

# آوازه دریا ۱۹۵



برگزاری آزمون استخدامی شرکت  
پالایش نفت آفتاب

شنبه ۲۸ مرداد ماه ۱۴۰۲ سال پنجم  
[www.avayedarya.ir](http://www.avayedarya.ir)

صدای زنان هرمزگان  
آوای دریا هفته نامه الکترونیکی هرمزگان



ثبت نام بیمه شدگان مبتلا به بیماری‌های خاص و  
صعب‌العلاج در سایت تأمین اجتماعی در هرمزگان



محدودیتی برای توزیع کیت‌های استاندارد غربالگری وجود ندارد



هدف اصلی ام کسب مدال در المپیک  
آسیایی است



درخشش دختران بسکتبال ایران در آسیا / ملی پوشان به فینال رسیدند

## تصمیم عجیب وزارت بهداشت؛

توقف مجوز تولید و واردات کیت‌های غربالگری سه ماهه اول بارداری  
غربالگری جنین غیر ممکن شد؟

عضو هیات مدیره انجمن ژنتیک پزشکی ایران و دانشیار دانشگاه علوم پزشکی اصفهان تصمیم وزارت بهداشت مبنی بر توقف صدور مجوز تولید و واردات کیت‌های غربالگری سه ماهه اول بارداری را عجیب و شوک‌آور توصیف کرد و گفت: این تصمیم غیر کارشناسی منجر به محدودیت بیشتر جامعه برای انجام غربالگری جنین می‌شود که در نتیجه خطر تولد نوزادان مبتلا به ناهنجاری‌ها و بیماری‌های ژنتیکی افزایش خواهد یافت. به گزارش آوای دریا، به نقل از فانا، «محمدامین طباطبایی فر»، عضو هیات مدیره انجمن ژنتیک پزشکی ایران و دانشیار دانشگاه علوم پزشکی اصفهان گفت: طی دهه‌های گذشته براساس نیاز جامعه، غربالگری جنین به ویژه برای سندرم داون انجام می‌شد اما براساس ماده ۵۲ قانون جوانی جمعیت غربالگری محدود شد و طبق این ماده، غربالگری تنها با درخواست والدین یا پزشک متخصص قابل انجام بود. حالا وزارت بهداشت با فراتر از این قانون گذاشته و با توقف صدور مجوز تولید و واردات کیت‌های غربالگری سه ماهه اول بارداری، کاری کرده که حتی اگر والدین یا پزشک متخصص هم درخواست غربالگری بدهند این کار امکان‌پذیر نخواهد بود چرا که باید کیت در دسترس آزمایشگاه‌ها باشد که بتوانند اقدام به غربالگری کنند و اگر کیت چه به صورت تولید داخل و چه به صورت وارداتی نباشد، غربالگری هم دیگر معنایی نخواهد داشت.

اعلام کرد: آزمایشگاه‌ها صرفاً مجاز به استفاده از دستگاه‌های آنالایزر بسته (Closed) برای غربالگری سه ماهه اول بارداری سندرم داون هستند و IRC تولید و واردات کیت‌های غربالگری سه ماهه اول بارداری (Free BhCG (PAPP-A) به صورت سیستم باز از جمله به روش الایزا برای انجام غربالگری سه ماهه اول سندرم داون صادر و تمدید نخواهد شد.

به گفته وی، وزارت بهداشت در این تصمیم‌گیری هیچ مشورتی با انجمن ژنتیک پزشکی ایران نداشته و این انجمن به زودی در نامه‌ای رسمی به این تصمیم اعتراض خواهد کرد و خواستار ارزیابی مجدد آن خواهد شد. اخیراً اداره تجهیزات و فرآورده‌های آزمایشگاهی اداره کل تجهیزات و ملزومات پزشکی سازمان غذا و دارو در اطلاعیه‌ای

وی افزود: این تصمیم بسیار غیر معقول است و باعث خواهد شد که حتی دسترسی افراد آگاه جامعه هم به غربالگری محدود شود. ضمن اینکه توقف صدور مجوز تولید و واردات کیت‌های غربالگری سه ماهه اول بارداری باعث خواهد شد که این کیت‌ها به صورت غیرمجاز و با قیمت‌های سرسام‌آور تامین شوند که در این شرایط علاوه بر تحمیل هزینه به مردم، استاندارد و کیفیت این کیت‌ها نیز زیر سوال خواهد رفت.

## اخبار حوزه بهداشت

## سخنگوی وزارت بهداشت:

## محدودیتی برای توزیع کیت‌های استاندارد غربالگری وجود ندارد



مدیر درمان تامین اجتماعی هرمزگان گفت: با توجه به تشکیل صندوق حمایت از بیماری‌های خاص و صعب‌العلاج، سامانه معاونت درمان سازمان جهت تکمیل اطلاعات فردی بیماران خاص و صعب‌العلاج راه اندازی شد. لذا نیاز است بیمه شدگان که دچار بیماری‌های خاص و صعب‌العلاج هستند با ورود به این سامانه نسبت به بارگذاری مستندات لازم اقدام کنند. دکتر غلامعباس مومنی با اعلام این خبر گفت: با توجه به تشکیل صندوق حمایت از بیماری‌های خاص و صعب‌العلاج، سامانه پورتال معاونت درمان سازمان جهت تکمیل اطلاعات فردی بیماران خاص و صعب‌العلاج راه اندازی شد.

وی اظهار کرد: از بیمه شدگان تحت پوشش سازمان تامین اجتماعی مبتلا به بیماری‌های خاص و صعب‌العلاج تقاضا می‌شود با مراجعه به سامانه معاونت درمان سازمان تامین اجتماعی به آدرس [darman.tamin.ir](http://darman.tamin.ir) و از طریق منوی درخواست بیمه شدگان، نسبت به تکمیل اطلاعات فردی و بارگذاری مستندات بیماری شامل: تصویر کارت ملی، شماره تلفن همراه بیمار، گواهی پزشک، تصویر گزارشات پاتولوژی، رادیولوژی، آزمایشات تشخیصی طبی یا سایر مستندات مرتبط با بیماری مانند خلاصه پرونده بستری اقدام کنند.

مدیر درمان تامین اجتماعی استان بیان کرد: در صورتی که بارگذاری مستندات به هر دلیلی مقدور نباشد، بیماران می‌توانند برای تشکیل پرونده به معاونت خرید راهبردی و اسناد پزشکی مدیریت درمان استان به نشانی بندرعباس، بلوار امام خمینی، خیابان میرزا کوچک خان، پشت مصلی مراجعه کنند.

حدود ۴ هزار پزشک و جمعیت تحت پوشش حدود ۴ میلیون نفر به برنامه «سلامت خانواده» ملحق می‌شود و پس از این در قالب این برنامه اجرا می‌شود. معاون بهداشت وزارت بهداشت ادامه داد: ۳۲ شهر هم در فاز دوم برنامه «سلامت خانواده» و به ۵۹ شهر قبلی در استان‌های مجری برنامه اضافه می‌شود. خوشبختانه استان‌ها برای اجرای برنامه در این ۳۲ شهر آمادگی دارند و به دانشگاه‌های علوم پزشکی هم اختیار داده شده که کمبود مراقبان خود را توسط شرکت‌ها به شکل برون سپاری، خرید خدمت کنند.

فرشیدی با بیان این که با اجرای برنامه سلامت خانواده در ۵۹ شهر قبلی و ۳۲ شهر جدید، ارتباط مراقبان سلامت با مردم بهتر و مستحکم‌تر خواهد شد، به گزارش خوب دفتر آمار و فناوری اطلاعات در این جلسه اشاره کرد و گفت: براساس این گزارش در سطح ۲ سیستم ارجاع مشکلات کمتر شده و امکان ارجاع بیمار به صورت رفت و برگشت میسر شده است.

## ثبت نام بیمه‌شدگان مبتلا به بیماری‌های خاص و صعب‌العلاج در سایت تامین اجتماعی در هرمزگان



کیت‌های تشخیصی غربالگری با دقت کافی در اختیار مردم قرار می‌گیرد و کماکان برای کمک به سلامت مادر و جنین، از توزیع کیت‌های غیر استاندارد و غیر دقیق جلوگیری می‌شود.

معاون بهداشت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی:  
فاز دوم برنامه «سلامت خانواده» در ۳۲ شهرستان جدید آغاز شد

معاون بهداشت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی و نایب رییس قرارگاه «سلامت خانواده» از آغاز فاز دوم برنامه «سلامت خانواده» در ۳۲ شهرستان جدید در کشور خبر داد.

«حسین فرشیدی»، معاون بهداشت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در حاشیه برگزاری یازدهمین جلسه قرارگاه «سلامت خانواده» در ستاد وزارت بهداشت، به وبدا گفت: در این جلسه مقرر شد مشکلات سیستم اطلاعات بیمارستانی (HIS) در سامانه‌ها مرتفع شده و اشکالات ارتباطات سطوح دو و سه برطرف و مقداری از بدهی‌ها به این سامانه‌ها نیز پرداخت شود. وی افزود: برنامه پزشکی خانواده در بیمه سلامت نیز با

سخنگوی وزارت بهداشت در واکنش به برخی اخبار در فضای مجازی درباره کیت‌های غربالگری جنین، گفت: هیچ محدودیتی جدیدی برای تولید و توزیع کیت‌های غربالگری جنین ایجاد نشده و استانداردهایی که پیش از این به منظور کنترل کیفی کیت‌ها اعمال می‌شد، کماکان رعایت می‌شود. پدram پاک آیین گفت: نظارت بر کیفیت و استاندارد بودن کیت‌های غربالگری جنین وظیفه سازمان غذا و داروست تا کیت‌هایی که در اختیار مردم قرار می‌گیرد، بیشترین دقت و کمترین خطا را داشته باشد.

سخنگوی وزارت بهداشت با اشاره به این مطلب که از نظر وزارت بهداشت، غربالگری جنین با رعایت استانداردها ممنوع نیست؛ ادامه داد: غربالگری مطابق قانون و نظر متخصصان استانداردسازی شده است. بنابراین اعلام وزارت بهداشت، پاک آیین افزود: در حال حاضر

# کودکان سردرگم در دوراهی پدر یا مادر قانون چه می‌گوید؟

گزارش: ایرنا



مرد غضبناک به زن نگاه کرد و در حالیکه از عصبانیت چهره‌اش برافروخته شده بود با تأکید گفت: مطمئن باش امروز بچه رو ازت می‌گیرم.

از سازمان پزشکی قانونی، مادر دست کودکش را محکم گرفته بود و مرتب سفارش می‌کرد که از او جدا نشود. دختر بچه که ۵ یا ۶ ساله به نظر می‌رسید به مادر اطمینان می‌داد جایی نمی‌رود، اما مضطرب بود و با نگاهی هراسان مراجعین منتظر در سالن را از نظر می‌گذراند. در میان انبوه جمعیت ناگهان دیدن مردی که از انتهای سالن به سمت آنها می‌آمد نگرانش را بیشتر کرد، گوشه لباس مادرش را گرفت و محکم به او چسبید. مادر که متوجه ترس کودک شده بود با دیدن همسر سابقش با عجله و در حالیکه کودک را در آغوش گرفته بود به سمت دیگری از سالن رفت و پشت به جمعیت ایستاد.

مرد نزدیک شد و شروع به صحبت با دخترش کرد. دخترک سرش را پایین انداخت و رویش را برگرداند. پدر جعبه کوچکی از کیفش بیرون آورد و به دختر داد: باز کن بین برات چی خریدم.

دختر بدون آنکه حرفی بزند جعبه را گرفت. مادر زیر لب چیزهایی می‌گفت و سعی داشت که از مرد فاصله بگیرد.

مرد غضبناک به زن نگاه کرد و در حالیکه از عصبانیت چهره‌اش برافروخته شده بود با تأکید گفت: مطمئن باش امروز بچه رو ازت می‌گیرم.

## معاینه بیش از ۸۶ هزار نفر در بخش روان پزشکی قانونی

یکی از واحدهای مهم در معاینات بالینی سازمان پزشکی قانونی کشور، بخش روان پزشکی قانونی است که به شکل تخصصی پرونده‌های ارجاعی را مورد بررسی قرار داده و نتایج آن را به محاکم قضایی اعلام می‌کند.

بخش روان پزشکی قانونی سالانه پاسخگوی پرونده‌های زیادی است که در موضوعات مختلف همچون حضانت، حجر، تحمل کیفر، ملال جنسیتی، فرزندخواندگی یا اهدای جنین، مسوولیت کیفری، احراز شرایط عسر و حرج و... و. به این بخش ارجاع و پس از کارشناسی و انجام بررسی‌های تخصصی پاسخ آن به مرجع سوال کننده ارسال می‌شود.

بر اساس آمارهای موجود در سال گذشته (۱۴۰۱)، ۸۶ هزار و ۷۷۹ نفر به بخش روان پزشکی قانونی ارجاع شدند که از این تعداد ۵۶ هزار و ۵۲۶ نفر مرد و ۳۰ هزار و ۲۵۳ نفر زن بودند. همچنین آمار مراجعات روان پزشکی قانونی در سال ۱۴۰۱ نسبت به سال قبل از آن ۲۱ درصد افزایش یافته است.

بخش روان پزشکی قانونی سالانه پاسخگوی پرونده‌های زیادی است که در موضوعات مختلف همچون حضانت، حجر، تحمل کیفر، ملال جنسیتی، فرزندخواندگی یا اهدای جنین، مسوولیت کیفری، احراز شرایط عسر و حرج و... و. به این بخش ارجاع و پس از کارشناسی

و انجام بررسی‌های تخصصی پاسخ آن به مرجع سوال کننده ارسال می‌شود.

## زمان پاسخ دهی به پرونده‌های حضانت کوتاه تر شده است

یکی از مهمترین پرونده‌های ارجاعی به بخش روان پزشکی قانونی، پرونده‌هایی با موضوع حضانت و تعیین تکلیف کودکان به جای مانده از متارکه پدر و مادر است. در این پرونده‌ها که از حساسیت بالایی برخوردارند، ادعایی در مورد پدر یا مادر مبنی بر عدم صلاحیت آنان در نگهداری کودک مطرح می‌شود که روان پزشکان قانونی وظیفه دارند با بررسی دقیق و علمی این ادعاها، واقعیت موجود را احراز و نتیجه را به مرجع قضایی اعلام کنند.

در پرونده‌های حضانت سرنوشت کودکانی تعیین می‌شود که ناخواسته گرفتار اختلاف و جدایی پدر و مادر از یکدیگر شده‌اند و حالا قانون و شواهد و مستندات علمی باید مشخص کنند که کودک با کدامیک از والدین خود ادامه زندگی دهد.

مدیر گروه روان پزشکی قانونی سازمان در خصوص چگونگی بررسی پرونده‌های حضانت در پزشکی قانونی می‌گوید: در سال گذشته (۱۴۰۱)، هزار و ۱۵۱ نفر شامل ۵۰۷ زن و ۶۴۴ مرد با موضوع حضانت به مراکز پزشکی قانونی ارجاع شدند که پس از بررسی و انجام مشاوره‌های تخصصی، اظهار نظر کارشناسی سازمان به مرجع قضایی اعلام شد.

مهدی هرمزپور می‌افزاید: در پرونده‌های حضانت معمولاً با پدر یا مادری مواجه هستیم که پس از جدایی از یکدیگر، برای بر عهده گرفتن حضانت فرزندشان، ادعایی مبنی بر بیماری روانی طرف مقابل را مطرح می‌کنند تا بتوانند با اثبات ادعای خود حضانت فرزندشان را بر عهده بگیرند.

پرونده‌های حضانت بسته به مستندات موجود در پرونده و ادعاهای مطرح شده ممکن است طی یک یا چند جلسه پاسخ داده شود؛ به گفته هرمزپور در صورتی که شواهد، بررسی‌ها و مشاوره‌های انجام شده در همان مراجعه اول، وجود بیماری روانی یا عدم آن را در زوج یا زوجه اثبات کند و یا رفتارهای بیمارگونه کاملاً محرز و نمایان باشد، در همان مراجعه پاسخ مرجع قضایی تهیه و ارسال خواهد شد اما در صورتی که جهت اظهار نظر نیازمند بررسی‌ها و انجام مشاوره و مصاحبه‌های کارشناسی بیشتری باشیم ممکن است روند پاسخدهی چندین جلسه ادامه پیدا کند.

پرونده‌های حضانت سرنوشت کودکانی تعیین می‌شود که ناخواسته گرفتار اختلاف و جدایی پدر و مادر از یکدیگر شده‌اند و حالا قانون و شواهد و مستندات علمی باید مشخص کنند که کودک با کدامیک از والدین خود ادامه زندگی دهد. مدیر گروه روان پزشکی قانونی در ادامه با اشاره به تأثیر قابل توجه مرکز مشاوره‌های روان پزشکی سازمان در کوتاه تر شدن زمان رسیدگی و پاسخدهی به پرونده‌های حضانت

می‌افزاید: پیش از راه اندازی این بخش ناچار بودیم افراد را برای انجام تست‌ها و مشاوره‌های تخصصی به اکثر روان پزشکی خارج سازمان پزشکی قانونی از جمله بیمارستان روزبه، امام حسین (ع) و... ارجاع دهیم که به دلیل حجم بالای کاری در آن مراکز، گاهی نوبت‌های هفت یا هشت ماهه به این افراد داده می‌شد و همین موضوع روند رسیدگی و پاسخدهی را به درازا می‌کشاند.

وی می‌گوید: با راه اندازی مرکز مشاوره‌های روان پزشکی قانونی در معاینات مرکز تهران و انجام مشاوره‌ها و تست‌های تخصصی در این مرکز، رسیدگی به پرونده‌های حضانت به روز شده و حداکثر ظرف یک یا دو هفته به نتیجه نهایی می‌رسد.

## روند رسیدگی به پرونده‌های حضانت در پزشکی قانونی

رسیدگی و پاسخدهی به پرونده‌های حضانت نیز مانند هر خدمت دیگری در پزشکی قانونی تنها با ارائه نامه مرجع قضایی امکان پذیر است.

در این پرونده‌ها بسته به سوال قاضی معمولاً همه اعضای خانواده شامل پدر، مادر و فرزندان مورد معاینه روان پزشکی قرار می‌گیرند و لازم است همه اعضای خانواده در تاریخ تعیین شده که از سوی دادگاه به آنان اعلام می‌شود در مرکز پزشکی قانونی حضور یابند زیرا عدم حضور هر یک از اعضا، زمان رسیدگی به پرونده را طولانی خواهد کرد. فرد متقاضی حضانت با نامه مرجع قضایی و ارائه کارت شناسایی و سایر مدارک مورد نیاز به مرکز پزشکی قانونی مراجعه می‌کند و پس از پذیرش، برای معاینه و مشاوره کارشناسی به بخش روان پزشکی ارجاع می‌شود. در بخش روان پزشکی قانونی پدر، مادر و فرزندان مورد مصاحبه قرار می‌گیرند و سپس در صورت لزوم به مراکز مشاوره‌های تخصصی برای انجام تست‌ها و مشاوره‌های تکمیلی ارجاع می‌شوند.

در پزشکی قانونی استان تهران با توجه به راه اندازی مرکز مشاوره‌های روان پزشکی قانونی در واحد معاینات مرکز نیازی به ارجاع افراد به مراکز روان پزشکی خارج سازمان نیست و این کار در همان واحد معاینات پزشکی قانونی انجام می‌شود که روند پاسخدهی را تسریع می‌کند.

مدت زمان پاسخدهی به این پرونده‌ها نیز بسته به عوامل مختلفی مانند مراجعه به موقع و همزمان همه اعضا، تکمیل بودن مدارک و مستندات پزشکی و نیز زمان انجام تست‌ها و مشاوره‌های تخصصی متفاوت است که در صورت کامل بودن مدارک و مراجعه در زمان مقرر، زمان چندان طولانی نخواهد بود به ویژه اینکه مشاوره‌های تخصصی نیز در کوتاه‌ترین زمان ممکن انجام شود.

پس از انجام این مراحل و تکمیل بررسی‌های کارشناسی، نظر نهایی پزشکی قانونی آماده و برای مرجع قضایی ارسال می‌شود.

# قصه گوی هر مزگانی: نوجوان تشنه شنیده شدن و دیده شدن است هنر نمایش حال نسل جوان را بهتر می کند

گزارش ایبنا



وی در ادامه تاکید کرد: خانواده ها در موفقیت و عدم موفقیت نوجوانان قطعاً نقش بسیاری تأثیرگذاری دارند. اگر خانواده‌ها از فرزندانشان پشتیبانی منطقی کنند، تشویق هایشان را دریغ نکنند و مسیر موفقیت را برایشان فراهم کنند، آن شخص، آینده درخشانی در انتظارش خواهد بود. خانواده‌ها نباید ذوق فرزندانشان را سرکوب کنند و تلاش‌هایشان را نادیده بگیرند. تنها دلخوشی نوجوانان به خانواده‌شان است، اگر همین یک پشتوانه را هم از دست بدهند، خدای ناکرده به پوچی و بی‌ارزشی می‌رسند.

این قصه‌گوی نوجوان هرمزگانی با اشاره به راز موفقیت‌هایش گفت: راز موفقیت به عنوان، مربی قصه‌گویی، مربی تئاتر، مربی شاهنامه‌خوانی و... آشنایی با کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان از سن ۹ سالگی است. خانواده‌ام به عنوان پشتیبان و دایه‌ام عبدالحمید انصاری نسب، به عنوان مربی کانون نیز در موفقیت‌هایم بیشترین سهم دارند.

عبداللهی افزود: نوجوانان عصر ما، دغدغه هوش مصنوعی و پیشرفت و موفقیت دارد. سخت تلاش می‌کنند، دنبال استقلال فکری و کسب شخصیت مستقل و جایگاه اجتماعی در جامعه هستند. مهم بودن برای نوجوان اهمیت دارد.

وی در ادامه سخنان با اشاره به اینکه اگر حق انتخاب داشتیم، دوست داشتیم در تهران زندگی کنیم زیرا جای برای پیشرفت و دیده شدن دارد. اگر تهران بودم، شاید الان در جایگاه دیگری بودم، گفت: اما به نظرم هر جای دنیا که باشیم، برای ساختن روزهایی بهتر و لحظه‌های قشنگ‌تر باید تلاش کنیم.

عبداللهی اضافه کرد: اینک در سن ۱۷ سالگی، از مربی بودنم در کتابخانه راضی‌ام و برایم ارزشمند است. چون هم تأثیر گذاریم را خودم احساس کرده‌ام و هم می‌بینم دیگران با نگاهشان، توجه‌شان و حتی با برق چشمانشان، تحسینم می‌کنند.

این قصه‌گوی نوجوان هرمزگانی گفت: بزرگترین گلایه نوجوانان هرمزگانی شاید این است که یک‌سری چیزهایی که می‌خواهند در استان نیست. مثلاً چند روز پیش با نوجوانی ملاقات داشتم که کار طراحی انجام می‌دهد. می‌گفت برای به روز شدن، هیچ ورکشاپ یا کلاسی در هرمزگان نیست، مجبورم با صرف هزینه و وقت زیاد مدام به تهران یا شیراز بروم.

عبداللهی همچنین گفت: فضای مجازی به طور کلی اگر در راستای فعالیت‌های سودمند باشد نقش پیشرفتی برای نوجوانان دارد اما در غیر اینصورت فقط عمر گرانبه‌ای نوجوانان را تلف می‌کند و سرمایه‌های ارزشمندی مثل وقت، بینایی و سلامتی‌شان را از آن‌ها می‌گیرد.

اینک در حال نوشتن رمانی هستم که دوست دارم چاپ بشود. خیلی دوست دارم نویسنده بشوم. خودم هم معمولاً رمان می‌خوانم. الان در حال خواندن جنگجوی عشق، اثر فوق العاده جذاب و الهام بخش «گلنن دوئل ملتن» و کتاب «بی‌بال پریدن» اثر زنده‌یاد قیصر امین پور را مطالعه می‌کنم.

وی افزود: البته موسیقی را هم خیلی دوست دارم. آثار زنده یاد ناصر عبداللهی صدای ماندگار جنوب؛ محسن چاوشی حسینی خواننده، ترانه‌سرا و آهنگساز خرمشهری و موسیقی سنتی را گوش می‌کنم. البته خودم، گویندگی هم می‌کنم.

این قصه‌گوی نوجوان با اشاره به اینکه دوران نوجوانی از دیدگاه من دوره اوج گیری است. دورانی که در کنار سختی‌هایش، شیرین است، افزود: بنابراین باید از آن لذت برد، تجربه کرد و این دوران را محملی برای رشد، تعالی و توسعه همه جانبه در نظر بگیریم. به نظرم سخت‌ترین لحظات این دوران نیز؛ درک نشدن، دیده نشدن و حمایت نشدن است.

عبداللهی ادامه داد: برخی‌ها باورهای اشتباهی درباره نوجوانان دارند. این بعضی از انسان‌های بدبین، فکر می‌کنند نوجوانان نمی‌توانند از پس مسئولیت‌ها و تعهداتشان بر بیایند و توانمندی آن‌ها را باور نمی‌کنند. این طرز تفکر موجب می‌شود هنر، استعداد و ظرفیت نوجوان در نطفه خفه شود. بنابراین به جای اینکه این نوجوان عصای دست جامعه بشود، با تحقیر و سرزنش و بی‌توجهی، سربار و معضلی برای آن خواهد شد.

وی ادامه داد: بعضی از دوستانم، جنس و شکل دغدغه‌هایشان اندکی متفاوت‌تر است. البته بستگی به شرایط افراد دارد. اما آنچه بین همگان مشترک است، نشنیدن آن‌ها است. دغدغه تحصیلاتشان نیز پر رنگ است. می‌طلبند که مشاوران تحصیلی و مسئولان، دغدغه‌های آن‌ها را جدی‌تر بگیرند.

این قصه‌گوی نوجوان هرمزگانی بیان کرد: دوست داشتم برای روز نوجوان به اجرای یک تئاتر خوب دعوت می‌شدم. هنر نمایش به نظرم حال ما نوجوانان را بهتر می‌کند. حتی در روز جهانی نوجوان هم در هرمزگان، نوجوانان جدی گرفته نمی‌شوند.

عبداللهی گفت: پیشنهاد می‌کنم فضایی برای گفت‌وگو با نوجوانان فراهم شود. اغلب نوجوانان دوست دارند حرف بزنند و کسی باشد که حرف‌هایشان را بشنود. اگر من یک مسئول بودم، به نوجوانان گوش می‌کردم. نوجوان، تشنه شنیده شدن و دیده شدن است. ضمن اینکه حرف‌هایشان را می‌شنیدم، خواسته‌هایشان را محقق می‌کردم و آنچه می‌خواستند رقم می‌زد. می‌دانم که آن‌ها توقع چندانی ندارند. با توجه کردن و حمایت همه جانبه، حال زندگی‌شان را بهتر می‌کردم.

**خانواده‌ها نباید ذوق فرزندانشان را سرکوب کنند**

۱۲ آگوست برابر با ۲۱ مرداد «روز جهانی نوجوان» است. سازمان ملل متحد با نامگذاری این روز می‌خواهد اهمیت سال‌های نوجوانی نزد بزرگترها به ویژه خانواده‌ها، برنامه ریزان و مسئولان هر جامعه فراموش نشود. زیرا در سازمان ملل به اهمیت نقش نیروها و باورهای نوجوانان در توسعه جامعه‌های انسانی پی برده بودند و به همین سبب یک بیانیه به نام «بیانیه ترویج مفاهیم صلح، احترام متقابل و پذیرش دیدگاه‌های دیگر انسان‌ها برای نوجوانان»، منتشر کردند.

در دسته‌بندی جدید، گروه‌های سنی همچون +۰ «نوزاد»، +۲ «نوزاد»، +۴ «نوباوه»، +۷ «نوجوان»، +۹ «نونهال»، +۱۲ «نونگه»، +۱۵ «نوجوان» و «اولیای تربیتی، مربیان و پژوهش‌گران» نام‌گذاری شده است. همچنین در ساختار جدید، کمترین سن لازم برای مطالعه، پشت جلد کتاب‌ها درج شده و سقفی برای هر گروه سنی تعیین نشده، بلکه فقط ابتدای آن اعلام شده است.

این تغییرات کارشناسی یعنی نوع نگاه به گروه‌های سنی و مخصوصاً رده سنی نوجوان کاملاً نسبت به گذشته متفاوت شده است. این روزها آمارهای غیر رسمی مربوط به حوزه نوجوانان نیز چندان خوشایند و راضی‌کننده نیست. به نیروی محرکه «دوست‌داشتمی‌های» نوجوان کمتر توجه می‌شود هر چند این قشر از این ابزار مساعدت می‌گیرد تا خودش را نشان دهد و به ایده آل‌هایش برسد.

در این گفت‌وگو که با یک نوجوان موفق هرمزگانی داشته‌ایم، تلاش شد تا بفهمیم که نوجوانان امروزی بیشتر شیفته چه چیزهایی هستند و از چه چیزهایی متنفرند.

میبنا عبداللهی، زاده ۲۸ مهر ماه ۱۳۸۵ در بندرعباس است. این نوجوان ۱۷ ساله، حدود ۱۰ سال است که در عرصه‌های بازیگری، قصه‌گویی، نقالی، مجری‌گری و گویندگی با جدیت فعالیت می‌کند. او دانش‌آموز پایه یازدهم رشته ادبیات و علوم انسانی است. وی از ۱۵ سالگی به عنوان مربی در کتابخانه آیت الله طالقانی یکی از بزرگ‌ترین و مهم‌ترین کتابخانه‌های مرکز کلانشهر بندرعباس به صورت آنلاین، برای نوجوانان، قصه‌گویی تدریس می‌کند. او همچنین در بیست‌ودومین و بیست‌وچهارمین جشنواره قصه‌گویی منطقه‌ای، مقام اول را کسب کرد. این نوجوان هنرمند، تئاترهای زیادی را نیز برای کودکان و نوجوانان اجرا کرده است.

سابقه بازی در فیلم‌های کوتاه تولدت مبارک، خودش راضیه، خداتو شکر کن، تارا و ... در کارنامه هنری‌اش دارد. با صدا و سیما استانی مرکز خلیج فارس نیز به عنوان مجری برنامه نوجوانی هم همکاری می‌کند.

**خیلی دوست دارم نویسنده بشوم**

او گفت: چند رمان و شعر نوشته‌ام اما جایی منتشر نکرده‌ام. اتفاقاً

# با مشکلات گوارشی در هوای گرم چگونه مقابله کنیم؟

گزارش: ایرنا



گرمای تابستان فقط روی پوست و مو اثرات منفی نمی‌گذارد و می‌تواند گوارش را نیز تحت تأثیر قرار دهد. با افزایش دما، سیستم گوارشی سرعت خود را کم کرده و ضعیف می‌شود که می‌تواند مشکلاتی ایجاد کند. آیا مشکلات گوارشی در تابستان از زیاد قرار گرفتن در معرض نور خورشید ناشی می‌شوند؟

تغییرات آب و هوا بر بدن و عملکرد آن اثر می‌گذارد. هوای خیلی گرم باعث کاهش عملکرد گوارشی می‌شود و احتمال مشکلات و ناراحتی‌های گوارشی مانند گرفتگی معده و درد شکم، احساس تهوع و استفراغ، اسیدیته و سوزش سردل، از دست دادن اشتها، نفخ، یبوست و مدفوع شل و آبی افزایش می‌یابد. البته این را هم مدنظر داشته باشید که مشکلات گوارشی در تابستان ممکن است واقعاً هم ربطی به تابستان نداشته باشند و فقط تصادفاً با این فصل گرم هم‌زمان شده باشند، بنابراین اگر علاوه بر علائم گوارشی علائم دیگری هم دارید و مشکلات ادامه‌دار شده حتماً به پزشک مراجعه کنید.

## آیا درست است که تابستان بر سلامت گوارش ما اثر می‌گذارد؟

طبق آمار و مطالعات، ریسک شعله‌ور شدن علائم بیماری التهابی روده و گاستروانتریت ویروسی (آنفلوآنزای معده) در روزهای گرم سال بیشتر است. گرمای طاقت‌فرسای تابستان می‌تواند برای هر کسی که در حال حاضر مشکلات گوارشی دارد ناراحت‌کننده باشد. توصیه‌هایی برای حفظ سلامت گوارش در روزهای بسیار گرم تابستان از مصرف قهوه و نوشابه‌گازدار پرهیز کنید اگر عادت دارید معمولاً زیاد قهوه و نوشابه مصرف کنید، در روزهای تابستان باید محتاط‌تر باشید. این نوشیدنی‌ها می‌توانند بدن را فوراً دهیدراته کرده و معده‌تان را تحریک کنند.

## هر روز ورزش کنید

اگر مشکلات معده یا ناراحتی گوارشی دارید پس حتماً لازم است هر روز ورزش کنید. داشتن فعالیت بدنی مستمر و هر روز ورزش کردن کمکتان می‌کند از درد و ناراحتی معده و نفخ و گاستریت و بدهضمی خلاص شوید. وقتی هوای بیرون خیلی گرم است بهتر است داخل ورزش کنید. در خانه می‌توانید با وزنه تمرین کنید، یوگا یا تمرینات هوازی انجام دهید.

با این که فعالیت بدنی منظم در تابستان خیلی مهم است؛ اما با مدت و شدت تمرین آهسته شروع کنید، بیش از ۴۵ دقیقه تمرین نکنید و حداقل نیم ساعت بعد از ورزش برای خوردن غذا صبر کنید. این زمان اجازه می‌دهد تا گردش خون منحرف شده به عضلات به معده بازگردد و به هضم مناسب غذا کمک کند.

دوغ و ماست و کشک بخورید این موارد می‌توانند تحریکات معده را تسکین دهد و برای سلامت گوارش و تسهیل هضم مفید است. ضمناً این مواد، اسیدیته معده را به حداقل می‌رساند.

## رژیم غذایی سالم و مغذی داشته باشید

سعی کنید میوه‌های تازه، سبزی‌ها برگ‌دار و طالبی و سیب و گلابی و خیار و خربزه و هندوانه بیشتر بخورید. شربت نعنا و آبلیمو و سالاد کاهو و کرفس نیز برای تابستان عالی است. از خوردن غذاهای چرب و فرآوری شده و کنسروی و هله‌هوله تا جایی که می‌توانید دوری کنید.

## از قند و شکر و نوشیدنی‌های شیرین پرهیز کنید

در حالی که نوشیدن مایعات برای هیدراته ماندن بدن بسیار مهم است؛ اما از نوشیدنی‌های شیرین خودداری کنید. غذاهای حاوی قند زیاد و طعم و رنگ افزوده باعث مشکلاتی مثل نفخ و معده درد می‌شوند. غذاهای سنگین هم نخورید؛ چون به گوارش فشار می‌آورند. بهترین کار نوشیدن مایعات شفاف است.

## پرخوری نکنید و وعده‌های غذایی را کوچک تر و مکرر تر کنید

با شروع تابستان برنامه غذایی خود را تغییر دهید و وعده‌های غذایی‌تان را کوچک‌تر و مکرر کنید؛ یعنی اندازه هر چیزی که می‌خورید را کاهش دهید، اما به جای سه وعده اصلی، ۵ تا ۶ وعده غذایی بخورید. فوراً بعد از خوردن غذا نخوابید؛ چون باعث سوزش معده می‌شود. آهسته غذا خوردن، جویدن صحیح و لذت بردن از طعم و مزه غذایی که می‌خورید همگی به هضم کمک می‌کنند. از آنجایی که سیستم گوارش در تابستان کندتر می‌شود، آهسته و آگاهانه غذا خوردن به جلوگیری از مشکلات گوارشی کمک می‌کند.

## پروبیوتیک بخورید

کفیر و کیمچی حاوی باکتری‌های مفید برای گوارش‌اند و مشکلات گوارش را مثل اسهال که در تابستان رایج است تسکین می‌دهند. سعی کنید پروبیوتیک‌ها را در رژیم غذایی هر روزتان بگنجانید.

## از خواص سرکه سیب غافل نشوید

آب سیب تخمیرشده یک راهکار بسیار خوب برای تعدیل pH معده است. مقدار کمی سرکه سیب را با آب رقیق کرده و بنوشید تا نفخ و اسیدیته و گاستریتان بهتر شود. می‌توانید از سرکه سیب به‌عنوان چاشنی سالاد نیز استفاده کنید.

## میوه‌های برش خورده و مانده نخورید

به گزارش وب گاه تبیان، میوه‌هایی که برش خورده‌اند و در معرض هوا قرار گرفته‌اند زمینه‌ای مساعد برای رشد باکتری‌ها هستند و مصرف این میوه‌ها خصوصاً در تابستان می‌تواند مشکلاتی برای گوارش ایجاد کرده یا حتی منجر به مسمومیت شود. غذاها و میوه‌هایی را که در معرض هوا بوده‌اند و خوب نگهداری نشده‌اند نخورید.

## رفع بوی غذا از خانه با شیوه‌های فوری



در برخی مواقع ممکن است مدتی پس از پخت و پز غذا همچنان بوی آن در داخل محیط باقی بماند و افراد قادر به از بین بردن این بو نباشند، برای رفع بوی هر نوع غذا از خانه روش‌های مناسبی وجود دارد.

بوی غذاها در حین پخت و پز چندان آزار دهنده نیست اما با گذشت مدت زمانی اگر بو همچنان در محیط باقی مانده باشد، بسیار ناخوشایند است بخصوص در آپارتمان‌های کوچک که گردش هوا به خوبی صورت نمی‌گیرد. به همین دلیل در این بخش برای رفع بوهای نامطبوع ترندهایی را ارائه می‌دهیم.

### استفاده از سیب زمینی

سیب زمینی در جذب بو بسیار خوب عمل می‌کند. کاری که می‌توانید برای رفع بوی بد غذا انجام دهید این است که کمی نمک روی نصف سیب زمینی بپاشید و آنها را درون یک ظرف در آشپزخانه قرار دهید.

### روشن کردن شمع

برای رفع بوی آشپزخانه، روشن کردن یک شمع بسیار موثر است. شمع بویها را خنثی کرده و از انتشار آن جلوگیری می‌کند.

### رفع بوی غذا از خانه با تکنیک‌های فوری

#### خیساندن تخته‌های برش

اگر در تلاش برای از بین بردن بوی غذا در آشپزخانه هستید، لازم به یادآوری است که بو می‌تواند روی ظروف و

### همچنین در هوا بماند.

تخته‌های برش چوبی هستند و در اثر خرد کردن، آب گوشت و سبزیجات می‌تواند به عمق تخته نفوذ کرده و از بین بردن آن را سخت‌تر کند.

### جوشاندن دارچین

برای از بین بردن بوی نامطبوع آشپزخانه، رایحه دارچین گزینه خوبی است. چند عدد چوب دارچین را داخل قابلمه آب به مدت ۵ دقیقه بجوشانید و اجازه دهید تا خنک شود.

### استفاده از دانه‌های قهوه

نوشیدن قهوه صبحگاهی علاوه بر بالا بردن انرژی فواید دیگری دارد مثلاً می‌تواند بوی ماندگار پخت و پز غذا از شب قبل را از بین ببرد. ته مانده دانه‌های قهوه را داخل کاسه‌ای بریزید و آن را روی میز آشپزخانه قرار دهید تا

### موجب رفع بوی نامطبوع شود.

رفع بوی غذا از خانه با تکنیک‌های فوری استفاده از سرکه

### سرکه سفید علاوه بر اینکه یک پاک کننده عالی به شمار می‌رود، برای خنثی سازی بوی نامطبوع خانه و آشپزخانه نیز فوق العاده است.

یک فنجان سرکه را داخل تابه‌ای روی اجاق گاز به مدت ۱۵ دقیقه بجوشانید تا بوهای نامطبوع از بین برود.

### جوشاندن پوست مرکبات

لیمو، به دلیل داشتن رایحه دلنشین در رفع بوی نامطبوع محیط و خوش بو کردن غذا موثر است. به همین دلیل مقداری از پوست لیمو را قیل از استفاده بگیرید و داخل قابلمه ای از آب بریزید. سپس حدود یک ساعت روی

### حرارت ملایم قرار دهید.

رفع بوی غذا از خانه با تکنیک‌های فوری استفاده از جوش شیرین

### یکی دیگر از مواد قوی و پرکاربرد در آشپزخانه، جوش شیرین است که می‌تواند به راحتی در تمام قسمتهای خانه استفاده شود.

برای از بین بردن بوی پخت و پز، کافی است که یک ظرف پر از جوش شیرین را در محیط قرار دهید.

### تنظیم دمای یخچال

یکی از راه های رفع بوی بد یخچال، بیرون ریختن مواد غذایی فاسد شده است اما اگر همچنان یخچال بوی بدی می‌دهد، دمای آن را بررسی کنید زیرا دمای پایین یخچال خود یکی از علل خراب شدن مواد غذایی و ایجاد بوی بد است.

### روشن کردن تهویه

بهترین راه برای جلوگیری از ماندگاری بو، خارج کردن آن از طریق هوا یا هواکش است. البته به یاد داشته باشید که فیلترها را مرتباً عوض کنید.

باز کردن پنجره‌ها در از بین بردن بو به شما کمک می‌کند، حتی اگر می‌توانید پنکه ای را به سمت پنجره تنظیم کرده تا بوی بد را به بیرون هدایت کند.

### پاکسازی مرتب

به گزارش وب گاه نمناک، پس از آشپزی بلافاصله اجاق گاز خود را پاک کرده و قابلمه‌ها را بشوئید و از نگهداری پس ماند‌های غذا روی آنها خود داری کنید.

# اخبار حوزه زنان

## ملی پوش قایقرانی فولاد هرمزگان: هدف اصلی ام کسب مدال در المپیک آسیایی است



ملی پوش قایقرانی فولاد هرمزگان به عنوان تنها بانوی رشته کایاک عازم مسابقات جهانی آلمان شد. هدیه کاظمی افزود: مسابقات قهرمانی جهان آبهای آرام و پاراکانو ۱ تا ۵ شهریورماه در دویسبورگ آلمان برگزار می‌شود و در این مسابقات، سهمیه المپیک پاریس نیز توزیع می‌شود. وی با بیان اینکه در بخش کایاک یک‌نفره ۲۰۰، ۵۰۰ و ۱۰۰۰ متر زنان نیز با دیگر رقبا مصاف خواهیم کرد، تصریح کرد: از آمادگی مناسبی برخوردارم و امیدوارم بتوانم در مسابقات آلمان عملکرد مناسبی از خودم بر جای بگذارم.

ملی پوش فولاد هرمزگان با اشاره به اینکه هدف اصلی ام موفقیت و کسب مدال در مسابقات المپیک آسیایی است و امیدوارم بتوانم به این مهم دست پیدا کنم، خاطرنشان کرد: امیدوارم بتوانم در المپیک آسیایی پیشرو مدال خوش‌رنگتری نسبت به دوره گذشته برای کشورمان به ارمغان بیاورم.

کاظمی در پایان گفت: حمایت های فولاد هرمزگان پس از مسابقات لیگ برتر نیز قابل تقدیر است و باعث دلگرمی ام بوده و از مدیران شرکت فولاد هرمزگان و واحد ورزش آن تشکر می‌کنم.

## واکنش سرمربی یونانی تیم ملی به تاریخ‌سازی دختران بسکتبال ایران



النی کاپوچیانی در مورد صعود تیم ملی زنان به فینال کاپ آسیا گفت: برای این تاریخ‌سازی خیلی خوشحال هستم. چند ساعتی جشن می‌گیریم و بعد سعی می‌کنیم احساسات بازیکنان را کنترل کنیم تا برای بازی بعدی آماده شویم.

تیم ملی بسکتبال زنان ایران در مرحله نیمه‌نهایی رقابت کاپ دسته دوم آسیا مقابل اردن به پیروزی رسید و فینالیست شد. النی کاپوچیانی، سرمربی تیم ملی در مورد این پیروزی بیان کرد: بازی بسیار خوبی بود. به بازیکنان گفته بودم این بازی با دیدارهای دوستانه قبلی که با اردن انجام داده‌ایم متفاوت است چون تیم اردن تغییر کرده و بازی‌های بهتری در این تورنمنت انجام داده است. همچنین گفته بودیم اگر سوار بازی باشید و از نظر امتیازی جلو بیفتید، تیم مقابل از نظر روانی به هم می‌ریزند و همین اتفاق هم افتاد. ما از نظر دفاعی بهترین تیم تورنمنت هستیم. این یک دفاع ایرانی است که نشان می‌دهند بازیکنان ما بسیار جنگنده هستند. او در ادامه بیان کرد: برای این تاریخ‌سازی خیلی خوشحال هستم. خیلی‌ها از من تشکر می‌کنند اما باید ابتدا از بازیکنان و کادر تشکر کنند که با تمام وجود کار کردند. از تمام کسانی که در این مسیر با ما بودند ممنون هستیم. چند ساعتی جشن می‌گیریم و خوشحال هستیم و بعد سعی می‌کنیم احساسات بازیکنان را کنترل کنیم تا برای بازی بعدی آماده شویم.

وی در مورد دیدار فینال این مسابقات که برنده دیدار تایلند با اندونزی است، گفت: احتمال برد اندونزی بیشتر است چون بازیکن آمریکایی دارد اما تیم تایلند هم تیم یک‌دستی است. باید ببینیم کدام تیم به فینال می‌رسد. برای‌مان مهم نیست چون بچه‌های ما

جنگنده ظاهر می‌شوند.

کاپیتان تیم ملی بسکتبال: قول می‌دهیم در فینال هم خوب بازی کنیم

تینا عیسانیان، کاپیتان تیم ملی بسکتبال هم گفت: به مردم قول داده بودیم که به فینال صعود کنیم. از حمایت‌های‌شان خیلی ممنون هستیم. با شرایطی که ما داریم خیلی سخت بود اما موفق شدیم به فینال صعود کنیم. به عنوان کاپیتان تیم خیلی خوشحال هستم. همه تیم دست به دست هم دادیم که به فینال برویم. امیدوارم قهرمان شویم. قول می‌دهیم که فینال هم بازی خوبی شود.

## درخشش دختران بسکتبال ایران در آسیا ملی پوشان به فینال رسیدند



تیم ملی بسکتبال زنان ایران به فینال رقابت‌های کاپ دسته دوم آسیا صعود کرد.

تیم ملی بسکتبال زنان ایران در مرحله نیمه‌نهایی رقابت‌های کاپ دسته دوم آسیا از ساعت ۱۱ و ۳۰ دقیقه امروز (جمعه، ۲۷ مرداد) به مصاف اردن رفت و با پیروزی ۷۲ بر ۵۴ مقابل این تیم، فینالیست شد.

ملی‌پوشان ایران که برای دومین بار در کاپ آسیا شرکت کرده‌اند، موفق شدند با شکست قزاقستان برای اولین بار به جمع چهار تیم برتر و در ادامه با پیروزی مقابل اردن به فینال صعود کنند. تیم ایران کوارتر اول این دیدار را با حساب ۲۶ بر ۱۹ به برتری رسید و در کوارتر دوم هم ۱۵ بر ۱۰ پیش افتاد تا نیمه نخست را با برتری ۴۱ بر ۲۹ به پایان برساند. در کوارتر سوم هم این ملی‌پوشان ایران بودند که با حساب ۱۸ بر ۱۵ پیش افتادند و کوارتر چهارم را هم ۱۳ بر ۱۰ برنده شدند تا در مجموع با امتیاز ۷۲ بر ۵۴ برنده این دیدار باشند.

ملی‌پوشان ایران در مرحله فینال امروز (شنبه، ۲۸ مرداد) به مصاف برنده دیدار تایلند با اندونزی می‌روند. قهرمان این رقابت‌ها به دسته یک آسیا صعود می‌کند.

## تفاهمنامه همکاری معاونت روستایی با معاونت رئیس‌جمهور در امور زنان؛ وام اشتغال ۲۰۰ میلیون تومانی به زوجین روستایی متولد دهه ۶۰ پرداخت می‌شود



معاون رئیس‌جمهور در امور زنان و خانواده درباره تفاهمنامه همکاری با معاونت توسعه روستایی و مناطق محروم کشور گفت: بر اساس این تفاهمنامه تسهیلات اشتغال ۲۰۰ میلیون تومانی قرض الحسنه چهار درصدی به زوجین روستایی متولد دهه ۶۰ پرداخت می‌شود.

انسیه خزعلی با حضور در معاونت توسعه روستایی و مناطق محروم کشور و بازدید از نمایشگاه "نمر" با هدف ارتقاء و بهبود وضعیت

فرهنگی اجتماعی و اقتصادی زنان و خانواده در مناطق روستایی عشایری و محروم کشور تفاهمنامه ای امضا کرد.

سید امیرحسین مدنی معاون توسعه روستایی و مناطق محروم کشور در مراسم امضای این تفاهمنامه با بیان اینکه هدف این تفاهم نامه ارتقاء و بهبود وضعیت فرهنگی اجتماعی و اقتصادی زنان و خانواده در مناطق روستایی عشایری و محروم کشور است، گفت: موضوع تفاهم‌نامه حمایت از تشکیل، تحکیم و تعالی خانواده با تاکید بر زوجین متولد دهه ۶۰ و نیز آموزش و مهارت افزایی، تقویت بنیه علمی دانش آموزان دختر و کارآفرینی و توانمندسازی اقتصادی زنان است.

وی ادامه داد: ارائه تسهیلات ویژه قرض الحسنه به زوج‌های روستایی دهه شصت با هدف جلوگیری از افزایش سن ازدواج و تسهیل اجرای سیاست‌های جوانی جمعیت و فرزند آوری و کمک به شناسایی جذب، آموزش و نگهداشت دانش آموزان دختر بازمانده از تحصیل و اجرای برنامه های مشترک در راستای توانمندسازی اقتصادی زنان از طریق طرح‌های آموزشی و کاربردی اشتغالزای تولید محور از محورهای این تفاهمنامه است.

مدنی گفت: ارائه اطلاعات و معرفی جامعه هدف جهت ارائه خدمات و تسهیلات به مزدوجین دهه ۶۰ هماهنگی لازم به منظور همکاری و هم افزایی پیرامون موضوع تفاهم نامه در دستور کار است.

انسیه خزعلی معاون رئیس‌جمهور در امور زنان و خانواده نیز گفت: بر اساس تفاهم‌نامه امروز با معاونت توسعه روستایی و مناطق محروم کشور تسهیلات اشتغال ۲۰۰ میلیون تومانی قرض الحسنه ۴ درصدی به زوجین روستایی متولد دهه ۶۰ پرداخت می‌شود.

### خزعلی:

### پیشگیری از ابتلا به مواد مخدر در بین بانوان بر مساله درمان اولویت دارد



معاون رئیس‌جمهور در امور زنان و خانواده، گفت: در مساله اعتیاد بانوان به مواد مخدر، پیشگیری بر درمان اولویت دارد؛ از این رو موضوع آموزش در این زمینه بسیار ضروری است.

انسیه خزعلی در نشست کمیته تخصصی زنان و خانواده ستاد مبارزه با مواد مخدر که در محل این معاونت تشکیل شد، افزود: در مساله اعتیاد بانوان باید آموزش‌های پیشگیرانه منجر به ایجاد باور قلبی و تقویت معنویت در میان دختران و بانوان ارائه شود و لازم است این امر، نخستین بار از مدارس شروع و در دانشگاه‌ها با قوت بیشتر ادامه یابد.

معصومه فلاحیان، معاونت بررسی‌های راهبردی معاونت ریاست جمهوری در امور زنان و خانواده نیز در ادامه این نشست، گفت: در راستای رفع آسیب اجتماعی اعتیاد، باید به سمت مردمی شدن نگاه مبارزه با مواد مخدر پیش برویم.

همچنین محمد جمالو معاون ستاد مبارزه با مواد مخدر نیز با اشاره به تاکید رهبر معظم انقلاب بر اقدام فوق العاده در پیشگیری از اعتیاد اظهار کرد: حدود چهار هزار شهید جان خود را برای سلامت مردم شریف ایران هزینه کردند که این مساله، رسالت ما را در این زمینه مضاعف می‌کند.

وی افزود: اعتیاد پدیده ای چندبعدی و پیچیده است که می‌تواند نقطه شروع بزه‌های دیگر بوده و فروپاشی بنیان خانواده را فراهم می‌کند.

در این نشست، دبیر کمیته تخصصی زنان و خانواده ستاد مبارزه با مواد مخدر، معاون امور اجتماعی سازمان بهزیستی، نمایندگان از سازمان بسیج جامعه زنان کشور، آموزش و پرورش، سازمان فنی و حرفه ای کشور و شماری از مشاوران بانوان دستگاه‌های اجرایی حضور داشتند.

# اخبار حوزه زنان

### آمار تشکیل تعاونی‌های زنان در دولت سیزدهم



برابر آمارها ۸۸۲ تعاونی زنان با بیش از ۸۰۰۰ نفر عضو در دولت سیزدهم تشکیل شده که نسبت به سنوات گذشته رشد هفت درصدی داشته است. به دنبال تحولات سریع اجتماعی - اقتصادی در سطح جهان و مطرح شدن موضوع مشارکت سازمان یافته زنان، نقش تعاونی ها در توانمند سازی زنان پررنگ تر شده است. در طول یک دهه گذشته بنگاه های کوچک و متوسط بسیاری با عنوان تعاونی زنان در کشور تاسیس و با اقبال خوبی همراه شدند.

این تعاونی‌ها در گرایش‌های مختلف اعم از تولیدی، توزیعی و خدماتی فعالیت کرده و عمده تولیدات آن‌ها در حوزه خدمات، کشاورزی، صنایع غذایی، صنایع دستی، گلیم، فرش دستباف و گیاهان دارویی است.

امروز سازمان‌های بین‌المللی، تشکیل تعاونی‌های زنان را به عنوان یکی از راهبردهای اساسی کاهش نابرابری‌ها و افزایش مشارکت در کلیه امور اقتصادی و اجتماعی به دولت‌ها توصیه می‌کنند.

مهدی مسکنی - معاون امور تعاون وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی به تازگی با ارائه آمار از تعاونی‌های زنان در دولت سیزدهم از تشکیل ۸۸۲ تعاونی زنان با عضویت ۸۷۵۰ نفر خبر داده و می‌گوید: این آمار نسبت به سنوات گذشته رشد هفت درصدی داشته است.

به گفته وی، در حال حاضر ۱۰ هزار تعاونی زنان در کشور وجود دارد که نشانگر فعالیت زنان در مشارکت اقتصادی است. خوشه سازی و شبکه سازی تعاونی‌های زنان در قالب زنجیره ارزش موضوعی است که معاون وزیر تعاون بر آن تاکید دارد و می‌گوید: طرح «کپکشان تعاون» در این راستا در حال اجراست و تعاونگران می‌توانند از این فرصت استفاده کنند.

در حال حاضر تعاونی‌های زنان نقش بسزایی در رشد و توسعه اقتصاد، تولید ناخالص داخلی، اشتغالزایی و درآمدزایی دارند. سیر تاریخی فعالیت بانوان در ایران نشان می‌دهد که زنان از دیرباز در زمینه‌های مختلف از صنایع دستی و مشاغل هنری گرفته تا تولید فرش دستباف و امور باغی و کشاورزی فعالیت داشته و سهم بسزایی از تولید و اشتغال خرد و خانگی را در قالب تعاونی‌ها به خود اختصاص داده‌اند.

بی تردید با حمایت از شرکت‌های تعاونی زنان و تسهیل ورود آنها به بازار، زمینه توسعه بازار و پایداری کسب و کار ایجاد می‌شود و بازاریابی و بازاریابی و بازاریابی فراهم کردن امکان فروش محصولات تولیدی و توانمندسازی زنان به ویژه در مناطق محروم در توسعه اقتصادی، رونق تولید و بهبود معیشت و درآمد خانوارها اثرگذار است.

### ایجاد شغل پایدار برای ۳۶۰۰ نفر از زنان سرپرست خانوار در دولت سیزدهم



معاون امور زنان و خانواده رئیس‌جمهور گفت: در دو سال گذشته توانستیم با کمک آفرینان اقدامات خوبی برای زنان سرپرست خانوار انجام دهیم که برای این زنان، شغل پایدار ایجاد

شده به طوری که سه هزار و ۶۰۰ نفر از زنان سرپرست خانوار صاحب شغل شدند.

«انسیه خزعلی» در کنگره ملی بانوی ایرانی (باور)، اظهار داشت: پایداری شغل برای زنان سرپرست خانوار در قالب کسب و کارهای خانواده‌محور صورت گرفت که مشاغلی که کارآفرینان فراهم کرده‌اند تا چهار سال ادامه پیدا خواهد کرد و از مواد اولیه تا فروش تولیدات را بر عهده می‌گیرند.

وی افزود: این طرح کسب و کارهای خانواده‌محور در ۲۱ استان فعال شده و هدف از اجرای آن حمایت از زنان سرپرست خانوار است.

خزعلی تاکید کرد: زنانی که در برنامه تحول، تولید و توسعه فعال هستند، زنان پویا و پیشرو هستند. زنان ما در عرصه‌های علمی، کارآفرینی و هنری پیشرفت ویژه و چشمگیری داشته‌اند.

معاون امور زنان و خانواده رئیس‌جمهور از تامین اعتبار صندوق ضمانت برای تسهیلات و اشتغال‌زایی که یکی از گلابه‌های زنان بود، خبر داد و گفت: در ستاد ملی زنان این صندوق ضمانت ذیل نظر صندوق توسعه تعاون مصوب شده و با همکاری وزارت کار ۶۰۰ میلیارد ریال ضمانت برای زنان صورت می‌گیرد که امیدواریم اعتبار صندوق افزایش یابد.

وی ادامه داد: در ارتباط با تعاونی‌های زنجیره‌ای و تخصصی جلسه‌های برگزار کردیم تا تعاونی‌های بانوان را حمایت کنیم؛ در همین راستا جلساتی برگزار شده که امیدواریم در استان‌های مختلف، تعاونی‌ها در قالب تشکلهای زنان شکل بگیرند و بازار صادرات فراهم شود.

خزعلی ادامه داد: آماده شنیدن پیشنهادهای بانوان در بخش‌های مختلف برای تولید و عرضه کالاها در قالب بازارهای فصلی و مرزی و توسعه صادرات هستیم؛ در همین راستا به دنبال اختصاص بودجه‌ای برای تقویت بازارها و بازارچه‌ها برای بانوان هستیم.

معاون امور زنان و خانواده رئیس‌جمهور با تاکید بر صادرات تولیدات تعاونی‌های زنان گفت: با حمایت وزارت اقتصاد و صمت این موضوع را دنبال می‌کنیم.

وی گفت: رویدادهای خانواده محور را با نگاه فرهنگ خانواده در ۹ کارگروه در نظر گرفته‌ایم که تعاونی‌ها می‌توانند در این عرصه ورود کنند و فرهنگ‌های قومی و محله‌ای را رواج دهیم تا با شناسایی آسیب‌های اجتماعی شاهد تحکیم بنیان‌های خانواده باشیم.

برگزاری آزمون استخدامی شرکت پالایش نفت آفتاب آزمون استخدامی شرکت پالایش نفت آفتاب شد.

به گزارش آوای دریا، این مجموعه به منظور تامین نیروی انسانی با هدف توسعه کیفیت و کمیت تولیدات خود آزمون استخدامی برگزار کرد. در این دوره از آزمون استخدامی قریب به پنج هزار نفر داوطلب بومی در رشته های کاردانی مکانیک، کاردانی برق، مهندسی شیمی، مهندسی نفت، مهندسی عمران، مهندسی مکانیک، مهندسی کامپیوتر، حسابداری، مدیریت، مهندسی ایمنی حقوق و ... ثبت نام کردند.

پس از اعلام نتایج آزمون کتبی بیش از ۶۰۰ نفر به مصاحبه تخصصی و گزینش دعوت می‌شوند، که از این تعداد، ۲۰۰ نفر جذب و در واحدهای عملیاتی و ستادی شرکت پالایش نفت آفتاب مشغول به کار خواهند شد.

### برگزاری دوره آموزش آشنایی با مهر اصالت و ویژگی‌های آن در بندرعباس



دوره آموزش آشنایی با مهر اصالت و ویژگی‌های آن در بندرعباس برگزار شد.

معاون صنایع‌دستی اداره کل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی هرمزگان گفت: دوره آموزش تخصصی آشنایی با مهر اصالت و ویژگی‌های آن ویژه فعالین صنایع‌دستی در بندرعباس برگزار شد. ساناز رمچی با اعلام این خبر گفت: این دوره آموزشی رایگان و یک‌روزه با همکاری موسسه آموزشی مشق آفرینش برگزار شد.

معاون صنایع‌دستی اداره کل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی هرمزگان با اشاره به اینکه تمامی هنرمندان دارای مجوز صنایع‌دستی توانستند در این دوره‌های آموزشی شرکت کنند، افزود: هدف از برگزاری این دوره آموزشی ارتقای سطح دانش و به‌روز کردن تولیدات صنایع‌دستی بر اساس معیارهای ملی و بین‌المللی با توجه به رعایت کیفیت، هویت و اصالت، استفاده از مواد اولیه طبیعی و مرغوب، رقابت‌پذیری، بسته‌بندی مناسب، ابتکار در طراحی و تولید و ... بود.

حمایت بنیاد برکت از زنان کارآفرین بندرعباس

معاون اجتماعی ستاد اجرایی هرمزگان گفت: بنیاد برکت ستاد اجرایی در جهت اشتغال و حمایت از زنان کارآفرین بندرعباس از راه اندازی کسب کار در مجتمع نیلی بندرعباس حمایت کرد. سجاد امیریان زاده معاون اجتماعی ستاد اجرایی استان ضمن بازدید از نمایشگاه زنان کارآفرین بندرعباس اظهار داشت: بنیاد برکت در جهت اشتغال آفرینی زنان سرپرست خانوار جزو نهادهای پیشرو و فعال است.

امیریان زاده عنوان کرد: تلاش برای کسب درآمد پایدار توسط بانوان محترمی که عزتمندانه درآمد زندگی خود و خانواده خود را تأمین میکنند از وظایف بنیاد برکت ستاد اجرایی بوده و با شبکه ۳۰ نفری از تسهیلات‌گران خود در استان تمام تلاشش را در این عرصه به کار می‌بندد.

دبیر شورای اجتماعی ستاد اجرایی افزود: در راستای افزایش اشتغال اجتماع محور با همکاری شبکه کارآفرینی امید مجموعه بیش از ۴۰ مغازه در مجتمع تجاری نیلی بندرعباس برای زنان سرپرست خانوار اختصاص یافته و بنیاد برکت تا کنون بیش از ۳ میلیارد تومان تسهیلات به کارآفرینان پرداخت کرده است.

امیریان زاده گفت: بنیاد برکت در سال گذشته به بیش از ۳ هزار طرح اشتغال‌زایی تسهیلات کم بهره ارائه کرده است.

گفتنی است مدیرکل امور بانوان و خانواده استانداری، رئیس شبکه کارآفرینی امید و مجری و تسهیلات‌گران بنیاد برکت در این بازدید حضور داشتند.

### معاون امور زنان و خانواده رئیس‌جمهور: برخی بانک‌ها در پرداخت تسهیلات اشتغال‌زایی به بانوان کم کاری می‌کنند



معاون امور زنان و خانواده رئیس‌جمهور گفت: تعدادی از بانک‌ها در پرداخت تسهیلات اشتغال‌زایی، فرزندآوری و سایر مشاغل به بانوان کم کاری و کندی کردند که باید اصلاح شوند.

«انسیه خزعلی» در جمع خبرنگاران، اظهار داشت: در مقابل بعضی از بانک‌ها نیز تسهیلات خوبی پرداخت کرده‌اند که منجر به ارتقای تولید و اشتغال‌زایی در کشور شده است.

وی افزود: در خصوص تسهیلات تبصره ۱۸ قبلاً مشکلاتی داشته‌ایم که رییس‌جمهور در این زمینه دستوراتی دادند که شرایط بهتر شده، در این دولت معاونت امور زنان ریاست جمهوری نقش حمایت‌گر برای تعاونی‌های بانوان بخصوص زنان سرپرست خانوار دارد که با تسهیلاتی وزارت تعاون قرار است یک شبکه‌ای از تعاونی‌های تخصصی کسب و کار تشکیل شود.

معاون امور زنان و خانواده رئیس‌جمهور ادامه داد: شبکه سازی و خوشه سازی تعاونی‌ها برای تامین مواد اولیه تا عرضه و فروش تولیدات شکل خواهد گرفت.

وی با بیان اینکه دولت از تعاونگران پشتیبانی می‌کند، گفت: بانوان در تعاونی‌ها خوب عمل کرده‌اند و با راه‌اندازی صندوق‌های قرض‌الحسنه نشان دادند که پاکدشت و متعهد هستند.

خزعلی ابراز امیدواری کرد: با ایجاد زنجیره ارزش افزوده شاهد افزایش سهم تعاونی زنان در اقتصاد کشور باشیم.



# مراکز همسریابی فقط با «نماد اعتماد» مجاز

## به فعالیت اینترنتی هستند



دبیر ستاد خانواده و جمعیت سازمان تبلیغات اسلامی گفت: فعالیت اینترنتی مراکز همسریابی در صورتی قانونی است که «نماد اعتماد» را در سایت خود درج کرده باشند.

رامین پاشایی معاون اجتماعی فرهنگی پلیس فتا فراجا از آغاز طرح عملیاتی پلیس سایبری کشور علیه صفحات و تارنماهای فضای مجازی با موضوعات همسریابی در بیش از ۴۰ کارگروه ویژه در پلیس فتا خبر داد و گفت: با توجه به رصد فضای مجازی و شکوائیه قضائی واصله به پلیس فتا مشخص شد فعالیت مجرمانه صفحات و کانال هایی در فضای مجازی با موضوع همسریابی همچنان قربانی می گیرد.

وی ادامه داد: همه روزه تعدادی از افراد که به هر دلیلی فریب این ترغیب مجرمانه را خورده اند، با در دست داشتن شکوائیه قضائی به پلیس فتا مراجعه می کنند. این در حالی است که بارها هشدارهای لازم در خصوص اینگونه فعالیت های کلاهبردانه و توجیبات آموزشی در رسانه های گروهی توسط این پلیس به شهروندان ارائه شده است.

نکته دیگری که در اظهارات پاشایی قابل توجه است، فعالیت تعداد محدودی از سایت های دارای مجوز رسمی از وزارت ورزش و جوانان است که در امر بهسازگاری و ارائه خدمات مشاوره ای به داوطلبان و متقاضیان در امر ازدواج فعالیت می کنند و فقط این مراکز دارای اعتبار هستند و سایر تارنماهای موجود در این حوزه فاقد وجاهت قانونی بوده و بعضا با سوءاستفاده از نام اشخاص حقیقی، حقوقی و سازمان های موثر در امر ازدواج از افراد کلاهبرداری می کنند.

### شناسایی ۲۰۰ مرکز غیرقانونی همسریابی

به گفته معاون پلیس فتا تاکنون بیش از ۲۰۰ تارنما با موارد مجرمانه مشابه مورد شناسایی قرار گرفته و اقدام قضائی علیه متخلفان و مجرمان در حال پیگیری و اجرا است. شگرد کلاهبرداری فعال در این حوزه بسیار پیچیده بوده و پس از برقراری ارتباط عاطفی با متقاضیان و جلب اعتماد آنان با به دست آوردن سایر اطلاعات شخصی و خانوادگی و در اختیار قرار گرفتن فیلم و تصاویر خصوصی از فریب خوردگان با تهدید از قربانیان اخاذی می کنند.

این مقام سایبری با تاکید بر اینکه عموم مردم از ورود به این صفحات، کانال ها و همچنین اعتماد به افراد ناشناس اکیدا خودداری کنند، به شهروندان توصیه کرد: در صورت مواجهه با موارد کلاهبرداری، دریافت پیام های تهدیدآمیز و اخاذی مجرمان بلافاصله با مراجعه به دادسرا یا مراکز انتظامی پلیس فتا در سراسر کشور پیگیری موارد مطرحه باشند و به هیچ عنوان به خواسته های تهدیدکنندگان توجه نکنند.

بررسی صلاحیت ۳۰۰ مرکز همسریابی از سوی سازمان تبلیغات اسلامی حدود یک سال پیش بود که حجت الاسلام رضا عزت زمانی رییس ستاد خانواده و جمعیت سازمان تبلیغات اسلامی با استناد به تبصره ماده ۳۷ قانون خانواده و جوانی جمعیت گفت هیچ مجموعه ای با عنوان انتخاب همسر در فضای مجازی یا حقیقی اجازه فعالیت ندارد و ضابطان قانونی اجازه برخورد با این سایتها را دارند. البته وی از دست اندرکاران این سایت ها خواست تا به سامانه ای که به همین منظور راه اندازی شده، مراجعه و درخواست خود را ثبت کنند تا طبق فرآیندی از طریق وزارت ورزش و جوانان مجوز این مراکز صادر شود.

فرستاده شده تا پس از طی این مراحل به شورای این ستاد معرفی شوند اما مسئولان این مراکز باید به سایر شرایط نیز توجه کنند. مثلا افراد این مراکز باید مدارک علمی و تجربه هایی در این زمینه داشته باشند و یکی از شرایط مهم مساله دفتر کار است. ابوتراپی یکی از شرایط این مراکز را داشتن مکانی در حدود ۶۰ متر برای دفتر کار دانست و گفت: البته برخی از مراکز که دفتر نداشتند، تایید شدند ولی تصریح کرده ایم تا زمانی که دفتر کار تهیه نکنند و آن دفتر مورد بازدید قرار نگیرد، به وزارت ورزش و جوانان معرفی نخواهند شد. وی ادامه داد: یکی از مسائلی که در مورد مراکز همسریابی مورد بررسی خاص قرار می گیرد، مجموعه هایی هستند که سایت دارند و در فضای مجازی به ویژه سایت ها با عنوان مجموعه های مختلف فعالیت می کنند. تاکنون سایت های مراکز مانند مجموعه آدم و حوا یا مجموعه همدم به صورت مجزا بررسی شده است. یعنی علاوه بر بررسی صلاحیت و تجربه های آن ها، سایت و نوع کار آنها مشخص می شود و از سازمان تبلیغات اسلامی نماد اعتماد دریافت می کنند که باید این نماد را در سایت خود درج کنند و در صورت نداشتن این نماد، فعالیت آنها غیرقانونی است و در واقع مجوز ندارند.

دبیر ستاد خانواده و جمعیت سازمان تبلیغات افزود: به مراکز نظارتی مانند پلیس فتا نیز اعلام شده تا به جز مجموعه هایی که به سازمان تبلیغات اسلامی مراجعه کرده اند، سایر مراکز را که مجوز فعالیت ندارند، پلمب و فیلتر کنند و علاوه بر آن مجموعه هایی هم که بر خلاف قانون مشغول فعالیت هستند، به صورت جداگانه معرفی شده اند. در مواردی هم شکایت خصوصی داشتیم که مورد بررسی قرار دادیم و به پلیس فتا اطلاع دادیم تا سایت های آنها را فیلتر کنند و محل فعالیت آنها را ببندند.

همان زمان دبیر ستاد خانواده و جمعیت سازمان تبلیغات اسلامی گفت در حدود شش هزار مرکز و سایت همسریابی در سطح کشور فعالیت می کنند که بسیاری از آن ها، غیرقانونی هستند و خارج از روال قانونی و شرعی عمل می کنند و آن زمان فقط یک مرکز همسریابی در تهران با هشت شعبه به صورت قانونی فعالیت می کرد ولی حجت الاسلام رضا عزت زمانی، معاون فرهنگی سازمان تبلیغات اسلامی در تیر ماه امسال اعلام کرد با اطلاع رسانی هایی که انجام شده، حدود دو هزار مجموعه همسان گزینی برای ثبت مرکز خود مراجعه کردند که ۳۰۰ مجموعه از این تعداد بررسی و وارد فرآیند شده و ۷۰ مجموعه مجوز فعالیت دارند. وی تاکید کرد: فعالیت تمام کسانی که سایت، سامانه یا کانالی دارند که برای همسرگزینی فعالیت می کنند، در صورتی که دریافت نکنند، غیر قانونی محسوب می شوند و اگر اقدام به دریافت مجوز کنند در یک لایه حمایتی قرار گرفته و به دنبال آن مورد پشتیبانی قرار خواهند گرفت.

### ۱۲۰ مرکز همسریابی تاییدیه دریافت کرده اند

حالا پس از گذشت یک سال از راه اندازی سامانه ای برای دریافت مجوز مراکز همسریابی و با توجه به اظهارات معاون پلیس فتا حجت الاسلام محمدصادق ابوتراپی دبیر ستاد خانواده و جمعیت سازمان تبلیغات اسلامی در گفت و گو با ایرنا اظهار داشت: تاکنون در اجرای تبصره ماده ۳۷ قانون جوانی جمعیت، حدود ۱۵۰ مرکز و مجموعه همسریابی موفق به تکمیل اطلاعات پرونده خود در پایگاه این دبیرخانه شده اند که از این میان حدود ۱۲۰ نفر تاییدیه سازمان تبلیغات اسلامی را برای دریافت مجوز گرفته و به وزارت ورزش و جوانان معرفی شده اند. وی افزود: بقیه پرونده هایی که تکمیل شده اند، برای بررسی و تحقیق میدانی

## جای خالی اسطوره های ایرانی روی کیف و جلد دفتر

ولی در برابر اسطوره های یونان و روم و اسکاندیناوی کمتر کار بنیادی انجام شده. از این جهت، کودک و نوجوان ما به راحتی به آثار اساطیری غرب به شکل فیلم، انیمیشن، کتاب های مصور و جذاب، حتی به شکل ابزار و وسایل آموزشی مثل کیف و طرح لباس و ... دسترسی دارد و حتی در فضای مجازی به آسانی با شخصیت های اساطیری آشنا و مانوس می شود. به عبارت دیگر باید بگوییم که اسطوره های جهان وارد سبک زندگی (Life Style) مدرن شده اند و رهایی از آن کار آسانی نیست. مثال ساده اش این است که کودک روی کیف مدرسه ای یا روی جلد دفترش با تصاویر شخصیت های اساطیری غربی آشنا می شود، اما از تصاویر شخصیت های اساطیری ایرانی خبری نیست. کودکان از همان ابتدا باید از طریق ابزار مدرن تصویرگری و فضای دسترسی مدرن و فرامردن که می توانند وارد سبک زندگی شوند آشنایی حاصل کنند و به نظر من، اکتفا کردن به چند کتاب داستان درباره شخصیت های شاهنامه ساده پنداری قبیله است. اگر فکر می کنیم که با نوشتن و انتشار کتاب هایی حتی مصور درباره کیومرث و فریدون و ضحاک، رستم و سهراب و ... کودکان و نوجوانان را می توانیم با اساطیر ایرانی آشنا کنیم راه خطا پیموده ایم، هرچند این گونه کارها مفیدند، ولی آن جذابیت و گستردگی چندرسانه ای اسطوره های خارجی را ندارند و در برابر آنها تاب نمی آورند. چون اسطوره های اصیل ایرانی باید با ابزار مدرن وارد سبک زندگی شود و فقط روایت داستانی آن ها کافی نیست.

به اعصار گذشته بوده و دیگر فراموش شده اند و در زندگی ما اصلا نقشی ندارند و ما باید آنها را احیا کنیم. اسطوره ها هرگز نمی میرند و در هر دوره ای به شکلی تازه عرض اندام می کنند. در واقع اسطوره ها تحول می یابند و دگرگون می شوند و با توجه به بافت اجتماعی هر دوران، شکل و شمایل جدید به خود می گیرند. اسطوره قهرمانان که زمانی در قالب رستم و گرشاسب یا در اساطیر غرب در قالب هراکلس و آشیل تجلی پیدا می کردند، امروز در قالب سوپرمن و بتمن و غیره در فیلمها و کارتونها نمایان می شوند.

بنابراین، اسطوره جزء جدانشدنی زندگی ماست و نمی شود کاملا اسطوره زدایی کرد. البته باید مواظب بود که اسطوره باوری رواج پیدا نکند چون زبان بار خواهد بود. اسطوره ها را باید شناخت نه اینکه به آنها باور داشت. این دو مسئله جداسافت. نوجوان باید بیاموزد که از داستان های جذاب اساطیری درس بگیرد نه اینکه به آنها باور داشته باشد. اسطوره ها باید تخیل کودک و نوجوان را بیرون بیاورند، چون تخیل عنصر بنیادی ادبیات و هنر و حتی علم است. اساس اسطوره نیز تخیل و نمادسازی است. امروز معتقدند که تخیل و نمادسازی دو عنصر مهم علوم هم هست. دانشمندان هم برای اختراع یا کشف تازه نیازمند تخیل و نمادسازی است و نمادها در علوم نقش مهمی دارند.

در پاسخ به اینکه چگونه کودکان و نوجوانان ما باید با اساطیر ایرانی آشنا شوند و اینقدر مسحور اسطوره های غربی نباشند، باید بگوییم که خودمان در بازآفرینی اسطوره ها و افسانه های جذاب ایرانی کم کار بوده ایم. کارهای زیاد و ارزشمندی هم انجام شده

باید نقی به گذشته های دور بزینم تا درباره ریشه های تاریخی، فرهنگی، اجتماعی و به ویژه ریشه های رفتاری خودمان آگاهی به دست آوریم. اینکه در اسطوره های ایرانی نیروهای خیر با نیروهای شر می جنگند و نهایتا باید پیروز شوند یک کهن الگوی ایرانی است، مضمونی که مثلا در اسطوره های یونانی و رومی احیانا کمتر دیده می شود یا اصلا دیده نمی شود، چون اساس تفکر ایرانیان باستان مبارزه خیر و شر یا هرزد و اهریمن بوده است و این اندیشه در قالب اسطوره هایی زیبا مثل اسطوره تیشتر خدای باران آور و نبرد او با اپوش دیو خشکسالی در طی جنگی سی روزه بسیار زیبا وصف شده است. اینکه اسطوره ها هنوز پاسخگوی نیاز کودکان و نوجوانان ما هست یا نه باید بگوییم که مسئله نیاز به شکل مادی و معنوی مطرح نیست. مسئله این است که اسطوره امروز هم در بطن زندگی ما حضور دارد. ما چه بخواهیم چه نخواهیم، مضامین اساطیری در حیات اجتماعی ما نقش ایفا می کنند. مثلا در اندیشه و رفتار اجتماعی ایرانیان از قدیم این گونه بوده که یک نجات بخش باید بیاید و ما را از جنگ یا مصیبت و بلا نجات بدهد، و این مضمون یا در قالب سوشیالیس یا در قالب جهان پهلوانی به نام رستم که همیشه ایرانیان را از دست تورانیان نجات داده و ... تجلی پیدا می کند. شناخت این کهن الگوها برای جوانان ما لازم است. برای او باید تبیین شود که ما در گذشته چه بوده ایم و چه رفتارهایی داشته ایم تا از آنها الگو بگیرد یا حتی درصدد اصلاح بعضی از آنها برآید. اسطوره امروز زنده است و کارکرد اجتماعی دارد. این گونه نیست که بگوییم اسطوره ها فقط و فقط مربوط

فرغ اولاد می گوید: کودک روی کیف مدرسه یا روی جلد دفترش با تصاویر شخصیت های اساطیری غربی آشنا می شود، اما از تصاویر شخصیت های اساطیری ایرانی خبری نیست.

این نویسنده و پژوهشگر ادبی که در کارنامه خود کتاب «حماسه؛ شناختنامه حماسه های ایران و جهان» و «اسطوره و نماد در ادبیات و هنر؛ گفت و گو با جلال ستاری» را دارد، در پاسخ مکتوب به پرسش های خبرنگار درباره لزوم نوشتن از اسطوره ها و اینکه آیا در دنیای مدرن پاسخگوی نیازهای کودکان و نوجوانان است، نوشته است: «در پاسخ به نیاز کودکان و نوجوانان به اسطوره ها، باید بگوییم که اسطوره ها در کار آموزش به کودکان و نوجوانان بسیار مفید خواهد بود. هر ایرانی از دوران کودکی باید با داستان های اسطوره های ایرانی و مخصوصا داستان های شاهنامه فردوسی و داستان های اساطیری ادبیات کهن فارسی آشنا شود. چون از این طریق می تواند با تاریخ اساطیری و میراث ادبی ایران پیوندی ناگسستنی بیابد. از این جهت، نویسندگان و هنرمندان ما در حوزه کودک و نوجوان رسالت مهمی برعهده دارند و آن این است که به طور جدی باید در زمینه بازآفرینی اسطوره های ایرانی به اشکال گوناگون، داستان های مصور و فیلمها و کارتون های هنری و با استفاده از ابزار مدرن و امکانات مجازی گام های جدی بردارند.

اسطوره از جهتی پاسخگوی پرسش های نوجوانان ما هست، چون بخشی از دغدغه نوجوانان این است که ما در گذشته که بوده ایم و چه خصوصیات اجتماعی، رفتاری و روانی داشته ایم.



# با سر آشپز = کیک ساده



کیک‌ها انواع و اقسام مختلفی دارند اما کیک ساده همیشه یکی از طرفدارترین کیک‌ها به شمار می‌رود که طرز تهیه بسیار راحتی هم دارد.

کیک ساده یکی از طرفدارترین شیرینی‌ها در سراسر جهان است که خاستگاه آن یونان باستان می‌باشد. امروزه کیک‌ها در انواع و اقسام فراوانی تهیه شده و بسیار متنوعند. بسیاری از طرفداران این خوراکی خوشمزه علاقه مندند که خود در خانه کیک بپزند تا هم از مراحل آن لذت ببرند و هم از کیفیت آن مطمئن شوند. در این بخش ساده‌ترین روش تهیه کیک خانگی ۴ نفره را بصورت کاملا حرفه ای و کاربردی برایتان قرار داده‌ایم.

نکته: برای پخت کیک ساده برای ۲ نفر، مواد لازم گفته شده را دقیقا نصف کنید.

- مواد لازم
- آرد ۳ لیوان
- تخم مرغ ۳ عدد
- شیر ۱ و نیم لیوان
- وانیل ۱ قاشق چای خوری
- بکینگ پودر ۲ قاشق چای خوری
- روغن مایع ۱ لیوان
- شکر ۱ لیوان
- طرز تهیه

فر را روشن کنید تا گرم شود. درون ظرفی تخم مرغ‌ها را بشکنید.

شکر را کم کم به تخم مرغ‌ها بیافزایید و با همزن برقی مخلوط نمایید. بعد از مخلوط کردن تدریجی شکر به تخم مرغ‌ها باید مایه شما حالت کرم سفید غلیظ داشته باشد.

روغن مایع را به ترکیب تخم مرغ و شکر بیافزایید و هم بزنید.

در این مرحله شیر را به مواد دیگر اضافه کنید و دوباره مخلوط کنید. مواد خشک کیک یعنی آرد و وانیل و بکینگ پودر را در ظرف جداگانه مخلوط کنید.

مخلوط آرد و وانیل و بکینگ پودر را دو بار الک کنید.

کیکتان را برش زده و بین برش‌ها را با مخلوط گردو، خامه و موز و یا هر میوه ی دیگری به صورت دلخواه پر کنید و نوش جان نمایید. نکات مهم

هم زدن بیشتر تخم مرغ و شکر سبب پف کردن کیک می‌شود.

بعد از افزودن آرد به مواد مایع کیک از هم زدن زیاد خودداری کنید.

برای تهیه کیک دو رنگ، به مقداری از مایه کیک پودر کاکائو، قهوه و... بیافزایید و در قالب بر روی یکدیگر بریزید. برای تهیه کیک کاملا شکلاتی به کل مایع کیک، پودر کاکائو اضافه کنید اما به مقدار افزودن پودر کاکائو توجه نمایید.

آرد، وانیل و بکینگ پودر را به مواد بیفزایید. با قاشق چوبی یا لیسک آشپزی به آرامی مواد را با هم مخلوط کنید و از زیاد هم زدن آن خودداری کنید.

کف قالب را چرب کرده و یا از کاغذ روغنی استفاده کنید.

مایه کیک را در قالب بریزید، مواد کیک شما باید تا نیمه قالب پر شوند. کیک را در فر و در دمای ۱۸۰ درجه سانتی گراد به مدت ۳۵ تا ۴۰ دقیقه قرار دهید تا کاملا بپزد.

بعد از پخت کیک قالب را از فر خارج کرده و اجازه دهید کیکتان خنک شود.

کیک را از قالب خارج کنید.

## چگونه پودر لیموترش خانگی تهیه کنیم؟



آسیاب قهوه به خوبی آسیاب کنید تا کاملا پودر شوند. پودر لیمو را می‌توان برای طعم دادن به انواع غذاهای دیگر مانند برنج، کینوآ و سبزیجات استفاده کرد. موارد استفاده از پودر لیموترش

پودر لیموترش را می‌توان در انواع غذاها استفاده کرد، از جمله:

- غذاهای خاورمیانه مانند هوموس، بابا غانوش و شاورما
- کوکتل‌هایی مانند مارگاریتا، موهیتو و کاپپیرینا
- سس سالاد
- مارینادها
- مالش ادویه
- سوپ‌ها
- خورش‌ها و کاری‌ها
- سس‌ها
- پخت

نکاتی برای استفاده از پودر لیموترش

پودر لیموترش را به مقدار کم استفاده کنید، زیرا طعم ترش و تند دارد.

پودر لیموترش را می‌توان به غذاهای مختلف مانند سالاد، سوپ، خورش، گوشت، ماهی، مرغ، سبزیجات و دسرها اضافه کرد.

پودر لیموترش را می‌توان به نوشیدنی‌های مختلف مانند آب، چای، قهوه، آبمیوه و اسموتی اضافه کرد.

پودر لیموترش را می‌توان به محصولات مراقبت از پوست و مو مانند لوسیون، شامپو، نرم کننده، ماسک صورت و ماسک مو اضافه کرد.

پودر لیموترش را می‌توان به عنوان مکمل غذایی در کپسول یا قرص مصرف کرد.

سخن پایانی

به گزارش وب گاه بیتوته، پودر لیموترش یک ماده همه کاره است که می‌توان از آن برای افزودن طعم و اسیدیته به انواع غذاها استفاده کرد. تهیه و نگهداری آن آسان است و ماندگاری بالایی دارد. اگر به دنبال راهی برای افزودن روشنایی و پیچیدگی به آشپزی خود هستید، پودر لیموترش گزینه بسیار خوبی است.

تاریک نگهداری کنید. فواید پودر لیموترش

پودر لیموترش دارای تعدادی فواید است که آن را به یک ماده با ارزش در آشپزی تبدیل می‌کند. این است:

مرکبات: پودر لیموترش دارای طعم قوی مرکبات است که می‌تواند به ظروف درخشندگی و اسیدی ببخشد. تلخ: پودر لیموترش کمی تلخی نیز دارد که می‌تواند شیرینی برخی غذاها را متعادل کند. معطر: پودر لیموترش عطری قوی دارد که می‌تواند به ظروف عمق و پیچیدگی بدهد. خشک: پودر لیموترش یک پودر خشک است که اندازه گیری و استفاده از آن را آسان می‌کند. ماندگاری طولانی: پودر لیموترش را می‌توان برای مدت طولانی بدون از دست دادن طعم خود نگهداری کرد. خواص پودر لیمو ترش

پودر لیموترش دارای خواص بسیاری است که عبارتند از:

تقویت سیستم ایمنی بدن

پودر لیموترش یک افزودنی خوشمزه و مفید است که می‌توانید از آن در تهیه دسرها، نوشیدنی‌ها و غذاها استفاده کنید. این مطلب به شما نحوه تهیه این پودر طعم دهنده خوشمزه را آموزش می‌دهد.

پودر لیموترش یک ماده همه کاره است که می‌تواند در انواع غذاها از غذاهای خاورمیانه گرفته تا کوکتل استفاده شود. از خشک کردن و آسیاب کردن پوست لیمو ترش و معطر به دست می‌آید. پودر لیموترش دارای طعم قوی و ترش است که یادآور لیموترش تازه است. همچنین طعم کمی تلخ دارد. این پودر منبع خوبی از ویتامین C و فیبر رژیمی است.

مواد لازم و وسایل لازم برای تهیه پودر لیموترش:

۶ عدد لیمو ترش

دستگاه خشک کن غذا یا فر

مخلوط کن یا آسیاب قهوه

یک ظرف بدون هوا

طرز تهیه پودر لیموترش:

لیموها را کاملا بشویید و با دستمال کاغذی خشک کنید.

با استفاده از یک چاقوی تیز، پوست لیموها را با دقت جدا کنید و تا آنجا که ممکن است مغز سفید را باقی بگذارید. پوست‌های سفید باعث تلخی آن می‌شود.

پوست‌ها را به صورت نوارهای نازک برش دهید و روی سینی خشک کن یا سینی پخت پهن کنید.

اگر از خشک کن استفاده می‌کنید، آن را روی ۱۲۵ درجه فارنهایت تنظیم کنید و پوست‌ها را به مدت ۶ تا ۸ ساعت یا تا زمانی که کاملا خشک شوند، خشک کنید.

اگر از فر استفاده می‌کنید، آن را با دمای ۱۵۰ درجه فارنهایت گرم کنید و پوست‌ها را به مدت ۲ تا ۳ ساعت یا تا زمانی که کاملا خشک شوند، بپزید. داخل سینی فر از کاغذ روغنی استفاده کنید.

پس از خشک شدن پوست، آنها را در مخلوط کن یا آسیاب قهوه آسیاب کنید تا به صورت پودر ریز درآیند.

پودر لیموترش را در یک ظرف دربسته در جای خنک و