

آوای دریا

۲۹۰



انتصاب نخستین زن هرمزگانی به ریاست دانشگاه در استان

شنبه ۰۶ دی ماه ۱۴۰۴ سال هفتم
www.avayedarya.ir

صدای زنان هرمزگان
آوای دریا هفته نامه الکترونیکی هرمزگان



یارانه حمایتی «یسنا» برای مادران باردار واریز شد



زنگ خطر ناباروری؛ یک پنجم زوج‌های ایرانی با مشکل باروری روبه‌رو هستند



منتظر ملکه تپانچه نباشید؛ جوانمردی به آمریکا نمی‌رود



هفتمین نمایشگاه سراسری صنایع دستی در بندرعباس افتتاح شد

تولد امید در دل سیلاب‌های هرمزگان

گزارش: ایرنا



به آمبولانس منتقل و برای ادامه درمان به بیمارستان حضرت ابوالفضل (ع) میناب اعزام کرد که حال عمومی وی مساعد گزارش شده است.

بارش‌ها در جزیره قشم نیز باعث آب‌گرفتگی بخش‌هایی از بیمارستان و انبار دارویی شد، اما به گفته رییس دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان، هیچ‌گونه کمبود دارویی یا اختلالی در ارائه خدمات درمانی ایجاد نشد و تمامی بخش‌ها با ظرفیت کامل فعال هستند.

انبار دارویی این بیمارستان به مساحت ۱۶۶ مترمکعب نیز تحت تاثیر آب‌گرفتگی قرار گرفت که بلافاصله اقدامات اولیه برای کنترل شرایط و جلوگیری از خسارات بیشتر انجام شد.

شاهرخی با بیان اینکه بر اساس خسارت وارده، سقف کاذب این انبار فرو ریخته است، افزود: در حال حاضر، میزان دقیق خسارات وارده ناشی از این آب‌گرفتگی در دست بررسی و محاسبه است و پس از جمع‌بندی نهایی، گزارش کامل آن اعلام خواهد شد.

هشدار قرمز سلامت؛ ماندن در خانه، یک تصمیم حیاتی همزمان با اعلام هشدار سطح قرمز هواشناسی، دکتر شاهرخی رییس دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان از شهروندان به‌ویژه بیماران خاص، مادران باردار، سالمندان و کودکان خواست از تردد غیرضروری خودداری کنند و موتورسواران به‌طور جدی از تردد در معابر آب‌گرفته پرهیز کنند.

دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان با آمادگی کامل، رصد مستمر وضعیت مادران باردار و بسیج همه ظرفیت‌های موجود، اجازه نخواهد داد شرایط جوی، محدودیت‌های جغرافیایی یا سخت‌گذر بودن مناطق، خللی در ارائه خدمات حیاتی سلامت ایجاد کند و صیانت از جان مادران و نوزادان، خط قرمز نظام سلامت استان است.

بارندگی‌های اخیر، اگرچه چهره‌ای خشن از طبیعت را به نمایش گذاشت، اما در سوی دیگر، روایتگر ایستادگی و مسئولیت‌پذیری نظام سلامت هرمزگان بود؛ جایی که در دل سیلاب، امید متولد شد و سلامت مادران و نوزادان، بی‌وقفه پاسداری شد.

بیشترین آن مربوط به بندرعباس با ۶ زایمان و پس از آن رودان با سه زایمان بود و با احتساب ۱۱ مورد زایمان در روزهای قبل، مجموع زایمان‌ها به ۲۶ مورد رسید.

در شهرستان میناب نیز چندین مورد حساس گزارش شد؛ از جمله زایمان طبیعی یک مادر ۴۰ ساله ساکن روستای «چاه توکهور» پس از اسکان شبکه و اعزام به‌موقع به بیمارستان، و همچنین اعزام مادر باردار پرخطر با سابقه سه سزارین قبلی از روستای «بندک» که به دلیل مسدود بودن مسیر ناشی از رودخانه فصلی، با هماهنگی دهیار، شورا، بخشدار و اورژانس ۱۱۵ از مسیر جایگزین منتقل و با همراهی پزشک و ماما به بیمارستان میناب تحویل داده شد. همچنین یک مادر باردار دیگر به دلیل «الیگوهایدرآمینوس» تحت مراقبت و بستری در زایشگاه قرار دارد. در بندرلنگه، مادر باردار ۳۵ ساله‌ای با کمک اورژانس ۱۱۵ و همراهی ماما به بیمارستان بستک منتقل و زایمان طبیعی موفقی را پشت سر گذاشت. در میناب نیز اعزام مادران باردار از روستاهایی با مسیرهای مسدودشده، با هماهنگی دهیاران، شوراها و اورژانس انجام شد و حتی در مواردی از مسیرهای جایگزین و خودروهای سنگین برای عبور از سیلاب استفاده شد؛ همچنین انتقال یک مادر باردار تبعه افغان در شهرستان پارسیان از میان سیلاب با همکاری نیروهای محلی به‌عنوان نمونه‌هایی از مدیریت بحران یاد کرد.

شاهرخی از سزارین اورژانسی موفق یک مادر ۱۶ ساله با سابقه دیابت بارداری و پره‌اکلامپسی در بندرلنگه خبر داد که به‌صورت اورژانسی به بیمارستان شهدای بندرلنگه اعزام و به‌دلیل عدم کنترل فشارخون، تحت سزارین اورژانسی قرار گرفت که حال عمومی مادر و نوزاد خوب گزارش شده و در آستانه ترخیص هستند.

نجات مادر باردار از سیلاب میناب در یکی از نفس‌گیرترین عملیات‌ها، کارشناسان اورژانس پایگاه جاده‌ای گرو شهرستان میناب، مادر باردار ۳۶ ساله‌ای را از سیلاب روستای تلنگ سراتنگ نجات دادند. دکتر حسین قاسمی رییس اورژانس پیش‌بیمارستانی هرمزگان گفت: با وجود انسداد کامل مسیر، تیم اورژانس با کمک لودر و اهالی منطقه، مادر باردار را

همزمان با بارش‌های سنگین و کم‌سابقه روزهای اخیر، طغیان رودخانه‌ها و مسدود شدن راه‌های ارتباطی در نقاط مختلف هرمزگان، نظام سلامت استان در آزمونی جدی قرار گرفت؛ آزمونی که در آن، جان مادران باردار و نوزادان در اولویت مطلق قرار گرفت و با مدیریت پیشگیرانه، هماهنگی میدانی و حضور شبانه‌روزی تیم‌های درمانی، از دل سیلاب، تولدهای ایمن رقم خورد.

براساس آمار دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان، ۱۳ هزار و ۷۰۰ مادر باردار در سراسر استان هرمزگان تحت پوشش خدمات بهداشتی و درمانی قرار دارند که از این تعداد، یک هزار و ۳۳۷ نفر در مناطق پرخطر و سخت‌گذر (صعب‌العبور) زندگی می‌کنند.

این درحالی است که از بین آن‌ها، سه هزار و ۵۱ مادر باردار پرخطر در استان هرمزگان نیز شناسایی شده‌اند؛ مادرانی که کوچک‌ترین اختلال در دسترسی به خدمات درمانی می‌توانست پیامدهای جبران‌ناپذیری برای آنان و نوزادان‌شان به همراه داشته باشد؛ همین آمارها، ضرورت برنامه‌ریزی پیشگیرانه و حضور فعال تیم‌های سلامت را بیش از پیش نمایان می‌کند.

در چنین شرایطی، با تشدید بارندگی‌ها و پیش‌بینی مخاطرات جوی، مدیریت بحران در نظام سلامت هرمزگان وارد فاز عملیاتی شد؛ به‌گونه‌ای که ۵۳ مادر باردار پرخطر که به زمان زایمان نزدیک بودند، پیش از بحرانی شدن مسیرها، به مراکز درمانی امن منتقل شدند و همزمان، ده‌ها مورد اعزام، مراقبت ویژه و زایمان در مناطق سخت‌گذر با همکاری اورژانس ۱۱۵، شبکه‌های بهداشت و بیمارستان‌ها با موفقیت انجام شد؛ روایتی از تولد امید در دل سیلاب و ایستادگی نظام سلامت برای صیانت از جان مادران و نوزادان است.

در این راستا دکتر پژمان شاهرخی رییس دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان با تشریح اقدامات انجام‌شده در روزهای بارندگی و سیل اخیر، با اشاره به اینکه ۱۳ هزار و ۷۰۰ مادر باردار تحت پوشش کامل خدمات بهداشتی و درمانی دانشگاه قرار دارند، گفت: از این تعداد، یک هزار و ۳۳۷ نفر در مناطق پرخطر و سخت‌گذر زندگی می‌کنند که به‌صورت مستمر پایش می‌شوند.

دکتر شاهرخی با اشاره به شناسایی سه هزار و ۵۱ مادر باردار پرخطر در سطح استان افزود: ۱۴۹ نفر از این مادران در مناطق صعب‌العبور سکونت دارند و با برنامه‌ریزی دقیق، مراقبت ویژه و آمادگی کامل تیم‌های سلامت، خدمات لازم بدون وقفه به آنان ارائه شده است.

انتقال پیشگیرانه مادران پرخطر؛ تصمیمی قبل از بحران رییس دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان از انتقال پیشگیرانه ۵۳ مادر باردار پرخطر که به زمان زایمان نزدیک بودند، خبر داد و گفت: پیش از تشدید بارندگی‌ها، این مادران با هماهنگی کامل به مراکز درمانی امن منتقل شدند تا فرآیند زایمان آنان در شرایط کاملاً استاندارد انجام شود؛ اقدامی که نقش مهمی در کاهش خطرات احتمالی داشت.

به گفته شاهرخی، این اقدامات نتیجه هم‌افزایی شبکه بهداشت، مراکز خدمات جامع سلامت، اورژانس پیش‌بیمارستانی ۱۱۵، بیمارستان‌ها و تلاش مدیران و کارکنان نظام سلامت استان است که با رویکردی پیشگیرانه، سلامت مادران و نوزادان را خط مقدم خود قرار داده‌اند.

زایمان در دل سیلاب؛ روایت تلاش‌های میدانی بارندگی‌های شدید، اما مانعی برای ارائه خدمات حیاتی نشد. رییس دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان با اشاره به ثبت ده‌ها اعزام و زایمان موفق در شرایط جوی نامساعد، اظهار کرد: تنها در روز جمعه ۲۸ آذرماه با وجود بارندگی شدید و راه‌بندان، ۱۵ مورد زایمان در مناطق مختلف و صعب‌العبور استان انجام شد که

شعر هفته — هوا خوب است



هوا خوب است من خوبم
پدر هم کاسه آبی به روی یاس می پاشد
زیر لب، آواز می خواند،
نتها زیر و بالا، یک سکوت چار ضربی، به
چه تحریری!
هوا خوب است ..

مهرداد طاهری

زمین هم گاه می چرخد به دور خاطراتم
خاطرات دور و دیرین .. خاطرات تلخ و شیرین
یک نفر از دور می آمد صدا می‌زد غزل
می خواند
عاشق بود او هم اتفاقاً ...
روی دوشش کهکشانی داشت .. زیبا بود زیبا
بود

هوا خوب است
من خوبم
مادر .. چای می‌نوشد، کنارش جرحه ای هم
آب دارد
آب یعنی روشنی، پاکی، قشنگی
آب هم خوب است
من خوبم

زنگ خطر ناباروری؛ یک پنجم زوج‌های ایرانی با مشکل باروری روبه‌رو هستند

گزارش : مهر



پایدار و آغاز زندگی مشترک در سن مناسب، زمینه‌ساز فرزندآوری سالم و کاهش اختلالات باروری در سال‌های آینده است.

فرزندآوری در سال‌های ابتدایی زندگی چه اهمیتی دارد؟

نیرومنش: زوج‌ها پس از یکی تا دو سال از آغاز زندگی مشترک و ایجاد ثبات و تفاهم، جلوگیری از بارداری را کنار بگذارند و برای فرزند اول اقدام کنند. تجربه نشان داده است خانمی که یک بار بارداری موفق داشته باشد، نسبت به زنی که سال‌ها جلوگیری کرده و باروری خود را امتحان نکرده، احتمال کمتری برای مواجهه با ناباروری دارد.

فاصله سه تا چهار سال بین فرزندان بهترین بازه برای حفظ سلامت جسمی و روانی خانواده محسوب می‌شود. تک‌فرزندی می‌تواند به یک معضل اجتماعی تبدیل شود و داشتن حداقل دو فرزند برای تأمین سلامت روانی خانواده بسیار مؤثر است.

در چه زمانی باید به پزشک مراجعه کنند؟

نیرومنش: اگر زوجی مدتی جلوگیری نکنند، اما بارداری اتفاق نیفتد، لازم است در اولین فرصت به پزشک مراجعه کنند. انجام آزمایش‌ها و پیروی از دستورات پزشک مرحله مهمی در تشخیص ناباروری است. در بسیاری از موارد، آقایان حاضر به انجام آزمایش نیستند، در حالی که پس از بررسی مشخص می‌شود نیاز به درمان داشته‌اند و تأخیر تنها باعث از دست رفتن زمان ارزشمند باروری می‌شود.

کیفیت مراکز ناباروری در ایران چگونه است؟

نیرومنش: مراکز ناباروری در ایران از پیشرفته‌ترین مراکز منطقه و قابل مقایسه با بهترین مراکز جهانی هستند. هزینه درمان در ایران بسیار کمتر از کشورهای دیگر است و همین موضوع سبب شده زوج‌های نابارور از کشورهای مختلف برای انجام درمان‌های کمک‌باروری مانند IVF به ایران مراجعه کنند. بسیاری از ایرانیان مقیم اروپا و آمریکا نیز به دلیل هزینه‌های سنگین ناباروری در آن کشورها، درمان خود را در ایران انجام می‌دهند. اگر زن تخمک نداشته باشد یا ذخیره تخمدان او به صفر برسد، امکان بارداری با تخمک خود وجود ندارد. در مردانی که اسپرم ندارند و اصطلاحاً آزاواسپرمی دارند روش‌های تخصصی‌تری برای استخراج یا درمان در دسترس است. در مواردی که زن تخمک دارد اما به دلیل مشکلات جدی رحم خود را از دست داده باشد، روش رحم جایگزین قابل استفاده است؛ همچنین تخمک اهدایی و جنین اهدایی از دیگر گزینه‌های درمان ناباروری در ایران هستند که برای زوج‌هایی که با روش‌های رایج به نتیجه نرسیده‌اند، راهکار مؤثری محسوب می‌شوند.

کسانی که با رنگ‌ها و مواد صنعتی کار می‌کنند بیشتر در معرض کاهش کیفیت باروری هستند. مشاغلی که مستلزم نشستن طولانی‌مدت است، مانند رانندگی نیز میزان ناباروری را افزایش می‌دهد.

همچنین مردانی که در محیط‌های بسیار گرم یا نزدیک کوره فعالیت می‌کنند، از جمله نانوهارا، در معرض خطر بیشتری قرار دارند. مصرف داروهای بدنسازی نیز احتمال ناباروری را بالا می‌برد. مطالعات جدید نشان می‌دهد مردانی که به ویروس HPV مبتلا هستند نیز بیشتر با مشکل ناباروری مواجه می‌شوند.

بررسی اولیه ناباروری در زوج‌ها چگونه صورت می‌گیرد؟

نیرومنش: نخستین اقدام در ارزیابی یک زوج نابارور، انجام آزمایش اسپرموگرام برای مرد است. در بسیاری از موارد، با تجویز دارو و مکمل‌های مناسب، کیفیت اسپرم بهبود پیدا می‌کند. پس از بررسی مرد، برای زنان نیز درمان‌های تحریک تخمک‌گذاری انجام می‌شود و روند تخمک‌گذاری با سونوگرافی تحت نظر قرار می‌گیرد. اگر درمان‌های اولیه نتیجه نداشته باشد یا مشکل از سوی مرد جدی‌تر باشد مانند ضعف شدید اسپرم، واریکوسل، یا سابقه بیضه پایین‌نیده در کودکی، احتمال ناباروری افزایش می‌یابد. برخی از پسران با بیضه داخل شکم متولد می‌شوند و در صورت تشخیص دیر هنگام، در آینده ممکن است با ناباروری روبه‌رو شوند.

برای مراجعه به متخصص ناباروری چه زمانی مناسب است؟

نیرومنش: زوج‌هایی که زیر ۳۵ سال سن دارند و پس از یک سال تلاش برای بارداری بدون استفاده از روش‌های جلوگیری، موفق به بارداری نشده‌اند، باید برای بررسی کامل به متخصص مراجعه کنند. در این مرحله، آزمایش‌های هورمونی، پاپ اسمیر، سونوگرافی، بررسی تخمک‌گذاری با عکس رنگی رحم برای زنان انجام می‌شود. در مردان نیز معاینه توسط اورولوژیست و آزمایش اسپرموگرام در تشخیص علت ناباروری نقش اساسی دارد. به دلیل برنامه‌های حمایتی دولت برای کاهش هزینه‌های درمان ناباروری، مراکز تخصصی متعددی در استان‌ها و شهرهای مختلف ایران ایجاد شده است. زوج‌هایی که درمان‌های اولیه آن‌ها منجر به بارداری نمی‌شود، می‌توانند به این مراکز مراجعه کنند و در صورت نیاز از روش‌های پیشرفته کمک‌باروری بهره بگیرند.

ازدواج و فرزندآوری در چه سنی مناسب‌تر است؟

نیرومنش: حمایت‌های دولتی برای اشتغال و کاهش هزینه‌های زندگی جوانان اهمیت بسیاری داشته و فراهم شدن شرایط مناسب ازدواج می‌تواند نقش مهمی در کاهش مشکلات ناباروری داشته باشد. ازدواج

متخصص زنان و زایمان گفت: ناباروری می‌تواند از منشأ زن یا مرد باشد. در زنان، افزایش سن و کاهش کیفیت تخمک‌ها پس از ۳۵ سالگی احتمال ناباروری و سقط را بالا می‌برد.

در حالی که آمارها از افزایش تدریجی ناباروری در زنان و مردان حکایت دارد، متخصصان هشدار می‌دهند که بالا رفتن سن ازدواج، تغییر سبک زندگی، چاقی، قرار گرفتن در معرض مواد شیمیایی و تأخیر طولانی‌مدت در فرزندآوری از مهم‌ترین عواملی هستند که سلامت باروری زوج‌های جوان را تهدید می‌کند.

مراکز درمان ناباروری گزارش می‌دهند که امروزه از هر پنج تا شش زوج، یک زوج با درجانی از ناتوانی در باروری مواجه است و همین امر اهمیت مراجعه به‌موقع، انجام آزمایش‌های تشخیصی و آغاز درمان زودهنگام را دوچندان کرده است. کارشناسان تأکید می‌کنند که توجه به سن مناسب بارداری، پرهیز از سال‌ها جلوگیری بدون ارزیابی باروری و استفاده از خدمات پیشرفته مراکز ناباروری که در اغلب استان‌های کشور در دسترس قرار گرفته‌اند، می‌تواند از بروز بسیاری از مشکلات جلوگیری کند و شانس فرزندآوری زوج‌ها را به شکل قابل توجهی افزایش دهد.

در همین راستا خبرنگار مهر با شیرین نیرومنش متخصص زنان و زایمان گفتگویی داشته است.

مهم‌ترین علل ناباروری چیست؟

نیرومنش: ناباروری در زنان و مردان دلایل گوناگونی دارد و بر اساس آمار، حدود یک‌پنجم زوج‌ها تقریباً از هر پنج یا شش زوج با مشکل ناباروری مواجه هستند. گزارش‌ها نشان می‌دهد شیوع ناباروری در سال‌های اخیر روند افزایشی داشته است. افزایش سن ازدواج و کاهش تمایل زوج‌ها به فرزندآوری، به‌ویژه در جوامع صنعتی، شهرنشین و دارای سطح تحصیلات بالاتر، از عوامل مؤثر در این روند به شمار می‌رود.

ناباروری می‌تواند از منشأ زن یا مرد باشد. در زنان، افزایش سن و کاهش کیفیت تخمک‌ها پس از ۳۵ سالگی احتمال ناباروری و سقط را بالا می‌برد. بهترین بازه سنی برای باروری زنان بین ۲۵ تا ۳۵ سالگی اعلام شده است.

شایع‌ترین علل ناباروری در زنان چیست؟

نیرومنش: یکی از رایج‌ترین علل ناباروری، سندرم تخمدان پلی‌کیستیک و اختلالات تخمک‌گذاری است که در آن تخمک‌گذاری منظم ماهانه انجام نمی‌شود. این نوع ناباروری معمولاً با مصرف داروهای خوراکی یا تزریقی به خوبی درمان‌پذیر است.

چسبندگی، تنگی یا انسداد لوله‌های رحمی از دیگر عوامل ناباروری به شمار می‌آید. بسته بودن لوله‌های رحمی به‌خصوص اگر دوطرفه باشد، احتمال بارداری طبیعی را به‌شدت کاهش می‌دهد. در صورتی که تنها یکی از لوله‌ها بسته باشد، امکان باروری همچنان وجود دارد؛ اما در صورت انسداد کامل هر دو لوله، تنها روش مؤثر برای درمان ناباروری، استفاده از روش‌های کمک‌باروری مانند IVF و انتقال جنین آزمایشگاهی است.

اختلالات رحمی چه تأثیری در بارداری می‌گذراند؟

نیرومنش: مواردی مانند رحم تک‌شاخ یا دوشاخ معمولاً بیشتر از اینکه باعث ناباروری شوند، منجر به سقط مکرر یا زایمان زودرس می‌شوند. این مشکلات معمولاً در سونوگرافی قابل مشاهده‌اند و تشخیص قطعی با تصویربرداری‌هایی مانند هیستروسالپینوگرافی (عکس رنگی) یا سونوگرافی سه‌بعدی انجام می‌شود.

نقش عوامل مردانه در ناباروری چیست؟

نیرومنش: ناباروری در مردان می‌تواند بین ۳۰ تا ۵۰ درصد موارد ناباروری زوج‌ها را شامل شود. با افزایش سن، احتمال ناباروری در آقایان نیز بیشتر می‌شود. چاقی یکی از عوامل مهم در کاهش باروری مردان است و گزارش‌ها نشان می‌دهد مردان چاق بیش از دیگران در معرض ناباروری قرار دارند. افرادی که در معرض مواد شیمیایی قرار دارند مانند نقاشان ساختمان یا

اخبار حوزه سلامت

زایمان‌های موفق و تولد ۲۶ نوزاد در دل بارندگی و سیلاب همزگان، با مدیریت بحران نظام سلامت

رئیس دانشگاه علوم پزشکی همزگان از مدیریت موفق ۲۶ مورد زایمان و تولد نوزادان سالم همزمان با بارندگی‌های شدید و وقوع سیلاب در برخی مناطق استان خبر داد و گفت: با بسیج کامل ظرفیت‌های اورژانس ۱۱۵، شبکه‌های بهداشت و کادر درمان، خدمات حیاتی سلامت بدون وقفه به مادران باردار، به‌ویژه در مناطق صعب‌العبور، ارائه شد.

دکتر پژمان شاهرخی با اشاره به گزارش‌های دریافتی از شهرستان‌های مختلف استان اظهار کرد: تنها در روز ۲۸ آذرماه، ۱۵ زایمان در شرایط جوی نامساعد ثبت شد و با احتساب روزهای قبل، مجموع زایمان‌های انجام‌شده در این شرایط به ۲۶ مورد رسید. وی افزود: این اقدامات شامل اعزام‌های اورژانسی، زایمان طبیعی، سزارین‌های اورژانسی و مراقبت از

مادران پرخطر در شهرستان‌هایی از جمله بندرعباس، بندرلنگه، میناب، رودان و پارسیان بوده که با هماهنگی مؤثر اورژانس ۱۱۵، کادر درمان و نیروهای محلی انجام شده است.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی همزگان تأکید کرد: آمادگی، هماهنگی و تلاش شبانه‌روزی مجموعه نظام سلامت استان موجب شد جان مادران و نوزادان حتی در سخت‌ترین شرایط جوی و بحران‌های طبیعی حفظ شود و خدمات درمانی بدون اختلال ادامه یابد.

معاون دانشگاه علوم پزشکی همزگان مطرح کرد هشدار درباره رواج «داروهای تجاوز» در پوشش شکلات و آدامس

معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی استان همزگان نسبت به روند نگران‌کننده ورود و توزیع مواد و داروهای غیرمجاز موسوم به «داروهای تجاوز» در پوشش‌های فریبنده‌ای همچون شکلات، آدامس، آبنبات و قطره‌های بی‌نام هشدار داد و بر لزوم اقدام

فوری دستگاه‌های مسئول و هوشیاری مردم تأکید کرد. آرش رحیمی با اشاره به گزارش‌های دریافتی از منابع رسمی و تخصصی اظهار کرد: شاهد افزایش نگران‌کننده قاچاق، عرضه و مصرف پنهانی مواد خطرناکی هستیم که بدون هرگونه مشخصات دارویی و در قالب‌هایی کاملاً فریبنده مانند شکلات، آدامس، پودر، قرص و قطره در جامعه توزیع می‌شوند. این روند، سلامت و امنیت جوانان، نوجوانان و حتی کودکان را به‌طور جدی تهدید کرده و به یکی از چالش‌های مهم اجتماعی و فرهنگی کشور تبدیل شده است.

وی با بیان اینکه بررسی‌ها نشان می‌دهد بسیاری از این مواد حاوی ترکیبات بسیار خطرناک هستند، تصریح کرد: استفاده از موادی مانند محرک‌های صنعتی از جمله مت‌آمفتامین (شیشه)، داروهای بیهوش‌کننده مانند کتامین و آرام‌بخش‌های بسیار قوی مشابه روفینول در این محصولات گزارش شده که حتی در مقادیر کم نیز می‌توانند منجر به آسیب‌های

سریع و جدی جسمی، روانی و رفتاری شوند. رحیمی با هشدار درباره شیوه‌های توزیع این داروها اظهار کرد: بخش قابل توجهی از تجارت و پخش این مواد از طریق فضای مجازی، پیام‌رسان‌ها، فروشندگان غیرمجاز خیابانی و حتی ارسال بسته‌های پستی ناشناس انجام می‌شود که ضرورت نظارت و برخورد قاطع را دوچندان می‌کند. وی با تأکید بر نقش مهم اطلاع‌رسانی در پیشگیری از آسیب‌ها گفت: مقابله با این تهدید نوظهور نیازمند همکاری فوری و هماهنگ همه دستگاه‌های نظارتی، انتظامی و امنیتی است و روابط عمومی‌ها و رسانه‌ها باید با استفاده از همه ظرفیت‌های ارتباطی، آگاهی عمومی را افزایش دهند. وی سلامت جامعه را وابسته به مشارکت همگانی دانست و از مردم خواست در صورت مشاهده هرگونه موارد مشکوک، مراتب را به مراجع انتظامی و بهداشتی اطلاع دهند و از خرید و مصرف محصولات ناشناخته و فاقد برچسب و مجوز معتبر خودداری کنند.

کلید خانه؛ فرصت استقلال یا دروازه اضطراب؟

گزارش : ایرنا



تعیین‌کننده‌ای دارند. اگر مادر بتواند زمان‌های کوتاه حضورش را به شکلی کیفی صرف کند، آثار تنهایی به حداقل می‌رسد.

نقش پدران و همراهی معلمان

این روانشناس بر اهمیت نقش پدران نیز تأکید می‌کند: پدران باید بازوی کمکی مادران باشند. اگر آنها در مراقبت و نظارت بر کودک مشارکت کنند، فشار روانی مادر کاهش یافته و کودک نیز احساس امنیت بیشتری خواهد کرد. معلمان نیز وظیفه دارند بر روند یادگیری و کیفیت تکالیف نظارت کنند. اگر متوجه ضعف یا خطا شدند، آن را با والدین در میان بگذارند تا جلوی افت تحصیلی گرفته شود.

نقش دولت و سیاست‌گذاران

به اعتقاد دکتر اصغری نکاح، بخشی از مشکل تنها به خانواده‌ها برنمی‌گردد، بلکه سیاست‌گذاران نیز باید مسئولیت بپذیرند: سال‌های اولیه زندگی کودک بسیار حیاتی است. دولت‌ها باید قوانینی برای حمایت از مادران تدوین کنند تا در این دوره بتوانند وقت بیشتری کنار فرزندان باشند. خوشبختانه در سال‌های اخیر برخی تغییرات قانونی در این زمینه ایجاد شده است، اما هنوز کافی نیست.

او از کمبود ساختارهای حرفه‌ای مراقبت از کودک در کشور انتقاد کرد و گفت: ما برای سالمندان خدمات مراقبتی داریم، اما برای کودکان چنین چیزی به‌طور جدی وجود ندارد. چرا نباید مربیان آموزش‌دیده‌ای داشته باشیم که در خانه‌ها یا مراکز معتبر از کودکان مراقبت کنند؟ این امر می‌تواند به مادران شاغل آرامش خاطر بدهد و در عین حال از افت تحصیلی کودکان جلوگیری کند.»

آموزش مجازی؛ ابزار مکمل

وی در پاسخ به پرسشی درباره استفاده از منابع آموزشی آنلاین، گفت: کتاب‌های صوتی، فیلم‌های آموزشی و سامانه‌های مجازی می‌توانند نقش مکمل ایفا کنند. اما این ابزارها هرگز جایگزین ارتباط عاطفی و نظارت مستقیم والدین نمی‌شوند. اگر این منابع استاندارد و نظارت‌شده باشند، می‌توانند در زمان تنهایی کودک، بخشی از نیاز آموزشی او را پوشش دهند.

خانواده داری مهمترین وظیفه مادران

دکتر اصغری نکاح در پایان می‌گوید: تنهایی دانش‌آموزان در خانواده‌های دارای مادر شاغل یک واقعیت انکارناپذیر است. این شرایط می‌تواند تهدیدی برای تحصیل و روان کودک باشد، اما اگر والدین زمان خود را مدیریت کنند، پدران درگیر شوند، معلمان نظارت کنند و ساختارهای حمایتی تقویت شود، حتی می‌تواند به فرصتی برای رشد استقلال و مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان تبدیل شود.

مهم‌ترین وظیفه مادران در هر شرایطی، خانواده‌داری است؛ خانواده‌داری نه به معنای خانه‌داری، بلکه به معنای ایجاد ارتباط عاطفی گرم، نظارت تربیتی و همراهی با فرزندان.

یا انجام تکالیف ساده را بلدند. حتی پژوهش‌ها نشان داده است که فرزندان مادران شاغل در مقایسه با دیگران، در بعضی زمینه‌ها استقلال بیشتری پیدا کرده‌اند.

فرصت‌ها و تهدیدهای تنهایی

به گفته این استاد دانشگاه، تنهایی می‌تواند هم تهدید و هم فرصت باشد؛ گاهی تنها ماندن، نوعی توفیق اجباری است که کودک را به سمت استقلال و خودمدریستی سوق می‌دهد. اما همین شرایط برای کودکی دیگر می‌تواند اضطراب‌آور باشد و به رشد اجتماعی و تحصیلی او آسیب بزند.

او تأکید می‌کند کودکانی که زمینه اضطرابی دارند یا مهارت‌های خودیاری در آنها ضعیف است، هنگام تنها ماندن در خانه دچار ترس، ناتوانی در مدیریت امور یا حتی افت تحصیلی می‌شوند. در این شرایط، مراجعه به مشاور و دریافت آموزش‌های تخصصی برای کودک و والدین ضروری است.

اثرات مستقیم بر عملکرد تحصیلی

یکی از بخش‌های مهم گفت‌وگوی دکتر اصغری، بررسی تأثیر تنهایی بر تحصیل کودکان است: حداقل اثر این تنهایی این است که وقتی بچه تنها است، کسی برای رفع اشکال درسی یا نظارت مستقیم وجود ندارد. کودک ناچار است صرفاً با اتکا به آنچه در مدرسه یاد گرفته کار کند. این مسئله احتمال خطا را افزایش می‌دهد، تکالیف سخت‌تر می‌شود و فرسودگی تحصیلی به وجود می‌آید.

وقتی کودک بفهمد مادر یا پدر تلاش‌هایش را می‌بینند، حتی اگر حضور فیزیکی نداشته باشند، اعتمادبه‌نفس بیشتری پیدا می‌کند و او ادامه می‌دهد؛ اگر والدین پیش از ترک خانه بخشی از تکالیف را با کودک مرور کنند، یا بعد از بازگشت زمان کیفی در اختیارش بگذارند، این خلأ کمتر می‌شود. حتی تماس تلفنی کوتاه، ارسال یادداشت یا پرسیدن چند سؤال ساده درباره تکالیف می‌تواند به کودک این حس را بدهد که تحت نظارت است و تنها رها نشده است.»

به باور این روانشناس، تشویق و تحسین از سوی والدین می‌تواند انگیزه‌های تحصیلی کودک را زنده نگه دارد؛ وقتی کودک بفهمد مادر یا پدر تلاش‌هایش را می‌بینند، حتی اگر حضور فیزیکی نداشته باشند، اعتمادبه‌نفس بیشتری در انجام تکالیف پیدا می‌کند.

استقلال در یادگیری

اصغری در ادامه به جنبه مثبت ماجرا هم اشاره کرد و گفت: برخی دانش‌آموزان وقتی مجبور می‌شوند تکالیفشان را به تنهایی انجام دهند، یاد می‌گیرند مسئولیت‌پذیر باشند. این استقلال می‌تواند بعدها به رشد تحصیلی آنها کمک کند. اما لازمه‌اش این است که والدین پیش‌تر مهارت‌های لازم را در کودک پرورش داده باشند.

کیفیت رابطه والدین مهم‌تر از حضور فیزیکی

به گفته دکتر اصغری، مهم‌ترین نکته نوع رابطه مادر با کودک است؛ تنها بودن کودک به‌خودی‌خود مشکل‌ساز نیست. آنچه اهمیت دارد، کیفیت ارتباط مادر با فرزند است.

مهارت گفت‌وگو، همدلی، تحسین و نظارت غیرمستقیم نقش

صدای زنگ آخر مدرسه برای برخی نویدبخش آغوش گرم مادر و بوی غذاست، اما برای عده‌ای دیگر، کلید در خانه به روی سکوت و تنهایی محض باز می‌شود. اینجاست که سرنوشت تحصیلی و روانی یک دانش‌آموز بر لبه تیغی دولبه قرار می‌گیرد: آیا این تنهایی، فرصت رشد است یا دروازه‌ای به سوی اضطراب و افت تحصیلی؟ ماجرا فراتر از یک لحظه گذرا است؛ این کلید، مسیر آینده فرزندان ما را تعیین می‌کند.

اشتغال مادران امروز دیگر یک انتخاب شخصی یا محدود به گروهی خاص نیست، بلکه بخشی از واقعیت اجتماعی و اقتصادی جامعه است. اما این پدیده یک پرسش اساسی را پیش روی والدین، مربیان و سیاست‌گذاران قرار داده است: وقتی فرزندان، به‌ویژه دانش‌آموزان، ساعات زیادی از روز را بدون حضور مادر در خانه می‌گذرانند، چه تأثیری بر روند یادگیری، رشد روانی و تحصیلی آنان می‌گذارد؟

دکتر محسن اصغری نکاح، استاد دانشگاه و روان‌درمانگر، در گفت‌وگو با خبرنگار ایرنا زندگی به ابعاد مختلف این موضوع پرداخته و ضمن تأکید بر پیچیدگی شرایط، راهکارهایی نیز برای کاهش آسیب‌ها ارائه کرده است.

خانواده‌های دارای مادر شاغل؛ طیفی از شرایط

به باور دکتر اصغری نکاح، نباید خانواده‌های دارای مادر شاغل را به دو دسته خوب و بد تقسیم کرد؛ ما سیاستی نداریم که خانواده‌ها را سفید و سیاه کنیم. عقل سلیم می‌گوید هر کودکی وقتی در آغوش خانواده و در دسترس والدین باشد، زندگی بهتری خواهد داشت. اما شرایط اجتماعی و اقتصادی و حتی مسئولیت‌های فرهنگی و حرفه‌ای ایجاب می‌کند مادران نقش‌های مختلفی را بپذیرند. در نتیجه، بسیاری از مادران به‌ناچار ساعات زیادی را دور از خانه سپری می‌کنند.

او ادامه می‌دهد: اگر قوانین حمایتی و شرایط کاری طوری تنظیم شود که مادران فرصت بیشتری برای حضور در کنار فرزندان داشته باشند، قطعاً بهتر است. اما واقعیت این است که بسیاری از کودکان قبل از رسیدن مادر از مدرسه به خانه می‌رسند و چند ساعتی را تنها می‌گذرانند.

نقش سن و ساختار خانواده

اصغری نکاح معتقد است شدت اثرگذاری این تنهایی، به سن کودک و ساختار خانواده بستگی دارد؛ اگر خانواده گسترده باشد و کودک در کنار پدربزرگ، مادربزرگ یا خویشاوندان زندگی کند، حضور آنها بخشی از خلا عاطفی و آموزشی را پر می‌کند. اما در خانواده‌هایی که در شهری غریب یا در فضایی تنها زندگی می‌کنند، اثرات تنهایی بیشتر است.

فرزندان مادران شاغل در مقایسه با دیگران، در بعضی زمینه‌ها استقلال بیشتری دارند

او اضافه می‌کند: کودکان بالای ۸ یا ۹ سال اغلب تا حدی استقلال دارند. برخی سرگرمی‌ها یا مهارت‌ها مثل تماس گرفتن با والدین

اخبار حوزه بانوان

تیم منطقه آزاد قشم قهرمان دومین تور آزاد والیبال ساحلی بانوان کشور شد

تیم منطقه آزاد قشم «ب» به مقام قهرمانی دومین تور ملی والیبال ساحلی بانوان کشور و انتخابی تیم ملی دست یافت.

دومین تور ملی والیبال ساحلی بانوان کشور و انتخابی تیم ملی که از روز دوشنبه (اول دی ماه) با همکاری فدراسیون والیبال جمهوری اسلامی ایران به میزبانی منطقه آزاد قشم در سایت ساحلی زیتون بزرگ‌ترین جزیره ایران آغاز شده بود، دقایقی پیش پس از برگزاری ۲۸ مسابقه به پایان رسید.

تیم‌های منطقه آزاد قشم «ب» (کوثرحاضر و رزان اعمیمی زاده) و هیات نوشهر مازندران (وانیا ولی زاده و سنا کلاگر) در آخرین مسابقه این رقابت‌ها برای کسب مقام قهرمانی به مصاف یکدیگر رفتند که نماینده جزیره جهانی قشم با نتیجه ۲ بر صفر به پیروزی رسید و قهرمان شد.

هیات نوشهر مازندران در ست اول این دیدار ۲۱ بر ۱۸ به پیروزی رسید، اما در ست دوم ۲۱ بر ۱۲ نتیجه را به حریف قدرتمند خود واگذار کرد تا به مقام نایب قهرمانی اکتفا کند.

در دیدار رده‌بندی نیز تیم منطقه آزاد قشم «الف» (نازنین بیژنی فرد و افسانه فیینی زاده) موفق به شکست شهرداری ابوموسی با نتیجه ۲ بر یک شد و به مقام سوم رسید.

رتبه‌بندی نهایی دومین تور ملی والیبال ساحلی بانوان کشور و انتخابی تیم ملی و میزان جایزه هر تیم شامل منطقه آزاد قشم «الف» (کاپ، مدال و ۱۲۰ میلیون ریال)، هیات نوشهر مازندران (کاپ، مدال ۱۶۰ میلیون ریال) و منطقه آزاد قشم «ب» (کاپ، مدال و ۲۰۰ میلیون ریال) است.

هدف از برگزاری این رویداد ملی، شناسایی و انتخاب شایسته‌ترین بازیکنان برای حضور در اردوهای تیم ملی والیبال ساحلی بانوان و تقویت فرآیند استعدادیابی در این رشته ورزشی بود.

مرحله نخست تور ملی والیبال ساحلی بانوان و اولین مرحله انتخابی تیم ملی، اردیبهشت‌ماه سال جاری نیز به میزبانی قشم برگزار شده بود. والیبال ساحلی یک رشته المپیک است که بر روی شن و با مقرراتی مشابه والیبال برگزار می‌شود.

در مسابقات رسمی والیبال ساحلی هر تیم از ۲ بازیکن تشکیل می‌شود و مربی و بازیکن ذخیره نیز حضور ندارند.

صدور گواهینامه موتور برای بانوان منع قانونی ندارد/ اصلاح مهریه طرح مجلس بود

معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده گفت: مساله موتورسواری زنان به این دلیل است که یک نیاز حمل و نقل در جامعه وجود دارد و اکنون هیچ منع قانونی برای صدور گواهینامه موتور برای بانوان وجود ندارد.

زهرآ پهلوان‌زاد در حاشیه جلسه هیات دولت در جمع خبرنگاران درباره آخرین اقدامات برای صدور گواهینامه موتورسواری بانوان، افزود: زنان به خاطر اینکه بتوانند حمل و نقل سریعتر، ارزان‌تر حتی متناسب‌تر با محیط زیست داشته باشند؛ در مسیرهای کوتاه انتخاب وسیله حمل و نقل برای آنها موتور است. این یک موضوع طبیعی، اجتماعی و کاملاً رفتار توافیقی است.

وی ادامه داد: اکنون در حال پیگیری هستیم تا بتوانیم ساز و کار تحقق صدور گواهینامه برای موتورسواری بانوان را فراهم کنیم.

پهلوان‌زاد اظهار کرد: در یک سال گذشته صحبت‌هایی با پلیس راهور داشتیم و باید شرایط این موضوع فراهم شود؛ کلاس‌های تخصصی برای زنان، افسران و آموزشگاه‌ها گذاشته شود.

معاون رئیس جمهور تاکید کرد: صدور گواهینامه رانندگی موتور برای زنان منعی ندارد و در این رابطه، استعلام حقوقی گرفتیم و در حال حاضر هم هیچ منع قانونی برای صدور گواهینامه موتور برای بانوان وجود ندارد.

مصوبه مجلس در خصوص اصلاح مهریه برای بررسی و رفع ابهام به کمیسیون مربوطه ارجاع شده است

معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده همچنین در رابطه با مصوبه مجلس در خصوص مهریه هم گفت: ابتدا باید گفت که این مصوبه مجلس، طرح بوده و لایحه نبوده است، به این معنا که وقتی خلا قانونی در کشور در رابطه با موضوعی وجود داشته باشد و یا نیاز به بهبود و اصلاحی روندی باشد، در قالب لایحه به مجلس ارائه می‌شود که به طور طبیعی برای تهیه آن ماه‌ها کار کارشناسی می‌شود در موضوعات قضایی هم لوائح با هماهنگی دولت و قوه قضاییه کار کارشناسی برای تهیه آن انجام می‌شود.

پهلوان‌زاد افزود: موضوع مهریه اصلاً لایحه نبوده و طرح خود مجلس است و ما (دولت) هم اردیبهشت ماه متوجه آن شدیم، کلیت آن این بود که در بحث محکومیت‌های مالی مرتبط با مهریه اصلاحاتی انجام شود ولی در اصلاحات موضوع مهریه هم مطرح شد.

وی اظهار کرد: ما (دولت) از همان ابتدا با آن مخالف بودیم و مخالفت خود را اعلام کردیم برای اینکه باور ما این است که مهریه یکی از اضلاع مهم نظام حقوقی خانواده است و نمی‌شود یک ضلع را بدون تغییر بقیه اضلاع اصلاح کرد و تغییر داد.

به گفته وی، چراکه خدای ناکرده ممکن است این تغییرات، به نفع یکی از طرفین باشد و این موضوع را بارها از طریق رسانه‌ها اعلام کرده و

هم رسماً به معاونت پارلمانی و مجلس اعلام شده است.

معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده تصریح کرد: به هر حال موضوع در مجلس مطرح شد، با وجود اینکه با کمیسیون قضایی صحبت کرده بودیم و آنها هم در یک مقطعی موضوع تغییر تعداد مهریه از ۱۱۰ به ۱۴ سکه را از دستور خارج کرده بودند، دوباره به عنوان یک پیشنهاد مطرح و در دستور کار قرار گرفت و مصوب شد.

پهلوان‌زاد ادامه داد: الان اتفاقی که افتاده این است که دوباره این مصوبه و موضوع مهریه به کمیسیون قضایی برگشته تا ابهام آن رفع شود، دولت هم در این زمینه به دوستان کمیسیون کمک می‌کند تا بتوانیم تصمیم را اصلاح کنیم، چون باور ما بر این است که این مصوبه خلاف قانون اساسی و اصول ۱۰ فصل ۲۰، ۲۱ و اصل ۳ و همچنین سیاست‌های کلی نظام در حوزه خانواده است و این مصوبه موجب می‌شود ازدواج‌ها سخت‌تر شده و طلاق راحت‌تر شده و افزایش یابد.

وی گفت: طبیعتاً خیلی‌ها از این موضوع نگران و ناراحت هستند چراکه مهریه در موضوع طلاق، بعضی مواقع اهرمی است برای خانم‌هایی که در شرایط بدی هستند و این قانون در روابط بین زنان و مردان که به هر حال یک قرارداد دو طرفه دارند، مداخله می‌کند، اگر قرار به مداخله است باید حق طلاق به زن داده شود و حالا پیشنهادهای دیگری هم در این بحث مطرح شده و به کمیسیون ارجاع شده که امیدواریم دوستان کمیسیون مصوبه را اصلاح کرده و تغییر بدهند.

پهلوان‌زاد افزود: ما همه تلاش خود را برای بهبود این مصوبه خواهیم کرد ولی در نهایت بازیگر اصلی ما نیستیم و بار اصلی حل این موضوع به عهده مجلس و نمایندگان محترم است.

دعوت وزنه‌بردار کردستانی به فینال جشنواره استعدادیابی بانوان

سوگل مرادی، بانوی وزنه‌بردار کردستان به مرحله نهایی جشنواره استعدادیابی نونهالان ایران دعوت شد.

مرحله نهایی جشنواره استعدادیابی نونهالان ایران در بهمن‌ماه به میزبانی استان یزد برگزار خواهد شد.

در این دوره فدراسیون وزنه‌برداری لیست نفرت منتخب بخش بانوان را اعلام کرد که بر اساس آن «سوگل مرادی» وزنه‌بردار خوش‌آبیه کردستانی به فینال جشنواره فراخوانده شد که در مجموع ۴۵ دختر منتخب از جشنواره‌های منطقه‌ای سراسر کشور در این مرحله حضور خواهند داشت.

برنامه زمانی فینال جشنواره شامل ورود شرکت‌کنندگان در روز سه‌شنبه ۱۴ بهمن، برگزاری اردو از ۱۵ تا ۱۷ بهمن و خروج در روز شنبه ۱۸ بهمن است.

جشنواره‌های استعدادیابی منطقه‌ای پیش از این در تهران (منطقه یک)، چهارمحال و بختیاری (منطقه ۲)، آذربایجان غربی (منطقه ۳)، ایلام (منطقه ۴) و خراسان رضوی (منطقه ۵) برگزار شد تا نفرت برتر برای حضور در مرحله نهایی انتخاب شوند.

سوگل مرادی در فینال جشنواره استعدادیابی فرصتی مهم برای شناسایی و پرورش استعدادهای وزنه‌برداری بانوان استان کردستان به شمار می‌رود و نشان‌دهنده توجه مسئولان ورزش استان به توسعه ورزش‌های قهرمانی و برنامه‌های استعدادیابی است.

تاکید بر حمایت از هنرمندان بومی و توسعه بازارهای

صنایع دستی

معاون دفتر بازاریابی و تجاری‌سازی وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی، با حضور در هفتمین نمایشگاه سراسری صنایع دستی استان هرمزگان، از بخش‌های مختلف این رویداد ملی بازدید کرد و از نزدیک در جریان ظرفیت‌ها و توانمندی‌های هنرمندان صنایع دستی قرار گرفت. پروانه حیدری ضمن بازدید از غرفه‌های نمایشگاه، با هنرمندان و صنعتگران حاضر دیدار و گفت‌وگو کرد و مسائل، دغدغه‌ها و پیشنهادهای آنان در حوزه تولید، عرضه، بسته‌بندی و بازاریابی محصولات صنایع دستی را مورد بررسی قرار داد.

او در این بازدید بر لزوم حمایت مؤثر از هنرمندان بومی و تقویت زیرساخت‌های فروش و بازاریابی تاکید کرد.

معاون دفتر بازاریابی و تجاری‌سازی وزارت میراث فرهنگی با اشاره به جایگاه صنایع دستی در اقتصاد فرهنگی کشور، اظهار کرد: صنایع دستی علاوه بر حفظ هویت فرهنگی و انتقال ارزش‌های بومی، نقش مهمی در ایجاد اشتغال پایدار، به‌ویژه در مناطق کمتر برخوردار، ایفا می‌کند و توسعه این حوزه نیازمند برنامه‌ریزی منسجم و نگاه تجاری‌سازی است. حیدری هفتمین نمایشگاه سراسری صنایع دستی هرمزگان را بستری مناسب برای معرفی خلاقیت‌ها و توانمندی‌های هنرمندان این استان و سایر استان‌های کشور دانست و افزود: برگزاری چنین رویدادهایی می‌تواند زمینه‌آشنایی بیشتر مردم با محصولات صنایع دستی، شناسایی بازارهای جدید و همچنین توسعه صادرات این محصولات ارزشمند را فراهم کند.

او همچنین بر ضرورت استفاده از ظرفیت نمایشگاه‌ها برای ارتباط مستقیم هنرمندان با مصرف‌کنندگان، فعالان اقتصادی و صادرکنندگان تاکید کرد و گفت: حمایت از صنایع دستی باید از مرحله تولید تا عرضه و فروش ادامه داشته باشد تا هنرمندان بتوانند با انگیزه بیشتری به فعالیت خود ادامه دهند.

هفتمین نمایشگاه سراسری صنایع دستی هرمزگان با حضور هنرمندانی از استان‌های مختلف کشور و عرضه انواع رشته‌های صنایع دستی، از

یکم تا پنجم دی‌ماه برگزار شد و با استقبال گسترده بازدیدکنندگان، علاقه‌مندان و فعالان این حوزه همراه بود.

بازدید شهردار بندرعباس از هفتمین نمایشگاه سراسری صنایع دستی هرمزگان

شهردار بندرعباس به همراه سرپرست اداره‌کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان هرمزگان از هفتمین نمایشگاه سراسری صنایع دستی هرمزگان بازدید کردند و از نزدیک در جریان فعالیت هنرمندان و صنعتگران این حوزه قرار گرفتند.

در این بازدید، مسئولان با حضور در غرفه‌های مختلف نمایشگاه، ضمن گفت‌وگو با هنرمندان و فعالان صنایع دستی، از ظرفیت‌ها، توانمندی‌ها و تولیدات متنوع بومی و ملی بازدید کردند. هنرمندان حاضر نیز به بیان دیدگاه‌ها، پیشنهادات و مشکلات خود در زمینه تولید، عرضه و بازاریابی محصولات صنایع دستی پرداختند.

شهردار بندرعباس در حاشیه این بازدید با تاکید بر نقش صنایع دستی در حفظ هویت فرهنگی، ایجاد اشتغال و توسعه اقتصاد محلی، اظهار داشت: حمایت از هنرمندان صنایع دستی و فراهم‌سازی بسترهای مناسب برای معرفی و فروش محصولات آنان، از اولویت‌های مدیریت شهری است و شهرداری بندرعباس در حد توان از برنامه‌ها و رویدادهای فرهنگی و هنری حمایت خواهد کرد.

سرپرست اداره‌کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی هرمزگان نیز با اشاره به اهمیت برگزاری نمایشگاه‌های تخصصی، این رویداد را فرصتی مناسب برای معرفی هنرهای سنتی، تبادل تجربیات میان هنرمندان استان‌ها و توسعه بازار فروش صنایع دستی دانست.

هفتمین نمایشگاه سراسری صنایع دستی هرمزگان با حضور هنرمندان و صنعتگران از استان‌های مختلف کشور برگزار شده و مجموعه‌ای متنوع از رشته‌های صنایع دستی از جمله حصیربافی، سفال، گلیم، صنایع دستی دریایی، رودوزی‌های سنتی و هنرهای بومی مناطق مختلف کشور را به نمایش گذاشته است. این نمایشگاه با استقبال گسترده شهروندان و علاقه‌مندان به فرهنگ و هنر ایرانی همراه بوده است.

بسته‌بندی خلاقانه و کاربردی‌سازی، کلید توسعه بازار

صنایع دستی است

معاون دفتر بازاریابی و تجاری‌سازی وزارت میراث فرهنگی از خانه صنایع دستی بندرکنگ بازدید کرد و از نزدیک در جریان روند تولید و فعالیت هنرمندان این مجموعه قرار گرفت.

پروانه حیدری در این بازدید، بر ضرورت ارتقای بسته‌بندی محصولات صنایع دستی، کاربردی‌سازی تولیدات متناسب با نیاز بازار و همچنین طراحی پکیج‌های مناسب برای هدیه تاکید شد.

معاون دفتر بازاریابی و تجاری‌سازی وزارت میراث فرهنگی، بسته‌بندی مناسب و خلاقانه را یکی از ارکان اصلی موفقیت در فروش و حضور مؤثر محصولات صنایع دستی در بازارهای داخلی و خارجی دانست.

او همچنین با اشاره به ظرفیت بالای صنایع دستی بندرکنگ، بر لزوم برنامه‌ریزی برای افزایش ارزش افزوده محصولات از طریق نوآوری در طراحی، توجه به سلیقه مصرف‌کننده و ایجاد بسته‌های هدیه متنوع تاکید کرد و این اقدامات را گامی مؤثر در جهت توسعه بازار و حمایت از هنرمندان محلی عنوان کرد.

در پایان این بازدید، مسائل و پیشنهادهای مطرح‌شده از سوی فعالان خانه صنایع دستی بندرکنگ مورد بررسی قرار گرفت و بر تداوم حمایت‌ها و همکاری‌های لازم در مسیر تجاری‌سازی محصولات صنایع دستی تاکید شد.

برگزاری ایونت‌ها هنرمندان را به مسیر تجاری‌سازی آثارشان نزدیک می‌کند

معاون دفتر بازاریابی و تجاری‌سازی وزارت میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی از ایونت فرهنگی هنری «همطود» در بندرعباس بازدید کرد و از نزدیک در جریان روند برگزاری این رویداد و فعالیت هنرمندان حاضر قرار گرفت.

پروانه حیدری در جریان این بازدید، بر اهمیت نقش رویدادهای فرهنگی در توسعه اقتصاد هنر، ایجاد فرصت‌های کارآفرینی و تجاری‌سازی محصولات فرهنگی و هنری تاکید کرد.

ایونت «همطود» با هدف حمایت از هنرمندان، طراحان و فعالان حوزه دوخت، مد و لباس و همچنین نمایش آثار هنرهای محلی برگزار می‌شود. این رویداد به همت مزون دخترلوک و با همکاری نهادهای محلی از جمله اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی برگزار شده است.

"همطود" بستری برای معرفی ظرفیت‌های بومی، شناسایی استعدادهای هنری و تقویت پیوند میان هنر، فرهنگ و بازار به شمار می‌رود. پروانه حیدری، معاون دفتر بازاریابی و تجاری‌سازی وزارت میراث فرهنگی، در این‌باره اظهار داشت: بازدید از ایونت‌هایی مانند همطود فرصتی ارزشمند برای آشنایی با ظرفیت‌های بومی و استعدادهای هنری منطقه است.

او افزود: این رویدادها نه تنها به توسعه اقتصاد هنر و ایجاد فرصت‌های کارآفرینی کمک می‌کنند، بلکه هنرمندان را به مسیر تجاری‌سازی آثارشان نزدیک می‌سازند. حمایت و توجه به چنین برنامه‌هایی می‌تواند زمینه‌ساز تداوم فعالیت‌های فرهنگی و تقویت هنرهای بومی در سطح ملی و بین‌المللی باشد.

شیب تند بی میلی به فرزندآوری؛ در ایران کمیت بیشتر از کیفیت اهمیت دارد

گزارش : ایسنا



مولد را نداشت و در نتیجه ما شاهد شکل‌گیری پدیده‌هایی چون بیکاری، نداشتن اشتغال تحصیل‌کرده‌ها، به تعویق انداختن ازدواج و فرزندآوری و در نهایت فرسایش امید اجتماعی بودیم. در نتیجه از نظر او مسئله در ایران لزوماً کمیت جمعیت و فرزندآوری نیست و همین‌طور نمی‌توان مسئله را فقط با توجه به مسائل اقتصادی توضیح داد: «انسان‌هایی که متأسفانه برای نسل جوان در آینده پیش‌رویشان وجود دارد باید محل پرسش قرار بگیرد. عمیق‌تر که نگاه کنیم مسئله فقط هم معضلات اقتصادی نیست، زیرا در دهک‌های بالای درآمدی نیز فرزندآوری کاهش پیدا کرده، باید متغیرهای مختلفی را مورد بررسی قرار داد و به پارامترهای سیاسی، اجتماعی و حتی امنیتی دقت کرد. "امیرپناهی" می‌گوید تارک بودن دورنمای زندگی، فرزندآوری را تبدیل به انتخاب غیرعقلانی می‌کند: «جامعه باید نسبت به آینده خود احساس امنیت کند و افاق‌های سیاسی دوردست را که می‌بیند تصور یک زیست آبرومندانه و توأمان با رفاه و آسایش را داشته باشد؛ وقتی چنین دورنمایی وجود نداشته باشد، جامعه بر مبنای انتخاب عقلانی به این مسیر می‌رود که فرزندآوری را کاهش بدهد و حتی اصلاً به آن فکر نکند. او معتقد است از سوی دیگر، باید مسئله کیفیت جمعیت نیز مورد نظر قرار بگیرد: «سیاست‌گذار باید به کیفیت جمعیت در سالخوردگی نیز فکر کند؛ جمعیت سالخورده در سنی نیستند که ارزش تولید کنند و در اصل مصرف‌کننده نظام درمانی، رفاهی و بازنشتگی هستند. وقتی جمعیت در سالخوردگی دارای کیفیت باشد، از فشار بر این نظام‌ها کاسته می‌شود. مسئله مهم این است که وقتی شما به دنبال افزایش جمعیت هستید، باید به الزامات بنیادین آموزشی، رفاهی و امثال آن بیندیشید و مدنظر داشته باشید که چگونه می‌توان جمعیت را نه به مانع توسعه بلکه مولد آن تبدیل کرد. در پایان «امیرپناهی» می‌گوید نگاه به مسئله جمعیت باید از یک نگرانی درباره کمیت به یک نگرانی درباره کیفیت تبدیل شود: «باید بیشتر به ادغام جمعیت و همین‌طور کیفیت آن فکر کرد و تأمین شرایطی برای ایجاد افرادی با کیفیت و رضایت بیشتر را مدنظر قرار داد. متأسفانه در ایران ما فقط به عدد فکر می‌کنیم و تعداد و کمیت برایمان اهمیت بیشتری از کیفیت و ادغام جمعیت دارد.

جمعیت: آینده بحران‌ها

در علم جمعیت‌شناسی، نرخ باروری کل یعنی میانگین تعداد فرزندی که هر زن در طول دوره باروری خود (۱۵ تا ۴۹ سال) به دنیا می‌آورد، سطح جایگزینی استاندارد جمعیت که به معنی نسبت تعداد موالید با تعداد مرگ‌ومیرهاست در جهان معمولاً عدد ۲.۱ فرزند به‌ازای هر زن در نرخ باروری کل است؛ حفظ سطح جایگزینی از مهم‌ترین اهداف هر سیاست جمعیتی است. این عدد در سال ۱۴۰۰ که اجرای طرح جوانی جمعیت شروع شد، حدود ۱.۷۴ فرزند به‌ازای هر زن بوده است. در سال ۱۴۰۱ این عدد به ۱.۶ رسید و در سال ۱۴۰۲ عدد ۱.۵۲ فرزند شد؛ همین‌طور در سال ۱۴۰۳ این عدد به کمترین خود از سال ۱۳۵۰ رسید، یعنی ۱.۴۵ فرزند به‌ازای هر زن و تا اینجای سال ۱۴۰۴، عدد ۱.۴۴ ثبت شده است. این عدد، نشان‌دهنده ناکارآمدی برنامه‌ای است که برای جوانی جمعیت، با بودجه و مشوق‌های اقتصادی پرتعداد نوشته شده است. این ناکارآمدی را نمی‌توان تنها با مشکلات و اصول خود برنامه توضیح داد، بلکه باید گفت این ناکارآمدی ناشی از شکست این برنامه در برابر مشکلات ساختاری موجود است. تورم بیش از ۴۰ درصد و نرخ بیکاری نزدیک به ۲۰ درصد در طول این بیش از چهار سال، در کنار بحران عمیق ناامیدی و ناکامی، اجرای هر برنامه جمعیتی را با چالش‌هایی جدی مواجه خواهد کرد. در این میان بیش از هر زمان دیگری نیاز به مشارکت متخصصان است؛ متخصصانی که بتوانند برنامه جوانی جمعیتی مناسب با شرایط نابسامان فعلی بنویسند.

نیستند که افراد با توجه به شرایط کوتاه‌مدت خود درباره آنها تصمیم بگیرند، بلکه به داشتن چشم‌اندازی روشن نسبت به آینده نیاز دارند. درحال حاضر چه چشم‌اندازی از وضعیت فرهنگی و اجتماعی کشور وجود دارد وقتی افراد این چشم‌انداز را روشن نمی‌بینند، یا فرزندآوری را به تأخیر می‌اندازند یا در فرزندآوری توقف می‌کنند؟ در نتیجه باید در اولین قدم برای ایجاد یک چشم‌انداز روشن از آینده اقدام کرد. این استاد دانشگاه به پرهزینه‌بودن انجام سیاست‌های جمعیتی در تمام کشورهای جهان اشاره می‌کند: «طرح جوانی جمعیت برای همه کشورها هزینه دارد؛ خیلی از کشورهای جنوب شرق آسیا یا حوزه اسکاندیناوی بخش مهمی از بودجه عمومی خود را صرف سیاست‌های جمعیتی می‌کنند. اما مسئله این است که آیا این هزینه‌ها ما را به هدفمان می‌رساند؟ سیاست‌های جمعیتی باید به شکل دقیق پایش شوند تا هزینه‌ها صرف دقیقاً مادران و افرادی شود که در موالید و جوانی جمعیت نقش مهم دارند. این سیاست‌ها نباید جنبه شعاری داشته باشد و کاری کند که در بین مردم بی‌اعتمادی شکل بگیرد».

باید به کیفیت جمعیت فکر کرد

رابطه توسعه و جمعیت، یک رابطه ساده نیست که بخواهیم فقط یک نسبت کمی بین این دو مقوله ایجاد کنیم. ما باید یک رابطه عمیق اجتماعی، نهادی و تاریخی را در نظر بگیریم که در آن جمعیت هم می‌تواند مانع توسعه باشد و هم می‌تواند منبع توسعه شود؛ این را «محمد امیرپناهی»، جامعه‌شناس اقتصادی و عضو هیئت‌علمی جامعه‌شناسی دانشگاه علامه طباطبائی، به «شرق» می‌گوید. او ادامه می‌دهد: «در رویکردهای کلاسیکی که به رابطه جمعیت و توسعه پرداخته، ما از یک سمت نگاه مالتوسی را داریم که در آن رشد جمعیت به‌مثابه فشاری بر منابع و امکانات و مانعی بر سر راه توسعه تلقی می‌شود. در تلقی مالتوس افزایش جمعیت باعث به‌هم‌خوردن نسبت امکانات و منابع می‌شود و توسعه را دچار موانعی می‌کند. اما از سمت دیگر در نیمه دوم قرن بیستم یک نگاه خوش‌بینانه در رویکردهایی مثل مکتب نوسازی وجود داشت که جمعیت و مخصوصاً جمعیت جوان را سرمایه بالقوه برای رشد اقتصادی قلمداد می‌کرد و به جمعیت به‌مثابه یک پتانسیل نگاه می‌شد. اما حالا از نظر این جامعه‌شناس باید از چنین دوگانه‌های ساده‌انگارانه‌ای گذر کرد: «مسئله در حال حاضر تعداد جمعیت نیست، بلکه کیفیت ادغام جمعیت در ساختارهای اجتماعی و اقتصادی است. این کیفیت ادغام بسیار مسئله‌مهم‌تری است، زیرا زمانی توسعه با پویایی جمعیت هم‌راستا می‌شود که نظام‌های آموزشی، رفاهی، سیاسی و اقتصادی بتوانند جمعیت را تبدیل به سرمایه انسانی کنند. در این صورت می‌توان جمعیت جوان را در راستای توسعه دانست. اما اگر چنین ادغامی به‌درستی اتفاق نیفتد، جمعیت جوان تبدیل به مشکل می‌شود: «اگر نهادهای ناکارآمد یا نابرابری‌ساز باشند، همان جمعیت جوان تبدیل به منبع بیکاری، نارضایتی و بی‌ثباتی اجتماعی می‌شود. در واقع کاهش یا افزایش جمعیت فی‌نفسه یک بحران یا یک مزیت نیست، بلکه سیاست‌های حمایتی و نظام‌های بازتولید و نوآوری هستند که می‌توانند جمعیت را به معضل یا فرصت تبدیل کنند. "امیرپناهی" به تجربه پنجره جمعیتی‌ای که از دهه ۶۰ در ایران به وجود آمد، اشاره می‌کند و توضیح می‌دهد: «ایران در گذشته وارد مرحله‌ای شد که می‌توانیم آن را پنجره جمعیتی بنامیم؛ یعنی وضعیتی که سهم بالایی از جمعیت در سن کار و جوانی قرار داشتند و می‌توانستند نقش‌های مهمی ایفا کنند. اما متأسفانه این پنجره جمعیتی برخلاف انتظارات پیش رفت و تبدیل به فرصتی برای توسعه پایدار نشد. در آن دوران نرخ بالایی از تحصیلات دانشگاهی در میان جوانان و زنان به وجود آمد که بازار، توان جذب و تبدیل این جمعیت به اشتغال

درحالی‌که قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت از سال ۱۴۰۰ با هدف افزایش نرخ باروری در حال اجراست، آمار رسمی نشان‌دهنده روند نزولی تولدها و افزایش تدریجی مرگ‌ومیر است. براساس داده‌های رسمی سازمان ثبت احوال و مرکز آمار ایران، تعداد موالید از یک میلیون و ۱۱۴ هزار و ۹۰ در سال ۱۴۰۰، به ۹۷۹ هزار و ۹۲۸ در سال ۱۴۰۳ رسیده است. به عبارتی شاهد کاهش ۱۲ درصدی طی چهار سال هستیم.

روزنامه شرق گزارشی تحلیلی درخصوص افزایش مرگ‌ومیرها و روند نزولی تولدهای امسال ارائه داده که در ادامه می‌خوانید:

درحالی‌که قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت از سال ۱۴۰۰ با هدف افزایش نرخ باروری در حال اجراست، آمار رسمی نشان‌دهنده روند نزولی تولدها و افزایش تدریجی مرگ‌ومیر است. براساس داده‌های رسمی سازمان ثبت احوال و مرکز آمار ایران، تعداد موالید از یک میلیون و ۱۱۴ هزار و ۹۰ در سال ۱۴۰۰، به ۹۷۹ هزار و ۹۲۸ در سال ۱۴۰۳ رسیده است. به عبارتی شاهد کاهش ۱۲ درصدی طی چهار سال هستیم. آمارها همچنین نشان می‌دهد که میزان تولدها در نیمه اول سال ۱۴۰۴ نسبت به نیمه اول سال ۱۴۰۳ کاهش هفت درصدی داشته است.

حتی «مرضیه وحید دستجردی»، دبیر ستاد ملی جمعیت، آذرماه امسال به تداوم روند نزولی و ایجادنشدن تغییری محسوس با اجرای قانون جوانی جمعیت، اشاره کرده بود. اما علت این شکست را نمی‌توان فقط در اعداد و آمار یا بررسی میزان اجرا یا مفاد قانون مذکور جست؛ تلاطم‌های اقتصادی و اجتماعی و شیوع ناامیدی از آینده، فرزندآوری را تبدیل به انتخابی سخت و ناممکن برای والدین کرده است. جوانانی که در زندگی روزمره خود شاهد ناکامی‌های متعدّداند، فرزندآوری را اشتباه می‌دانند. «شرق» در گفت‌وگو با متخصصان این حوزه به آنچه در قوانینی مثل قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت نادیده گرفته شده است، پرداخت.

نبود چشم‌انداز روشن از آینده

"احمد دراهکی"، استاد دانشگاه و مدیرگروه جمعیت‌شناسی دانشگاه علامه طباطبائی است. او به تعریف سیاست‌های جمعیتی می‌پردازد و به «شرق» می‌گوید: «برای ارائه یک تعریف ساده از سیاست‌های جمعیتی می‌توان گفت سیاست‌های جمعیتی، هر سیاستی است که دولت با اتخاذ آن دست به استفاده از ابزارهای نهادی برای تأثیرگذاری بر نهاد خانواده می‌زند. نهاد خانواده اما فقط از سیاست‌های دولت تأثیر نمی‌پذیرد، بلکه مسائلی مثل گرانی یا تورم نیز به شکل مستقیم بر نهاد خانواده تأثیر می‌گذارند.

به گفته او، بر همین این اساس، جمعیت‌شناسان سیاست‌های جمعیتی را به دو دسته تقسیم می‌کنند: «سیاست‌های دسته اول که غیرمستقیم هستند؛ مثلاً سیاست‌هایی که بر مسائل اقتصادی و فرهنگی متمرکزند اما تأثیر عینی بر جمعیت دارند. دسته دوم سیاست‌هایی هستند که به‌صورت مستقیم برای اثرگذاری بر جمعیت برنامه‌ریزی می‌شوند؛ برای مثال قانون جوانی جمعیت از این دست سیاست‌هاست. اما زمانی سیاست‌های مستقیم می‌تواند اثرگذاری ظاهر شوند که سیاست‌های غیرمستقیم را همسو با خود داشته باشند. متأسفانه در سال‌های اخیر وضعیت اقتصادی و اجتماعی که در دسته سیاست‌های غیرمستقیم قرار می‌گیرند، با سیاست افزایش جمعیت همسو نبوده‌اند. "دراهکی" با اشاره به پیمایش‌هایی مانند پیمایش ارزش‌ها و نگرش‌های ایرانیان توضیح می‌دهد: «در بیشتر پیمایش‌های ملی نشان داده شده که خانواده‌های ایرانی تمایل به داشتن دو یا بیش از دو فرزند دارند، اما میانگین میزان کل باروری در حال حاضر کمتر از یک و نیم است. اینجا می‌توان بین آنچه هدف افراد است با آنچه واقعیت زندگی‌شان است، یک شکاف بزرگ تشخیص داد». این شکاف را می‌توان با شاخص‌ها و معیارهای جمعیت‌شناختی متفاوتی توضیح داد. "دراهکی" می‌گوید: «یکی از متغیرهای مؤثر بر فرزندآوری سن ازدواج زنان است؛ هرچقدر سن بیشتر باشد، قاعدتاً باروری نیز کاهش پیدا می‌کند. یکی دیگر از متغیرهای مهم، افزایش تجرد قطعی است. ما در جامعه باید حواسمان به این باشد که طبق تجربیات جهانی، افراد پس از ۳۰ سالگی به سمت تجرد قطعی می‌روند و وقتی آمار تجرد قطعی بالا برود، اولین اثری که مشاهده می‌شود در تعداد فرزندآوری است. افزایش میزان پیشگیری از بارداری و آمار مربوط به طلاق نیز از متغیرهایی است که وضعیت جمعیتی ایران را تحت تأثیر خود قرار داده است. این جمعیت‌شناس می‌گوید این متغیرهای مؤثر را می‌توان با توجه به وضعیت اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی توضیح داد و از نگاه او مهم‌ترین مسئله، ناشی از چشم‌انداز مردم به آینده است: «کاهش باروری بیش از اینکه ناشی از عوامل پزشکی و ژنتیکی باشد، ناشی از وقایع و اتفاقاتی است که درون جامعه درحال رخ‌دادن است و بر چشم‌انداز افراد بر آینده تأثیر می‌گذارد. تصمیماتی مثل ازدواج و فرزندآوری تصمیمات کوتاه‌مدتی

اخبار حوزه بانوان

به صورت ماهانه ادامه دارد و با تخصیص اعتبار به حساب، وزارت رفاه آمادگی لازم برای استمرار اجرای این طرح حمایتی وجود دارد. لازم به یادآوری است؛ طرح «پسنا» یکی از برنامه‌های اجرایی در چارچوب سیاست‌های جوانی جمعیت است که درمرحله اول آن از ۱۵ آذرماه اعتبار خرید برای گروه هدف در دهک‌های یک تا سه به مبلغ ۶۵۰ هزار تومان شارژ شده و مشمولان می‌توانند از میان ۱۶ قلم کالای اساسی به همراه پوشک بچه، خرید کنند.

منتظر ملکه تپانچه نباشید؛ جوانمردی به آمریکا نمی‌رود
پرافتخارترین بانوی پارالمپیک ایران با اشاره به احتمال حضور خود در پارالمپیک ۲۰۲۸ گفت: در بخش اجرایی فعالیت دارم و تصمیمی برای حضور در پارالمپیک ندارم.

ساره جوانمردی در خصوص شرایط زندگی ورزشی و قهرمانی خود اظهار داشت: از ورزش جدا نشدم و در بخش اجرایی هستم اما هیچ تمرین یا برنامه‌ای برای حضور در پاراسیایی ۲۰۲۶ ناگويا و پارالمپیک ۲۰۲۸ لس‌آنجلس ندارم و تصمیمم نیز قطعی است. تا امروز هیچ تغییری در تصمیم من ایجاد نشده و برنامه‌ای برای حضور در پارالمپیک ندارم. دارنده چهار نشان طلای پارالمپیک ادامه داد: اگر نیاز به کمک من باشد در ورزش فعالیت دارم و سرباز ایران هستم. در دوره قهرمانی و ورزش نیز با تمام توان برای عزت و افتخار ایران جنگیدم. اکنون خارج ازگود ورزش هستم اما در بخش اجرایی تمام توانم را به کار می‌گیرم تا به نسل‌های مختلف کمک کنم. استعدادهای بسیار خوبی در ورزش ایران وجود دارد و می‌توانیم شاهد درخشش بانوان در رشته‌های مختلف باشیم. عضو هیات اجرایی کمیته ملی پارالمپیک گفت: اینکه سؤال شود دیگر مانند جوانمردی در ورزش تکرار نمی‌شود غلط است. ایران سرشار از استعداد است و ما در بازی‌های پاراسیایی جوانان در دبی شاهد درخشش بانوان کشورمان بودیم که برای ادامه موفقیت نیاز به حمایت دارند و نباید رها شوند و باید به صورت گلخانه ای مورد حمایت قرار گیرند. وی همچنین در پاسخ به این سؤال که نقش مادر سخت‌تر است یا قهرمانی، پاسخ داد: نقش مادر بسیار سخت است زیرا مادر اولین الگو و حتی مربی یک فرزند است و باید فرزندان را به گونه‌ای تربیت کند که در عرصه‌های مختلف قهرمان باشند. نقش قهرمانی هم سختی‌های خاص خود را دارد. ورزشکاران سربازان این وطن هستند و برای ایران باید بجنگند. من در بیش از یک دهه فعالیت در عرصه جهانی و پارالمپیک تلاش داشتم بهترین‌ها را برای ایران به ارمغان بیاورم. وی با اشاره به برگزاری جشن «قهرمان خانواده» از سوی وزارت ورزش و جوانان گفت: این یک اقدام پسندیده بود و امیدوارم هر ساله تکرار شود. ما بارها از وزارت ورزش خواهش داشتیم که به مادران قهرمان توجه ویژه داشته باشند تا بتوانند در کنار نقش مادری به نقش‌های دیگر خود بدون دغدغه برسند. یک مادر قهرمان می‌تواند در عرصه‌های اجتماعی، ورزشی و فرهنگی هم الگو باشد.

شکست پرسپولیس و توقف سپاهان در هفته دوازدهم لیگ فوتبال بانوان

در پایان هفته دوازدهم لیگ فوتبال بانوان، تیم پرسپولیس برابر گل گهر شکست خورد و سپاهان متوقف شد. هفته دوازدهم لیگ فوتبال بانوان امروز جمعه با برگزاری پنج دیدار پیگیری شد که تیم پرسپولیس مقابل گل‌گهر سیرجان ۲ بر یک شکست خورد و در رده هفتم جدول باقی ماند و سپاهان نیز با تساوی یک بر یک برابر پالایش گاز ایلام متوقف شد.

دیگر نتایج لیگ فوتبال زنان به شرح زیر است:
خاتون ۲ - سگین ماشین ایستا
ملوان ۷ - فرا ایساتیس ۳
اوا تهران ۰-۰ پاسام کردستان
خاتون بم با ۳۶ امتیاز صدرنشین لیگ فوتبال زنان است.

لیگ بسکتبال بانوان؛ شکست استقلال برابر مدعی قهرمانی
گروه بهمن مدعی قهرمانی موفق شد تا استقلال را در هفته دوازدهم لیگ برتر بسکتبال بانوان شکست دهد. دیدارهای هفته دوازدهم لیگ برتر بسکتبال بانوان- (جمعه ۵ دی) برگزار شد. در جریان این هفته از مسابقات، مشهدی‌ها در دیدار خانگی خود، شکست دور رفت برابر آکادمی نیکا را جبران کردند و ۱۶ امتیازی شدند. «دنبله رینی» از تیم قهوه باتسام با ۳۱ امتیاز، ۸ ریباند، ۴ پاس گل و کارایی ۳۶ بهترین بازیکن این دیدار بود. در آبادان هم تیم نفت با غلبه بر ستاد گاز تهران به نهمین برد این فصلش دست یافت و ۲۰ امتیازی شد، «دارینا لوییسن» از تیم نفت آبادان بهترین بازیکن این دیدار بود، او در کارنامه‌اش ۳۲ امتیاز، ۱۰ ریباند، ۳ پاس گل و کارایی ۴۰ را در کارنامه‌اش ثبت کرد. در این هفته از مسابقات تیم فراور شریف سبز متحمل یازدهمین باخت شد. این باخت در تقابل با کاسپین ثبت شد. ۱۹ امتیاز، ۱۲ ریباند، ۴ پاس گل و کارایی ۲۹ سمانه طغیانی را بهترین بازیکن کاسپین و این دیدار کرد. آخرین دیدار این هفته میان دو تیم گروه بهمن و استقلال برگزار شد، در این دیدار گروه بهمن همچون دیدار رفت برابر حریفش پیروز شد. مهلا عابدی از تیم گروه بهمن با ۱۰ امتیاز، ۲۲ ریباند، ۲ پاس گل، ۲ توپ ربایی و کارایی ۲۵ بهترین بازیکن زمین بود. نتایج دیدارهای هفته دوازدهم لیگ برتر بسکتبال بانوان به این شرح است: قهوه باتسام مشهد ۸۹ - آکادمی بسکتبال نیکا ۷۵

پالایش نفت آبادان ۱۰۵ - ستاد گاز تهران ۵۰
کاسپین تهران ۸۲ - فراور شریف سبز تهران ۳۲
گروه بهمن ۶۷ - استقلال تهران ۵۵

اعتماد به ظرفیت‌های انسانی، هنری و اقتصادی جنوب کشور است. او با اشاره به اهداف این رویداد اظهار کرد: نمایشگاه ملی سراسری صنایع‌دستی، فرصتی مغتنم برای معرفی میراث‌فرهنگی ملموس و ناملموس، هنرهای سنتی اصیل و توانمندی‌های استان‌هاست؛ فرصتی برای گفت‌وگو، تبادل تجربه، هم‌اندیشی و ایجاد پیوند میان هنرمندان، تولیدکنندگان، سرمایه‌گذاران و علاقه‌مندان به فرهنگ و هنر ایرانی است. رئیسی افزود: حمایت از هنرمندان و صنعتگران، معرفی و توسعه صنایع‌دستی، ایجاد زمینه‌های اشتغال پایدار، تقویت اقتصاد فرهنگ و گسترش بازار فروش محصولات هنری در سطح ملی از اهداف مهم برگزاری این نمایشگاه است؛ مسیری که می‌تواند نقش مؤثری در تحقق توسعه پایدار و حفظ هویت فرهنگی کشور ایفا کند. سرپرست اداره‌کل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی هرمزگان در پایان از مجتمع تجاری بندرعباس مال به‌عنوان میزبان این رویداد و همچنین از دستگاه‌های اجرایی، حامیان، مشارکت‌کنندگان، اصحاب رسانه و تمامی دست‌اندرکارانی که با تلاش و همراهی خود زمینه برگزاری شایسته این نمایشگاه را فراهم کردند، قدردانی کرد و ابراز امیدواری کرد این نمایشگاه آغازی برای تعاملات گسترده‌تر فرهنگی و اقتصادی و معرفی هرچه بهتر ظرفیت‌های استان‌ها باشد.

سه‌میه وام ازدواج ۱۴۰۴ کفاف یک چهارم متقاضیان را می‌دهد

به گفته معاون اعتبارات بانک مرکزی از سه‌میه وام ازدواج امسال فقط ۴۰ هزار میلیارد تومان باقیمانده است که تا پایان سال تقریباً کفاف پرداخت وام به یک چهارم متقاضیان در صف را می‌دهد. حدود ۵۰۰ هزار نفر در صف وام ازدواج و همین میزان نیز در صف وام فرزندآوری قرار دارند با این حال معاون اداره عملیات اعتباری بانک مرکزی سارا جلالی به خبرنگار فارس می‌گوید که «سه‌میه وام ازدواج ۲۰۳ هزار میلیارد تومان بوده که حدود ۴۰ هزار میلیارد تومان آن باقی مانده است». این عدد یعنی در نهایت تا پایان سال حدود ۱۳۴ هزار نفر می‌توانند وام ازدواج بگیرند. اگر شما متقاضی وام ازدواج باشید شانس شما برای گرفتن وام ازدواج تا پایان سال حدود ۲۷ درصد است. به گفته جلالی از سه‌میه ۵۳ هزار میلیارد تومانی وام فرزندآوری نیز ۳۶ هزار میلیارد تومان باقی مانده است. اگر فرض کنیم اکثر متقاضیان برای فرزند دوم وام بگیرند حدود ۴۰۹ هزار نفر می‌توانند تا پایان سال وام فرزندآوری بگیرند. اخیراً بانک مرکزی اعلام کرد که برای کاهش صف وام ازدواج و فرزندآوری سه‌میه‌های مصرف‌نشده وام خرید کالای ایرانی نیز به وام ازدواج و فرزندآوری منتقل می‌شود. معاون بانک مرکزی به خبرنگار فارس گفت که سهم این تسهیلات نیز ۵ هزار میلیارد تومان است که قرار است ۲،۲ هزار میلیارد تومان آن برای پرداخت وام ازدواج و ۲،۸ هزار میلیارد تومان آن به وام فرزندآوری اختصاص پیدا کند. با این کار فقط ۷ هزار و ۳۳۳ نفر از صف وام ازدواج کم می‌شود و همچنان بیش از ۳۵۸ هزار نفر در صف باقی می‌مانند. به این عدد باید افرادی که جدید ثبت‌نام می‌کنند نیز اضافه کرد.

مصوبه تعیین سقف کیفری مهریه به کمیسیون قضایی بازگشت

ماده یک طرح اصلاح قانون مهریه با پیشنهاد رئیس مجلس شورای اسلامی به کمیسیون قضایی و حقوقی ارجاع شد. نمایندگان مجلس شورای اسلامی در جلسه علنی (یکشنبه ۳۰ آذر ماه) مجلس، با پیشنهاد محمدباقر قالیباف مبنی بر ارجاع ماده یک طرح اصلاح موادی از قانون نحوه اجرای محکومیت‌های مالی و قانون مدنی موسوم به قانون مهریه به کمیسیون قضائی و حقوقی موافقت کردند. محمدباقر قالیباف در این مورد، توضیح داد: در تبصره ۳ و ۴ ماده یک این طرح ابهامات اساسی وجود دارد. اما از آنجایی که ماده یک این طرح در صحن تصویب شده است، برای بازگشت به کمیسیون نیاز به رأی نمایندگان دارد. در نهایت نمایندگان با ارجاع این ماده به کمیسیون قضائی و حقوقی موافقت کردند. گفتنی است در ماده یک این طرح سقف کیفری برای پرداخت مهریه تعیین شده بود که با ارجاع این ماده به کمیسیون قضائی و حقوقی، مورد بازنگری قرار خواهد گرفت.

یارانه حمایتی «پسنا» برای مادران باردار واریز شد
معاون رفاه و امور اقتصادی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی از واریز یارانه حمایتی پسنا برای حدود ۴۰۰ هزار نفر در دهک‌های ۴ و ۵ خبر داد. یعقوب اندایش معاون رفاه و امور اقتصادی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی از واریز یارانه مرحله دوم طرح «پسنا» همزمان با شب پلدا خبرداد و گفت: در این مرحله که دور دوم این طرح هست که برای ۴۰۰ هزار مادر باردار و یا دارای نوزاد زیر دوسال یارانه ۵۰۰ هزار تومانی به حساب سپرستان خانوار واریز شد. وی افزود: خانواده‌ها می‌توانند در این دوره با استفاده از یارانه حمایتی خود ۱۶ قلم کالای اساسی و پوشک بچه را تهیه کنند. اندایش با اشاره به اینکه مادران تا پایان سال فرصت دارند خرید اعتبارخود را انجام دهند افزود: خانواده‌ها ممکن است از طرح‌های حمایتی دیگر هم همچون طرح حمایت از کودکان زیر پنج سال دارای سوتغذیه، طرح پسنا و یا یارانه کالابزرگ برخوردار باشند که می‌توانند از طریق سامانه "شما" از میزان اعتبار حمایتی خود اطلاع پیدا کنند. معاون وزیررفاه در خصوص رفع دغدغه مادران باردار و دارای کودک زیر دوسال برای ادامه این بسته حمایتی گفت: طرح پسنا تا این مرحله با اعتبارات ستاد ملی جمعیت اجرا شده است، اما با امضای توافق‌نامه‌ای با سازمان برنامه و بودجه، اعتبار آن تا پایان سال

بازدید از بازارچه «هما»: فرصتی برای ترویج هنرهای بومی و صنایع دستی

معاون دفتر بازاریابی و تجاری‌سازی وزارت میراث فرهنگی از بازارچه صنایع‌دستی «هما» واقع در هتل هما بندرعباس بازدید کرد. این بازدید با هدف بررسی ظرفیت‌های بازارچه در حمایت از تولیدکنندگان محلی و ارتقای جایگاه صنایع دستی و محصولات فرهنگی در بازارهای داخلی و بین‌المللی انجام شد. پروانه حیدری معاون دفتر بازاریابی و تجاری‌سازی وزارت میراث فرهنگی در جریان بازدید، بر اهمیت توسعه زیرساخت‌ها و امکانات بازارچه برای بهبود تجربه بازدیدکنندگان و جذب گردشگران تأکید کرد. او در این بازدید با فروشندگان و هنرمندان حاضر در بازارچه گفتگو کرد و بر ارائه مشاوره‌های تخصصی در زمینه بازاریابی و تجاری‌سازی محصولات سنتی و دستی تأکید نمود. بازارچه صنایع دستی هما به عنوان یک مرکز عرضه محصولات فرهنگی و سنتی، فرصتی مناسب برای معرفی هنرهای بومی و صنایع دستی به گردشگران داخلی و خارجی فراهم می‌کند و نقش مهمی در حفظ و ترویج فرهنگ و هنر محلی ایفا میکند.

در پایان بازدید، برنامه‌های آتی برای توسعه بازارچه و ایجاد امکانات بیشتر برای حمایت از هنرمندان و تولیدکنندگان مورد بحث قرار گرفت. **انتصاب نخستین زن هرمزگانی به ریاست دانشگاه در استان**
انتصاب فاطمه عامری سپاهویی به‌عنوان رئیس دانشگاه پیام نور مرکز قشم، علاوه بر یک جابه‌جایی مدیریتی، رخدادی تاریخی در آموزش عالی هرمزگان رقم زد و نام نخستین زن هرمزگانی رئیس دانشگاه را در این استان ثبت کرد.

این انتصاب، نام فاطمه عامری سپاهویی را به‌عنوان نخستین زن هرمزگانی که به ریاست یک دانشگاه در استان منصوب می‌شود، در تاریخ آموزش عالی هرمزگان ثبت کرد، رویدادی که بازتاب گسترده‌ای در میان جامعه دانشگاهی استان داشته است. عامری سپاهویی دارای مرتبه علمی استادیاری در رشته حقوق است و پیش از این، مسئولیت‌های مدیریتی متعددی از جمله معاونت آموزشی دانشگاه پیام نور هرمزگان را در کارنامه خود داشته است. انتشار چندین کتاب تخصصی، ارائه مقالات علمی و پژوهشی متعدد و کسب عناوین برتر علمی از دیگر سوابق این بانوی فرهیخته هرمزگانی به‌شمار می‌رود که بیانگر توانمندی‌های علمی و مدیریتی وی است. جامعه دانشگاهی هرمزگان، این انتصاب را گامی مثبت در مسیر تحقق شایسته‌سالاری، توسعه عدالت جنسیتی و بهره‌گیری از ظرفیت‌های علمی و مدیریتی بانوان در نظام آموزش عالی ارزیابی می‌کند.

در همین راستا، نگاه حمایتی و اعتماد ریاست دانشگاه پیام نور کشور به توانمندی بانوان نخبه استان، اقدامی ارزشمند دانسته شده که می‌تواند به تقویت سرمایه انسانی و ارتقای جایگاه علمی دانشگاه‌ها در هرمزگان کمک کند.

هفتمین نمایشگاه سراسری صنایع دستی در بندرعباس افتتاح شد

هفتمین نمایشگاه سراسری صنایع دستی با حضور سرپرست اداره‌کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی، معاونین صنایع‌دستی، مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی، فرماندار بندرعباس، مشاور عالی استاندار، مدیر کل امور بانوان استانداری، مدیرکل سرمایه‌گذاری استانداری، مدیر کل امور اجتماعی و فرهنگی استانداری هرمزگان، اعضای شورای اسلامی شهر بندرعباس و جمعی از مدیران دستگاه‌های اجرایی و هنرمندان صنایع دستی اول دی‌ماه ۱۴۰۴ در بندرعباس افتتاح شد. این نمایشگاه با مشارکت ۳۰ استان کشور و در قالب ۱۸۲ غرفه افتتاح شد که ۴۰ غرفه آن به صنایع دستی استان هرمزگان اختصاص دارد. نمایشگاه ملی صنایع دستی بندرعباس بستری مناسب برای معرفی توانمندی‌ها و خلاقیت‌های هنرمندان و صنعتگران ایرانی فراهم کرده و امکان تبادل تجربه میان تولیدکنندگان، سرمایه‌گذاران و علاقه‌مندان به فرهنگ و هنر کشور را ایجاد می‌کند. حضور گسترده استان‌ها و غرفه‌های متنوع در این رویداد، نشان‌دهنده اهمیت صنایع دستی به‌عنوان بخشی از هویت فرهنگی و ظرفیت‌های اقتصادی ایران است.

صنایع دستی پيشران توسعه پايدار / برگزاری نمایشگاه ملی در بندرعباس نشان دهنده جایگاه راهبردی این استان است
سرپرست اداره‌کل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی هرمزگان در مراسم افتتاحیه هفتمین نمایشگاه ملی سراسری صنایع‌دستی در بندرعباس بر نقش صنایع‌دستی در توسعه پایدار تأکید کرد. به گزارش روابط عمومی اداره‌کل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی عباس رئیسی در مراسم افتتاحیه هفتمین نمایشگاه ملی سراسری صنایع‌دستی در بندرعباس گفت: مایه افتخار است که امروز در شهر بندرعباس، نگین درخشان خلیج فارس، شاهد برگزاری هفتمین نمایشگاه سراسری صنایع‌دستی هستیم، رویدادی که جلوه‌ای روشن از هم‌افزایی ظرفیت‌های فرهنگی، هنری و اقتصادی ایران عزیز را به نمایش می‌گذارد و بستری ارزشمند برای معرفی توانمندی‌های خلاقیت‌ها و داشته‌های ملی فراهم می‌آورد. سرپرست اداره‌کل میراث‌فرهنگی، گردشگری و صنایع‌دستی هرمزگان افزود: استان هرمزگان با پیشینه‌ای کهن، میراثی غنی و فرهنگی ریشه‌دار، همواره یکی از دروازه‌های مهم تعامل فرهنگی، تجاری و تمدنی کشور بوده است و برگزاری این نمایشگاه در بندرعباس، نه‌تنها بیانگر جایگاه راهبردی این استان در نقشه توسعه ملی است، بلکه نشان‌دهنده

با سرآشپز = حلیم؛ صبحانه‌ای گرم و دلنشین در روزهای سرد



و با قدرت هم بزنید و بکوبید. این کار باید مداوم باشد تا کشش ایجاد شود.

بافت نهایی: حلیم آماده است زمانی که پس از کشیدن قاشق، لبه‌های آن دیر به هم برسند (کشش مناسب).

برای دستیابی به کیفیت رستورانی و حلیمی که طعم اصیل زمستانی را داشته باشد، به این نکات توجه کنید:

۱. انتخاب و آماده‌سازی گندم: گندم کامل در مقابل پوست کنده: گندم پوست کنده زودتر می‌پزد اما حلیم کمی آبکی‌تر می‌شود. گندم کامل نیاز به زمان بیشتری دارد اما بافت نهایی آن غلیظ‌تر و نشاسته‌ای‌تر خواهد بود.

شستشوی مکرر: در طول پخت طولانی، لازم است هر ۳۰ تا ۴۵ دقیقه یک بار حلیم را به شدت هم بزنید و در صورت نیاز، مقدار کمی آب جوش به آن اضافه کنید.

۲. تکنیک کوبیدن و کشسانی: دمای ایده‌آل برای کوبیدن: مرحله کوبیدن باید زمانی انجام شود که گندم کاملاً له شده باشد اما مخلوط هنوز داغ است. حرارت بالا به فعال شدن پلیمرهای نشاسته کمک می‌کند و کشسانی را افزایش می‌دهد.

تأثیر گوشت بر کشش: وجود چربی و بافت کلاژنی گوشت (به خصوص اگر با استخوان پخته شود) به غلیظ شدن و چسبندگی نهایی حلیم کمک شایانی می‌کند.

۳. مدیریت طعم و تزئینات: اهمیت دارچین: دارچین را در دو مرحله اضافه کنید: یک قاشق چای خوری در مرحله ترکیب مواد و مقدار اصلی (۱ تا ۲ قاشق غذاخوری) در هنگام سرو. دارچین پخته شده عطر عمیق و دارچین تازه عطر تند و دلپذیری می‌دهد.

شیرین یا شور: حلیم سنتی ایرانی باید در ابتدا کمی کم‌نمک پخته شود. اگر می‌خواهید آن را شیرین سرو کنید، پس از کشیدن در کاسه، روی آن شکر یا شیر انگور بریزید. اگر شور می‌پسندید، مقدار نمک را در پایان پخت تنظیم کنید و به جای شکر، از دارچین و روغن داغ استفاده نمایید.

روغن حیوانی (Ghee): راز خوشمزه‌گی حلیم در تزیین روی آن است. حتماً در زمان سرو، مقداری کره یا روغن حیوانی (روغن زرد) را روی حرارت ملایم ذوب کنید (نباید قهوه‌ای شود) و یک قاشق از آن را روی حلیم داغ بریزید. این کار عطر و طعم فوق‌العاده‌ای به غذا می‌دهد.

۴. نگهداری و سرو مجدد: حلیم پخته شده در یخچال غلیظ‌تر می‌شود. برای گرم کردن مجدد، حتماً باید آن را با کمی شیر یا آب مخلوط کرده و هم بزنید تا به بافت اولیه بازگردد. از حرارت دادن مستقیم و زیاد در این مرحله خودداری کنید.

دارچین آسیاب شده (مقدار زیاد)
کره حیوانی یا روغن زرد (به مقدار سخاوتمندانه)

شکر یا شیر انگور (برای سرو)
مرحله ۱: آماده‌سازی مواد پایه

خیساندن گندم: گندم پوست‌کنده را حداقل ۸ تا ۱۲ ساعت در آب سرد خیس کنید. این کار زمان پخت را به شدت کاهش داده و به له شدن بهتر کمک می‌کند. آب گندم را پس از خیس خوردن دور بریزید.

پخت گوشت: گوشت را با پیاز خرد شده، ۱ قاشق چای خوری زردچوبه، کمی فلفل و آب (تقریباً ۴ لیوان) در قابلمه بریزید.

اجازه دهید با حرارت ملایم و درب بسته، گوشت به مدت ۲ تا ۳ ساعت کاملاً بپزد تا جایی که با کوچکترین فشار از هم وا برود. جداسازی گوشت: پس از پخت، گوشت را از استخوان‌ها جدا کرده و با دست کاملاً ریش ریش کنید. توجه: آب گوشت (عصاره) را دور نریزید و نگه دارید.

مرحله ۲: ترکیب و پخت طولانی (صبر کلید است)
شروع پخت گندم: گندم خیس خورده را به همراه ۳ لیوان آب (یا ترکیبی از آب و عصاره گوشت) در یک قابلمه بزرگ و نجسب بریزید.

جوشاندن اولیه: حرارت را زیاد کنید تا گندم به جوش آید. پس از جوش آمدن، شعله را کم کنید و درب قابلمه را نیمه‌باز بگذارید.

اضافه کردن گوشت: پس از گذشت حدود ۱ ساعت (زمانی که گندم شروع به ترکیدن و له شدن کرد)، گوشت ریش شده را اضافه کنید.

تنظیم آب و حرارت: کم‌کم باقی‌مانده آب یا عصاره را اضافه کنید. حلیم باید حالت فرنی غلیظ داشته باشد. حرارت را روی کمترین درجه ممکن قرار دهید. نکته: در این مرحله مرتباً هم بزنید تا گندم کف نکند یا به ته قابلمه نچسبد.

پخت نهایی: اجازه دهید حلیم حداقل ۳ تا ۴ ساعت دیگر در این وضعیت بپزد و اصطلاحاً جا بیفتد.

مرحله ۳: مرحله ی "زدن" و ایجاد کشسانی
زمان بندی نمک و ادویه: تقریباً نیم ساعت قبل از اتمام پخت، نمک را تنظیم کنید. (اگر شکر مصرف می‌کنید، نمک را کمتر بزنید).

فشرده‌سازی و کوبیدن: در این مرحله، هدف از بین بردن هر گونه باقیمانده از دانه گندم و ایجاد یک بافت کاملاً یکدست است.

اگر از گوشت کوب برقی استفاده می‌کنید، حلیم را در چند پالس کوتاه بزنید (زیاد نزنید تا بافت آن تبدیل به پوره نشود).

اگر به روش سنتی هستید، از گوشت‌کوب چوبی استفاده کرده

زمستان از راه رسیده و با خود سرمای لطیف و نیاز به انرژی‌های پایدار آورده است. در این میان، حلیم ایرانی، نه صرفاً یک صبحانه، بلکه یک معجون مقوی و گرمابخش است که با آرامش و صبر پخته می‌شود تا با بافت کشدار و طعم گوشت و گندم، گرما را به قلب سفره‌های ما هدیه دهد. حلیم فراتر از یک غذا، نمادی از سخاوت و صبر در فرهنگ آشپزی ایرانی است؛ غذایی که نیازمند صرف زمان و عشق است تا بتواند بهترین حالت خود را عرضه کند.

این راهنمای جامع، شما را قدم به قدم تا پخت یک حلیم سنتی و غلیظ همراهی می‌کند، از انتخاب مواد اولیه گرفته تا تکنیک‌های نهایی برای دستیابی به کشسانی رویایی.

حلیم از غذاهای سنتی و برطرفداری است که ریشه در تاریخ آشپزی خاورمیانه و شبه‌قاره هند دارد. کلمه "حلیم" (Haleem) از ریشه عربی "حلم" به معنای صبر و بردباری گرفته شده است، که خود اشاره‌ای واضح به طولانی بودن فرآیند پخت آن دارد.

در فرهنگ ایرانی به‌ویژه در ماه محرم (به عنوان نذری) و روزهای سرد سال جایگاه ویژه‌ای دارد. حلیم در اعصار گذشته، به عنوان یک غذای کامل و پرکالری، برای تأمین انرژی مورد نیاز کارگران، کشاورزان و مسافران در مسیرهای طولانی و آب و هوای سرد، طبع می‌شده است. این غذا با ترکیب گندم پوست‌کنده یا بلغور و گوشت (معمولاً گوسفند یا بوقلمون) که ساعت‌ها با هم می‌پزند تا کاملاً له شده و به یک بافت یکدست برسند، تهیه می‌شود.

برای رسیدن به یک حلیم اصیل، مراحل پخت نیازمند توجه به سه رکن اساسی است که تفاوت اصلی بین یک حلیم خوب و یک حلیم عالی را رقم می‌زند:

۱. راز غلظت (همگام‌سازی گندم و گوشت):

مهم‌ترین بخش در تهیه حلیم، ایجاد بافتی یکدست و غیرقابل تفکیک است. این امر مستلزم آن است که گندم و گوشت با نسبت دقیق و در زمان بندی مناسب به ظرف اضافه شوند.

نسبت ایده‌آل: معمولاً نسبت گندم به گوشت باید حدود ۱ به ۱ یا ۱ به ۱.۲ باشد (مثلاً ۲۵۰ گرم گندم در برابر ۳۰۰ گرم گوشت).

زمان بندی: پخت طولانی و آرام (حدود ۶ تا ۸ ساعت)، کلید له شدن کامل مواد و رسیدن به کشسانی مطلوب است. در ابتدا، مواد باید در فشار و حرارت بالا به مرحله اولیه برسند، سپس حرارت باید به حداقل ممکن کاهش یابد تا فرآیند "له شدن" به آرامی انجام شود.

۲. عطر و طعم اصیل (ادویه جات کلیدی):

طعم حلیم به سادگی گوشت و گندم نیست؛ بلکه در تزئینات و طعم‌دهنده‌های پنهان آن نهفته است. استفاده به اندازه و درست از دارچین، هل و گلاب در مرحله پایانی، تفاوت بین یک حلیم معمولی و یک حلیم "ناب" را رقم می‌زند. افزودن هل در مراحل اولیه ممکن است طعم آن را تلخ کند، بنابراین باید در نیمه دوم یا پایانی پخت اضافه شود.

۳. کشش نهایی و مرحله ی "زدن":

مرحله پایانی پخت، جایی است که حلیم از یک خوراک غلیظ به یک غذای کشدار تبدیل می‌شود. این مرحله که شامل کوبیدن مداوم یا هم زدن شدید حلیم با ابزارهای مخصوص (مانند گوشت‌کوب چوبی یا دستگاه‌های صنعتی) است، هوادهی و میکس نهایی را انجام داده و کشسانی معروف حلیم را ایجاد می‌کند. در این مرحله، نشاسته گندم به خوبی با پروتئین گوشت پیوند برقرار می‌کند.

مقدار تقریبی مواد اولیه

گندم پوست‌کنده (گندم حلیم یا گندم کامل) ۲۵۰ گرم از شب قبل خیس شود.

گوشت گوسفند یا بوقلمون (ترجیحاً با استخوان) ۳۰۰ تا ۳۵۰ گرم ماهیچه یا سردست توصیه می‌شود.

آب حدود ۷ تا ۹ لیوان (بسته به جذب) آب مرغ یا آب گوشت را جایگزین کنید.

پیاز ۱ عدد متوسط برای پخت اولیه گوشت.

زردچوبه، نمک، فلفل سیاه به میزان لازم نمک در پایان اضافه شود.