

آاوله دریا

۲۱۳



ISNA PHOTO

معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده
وارد بندرعباس شد

شنبه ۱۴ بهمن ماه ۱۴۰۲ سال پنجم
www.avayedarya.ir

صدای زنان هرمزگان
آوای دریا هفته نامه الکترونیکی هرمزگان



وزیر بهداشت چشم دختر هرمزگانی را در اورژانس
بیمارستان مداوا کرد



فراهم شدن شرایط بهره مندی هنرمندان صنایع دستی هرمزگان
از معافیت مالیاتی



هنرستان دخترانه سلام افتتاح شد



کاسبی با جنون زیباجویی!

فراهم شدن شرایط بهره مندی هنرمندان صنای دستی هرمزگان از معافیت مالیاتی



معاون صنایع دستی اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان هرمزگان گفت: هنرمندان حوزه صنایع دستی استان برای برخورداری از معافیت مالیاتی در سامانه جامع تجارت ثبت نام کنند.

ساناز رمجی با اعلام این مطلب گفت: تمام فعالان حوزه صنایع دستی برای بهره‌مندی از معافیت مالیاتی، محصولات خود در سامانه جامع تجارت ثبت نام کنند.

او با اشاره به اینکه شرایط بهره‌مندی از معافیت مالیاتی منوط به دریافت کد شناسه اختصاصی در سامانه جامع تجارت است، افزود: بر اساس قابلیت ثبت محصولات صنعتگران، فروشگاه‌ها، خانه‌های صنایع دستی و بازارچه‌های دائمی دارای مجوز صنایع دستی، به منظور اخذ کد شناسه اختصاصی محصولات ایجاد شده است.

رمجی تاکید کرد: سازمان امور مالیاتی تنها بر اساس موارد ثبت‌شده در سامانه جامع تجارت برای فعالان حوزه صنایع دستی شامل تولیدکنندگان، فروشگاه داران، دارندگان مجوز خانه‌های صنایع دستی، فروشندگان بازارچه‌های دائمی صنایع دستی و... است.

به دنبال کاهش وزن هستید؟ با رژیم کم کربوهیدرات آشنا شوید



بدنی کمتری داشتند مشهود بود. رژیم غذایی گیاهی کم کربوهیدرات نتایج متفاوتی را از نظر مدیریت وزن نشان داد.

چی سان، نویسنده دیگر این تحقیق در بیانیه‌ای گفت: نکته کلیدی در اینجا این است که همه رژیم‌های غذایی کم کربوهیدرات در مدیریت طولانی مدت وزن به‌طور برابر و یکسان عمل نمی‌کنند.

وی افزود: یافته‌های ما می‌تواند طرز فکر ما را درباره رژیم‌های کم کربوهیدرات رایج متزلزل کند و نشان دهد که ابتکارات بهداشت عمومی باید به ترویج الگوهای غذایی بر مبنای غذاهای سالم مانند غلات کامل، میوه‌ها، سبزیجات و محصولات لبنی کم چرب تاکید کند.

می‌کردند، در مقایسه با افرادی که از یک رژیم غذایی گیاهی کم کربوهیدرات پیروی می‌کردند در طول زمان اضافه وزن پیدا کردند.

بینکای لیو گفت: «کسانی که رژیم‌های غذایی ناسالم کم کربوهیدرات را به‌عنوان یک استراتژی اولیه اتخاذ کردند به‌طور متوسط حدود ۲.۳ کیلوگرم در طی چهار سال، وزن اضافه کردند.»

او افزود: «کسانی که رژیم‌های سالم کم کربوهیدرات را به‌عنوان یک استراتژی اولیه انتخاب کردند به‌طور متوسط تقریباً ۲.۲ کیلوگرم وزن از دست دادند.»

عادت‌های غذایی‌مان را تبدیل به عادت‌های سالم کنیم تفاوت‌های وزن به‌ویژه در میان شرکت‌کنندگان زیر ۵۵ سال، آن‌هایی که اضافه وزن داشتند یا فعالیت

یک رژیم غذایی گیاهی کم کربوهیدرات با تاکید بر پروتئین‌ها و چربی‌های گیاهی.

یک رژیم غذایی سالم کم کربوهیدرات که ترکیبی از پروتئین‌های گیاهی، چربی‌های سالم و کربوهیدرات‌های کمتر تصفیه شده است.

یک رژیم غذایی ناسالم کم کربوهیدرات با پروتئین‌های حیوانی، چربی‌های ناسالم و کربوهیدرات‌ها از منابع فرآوری شده مانند نان و غلات.

رژیم غذایی سرشار از ماهی و آنتی‌اکسیدان‌ها می‌تواند کیفیت زندگی بیماران ربوی را بهبود بخشد این مطالعه نشان داد افرادی که از رژیم غذایی ناسالم و کم کربوهیدرات مبتنی بر گوشت استفاده

تحقیقات جدید دانشمندان هاروارد نشان می‌دهد اثر بخشی رژیم‌های کم کربوهیدرات که برای مدیریت وزن رواج دارد، به‌طور قابل توجهی متفاوت است و برخی از این رژیم‌ها به‌طور بالقوه منجر به افزایش وزن می‌شوند.

تحقیقات جدید دانشمندان هاروارد نشان می‌دهد که اثر بخشی رژیم‌های کم کربوهیدرات که برای مدیریت وزن دارای محبوبیت است به‌طور قابل توجهی متفاوت است و برخی از این رژیم‌ها به‌طور بالقوه منجر به افزایش وزن می‌شوند.

نتایج این مطالعه که در نشریه جاما نتورک اوپن (JAMA Network Open) منتشر شده است، نشان می‌دهد که رژیم‌های کم کربوهیدرات با تمرکز بر پروتئین‌های گیاهی و چربی‌های سالم در مقایسه با رژیم‌های غنی از گوشت و چربی‌های ناسالم در جلوگیری از افزایش وزن موثرتر هستند.

به گزارش یورو نیوز، این یافته از یک مطالعه جامع که چندین دهه به طول انجامید به دست آمده است. بینکای لیو، معاون پژوهشی در بخش تغذیه دانشگاه هاروارد و نویسنده اصلی این مطالعه بر عمق مطالعه در بررسی رژیم‌های غذایی کم کربوهیدرات تاکید کرد: «این مطالعه رژیم غذایی کم کربوهیدرات را بررسی می‌کند و نگاهی دقیق به چگونگی تاثیر ترکیب این رژیم‌ها بر سلامتی در طول سال‌ها ارائه می‌کند و مربوط به هفته‌ها یا ماه‌ها نیست.»

این مطالعه رژیم غذایی و تغییرات وزن بیش از ۱۲۳ هزار و ۳۰۰ بزرگسال سالم را که هر چهار سال یکبار داده‌های خود را گزارش می‌کردند ردیابی کرده است. دریافت کربوهیدرات روزانه در پنج رژیم غذایی مورد مطالعه از ۳۸ تا ۴۰ درصد کل کالری متغیر بود.

این رژیم‌ها شامل موارد زیر بودند:

یک رژیم کلی، کم کربوهیدرات با تمرکز بر کاهش مصرف کلی کربوهیدرات‌ها
یک رژیم غذایی کم کربوهیدرات مبتنی بر مصرف پروتئین‌ها و چربی‌های مشتق شده از منابع حیوانی

کاسبی با جنون زیباجویی!

گزارش: ایسنا



کاهش سن جراحی‌های زیبایی به ۱۴ سال! این تیتیر خبری بود که طی روزهای اخیر سر و صدای زیادی به پا کرد. موضوعی که طی سالیان اخیر اولین باری نیست که مطرح می‌شود، اما هربار به اندازه بار اولی که اعلام شد، باعث تعجب اکثر افراد شده و برخی را هم به وادار به واکنش می‌کند؛ هرچند که به نظر می‌رسد همه این هیاهوها در نهایت پس از چند هفته تمام می‌شود تا روزی که احتمالا دختران و پسران بیشتری را با جسیبی روی بینی در راه رفتن به مدرسه ببینیم!

تقریباً ۶۰ سال از آغاز جراحی‌های پلاستیک در ایران می‌گذرد؛ اعمالی که در ابتدا برای رفع مشکلات سلامتی بود، اما این روزها در بیشتر موارد جنبه زیبایی پیدا کرده است. جراحی زیبایی بینی، آمبولیکوپلاستی یا عمل زیبایی ناف، لیپوساکشن یا انواع جراحی‌های لاغری، کاشت عضله دوسر بازو در مردان، کاشت مو، جراحی زیبایی پلک و اسامی دیگری از این نوع اعمال که روز به روز هم به تعداد آنها و هم متقاضیان انجامشان اضافه می‌شود. هرچند که به نظر می‌رسد هنوز هم جراحی زیبایی بینی متقاضیان بیشتری داشته باشد؛ متقاضیانی که دیگر طیف وسیعی از آنها را زنان تشکیل نمی‌دهند و روزه‌روز هم سن‌شان کمتر می‌شود.

از نوجوانی تا کهنسالی در جست‌وجوی زیبایی

در واقع علتی که به کاهش سن تقاضا دامن زده است، تغییر برخی از مبانی‌های علمی در این زمینه است؛ موضوعی که دکتر ابراهیم رزم‌پا عضو هیئت مدیره انجمن علمی راینولوژی ایران "در باره آن می‌گوید: «در گذشته سن مورد تایید برای انجام عمل جراحی ۱۸ سالگی بود؛ اما امروزه به لحاظ علمی این سن کاهش یافته و دختران از ۱۴ سالگی و پسران پس از ۱۶ سالگی شرایط عمل را به شرط رضایت کتبی والدین، دارند.» هرچند که او تاکید دارد سن، تنها یک فاکتور است و باید تکامل شخصیت و عوامل روحی و روانی را هم مدنظر قرار داد که البته به نظر می‌رسد توجه خانواده‌ها و برخی پزشکان به این نکته، کمتر از شرط سنی است. از طرفی رزم‌پا تاکید می‌کند: «در گذشته بیشتر مراجعین، خانم‌ها بودند، اما در دهه‌های اخیر تعداد متقاضیان آقا نیز افزایش یافته است و حتی افرادی که در دهه کهنسالان قرار می‌گیرند نیز به این اعمال گرایش پیدا کردند.» روندی که از یک سو حکایت از کنار رفتن کلیشه‌های جنسیتی در اعمال جراحی زیبایی دارد و از سوی دیگر روانی آن در کهنسالان می‌تواند به خوبی نشان دهنده‌القای بودن این نوع اعمال جراحی باشد. بر اساس تعاریف موجود، شروع سالمندی در ایران از ۶۰ سالگی در نظر گرفته می‌شود بنابراین؛ شاید افزایش تقاضا برای اعمال جراحی زیبایی در این گروه به دلیل افزایش سن و ایجاد چین و چروک یکی از دیدگاه‌ها باشد، اما این پرسش هم مطرح می‌شود که آیا تغییر نگاه به مقوله زیبایی، سبب شده تا افرادی که حداقل تا ۶۰ سالگی به فکر این اعمال نبودند، حالا در این سن متقاضی انجام آن باشند؟

بکش و خوشگلم کن!

البته تنها عمل جراحی زیبایی بینی نیست که متقاضیان زیادی دارد؛ چنانچه محمد رئیس‌زاده " رئیس کل سازمان نظام پزشکی " با تاکید بر اینکه تقاضا برای اقدامات زیبایی در کشور ما بیمارگونه است، می‌گوید: «تقاضا برای این خدمات در ایران نسبت به میانگین دنیا عدد بالاتری دارد؛ حوزه زیبایی عملاً یله و رها است و مردم با طیب خاطر هزینه‌های آن را پرداخت می‌کنند. مردم باید بدانند خدمات زیبایی می‌تواند به قیمت جان آن‌ها تمام شود و یا سلامتی آن‌ها را تا مادام‌العمر تحت تاثیر قرار

دهد.» این هشدار است که البته تنها متوجه مردم نیست و باید سیاست‌گذاران فرهنگی و آموزشی کشور را هم گوش به زنگ شرایطی کند که دیگر دور از ذهن نیست آن را خطری قریب‌الوقوع بخوانیم؛ خطری که گویی در حال تبدیل شدن به نوعی از سبک زندگی است، تا جایی که برخی نوجوانان در سنینی که باید به فکر انتخاب رشته مقطع دبیرستان باشند، در جست‌وجوی پزشکی برای جراحی زیبایی بینی هستند. از طرفی این افزایش تقاضای بیمارگونه خدمات زیبایی سبب تمایل بیشتر پزشکان به تحصیل و کار در رشته‌های زیبایی شده و این امر سبب می‌شود رشته‌های حیاتی‌تر پزشکی بدون متقاضی بمانند.

پزشکی زیبایی؛ کسب‌وکاری پولساز

در این زمینه سیمین کاظمی " پزشک و جامعه‌شناس " در گفت‌وگو با ایسنا، با اشاره به اینکه به لحاظ علمی رشد بینی در دختران در ۱۴ سالگی و در پسران در ۱۶ سالگی متوقف می‌شود و عمل جراحی رینوپلاستی (جراحی زیبایی بینی) در این سنین قابل انجام است، گفت: البته این سن ممکن است برای همه افراد دقیق نباشد و رشد استخوان بینی در برخی دختران و پسران دیرتر به اتمام برسد. برای همین است که جراحان اغلب تا ۱۸ سالگی صبر می‌کنند تا شخص نوجوان بعداً دچار عارضه نشود. او ادامه می‌دهد: البته اینکه در پزشکی یک کار قابل انجام باشد، به این معنی نیست که بتوان بدون هیچ مانعی و بدون در نظر گرفتن سایر جوانب آن را انجام داد. در ایران چون پزشکی زیبایی به یک تجارت و کسب و کار پر رونق و پولساز تبدیل شده و نظارتی بر آن وجود ندارد، جراحان زیبایی صرفاً به ممنوعیت‌های پزشکی توجه می‌کنند و مثلاً برایشان اهمیت ندارد که آیا فرد نوجوان که خانواده ناآگاهی هم دارد به بلوغ عاطفی رسیده یا خیر؟ مشکل روانی دارد یا خیر؟ درواقع بدون توجه به این مسائل و با رضایت والدین ممکن است نوجوان ۱۴ ساله را هم عمل کنند.

پیوستن به موج جنون زیبایی برای کسب مقبولیت

کاظمی در عین حال معتقد است که جامعه ما را جنون زیبایی فرا گرفته است و می‌گوید: افراد برای پذیرش اجتماعی، کسب منزلت، دریافت احترام و تحسین، لازم است زیبا باشند. افراد از روی چهره، ظاهر و لباس قضاوت می‌شوند، شعور، اخلاق و سواد اهمیت خود را از دست داده و در عوض زیبایی ظاهری جای همه این موارد را گرفته است. فشار اجتماعی سنگینی برای زیبا شدن و کسب مقبولیت روی افراد وجود دارد بنابراین؛ بسیاری احساس وظیفه می‌کنند خود را با استانداردهای زیبایی به وجود آمده منطبق کنند.

او همچنین فردگرایی، مصرف‌گرایی و مادی‌گرایی از عوامل دیگر این جنون زیبایی معرفی می‌کند و ادامه می‌دهد: در این راستا تبلیغات زیبایی، مرجعیت ستاره‌های سینما، حضور افراد در شبکه‌های اجتماعی و گزاره‌های جعلی روانشناسی از عواملی هستند که افراد را ترغیب می‌کنند به این موج جنون زیبایی بیپوندند که بخشی از این‌ها نوجوانانی هستند که تازه می‌خواهند زندگی اجتماعی مستقلانه خود را آغاز کنند. متقاضیانی که تنها به عنوان مشتری به چشم می‌آیند

این جامعه‌شناس تاکید می‌کند: تا جایی که به پزشکی مربوط می‌شود باید بگویم که پولسازترین رشته‌های پزشکی، رشته‌هایی هستند که با زیبایی مرتبطند، برای همین می‌بینیم که اکثر پزشکان به سمت این حوزه رفته‌اند و سایر رشته‌های ضروری پزشکی که درآمدشان کم است ظرفیت‌های پذیرش‌شان خالی می‌ماند. در واقع از این گرایش پزشکان به

زیبایی غفلت شده است و نظارتی هم بر آن وجود ندارد. او با تاکید بر اینکه تبلیغات گسترده پزشکان و سوق پیدا کردن امکانات نظام سلامت به سمت زیبایی، تقاضای خدمات زیبایی را افزایش داده و حتی تسهیل می‌کند، تصریح کرد: برای انجام اعمال زیبایی لازم است به دلایل فرد برای تقاضای عمل توجه شود. پزشکان عموماً به این دلایل توجهی ندارند و متقاضی یا مراجع را به عنوان مشتریانی می‌بینند که نباید از دستش داد.

تحول نظام ارزش جامعه و تمرکز بر «خود»

این جامعه‌شناس با اشاره به اینکه طی سال‌های اخیر، نظام ارزشی جامعه متحول شده است، ادامه داد: انسانی که در شرایط سیاسی و اقتصادی امروز بر ساخته شده، متفاوت از انسان ۳۰ سال پیش است؛ در نگرش و جهان‌بینی، انتظارات، اهداف و توانایی‌هایش متفاوت شده است. انسان امروز، کاری به تغییر جهان، جامعه و زشتی‌های آن ندارد و روی خودش متمرکز است که بخشی از این خود، قیافه و ظاهر است.

علت گرایش مردان به اعمال جراحی زیبایی

او در بخش دیگری از سخنان خود با بیان اینکه میزان جراحی‌ها و مداخلات زیبایی در مردان و زنان قابل مقایسه نیست، اظهار کرد: اکثر مداخلات زیبایی در مورد زنان انجام می‌شود؛ البته گرایش مردان به اعمال زیبایی هم در راستای همان فشار اجتماعی و کسب مقبولیت اجتماعی است که مردان هم تا حدودی با آن مواجه هستند و ممکن است به آن پاسخ دهند.

کاضمی تاکید کرد: در واقع مردان و زنان ممکن است برای اینکه امتیازاتی در جامعه کسب کنند، (مثل موقعیت بهتر ازدواج و اشتغال و...) به زیبا شدن احساس نیاز پیدا کنند، ولی چون مردان از امتیازات بیشتری برخوردارند، احساس نیاز به زیبایی در آن‌ها کمتر است و کمتر از زنان، متقاضی اعمال زیبایی هستند. اعمال و اقدامات زیبایی در مجموع مبتنی بر جنسیت و در راستای منطبق کردن افراد با مردانگی و زنانگی استاندارد هستند؛ یعنی مرد کن‌گونه و زن باری‌گونه. (اشاره به شخصیت‌های فیلم‌هایی با همین نام)

نکوهش پیری برای فرار از تبعیض

او در عین حال مقابله با تغییرات پیری را نیز یکی از مولفه‌های مهم زیبایی امروز می‌داند و می‌گوید: در جنون زیبایی که امروزه با آن مواجه هستیم، پیری نکوهش می‌شود و یکی از عیوب افراد به حساب می‌آید و بر همین احساس افراد سالمند ممکن است مورد تبعیض قرار گیرند. بنابراین برخی از افراد سالمند ممکن است برای کاهش اثرات ناخوشایند سالمندی و پرهیز از ورود به سالمندی و نازیبایی به فکر اقدامات زیبایی بیفتند و با موج غالب زیبایی‌خواهی همراه شوند.

کاظمی در پایان در پاسخ به این سوال که برای شکستن باورهای غلط درباره زیبایی چه اقدامی می‌توان انجام داد؟، گفت: واقعیت این است که در عصر سرمایه‌داری که با تعقیب سود، مصرف‌گرایی و تبلیغات پیوند خورده، نمی‌توان انتظار داشت که پزشکی زیبایی به رسالت اصلی خود که سلامت جامعه است برگردد یا اینکه جامعه آنقدر منصفانه و عاقلانه دنبال تعالی و خودشکوفایی باشند، یا اینکه جامعه آنقدر منصفانه و عاقلانه ساخته شده باشد که بین افراد بر اساس ظاهر، سن و جنس تبعیض قائل نشود. اگر قرار باشد این فرهنگ فعلی تغییر کند، باید زمینه‌های عینی و مادی آن فراهم شود که چشم‌انداز آن روشن به نظر نمی‌رسد.

بازیگوشی والدین؛ قدمی مؤثر تا حال خوب فرزندان

گزارش: ایرنا



۴. بعد از یک روز سخت، یک مهمانی بگوبخند داشته باشید.
۵. بالش بازی کنید.

۶. سعی کنید تست چشایی کور با غذا انجام دهید. بچه‌های شما باید حدس بزنند که چه می‌خورند؛ درحالی‌که چشمانشان را بسته‌اند. خوبی این بازی این است که می‌توانید مزه‌ها و غذاهای جدید را هم به خوردشان دهید تا تجربه کنند.

۷. اگر کودکی دارید که از برس کشیدن یا اصلاح موهایش متنفر است، از او بخواهید یک مدل موی عجیب‌غریب به شما بدهد.
۸. اگر فرزندان یادش می‌رود که لباس‌های کثیف خود را به سبد لباس چرک‌ها بیندازد، به او بگویید وانمود کند که سبد لباس‌های شسته‌شده حلقه بسکتبال است و ببیند آیا می‌تواند با پرتاب کردن لباس‌ها در سبد لباس‌ها امتیاز کامل بگیرد؟

۹. آیا کودکی دارید که از مسواک زدن متنفر باشد؟ وانمود کنید که در حین مسواک زدن چیزی در دهان آن‌ها پیدا می‌کنید: «ووه، وای، آیا این یک تک‌شاخ کوچک توی دهنته؟ اجازه بده مسواکش بزنم!»
۱۰. آواز بخوانید یا با تغییر صدایان و خنده‌دار کردن آن برای دادن دستورالعمل استفاده کنید. فرزندان به احتمال زیاد گوش می‌دهند و ممکن است به کم کردن سطح استرس شما نیز کمک کند!

۱۱. با هم از طبیعت به‌گونه‌ای لذت ببرید که معمول نیست. در انبوهی از برگ‌ها ببرید، بیرون زیر باران بازی کنید، یکدیگر را در شن دفن کنید و...
۱۲. مسابقه چشم‌های خیره به هم برگزار کنید. هرکس دیرتر به خنده بیفتد، او برنده است.

۱۳. با احساسات ادابازی کنید. شما یا فرزندان احساسی را نمایش می‌دهید و دیگری باید حدس بزند که کدام احساس است. احساسات را اغراق کنید تا سرگرم‌کننده‌تر شود. این بازی به رشد سواد عاطفی او نیز کمک خواهد کرد و به‌نوعی، قدرت همدلی او را افزایش می‌دهد.
۱۴. به‌واسطه بازی‌های زبانی با هم جوک بسازید.

۱۵. با هم یک قلعه بسازید.
۱۶. به گزارش وب گاه تنیان، کتاب‌خواندن و مطالعه با هم را سرگرم‌کننده‌تر کنید. با چراغ‌قوه زیتو بروید، در نانو یا تخت‌خواب مطالعه کنید یا در حین بازی و ساخت کاردستی برای آن‌ها کتاب و شعر بخوانید.

جمع‌بندی نهایی
بازیگوشی بودن والدین فواید زیادی برای رشد کودکان دارد و ممکن است فرزندپروری روزانه را کمی آسان‌تر کند. همچنین بازیگوشی بودن شما به فرزندان مهارت‌های مقابله‌ای و سازگارانه

بازیگوشی والدین در تحقیقات با عنوان «میزان خلاقیت و کنجکاوی والدین هنگام تعامل در بازی با فرزندان» تعریف شده است. یعنی والدین چه در زمان بازی و چه در حین انجام کارهای روزمره با فرزند خود «پایه و سرگرم‌کننده» باشند. رفتارهایی مثل استفاده از طنز یا شوخی با فرزندان و شاد بودن در تعامل با آن‌ها از این دست است.

بازیگوشی والدین در تحقیقات با عنوان «میزان خلاقیت و کنجکاوی والدین هنگام تعامل در بازی با فرزندان» تعریف شده است. یعنی والدین چه در زمان بازی و چه در حین انجام کارهای روزمره با فرزند خود «پایه و سرگرم‌کننده» باشند. رفتارهایی مثل استفاده از طنز یا شوخی با فرزندان و شاد بودن در تعامل با آن‌ها از این دست است. بازیگوشی «زبان عشق» کودکان است؛ به این معنی که راه مهمی برای ارتباط با آن‌ها و ایجاد رابطه است.

بازیگوشی همچنین می‌تواند در مواقع استرس‌زا یا جنگ قدرت با کودکان مفید باشد. برای مثال، وقتی فرزند شما نمی‌خواهد اسباب‌بازی‌های پارک را ترک کند، از آن‌ها می‌پرسید که آیا دلشان می‌خواهد «سوار اسب» ماشین (خودرو) شوند؟

پس آیا بازیگوشی واقعاً کمک می‌کند؟ مطالعه‌ای جدید در این زمینه نشان داده است که بازیگوشی والدین با مشکلات رفتاری کمتر، اضطراب و افسردگی کمتر و رفتار مهربانانه‌تر در کودکان مرتبط است. تحقیقات قبلی همچنین نشان می‌دهد که بازیگوشی والدین با بهبود مهارت‌های تنظیم هیجانی در کودکان و سرپیچی کمتر آن‌ها مرتبط است. این تحقیق نشان می‌دهد که بازیگوشی ممکن است به والدین کمک کند تا محدودیت‌ها را به‌گونه‌ای تعیین کنند که به جنگ قدرت منجر نشود. بازیگوش بودن حتی ممکن است استرس والدینی شما را کاهش دهد و کمک کند تا از احساسات منفی فرزندان هم بتوانید حمایت کنید.

نمونه‌هایی از بازیگوشی والدین
۱. اگر فرزندان نمی‌خواهند لباس خوابش را بپوشد، لباس را به حرف زدن وادار کنید و با گفتن جمله‌ای مثل «کاش به بچه‌ای داشتم که دلش می‌خواست منو بپوشه» حرکت کنید. همچنین می‌توانید سعی کنید لباس خواب را تن خود بپوشانید و وانمود کنید که ممکن است مناسب شما باشد.

۲. اگر صبح موقع بیرون آوردن فرزندان با مشکل مواجه هستید، از او بپرسید که آیا می‌خواهد شما را به سمت ماشین ببرد یا بپرسید که آیا دوست دارد تا ماشین پرواز کند، ببرد، لی‌لی کند یا بچرخد.

۳. در طول یک ماشین‌سواری طولانی یا در صف انتظار، به‌نوبت داستان بگویید یا یک بازی کلامی یا فکری راه بیندازید.

اخبار حوزه زنان

معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده وارد بندرعباس شد

در ادامه سفرهای استانی دور دوم هیات دولت سیزدهم صبح امروز، دکتر انسیه خزعلی معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده وارد بندرعباس شد.

فرناز هوشیار پارسیان مشاور و دستیار اجرایی معاونت ریاست جمهوری در امور زنان و خانواده گفت: بازدید از دستاوردهای مجموعه تولیدی ماه مدرسه استثنایی دخترانه مهر، نشست تخصصی تبیین دستاوردهای نظام با حضور افسار مختلف بانوان استان، جشن ازدواج آسان و اهدای ۱۱۰ جهیزیه، بازدید از دستاوردهای شبکه خیریه کارآفرینی هرمزگان، بازدید از دستاوردهای صندوق خرد زنان و محصولات کشاورزی، دیدار با خانواده جانباز ۷۰ درصد آقای حسین آتش بار، بازدید از کمپ ترک اعتیاد بانوان (موسسه برکه برهان آفرینش) از جمله برنامه‌های سفر دکتر خزعلی به بندرعباس است. وی ادامه داد: سفرهای دور دوم هیات دولت با هدف بررسی میزان اجرای مصوبات دور اول و بررسی نیازمندی‌های جدید استان هرمزگان در حال اجرا است.

هوشیار پارسیان تصریح کرد: شناسایی، برنامه ریزی و اقدام برای حل مشکلات مردم هرمزگان در حوزه های مختلف، از اهداف اصلی سفر دولت به هرمزگان است که یکی از این حوزه ها، زنان و خانواده محسوب می شود.

در همین راستا، مصوبات مختلفی برای بانوان هرمزگانی در دو سال گذشته دولت سیزدهم تصویب و اجرا شد که از جمله آن ها می توانیم به موارد ذیل اشاره کنیم:

- حمایت تسهیلاتی برای زنان کارآفرین و ارائه تسهیلات ویژه زنان روستایی و سرپرست خانوار برای رونق کشاورزی که اجرای این مصوبه موجب شده که بیش از ۷۰۰ نفر به طور مستقیم و نفرت بسیاری به صورت غیرمستقیم در رسته‌های مختلفی از جمله دام و شیلات، صنایع دستی، کشاورزی و مشاغل خانگی ارتقای کسب‌وکار داشته باشند و حتی به صادرات برسند.

به علاوه در این استان، مصوبات حمایتی برای دختران بازمانده از تحصیل و همچنین اجرای طرح زیانان ایمن در نظر گرفته شده و در حال اجرا است.

برگزاری دوره آموزشی رایگان مبانی طراحی محصول در صنایع دستی دوره آموزشی رایگان مبانی طراحی محصول در صنایع دستی در بندرعباس برگزار شد.

سازار رمجی با بیان این مطلب که طراحی محصول شیوه‌ای است که هنرمند بر اساس ظاهر زیبا، کیفیت بالا، کاربری و قابل استفاده بودن محصول و ... را در یک بسته به مشتری عرضه می‌کند.

هدف از برگزاری این دوره را آشنایی فعالین صنایع دستی با مبانی طراحی محصول و شناخت آن عنوان کرد و افزود: توانمندسازی و به‌روزرسانی دانش شاغلین صنایع دستی در راستای بهینه شدن محصولات صنایع دستی از دیگر اهداف برگزاری این دوره آموزشی بوده است.

او با اشاره به اینکه محصولاتی که ظاهر بهتری دارند، بهتر فروش می‌روند، افزود: برگزاری این دوره بر اساس نیاز هنرمندان و صنعتگران با هدف نوآوری در محصولات صنایع دستی استان است.

معاون صنایع دستی اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی هرمزگان اظهار کرد: طراحی محصول برای پیشبرد مسیر صنعتگران صنایع دستی برای موفقیت بسیار مهم است.

معاون صنایع دستی اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی هرمزگان اظهار کرد: شرکت کنندگان در این دوره با سرفصل‌های ابعاد تفکر طراحی در صنایع دستی، معرفی ارزش‌های نه‌گانه طراحی در مصنوعات صنایع دستی، مراحل فرایند طراحی مصنوعات صنایع دستی و چند نمونه موردی موفق در طراحی مصنوعات صنایع دستی آشنا شدند.

رمجی تأکید کرد: امیدواریم با برگزاری دوره‌های توانمندسازی برای شاغلین صنایع دستی، شاهد رشد بیش‌ازپیش در حوزه تولید، کارآفرینی، بازاریابی و فروش صنایع دستی در استان باشیم. گفتنی است که ۳۰ نفر از شاغلین صنایع دستی در دوره آموزشی مبانی طراحی محصول در صنایع دستی در بندرعباس شرکت کردند. دختران رزمی کار شهرستان بستک مقام اول مسابقات استانی رزم پرتوآ کسب کردند

رقابت های رزم پرتوآ قهرمانی بانوان استان هرمزگان به میزبانی جزیره قشم برگزار گردید.

در این دوره از مسابقات ۷۳ نفر از رزمی کاران پرتوآ در سه رده سنی با هم به رقابت پرداختند.

شهرستان بستک با حضور پنج باشگاه از هرنگ ، کوخرد ، هنگویه، عالی احمدان و آسو در قالب شرکت کنندگان شهرستان بستک مقام اول تیمی را بخود اختصاص دادند.

شهرستان پارسیان نیز توانست در مجموع مقام دوم این دوره از مسابقات را کسب نماید.

مقام سوم مسابقات استانی جام دهه فجر نیز به تیم منطقه آزاد قشم که میزبان مسابقات بودند رسید.

پرتوآ کاران شهرستان خمیر که در یک رده سنی شرکت کننده در این

رویداد داشتند نیز جام اخلاق کسب نمودند.

وزیر بهداشت چشم دختر هرمزگانی را در اورژانس بیمارستان مداوا کرد

وزیر بهداشت، درمان و علوم پزشکی با حضور سرزده در بیمارستان شهید محمدی بندرعباس، چشم یک دختر بستری در اورژانس این مرکز درمانی را مداوا کرد.

بهرام عین‌اللهی، در سفر خود به هرمزگان ضمن بررسی روند ارائه خدمات در این بیمارستان و گفت و گو با کارکنان و دلجویی از بیماران، یک دختر بستری را که به دلیل ریخته شدن چسب در داخل چشم به اورژانس بیمارستان شهید محمدی بندرعباس مراجعه کرده بود، تحت عمل سربایی قرار داد و مداوا کرد.

سازمان ثبت احوال کشور:

امسال بیش از ۳۳ هزار مورد چندقلوایی ثبت شد

سازمان ثبت احوال کشور اعلام کرد: از ابتدای فروردین تا پایان دی ماه امسال ۳۳ هزار و ۸۰ رویداد ولادت حاصل از چندقلوایی در کشور به ثبت رسیده است.

براساس آمار اعلام شده از سوی مرکز رصد جمعیت کشور، در ۱۰ ماهه امسال ۳۳ هزار و ۸۰ رویداد ولادت حاصل از چندقلوایی به ثبت رسیده است و بر همین اساس ۳۱ هزار و ۳۲۰ رویداد ولادت ثبت شده حاصل از دوقلوایی است.

در این گزارش تأکید شده است: در این مدت ۱۶ هزار و ۸۶ رویداد ولادت ثبت شده حاصل از سه قلوایی بوده است و همچنین بیشترین ولادت های ثبت شده حاصل از چندقلوایی در تهران با ۱۴۷ درصد و کمترین رویداد در سمنان با ۰۵ درصد به ثبت رسیده است.

اختتامیه مسابقات بانوان کشوری فومای ودومای (سلاح سردورفم)

اختتامیه مسابقات بانوان کشوری فومای ودومای (سلاح سردورفم) انجمن نیوکونگ فو به میزبانی هرمزگان با حضور ۱۰ تیم شرکت کننده برگزار شد.

گفتنی است این مراسم با حضور خادمی مدیرکل ورزش و جوانان استان هرمزگان، عیسی عباسی عضو شورای اسلامی شهر بندرعباس، مهدی نوبانی شهردار بندرعباس، فریده عامری عضو شورای اسلامی شهر بندرعباس و همچنین با حضور مصطفی بزرگ دبیر شورای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر استان هرمزگان، فاضل نعمانی رئیس هیئت کونگ فو و هنرهای رزمی استان هرمزگان و رازمند مسئول کمیته بازرسی و انضباطی، برگزار شد که از نفرت برتر این مسابقات تجلیل بعمل آمد.

شایان ذکر است در این مسابقات ۱۰ تیم حضور داشتند و ۱۶۰ نفر ورزشکار نیز در این نبرد میدانی شرکت کردند که تیم استان فارس توانست به مقام اول این مسابقات دست پیدا کند و تیم هرمزگان "الف" مقام دوم را کسب کرد و تیم هرمزگان "ب" نیز در جایگاه سوم قرار گرفت.

گشایش نخستین بوستان بانوان منطقه آزاد قشم

در راستای افزایش رفاه بانوان و فراهم ساختن فضایی آرام، ایمن و زیبا برای تفریح زنان جزیره نخستین بوستان بانوان منطقه آزاد قشم گشایش یافت.

یکی از کمبدهای احصاء شده در جزیره، وجود فضای اختصاصی برای تفریح بانوان گردشگر و قشمووند بود که با دستور عادل پیغامی، ویژه رییس هیات مدیره و مدیرعامل سازمان محل سابق باغ موزه گیاهشناسی به عنوان نخستین پارک بانوان منطقه آزاد قشم تخصیص یافت. گفتنی است، سال گذشته طی تفاهنامه همکاری میان دانشگاه تهران و سازمان منطقه آزاد قشم قرار بود این مکان به پردیس بین‌الملل دانشگاه تهران تبدیل شود اما به دلیل اجرا نشدن مفاد تفاهم نامه از سوی دانشگاه تهران، تفاهنامه لغو شد و هم اکنون این فضا به عنوان پارک بانوان منطقه آزاد قشم تخصیص یافت.

فضای سبز و محوطه عمرانی این بوستان طی یک سال گذشته پس از تحویل به دانشگاه تهران آسیب های جدی دیده بود که هم اکنون توسط معاونت عمرانی سازمان اصلاح و بهسازی شده است.

لازم به ذکر است، با توجه به موقعیت ویژه این فضا، پارک بانوان می تواند نقش مهمی در فراهم سازی بستر فعالیت های فرهنگی، ورزشی و تفریحی بانوان جزیره داشته باشد.

فرزانه فصیحی به برنز تور جهانی رسید

دونده سرعتی ایران که برای اولین بار در تور جهانی شرکت کرده است به مدال برنز رسید.

فرزانه فصیحی دونده سرعتی ایران در تور جهانی داخل سالن که به میزبانی قزاقستان در حال برگزاری است، به رقابت با دیگر دونده‌ها پرداخت.

فصیحی در دور نخست رقابت ماده ۶۰ متر با ثبت زمان ۷.۲۵ ثانیه در جایگاه سوم گروه خود ایستاد و به فینال صعود کرد.

این دونده سرعتی ایران در فینال زمان ۷.۲۳ ثانیه را به ثبت رساند و در جایگاه سوم قرار گرفت.

فصیحی اولین زن ایرانی است که در تور جهانی شرکت کرده است.

تیم هندبال بانوان فولاد هرمزگان، شهید چمران

لارستان را شکست داد

تیم فولاد هرمزگان در هفته یازدهم لیگ برتر هندبال بانوان کشور مقابل تیم شهید چمران لارستان به پیروزی رسید.

به گزارش ایرنا، از سری مسابقات هفته یازدهم لیگ برتر هندبال بانوان کشور شامگاه جمعه تیم‌های فولاد هرمزگان و شهید چمران لارستان در سالن فجر بندرعباس به مصاف یکدیگر رفتند.

در این دیدار تیم فولاد هرمزگان با نتیجه ۲۸ بر ۲۳ از سد شهید چمران لارستان عبور کرد و با این نتیجه با ۱۷ امتیاز در رده دوم جدول رده بندی قرار گرفت.

تیم فولاد هرمزگان هفته آینده مهمان تیم سهندج خواهد بود. داوران این دیدار «المیرا نصر» و «راحله شهبازی» و نماینده فدراسیون نیز «نسرین کریمی» بود.

با حضور استاندار هرمزگان و مسئولین:

هنرستان دخترانه سلام افتتاح شد

توسعه و تجهیز مدارس استان هرمزگان، با حضور قاسم احمدی لاشکی معاون حقوقی و امور مجلس وزارت آموزش و پرورش، مهدی دوستی استاندار هرمزگان، حجت الاسلام عبادی زاده نماینده ولی فقیه در استان هرمزگان، مهدی باوقار زغمی مدیرکل نوسازی مدارس استان هرمزگان، محمد قویلد مدیرکل آموزش و پرورش استان، عبدالله مسلمانی خیر نیک اندیش و جمعی از مسئولین استانی هنرستان دخترانه سلام در بندرعباس به بهره برداری رسید.

مهدی باوقار زغمی مدیرکل نوسازی مدارس استان هرمزگان در حاشیه این آیین اظهار کرد: هنرستان دخترانه سلام با زیربنای ۱۸۰۰ مترمربع و اعتباری بالغ بر ۳۸۰ میلیارد ریال در بندرعباس افتتاح شد. وی با بیان اینکه جهاد مدرسه سازی در استان در مسیر رشد و پیشرفت می باشد، تصریح کرد: خیرین هرمزگانی با مشارکت در امر مقدس مدرسه سازی سرعت احداث فضاهای آموزشی در دولت سیزدهم را بسیار بالا برده اند. مدیرکل نوسازی مدارس استان هرمزگان ادامه داد: این هنرستان در قالب ۱۲ کلاس و شامل کارگاههای خیاطی، انیمیشن و ... با تجهیزات کامل می باشد.

باوقار با اشاره به اینکه خیرین این استان در حوزه مدرسه سازی و مدرسه یاری فعال بوده و استان هرمزگان از معدود استانهایی است که خیرین در حوزه مدرسه سازی مشارکت کامل دارند، ادامه داد: این هنرستان توسط خیر نیک اندیش عبدالله مسلمانی در بندرعباس احداث شده است.

باوقار همچنین در بخش دیگری از سخنانش با اشاره به اینکه از ابتدای دولت سیزدهم در استان هرمزگان ۴۱۶ پروژه در قالب ۱۵۰۰ کلاس درس احداث شده است، خاطر نشان کرد: دولت سیزدهم از ابتدا نگاه ویژه ای به حوزه ساخت و ساز مدارس داشته است.

وی ادامه داد: مجموعه نوسازی مدارس استان هرمزگان با پروژه‌های بزرگ مقیاس و معماری مطابق با اقلیم منطقه سعی کرده بناهای ماندگاری برای تحصیل آینده داران این مرزوبوم به یادگار گذارد.

گفتنی است؛ ۲۰۰ پروژه آموزشی و پرورشی با بیش از ۱۳۰۰ میلیارد تومان در دور دوم سفر رییس جمهور به استان و همزمان با دهه فجر در هرمزگان به بهره برداری می رسد. ۲۰۰ پروژه آموزشی در قالب ۸۰۰ کلاس درس با زیربنای ۷۰ هزار و ۴۴۰ مترمربع می باشند.

میزان وام ازدواج سال ۱۴۰۳ تعیین شد

با تصویب نمایندگان مجلس شورای اسلامی به زوج های زیر ۲۵ سال در سال آینده ۳۵۰ میلیون تومان تسهیلات ازدواج پرداخت خواهد شد.

نمایندگان مجلس شورای اسلامی در جلسه علنی نوبت اول امروز (شنبه) و در جریان بررسی گزارش کمیسیون تلفیق لایحه بودجه ۱۴۰۳ کل کشور در بخش هزینه ای، جزء ۱ بند ث تبصره ۱۳ لایحه را به تصویب رساندند.

بر اساس این مصوبه؛ بانک مرکزی جمهوری اسلامی ایران مکلف است مطابق با قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت و قوانین مربوط به اینارگران، قانون حمایت از حقوق معلولان، قانون جهش تولید دانش بنیان، قانون ساماندهی و حمایت از مشاغل خانگی و تسهیلات موضوع ماده(۷۷) قانون الحاق برخی مواد به قانون تنظیم بخشی از مقررات مالی دولت(۲) ستاد مردمی رسیدگی به امور ديه زندانیان نیازمند از محل سپرده های قرض الحسنه اعم از جاری و پس انداز شبکه بانکی (غیر از بانک های قرض الحسنه) پس از کسر سپرده قانونی را تا سقف سه میلیون میلیارد (۳.۰۰۰.۰۰۰.۰۰۰.۰۰۰) ریال به قرض الحسنه ازدواج، فرزندآوری و ودیعه یا خرید یا ساخت مسکن و دیگر موارد ذکرشده در قوانین فوق اختصاص داده و از طریق بانک های عامل (به تشخیص شورای پول و اعتبار) به شرح زیر نسبت به پرداخت تسهیلات قرض الحسنه اقدام نماید:

۱- تسهیلات قرض الحسنه ازدواج (موضوع ماده (۶۸) قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت:

۱-۱- تسهیلات قرض الحسنه ازدواج برای هر یک از زوج هایی که تاریخ ازدواج آن ها بعد از ۱/۱/۱۴۰۱ بوده است مبلغ سه میلیارد (۳.۰۰۰.۰۰۰.۰۰۰) ریال و با دوره‌ی بازپرداخت ۱۰ ساله

۱-۲- تسهیلات قرض الحسنه ازدواج برای زوج های زیر بیست و پنج سال و زوج های زیر بیست و سه سال مبلغ سه میلیارد و پانصد میلیون (۳.۵۰۰.۰۰۰.۰۰۰) ریال

با سرآشیز = تارت قارچ و پنیر



تارت قارچ و پنیر از فینگر فودهای آسان و راحتی است که میان کودکان و عاشقان فست فود طرفداران زیادی دارد.

نان تارت به عنوان پایه و قالب برای انواع خوراکی استفاده می‌شود، این نوع نان با دو طعم شور و شیرین در بازار موجود بوده که استفاده از هر یک بسته به نوع خوراکی و یا مواد داخل تارت متفاوت است. خمیر تارت شیرین برای تهیه انواع شیرینی‌ها و دسرها اما نان تارت شور به عنوان پایه و قالب برای انواع غذاها استفاده می‌شود. انواع پیش غذا با نان تارت برای فینگر فود در مهمانی‌ها بسیار مناسب است، در این بخش طرز تهیه تارت قارچ و پنیر را آموزش داده‌ایم.

مواد لازم
سینه مرغ ۱ عدد
قارچ ۳۰۰ گرم
پیاز ۱ عدد
پنیر پیتزا به مقدار لازم
خمیر تارت آماده به مقدار لازم
پودر سیر ۱ قاشق چای‌خوری
آویشن ۱ قاشق چای‌خوری
نمک، فلفل و زردچوبه به مقدار لازم
طرز تهیه

مرحله اول: ابتدا درون قابلمه یک عدد سینه مرغ را به همراه مقداری نمک و فلفل و زردچوبه بپزید، سپس مرغ پخته شده را ریش ریش کنید و کنار بگذارید.

مرحله دوم: بعد از پوست کندن پیاز، آن را رنده ریز کنید، سپس قارچ‌ها را بشوید و سپس پوست آن را بگیرید و خرد کنید.

مرحله سوم: در یک تابه مناسب روغن بپزید و پیاز را به همراه پودر سیر و قارچ‌های خرد شده تفت دهید.

مرحله چهارم: بعد از تفت دادن قارچ‌ها نوبت به اضافه نمودن مرغ ریش

دهی بیشتر می‌توانید کمی جعفری نیز روی مواد بریزید. مرحله هفتم: به گزارش وب گاه نمناک، قالب‌های تارت را داخل فری که از قبل با دمای ۱۸۰ درجه سانتیگراد روشن کرده‌اید و گرم شده، به مدت ۱۵ - ۱۰ دقیقه قرار دهید تا لبه‌های تارت طلایی و پنیر آب شود، بعد از خنک شدن تارت قارچ و پنیر را از قالب خارج کنید و به همراه سس دلخواه سرو نمایید.

ریش شده به تابه می‌رسد، مرغ را به همراه ادویه‌های گفته شده به قارچ‌های سرخ شده اضافه کرده و تفت دهید.

مرحله پنجم: قالب تارت را با روغن چرب کنید و خمیر آماده را در آن پهن کنید.

مرحله ششم: مواد تهیه شده را درون قالب بر روی خمیر تارت بریزید و سپس پنیر را اضافه کنید. میزان پنیر پیتزا دلخواه است، برای طعم

چند خبر کوتاه ...

ایجاد نمی‌کنند، اختیار عمل را از شما می‌گیرند و قدرت بخش نیستند، دنبال نکنید. آن‌ها الگوی مناسبی برایتان نیستند.

۲. دایره ارتباطات را بیش از حد گسترده نکنید باید مراقب باشید گستردگی ارتباطات به سلخستگی روابط منجر نشود. روابط بیش از حد قاطی، نشانه مناسبی برای سلامت روابط نیستند. حد و مرزهایتان را مشخص کنید و از ارزش‌هایتان کوتاه نیایید. ناخودآگاه با رعایت این نکات بسیاری از روابطتان تعدیل می‌شود.

۳. در لحظه زندگی کنید گذشته را که نمی‌توانید تغییر دهید؛ اما همواره در حال شکل‌دهی لحظه حال هستید. لحظه حال را طراحی کنید. در زمین اینجا و اکنون زندگی کنید و تمرکزتان را از گذشته و آینده به حال بیاورید.

۴. سبک تغذیه خود را اصلاح کنید آنچه در طول روز می‌خورید، تا یک هفته بررسی و یادداشت کنید. ببینید کدام غذاهایتان مغذی است و کدام هوس‌گونه و فست‌فودی. میزان قند و شکر و چربی دریافتی‌تان را برآورد کنید. به‌جای رژیم گرفتن، سبک تغذیه خود را اصلاح کنید تا در طولانی‌مدت تأثیراتش را ببینید.

۵. با خودتان وقت بگذارید در اتفاقی بدون نور مثل شب هنگام خواب یا وقتی پرده‌ها کشیده و چراغ‌ها خاموش است، به تنفس خودتان گوش دهید و اگر صدای طبیعت از بیرون به گوشتان می‌رسد، به آن گوش دهید. حتی می‌توانید صداهای طبیعت را بخش کنید و از شنیدن نوای پرندگان یا ریزش قطرات باران لذت ببرید.

۶. به سفر بروید از صداها و مناظر طبیعت لذت ببرید. به دل کوه و دشت بزنید و به هرچه اضطراب و نگرانی زندگی پراسترس شهری است، پشت کنید. غوطه‌ور شدن در طبیعت بکر و ساکت منتظران است.

قدم بردارید به گزارش وب گاه تبیان، این‌ها قدم‌هایی مؤثر است تا بتوانید زندگی رؤیایی خود را رقم بزنید. به‌شرطی که فقط حرفش را نزنید، بلند شوید و این قدم‌ها را برای رشد شخصی خودتان بردارید.

آیین افتتاح بیمارستان فوق تخصصی کودکان بندرعباس با حضور، رئیس جمهور و استاندار هرمزگان برگزار شد. به صورت همزمان با این برنامه، بیمارستان فارابی بستک نیز به صورت ویدئو کنفرانس با حضور وزیر بهداشت در بستک مورد افتتاح قرار گرفت.

عملیات اجرایی بیمارستان فوق تخصصی کودکان بندرعباس در سال ۱۴۰۰ و با همکاری پالایشگاه نفت بندرعباس در راستای ایفای مسئولیت‌های اجتماعی آغاز و در سال ۱۴۰۲ به دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان تحویل داده شد. با تاکید رئیس جمهور در زمینه توسعه درمان و آموزش پزشکی، این بیمارستان طی ۲ سال تکمیل شد. عملیات اجرایی و تجهیز پروژه با هزینه‌ای بالغ بر ۵ هزار میلیارد ریال به اتمام رسید و دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان برای تامین تجهیزات پزشکی و اداری حدود ۲ هزار میلیارد ریال هزینه کرد.

بیمارستان مدرن و مجهز فوق تخصصی کودکان بندرعباس با زیربنای ۹۵۰۰ مترمربع در ۵ طبقه با ظرفیت ۱۱۲ تخت آماده بهره‌برداری می‌باشد. این بیمارستان دارای امکاناتی در تراز استانداردهای جهانی از جمله: بخش‌های اتاق عمل، مراقبت‌های ویژه نوزادان و کودکان، بخش‌های بستری داخلی، جراحی اتاق عمل، عفونی، ریه، خون، سرطان، نورولوژی، قلب، تصویربرداری، رادیولوژی، سونوگرافی، سی تی اسکن، آزمایشگاه و اورژانس است.

در این بیمارستان ۱۹۱ پرستار و ۵۰ پزشک به کودکان بیمار ارائه خدمت می‌کنند. بیمارستان فوق تخصصی کودکان بندرعباس آمادگی پذیرش بیماران را از تمام شهرهای همجوار، جنوب کشور و کشورهای حاشیه خلیج فارس دارد.

۶ راه برای خانه‌تکانی ذهن

خانه‌تکانی ذهن از آن کارهایی است که اگر هر از چند گاهی آن را انجام دهیم، احساس سرزندگی و شادابی بسیاری خواهیم کرد. معمولاً به‌من‌ماه فصل خانه‌تکانی‌ها شروع می‌شود. بعضی خانه‌تکانی‌ها زمان بیشتری می‌خواهند و بعضی کمتر. علاوه بر خانه و وسایل آن، ذهن ما هم نیازمند خانه‌تکانی است. برای تحقق این هدف، این مسیر پیشنهادی را می‌توانید طی کنید.

۱. دکمه لغو دنبال کردن را بزنید صفحه‌های مجازی و آدم‌های حقیقی را که در شما انگیزه

آمده است: تسهیلات قرض‌الحسنه فرزندآوری (موضوع ماده (۱۰) قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت) برای فرزندان که از سال ۱۴۰۲ به بعد به دنیا آمده‌اند تسهیلات قرض‌الحسنه فرزندآوری به شرح زیر پرداخت می‌شود:

ردیف ۱-۲: به ازای فرزند اول ۴۰۰ میلیون ریال.
ردیف ۲-۳: به ازای فرزند دوم ۸۰۰ میلیون ریال.
ردیف ۳-۴: به ازای فرزند سوم یک میلیارد و ۲۰۰ میلیون ریال.
ردیف ۴-۵: به ازای فرزند چهارم یک میلیارد و ۵۰۰ میلیون ریال.

ردیف ۵-۶: به ازای فرزند پنجم و بیشتر ۲ میلیارد ریال. بر اساس بند الحاقی (۱) تبصره (۱۳) ماده واحده لایحه مذکور؛ دولت مکلف است: اعتبارات قوه قضائیه و سازمان‌های تابعه و وابسته را معادل ۹۸۰ هزار میلیارد ریال در جداول مربوط بخش دوم بودجه تعیین و ارائه کند و اعتبارات سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران را معادل ۲۴۰ هزار میلیارد ریال در جداول بخش دوم بودجه ارائه کند. سازمان برنامه و بودجه مکلف است با همکاری دستگاه‌های مذکور اعتبار افزوده شده مازاد بر رشد سنواتی را بر اساس برنامه هفتم پیشرفت و سایر اسناد بالادستی به تفکیک برنامه، اعتبار مورد نیاز و شاخص‌های خروجی محور ارزیابی، نتایج اجرای برنامه‌های مذکور به همراه بودجه تفصیلی به مجلس شورای اسلامی ارائه کند. استفاده از اعتبارات افزوده شده صرفاً در قالب برنامه‌های مذکور مجاز بوده و دستگاه‌های مجری برنامه‌های موضوع این بند مکلفند در ۳ ماه یکبار گزارش عملکردی خود را به کمیسیون‌های تخصصی و کمیسیون اصل ۹۰ مجلس شورای اسلامی ارائه کنند.

در بند الحاقی (۲) تبصره (۱۳) این لایحه آمده است: وزارت راه و شهرسازی مکلف است هر سه ماه یکبار گزارش عملکرد این بند را به کمیسیون‌های عمران، اجتماعی و فرهنگی مجلس شورای اسلامی ارائه کند.

افتتاح بیمارستان فوق تخصصی کودکان

بندرعباس با حضور رئیس جمهور

با حضور رئیس جمهور، ساختمان جدید بیمارستان فوق تخصصی کودکان بندرعباس با ظرفیت ۱۱۲ تخت به بهره‌برداری رسید.

بررسی لایحه بودجه ۱۴۰۳:

تسهیلات قرض‌الحسنه فرزندآوری برای متولدین ۱۴۰۲ به بعد مشخص شد

در ادامه بررسی جزئیات لایحه بودجه ۱۴۰۳ تسهیلات قرض‌الحسنه فرزندآوری برای متولدین ۱۴۰۲ به بعد مشخص شد.

نمایندگان در نشست علنی مجلس شورای اسلامی در جریان بررسی بخش هزینه‌های لایحه بودجه سال ۱۴۰۳ کل کشور، با بندهای (ب) و (پ) و ردیف (۲) بند (ث) و بندهای الحاقی ۱ و ۲ تبصره ۱۳ موافقت کردند.

در بند (ب) تبصره (۱۳) ماده واحده این لایحه آمده است: پنجاه درصد (۷۵۰٪) اعتبارات مزبور صرف برنامه‌ها و فعالیت‌های ستاد ملی جمعیت، اعتکاف، بنیاد حفظ آثار و نشر ارزش‌های دفاع مقدس، اردوهای زیارتی و راهیان نور و پیشرفت، اردوهای جهادی، یادواره‌ها و گردهمایی‌ها، یادواره‌ها و گلزارهای شهید، طرح مسجد محوری، کمک به مساجد، حلقه‌های میانی، گروه‌ها و مجامع تخصصی مردمی، نمایشی، مطبوعاتی، رسانه‌ای نوین، نشر و کتاب، ترویج فرهنگ کتابخوانی و تولید محتوای فرهنگی فاخر فارسی در فضای مجازی، گردشگری، توسعه و آموزش سواد رسانه‌ای شود. در صورت استتک دستگاه‌های مشمول این بند، خزانه‌داری کل کشور مکلف است به صورت سه ماهه از سرجمع اعتبارات مذکور برداشت و به حساب فوق‌الذکر برای فعالیت‌های یاد شده واریز نماید. آیین‌نامه اجرایی این بند به پیشنهاد وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی با همکاری وزارت ورزش و جوانان، ستاد ملی جمعیت، سازمان صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران، معاونت امور زنان و خانواده رئیس جمهور و سایر دستگاه‌های ذی‌ربط، ظرف مدت یک‌ماه پس از ابلاغ قانون به‌تصویب هیئت وزیران می‌رسد. در بند (پ) تبصره (۱۳) ماده واحده این لایحه که به پیشنهاد زهره سادات لاجوردی نماینده مردم تهران در مجلس اصلاح شد، آمده است: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی مکلف است در سقف ردیف‌های اعتباری خود نسبت به حمایت از محصولات سینمایی فاخر و برگزاری رویدادهای فرهنگی و هنری با رویکرد ترویج فرهنگ ایرانی - اسلامی و اشاعه فرهنگ مقاومت و ایثار اقدام کند. در ردیف (۲) بند (ث) تبصره (۱۳) ماده واحده این لایحه