

آوای دریا

۲۳۷



فائزه هاشمی آزاد شد

شنبه ۰۷ مهر ۱۴۰۳ سال ششم
www.avayedarya.ir

صدای زنان هرمزگان
آوای دریا هفته نامه الکترونیکی هرمزگان



«سقط جنین» قبل از ۴ ماهگی هم «قتل
نفس» محسوب می شود



یادگیری زبان دوم؛ کلید موفقیت کودکان در آینده



یازده پیشنهاد جذاب و راحت برای تغذیه
دانش آموزان



چالش های مادران شاغل؛ دوگانه شغل و فرزند

چالش‌های مادران شاغل؛ دوگانه شغل و فرزند

گزارش : ایرنا



باشد و درآمدی کسب کند، یا خانه‌دار باشد و به امور خانواده و فرزندان بپردازد، و در کنار آن فعالیت اجتماعی، سیاسی یا فرهنگی داشته باشد انتخاب خود اوست و نباید با نادیده گرفتن حقوق مالی زن خصوصاً در ایام زوجیت، زنی مجبور به انتخاب شغلی برای تامین مالی خود باشد.

در دنیای امروز، بسیاری از مادران علاوه بر مسئولیت‌های خانوادگی، وظایف شغلی نیز بر عهده دارند. این مسئله، زمان آنها را برای تعامل با فرزندانشان محدود کرده و ممکن است به چالش‌هایی در برقراری ارتباط عاطفی منجر شود. با این وجود، کیفیت رابطه میان مادران شاغل و فرزندان، تنها به میزان زمان سپری شده یا یکدیگر بستگی ندارد، بلکه به نحوه استفاده از این زمان و ایجاد تعاملات مثبت و سازنده مرتبط است. با توجه به فشارهای ناشی از کار و خانه، یافتن راهکارهایی برای تقویت پیوند عاطفی میان مادران و فرزندان حتی در زمان محدود، امری ضروری به شمار می‌رود. شجاعی در این خصوص معتقد است که مادران برای بهره‌برداری بهتر از زمان محدود خود با فرزندان، نیازمند رشد فردی و توانمندسازی هستند. این پژوهشگر توضیح می‌دهد: «مادری که خسته از کار روزانه به خانه می‌رسد، به سختی می‌تواند مهر و محبت و ارزش‌های فرهنگی را به فرزند خود منتقل کند. برای اینکه یک زن بتواند این نقش را به خوبی ایفا کند، باید ابتدا رشد فردی داشته باشد.

به گفته شجاعی، بسیاری از آسیب‌های اجتماعی مانند افزایش طلاق، کاهش سن اعتیاد و مفاسد اخلاقی ریشه در بر هم ریختن و جابه‌جایی نقش‌های جنسیتی و تحمیل نقش‌ها و مسئولیت‌های مردانه به زنان است. او افزود: «زنان وارد عرصه‌های اجتماعی شدند تا با مشارکت و همکاری در موقعیت‌های مختلف جامعه نقش‌آفرینی کنند و جامعه و کشور از توانمندی‌ها و استعداد‌های آنان بهره‌مند شود. اما این تحول در شرایطی رخ داد که هیچ زیرساخت مناسبی برای حمایت از نقش‌های منحصربه‌فرد و بنیادین زنان در خانواده، مانند مادری و همسری، فراهم نشده بود و این روند همچنان ادامه دارد. نتیجه آن، آسیب‌های اجتماعی ناشی از این فقدان و جابه‌جایی نقش‌هاست که فشارهای سنگین و جبران‌ناپذیری را بر خانواده‌ها تحمیل کرده است.

شجاعی بر ضرورت فراهم نمودن زیرساخت‌های فرهنگی و قانونی برای حمایت از نقش‌های جنسیتی زنان و مردان تأکید می‌کند و خاطر نشان می‌کند که بدون این زیرساخت‌ها، نه تنها زنان بلکه کل خانواده و نهایتاً جامعه تحت‌تأثیر آسیب‌های جدی قرار خواهد گرفت.

و ارزش‌های جامعه و قوانین کشور به زنان کمک می‌کند تا در کنار دستیابی به استقلال اقتصادی و رشد و توسعه فردی، نقش‌های جنسیتی مانند مادری و همسری را به خوبی ایفا کنند و همزمان به فعالیت‌های اجتماعی، سیاسی و سایر عرصه‌ها نیز بپردازند. شجاعی تأکید می‌کند که اشتغال تمام وقت، مخصوصاً برای مادران، در برخی موارد می‌تواند چالشی برای تربیت فرزندان ایجاد کند، چرا که شغل تمام وقت زمان زیادی را از مادران می‌گیرد. با این حال، او به اشتغال به عنوان یک تحمیل اجتماعی نیز اشاره دارد و می‌گوید: «در بسیاری از موارد، اشتغال به جای اینکه یک انتخاب برای زنان باشد، به عنوان راهی برای کسب استقلال مالی به زنان تحمیل می‌شود. این مسئله زنانی را که می‌خواهند با حفظ حق استقلال مالی به امور خانواده و فرزندان خود نیز بپردازند، بر سر دو راهی انتخاب سخت قرار می‌دهد، اغلب زنان یا دچار فشار نقشی هستند یا با انتخاب یکی از این دو و محرومیت از حق دیگر مواجه می‌باشند.»

او معتقد است که اشتغال زنان نباید به عنوان یک الزام در زندگی آن‌ها تلقی شود، بلکه باید به عنوان یک انتخاب آزاد و آگاهانه در نظر گرفته شود؛ انتخابی که بر اساس علاقه، فرصت و شرایط فردی باشد، نه تنها برای کسب درآمد و تأمین هزینه‌های زندگی، البته، این موضوع در مورد زنانی که خودسرپرست یا سرپرست خانوار هستند، شرایط متفاوتی دارد.

این فعال حوزه زنان همچنین به بحث تربیت فرزندان در بستر خانواده‌های شاغل می‌پردازد و اظهار می‌کند: «برخی معتقدند شاغل بودن مادران باعث افزایش اعتماد به نفس و استقلال فرزندان می‌شود و برخی دیگر به مشکلات عاطفی و تربیتی اشاره دارند. اما اگر به نظم و چینش نقش‌ها در خانواده از منظر اسلام برگردیم، خواهیم دید که مسئولیت مراقبت از فرزندان، تر و خشک کردن آنان و انجام امور منزل به شکلی که امروز رایج است، لزوماً بر عهده مادران نبوده و این نقش‌ها به «نظام دایگی» سپرده می‌شد. نکته مهمی که نباید مورد غفلت قرار بگیرد و نقش تعیین‌کننده‌ای در نظم خانواده و سبک زندگی دارد، قوانینی حمایتی برای تقویت نقش «قومیت مردان» در خانواده است. نیاز به سازوکارهای قانونی و فرهنگی داریم که استقلال اقتصادی زنان را تضمین کند، به گونه‌ای که این استقلال در چارچوب نقشی که مردان در خانواده به عنوان قوام دارند، قرار گیرد.

شجاعی تأکید می‌کند که زنان باید آزادی انتخاب داشته باشند؛ اینکه بخواهند شاغل باشند (شغل به معنای حضور در ساعات معین در محل کار و کسب درآمد) یا به خانه‌داری بپردازند، نباید اجباری یا تحمیلی باشد. او می‌گوید: «اینکه یک زن بخواهد شغلی داشته

در عصر حاضر، مادران شاغل با دو مسئولیت روبه‌رو هستند: یکی در محل کار و دیگری در خانه. این وضعیت، بار سنگینی را بر دوش آنها می‌گذارد و بر کیفیت پیوند عاطفی آنها با فرزندان تأثیر می‌گذارد. فاطمه شجاعی، فعال حوزه زنان و خانواده، معتقد است که برای مقابله با این چالش‌ها، باید جهت‌گیری‌ها برای استقلال اقتصادی زنان به صورت بنیادی تغییر کند.

در دنیای امروز، صدای زنگ هشدار تلفن‌های همراه زودتر از طلوع خورشید شنیده می‌شود. خیابان‌ها پر از مادرانی است که با عجله بچه‌هایشان را به مدرسه می‌رسانند و سپس به سوی محل کار خود می‌روند. مادر بودن دیگر تنها به خانه و آشپزخانه محدود نمی‌شود. مادران شاغل نقش‌هایی چندگانه را بر عهده دارند؛ از مدیر پروژه در محل کار گرفته تا مربی، مشاور و همدم در خانه. اما پشت این ظاهر هماهنگ، چالش‌ها و دغدغه‌های بسیاری پنهان است که زندگی آنها و فرزندان‌شان را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

برای فرزندان، بعضی روزها انتظار کشیدن برای بازگشت مادر، شبیه به لحظاتی بی‌پایان است. سوالاتی که در ذهن بچه‌ها می‌چرخد: «چرا مامان مثل بقیه مادران در خانه نیست؟»، «آیا کار مامان مهم‌تر از من است؟» از سوی دیگر، مادران با این حس مداوم مواجه هستند که آیا توانسته‌اند بین کار و خانه تعادل ایجاد کنند؟ آیا فرزندان‌شان به اندازه کافی از توجه و عشق بهره‌مند می‌شوند؟ در این میان، مسئله تأثیر شاغل بودن مادران بر تربیت و رشد عاطفی فرزندان به یکی از موضوعات بحث‌برانگیز تبدیل شده است. در جامعه‌ای که حضور زنان در محیط‌های کاری گسترده‌تر از گذشته شده، برخی معتقدند که شاغل بودن مادران ممکن است زمان کمتری برای ارتباط عاطفی و تربیتی با فرزندان فراهم کند و به‌طور بالقوه بر رشد عاطفی، تربیتی و روان‌شناختی آنها تأثیر منفی بگذارد. از سوی دیگر، برخی تحقیقات نشان داده‌اند که شاغل بودن مادران می‌تواند الگوهای مثبتی از استقلال، مسئولیت‌پذیری و موفقیت را به فرزندان منتقل کند. در این زمینه، فاطمه شجاعی، پژوهشگر و فعال حوزه زنان و خانواده به ارائه توضیحاتی می‌پردازد. استقلال اقتصادی زنان؛ انتخابی آگاهانه یا تحمیلی؟

فاطمه شجاعی، پژوهشگر و فعال حوزه زنان و خانواده در رابطه با تأثیر اشتغال زنان بر تربیت و رشد عاطفی فرزندان معتقد است که استقلال اقتصادی حقیقی مسلم برای هر زن است، حقی که با نقش مادری از بین نمی‌رود. او می‌گوید: «ما باید مسیر درست را طی کنیم؛ به جای اینکه زن‌ها را به فعالیت در بازار کار تشویق کنیم، ساز و کار اجرایی و عملیاتی برای حقوق مالی زنان در ایام زوجیت، حق ارث زنان و... در نظر بگیریم. این ساز و کار مبتنی بر فرهنگ

یازده پیشنهاد جذاب و راحت برای تغذیه دانش آموزان

گزارش: ایرنا



با شروع مدارس اکثر کودکان ۷ سال به بالا حداقل ۶ ساعت در روز به مدرسه می‌روند و نیمی از کالری روزانه خود را در مدرسه مصرف می‌کنند. تغذیه دانش آموزان در مدرسه بخشی از مدل تغذیه کل کودکان جامعه است و می‌تواند به شکل گیری رفتارهای تغذیه سالم مادام العمر کمک کند. هنوز یک هفته به شروع سال تحصیلی جدید مانده اما دغدغه صبحانه و میان وعده تغذیه کودکان ذهنم را درگیر کرده است. تغذیه‌ای که بارها از تلویزیون و کارشناسان تغذیه شنیده‌ام که تاثیر مستقیمی بر روند رشد و سطح تحصیلی دانش‌آموزان دارد. ای کاش مدارس سیاست‌ها و شیوه‌هایی را برای ایجاد یک محیط تغذیه‌ای سالم با غذاها و نوشیدنی‌های مغذی، سالم و جذاب برای دانش‌آموزان اجرا می‌کردند. به دور و برم که نگاه میکنم مبینم این فقط نظر من نیست و دغدغه بسیاری از خانواده‌ها است. در اینجا نظر برخی از خانواده‌ها در این خصوص را بیان می‌کنیم تا بلکه دست‌اندرکاری آن را بخوانند و به این نظرات جامع عمل بپوشانند.

تشویق به تغذیه سالم

هدی مادر دو دانش آموز، معتقد است مدارس باید دانش‌آموزان را تشویق کنند تا در وعده غذایی خود از غلات کامل، شیر، میوه‌ها و سبزیجات استفاده کنند توجه مدارس به کیفیت کلی رژیم غذایی کودکان در سلامت آنها تاثیر مستقیمی دارد.

فراهم کردن بسته تغذیه سالم برای مناطق محروم

محسن که پدر سه دانش آموز است با ابراز نگرانی در خصوص تغذیه دانش‌آموزان خانواده‌های کم درآمد گفت: «هر مدرسه نیازمند استراتژی متناسب با آن منطقه است. برای مثال در برخی از مناطق با توجه به وضعیت زندگی، نیاز به شناسایی دانش‌آموزانی است که توانایی فراهم کردن تغذیه مناسب برای میان وعده را ندارند. بدین صورت می‌توان به نحوی که سایر دانش‌آموزان متوجه نشوند امکان دریافت بسته‌های میان وعده سالم را برای آنها فراهم کرد.»

بوفه‌هایی با تغذیه سالم

مهسا مادر یک دانش‌آموز در خصوص نوع غذاهای بوفه مدارس گفت: «ناسفاهانه توجه به مواد غذایی که در بوفه‌ها به فروش می‌رسد، بسیار کم است. اقلام بوفه‌ها باید از استانداردهای تغذیه‌ای کودکان که شامل محدودیت‌هایی در چربی، شکر، سدیم و کالری است، مطابقت داشته باشد. با توجه به اینکه بچه‌ها به خصوص در سنین پایین از خوردن میان وعده‌هایی که از منزل آورده‌اند، خودداری میکنند و تمایل دارند با انتخاب خود از بوفه مدرسه تغذیه بخرند، فروش غذاهای خانگی مانند لقمه‌های مقرون به صرفه نان و پنیر، تخم مرغ، کوکو و امثال آن که ممکن است در خانه نخوردند اما با انتخاب خود از بوفه بخرند برای آنها بسیار مفید است.»

نظر چند پدر و مادر و پدر را که گوش کردم دیدم چقدر دل نگرانی‌ها مشابه است. مادرم می‌گوید: «این که چیزی نیست. آن زمان که تو هم به مدرسه میرفتی من هم همین مشکلات را داشتم. مطمئن باش که مادران ما هم با چنین مشکلاتی مواجه بودند، چندین بار با مدیر مدرسه در این خصوص صحبت کردم اما به نتیجه‌ای نرسیدم.»

استاندار سازی سیاست‌های تغذیه مدارس

چقدر خوب میشد سیاست‌های تغذیه مدارس استاندارد سازی می‌شد و بجای فروش اسنک‌های کارخانه‌ای به سمت فروش لقمه‌های خانگی، میوه‌های فصل و تنقلات سالم می‌رفت. با توجه به نقش مهمی که رژیم غذایی در پیشگیری از بیماری‌های مزمن و حمایت از سلامتی ایفا می‌کند، باید مدارس به طور ایده‌آل به دانش‌آموزان آموزش تغذیه سالم دهند و معلمان و والدین را در فعالیت‌های آموزش تغذیه مشارکت دهند. آموزش تغذیه سالم می‌تواند به دانش‌آموزان بیاموزد که تشخیص دهد که چگونه رژیم غذایی سالم بر رفاة عاطفی تأثیر می‌گذارد و چگونه احساسات ممکن است بر عادات غذایی تأثیر بگذارد.

همان قدر که آموزش کسرها مهم است آموزش تغذیه سالم نیز مهم است این آموزش میتواند از طریق یک کلاس آموزش بهداشت به تنهایی و یا حتی بدون کلاس آموزشی از طریق فروش مواد غذایی سالم در بوفه انجام شود. در اینجا ما قصد داریم چند نمونه از غذاهای سالم و مقرون به صرفه که می‌توانید همراه کودکان خود کنید و یا در بوفه مدارس ارائه شود را به شما معرفی کنیم.

تغذیه‌های سالم برای زنگ تفریح از مزرعه تا مدرسه

یکی از در دسترس‌ترین و لذیذترین تغذیه‌ها برای زنگ تفریح میوه و سبزیجات فصل است. ویتامین، فیبر و مواد معدنی موجود در میوه‌ها میتواند به راحتی انرژی مورد نیاز دانش‌آموز را فراهم کرده و در عین حال جلوی اضافه وزن آنها را بگیرد. مدارس به راحتی میتوانند این میوه‌ها را در بسته‌های یک نفره به صورت تمیز بسته بندی کرده و در اختیار دانش‌آموزان قرار دهند. یک عدد هویج پوست کنده، یک تکه بلال بخارپز شده، سیب زمینی آب پز، یک تکه کرفس در کنار میوه‌های فصل، میان وعده‌ای

جذاب و در عین حال اقتصادی برای کودکان است.

میوه خشک

فیبر، پروتئین، روی، آهن، انواع ویتامین و مواد معدنی در کنار طعم و بافت بی‌نظیر باعث شده که بچه‌ها عاشق میوه خشک باشند حتما نیاز نیست این میوه‌ها را از بیرون تهیه کنید. در فصل تابستان آفتاب و در فصل زمستان بخاری و شوفاژ به شما کمک میکند تا میوه‌های خشکی سالم و بدون هیچ نگهدارنده‌ای درست کنید تا کودکانتان در کنار لذت بردن از خوردن این میوه‌ها از فوایدی چون بهبود سیستم گوارش، تقویت استخوان و سلامت چشم‌ها، تقویت سیستم ایمنی بدن، تقویت حافظه بهره‌مند شوند. لواشک‌های تمیز خانگی، آلبالوی خشک، توت و گردو، نخودچی کشمش، عناب و انواع میوه خشک خوراکی‌هایی هستند که بچه‌ها نمیتوانند از آنها بگذرند. مدارس می‌توانند با بسته بندی این‌ها در بسته‌های کوچک تک نفره آنها را در بوفه به فروش برسانند.

آجیل

اسیدهای چرب موجود در مغزها و دانه‌ها منبعی غنی برای میان وعده دانش‌آموزان است که حافظه را تقویت کرده و تمرکز را بالا میبرد.

لقمه‌های سالم مامان ساز نان و پنیر و...

هر وقت اسم زنگ تفریح می‌آید طعم لقمه نان و پنیر در ذهن همه تداعی میشود. لقمه‌ای که هر روز در کنار گردو یا گوجه یا سبزی یا خیار طعمی متفاوت میگیرد. لقمه‌ای که به راحتی سالم و مقوی است و تهیه آن چه در خانه و چه در بوفه مدرسه آسان و در عین حال مقوی است.

کره و عسل و مربا

لقمه کره و عسل یا کره و مربا سرشار از انرژی است و میتواند همچون دوپینگ بچه‌ها را برای ادامه درس و زنگ بعد آماده کند. میتوان با توجه به سلیقه دانش‌آموز از کره با طعمهای مختلف و همچنین مربا با طعم‌های مختلف استفاده کرد.

لقمه تخم مرغ

تخم مرغ یکی از مواد سرشار از مواد مغذی و ویتامینهای مورد نیاز بدن است که به رشد دانش‌آموزان کمک میکند. میتوان تخم مرغ را با توجه به سلیقه دانش‌آموز به صورت آبپز، املت، نیمرو، خاگینه و... لقمه گرفت. جا دادن این مواد غذایی مفید در لیست موجودیهای بوفه در کنار اقتصادی بودن کمک بسیاری به سلامت دانش‌آموزان می‌کند.

نوشیدنیهای سالم و طبیعی

به کودکان خود بیاموزید آب سالم‌ترین نوشیدنی است که بدن به آن نیاز دارد. اما پس از آب مسلما شیر یکی از بهترین نوشیدنی‌ها برای زنگ تفریح است اما در کنار آن آب میوه‌ها نیز بسیار مفید هستند. آب میوه برای دانش‌آموزان بخصوص برای کودکانی که علاقه چندانی به خوردن میوه ندارند یک میان وعده مفید و مقوی است. شما به راحتی میتوانید در منزل از میوه‌های فصل یک اسموتی خنک و سالم برای زنگ تفریح مهیا کنید. برای مقوی تر کردن آن میتوانید کمی شیر اضافه کنیدمانند: شیر عسل، شیر کاکائو، شیر قهوه، شیر موز، شیر هویج، شیر توت

فرنگی، شیر طالبی، شیر انبه، شیر پسته، شیر نارگیل و ... یا به تنهایی یک اسموتی میوه‌ای مقوی درست کنید. درست کردن این اسموتی‌های رنگارنگ در بوفه مدرسه نیز کار بسیار آسان و در عین حال جذاب برای دانش‌آموزان است.

کیک و بیسکویت خانگی

کیک و بیسکویت یکی از پاهای ثابت زنگ تفریح است. چه بهتر که در خانه تهیه شده و بدون مواد نگهدارنده و افزودنی باشد. شما میتوانید با یک کیک گردو و هویج، پای سیب، کیک کشمش، کیک کدو حلواپی و انواع اقسام دیگر زنگ تفریح مفرحی برای کودکان خود بسازید و با مشارکت دادن کودک خود در پخت کیک لذت خوردن آن را دوچندان کنید. بهتر است در بوفه مدارس نیز کیکهای خانگی به فروش برسد. در این راستا مدارس میتوانند از مادرانی که تبحری در شیرینی پزی دارند کمک گرفته و در کنار فروش کیکهای سالم و مقوی در مدرسه به اقتصاد خانواده‌ها نیز کمک کنند.

انواع ساندویچ‌های خانگی

ساندویچ یکی از جذاب‌ترین میان‌وعده‌ها برای زنگ تفریح است. بهتر است بجای استفاده از سوسیس و کالباس‌های کارخانه‌ای از انواع کوکوها، کتلت، شنسل‌های خانگی، الویه و ... استفاده کرد. فروش این ساندویچ‌ها در بوفه نیز در کنار آموزش تغذیه سالم به دانش‌آموزان مقرون به صرفه بوده و خیال خانواده‌ها را از تغذیه سالم موجود در مدرسه راحت می‌کند.

هله هوله خانگی

هرچقدر برای کودکان غذاهای رنگارنگ و تغذیه‌های خوشمزه و مفید بگذارید، بازهم بچه‌ها عاشق هله و هوله هستند. چه بهتر که هله و هوله‌ها را هم در خانه درست کنیم. پاپکون و چیپس‌های خانگی در صدر جدول هله هوله‌ای مورد علاقه بچه‌ها است که به راحتی میتوان در خانه تهیه کرد. علاوه بر این خوردن گندمک و برنجک و شاهدانه و ... برای کودکان بسیار لذت و بخش و مفید بوده و درست کردن آن در خانه نیز آسان و مقرون به صرفه است. تهیه این هله هوله‌ها نیز به صورت بهداشتی در مدارس بسیار عالی بوده و برای بچه‌ها دیدن درست شدن آن و خوردن آن نیز بسیار لذتبخش است.

آش و سوپ

در فصلهای گرم سال بدن غذاهای گرم و آبکی مانند؛ انواع سوپ، انواع آش، عدسی، خوراک لوبیا، فرنی و ... می‌طلبد که حتما باید گرم سرو شود. این غذاها را میتوان از شب قبل تهیه کرده و پس از گرم کردن در بوفه بفروش برسد. مدارس می‌توانند از مادران داوطلب برای تهیه این غذاها کمک بگیرند.

پیشنهاد می‌شود که مدارس در خصوص نوع تغذیه سالم حتما آموزشهایی را به دانش‌آموزان و اولیا بدهد و در جلسات گروه اولیا و مربیان از خانواده‌ها برای تهیه مواد غذایی سالم و مغذی برای بوفه مدرسه کمک بگیرد.

معلمان و کارکنان مدرسه یکی از بزرگترین الگوهای دانش‌آموزان هستند. تبعیت آنها از الگوهای تغذیه سالم و مصرف غذاها و نوشیدنیهای سالم در برابر چشم دانش‌آموزان میتواند انگیزه مهمی برای انتخاب درست آنها باشد.

اخبار حوزه بانوان

جراحی موفقیت آمیز کیست ۶ کیلوگرمی در بندرعباس

رییس مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی بیمارستان شریعتی بندرعباس گفت: عمل جراحی کیست ۶ کیلو و ۴۷۵ گرمی تخمدان بانوی هرمزگانی در این مرکز با موفقیت انجام شد. دکتر مریم مرادی شهدادی با اعلام این خبر اظهار کرد: بیمار خانمی ۳۵ ساله با سابقه ۲ بار عمل جراحی سزارین و یک عمل جراحی شکمی، دارای ۲ فرزند و سابقه ۲ بار سقط جنین بود که با شکایت اصلی درد شکم و تهوع و استفراغ به مرکز زنان و زایمان شریعتی بندرعباس مراجعه و در بخش زنان بستری شد. دکتر آزاده محمودی، متخصص زنان و زایمان هرمزگان و پزشک معالج بیمار بیان کرد: بیمار از ۶ ماه قبل درد شکمی داشت و در بررسی سونوگرافی بیمار مویید کیست تخمدانی بود؛ بنابراین به علت درد شدید شکمی و علائم همراه بیمار، کاندید عمل جراحی اورژانس شده و به اتاق عمل منتقل شد.

وی اظهار کرد: بعد از برش جراحی و ورود به حفره شکم کیست تخمدان ۲۵ سانتی در سمت راست مشاهده شد؛ تخمدان راست با توده ۲۵ سانتی متری، چهار دور چرخش داشت که ابتدا چرخش برطرف و کیست با وزن حدود هفت کیلوگرم (۶ کیلو و ۴۷۵ گرم) برداشته و به پاتولوژی ارسال شد. دکتر مرادی با اشاره به اینکه شخص بیمار با حال عمومی خوب به ریکاوری و سپس بخش ویژه منتقل شد، تشریح کرد: با وجود جایه جایی ارگان‌های شکمی در اثر کیست تخمدانی با انجام عمل جراحی ماهرانه، بیمار بدون عارضه و آسیب دیدن اندام‌های داخلی و خونریزی و هتاموم درمان و با حال عمومی خوب پس از سه روز ترخیص شد.

نمایندگان هرمزگان بر روی سکوی قهرمانی کیک بوکسینگ ایستادند

استان هرمزگان با حضور چهار نماینده در مسابقات انتخابی تیم ملی دانشجویان ۱۴۰۳، خود را به عنوان طلاداران این رویداد معرفی کرد.

مسابقات انتخابی تیم منتخب دانشگاه های کشور کیک بوکسینگ دانشجویان ۱۴۰۳ به میزبانی انجمن کیک بوکسینگ دانشگاه پیام نور کشور در تهران برگزار شد.

در پایان مسابقات مطهره زاهری و تانیا چراغی سردشتی از هرمزگان به ترتیب در وزن منفی ۷۵ و منفی ۶۵ کیلوگرم موفق به کسب مدال طلا شدند و به تیم ملی کیک بوکسینگ راه یافتند. تمرینات این ورزشکاران زیر نظر مربی آنان سها مویدی در باشگاه مهران کمالی در هرمزگان بوده است.

دختران ووشو کار بستکی در مسابقات قهرمانی شینگیی جوان کشور پنج مدال کسب کردند

تیم ووشو دختران و پسران هرمزگان با حضور در مسابقات کشوری توانستند نایب قهرمان مسابقات ووشو کشور را بنام هرمزگان ثبت کنند.

در قالب تیم بانوان هرمزگان دختران ووشو کار از شهرستان بستک حضور داشتند که با کسب پنج مدال در امتیاز بندی تیم استان نقش موثری ایفا نمودند.

گفتنی است سه مدال طلا و دو نقره سهم شهرستان بستک شد که مدال های طلا توسط خانم ها عسل اسدی ، آیدا پلوی و مروه ملا احمدی کسب شد.

همچنین دو مدال نقره نیز توسط خانم ها فاطمه افرا و حنا ملا احمدی بنام هرمزگان ثبت شد.

شهاب الدین بادروج رئیس هیأت ووشو شهرستان بستک ضمن تبریک به مدال آوران شهرستان بستک ، کسب مقام دومی ووشو هرمزگان را حاصل تلاش و پشتکار مربیان استان دانست و از خانم آدینه دیده جهان مربی ووشو شهرستان بستک قدردانی نمود.

این مسابقات در رده های سنی آقایان و بانوان و با حضور بیش از هزار نفر شرکت کننده و به میزبانی شیراز برگزار شد.

انتقال مادر باردار پرخطر از جزیره هرمز به بندرعباس با بالگرد اورژانس هوایی

مدیر حوادث و اورژانس پیش‌بیمارستانی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان از انتقال مادر باردار پرخطر (زایمان زودرس) از جزیره هرمز به بیمارستان شریعتی بندرعباس توسط بالگرد اورژانس هوایی خبر داد.

دکتر حسین قاسمی با اعلام این خبر افزود: با توجه به گزارش ارسالی درمورد زایمان زودرس مادر ۱۶ ساله باردار پرخطر که زایمان اول او نیز بوده، تصمیم بر انتقال بیمار با بالگرد از جزیره

هرمز به بیمارستان شریعتی بندرعباس گرفته شد.

وی گفت: عصر امروز با تریاژ تلفنی ۱۱۵ و مدیریت بحران جهت هماهنگی‌های لازم برای انتقال مادر باردار با بالگرد تماس حاصل شد و واحدهای مربوطه از آمادگی تیم پرواز جهت انجام ماموریت انتقال بیمار جویا شدند.

مدیر حوادث و اورژانس پیش‌بیمارستانی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان اظهار کرد: پس از هماهنگی‌های لازم و اقدامات پزشکی جهت حفظ و پایداری وضعیت مادر باردار ۱۶ ساله در حین پرواز، بیمار جهت انتقال با بالگرد آماده شد. بیمار مورد نظر توسط تیم پزشکی و کارشناسان خبره از جزیره هرمز به بیمارستان تخصصی شریعتی بندرعباس منتقل شد.

قاسمی گفت: استفاده از بالگرد اورژانس برای انتقال بیماران در مناطقی مانند جزیره هرمز، نقش حیاتی در نجات جان بیماران ایفا می‌کند.

وی با اشاره به افزایش قابل توجه ماموریت‌های اورژانس در جزیره هرمز، به ویژه انتقال بیماران باردار با زایمان زودرس و سایر بیماران اورژانسی، افزود: از ابتدای سال تاکنون، شش بیمار دیگر نیز با اورژانس هوایی از جزیره هرمز به بندرعباس منتقل شده‌اند که این موضوع نشان از افزایش نیاز به خدمات اورژانس هوایی در این منطقه است.

مدیر حوادث و اورژانس پیش‌بیمارستانی دانشگاه علوم پزشکی استان با بیان اینکه انتقال دریایی همچنان به‌عنوان یک روش مهم برای انتقال بیماران در جزیره هرمز محسوب می‌شود، اضافه کرد: علاوه بر انتقال هوایی، ۱۴۸ بیمار نیز با استفاده از شناور از جزیره هرمز به بندرعباس منتقل شده‌اند.

این مقام مسئول با اشاره به حجم بالای فعالیت‌های اورژانسی در جزیره هرمز، عنوان کرد: همچنین کارشناسان فوریت‌های پزشکی در جزیره هرمز از ابتدای سال تاکنون، ۳۰۹ ماموریت برای رسیدگی به مصدومان انجام داده‌اند.

باخت دختران والیبالیست ایران در جام باشگاه‌های آسیا

تیم والیبال زنان سایپا در پنجمین دیدار خود در جام باشگاه‌های آسیا مقابل نماینده ویتنام شکست خورد.

تیم والیبال زنان سایپا در مرحله تعیین جایگاه پنجم تا هشتم رقابت‌های جام باشگاه‌های آسیا امروز (جمعه، ششم مهر) مقابل نماینده ویتنام به میدان رفت و شکست خورد.

سایپا در این دیدار به مصاف دوک گیانگ چمیکال ویتنام رفت و سه بر صفر با امتیازهای ۲۵ بر ۱۶، ۲۵ بر ۱۱، و ۲۷ بر ۲۵ مغلوب حریف خود شد.

این پنجمین شکست پیاپی سایپا در جام باشگاه‌های آسیاست. دختران والیبالیست سایپا در سه دیدار مرحله مقدماتی هم مقابل تیم‌هایی از فیلیپین، ژاپن و ویتنام شکست خوردند. در دور دوم رقابت‌ها هم مقابل نماینده قزاقستان مغلوب شدند. شاگردان نیلوفر حجتی در سایپا فردا در آخرین مسابقه خود برای کسب رتبه هفتم به میدان می‌روند.

اعلان قتل یک خانم در شهرستان میناب دستگیر شدند

فرمانده انتظامی استان هرمزگان گفت: عاملان قتل یک خانم در شهرستان میناب شناسایی و دستگیر شدند.

سردار علی اکبر جاویدان اظهار کرد: در پی اعلام مرکز فوریت‌های پلیسی ۱۱۰ مبنی بر درگیری در مراسم عروسی در منطقه چراغ آباد شهرستان میناب، بلافاصله ماموران انتظامی بخش توکهور این شهرستان به محل اعزام شدند.

وی افزود: پس از حضور ماموران در محل فردی با معرفی خود به عنوان صاحب عروسی و پدر داماد اعلام داشته در مراسم عروسی فرزندش مشغول پذیرایی از مهمانان بوده که متوجه درگیری و سپس صدای شلیک گلوله در محل پارک خودروهای میهمانان شده، که برابر اظهارات صاحب عروسی مشخص شده افرادی با مصرف مشروبات الکلی و نداشتن حالت طبیعی مناسب با در دست داشتن سلاح کلاش و کلت کمربندی اقدام به تیراندازی کرده اند که موجب رعب و وحشت حاضرین و خسارت به یکدستگاه خودرو شده و از محل متواری شده اند.

این مقام انتظامی استان اظهار کرد: متعاقب آن گزارش تیرخوردگی یک خانم در مرکز درمانی هشتیندی اعلام و مامورین به محل عزیمت که در تحقیقات میدانی صورت گرفته مشخص شد راننده و سرنشینان یک دستگاه خودرو پژو به سمت منزل یکی از اهالی منطقه چراغ آباد تیراندازی کرده که بر اثر این تیراندازی

یک خانم بر اثر اصابت گلوله و شدت جراحت وارده در محل فوت و دو نفر دیگر با اصابت گلوله دچار جراحت شده‌اند.

مادر ۴۰ساله مینابی سیزدهمین فرزند خود را به دنیا آورد رییس بیمارستان حضرت ابوالفضل (ع) میناب گفت: یک مادر مینابی در سن ۴۹ سالگی نهمین فرزند و یک مادر ۴۰ ساله سیزدهمین به دنیا آوردند.

میثم صالحی، اظهار کرد: در هفته وحدت، دو مادر باردار ۴۰ و ۴۹ ساله به بیمارستان مراجعه کردند که هر دو زایمان طبیعی موفقیت آمیزی را تجربه کردند.

وی افزود: یک مادر ۴۰ ساله در بارداری شانزدهم خود، سیزدهمین فرزند خود را به سلامت دنیا آورد و مادر دیگر در سن ۴۹ سالگی نهمین فرزندش در بارداری دوازدهم را به آغوش کشید.

رئیس بیمارستان حضرت ابوالفضل (ع) میناب ضمن تبریک به این مادران و خانواده‌هایشان از زحمات کادر پزشکی و مامایی بیمارستان قدردانی کرد.

استاندار هرمزگان خبر داد:

نامگذاری یک مدرسه به نام "صبا معصوم‌نیا"

استاندار هرمزگان از نامگذاری یک مدرسه در هرمزگان به نام «صبا معصوم‌نیا» تنها دانش آموز رتبه اولی هرمزگان در کنکور سراسری رشته تجربی خبر داد.

مهدی دوستی در آئین بازگشایی مدارس در بندرعباس ضمن تبریک آغاز سال تحصیلی جدید، با اشاره به اینکه نام یک مدرسه در هرمزگان به نام صبا معصوم نیا خواهد شد، گفت: کسب رتبه اول نشان داد که این ظرفیت در استان و نظام آموزشی استان به ویژه مدیران و معلمان هرمزگان وجود دارد و می‌توانند رتبه یک کنکور را تربیت و تحویل جامعه دهند.

وی با اشاره به موفقیت صبا معصوم‌نیا در کنکور سراسری و کسب رتبه اول در رشته تجربی تصریح کرد: کسب رتبه یک کشور در کنکور کاری فوق‌العاده ای است و نشان می‌دهد هر کدام از دانش آموزان استعداد خاصی دارند و رسالت ما فراهم کردن زمینه برای شکوفایی این استعدادها است.

دوستی با تأکید بر نقش و جایگاه ویژه معلم و مدیران مدارس اظهار کرد: سد رتبه برتر کنکور برای هرمزگانی‌ها شکسته شده و پس از این باید انتظار داشت صباهای دیگر در استان داشته باشیم اما به عنوان استاندار از صبا و تمام استعدادهای کشور می‌خواهم در آینده نیز در ایران بمانند و برای ساختن ایرانی قوی و آبادتر برای تحویل به نسل بعدی تلاش کنند.

استاندار هرمزگان گفت: با تمرکز بر روی مسائل آموزشی باید شرایطی فراهم شود که استعدادهای نهفته همه دانش آموزان شکوفا شود.

دوستی با تأکید بر اینکه سند تحول آموزش، محور برنامه‌های آموزشی است، گفت: هر برنامه‌ای نیازمند اصلاح، بازنگری و به روز رسانی است و باید شهامت اصلاح اشتباهات را داشت و برنامه‌های دقیق برای تربیت و آموزش دانش آموزان تدوین کرد.

وی در پایان با اشاره به آموزش در مناطق محروم استان نیز گفت: در حال حاضر در سطح استان هفت مدرسه تک دانش آموزی داریم این بدان معناست که ایران اسلامی حتی برای تربیت یک فرزند هم توان می‌گذارد تا نشان دهد همه دانش آموزان برای ما مهم هستند.

دو میدانی قهرمانی پیشکسوتان بانوان کشور بانوان هرمزگانی ۱۲ مدال رنگارنگ کسب کردند

هشتمین دوره مسابقات دو و میدانی قهرمانی پیشکسوتان بانوان کشور انتخابی مسابقات قهرمانی آسیا (اندونزی) به میزبانی تهران برگزار شد.

هشتمین دوره مسابقات دو و میدانی قهرمانی پیشکسوتان کشور انتخابی قهرمانی آسیا (اندونزی) در بخش بانوان به میزبانی مجموعه دومیدانی آفتاب تهران برگزار شد و بانوان هرمزگانی ۱۲ مدال رنگارنگ کسب کردند.

در این مسابقات حمیده سلطانی زاده دو مدال طلا، فاطمه رضوانی دو مدال طلا ، سیمین شعبانی دومدال نقره ، طاهره با با ثیان یک مدال طلا و یک مدال نقره ، نسربین بارانی یک مدال نقره و یک مدال برنز، فاطمه آدینه زاده یک مدال نقره، فاطمه پور اشرف یک مدال برنز کسب کردند.

سکینه ابوالحسنی به عنوان مسئول انجمن پیشکسوتان هیئت دوومیدانی هرمزگان تیم بانوان را همراهی می کرد.

اخبار حوزه زنان

بدمینتون کارگری بانوان کشور، هرمزگان بر سکوی سومی ایستاد

اولین دوره مسابقات جام قهرمانی کارگری بانوان کشور (جام وحدت) با حضور تیم‌های مختلف از سراسر کشور در جزیره کیش برگزار شد. تیم بدمینتون بانوان هرمزگان با سرپرستی فاطمه پیروزه و مربیگری آمنه زارعی با ترکیب بازیکنان خود، موفق به کسب مقام سوم در مسابقات کارگری کشور شدند.

بازیکنان تیم هرمزگان را نورا بوزن، درنا قانديان، ساناز چنگال خوش و مریم هاشمی پور تشکیل می‌دادند. این مسابقات فرصتی مناسب برای ارتقاء سطح ورزش بانوان و ایجاد انگیزه در بین ورزشکاران فراهم آورد. تیم هرمزگان با عملکرد خوب خود در این دوره از مسابقات، به عنوان یکی از تیم‌های موفق شناخته شد و امید است در دوره‌های آینده نیز شاهد موفقیت‌های بیشتری از این تیم باشیم.

رئیس مرکز جوانی جمعیت وزارت بهداشت: "سقط جنین" قبل از ۴ ماهگی هم «قتل نفس» محسوب می‌شود

رئیس مرکز جوانی جمعیت وزارت بهداشت گفت: تلقی عمدۀ جامعه بر این است که اگر جنین زیر ۴ ماه سن داشته باشد سقط کردن او اشکالی ندارد! اما جنین از زمان "لانه‌گزینی" در رحم مادر دارای حیات است و سقط جنین زیر ۴ ماه هم مساوی با قتل فرزند است.

«صابر جباری»، رئیس مرکز جوانی جمعیت وزارت بهداشت با بیان اینکه «باید برای رفع دغدغه مادران برای فرزندآوری تلاش کنیم»، طی سال‌های اخیر فرایند مادر شدن آسیب خورده و ضربه دیده است بنابراین باید با تلاش برای حفظ کرامت مادری، ترویج خوشایندسازی زایمان طبیعی و صیانت جنین تلاش کنیم.

وی افزود: نرخ باروری در سال ۱۴۰۱ به ۱.۶ رسیده و اکنون کاهش نرخ باوری در کشور متوقف شده است.

وی با اشاره به لزوم کاهش آمار سقط جنین در کشور اضافه کرد: برنامه‌هایی برای پیشگیری از سقط عمدی جنین در دستور کار وزارت بهداشت قرار دارد، یکی برنامه آگاه‌سازی عموم جامعه است؛ تلقی عمدۀ جامعه بر این است که اگر جنین زیر ۴ ماه سن داشته باشد سقط کردن او اشکالی ندارد! در حالی که براساس فتوای تمام مراجع، جنین از زمان لانه‌گزینی "در رحم مادر دارای حیات است و سقط او قتل نفس به‌شمار می‌رود و بسیاری از مردم وقتی متوجه این موضوع می‌شوند که سقط جنین زیر ۴ ماه مساوی با قتل فرزند است از آن منصرف می‌شوند.

جباری از طراحی فرایند و رئوس محتوایی مشاوره اقناع‌سازی و انصراف از سقط جنین در دانشگاه‌های علوم پزشکی خبر داد و ادامه داد: در دنیا تلاش می‌شود این نکته القا شود که سقط جنین غیرایمن یا غیربهداشتی مشکل دارد و این تلقی را ایجاد می‌کنند که اگر سقط جنین در شرایط بهداشتی رخ بدهد ایرادی ندارد بنابراین باید در اصلاح این تفکر کوشا باشیم؛ در این راستا پوستره‌های مختلفی نیز درباره پیشگیری از سقط عمدی چاپ و پخش شده است و همه مراکز دولتی و خصوصی ملزم به نصب این پوسترها شده‌اند.

رئیس مرکز جوانی جمعیت وزارت بهداشت به وظایف متخصصان زنان در پیشگیری از سقط عمدی اشاره و تصریح کرد: در قانون، در شرح وظایف پزشکان و متخصصان زنان و زایمان، مقیم‌سازی دائمی زنان و مردان و مواردی که احتمال برگشت‌پذیری در آن‌ها کم باشد نظیر بستن لوله‌ها، ممنوع شده است همچنین تجویز غربالگری تشخیصی ناهنجاری‌های جنین صرفاً به‌درخواست والدین و با تجویز پزشک متخصص مبنی بر احتمال وجود عارضه جدی در جنین یا خطر جدی برای مادر باید انجام شود همچنین برای پزشکانی که جرم سقط جنین را مرتکب می‌شوند علاوه بر جرایم عمومی، ابطال پروانه پزشکی انجام می‌شود.

وی اضافه کرد: خط ۶ سامانه ۱۹۰ برای رسیدگی به شکایات مرتبط با اجرای قانون جوانی جمعیت راه‌اندازی شده است.

فائزه هاشمی آزاد شد

وکیل مدافع فائزه هاشمی از آزادی مشروط موکلش خبر داد. محمدحسین آقاسی در این باره گفت: پیش از این با آزادی مشروط خانم فائزه هاشمی رفسنجانی مخالفت صورت گرفته بود ولی امروز، رای دادگاه تجدیدنظر به ما ابلاغ شد که بنا بر آن، با آزادی مشروط فائزه هاشمی موافقت صورت گرفت و او امروز عصر از زندان آزاد شد. وی افزود: محکومیت موکلم سه سال بود که حدود دو سال از محکومیتش را گذرانده است و امروز با آزادی مشروط نه "آزادی قطعی" از زندان آزاد شد.

براساس این گزارش، از پرونده‌های قضایی سال ۱۴۰۱ مربوط به فائزه هاشمی رفسنجانی دختر مرحوم آیت الله هاشمی رفسنجانی بود. او پنجم مهرماه ۱۴۰۱ با‌داشت و به زندان اوین منتقل شد. طبق اعلام دادستان تهران، پس از طی روال قانونی، کیفرخواست پرونده این فرد به اتهام فعالیت تبلیغی علیه نظام جمهوری اسلامی ایران و توهین به مقدسات صادر و به دادگاه ارجاع شد.

طبق اعلام ستایشی سخنگوی سابق دستگاه قضا، مشارالیه در دو پرونده محکومیت دارد. یکی از آن پرونده‌ها اتهام فعالیت تبلیغی علیه نظام و پرونده دیگر توهین به مقدسات است. متهم در پرونده نخست به ۱۵ ماه حبس تعزیری و در پرونده دوم به ۳۷ ماه حبس تعزیری

هفته نخست لیگ برتر تیپانجه بانوان کشور هرمزگان حریف کرمانی خود را شکست داد

هفته نخست هفدهمین دوره لیگ برتر تیپانجه بانوان کشور در مجموعه ورزشی تیر اندازی آزادی تهران برگزار شد.

هفته نخست لیگ برتر تیپانجه بانوان کشور با حضور ۶ تیم هفته در مجموعه تیراندازی آزادی تهران برگزار شد.

تیم هیئت تیراندازی هرمزگان با حضور سامیه یاسی، هانیه رستمیان، سارا هراتی، فاطمه شکاری با سرمربیگری نرگس خاکساری و سرپرستی مریم آقاخان بان در این مسابقات شرکت کرده است.

در پایان مسابقات هفته نخست هفدهمین دوره لیگ برتر تیپانجه بانوان کشور تیم هیئت هرمزگان ۱۶ بر ۱۲ کرمان را برد.

دانشگاه آزاد اسلامی سیرجان ۱۶ بر ۶ از سد پاس گذشت و هیئت آذربایجان غربی ۱۷ بر ۱۱ مقابل تیم ثابت به پیروزی رسید.

بالاخره نتایج قرعه کشی ایران خودرو برای طرح مادران اعلام شد

نتایج طرح قرعه کشی شرکت ایران خودرو ویژه طرح مادران اعلام شده و شرکت کنندگان می‌توانند در وبسایت این شرکت نتایج آن را مشاهده کنند.

نتایج طرح قرعه کشی شرکت ایران خودرو ویژه طرح مادران اعلام شده و شرکت کنندگان می‌توانند در وبسایت این شرکت نتایج آن را مشاهده کنند.

به نقل از آخرین خودرو، بالاخره نتایج طرح کشی قرعه کشی ایران خودرو ویژه طرح مادران اعلام شده و عملاً اعلام نتایج قرعه کشی ایران خودرو، پایان یافت. در این طرح افراد بسیاری شرکت کردند که عمده آن‌ها در طرح عادی شرکت کرده بودند و این در حالی بود که بخش اعظمی از عرضه خودروها مربوط به طرح مادران بود و همین موضوع باعث شد تا شانس برنده شدن در طرح عادی کاهش یابد.

همانطور که می‌دانید، در طرح قرعه کشی ایران خودرو تقریباً ۱۱۵ هزار دستگاه خودرو عرضه شده است که با توجه به قوانین، ۵۰ درصد این تعداد دستگاه برای طرح مادران، ۳۰ درصد برای متقاضیان عادی و ۲۰ درصد این تعداد برای طرح خودروهای فرسوده در نظر گرفته شده است. از طرفی به طور کلی از این ۱۱۵ هزار دستگاه خودرو، ۳۰ هزار خودرو به صورت فروش فوق العاده و ۸۵ هزار دستگاه خودرو در مجموع به صورت پیش فروش عرضه شده است.

با توجه به این موضوع، سهم طرح مادران در شرایط پیش فروش به طور دقیق ۳۳،۲۵۰ خودرو بوده و این در حالی است که ۲۸۲،۶۹۹ نفر در این شرایط پیش فروش محصولات ایران خودرو ویژه طرح مادران شرکت کرده بودند که بر این اساس حدوداً ۱۵ نفر از هر صد نفر شانس برنده شدن در این طرح را داشتند که درصد قابل قبولی است.

اما در طرح فروش فوق العاده قضیه کمی متفاوت تر است چرا که هم تعداد متقاضی در این طرح بیشتر بوده و هم تعداد عرضه خودروها در شرایط فروش فوق العاده کمتر است. طبق گزارش پایگاه خبری آخرین خودرو به طور کلی در طرح فروش فوق العاده ۳۰،۷۰۰ دستگاه خودرو به فروش رسیده که سهم طرح مادران، ۱۵،۳۵۰ دستگاه بوده و حدوداً ۷۸۶،۳۵۵ نفر در شرایط فروش فوق العاده محصولات ایران خودرو ویژه مادران شرکت کرده‌اند. بنابراین با یک حساب کتاب ساده می‌توان دریافت که از هر صد نفر تنها ۲ نفر شانس برنده شدن در این طرح را داشته است. از طرفی می‌توان نتیجه گرفت که شانس برنده شدن در شرایط فروش فوق العاده بسیار کمتر از پیش فروش بوده که امری بدیهی است.

در نهایت همانطور که گفته شد نتایج قرعه کشی ایران خودرو اعلام شده و شرکت کنندگان در این طرح می‌توانند با مراجعه به وبسایت <https://ikcosales.ir/> و با رفتن به بخش جزئیات فروش در قسمت حساب کاربری می‌توانند نتایج شرکت در طرح فروش این شرکت را مشاهده کنند.

"پری صابری" کارگردان پیشکسوت تئاتر درگذشت

"پری صابری"، کارگردان پیشکسوت تئاتر بعد از مدت‌ها مبارزه با بیماری در ۹۲ سالگی دار فانی را وداع گفت.

"پری صابری"، کارگردان پیشکسوت تئاتر ایران بعد از مدت‌ها مبارزه با بیماری بعد از ظهر روز سه‌شنبه بیستم شهریورماه درگذشت. صابری در کارنامه هنری خود اجرای نمایش‌هایی همچون «من به باغ عرفان»، «بیزن و منیژه»، «شمس پرند»، «من از کجا عشق از کجا»، «هفت شهر عشق»، «باغ دلگشا»، «ند خلوت نشین»، «یوسف و زلیخا» و ... را در کنار شماری از نمایشنامه‌های خارجی همچون «شش شخصیت در جستجوی نویسنده»، «انتیگونه» و ... را روی صحنه برد.

پری صابری در سال ۱۳۱۱ در کرمان متولد شد و پس از طی دوران کودکی در فرانسه به ادامه تحصیل پرداخت. وی در بازگشت به ایران گروه تئاتر پازارگاد را راه‌اندازی کرد و در طول سال‌ها فعالیت خود نویسنده، کارگردانی، طراحی صحنه و ترجمه آثار مختلفی را برعهده گرفت. صابری در سال‌های ۱۳۴۷ تا ۵۷ مدیر فعالیت‌های فوق برنامه دانشگاه تهران بود و تالار مولوی را در تهران تأسیس کرد.

«شمس پرند» و «اسطوره‌سیاوش» دو نمایشی است که پری صابری در تالار یونسکوی پاریس به روی صحنه برد. نشان شوالیه کشور فرانسه به پری صابری داده شده‌است.

محکوم شده است.

مسابقات قهرمانی بانوان کیوکوشین سونودا ایران هرمزگان با ۲۱۷ مدال رنگارنگ بر سکوی قهرمانی ایستاد

مسابقات قهرمانی کشور بانوان کیوکوشین سونودا ایران برای اولین بار در ایران با مسئولیت عیسی امینی بنیان‌گذار و رئیس سبک فدراسیون کاراته ایران برگزار شد.

عیسی امینی رئیس سبک کیوکوشین سونودا ایران گفت: مسابقات قهرمانی کشور بانوان کیوکوشین سونودا ایران برای اولین بار در ایران در هرمزگان به میزبانی شهرستان بندرعباس در سالن شهدای کارگر به مناسبت یادواره شهید کاراته کا خلیل تختی نژاد برگزار شد.

وی بیان داشت: این مسابقات در دو رشته کاتا و کومیته در رده‌های سنی نوباوگان تا بزرگسالان با حضور باشگاه‌های ۷ شهر و ۲۰ باشگاه از شهرهای بندرعباس، رودان، بندرانگه، قشم، درگهان، منطقه آزاد قشم، تخت و باشگاه‌های هرمزگان نبرد اندیشه، مرکزی، مهدیار، مریخ، آیندگان هیئت کاراته، سایاکی، ابفا، آداک اکسیر مثبت، پرشین حسنلنگی، زمین سنگ، برق بندرعباس، پیامبر اعظم، تلاش، کارگران، ایرانیان، انامیس، برق رودان، درگهان و بندر کنگ، و استان‌های کرمان، فارس، هرمزگان، یزد و منطقه آزاد قشم برگزار شد که در مجموع تیمی مقام اول را هرمزگان با ۵۷ مدال طلا، ۶۶ مدال نقره و ۹۴ مدال برنز و مجموع ۲۱۷ مدال کسب کرد. مقام دوم را منطقه آزاد قشم با ۳۱ مدال طلا، ۲۰ مدال نقره، ۷ مدال برنز

و مجموع ۵۸ مدال به خود اختصاص داد. مقام سوم را استان کرمان با ۲ مدال طلا، ۲ مدال نقره، ۳ مدال برنز و مجموع ۷ مدال از آن خود کرد. مقام چهارم را استان فارس با یک مدال طلا، یک مدال نقره و یک مدال برنز کسب کرد.

امینی اظهار داشت: باشگاهی هرمزگان مقام اول را نبرد اندیشه مرکزی با هدایت مریمان صدیقه بیژنی، سمیه بیژنی با ۲۳ مدال طلا، ۳۳ مدال نقره و ۴۳ مدال برنز، مقام دوم را باشگاه آداک اکسیر مثبت با مریمان سحر حاج حسینی، شبنم باوقار سحر رنجبر با ۷ مدال طلا، ۹ مدال نقره و ۱۳ مدال برنز، مقام سوم را باشگاه برق بندرعباس با مربیگری عارفه احمدی پور با ۶ مدال طلا، ۵ مدال نقره و ۸ مدال برنز کسب کردند. مقام چهارم را باشگاه ابفا با مربیگری عارفه احمدی با ۳ مدال طلا، ۳ مدال نقره و ۴ مدال برنز به خودش اختصاص داد.

عیسی امینی رئیس سبک کیوکوشین سونودا ایران گفت: این مسابقات با حضور خانواده شهید تختی نژاد و مسئولین سبک کشوری و استانی برگزار شد و در پایان به قهرمانان حکم و مدال قهرمانی و به تیم اول تا سوم جام قهرمانی اهدا شد. سمیه بیژنی از باشگاه مرکزی هرمزگان به عنوان مربی برتر و مریم بانوج به عنوان داور برتر و جام اخلاقی به نگار سپهری مدیر بانوان باشگاه آداک اکسیر اهدا شد.

داوران این مسابقات صدیقه بیژنی نماینده بانوان ایران، سمیه بیژنی دبیر و نماینده استان، مریم بانوج مسئول داوران، سحر رنجبر مسئول کمیته مسابقات، عارفه احمدی پور بندری کمیته مریمان، شبنم باوقار، امینه تنیان، عاطفه آهن ماه، زهره رخ، سپیده خارا، نیلوفر دادآفرید نماینده بانوان منطقه آزاد قشم، مهدیه فروتن، یکتا نماینده کرمان، نرجس شهبازی، الهام کرمی، فاطمه خدیوی نماینده فارس، مژگان خدایاری نماینده کرمان، خانم آقایی نماینده یزد، نگار سپهری مسئول جداول مسابقات خانم پیشدار مسئول ثبت جداول و تارچ نماینده پرشین بودند.

رئیس هیئت ژیمناستیک استان از دوره مربیگری بازنویس کرد؛ حضور ۵۳ شرکت‌کننده در دوره مربیگری ژیمناستیک هنری بانوان

عبدالرحیم سپهرتاج رئیس هیئت ژیمناستیک استان به همراه نائب رئیس و دبیر هیئت از دوره مربیگری درجه ۳ ژیمناستیک هنری بانوان بازنویس کردند. این دوره مربیگری درجه ۳ ژیمناستیک هنری از ۱۷ شهریور آغاز شد و به مدت ۵ روز ادامه یافت، همچنین دوره کارگاه تمدید و ارتقاء درجه ۳ هنری نیز از ۲۲ شهریور ماه به مدت ۲ روز در محل سالن ژیمناستیک مجموعه ۷ تیر و خانه ژیمناستیک برگزار شد. این دوره‌ها با حضور ۵۳ شرکت‌کننده از سراسر استان زیر نظر فدراسیون ژیمناستیک ایران به مدرسه «مهری یزدانی» یکی از مدرسان با سابقه کشور برگزار گردید.

عبدالرحیم سپهرتاج ضمن خوشامدگویی به شرکت‌کنندگان حاضر در این دوره گفت: آموزش رکن اصلی برنامه‌های هیئت ژیمناستیک است؛ وی با تاکید بر به روز رسانی مریمان و یادگیری اطلاعات نوین در زمینه مربیگری، برگزاری کلاس‌ها را لازم عنوان کرد.

رئیس هیئت ژیمناستیک گفت: امیدواریم با برنامه‌ریزی‌های انجام شده شاهد رشد ژیمناستیک در آینده باشیم.

عبدالرحیم سپهرتاج در پایان مراسم در پایان مراسم از اداره کل ورزش و جوانان استان، مدیریت باشگاه دیاکو «تسیرین نامدار»، مدیران دوره «ندا ندایی» و «یاسمین اسفندفر» و ژیمناستیک‌کاران حاضر در مراسم معصومه حیدری، روزا جعفری، سارینا سامری، مهسا مرادپور، کیانا اکبری، نرگس شمسی، سانای آذر، پرستش عباسلو، هدیه زهرا بحرینی، فاطمه سما ناصری، تشکر و قدردانی نمود.

یادگیری زبان دوم؛ کلید موفقیت کودکان در آینده

گزارش: ایسنا



متخصصان حوزه کودک معتقدند، یادگیری زبان دوم نه تنها به توسعه مهارت‌های زبانی کودکان کمک می‌کند، بلکه می‌تواند تأثیر مثبتی روی توانایی‌های شناختی، اجتماعی و فرهنگی آن‌ها داشته باشد. کودکان دو زبانه دارای توانایی‌های حل مسئله بهتر، خلاقیت بیشتر و دیدگاه‌های گسترده‌تری نسبت به جهان پیرامون خود هستند.

به نقل از ایسنا، یادگیری زبان دوم در کودکان یکی از موضوعات جذاب و پیچیده در حوزه زبان‌شناسی و روان‌شناسی است، چراکه کودکان به دلیل انعطاف‌پذیری ذهنی و توانایی‌های شناختی بالا قادر هستند، زبان دوم را با سرعت و دقت بیشتری نسبت به بزرگسالان فراگیرند، این فرایند به‌طور معمول با بازی‌ها، آهنگ‌ها و ارتباطات روزمره آغاز می‌شود که به کودکان کمک می‌کند تا به‌طور طبیعی زبان جدید را فراگیرند.

محیط زبانی یکی از عوامل مهم در یادگیری زبان دوم است، کودکانی که در محیطی دو زبانه زندگی و رشد پیدا می‌کنند، به‌طور معمول توانایی بیشتری در یادگیری و استفاده از هر دو زبان دارند و این کودکان از طریق تعامل با والدین، دوستان و معلمان خود مهارت‌های زبانی خود را تقویت می‌کنند، همچنین قرار گرفتن در معرض فرهنگ‌های مختلف می‌تواند به توسعه مهارت‌های اجتماعی و شناختی کودکان کمک کند.

علاوه بر تأثیری که محیط زندگی بر یادگیری زبان دوم دارد، روش‌های آموزشی نیز در این زمینه نقش بسزایی ایفا می‌کند، برای مثال استفاده از روش‌های تعاملی و بازی‌محور می‌تواند انگیزه کودکان را برای یادگیری افزایش دهد و معلمان و والدین می‌توانند با ایجاد فضایی مثبت و حمایت‌کننده، کودکان را تشویق به استفاده از زبان دوم کنند، همچنین استفاده از تکنولوژی و منابع چندرسانه‌ای می‌تواند فرایند یادگیری را جذاب‌تر و مؤثرتر کند.

یادگیری زبان دوم در کودکان نه تنها به توسعه مهارت‌های زبانی آن‌ها کمک می‌کند، بلکه می‌تواند تأثیرات مثبتی روی توانایی‌های شناختی، اجتماعی و فرهنگی آن‌ها داشته باشد، کودکان دو زبانه به‌طور معمول دارای توانایی‌های حل مسئله بهتر، خلاقیت بیشتر و دیدگاه‌های گسترده‌تری نسبت به جهان پیرامون خود هستند، در همین راستا گفت‌وگویی با نفیسه گلرنگ، مشاور کودک و عضو سازمان نظام روانشناسی کشور داشتیم که مشروح آن را در ادامه می‌خوانید:

دوران طلایی برای یادگیری زبان دوم چه سنی است؟
تناقض‌های زیادی برای تعیین سن یادگیری زبان دوم در کودکان وجود دارد و تمام پژوهشگران در این زمینه توافق نظر ندارند، چراکه کودکان شرایط یکسانی در زیست خود نداشته‌اند، اما مطالعات نشان می‌دهد کودکان در سن سه سالگی توانایی فراگیری زبان دوم را دارد و هرچه کودک زودتر از چهار سالگی به فراگیری زبان دوم بپردازد، بیشتر می‌تواند بر آن زبان مسلط شود و هرچه زودتر با زبان دوم آشنا شود، شانس بیشتری برای آموزش مؤثر و مداوم دارد، همچنین بعضی از بررسی‌ها حاکی بر آن است که زبان‌آموزی کودکان پیش از هفت سالگی، عاملی بر ایجاد مهارت در تکلم زبان دوم و لهجه است و با افزایش سن و گذر از سن ۱۰ سالگی، توانایی کودک در صحبت کردن به زبان دوم کاهش پیدا می‌کند.

کودکان می‌توانند علاوه بر زبان مادری به‌صورت هم‌زمان زبان دوم را فراگیرند، اما این مورد برای تمام کودکان صدق نمی‌کند و کودکانی که دچار تأخیر در رشد زبان و گفتار هستند، در صورت مواجهه با زبان دیگر در کسب مهارت گفتار و زبان دچار مشکلات بیشتری می‌شوند و این مسئله منجر به تشدید تأخیر در تکلم کودک می‌شود، چراکه بر زبان اول تسلط کافی ندارد و دچار سردرگمی می‌شود، بنابراین فراگیری زبان دوم در دوران کودکی برای کودکانی مؤثر است که زبان مادری را به‌صورت کامل فرا گرفته باشند.

عوامل مؤثر بر یادگیری زبان دوم چیست؟

دسترسی به مراکز آموزشی معتبر، فیلم‌های دو زبانه مناسب کودکان، محیط آرام و بی‌دغدغه برای تمرکز کودک و همراهی و همیاری والدین از عوامل مؤثر بر افزایش اثربخشی فراگیری زبان دوم در کودکان است، همچنین ایجاد محیطی

آرام در خانواده تأثیر بسزایی در فراگیری زبان دوم دارد، علاوه بر آن شرایط محیط اجتماعی باید به‌گونه‌ای باشد که کودکان امکان برگزاری کلاس‌های آموزشی معتبر و امکان مکالمه و تمرین زبان دوم را داشته باشد و بتوانند از مربیان متخصص در حوزه آموزش زبان دوم بهره‌مند شوند.

یادگیری زبان دوم بر رشد ذهنی و شناختی کودکان چه تأثیری دارد؟

با توجه به اینکه بهترین سن فراگیری زبان دوم برای کودکان حدود ۱۰ سالگی یعنی دوران ابتدایی بیان شده است، فواید آن شامل بهبود مهارت‌های شناختی، افزایش خلاقیت، انعطاف‌پذیری ذهنی و تسهیل در فراگیری زبان‌های بعدی است، این یادگیری به افزایش آگاهی کودکان نسبت به فرهنگ‌ها و دیدگاه‌های متفاوت نیز کمک می‌کند و کودکانی که زبان دوم می‌آموزند در حل مشکلات مؤثرتر و خلاق هستند.

یادگیری زبان دوم موجب پرورش و تقویت توانایی‌های ذهنی و شناختی کودک می‌شود و با تمرین مداوم مغز برای یادگیری الگوها و قواعد جدید، توانایی تمرکز و توجه کودکان افزایش پیدا می‌کند، با توجه به پژوهش‌های انجام شده کودکان دو زبانه در انجام آزمون هوش عملکرد بهتری داشتند و این نشانه‌ای بر بالا رفتن توانایی ذهن کودکان است.

تأثیر یادگیری زبان دوم در بهبود مهارت‌های تحصیلی و تقویت مهارت‌های اجتماعی کودکان چیست؟

از مزایای آموزش زبان دوم می‌توان به این مسئله اشاره کرد که به موفقیت کودک در اجرای برنامه‌های مدرسه و مهارت‌های حل مسئله کمک می‌کند و موجب می‌شود در آینده تحصیلی و شغلی خود مؤثرتر از دیگران عمل کند، نتایج تحقیقات انجام شده نشان‌دهنده آن است که کودکان مسلط به زبان‌های دیگر نشانه‌هایی از افزایش خلاقیت و انعطاف‌پذیری ذهنی را در خود نشان می‌دهند و هرچه کودک در سنین پایین‌تری زبان دوم را فراگیرند، نسبت به سنین بالاتر تأثیر این زبان بر رشد ذهنی و شناختی فرد، بیشتر خواهد بود.

افراد چندزبانه توانایی ارتباط با افراد از کشورهای دیگر را دارند و همین امر سبب پیشرفت در اقتصاد، سیاست، تجارت، علوم پزشکی، مهندسی و دیگر حوزه‌های مربوطه می‌شود،

یادگیری زبان دوم به کودکان کمک می‌کند تا با فرهنگ‌ها و دیدگاه‌های متفاوت آشنا شوند و همین امر موجب تقویت مهارت‌های ارتباطی و افزایش همدلی در کودکان می‌شود. چه روش‌هایی برای آموزش زبان دوم به کودکان توصیه می‌شود؟

شرکت کردن در کلاس‌های مراکز آموزشی معتبر، استفاده از محتواهای تولید شده مجازی و کتاب‌های که به زبان‌های مختلف تدوین و منتشر شده‌اند، آموزش از طریق نرم‌افزارهای آموزش تعاملی و استفاده از ترانه‌ها و موسیقی‌های دوزبانه روش‌های مؤثری برای آموزش زبان دوم به کودکان است، همچنین قابل توجه است که طبق تحقیقات انجام شده در رابطه با تأثیر یادگیری زبان دوم بر عملکردهای مغزی، دو زبانه بودن موجب هشیار شدن مغز می‌شود.

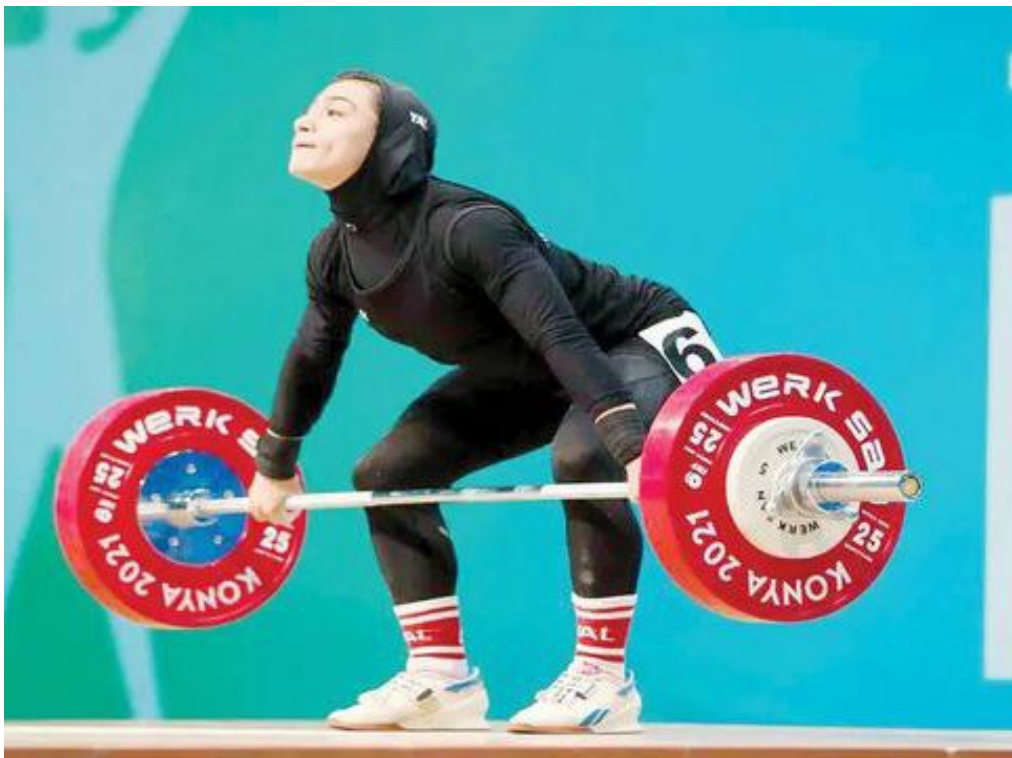
چالش‌های مسیر یادگیری زبان دوم چیست و چگونه می‌توان این چالش‌ها را مدیریت کرد؟

کمبود منابع چالش بزرگی در مقابل آموزش زبان است و والدین و معلمان با محدودیت‌هایی در زمینه زمان و منابع لازم برای آموزش زبان دوم به کودکان روبرو هستند، همچنین هزینه‌های یادگیری زبان دوم همچون هزینه‌های کلاس آموزشی، کتاب و محتواهای آموزشی در دسترس نیز از چالش‌های یادگیری زبان دوم برای خانواده‌ها است.

علاوه بر آن میزان علاقه و یادگیری کودکان به یادگیری زبان دوم باید مورد توجه قرار گیرد، زیرا روش یادگیری کودکان با یکدیگر متفاوت است و توجه نکردن به این موضوع و سوق دادن کودک به یادگیری زبان از روشی که مناسب او نیست، می‌تواند چالش‌برانگیز و مانع بزرگی در مسیر یادگیری زبان دوم باشد، بنابراین معلمان باید آموزش‌هایی تعاملی و گروهی را برنامه‌ریزی کنند و سعی داشته باشند محتوای آموزشی را با ترانه‌های جذاب یا بازی‌های کودکانه ادغام کنند تا آموزش مؤثر و باکیفیت‌تری داشته باشند.

توجه به علاقه کودکان، استفاده از منابع گوناگون آموزشی همچون کتاب، فیلم و ایجاد تعامل مثبت با منابع آموزش مجازی و اینترنتی، تشویق کودکان به یادگیری و سوق دادن آن‌ها به تلاش مستمر و مداوم نیز بر مدیریت چالش‌های یادگیری زبان دوم در کودکان مؤثر هستند.

فاطمه کشاورز هم پناهنده شد؟



فدراسیون وزنه‌برداری ایران روزهای عجیبی را سپری می‌کند. درحالی‌که این فدراسیون همین چند روز قبل به دلیل فهرست عجیب اعزامی برای دریافت ویزای سفارت اسپانیا زیر ذره‌بین رفته و مورد انتقاد قرار گرفته بود، به‌تازگی با پدیده نوظهور اما تکراری گم‌شدن ورزشکارش در کشور اسپانیا مواجه شده است.

به نقل از شرق، فدراسیون وزنه‌برداری ایران روزهای عجیبی را سپری می‌کند. درحالی‌که این فدراسیون همین چند روز قبل به دلیل فهرست عجیب اعزامی برای دریافت ویزای سفارت اسپانیا زیر ذره‌بین رفته و مورد انتقاد قرار گرفته بود، به‌تازگی با پدیده نوظهور اما تکراری گم‌شدن ورزشکارش در کشور اسپانیا مواجه شده است. ماجرا مربوط به فاطمه کشاورز، یکی از دختران اعزامی تیم ملی وزنه‌برداری ایران به اسپانیا در این کشور است. مسئولان فدراسیون وزنه‌برداری خبر داده‌اند کشاورز هتل محل اقامت تیم ملی در این کشور را ترک کرده و بعد از آن تلفن همراهش را هم خاموش کرده است. اگرچه در خبرهای اولیه داستان عجیب و باورنکردنی دزدیده شدن او به گوش رسیده، ولی به نظر می‌رسد فاطمه کشاورز یکی از جدیدترین پناهنده‌های ایرانی بین ورزشکاران باشد. او به قول مسئولان، به بهانه اینکه سردرد دارد، سالن مسابقات را ترک کرده و یا اینکه به آنجا نرفته تا به هتل برگشته و استراحت کند. با وجود این، در بازگشت دیگر اعضای تیم ملی به هتل، مشخص می‌شود که فاطمه پاسپورتش را از کیف سرمربی که در اتاق بوده، برداشته و محل را ترک کرده است. با همین روایت، کاملاً مشخص است که اتفاقی دیگر برای این دختر وزنه‌بردار ایرانی که در مسابقات اسپانیا به عنوان هشتمی رسیده بود، نیفتاده و او قصد مهاجرت داشته است. البته در این بین و با توجه به تجربیات قبلی، یکی دو مورد مبهم هم وجود دارد که محل سؤال است: اینکه چطور پاسپورت او دم‌دست بوده و یا اینکه نقش مأمور حراست چه می‌شود؟ در این زمینه، یکی دو روز گذشته دبیر فدراسیون وزنه‌برداری توضیحاتی داده که تلاش داشته به این ابهامات پاسخ دهد.

وحید ربیعی گفت: «فعلاً هنوز خبری نیست و پیگیر هستیم. با پلیس اسپانیا صحبت کردیم و آنها هم پیگیر هستند اما هنوز هیچ خبری نشده است. حتی پلیس اسپانیا دوربین‌های هتل را چک کرده تا مشخص شود او با چه کسی از هتل خارج شده است، اما هنوز نتیجه آن مشخص نیست. مسابقه کشاورز تازه تمام شده بوده و مربیان برای وزن‌کشی و انجام مسابقه به پاسپورت ورزشکار نیاز داشتند و مربی چون درگیر مسابقات نفرات دیگر بوده، فاطمه کشاورز از کیف مربی‌اش پاسپورت را برمی‌دارد. ولی کسی که قصد رفتن داشته باشد، حتی بدون پاسپورت هم این کار را انجام می‌دهد. ما تمام پروتکل‌ها را رعایت کردیم و محکم کاری لازم را انجام دادیم؛ حتی از ورزشکار سفته گرفتیم، ولی متأسفانه این اتفاق رخ داده است. ضمن اینکه نمی‌توانیم ورزشکار را در هتل زندانی کنیم. او مسابقه‌اش را داده و فردای آن روز با اعلام اینکه سرش درد می‌کند به هتل رفته برای اینکه استراحت کند.

مور همین بخش از اظهارات مسئولان وزنه‌برداری هم ماجرای گم‌شدن فاطمه کشاورز در اسپانیا را کم‌رنگ می‌کند و به فرضیه تلاش برای پناهنده‌گی او قوت می‌بخشد. دبیر فدراسیون وزنه‌برداری هم روی این نکته تأکید کرده که ضبط پاسپورت هم نمی‌توانسته مانعی از این تصمیم شود؛ «ورزشکاری که قصد رفتن کرده باشد، بدون پاسپورت هم این کار را می‌کند و نبود پاسپورت فقط باعث می‌شود او نتواند از آن کشور سریع خارج شود. درحالی‌که ما امیدواریم

دیگر درخواست پناهنده‌گی داده است را می‌توان برجسته کرد. مرور داستان یکتا جمالی به این ماجرا رنگ دیگری می‌دهد. دختر ۱۷ ساله وزنه‌برداری ایران پیش‌تر به هراکلیون یونان سفر کرده بود تا در رقابت‌های وزنه‌برداری قهرمانی جوانان جهان شرکت کند. او در آن تورنمنت توانست در دسته ۸۷ کیلوگرم مدال نقره یک‌ضرب و عنوان چهارمی مجموع را به دست بیاورد و بعد دیگر خبر چندانی از او نشد. حتی در سالن رقابت‌ها هم دیده نشد و برای تماشای رقابت دیگر وزنه‌بردار ایرانی که به هراکلیون سفر کرده بود نیز به سالن نیامد. کمی بعد فدراسیون وزنه‌برداری هم بیانیه‌ای صادر کرد و گفت او هتل محل اسکان را ترک کرده و دیگر برنگشته است. بعدها یکتا جمالی سر از آلمان درآورد و به‌طور رسمی اعلام کرد پناهنده این کشور شده است. این ماجرا برای شقایق باپیری در آذر ۱۴۰۰ هم رخ داد. شقایق که به همراه تیم ملی هندبال راهی اسپانیا شده بود، هتل تیم ملی را ترک کرد و برنگشت. اندکی بعد پلیس محلی، گم‌شدن او را تأیید کرد و گفت خبری در این زمینه به دستش رسیده ولی نمی‌تواند آن را تأیید کند. گم‌شدن شقایق درست بعد از ناپدید شدن چهار ورزشکار کامرونی در اسپانیا رقم خورد که مشخص شد همگی به هدف پناهنده‌گی، هتل محل اقامت تیم‌هایشان را ترک کرده‌اند. درحالی‌که فدراسیون هندبال ایران خبر داد یکی در اسپانیا مانده تا شقایق را به تهران برگرداند، انتشار یک ویدئو از ملی‌پوش هندبال نشان داد که گم‌شدنی در کار نیست. باپیری با انتشار ویدئویی گفت که نه دزدیده شده و نه گم شده است، بلکه فقط درخواست پناهنده‌گی به یکی از کشورهای اروپایی داده است.

بتوانیم فاطمه را پیدا و متقاعد کنیم که برگردد. این مسائل در ورزش رخنه کرده و ممکن است در رشته‌های دیگر هم شاهد آن باشیم. اما همان‌طور که مقام عالی وزارت گفتند تمام ورزشکاران فرزند ما هستند. متأسفانه با وعده‌های پوچ ورزشکاران در این مسیر قرار می‌گیرند. ما اگر بتوانیم با این ورزشکار صحبت کنیم که دوباره کنار تیم برگردند و مسیر قهرمانی را طی کنند، به‌نفع آنها خواهد بود. این ورزشکاران تا دوباره در مسیر قهرمانی قرار بگیرند و تمرینات را شروع کنند و زیر پرچم کشور دیگری در مسابقات شرکت کنند چندین سال طول می‌کشد و زمان زیادی را از دست می‌دهند. حتی خیلی از این ورزشکاران که به یک‌باره چنین تصمیماتی می‌گیرند پشیمان می‌شوند.

به غیر از اظهاراتی که در این زمینه انجام شده و شواهدی برای نیت این ورزشکار جوان وجود داشته، می‌توان با بررسی اتفاقات مشابه قبلی هم دوباره به این نتیجه رسید که او تازه‌ترین ورزشکاری است که ایران را به مقصد کشور و یا پرچم دیگری ترک کرده است. نکته درخور توجه اینکه او دقیقاً از همان فرمولی استفاده کرده که پیش از این، چند ورزشکار ایرانی دیگر که دست بر قضا تعدادی از آنها هم خانم بوده‌اند، استفاده کرده‌اند. محمد گنج‌خانلو، دوچرخه‌سوار مطرح ایرانی که پیش‌تر به عنوان نماینده ایران در رقابت‌های جام جهانی گلاسکو در اسکاتلند به میدان رفته بود، از همین شیوه استفاده کرد. او در رقابت‌های جهانی گلاسکو پس از اتمام مسابقه به هتل برگشته، وسایلش را جمع کرده و بدون اینکه به کسی بگوید، هتل را ترک کرده بود. در چند سال اخیر حداقل دو مورد مشابه دیگر هم که ابتدا اعلام شده ورزشکار گم شده و بعد ورزشکار مذکور در کشوری

چند خبر کوتاه ...

کسب مقام سوم مسابقات کشوری کارگری توسط تیم بدمینتون دختران هرمزگان با حضور دختران جناحی

تیم بدمینتون دختران استان هرمزگان با حضور سه ورزشکار از جناح و یک ورزشکار از بندرعباس موفق شد به همراه استان خراسان شمالی مقام سوم مسابقات کشوری کارگری بانوان که با حضور نمایندگان دوازده استان در جزیره کیش برگزار شد را کسب کند.

این مسابقات تحت عنوان جام وحدت در سه رشته مختلف تنیس، بدمینتون و شطرنج برگزار شد و مقام اول رشته بدمینتون را استان مرکزی و مقام دوم را استان اصفهان بدست آوردند.

تیم هرمزگان به مربیگری آمنه زارعی، سرپرستی فاطمه پیروزه و با حضور بازیکنانی چون درنا قائدیان، ساناز چنگال‌خوش، نورا بوزن از جناح و مریم هاشمی‌پور از بندرعباس در رشته بدمینتون در این مسابقات شرکت کرد.

زهرای کیانی نماینده تالو زنان کشورمان نخستین طلای انفرادی تاریخ تالو ایران در پیکارهای قهرمانی آسیا را به دست آورد.

در روز دوم پیکارهای بخش تالو مسابقات ووشو قهرمانی آسیا به صورت رسمی در ماکائو آغاز شده، زهرای کیانی نماینده کشورمان در فرم «جین‌شو» به مصاف «حریفان خود رفت. کیانی دارنده مدال نقره بازی‌های آسیایی، در این فرم با کسب نمره ۹.۶۸۶ ضمن ایستادن در رتبه نخست به مدال طلای این بخش دست یابد. این نخستین مدال کاروان ووشو ایران در مسابقات قهرمانی آسیا ۲۰۲۴ است.

مدال طلای زهرای کیانی نخستین مدال طلای تاریخ بخش تالو «انفرادی» کشورمان در مسابقات قهرمانی آسیا است. ورزشکارانی از هنگ‌کنگ و ویتنام به ترتیب با نمرات ۹.۶۸۶ و ۹.۶۸۳ به ترتیب دوم و سوم شدند.

تاریخ سازی بانوی ایرانی در مسابقات تالو قهرمانی آسیا



اخبار حوزه سلامت

جراحی موفقیت آمیز پیچ خوردگی تخمدان دختر بچه ۳ ساله در بیمارستان کودکان بندرعباس

در یک اقدام سریع و اورژانسی، دختر بچه ۳ ساله و ۱۰ ماهه‌ای که از درد شدید شکمی رنج می‌برد، در مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی کودکان بندرعباس تحت عمل جراحی پیچ خوردگی تخمدان قرار گرفت.

این کودک که از صبح روز قبل دچار درد شکمی شده بود، در سونوگرافی انجام شده، مشکوک به پیچ خوردگی تخمدان تشخیص داده شد. با توجه به حساسیت بالای این بیماری و خطر از دست رفتن تخمدان در صورت عدم درمان به موقع، تیم جراحی بلافاصله وارد عمل شدند.

عمل جراحی این کودک توسط دکتر سعیده مجیدی، فوق تخصص جراحی اطفال، و با همکاری متخصص بیهوشی، دکتر سید محمد ابطی، ساعت ۱:۳۰ بامداد سه شنبه سوم مهرماه انجام شد. خوشبختانه این عمل جراحی با موفقیت به پایان رسید و کودک پس از یک و نیم روز با حال عمومی مساعد از بیمارستان مرخص شد.

دکتر سعیده مجیدی در خصوص این بیماری توضیح داد: پیچ خوردگی تخمدان یا تورشن تخمدان، وضعیتی است که در آن تخمدان به دور رگ‌های خونی خود پیچ خورده و خون‌رسانی به آن مختل می‌شود. این وضعیت در صورت عدم تشخیص و درمان به موقع می‌تواند منجر به مرگ بافت تخمدان و از دست دادن آن شود. مجیدی افزود: پیچ خوردگی تخمدان یک بیماری اورژانسی است که نیاز به تشخیص سریع و اقدام فوری دارد. به همین دلیل، عمل جراحی این کودک به صورت اورژانسی و در کمترین زمان ممکن انجام شد.

ابتلای ۱۹۳ نفر در کشور به بیماری تب دنگی

معاون فنی مرکز مدیریت بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت، از ابتلای ۱۹۳ نفر در کشور به بیماری تب دنگی خبر داد.

بایک عشرتی، درباره میزان افزایش آمار مبتلایان به تب دنگی در کشور گفت: از هفته گذشته که آمار حدود ۱۸۹ نفر بود تا این هفته ۴ نفر مبتلای جدید شناخته شده که نشان می‌دهد پشه آندس فعالیت چشمگیری در هفته‌های اخیر نداشته است.

وی افزود: تا زمانی که از شهرستان‌های کشور، بیمار گزارش نشود، آماری اضافه نمی‌شود، اما درباره مشاهده خود پشه ممکن است در برخی از استان‌ها فعالیت داشته باشد.

عشرتی گفت: تاکنون هیچ استانی درگیر تب دنگی نشده و فقط شهرستان چابهار درگیر این بیماریست، البته در برخی از شهرستان‌ها، پشه آندس صید شده، اما به صورت استانی تاکنون شیوع پیدا نکرده است.

وی با بیان اینکه گستره زیستگاه پشه آندس افزایش یافته، افزود: تا چندین سال قبل مثلاً در فرانسه تنها در جنوب این کشور پشه آندس وجود داشت، اما هم اکنون همه این کشور را درگیر کرده است.

معاون فنی مرکز مدیریت بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت با اشاره به تشکیل ستادی در وزارت کشور برای ساماندهی دستگاه‌های اجرایی در مقابله احتمالی با شیوع بیماری تب دنگی، گفت: با توجه به تجربه کرونا، وزارت بهداشت با هماهنگی موفق‌تر از دوران کرونا عمل کرده است.

عشرتی افزود: گزش این پشه کشنده نیست و از ابتدای سال تا کنون فقط یک مورد فوتی داشتیم و از تعداد ۱۹۳ مورد مبتلا تقریباً بیش از ۱۳۰ نفر از خارج کشور مبتلا شده بودند.

تزریق واکسن آنفلوآنزا تا سه هفته آینده ادامه دارد

وزیر بهداشت با بیان اینکه مشکلی در ارتباط با توزیع واکسن آنفلوآنزا وجود ندارد، گفت: واکسن آنفلوآنزا خارجی و ایرانی در داروخانه‌ها توزیع شده است.

محمدرضا ظفرقندی در حاشیه آیین «افتتاحیه همایش ملی درس‌آموخته‌های کرونا» با حضور در جمع خبرنگاران گفت: وضعیت دانشجویان و اساتیدی که حضور در دانشگاه‌ها منع شده‌اند باید مورد بازبینی قرار گیرد. بنابر دستور رئیس‌جمهور، وضعیت دانشجویان و اساتیدی که از حضور در دانشگاه‌ها منع شده‌اند مورد رسیدگی قرار می‌گیرد. برخی اساتید و دانشجویان دست به اقداماتی زده‌اند اما نباید منجر به منع حضور همیشگی آنها در دانشگاه تبدیل شود، از این رو پرونده دانشجویان و اساتید مورد بازنگری قرار می‌گیرد.

وزیر بهداشت در پاسخ به پرسشی مبنی بر تعیین تکلیف وضعیت معاونت‌های این وزارتخانه گفت: به منظور انتصاب معاونت‌های

وزارت بهداشت باید مسیری را سپری کنیم. انتخاب معاونت‌های وزارت بهداشت طبق روال انجام شد اما مسیری که برای این موضوع باید طی شود، طولانی است.

ظفرقندی با بیان اینکه بر مبنای نظر رئیس‌جمهور به منظور انتخاب معاونت‌ها باید کارگروهی تشکیل و شاخص‌ها را بررسی کند، اظهار کرد: انتشار معاونت‌ها نباید یک انتصاب شخصی و دفعی باشد بلکه باید بر مبنای شاخص‌های مدنظر باشد.

وی ادامه داد: افرادی که برای معاونت مدنظر هستند بر مبنای شاخص‌های مدنظر رتبه‌بندی می‌شوند. پس انتخاب افراد براساس شاخص‌ها، مرحله استعلام قانونی آغاز می‌شود. تصور می‌کنم که انتخاب معاونت‌ها در پایان مسیر خود قرارداد و طی یک یا دو هفته آینده انجام می‌شود.

وزیر بهداشت در پاسخ به پرسش مبنی بر اینکه برنامه وزارت بهداشت برای تامین واکسن آنفلوآنزا چیست؟ گفت: زمان طلایی تزریق واکسن آنفلوآنزا از سه هفته گذشته آغاز شده و تا سه هفته آینده ادامه دارد. تا این لحظه گزارشی مبنی بر کمبود واکسن واصل نشده است.

ظفرقندی ادامه داد: این احتمال وجود دارد که بعضی داروخانه‌ها واکسن آنفلوآنزا را تمام کرده‌باشند اما گزارش مبنی بر کمبود واکسن مخابره نشده و اگر کمبود واکسن داشته‌باشیم موارد گزارش می‌شود. هیچگونه مشکلی در زمینه واکسن آنفلوآنزا وجود ندارد و نوع خارجی و ایرانی واکسن در دسترس است. اگر کمبود واکسن در برخی داروخانه‌ها وجود دارد شاید به دلیل موضوع توزیع باشد. موضوع توزیع واکسن را پیگیری می‌کنیم.

وی در پاسخ به پرسش دیگری مبنی بر اینکه «داروخانه‌ها معتقدند که به هر داروخانه چهار سهمیه واکسن آنفلوآنزا داده می‌شود به گفت: چنین ادعایی صحت ندارد.

رشد چشمگیر اعمال جراحی و آندوسکوپی در بیمارستان کودکان بندرعباس



دکتر امیر حسابی، رئیس مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی کودکان بندرعباس، از رشد چشمگیر اعمال جراحی و آندوسکوپی در شش ماهه اول سال جاری در این مرکز خبر داد.

به گفته‌ی دکتر حسابی، در شش ماهه نخست سال جاری، تعداد اعمال جراحی در بیمارستان کودکان بندرعباس به ۳۶۸ مورد رسیده است که نسبت به مدت مشابه سال گذشته با ۱۳۰ عمل، رشدی معادل ۱۸۳ درصد نشان می‌دهد. همچنین، تعداد آندوسکوپی‌ها نیز با افزایش ۷۷ درصدی به ۱۱۷ مورد رسیده است که در مقایسه با ۶۶ مورد در مدت مشابه سال گذشته، رشد قابل توجهی را نشان می‌دهد.

دکتر حسابی در این خصوص گفت: «این رشد قابل توجه را مدیون افزایش فضای اتاق عمل پس از انتقال به ساختمان جدید این مرکز و همچنین همکاری‌های ارزشمند موسسه محک هستیم که با انجام اعمال جراحی خیریه، به بیماران نیازمند کمک شایانی کرده است. رئیس بیمارستان کودکان بندرعباس، این دستاورد را حاصل تلاش‌های شبانه‌روزی کادر پزشکی و پرسنل بیمارستان دانست و بر ادامه این روند رو به رشد تاکید کرد.

دکتر حسابی افزود: «مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی کودکان بندرعباس، سال‌هاست که با حضور کادر مجرب جراحی و گزارش اطفال، متخصصین بیهوشی و سایر پرسنل سخت‌کوش حاضر در اتاق عمل و بخش‌های بستری، به ارائه خدمات فوق تخصصی با استانداردهای جهانی به کودکان استان هرمزگان و استان‌های همجوار پرداخته و همواره در راستای ارتقای خدمات درمانی ارائه شده گام برمی‌دارد.

کمبود واکسن نوزادان در هرمزگان رفع شد

واکسن پنج گانه نوزادان پنتاوالان در همه مراکز خدمات جامع سلامت هرمزگان موجود شده است.

بهشسته شمسایی معاون اجرایی مرکز بهداشت هرمزگان امروز گفت: در دو هفته گذشته به علت کمبود کشوری این واکسن در هرمزگان

نیز موجود نبود که با رفع مشکل در سطح ملی، در هرمزگان نیز این واکسن از دیروز توزیع آن آغاز شده است.

وی ادامه داد: واکسن پنتاوالان (پنج گانه) که ایمنی زایی در برابر بیماری‌های دیفتری، سیاه سرفه، کزاز، هیپاتیت B و هموفیلوس آنفلوآنزا تیپ B ایجاد می‌کند در ۳ نوبت در سنین ۲-۴ و ۶ ماهگی به کودکان تزریق می‌گردد.

شمسایی خاطر نشان کرد: خانواده‌هایی که نوبت واکسن نوزادانشان در ۲۰ روز گذشته بوده و یا اکنون در نوبت واکسن هستند می‌توانند به مراکز خدمات جامع سلامت یا خانه‌های بهداشت مراجعه کنند.

رئیس سازمان آموزش و پرورش استثنایی خبر داد: سنجش سلامت ۹۹ درصد نوآموزان بدو ورود به دبستان

رئیس سازمان آموزش و پرورش استثنایی گفت: مدارس استثنایی در اجرای طرح مهر همسو با مدارس عادی آماده بازگشایی هستند. «حجت الله الماسی»، رئیس سازمان آموزش و پرورش استثنایی گفت: مدارس استثنایی کاملاً همسو با مدارس عادی در حوزه تامین نیروی انسانی، فضا، توانمندسازی و آمادگی‌های روانی در بخش همکاران و خانواده اقداماتی انجام دادند و اقدامات خاص‌تری صورت گرفته؛ به‌عنوان مثال در تابستان تقریباً ۲۵۰۰ نفر از همکاران در دوره‌های تخصصی توانمندسازی شرکت کردند.

وی افزود: معلمان جدیدالاستخدام را نیز در دوره بدو استخدام شرکت دادیم و جلسات ویژه توانمندسازی مدیران را نیز برگزار کردیم؛ درخصوص تامین معلم برای مدارس استثنایی که تقریباً ۴ هزار نفر کمبود داشتیم اکنون با تلاش همکاران سازمان آموزش و پرورش استثنایی و همکاران استان‌ها، دغدغه بسیار کمی در این خصوص داریم و انشاءالله با شروع سال تحصیلی مدارس و کلاس‌های درس، معلم مربوطه در همه گروه‌های معلولیت را خواهند داشت.

این مقام مسئول ادامه داد: درخصوص آماده‌سازی فضاها و شاداب‌سازی آنها نیز مانند مدارس عادی عمل کرده‌ایم و برگزاری نشست‌هایی را با خانواده‌ها پیشنهاد داده‌ایم که با شروع سال تحصیلی در استان‌ها برگزار شود و سعی داریم مشارکت خانواده را به بالاترین سطح برسانیم.

الماسی به مهمترین اقدام صورت‌گرفته توسط سازمان مدارس استثنایی درخصوص پروژه مهر اشاره کرد و گفت: مهمترین اقدام سازمان آموزش و پرورش استثنایی برای پروژه مهر، غربالگری و سنجش پیش از ورود نوآموزان شش ساله است که تقریباً ۹۹ درصد غربالگری‌ها انجام شده است.

رئیس سازمان آموزش و پرورش استثنایی در پایان اضافه کرد: در ۳۰ خردادماه سنجش‌ها به اتمام رسیده است و نتایج به دست آمده از آن، در حال تحلیل و بررسی است تا بتوانیم از آن داده‌ها برای تربیت بهتر دانش‌آموزان استفاده کنیم؛ بطور کلی مدارس استثنایی کشور برای شروع سال تحصیلی جدید آماده حضور دانش‌آموزان هستند.

آموکسی سیلین پر فروش ترین دارو در بازار دارویی کشور

رئیس سازمان غذا و دارو گفت: از بین داروهای پر فروش از نظر تعداد آموکسی‌سیلین در رتبه اول در ۶ ماه گذشته قرار دارد.

سید حیدر محمدی رئیس سازمان غذا و دارو با اشاره به آمار پر فروش‌ترین داروهای بازار دارویی کشور در ۶ ماهه گذشته، اظهار کرد: پس از آموکسی‌سلین، داروهای همچون Ivi، سرم تزریقی، استامینوفن، آزیثرومایسین، سفکسیم، آموکسی کلاو، کلپیدوگرل، آدالیمومب تزریقی، انسولین اسپارت، واکسن آنفلوآنزا (۴ ظرفیتی) و سفازولین تزریقی به ترتیب ۱۰ داروی پر فروش از لحاظ ریالی بوده‌اند.

وی خاطر نشان کرد: با توجه به اینکه در فهرست ۱۰ موردی داروهای پر فروش چهار مورد آن مربوط به آنتی بیوتیک‌هاست، نشان می‌دهد که باید در حوزه تجویز همچنین مصرف خودسرانه این دارو اقدامات فرهنگی بیشتری صورت گیرد.

رئیس سازمان غذا و دارو تصریح کرد: از بین داروهای پر فروش از نظر تعداد نیز، همچنان آموکسی‌سیلین در رتبه اول و قرص‌های سرماخوردگی بزرگسالان، متفورمین، استامینوفن کدئین، فاموتیدین، لووتیروکسین، آسپیرین، لوزارتان، (استامینوفن، کافئین، ایبوپروفن) و قرص پنتوپرازول به ترتیب در رتبه‌های بعدی قرار دارند.

افسردگی فصلی ۱۱ درصد از جامعه در راه است

بیشترین سن بروز افسردگی؛ بین ۳۰ تا ۴۰ سال

متخصص روانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان این که با شروع پاییز و کوتاه‌تر شدن طول روز و کمتر شدن نور خورشید احتمال ابتلا به افسردگی افزایش می‌یابد، گفت: خلق ۱۱ درصد از عموم مردم با شروع فصل پاییز و سرد شدن هوا کاهش پیدا می‌کند.

«جمال شمس»، متخصص روانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان این که در برخی از فصول سال به دلایل نامعلوم ممکن است خلق برخی از افراد دستخوش تغییراتی شود، گفت: افسردگی فصلی اختلالی است که معمولاً با تغییر فصل به بالاترین میزان خود می‌رسد.

نور بیشتر، رهایی زودتر از افسردگی فصلی افسردگی فصلی نوعی اختلال است که در آن فرد در دیگر زمان‌های سال شرایط عادی دارد ولی در فصلی خاص احساس اضطراب و افسردگی می‌کند.

وی افزود: به طور کلی افسردگی فصلی نوعی اختلال است که در آن فرد در دیگر زمان‌های سال شرایط عادی دارد ولی در فصلی خاص احساس اضطراب و افسردگی می‌کند.

شمس با اشاره به این که تابش نور خورشید و ساعت بیولوژیکی بدن که تنظیم کننده ترشح هورمون‌ها است می‌تواند خلق و خواب را تحت تاثیر قرار دهد تاکید کرد: افرادی که با تغییر فصل دچار افسردگی می‌شوند، به هر میزان نور بیشتری دریافت کند زودتر از افسردگی و تنگی خلق رهایی می‌یابند.

افسرده شدن ۱۱ درصد از مردم با سرد شدن هوا

عضو هیات علمی گروه روانپزشکی دانشگاه گفت: خلق ۱۱ درصد از عموم مردم با شروع فصل پاییز و سرد شدن هوا کاهش پیدا می‌کند. وی با تاکید بر این که تمامی افرادی که دچار افسردگی فصلی می‌شوند لزوماً مبتلا به اختلال افسردگی نیستند، توضیح داد: ممکن است درصد کمی از افرادی که به یک باره با تغییر فصل دچار اضطراب و افسردگی می‌شوند به درمان‌های مداخله‌ای نیاز داشته باشند.

تغییر خلق در بهار هم ممکن است این متخصص روانپزشکی با بیان این که اختلال عاطفی و یا افسردگی فصلی افراد را به شکل‌های متفاوتی تحت تاثیر قرار می‌دهد، افزود: احتمال تغییر خلق در فصل بهار نیز وجود دارد.

شمس با اشاره به این که احتمال بروز افسردگی با شروع فصل پاییز به مراتب بیشتر از بهار است توضیح داد: شیدایی یا مانیا حالتی از افسردگی است، در این مدل از اختلال خلق که همزمان با فصل بهار آغاز می‌شود انرژی فرد بسیار زیاد می‌شود به شکلی که این اختلال با تظاهراتی همانند نشاط‌زدگی، تحریک‌پذیری، فعالیت بیش از حد، خلق بالا به صورت شادی، خوش‌بینی افراطی، بیقراری حرکتی، اشکال در تمرکز و برنامه‌ریزی‌های بلندپروازانه دیده می‌شود.

کاهش انرژی، تغییرات محسوس در میزان خواب، میل جنسی، توجه و تمرکز و تغییر در میزان اشتها از نشانه‌های افسردگی است



علائم افسردگی فصلی

وی گفت: در مبتلایان به بیماری دوقطبی، علائم مانیا و شیدایی با شروع فصل بهار و اختلال افسردگی در فصل پاییز عود می‌کند.

شمس با بیان این که علائم و نشانه‌های افسردگی فصلی با اختلال افسردگی دائم شباهت زیادی دارد، افزود: کاهش انرژی، تغییرات محسوس در میزان خواب، میل جنسی، توجه و تمرکز و تغییر در میزان اشتها از نشانه‌های افسردگی است.

وی تنها فاکتوری که افسردگی فصلی را نسبت به سایر اختلالات روانی و افسردگی‌ها متفاوت می‌کند، زمان بروز افسردگی فصلی دانست و گفت: افسردگی فصلی در بازه زمانی خاص در سال عود می‌کند.

بیشترین سن بروز افسردگی

شمس با بیان این که احتمال بروز تمامی بیماری‌ها و اختلالات روان تقریباً یکسان است تاکید کرد: به طور مثال بیشترین سن بروز افسردگی بین ۳۰ تا ۴۰ سال است و یا اختلال دوقطبی و یا بروز شیدایی در ۲۰ تا ۲۵ ساله‌ها بیشتر دیده می‌شود.

وی با اشاره به این که به طور کلی انواع بیماری‌ها، که اختلالات روان هم از این قاعده مستثنی نیست تاریخ دقیق شروع و یا سن خاصی ندارد، تاکید کرد: حتی ممکن است فردی در سن بالای ۵۰ یا کمتر

از ۲۰ سال دچار افسردگی یا افسردگی فصلی شود.

شمس با اشاره به اهمیت درمان انواع افسردگی‌ها تاکید کرد: اگر چنانچه این بیماری به موقع تشخیص و درمان‌ها پیش از شدت گرفتن علائم آغاز شود، روند درمان تا حدود زیادی از بروز مشکلات بعدی جلوگیری خواهد کرد.

درمان با داروهای ضدافسردگی برای برخی از بیماران مبتلا به اختلال عاطفی فصلی، خصوصاً اگر علائم شدید باشد بسیار موثر خواهد بود

انواع درمان افسردگی فصلی

وی استفاده از درمان‌های دارویی، غیر دارویی و یا مشاوره را از جمله روش‌های درمان افسردگی فصلی دانست و تاکید کرد: درمان این اختلال به کمک نور درمانی، دارو و روش‌های روان پزشکی انجام می‌شود و اگر چنانچه فرد به اختلال دوقطبی مبتلا باشد باید به پزشک خود اطلاع دهد چرا که این موضوع برای زمان تجویز نور درمانی و دیگر داروهای ضد افسردگی بسیار اهمیت دارد.

این متخصص روانپزشکی دانشگاه گفت: درمان با داروهای ضدافسردگی برای برخی از بیماران مبتلا به اختلال عاطفی فصلی، به ویژه اگر علائم شدید باشد بسیار موثر خواهد بود.

مسابقات آسیایی سبک شوتوکان IKD

دختران هرمزگانی با اقتدار بر بام قهرمانی ایستادند

نوروی، فریما کیانی فرد، میلکا نظری، یاسمین حیدری، سما ملوئی زاده، فاطمه شهابی و آیناز عقیلی زاده مدال برنز گرفتند.

در کاتا تیمی جوانان مبینا جعفری، مبینا رنجبر مینایی، سیده سلما موسوی بحرانی، جوانان نیایش عوض زاده، ستایش شهاب پور، پانید یابوری، در کومیته دینا صابری، فهمیه ملاح کنگی مبینا پیروی، هلیا بهادر مظفری، بنیتا کهنوی، هلن کهن، عفاف شویب، زینب اسماعیلی، صفیه شفاهی، یکتا دهقان، خلود مهدوی، زینب چراهی، حمیرا چراهی، منال قریشی، فاطمه شکور، فاطمه زهرا خانه زر، آیلین عامری صفات، نفیسه بدری، شادی شکفته توسروندانی، سیده زهرا حسینی، ریحانه سادات پذیرش، زهرا سادات پذیرش، دلینا اخشایی، نیایش عوض زاده، زهرا نظر نژاد، سلما سنگر زاده، نازگل میر حسن، آیدا دست پیمان، فاطمه دباغ، مهنا فروزنده، آندیا زارعی فرد، سدنا حقیقی فرد، مرجان بهمن نوبی، نگین نیک منش، نفس فلاحی، آیلین خشنودی، آیدا شیرپور، آیسلا حسینی، فرحانه بحری نژاد، مریم نوروی، رمیضا عبدالله زاده، حنا کریمیان، فریما کیانی فرد، سما جیلی، ریحان ملاح کنگی، میلکا نظری، یاسمین حیدری، بهار بحرانی، هایده نجیبی، عایشه زارعی و نسیم بدری مدال برنز گرفتند.

آیه عاشوری، ستایش ایاره، لیلیا خضری پور، پریا ملوئی زاده، عسل جهانگیری، فاطمه رونما و هانیه دودمان مدال طلا بر گردن آویختند. در کاتا مبینا جعفری، بنیتا کهنوی، یکتا دهقان، رها جلالی بخوانی، ریحانه سادات پذیرش، زهرا سادات پذیرش، دلینا اخشایی، آیدا دست پیمان، مرجان بهمن نوبی، نگین نیک منش، نفس فلاحی، آیسلا حسینی، رمیضا عبدالله زاده و عایشه زارعی، در کومیته محیا شیرپور، سدنا احمدی برنظین، مطهره نعمتی، سارا دین دوست، دنیا محمودی، مریم دریس موسی زاده، آنا حاجبی، صوفیا واحدی، سارا بحرپیمان، مها مهجورباشی، پانتا آ جوان، ملودی مرتضائی، آیسلا غلامزاده، اسرا ربیعی، نیوشا پورکورستانی، دنیا سرکوه نشین و آیناز عقیلی زاده مدال نقره گرفتند.

در کاتا هلن کهن، صفیه شفاهی، سارا دین دوست، فرناز دهقان، زینب چراهی، حمیرا چراهی، منال قریشی، دیانا محمودی، دنیا محمودی، فاطمه شکور، آنا حاجبی، فاطمه زهرا خانه زر، صوفیا واحدی، سارا بحرپیمان، ستایش ایاره، سیده سلما موسوی بحرانی، سیده زهرا حسینی، ملودی مرتضائی، لیلیا خضری پور، زهرا نظر نژاد، سلما سنگر زاده، نازگل میر حسن، اسرا ربیعی، فاطمه دباغ، فهمیه ملاح کنگی، عسل جهانگیری، آیلین خشنودی، هانیه دودمان، نیوشا پورکورستانی، فرحانه بحری نژاد، مریم

مریگیری مرجانه پری زاده ۳ مدال طلا، ۶ مدال نقره، ۲۱ مدال برنز، تیم های فجر ب بندرلنگه، مروارید بندرکنگ، بندرحمیران و بندرچارک به مریگیری سمیه تکمار ۴ مدال طلا، ۸ مدال نقره، ۲۷ مدال برنز، تیم نارمیلیا مروارید بندرلنگه به مریگیری مهروش کریمی زاده ۲ مدال طلا، ۲ مدال نقره، ۳ مدال مدال برنز و تیم مروارید جنوب از بندرعباس به مریگیری آذر حمزه ای یک مدال طلا و یک مدال نقره و تیم دیاکو از بندرعباس به مریگیری فاطمه حیدری یک مدال نقره و ۳ مدال برنز در مجموع با کسب ۲۱ مدال طلا موفق شدند با اقتدار بر بام کاراته آسیا سبک شوتوکان IKD بایستند و برگ زرینی بر افتخارات ورزش کاراته هرمزگان بیافزایند.

مرجانه پری زاده تنها داور آسیایی سبک شوتوکان IKD کشور، فاطمه حیدری، الهه ماندگاری، سمانه زرگری، کوثر اسکندری و سوسن دهقانی در این تورنمنت قضاوت نمودند. در مسابقات کاتا شیفته حدادی، فاطمه غلامی، ریحانه کهنوی، پانتا آ جوان، آیسلا غلامزاده، سما جیلی و ریحان ملاح کنگی مدال طلا گرفتند. در کاتا تیمی جوانان شیفته حدادی، فاطمه شهابی، ریحانه کهنوی، نونهالان فرناز دهقان، مریم دین دوست، سارا دین دوست به مدال طلا دست یافتند. در کومیته مبینا جعفری، مهلا پیروی، النا جمشیدی، مهشید سپاهی، فرناز دهقان،

دختران هرمزگان در مسابقات آسیایی شوتوکان IKD قدرت نمایی کردند.

چهارمین دوره مسابقات آسیایی سبک شوتوکان IKD جام نقش جهان، در بخش بانوان با حضور ۱۷ استان و ۵ کشور خارجی نپال، عراق، افغانستان، پاکستان و تاجیکستان در سه بخش کاتا انفرادی، کاتای تیمی و کومیته به میزبانی شهرستان نجف آباد اصفهان در محل دانشگاه آزاد اسلامی سالن پوریای ولی برگزار شد.

در پایان این رقابت ها در رده بین المللی، تیم هرمزگان با اقتدار بر سکوی نخست ایستاد. تیم فارس مقام نایب قهرمانی را از آن خود کرد و تیم افغانستان و مرکزی عنوان سومی این دوره از رقابت ها را کسب نمودند.

در رده بندی جشنواره ای ویژه کمربندهای رنگی تیم اصفهان مقام اول، تیم چهارمحال و بختیاری مقام دوم و تیم های همدان و قم مشترکاً مقام سوم را کسب کردند.

کاپ اخلاق به استان یزد تعلق گرفت. این دوره از مسابقات را ۹۰ داور جهانی، آسیایی و ملی قضاوت نمودند. مهدی صابری رئیس سبک شوتوکان IKD استان هرمزگان گفت: تیم منتخب هرمزگان متشکل از تیم های فجر بندرلنگه و بندرستانه به مریگیری فریده مضمینی صاحب ۱۱ مدال طلا، ۱۲ مدال نقره، ۴۰ مدال برنز، تیم های امام حسین (ع) و تختی نژاد از بندرعباس به

با سرآشپز = نان لقمه‌ای آلمانی



نکات مهم در طرز تهیه نان لقمه ای آلمانی در طرز تهیه نان لقمه ای آلمانی برای به عمل آوردن خمیر مایه به جای آب می‌توانید از مقداری شیر گرم استفاده کنید. برای پر کردن نان لقمه آلمانی می‌توانید گوشت چرخ کرده را مثل مایه ماکارونی درست کنید و نان را با آن پر کنید. توجه داشته باشید، هر چقدر زمان استراحت خمیر نان برلینر بیشتر باشد، پف آن هم بیشتر خواهد شد. در طرز تهیه نان برلینر، به جای خمیر مایه و آب می‌توانید از ماست و بیکنینگ پودر استفاده کنید. ارزش غذایی نان لقمه ای آلمانی به عنوان میان وعده مدرسه و زنگ تفریح بچه‌ها نان لقمه‌ای آلمانی با استفاده از مواد مغذی و متنوعی مانند تخم مرغ و آرد تهیه می‌شود. همچنین، برای پر کردن این نان می‌توانید مثل شیرینی دونات از مواد گوناگونی مانند کرم پنیری، خامه فرم گرفته، انواع مربا و مارمالاد و بسیاری ترکیبات مفید دیگر مثل انواع گوشت استفاده کنید. تخم مرغ حاوی ویتامین‌های ارزشمندی مانند **D**، **E** و **B12** است. همچنین، تخم مرغ منبع غنی پروتئین، اسیدهای آمینه ضروری، اسیدهای چرب، اسید فولیک و مواد معدنی متنوعی مانند مس، روی، سلنیوم، کلسیم و آهن است. همه این مواد مغذی به بهبود رشد و نمو کودکان کمک می‌کنند. از سوی دیگر، آرد گندم سرشار از کربوهیدرات، پروتئین، فیبر و مواد مغذی متنوعی مانند سلنیوم، منگنز، فسفر، مس و اسید فولیک است. مجموعه این مواد علاوه بر خاصیت سیرکنندگی بالا از فواید زیادی برخوردارند و می‌توانند به بهبود عملکرد دستگاه گوارش، تقویت سیستم ایمنی و افزایش انرژی کودکان در مدرسه و مهدکودک کمک کنند. بنابراین، نان لقمه ای آلمانی می‌تواند گزینه مناسبی برای میان وعده مدرسه و زنگ تفریح بچه‌ها باشد. فوت و فن‌های خوشمزه شدن نان لقمه ای آلمانی آیا می‌توانیم نان لقمه‌ای آلمانی را به جای تابه در فر درست کنیم؟ بله. در این صورت، باید دمای فر را روی ۲۲۰ درجه سانتی‌گراد تنظیم کنید و اجازه دهید گرم شود. سپس، چانه‌های خمیر نان لقمه‌ای آلمانی را ابتدا با فویل بپوشانید و برای ۲۰ دقیقه در فر بگذارید. سپس، فویل را از روی چانه‌ها بردارید و بگذارید حدود ۲۰ دقیقه دیگر در فر باقی بمانند تا سطح آن‌ها کاملاً طلایی شود. داخل نان لقمه ای آلمانی را با چه موادی پر کنیم؟ شما می‌توانید داخل نان لقمه ای آلمانی را با مواد متنوعی مانند انواع مارمالاد، انواع مربا، خامه شکلاتی، خامه فرم گرفته قنادی، کرم پنیری، گاناش شکلاتی یا حتی با گوشت چرخ کرده سرخ شده پر کنید. برای این مورد اخیر، می‌توانید گوشت چرخ کرده را درست مانند مایه ماکارونی درست کنید و در میان نان برلینر بگذارید.

بزنید تا همه مواد با یکدیگر مخلوط شوند و تخم مرغ حالت لختگی خودش را کاملاً از دست بدهد. مرحله سوم: نیمی از آرد را اضافه کنید. حالا، آرد را ۳ مرتبه الک کنید. سپس، نیمی از آرد الک شده را به مایه اولیه نان لقمه‌ای اضافه کرده و این ترکیب را با کمک لیسک فولد کنید. فولد کردن به این معناست که ترکیبات را به آرامی و به صورت دورانی در جهت عقربه‌های ساعت هم بزنید و در حین انجام این کار، محتویات زیرین کاسه را به سمت بالا هدایت کنید. سپس درب کاسه را ببندید و حدود ۱۰ دقیقه صبر کنید تا خمیر شما اندکی پف کند. مرحله چهارم: باقی آرد را اضافه کنید پس از گذشت این مدت، باقی آرد را به تدریج داخل کاسه بریزید. در حین افزودن آرد، خمیر را به آرامی فولد کنید. با توجه به متفاوت بودن آب‌خوردگی گوناگون، ممکن است نیازی نباشد همه آرد را به ترکیبات اضافه کنید. بنابراین، روند افزودن آرد باید کاملاً کنترل شده و تدریجی باشد. به محض آن که متوجه شدید، خمیرتان نرم و یکدست شده و از انسجام کافی برخوردار است، باقی آرد را کنار بگذارید. مرحله پنجم: خمیر نان را استراحت دهید در این مرحله از طرز تهیه نان لقمه ای آلمانی، دوباره درب کاسه را ببندید. کاسه حاوی خمیر نان لقمه‌ای را در مکان گرمی قرار دهید و حدود یک ساعت منتظر بمانید تا خمیر کاملاً استراحت کند. در طول این مدت، حجم خمیر باید ۲ برابر شود. مرحله ششم: خمیر نان لقمه‌ای آلمانی را چانه‌گیری کنید حالا، سطح کارتان را آردپاشی کرده و خمیر پف کرده را روی سطح آردپاشی شده بگذارید. ابتدا، پف خمیر را بگیرد. سپس، خمیر نان برلینر را به چانه‌های کوچک در ابعاد دلخواه تقسیم کنید. روی چانه‌ها را با کیسه فریزر یا دستمال پارچه‌ای نم‌دار بپوشانید. حدود ۱۵ دقیقه دیگر صبر کنید تا باز هم خمیر استراحت کند. مرحله هفتم: نان لقمه ای آلمانی را در تابه سرخ کنید پس از استراحت نهایی خمیر، نوبت به طبخ نان لقمه ای آلمانی می‌رسد. برای این منظور، تابه مناسبی را همراه با مقداری روغن مایع روی حرارت متوسط قرار دهید. پس از داغ شدن روغن، چانه‌های خمیر را در روغن بگذارید. در طول سرخ شدن چانه‌ها، حتماً به صورت مداوم با قاشق روی خمیرها روغن بریزید تا نان لقمه‌ای شما پف کند و همه سطوح آن به طور همزمان برشته شود. مرحله آخر: نان لقمه آلمانی را سرو کنید پس از سرخ شدن نان‌ها، آن‌ها را از تابه خارج کنید و روی حوله کاغذی قرار دهید تا روغن اضافی خود را از دست بدهند. سپس، داخل نان‌ها را با فیلینگ دلخواه پر کنید. در صورت تمایل، می‌توانید نان لقمه ای آلمانی را در مخلوط پودر قند (طرز تهیه پودر قند) و دارچین بغلتانید و پس از تزئین با پودر پسته یا مغز گردوی خرد شده، سرو کنید.

نان لقمه ای آلمانی یا نان برلینر (Berliner) که با نام برلینر کنیپل (Berliner Knüppel) هم شناخته می‌شود، نوعی نان توپی است که با انواع مربا، کرم کاستارد، شکلات، خامه، پنیر یا حتی با گوشت چرخ کرده پر می‌شود. نان لقمه ای آلمانی از نظر طعم و ساختار شباهت زیادی با دونات دارد، برای درست کردن آن نیازی به فر ندارید و می‌تواند به عنوان یک نان تابه‌ای گزینه خوبی برای میان وعده مدرسه و زنگ تفریح بچه‌ها باشد. اگر شما هم به درست کردن انواع نان میان پر علاقه دارید، در این مقاله با ما همراه باشید تا طرز تهیه نان لقمه ای آلمانی و فوت و فن‌های آن را به شما آموزش دهیم. مواد لازم برای تهیه نان لقمه ای آلمانی آرد قنادی: ۲ لیوان فرانسوی دسته‌دار تخم مرغ: ۱ عدد روغن مایع: ۴ قاشق غذاخوری نمک: نصف قاشق چای خوری شکر: ۱ قاشق غذاخوری خمیر مایه: ۱ قاشق غذاخوری آب گرم: ۱ لیوان فرانسوی دسته‌دار روغن سرخ کردنی: به مقدار کافی مواد دلخواه برای پر کردن نان: به مقدار لازم دارچین، پودر قند، مغز پسته یا مغز گردو: برای تزئین نان لقمه آلمانی مدت زمان لازم برای آماده‌سازی مواد اولیه: ۱۰ دقیقه مجموع زمان لازم برای استراحت خمیر در بازه‌های گوناگون: حدود یک ساعت و نیم مدت زمان لازم برای تهیه نان لقمه ای آلمانی: ۲۰ دقیقه میزان کالری موجود در هر ۳۰ گرم نان لقمه ای آلمانی: ۸۰ کیلوکالری مراحل طرز تهیه نان لقمه ای آلمانی مراحل طرز تهیه نان لقمه ای آلمانی را دنبال کرده و این نان خوشمزه را با انواع فیلینگ‌ها برای پک خوراکی میان وعده مدرسه و زنگ تفریح فرزندتان بگذارید. مرحله اول: خمیر مایه را به عمل آورید در اولین مرحله از طرز تهیه نان لقمه ای آلمانی، شکر و خمیرمایه را در ظرف مناسبی بریزید و با یکدیگر ترکیب کنید. حالا، آب گرم با دمای تقریبی ۴۰ درجه سانتی‌گراد را نیز به این ترکیب اضافه کنید و هم بزنید. توجه داشته باشید، اصلاً نباید از آب داغ استفاده کنید. در غیر این صورت، خمیر مایه شما کاملاً از بین می‌رود. سپس، درب ظرف را ببندید و حدود ۱۰ دقیقه منتظر بمانید تا خمیر مایه به عمل آید. مرحله دوم: مایه اولیه نان لقمه‌ای را درست کنید پس از گذشت این مدت، خمیر مایه شما شروع به پف کردن و حباب زدن می‌کند. حالا، وقت آن است که نمک، تخم مرغ و روغن مایع را نیز به خمیر مایه اضافه کنید. این ترکیب را با همزن به خوبی هم