

آوای دریا ۲۱۰



زنان خانه‌دار روستایی بیمه می‌شوند

شنبه ۱۶ دی ماه ۱۴۰۲ سال پنجم
www.avayedarya.ir

صدای زنان هرمزگان
آوای دریا هفته نامه الکترونیکی هرمزگان



۲۰۲۷۰ کودک در قشم برابر فلج اطفال
واکسینه می‌شوند



سیر تحول «فرزندخواندگی» در ایران



لیگ برتر هندبال بانوان کشور؛ فولاد هرمزگان،
با باخت نیم فصل را به پایان برد



دوباره با طبیعت نخستین نمایشگاه عکس حیات وحش هرمزگان

دوباره با طبیعت

نخستین نمایشگاه عکس حیات وحش هرمزگان

گزارش : زهره کرمی



"مرتضی آریانزاد"، عکاس مینایی متولد ۱۳۶۰ محقق حیات وحش و مدیر موسسه حامیان حیات وحش هرموز است.

ثبت اولین رکورد خرس سیاه آسیایی در مناطق شهرستان هشتبندی، چاپ شده در مجله IBN در سال ۲۰۱۷، اولین رکورد رسمی مارشو، کشنده‌ترین مار ایران در کوه‌های شرق استان هرمزگان و چاپ مقاله کوتاه در مجله Herpetological journal در سال ۲۰۲۰، چاپ مقاله کوتاه زنده‌گیری خرس سیاه در ایران در مجله IBN در سال ۲۰۲۲، چاپ مقاله پراکندگی پلنگ ایرانی در غرب آسیا در شماره ویژه مجله Cat news در سال ۲۰۲۲، چاپ مقاله پراکندگی دو گونه جغد کمیاب عمانی و ماهی‌خوار و چاپ عکس جغد عمانی روی جلد مجله Zoology in the Middle East در سال ۲۰۲۲، چاپ مقاله اولین رکورد درخت سرو مدیترانه‌ای (زربین) در شهرستان بشاگرد در مجله طبیعت ایران ۱۴۰۲، مجری طرح سازمان ملل SGP در شرق هرمزگان آموزش و توانمندسازی جامعه محلی و حفاظت از گونه در خطر انقراض پلنگ ایرانی ۱۴۰۲ از جمله فعالیت‌ها و اقدامات وی می‌باشد.

او در باب معرفی خود می‌گوید: زمین مادری جایی بود که اولین بار تصویر پلنگ را ثبت کردم، باور وجود پلنگ در کوه‌های میناب، اشتیاق من را برای ثبت حیات وحش بیشتر کرد. ساعت‌ها و روزهای بسیاری در سرما و گرما به انتظار دیدن نشستیم، منتظر ماندیم و با ثبت این شکوه قدم به قدم نزدیک‌تر شدم. از شوق دیدن هر پرنده‌ای پرواز کردم. با ثبت هر گونه‌ی جدید دلگرم شدم و با مرگ معصومانه‌ی هر پلنگی گریستم. برای دیدن خرس سیاه، غارنشین شدم. حالا نوبت وقف شدن برای طبیعت بود چرا که این عکس‌ها هر کدام گواه هویت یک جغرافیاست. طاهر قدیریان فعال محیط زیست و معلم طبیعت الهام بخش من در این راه بود تا بتوانم هویت زیستی هرمزگان را به باور برسانم.

دوباره نمایشگاه توضیح دهید؟ ایده آن از کجا به ذهنتان رسید و از کی عکاسی را شروع کردید؟

استان هرمزگان یکی از متنوع‌ترین استان‌ها در بحث تنوع زیستی گونه‌های مختلف جانوری در کل کشور است، اما مردم استان شناخت چندانی نسبت به حیات وحش موجود ندارند؛ به طور مثال اولین فیلم‌هایی که از پلنگ منتشر کردم مردم می‌گفتند که غیرممکن است که میناب پلنگ داشته باشد. این بازخورد مردم برای من جالب بود که تا این اندازه با حیات وحش و محیط زیست غریبه هستند. این ایده به ذهن من آمد که اگر نمایشگاهی از گونه‌های جانوری استان برپا کنم شاید دغدغه مردم درباره حفظ محیط زیست بیشتر شود. در واقع با این کار یعنی معرفی گونه‌ها، احتمال حفاظت از حیات وحش بیشتر می‌شود.

از سال ۹۱ عکاسی حیات وحش را به طور نیمه حرفه‌ای و از سال ۹۴ پس از آشنایی با استاد «طاهر قدیریان» به طور حرفه‌ای شروع کردم و ادامه دادم. نتیجه این نمایشگاه عکس‌هایی است که از سال ۹۴ ثبت کردم. رشته تحصیلی‌ام فنی بود اما علاقه زیادم به حیات وحش باعث شد به این سمت بیایم. بیشترین فعالیت‌هایم تحقیق و پژوهش از حیات وحش است.

برای ثبت عکس‌ها چقدر زمان گذاشتید؟

برای ثبت عکس‌ها زمان زیادی گذاشتم. طولانی‌ترین زمانی که برای عکس‌برداری گذاشتم، خرس سیاه بود که سه سال طول کشید.

این سه سال در واقع زمانی بود که دیگر می‌دانستم کجا می‌توانم پیدایش کنم و چطور به دنبال آن بروم. وگرنه سال‌ها قبل دوست داشتم از خرس سیاه عکس بگیرم اما نمی‌دانستم که دقیقاً کجا و کی به دنبالش بگردم.

عکاسی از چه حیواناتی است؟ در کدام مناطق؟ آیا بومی هرمزگان هستند؟

از کودکی علاقه و شناخت زیادی روی گونه‌های جانوری و طبیعت داشتم و این موضوع باعث شده بود که همیشه درباره آن‌ها تحقیق کنم. سعی کردم گونه‌هایی را انتخاب کنم که کمتر دیده شده‌اند. مثلاً زمانی که به کنار ساحل می‌رویم، گونه‌های مختلفی از پرندگان را می‌بینیم. سعی کردم به سراغ گونه‌هایی بروم که کمتر هستند و پیدا کردنشان پروسه سخت‌تری دارد. تمام عکس‌ها از حیات وحش هرمزگان است

از فعالیت‌های موسسه حامیان حیات وحش هرموز بگویید؟

در موسسه حامیان حیات وحش هرموز پروژه بزرگی را در بحث کاهش تعارض پلنگ با دامداران در مناطق شرق هرمزگان کار کردیم.

ما در این پروژه، زیستگاه‌های پلنگ را پایش کرده و فهمیدیم که در شرق استان پلنگ وجود دارد و از آن تصویر گرفتیم و به دامدارانی که از پلنگ آسیب دیدند کمک کردیم. در بحث آموزش و عدم رها کردن دام بدون چوپان و ... کارگاه‌های زیادی برایشان برگزار کردیم.

برپایی نمایشگاه عکس در سال‌های گذشته متداول بود و استقبال خوبی هم از آن می‌شد، از نظر شما چرا این موضوع کمتر شده است؟

عکاسی از حیات وحش کار دشواری است و کمپانی‌های خاصی مثل National Geographic، BBC، فعالیت انجام می‌دهند چون بسیار پرهزینه است.

من برای هر کدام از عکس‌هایم میلیون‌ها هزینه کردم تا توانستم این عکس‌ها را ثبت کنم. شاید این موضوع یکی از عواملی است که باعث شده کمتر به این امر پرداخته شود.

حرف آخر

دوست داشتم مردم با گونه‌های زیستی استان آشنا شوند. این‌ها سرمایه‌ای هستند که هزاران سال بوده و الان در حال نابودی‌اند. ما می‌توانیم بی تفاوت باشیم یا اینکه دغدغه‌مان باشد و برای نجات آن‌ها تلاش کنیم.

گفتنی است نمایشگاه "دوباره با طبیعت" با حضور مدیران، مسئولین محیط زیست و علاقمندان به حیات وحش افتتاح و از ۱۲ تا ۱۹ دی ماه از ساعت ۱۴ الی ۲۱ در گالری گرمساری فرهنگسرای طوبی بندرعباس در حال برگزاری می‌باشد. اذیتور این نمایشگاه بر عهده "سارا میرزایی" است.

و به خاطر کم بودن فضای گالری ما بخشی از عکس‌ها را نتوانستیم به نمایش بگذاریم و تابلو ها، بخشی از گونه‌های جانوری هرمزگان است.

از تجربه عکاسی طبیعت بگویید، چه چالش‌هایی دارد؟

عکاسان زیادی در استان داریم اما در بحث حیات وحش کمتر کسی به سراغ این ژانر می‌آید، چون کار بسیار دشوار و سختی است.

مثلاً برای عکس‌برداری از خرس سیاه باید در دمای ۵۰ درجه مرداد دنبال خرس برویم و این کار بسیار دشواری است. باید روزهای زیادی در زیستگاه حیات وحش باشید و هر روز هم به راهنمای محلی که همراهتان است حقوق بدهید، هزینه خورد و خوراک، از همه مهم‌تر تجهیزات و سخت افزارها این کار، لنزها، دوربین‌هایی که استفاده می‌شود بسیار گران است.

برای اینکه عکاس طبیعت شویم، چه ویژگی‌ها و شاخص‌هایی نیاز دارد؟

مهم‌تر از همه اینکه علاقمند به این کار باشید، چون کار بسیار سخت و دشواری است و البته شناخت نسبتاً خوبی از گونه‌های جانوری لازمه کار است.

چه ابزارهایی مورد نیاز است؟

دوربین چشمی "دوربین عکاسی بستگی به میزان هزینه " لنز تله " دوربین های سوپر زوم.

خاطره‌ای از ثبت عکس‌ها برایتان بازگو کنید؟

هر کدام از عکس‌ها برایم یک دنیا خاطره است و پشت همه آن‌ها یک داستان جالب است.

مثلاً عکس "مار شو" برایم جذاب است. ماری که هیچ پادزهری در ایران ندارد و چندین سال دنبالش بودم و به طور رسمی خودم این مار را در شرق هرمزگان شناسایی و در ایران ثبت کردم. ثبت این عکس و این گونه خیلی برایم خاص بود.

سیر تحول «فرزندخواندگی» در ایران

به دنبال اصلاح آئین‌نامه اجرایی قانون حمایت از کودکان بی‌سرپرست و بدسرپرست و ابلاغ شیوه‌نامه آن، «مهمانی» فرزندان بی‌سرپرست در خانواده‌های میزبان فرزندپذیری در حالی از نیمه دوم دی‌ماه آغاز می‌شود که سازمان بهزیستی اقدام به آموزش خانواده‌های میزبان کرده و گواهینامه این دوره آموزشی باید در پرونده خانواده میزبان ثبت شود و تا زمان عدم ثبت گذراندن موفق این دوره، اعطای میزبانی فرزندان به خانواده‌ها غیرقانونی است.

در سال ۱۳۹۲ قانون حمایت از کودکان بی‌سرپرست و بدسرپرست درحالی با ۳۷ ماده توسط مجلس به تصویب رسید که در ماده ۳۶ آن اعلام شد که «به منظور انجام صحیح مسئولیت پذیرش، نگهداری و مراقبت، حضانت و سرپرستی کودکان بی‌سرپرست و بدسرپرست توسط سازمان بهزیستی کشور و اختیار واگذاری سرپرستی آنان به خانواده‌های واجد شرایط و مؤسسات، آیین‌نامه‌های اجرایی این قانون با پیشنهاد وزارتخانه‌های تعاون، کار و رفاه اجتماعی، دادگستری و کشور طی سه ماه از تاریخ تصویب این قانون تهیه و به تصویب هیأت وزیران برسد.

طبق آنچه که سیدعلی کاظمی- دبیر مرجع ملی کنوانسیون حقوق کودک در اردیبهشت‌ماه به ایسنا اعلام کرده بود، ماده قانونی مذکور دارای چند محور درخصوص وظیفه صحیح نگهداری، مراقبت، حمایت و سرپرستی از کودکان بی‌سرپرست و بدسرپرست است و هر کدام از این واژه‌ها و اصلاحات دارای کاربرد معنایی خاصی هستند. بحثی که مطرح شده و شاید در آئین‌نامه مورد غفلت واقع شده بود، دربارهٔ اختیار واگذاری سرپرستی به خانواده‌های واجد شرایط و مؤسسات است. تاکنون شیوه کار بر این منوال بوده است که سازمان بهزیستی بعد از دستور مقام قضایی، کودکان را در مراکز خود یا در مؤسساتی که با مجوز سازمان بهزیستی فعالیت می‌کنند، نگهداری می‌کرد، اما باتوجه به مطالعات انجام شده، مشخص شده که نگهداری از کودکان به صورت اردوگاهی به ساحت‌های مختلف سلامت آنان آسیب می‌رساند و موجب بروز اختلالات در سلامت جسمی مثل مشکلات بلع و برخی اختلالات در سلامت روان کودک مانند دلبستگی ناپایمن و برخی اختلالات دیگر در سلامت اجتماعی کودک به ویژه در خصوص اعتماد به نفس و مهارت‌های ارتباطی خواهد شد.

در همین راستا پیشنهادی توسط سازمان بهزیستی کشور و مرجع ملی حقوق کودک تهیه شد تا در مدتی که قرار است کودکان بی‌سرپرست یا بدسرپرست در مراکز بهزیستی یا مؤسسات شبه خانواده به سر ببرند، وارد خانواده‌ها شوند یا به عبارتی «مراقبت موقت» صورت گیرد و همچنین پیشنهادی برای الحاق یک ماده به آئین‌نامه اجرایی این قانون صورت گرفت. کاظمی در این زمینه با اشاره به موارد اصلاحی آئین‌نامه قانون حمایت از کودکان بی‌سرپرست و بدسرپرست، تصریح کرده بود: در اصلاحیه ماده یک آئین‌نامه تعریف موسسه گروهی و موسسه مراقبت خانواده محور اضافه شده و همچنین ماده ۱۳ که به نوعی قلب آئین‌نامه اصلاحی است به آن ملحق شد. در ماده ۱۳ اشاره شده که باید طبق شیوه‌نامه‌ای که توسط بهزیستی و مرجع ملی حقوق کودک با همکاری برخی نهادها تهیه شود، کودکان برای مراقبت موقت به خانواده‌های داوطلب سپرده شوند.

در این زمینه چند اتفاق افتاد؛ اول؛ باتوجه به اینکه در گذشته مراقبت از کودکان به مویجات دستورالعمل‌های داخلی سازمان بهزیستی بود، اکنون به موجب شیوه‌نامه‌ای است که در مرجع ملی حقوق کودک به تصویب می‌رسد و با استانداردهای حقوق کودک و مصالح عالی‌ه اطفال انطباق می‌یابد. دوم آن که موسساتی جدید شکل خواهد گرفت که الگوی مراقبت آنها از کودکان به روش خانواده محور است و جایگزین روش‌های اردوگاهی و گروهی موجود خواهد شد و سوم اینکه در گذشته نظارت بر نحوهٔ نگهداری در مراکز و مؤسسات بر عهدهٔ سازمان بهزیستی و مراجع قضایی بود، اما به موجب اصلاح این آئین‌نامه و با توجه به دغدغه‌هایی که در مورد کیفیت نگهداری این کودک وجود دارد، علاوه بر سازمان بهزیستی و مراجع قضایی، مرجع ملی حقوق کودک نیز بر فرآیند مراقبت از اطفال نظارت می‌کند و همین موضوع شرایط بهتری برای کودکانی که در اختیار خانواده‌ها هستند فراهم خواهد کرد و چهارم اینکه خانواده‌های شایسته امکان نگهداری کودکان بی‌سرپرست و بدسرپرست را خواهند داشت و شرایط دشوار فرزندخواندگی بر این فرآیند حاکم نخواهد بود.

دبیر مرجع ملی حقوق کودک همچنین خاطرنشان کرده بود: در ماده ۱۳ که به تصویب هیأت وزیران رسیده، گفته می‌شود که بهزیستی می‌تواند دو مدل موسسه برای نگهداری کودکان داشته باشد که یک مدل آن مؤسساتی هستند که تاکنون از کودکان به صورت گروهی و در فضایی فیزیکی نگهداری می‌کرد و دسته دوم مؤسساتی هستند که به آنها موسسات دارای الگوی مراقبت خانواده محور گفته می‌شود؛ این مؤسسات به جای اینکه دارای یک فضا باشند، چند خانواده زیر مجموعه آنها قرار می‌گیرند تا به جای اینکه از کودکان در فضای خاصی نگهداری شود، خانواده‌های علاقه‌مند همکار این مؤسسات برای مدتی از کودک به طور موقت و تا زمان تعیین و تکلیف مراقبت کند. این خانواده‌ها یا خودشان از جهت بضاعت مالی وضعیت خوبی دارند و از کودک مراقبت می‌کنند و یا ممکن است از خانواده‌های خوبی باشد که در تربیت کودک توانمند هستند اما از جهت مالی نیازمند حمایت هستند. در حالت دوم به جای اینکه موسسه برای نگهداری کودک در مرکز هزینه کند، همان هزینه را به خانواده پرداخت می‌کند.



کاظمی در پاسخ به این سوال که آیا روند نگهداری از کودکان توسط خانواده‌های متقاضی نگهداری دائم و موقت بر نوع شکل‌گیری شخصیت کودک اثر منفی نخواهد داشت؟ اینطور توضیح داد: در این زمینه بررسی‌های علمی کافی انجام شده است که نشان می‌دهد نگهداری کودکان در مراکز نگهداری، هر چند نوعی نجات کودک از وضعیت مخاطره آمیز و ایجاد محیط ایمن برای آنان است، اما استعداد وارد کردن آسیب‌های جبران‌ناپذیری به آنان را هم دارد.

دبیر مرجع ملی حقوق کودک با بیان اینکه کودکان باید در آغوش خانواده رشد کنند و رشد آنها در فضای غیرخانوادگی کودکان را دچار اختلال دلبستگی ناپایمن، اختلال‌های عاطفی، افسردگی و سایر اختلالات و بیماری‌های روحی و روانی می‌کند، به دیگر مزایای نگهداری از کودکان فاقد سرپرست در خانواده‌های شایسته اشاره کرد و گفت: در بهترین مراکز هم تامین نیروی کافی برای مراقبت از کودکان همواره یک چالش اساسی است. بنابراین تعداد مادریاران و مربیان از تعداد مورد نیاز برای کودکان کمتر است، از همین رو مادریاران نمی‌توانند تمامی نیازهای عاطفی و روانی کودکان را تامین کنند. فاصله کم شیفتها در برخی مؤسسات، ساعت کاری بالا و فرسودگی شغلی بالای این عزیزان را هم باید به این فهرست اضافه کرد. افزون بر این کودکان در مراکز دلبستگی‌هایی به مدیران، مادریاران، مربیان، بازدیدکنندگان و همیاران پیدا می‌کنند و نگهداری در مؤسسه به معنای عدم دلبستگی نیست، به معنای تشنگی دلبستگی، بی‌ثباتی در طرح‌واره‌های عاطفی کودکان می‌شود.

وی با اشاره به مطالعه جهانی توسط سازمان ملل گفت: در این مطالعه که در سالهای اخیر انجام شده است، کودکان بی‌سرپرستی که در مراکز مراقبتی نگهداری می‌شوند را به مثابه کودکان محروم از آزادی (کودکان زندانی) در نظر گرفته به شدت بر موسسه‌زدایی در نگهداری کودکان تاکید کرده است. حتی مشخص کرده است که کدام کشورها، بیشتر بر نگهداری کودکان فاقد سرپرست در خانواده‌ها تاکید دارند. هرچند که ایران در وضعیت خوبی است، اما با اجرای آئین‌نامه جدید، در ردیف بالاترین کشورها از حیث خانواده مداری در نگهداری کودکان و نوجوانان فاقد سرپرست مؤثر قرار خواهیم گرفت.

درنهایت شهرپورماه سال جاری بود که دبیر مرجع ملی حقوق کودک از ابلاغ شیوه‌نامه آئین‌نامه اجرایی قانون حمایت از کودکان بی‌سرپرست و بدسرپرست خبر داد و اعلام کرد که به موجب این شیوه‌نامه، مؤسسات واگذاری کودکان بی‌سرپرست و بدسرپرست به «خانواده‌های متقاضی» تبدیل خواهند شد. کاظمی با بیان اینکه برای تدوین شیوه‌نامه مجدداً از دستگاه‌های مرتبط نظرخواهی کردیم و آنها نیز نکات ارزشمندی را مطرح کردند، به ایسنا گفت: یکی از نکات مطرح شده این بود که وضعیتی ایجاد شود تا کودکان بدسرپرستی که قربانی فروپاشیدگی خانواده زیستی‌شان هستند زودتر به خانواده‌های میزبان واگذار شوند که با ابلاغ این شیوه‌نامه این اتفاق رخ خواهد داد. والدین بدسرپرست به اعتقاد ما دوگونه‌اند، والدینی که بدسرپرستی آنها قابل رفع است مانند والدینی که مشکل فقدان مهارت‌های والدگری دارند یا بی‌توجه و سهل‌انگار هستند یا حتی معتادان؛ اما مواردی هم هست که برگشت‌ناپذیر است. قانون حمایت به برخی از این موارد اشاره کرده است. مانند والدینی که نسبت به کودک آزار جنسی داشته‌اند یا مرتکب خرید و فروش یا قاچاق وی شده‌اند. در مورد گروه اول در فاصله اصلاح خانواده زیستی می‌توان کودک را به خانواده میزبان به طور موقت سپرد و در مورد گروه دوم تا تعیین تکلیف خانواده زیستی، کودک می‌تواند در خانواده میزبان مراقبت شود و ترجیح این است که در این مورد، فرآیند واگذاری به خانواده جایگزینی که جایگزین خانواده زیستی شود، زودتر صورت پذیرد و مراقبت موقت آنان هم به کسانی داده شود که در آینده، متقاضی فرزندخواندگی وی هستند. دبیر مرجع ملی حقوق کودک در بخش دیگری از سخنان خود به این

پرسش که آیا پیش‌بینی برای کاهش تعداد مراکز و شیرخوارگاه‌ها شده است یا خیر اینگونه پاسخ داد: هدف‌گذاری درباره این موضوع صورت گرفته است، زیرا زمانی که بتوانیم کودکان را واگذار کنیم اصولاً نباید مؤسسات اقامتگاهی وجود داشته باشد. مؤسسات اقامتگاهی باید کاهش یابند و به جای آن مؤسسات واگذاری شکل گیرند، اما اجرای این موضوع به عملکرد سازمان بهزیستی و استقبال خانواده‌ها از این طرح بستگی دارد. در شیوه‌نامه نوشته شده است که مؤسسات نگهداری و اقامتگاهی می‌توانند به مؤسسات خانواده‌محور تبدیل شوند. باید در مرکز هر استان و در برخی شهرهای مهم، مرکزی برای نگهداری از کودکان بی‌سرپرست یا بدسرپرست وجود داشته باشد تا در دو صورت مراقب کودکان باشد؛ نخست آن که اگر خانواده متقاضی برای کودک وجود نداشت، دولت به وظایف خود در این زمینه عمل کند. دوم این که اگر مراقبت در خانواده میزبان یا جایگزین به هر دلیل تداوم نیافت، کودک سریعاً به آن مراکز منتقل شود.

بر همین اساس، سازمان بهزیستی نیز برای اجرای این ماده قانونی اقدام به برگزاری دوره‌های آموزشی برای آموزش خانواده‌های میزبان، کودکان، تیم مراقبتی و مؤسسات خانواده‌محور به صورت رایگان کرده است که ادارات بهزیستی استان‌ها، مؤسسات خانواده‌محور دارای مجوز از سازمان، مراکز مشاوره و خدمات روانشناختی ارائه‌دهنده خدمات فرزندخواندگی و سایر مراکز که مجوز برگزاری دوره آموزشی را دارند و از دفتر تخصصی بهزیستی کشور مجوز آموزش دوره‌های خاص را دریافت می‌کنند، این دوره‌ها را برگزار می‌کنند.

این آموزش‌ها شامل آموزش‌های روانشناسی، حقوقی و بهداشتی، سلامتی و ایمنی، مراحل رشد کودک و نوجوان، آشنایی با اختلالات شایع رفتاری و عاطفی کودک و نوجوان و چگونگی مواجهه با آن، آشنایی با مسائل مربوط به بلوغ (خانواده میزبان نوجوان)، مهارت‌های ارتباطی با کودک و نوجوان، آموزش‌های حقوق کودک و قوانین و مقررات مربوط به مراقبت از کودک و نوجوان، بهداشت و ایمنی کودک و نوجوان، آشنایی با علائم بیماری‌های عفونی شایع رده‌های سنی کودک و نوجوان، کمک‌های اولیه و فوریت‌های پزشکی در رابطه با حوادث و بیماری‌های کودک و نوجوان، روش‌ها و مهارت‌های مراقبت جسمی، روانی و اجتماعی از کودک و نوجوان در سنین مختلف بوده و همچنین خودمراقبتی جسمی و روانی، آشنایی با حقوق فردی و تکالیف شرعی در خانواده میزبان متناسب با سن و جنسیت و مهارت‌های ارتباطی نیز از آموزش‌های ویژه کودک به شمار می‌رود. در این زمینه نیز مراکز برگزارکننده دوره‌های آموزشی موظفند ضمن تهیه بانک اطلاعاتی از گواهینامه‌های آموزشی صادر شده برای تیم اجرایی موسسه و خانواده‌های میزبان و ارائه آن به سازمان بهزیستی، بلافاصله پس از اتمام هر دوره به شرکت‌کنندگانی که در آزمون آن دوره موفق شده‌اند، گواهینامه آموزشی را بر اساس الگوی پیوست ارائه دهند. امضای اصل گواهینامه‌های دوره‌های برگزار شده توسط بخش دولتی با امضای رئیس بهزیستی شهرستان و معاون اجتماعی استان و گواهینامه دوره برگزار شده توسط بخش غیردولتی با امضای معاون اجتماعی استان و مسئول مرکز برگزارکننده دوره‌های آموزشی صورت می‌گیرد.

اما یکی از نکات قابل توجه در این راستا این است که گواهینامه باید در پرونده خانواده میزبان ثبت شود و تا زمان عدم ثبت گذراندن موفق این دوره، اعطای میزبانی فرزندان به خانواده غیرقانونی است.

براساس اعلام معاون امور اجتماعی بهزیستی استان تهران به ایسنا، از نیمه دوم دی‌ماه مهمانی فرزندان در کانون گرم خانواده‌های استان تهران آغاز خواهد شد. از انجایی که مسیر برای فرزندخواندگی میزبان (فرزندخواندگی موقت) کوتاه‌تر است و برای طرح میزبان از ظرفیت پزشکان و روانشناسان معتمد بهزیستی کمک گرفته می‌شود و دیگر نیازی به طی کردن پروسه پزشکی قانونی نیست و فرآیند اخذ حکم قضایی و رفتن به دادسرا و دادگاه وجود ندارد.

وزیر ورزش و جوانان: ۲۳۶ هزار نفر در صف وام ازدواج قرار دارند

گزارش: ایسنا



وزیر ورزش و جوانان گفت: ۲۶۳ هزار نفر در صف وام ازدواج قرار دارند که در تسریع آن باید تدبیر شود که دولت مردمی در پیگیری و حل مشکلات و دغدغه‌های جوانان بسیار مصمم است.

کیومرث هاشمی در جمع قهرمانان و نخبگان ورزش و جوانان استان زنجان، با اشاره به مهم‌ترین برنامه‌های وزارت ورزش و جوانان، عنوان کرد: ارایه تسهیلات به قهرمانان، زوج‌های جوان و سمن‌ها، تکمیل طرح‌های نیمه‌تمام ورزشی، پیگیری ایجاد شهرک مسکونی مدال و مراحل استخدامی مدال‌آوران، ساماندهی رشته‌های ورزشی و اجرای طرح آمایش سرزمین از مهم‌ترین برنامه‌های وزارت ورزش و جوانان است.

وی در ادامه گریزی به طرح‌های نیمه‌تمام و در دست ساخت کشور زد و ادامه داد: در حال حاضر ۳۳۰۰ طرح نیمه‌تمام در سطح کشور وجود دارد که با وجود محدودیت‌های مالی اهتمام جدی برای تکمیل این پروژه‌ها وجود دارد.

وزیر ورزش و جوانان با تأکید بر این مطلب که دغدغه دولت سیزدهم تکمیل طرح‌های نیمه‌تمام ورزشی و توجه به سایر پروژه‌ها است، متذکر شد: با توجه به این موضوع، تلاش می‌شود با استفاده از ظرفیت بخش خصوصی، اعمال ماده ۲۷ و ۸۸ این طرح‌ها به اتمام برسد.

هاشمی با بیان اینکه تکمیل طرح‌های نیمه‌تمام ورزشی موجب توسعه فضاهای ورزشی می‌شود، ادامه داد: تمام نقاط محروم کشور به ویژه مناطق محروم و کم برخوردار نیاز به افزایش سرانه ورزشی دارند که با تکمیل این پروژه‌ها جبران می‌شود.

وی با توضیح اینکه کشور ما در سطح خاورمیانه بیشترین فضای ورزشی را در اختیار دارد، تأکید کرد: علی‌رغم این موضوع از لحاظ هم‌افزایی ضعیف هستیم.

وزیر ورزش و جوانان یادآور شد: در شورای عالی ورزش که قرار است به ریاست رئیس‌جمهور برگزار شود، بسیاری از دغدغه‌ها با تدبیر آیت‌الله رئیسی بررسی و تعیین تکلیف خواهد شد.

وی در ادامه گریزی به پروژه‌های نیمه‌تمام ورزشی در زنجان زد و اضافه کرد: در استان زنجان ۸۳ طرح نیمه‌تمام ورزشی وجود دارد که در کنار سایر پروژه‌های در دست ساخت باید به سرانجام برسد. هاشمی با تأکید بر این مطلب که وزیر ورزش جمهوری اسلامی ایران هستم نه یک وزارتخانه، افزود: همه دستگاه‌های اجرایی موظف به اجرای سیاست‌های وزارتخانه هستند و به زودی نیز سیاست‌های کلان حوزه ورزش توسط مقام معظم رهبری ابلاغ می‌شود.

وی بر استفاده بهینه از همه سالن‌های ورزشی سطح کشور تأکید کرد و گفت: همه فضاهای ورزشی باید حداکثر ساعتی از شبانه‌روز در اختیار عموم مردم قرار بگیرد.

هاشمی در ادامه به ارائه توضیحی از وضعیت ورزش‌های همگانی

پرداخته و ادامه داد: وضعیت آماری ورزش همگانی مطلوب نیست و باید بستری فراهم کنیم که همه سنین در ورزش فعالیت کنند؛ زیرا طبق آمارهای اعلام شده بیش از ۵۵ درصد نوجوانان دچار چاقی مفرط هستند و جامعه نیز به سمت پیری پیش می‌رود و با این شرایط سن امید به زندگی پایین می‌آید.

وزیر ورزش و جوانان با اشاره به برنامه‌های دولت در راستای جوانی جمعیت، تسهیلات و اشتغال، گفت: ۱۲۷ هزار میلیارد تومان تسهیلات ازدواج از ابتدای امسال تاکنون پرداخت شده است اما علی‌رغم این موضوع ۲۶۳ هزار نفر نیز در صف وام ازدواج قرار دارند که در تسریع آن باید تدبیر شود و دولت مردمی در پیگیری و حل مشکلات و دغدغه‌های جوانان بسیار مصمم است.

وی با تأکید بر اینکه یکی از مسائلی که باید مورد توجه هیات‌های ورزشی قرار گیرد توجه به این موضوع است که هیات‌ها نباید به باشگاه‌داری بپردازند، افزود: با توجه به وجود این موضوع به زودی قانون باشگاه‌داری در صحن مجلس شورای اسلامی مطرح و برای تصویب ارایه می‌شود.

هاشمی با اشاره به این مطلب که هم اکنون ۱۴ هزار هیئت ورزشی در سطح کشور داریم که وظیفه آنها مدیریت است نه باشگاه داری، افزود: در حوزه باشگاه‌داری دچار ضعف قانونی هستیم که این موضوع یک حلقه مفقوده در کشور است و نیاز به اصلاح دارد که در این راستا نیز وزارت ورزش برنامه‌ریزی‌های لازم برای حل این مشکل انجام داده است.

وی در ادامه بر ضرورت توجه به مدارس در حوزه ورزش تأکید کرد و ادامه داد: در همین راستا شیوه‌نامه همکاری با آموزش و پرورش

برای استعدادیابی در رده‌های سنی مختلف در دستور کار قرار دارد. هاشمی با یادآوری اینکه برای تحول در ورزش آمایش سرزمین این طرح تدوین و به زودی به استان‌ها ابلاغ می‌شود، افزود: در این طرح هر منطقه‌ای براساس استعداد و ظرفیت‌هایی که در قهرمان‌پروری دارد در رشته مورد نظر فعال شده و مورد حمایت قرار می‌گیرد.

وزیر ورزش و جوانان با اشاره به ویژگی‌های طرح صبا در دوره حضورش به عنوان معاونت تربیت بدنی و سلامت وزارت آموزش و پرورش، گفت: زمانی که در وزارت آموزش و پرورش بودم، طرح‌هایی را برای ورزش این وزارتخانه در دستور کار قرار دادم که یکی از مهمترین این اقدامات طرح «صبا» بود.

وی با بیان این طرح موجب شد تا دانش‌آموزان پایه سوم به صورت رایگان از آموزش شنا بهره‌مند شوند، افزود: در طرح صبا ضمن تأکید بر امنیت دانش‌آموز، تمام امکانات به صورت رایگان در اختیار دانش‌آموزان قرار می‌گیرد.

این عضو کابینه دولت سیزدهم با بیان اینکه در حال حاضر ورزش شنا یکی از بیشترین سهم مدال‌ها را در بازی‌های آسیایی و المپیک دارد، بیان کرد: علی‌رغم اینکه این طرح، طرح خوبی است متأسفانه با تغییر دولت، این طرح همانند بسیاری از طرح‌ها متوقف شد.

هاشمی با توضیح اینکه از جمعیت یک میلیون و ۲۵۰ هزار دانش آموزی در سال ۸۹ تا ۹۱ تا ۹۲۰ هزار نفر با اجرای این طرح دسترسی به استخر شنا داشتند، افزود: این طرح حداقل می‌توانست ۵۰ استعداد نخبه را در رشته شنا معرفی کند اما متوقف شد و اکنون نیز می‌توان با جمعیت ۱۶ و نیم میلیونی جمعیت دانش‌آموزی به اجرا گذاشته شود.

عزم دولت و بانک مرکزی بر اتمام صف وام ازدواج تا پایان اسفند



خاتمه دادن به صف وام ازدواج در ماه‌های اخیر یکی از الزامات و دستور رئیس‌جمهوری به بانک مرکزی بود و در همین راستا بانک مرکزی برای تسریع در فرایند اعطای تسهیلات ازدواج و برچیدن صف تا پایان اسفندماه دو بانک قرض الحسنه در کشور را مکلف کرد ۱۲۵ هزار میلیارد تومان اعتباری برای این امر اختصاص دهند.

به گزارش خبرنگار اقتصادی ایرنا، زوج‌های جوان برای شروع زندگی مشترک خود حساب ویژه‌ای بر روی وام ازدواج باز می‌کنند و از آن برای خرید لوازم شروع زندگی، پول پیش خانه یا موارد دیگر استفاده می‌کنند.

هر ساله در قانون بودجه میزان تسهیلات ازدواج تعیین و مصوب می‌شود، بر این اساس امسال نیز این رقم ۱۸۰ میلیون تومان تعیین شد. همچنین مبلغ وام ازدواج برای زوج‌های کمتر از ۲۵ سال و همسران کمتر از ۲۳ سال ۲۲۰ میلیون تومان تصویب شد.

متقاضیان دریافت وام ازدواج همواره با مشکلات بسیاری همچون معرفی چند ضامن، طولانی شدن فرایند اعطای تسهیلات و مانع تراشی‌هایی از سوی بانک‌ها مواجه بودند. این روند باعث شد رئیس‌جمهوری در تیرماه سال جاری دستورالعمل پنج‌گانه دریافت و پرداخت وام ازدواج را ابلاغ

طولانی برای دریافت تسهیلات گلایه دارند و این شرایط موجب شد تا رئیس‌جمهوری در جلسه مجمع عمومی بانک مرکزی و جلسه هیات دولت صفر کردن صف‌های وام ازدواج را به عنوان الزام و دستور مجدد مورد تأکید قرار دهد.

به گفته «سید احسان خاندوزی» سخنگوی اقتصادی دولت پس از دستور رئیس‌جمهوری مبنی بر اتمام صف وام ازدواج رئیس کل بانک مرکزی هم تأکید کرد همه مقدمات را برای صفر یا حداقل رساندن این صف تا پایان اسفندماه انجام خواهند داد. بانک مرکزی برای تحقق این هدف تصمیم جدیدی اتخاذ کرد به این صورت که دو بانک قرض الحسنه مهر ایران و رسالت را به بانک‌های عامل پرداخت‌کننده اضافه کرده و مکلف شدند مازاد بر سهمیه‌های قبلی ۱۲۵ هزار فقره تسهیلات ازدواج در سال جاری به متقاضیان پرداخت کنند. مطابق آخرین گزارش بانک مرکزی از ابتدای سال تا پایان آذرماه در مجموع ۱۲۶ هزار و ۱۰۰ میلیارد تومان تسهیلات ازدواج توسط شبکه بانکی پرداخت شده که نسبت به سال گذشته ۱۱۲ درصد رشد داشت.

متقاضیان تسهیلات ازدواج می‌توانند علاوه بر طرح سوالات، مشکلات خود را از طریق سامانه <https://crm.ci.ir> و با شماره ۲۷۰۶ به بانک مرکزی، اعلام کنند. ایرنا

بانکی ابلاغ و مقرر شد حداکثر ۱۵ روز پس از ثبت نام متقاضیان، تعیین شعبه توسط بانک عامل انجام شود. در راستای رصد و نظارت بیشتر بر حسن اجرای تکلیف قانونی تسریع در اعطای وام ازدواج، در بسته یادشده مقرر شد بانک‌ها نسبت به انجام بازرسی‌های دوره‌ای و موردی از شعب خود و برخورد قاطع با روسای شعب متخلف اقدام کنند. با وجود تأکید رئیس‌جمهوری و الزامات تعیین شده از سوی بانک مرکزی برخی از متقاضیان همواره از صف‌های

کند و در آن بر جمع شدن صف وام ازدواج تا پایان سال تأکید کند.

رئیس‌جمهوری تأکید داشت که زمان معرفی متقاضیان به شعب و دریافت وام ازدواج باید به ۱۵ روز تقلیل یابد و شعب سخت‌گیری در تضامین نداشته باشند در غیر این صورت مدیران متخلف پیگیری می‌شوند.

بسته نظارتی- اعتباری بانک مرکزی در زمینه تسهیل و تسریع در پرداخت تسهیلات قرض الحسنه ازدواج به شبکه

اخبار حوزه زنان



فاطمه ستوده، سوینچ سلیمانی، زهره عرفانی (کردستان) فاطمه متولی، فهیمه ارزانی (کرمان)

روژین تمریان (ایلام) اردوی انتخابی تیم ملی فوتبال بانوان تا ۱۸ دی ماه ادامه خواهد داشت.

تولد یک نوزاد همزمان با روز مادر در یک خودرو در سیریک

مامای درمانگاه بمانی شهرستان سیریک از بدینا آمدن یک نوزاد در خودرو شخصی همزمان با روز مادر خبر داد. محبوب سنجرى مامای درمانگاه روستای بمانی اظهار داشت: یک خانم باردار در حال زایمان با خودروی شخصی به این درمانگاه مراجعه و فرزند خود را در خودروی به دنیا آورد. این زن باردار که از روستاهای اطراف سیریک در حال رفتن به میناب برای زایمان بوده در بین راه متوجه می شود که وسایل خود را به همراه ندارد.

مامای درمانگاه سیریک گفت: این زن باردار با برگشت به منزل و برداشتن وسایل مورد نیاز خود با درد شدید زایمان مواجه می شود که به درمانگاه بمانی مراجعه می کند.

سنجرى عنوان کرد: این مادر باردار با ورود به محوطه حیاط درمانگاه شرایط بستری و یا اعزام را نداشت و در صورتی که بچه در حال به دنیا آمدن بود به ناچار در خودرو شخصی خود زایمان کرد. وی خاطرنشان کرد: این مادر و نوزاد پس از مراقبت های لازم با آمبولانس به بیمارستان ابوالفضل میناب اعزام شدند.

خزعلی:

زنان خانه دار روستایی بیمه می شوند



به گفته معاون امور زنان و خانواده رئیس جمهوری، اقدام در جهت پیشگیری از طلاق در برخی استانها آغاز شده است. انسیه خزعلی در دومین کنگره ملی زنان تاثیرگذار، اظهار کرد: امیدوارم حرکتی که در کنگره زنان تاثیرگذار شروع شده اثر خود را برای تعامل بیشتر بین زنان به زودی و در آینده نزدیک نشان دهد. وی ادامه داد: دو حرکت را در بخش توانمندی زنان و آسیب زدایی از زنان و خانواده در پیش گرفتیم و هر دو حرکت به ثمرهای خوبی رسیده است؛ نمونه آن مصوبه ای است که در برخی استانها در خصوص پیشگیری از طلاق آغاز شده و مصوبه دیگر حرکتی است که برای کسب و کار خانواده محور در پیش گرفتیم و بیش از ۸۰۰۰ زن سرپرست خانوار را تحت پوشش قرار دادیم.

خزعلی با بیان اینکه ۱۲ حرکت جدید و کار نو در این دولت برای زنان صورت گرفته است، تاکید کرد: یکی از اقدامات بحث ارتقاء ساختار و اعتباری است که برای زنان در نظر گرفته شد؛ چه در یک درصد بودجه که دستگاهها مکلف شدند به بحث زن و خانواده اختصاص دهند و چه اعتبارات مجزایی که در سفرهای استانی در نظر گرفته می شود. از سوی دیگر بیمه ناباروری و بیمه زنان باردار تا پایان شیردهی را اجرا کردیم. امسال برای بیمه اجتماعی برای زنان خانه دار روستایی بودجه تخصیص داده شد. دولت صادق الوعد توانسته تعدادی از وعده های خود را اجرایی کند. سایر وعده ها را با دانش و تجربه شما انجام می دهد.

معاون امور زنان و خانواده رئیس جمهوری توضیح داد: این معاونت امسال رویداد کلان خانواده و فرهنگ عامه را در ۹ کارگروه راه اندازی و شروع کرد. اختصاص یک درصد بودجه دستگاهها به حوزه زنان و خانواده گرچه با بودجه دو حوزه دیگر ادغام شد اما از نظر اعتبار سه برابر می تواند باشد تا در راستای آسیب شناسی حوزه زنان و توسعه فعالیت آنها استفاده شود.

معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده گفت: بازنشستگی پیش از موعد یکی از درخواستهایی است که معمولاً زنان شاغل مطرح می کنند و این امر را پیگیری می کنیم.

انسیه خزعلی در حاشیه دومین همایش ملی زنان تاثیرگذار در جمع خبرنگاران با اشاره به درخواست بانوان شاغل از این معاونت، اظهار داشت: بانوان شاغل معمولاً چند درخواست از دارند که مهمترین آنها، بازنشستگی پیش از موعد و دورکاری است.

وی با بیان اینکه برای برخی از مشاغل امکان دورکاری وجود ندارد، تاکید کرد: نمی توان انتظار داشت که دورکاری برای همه مشاغل اجرایی شود اما معاونت این موضوع را پیگیری می کند.

خزعلی با تاکید بر اینکه بازنشستگی پیش از موعد زنان نیز پیگیری می شود، ابراز امیدواری کرد که این موضوع در دولت و مجلس به نتیجه برسد.

وی افزود: شاید صندوقها نتوانند بیش از این بار مالی را تحمل کنند اما به خواسته بانوان، این موضوع را پیگیری می کنیم.

فرزانه فصیحی باز هم در صربستان قهرمان شد



دوئنده سرعتی ایران برای دومین بار در رقابت های بین المللی صربستان قهرمان ماده ۶۰ متر شد.

به گزارش آوای دریا و به نوشته ایسنا، در مرحله نهایی رقابت ماده ۶۰ متر مسابقات بین المللی دوومیدانی داخل سالن صربستان، فرزانه فصیحی موفق شد در دومین رقابتش در جریان اردوی آماده سازی او که در این کشور در حال برگزاری است، زودتر از سایر رقبا از خط پایان عبور و عنوان قهرمانی این مسابقات را کسب کند.

فصیحی در دور نهایی این مسابقات موفق شد با ثبت حد نصاب ۷.۴۱ ثانیه به عنوان نفر نخست از خط پایان عبور کند و برای دومین بار پیاپی در یک هفته اخیر در این مسابقات قهرمان شود.

لایحه ارتقای امنیت زنان در دستور کار مجلس

قرار گرفت

بررسی لایحه یک فوریتی پیشگیری از آسیب دیدگی زنان و ارتقای امنیت آنان در برابر سوء رفتار در دستور کار صحن علنی مجلس شورای اسلامی قرار گرفت.

نشست صحن علنی مجلس شورای اسلامی به ریاست محمد باقر قالیباف و با حضور ۲۰۱ تن از نمایندگان آغاز شد.

در این نشست قرار است ادامه رسیدگی به گزارش شور دوم کمیسیون آموزش در مورد طرح اصلاح مواد از قانون تاسیس و اداره مدارس و مراکز آموزشی و پرورشی غیردولتی، لایحه الحاق یک بند به تبصره ۵ ماده واحده قانون بودجه ۱۴۰۲ و لایحه الحاق اختلاف بانک مرکزی ایران و دولت پادشاهی بحرین به داورى بررسی شود.

همچنین نمایندگان در این جلسه گزارش کمیسیون امنیت ملی در مورد طرح تاسیس سازمان حفاظت و اطلاعات قوه قضاییه، لایحه یک فوریتی پیشگیری از آسیب دیدگی زنان و ارتقای امنیت آنان در برابر سوء رفتار، گزارش کمیسیون اقتصادی در مورد طرح قانون اصلاح نظام صنفی کشور، تقاضای یک فوریت در مورد لایحه نحوه برگزاری تجمعات و راهپیمایی ها و بررسی تقاضای دو فوریت الحاق سه تبصره به بند (ب) ماده یک قانون هدفمند سازی یارانه ها در دستور کار امروز صحن علنی مجلس قرار گرفت.

دعوت از ۲۵ بازیکن به اردوی انتخابی تیم ملی فوتبال بانوان

کادر فنی از ۲۵ بازیکن را به اردوی انتخابی تیم ملی فوتبال بانوان دعوت کرد.

اردوی انتخابی تیم ملی فوتبال بانوان از روز جمعه ۱۵ دی ماه در مرکز ملی فوتبال آغاز شد.

به همین منظور مریم آزمون، سرمربی تیم ملی فوتبال بانوان اسامی بازیکنان دعوت شده را به شرح زیر اعلام کرد:

نگین نقدی، فرشته فلاح، ملیکا باقری نصب، زهرا موسی زاده (البرز) فاطمه پسندیده، میترا نظری، نازنین منصورالوارس، مرضیه فیضی (اصفهان)

ریحانه کردی، هدیه هزارجریبی، فریمهر خضری پناه، کیمیا نوری، زهرا خضری، فاطمه بهرام پور(تهران)

الهام یحیایی (همدان)

راحیل جعفری، زهرا احمدزاده فاطمه سرورزاده، هانیه رحیمی (فارس)

هفت اثر هرمزگان به جشنواره ملی صنایع دستی بسیج راه یافت



معاون صنایع دستی اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی هرمزگان گفت: هفت اثر از این استان به دومین جشنواره ملی صنایع دستی بسیج راه یافت.

ساناز رمچی در این خصوص اظهار کرد: ۲۶ اثر در رشته های حصیربافی، صنایع دریایی، ساخت زیورآلات، دوخت های سنتی، سفال و سرامیک، فرآورده های پوست و چرم، لباس های محلی و سنتی و نساجی سنتی در مرحله استانی داوری شد که از این تعداد، هفت اثر به جشنواره ملی راه یافت.

وی ادامه داد: «آرزو قریشی» در رشته نساجی سنتی، «فاطمه رنجبران» و «پانتاه نقیب پور» دوخت های سنتی، «هاجر شهید نژاد» چرم دوزی، «نقیسه راستی» ساخت زیورآلات، «علی صادقی» حصیربافی و «طاهره خدای» در رشته البسه محلی، نفرت برگزیده مرحله استانی جشنواره صنایع دستی بسیج هستند.

معاون صنایع دستی هرمزگان تاکید کرد: به زودی با همکاری بسیج هنرمندان، نمایشگاهی از آثار شرکت کنندگان در مرحله استانی در معبد هندوهای بندرعباس برگزار می شود که در مراسم پایانی این نمایشگاه از نفرت برگزیده قدردانی می شود.

استان هرمزگان دارای افزون بر ۸۰ هزار صنعتگر صنایع دستی است.

لیگ برتر هندبال بانوان کشور؛ فولاد هرمزگان، با باخت نیم فصل را به پایان برد



تیم فولاد هرمزگان در هفته هفتم نوزدهمین دوره لیگ برتر هندبال بانوان کشور امروز جمعه در رقابت با سنگ آهن بافق شکست خورد و نیم فصل را با باخت به پایان برد.

فولاد هرمزگان صدرنشین و پدیده این فصل لیگ برتر هندبال بانوان کشور در سالن فجر بندرعباس میزبان سنگ آهن بافق مدافع عنوان قهرمانی بود. تیم فولاد هرمزگان با چند مصدوم در برابر حریف خود حاضر شد و نیمه نخست با پیروزی ۱۰ بر هشت به رختکن رفتند.

در نیمه دوم این تیم سنگ آهن بافق بود که توانست جریان بازی را در دست بگیرد و در نهایت این دیدار را با پیروزی ۲۲ بر ۲۰ شاگردان مریم فخری به پایان رسید و تیم حریف به دلیل پیروزی رو در رو با فولاد هرمزگان، صدرنشین لیگ برتر بانوان شد.

رقابت های لیگ برتر هندبال بانوان کشور با حضور هشت تیم زاگرس جنوبی، شهید چمران لارستان، سنه دژ سندانج، نفت و گاز گچساران، سنگ آهن بافق، فولاد مبارکه سپاهان، شهدای زرکان البرز و فولاد هرمزگان به صورت رفت و برگشت برگزار می شود.

داوران این بازی برعهده عاطفه مظفری، فرناز مظاهری و نماینده فدراسیون میتر نوری بود.

هفته هفتم لیگ برتر هندبال بانوان کشور با نام و یاد شهدای حادثه تروریستی کرمان انجام شد.

معاون رئیس جمهور:

بازنشستگی پیش از موعد زنان را پیگیری می کنیم



توصیه‌ها و برنامه‌های جامع برای بهبود خواب شما

چگونه در عرض ۳۰ روز بی‌خوابی را درمان کنید؟

گزارش: ایرنا



ریزه‌خواری نکنید. همچنین با چند بالش، سر و شانه‌هایتان را حین خواب بالاتر بیاورید.

روز شانزدهم: شب‌ها بیدار در رختخواب دراز نکشید. اگر در عرض ۱۵ تا ۲۰ دقیقه به خواب نرفتید، بهتر است از رختخواب بیرون بیایید و کمی فعالیت‌های آرامش‌بخش انجام دهید تا خوابتان بگیرد.

روز هفدهم: با کمک تکنیک‌های ریلکسیشن، استرس خود را مدیریت کنید. اگر در زمان خواب با استرس و اضطراب درگیرید، پس نیاز به روش‌هایی مثل نوشتن و مدیتیشن دارید تا آرام شوید.

روز هجدهم: اگر فکر و خیال مانع خوابتان است، بنویسید. لیستی از نگرانی‌ها و مشغله‌های فکری‌تان تهیه کنید. ذهن شما با نوشتن آرام و سروسامان می‌گیرد و می‌توانید ریلکس شوید.

روز نوزدهم: به‌جای اینکه سعی کنید خوابید، تمرکزتان را روی استراحت‌کردن بگذارید. شاید صبح‌ها بی‌دلیل زود بیدار شدن یا طی شب بی‌دلیل از خواب بیدار شدن برای شما تبدیل به یک الگوی نرمال شده باشد. شما باید به استراحت‌کردن فکر کنید نه به خوابیدن.

روز بیستم: طی روز چرت نزنید. معمولاً روزها چرت‌زدن باعث شب‌ها بی‌خواب شدن می‌شود.

روز بیست و یکم: از تخت و رختخوابتان فقط برای خوابیدن استفاده کنید و فقط وقتی قصد استراحت و خواب دارید سراغش بروید.

روز بیست و دوم: از جهت اختلالات خلقی وضعیت خود را بررسی کنید، مثل اضطراب و افسردگی. کم‌کیفیت بودن خواب می‌تواند علامت یک اختلال خلقی باشد. تشخیص و درمان مناسب می‌تواند کیفیت خواب و زندگی‌تان را تغییر دهد.

روز بیست و سوم: خواب‌آلودگی و خروپف کردن معادل آپنه خواب است. اگر خروپف می‌کنید و طی روز خواب‌آلودید، شاید آپنه خواب دارید. درمان این عارضه کلاً زندگی‌تان را بهتر می‌کند.

روز بیست و چهارم: اگر سندرم پای بی‌قرار دارید درمانش کنید. روز بیست و پنجم: اگر چاق هستید یا اضافه‌وزن دارید برای کاهش وزن اقدام کنید. اضافه‌وزن باعث آپنه خواب و سندرم پای بی‌قرار می‌شود و نداشتن خواب باکیفیت شبانه هم می‌تواند موجب افزایش وزن شود و شما را گرفتار یک چرخه معیوب کند.

روز بیست و ششم: خودتان را در معرض نور روز قرار دهید. در ساعات صبح از نور خورشید استفاده کنید تا خواب و بیداری بدن‌تان بهتر تنظیم شود.

روز بیست و هفتم: از آل‌آرام ساعت یا گوشی‌تان بی‌نیاز شوید. زدن دکمه استونز خیلی راحت است!

روز بیست و هشتم: اگر طی روز اغلب خواب‌آلوده‌اید علت را بررسی کنید. آپنه خواب، نازک‌لبی و غذاهایی که می‌خورید می‌توانند عامل خواب‌آلودگی طی روزتان باشد.

روز بیست و نهم: خواب باید اولویت شما باشد. حالا نسبت به خیلی از فاکتورهایی که بر خوابتان اثر می‌گذارد آگاه شدید و می‌توانید تغییرات و اصلاحات لازم را انجام دهید.

روز سیام: به گزارش وب‌گاه تیبان، اگر همچنان مشکل خواب دارید یا شک دارید ممکن است دچار عارضه‌ای باشید (مثلاً آپنه خواب)، حتماً به یک متخصص خواب مراجعه کنید.

داشته باشید و هر روز حتی آخر هفته‌ها و روزهای تعطیل هم سر همین ساعت مشخص بیدار شوید. پس ساعتی را انتخاب کنید که برای شما مناسب‌ترین باشد.

روز دوم: تمام وسایل الکترونیکی را از اتاق خوابتان بیرون ببرید: تلویزیون و رایانه و تلفن همراه و حتی فرستنده وای‌فای.

روز سوم: اجازه ورود حیوانات خانگی را به اتاق خوابتان ندهید. هر چند این حیوانات خیلی دوست دارند با شما بخوابند اما می‌توانند با مو و رفتارهای خود مشکلاتی برای خوابتان ایجاد کنند.

روز چهارم: مشخص کنید به چند ساعت خواب نیاز دارید. شاید به هشت ساعت خوابی که اغلب توصیه می‌شود نیاز داشته باشید یا کمتر و بیشتر.

روز پنجم: مشخص کنید برای شما مناسب‌ترین زمان رفتن به رختخواب چه ساعتی است. بعضی از افراد راحت‌ترند که شب زودتر بخوابند و صبح زودتر از خواب بیدار شوند. عده‌ای به طور ذاتی شب‌ها دیرتر می‌خوابند و این‌طور راحت‌ترند، اما به‌طور کلی همیشه بهتر است طبق ریتم طبیعی شبانه‌روزی بدن‌تان پیش بروید.

روز ششم: کسر خوابتان را جبران کنید. اگر مدتی است به‌اندازه کافی نخوابیده‌اید پس حالا وقت آن است که کمبود خواب خود را جبران کنید. می‌توانید مدت‌زمان خوابتان را بیشتر کنید، چرت بزنید و یاد بگیرید از کافئین هوشمندانه‌تر استفاده کنید.

روز هفتم: تفاوت بین خواب‌آلوده بودن و خسته بودن را درک کنید. شاید ندانید تفاوت‌های مهمی بین این دو وجود دارد که به پیداکردن راه‌حل بی‌خوابی‌تان کمک می‌کند.

روز هشتم: فقط وقتی به رختخواب بروید که خوابتان می‌آید. اگر زمانی به رختخواب بروید که احساس خواب‌آلودگی می‌کنید و بدن‌تان آماده خواب است (نه اینکه ساعت اعلام کند)، خیلی راحت‌تر به خواب می‌روید و طی شب هم خواب عمیق‌تری خواهید داشت.

روز نهم: برای خودتان یک روتین آرامش‌بخش مخصوص قبل از خواب در نظر بگیرید و بدین ترتیب بدن‌تان را برای خواب آماده کنید. این روتین به بدن‌تان پیام می‌دهد که باید برای خواب آماده شود.

روز دهم: نزدیک به زمان خواب چای ننوشید.

روز یازدهم: مصرف کافئین را محدود کنید. شما نباید چهار تا شش ساعت قبل از زمان خواب کافئین بخورید.

روز دوازدهم: سیگار را کنار بگذارید و خوابیدن را شروع کنید! سیگار از چند راه خوابتان را مختل می‌کند. نیکوتین یک محرک است و به دلیل اینکه اعتیادآور است ممکن است باعث شود به دلیل هوس نیکوتین از خواب بیدار شوید. اثرات تنفسی سیگار هم باعث خروپف و آپنه خواب می‌شوند.

روز سیزدهم: در زمان مناسبی ورزش کنید. ورزش کردن می‌تواند به خواب بهتر کمک کند؛ اما ورزش‌های سنگین و پُرشدت قبل از زمان خواب، اثر منفی بر خواب می‌گذارند.

روز چهاردهم: نزدیک به زمان خواب مایعات مصرف نکنید تا طی شب به‌خاطر دستشویی رفتن بیدار نشوید.

روز پانزدهم: از سوزش سر دل پیشگیری کنید. سوزش معده شب‌ها نه‌تنها خوابتان را مختل می‌کند؛ بلکه نسبت به ریفلاکس طی روز خطرات بیشتری هم برای سلامتی دارد. شام سبک بخورید، زودتر شام بخورید و قبل از خواب

شاید بعد از مدتی تحمل مشکل بی‌خوابی و شب‌ها این پهلوی به آن پهلوی شدن و صبح به‌سختی از خواب بیدار شدن و طی روز خواب‌آلوده بودن به این نتیجه رسیده باشید که باید برای رفع مشکل بی‌خوابی‌تان به دنبال یک راه‌حل اساسی باشید. اگر به این نتیجه رسیده‌اید پس خوب است بدانید یکی از بهترین تصمیم‌های زندگی خود را گرفته‌اید که بر همه جنبه‌های زندگی‌تان اثر می‌گذارد. حالا از کجا باید شروع کنید؟

خوشبختانه می‌توانید با یک سری تغییرات در عادات خود مشکل بی‌خوابی‌تان را حل کنید. فقط کافی است ۳۰ روز بر راهکارهایی که توصیه می‌کنیم متمرکز باشید.

اول متعهد شوید که قصد دارید وضعیت خوابتان را بهتر کنید

ابتدا باید با خودتان روراست باشید و ببینید تا چه اندازه جدی هستید و متعهد می‌شوید که وضعیت خواب خود را بهبود دهید و از مشکل بی‌خوابی خود را نجات دهید. آیا قادرید چند انتخاب سخت انجام دهید؟ آیا در زمان و شرایط خوبی در زندگی‌تان هستید که تمرکزتان را روی خوابتان بگذارید و حد و مرزهای لازم را وضع کنید؟ آیا می‌توانید این فرایند را تا انتهایش ببینید؟ آیا کلاً به دنبال بهتر کردن کیفیت زندگی‌تان هستید؟ اگر آماده‌اید و می‌توانید وضعیت خواب خود را بهتر کنید پس فرصتی بهتر از این وجود ندارد و شما آماده تغییر هستید.

فکر نکنید یک‌شبه تغییری ایجاد می‌شود، پس زود ناامید نشوید و دست از تلاش برندارید. به‌مرور زمان متوجه تغییر خواهید شد و بهتر شدن وضعیت و کیفیت خوابتان ارزش این استمرار و تلاش را خواهد داشت.

برنامه‌ای که به شما ارائه می‌دهیم طی یک دوره یک‌ماهه انجام می‌شود و طی این سی روز، کارهای متفاوتی قرار است انجام دهید. مثلاً طی هفته اول بیشترین تمرکز روی بهبود محیط خواب است.

توصیه‌هایی وجود دارند که در موقعیت‌های گوناگون و برای افراد گوناگون مفید و اصلاح‌کننده‌اند. بعضی از موضوعات شاید به موقعیت شما ربطی نداشته باشند، مثلاً ترک سیگار برای شمایی که سیگاری نیستید کاربردی ندارد.

در نهایت اگر این برنامه و توصیه‌های ارائه شده نتیجه‌ای برای شما نداشتند بهتر است به یک متخصص خواب مراجعه کنید تا شرایط شخصی شما به‌دقت بررسی شده و مشکلات احتمالی ارزیابی شوند. مهم این است که نسبت به مشکل بی‌خوابی‌تان هرگز بی‌تفاوت نباشید و اهمیت خواب کافی و باکیفیت را نادیده نگیرید.

برنامه‌ای برای خواب بهتر

شما می‌توانید هر روز یک قدم در جهت بهبود وضعیت خواب خود بردارید. این برنامه انعطاف‌پذیر است و شاید متوجه شوید لازم است روی یک قسمت بیشتر کار کنید و وقت بگذارید. پس برنامه پیشنهادی را طبق شرایط و نیازهای خاص خودتان اصلاح کنید تا بهترین نتیجه را بگیرید؛ اما هر تغییری که می‌دهید و هر کاری که می‌کنید، پیگیر باشید و پیوسته پیش روید. نتیجه‌ای که خواهید گرفت نه‌تنها خواب بهتر شبانه است بلکه خواهید دید که عملکرد کلی‌تان طی روز چقدر بهتر می‌شود. پس لطفاً نسبت به فرایند اصلاحی که در پیش می‌گیرید متعهد و صبور و پیگیر باشید.

روز اول: رأس ساعت مشخصی از خواب بیدار شوید. یک برنامه خواب منظم

قوانین مهم و ضروری استفاده از موبایل برای کودکان



امروزه بیشتر افراد جامعه از گوشی موبایل استفاده می‌کنند، کودکان نیز از این موضوع دور نیستند اما استفاده از تلفن همراه برای کودکان باید همراه شرط باشد.

گوشی موبایل یکی از پیشرفته‌ترین تکنولوژی‌های بشر است که بیشتر افراد جامعه به آن دسترسی دارند. امروزه استفاده کودک از موبایل‌های هوشمند یکی از ضرورت‌های اجتناب ناپذیر است و نمی‌توان آن‌ها را از این ابزار محروم و منع کرد اما آزاد گذاشتن کودکان در استفاده از موبایل و دادن دسترسی نامحدود به آن‌ها نیز آسیب‌های فراوانی به همراه دارد. به همین خاطر در این بخش قوانینی را آورده‌ایم که هر کودک قبل از استفاده از موبایل باید آنها را بداند و امضا کند.

انجام کارهای شخصی قبل از استفاده از موبایل

اگر کودک شما خواهان استفاده از تبلت و موبایل است، حتماً به او بگویید ابتدا کارهای شخصی خود را انجام دهد و سپس اجازه استفاده از تبلت و موبایل را به او بدهید. اگر می‌خواهید فرزندتان از شما حرف شنوی داشته باشد و تنها موبایل را در مواقع نیاز به دست گیرد، اول از همه خودتان آماده بشوید و اعتیاد به موبایل را کنار بگذارید.

چت نکردن با غریبه‌ها

اگر کودک شما از تبلت و موبایل استفاده می‌کند، حتماً برای او قانون تعیین کنید و بهتر است آنها را در صحبت با غریبه‌ها منع کنید. در فضاهای چت روم بچه‌ها می‌توانند با غریبه‌ها ارتباط بگیرند پس با توجه به کم‌آگاهی بچه‌ها از خیلی مسائل ارتباطی، بهتر است آنها بگویند که فقط با آشناها از دوستان و فامیل یا دوستان خود صحبت کنند.

استفاده نکردن از موبایل قبل از خواب

اگر کودک شما از تبلت و موبایل استفاده می‌کند، از او بخواهید قبل از خواب از موبایل استفاده نکند. هرگز اجازه ندهید که کودک شما تمام روز گوشی به دست باشد. او باید بداند که هر کاری زمانی و استفاده از موبایل و تبلت نیز قوانینی دارد.

استفاده نکردن از موبایل و تبلت سر میز غذا

خود شما آیین‌های برای کودکان هستی پس حتماً قوانینی که برای او تعیین می‌کنید، نیز خودتان هم اجرا نمایید مثلاً اگر قانون تعیین می‌کنید که کودکان سر میز شام و غذا تبلت به دست نگیرند خودتان هم این قانون را اجرا نمایید.

عدم استفاده از موبایل در دورهمی‌های خانوادگی

اگر کودک شما از تبلت و موبایل استفاده می‌کند، بهتر است این قانون را تعیین کنید که در جمع‌های خانوادگی از موبایل استفاده نکند. می‌توانید این قانون را تعیین کنید که همه در جمع‌های

کودک شما مجاز به استفاده از برخی برنامه‌ها مثل اینستاگرام نیست زیرا این برنامه محدودیت سنی دارد و نباید یک کودک ابتدایی چنین برنامه‌ای با فضای باز مجازی در گوشی خود نصب داشته باشد. برخی برنامه‌هایی که آموزشی و تفریحی هستند را روی گوشی فرزندتان نصب کنید تا از آنها استفاده کند.

سخن‌های درگوشی با والدین

شما به عنوان پدر و مادر باید بدانید که بچه‌هایتان در فضای مجازی با چه کسانی ارتباط دارند. الگوی مناسبی برای آموزش مدیریت استفاده از موبایل به فرزندتان خود باشید. جستجوهای کودک یا کارهایی که او در موبایل انجام داده است را پیگیری و نظارت کنید. درباره علائق کودک در فضای مجازی، بازی‌های موردعلاقه او در موبایل و یا هر موضوع دیگری با گفت و گو کنید و سعی کنید برای او یک دوست همراه باشید. فرزند خود را برای مدت طولانی در اتاق یا جایی دور از والدین با موبایل و تبلت تنها نگذارید. به گزارش وب گاه نمناک، استفاده از موبایل و تبلت باید زمان، مکان و نحوه استفاده مشخصی داشته باشد.

خانوادگی گوشی‌ها را یک جا جمع کنند و کسی گوشی به دست نداشته باشد تا صحبت کردن و بازی کردن باب شود.

قرار ندادن رمز برای گوشی

اگر کودک شما از تبلت و موبایل استفاده می‌کند، حتماً به او بگویید که هیچ رمزی روی گوشی یا تبلتش قرار ندهید و اگر می‌خواهد رمزی روی تبلت و موبایل خود قرار دهد، این رمز گذاری باید با اطلاع والدین باشد.

ارسال نکردن عکس برای غریبه‌ها

اگر کودک شما از تبلت و موبایل استفاده می‌کند، به او بگویید نباید برای افراد غریبه عکسی از خودش ارسال کند. به او بگویید او نباید حتی برای افراد فامیل و آشنا عکس خصوصی بدنش را بفرستد. آزارهای جنسی تنها به فضای واقعی محدود نمی‌شود و فضای مجازی نیز محل مناسبی برای وقوع این اتفاق است.

استفاده نکردن از موبایل در اماکن عمومی

برای کودکان قانون تعیین نمایید که در اماکن عمومی شلوغ مانند اتوبوس، بازار، خیابان از موبایل و تبلت استفاده نکنند زیرا استفاده کردن از موبایل در اماکن عمومی ممکن است با سرقت همراه باشد و به جان کودک و سلامتی او آسیب برساند.

عدم نصب برخی برنامه‌ها

اخبار حوزه سلامت

«غیرقابل اثبات» است.

اما یک نکته تازه در آمار آقای بانکی وجود دارد و آن اینکه ایشان ۹۳ درصد جنین‌های سقط شده را حلال زاده دانسته است. این عدد، پرسش‌هایی درباره منشأ استخراج این آمار ایجاد می‌کند و این که آیا نتایج آزمایش زانی که برای اطمینان به بارداری خود به آزمایشگاه‌ها مراجعه می‌کنند، تجمیع شده و با داده‌های ثبت احوال تقاطع داده شده تا حلال زاده بودن جنین‌ها مشخص شود؟ اگر چنین کاری با دقت نسبی انجام شود، با مقایسه آزمایش‌های مثبت بارداری و میزان موالید، استخراج تعداد واقعی سقط جنین قابل انجام است.

۲۰۲۷۰ کودک در قشم برابر فلج اطفال واکسینه می‌شوند

مدیر شبکه بهداشت و درمان شهرستان قشم گفت: بیست هزار و ۲۷۰ کودک زیر پنج سال ایرانی و اتباع مهاجر سایر کشورها با اجرای طرح واکسیناسیون فلج اطفال در این جزیره برابر این ویروس واکسینه می‌شوند. یاسر مرادی افزود: طبق برنامه ریزی‌های انجام شده، طرح واکسیناسیون فلج اطفال برای کودکان یادشده از ۱۶ دی ماه در همزمان با سراسر کشور آغاز و تا ۱۹ همین ماه ادامه خواهد داشت.

وی ادامه داد: این طرح به صورت خانه به خانه توسط گروه‌های ۲ نفره بهداشتی با مراجعه به در منازل این کودکان و خوراندن ۲ قطره خوراکی فلج اطفال اجرائی می‌شود و هدف از انجام آن، ریشه کنی فلج اطفال با بیماری پولیو است. مدیر شبکه بهداشت و درمان شهرستان قشم توضیح داد: در اجرا و برگزاری این طرح همه کودکان زیر پنج سال ایرانی و یا غیر ایرانی در بزرگ‌ترین جزیره ایرانی خلیج فارس واکسن فلج اطفال را دریافت خواهند کرد. مرادی اضافه کرد: در حال حاضر بیماری فلج اطفال در کشور ریشه کن شده اما به دلیل همسایگی ایران با ۲ کشور افغانستان و پاکستان که موارد فلج اطفال در آنها وجود دارد و با توجه به رفت و آمد مهاجران خارجی و کارگران فصلی این کشورها به ایران و به ویژه شهرستان مرزی قشم، طرح واکسیناسیون فلج اطفال با جدیت در کشور و این جزیره اجرا می‌شود.

وی گفت: تعداد شانزده هزار و ۶۰۸ کودک زیر پنج سال ایرانی و سه هزار و ۶۶۲ کودک غیر ایرانی در شهرستان مرزی قشم واجد شرایط دریافت واکسن فلج اطفال هستند.

راستی آزمایی یک ادعا؛

آیا روزانه ۲ هزار سقط جنین در ایران رخ می‌دهد؟

«میرحسین بانکی‌پور» نماینده مجلس گفته: روزانه دو هزار سقط در کشور اتفاق می‌افتد که ۹۳ درصد جنین‌ها حلال زاده هستند؛ اما آیا این ادعا صحت دارد؟

آقای بانکی پور مهندس الکترونیک و دکترای فلسفه است و اکنون علاوه بر نمایندگی مردم اصفهان، ریاست کمیسیون مشترک طرح جوانی جمعیت را بر عهده دارد.

او در همایش ملی مبارزه با سقط جنین با اشاره به عدد روزانه ۲ هزار سقط جنین گفته: این عدد برای سقط در دهه هشتاد بسیار کمتر بوده و پژوهشگران عامل اصلی این تعداد بالای سقط را قبح زدایی از مقوله سقط جنین می‌دانند. اگر آمار روزی دوهزار سقط درست باشد، سالانه ۷۳۰ هزار سقط جنین در کشور رخ می‌دهد. رسانه‌ها اشاره ای به این که آقای بانکی پور این آمار را از کجا و براساس کدام مستندات و چه پیمایشی ارائه کرده، نداشته‌اند.

البته بسیاری از موارد سقط جنین از طرق غیررسمی، زبرزمینی و غیرقانونی انجام می‌شود و از این رو به راحتی نمی‌توان آمار دقیقی از تعداد آن در کشور داشت. آماري که تاکنون در این باره از سوی مسئولان بیان شده بود، از ۱۳۵ هزار تا ۶۵۰ هزار مورد بود، اما آقای بانکی پور روی دست همکاری خانم محمدبیگی (نماینده قزوین و عضو کمیسیون جوانی جمعیت) بلند شده و با ۸۰ هزار آمار بالاتر، مدعی ۷۳۰ هزار سقط در سال شده است. خانم محمدبیگی بهار امسال آمار سالانه سقط جنین را ۲۵۰ تا ۶۵۰ هزار مورد دانسته بود. پژوهش ایرنا خرداد امسال این ادعا را راستی آزمایی کرده و «غیر قابل اثبات» تشخیص داده بود.

این احتمال هم هست که آقای بانکی پور به جای توجه به بازه ۲۵۰ تا ۶۵۰ هزار مورد، به حداکثر این آمار (۶۵۰ هزار) استناد کرده و با تقسیم این عدد به ایام سال، به رقم ۱۷۸۰ نفر رسیده و با گرد کردن آن با تقریب زیر هزار، به عدد ۲۰۰۰ رسیده است.

آمار بیان شده از سوی نماینده اصفهان، از تمام آمارهای قبلی بالاتر است و از آنجا که ما به مستندات و حتی نحوه تخمین این آمار دسترسی نداریم، این عدد

مدیر شبکه بهداشت و درمان شهرستان قشم افزود: طرح واکسیناسیون فلج اطفال در این شهرستان به شکل فعال اجرا می‌شود و نیروهای بهداشتی با کارت شناسایی به در منزل خانوارها مراجعه خواهند کرد. وی از خانواده‌های که به هنگام مراجعه مأموران بهداشتی در منزل حضور ندارند، خواست به همراه کودکان زیر پنج سال خود، به مراکز بهداشتی منطقه سکونت خود مراجعه کنند.

مرادی اعلام کرد: این طرح در ۲ نوبت به صورت خانه به خانه انجام خواهد شد و انتظار می‌رود که تمامی خانواده‌ها، با تیم‌های بهداشتی مراجعه کننده به در منازل خود همکاری لازم را داشته باشند.

وی اظهار کرد: مرحله دوم واکسیناسیون تکمیلی فلج اطفال نیز از ۱۴ تا ۱۷ بهمن ماه انجام خواهد شد.

بیماری فلج اطفال با نام علمی «پولیومیلیت» نوعی بیماری ویروسی شدید است، این بیماری مدل‌های مختلفی دارد که نوع شدید آن با آسیب به سلول‌های نخاعی باعث فلج می‌شود.

این بیماری در ابتدا شبیه یک آنفلوآنزای ویروسی است اما به تدریج ممکن است شدت پیدا کند. در نوع فلج کننده آن علائم بعد از مدتی بهبود پیدا می‌کنند اما ناگهان به صورت بدن درد، سردرد، تب و شروع فلج باز می‌گردند، بعد از یک هفته از بازگشت علائم فلج کامل می‌شود و به حداکثر خود می‌رسد.

این بیماری به وسیله ترشحات دهان و بینی منتقل می‌شود و نوع فلج کننده آن را باید به سرعت در بیمارستان بستری کرد و اقدامات حمایتی را برای وی در نظر گرفت.

فلج اطفال در اغلب کشورهای جهان کنترل شده است و واکسن خوراکی برای ایجاد ایمنی در برابر آن موجود است.

جزیره قشم با وسعت یک هزار و ۵۰۰ کیلومتر مربع از تنگه هرمز به 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 جزیره‌های قشم، هنگام و لارک از تنگه هرمز به موازات ساحل استان هرمزگان به طول ۱۵۰ و عرض میانگین ۱۱ کیلومتر در میان آب‌های خلیج فارس گسترده شده است.

با سرآشيز = كيك لامينگتون با طعم استراليايي



لمينگتون يا لامينگتون يك كيك استراليايي محبوب است كه از چندين لايه از كيك اسفنجي يا كيك كره‌اي با پوششي از سس شكلات ساخته شده است. در اين كيك، پودر نارگيل در بين لايه‌هاي كيك قرار داده مي‌شود. روي آن لايه‌اي نازك با روکش شكلاتي است كه در پودر نارگيل گردانده مي‌شود. لمينگتون يكي از خوشمزه‌ترين كيك‌هاي استراليايي است كه در سراسر جهان محبوبيت دارد.

كيك لمينگتون، بافت نسبتاً سفتي دارد و مناسب سرو كردن در كنار چاي و قهوه عصرانه است. طرز تهيه كيك لامينگتون استراليايي بسيار ساده است ولي ظاهري شيك و جذابي براي مهماني‌ها دارد و روکش شكلاتي آن باعث خوشمزه تر شدنش مي‌شود.

در دستور كلاسيك كيك لامينگتون استراليايي، خمير كيك داخل قالب مربعي ريخته مي‌شود و به صورت مربعي برش مي‌خورد.

براي ايجاد تنوع چند نمونه رسپي كيك لامينگتون استراليايي كه به نام كيك لامينگتون شكلاتي هم شناخته مي‌شود را به شما آموزش مي‌دهيم. نوع آماده سازي خمير كيك لامينگتون خانگي و سس شكلات روي كيك در اين دستورها كمي با هم متفاوت است كه شما مي‌توانيد با توجه به ذائقه خودتان و موادي كه در دسترس داريد، يكي از آنها را انتخاب كنيد و تهيه كنيد.

مواد لازم

آرد ۳۰۰ گرم

شكر ۱۶۰ گرم

تخم مرغ ۲ عدد

كره نرم شده در دماي محيط ۹۰ گرم

شير يك دوم پيمانه

بيكينگ پودر ۲ قاشق چاي خوري

وانيل يك چهارم قاشق چاي خوري

نمك يك هشتم قاشق چاي خوري

مواد لازم براي سس شكلاتي

شكلات سياه ۱۵۰ گرم

خامه صبحانه ۵۰ گرم

شير ۵ قاشق غذا خوري

پودر كاكاو ۲۰ گرم

پودر قند ۲۰۰ گرم

پودر نارگيل حدود يك پنجم پيمانه

طرز تهيه

ابتدا فر را با دماي ۱۸۰ درجه سانتیگراد گرم كنيد.

كف قالب مربع شكل ۲۰ سانتی متری يا قالب گرد ۲۳ سانتی متری را كاغذ روغنی ببندازيد.

شكر و كره هم دما با اتاق را به مدت ۳-۴ دقيقه با همزن بزنيد تا كرم رنگ و سبك شود.

تخم مرغ‌ها را يكي يكي اضافه كرده و هر بار ۱ دقيقه هم بزنيد.

وانيل را اضافه كرده هم بزنيد.

آرد، بيكينگ پودر و نمك را از قبل مخلوط كرده و ۳ بار الك كنيد.

در سه مرحله آرد و شير را اضافه كرده و هم بزنيد تا مايه كيك يكدست شود.

خمير اين كيك حالت غليظي دارد و بعد از ريختن داخل قالب بايد با پشت قاشق سطح خمير را صاف كنيد.

قالب را به مدت ۴۰ دقيقه در فر بگذاريد تا بپزد و روي آن طلايي شود. براي چك كردن پخته شدن كيك يك خلال دندان در مركز كيك فرو كنيد اگر تميز بود و كيك به آن نچسبيده بود، يعني كيك پخته است.

قالب را به مدت ۱۵ دقيقه كناری قرار بدهيد تا از حرارت بيفتد سپس كيك را از قالب خارج كرده روي توري فلزي منتقل كنيد و بگذاريد كاملاً خنك شود.

بعد از خنك شدن كيك سس شكلاتي را آماده كنيد.

شكلات را تکه تکه كنيد و به همراه خامه، شير، پودر كاكاو و پودر قند داخل يك ظرف كوچك بريزيد و روي حرارت بخار آب كناری يا مايكروفر قرار دهيد و هر از گاهي هم بزنيد تا شكلات كاملاً ذوب شود. كيك خنك شده را با يك چاقوي تيز به مربع‌هاي كوچك ۴ - ۵ سانتی برش بزنيد.

كيك‌هاي برش خورده را با كمك قاشق در سس شكلات بگردانيد و با چنگال از سس درآوريد و صبر كنيد شكلات اضافه‌اش بريزيد و بلافاصله در پودر نارگيل بگردانيد و در ظرف دلخواهتان بچينيد.

كيك لمينگتون شكلاتي

مواد لازم

كره ۱ پيمانه

شكر ۱ پيمانه

وانيل ۱ قاشق چاي خوري

تخم مرغ ۳ عدد

شير ۱ پيمانه

خامه صبحانه ۲۰۰ گرم

پودر نارگيل مقدار كافي

شكلات تلخ ۲۰۰ گرم

بيكينگ پودر ۲ قاشق چاي خوري

آرد ۳۵۰ گرم

روغن مايع مقدار كافي

طرز تهيه

براي تهيه اين روش كيك لامينگتون، كره نرم شده و شكر را با همزن مخلوط كنيد تا حدی كه حالت كرمي و حجيم پيدا كند.

وانيل را اضافه كرده و دوباره هم بزنيد.

تخم مرغ‌ها را يكي يكي به كيك اضافه كرده و هر بار هم بزنيد تا يكدست شود و بافتي كرمي و روشن پيدا كند.

شير را اضافه كرده و مخلوط كنيد.

آرد و بيكينگ پودر را ۳ بار الك كنيد و كم كم به مواد اضافه كنيد و با ليسك به حالت دوراني هم بزنيد تا به خورد مواد برود.

كف يك قالب گرد ۲۰ سانتی متری را با روغن مايع چرب كنيد و مايه كيك را داخل قالب بريزيد و در فری كه از قبل با دماي ۱۸۰ درجه سانتیگراد گرم شده است به مدت ۴۵ دقيقه قرار دهيد تا بپزد.

كيك را از فر بيرون آورده و بعد از سرد شدن از قالب جدا كنيد.

براي تهيه شكلات روي كيك، شكلات و خامه را در ظرفي ريخته و روي بخار كناری قرار دهيد تا شكلات ذوب شود.

سس شكلاتي را روي كيك بريزيد و با پودر نارگيل تزئين كنيد.

كيك لامينگتون شكلاتي شما براي سرو به همراه چاي و قهوه آماده است. مي‌توانيد به شكل دلخواه برش بزنيد و ميل نماييد.

پلازما به عرصه پزشکی و درمانی کشور وارد می‌شود

انرژی هسته‌ای در بخش پزشکی و درمانی کشور هستیم.

اسلامی ادامه داد: دومین اتفاق این بود كه در سمپوزيوم مربوطه، سامانه پلاسماتراپی برای درمان سرطان رونمایی شد و پرفسور اكبری مجری طرح، این فناوری را به اتاق عمل بیمارستان‌ها وارد كردند. فرآیند بالینی این فناوری تا این لحظه مثبت بوده است. این فناوری از بیماری سرطان پیش‌گیری می‌كند.

وی امنیت غذایی و سلامت را از جمله دستاوردهای فناوری پزشکی هسته‌ای برشمرد و افزود: با آغاز فرآیند پرتودهی به مواد غذایی، مواد غذایی سالم‌تر و بدون عوارضی به دست مصرف‌كنندگان می‌رسد، بیماری‌های انسانی و ضایعات مواد غذایی کاهش می‌یابد و صادرات محصولات كشاورزی توسعه می‌یابد. نتایج این فناوری به تدریج خودش را در عرصه‌های مختلف زندگی مردم نشان می‌دهد.



برای بیماران دیابتی است به خصوص كه در نوع پیشرفته این بیماری، اعضای بدن بیمار قطع می‌شود. به لطف الهی امروز شاهد به بار نشستن تاکید مقام معظم رهبری برای استفاده از ظرفیت

رئیس سازمان انرژی اتمی خبر داد: از دیروز فناوری پلازما مبتنی بر پزشکی هسته‌ای را وارد عرصه پزشکی و درمانی کشور كردیم.

محمد اسلامی در حاشیه جلسه هیات وزیران در جمع خبرنگاران، گفت: روز گذشته در استان البرز سمپوزيوم پزشکی اتمی برگزار كردیم. ویژگی آن همطراز بودن این سمپوزيوم با سمپوزيوم‌های مشابه كشورهای پیش‌رو در فناوری‌های نوین، پلازما را وارد پزشکی و درمان كردیم.

وی ابراز خرسندی كرد: این نشان می‌دهد كه يكي از یافته‌ها و فناوری‌هایی كه در زنجیره فناوری‌های سازمان انرژی اتمی است، هم طراز با کشورهای پیشرفته در اختیار مردم قرار گرفته است.

رئیس سازمان انرژی اتمی ادامه داد: در پلاسمای پزشکی هسته‌ای دو بخش را دنبال كردیم. اول كلینیک پلاسماتراپی كه برای درمان زخم‌هاست را افتتاح كردیم. این اقدام گشایشی بزرگ و آرام‌بخش