

زیر ساخت های شهرک شهید
سلیمانی در مازندران آماده
شود



تامین اجتماعی مازندران
۲۳۰۰ میلیارد تومان طلب
دارد



www.Afaghonline.ir

طلوعی دوباره کن...

۲۳ تیر ۱۴۰۳ | ۸ صفحه | ۵۰۰۰ تومان

هفته نامه سیاسی فرهنگی ورزشی

اتمام برگزاری نوبت دوم

آزمون سراسری سال ۱۴۰۳

۲

نیروی انتظامی بازوی توانمند دستگاه
قضایی است

توزیع ۴۵۰ میلیون متر مکعب آب
کشاورزی در دشت های استان

چگونه از عفونی شدن محل نیش
حشرات تابستانی پیشگیری کنیم؟



قدمت چند صد ساله آیین های عاشورایی؛ از علم بندگان تا نخل گردانی

آنها بر آورده شود.

شمسعلی ترک از پیروان حسینی با اشاره به سنت دیرینه مراسم منبر کشی می گوید: این مراسم تا پاسی از نیمه شب ادامه دارد و اهالی معتقدند زیارت منبر و عبور از زیر آن یک سال سلامتی خانواده را تأمین می کند و در گذشته برخی از افراد برای گرفتن حاجت پابره نه برای روشن کردن شمع به پای منبر می رفتند و عده ای نیز سر یا شانه خود را گل مالی می کردند و در ساری رسم بر این بود که شمع بلندی را به پای منبر آورده و روشن می کردند اما امروزه این رسم از بین رفته است.

آیین نخل گردانی روستای نوا در بخش لاریجان شهرستان آمل نیز از دیگر آیین های کهنی است که هر ساله در ایام ماه محرم در روزهای نهم و دهم صورت می گیرد و این نخل که بزرگ ترین نخل مازندران است، هر ساله مسافت زیادی را در این روستا به همراه دسته های عزادار طی می کند.

قوم بنی اسد رسم ثبت شده ملی در مازندران تشکیل دسته قوم بنی اسد آمل در روز بعد از عاشورا نیز از آیین هایی است که مردم این منطقه به تاسی از وقایع کربلا انجام می دهند. زنان این گروه به تاسی از این قوم، با بیل برای دفن اجساد شهدای کربلا وارد این منطقه می شوند و به دلیل اینکه نتوانستند سالار شهیدان را یاری رسانند ابراز ندامت و پشیمانی می کنند. این رسم سنتی نیز در فهرست آثار ملی ناملموس ایران ثبت شده است. مازندران سرشار از آیین های سنتی و عاشورایی است که ریشه در دل و جان مردمان آن دارد و تجلی عشق و ارادت علویان طبرستان به خاندان اهل بیت (ع) است و بسیاری از این آیین ها در گذر زمان یا فراموش شده اند و یا دگرگون که نیازمند احیا و بازآفرینی هستند.

در نقاط مختلفی که آذری زبانان سکونت دارند با برنامه ریزی و سوز و گداز خاصی برگزار می شود.

اگر چه به طور کلی سنت نشست گذاری آذری ها قدمتی ۶۰۰ ساله دارد، اما در مازندران قدمت آن در مناطق مختلف متفاوت است به گونه ای که در بهشهر حدود یکصد سال و در قائم شهر حدود نیم قرن پیشینه دارد.

فلسفه برگزاری آیین نشست گذاری به واقعه کربلا باز می گردد، به زمانی که کاروان امام حسین (ع) بسا کاروان یزید بن معاویه به فرماندهی حر بن یزید ریاحی برخورد می کند به دلیل اینکه لشکر حر از لشکر امام حسین (ع) تقاضای آب می کنند، امام دستور می دهند تا در نشست های مختلف آب بریزند تا لشکریان و اسب های دشمن سیراب شوند و آذری های مازندران با برگزاری این آیین به یاد وفاداری این امام بزرگوار افتاده و عزاداری حسینی را به طور رسمی چند روز پیش از ماه محرم آغاز می کنند.

منبر کشی رسمی عاشورایی در مازندران مراسم منبر کشی از جمله مراسم ایام محرم است که در محله های قدیمی شهرستان ساری اجرا می شود و کسانی که خادمین منبر هستند و نسل به نسل منبر را نگهداری می کنند، چند روز قبل از اجرای مراسم منبر را بیرون آورده و یک پارچه سبز بر روی آن می اندازند و از اذان صبح خادمین منبر در روز تاسوعا مشغول پخت برنج نذری می شوند، که این برنج به عنوان تبرک به عزاداران داده می شود.

در مراسم منبر کشی گروه زنان به پای منبرها رفته و با ذکر صلوات از زیر منبر رد می شوند و پارچه سبزی به عنوان دخیل برای ادای نذرشان به منبر گره می زنند و شمع را داخل تشت پر از گل که بر روی منبر قرار دارد روشن می کنند آنگاه اگر نذری داشته باشند که شامل خرما، شربت و یا مبلغی پول به خادم منبر می دهند تا حاجت



مربوط به روستای کوهستان از توابع شهرستان بهشهر است. علی اسدی کارشناس حوزه آئینی در مازندران با اشاره به آیین عزاداری مجمع گذاری افزود: در این آیین، کدبانوهای روستایی غذاهای مختلفی برای پذیرایی از عزاداران حسینی در روزهای تاسوعا و عاشورا تدارک می بینند و غذاها را داخل سینی بزرگی که مجمع نامیده می شود قرار می دهند و به حسینیه و محل عزاداری می برند تا از عزاداران پذیرایی کنند.

وی اظهار کرد: مجمع های حاوی غذا، ابتدا در آشپزخانه حسینیه وی مسجد جمع آوری می شود و پس از عزاداری و اقامه نماز ظهر، هر مجمع جلوی دو تا چهار نفر از عزاداران قرار داده می شود تا از خودشان پذیرایی کنند.

روستای کوهستان بهشهر زادگاه آیت الله العظمی شیخ محمد کوهستانی (زاده ۱۲۶۷ شمسی - رحلت ۸ اردیبهشت ۱۳۵۱) عارف، فقیه و روحانی شیعه در قرن چهاردهم هجری است. در برخی از روستاهای مازندران مانند بیزکی جویبار این رسم در تمامی شب های ماه محرم و روز تاسوعا و عاشورا برگزار می شود.

آیین نشست گذاری آیین نشست گذاری از جمله سنت هایی است که در میان آذری زبانان مقیم استان مازندران رواج دارد. این آیین در آستانه ماه محرم

آیین های عزاداری مازندران از علم گردانی تا نخل گردانی برگرفته از تاریخ عاشورا و کربلا است که ریشه در جان و قلب مردم دیار علویان دارد.

محرم در مازندران با شور و حال خاصی برپا می شود و آیین هایی که ریشه در جان و سرشت مردمان این منطقه دارد جان تازه ای به خود می گیرند تا عشق دیرینه مردم دیار علویان را به ساحت مقدس سالار شهیدان به نمایش گذارند.

آیین علم بندگان آئینی است که به طور معمول در برخی از مناطق مازندران، چند روز پیش از ماه محرم انجام می شود، در این آیین تدبیس سرو علم بر روی آن قرار داده می شود و اطرافش با پارچه های نذری مشکی و سبز تزئین می شود. هنگام برگزاری آیین علم بندگان، مراسم نوحه خوانی و سینه زنی جریان دارد و پس از آن هم عزاداران با چای و شربت پذیرایی می شوند.

آیین مجمع گذاری مجمع گذاری نیز از آیین های محرم در مازندران است که قدمتش در شرق این استان به ۲۰۰ سال می رسد. این آیین بیشتر در روستاهای مناطق کوهستانی و ییلاقی مازندران برگزار می شود ولی جا افتاده ترین شیوه مجمع گذاری که در این استان شهرت دارد

اتمام برگزاری نوبت

دوم آزمون سراسری

سال ۱۴۰۳



آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ مطابق با مصوبه شورای عالی انقلاب فرهنگی، امسال نیز همچون آزمون سراسری سال ۱۴۰۱ اجرا شد. آزمون گروه‌های آزمایشی علوم ریاضی و فنی و علوم انسانی صبح روز پنجشنبه ۲۱ تیر ماه و آزمون گروه‌های آزمایشی هنر و زبان‌های خارجی بعد از ظهر همان روز و آزمون گروه آزمایشی علوم تجربی صبح روز جمعه ۲۲ تیر ماه برگزار شد.

در نوبت دوم کنکور سراسری ۹۸۴ هزار و ۲۱۴ داوطلب شرکت کردند. آقا متولد ۱۳۲۲ و خانم متولد ۱۳۳۷ از کرمانشاه و پیرترین داوطلبان خانم متولد ۱۳۹۰ از کنگاور و سه داوطلب دیگر متولد ۱۳۸۸ جوان‌ترین نوبت دوم کنکور ۱۴۰۳ را از آن خود کردند. عبدالرسول پورعباس در خلال برگزاری کنکور سراسری با تأکید بر سلامت آزمون امسال از شناسایی و بازداشت ۱۱۴ نفر از گردانندگان صفحات، کانال‌ها و

اکانت‌های مرتبط با فروش و واگذاری سوالات کنکور خبر داد. سرپرست سازمان ملی سنجش و ارزشیابی نظام آموزش کشور تأکید کرد: با تمهیدات پیش‌بینی شده اقدامات شبکه‌های کلاهبرداری و شیادی خنثی شد و آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ در همه گروه‌های آزمایشی در امنیت و سلامت کامل برگزار شد.

وی با اشاره به برگزاری آزمون سراسری در ۶۲۵ حوزه اصلی و هزار و ۲۴۷ حوزه فرعی در ۴۰۸ شهرستان، گفت: آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ با تلاش و همکاری عوامل اجرایی، انتظامی، امنیتی، قضایی در امنیت و صحت کامل برگزار شد و خوشبختانه علی‌رغم گرمای بی‌سابقه هوا در سراسر کشور با همکاری استانداری‌ها و وزارت نیرو مشکلی در اجرای آزمون وجود نداشت. سرپرست سازمان ملی سنجش و ارزشیابی نظام آموزش کشور درباره تمهیدات پیش‌بینی در مورد حفاظت از آزمون

سراسری نیز گفت: با اقدامات و رصد پلیس فتا تعدادی از سرشبهه‌های گروه‌ها و کانال‌های مدعی تقلب قبل از برگزاری آزمون سراسری دستگیر شدند و تعدادی از افرادی که پس از شروع آزمون با استفاده از ابزارهای مخفی اقدام به تهیه تصویر از دفترچه سوالات کردند نیز بلافاصله شناسایی و دستگیر شدند و اقدامات این شبکه‌ها خنثی شد.

وی افزود: در آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ از نسل سوم دستگاه‌های آشکارساز استفاده شد و به خصوص در گروه علوم تجربی که صبح روز جمعه برگزار شد هزاران چینش در سوالات و پاسخ‌ها پیش‌بینی شده بود که با توجه به زمان کوتاهی که پاسخنامه‌های متعدد در اختیار داوطلبان بود عملاً امکان هرگونه تقلب در این آزمون مسدود شد.

پورعباس در خصوص ردیابی افراد متخلفه گفت: متأسفانه تعداد معدودی از داوطلبان

علی‌رغم تمام هشدارهای قبلی، ابزار و تجهیزات تقلب خریداری کردند که تحت کنترل کامل پلیس فتا قرار داشتند و حتی میزان پول و رمزارزی که پرداخت کرده‌اند نیز مشخص بود و شماره صندلی آنان شناسایی و تذکرات لازم به آنان داده شد که خوشبختانه تعداد زیادی از آنها از اقدامات خود منصرف شدند و تعداد معدودی که قصد استفاده از ابزارآلات

مذکور را داشتند شناسایی و دستگیر شدند. سرپرست سازمان ملی سنجش و ارزشیابی نظام آموزش کشور در پایان یادآور شد: کارنامه اولیه حاوی نمرات خام و نمره آزمون اختصاصی (کنکور) داوطلبان نوبت دوم آزمون سراسری هفته آخر مرداد اعلام خواهد شد و کارنامه نهایی و ملاک عمل دو نوبت آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ و ۱۴۰۲ به همراه دفترچه انتخاب رشته و نرم‌افزار انتخاب رشته مجازی در دهه اول شهریور ماه و نتایج نهایی آزمون سراسری

سال ۱۴۰۳، مهر ماه منتشر می‌شود.

اعلام نتیجه آزمون نهایی

بلافاصله پس از برگزاری کنکور

در ادامه رضا مراد صحرایی، وزیر آموزش و پرورش ضمن تشکر از عوامل اجرایی و حفاظتی برگزار کننده نوبت دوم آزمون سراسری سال ۱۴۰۳ از اعلام نتیجه آزمون نهایی دانش‌آموزان بلافاصله پس از برگزاری آزمون سراسری خبر داد و گفت: داوطلبان نگران سوابق تحصیلی خود نباشند و در زمان مقرر همکاری‌های لازم با سازمان ملی سنجش و ارزشیابی نظام آموزش کشور برای نمره کل‌سازی صورت می‌پذیرد.

مارتن کنکور در مازندران

افزون بر ۲۵ هزار داوطلب مازندرانی از در نوبت دوم آزمون سراسری دانشگاه‌ها رقابت می‌کنند.

دبیر ستاد استانی آزمون‌های سراسری مازندران گفت: نوبت دوم آزمون سراسری

دانشگاه‌ها و موسسات آموزش عالی ۲۱ تیر

۱۴۰۳ با رقابت داوطلبان گروه‌های علوم

ریاضی و فنی و علوم انسانی آغاز شد.

رحمت عباس نژاد از رقابت ۳۵ هزار و

۶۹۹ داوطلب مازندرانی در نوبت دوم آزمون

سراسری خبر داد و با بیان این‌که این

تعداد از داوطلبان در پنج گروه آزمایشی

ریاضی و فنی، علوم انسانی، تجربی، هنر

و زبان‌های خارجی رقابت می‌کنند، افزود:

از مجموع داوطلبان مازندرانی، تعداد ۱۲

هزار و ۸۴۸ داوطلب مرد و ۲۲ هزار و ۱۰۵

داوطلب زن هستند که در ۱۹ حوزه امتحانی

در ۱۷ شهرستان شامل ساری، آمل، بابل،

بابلسر، بندپی شرقی، بهشهر، تنکابن،

جویبار، چالوس و نوشهر، رامسر، سوادکوه،

قایم‌شهر، کلاردشت، محمودآباد، نکا و نور

به رقابت پرداختند.

دبیر ستاد امر به معروف و نهی از منکر:

استاندار مازندران:

اطلاعیه پلیس مازندران درباره ضرب و شتم یک سرباز

توسط مهاجران



شهرستان نور به وقوع پیوست. در این اطلاعیه با اشاره به این‌که تمام عاملان این درگیری در همان زمان توسط پلیس دستگیر و به مرجع قضائی معرفی شدند، آمده است: انتشار دوباره این کلیپ توسط معاندان نوعی شیطنت رسانه‌ای است که به قصد تهییج افکار عمومی در حال انتشار است.

مرکز اطلاع رسانی پلیس مازندران در خاتمه از شهروندان خواست: به شایعات توجه نکرده و صحت و سقم هرگونه اخباری را از این مرکز و یا خبرگزاری‌های رسمی پیگیری کنند.

مرکز اطلاع رسانی پلیس مازندران به یک شیطنت رسانه‌ای در پی انتشار کلیپی در فضای مجازی با مضمون ضرب و شتم یک سرباز انتظامی توسط تعدادی از مهاجران افغانستانی واکنش نشان داد. مرکز اطلاع رسانی پلیس مازندران به یک شیطنت رسانه‌ای در پی انتشار کلیپی در فضای مجازی با مضمون ضرب و شتم یک سرباز انتظامی توسط تعدادی از مهاجران افغانستانی واکنش نشان داد. مرکز اطلاع رسانی فرماندهی انتظامی استان در اطلاعیه‌ای اعلام کرد این کلیپ مربوط به چندین سال گذشته است که در

واردات برنج کمر اقتصاد مازندران را شکست



دبیر ستاد امر به معروف و نهی از منکر مازندران از واردات برنج به عنوان دغدغه یاد کرد و گفت: این مساله کمر اقتصاد مازندران را شکسته است. حجت الاسلام مرتضی احمدی یکی از قوت‌های این نظام را به فرموده مقام معظم رهبری، حلقه‌های میانی و تشکلهای مردمی برشمرد و گفت: اگر مردم امور را به دست گیرند یقیناً جمهوریت این نظام معنا پیدا می‌کند و مردم باید دائماً ناظر بر رفتار کارگزاران خود باشند.

وی افزود: امروز نظام مسائل استان مازندران که به عنوان چالش با آن مواجه هستیم، شامل واردات بی‌رویه برنج بوده که اقتصاد مردم مازندران را شکسته است. استاندار دید ستاد امر به معروف و نهی از منکر است.

زیرساخت‌های شهرک شهید سلیمانی در مازندران آماده‌شود



استاندار مازندران خواستار تسریع در آماده سازی شهرک شهید سلیمانی در بهشهر شد. یوسف نوری در بازدید از شهرک صنعتی در دست ساخت سردار سلیمانی بهشهر اظهار کرد: شهرک در منطقه خوبی قرار گرفته و ظرفیت بالایی دارد و باید زیرساخت‌های مختلف فراهم شود. وی افزود: اختلافاتی در شهرک صنعتی وجود دارد و مدیریت با شهرک‌های صنعتی باشد و باید در شورای تأمین استان مطرح شود. نوری گفت: برای شهرک صنعتی چون در مجموعه منطقه آزاد قرار می‌گیرد باید به

عنوان شهرک صنعتی ویژه دیده‌شود. وی افزود: این‌طور نشود که تنها به کشت گیاهان دارویی در این شهرک توجه شود، چرا که این کشت را در روستاها هم می‌شود انجام داد و باید در این شهرک به تولیدات ویژه توجه شود. به گفته استاندار مازندران، با استفاده از ظرفیت‌های مختلف برای توسعه شهرک اقدام شود. نوری گفت: طرح توجیهی اولیه شهرک برای عبور از شهرک معمولی به شهرک جهانی موردتوجه ویژه باشد.

اخبار

نیروی انتظامی بازوی

توانمند دستگاه قضایی است



رییس کل دادگستری مازندران با بیان اینکه نیروی انتظامی بازوی توانمند دستگاه قضایی است تصریح کرد: ضابطان نقش مهم و حساسی در کشف جرم و برقراری عدالت دارند و دراین راستا تعامل با دستگاه قضایی تاثیر زیادی در موفقیت‌های فراجا در ماموریت‌های محوله دارد. رییس کل دادگستری مازندران گفت: اقتدار فراجا در بد برخورد کردن نیست بلکه در برخورد مناسب با مردم، رعایت حفظ حقوق شهروندی و جلب اعتماد عمومی است.

رئیس کل دادگستری مازندران در جلسه تعاملی دادگستری استان با فراجا بر اهمیت حفظ اقتدار نیروی انتظامی تاکید کرد و گفت: اقتدار فراجا در بد برخورد کردن نیست بلکه در برخورد مناسب با مردم، رعایت حفظ حقوق شهروندی و جلب اعتماد عمومی است.

عباس پوریانی افزود: تکالیف ضابطین در قانون مشخص شده است همه باید به تکالیف قانونی خود آگاه بوده و تسلط داشته باشند آنچه مهم است اجرای مقررات وحفظ حقوق مردم است. او با اشاره به حفظ کرامت انسانی در آیات واحادیث مختلف گفت: خدمت به مردم موهبتی است که نصیب ما شده است و باید از این موهبت استفاده کنیم و با اشراف به آئین نامه ها، دستور العمل‌ها و بخشنامه‌های مختلف، در حفظ کرامت انسانی و حقوق شهروندی افراد کوشا باشیم.

رییس کل دادگستری مازندران با بیان اینکه نیروی انتظامی بازوی توانمند دستگاه قضایی است تصریح کرد: ضابطان نقش مهم و حساسی در کشف جرم و برقراری عدالت دارند و دراین راستا تعامل با دستگاه قضایی تاثیر زیادی در موفقیت‌های فراجا در ماموریت‌های محوله دارد. پوریانی ادامه داد: مجموعه قضایی و انتظامی باید نسبت به وظایفی که دارد حساس بوده و در برخورد با اراذل واوباش و کسانی که امنیت مردم را به خطر می‌اندازند با جمع آوری مستندات واقdam به موقع وقاطع، زمینه حفظ آرامش مردم را فراهم کند.

او خاطر نشان کرد: ماموریت‌های گسترده انتظامی در همه عرصه‌ها است و در خط مقدم جبهه حفظ امنیت قرار دارد دستگاه قضایی استان نیز حامی و پشتیبان فراجا در برقراری امنیت و حفظ حقوق مردم است.

در ابتدای جلسه دوره آموزشی حقوق شهروندی ویژه مراجع انتظامی با همت دکتر براری معاون قضایی رییس کل دادگستری مازندران برای روسای کلاتری و پاسگاه‌های شرق استان برگزار شد. گفتنی است این دوره آموزشی در ۴جلسه برای کلیه روسای کلاتری و پاسگاه‌های استان مازندران برگزار خواهد شد.

داستان برنج



اظهار کرد: در شرایط فعلی کوتاه کردن دست دلان در این محصول راهبردی یکی از ضرورت های فوری در راستای حمایت از تولید کنندگان است. وی افزود: در سال جاری نه تنها تخصیص ارز ترجیهی برای واردات برنج حذف می شود بلکه واردات این محصول هم به پایین ترین حد ممکن خواهد رسید. فاطمی با اشاره به این که وزارت جهاد کشاورزی قول داده تا در ۶ ماه آینده که زمان برداشت و عرضه برنج در بازار است واردات برنج انجام نشود، اظهار کرد: ورود برنج های خارجی از گمرک به مازندران به هر شکل ممکن باید گرفته شود. نماینده مردم بابل در مجلس شورای اسلامی با بیان این نکته که قیمت نهاده های کشاورزی بسیار افزایش یافته است، بیان کرد: قیمت های فعلی برنج برای این محصول راهبردی هیچ صرفه اقتصادی برای کشاورز نخواهد داشت. فاطمی تصریح کرد: در آخرین سفر رئیس جمهور شهید به مازندران حل مشکل برنج کاران از دغدغه های جدی آیت الله رئیسی بود که تحت هیچ شرایطی نباید اجازه دخالت دلان در این بخش داده شود

بررسی آخرین وضعیت بازار برنج مازندران بررسی ها از وضعیت بازار برنج مازندران نشان می دهد که قیمت برنج از هشتم اسفند ماه سال گذشته که خرید توافقی و تحویل برنج به دولت شروع شد، با دراز شدن دست تجار بازار برای خرید، عرضه و تقاضای این محصول استراتژیک در شالیکوبی های استان رونق نسبی به خود گرفته بود و این امر سبب شد تا علاوه بر اینکه قیمت هر کیلو برنج تا ۱۵۰ هزار ریال افزایش بیابد، بر خلاف سال گذشته های، اکنون انبارهای شالیکوبی ها در آستانه ورود برنج نو خالی باشد. در حال حاضر قیمت عمده فروشی برنج کشت اول سال گذشته که بسیار کم در شالیکوبی های مازندران موجود است، ۷۵۰ تا ۷۸۰ هزار ریال در هر کیلو گرم خرید و فروش می شود، قیمتی که از نیمه دوم اسفند ماه سال گذشته تا کنون ثابت مانده است. قیمت برنج کشت دوم و رتون در بازار عمده فروشی شالیکوبی های مازندران نیز ۸۵۰ تا ۹۰۰ هزار ریال است

راستای حمایت از تولید کنندگان برنج داخلی، اختصاص ارز ترجیهی برای واردات این محصول ضرورت ندارد.

علیرضا مهاجر در آیین اولین برداشت برنج از شالیزارهای بابل اظهار کرد: واردات برنج با ارز ترجیهی توان رقابت را از تولیدکنندگان داخلی خواهد گرفت. وی ادامه داد: سیاست ما حمایت از تولید کنندگان داخلی است و برای تحقق این مهم باید تخصیص ارز ترجیهی برای واردات برنج حذف شود. معاون وزیر جهاد کشاورزی با بیان اینکه بیش از ۹۸ درصد محصول تولیدی در بخش کشاورزی بهتر از نمونه خارجی آن است، ادامه داد: اما واردات این محصولات با ارز ترجیهی که نصف قیمت داخلی تمام است به ضرر تولیدکننده تمام می شود. مهاجر اضافه کرد: در بخش صنعت هر وارداتی که انجام می شود با ارز آزاد و حتی تعرفه هم به آن اضافه می شود که این امر در محصولات کشاورزی برعکس است. وی گفت: در ابتدای دولت سیزدهم خرید گندم در کشور ۴.۵ میلیون تن بود که این امر در سال گذشته به ۱۰.۵ میلیون تن رسید و در سال جاری کشور در تولید گندم خودکفا شد. معاون وزیر جهاد کشاورزی با اشاره به این که در ابتدای دولت سیزدهم تولید برنج در کشور یک میلیون و ۸۰۰ هزار تن بود، اضافه کرد: در سال گذشته تولید این محصول به ۲.۵ میلیون تن رسیده که این میزان در سال جاری هم افزایش خواهد یافت. این مقام مسوول تصریح کرد: با برنامه های اجرا شده در سه سال اخیر در بخش های مختلف کشاورزی افزایش تولید داشتیم که این روبه در سال جاری هم ادامه دار خواهد بود.

دولت و مجلس برای حل مشکل برنجکاران مصمم هستند نماینده مردم بابل در مجلس شورای اسلامی با بیان این که بدون تردید در سال جاری ارز ترجیهی برای واردات برنج تخصیص نمی یابد، گفت: دولت و مجلس برای حل مشکل برنجکاران مصمم هستند. احمد فاطمی هم در آیین اولین برداشت برنج از شالیزارهای بابل

نهاد های بزرگ کشور که برنج زیادی را مصرف دارند، شده است، گفت: تاکید می کنم با اعلام قیمت تمام شده برنج توسط جهاد کشاورزی و صنعت، معدن و تجارت، کف قیمت برنج مشخص خواهد شد. حسینی به تداوم و عملی شدن مصوبه دولت رئیس جمهور شهید مبنی بر عدم تخصیص ارز ترجیهی برای واردات برنج تاکید کرد و بیان داشت: به نظر می رسد بعضی ها در صدد حذف و یا بی توجهی این مصوبه هستند. وی تاکید کرد: مسوولان استان های شمالی برنج خیر به خصوص مازندران و گیلان این موضوع را در حمایت از کشاورزان پیگیری می کنند. طبق آمار رسمی جهاد کشاورزی مازندران امسال ۲۱۵هزار هکتار از زمین های استان زیر کشت برنج رفته است که برداشت این محصول تا چند روز دیگر شروع می شود.

همزمان با آغاز برداشت برنج از شالیزارهای مازندران امیدواری شالیکاران به قطع دست دلان از زنجیره تولید برنج همزمان با آغاز برداشت شالی و برنج نو در راه بازار، شالیکاران مازندران نسبت به عملی شدن تاکیدات رئیس جمهور شهید مبنی بر این که «سود اصلی را دلال می برد، فاجعه است، دست دلان را باید از زنجیره برنج قطع کنیم» امیدوارند. نخستین برداشت مکانیزه برنج کشور از نوع طارم محلی با حضور استاندار مازندران و جمعی از مسوولان استانی و محلی در روستای کریم کلا بخش لاله آباد شهرستان بابل آغاز شد. شالیکاری مازندران در حالی که امسال بدون دغدغه کمبود آب و نهاده های کشاورزی به مرحله برداشت رسیده است، اما همانند سال های گذشته برنج نو در راه بازار با دغدغه و دلهره کشاورزان نسبت به قیمت و بازار محصولشان همراه است، مقوله ای که در آخرین سفر استانی آیت الله رئیسی، رئیس جمهور شهید به مازندران به صورت ویژه تصمیم های جدی در حمایت از کشاورزان گرفته شده است

معاون وزیر جهاد کشاورزی: اختصاص ارز ترجیهی برای واردات برنج ضرورت ندارد - معاون امور زراعت وزیر جهاد کشاورزی گفت: در

داستان برنج یکی از جذاب ترین داستان های مرتبط با زندگی مردم در مناطق کشاورزی است. برنج، نه تنها یک محصول زراعی است، بلکه دارای تاریخ و فرهنگ خودش است. اجدادمان از هخامنشیان تا کشاورزان ، با رنج و مشقت، این محصول را از شالیزار تا سفره‌ها به دست می‌آوردند. در شمال کشور، شالیکاران از سپیده‌صبح تا غروب آفتاب، پاها تا زانو در گل و کمر خمیده، در حال نشا یا وجین برنج هستند. این کار پر رنج و مشقت، با شرعی بودن هوای شمال، آن‌ها را سخت و طاقت‌فرسا می‌کند. اما در پایان، لذت بردن از محصول این رنج، جشن خرمن کوبی است که کشاورزان با آن را به پایان می‌رسانند.

کشاورزان مازندران فقط با امیدواری سخنان رئیس جمهور شهید برداشت امسال محصول برنج را شروع کردند، رئیس جمهور شهیدی که بیست و هفتم اردیبهشت امسال در دور دوم سفر استانی به مازندران در همه سخنرانی های عمومی و جلسات رسمی استان نسبت به اهمیت کشت شالی در شمال و لزوم رفع دغدغه شالیکاران از قیمت بازار فروش محصول تاکید کردند. آیت الله رئیسی در سفر به مازندران که ۴۲درصد برنج مور نیاز کشور را تامین می کند، گفتند: در زنجیره برنج از کاشت، داشت و برداشت و حتی فروش و جدا کردن دست دلان باید مورد توجه باشد.

این که سود اصلی را دلال می برد، فاجعه است، در این فرایند به تولیدکننده و مصرف کننده اجحاف می‌شود. تولید کننده به حقش نمی‌رسد و مصرف کننده هم باید چند برابر قیمت واقعی محصول را بخرد. زنجیره برنج را می‌توان در استان مازندران به سرعت کامل کرد تا بتوانیم بر این زنجیره نظارت داشته باشیم. دست دلان را باید از این چرخه قطع کنیم. رئیس جمهور شهید دستور دادند که استانداران گیلان و مازندران باید نیاز کشور به برنج چقدر است و چقدر تولید داریم را مشخص کنند، باید بدانیم تولید واقعی گیلان و مازندران چقدر است و نیاز واقعی چقدر است.

مدیرکل اقتصادی استانداری مازندران تاکید کرد لزوم اعلام قیمت تمام شده تولید برنج در مازندران از سوی جهاد کشاورزی مدیرکل اقتصادی استانداری مازندران نگرانی کشاورزان را نسبت به بازار این محصول بسیار جدی دانست و گفت:اعلام قیمت تمام شده برنج از سوی کارشناسان جهاد کشاورزی پیش از شروع برداشت به عنوان مهمترین راهکار حمایت از کشاورزان در دستور کار قرار گرفت.

سید عباس حسینی در جلسه بررسی بازار مازندران با بیان این که، باید برای سود حداقلی شالیکاران شمالی تدابیری جدی اندیشده شود، افزود:با توجه به اهمیت حفظ زمین های کشاورزی و تولید برنج در این خطه، باید نسبت به روش های بازاریابی و تسهیل فروش محصولات اقدام عملی کرد. مدیر کل اقتصادی استانداری مازندران تاکید کرد که اگر جهاد کشاورزی قیمت کف کارشناسی تولید برنج را به موقع اعلام کند، به طور یقین برای تولید کننده و مصرف کننده شفاف سازی و به صرفه خواهد بود. وی با توضیح این که مقرر شد تا با همکاری تشکل های کشاورزی برنج، آمار درستی از تولید، دیو و انبار و جابجایی برنج ارایه شود، تصریح کرد: بازار رسانی برنج نیز امسال با همکاری تشکل ها اطلاع رسانی می شود. مدیرکل اقتصادی استانداری مازندران با ذکر این نکته که در این جلسه اعلام آمادگی برای تامین برنج مورد نیاز فروشگاه های زنجیره ای و دیگر

آشپزی

طرز تهیه کیک خیس شکلاتی



درست کردن کیک در خانه کار چندان سختی نیست، امروزه خیلی ها علاقه مند هستند تا کیک های مختلف را در خانه درست کنند و وقتی حرف از کیک خیس شکلاتی به میان میاید علاقه چند برابر می شود.

در تعیین مقدار مواد اولیه کیک خیس کاکائویی از لیوان استفاده شده است و فرقی ندارد که شما از چه لیوانی استفاده کنید فقط تمام مواد اولیه را با یک لیوان اندازه گیری کنید تا تناسب مواد اولیه بهم نخورد. برای تهیه کیک شکلاتی خیس ابتدا باید یک قالب مناسب برای تهیه کیک انتخاب کنید و برای اینکه کیک به ظرف نچسبد به اندازه چند قطره روغن درون ظرف ریخته و تمام ظرف را چرب با کمک برس آشپزی چرب کنید سپس مقداری آرد(خیلی کم) به قسمت های چرب شده بپاشید.

در ظرف مناسبی شکر و پودر کاکائو را بریزید و خوب با یکدیگر مخلوط کنید تا پودر کاکائو باز شود. در ادامه شیر به دمای محیط رسیده را به مواد بالا اضافه کنید و با کمک قاشق شروع به همزن بکنید چون اگر مواد خشک باشد نمی توانید از هم زن استفاده کنید. پس از اینکه مواد را مقداری با قاشق هم زدید با هم زن برقی شروع به هم زدن مواد بکنید به طوری که شکر و پودر کاکائو به طور کامل با شیر ترکیب شوند. پس از اینکه مواد را حدود سه دقیقه با همزن، هم زدید روغن مایع را به آرامی به مواد اضافه کنید و حدود پنج دقیقه به هم زدن ادامه دهید تا مواد غلظت پیدا کند پس از اینکه مواد به غلظت مورد نظر رسید یک لیوان از مواد شکلات را کنار بگذارید تا بعد از پختن برای روی کیک و تزیین استفاده کنید.

حال در ظرف دیگری تخم مرغ ها را بشکنید تا از سالم بودن آن مطمئن شوید پس از آن تخم مرغ ها را تک تک به مواد اضافه کنید و با هم زن مخلوط کنید. آرد، بکینگ پودر و وانیل را در طرفی با یکدیگر مخلوط کنید و چند بار آن را الک کنید سپس آن را به آرامی و کم کم به مواد اضافه می کنیم و با قاشق و یا همزن دستی شروع به همزن بکنید. مواد را درون قالبی که آغشته به روغن و آرد کرده بودید بریزید و برای اینکه کیک پف کند ته قاشق را آغشته به روغن مایع کنید و سوراخ هایی را درون مایه ایجاد کنید. این کار به نظر ساده باعث می شود کیک پف زیادی کند.

قالب حاوی مواد کیک را حدود ۲۰ الی ۳۵ دقیقه در طبقه وسط فر قرار دهید پس از گذشت زمان گفته شده قالب را از فر خارج کنید و برای اینکه مطمئن شوید کیک به پخت کامل رسیده است چاقو را در کیک فرو ببرید اگر از مواد کیک به چاقو نچسبد یعنی کیک پخته شده است.

در ادامه پس از پخت کیک را از فر خارج کنید و به صورت دلخواه کیک را برش بزنید و همانطور که داغ هست یک لیوان مواد شکلات که کنار گذاشته بودید را روی کیک بریزید و چند دقیقه صبر میکنید تا شکلات به خورد کیک برود. شما می توانید با کمک خلال دندان سوراخ های نا محسوسی را روی کیک به وجود بیاورید تا مایع شکلات کملا به خورد کیک برود.

نکات مهم تهیه کیک خیس شکلاتی :

در مرحله ششم وقتی آرد را به مواد اضافه میکنید نباید زیاد هم بزنید که باعث می شود پف کیک گرفته شود. ۱دقیقه قبل از اینکه شروع به پختن کیک بکنید باید فر را گرم کنید و در دمای ۱۷۰ درجه بگذارید. تا ۲۰ دقیقه بعد از آن که قالب را درون فر گذاشتید در فر را باز نکنید که باعث می شود پف کیک گرفته شود.

برای تزیین کیک از خلال پسته ، خلال بادام و شکلات چیپسی می توانید استفاده کنید. شما می توانید شکلات را آب کنید و برای تزیین کیک استفاده کنید.

نکات تکمیلی در مورد کیک خیس زمان آماده سازی مواد اولیه و مایحتاج آن حدودا ۲۵دقیقه و زمان پخت و انتظار آن در حدود۳۵دقیقه میباشد . کیک خیس را می توانید در وعده دسر – سرو کنید. توجه نمایید مقدار مواد اولیه و دستور تهیه برای ۸ نفر مناسب میباشد .

متفرقه

خواص عرق بیدمشک برای سلامتی



در طب عامیانه اروپایی، دم کرده بیدمشک اغلب به عنوان یک ادرارآور استفاده می شود که با حمایت فرآیندهای هضم و دفع، سلامتی بدن را افزایش می دهد. Arctium تیره ای از گیاهان دوساله از خانواده Asteraceae (گل مروارید) است که بومی شمال آسیا و اروپا می باشد. در کشور ما نیز این گیاه به طور گسترده کشت و برداشت می شود و عرق آن خاصیت دارویی دارد. در ادامه به بررسی خواص عرق بیدمشک و همچنین موارد منع مصرف آن می پردازیم.

بیدمشک دارای برگ های بزرگ و قلبی شکل و گل های خار مانند زرد یا صورتی متمایل به قرمز تا بنفش است. همچنین دارای سوراخ هایی است که می توانند به لباس یا خز حیوانات بچسبند. ریشه های عمیق گیاه بیدمشک از بیرون به رنگ سبز مایل به قهوه ای یا تقریباً سیاه است. بیدمشک یک سبزی ریشه ای باریک و با پوست قهوه ای است که معمولاً بیش از ۶۰ سانتی متر بلند می شوند و در درجه اول از کربوهیدرات ها، روغن های فرار، استرول های گیاهی، تانن ها و روغن های چرب تشکیل شده است.

عرق بیدمشک از گیاه بیدمشک به دست می آید که از خانواده درختان بید است. عرق بیدمشک اساس بدست آمده از گیاه پرخصیت بیدمشک است. عرق بیدمشک از سنبله های گیاه بیدمشک به دست می آید که دارای گل های زرد کمرنگ دم گریه ای هستند. در ژاپن، این گیاه به طور عمده به صورت تازه یا پخته مصرف می شود و برگ های جوان آن را مانند هر سبزی دیگری می پزند.

خواص عرق بیدمشک برای لاغری عرق بیدمشک با افزایش متابولیسم بدن به کاهش وزن و مدیریت آن کمک می کند. این گیاه سطح بالایی از اسید کلروژنیک دارد. این اسید به همراه اینولین متابولیسم چربی را افزایش داده و در کنار یک رژیم لاغری اصولی می تواند به کاهش وزن کمک کند. این موضوع به نوبه خود سطح قند و کلسترول خون را تنظیم می کند.

اگر در حال کاهش وزن و پیروی از یک رژیم لاغری هستید، می توانید با پزشک خود درباره مصرف عرق بیدمشک، مشورت کنید. افزودن مقدار مجاز این گیاه معجزه گر به برنامه غذایی، به کاهش سوخت و ساز بدن تان کمک می کند.

عرق بیدمشک بر روی سیستم گردش خون اثر می گذارد که تأثیر مثبت مستقیمی روی پوست دارد. ترکیبات زیست فعال، از جمله لیگنان ها و آرکتین، دارای خواص محرکی هستند که به پوست ظاهری جوان تر و انعطاف پذیر می بخشد.

با استفاده منظم از ماسک ریشه بیدمشک نیز می توانید درخشندگی را به پوست خود بازگردانید. به سادگی پودر ریشه خشک شده را با آب مخلوط کرده و مانند سایر ماسک های صورت از آن استفاده کنید .

کاهش تکثیر سلول های سرطانی خواص ضد سرطانی و ضد التهابی بیدمشک از مشتقات اسید کافئویل کوینیک ناشی می شود. این ترکیبات به طور مستقیم به سلول های سرطانی در حال تکثیر حمله کرده و از رشد و تکثیر آن ها جلوگیری می کنند.

بیدمشک همچنین حاوی آرکتیزنین لیگنان است. مطالعات نشان می دهد که این لیگنان به طور انتخابی با سلول های سرطانی مبارزه کرده و از تولید پروتئین NPAT جلوگیری می کند. بدون این پروتئین ها، سلول های سرطانی قادر به متاستاز یا تولید مثل نیستند. مطالعه دیگری نشان داد که آرکتیزنین در برابر سرطان معده، سرطان کبد و سرطان ریه در انسان موثر است. تقویت عملکرد کلیه ها یکی از برجسته ترین فواید مصرف عرق بیدمشک

افزایش فعالیت ادرارآوری آن است. عوامل دیورتیک به بدن کمک می کنند تا آب اضافی را از بین ببرد و از احتباس مایعات ناسالم جلوگیری می کند. عرق بیدمشک تولید ادرار را افزایش داده و به عملکرد کلیه و تصفیه خون کمک می کند. خواص دیورتیک همچنین عملکرد فعال کلیه را تضمین می کند که خطر نارسایی کلیه، سنگ کلیه و عفونت کلیه را به حداقل می رساند. عرق بیدمشک همچنین از تجمع سموم در بدن جلوگیری کرده و تعادل مایعات سالم را افزایش می دهد. محافظ سلول های کبدی

بیدمشک حاوی برخی از اشکال اسید کافئویل کوینیک است که دارای اثر محافظتی کبدی است. این بدان معنی است که این ترکیبات به طور طبیعی از کبد و سلول های آن محافظت می کنند. آفرودیزیاک یا تقویت کننده طبیعی میل جنسی افزودن عرق بیدمشک به رژیم غذایی یک راه فوق العاده برای تقویت میل جنسی است. عصاره گیاه طبیعی بیدمشک با تحریک اشتها و پاسخ جنسی به عنوان یک ماده مقوی قوای جنسی عمل می کند. این خواص از آلکالوئیدها، فلاونوئیدها، لیگنان ها و ساپونین های متعدد موجود در این گیاه غنی از مواد مغذی ناشی می شود.

کمک به اختلالات قاعدگی و PCOS PCOS یا سندرم تخمدان پلی کیستیک امروزه زنان زیادی را تحت تأثیر قرار می دهد. جوامع آفریقایی و آسیایی معمولاً از ریشه بیدمشک برای درمان بی نظمی های قاعدگی استفاده می کنند. این گیاه خارق العاده با افزایش فعالیت طحال و کبد، به تنظیم پروژسترون و استروژن کمک می کند این تنظیم هورمونی به عدم تعادل هورمونی که شایع ترین علت PCOS است، کمک می کند.

سلامت سیستم لنفاوی یک واقعیت قابل توجه در مورد بیدمشک این است که خواص سم زدایی فراوانی برای سیستم لنفاوی دارد. آن ها همچنین از تمام اندام های لازم برای تخلیه مایع لنفاوی پر از مواد زائد بهره می برند. هدف مایع لنفاوی انتقال مواد زائد مانند محصولات جانبی هورمونی، سموم و پاتوژن های مرده به داخل خون است.

عرق بیدمشک سرشار از پلی استیلن ها، تری پرنوئیدها و لیگنان ها است که گردش خون را بهبود می بخشد.

هنگامی که مواد زائد وارد جریان خون می شوند، کلیه ها و کبد برای حذف آن ها فعالیت می کنند. عرق بیدمشک در این بخش از فرآیند سم زدایی بسیار کمک کننده است، زیرا عملکرد کبد و کلیه را تقویت می کند.

آنتی اکسیدان های خاص موجود در بیدمشک از کبد محافظت کرده و سموم را به محصولات محلول تبدیل می کنند که بدن می تواند آن ها را از بین ببرد. این فرآیند باعث تجزیه رادیکال های آزاد مضر شده و بعد از آن آنتی اکسیدان ها برای اطمینان از سلامت کبد وارد عمل می شوند.

درمان عفونت ها بیدمشک یک عنصر محبوب در داروهای درمان سرفه، سرماخوردگی، گلودرد و تب می باشد. عرق بیدمشک دارای خواص ضد تب، ضد باکتری و ضد التهابی است که به درمان چنین شرایطی کمک می کند.

عرق بیدمشک همچنین دارای خاصیت عرق آور بوده که باعث افزایش تعریق شده و به کاهش تب های بالا کمک می کند.

بیدمشک دارای اثرات هیپوگلیسمی و آنتی اکسیدانی است که به درمان و مدیریت دیابت کمک می کند. این گیاه هضم را تقویت کرده و قند خون را از طریق محتوای بالای اینولین کاهش می دهد. بیدمشک یک انتخاب عالی برای درمان یا مدیریت طبیعی قند خون است.

بنابراین اگر دیابت و اضافه وزن دارید، در رژیم لاغری خود (و البته زیر نظر پزشک) از عرق بیدمشک استفاده کنید.

تسکین درد آرتريت عرق بیدمشک دارای خواص ضد التهابی فوق العاده ای است که آن را در برابر درد و علائم آرتريت موثر می کند. عرق بیدمشک استرس اکسیداتیو را کاهش داده و التهاب و درد مزمن مفاصل ناشی از آرتروز را تسکین می دهد. بیدمشک همچنین گردش خون را بهبود بخشدید و از یک بیماری التهابی به نام روماتیسم پیشگیری می کند.

تصفیه کننده خون

معمولاً از عرق بیدمشک به عنوان تصفیه کننده خون یا جایگزین آن یاد می شود و اعتقاد بر این است که جریان خون را از سموم پاک می کند. تحقیقات نشان می دهد که عرق بیدمشک دارای سواد فعالی است که فلزات سنگین را از خون سم زدایی کرده و سلامت اندام ها و سلامت کل بدن را بهبود می بخشد.

کاهش چین و چروک مطالعات علمی نشان داده اند که عرق بیدمشک می تواند علائم بالینی پیری پوست را بهبود بخشد. درمان موضعی با عصاره طبیعی بیدمشک به طور قابل توجهی متابولیسم خارج سلولی پوست را بهبود می بخشد و منجر به کاهش قابل مشاهده چین و چروک می شود.

پاکسازی طحال طحال یک اندام نگهبان حیاتی است که ما به آن متکی هستیم تا بدن را از عفونت ها، ویروس ها و انواع پاتوژن های خطرناک دور نگه داریم. بزرگ شدن طحال یک علامت هشدار آشکار است مبنی بر این که سیستم ایمنی بدن سخت در حال مبارزه برای از بین بردن تهدیدات بدن است، اما در انجام این کار شکست می خورد زیرا نمی تواند با آن ها مقابله کند.

طحال دائماً با خون در تماس است. بنابراین همان طور که عرق بیدمشک خون را تمیز می کند، طحال را نیز پاکسازی و محافظت می کند. این موضوع می تواند به طحال کمک کند تا کیفیت خون و همچنین سلامت کبد، گردش خون را بهبود بخشدید و با التهاب مبارزه کند.

رفع التهاب لوزه بیدمشک می تواند به خلاص شدن از شر لوزه دردناک کمک کند. لوزه حاد درگیر نوعی ویروس التهابی می شود که باعث آلوده شدن بافت های داخل لوزه ها با باکتری های مضر، می شود. عرق بیدمشک در طب سنتی برای تسکین ورم لوزه استفاده می شود، زیرا باعث افزایش التیام زخم، کاهش التهاب و کمک به تسکین سرفه، گلودرد و درد می شود.

مضرات عرق بیدمشک خواص عرق بیدمشک زیاد است، اما در کنار آن مضراتی نیز دارد: افزایش کم آبی بدن: عرق بیدمشک مانند یک دیورتیک طبیعی عمل کرده و می تواند منجر به کم آبی بدن شود.

واکنش آلرژیک: اگر به بعضی از گیاهان حساس هستید یا سابقه واکنش های آلرژیک به گل های مروارید، ابروسیا یا گل داوودی دارید، در معرض خطر ابتلا به واکنش آلرژیک به بیدمشک نیز هستید. این فسخ موقت: عرق بیدمشک سرشار از اینولین است که به هضم غذا کمک می کند. با این حال، برخی از افراد ممکن است پس از خوردن آن دچار نفخ موقت یا گاز معده شوند. اگر به سایر غذاهای سرشار از اینولین حساس باشید، ممکن است در معرض خطر این علائم باشید.

به طور کلی، تحقیقات نشان می دهد که تا ۲۰ گرم اینولین در روز توسط اکثر افراد تحمل می شود. عرق بیدمشک برای چه کسانی مضر است؟ در کنار خواص عرق بیدمشک، مصرف آن برای بعضی از افراد مناسب نیست. از جمله این افراد می توان به موارد زیر اشاره کرد:

زنان باردار و شیرده زنان باردار و شیرده بهتر است با مشورت پزشک از عرق بیدمشک استفاده کنند تا مبادا به جنین یا نوزاد آسیبی وارد شود.

با وجود خواص بی شمار عرق بیدمشک، خانم های باردار و شیرده نباید بدون مشورت پزشک از آن استفاده کنند. افراد دچار کم آبی بدن اگر دچار کم آبی هستید، نباید بیدمشک مصرف کنید، زیرا اثرات ادرارآور این گیاه می تواند کم آبی بدن را تشدید کند.

انجام عمل جراحی اگر قصد انجام هر نوع جراحی را دارید، حداقل دو هفته قبل از تاریخ جراحی، مصرف بیدمشک را متوقف کنید. بیدمشک ممکن است خطر خونریزی را در حین و بعد از جراحی افزایش دهد.

هیچ گزارش علمی شناخته شده ای در مورد استفاده از بیدمشک در کودکان وجود ندارد، ولی در هر صورت عرق بیدمشک را باید تحت نظر پزشک به کودکان بدهید.

خبر

بخش جدید دیالیز و اورژانسی در بیمارستان آستارا راه اندازی می‌شود



رییس دانشگاه علوم پزشکی گیلان از راه اندازی بخش جدید دیالیز و اورژانس در بیمارستان آستارا خبر داد.

محمد تقی آشویی در گفت و گو با خبرنگار مهر اظهار کرد: بر اساس برنامه‌هایی که در دانشگاه علوم پزشکی گیلان در طول سال طراحی شده بازدیدهایی به صورت مرتب از مراکز جامع سلامت، خانه‌های بهداشت، داروخانه‌ها و بیمارستان‌های شهرستان‌های استان انجام می‌شود.

وی هدف از این بازدیدها را ارائه خدمات بهتر به مردم استان عنوان کردو افزود: در راستای این بازدیدها بازدیدی نیز از مراکز بهداشت و سلامت شهرستان آستارا انجام و در جریان کم و کیف خدمات سلامت‌محور این شهرستان قرار گرفتیم.

ضرورت بهسازی محیط برای مقابله با پشه آندس در آستارا

رئیس دانشگاه علوم پزشکی گیلان با اشاره به اینکه کانون‌های زیادی از پشه آندس در شهرستان آستارا مشاهده شده است، گفت: جای نگرانی برای مردم وجود ندارد و خوشبختانه تا کنون بیماری از این مورد را در شهرستان نداشتیم، تنها فرد مبتلا در استان نیز ساکن یکی از کشورهای همسایه بوده و به گیلان آمده بود که مراقبت‌های لازم از این فرد انجام شد.

آشویی با اشاره به بازدید از داروخانه‌های آستارا و کمبود برخی داروها در داروخانه‌ها گفت: کمبودهایی در خصوص شیر خشک و داروی انسولین در داروخانه‌ها وجود داشت که قرار شد هرچه سریع‌تر موارد فوق تهیه و در اختیار داروخانه‌ها قرار داده شود.

وی همچنین به بازدید از بیمارستان شهید بهشتی آستارا اشاره کرد و گفت: بیمارستان آستارا کم و کاستی‌های داشت از جمله خراب بودن دستگاه سی تی اسکن و چند مورد دیگر که مصوب شد هرچه سریع‌تر تهیه و در اختیار بیمارستان قرار داده شود.

وی افزود: با توجه به اینکه بخش دیالیز خارج از بیمارستان و در محل بیمارستان قدیم قرار گرفته است مکانی در بیمارستان تعیین شد تا نقشه‌های آن تهیه و بازسازی انجام شود و بخش دیالیز به این مکان انتقال یابد.

تامین اجتماعی مازندران ۲۳۰۰ میلیارد تومان طلب دارد

آن استفاده کرده و تمامی منابع آن حق‌الناس است. فلاح یادآور شد: استان مازندران از نظر تعداد کارگاه‌های تحت پوشش در پایان اسفند سال گذشته ۱۷۳ هزار و ۶۳۹ کارگاه است، ۹۸ هزار و ۵۶۲ کارگاه و واحد کارفرمایی فعال و ۷۵ هزار و ۷۷ کارگاه تولیدی نیمه فعال هستند.

وی اظهار داشت: ۷ هزار پیمانکار فعال در استان مازندران داریم که تراز مالی ما در استان مازندران میزان تحقق برنامه ابلأغی ۸۳ دهم درصد است و تا پایان اسفند ۴۰۲ با عملکرد ۸ هزار و ۴۶۶ دوره عملکرد یکساله سال گذشته عنوان می‌شود.

مدیرکل تأمین اجتماعی مازندران از طلبکاری ۲ هزار و ۳۰۰ میلیارد تومان از واحدهای حقیقی و حقوقی کارفرمایان در استان مازندران این نهاد خبر داد.

فلاح گفت: آینده‌سازی در دستور کار تأمین اجتماعی قرار گرفته با ایجاد افزایش منابع پایدار و تعداد بیمه شده‌ها که ۲ میلیون و ۵۰۰ هزار نفر از سال گذشته تا به امروز بیمه‌گذار به تأمین اجتماعی اضافه شدند.

وی خاطر نشان کرد: تعداد کل فعالیت‌های استان در حوزه CRM «داره ارتباطات و نظارت مردمی» حدود ۱۸۰ هزار و ۷۵۵ نفر است.

به تولید است.

مدیرکل تأمین اجتماعی مازندران افزود: راه‌حل مشکل کشور در کاهش نرخ بیکاری تثبیت نرخ ارز و اقتصاد در بحث تولید است و تأمین اجتماعی به‌عنوان نیروی محرکه تولید می‌تواند برای پویایی اقتصاد کشور فعال باشد.

فلاح ادامه داد: کارگر وقتی بیمه باشد، بهره‌وری نیروی کار افزایش می‌یابد و سود کارفرما افزایش دارد که می‌تواند نیروی جدید گرفته و توسعه کار داشته باشیم، ۹۰ درصد کار ما با توسعه کارفرما محقق خواهد شد.

وی با تأکید بر اینکه ۱۷ تعهد بلند مدت و کوتاه مدت داریم که برای مستمری‌بگیران ارائه می‌شود، گفت: رضایتمندی بین اقشار مختلف جامعه بزرگ‌ترین سرمایه اجتماعی هر جامعه‌ای برای ارتقا اجتماعی آن است و کارکرد فعال تأمین اجتماعی می‌تواند نقش مؤثری در این عرصه داشته باشد.

مدیرکل تأمین اجتماعی مازندران عنوان کرد: سازمان تأمین اجتماعی در این حوزه نقش محوری دارد که می‌تواند در بیانیه گام دوم انقلاب نیز تأثیرگذار باشد، بیمه شده برخی از درآمد خود را در صندوق اریز می‌کند تا در زمان بازنشستگی از



برق‌آبی شرکت آب منطقه‌ای مازندران تصریح کرد: تلاش همکارانمان برای اجرای برنامه نوبت‌بندی توزیع آب کشاورزی در سال زراعی گذشته با وجود شدت خشکسالی نتیجه‌بخش بود و مساحت ۳۲ هزار هکتاری کشتزارهایی که در ابتدای سال احتمال بروز تنش داشتند را به کمتر از ۲ هکتار کاهش داد. امیدواریم امسال نیز با همراهی کشاورزان در سراسر استان مشکلات مربوط به تأمین آب کشاورزی به کمترین حد ممکن برسد.

روز گذشته ۳۳ میلیون متر مکعب آب از این سد وارد شبکه تچن شد. یعنی به طور میانگین روزانه حدود ۹۱۶ هزار متر مکعب آب از این سد برای تأمین آب کشتزارهای پایین‌دست رهاسازی شد.

وی با اشاره به پیش‌بینی بروز تنش آبی در کشتزارهای جویبار اظهار کرد: تا کنون با استفاده از سامانه انتقال آب شبکه البرز به سیاه‌رود نزدیک به ۴ میلیون متر مکعب آب از رودخانه سیاه‌رود وارد شالیزارهای جویبار شده است.

مدیر بهره‌برداری و نگهداری از تاسیسات آبی و



داخلی پیش بینی اعتبار شده است.

لازم به ذکر است در این جلسه برخی از صاحبان صنایع نیز به بیان مشکلات موجود پرداخته که پس از بحث و بررسی، تصمیمات لازم اتخاذ گردید.

خانه فاضلاب، خرید مولد برق و اصلاح شبکه فاضلاب از محل منابع داخلی و استانی اعتبار در نظر گرفته شد.

یوسف نژاد اظهار داشت: در سالجاری برای انجام پروژه رنگ آمیزی مخزن هوایی شهرک صنعتی بشل سوادکوه شمالی نیز از محل منابع



کشور را بر عهده دارد.

مدیرکل تأمین اجتماعی مازندران تصریح کرد: ۴۸ میلیون از جمعیت کشور تحت پوشش تأمین اجتماعی هستند که از این میزان ۲ میلیون نفر تحت پوشش بیمه تأمین در استان هستند.

فلاح با بیان اینکه اولین اداره تأمین اجتماعی در مازندران، قائمشهر افتتاح شد، گفت: سازمان تأمین اجتماعی با توجه به اینکه با بدنه اصلی کشور در ارتباط است، تمامی کارکردهای آن در خصوص تمام مؤلفه‌های اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و ... بر روی تأمین اجتماعی و کارکردهای آن اثر گذار است.

وی بیان داشت: کارفرما در توسعه، رشد و پویایی تأمین اجتماعی تأثیرگذار است، مقام معظم رهبری در ۱۶ سال گذشته شعار سال را اقتصادی مقاومتی معرفی کرده و در ۸ سال اخیر آن، سال تولید با مشارکت مردمی معرفی شد چراکه پویایی جامعه

مدیرکل تأمین اجتماعی مازندران میزان طلب از کارفرمایان حقیقی و حقوقی را در این استان دو هزار و ۳۰۰میلیارد تومان اعلام کرد.

حسن فلاح در نشست خبری با اصحاب رسانه ضمن تسلیت ایام سوگواری سید و سالار شهیدان و گرامیداشت هفته تأمین اجتماعی با اشاره به اینکه عمده منابع درآمدی سازمان تأمین اجتماعی با توجه به مردمی بودن این اداره، از ماده ۲۸ حقوق بیمه است، اظهار داشت: در استان مازندران ۲۸ شعبه اصلی، ۱۳ کارگزاری و ۴ شعبه اقماری داریم و کارفرما به‌عنوان کار آفرین در مجموعه خصوصی محسوب می‌شود.

وی افزود: بیمه‌شدگان در کشور قبل از انقلاب ۲۰ درصد بود و در حال حاضر ۷۲ درصد از جمعیت کشور تحت پوشش بیمه‌ها هستند، سازمان تأمین اجتماعی به تنهایی ۵۳ درصد پوشش بیمه‌ای

توزیع ۴۵۰ میلیون متر مکعب آب کشاورزی در دشت‌های استان

به گفته دادویه در شبکه تچن حدود ۱۰۰ میلیون متر مکعب، در شبکه البرز ۶۶ میلیون متر مکعب و در شبکه گلورد نیز ۴۵۵ میلیون متر مکعب آب کشاورزی توزیع شده است.

وی خاطر نشان کرد: نیاز آبی کشتزارهای مازندران بیش از ۲ میلیارد و ۹۵۰ میلیون متر مکعب در سال است که یک میلیارد و ۸۵۰ میلیون مترمکعب این نیاز از منابع آب‌های سطحی اعم از رودخانه‌ها، آب‌بندان‌ها، تاسیسات بازچرخانی و سدها تأمین می‌شود.

مدیر بهره‌برداری و نگهداری از تاسیسات آبی و برق‌آبی شرکت آب منطقه‌ای مازندران میزان آب رهاسازی شده از ۲ سد بزرگ استان طی ۲ ماه اخیر را حدود ۸۰ میلیون متر مکعب اعلام کرد و گفت: با توجه به شرایط مناسب ذخیره آب سدهای مازندران طی سال جاری، امسال رهاسازی آب مورد نیاز کشاورزی از سد ایت‌الله صالحی مازندرانی(البرز) در هفته نخست اردیبهشت آغاز شد و تا کنون طبق برنامه زمان‌بندی ۴۶ میلیون متر مکعب آب از این سد وارد شبکه البرز شده است.

دادویه درباره میزان آب رهاسازی شده از بزرگ‌ترین سد استان نیز اظهار کرد: رهاسازی آب از سد شهید رجایی ساری نیز ۱۳ خرداد آغاز شد و طی حدود ۳۶

مدیر بهره‌برداری و نگهداری از تاسیسات آبی و برق‌آبی شرکت آب منطقه‌ای مازندران از توزیع حدود ۴۵۰ میلیون متر مکعب آب کشاورزی در شبکه‌های هراز، البرز، گلورد و تچن طی فصل کشاورزی جاری خبر داد.

به نقل روابط عمومی شرکت آب منطقه‌ای مازندران، جواد دادویه اظهار کرد: از ابتدای فصل کشاورزی تا کنون با برنامه‌ریزی‌هایی که برای توزیع آب از منابع سطحی صورت گرفت بخش قابل توجهی از آب مورد نیاز کشتزارهای مازندران به کمک تاسیسات آبی استان اعم از سدها، آب‌بندان‌ها و سردهانه‌های کشاورزی تأمین شد.

وی با بیان این‌که بیشترین میزان آب توزیع شده در شبکه‌های آبیاری و زهکشی استان مربوط به شبکه هراز است، افزود: از ابتدای سال تا کنون ۲۳۴ میلیون متر مکعب آب کشاورزی در شبکه هراز تقسیم و توزیع شد .

مدیر بهره‌برداری و نگهداری از تاسیسات آبی و برق‌آبی شرکت آب منطقه‌ای مازندران خاطر نشان کرد: تقسیم و توزیع آب از منابع سطحی در دشت هراز و سایر دشت‌های مازندران از ۱۵ اسفند پارسال آغاز شد و تا پایان فصل کشت ادامه خواهد داشت.

جلسه‌ای به منظور بررسی موانع و مشکلات شهرک صنعتی بشل سوادکوه شمالی

این شهرک صنعتی ایجاد شود.

کشوری دیگر نماینده مردم سوادکوه در مجلس شورای اسلامی با بیان اینکه نمایندگان مجلس شورای اسلامی جهادگونه به حل مشکلات بخش صنعت می‌پردازند گفت: شهرکهای صنعتی بعنوان بستر سرمایه گذاری صنعتی، نقش آفرینی مهمی در توسعه اقتصادی کشور دارند که باید با حمایت از کارآفرینان و صنعتگران، این جهادگران واقعی عرصه تولید، به منصه ظهور برسد.

سرپرست شرکت شهرکهای صنعتی مازندران نیز در این جلسه، با ارائه گزارشی از عملکرد شرکت در سال جاری گفت: علاوه بر اجرای زیرساختهای شهرک صنعتی بشل در سالهای گذشته، مبلغ ۶۰ میلیارد ریال نیز برای بازسازی ونوسازی تصفیه

به منظور بررسی موانع و مشکلات شهرک صنعتی بشل سوادکوه شمالی جلسه‌ای با حضور عباسی و کشوری نمایندگان مردم شهرستانهای سوادکوه و سوادکوه شمالی، «سیمرغ»،قائم‌شهر،جویبار در مجلس شورای اسلامی، یوسف نژاد سرپرست شرکت شهرکهای صنعتی مازندران و جمعی از مدیران استانی وشهرستانی در شهرک صنعتی بشل برگزار شد.

عباسی در این جلسه ضمن تقدیر از اقدامات انجام شده این شرکت گفت: شهرک صنعتی بشل سوادکوه شمالی بعنوان بزرگ‌ترین شهرک صنعتی استان، دارای قابلیت‌های فراوانی است که با تعامل مسئولین دستگاه‌های اجرایی استان و اقدامات در دست اجرا، امیدواریم تحولی عظیم در

ارتباط بین مصرف گوشت فرآوری شده با ابتلا به دیابت

مصرف سطوح بالای گوشت‌های فرآوری شده در رژیم غذایی را با بیماری‌های مزمن مرتبط دانستند، اما تعداد کمی از آنها تأثیر آن را بر چندین پیامد سلامتی بررسی کرده‌اند. محققان می‌گویند یافته‌های آنان مبنی بر اینکه با کاهش گوشت قرمز بیشتر از کاهش مصرف گوشت‌های فرآوری شده از بیماری‌ها پیشگیری می‌شود، توضیح آسانی دارد؛ آمریکایی گوشت قرمز بیشتری یعنی میزان ۴۷ گرم در روز (۱.۶۶ اونس) مصرف می‌کنند که در مقابل ۲۹ گرم (۱.۰۲ اونس) مصرف گوشت فرآوری شده روزانه است. آنان خاطرنشان کردند که تخمین‌های آنان باید با احتیاط تفسیر شود، زیرا اطلاعات کمتری در مورد تأثیر گوشت قرمز فرآوری‌نشده بر خطر بیماری مزمن وجود دارد. آنان گفتند که در این مورد به تحقیق بیشتری نیاز است.

چهارم پوند در هفته – می‌تواند از بیش از ۷۳۲ هزار مورد دیابت، ۲۹۱ هزار و ۵۰۰ مورد بیماری قلبی و ۳۲ هزار و ۲۰۰ مورد سرطان روده پیشگیری کند. محققان دریافتند مردان سفید پوست و کسانی که سالانه ۲۵ هزار تا ۵۵ هزار دلار درآمد دارند بیشترین سود را از این رژیم غذایی دریافت خواهند کرد. محققان در این تحقیق از داده‌های نظرسنجی بهداشتی دولت ایالاتمتحده برای شبیه‌سازی اثرات سلامتی ناشی از کاهش مصرف گوشت استفاده کردند. آنان ریزشبیه‌سازی خود را به‌عنوان اولین موردی توصیف کردند که اثرات کاهش این مصرف را بر پیامدهای سلامتی متعدد در ایالاتمتحده تخمین زد. این تحقیق تأثیر کاهش‌ها را از ۵ تا ۱۰ درصد محاسبه کرد. محققان خاطرنشان کردند تحقیقات دیگر تأثیر



بیشتر خواهد بود. لیندسی جاکس، محقق این تحقیق اظهار کرد کاهش مصرف گوشت توسط سازمان‌های ملی و بین‌المللی برای کاهش انتشار گازهای گلخانه‌ای توصیه شده است. او در بیانیه خبری ادینبورگ افزود نتایج تحقیق ما نشان می‌دهد که این تغییرات در رژیم‌های غذایی می‌تواند مزایای سلامتی قابل‌توجهی داشته باشد. نتایج تخمین زد که کاهش ۳۰ درصدی در مصرف گوشت قرمز به تنهایی – تقریباً یک

نتایج پروژه شبیه‌سازی بین‌المللی جدید نشان داد با کاهش ۳۰ درصدی مصرف گوشت فرآوری‌شده بیش از ۳۵۰ هزار مورد دیابت در ایالاتمتحده طی ۱۰ سال به همراه ۹۲ هزار و ۵۰۰ مورد بیماری قلبی و ۵۳ هزار و ۳۰۰ مورد سرطان روده بزرگ از بین خواهد رفت. هلت گزارش کرد، بر اساس نتایج تحقیق جدید دانشگاه ادینبورگ در اسکاتلند و دانشگاه کارولینای شمالی در چپل هیل ایالاتمتحده، اگر همزمان مصرف گوشت قرمز نیز به میزان ۳۰ درصد کاهش یابد فواید سلامتی آنها حتی

خبر

اجرای «نهضت سواد سلامت‌آموزی» در کشور



مدیرکل دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت از اجرای «نهضت سواد سلامت‌آموزی» خبر داد و گفت: این نهضت برای سبک زندگی در مقاطع مختلف کلید خورده؛ وزارت بهداشت با همکاری وزارت آموزش و پرورش و بهره‌مندی از ظرفیت مردمی بر مبنای شعار سال در نظر دارد نهضت سواد سلامت‌آموزی را برگزار کند. دکتر نفیسه حسینی‌یکتا در گفت‌وگو با ایسنا، ضمن اعلام این خبر، درباره اقدامات انجام شده به منظور دسترسی همگانی به طب ایرانی اظهار کرد: برنامه‌های متعددی به منظور ادغام طب ایرانی در نظام سلامت انجام شده و سیاستگذاری‌هایی برای تحقق این موضوع در نظر گرفته‌ایم، اقدامات با هدف دسترسی همگانی به طب ایرانی در تمام سطوح لحاظ شده است. ادغام طب ایرانی در شبکه بهداشتی جهت آموزش سبک زندگی سالم

وی با بیان اینکه «سطح یک خدمات» نخستین مواجهه مردم با نظام سلامت به حساب می‌آید، گفت: ادغام طب ایرانی به منظور آموزش سبک زندگی بر اساس آموزه‌های ایرانی در سطح یک شبکه بهداشتی به صورت ۱۰۰ درصدی اجرا شده است. سطح یک، نخستین مواجهه مردم با نظام سلامت به حساب می‌آید؛ به نحوی که مراقبان سلامت و بهورزان به ترتیب در مراکز جامع ارائه خدمات سلامت و خانه‌های بهداشت در شهرها و روستاها نسبت به ارائه خدمات مشغول هستند. مدیر کل دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت با اشاره به اینکه آموزش سبک زندگی براساس آموزه‌های ایرانی به صورت ۱۰۰ درصدی در مراکز سطح یک اجرا شده، اظهار کرد: متخصصان طب ایرانی، آموزش‌های سبک زندگی را به مربیان و بهورزان آموزش داده‌اند؛ تمام دانشگاه‌های علوم‌پزشکی، این طرح را پیش برده‌اند.

صدر شناسنامه سبک زندگی برای شهروندان حسینی‌یکتا ادامه داد: برخی دانشگاه‌های علوم‌پزشکی کشور، ارائه آموزش سبک زندگی به مردم را آغاز کرده‌اند؛ به نحوی که شهروندان با مراجعه به مراکز جامع سلامت یا خانه‌های بهداشت می‌توانند «شناسنامه سبک زندگی» دریافت کنند. عادات و رفتارهای غلط به شهروندانی که به مراکز جامع سلامت یا خانه‌های بهداشت مراجعه می‌کنند، گوشزد می‌شود و همچنین عادات درست به آنها آموزش داده می‌شود. همچنین پس از آموزش عادات درست و بیان رفتارهای غلط، فرد در زمان‌های مشخص مورد ارزیابی قرار می‌گیرد.

وی درباره برنامه آتی دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت برای آموزش شهروندان ایرانی گفت: در نظر داریم پس از اینکه شهروندان آموزش‌های لازم را دریافت کردند، در صورت نیاز برای آموزش به یک متخصص طب ایرانی یا فردی که دوره‌های آموزشی مورد تایید وزارت بهداشت را سپری کرده، ارجاع داده شوند.

استفاده از تمام ظرفیت‌ها برای اصلاح سبک زندگی مدیرکل دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت با تأکید مجدد بر ضرورت اصلاح سبک زندگی گفت: استفاده از تمام ظرفیت‌ها برای اصلاح سبک زندگی ضرورت دارد. طب ایرانی، پیشگیری از بیماری‌ها را بر درمان مقدم می‌داند. طرح‌های مختلفی به منظور پیشگیری از بیماری‌ها انجام داده‌ایم؛ به طور مثال، طرح «راهبران سلامت» در دوران پاندمی کرونا به منظور پیشگیری از بیماری‌ها را انجام دادیم.

مدیرکل دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت ادامه داد: «نهضت سواد سلامت‌آموزی» برای سبک زندگی در مقاطع مختلف کلید خورده، وزارت بهداشت با همکاری وزارت آموزش و پرورش و بهره‌مندی از ظرفیت مردمی بر مبنای شعار سال درنظر دارد نهضت سواد سلامت‌آموزی را برگزار کند.

اقبال مردم و لزوم تسهیل دسترسی به خدمات طب ایرانی حسینی‌یکتا در پایان گفت: تمام تلاش دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت به این منظور است که خدمات طب ایرانی به صورت علمی و درست در اختیار مردم قرار بگیرد. با توجه به اینکه طب ایرانی مورد اقبال مردم جامعه قرار گرفته، سیاستگذارها و تصمیم‌سازان باید در جهت طراحی اقداماتی باشند که دسترسی به خدمات سلامت تسهیل شود.

چگونه از عفونی شدن محل نیش حشرات تابستانی پیشگیری کنیم؟

دافع را دنبال کنید و بر اساس دستورالعمل از آن استفاده کنید. اگر از ضد آفتاب هم استفاده می‌کنید، ابتدا ضدآفتاب خود را بمالید، بگذارید خشک شود و سپس از ماده دافع حشرات استفاده کنید. از ضدآفتاب‌هایی که حاوی دافع حشرات هستند استفاده نکنید، زیرا ضد آفتاب باید به مقدار زیاد و اغلب استفاده شود، در حالی که دافع حشرات باید کم استفاده شود.

لباس مناسب بپوشید اگر می‌دانید که شب‌ها بیرون می‌روید یا در یک منطقه پر درخت پیاده‌روی می‌کنید، لباس مناسب بپوشید تا از نیش حشرات جلوگیری کنید. با پوشیدن پیراهن‌های آستین بلند، شلوار، جوراب و کفش‌های بسته به جای صندل، پوست در معرض دید را تا حد امکان بپوشانید. برای محافظت بیشتر، جوراب‌هایتان را روی شلوارتان بالا بکشید و پیراهن‌تان را داخل شلوارتان بگذارید. همچنین می‌توانید لایه‌های بیرونی لباس را با مواد دافع حشرات حاوی ماده فعال پرمترین، از قبیل تجهیز کنید. دستورالعمل‌ها را به دقت دنبال کنید و اجازه دهید لباس‌ها حداقل دو ساعت قبل از پوشیدن خشک شوند. از پشه‌بند استفاده کنید

اگر در فضای باز می‌خواهید، از پشه‌بندها برای محافظت در برابر پشه‌ها استفاده کنید، برای حداکثر محافظت آن را تا زیر تشک قرار دهید. گاهی اوقات، علی‌رغم بیشترین تلاش‌های فرد، نیش حشرات همچنان اتفاق می‌افتد. خوشبختانه، بیشتر نیش‌ها و گزش حشرات را می‌توان با خیال راحت در خانه درمان کرد.

درمان گزش و نیش حشرات در خانه برای گزش‌های دردناک، مانند نیش زنبور، از مسکن‌های بدون نسخه مانند استامینوفن یا ایبوپروفن استفاده کنید. همیشه دستورالعمل‌های روی برچسب را دنبال کنید و از دوز صحیح استفاده کنید. برای گزش‌هایی که باعث خارش می‌شوند، از کیسه یخ یا یک کرم ضد خارش بدون نسخه مانند هیدروکورتیزون استفاده کنید. گزینه دیگر مصرف آنتی هیستامین خوراکی بدون نسخه است.

برای کاهش تورم، کیسه یخ را روی محل نیش قرار دهید. اگر بعد از گزش حشره علائم جدی مانند بشورات پوستی، تب یا بدن درد را تجربه کردید، فوراً به پزشک یا متخصص پوست مراجعه کنید و حتماً در مورد گزش خود به پزشک گزارش دهید تا شما را از نظر بیماری منتقل شده معاینه کند.



کنه تا جایی که ممکن است به آرامی به پوست نزدیک شوند و بدون پیچاندن یا خرد کردن کنه آن را بیرون بکشند. پس از آن باید پوست خود را با آب و صابون بشویند و کرم ضد عفونی‌کننده را روی پوست اطراف محل گزش بمالند. علائم بالقوه بیماری‌های منتقله از طریق کنه لکه یا بشورات قرمز یا تغییر رنگ در نزدیکی محل گزش، تب، لرز، بشورات تمام بدن، سفتی گردن، سردرد، حالت تهوع، ضعف، درد یا درد عضلانی، درد مفاصل و تورم غدد لنفاوی است.

مگس اسب، گزش فوق‌العاده دردناکی است که می‌تواند باعث بشورات قرمز، برجسته، سرگیجه، ضعف، خس خس سینه شود یا ممکن است بخشی از بدن شما پف کرده و متورم شود. کلر هشدار داد که این نیش‌ها برای بهبودی زمان می‌برند در نتیجه فرصت بیشتری برای عفونی شدن آن فراهم می‌شود و با افزایش درد، قرمزی، تورم و چرک در محل گزش مشخص می‌شود. او از هر کسی که این علائم را تجربه می‌کند خواست که فوراً به پزشک عمومی خود مراجعه کند یا از یک داروساز مشاوره بگیرد. برای کمک به جلوگیری از نیش حشرات، متخصصان پوست نیز نکات زیر را توصیه کردند.

از دافع حشرات استفاده کنید برای محافظت در برابر پشه‌ها، کنه‌ها و سایر حشرات، از دافع حشرات حاوی ۲۰ تا ۳۰ درصد دیت (DEET) روی پوست و لباس خود استفاده کنید. همیشه دستورالعمل‌های روی

پوست در معرض دید را بپوشانید، به خصوص در زمانی از روز یعنی زمان طلوع یا غروب خورشید که پشه‌ها به احتمال زیاد فعال‌تر هستند.

چندین محصول دافع حشرات موجود است که در صورت استفاده مطابق دستورالعمل این محصولات می‌توانند به کاهش خطر گزش کمک کند. او همچنین خرید داروی ضد مالاریا را در صورتی که می‌خواهید به منطقه‌ای با پشه‌های مالاریا سفر کنید، توصیه کرد. کنه‌ها

گزش کنه در موارد نادر می‌تواند ناقل بیماری‌های ویرانگر مانند بیماری لایم باشد، اما کلر خاطرنشان کرد که نیش‌ها معمولاً دردناک نیستند اگرچه می‌توانند واکنش آلرژیک ایجاد کنند. این داروساز با به اشتراک گذاشتن علائم بیماری لایم، هشدار داد این عفونت، باکتریایی است و باعث ایجاد بشورات دایره‌ای صورتی یا قرمز در اطراف ناحیه گزش می‌شود. کنه‌ها مناطق گرم و مرطوب بدن را ترجیح می‌دهند. هنگامی که

کنه به نقطه مطلوب می‌رسد، به پوست می‌چسبد و شروع به خون‌گیری می‌کند و برخلاف بسیاری از حشرات دیگر که فقط نیش می‌زنند، کنه‌ها معمولاً پس از نیش زدن به بدن شما چسبیده باقی می‌مانند، به همین دلیل احتمالاً متوجه خواهید شد که کنه شما را نیش زده است، زیرا کنه را روی پوست خود پیدا خواهید کرد.

کسانی که کنه روی پوست خود پیدا می‌کنند در اسرع وقت روش مناسبی که ناقل بیماری‌های جدی مانند مالاریا باشند. برای جلوگیری از این نیش‌ها، کلر توصیه کرد سعی کنید هنگام گذراندن وقت در فضای باز،

خدمات داروخانه سرویس سلامت ملی بریتانیا برای بیماران این امکان را فراهم کرده است که به جای منتظر ماندن برای وقت پزشک عمومی، برای مواردی مانند نیش حشرات در داروخانه محلی خود مشاوره و درمان دریافت کنند و کلر نونسون، سرپرست داروسازی در انگلستان به افراد در این مورد کمک می‌کند.

کلر توضیح داد که چگونه می‌توان برخی از رایج‌ترین گزش‌های حشره را شناسایی و درمان کرد و همچنین چه زمانی باید از کمک حرفه‌ای استفاده کرد.

او افزود هنگام درمان گزش یا نیش، تشخیص علت آن می‌تواند مشکل باشد، به‌ویژه اگر حشره را ندیده باشید. اما نگران نباشید، زیرا روند درمان آنها مشابه است و اقدام سریع می‌تواند به جلوگیری از عفونی شدن نیش کمک کند.

او از افراد خواست که اگر مکان نیش حشره در بدنشان متورم‌تر و دردناک‌تر شد به داروساز محلی خود مراجعه کنند، زیرا این مورد می‌تواند نشانه‌ای از عفونی بودن نیش باشد.

نیش زنبور و زنبور عسل شناسایی برخی از نیش‌های تابستانی ترسناک‌تر می‌تواند آسان‌تر باشد به‌عنوان مثال نیش زنبور و زنبور عسل اغلب با درد شدید فوری و به دنبال آن علامت قرمز متورم همراه است، اما تشخیص تفاوت بین این دو می‌تواند دشوار باشد.

کلر اظهار کرد: نیش زنبور و زنبور عسل ممکن است دردناک و خارش‌دار باشد و همچنین می‌تواند باعث واکنش‌های آلرژیک جزئی شود که تا یک هفته دردناک، قرمز و متورم باقی بماند و اشاره کرد که زنبور اغلب نیش را در زخم باقی می‌گذارد.

او توصیه کرد در صورت وقوع باید در اسرع وقت نیش را با استفاده از موچین، قبل از شستن ناحیه با آب و صابون، خارج کنید. همچنین اگر تورم وجود دارد، از کمپرس سرد مانند کیسه یخ یا پارچه فلاتل خیس شده در آب سرد برای حداقل ۱۰ دقیقه استفاده کنید و در صورت امکان، ناحیه آسیب‌دیده را بالا ببرید تا به کاهش تورم کمک کنید.

نیش پشه

نیش پشه برای خیلی‌ها بالای تابستانی است و باعث ایجاد توده‌های قرمز خارش‌دار روی پوست می‌شود، برخی پشه‌ها می‌توانند ناقل بیماری‌های جدی مانند مالاریا باشند. برای جلوگیری از این نیش‌ها، کلر توصیه کرد سعی کنید هنگام گذراندن وقت در فضای باز،

سرنوشت «ورزشگاه‌ها» و «دهکده‌ها» بعد از ادوار مختلف بازی‌های المپیک

”

فرانسه میزبان المپیک ۲۰۲۴ خواهد بود. این رقابت‌ها قرار است از ۵ مرداد آغاز شود. یکی از نگرانی‌های مسوولان برگزاری المپیک پاریس در خصوص ساخت دهکده المپیک و همچنین فضاهای ورزشی مورد نیاز این است که چگونه بعد از اتمام بازی‌ها از این زیرساخت‌ها به بهترین شکل استفاده کنند و مانع از فرسایش و تخریب آنها شوند.

“

ورزشگاه‌ها و دهکده‌هایی که در دوره‌های مختلف برای برگزاری مسابقات المپیک ساخته شدند سرنوشت یکسانی نداشتند و با پایان مسابقات، هرکدام از آن‌ها کاربری‌های متفاوتی را تجربه کردند. بازی‌های المپیک، به عنوان یکی از بزرگ‌ترین و مهم‌ترین رویدادهای ورزشی جهان، نیازمند سرمایه‌گذاری‌های عظیمی در زمینه زیرساخت‌ها و تسهیلات ورزشی هستند. از ساخت استادیوم‌ها و سایت‌های ورزشی تخصصی گرفته تا میزبانی از هزاران ورزشکار، خبرنگار و تماشاگر، همه اینها نیازمند برنامه‌ریزی دقیق و هزینه‌های گزاف هستند.

طی برگزاری بازی‌های المپیک در دهه‌های اخیر، برخی از زیرساخت‌های ورزشی همچنان مورد استفاده قرار می‌گیرند و برخی هم مستهلک و به دست فراموشی سپرده شده‌اند. در این گزارش به بررسی زیرساخت‌های پیشین المپیک در کشورهای مختلف پرداخته شده است.

هزینه‌های سنگین و چالش‌های زیرساختی

سازماندهی بازی‌های المپیک همواره با هزینه‌های بالا و چالش‌های متعددی همراه است. به عنوان مثال، تخمین زده می‌شود که بازی‌های المپیک توکیو ۲۰۲۰ حدود ۲۳ میلیارد دلار استرالیا هزینه داشته است. بخش بزرگی از این هزینه‌ها صرف ساخت و به‌روزرسانی زیرساخت‌ها شده است.

استفاده مجدد از زیرساخت‌ها

طبق گزارش کمیته بین‌المللی المپیک در سال ۲۰۲۲، ۸۵٪ از استادیوم‌ها و سایت‌های استفاده شده در بازی‌های المپیک همچنان در حال استفاده هستند. به عنوان مثال، استادیوم پانائتائیک در آتن که میزبان اولین بازی‌های المپیک مدرن در سال ۱۸۹۶ بود، همچنان به عنوان جاذبه‌ای توریستی و محلی برای رویدادهای مختلف مورد استفاده قرار می‌گیرد. همچنین، استادیوم المپیک تابستانی ۱۹۶۰ در رم، ایتالیا، همچنان میزبان تیم‌های ملی و باشگاهی فوتبال و راگبی است.

بازسازی و به‌روزرسانی سایت‌های قدیمی

شهرهایی که چندین بار میزبان بازی‌های المپیک بوده‌اند، از زیرساخت‌های قبلی خود به‌خوبی استفاده کرده‌اند. به عنوان مثال، توکیو در سال ۲۰۲۱ از سایت‌هایی که در سال ۱۹۶۴ ساخته شده بودند، مجدداً استفاده کرد. لس‌آنجلس نیز در بازی‌های المپیک ۲۰۲۸ از استادیوم‌های کالیسیوم یادبود و رز بول که در سال‌های ۱۹۳۲ و ۱۹۸۴ استفاده شده بودند، بهره خواهد برد.

سایت‌های موقت و تخریب شده

برخی سایت‌های المپیکی پس از بازی‌ها برچیده می‌شوند، زیرا به صورت موقت ساخته شده‌اند. به عنوان مثال، سایت نزول مونت‌انیو در ساپورو و عرصه والیبال ساحلی کوپاکابانا در ریو پس از پایان بازی‌ها تخریب شدند. اما برخی سایت‌ها به دلایل مختلف به‌خرابی افتاده‌اند، مانند پیست بابسلد و لوژ ترویج در ساراایوو که در طول جنگ بوسنی آسیب دید و تعمیر نشد.

استرالیا و استفاده از زیرساخت‌های المپیکی

استرالیا نیز توانسته از زیرساخت‌های المپیکی خود به‌خوبی استفاده کند. بیشتر سایت‌های المپیک تابستانی ۱۹۵۶ ملبورن و ۲۰۰۰ سیدنی همچنان در حال استفاده هستند. به عنوان مثال، مرکز آبی بین‌المللی سیدنی و ورزشگاه پریث وایت‌واتر همچنان میزبان رویدادهای ورزشی هستند. البته برخی سایت‌ها، مانند ولودروم پارک المپیک ملبورن، به کاربری‌های دیگری تبدیل شده‌اند.

وضعیت کنونی برخی از دهکده‌ها در ادوار مختلف المپیک

دهکده المپیک مونترال (۱۹۷۶)

پس از میزبانی بازی‌های المپیک ۱۹۷۶، دهکده المپیک مونترال به مجتمع مسکونی تبدیل شد. ورزشگاه المپیک مونترال، همچنان میزبان رویدادهای ورزشی و کنسرت‌ها است، هرچند با چالش‌های نگهداری و هزینه‌های تعمیراتی روبرو بوده است.

دهکده المپیک سئول (۱۹۸۸)

دهکده المپیک سئول، که برای میزبانی ورزشکاران در بازی‌های المپیک ۱۹۸۸ ساخته شد، به یک مجتمع مسکونی تبدیل شده است. این تغییر کاربری به عنوان نمونه‌ای موفق از استفاده مجدد از زیرساخت‌های المپیکی برای رفع نیازهای مسکونی شهروندان شناخته می‌شود.

دهکده المپیک بارسلونا (۱۹۹۲): دهکده المپیک بارسلونا پس از پایان بازی‌ها به یک منطقه مسکونی پرتعداد تبدیل شد. این منطقه اکنون به عنوان یک محله مسکونی با امکانات کامل از جمله پارک‌ها، مدارس و مراکز خرید شناخته می‌شود.

دهکده المپیک ۱۹۹۶ در آتلانتا، جورجیا، آمریکا، یکی از نمونه‌های موفق استفاده مجدد از زیرساخت‌های المپیکی است. این دهکده که برای میزبانی ورزشکاران و مقامات در طول بازی‌های المپیک تابستانی ۱۹۹۶ ساخته شده بود، پس از پایان بازی‌ها به طور موثری به یک مجموعه مسکونی و دانشگاهی تبدیل شد. دهکده المپیک سیدنی (۲۰۰۰): دهکده المپیک سیدنی نیز به عنوان بخشی از برنامه‌ریزی طولانی‌مدت، به یک محله مسکونی تبدیل شد. این منطقه اکنون به نام نیوینگتون شناخته می‌شود و به یک جامعه پایدار و محبوب تبدیل شده است که از انرژی خورشیدی و سایر فناوری‌های سبز بهره می‌برد. دهکده المپیک آتن (۲۰۰۴): دهکده المپیک آتن پس از بازی‌های المپیک به طور عمده خالی و به حال خود رها شد. این منطقه به دلیل مشکلات اقتصادی یونان و نبود برنامه‌ریزی مناسب برای استفاده مجدد از زیرساخت‌ها، به وضعیت تخریب و بی‌استفاده درآمد.

دهکده المپیک پکن (۲۰۰۸): دهکده المپیک پکن به عنوان مجتمع مسکونی و تجاری مورد استفاده قرار گرفت. برخی از واحدها به فروش رفتند و برخی دیگر به عنوان هتل و مسکن برای دانشگاهیان و دانشجویان مورد استفاده قرار گرفتند.

دهکده المپیک لندن (۲۰۱۲): دهکده المپیک لندن به یک مجتمع مسکونی مدرن به نام «دهکده شرقی» تبدیل شد. این منطقه اکنون به عنوان بخشی از طرح بازسازی منطقه استراتفورد شناخته می‌شود و شامل آپارتمان‌های مسکونی، مدارس، پارک‌ها و مراکز خرید است.

دهکده المپیک سوچی (۲۰۱۴): دهکده المپیک سوچی که برای بازی‌های زمستانی ۲۰۱۴ ساخته شده بود، پس از بازی‌ها به طور کامل به حال خود رها شد. بسیاری از ساختمان‌ها اکنون خالی هستند و منطقه به وضعیت تخریب درآمده است.

دهکده المپیک ریو (۲۰۱۶): دهکده المپیک ریو نیز با مشکلات جدی روبرو شد. پس از پایان بازی‌ها، برخی از ساختمان‌ها خالی ماندند و منطقه به دلیل مشکلات اقتصادی و مدیریتی به حال خود رها شد. این وضعیت نشان‌دهنده چالش‌های جدی در برنامه‌ریزی و اجرای پروژه‌های بزرگ زیرساختی در برزیل است.

البته با وجود این چالش‌های اقتصادی و مدیریتی، بسیاری از سایت‌های المپیکی ریو همچنان مورد استفاده قرار می‌گیرند. به عنوان مثال، پارک المپیک باراکا میزبان مسابقات مختلفی از جمله دو و میدانی، شنا و ژیمناستیک بود، اکنون به عنوان مرکز تفریحی و ورزشی برای شهروندان استفاده می‌شود.

• تلفکس: ۳۳۳۴۰۷۹۷

• لیتوگرافی و چاپ: چشمه توسعه

- صاحب امتیاز و: محمد شیرزاد
- مدیر مسئول: نادیا شیرزاد
- گرافیک و صفحه آرایی: محیا اندی
- گستره توزیع: منطقه ای
- آدرس: روبه روی بیمارستان بوعلی سینا
- کوی شهید رضایی پلاک ۶۱

گزارش تصویری

پرواز با پاراگلایدر در مازندران

عکاس (سعیده عباسی)

منطقه مهدیرجه واقع در مازندران، جاده بین شهرستان بهشهر - گلوگاه مشرف بر جاده و دریا است. سایت پرواز این روستا بسیار معروف است. این سایت پرواز منطقه ای جذاب است که اغلب آن را کلاردشت دوم می نامند. ارتفاع پروازی این سایت از محل تیکاف تا محل لندینگ ۴۵۰ متر می باشد و محل تیکاف رو به شمال و دریای خزر است که منظره زیبایی را رقم میزند. همچنین یکی دیگر از ویژگی های سایت مهدیرجه دارا بودن ترمال بسیار زیادی در فصل تابستان است که از نقاط مختلف کشور برای پرواز به این منطقه می آیند. ايسنا

