام رستگار، مسئول واکسیناسیون معاونت بهداشتی نیز با اشاره به واکسیناسیون و بیماریابی خانه به خانه گفت: این روش در مناطقی که اتباع حاضر به مراجعه به مراکز خدمات جامع سلامت و یا خانه های بهداشتی نیستند یا دسترسی به این مراکز سخت است با مراجعه تیم های سیار واکسیناسیون در همان محل فرایند واکسیناسیون انجام می شود.

### سخنگوی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان:

**ابلاغیه ای برای تزریق دوز پنجم واکسن کرونا نداشته ایم / مردم حتماً دوز ۳ و ۴ را در فواصل مشخص تزریق کنند**

سخنگوی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان گفت: ابلاغیه ای برای تزریق دوز پنجم واکسن کرونا نداشته ایم اما افرادی که دوز دوم یا سوم را زده اند، حتماً نسبت به تزریق واکسن اقدام کنند.

«فاطمه نوروزیان»، سخنگوی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان گفت: مراکز بهداشتی دارای ذخیره ای از واکسن کرونا هستند و مردم عزیزمان هر وقت بخواهند می توانند در ساعات کاری این مراکز به آنها مراجعه و واکسن دریافت کنند.

به گفته وی، برای دوز پنجم واکسن کرونا هنوز ابلاغیه ای نیامده است اما مردم حتماً دوز ۳ و ۴ را در فواصل مشخص تزریق کنند.

نوروزیان عنوان کرد: دوز چهارم یا یادآور اول را جدی بگیرید که تأثیر بسیاری در کاهش عوارض ناشی از ابتلا به کرونا بخصوص در واریانتهای جدید آن دارد.

سخنگوی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان توصیه کرد: اگر احساس سرماخوردگی و بیماری تنفسی دارید قرنطینه را جدی بگیرید تا دیگر اعضای خانواده و اجتماع به بیماری مبتلا نشوند.

### سرپرست دانشگاه علوم پزشکی استان:

**موارد مثبت کرونا در هرمزگان کمتر از ۲ درصد است**

سرپرست دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان گفت: موارد مثبت بیماری کرونا در استان زیر ۲ درصد است.

غلامعلی جاودان افزود: از اوایل مهر فوتی ناشی از کرونا و موارد مثبت بستری هم از ۲۵ آذر در استان ثبت نشد.

وی گفت: با توجه به سوبه های جدیدی که در کشورهای آسیای شرقی مشاهده شده است رعایت نکات بهداشتی و واکسیناسیون توصیه می شود.

سرپرست دانشگاه علوم پزشکی استان افزود: اکنون در همه مراکز جامع سلامت در هرمزگان واکسن کرونا تزریق می شود.

جاودان گفت: گروه های سنی ۵ سال به بالا باید پس از ۶ ماه مرحله سوم و چهارم واکسن کرونا را تزریق کنند.

اکنون ۱۲ شهرستان هرمزگان در وضعیت آبی کرونایی قرار دارد و فقط شهرستان جاسک در وضعیت زرد است.

### ایران رتبه ۱۵۵ جهان با نرخ تولد ۱.۶۹ درصد نوزاد را دارد



شاخص میزان باروری کل کشور در زمان محدودی کاهش شدیدی داشته و کمتر از ۲.۱ درصد متوسط نرخ جایگزینی جمعیت کشور است و رتبه ۱۵۵ جهان را با نرخ تولد ۱.۶۹ درصد نوزاد داریم.

بهمن نقی پور رئیس قرارگاه تعالی سلامت و جمعیت آذربایجان شرقی ظهر پنجشنبه در نشست علمی میانی بیولوژیک اصلاح ساختار جمعیت در دانشگاه علوم پزشکی تبریز اظهار داشت: جوانی جمعیت موضوع بسیار مهمی است که امیدواریم با توجه به فرصت محدود چند سال آینده بتوانیم از بحران پیری جمعیت و فقدان نیروی کار و جمعیت جوان در کشور جلوگیری کنیم.

وی خاطر نشان کرد: بحران پیری جمعیت عاملی است که در آینده زمینه ساز بحران های متعدد در حوزه های اجتماعی، اقتصادی و دیگر حوزه ها خواهد شد و باید با انجام اقدامات عملی و فوری از این اتفاق نگران کننده پیشگیری و برای ارتقا سلامت جامعه تلاش کنیم.

سیر نزولی نرخ باروری در کشور و آذربایجان شرقی دبیر قرارگاه تعالی سلامت و جمعیت آذربایجان شرقی و معاون دانشگاه علوم پزشکی تبریز نیز در این نشست علمی اظهار داشت: شاخص میزان باروری کل کشور در زمان محدودی کاهش شدیدی داشته و کمتر از ۲.۱ درصد متوسط نرخ جایگزینی جمعیت کشور است و رتبه ۱۵۵ جهان را با نرخ تولد ۱.۶۹ درصد نوزاد داریم.

حسین حقایی با اشاره به اینکه جزو هشت استان کشور به لحاظ میزان باروری پایین هستیم، افزود: سال ۱۳۶۵ نرخ رشد جمعیت کشور ۳.۹ درصد بوده مه این میزان در سال ۹۸ کمتر به یک درصد کاهش یافته و در حالی که جمعیت سالمند بالای ۶۴ سال کشور در سال ۱۴۰۰ عدد ۱۰.۴ درصد را نشان می داد، طبق پیش بینی ها بر اساس روند فعلی برای سال ۱۴۳۰ این درصد به بیش از ۲۶ درصد خواهد رسید در حالی که این میانگین در سطح جهانی هفت درصد است.

معاون دانشگاه علوم پزشکی تبریز تصریح کرد: طبق سرشماری سال ۱۳۹۵ و بر اساس شاخص های سالخوردگی، آذربایجان شرقی چهارمین استان کشور از لحاظ نسبت بالای جمعیت ۶۵ سال به ۱۵ سال بوده و روند رشد طبیعی جمعیتی استان از سال ۹۶ نسبت به شاخص کشوری کاهش محسوسی داشته و نرخ باروری استان نیز ۱.۶۲ درصد است.

وی گفت: با توجه به این آمار و ارقام و اعلام این حوزه به عنوان یک

آسیب جدی اجتماعی از سوی مقام معظم رهبریدر اوایل دهه ۹۰ شمسی، سال ۱۴۰۰ قانون جوانی جمعیت تصویب و به دانشگاه های علوم پزشکی ابلاغ شد و از فروردین امسال که اولین جلسه قرارگاه تعالی سلامت و جوانی جمعیت استان تشکیل شده، اقدامات متعددی در این زمینه با همکاری ستاد جمعیت استانداری صورت پذیرفته است.

حقایی مطالبه اجرای قانون جوانی جمعیت از ادارات و دستگاه ها، تدوین بوم بحران جمعیت استان، تولید و توزیع بسته های آموزشی در حوزه جمعیت، انجام برنامه های اطلاع رسانی متعدد، استفاده از شبکه ها و بسترهای مختلف دانشگاه و شبکه های مجازی برای آموزش و اطلاع رسانی مردم، پرداخت پاداش ازدواج و فرزندآوری به کارکنان علوم پزشکی را از جمله این اقدامات برشمرد.

معاون دانشگاه علوم پزشکی تبریز تشکیل کمیته استانی مشاورین حین ازدواج، ارایه خدمات به زوجین ناباور و پوشش بیمه ای را بخش دیگری از اقدامات قرارگاه تعالی سلامت و جمعیت استان عنوان و تصریح کرد: طبق ارزیابی کشوری در خصوص اجرای قانون جوانی جمعیت، دانشگاه علوم پزشکی تبریز و آذربایجان شرقی رتبه سوم کشور را کسب کرده اند.

### مدیرعامل بیمه سلامت:

**تمام برندهای دارویی تحت پوشش طرح دارویار قرار**

#### می گیرند

مدیرعامل بیمه سلامت با اشاره به اینکه خوشبختانه بعضی از برندها که در فاز اولیه وارد طرح دارویار نشده بودند با هماهنگی با سازمان غذا و دارو اسامی آن ها را هم دریافت کردیم، گفت: به نظر تا پایان هفته آن برندها هم تحت پوشش و ارز دارو را دریافت می کنند.

محمد مهدی ناصحی در این باره اظهار کرد: بعضی از برندها که در فاز اولیه وارد طرح دارویار نشده بودند، خوشبختانه با هماهنگی که با سازمان غذا و دارو داشتیم، اسامی شان را دریافت کردیم و به نظر تا پایان هفته آن برندها هم تحت پوشش و ارز دارو را دریافت می کنند.

وی توضیح داد: برخی از برندها در لیست ارسالی سازمان غذا و دارو به بیمه ها نیامده بود، آنها دریافت شده و در سامانه اعمال می کنیم تا همه برندهای موجود در کشور نیز بتوانند از ارز دارو استفاده کنند.

### جزییات فوت شش کودک به دلیل آنفلوآنزا در قم



دکتر مجید محبی با اشاره به فوت شش کودک در هفته گذشته در قم گفت: این کودکان در سنین و با بیماری های مختلف در مرکز تخصصی کودکان حضرت فاطمه معصومه سلام الله علیها بستری بودند.

سرپرست معاونت درمان علوم پزشکی قم بیان کرد: ۶ کودک فوت شده در قم دارای بیماری های مختلف بودند

دکتر مجید محبی سرپرست معاون درمان این دانشگاه با اشاره به فوت شش کودک در هفته گذشته در قم گفت: این کودکان در سنین و با بیماری های مختلف در مرکز تخصصی کودکان حضرت فاطمه معصومه سلام الله علیها بستری بودند.

وی افزود: این فوتی ها دارای بیماری با علائم نظیر تشنج های مکرر، سرطان خون و کم خونی شدید، نارسایی حاد کبدی و شوک سپتیک و دو نفر هم با علائم تنفسی بودند.

محبی اظهار کرد: در هفته گذشته ۳ هزار کودک با علائم بیماری های تنفسی و ویروسی به مرکز درمانی حضرت معصومه (س) مراجعه کردند. تاکنون تست کرونای هیچ یک از کودکان بیمار و این شش کودک فوت شده، مثبت گزارش نشده است.

وی گفت: در فصل زمستان شاهد شیوع بیماری های ویروسی و تنفسی در بین کودکان هستیم و خانواده ها باید مراقب سلامتی کودکان خود باشند و از حضور در تجمعات غیر ضروری خودداری کنند

# با سر آشپز = کیک کرمدار آلمانی



مواد لازم  
تخم مرغ ۳ عدد  
پودر شکر دو سوم پیمانه  
وانیل یک دوم قاشق چای خوری  
رنده پوست پرتقال یا لیمو یک دوم قاشق چای خوری  
روغن مایع یک دوم پیمانه  
شیر یک دوم پیمانه  
ماست ۱ قاشق غذا خوری سرپر  
آرد ۲ پیمانه  
بیکیکنگ پودر ۱ قاشق چای خوری  
مواد لازم کرم  
شیر ۳ پیمانه  
شکر یک دوم پیمانه  
تخم مرغ (زده) ۱ عدد  
آرد ۲ قاشق غذا خوری  
نشاسته ذرت ۱ قاشق غذا خوری  
وانیل یک هشتم قاشق چای خوری  
کره ۲۰ گرم  
پودر قند (برای تزئین) به مقدار لازم  
طرز تهیه :

فراز قبل گرم شده با دمای ۱۷۰ درجه به مدت تقریبی ۴۰ تا ۵۰ درجه قرار دهید.  
برای کرم میانی تمام مواد به جز کره را با هم مخلوط کرده باهمزن دستی خوب مخلوط کنید تا یکدست شوند سپس روی حرارت متوسط قرار داده مرتب هم بزنید تا غلیظ شود تقریباً به غلظت فرنی بعد از خاموش کردن کره را افزوده و هم بزنید.  
اجازه دهید کاملاً خنک شود و بعد از اینکه کیک را برش

زدید برای لای کیک استفاده کنید میتوانی برای مرطوب شدن لایه کیک سه قاشق شیر یا شربت یا جای شیرین سرد روی کیک بریزید و بعد کرم بزنید. نوش جان  
سایر نکات کیک کرمدار آلمانی  
این کیک معمولاً در قالب گرد تهیه و برای تزئین روی آن از پودر قند استفاده می شود.  
رنده پوست پرتقال و ماست قابل حذف است

## مشاهده اولین موارد ابتلا به زیر سویه‌های امیکرون در ایران

رعایت اصول بهداشتی در مکان های عمومی دارد. در صورتی که درصد بالای از جامعه واکسینه شده باشند و همچنین تا حدی ایمنی جمعی ناشی از ابتلای طبیعی نیز در جامعه وجود داشته باشد، احتمال به وجود آمدن موج جدید کاهش می یابد.  
زیر سویه BQ.۱  
زیر سویه BQ.۱.۱، نوع جهش یافته زیر سویه BQ.۱ است که در آن، اسپایک (SPIKE) ویروس دچار تغییر شده است. میزان شیوع این زیر سویه ۶ درصد و تاکنون در ۶۵ کشور دنیا گزارش شده است. هنوز اطلاعاتی از شدت بیماری زایی و یا میزان فرار این زیر سویه از سیستم ایمنی موجود نیست. اما سرعت بالای شیوع این زیر سویه نشان از قدرت سرایت بالاتر BQ.۱.۱ و نیاز به زیر نظر گرفتن رفتار این ویروس دارد. میزان ابتلای مجدد در این زیر سویه نیز بالاتر است.  
طبق مطالعات، اگر چه ممکن است کارایی واکسن ها نسبت به ابتلا به این زیر سویه کمی کاهش یافته باشد اما همچنان در برابر بیماری شدید و همچنین پیشگیری از مرگ و میر ناشی از ابتلا بسیار موثر هستند. بنابراین تاکید می شود در صورتی که هنوز واکسن دریافت نکرده اید و یا دوز بوستر خود را تکمیل نکرده اید، نسبت به تزریق آن اقدام نمایید.  
آیا سویه جدید کرونا خطرناک است؟  
میزان مرگ و میر سویه های اومیکرون از جمله BQ.۱ و BQ.۱.۱ نسبت به باقی سویه های کووید نوزده پایین تر بوده و حدود ۰.۴ درصد است. البته این موضوع به معنای عدم احتیاط و عدم نیاز به واکسن نیست. حتما در نظر داشته باشید که همه سویه ها و زیر سویه های کووید نوزده می تواند سبب مرگ و میر شود و در صورت بروز علائم، حتما آن را جدی بگیرید.  
آیا سویه جدید کرونا درگیری ریه دارد؟  
دقت داشته باشید که سلول های ریه از اهداف اصلی تمامی سویه های ویروس کرونا است. بنابراین امکان درگیری ریه، در تمامی انواع ویروس کرونا از جمله زیر سویه های جدید BQ.۱ و BQ.۱.۱ وجود دارد.  
زیر سویه های جدید کرونا چه علائمی دارد؟  
طبق گزارشات CDC، افرادی که دچار سویه BQ.۱ می شوند، علائمی همچون تب، سرفه، درد عضلانی، سردرد، گلودرد، آبریزش بینی، خستگی، حالت تهوع و اسهال را تجربه می کنند. از بین علائم اشاره شده، حالت تهوع و استفراغ با احتمال پایین تری بروز می یابد. به طور کلی علائم خفیف بوده، اما همچنان احتمال درگیری ریه ها وجود دارد.  
ایرنا

اتفاق افتاده و علاوه بر سویه اصلی که امیکرون BQ.۱ نام دارد، امیکرون BQ.۲ و BQ.۳ هم به وجود آمده است. زیر سویه امیکرون BQ.۲ مسری تر از BQ.۱ است و این سازمان در ماه مارس (اسفند) اعلام کرد که این زیر سویه در جهان غالب شده است. انگار قرار است حالا حالاها اسم های متفاوت و سرایت های بیشتری از این ویروس را شاهد باشیم؛ در این گزارش به سویه XE، تازه ترین جهش ویروس کرونا می پردازیم؛ طبق آخرین اخبار منتشر شده از سمت سخنگوی وزارت بهداشت اولین موارد ابتلا به دو زیر سویه جدید BQ.۱ و XBB در تاریخ ۷ دی ۱۴۹۱ در کشور مشاهده شد.  
در حال حاضر دو زیر سویه جدید از اومیکرون تحت عنوان BQ.۱ و BQ.۱.۱ شناسایی شده اند. طبق شواهد زیر سویه های جدید از لحاظ میزان جهش و فرار از سیستم ایمنی تفاوت زیادی با اجداد اومیکرون خود ندارند. از آن جایی که واکسن های موجود در برابر تمامی سویه ها از جمله اومیکرون، موثر هستند و این نکته که دو زیر سویه BQ.۱ و BQ.۱.۱ نیز جزء انواع زیر سویه های اومیکرون طبقه بندی می شوند، در صورتی که واکسیناسیون کووید خود را تکمیل کرده اید، موردی برای نگرانی وجود ندارد.  
اگر جزء افرادی هستید که هنوز دوز بوستر خود را دریافت نکرده اید، حتما نسبت به تزریق آن اقدام نمایید.  
زیر سویه BQ.۱.۱ ترکیبی از دو زیر سویه BQ.۱.۱ و BQ.۲.۷۵ است. شیوع زیر سویه BQ.۱.۱، ۱.۳٪ تخمین زده شده است و تاکنون در ۳۵ کشور شناسایی شده است. طبق مطالعات، شدت بیماری زیر سویه BQ.۱.۱ افزایش نداشته است، اما احتمال عفونت مجدد با این زیر سویه نسبت به باقی سویه ها بیشتر می باشد. به عبارت دیگر، با یک بار ابتلا به این زیر سویه احتمال ابتلای مجدد به آن همچنان وجود دارد. تاکنون گزارشی از فرار زیر سویه BQ.۱.۱ از پاسخ سیستم ایمنی وجود نداشته است و در صورتی که قبلاً به امیکرون مبتلا شده باشید، با توجه سلول های ایمنی آشنا با امیکرون و آنتی بادی های تولید شده توسط آن ها، دوره بیماری سختی نخواهید داشت.  
آیا موج جدیدی از کرونا در راه است؟  
اینکه زیر سویه BQ.۱.۱ توانایی ایجاد موج جدیدی از بیماری در جامعه داشته باشد، رابطه مستقیمی با میزان ایمنی جمعی ناشی از واکسیناسیون عمومی، ابتلای طبیعی به امیکرون و همچنین میزان

سخنگوی وزارت بهداشت از مشاهده نخستین موارد ابتلا به زیر سویه های جدید اومیکرون در کشور خبر داد.  
پدرام پاک آیین گفت: سه مورد ابتلا به زیر سویه های جدید اومیکرون که در بسیاری کشورهای جهان شایع است، در کشورمان مشاهده شد. پاک آیین افزود: از این سه مورد، دو نمونه مربوط به زیر سویه BQ.۱ و یک مورد مربوط به زیر سویه XBB است.  
سخنگوی وزارت بهداشت افزود: این نمونه ها در آزمایشگاه مرجع دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تهران تشخیص داده شده است. بنابر اعلام وزارت بهداشت، پاک آیین اضافه کرد: با توجه به سرعت انتقال بالای این زیر سویه ها در روزهای آینده شاهد افزایش آمار ابتلا به این زیر سویه های جدید خواهیم بود.  
چندی پیش سخنگوی وزارت بهداشت گفته بود: با توجه به روند افزایش مبتلایان به کرونا در جهان، احتمال ورود موج جدیدی از کرونا با زیر سویه های جدید امیکرون به کشور در زمستان امسال وجود دارد. نیک آیین افزود: با این همه، کرونا در ایران و هیچ جای دنیا تمام نشده است؛ کرونا در ایران وجود دارد و با همکاری مردم و مدیریت تأمین واکسن روند کاهشی را طی کرده که همکاری مردم، رعایت مسائل بهداشتی و تزریق ۱۵۶ میلیون دز واکسن در کشور از دلایل آن است. پاک آیین ادامه داد: وزارت بهداشت از مردم تقاضا دارد سالانه یک بار واکسن کرونا را تزریق کنند و اگر فردی امسال، واکسن کرونا را تزریق نکرده است حتماً به این کار اقدام کند همچنین مطابق آخرین مصوبه کمیته ملی واکسیناسیون کرونا، به همه افراد بالای ۱۸ سال که دارای بیماری زمینه ای بوده و ۶ ماه از آخرین واکسن آنها گذشته، توصیه اکید می شود هر چه سریعتر نسبت به تزریق دز یادآور اقدام کنند.  
سخنگوی وزارت بهداشت خاطرنشان کرد: میزان مراجعه روزانه برای واکسیناسیون کمتر از پنج هزار نفر و ناکافی است و از رسانه ها و مردم می خواهیم موضوع واکسیناسیون را جدی بگیرند.  
وی گفت: بنا به توصیه متخصصان، لازم است افرادی که علائم سرماخوردگی یا بیماری های تنفسی دارند، حتماً از ماسک استفاده کنند و به سایر افراد نیز توصیه می شود، دست کم در فضاهای بسته و متراکم ماسک بزنند.  
شاخص ترین علائم ابتلا به جهش جدید کرونا را بشناسید  
این سویه در مدت زمان کوتاهی به سویه غالب در جهان تبدیل شد و جای واریانت دلتا را گرفت. از آن زمان تاکنون جهش هایی در امیکرون