

آوازه دریا

۱۹۲



۳ دختر نوجوان در رودخانه فصلی
سیخوران منطقه سیاهو غرق شدند

یکشنبه ۰۷ مرداد ماه ۱۴۰۲ سال پنجم
www.avayedarya.ir

صدای زنان هرمزگان
آوای دریا هفته نامه الکترونیکی هرمزگان



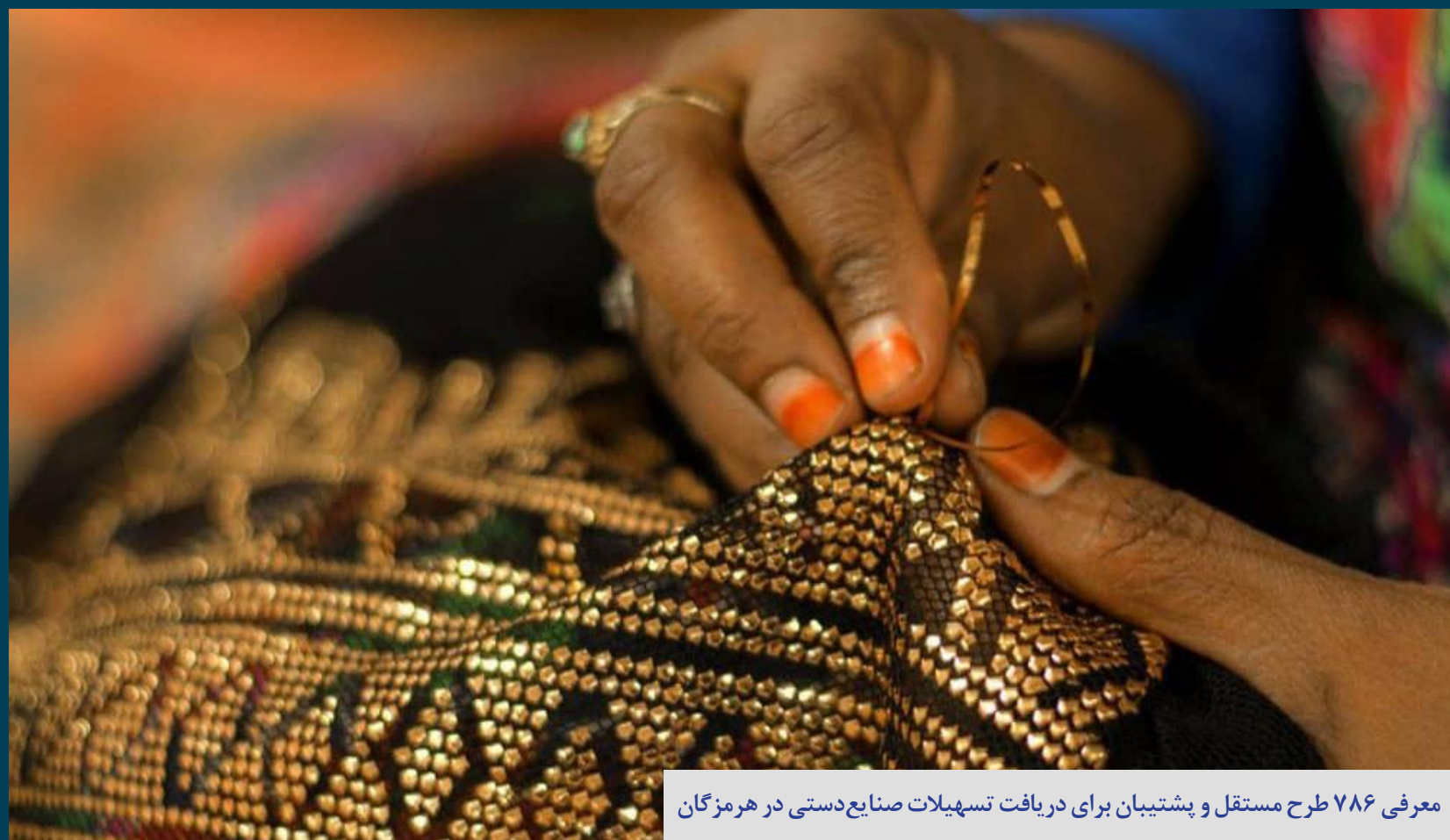
انتصاب سرپرست معاونت توسعه مدیریت
میراث فرهنگی هرمزگان



۷ توصیه برای تبدیل شدن به یک مادر فوق العاده

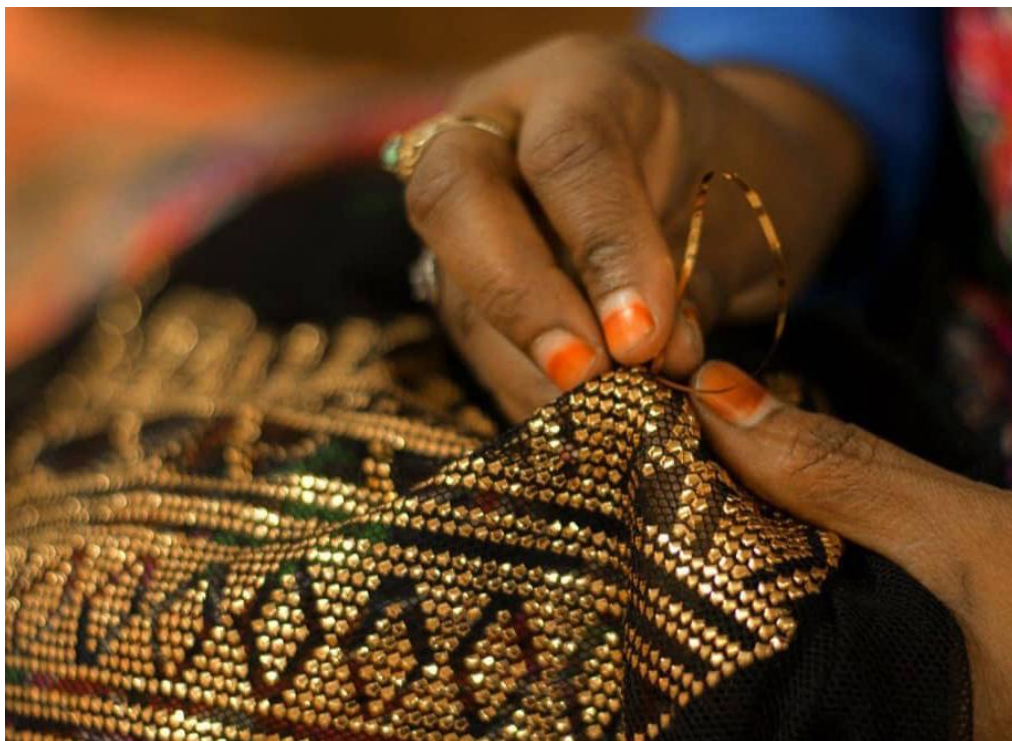


با حمایت استاندار هرمزگان بازارچه و
نمایشگاه دائمی صنایع دستی در بندرعباس



معرفی ۷۸۶ طرح مستقل و پشتیبان برای دریافت تسهیلات صنایع دستی در هرمزگان

معرفی ۷۸۶ طرح مستقل و پشتیبان برای دریافت تسهیلات صنایع دستی در هرمزگان



مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی هرمزگان گفت: ۷۸۶ طرح مستقل و پشتیبان برای دریافت تسهیلات صنایع دستی به اداره کار، تعاون و رفاه اجتماعی استان معرفی شدند. محمد محسنی با اعلام این خبر گفت: از این تعداد ۶۷۴ طرح مستقل و ۱۱۲ طرح پشتیبان صنایع دستی بوده است.

او افزود: بیشترین طرح‌های معرفی شده رشته‌های گلابتون دوزی، خوس دوزی، شک بافی، گلیم بافی و رودوزی‌های سنتی بوده است. محسنی اظهار کرد: این تسهیلات بانکی با کارمزد چهار درصد پرداخت می‌شود و تاثیر بالایی در تجهیز و توسعه کارگاه‌های خرد صنایع دستی دارد.

مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی هرمزگان تاکید کرد: توانمندسازی جوامع محلی روستایی و شهری از طریق توسعه صنایع دستی، حمایت از واحدهای تولیدی صنایع دستی انفرادی و مستقل، توانمندسازی و ... از مهم‌ترین اهداف پرداخت این تسهیلات است.

کانونی برای توانمندسازی بانوان بازرگانِ هرمزگان

فراگفتند و به سؤالات آن‌ها پاسخ داده شد. وی افزود: کانون زنان بازرگان هرمزگان در سال جاری در زمینه صنایع دستی، حمل‌ونقل و بازرگانی، دوره‌های مختلفی را هر ۲ هفته یکبار برگزار می‌کند که با وجود تقاضای بالا برای شرکت در این دوره، باهدف کاربردی کردن و افزایش بهره‌مندی از اطلاعات ارائه شده، تعداد محدودی در این نشست مورد پذیرش قرار گرفتند و سایر افراد نیز در دوره‌های بعدی شرکت می‌کنند.

بانوان فعال بازرگان حمایت می‌شوند

رئیس هیات مدیره کانون زنان بازرگان هرمزگان نیز گفت: تلاش برای بهبود فضای کسب و کار بانوان در راستای توسعه و ارتقا کارآفرینی در این حوزه و پیگیری جهت رفع موانع موجود از اهداف بسیار مهم این کانون است. فرحناز علوی با اشاره به اینکه زنان بازرگان هرمزگانی یا به پای مردان در عرصه تولید و صادرات و واردات مشغول به کار هستند، گفت: از بانوان فعال استان در زمینه صادرات و واردات، حمل و نقل، کشاورزی، گردشگری، صنایع دستی حمایت می‌کنیم.

وی با توجه به اینکه هیات مدیره کانون بانوان بازرگان هرمزگان، فعالیت مستمر و کارگشایی دارند اظهار کرد: زنان فعال عرصه بازرگانی و کارآفرینی را در این عرصه سامانده کردیم که برای حمایت از اعضا در زمینه‌های مختلف همچون بازاریابی و تهیه غرفه در نمایشگاه‌های داخلی و بین‌المللی تمام تلاش خود را به کار بسته ایم. این مسوول همچنین با اشاره به برگزاری دوره‌های آموزشی باهدف انتقال تجربیات زنان توانمند و کارآفرین به دانش‌پذیران، گفت: ثبت سفارش در سامانه جامع تجارت، سومین دوره آموزشی کانون زنان استان در سال جاری بود.

علوی، یکی از مهم‌ترین مزیت‌های این دوره‌ها را امکان استفاده دانش‌پذیران غیرعضو از آموزش‌های تخصصی عنوان کرد و افزود: پیش از برگزاری دوره سامانه جامع تجارت، دوره شمع‌سازی و بسته‌بندی محصول به بانوان مشتاق و علاقه‌مند آموزش داده شده است.

ایرنا



بانوان کارآفرینی اشاره کرد و یادآور شد: کانون زنان بازرگان هرمزگان که طی این سال‌ها، کارکرد به نسبت خوبی را از خود به نمایش گذاشته است، در سال جاری با اتخاذ سیاستی جدید، امکان بهره‌مندی از دوره‌های آموزشی و تخصصی خود را نه تنها برای زنان عضو این کانون، بلکه برای همه بانوان علاقه‌مند به ورود به بازار کار و کارآفرینی در مشاغل مختلف از جمله تجارت و صنایع دستی فراهم کرده است.

ناصریان همچنین با اشاره به برگزاری دوره آموزشی سامانه جامع تجارت گفت: در این دوره بیش از ۳۰ نفر دانش‌پذیر فراهند ثبت سفارش در سامانه جامع تجارت را

کاربردی، تقویت و تحکیم دانش تخصصی و به‌روزرسانی داشته‌های علمی بانوان را پی‌ریزی کرده است. ناصریان در مدت چهار سال متوالی (بین سال‌های ۹۶ تا ۹۹) به‌عنوان صادرکننده برتر استان هرمزگان معرفی شده است که نشان از توانمندسازی بانوان کارآفرین در این استان دارد. ناصریان در مدت چهار سال متوالی (بین سال‌های ۹۶ تا ۹۹) به‌عنوان صادرکننده برتر استان هرمزگان معرفی شده است که نشان از توانمندسازی بانوان کارآفرین در این استان دارد.

مدیرعامل و رئیس هیات مدیره بازرگانی هرمزگان به برگزاری دوره‌های مختلف آموزشی به‌منظور توانمندسازی

توانمندسازی زنان به عنوان یک رویکرد محوری همواره مورد اهتمام و توجه دولت سیزدهم بوده است و در واقع یکی از مهم‌ترین برنامه‌های حمایتی دولت در این زمینه، ایجاد اشتغال و کارآفرینی برای بانوان و زنان سرپرست‌خانوار است.

از آنجایی که تامین بازار فروش محصولات زنان کارآفرین در عرصه اقتصادی و بازار، مهم‌ترین دغدغه این قشر است لذا دولت سیزدهم و معاونت امور زنان و خانواده ریاست جمهوری به این مهم توجه کرده و تاکنون نتیجه بخش بوده است.

زنان هرمزگانی نیز در سال‌های اخیر با اتکا به خودباوری و تجهیز به دانش روز، در حوزه اشتغال و کارآفرینی به‌ویژه در عرصه تولید و تجارت، عملکرد قابل تحسینی را از خود برجای گذاشته‌اند که نشانگر همت والا و تلاش بی‌وقفه بانوان این استان است.

با توجه به موقعیت استان هرمزگان به عنوان یک استان مرزی و اقتصادی با داشتن ۲ منطقه آزاد قشم و کیش و مناطق ویژه متعدد، بازرگانی و تجارت برای زنان در این دیار به یکی از فرصت‌های شغلی مهم تبدیل شده است به گونه‌ای که تاکنون ۱۵۰ بانوی بازرگان در این استان فعالیت می‌کنند.

بانوان بازرگان هرمزگانی در زمینه صادرات موادمعدنی و کشاورزی، صنایع دستی، محصولات غذایی، فرآورده‌های خرما، واردات برنج، چای، محصولات الکترونیک و پوشاک فعالیت دارند.

فرزانه ناصریان یکی زنان کارآفرین هرمزگانی است که علاوه بر عضویت در هیات مدیره کانون زنان بازرگان هرمزگان، به عنوان عضو هیات‌مدیره کانون انجمن صادرکنندگان و واردکنندگان موادغذایی استان و عضو علی‌البدل هیات نمایندگان اتاق بازرگانی استان در بخش کشاورزی نیز فعالیت دارد.

این بانوی فعال با همراهی سایر زنان کارآفرین در کانون زنان بازرگان هرمزگان به دنبال توسعه فرهنگ خودباوری در زنان استان است و با برگزاری رویدادهای آموزشی

راهکارهایی ساده برای داشتن خانواده‌ای سالم

گزارش: ایرنا



یکی از راهکارهای محکم و مطمئن برای حفظ و ایجاد عادت‌های سالم، انجام آن‌ها به صورت خانوادگی است. پدرها و مادرها می‌توانند با ایجاد محیطی سالم در خانه یک الگوی بسیار عالی برای تمام خانواده باشند. در هر وعده غذایی میوه و سبزی خوردن، کمتر غذاهای فرآوری شده خوردن، بازی و پیاده‌روی کردن و حتی با هم خرید رفتن همگی می‌توانند در ایجاد عادت‌های سالم در خانواده نقش بزرگی داشته باشند.

برای تهیه میان‌وعده‌هایی سالم وقت بگذارید

هر خانواده‌ای می‌تواند میان‌وعده‌های سالمی برای اعضای خانواده در نظر بگیرد، مثل میوه و سبزی تازه. میوه‌ها و سبزی‌ها منابع طبیعی انرژی و مواد مغذی موردنیاز بدن هستند.

میوه‌ها و سبزی‌ها دارای ویتامین‌ها و املاحی هستند که کمک می‌کنند جلوی ابتلا به بیماری‌های مزمن گرفته شود. سعی کنید از انواع میوه و سبزی در انواع رنگ‌ها و طعم‌ها استفاده کنید تا اعضای خانواده بتوانند انواع مواد مغذی موردنیاز بدنشان را تأمین کرده و ضمناً از تنوع رنگ و طعم آنها نیز لذت ببرند. اسفناج و کاهو و کلم سبز، پرتقال و سیب‌زمینی شیرین نارنجی، لوبیای سیاه، ذرت زرد، آلوئ بنفش، هندوانه قرمز و پیاز سفید و... بچه‌ها را تشویق می‌کنند تا مرتباً سبزی‌ها و میوه‌های جدید را تجربه کنند.

معمولاً بچه‌ها و حتی افراد بزرگسال بیشتر سراغ خوراکی‌هایی می‌روند که راحت و سریع به آنها دسترسی دارند؛ بنابراین توصیه می‌کنیم میوه‌ها و سبزی‌ها را کاملاً در دسترس بچه‌ها قرار دهید تا احتمال انتخاب‌های سالم غذایی برایشان بیشتر شود؛ مثلاً می‌توانید یک کاسه سالاد میوه رنگارنگ به‌جای کیک و شکلات در اختیار بچه‌ها بگذارید. غذاهای وسوسه‌برانگیز مثل چیپس و شکلات و بستنی را دور از دسترس و دید بچه‌ها بگذارید، یعنی دقیقاً برعکس خوراکی‌های سالم!

چند ایده برای اینکه هر روز بیشتر میوه و سبزی بخورید

میوه‌ها را خام بخورید تا از شیرینی طبیعی آن لذت ببرید. سبزی‌ها و میوه‌های کنسروی یا منجمد در زمان‌هایی که به میوه و سبزی تازه دسترسی ندارید گزینه‌های مناسبی‌اند. فقط حواستان باشد که نوعی را انتخاب کنید که قند افزوده نداشته باشد. میوه‌ها را به صورت کامل مصرف کنید نه آبمیوه. آبمیوه‌ها فیبر خود میوه را ندارند و بهتر است خود میوه را کامل بخورید تا فیبر آن نیز به بدنتان برسد و احساس سیری کنید.

فعالیت بدنی و ورزش را بخشی همیشگی از برنامه‌ی

خانوادگی‌تان کنید

بهترین راه افزایش میزان فعالیت بدنی اعضای خانواده این است که آن را برای همگی یک الزام کنید. فعالیت‌ها باید مفرح بوده و چیزهایی باشند که همه خانواده بتوانند با هم انجام دهند. بچه‌ها باید هر روز ۶۰ دقیقه فعالیت بدنی داشته باشند؛ اما نه به یک‌باره. پیاده‌روی‌های کوتاه، انجام کارهای خانه و دوچرخه‌سواری فعالیت‌های مناسبی‌اند. هر روشی که می‌توانید به کار ببرید تا همه اعضای خانواده تشویق به فعالیت شوند و یک جا ننشینند و سرگرم تلویزیون و کامپیوتر شوند.

محدود کردن آن فقط برای یک نفر است. هنگامی که لیست خرید را می‌نویسید به این مسئله دقت کنید.

نوشیدنی‌های سالم انتخاب کنید

دوغ و شیر کم‌چرب بخرید، آبمیوه را به صورت طبیعی و خانگی تهیه کنید و سراغ شربت‌های خیلی شیرین نروید.

کمتر از تلویزیون و کامپیوتر استفاده کنید

کارشناسان می‌گویند باید مدت‌زمان استفاده از کامپیوتر و تلویزیون را محدود کنید، مثلاً یکی دو ساعت در روز. زمانی را که قرار است بی‌هدف مقابل تلویزیون و کامپیوتر سپری کنید بهتر است با خانواده و فعالیت بدنی بگذرانید. برای مدت‌زمان استفاده بچه‌ها از تلویزیون و کامپیوتر و بازی‌هایی ویدئویی محدود زمانی بگذارید.

با خانواده‌تان حرف بزنید

به بچه‌ها توضیح دهید که باید کمتر بی‌تحرك بنشینند و بیشتر تحرک داشته باشند تا سالم بمانند.

الگوی خوبی باشید

به گزارش وب گاه تبیان، خودتان باید الگوی خوبی باشید و در روز بیشتر از دو ساعت از اسکرین‌ها استفاده نکنید. اگر بچه‌ها شما را ببینند خودبه‌خود از شما الگوبرداری می‌کنند. انجام تمرینات ورزشی را برای اعضای خانواده مفرح و رقابتی کنید.

برای ورزش هدف تعیین کنید هدف‌هایی تعیین کنید که برای شما و خانواده‌تان قابل‌دسترس باشد. با هم به گفتگو بنشینید و هدف مشخص کنید. در هفته‌های اول شاید به همه هدف‌ها نرسید؛ اما اگر پیگیر باشید، فعالیت بدنی بخشی از روتین خانوادگی‌تان خواهد شد.

بهترین راه این است که با سه جلسه ۳۰ دقیقه‌ای در طول هفته شروع کنید، مثلاً پیاده‌روی، فوتبال یا والیبال و یا انجام تیزکاری‌های خانه. زمانی از روز یا هفته را انتخاب کنید که همه بتوانند و موافق باشند.

برای طول هفته یک لیست غذایی سالم تهیه کنید بچه‌ها را در برنامه‌ریزی‌های غذایی و آشپزی شرکت دهید. خوردن غذاهای سالم و مغذی و به‌اندازه کمک می‌کند همه اعضای خانواده سالم‌تر باشند و انرژی لازم را در طول روز داشته باشند. آماده‌کردن غذاهای سالم نباید لزوماً سخت و پرهزینه باشد؛ کافی است برنامه‌ریزی کنید تا بدانید چه چیزهایی بخرید و چطور آماده کنید. بچه‌ها را در آشپزی دخالت دهید و ببینید تغییرات سالم چقدر ساده رخ می‌دهند. هر آخر هفته با هم بنشینید و برنامه غذایی هفته بعد را بریزید. سپس لیست خریدتان را بر اساس همین برنامه بنویسید و فقط طبق همان پیش بروید. انتخاب‌های سالم غذایی از خانه شروع می‌شوند. اجازه دهید در مورد لیست خرید، همه افراد نظر بدهند. محدودکردن مصرف قند و شیرینی برای خانواده راحت‌تر از

شناسایی ۱۷۱۶ نفر مبتلا به فشارخون در هرمزگان



معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان گفت: بیش از ۸۲ هزار نفر از افراد بالای ۳۰ سال از خدمات رایگان مراکز جامع خدمات سلامت شهری و روستایی و پایگاه‌های بهداشتی در طی سه ماه نخست سال بهره‌مند شدند.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان در بازدید از مراکز درمانی شهر بندرعباس، افزود: از بین این افراد ۸۶۷ نفر مبتلا به دیابت و یک هزار و ۷۱۶ نفر مبتلا به فشارخون شناسایی و مورد مراقبت قرار گرفته است.

دکتر عبدالجبار ذاکری با اشاره به اینکه ارائه خدمات بهداشتی و مراقبتی به تمام گروه‌های سنی در مراکز جامع خدمات سلامت و پایگاه‌های بهداشتی بصورت رایگان انجام می‌شود، اضافه کرد: در مراکز جامع خدمات سلامت و پایگاه‌های بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان به تمام گروه‌های سنی، طیف وسیعی از خدمات ارائه می‌شود که از جمله آن‌ها می‌توان به خدمات گروه سنی میانسالان و سالمندان اشاره کرد.

وی این خدمات را شامل تن سنجی، مشاوره تغذیه، خطر سنجی سکنه‌های قلبی و مغزی، مراقبت بیماران دیابتی و فشارخون و غربالگری سرطان برشمرد و خاطر نشان کرد: بیماری‌های غیرواگیر همانند دیابت، بیماری‌های قلبی عروقی، سرطان و بیماری‌های مزمن تنفسی به همراه چهار عامل خطر مانند کم‌تحرکی، تغذیه ناسالم، مصرف الکل و دخانیات

از مهم‌ترین علل مرگ و میر زودرس در جمعیت بالای ۳۰ سال هستند که به همین علت سازمان بهداشت جهانی برنامه کنترل این بیماری‌ها و عوامل زمینه‌ساز آنها را به عنوان هدف اصلی برای کاهش مرگ و میر ناشی از این بیماری‌ها تا سال ۲۰۲۵ هدف گذاری کرده است.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان آموزش مداوم به بیماران و خانواده آن‌ها، توصیه به اصلاح سبک زندگی را از اقدامات موثر در پیشگیری و کنترل این بیماری‌ها دانست و ترغیب مردم به ورزش مداوم، پایش مستمر وزن و کنترل فشارخون و قند خون را مورد تاکید قرار داد.

۷ توصیه برای تبدیل شدن به یک مادر فوق العاده

گزارش ایرنا



و به او ارزش مردی را می‌دهد که به آنها زندگی می‌بخشد. با همسر خود مشارکت داشته باشید، چه در کارهای خانه و چه در کارهای مربوط به بچه‌ها امروزه به اشتباه، شخصیت مادر را جوری تعیین کرده‌ایم که او میتواند همه نوع کاری را انجام دهد، و توانایی دادن عشق و حمایت از مردی را دارد که با او زندگی می‌کند. اگر زن و شوهر جدا شوند، این بدان معنی نیست که فرزندان نیز باید از پدر جدا شوند حتی در مواردی که پدر غایب است و توانایی انجام مسئولیت هایش را ندارد، یک مادر فوق العاده، از ایجاد حس بد و تنفر در فرزندانش جلوگیری می‌کند؛ مشکلات بین زن و شوهر، نباید باعث تاثیر گذاری و خراب شدن رابطه بین والدین و فرزندان شود.

۷. از خودتان مراقبت کنید

شما باید هم از فرزندان و هم از خودتان مراقبت کنید برای یک مادر فوق العاده بودن، مطابق با خواسته‌های فرزندان در حال رشد خود بودن، باید از لحاظ جسمی، ذهنی و احساسی فیت و خوب باشید؛ رژیم غذایی خوب و ورزش کردن ضروری است همچنین اگر می‌خواهید فرزندان شما غذاهای سالم بخورند و از سنین کم ورزش کنند، بهترین راه برای تحقق این اهداف، انجام این کارها توسط خودتان است. اگر احساس می‌کنید در مسئولیت‌های خانگی خود غرق شده‌اید یا نمی‌دانید چگونه آنها را در این شرایط دشوار و پیچیده، در دست بگیرید، برای کمک گرفتن از یک شخص حرفه‌ای دریغ نکنید و تعادل روانی و احساسی شما نیز به میزان رفاه و آسودگی فرزندان بستگی دارد.

انعکاس نهایی برای همه مادرهای فوق العاده

یک مادر فوق العاده بودن، به معنای داشتن "قدرت برتر" نیست. بخش مهمی از مادر بودن، دانستن، پذیرش و تشخیص این است که شما نیاز به حمایت و کمک دارید.

این پذیرش و شناخت، قدرت واقعی شما را برای رشد فرزندان، نشان می‌دهد.

این موضوع، مخصوصا برای مادرانی مهم است که باید فرزندان را به تنهایی بزرگ کنند.

به یاد داشته باشید که همیشه یک دست کمک کننده وجود دارد، یک مادر بزرگ، یک برادر یا خواهر که می‌تواند به شما کمک کند. فرزندان شما نیاز به مراقبت و راهنمایی شما برای رشد دارند.

به گزارش وب گاه نمناک، یک مادر کامل، عشق می‌ورزد، حمایت می‌کند، تشویق می‌کند، درک می‌کند و در زمان مناسب اجازه می‌دهد که فرزندانش بر اساس تصمیمات خودشان زندگی کنند و سرنوشت خود را در دست بگیرند.

مسائل بسیار مهم را در اول لیست قرار دهید. اگر شما باید کاری را به پایان برسانید و می‌دانید چه زمانی باید بچه‌های خود را به مدرسه برسانید، وقت خالی خود را در انجام کارتان قرار دهید و مسئولیت خود را انجام دهید، منابع تکنولوژیکی زیادی وجود دارند که می‌توانند به برنامه‌ریزی تعهدات شما به عنوان یک زن رسیدگی کنند به سادگی می‌توانید کارهایتان را اولویت بندی کنید، به یاد داشته باشید که چه چیزهایی را نباید فراموش کنید. شما می‌توانید به جای مراجعه به بانک، معاملات بانکی‌تان را با برنامه‌های الکترونیکی انجام دهید و ایمیل خود را جوری تنظیم کنید که مهمترین پیامها را در اول صفحه ببینید.

۳. سازماندهی کارهای خانگی

وظایف خانه باید یک مسئولیت مشترک بین همه اعضای خانواده باشد. اگر تمام وظایف را بین همه اعضا تقسیم کنید، با هم می‌توانند فضای پاک و دلپذیر خانه را به دست آورند، هرکسی می‌تواند براساس سن خود، قدرت و توانایی‌هایش، مسئولیتی را قبول کند و انجام بدهد بین همه، می‌توانید یک لیست و سررسید از وظایف داخلی خانه بدهید. وسواس بر نظم و پاکیزگی خوب نیست و هم چنین کثیفی و شلوغ بودن هم خوب نیست.

۴. وقت گذاشتن

گاهی باید مسئولیت‌ها و کارها را جدا کنید، و زمانی را، برای با هم بودن به عنوان یک خانواده بگذارید حداقل یک وعده غذا، در روز را باید با هم باشید، اما با تلویزیون و موبایل‌های خاموش. وعده‌های غذایی کنار خانواده، سلامت جسمی و عاطفی کودکان و نوجوانان را پرورش می‌دهد زمان‌ها را باید برای همه کودکان، شریک زندگی خود و البته برای خودتان بگذارید. به یاد داشته باشید که می‌توانید چیزی را که امروز انجام ندادید، را برای فردا بگذارید و به تعویق افتادن به معنای فراموش کردن آن نیست.

۵. خندیدن و گریه کردن

در زندگی خانوادگی، احساسات خوب و بد وجود دارد. یک مادر فوق العاده و بی‌نظیر، از وجود خانواده خود لذت می‌برد و شادی و لذت کنار هم بودن را با بقیه خانواده به اشتراک می‌گذارد، لیکن زندگی بعد از یک روز دشوار کاری، هم زمان با هم، در طول زمان‌های سخت‌تر، اشک‌هایتان را بدون نگرانی با شریک زندگیتان و فرزندان تقسیم کنید و در میان بگذارید. به اشتراک گذاشتن احساسات و حس کردن آنها و اقدامات مربوط به احساسات، دقیقا بخشی از یادگیری است، که یک مادر بی‌نقص و بی‌نظیر، به فرزندانش آموزش می‌دهد بیش از نظر دادن در موردش، کودکان هر روز در رفتار و کارهای مادرشان، آن را می‌بینند.

۶. به رسمیت شناختن پدر

یک مادر فوق العاده برای فرزندانش، پدر را به رسمیت می‌شناساند

بسیاری از مادران علاقه زیادی دارند تا به یک مادر فوق العاده تبدیل شوند اما در این راه ناموفق هستند، برای تبدیل شدن به مادری موفق حتما این نکات را رعایت کنید.

یک "مادر فوق العاده" توانایی بیش از حد توانایی یک مادر معمولی را دارد که خانواده را تنظیم کند و مسئولیت‌های خانوادگی و کاری را پخش و متعادل سازد. او همچنین، مادر باهوشی است که می‌داند بهتر است، تا وظایف خانه را بین اعضای خانواده پخش کند تا همه چیز بهتر انجام شود و سر جایش قرار بگیرد.

آیا یک مادر فوق العاده شدن، ممکن است؟

هنگامی که با خواسته‌های بسیاری از زنان در زندگی حرفه ای کاری و زندگی شخصیشان مواجه می‌شوید، مادر بودن، می‌تواند بسیار دشوار باشد و برای بسیاری این موفقیت یک چالش واقعی است. یک مادر فوق العاده و بی‌نظیر، به این معنی نیست که باید مراقب همه چیز باشید؛ تمیز و مرتب نگهداشتن خانه، مراقبت و پرورش کودکان، کار کردن در بیرون منزل، داشتن همسر و اینکه هنوز هم بخواهید تا زیبا و سلامت باشید... تمام این موارد برای یک نفر به تنهایی بسیار زیاد است با این حال، اینها هنوز هم هدف، برای بسیاری از زنان هستند ولی آیا این می‌تواند انتظار بیش از حدی از خودمان باشد؟ پاسخ را در ادامه این مطلب خواهید خواند.

توصیه‌هایی برای مادر فوق العاده و بی‌نظیر بودن

کلید و نکته اساسی برای مادر فوق العاده بودن، این است که خودتان را بیش از حد برای کمال و کامل بودن اذیت نکنید، زیرا کمال اصلا وجود خارجی ندارد بر اساس این فرضیه اساسی، ما به شما هفت توصیه می‌کنیم که بسیار برای شما ضروری و لازم هستند تا به راحتی و با خوشحالی تمام به بقیه جنبه‌های مادری خود نیز رسیدگی کنید:

۱. عشق و بخشش

عشق شما برای خانواده‌تان مهم است؛ پس از همه اینها، کودکان همیشه دوست دارند "دوستت دارم" را از پدر و مادر خود بشنوند. شما هرگز نمی‌توانید فقط آن را بگوئید. با این حال، باید آن را ثابت نیز کنید ولی چگونه؟

وقت خالی خود را با آنها بازی کنید، برای مطالعه با هم و به عنوان یک خانواده وقت بگذارید و بر روی محدودیت‌هایی که نیاز دارند تا سالم بزرگ شوند، سخت‌گیر نباشید. با آنها در مواقع لزوم به صحبت کردن بپردازید؛ بخشش نیز باید در خانواده وجود داشته باشد. دفعاتی پیش می‌آید که اشتباهاتی صورت می‌گیرند با این حال، درخواست بخشش و بخشیدن برای یک کودک در حال رشد، به عنوان یک انسان، بخشی از کار یک مادر باهوش و بی‌نظیر است.

۲. اولویت بندی مسائل مهم

برنامه‌های خود را تنظیم کنید و سپس به آنها اولویت دهید و

سلامت دهان و دندان مادر چه تأثیری بر جنین می‌گذارد؟



FDA توصیه نمی‌کند که پرکننده‌های آمالگام دندان را که قبلاً داشته‌اید بردارید، مگر اینکه دندان‌پزشک شما بگوید که مشکلی در پر کردن وجود دارد.

نکاتی برای سلامت دندان در دوران بارداری

بیماری پریودنتال (التهاب لثه) و تجمع باکتری‌های پوسیدگی‌زا مانند ام‌اس اغلب قابل‌اجتناب هستند. برای کاهش خطر ابتلا به بیماری پریودنتال و پوسیدگی دندان، کافی است تا با رعایت نکات زیر در دوران بارداری از سلامت خود و کودک‌تان محافظت کنید:

دو بار در روز مسواک بزنید و روزانه از نخ دندان استفاده کنید مسواک زدن منظم و نخ دندان کشیدن برای از بین بردن ذرات غذا و باکتری‌های پوسیدگی‌زا از دندان‌ها حیاتی است. اگر رفلکس شدید مربوط به بارداری مسواک زدن دندان‌هایتان را برایتان دشوار می‌کند، سعی کنید به سراغ طعم دیگری از خمیردندان بروید.

یک ساعت بعد از استفراغ مسواک بزنید استفراغ، دندان‌های شما را با اسیدهای معده می‌پوشاند که مانند سایر اسیدها می‌تواند با ایجاد دمیترالیزاسیون به دندان‌های شما آسیب برساند. برای به حداقل رساندن این آسیب، سعی کنید بعد از استفراغ ابتدا دهان خود را با یک فنجان آب مخلوط با یک قاشق چای‌خوری جوش شیرین بشویید تا اسید را خنثی کنید و حداقل یک ساعت بعد از استفراغ مسواک بزنید.

مصرف کربوهیدرات‌های ساده را به حداقل برسانید مواد قندی، باکتری‌های بد را جذب می‌کند و pH دهان را کاهش می‌دهد. شیرینی‌جات مانند آبنبات برای باکتری‌های بد هستند. خوردن غذاهای شیرین یا نشاسته‌ای باعث می‌شود تا باکتری‌های پوسیدگی‌زا (حفره‌زا) داخل دهان شما از این قندها تغذیه کنند و از آن‌ها برای رشد و تکثیر استفاده نمایند. این باکتری‌ها می‌توانند باعث پوسیدگی دندان و بیماری پریودنتال شوند. میوه‌ها و سبزیجات تازه، آجیل، پنیر، گوشت، ماهی و غلات کامل گزینه‌های بهتری هستند.

بعد از غذا آدامس بدون قند بجوید نشان داده‌شده است که جویدن آدامس بدون قند به جلوگیری از پوسیدگی دندان کمک می‌کند.

به‌طور منظم به دندان‌پزشکی مراجعه کنید. دندان‌پزشک هر ۶ تا ۱۲ ماه یک‌بار به دندان‌پزشک مراجعه کنید. دندان‌پزشک می‌تواند به شناسایی و درمان بیماری پریودنتال و پوسیدگی دندان قبل از بدتر شدن آن‌ها کمک کند. معاینات منظم دندانپزشکی جزء مهم مراقبت‌های دوران بارداری است. باین‌حال، بهتر آن است که قبل از بارداری به دندان‌پزشک مراجعه و نسبت به درمان دندان‌های خود اقدام کنید. اگر در دوران بارداری نیاز به درمان دندانپزشکی داشتید، اغلب می‌توان بعد از سه‌ماهه اول، روش‌های غیر فوری را انجام داد.

موتانس (MS) است. سطح ام‌اس (MS) در داخل دهان به‌عنوان شاخصی برای میزان خطر پوسیدگی استفاده می‌شود، به‌گونه‌ای که ام‌اس بیشتر در داخل دهان به معنای خطر بالاتر ابتلا به پوسیدگی است.

ام‌اس می‌تواند درست از بدو تولد (حتی قبل از اینکه نوزاد دندان داشته باشد) در دهان نوزاد ایجاد شود. هر چه سطح ام‌اس در دهان مادر بیشتر باشد، احتمال اینکه او باکتری را به نوزادش منتقل کند و ام‌اس در دهان نوزاد جمع شود، بیشتر می‌شود. اگر باکتری ام‌اس در دهان شیرخوار تجمع کند، پس از درآمدن دندان‌ها، احتمال پوسیدگی دندان نوزاد بیشتر می‌شود.

آیا مراقبت از دندان در دوران بارداری بی‌خطر است؟

مراقبت‌های دندان در دوران بارداری بی‌خطر است و نتایج سلامت دهان و دندان بهتری را برای جنین و همچنین مادر به همراه خواهد داشت. متأسفانه برخی از زنان باردار از روی بی‌توجهی یا ترس از مراجعه به دندان‌پزشک در این دوران، از سلامت دهان و دندان‌شان غافل می‌شوند؛ این درحالی‌که است که پوسیدگی و بیماری لثه درمان‌نشده می‌تواند منجر به عفونت شده و سلامت مادر و جنین را به خطر بیندازد.

نگرانی‌های رایج در مورد درمان دندان در دوران بارداری شامل بی‌حس‌کننده موضعی، یا عوامل بی‌حس‌کننده و اشعه ایکس دندان است اما این موارد در دوران بارداری بی‌خطر هستند. باین‌حال، توصیه می‌شود با دندان‌پزشک خود صحبت کنید تا از کم‌خطرترین مواد بی‌حسی استفاده نماید. برای درمان و پر کردن دندان‌های پوسیده نیز باید توجه داشت که حفره‌ها حتماً با مواد پرکننده بدون جیوه پر شوند زیرا پرکننده‌های آمالگام یا نقره ممکن است باعث مشکلات سلامتی شما یا کودک‌تان شود. آمالگام ترکیبی از مواد مختلف، معمولاً مواد شیمیایی و فلزات است. آمالگام دارای مقدار زیادی جیوه است که سمی می‌باشد.

استفاده از پرکننده آمالگام در دندان مادر باعث می‌شود که جیوه از طریق جفت یا هنگام شیر دادن به کودک منتقل شود. مطالعات نشان داده زنان بارداری که در معرض پر کردن مواد حاوی جیوه قرار گرفته‌اند نسبت به زنان بارداری که در معرض جیوه قرار نگرفته‌اند بیشتر در معرض خطر سقط‌جنین، پره اکلامپسی و نوزادان کم‌وزن قرار داشتند. جیوه همچنین می‌تواند به مغز، کلیه‌ها و سایر اندام‌ها آسیب برساند.

به گفته سازمان غذا و داروی ایالات‌متحده (FDA) اگر باردار هستید یا حتی قصد بارداری دارید، نباید از پرکننده آمالگام دندان استفاده کنید. اگر نیاز به پر کردن حفره دارید، از دندان‌پزشک خود بخواهید از یک پرکننده رزین کامپوزیت بدون جیوه استفاده کند. پرکننده‌های رزین کامپوزیت شامل فلزات سمی مانند جیوه نیستند و برای شما و کودک‌تان بی‌خطر هستند.

در حالی که بسیاری از افراد در دوران بارداری، سلامت دهان و دندان خود را نادیده می‌گیرند اما تحقیقات نشان می‌دهد که برخی از مشکلات دندان مادر باردار می‌تواند بر روی جنین تأثیر بگذارد. به همین دلیل مراقبت از سلامت دندان به اندازه سلامت بدن در دوران بارداری ضروری است.

زنان اغلب در دوران بارداری سعی می‌کنند با مصرف ویتامین‌ها، تغذیه سالم و حتی ورزش کردن سلامت فرزندشان را تأمین کنند اما چیزی که به‌اندازه مراقبت از سلامت بدن در دوران بارداری اهمیت دارد، مراقبت از سلامت دهان و دندان است زیرا سلامت دهان و دندان یک زن باردار می‌تواند بر جنین او تأثیر بگذارد؛ چنانچه تحقیقات نشان می‌دهد که بیماری لثه، با وزن کم هنگام تولد و حتی زایمان زودرس مرتبط است. همچنین پوسیدگی دندان در دوران بارداری می‌تواند باعث انتقال باکتری به کودک و پوسیدگی دندان جنین در دوران کودکی شود. بنابراین، درمان هرگونه علائم بیماری لثه و پوسیدگی دندان در دوران بارداری از نکات مهمی است که زنان باردار برای حفظ سلامت خود و کودک‌شان باید به آن توجه کنند.

سلامت دهان و دندان چه تأثیری بر بارداری دارد؟

یک مطالعه نشان داد که تقریباً ۱۸ درصد از نوزادان نارس و کم‌وزن در نتیجه بیماری پریودنتال (بیماری لثه) در مادران خود به دنیا می‌آیند. تولد نارس و وزن کم هنگام تولد به‌نوبه خود با خطر مرگ‌ومیر بیشتر نوزادان و افزایش خطر ابتلا به برخی از مشکلات سلامتی طولانی‌مدت برای نوزاد مرتبط است.

مطالعات همچنین نشان می‌دهد که بیماری پریودنتال ممکن است شانس ابتلا به پره‌اکلامپسی را در زنان باردار افزایش دهد. پره اکلامپسی یک اختلال فشارخون جدی مرتبط با بارداری است که می‌تواند منجر به زایمان زودرس، مرده زایی و سکتة شود. یک مطالعه نشان داد که زنان باردار مبتلا به پره‌اکلامپسی ۳.۵ برابر بیشتر از زنان غیر پره‌اکلامپسی در معرض ابتلا به بیماری پریودنتال هستند. علاوه بر این، تغییرات هورمونی در دوران بارداری می‌تواند لثه‌ها را تحت تأثیر قرار دهد و به‌طور بالقوه منجر به وضعیتی به نام ژنژیویت بارداری (التهاب و خونریزی لثه) شود. به گزارش مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های ایالات‌متحده (CDC)، حدود ۶۰ تا ۷۵ درصد از زنان باردار از التهاب لثه رنج می‌برند.

سلامت دندان مادر چه تأثیری بر جنین می‌گذارد؟

وجود حفره‌های درمان‌نشده یا پوسیدگی دندان در دهان مادر می‌تواند خطر پوسیدگی دندان نوزاد را در کودکی یا خردسالی افزایش دهد. پوسیدگی دندان، یک بیماری عفونی و قابل‌انتقال است که تا حدودی ناشی از تجمع باکتری‌های پوسیدگی‌زا (حفره‌زا) در دهان است. این باکتری‌ها می‌توانند از طریق بزاق از فردی به فرد دیگر، از جمله از مادر به نوزاد تازه متولدشده، سرایت کنند. یکی از شناخته‌شده‌ترین انواع باکتری‌های پوسیدگی‌زا، استرپتوکوک

با سر آشپز = دمنوش برگ مو



دمنوش برگ مو یکی از دمنوش‌های پرخاشیت است که طرز تهیه آسانی دارد کفایت در هنگام دم کردن برگ مو نکاتی را رعایت کنید.

یکی از روش‌های استفاده از برگ مو، تهیه دمنوش آن است. با تهیه دمنوش برگ مو، می‌توانید از خواص دارویی و بهداشتی آن بهره‌برداری کنید. روش تهیه دمنوش و چای برگ انگور بسیار ساده است و تنها نیازمند چند مرحله است. در این بخش نحوه تهیه دمنوش برگ مو را به شما توضیح می‌دهیم تا بتوانید از خواص آن بهره‌برداری کنید. روش تهیه چای برگ مو به شرح زیر است:

انتخاب برگ مو

برگ مو یک نوع چای سبز است که از برگ‌های نرم و بسیار نازکی تشکیل شده است. برگ‌های تازه و جوان را برای تهیه چای برگ مو انتخاب کنید.

شستشوی برگ مو

برگ‌های مو را به دقت آبکشی کنید تا از هر گونه آلودگی و گرد و غبار پاک شوند؛ می‌توانید از آب سرد استفاده کنید.

آماده‌سازی و دم کردن چای برگ انگوز

برای تهیه دم کرده برگ مو، مقدار ۱۵ تا ۲۰ گرم برگ مو را در یک لیتر آب جوش بریزید و به مدت ۱۰ دقیقه در آن ننگه دارید. توجه داشته باشید که زمان و دمای دم کشیدن چای برگ مو بسته به سلیقه شما قابل تنظیم است.

طبع برگ مو

طبع برگ مو، قابض است و دارای طبع گرم و خشک می‌باشد.

خواص دم کرده برگ انگوز؛ دمنوش برگ مو چه خاصیتی دارد؟

ادامه نگاهی دوباره خواهیم داشت به خواص دمنوش برگ مو:

برای برطرف کردن اسهال خونی، می‌توانید برگ‌های تازه مو را دم کرده و مصرف کنید.

استفاده از شاخه تازه مو می‌تواند بواسیر را درمان کند.

پودر برگ مو می‌تواند خونریزی‌های رحمی را کاهش داده و مویرگ‌های بینی را تقویت کند.

برای درمان بیماری‌هایی مانند اسهال و یرقان، می‌توان ۲۵ گرم از برگ مو را در یک لیتر آب دم کرده استفاده کرد.

به گزارش وب گاه نمناک، فراموش نکنید که در هر صورت، در استفاده از هر گونه درمان طبیعی، مشورت با پزشک یا متخصص توصیه می‌شود.

برگ مو به دلیل فیبر فراوان، هضم غذا را راحت می‌کند.

مصرف دم کرده برگ مو در صورت قرمزی صورت و التهاب پوست اثرات بسیار مفیدی دارد.

موجود بودن آنتی اکسیدان‌ها در برگ مو باعث جلوگیری از رشد تومور در بدن می‌شود.

دم کرده برگ مو برای شستشوی چشم در مواردی مانند ورم ملتحمه مفید است.

مصرف دم کرده برگ مو می‌تواند برای رفع واریس مفید باشد.

چند خبر کوتاه ...

مرکز کارآفرینی شماره ۲ جامعه زنان شهرستان بندرلنگه افتتاح شد

مرکز کارآفرینی شماره ۲ جامعه زنان شهرستان بندرلنگه با حضور فرماندار و جانشین بسیج سپاه و جمعی از مسئولان این شهرستان افتتاح شد.

مرکز کارآفرینی شماره ۲ جامعه زنان شهرستان بندرلنگه صبح امروز با حضور مهندس مراد زاده فرماندار، سرهنگ تابش جانشین ناحیه مقاومت بسیج سپاه، فرهنگیان شهردار، صحرائیان رئیس میراث فرهنگی گردشگری و صنایع دستی، اوژن رئیس اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی، رضائی رئیس اداره کار، ساهور مسئول بسیج جامعه زنان این شهرستان در این بندر افتتاح شد.

مهندس مراد زاده فرماندار شهرستان بندرلنگه در حاشیه افتتاح این مرکز با تشکر از مجموعه بسیج شهرستان در راه اندازی این مرکز، افزود: مرکز کارآفرینی جامعه زنان در راستای مأموریت خود برای ترویج توسعه پایدار، توان‌افزایی زنان، و رویکردهای جماعت‌محور در توسعه جامعه محلی بسیار حائز اهمیت است.

وی با اشاره به حمایت دولت و بسیج از کسب و کارهای کوچک و مشاغل خانگی، گفت: از برکات این مرکز می‌توان به آموزش صنایع دستی، صنایع تبدیلی و تزئینی در راستای رسیدن به اهداف اقتصاد مقاومتی و حمایت از کارآفرینی نام برد.

رئیس شورای اداری شهرستان بندرلنگه ضمن تقدیر از زحمات جامعه زنان تأکید کرد: در کنار آموزش مشاغل خانگی باید آموزش بازاریابی و فروش محصولات نیز به بانوان داده شود.

وی در پایان به پرداخت تسهیلات خرد و مشاغل خانگی جهت ایجاد اشتغال اشاره کرد و گفت: سال گذشته ۲۲ میلیارد تومان اعتبار از محل تبصره ۱۶ و امسال نیز ۷ میلیارد تومان از محل اعتبارات مشاغل خانگی در این شهرستان جذب شده است.

انتصاب سرپرست معاونت توسعه مدیریت میراث فرهنگی هرمزگان

سرپرست معاونت توسعه مدیریت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی هرمزگان منصوب شد.

۳ دختر نوجوان در رودخانه فصلی سیخوران منطقه سیاهو غرق شدند

مدیرعامل جمعیت هلال‌احمر هرمزگان از کشف پیکر سومین نفر از مفقودان سیلاب رودخانه فصلی سیخوران در منطقه سیاهو خبر داد.

مدیرعامل جمعیت هلال‌احمر هرمزگان گفت: اجساد ۳ دختر نوجوان که به دلیل بی احتیاطی و بی‌توجهی به هشدارها در رودخانه سیاهو بندرعباس غرق شده بودند، کشف شد.

مختار سلحشور افزود: پس از تماس مردمی با شماره ندای امداد ۱۱۲ درباره مفقود شدن سه نفر در منطقه سیخوران گروه مجزبه عملیاتی جمعیت هلال‌احمر استان که شامل ۲۰ امدادگر به همراه نیروهای محلی بود به محل حادثه اعزام شده و امدادسانی را آغاز کردند.

سلحشور اضافه کرد: بر اساس گزارش افراد محلی، این سه نوجوان با وجود هشدار عابریان، در محلی نامن از بستر رودخانه مستقر شده بودند که با جاری شدن سیلاب از بالادست، جریان شدید رودخانه این افراد را با خود برده بود.

به گفته مدیرعامل جمعیت هلال‌احمر هرمزگان، ۲ دختری که اجساد آنها در ابتدا پیدا شده اهل سیستان و بلوچستان بوده و مهمان یکی از اهالی منطقه بودند و نفر سوم نیز دختر میزبان است.

وی افزود: مفقودان این حادثه سه دختر نوجوان ۱۲، ۱۴ و ۱۶ ساله بودند که به دلیل استقرار در بستر رودخانه و وقوع سیلاب دچار حادثه شدند و هر سه جان خود را از دست دادند.

سلحشور اظهار کرد: این عملیات ۲۴ ساعت به طول انجامید که در نهایت با یافتن پیکر سومین نفر در فاصله ۲۰ کیلومتری از محل وقوع حادثه (حوالی روستای ماشاری) پایان یافت.

مدیرعامل جمعیت هلال‌احمر استان هرمزگان خاطرنشان کرد: نیروهای هلال‌احمر در تمام ساعات شبانه روز آماده ارائه خدمات بوده و هم‌وطنان می‌توانند در صورت بروز حادثه با شماره اضطراری ۱۱۲ ندای امداد تماس بگیرند.

طی حکمی از سوی محمد محسنی مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی هرمزگان، راضیه مدرس به سرپرستی معاونت توسعه مدیریت و پشتیبانی این اداره کل منصوب و از زحمات رضا دولتی زه در این سمت تقدیر و تجلیل شد.

حکم مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی هرمزگان به شرح ذیل است: نظر به تعهد، شایستگی و توانمندی سرکار عالی به‌موجب این ابلاغ به‌عنوان «سرپرست حوزه معاونت توسعه مدیریت و پشتیبانی» اداره کل منصوب می‌شوید.

شایسته است وظایف و امور مربوط به حوزه توسعه مدیریت را برابر قوانین و مقررات با سعی و تلاش هر چه بیشتر به نحو احسن انجام دهید.

با اتکال به خداوند متعال و توجه به منویات مقام معظم رهبری در پیشبرد اهداف نظام مقدس جمهوری اسلامی ایران و زیر سایه توجهات حضرت ولی‌عصر (عج) موفق و پایدار باشید.

اهمیت مراقبت دوران بارداری در کاهش مرگ و میر مادران باردار

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان گفت: ارتقاء سلامت مادران باردار یکی از ارکان اساسی مراقبت‌های بهداشتی درمانی است و توجه به سلامت مادر باردار منجر به سلامت خانواده و در نهایت سلامت جامعه می‌شود.

دکتر عبدالجبار ذاکری با تأکید بر اهمیت سلامت مادران باردار گفت: در سه ماهه اول سال جاری تعداد ۱۹ هزار و ۹۲۷ مراقبت پیش از بارداری، تعداد ۸۹ هزار و ۹۶۸ مراقبت دوران بارداری و تعداد ۱۴ هزار و ۴۴۱ مراقبت پس از زایمان انجام شد.

دکتر ذاکری افزود: تعداد ۹۵ هزار و ۶۵۳ مراقبت از کودکان زیر ۵ سال، ۱۰۱ هزار و ۵۲۶ مراقبت نوجوانان (۱۸-۶ سال)، ۲۵ هزار و ۵۰۴ مراقبت جوانان (۲۹-۱۸ سال)، ۱۳۵ هزار و ۵۶۱ مراقبت میانسالان (۵۹-۲۰ سال) و ۲۵ هزار و ۴۶۲ مراقبت سالمند بالای ۶۰ سال توسط ماماها، مراقبین سلامت، بهورزان و پزشکان شاغل در واحدهای محیطی شهرستان‌های تابعه در سه ماهه اول سال جاری بصورت فعال انجام شده است. وی بیان کرد: در مراکز ارائه دهنده خدمت، علاوه

بر خدمات مراقبت‌های بهداشتی گروه‌های سنی، غربالگری و شناسایی اختلالات تکاملی در کودکان، غربالگری‌های سرطان پستان، سرطان دهانه رحم و ... ارائه می‌شود.

دکتر ذاکری اعلام کرد: عموم افراد جامعه می‌توانند جهت بهره‌مندی از این خدمات به مراکز خدمات جامع سلامت، پایگاه‌های سلامت و خانه‌های بهداشت مراجعه کنند.

با حمایت استاندار هرمزگان بازارچه و نمایشگاه دائمی صنایع دستی در بندرعباس راه‌اندازی می‌شود

مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی هرمزگان گفت: با حمایت استاندار، بازارچه و نمایشگاه دائمی صنایع دستی در بندرعباس تا پایان سال در بندرعباس راه‌اندازی می‌شود.

محمد محسنی با اعلام این خبر گفت: یکی از دغدغه‌های هنرمندان و صنعتگران صنایع دستی نبود بازارچه و نمایشگاه دائمی برای عرضه محصولاتشان بوده که در همین راستا با دستور و مساعدت ویژه مقام عالی استان مبلغ ۵۰ میلیارد ریال از محل اعتبارات استانی برای راه‌اندازی بازارچه دائمی صنایع دستی در بندرعباس اختصاص داده شده است.

مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی هرمزگان با اشاره به اینکه طراحی اولیه بازارچه و نمایشگاه دائمی صنایع دستی انجام شده، افزود: این بازارچه در محوطه معاونت صنایع دستی بنا می‌شود که هم‌محلی برای عرضه و فروش محصولات صنایع دستی و هم‌محلی برای تولیدات زنده (ورکشاپ) صنایع دستی خواهد بود.

او اظهار کرد: بر اساس برنامه‌ریزی‌های انجام شده، امیدواریم تا پایان سال این بازارچه راه‌اندازی و در اختیار هنرمندان و صنعتگران صنایع دستی قرار گیرد.

بیش از ۹۰ هزار صنعتگر صنایع دستی در هرمزگان وجود دارند که ۹۸ درصد آن‌ها بانوان هستند و بیشتر در رشته‌های گلابتون دوزی، شک بافی، خوس دوزی، گلیم‌بافی، حصیربافی، صنایع دستی دریایی، سفالگری و ... فعالیت دارند.