

# آوازه دریا

۲۳۶



صفرزاده به نیمه‌نهایی دوی ۲۰۰ متر زنان راه یافت

شنبه ۱۷ شهریور ماه ۱۴۰۳ سال ششم  
[www.avayedarya.ir](http://www.avayedarya.ir)

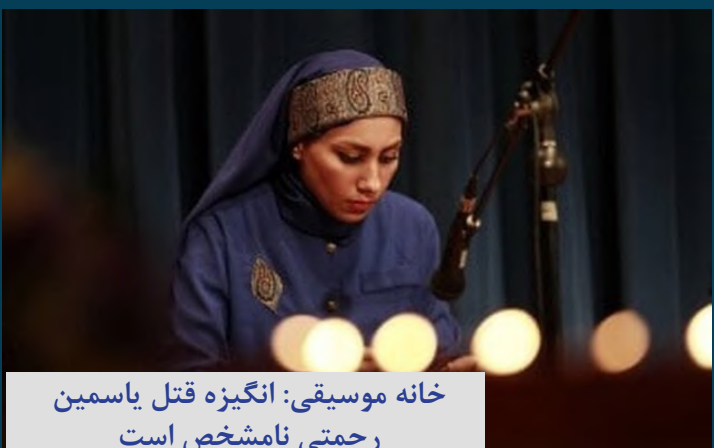
صدای زنان هرمزگان  
آوای دریا هفته نامه الکترونیکی هرمزگان



بانوی کماندار ایران به نیمه‌نهایی پارالمپیک رسید



ساره جوانمردی اولین طلایی ایران در پارالمپیک پاریس



خانه موسیقی: انگیزه قتل یاسمین رحمتی نامشخص است



معلولین بدون نگاه ویژه مسئولین

# مشکلات حمل و نقل افراد کم توان همچنان روی زمین مانده!

## معلولین بدون نگاه ویژه مسئولین

گزارش : زهره کرمی



یکی از مشکلات افراد معلول و کم توان در فضای شهر بندرعباس مسئله تردد است؛ زیرا استفاده از وسایل حمل و نقل عمومی برای افراد معلول با محدودیت بسیاری همراه است.

پیشتر مقرر شده بود که ۵۰ واحد ون به تردد معلولین اختصاص یابد سپس در آذر ماه ۱۴۰۱ و در شصت و سومین جلسه رسمی شورای شهر بندرعباس، مصوب شد که ۵ واحد ون به معلولین شهر بندرعباس اختصاص داده شود؛ اما با پیگیری‌های آوای دریا مشخص شد که تاکنون این اتفاق انجام نشده است.

طبق آخرین خبرها در اکثر کلان شهرهای کشور، بستر سازی مناسبی برای حمل و نقل معلولین فراهم شده؛ اما در شهر بندرعباس این امر همچنان محقق و اجرایی نشده است. یکی از معلولین در این باره به خبرنگار ما گفت: در شهر بندرعباس سیستم حمل و نقل ویژه معلولین نداریم. هیچ خودرو ویژه تردد ما در شهر مناسب سازی نشده است. از طرفی فرهنگ ویژه‌ای که قابل تشخیص باشد که این فرد معلول نیازهای ویژه متفاوت با سایر افراد اجتماع دارد دارد هم وجود ندارد. به گفته وی تا زمانی که فرد معلول از این سیستم استفاده نکند یعنی که این طرح اجرا نشده است.

این فرد ادامه داد: از سال ۱۴۰۰ طرحی تصویب شده که ۵ تا ۷ دستگاه ون برای معلولان در شهر بندرعباس مناسب سازی کنند. طی این سال‌ها از این دست این وعده و وعیدها را بسیار شنیده‌ایم؛ در نهایت تا زمانی که فرد معلول از این سیستم استفاده نکند یعنی این طرح اجرا نشده است. اما دیگر وعده جدید نمی‌خواهیم فقط می‌خواهیم به یک وعده عمل شود. همه معلولین جامعه بندرعباس این وعده‌ها را شنیده‌اند و امیدی به سر انجام این طرح‌ها ندارند.

فرد دیگری در این رابطه با این مشکل گفت: اختصاص ۵ ون به معلولین به مصوبه‌ها، جلسات و کمیته‌های مناسب سازی که سالها قبل تشکیل شده بر می‌گردد و در اصل ۵۰ دستگاه ون بوده است که در نهایت قرار شد ۵ دستگاه در سطح شهر برای معلولین مناسب سازی شود که تا به امروز یک مورد هم ندیدیم. وی در پایان صحبت‌های خود گفت: باید وونی باشد که برای

وی با بیان اینکه بارها با شهرداری و ادارات مربوطه نامه نگاری شده گفت: ادارات مربوطه هیچ عکس العملی نداشته‌اند آنها می‌گویند که معلولین در سطح شهر حضور ندارند و ما ندیدیم که یک معلول بخواهد رفت و آمد کند.

در ادامه صحبت‌های خود با بیان اینکه تنها یک سری رمپ در بلوار امام حسین برای استفاده از معلولین و عبور از اتوبان زده شده که آن هم نیمه کاره رها شده است.

وی بابیان اینکه که یکی از اعضا و کارمندان انجمن ضایعات نخاعی در همین بلوار امام حسین و به واسطه نبود حمل‌ونقل مناسب تصادف کرد و از آمدن به محل کار خود بازماند از شهرداری، استانداری و سازمان بهزیستی که مسئول کمیته مناسب‌سازی استان خواست که برای حل این معضل اقدام مؤثری انجام دهند.

استفاده از معلولینی که با ولیچر است مناسب سازی شده باشد. اتوبوس‌های BRT هم در سطح شهر کم است و اگر باشد بنده معلول را سوار نمی‌کند.

وی ضمن اظهار تأسف از نبود سیستم حمل و نقل معلولین در شهر بندرعباس از شهرداری خواست تا از مشهد، تهران و اصفهان الگو بگیرند؛ چرا که هم اتوبوس و هم ون مناسب سازی شده دارند.

شخص دیگری ضمن اشاره به خانه نشین شدن معلولان در بندرعباس افزود: وقتی فرد معلولی بخواهد کارهای روزمره و یا درمانی خود را انجام دهند هیچ وسیله حمل و نقل شهری از سمت شهرداری در دسترس نیست. این امر باعث می‌شود که فرد در شهر حضور پیدا نکند و خانه نشین شود و از کارهای روزمره خود باز می‌ماند.

## دولت چهاردهم موانع پیش روی مادران قهرمان معلول را کاهش می‌دهد

حمایتی ویژه‌ای از مادران قهرمان فراهم کنیم تا بدون دغدغه‌های مربوط به دوری از فرزندان، بتوانند مسیر حرفه‌ای‌شان را استمرار بخشند.

معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده بر ضرورت توجه به استعدادیابی و شناسایی افراد جدید برای ورود به ورزش حرفه‌ای تاکید کرد و ابراز داشت: در عرصه‌های ورزشی مختلف، لزوم تغییر نسلی محسوس است. ما از طرفی با ورزشکاران و مدال‌آوران در این پارالمپیک روبه رو هستیم که باید از تجربه آنها برای پرورش نسل جدید ورزشکاران بهره بگیریم و از طرف دیگر، لازم است استعدادهای جدید از میان نوجوانان و کودکان شناسایی شده و پرورش یابند.

بهر روز آذر ادامه داد: شناسایی قابلیت‌ها و پتانسیل‌های جدید نه تنها به رشد فردی بلکه به رشد جمعی جامعه، ارتقای مسئولیت پذیری، افزایش مهارت و در نتیجه، استمرار جایگاه ایران در عرصه‌های جهانی کمک می‌کند.

وی با اشاره به ضرورت هماهنگی دستگاه‌های دولتی از جمله سازمان بهزیستی کشور و وزارت ورزش بیان کرد: ضروری است دستگاه‌های اجرایی و دولتی فرآیندهایی را برای شناسایی و پرورش استعدادهای جدید در زمینه ورزش‌های حرفه‌ای پارالمپیک با کمک یکدیگر طراحی و اجرا کنند.

به گزارش ایرنا، در مسابقات پارالمپیک ۲۰۲۴ پاریس، ۱۲ بانوی ورزشکار ایرانی در ۶ رشته حضور داشتند که موفق به کسب چهار مدال طلا و نقره این مسابقات شدند.



این مسیر را کاهش دهد.

وی همچنین به نقش مادران ورزشکار و اهمیت حضور آنها در کنار فرزندان خردسال‌شان اشاره و خاطرنشان کرد: هیچ کودکی نباید به صورت طولانی مدت از حضور مادرش محروم شود. در این گروه از ورزشکاران و مدال‌آوران، کودکانی هستند که نزدیک به ۲۰ روز از مادر خود دور بوده‌اند. ما شرایط سختی که این ورزشکاران تحمل کرده‌اند را درک کرده و تلاش می‌کنیم امکانات

قرار بگیرند و برای همه مردم ایران افتخار بیافرینند. بهروز آذر در پاسخ به اقدامات دولت برای ادامه روند حضور ورزشکاران در عرصه‌های قهرمانی تصریح کرد: اهتمام دولت بر این اساس است که زنان و قهرمانان معلول، دغدغه‌ای برای افزایش تلاش و استمرار حضورشان در عرصه‌های قهرمانی نداشته باشند و تلاش دارد با توسعه زیرساخت‌ها و تامین امکانات، زمینه ساز حضور قوی و پررنگ آنها در مسیر قهرمانی شده و موانع

معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده گفت: اهتمام دولت چهاردهم بر این اساس است که زنان و قهرمانان معلول، دغدغه‌ای برای افزایش تلاش و استمرار حضور در عرصه‌های قهرمانی نداشته باشند و تلاش دارد با توسعه زیرساخت‌ها و تامین امکانات موانع این مسیر را کاهش دهد.

زهره بهروز آذر با حضور در فرودگاه امام خمینی (ره) از مدال‌آوران و ورزشکاران مسابقات پارالمپیک ۲۰۲۴ پاریس استقبال کرد و افزود: امروز ما اینجا آمده ایم تا به تمام ورزشکارانی که توانستند بر همه برچسب‌هایی که ممکن بود به آنها زده شود با براساس پیش فرض‌های غالبی مورد قضاوت قرار بگیرند، چشم‌هایشان را ببندند و به خواسته قلبی و ندای قلبشان گوش کنند، و بر این اساس، سال‌ها تلاش کرده و برای خود، خانواده و ایران افتخار آفرینی کنند، خیر مقدم بگویم.

وی به اهمیت نقش آفرینی خانواده‌های ورزشکاران اشاره کرد و اظهار داشت: ما قدردان این عزیزان و خانواده‌های آنها هستیم. آنها بودند که فرزندان‌شان و توانایی‌های آنها را باور کردند و بستر ظهور و بروز و چنین رشد استعدادهایی را از کودکی فراهم کردند و شریک این تاریخ‌سازی هستند.

معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده با اشاره به مدال آوری زنان ورزشکار در مسابقات پارالمپیک تصریح کرد: برای ما مایه افتخار است که این دوره، دختران و زنان ایرانی، ستاره‌های درخشان کاروان ایران بودند و توانستند با برداشتن قدم‌هایی بزرگ و محکم، در جایگاه رفیعی

# از زایمان طبیعی می ترسم | زایمان طبیعی پس از سزارین امکان پذیر است

گزارش: ایرنا



دارند زایمان طبیعی پس از سزارین داشته باشند، پرداخت و گفت: برای زنانی که مایل به زایمان طبیعی پس از سزارین هستند، چندین ملاحظه و توصیه مهم وجود دارد. اولاً، این زنان باید تحت مراقبت‌های دقیق پزشکی قرار بگیرند. مهم است که وزن نوزاد به طور مناسب کنترل شود و از درشت شدن بیش از حد آن جلوگیری شود. بعد از هفته بیست و هفتم بارداری، انجام ورزش‌های دوران حاملگی توصیه می‌شود تا وضعیت جسمانی مادر بهینه بماند. او ادامه داد: از هفته سی و ششم بارداری، ما برنامه‌های خاصی را برای این زنان داریم. برای مثال، مصرف دمنوش‌هایی مانند دمنوش رازیانه و گل گاوزبان می‌تواند مفید باشد. همچنین، معاینات منظم برای ارزیابی آمادگی دهانه رحم ضروری است. اگر دهانه رحم هنوز به اندازه کافی آماده نباشد، توصیه می‌کنیم که مادران پیاده‌روی منظم داشته باشند، از جمله پیاده‌روی به مدت یک ربع صبح و یک ربع عصر، و در صورت امکان، تا دو ساعت در روز پیاده‌روی کنند. لبا ف با تأکید بر این نکته کرد: پیاده‌روی به ویژه در نزدیکی هفته سی و ششم، می‌تواند به آماده‌سازی دهانه رحم برای زایمان کمک کند و فرآیند زایمان طبیعی را تسهیل نماید.

## مزایای زایمان طبیعی و اهمیت انتخاب آن در زایمان‌های اولیه

این متخصص زنان و زایمان با اشاره به مزایای زایمان طبیعی و اهمیت انتخاب این روش در زایمان‌های اولیه تأکید کرد: بسیاری از زنانی که بعد از یک سزارین به دنبال زایمان طبیعی هستند، معمولاً به این نتیجه رسیده‌اند که زایمان طبیعی برایشان بهتر است. این تصمیم معمولاً ناشی از تجربه‌ها و دلایلی است که ممکن است در ابتدا در نظر گرفته نشده باشد. به این افراد می‌گویم که ای کاش در زایمان‌های اولیه خود زایمان طبیعی را انتخاب می‌کردند، مگر در مواردی که دلیل علمی و قاطع برای سزارین وجود داشته باشد. او ادامه داد: زایمان طبیعی مزایای زیادی دارد. به طور معمول، خونریزی بعد از زایمان طبیعی نصف خونریزی بعد از سزارین است. زیرا در زایمان طبیعی، نوزاد از یک مجرای طبیعی به دنیا می‌آید، در حالی که در سزارین، چندین لایه از پوست و رحم بریده می‌شود که می‌تواند به خونریزی و عفونت‌های بیشتر منجر شود. همچنین، در زایمان طبیعی، درد پس از زایمان بلافاصله کاهش می‌یابد، در حالی که در سزارین ممکن است تا ۲۴ ساعت نیاز به مسکن یا حتی داروهای مسکن قوی‌تر باشد.

لبا ف افزود: شیردهی بعد از زایمان طبیعی راحت‌تر و سریع‌تر آغاز می‌شود و نوزادان متولد شده به روش طبیعی معمولاً از نظر تنفسی و وضعیت نوزادی بهتر هستند. به طور کلی، در شرایط نرمال، زایمان طبیعی بهترین روش برای زایمان است.

لبا ف با اشاره به تأثیر تعداد سزارین‌های قبلی بر شانس موفقیت زایمان طبیعی پس از سزارین گفت: زایمان طبیعی پس از یک سزارین معمولاً امکان‌پذیر است، البته به شرطی که شرایط مناسبی وجود داشته باشد. اما این تصور که اگر زنی دو یا سه بار سزارین شده باشد، همچنان می‌تواند زایمان طبیعی انجام دهد، نادرست است. هر چه تعداد سزارین‌های قبلی بیشتر باشد، خطرات برای مادر و نوزاد افزایش می‌یابد.

وی با تأکید بر اینکه تعداد سزارین‌های قبلی تأثیر مستقیمی بر شانس موفقیت زایمان طبیعی دارد، افزود: «بعد از یک سزارین، احتمال موفقیت زایمان طبیعی وجود دارد، اما اگر تعداد سزارین‌ها بیشتر باشد، به دلیل افزایش خطرات مربوط به پارگی رحم و مشکلات دیگر، این گزینه کمتر توصیه می‌شود. بنابراین، زنان باید با دقت و بر اساس مشاوره‌های پزشکی تصمیم‌گیری کنند.»

## وی بک؛ تجربه‌ای موفق و ممکن

لبا ف با اشاره به موارد موفق که در زمینه زایمان طبیعی پس از سزارین داشته، گفت: من موارد متعددی را دیده‌ام که زنانی با سابقه یک بار سزارین، با بررسی‌های دقیق و شرایط مناسب، توانسته‌اند زایمان طبیعی موفق داشته باشند. این نوع زایمان که به اصطلاح وی‌بک (VBAC) نامیده می‌شود، به معنای زایمان واژینال پس از سزارین است. در این موارد، پس از اطمینان از عدم وجود موانع و مشکلاتی که می‌تواند زایمان را پیچیده کند، به این زنان فرصت زایمان طبیعی داده شده و خوشبختانه بدون هیچ مشکلی زایمان را به پایان رسانده‌اند.

او همچنین افزود: این تجربیات نشان می‌دهد که با ارزیابی‌های مناسب و انتخاب درست، امکان زایمان طبیعی پس از سزارین وجود دارد و می‌تواند تجربه‌ای موفق و بدون عارضه برای مادران باشد.

زمان‌بندی زایمان طبیعی پس از سزارین به گفته لبا ف، مدت زمان بین زایمان‌ها برای زنانی که پس از سزارین قصد زایمان طبیعی دارند، اهمیت زیادی ندارد. او گفت: حتی بعد از یک سال از سزارین، این کار امکان‌پذیر است. این‌طور نیست که اگر زنی بگوید شش سال پیش سزارین شده‌ام، پس حالا می‌توانم زایمان طبیعی داشته باشم، با کسی که دو سال پیش سزارین شده تفاوت زیادی داشته باشد. هر دو می‌توانند، در صورت داشتن شرایط مناسب، زایمان طبیعی داشته باشند.

او تأکید کرد که: مهم‌تر از زمان، بررسی دقیق وضعیت رحم و سلامت عمومی مادر است. اگر شرایط مناسب باشد، فاصله زمانی طولانی یا کوتاه بین زایمان‌ها تأثیر چندانی بر امکان‌پذیری زایمان طبیعی پس از سزارین ندارد.

## ملاحظات مهم برای زایمان طبیعی پس از سزارین

لبا ف به بررسی نکات و توصیه‌های کلیدی برای زنانی که قصد

زایمان طبیعی پس از سزارین می‌تواند برای برخی از مادران گزینه‌ای مناسب و موفق باشد، اما این تصمیم نیاز به بررسی دقیق و شرایط خاصی دارد. دکتر طاهره لبا ف در این گزارش به توضیح این شرایط و نکات کلیدی می‌پردازد.

تصور کنید مادری در اولین بارداری خود، پس از ماه‌ها انتظار و برنامه‌ریزی برای زایمانی طبیعی، در لحظات پایانی مجبور به انجام سزارین شده است. این تجربه، برای بسیاری از زنان، همچون شکستی ناخواسته به نظر می‌رسد؛ لحظه‌ای که میان رؤیای زایمان طبیعی و واقعیت پزشکی فاصله‌ای ناگهانی ایجاد می‌شود. اما این بار، وقتی دوباره باردار می‌شود، افکار جدیدی ذهنش را درگیر می‌کند. آیا می‌توانم این بار آن تجربه‌ای را که همیشه آرزو داشتم، به دست آورم؟ آیا بدنم توانایی انجام زایمان طبیعی را پس از یک سزارین دارد؟ یا اینکه این تصمیم، خطری برای من و فرزندم خواهد بود؟ در این میان، داستان زنانی که موفق به زایمان طبیعی پس از سزارین شده‌اند، همچون چراغی روشن در ذهن او می‌درخشد. هر کدام از آن‌ها مسیری پر از چالش و تصمیمات مهم را پشت سر گذاشته‌اند؛ اما آیا این راه برای همه باز است؟ آیا انتخاب زایمان طبیعی پس از سزارین، تصمیم درستی است؟



با این پرسش‌ها، به سراغ دکتر طاهره لبا ف، متخصص زنان و زایمان رفتم تا با تجربه و دانش او، پاسخ‌هایی روشن به این تردیدها بیابیم. ممکن اما مشروط به شرایط ویژه

لبا ف با تأکید بر این نکته که زایمان طبیعی پس از سزارین برای همه زنان امکان‌پذیر نیست، توضیح داد: وقتی زنی پس از یک زایمان سزارین، برای بارداری دوم خود تمایل به زایمان طبیعی دارد، لازم است که ابتدا بررسی‌های دقیقی انجام شود. مهم‌ترین نکته این است که علت سزارین قبلی چیست. برای مثال، اگر علت سزارین اول تنگی لگن بوده یا نوزاد بسیار درشت بوده باشد، ممکن است این مشکلات در بارداری دوم نیز تکرار شود. در چنین مواردی، احتمال موفقیت زایمان طبیعی کاهش می‌یابد و ممکن است نیاز به سزارین دوباره وجود داشته باشد.

وی در ادامه افزود: اما اگر زایمان اول به دلایلی مانند قرارگیری نامناسب جنین (مثل قرار گرفتن پاها در پایین) انجام شده باشد و در بارداری دوم جنین در وضعیت مناسبی قرار گرفته باشد، در این صورت می‌توان به این مادران فرصت زایمان طبیعی داد. با این حال، این شرایط باید با دقت بسیار تحت نظر باشد.

این متخصص زنان و زایمان همچنین به اهمیت مانیتورینگ دقیق در طول زایمان طبیعی پس از سزارین اشاره کرد و گفت: «این نوع زایمان مانند زایمان طبیعی برای زنان باردار نخستین نیست که بتوانیم زمان و فرصت زیادی به آن‌ها بدهیم. اگر انقباضات به خوبی پیش نرود و نیاز به کمک داشته باشیم، دیگر نمی‌توانیم از روش‌های معمول برای تحریک زایمان استفاده کنیم، چون رحم که یک بار پاره شده و دوباره دوخته شده، خطر پارگی بیشتری دارد.»

لبا ف تأکید کرد: برای زنانی که شرایط مناسب برای زایمان طبیعی پس از سزارین را دارند، این نوع زایمان می‌تواند یک گزینه باشد، اما حتماً باید در مراکز انجام شود که امکان مانیتورینگ دقیق و انجام سزارین اضطراری در صورت نیاز وجود داشته باشد.

## افزایش خطرات زایمان طبیعی با هر سزارین بیشتر

# اخبار حوزه زنان

## ساره جوانمردی اولین طلایی ایران در پارالمپیک پاریس

ساره جوانمردی در تپانچه ۱۰ متر بانوان به مدال طلای پارالمپیک پاریس دست یافت. در ادامه رقابت‌های پارائیراندازی بازیهای پارالمپیک پاریس، مسابقات فینال ماده ۱۰ متر P۱ زنان در مرکز شتقو برگزار شد. در این ماده ساره جوانمردی از ایران به مصاف حریفان رفت و برای کسب مدال با ۷ پارائیرانداز رقابت کرد. جوانمردی در فینال رقابتی نزدیک و نفسگیر با آیسل اوزجان پارائیرانداز ترکیه ای داشت و در اغلب راندهای مسابقه حریف ترکیه ای در صدر جدول ایستاده بود اما در نهایت جوانمردی در راندهای پایانی از حریف پیشی گرفت و توانست با ۲۳۶.۸ امتیاز قهرمان شده و مدال طلای پارالمپیک را بر گردن بیاویزد. این چهارمین طلای ساره جوانمردی و در مجموع پنجمین مدال او در بازیهای پارالمپیک بود. جوانمردی در پارالمپیک ۲۰۱۲ لندن به یک مدال برنز، در ۲۰۱۶ ریو دو طلا در انفرادی و میکس و در ۲۰۲۰ توکیو یک مدال طلا بدست آورده است. همچنین این نخستین طلای کاروان فرزندان ایران در بازیهای پارالمپیک پاریس بود.

در این رقابت آیسل اوزجان به نقره رسید و روبینا فرانسسیس از هند سوم شد. نسرین شاهی دیگر نماینده ما در این ماده بود که به رغم صعود به فینال به دلیل مردودی تست اسلحه دیسکالیفه شد و از جدول مسابقات حذف گردید.

## خداحافظی ساره جوانمردی از ورزش قهرمانی

ساره جوانمردی پس از کسب پنجمین نشان پارالمپیک خود از دنیای قهرمانی خداحافظی کرد. ساره جوانمردی نخستین طلای کاروان پارالمپیک ایران در پاریس را گرفت تا با پنجمین نشان پارالمپیک خود (۴ طلا و یک برنز) تاریخ سازی کند. او در مسابقات تپانچه ۵۰ متر پنجم شد و پس از پایان این مسابقات اعلام کرد؛ این آخرین مسابقه اش بود. وی گفت: این آخرین مسابقه‌ام بود و خوشحالم با نشان طلای پارالمپیک از ورزش خداحافظی می‌کنم و توانستم دل مردم و خانواده‌ام را شاد کنم.

جوانمردی که لقب ملکه تپانچه به او داده شده است، افزود: خوشحالم با غم و ناراحتی تیراندازی را کنار نمی‌گذارم و با خوشحالی و نشان طلا خداحافظی می‌کنم.

## بانوی کماندار ایران به نیمه نهایی پارالمپیک رسید

بانوی کماندار ایران به مرحله نیمه‌نهایی کامپوند راه پیدا کرد. مسابقات پارائیراندازی با کمان در بخش کامپوند بانوان پیگیری شد که فاطمه همتی در مرحله یک چهارم نهایی به مصاف «ژولیه ریگالت» از فرانسه رفت.

بانوی کماندار ایران در این رقابت با عملکردی خوب و مطمئن و در حالی که جو استادیوم کاملا به سود حریف بود، موفق شد ۱۴۳ بر ۱۴۰ برابر رقیب فرانسوی خود به برتری برسد و به مرحله نیمه نهایی راه پیدا کند.

همتی پیش از موفق به شکست حریف چینی خود در مرحله یک هشتم نهایی شده بود.

مسابقه بعدی همتی از دقایقی دیگر برای صعود به فینال برابر برنده دیدار نمایندگان بریتانیا و شیلی برگزار خواهد شد.

## امام جمعه بندرعباس:

### دولت برای خانواده‌ها یارانه کودک وضع کند

نماینده ولی فقیه در هرمزگان با اشاره به جنایات رژیم پهلوی در ۱۷ شهریور گفت: دشمن در حال تحریف روایت انقلاب اسلامی است.

حجت‌الاسلام والمسلمین محمد عبادی‌زاده نماینده ولی فقیه و امام جمعه بندرعباس در هرمزگان در خطبه‌های این هفته نماز جمعه بندرعباس با اشاره به لزوم تشویق آحاد جامعه به فرزند آوری اظهار کرد: دولت باید شرایط فرزند آوری برای بانوان را با حفظ کرامت و حفظ اشتغال ایجاد کند و کسانی که فرزند دارند باید مورد حمایت دولت قرار گیرند.

وی افزود: امروز نقش زن و مرد در بحث تأمین نفقه در حال جا به جایی است و برخی مردان انتظار دارند همسرشان شاغل باشد و در تأمین معاش نقش آفرینی کنند در حالی که این موضوع به هیچ وجه منطقی نیست و تأمین نفقه بر عهده مردان گذاشته شده است. امام جمعه بندرعباس ادامه داد: دولت در به کارگیری افراد برای

اشتغال باید اولویت بندی داشته باشد. نمی‌شود وقتی که مردان ما که نفقه بر آن‌ها واجب است بیکار هستند همه فرصت‌ها را در اختیار بانوان قرار داد بلکه در این حوزه باید تدبیر شود و مشاغل مرتبط با توانمندی‌ها و روحیات بانوان مشخص شود.

حجت‌الاسلام والمسلمین محمد عبادی‌زاده بیان کرد: برای حمایت از خانواده‌ها یکی از طرح‌هایی که می‌توان انجام داد این است که دولت برای خانواده‌ها یارانه کودک قرار دهد و از سویی دیگر دولت در آموزش و پرورش و آموزش عالی خانواده‌های دارای فرزندان بیشتر را حمایت کند و از طرفی هزینه‌های درمانی خانواده‌های دارای سه فرزند بالاتر رایگان شود.

وی تغییر نگرش در حوزه فرزند آوری را مسئله‌ای ضروری دانست و اظهار کرد: دستور دینی ما مبتنی بر ازدواج و فرزند آوری است و پیامبر اسلام (ص) بهترین ثروت برای افراد را فرزند نیک معرفی می‌کند.

نماینده ولی فقیه در استان هرمزگان در خطبه دوم نماز جمعه بندرعباس ضمن تبریک حلول ماه ربیع الاول و ایام آغاز امامت امام زمان (عج) گفت: دل‌های ما در این ماه باید به قلب امام عصر (عج) گره بخورد چرا که دل‌های اهل بیت ظرف مشیت خداوند متعال است و هر کس از ائمه اطاعت کند در واقع از خداوند متعال اطاعت کرده است.

حجت‌الاسلام والمسلمین عبادی‌زاده بیان کرد: اهل بیت ولایت تکوینی بر نظام هستی دارند و به اذن خداوند هر چه بخواهند محقق خواهد شد و از این رو توسل و شفاعت عین توحید است.

وی تأکید کرد: اهل بیت دالان ورود به محضر خداوند متعال هستند و باید از این طریق خود را به خداوند متعال برسانیم و بر همین اساس ما ریز و درشت خواسته‌های خود را از دالان وجود امامان معصوم که واسطه فیض الهی هستند، مطرح می‌کنیم.

امام جمعه بندرعباس با اشاره به شهادت امام حسن عسکری علیه‌السلام گفت: امام عسکری علیه‌السلام در دوران امامت خود کاملاً محصور بودند و به حسب ظاهر اجازه به جای آوردن حج را پیدا نکردند اما در این دوره سازمان وکالت شیعه تقویت شد و در دوران امامین عسکریین (ع) از طریق سازمان وکالت مردم ارتباط گیری با امام غایب را تمرین کردند.

## اسامی فرآورده‌های آرایشی غیرمجاز اعلام شد

روابط عمومی سازمان غذا و دارو اسامی چند فرآورده آرایشی غیرمجاز را اعلام کرد.

روابط عمومی سازمان غذا و دارو، محلول آرایش پاک کن با نام تجاری RACO، محصول ادوپرفیوم با نام تجاری Happy Day هبی دی، انواع فرآورده‌های مراقبت از پوست از جمله ژل کنترل کننده چربی صورت و شوینده صورت با نام تجاری NEUTROGENA را غیر مجاز معرفی کرد.

بنا بر اعلام روابط عمومی سازمان غذا و دارو، همچنین محصولات بالم مرطوب کننده و محافظ لب با نام تجاری BYPHASSE، سرم ضدآکنه با نام تجاری LINDA، سرم لیفت کننده پوست با نام تجاری BYPHASSE غیر مجاز می‌باشند.

روابط عمومی سازمان غذا و دارو با اعلام اینکه سطح عرضه در تیررس نظارت‌های همیشگی سازمان غذا و دارو است، از مردم خواست برای حفظ سلامت جامعه در صورت مواجهه با محصولات نامبرده موضوع را به معاونت‌های غذا و داروی دانشگاه‌های علوم پزشکی اطلاع دهند.

## بازی‌های پارالمپیک پاریس؛

### صفرزاده به نیمه‌نهایی دوی ۲۰۰ متر زنان راه یافت

هاجر صفرزاده با ثبت زمان ۲۵.۰۵ به عنوان نفر نخست از خط پایان عبور کرد و به نیمه‌نهایی دوی ۲۰۰ متر زنان بازی‌های پارالمپیک پاریس راه یافت.

رقابت‌های پارادومیدانی بازی‌های پارالمپیک پاریس در ماده دوی ۲۰۰ متر زنان کلاس T۱۲ در مرحله مقدماتی صبح جمعه در ورزشگاه استادوفرانس برگزار شد و هاجر صفرزاده، دوندۀ ایران، در دسته چهارم با سه رقیبش مصاف داد.

در این رقابت صفرزاده با ثبت زمان ۲۵.۰۵ به عنوان نفر نخست از خط پایان عبور کرد و به دور نیمه‌نهایی راه یافت.

## همزمان با اولین روز از ربیع الاول؛

### عروسی دسته‌جمعی ۲۵ زوج جوان در روستای شیب روان برگزار شد

همزمان با آغاز اولین روز از ربیع الاول، چهاردهمین دوره مراسم بزرگ عروسی دسته‌جمعی در روستای شیب روان کهنروستان برگزار شد.

این مراسم با حضور دو نماینده مردم هرمزگان در مجلس، شیوخ، خیرین و جمعی از مسئولان و مردم منطقه برگزار شد.

"عبداله مرادی" امام جمعه شیب روان طی سخنان کوتاهی در خصوص چگونگی برگزاری این مراسم در منطقه کهنروستان گفت: آیین ازدواج دسته‌جمعی برای چهاردهمین بار با همت خیرین در این روستا انجام می‌شود که در مراسم امشب نیز ۲۵ زوج جوان به صورت دسته‌جمعی آغاز زندگی خود را جشن گرفتند.

شیخ مرادی افزود: خوشبختانه این فرهنگ حسنه میان مردمان این منطقه نهادینه شده و در سال‌های گذشته جوانان زیادی برای برگزاری مراسم ازدواج خود بطور گروهی پیشقدم شده‌اند و چنین فرهنگی باعث جلوگیری از هزینه‌های گزاف در عروسی‌ها می‌شود.

## حذف دختر موتورسوار ایران از کاپ آسیا به دلیل یک سانحه

ملی پوش موتورسواری ایران که برای نخستین بار در کاپ آسیا شرکت کرده بود، دچار سانحه شد و از دور مسابقات کنار رفت. تسنیم آرزو عابدینی نخستین دختر موتورسوار ایرانی که در مسابقات کاپ آسیا در تایلند حضور یافته بود در برخورد شدید موتورسوار نپالی با وی از دور مسابقات کنار رفت.

مازیار ناظمی رئیس فدراسیون موتورسواری و اتومبیلرانی در تشریح این اتفاق گفت: خانم عابدینی در تایم گیری و دورهای تمرینی با ثبت زمان‌های خوب در رده هفتم در بین ۱۰ نفر قرار داشت.

وی ادامه داد: در پیست ناخون چای سری دو ریس برای تعیین نفرات برتر از ۱۰ زن ورزشکار شرکت کننده برگزار شد و متأسفانه با اشتباه ورزشکار نپالی و برخورد شدید وی با خانم عابدینی از دور مسابقه کنار رفت.

ناظمی اظهار داشت: خوشبختانه حادثه و صدمه بدنی زیادی به آرزو عابدینی وارد نشد اما این ورزشکار نتوانست به مسابقه خود ادامه دهد.

رئیس فدراسیون موتورسواری و اتومبیلرانی عنوان کرد: این نخستین حضور یک بانوی ایرانی در مسابقه برون مرزی موتورسواری است و خوشحالم که این مسیر برای رشد و حرکت بین‌المللی دختران موتورسوار ایجاد شده است.

## مجری معروف تلویزیون: مادر مرحوم انصاریان در

### سلامت و همه چیز یادش است

المیرا شریفی مقدم، مجری معروف کشورمان با انتشار عکسی از مادر مرحوم علی انصاریان در صفحه اینستاگرامش از سلامت کامل وی خبر داد.

شریفی مقدم با انتشار این پست نوشت:

مادر مرحوم علی انصاریان را در سلامت با حافظه قوی و همان محبت و مهربانی همیشگی در جشن پرسپولیس دیدم. دل پری داشت از روزگار و اتفاقاتی که پس از درگذشت پسرش بر او گذشته است. باید صحبت‌هایش را شنید. گفت به شما بگویم او حافظ قرآن است و سخنور و همه چیز یادش است.

## خانه موسیقی: انگیزه قتل یاسمین رحمتی

### نامشخص است

خانه موسیقی ایران با انتشار پیامی درگذشت یاسمین رحمتی (نوازنده سنتور و آهنگساز) را تسلیت گفت و اعلام کرد که انگیزه قتل این هنرمند نامشخص است.

## به گزارش ایسنا، خانه موسیقی ایران در پیامی منتشر کرد:

یاسمین رحمتی نوازنده سنتور، آهنگساز و استاد دانشگاه تهران، بامداد چهارشنبه ۱۴ شهریور ماه به ضرب گلوله به قتل رسید و خانه موسیقی ایران این حادثه هولناک را به خانواده این هنرمند و جامعه موسیقی تسلیت می‌گوید.

یاسمین رحمتی که اهل شهر تفرش است، به جز نوازندگی و تدریس در دانشگاه، آهنگسازی آثاری را هم در کارنامه خود دارد. در حال حاضر انگیزه قتل نامشخص و توسط پلیس در حال بررسی است و جزئیات مراسم تشییع این هنرمند اطلاع‌رسانی خواهد شد. ۱۴ شهریورماه، رئیس پلیس آگاهی فرماندهی انتظامی استان گیلان از وقوع یک قتل مرموز زن و مرد جوان در یک منزلی ویلایی اجاره‌ای در منطقه کفتورد پیربازار شهر رشت خبر داد و گفت که دستگیری قاتل یا قاتلان در دستور کار پلیس قرار دارد. با حضور کارآگاهان آگاهی در محل مشخص شد که یک زن ۳۶ ساله و یک مرد ۳۷ ساله غیربومی در یک منزل ویلایی اجاره‌ای با سلاح گرم به قتل رسیده‌اند.

# کاهش سهمیه انسولین وارداتی کشور به دلیل مشکل سازنده



مدیرکل داروی سازمان غذا و دارو گفت: اکنون ۵۰ درصد انسولین‌های قلمی موجود در بازار انسولین‌های وارداتی و ۵۰ درصد داخلی هستند. غلامحسین صادقیان مدیرکل داروی سازمان غذا و دارو گفت: علت دشواری دسترسی به انسولین قلمی وارداتی در بازار کاهش سهمیه به یک چهارم از سوی شرکت تولیدکننده خارجی است. وی بیان کرد: انسولین قلمی وارداتی یک برند خارجی است. شرکت خارجی تولیدکننده این دارو با دشواری دسترسی دارو در مبدأ مواجه شده و بر این اساس، سهمیه ایران را نسبت به گذشته به یک چهارم کاهش داده است و این موضوع عامل کاهش عرضه در بازار است. صادقیان تاکید کرد: نمونه داخلی انسولین قلمی وارداتی وجود دارد؛ اما برخی بیماران برایشان سخت است که به سمت تغییر دارو بروند و در این زمینه مقاومت وجود دارد. تلاش می‌شود تمامی نیازهای دارویی کشور از طریق تولیدکنندگان داخلی تامین شود و در زمان حاضر، کمبود خاصی در داروهای مورد نیاز کشور وجود ندارد. مدیرکل داروی سازمان غذا و دارو افزود: در گذشته داروی انسولین به صورت ویال بود، اکنون چند سالی است که شرکت‌های دانش‌بنیان داخلی با فناوری بالای بومی‌سازی شده، انسولین قلمی را نیز تولید می‌کنند. وی اضافه کرد: اکنون ۵۰ درصد انسولین‌های قلمی موجود

در بازار انسولین‌های وارداتی و ۵۰ درصد داخلی هستند. بسته به نیاز بیماران توزیع می‌شوند و امکان تامین ۱۰۰ درصد نیاز انسولین کشور به صورت واردات میسر نیست و نمونه داخلی انسولین به میزان کافی موجود است.

## چند خبر کوتاه ...

رئیس موسسه تحقیقات جمعیتی کشور با استناد به پژوهشی درخصوص فاصله بین ازدواج زوجین تا تولد اولین فرزندشان، میانگین فاصله بین ازدواج تا تولد اولین فرزند در زوجینی که در طول زندگی مشترکشان حداقل صاحب یک فرزند شده‌اند را ۳ سال و ۵ ماه اعلام کرد.

محمدجواد محمودی با اشاره به مطالعات صورت گرفته توسط متخصصان در سازمان ثبت احوال کشور درخصوص فاصله بین ازدواج زوجین تا تولد اولین فرزندشان، بیان کرد: مطالعات طولی انجام شده در این زمینه بر روی ۷۷۰ هزار ازدواج رخ داده با عنوان «فرزندآوری در هم‌آغازان ازدواج سال ۱۳۹۲: یک مطالعه طولی» وضعیت زناشویی و فرزندآوری گروه هم‌آغازان ازدواج سال ۱۳۹۲ طی دوره‌ای ۱۰ ساله مورد بررسی قرار گرفت که یافته‌های آن نشان می‌دهد، میانگین فاصله بین ازدواج تا تولد اولین فرزند در زوجینی که در طول زندگی مشترکشان حداقل صاحب یک فرزند شده‌اند، ۳ سال و ۵ ماه است.

وی ادامه داد: در نیمی از ازدواج‌ها زوجین در کمتر از سه سال پس از ازدواج، صاحب اولین فرزند شده‌اند. با لحاظ گروه سنی مادر در زمان ازدواج، زنانی که در سال ۱۳۹۲ در سنین کمتر از ۱۵ سال ازدواج کرده‌اند، در بیشترین زمان و زنان ازدواج کرده ۳۵ تا ۳۹ ساله در کمترین زمان پس از ازدواج صاحب فرزند اول شده‌اند. به عبارتی فاصله‌گذاری بین ازدواج تا تولد فرزند اول، در زنانی که دیرتر وارد زندگی زناشویی می‌شوند، کمتر از زنان جوان‌تر است.

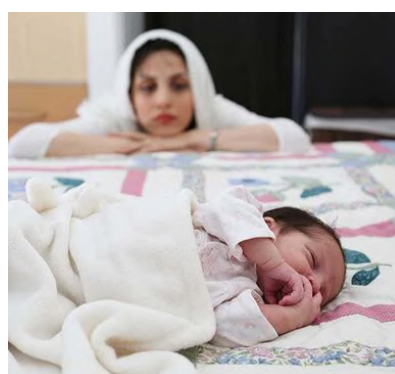
رئیس موسسه تحقیقات جمعیتی کشور براساس آمارهای ارائه شده توسط سازمان ثبت احوال کشور گفت: میانگین فاصله ازدواج تا تولد اولین فرزند در میان زنان دارای حداقل یک فرزند طی سال‌های ۱۳۹۹ برابر ۴.۵۱، ۱۴۰۰ برابر ۴.۳۶، ۱۴۰۱ برابر ۴.۲۳ و ۱۴۰۲ برابر ۴.۱۹ سال بوده است.



ژنتیکی مبتلاست.

مسئول مرکز مشاوره ژنتیک بهزیستی استان هرمزگان تصریح کرد: طبق آخرین ارزیابی‌های انجام شده در این شهر از هر ۲۰ نفر یک نفر ناقل این سندرم است که هیچ گونه علامتی ندارد و در صورت ازدواج فامیلی ۲ فرد ناقل با یکدیگر در هر بارداری ۲۵ درصد امکان بروز این بیماری در فرزندان آنان وجود دارد. سندرم نادر ژنتیکی "سنیور لاکن" در جهان با شیوع یک در یک میلیون تولد زنده باعث نابینایی در کودکان زیر پنج سال، اختلال شدید کلیوی در نوجوانان و در مراحل شدیدتر منجر به دیالیز و مرگ مبتلایان به آن می‌شود.

**فاصله بین ازدواج تا تولد اولین فرزند زوجین در کشور**



واکسن‌های موجود، ۳۰ درصد اثربخشی بیشتر دارد و میزان آنتی‌ژن آن سه برابر بیشتر از سایر واکسن‌ها است.

معاون غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان افزود: کودکان ۶ ماه تا ۵ سال، بزرگسالان بالای ۵۰ سال، افراد دارای بیماری زمینه‌ای ریوی، قلبی، کبدی، خونی، دیابت، متابولیک و عصبی، افراد دارای نقص سیستم ایمنی و بیماران پیوندی، افراد باردار یا افرادی که قصد بارداری در فصول سرد سال را دارند، افرادی که در خانه سالمندان زندگی می‌کنند و افراد بسیار چاق با شاخص توده بدنی (BMI) بالای ۴۰ در اولویت تزریق واکسن آنفولانزا هستند.

فلاح توصیه کرد: در کودکان ۶ ماه تا ۹ سال که برای نخستین بار واکسن دریافت می‌کنند، ۲ دوز به فاصله حداقل ۴ هفته تزریق شود و در کودکان بالای ۹ سال و بزرگسالان تزریق یک دوز نیم میلی‌لیتری از واکسن کافی بنظر می‌رسد.

**بهزیستی استان هرمزگان: ابتلا به یک بیماری نادر ژنتیکی در ۶۰ برابر آمار جهانی است**  
مسئول مرکز مشاوره ژنتیک بهزیستی استان هرمزگان گفت: ابتلا به سندرم نادر ژنتیکی "سنیور لاکن" در شهر رملکان قشم ۶۰ برابر آمار جهانی است.

دکتر پونه نیکویی با هشدار به ساکنان این شهر مبنی بر ضرورت انجام غربالگری پیش از ازدواج به ویژه در ازدواج‌های فامیلی، اظهار داشت: با انجام آزمایش‌های مختلف ژنتیکی در شهر رملکان جزیره قشم توسط این مرکز مشاوره مشخص شد که آمار مبتلایان به این سندرم در این شهر ۶۰ هزار نفر است که آمار بسیار بالایی است و ۶۰ برابر بیشتر از آمار جهانی محسوب می‌شود.

به گفته وی بیشترین پراکندگی این بیماری در شهرستان مرزی قشم در شهر رملکان ثبت و گزارش شده به طوری که از یکهزار و ۵۵۰ نفر ساکنان این شهر یک نفر به این سندرم نادر

## توزیع واکسن آنفولانزا در داروخانه‌های هرمزگان آغاز شد



توزیع واکسن آنفولانزای چهار ظرفیتی خارجی با نشان تجاری وکسی‌گریپ در داروخانه‌های هرمزگان آغاز شده است.

معاون غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان گفت: توزیع واکسن هلندی چهار ظرفیتی اینفلووک و واکسن ایرانی فلوگارد از ۲۰ شهریور آغاز می‌شود.

حامد فلاح افزود: واکسن وکسی‌گریپ با قیمت ۳۳۳ هزار و چهارصد تومان، واکسن اینفلووک با قیمت ۳۹۲ هزار و ۹۳۰ تومان عرضه می‌شود. وی از شهروندان خواست در صورت مشاهده گرانفروشی در خصوص عرضه واکسن در داروخانه‌ها، از طریق شماره تلفن ۱۹۰ در ساعات اداری و یا بصورت حضوری به اطلاع معاونت غذا و داروی استان رسانده شود.

معاون غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان گفت: تزریق واکسن ایرانی فلوگارد برای افراد بالای ۱۸ سال و واکسن‌های هلندی و فرانسوی برای سنین ۶ ماه به بالا مورد تایید است.

حامد فلاح افزود: بهترین زمان تزریق واکسن از ۱۰ شهریور تا ۱۰ آبان است و در صورت تزریق نکردن در زمان مناسب، تزریق آن تا پایان آذر و حتی دیرتر نیز بخصوص در افراد پرخطر توصیه می‌شود.

وی گفت: واکسن ایرانی فلوگارد نسبت به سایر

# با سرآشپز = شیرینی نازک پسته



شیرینی نازک پسته‌ای یک نوع شیرینی اصیل قزوینی است که برای اعیاد مختلف تهیه می‌شود.

یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های این شیرینی، کم شیرین بودن آن است که آن را تبدیل به یک شیرینی محبوب کرده است. شیرینی نازک قزوینی را با مغزهای مختلف می‌توان تهیه کرد اما مرسوم‌ترین نوع آن تهیه این شیرینی با مغز پسته است. در این مقاله به آموزش طرز تهیه شیرینی نازک قزوینی به همراه نکات مهم طبخ آن خواهیم پرداخت و به سوالات مهم در زمینه تهیه این سوغات قدیمی قزوینی پاسخ خواهیم داد.

مواد لازم برای تهیه خمیر شیرینی نان نازک قزوین

آرد قنادی: ۶۰۰ گرم

تخم مرغ: ۲ عدد

ماست (شیرین): ۱۵۰ گرم

شیر: ۶۰ میلی‌لیتر

خمیر ماهیه: ۱ قاشق چای‌خوری

خامه صبحانه: ۲ قاشق غذاخوری

روغن جامد یا کره: ۴۵۰ گرم

پودر وانیلینوک قاشق چای‌خوری

نمک: نوک قاشق چای‌خوری

بیکینگ پودر: ۲ قاشق چای‌خوری

شکر: ۱۰۰ گرم

مواد لازم برای تهیه مواد میانی شیرینی نان نازک قزوین

جوز هندی رنده شده: ۱ عدد

پودر هل: ۱ قاشق چای‌خوری

مغز پسته (پودر شده): ۱۰۰ گرم

مواد لازم برای تهیه رومال شیرینی نان نازک قزوین

تخم مرغ: ۱ عدد

زعفران (دم کرده غلیظ): به مقدار دلخواه

کنجد، خلال پسته و خلال بادام: برای تزئین شیرینی نازک قزوینی

مدت زمان آماده‌سازی مواد اولیه: ۲ ساعت

مدت زمان لازم برای پخت شیرینی نازک قزوینی: ۱۰ الی ۱۵ دقیقه

طرز تهیه

شیرینی نازک قزوینی را با یک دستور پخت دقیق می‌توان به راحتی مثل قنادی در خانه تهیه کرد و برای مهمانی‌ها، مجالس و اعیاد مختلف در کنار چای یا شربت آن را سرو کرد.

مرحله اول: مخمر و مواد اولیه شیرینی را آماده کنید

در اولین مرحله از طرز تهیه شیرینی نازک قزوینی، شیر ولرم را در ظرف مناسب بریزید و به آن شکر و خمیر ماهیه را اضافه کنید و ۱۰ تا پانزده دقیقه زمان بدهید تا خمیر ماهیه عمل کند. تخم مرغ و ماست را هم از یخچال بیرون بیاورید تا هم دمای محیط شوند.

مرحله دوم: آرد را با نمک و بیکینگ پودر ترکیب و الک کنید

در ادامه طرز تهیه شیرینی نازک قزوینی، آرد قنادی را در یک ظرف مناسب بریزید و سپس به آن نمک و بیکینگ پودر را اضافه و آن‌ها را با هم ترکیب کنید. ترکیب به دست آمده را الک کنید تا هم تکه‌های درشت آن باقی بماند و هم ذرات آرد از هم جدا شود. الک کردن مرحله مهمی در تهیه انواع کیک و شیرینی است و باعث می‌شود آرد در هیچ مرحله‌ای از طبخ گلوله گلوله نشود.

مرحله سوم: کره را آب کنید و با همزن هم بزنید

مقدار لازم از کره را به روش بن ماری ذوب کنید. در روش بن ماری لازم است یک ظرف گود با سایز مناسب انتخاب کنید و آن را روی بخاری آب کتری در حال جوش قرار دهید. حرارت را کم کنید و کره را در ظرفی که روی کتری قرار دادید بریزید و زمان بدهید تا کره به تدریج با بخار آب کتری ذوب شود.

در این مرحله از طرز تهیه شیرینی نون نازک قزوین، کره‌ای را که به روش بن ماری ذوب کردید باید هم بزنید. با استفاده از همزن برقی و با سرعت بالا کره را تا جایی هم بزنید که رنگ آن به حالت کرمی تغییر کند.

مرحله چهارم: آرد الک شده را به کره اضافه کنید

در ادامه طرز تهیه شیرینی نازک قزوینی، سه قاشق از آردی که به همراه نمک و بیکینگ پودر الک کردید را به کره هم‌زده اضافه کنید. کره و آرد را هم بزنید تا به یک ترکیب یکدست برسید.

مرحله پنجم: تخم مرغ را اضافه کنید

تخم مرغ‌ها را جدا جدا در یک ظرف بشکنید و بعد از اطمینان از سالم بودن آنها یکی یکی به ترکیب آرد و کره اضافه کنید. با هر بار اضافه کردن تخم مرغ، سه قاشق آرد الک شده را نیز اضافه کنید و به خوبی هم بزنید تا مواد یکدست شود و بعد به سراغ اضافه کردن تخم مرغ بعدی بروید.

مرحله ششم: ماست، خامه و وانیل را اضافه کنید

در این مرحله باید ماست و خامه را مطابق با روشی که تخم مرغ را اضافه کردید به مایه شیرینی اضافه کنید؛ یعنی مقداری از ماست را با سه قاشق آرد الک شده اضافه کنید و هم بزنید و این عمل را تا تمام شدن ماست و خامه تکرار کنید. این روش باعث می‌شود تا خمیر شیرینی سفت‌تر و یکدست‌تری داشته باشید. در انتها و بعد از یکدست شدن خمیر، وانیل را نیز اضافه کنید.

مرحله هفتم: خمیر شیرینی نازک قزوینی را ورز دهید

بعد از اضافه کردن تمام مواد به آرد، اگر باز هم مقداری از آرد باقی ماند آن را به همراه خمیر ماهیه به عمل آمده به خمیر اضافه کنید و شروع به ورز دادن خمیر بکنید. ورز دادن خمیر مرحله مهم در تهیه خمیر انواع شیرینی و نان است. خمیر را باید تا جایی ورز دهید که یکدست شود و به دست نچسبد.

مرحله هشتم: خمیر شیرینی نازک پسته را استراحت دهید

وقتی که از ورز دادن کامل و مناسب خمیر مطمئن شدید، در ادامه طرز تهیه شیرینی نازک پسته‌ای قزوین روی ظرفی که خمیر را در آن قرار دادید با پلاستیک بپوشانید و سپس برای یک تا دو ساعت در دمای محیط قرار دهید تا استراحت کند.

مرحله نهم: مواد میانی شیرینی نازک پسته‌ای را آماده کنید

تا خمیر استراحت کند فرصت کافی برای درست کردن مواد میانی شیرینی نازک پسته قزوین دارید. درست کردن مواد میانی شیرینی زمان زیادی نمی‌برد؛ فقط کافی است پودر پسته، پودر هل و جوز هندی را در یک ظرف بریزید و به خوبی با هم مخلوط کنید.

مرحله دهم: شیرینی نازک قزوینی را بیچید

روی یک سطح صاف کمی آرد بپاشید و خمیری را که استراحت کرده است به صورت چند چانه، گرد کنید و سپس با وردنه روی سطح صاف آنها را پهن کنید. خمیر را تا جایی که می‌توانید به صورت نازک باز کنید.

خمیر را به شکل مستطیل باز کنید. قطر خمیر شیرینی باید حداکثر ۳ میلی‌متر باشد. سپس با مواد میانی شیرینی، روی کل خمیر از یک سر تا سر دیگر پر کنید و سپس خمیر را به همراه مواد میانی آن به صورت رول ببندید. بعد از آنکه رول شیرینی آماده شد آن را با یک چاقوی تیز به اندازه دلخواه برش دهید. این کار را تا تمام شدن تمام خمیر ادامه دهید.

مرحله یازدهم: رومال شیرینی نان نازک قزوین را آماده کنید

برای این که شیرینی نازک پسته‌ای قزوینی شما خوش رنگ‌تر باشد باید به وسیله زرده تخم مرغ و زعفران برای آن مایه رومال آماده کنید. تخم مرغ را با چنگال حسابی هم بزنید تا از حالت لختگی دربیاید. زعفران غلیظ دم کرده را به تخم مرغ زده شده اضافه کنید و با یک فرچه به زیر و روی رول‌های شیرینی از همه طرف بمالید.

مرحله دوازدهم: رول‌های شیرینی نازک قزوینی را در فر قرار دهید

فر را به مدت ۱۰ دقیقه با دمای ۱۸۰ درجه سانتی‌گراد روشن کنید تا گرم شود. روی سینی فر یک کاغذ روغنی پهن کنید و رول‌های شیرینی نازک پسته‌ای را با فاصله روی آن بچینید و سپس سینی را در فر قرار دهید. پخت شیرینی نازک قزوینی در فر حدود ده تا پانزده دقیقه زمان می‌برد.

مرحله آخر: شیرینی نازک قزوینی را سرو کنید

شیرینی نازک قزوینی که در فر پخت آن را در ظرفی مناسب سرو کنید و با خلال پسته (طرز تهیه خلال پسته) یا خلال بادام و کنجد آن را تزئین کنید. این شیرینی لذیذ و کم شیرین قزوینی را با چای یا شربت برای پذیرایی از مهمانان سرو کنید.

نکات مهم در طبخ شیرینی نازک خوشمزه و مخصوص پسته‌ای به سبک قزوینی

پودر پسته را هم می‌توانید به صورت آماده خریداری کنید و هم در خانه به وسیله آسیاب کردن مغز پسته تازه و سالم تهیه کنید.

خامه را می‌توانید از مواد اولیه شیرینی نازک قزوینی حذف کنید.

در هر مرحله از هم زدن خمیر شیرینی باید از دور تند همزن برقی استفاده کنید. استفاده از همزن دستی و یا چنگال کار را سخت می‌کند اما اگر از این وسایل استفاده می‌کنید حتما با سرعت بالا کار هم زدن را انجام دهید.

حتما مواد خمیر شیرینی نازک را به تدریج اضافه کنید و با یکدیگر مخلوط کنید.

برای آنکه مواد میانی شیرینی به خوبی روی خمیر بچسبد کمی با دست آن را روی خمیر فشار دهید.

گرم کردن فر قبل از پخت شیرینی در کیفیت نهایی آن تاثیر ویژه می‌گذارد.

حتما حواستان باشد که تخم مرغ و ماست قبل از استفاده در خمیر شیرینی نازک پسته‌ای به دمای محیط رسیده باشد.

برای مواد میانی شیرینی می‌توانید از پودر گردو یا پودر بادام نیز استفاده کنید.

برای آنکه بدانید مخمر به عمل آمده یا نه، کافی است بعد از ده دقیقه نگاهی به آن بیندازید. اگر اطراف مایع شروع به حباب زدن کرده باشد یعنی مخمر به عمل آمده و آماده استفاده است.

اگر به هر دلیلی امکان ورز دادن خمیر شیرینی را ندارید، آن را به دفعات متوالی به میز یا یک سطح سفت و صاف بکوبید.

قطر خمیرهای شیرینی نازک پسته باید خیلی نازک و حداکثر ۳ میلی‌متر قطر باشند.

برای لوله کردن خمیر، حتما از گوشه خمیر شروع کنید تا مواد میانی از آن خارج نشوند. خمیر را طوری لوله کنید که درز خمیر در زیر قرار بگیرد.

فوت و فن‌های خوشمزه شدن شیرینی نازک پسته قزوینی

چرا باید آرد کبک و شیرینی را حتما الک کرد؟

آرد را باید دو تا سه بار الک کنید. الک کردن آرد مرحله مهمی در درست کردن خمیر است. این کار باعث می‌شود تا ذرات آرد از هم جدا شوند و در نهایت بافت شیرینی تردتر خواهد شد.

شیرینی نازک را تا چه مدت می‌توان نگه داشت؟

اگر شرایط نگهداری شیرینی نازک خوب باشد حدود سه هفته می‌توانید آن را نگه دارید. شیرینی‌ها را باید داخل یک ظرف درب‌دار چیده و در جایی خشک و خنک نگهداری کنید.

چرا شیرینی نازک قزوینی خشک می‌شود؟

شیرینی نازک پسته‌ای اگر در معرض هوای آزاد قرار بگیرد خشک می‌شود. این شیرینی را حتما در ظرف درب‌دار نگه دارید و مراقب باشید درب ظرف باز نماند.