

پیشروی غول خشکسالی در مازندران

■ داده‌های دریافتی مرکز ملی اقلیم و مدیریت بحران خشکسالی سازمان هواشناسی کشور نشان می‌دهد که با پیش‌روی غول خشکسالی در مازندران، اکنون بخش های وسیعی از این استان سرسبز درگیر خشکسالی شدید تا بسیار شدید است.

۲



**هیچ برنامه‌ای تا امروز برای توسعه
 دریامحور نداشته‌ایم**

۳

**سرگرمی با اعمال شاقه؛ دخترانه هایی
 که صرف «ویپ» می‌شود**

۴

**رسانه‌ها می‌توانند موشک‌های نقطه‌زن
 ما باشند اما خبرنگار نقطه‌زن کم داریم**

۵

هشدار تله جمعیتی و شیب تند پیری در مازندران



همچنین متوسط سن خانم‌ها

و آقایان در مازندران در زمان

ازدواج اکنون به ترتیب حدود

۲۷ و ۳۱ سال رسیده در حالی

که این رقم در کشور به ترتیب

۲۵ و ۲۹ سال است. این آمار

به زبان عامیانه‌تر بدین معنا

است که متوسط سن ازدواج

در استان ۲ سال از میانگین

کشوری بالاتر است. سن ازدواج

در سال ۱۳۹۰ در استان برای

آقایان و خانم ها به ترتیب ۲۶

و ۲۱ سال بود.

موارد ازدواج در مازندران در مقایسه با مدت مشابه ۱۳ سال قبل آن ۴۴.۸ درصد کاهش و میزان طلاق هم در این مدت ۵۴.۳ درصد افزایش یافته است. آمارها نشان می‌دهد که بیش از ۲۲۲ هزار مرد بین سنین ۲۰ تا ۴۹ ساله و بیش از ۲۴۳ هزار زن ۱۵ تا ۴۹ ساله در استان مجرد هستند به عبارتی بیش از ۹۳ درصد دختران ۱۵ تا ۱۹ سال و ۵۰ درصد دختران ۲۰ تا ۲۹ سال و ۶۰ درصد مردان ۲۰ تا ۲۹ سال مجرد هستند.

همچنین متوسط سن خانم‌ها و آقایان در مازندران در زمان ازدواج اکنون به ترتیب حدود ۲۷ و ۳۱ سال رسیده در حالی که این رقم در کشور به ترتیب ۲۵ و ۲۹ سال است.



این آمار به زبان عامیانه‌تر بدین معنا است که متوسط سن ازدواج در استان ۲ سال از میانگین کشوری بالاتر است. سن ازدواج در سال ۱۳۹۰ در استان برای آقایان و خانم ها به ترتیب ۲۶ و ۲۱ سال بود. معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مازندران اعلام کرد: تا ۴۰ سال آینده ۴۰ درصد جمعیت استان را افراد مسن تشکیل می‌دهند و غال این افراد نیز تک فرزند و یا فاقد فرزند می‌باشند.



سالهای اخیر میزان زاد و ولد نیز در مازندران حدود ۴۵ درصد کاهش یافته است و از سوی دیگر میزان ازدواج افول کرده و با فروکش کردن این واقعه میزان طلاق افزایش یافته است .

واکاو مستندات ثبت احوال در ارتباط با جمعیت سه‌میلیون و ۲۸۳ هزار و ۵۸۲ نفری مازندران براساس آخرین سرشماری نفوس و مسکن نشان می‌دهد که از سال ۱۳۹۴ تا سال ۱۴۰۰ تعداد مولید در این استان با ۳۵ درصد کاهش از ۴۶ هزار و ۴۶۶ نفر به ۳۰ هزار و ۲۰۳ نفر رسید و میزان باروری کلی هم در استان در این دوره زمانی از ۱.۵ به ۱.۲ کاهش یافت.

میزان باروری عمومی هم در استان در سال ۱۴۰۰ به کمتر از ۳۰ در یک‌هزار تولد برای خانم‌هایی که در سن باروری هستند، رسید در حالی که این رقم در سال ۱۳۹۰ طبق آمار ثبت احوال ۵۰ در یک‌هزار تولد بود. طی سال‌های ۱۳۸۷ تا سال ۱۴۰۰ تعداد

جمعیت مازندران به دلیل اُفت فرزندآوری که خود متأثر از موضوعات اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی و کاهش آمار ازدواج و افزایش آمار طلاق است در حالی سرعت پرشتاب سالمندی را می‌پیماید که کارشناسان امر از قرار گرفتن استان در تله جمعیتی هشدار می‌دهند.

در زمان حاضر مازندران حدود سه میلیون و ۳۰۰ هزار نفر جمعیت دارد که بنا به داده های آماری متولیان امر بهداشت و درمان ۴۰ درصد از این جمعیت تا چهار دهه آینده جز افراد مسن قرار خواهند گرفت و به نوعی در تله جمعیتی خواهد افتاد.

در ورای موضوع مطرح شده، طبق اعلام دبیرخانه شورای ملی سالمندان کشور، مازندران با ۱۳.۲۶ درصد جمعیت سالمند پس از استان گیلان اکنون در زمره پیرترین استان جمعیتی کشور به شمار می‌رود. علاوه بر این موضوع ناخوشایند جمعیتی مازندران و پیرشدن چهره جمعیت استان ، در

کشور به ۰.۶ درصد رسید. وی ادامه داد: بیش از ۲۲۲ هزار مرد بین سنین ۲۰ تا ۴۹ ساله و بیش از ۲۴۳ هزار زن ۱۵ تا ۴۹ ساله در استان مجرد هستند به عبارتی بیش از ۹۳ درصد دختران ۱۵ تا ۱۹ سال و ۵۰ درصد دختران ۲۰ تا ۲۹ سال و ۶۰ درصد مردان ۲۰ تا ۲۹ سال مجرد است. معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مازندران همچنین تعداد زوج‌های نابارور در استان مازندران ۱۱ هزار نفر اعلام کرد.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مازندران تاخیر و مشکلات ازدواج جوانان، الگوی مسکن و فرهنگ، مشکلات اقتصادی و هزینه‌های زیاد فرزندپروری، نگرانی از بیکاری سرپرست خانواده، اشتغال و نگرانی‌های آتییه زنان، هزینه‌های دوران بارداری، زایمان و شیردهی، شیوع و هزینه‌های درمان ناباروری و محدودیت مراکز آن، عقیم سازی و استفاده بی‌رویه از اقلام پیشگیری، شیوع غیراستاندارد زایمان غیرطبیعی و ترس از زایمان، ترس از فرزند معلول از موانع شناسایی شده برای فرزندآوری برشمرد.

وی از سویی شناسایی ۲۱ مانع مهم بر سر راه فرزندآوری در کشور اشاره و تصریح کرد: برای رفع همه آن‌ها اقدام مناسب صورت گیرد که از جمله مهمترین آن‌ها حوزه‌های اجتماعی و فرهنگی است اما رفع قسمتی از دغدغه‌های اقتصادی که در قانون آمده می‌تواند موثر باشد.

حسینی اظهار داشت: برای توانمندسازی خانواده‌ها درخصوص افزایش جمعیت اقداماتی باید توسط سایر دستگاه‌ها مانند معیشت، اشتغال، فرهنگ و... که بسیار مهم و تاثیرگذار خواهند بود انجام شود تا خانواده‌ها تمایل بیشتری برای فرزندآوری نشان دهند.

هیچ برنامه‌ای تا امروز برای توسعه

دریامحور نداشته‌ایم



نماینده رئیس جمهور در هماهنگی اجرای سیاست‌های کلی توسعه دریامحور گفت: تاکنون در ایران برای توسعه دریامحور اندیشه و برنامه‌ای ارائه نشده است.

علی عبدالعلی‌زاده در دومین روز از سفر سه روزه خود به گیلان در جلسه توسعه اقتصاد دریا محور که در استانداری برگزار شد، تصریح کرد: باید هر تعریفی که از توسعه دریا محور در ذهن دارید را پاک کرده و تعریف واقعی برای آن ارائه کنیم توسعه ای که ۲ رکن دولت و مردم دارد و نقش دولت در توسعه اقتصاد دریا محور سیاست‌گذاری و نقش مردم توسعه آفرینی است چرا که توسعه با مردم ایجاد می شود. وی ادامه داد: از ۱۳۲۷ تاکنون ۱۲ برنامه توسعه‌ای برای کشور تدوین شده است اما آیا توانسته ایم به توسعه دست یابیم؟ این برنامه های دولتی توسعه آفرین نیستند و با کارمند دولت نمی‌توان توسعه آفرینی کرد اما بخش خصوصی به علت آنکه منافع شخصی را به رونق گره زده است برای دستیابی به توسعه تلاش می کند. وی با بیان اینکه مردم ایران و گیلان با دریا غریبه‌اند، گفت: برای دستیابی به توسعه باید نخست آن را فهمید و بعد توسعه آفرینی کرد ضمن آنکه نمی توان یک نسخه واحد برای توسعه پیچید و هر شهر و روستا نسخه ای مجزا دارد به طور مثال در گیلان نسخه توسعه آستارا با رشت و بندرانزلی متفاوت است. عبدالعلی زاده اضافه کرد: دولت سیاستگذاری بلد نیست و مردم توسعه آفرینی نمی دانند؛ باید به دولت سیاستگذاری آموخت و به مردم توسعه را آموزش داد، برای رسیدن به مفهوم توسعه که گذر از مرز



استفاده از ظرفیت گردشگری در دریای خزر حق مسلم مردم است؛ طبیعت خزر برای شنا مناسب نیست و اکثر مردم ایران شنا در دریا خزر را نمی دانند اما گردشگری دریایی مایه آرامش است و چون تاکنون چنین خدماتی به مردم در حوزه دریایی ارائه نمی توانیم بگوییم استقبال نمی کنند.

خزر برای شنا مناسب نیست و اکثر مردم ایران شنا در دریا خزر را نمی دانند اما گردشگری دریایی مایه آرامش است و چون تاکنون چنین خدماتی به مردم در حوزه دریایی ارائه نکرده ایم نمی توانیم بگوییم استقبال نمی کنند. نماینده رئیس جمهور در هماهنگی اجرای سیاست‌های کلی توسعه دریامحور تاکید کرد: باید در کوتاه ترین زمان لنج‌ها و

کشتی‌های گردشگری در دریای خزر راه اندازی شود تا پای مردم ایران به دریا برسد و در این میان منطقه آزاد انزلی با راه اندازی گردشگری دریایی در این زمینه پیش قدم شود و طی برنامه‌ریزی تورهای یک روزه مردم را با دریا آشنا کند. وی ادامه داد: می‌توان با حمل بار و مسافر مردم را از بنادر شمالی ایران به باکو و قزاقزستان منتقل کرد و به این ترتیب ظرفیت اشتغال را افزایش داد. همچنین با راه اندازی و ایجاد کارخانه کشتی سازی و تعمیرات آن می‌توان در بنادر گیلان کشتی های سه تا پنج هزار تنی باری و گردشگری را ساخت و تعمیر کرد. عبدالعلی زاده با بیان اینکه اینها همه ظرفیت اشتغال آن هم قابل توجه است، گفت: در خصوص ایجاد صنایع شیلاتی نیز معتقدم این محصولات جایگزین مناسبی برای صادرات نفت کشور خواهند بود؛ استعدادهای شگرفی در این حوزه وجود دارد و در مجموعه های پرورش ماهی استان اقدامات مهمی در زمینه پرورش و تکثیر انواع ماهیان خاویاری در دست انجام است. وی با بیان اینکه امروز برای رونق حوزه شیلات باید دامپزشک آبریان از رشته دامپزشکی جدا شود، اظهار کرد: چنانکه در سال تحصیلی جدید بهنگام پذیرش دانشجویان در رشته دامپزشکی باید در کنار ۷۰ واحد درس عمومی در واقع به جای هفت واحد درس تخصصی ۷۴ واحد درس تخصصی حوزه آبریان ارائه شود و

دامپزشک آبریان فردی متخصص و توانمند باشد تا سلامت آبریان با شناسایی بیماری و درمان آن تضمین شود. نماینده رئیس جمهور در هماهنگی اجرای سیاست‌های کلی توسعه دریامحور همچنین بر توسعه روابط فرهنگی با کشورهای همسایه خزر تاکید کرد و افزود: با راه اندازی کشتی مسافربری می توانیم به توسعه فرهنگی کشور کمک کنیم زیرا فرهنگ توسط دولت‌ها ایجاد نمی شود بلکه مردم به رشد فرهنگی جوامع کمک می کنند. باید با گسترش راه‌های ارتباطی این پیوند را بین کشورهای حاشیه خزر برقرار کنیم. وی اضافه کرد: برای توسعه سیاست‌های دریا محور در گیلان ۲ مشکل اساسی وجود دارد، نخست وضعیت تالاب بین المللی انزلی است که در معرض نابودی قرار دارد و دیگری پسروی آب دریای خزر که باید با برگزاری جلسات مشترک با کشورهای حاشیه خزر و تشکیل تیم تحقیق و بررسی حقایق خزر مطرح و مورد بررسی قرار گیرد این مساله نیازمند کار مشترک و طولانی‌مدت و جدی است. وی ادامه داد: برای ایجاد دانشکده دریایی در استان گیلان نیز برنامه ریزی خواهیم کرد تا علاقمندان به رشته دریانوردی در این دانشکده به تحصیل بپردازند.



آمادگی جهاد دانشگاهی برای حل مسائل حوزه انرژی و مدیریت مصرف



رئیس سازمان جهاد دانشگاهی گیلان، از آمادگی‌های علمی، پژوهشی، فرهنگی و آموزشی جهاد دانشگاهی برای کمک به رفع مسائل و مشکلات حوزه انرژی و مدیریت مصرف و فرهنگ‌سازی و... خبر داد. هادی مدبری، رئیس سازمان جهاد دانشگاهی استان گیلان در دیدار با سرپرست شرکت گاز استان، رسالت اصلی دانشگاه‌ها و مراکز علمی و پژوهشی را برقراری ارتباط با صنعت و دستگاه‌های دولتی دانست و اظهار کرد: جهاد دانشگاهی ظرفیت حل مسائل و مشکلات سازمان‌ها را دارد. وی پژوهشگاه رویان را بهترین معرف برای فعالیت‌های علمی و کاربردی پژوهش‌محور و دانش‌بنیان در جهاد دانشگاهی دانست و افزود: بدنه جهاد دانشگاهی علمی و تخصصی است. رئیس سازمان جهاد دانشگاهی گیلان به رفع مسائل و مشکلات حوزه انرژی و مدیریت مصرف و فرهنگ‌سازی و... خبر داد. هادی مدبری، رئیس سازمان جهاد دانشگاهی استان گیلان در دیدار با سرپرست شرکت گاز استان، رسالت اصلی دانشگاه‌ها و مراکز علمی و پژوهشی را برقراری ارتباط با صنعت و دستگاه‌های دولتی دانست و اظهار کرد: جهاد دانشگاهی ظرفیت حل مسائل و مشکلات سازمان‌ها را دارد. وی پژوهشگاه رویان را بهترین معرف برای فعالیت‌های علمی و کاربردی پژوهش‌محور و دانش‌بنیان در جهاد دانشگاهی دانست و افزود: بدنه جهاد دانشگاهی علمی و تخصصی است.

وی در ادامه از آمادگی‌های علمی، پژوهشی، فرهنگی و آموزشی جهاد دانشگاهی برای کمک به رفع مسائل و مشکلات حوزه انرژی و مدیریت مصرف و فرهنگ‌سازی و... خبر داد و یادآور شد: با کمک طرح‌های پژوهشی به دنبال کاهش هزینه‌های سازمان‌ها هستیم. رئیس سازمان جهاد دانشگاهی گیلان با اشاره به ظرفیت شبکه پژوهشکده‌های جهاد دانشگاهی در سطح کشور برای بهره‌برداری در استان‌ها، گفت: جهاد دانشگاهی از پشتوانه علمی و پژوهشی و تخصصی برخوردار بوده و با استفاده از علوم نوین برای شناسایی چالش‌های سازمان‌ها و دستگاه‌ها و کمک به رفع آنها اقدام می‌کند. وی اولویت جهاد دانشگاهی را ارائه خدمات تخصصی دانست و عنوان کرد: استفاده از هوش مصنوعی برای پای خطوط گاز، بررسی میزان اثرگذاری اقلیمی بر خطوط و زیرساخت‌ها، مدیریت مصرف گاز، استفاده از سیستم‌های «GIS» برای مدیریت اداری‌های فیزیکی و... از جمله طرح‌های پژوهشی مد نظر جهاد دانشگاهی برای کمک به مجموعه شرکت گاز استان است. مدبری با بیان اینکه پژوهش در جهاد دانشگاهی به صنعت و دولت متصل خواهد شد، گفت: طرح‌های پژوهشی نیازمند کاربست‌های اقتصادی و اجتماعی و اجرایی است و اگر نیازهای سازمان‌ها احصا شود، این ظرفیت در جهاد دانشگاهی وجود دارد که به صورت علمی به ارائه راه‌حل بپردازد. وی برخی از پژوهش‌ها را نیازمند پیوست فرهنگی دانست و ادامه داد: باید با مردم



رئیس سازمان جهاد دانشگاهی گیلان به ظرفیت پژوهشکده‌های جهاد دانشگاهی در مناطق مختلف کشور به فراخور مسائل و معضلات هر استان اشاره کرد و گفت: دو دهه پیش، پژوهشکده محیط زیست جهاد دانشگاهی در استان گیلان راه‌اندازی شد، زیرا گیلان با چالش‌های زیست محیطی از جمله پسماند و شیرابه و فاضلاب و برداشت بی‌رویه شن و ماسه و خشک شدن تالاب انزلی و... مواجه است.

بر پایه علم حرف بزئیم تا پای کار حل مسائل بیابند؛ امروزه با ناترازی انرژی در کشور مواجه هستیم و رعایت الگوی مصرف از ضروریات است، اما اگر پویش «دو درجه کمتر» را با بیان علمی مطرح کنیم، بیشتر در جامعه پذیرفته می‌شود. رئیس سازمان جهاد دانشگاهی گیلان پژوهش درباره انرژی‌های تجدیدپذیر را در دستور کار دانست و خاطرنشان کرد: کار گروه انرژی را با تمرکز بر بهینه‌سازی تشکیل دادیم؛ همچنین پژوهش درباره

احداث شهرک انرژی و معرفی منجیل و لوشان به عنوان هاب انرژی در حال انجام است تا بتوانیم بخشی از ناترازی‌ها را مدیریت کنیم.

پویش «دو درجه کمتر» برای کشور مهم است

مسعود برادران نصیری، سرپرست شرکت گاز گیلان نیز، با تاکید بر لزوم فرهنگ‌سازی در حوزه مدیریت مصرف انرژی، عنوان کرد: باید از ظرفیت رسانه‌ها برای پیوستن مردم به پویش «دو درجه کمتر» بهره بگیریم.

وی خواستار ارائه یک طرح پژوهشی با محوریت فرهنگ‌سازی رعایت الگوی مصرف شد و اضافه کرد: پویش «دو درجه کمتر» برای کشور مهم است و لذا باید از ظرفیت فرهنگی و آموزشی جهاد دانشگاهی استان حداکثر بهره را ببریم.

سرپرست شرکت گاز گیلان، بار علمی و تجربی مجموعه همکاران را فوق‌العاده دانست و اضافه کرد: نیازمند آینده‌پژوهشی در حوزه مصرف انرژی با توجه به

متغیرهای اقلیم و آب و هوا و... هستیم. برادران نصیری با بیان اینکه هر یک درجه کاهش دما ۲۵ میلیون مترمکعب

گاز را ذخیره می‌کند، گفت: باید به ارائه کارهای پژوهشی درباره موضوع مدیریت مصرف بپردازیم و قطعا جهاد دانشگاهی در

این زمینه راهگشاست. به گزارش ایسنا، هر یک از حاضرین در این نشست به ارائه نظرات و پیشنهادات خود پرداختند و مقرر شد که کارهای پژوهشی مشترک بین دو سازمان به انجام

برسد.

خبر

هزار و ۲۰۰ میلیارد ریال غرامت

به کشاورزان گیلان پرداخت شد



استاندار گلستان گفت: علما نقش تأثیرگذاری در بین مردم دارند و یقیناً گسترش امید در جامعه زمینه پیشرفت را فراهم می‌کند.

علی اصغر طهماسبی در نشست صمیمانه با مدیران روحانی در دستگاه‌ها و ادارات استان، اظهار کرد: دشمن با تمام توان از ظرفیت رسانه و فضای مجازی استفاده می‌کند و به دلیل این اهمیت مقام معظم رهبری را فرامیاند اگر در مقام رهبری نبودم مسئولیت فضای مجازی را عهده دار می‌شدم.

وی افزود: علما نقش تأثیرگذاری در بین مردم دارند و یقیناً گسترش امید در جامعه زمینه پیشرفت را فراهم می‌کند. استاندار گلستان گفت: خوشبختانه شما علما تمام قد در حوزه فرهنگ فعالیت می‌کنید و این شایسته تقدیر است.

وی ادامه داد: اقدامات منظم فرهنگی مشکلات اقتصادی ما را به حداقل می‌رساند.

طهماسبی اظهار کرد: متأسفانه در حوزه انرژی اقدامات فرهنگ سازانه صورت نگرفته و امروز این مشکلات به وجود آمده است و ما از علما در مسیر فرهنگی جامعه انتظار همراهی داریم. استاندار گلستان گفت: برنامه ریزی کردیم هر هفته در یک دستگاه با مدیران ارشد، مدیران میانی و کارشناسان آن دیدار و گفتگو کنیم.

وی افزود: اقداماتی که انجام می‌شود را برای مردم تبیین کنید و هر کاری که مردم از آن روحیه می‌گیرند، نماد جهاد تبیین است.

طهماسبی با اشاره به اینکه همه ما سربراز مقام معظم رهبری هستیم و باید تلاش کنیم این پرچم به دست ایشان به دست امام زمان (عج) برسد، اظهار کرد: پرچم اسلام در دستان روحانیت است و ما پیرو و پشتیبان روحانیون هستیم. وی خاطرنشان کرد: توجه به ظرفیت رسانه‌ها، شبکه‌های اجتماعی و روابط عمومی‌های برای جهاد تبیین و اشاعه موضوعات فرهنگی داشته باشید. گفتنی است در این نشست علمای حاضر پیرامون توجه به مباحث فرهنگی، موضوعات اعتقادی و دینی در استان، تقویت ارتباط فرماندار و امامان جمعه و جماعات در شهرستان‌ها، توجه به مسکن و معیشت طلاب، توجه دستگاه‌های مسکن ساز به وضعیت طلاب، توجه به کاروان‌های حج استان، بهره گیری مدیران از ظرفیت علما و روحانیون در مسیر توسعه استان، رفع عقب ماندگی‌های استان، توجه به موضوعات فرهنگی و علمی و پژوهشی دانشگاه‌ها و ارتباط مستمر با مجموعه دانشگاهیان و دانشجویان، پرهیز از اقدامات جزیره‌ای در حوزه فرهنگی، تقویت ارتباط با مردم در دستگاه‌ها، توجه به نیروهای انقلابی و دلسوز، توجه به معنویت جامعه، تقویت جهاد تبیین، تقویت گردشگری مذهبی در استان، تقویت اردوگاه فرهنگی و مذهبی در استان و توجه موضوعات فرهنگی در کنار مسائل اقتصادی با استاندار گلستان سخن گفتند.

● خبر

بایدها و نبایدهای خداحافظی افراد مسن با رانندگی



در بسیاری از سالمندان رانندگی به آنها احساس اعتماد به نفس، استقلال و کنترل می‌دهد. اما نکته‌ی بسیار مهم این است که آنها درک کنند؛ زمانی که عکس العمل‌هایشان کند می‌شود، تحركاتشان کاهش می‌یابد، بینایی و شنوایی آنها ضعیف می‌شود و با رانندگی آنها دستخوش سایر تغییرات متناسب با افزایش سنشان می‌شود، فعالیت رانندگی را کنار بگذارند و این کار را به جوانتر ها واگذار کنند. اما متأسفانه باور این تغییرات برای بسیاری از افراد قابل قبول نیست.

گروه ایرنا زندگی- حسن ۸۴ سال سن دارد و با توجه به سلامت بینایی و شنوایی و سایر سنجش‌های انجام شده گواهینامه‌ی رانندگی اش را برای دو سال دیگر تمدید کرده است، اما چند وقتی است در خانه اش را گم می‌کند، حین رفتن به خرید فراموش می‌کند برای چه بیرون آمده و بارها شده پدال گاز و ترمز را اشتباه گرفته و تصادف کرده است اما همچنان بر این باور است که من بهترین راننده هستم و سایر رانندگان رانندگی بلد نیستند.

مهرین ۷۸ ساله است و دید او در شب بسیار پایین می‌آید اما او همچنان روزها از کرج به تهران می‌آید تا نوه هایش را نگه دارد و شب به خانه بر میگردد، او به خاطر دید پایین آنقدر آهسته رانندگی می‌کند که همین امر موجب تصادفات مکرر او شده است.

مصطفی به تازگی شمع یک ۷۰ سالگی اش را فبوت کرده است. او خودش را استاد رانندگی میدان. حین رانندگی به هیچکس اجازه نمیدهد که از او سبقت بگیرد، بسیار پیش آمده که وسط اتوبان برای رد کردن خروجی منظرش دنده عقب آمده و یا خیابان یک طرفه را دور زده است.

گیتی ۷۴ ساله است و پابند مقررات رانندگی، صبر و حوصله او در رانندگی زبان زد عام و خاص است. او معتقد است بسیاری از رانندگی‌ها به خاطر عجله جوانان اتفاق می‌افتد.

جامعه نمونه ای که در بالا به آن اشاره کردیم، برخی از فواید و مزایای رانندگی در سنین بالا را نشان میدهد. در کشور ما همانند بسیاری از کشورهای دیگر شروع سن رانندگی سن ۱۸ سالگی است اما سن مشخصی برای ممنوعیت رانندگی در سنین بالا مشخص نشده است. اما به راستی افراد تا چه سنی قابلیت رانندگی کردن را دارند؟

بلاا رفتن سن عامل ایمن نبودن رانندگی نیست سن مطمئناً عاملی در تعیین میزان ایمن بودن رانندگی برای افراد مسن است، اما عامل صد درصدی نیست. با توجه به اینکه افزایش سن بر مهارت‌های حرکتی، هوشیاری، بینایی و عکس العمل‌ها تأثیر می‌گذارد، این نامل‌انه است که بگوییم همه سالخوردگان به یک اندازه تحت تأثیر قرار می‌گیرند، یا اینکه افراد مسن بیش از سایرین دچار تصادفات رانندگی می‌شوند.

تجربه ثابت کرده بیشتر رانندگان بالای ۶۵ سال از کمربند ایمنی استفاده میکنند، به طور کلی در مورد شرایط آب و هوایی که در آن رانندگی می‌کنند آگاه‌تر هستند، میزان بروز اختلال در رانندگی برای آنها بسیار کمتر است و صبر آنها در رانندگی بسیار بالا است. بنابراین، ما باید مراقب باشیم که ایمنی رانندگی افراد را صرفاً بر اساس سن آنها قضاوت نکنیم. عوامل موثر سلامتی فرد مسن بر ایمنی نبودن رانندگی

با پا گذاشتن به سن شرایط رایج سلامتی با مشکلاتی مواجه می‌شود و غالباً نیاز به مصرف برخی داروها بیشتر می‌شود. مصرف برخی از این داروها ممکن است عوارض جانبی بر مهارت های رانندگی شما داشته باشد. برخی از این مشکلات که ممکن است بر مهارت رانندگی فرد مسن تأثیر بگذارد عبارتند از: رفتن شدن مفاصل و ماهیچه ها و آرتریت

مشکلات بینایی مانند کاهش دید، گلوکوم، آب مروارید، دژنراسیون ماکولا و مشکلات شنوایی مصرف داروهای خواب آور که موجب کاهش هوشیاری فرد می‌شود. کاهش زمان واکنش و رفلکس ابتلا به برخی از شرایط پزشکی مانند حرکات غیر قابل کنترل و از دست دادن هماهنگی و تعادل به دلیل بیماری پارکینسون …

زوال عقل و الزایمر

سرگرمی با اعمال شاقه؛ دخترانه هایی که صرف «ویپ» می‌شود

- این روزها استفاده از «ویپ» یا همان سیگار الکترونیکی بین جوانان به خصوص دختران به عنوان تفریح یا به اصطلاح «با کلاسی» در حالی در شهرهای مختلف مازندران به نمایش گذاشته می شود که طبق نظر کارشناسان، ویپ علاوه بر این که همانند سیگار سنتی و قلیان آسیب‌های متعدد و جبران ناپذیری را به بدن انسان وارد می کند، وابستگی یا اعتیاد دوچندانی را در پی دارد.**

این روزها استفاده از «ویپ» یا همان سیگار الکترونیکی بین جوانان به خصوص دختران به عنوان تفریح یا به اصطلاح «با کلاسی» در حالی در شهرهای مختلف مازندران به نمایش گذاشته می شود که طبق نظر کارشناسان، ویپ علاوه بر این که همانند سیگار سنتی و قلیان آسیب‌های متعدد و جبران ناپذیری را به بدن انسان وارد می کند، وابستگی یا اعتیاد دوچندانی را در پی دارد.

مشاهدات این روزهای خبرنگار ایرنا در خیابان ها به ویژه در کافی شاپ‌های ساری مرکز استان مازندران نشان می دهد که سیگارهای الکترونیکی به دلیل شکل زیبای ظاهری و عطر خوبی که دارند، بین دختران نیز طرفداران زیادی پیدا کرده است.

شاید افراد مختلف با هدف‌های متفاوتی از ویپ استفاده کنند؛ اما در ذهن تمامی این افراد یک باور اشتباه وجود دارد و آن اینکه این افراد تصور می‌کنند استفاده از ویپ اصلاً ضرری برای بدن ندارد.

سیگار الکترونیکی دستگاهی است شبیه سیگار که به جای تولید دود، تولید بخار می‌کند، این بخار ناشی از گرم کردن مایعی به نام جویش است که می‌تواند حاوی نیکوتین، طعم دهنده‌ها و سایر مواد شیمیایی باشد.

دسترسی این نوع سیگارهای الکترونیکی در حالی برای احاد مردم وجود دارد که طبق اعلام رسمی رییس دبیرخانه ستاد کشوری کنترل دخانیات وزارت بهداشت هیچ گونه مجوزی برای واردات و فروش محصولات نوپدید دخانی از جمله سیگارهای الکترونیکی و ابزارآلات انتقال نیکوتین صادر نشده است و این محصولات جزو کالاهای قاچاق محسوب می‌شوند.

اظهارات و صحبت های دخترانی که در حال استفاده از ویپ در برخی از کافی شاپ های ساری هستند، نشان می دهد که بیشتر آنان سیگارهای الکترونیکی را طبق تبلیغات متنوعی که در فضای مجازی منتشر می شود، خریداری می کنند. یعنی ویپ هایی که ویژگی‌های حمل آسان، استفاده راحت، طراحی زیبا و تنوع رنگی دارند.

مشاهدات نشان می دهد که دختران جوان بر خلاف پسران به صورت گروهی و با حضور در فضای پارک و یا کافی شاپ ها از ویپ بیشتر

استفاده می کنند، از آن جایی که در ۲ سال اخیر مصرف قهوه و مکان‌های نوشیدن آن در کوچه پس کوچه های شهرهای مازندران گسترش چشم‌گیری یافته است، حرکت نماییسی استفاده از ویپ بین این افراد نظر شهروندان را بیش از پیش جلب می کند.

سیگار الکترونیکی یک وسیله برقی است که نیکوتین آن نسبت به سیگار کمتر بوده اما درصد وابستگی به آن بسیار زیاد است. تحقیقات بین‌المللی نشان داده این سیگارها بسیار خطرناک‌تر و حتی اعتیادآورتر از سیگارهای معمولی هستند. پزشکان متخصص

ربه نیز معتقدند، سیگارهای الکترونیکی به ریه و قلب آسیب می‌زنند و سرطان‌زا هستند ضمن اینکه می‌توانند موجب ایجاد یا تشدید مشکلات تنفسی مانند آسم و آلرژی شوند. مردم فریب نشان‌های معروف سیگارهای خارجی قاچاق را نخورند

معاون پژوهش و نوآوری شرکت دخانیات ایران که هفته جاری به همراه اعضای هیات مدیره این شرکت برای افتتاح ۲ خط تولید محصول دخانیات به مازندران به ساری سفر کرده بود به مردم هشدار داد که فریب برندهای معروف

سیگارهای خارجی قاچاق را نخورند، چرا که ضرر آنها ده‌ها برابر بیشتر از سیگارهای تولید داخل است. امیرحسین آل اسحاق با اشاره به مضرات بالای محصولات دخانی قاچاق موجود در بازار کشور گفت: تولید سیگار شامل ۲ بخش توتونی و غیرتوتونی است؛ در موضوع مواد اولیه که توتون را شامل می شود این نکته مهم است که وقتی سیگار به صورت رسمی تولید می شود، مواد اولیه از مبدا و هم در مراحل تولید و پس از آن در آزمایشگاه های مختلف به صورت دقیق بررسی و میزان قطران و نیکوتینی که از آن آزاد می شود و در بدن جذب می شود، کنترل و

جرزیات آن نیز به صورت واقعی بر روی پاکت درج می شود. وی افزود: در سیگارهای قاچاق این موارد کنترل نمی شود و بررسی های ما هم نشان می دهد نیکوتین و قطران آنها بیش از چیزی است که بر روی پاکتها درج شده است.

آل اسحاق تصریح کرد: اساسا مواد اولیه ای که مورد استفاده شرکت هایی که محصولات آنها به داخل کشور قاچاق می شود، مشکلات



اظهارات و صحبت‌های دخترانی که در حال

استفاده از ویپ در برخی از کافی شاپ های

ساری هستند، نشان می دهد که بیشتر آنان

سیگارهای الکترونیکی را طبق تبلیغات متنوعی که

در فضای مجازی منتشر می شود، خریداری می کنند.

یعنی ویپ هایی که ویژگی‌های حمل آسان،

استفاده راحت، طراحی زیبا و تنوع رنگی دارند.

جدی دارند و گاه‌ا ضایعات و حتی توتون فاسد استفاده می کنند، چون نظارتی وجود ندارد.

معاون پژوهش و نوآوری شرکت دخانیات یادآور شد: در مورد مواد افزودنی که برای طعم سیگار استفاده می شود نیز در داخل همه موارد تحت مجوز دستگاههای نظارتی از جمله وزارت بهداشت وسازمان غذا و دارو انجام می باشد، ولی شرکتهای خارجی که محصولاتشان به داخل قاچاق می شود نیازی به این مجوزها ندارند و میزان امونیاکی که ایجاد می کنند و

نیز میزان فلزات سنگین سرطان زای آنها که به سیستم عصبی ضربه می زند، به هیچ وجه با تولیدات داخلی قابل مقایسه نیست. وی ادامه داد: مصرف کنندگان اگر فقط به این نکته توجه کنند که چگونه است که برندهای خارجی با ظاهر و بسته بندی زیبا، به قیمت ارزان در بازار یافت می شوند؟ روشن می شود که محتوای آن قابل اعتماد نیست.

آل اسحاق گفت: متأسفانه به برخی از این محصولات قاچاق موادی افزوده می شود که باعث ایجاد وابستگی در فرد می شود. استفاده از این نوع طعم دهنده ها برای همه شرکتها امکان پذیر است، ولی در داخل کشور قانون اجاره نمی دهد و از حیث اخلاقی و انسانی نیز چنین کاری انجام نمی شود، چرا که هم برای فرد مصرف کننده مضر است و هم ضرر چندبهری برای اطرافیان دارد.

وی درباره فرایند مقابله با قاچاق سیگار در کشور گفت: طبق قانون دستگاه های مسوول در این زمینه مشخص هستند و ستاد مبارزه با قاچاق کالا و ارز این امر را بر عهده دارد و شرکت دخانیات هم تا جایی که امکان دارد، همکاری داشته و دارد و اخیراً هم با اعضای کمیته مبارزه با کالای دخانی قاچاق جلساتی داشته ایم.

متخصص روانشناسی و استاد دانشگاه مازندران با بیان این که مصرف ویپ یا سیگار های الکترونیکی همانند سیگار های سنتی و قلیان عوارض جدی بدنی و اعتیاد آور است، گفت: تا زمانی که رویکرد های پیشگیرانه به درستی در جامع عملیاتی نشود، مصرف ویپ هم مانند الکل و مواد مخدر سنتی و صنعتی جوانان را به شدت تهدید می کند.

دکتر محمود رضا هاشم ورزی در گفت و گو با ایرنا افزود : مصرف دخانیات و دیگر مواد اعتیاد آور نوعی یادگیری غلط است، چون شرایط زندگی برای تخلیه هیجان های جوانان در جامعه فراهم نیست، کوتاه‌ترین و آسان ترین راه به عنوان یادگیری غلط بین جوانان امروز انتخاب می شود.

وی با ذکر این نکته که باور مصرف ویپ بدون عوارض است، راهی برای ترک سیگار و قلیان است، غلط و اصلاً مورد پذیرش نیست، اظهار کرد: معتقدم باید رویکرد پیشگیرانه مضرات مصرف انواع مواد دخانیات را در مراکز آموزشی به ویژه مدارس، دانشگاه ها، برای اولیاء و



خانواده ها در قالب یک برنامه به درستی در جامعه عملیاتی کنیم.

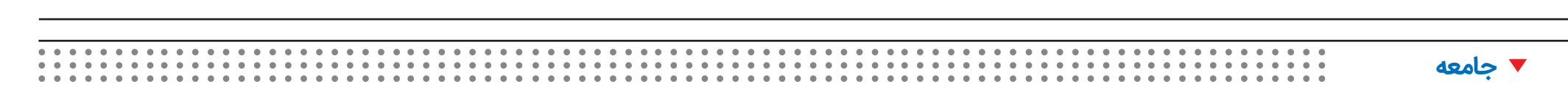
این استاد دانشگاه بیان کرد: باید جواب بدهیم که در مقابل تعداد سنت سراها و قلیان سراهای ایجاد شده، و یا در مقابل گسترش مصرف ویپ، چند مجتمع فرهنگی، ورزشی، تفریحی و رفاهی تاسیس کرده ایم؟ چه اقدامات جایگزین مناسبی صورت گرفته است؟ نیم نگاهی به فضای جامعه بیاگر آن است که در سایر عرصه ها و ابعاد نیز برای رفع معضل بیکاری، کاهش تورم، ازدواج آسان، توانمندسازی خانواده ها، توانمند سازی دانشجویان، دانش آموزان، نوجوانان و جوانان و محیط کار که از عوامل بسیار مهم و تاثیر گذار در شیوع اعتیاد در جامعه است، با وجود تلاش های صورت گرفته سرعت ما به حد قابل قبولی نرسیده است.

هاشم ورزی با بیان این که ایجاد جنبش ملی برای اجرای طرح های پیشگیرانه از اعتیاد انواع مواد مخدر و دخانیات ضروری است، گفت: تا زمانی که مراکز تخلیه هیجان های جوانان به صورت رایگان و به وفور در جامعه ایجاد نشود، با مشکلات و آسیب های ناشی از انواع اعتیاد های جدید مواجه خواهیم شد و امروز مصرف ویپ در بین جوانان و دختران از نشانه های آن است.

این متخصص روان شناسی با بیان این که اکنون طبق بررسی های صورت گرفته ۳۰ درصد پارک های کشور با آلودگی های ناشی از مصرف انواع مواد اعتیاد آور مواجه است، گفت : از سوی دیگر این که ۵۵ درصد خانواده ها پس از پنج سال متوجه اعتیاد فرزندانشان می شوند، فاجعه بار است.

بر اساس آمار شرکت دخانیات ایران سالانه ۸۰ میلیارد نخ سیگار در کشور مصرف می شود که سهم شرکت دخانیات کشور در تولید این محصول کمتر از ۱۰ درصد است.

طبق این آمار شرکت های چند ملیتی نیز حدود ۵۰ درصد سیگارهای مصرف داخل کشور را تامین می کنند. یعنی حدود ۴۰ درصد سیگار های مصرفی در کشور از طریق قاچاق تامین می شود.



راز پرورش کودکانی با اعتماد به نفس بالا

به کودک نشان دهند که مشکلات قابل حل هستند. در مواجهه با چالش‌ها، از کودک بخواهید راه‌های مختلف را امتحان کند. این تجربه، حس توانمندی و اعتماد به نفس او را در برابر مشکلات افزایش می‌دهد.»

او در ادامه می‌گوید که تشویق کودک به امتحان کردن فعالیت‌های جدید نیز نقش مهمی در رشد اعتماد به نفس دارد: «وقتی کودکان فعالیت‌های جدیدی مثل یادگیری یک ورزش یا شرکت به کلاس‌های هنری را تجربه می‌کنند، این تجربه به آن‌ها یاد می‌دهد که از اشتباهات و شکست‌های احتمالی نترسند و رشد کنند.»

به گفته یاقوتی، والدین می‌توانند از داستان‌ها و کتاب‌ها به عنوان ابزار دیگری برای تقویت اعتماد به نفس استفاده کنند: «کودکان می‌توانند از شخصیت‌های داستان‌ها الگو بگیرند و رفتارهای مثبت را در زندگی خود پیاده کنند. گفتگو درباره شخصیت‌ها و اتفاقات داستان نیز به درک بهتر الگوهای مثبت در کودک کمک می‌کند.»

یاقوتی توصیه می‌کند که والدین با تشویق کودکان به تعیین اهداف کوچک و قابل دستیابی، حس موفقیت و شایستگی را در آن‌ها تقویت کنند: «اهداف کوچک به کودکان کمک می‌کند که بتوانند مسیر پیشرفت خود را ببینند و با هر موفقیت، اعتماد بیشتری به توانایی‌های خود پیدا کنند.»

به گفته یاقوتی، مجموع این اقدامات به کودکان کمک می‌کند تا خودشان را بپذیرند، با چالش‌ها روبه‌رو شوند و به توانایی‌هایشان ایمان بیاورند. نقش والدین در این مسیر، فراهم کردن فضای مثبت و امن برای رشد و تجربه‌های جدید است.

اگر والدین کودک را با همکلاسی‌هایش مقایسه کنند، این پیام به کودک منتقل می‌شود که به اندازه کافی خوب نیست و اعتماد به نفس او کاهش می‌یابد.»

به گفته او، واگذاری مسئولیت‌های متناسب با سن کودک نیز عامل تقویت اعتماد به نفس است. او توضیح می‌دهد: «وقتی کودک با موفقیت، وظیفه‌ای متناسب با سنش انجام می‌دهد، احساس مسئولیت‌پذیری و اعتماد به نفس پیدا می‌کند. اما اگر مسئولیت‌ها بیش از توانش باشد، شکست‌های مکرر به حس ناآلونی او دامن می‌زند.»

یاقوتی بر نقش محیط مدرسه و روابط دوستانه تأکید دارد و می‌گوید: «معلمانی که محیطی امن و پذیرنده ایجاد می‌کنند و دوستی‌های مثبت میان کودکان، به آن‌ها احساس ارزشمندی و حمایت می‌دهد. از سوی دیگر، مورد تمسخر قرار گرفتن در مدرسه یا تجربه‌های اجتماعی منفی می‌تواند به‌شدت اعتماد به نفس کودک را تضعیف کند.»

راهکارهای عملی برای تقویت اعتماد به نفس در کودکان

این روانشناس و روان‌درمانگر کودک و نوجوان، به بررسی راه‌های تقویت اعتماد به نفس در کودکان پرداخت. او علاوه بر تأکید بر رعایت نکاتی که در بالا به آنها اشاره شد، به والدین توصیه می‌کند که به فرزندان‌شان اجازه دهند احساسات‌شان را بیان کنند: «شنیدن تجربه‌ها و احساسات روزمره کودک و گفت‌وگو با او در این باره، به او کمک می‌کند که احساساتش را بشناسد و بیان کند. این مهارت، بخش مهمی از اعتماد به نفس کودک را شکل می‌دهد.»

یاقوتی همچنین بر اهمیت آموزش مهارت حل مسئله به کودکان تأکید می‌کند: «والدین باید

تا با اضطراب‌ها و ترس‌های طبیعی زندگی بهتر کنار بیایند و خلاقانه رفتار کنند. این اعتماد به نفس به آن‌ها جرأت امتحان ایده‌های جدید را می‌دهد و از اشتباه کردن نمی‌ترسند.»

یاقوتی اشاره می‌کند که اعتماد به نفس پایه‌ای برای اعتماد به دیگران و ایجاد روابط سالم است. او تأکید می‌کند: «کودکی که به خود اعتماد داشته باشد، می‌تواند به دیگران نیز اعتماد کند و این اعتماد می‌تواند پایه یک رابطه سالم و مثبت در زندگی او باشد.»

عوامل مؤثر بر تقویت یا تضعیف اعتماد به نفس کودکان

یاقوتی درباره عوامل مؤثر بر اعتماد به نفس در کودکان می‌گوید: «حمایت والدین و نوع بازخورد آن‌ها از عملکرد کودک نقش مهمی دارد. اگر کودک پس از تلاش‌هایش با تحسین مواجه شود، احساس شایستگی می‌کند. مثلاً وقتی کودک نقاشی می‌کشد و والدین او را تشویق می‌کنند، به توانایی‌های خود باور پیدا می‌کند. در مقابل، انتقاد مداوم یا برجسته‌سازی اشتباهات کوچک، حس ناکافی بودن و کاهش اعتماد به نفس را در کودک ایجاد می‌کند.»

او ادامه می‌دهد که تجربه‌های موفق و مثبت نیز از عوامل مؤثر هستند: «وقتی کودکان در فعالیت‌های مختلف مانند بازی‌های گروهی یا فعالیت‌های هنری به موفقیت برسند، احساس مثبتی نسبت به خود پیدا می‌کنند و تشویق می‌شوند که به تلاش ادامه دهند. در مقابل، اگر فقط شکست را تجربه کنند، اعتماد به نفس آن‌ها تضعیف می‌شود.»

یاقوتی همچنین به خطرات مقایسه‌های منفی اشاره می‌کند. او می‌گوید: «کودکانی که اعتماد به نفس دارند، نگرش مثبت‌تری به خود و زندگی‌شان دارند و این نگرش مثبت به آن‌ها کمک می‌کند.

خبر

مشکلات تغذیه‌ای شایع در معلولین کدام است؟

محدودیت‌های عملکردی، عملکردی، عوامل خطر کلیدی دریافت انرژی ناکافی، عوامل خطر کلیدی هستند که کودکان و بزرگسالان دچار معلولیت را به سوءتغذیه سوق می‌دهند. پیروی از یک رژیم غذایی سالم و متعادل و دریافت تمام مواد مغذی مورد نیاز بدن برای هر کسی مهم است. رژیم غذایی بر سلامت، تندرستی و سلامت روان تأثیر می‌گذارد. پیروی از یک رژیم غذایی سالم و مغذی برای افرادی که دارای معلولیت هستند از اهمیت بیشتری برخوردار است؛ چرا که می‌تواند به بهبود، مدیریت وضعیت و عملکرد بهتر آنها کمک کند و انرژی لازم روزانه را تأمین کند. در بین این بیماران، کودکان دارای معلولیت بیشتر در معرض خطر سوء تغذیه هستند. شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد محدودیت‌های عملکردی، مشکلات تغذیه و دریافت انرژی ناکافی، عوامل خطر کلیدی هستند که کودکان و بزرگسالان دچار معلولیت را به سوءتغذیه سوق می‌دهند.

در این میان، مشکلات خاصی نیز در زمینه تغذیه این افراد وجود دارد که شامل اضافه‌وزن، مشکلات غذا خوردن، دسترسی به تغذیه و غذای مناسب، مشکلات دندانی

و مشکل تداخل غذا و دارو می‌شود. اضافه وزن، حفظ وزن بدن در محدوده سالم برای سلامتی مهم است اما نیازهای انرژی هر فرد بسته به سطح فعالیتش متفاوت است. حرکت بدنی ممکن است برای برخی از افراد ناتوان محدود باشد اما تمرینات ویژه‌ای برای معلولیت وجود دارد. با این حال، ورزش با ناتوانی‌های جسمی به انرژی بیشتری نیاز دارد زیرا بدن برای حرکت موثر باید جبران کند. این بدان معنا است که تغذیه سالم برای کمک به عملکرد بدن بسیار مهم است. در نهایت، «انرژی ورودی» از غذا در هر روز باید با «انرژی خارج شده» که از طریق ورزش و فعالیت صرف می‌شود، متعادل شود.

برای افراد دارای ناتوانی جسمی، نیازهای انرژی اغلب با توانایی مرتبط است. به طور مثال، افرادی که از ویلچر استفاده می‌کنند نسبت به افرادی که راه می‌روند نیاز به انرژی کمتری دارند. نیازهای انرژی تحت نظر یک متخصص تغذیه برای هر فردی که در معرض خطر اضافه وزن یا کمبود وزن است، توصیه می‌شود. بررسی ها به شما کمک می کند تا مناسبترین غذاها را برای رفع نیازهای خود تعیین کنید.

در اثر اختلال در اعمال عصبی- عضلانی این افراد مثل عدم توانایی در جویدن و بلعیدن یا انسداد در ناحیه خاص یا در اثر عوامل فیزیولوژیک، مشکلاتی در تغذیه این افراد ایجاد می‌شود که برای تحریک ترشح بزاق و بلع آسان، استفاده از غذاهای نرم و شیرین در این افراد توصیه می‌شود. البته در برخی دوره‌ها نیاز به انرژی در

بیماران دچار معلولیت افزایش می‌یابد. به طور مثال، بیماری پارکینسون، بیماری هانتینگتون یا مشکلات دوره ای یا خاص مانند مدیریت زخم های فشاری و بهبود زخم به افزایش انرژی نیاز دارد.

بنابر اعلام دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، دسترسی به تغذیه و غذای مناسب، برای افراد دارای معلولیت ممکن است دشوار باشد و این موضوع را می‌توان به وضعیت مالی، سلامت روان، محدودیت‌های حرکتی، دسترسی به حمل و نقل، انزوای اجتماعی، دسترسی به فناوری برای خرید آنلاین، جغرافیا و دسترسی و ثبات حمایت‌های جغرسمی و رسمی مرتبط کرد، اما محدود به آن نیست.

آموزش تغذیه با دسترسی و توانایی فرد در درک اطلاعات مربوط به تغذیه مرتبط است. آماده‌سازی تغذیه ممکن است برای افرادی که دارای معلولیت هستند، دشوار باشد؛ چرا که ممکن است دانش، مهارت‌ها و حمایت‌های مربوط به تهیه غذا، ذخیره سازی، پخت و پز، برنامه‌ریزی منو و انتخاب غذای مناسب را کاهش دهند. بنابراین برای این افراد به خصوص افراد با معلولیت بیشتر حتماً باید خانواده او را در این بخش حمایت کند یا یک پرستار برای تهیه و پخت غذا به منظور پیشگیری از سوءتغذیه داشته باشند. مشکلات دندانی، فساد دندان در این افراد از مشکلات جدی به شمار می‌آید و بر همین اساس هم مراجعه منظم به دندانپزشک و رعایت نکات بهداشتی دهان و دندان بسیار لازم به نظر می‌رسد که اگر این مشکلات دندانی در زمان مناسب درمان نشود، سبب محدود شدن تکامل کودک می‌شود.

مشکل تداخل غذا و دارو، درمان طولانی مدت دارویی جهت کنترل تشنج یا مشکلات رفتاری و بهبود غفونت در این افراد لازم است و مصرف زیاد دارو روی وضعیت تغذیه آنها تأثیر سوء دارد. هنگامی که صحبت از پیروی از رژیم غذایی مناسب برای یک ناتوانی خاص به میان می‌آید، مشورت با یک متخصص تغذیه حرفه‌ای می‌تواند به جلوگیری از بروز مشکلات تغذیه‌ای یا بهبود مشکلات موجود از جمله کاهش وزن یا افزایش وزن، کمبودهای تغذیه ای یا مشکلات روده کمک کند.

کاهش ۶۰ درصدی

ولادت‌ها در کشور نسبت

به ۴۰ سال گذشته

رئیس کل سازمان نظام پزشکی با هشدار نسبت به کاهش چشمگیر رشد جمعیت در کشور گفت: در سال ۱۴۰۲ میزان ولادت‌ها نسبت به ۴۰ سال گذشته، ۶۰ درصد کاهش داشته است.

به گزارش ایسنا، دکتر محمد رئیس‌زاده، رئیس‌کل سازمان نظام پزشکی، در دومین کنگره کشوری چالش‌های بالینی زایمان با تأکید بر دستاوردهای قابل‌توجه ایران در حوزه سلامت مادران و زایمان، در عین حال از فشارهای اقتصادی و مشکلات ناشی از کمبود حمایت‌ها از جامعه پزشکی انتقاد کرد و از مسئولین خواست تا به مشکلات این بخش توجه بیشتری داشته باشند.

او ضمن تقدیر از تلاش‌های شبانه‌روزی پزشکان و متخصصین زنان و زایمان، تأکید کرد که جان این سرزمین در دستان این گروه از پزشکان است.

او با اشاره به نقش حیاتی متخصصان زنان و زایمان در سلامتی جامعه، گفت: سلامتی افرادی که متولد می‌شوند و مادران در دستان شماست.

او همچنین با اشاره به پیشرفت‌های مهم در کاهش مرگ و میر مادران باردار در کشور، گفت: در حال حاضر، آمار مرگ و میر مادران باردار در کشور ۱۸ در ۱۰۰ هزار است که یک‌سوم پیش‌بینی‌های جهانی را شامل می‌شود. در حال حاضر، ما بین ۲۰ تا ۲۵ مرگ و میر مادران باردار به ازای هر صد هزار تولد داریم که کاهش چشمگیر در مرگ ومیرها افتخاری برای جامعه پزشکی کشور است که توانسته‌ایم این عدد مهم را تا این حد کاهش دهیم و جزء کشورهای برتر در دنیا باشیم.

رئیس‌کل سازمان نظام پزشکی سپس به مشکلات اقتصادی جامعه پزشکی اشاره کرد و گفت: متأسفانه قدر جامعه زنان و زایمان به‌طور شایسته درک نمی‌شود و مسئولین باید در نوع نگاه خود به جامعه پزشکی تجدید نظر کنند. دو پیش‌فرض اشتباه در محاسبات مسئولین ما وجود دارد که باعث ایجاد برداشت‌های اشتباه از وضعیت جامعه پزشکی شده است. یکی اینکه وضعیت پزشکان خوب است و پیش‌فرض دوم اینکه افزایش تعرفه‌ها معادل افزایش دستمزد جامعه پزشکی است. در حالی که تنها ۹ درصد

از تعرفه‌ها مربوط به دستمزد جامعه پزشکی است و مابقی آن مربوط به هتلینگ، تجهیزات پزشکی و سایر اجزا است.

دکتر رئیس‌زاده سپس به آمار دستمزد پزشکان پرداخت و گفت: از سال ۱۳۹۰ تا به امروز، حوالاًحجمه پزشکان از ۳۶ هزار تومان به ۸۱ هزار تومان افزایش یافته است، یعنی کمتر از سه برابر، در حالی که حداقل حقوق کارگری ۲۳ برابر افزایش داشته است. این آمار نشان‌دهنده وضعیت بحرانی است.

رئیس‌کل سازمان نظام پزشکی در خصوص وضعیت آتی جمعیت کشور نیز هشدار داد و گفت: در حال حاضر، وضعیت جمعیت کشور مطلوب نیست. در سال ۱۳۶۲، دو میلیون و ۲۰۰ هزار تولد زنده و ۲۲۰ هزار فوتی داشتیم. میزان مرگ و میر در آن زمان یکدهم موالید بود. اما در سال ۱۴۰۲، تنها یک میلیون و ۵۷ هزار تولد زنده و در مقابل نیز ۴۴۰ هزار مرگ و میر ثبت شده است، که این نشان‌دهنده کاهش شدید موالید است.

بنابر اعلام روابطعمومی برگزارای این کنگره، وی همچنین از وضعیت بحرانی سه استان کشور که در حال حاضر در چاه جمعیتی قرار دارند و نرخ جایگزینی آنها بسیار پایین است،

خبر داد و افزود: اگر این روند ادامه یابد، در سال ۱۴۱۵، رشد جمعیتی کشور به صفر خواهد رسید و میزان مرگ و میر با تولدهای زنده برابر خواهد شد.

رئیس‌زاده در بخش دیگری از سخنان خود به اهمیت سلامت و پیشگیری از مرگ و میرها پرداخت و اظهار کرد: سه عامل اصلی مرگ و میر در کشور عبارتند از بیماری‌های غیرواگیر، سرطان‌ها، بیماری‌های قلبی عروقی، حوادث جاده‌ای و تصادفات. ما باید تلاش کنیم تا حداقل جمعیت زنده را بدون دلیل از دست



رئیس‌کل سازمان نظام پزشکی سپس به مشکلات اقتصادی جامعه پزشکی اشاره کرد و گفت: متأسفانه قدر جامعه زنان و زایمان به‌طور شایسته درک نمی‌شود و مسئولین باید در نوع نگاه خود به جامعه پزشکی تجدید نظر کنند. دو پیش‌فرض اشتباه در محاسبات مسئولین ما وجود دارد که باعث ایجاد برداشت‌های اشتباه از وضعیت جامعه پزشکی شده است. یکی اینکه وضعیت پزشکان خوب است و پیش‌فرض دوم اینکه افزایش دستمزد جامعه پزشکی است. در حالی که تنها ۹ درصد از تعرفه‌ها مربوط به دستمزد جامعه پزشکی است.

رئیس‌کل سازمان نظام پزشکی در خصوص وضعیت آتی جمعیت کشور نیز هشدار داد و گفت: در حال حاضر، وضعیت جمعیت کشور مطلوب نیست. در سال ۱۳۶۲، دو میلیون و ۲۰۰ هزار تولد زنده و ۲۲۰ هزار فوتی داشتیم. میزان مرگ و میر در آن زمان یکدهم موالید بود. اما در سال ۱۴۰۲، تنها یک میلیون و ۵۷ هزار تولد زنده و در مقابل نیز ۴۴۰ هزار مرگ و میر ثبت شده است، که این نشان‌دهنده کاهش شدید موالید است.

قهوه مغز افراد مبتلا به بیماری‌های قلبی را تقویت می‌کند

در واقع، مغز افرادی که به شدت قهوه می‌نوشند، در سنین شناختی تقریباً هفت سال جوان‌تر از افرادی است که قهوه نمی‌نوشند. جان «یورگ بیر»، عضو تیم تحقیق و استاد پزشکی و هماتولوژی در دانشگاه زوریخ در سوئیس، گفت: «داستان های بسیاری در مورد قهوه وجود دارد، اما مطالعه ما هیچ دلایلی برای تشویق یا منع کردن یک بیمار مبتلا به فیبریلاسیون دهلیزی از نوشیدن قهوه پیدا نکرد. در عوض، شاید بتوان گفت «از قهوه لذت ببرید، حتی ممکن است برای شما خوب باشد!».

فیبریلاسیون دهلیزی زمانی اتفاق می‌افتد که حفره‌های فوقانی قلب -دهلیزها- به شکلی لرزان و ناهماهنگ می‌تپند. این شرایط اجازه می‌دهد تا خون در دهلیز جمع شود و به طور بالقوه لخته شود.

تصمیم اشتباهی که حق مادری را می‌گیرد



از سقط جنین شوک ناشی از کاهش حجم خون، عفونت‌های جدی، آسیب به رحم، سوراخ شدن رحم، پارگی دهانه رحم و ناباروری دائمی را می‌توان اشاره کرد. همچنین کسانی که از قرص یا داروی گیاهی استفاده می‌کنند و بعد کورتاژ انجام می‌دهند که کورتاژ به رحم آسیب جدی وارد کرده و قدرت باروری



رسانه‌ای باعث شده است که گرایش به کار در این فیلد کاهش یابد. امروزه بسیاری از متخصصان از پذیرش مسئولیت مشکلات مادران باردار سر باز می‌زنند و این اتفاق نگران‌کننده است.

کاظمی با اشاره به روند افزایشی مهاجرت پزشکان از این رشته گفت: در سال‌های اخیر مهاجرت درون‌رشته‌ای و خروج از فیلد زایمان به مشکلی جدی تبدیل شده است. بسیاری از متخصصان زنان به دلیل مشکلات متعدد، این حوزه را ترک می‌کنند. اگر این روند ادامه یابد، با کمبود نیروی متخصص در این رشته روبه‌رو خواهیم شد.

وی در ادامه با انتقاد از تعرفه‌های خدمات پزشکی در این حوزه اظهار داشت: تعرفه‌ها باید متناسب با مسئولیت‌ها و خدمات ارائه‌شده باشند. به‌عنوان مثال، ویزیت یک زن باردار با حاملگی سه‌قلو نباید معادل یک واحد خدمت معمولی در نظر گرفته شود. این نوع برخورد‌ها فشار مضاعفی را به متخصصان وارد می‌کند.

کاظمی همچنین گفت: سازمان بهداشت جهانی تأکید کرده که هیچ مادری نباید به دلیل ترس از زایمان طبیعی، به سزارین روی بیاورد. ما باید زیرساخت‌های لازم برای گسترش زایمان بدون درد را فراهم کنیم تا مادران تجربه‌ای مثبت از زایمان طبیعی داشته باشند.

کاظمی بر لزوم تحول در آموزش این رشته تأکید کرد و افزود: با وجود پیشرفت تکنولوژی، روش‌های آموزشی همچنان سنتی است. باید تغییراتی در نظام آموزشی ایجاد شود تا متخصصانی توانمند و آماده وارد این حوزه شوند. همچنین، ما به دنبال تشکیل تیم‌های

زایمانی هستیم تا بتوانیم چالش‌های موجود را کاهش دهیم.

وی در پایان از مسئولان خواست تا توجه بیشتری به مشکلات این حوزه داشته باشند و با ارائه راهکارهای عملی، از مهاجرت پزشکان کاهش نیروی انسانی متخصص جلوگیری کنند.

ندیم، در حال حاضر، سالانه نزدیک به ۲۲ هزار تلفات جاده‌ای داریم و باید برنامه‌ریزی شود تا این آمار کاهش یابد.

او همچنین تأکید کرد: باید بیماری‌های غیرواگیر را کنترل کنیم و نباید تنها به افزایش فرزندآوری بسنده کنیم. در این راستا، باید به‌طور جدی از مرگ و میرها جلوگیری کنیم. در پایان، رئیس‌کل سازمان نظام پزشکی اعلام کرد که این سازمان آمادگی کامل دارد و وظیفه خود می‌داند که هر اقدامی را که می‌توان انجام دهد تا وضعیت بهبود یابد و گفت: ما در سازمان نظام پزشکی وظیفه خود می‌دانیم که هر اقدامی که می‌توانیم انجام دهیم تا سلامت این سرزمین حفظ شود.

تعرفه‌های پزشکی متناسب با مسئولیت‌ها و خدمات ارائه‌شده باشند

مراسم افتتاحیه دومین کنگره ملی چالش‌های بالینی زایمان با هدف بررسی مشکلات حوزه زنان و زایمان و راهکارهای کاهش آمار سزارین در کشور برگزار شد. دکتر سودابه کاظمی، رئیس این کنگره، در این مراسم به تشریح چالش‌های این حوزه از جمله تعرفه‌های نامتناسب، فشارهای اعتباربخشی بیمارستانی و مهاجرت پزشکان پرداخت و بر لزوم تحول در آموزش این رشته تأکید کرد.

او با اشاره به اهمیت برگزاری این کنگره، تأکید کرد که آمار سزارین در ایران بالاتر از میانگین جهانی است.

وی گفت: این آمار نگران‌کننده در کنار مسائل جمعیتی، ما را بر آن داشت تا کنگره‌ای علمی برای بررسی این موضوع برگزار کنیم. امیدواریم این کنگره به‌صورت مستمر برگزار شود و بتواند راهکارهای عملی برای رفع چالش‌ها ارائه دهد.

وی با تأکید بر اینکه رشته زنان و زایمان یکی از پرچالش‌ترین حوزه‌های پزشکی است، افزود: این رشته مسئولیت چندین انسان را هم‌زمان بر دوش متخصصان قرار می‌دهد، اما متأسفانه تعرفه‌های نامتناسب، فشارهای ناشی از اعتباربخشی بیمارستانی و حساسیت‌های

افراد سالم مفید است. شایع‌ترین آریتمی قلبی، فیبریلاسین دهلیزی، به طور مستقل خطر زوال عقل را افزایش می‌دهد.»

باربارالگو در ادامه افزود: «بنابراین، سوال این است که آیا قهوه ممکن است خطر افزایش اختلالات شناختی را در افراد مبتلا به فیبریلاسین دهلیزی جبران کند.»

برای این مطالعه، محققان بیش از ۲۴۰۰ نفر را در سوئیس انتخاب کردند که بین سال‌های ۲۰۱۴ تا ۲۰۱۷ مبتلا به فیبریلاسین دهلیزی تشخیص داده شده بودند. شرکت‌کنندگان

چندین آزمایش مغزی را تکمیل کردند و گزارش دادند که در طول ۱۲ ماه گذشته چند فنجان قهوه کافئین‌دار مصرف کرده‌اند.

نتایج نشان داد که هر چه یک فرد قهوه بیشتری بنوشد، در تست‌های شناختی بهتر عمل می‌کند.

به طور خاص، محققان دریافتند که نمرات

مادر خواهد شد اما برای سقط هم از نظر قانونی و هم از نظر فقهی افراد بدانند که باید سه پزشک تأیید کنند. گاهی به دلیل برخی نارسایی‌ها قلب جنین در شکم مادر تشکیل نشده و تپش ندارد و ممکن است پزشکان مجوز سقط صادر کنند.

رئیس دانشکده طب سنتی دانشگاه شهید بهشتی اظهار داشت: توصیه می‌شود که از قبل انجام هر کار حتماً با پزشک طب جنین و مادر مشورت شود. در واقع عوارض خیلی شدید سقط برای افرادی است که جنین سالم را به طور عمدی از بین می‌برند و حق حیات را از او می‌گیرند.

هزینه‌ناباروری

تن‌ساز گفت: سقط جنین هزینه زیادی ندارد

آنها در حدود ۱۱ درصد بیشتر از افرادی بود که کم قهوه می‌نوشیدند یا اصلاً قهوه نمی‌نوشیدند.

همچنین به نظر می‌رسد که قهوه التهاب را در بیماران فیبریلاسین دهلیزی کاهش می‌دهد. نشانگرهای التهابی در افرادی که روزانه پنج فنجان نوشیدنی می‌نوشیدند، بیش از ۲۰ درصد کمتر از افرادی بود که کمتر از یک فنجان در روز می‌نوشیدند.

به گفته محققان، کاملاً مشخص نیست که چرا قهوه ممکن است به سلامت مغز کمک کند. ممکن است به دلیل کافئین یا سایر مواد فعال موجود در قهوه، مانند منیزیم و نیاسین باشد، یا ممکن است به دلیل اثرات ضد التهابی قهوه باشد.

اما حداقل دو الی سه برابر هزینه تولد یک فرزند را باید خانواده برای جبران عوارض بعد از سقط جنین و درمان ناباروری بپردازد. وی بیان کرد: در درمان ناباروری هزینه‌ها خیلی زیادتر از آن چیزی است که در تصور مردم قرار دارد. همچنین گاهی با یک تصمیم اشتباه تا آخر عمر دیگر فرصت بارداری به‌وجود نخواهد آمد.

رئیس دانشکده طب سنتی دانشگاه شهید بهشتی خاطر نشان کرد: به طور کلی گرفتن حق حیات از یک جنینی که ممکن بود نه تنها در زندگی آن خانواده بلکه در جامعه نیز تأثیرگذار بوده و یک انسان موفق می‌توانست باشد، به نظر من هیچ هزینه‌ای نمی‌تواند قطع نفیس یک جنین را جبران کند.

خبر

اخباری:

**این باخت شاید
دستاورهای زیادی هم
برای ما داشته باشد**



سرمربی چادرملوی اردکان پس از شکست برابر گل گهر سیرجان از بازیکنانش انتقاد کرد.

به گزارش ایسنا، سعید اخباری پس از شکست ۲ بر صفر تیمش برابر گل گهر سیرجان در هفته پانزدهم لیگ برتر در نشست خبری، اظهار کرد: به تیم گل گهر تبریک می‌گویم. شایسته بردن بودند. بازیکنانمان خیلی بیشتر از بازیکنان ما دوست داشتند که برنده بازی باشند. در دو سال و نیم که افتخار داشتم سرمربی چادرملوی باشم تیمم هیچ وقت به بدی امروز نبوده. امروز اصلاً تیم خودمان نبودیم. اصلاً خودمان نبودیم. متأسفانه یکسری شرایط دیگر باعث شده در روزی که اصلاً خوب نبودیم بازییم و کاملاً حقمان باخت بود.

وی درباره دآوری این مسابقه، گفت: شرایط باد نیمه اول به نفع ما بود و در نیمه دوم به ضرر ما بود و به تیم حریف کمک کرد. روز گذشته که به ما خوردیم ۴ ساعت و نیم صبح می‌رسند و امروز هم ساعت ۴ صبح به شهر سیرجان رسیدند. در دو گلی که ما خوردیم چیزی که من از دور دیدم و نظر شخصی می‌است و نمی‌خواهم کسی را زیر سوال ببریم خطای هند بازیکن گل گهر و گل دوم هم خطایی که روی فوروارد خودمان اتفاق افتاد. بخشی روی این قضیه نیست و به نظرم مقدار طبیعی بود که آقای حاج‌ملک با توجه به اینکه دیر رسیده بود بخواهد تأثیری روی آن بگذارد.

وی افزود: در هر صورت ما باختیم و کسی را مقصر این داستان نمی‌دانم. تیم خودمان بد بوده گل‌گهری‌ها خیلی بهتر از ما بودند و درباره هیچ چیزی صحبتی نمی‌ماند.

اخباری درباره اینکه بازیکنانش
 بعد از دریافت دو گل انگیزه‌ای
 برای جبران نداشتند، گفت:
 ما یک مجموعه را از لیگ یک
 که ۷۰ درصد شاکله آن را حفظ
 کردیم به لیگ برتر آوردیم. ما
 آنجا که می‌توانستیم در نیم‌فصل
 به آنها انگیزه دادیم تا بتوانند
 خودشان را در آستانه انگیزشی
 مناسب برای رقابت در لیگ برتر
 حفظ کنند. برخی اوقات ظرفیت
 یکسری بازیکنان شاید متفاوت
 باشد. یک نفر اندازه‌اش را بگیرد
 و یک نفر حجم کوچکی دارد و
 با بازی و چند تا پخش مستقیم
 ارضا شود. این باخت شاید
 دستاوردی زیادی هم برای ما
 داشته باشد. روی یکسری که
 حساب کرده بودم به خاطر
 اینکه بخواهم آینده آنها را بسازم
 و خودشان را نشان دهند. فکر
 می‌کنم من این فشار بیش
 از حد را آورده باشم و سعی
 می‌کنم در نیم‌فصل با کمک
 باشگاه مقداری تغییرات داشته
 باشیم و نیاز به چند بازیکن
 باتجربه داریم که بتوانند در این
 شرایط بازی را برگردانند. برای
 این تیم حمایت نقل و انتقالاتی
 را انجام خواهیم داد که تیم را
 بالانس کنیم.



کشتی با چوچه؛ ورزشی که از دید رئیس جمهور پنهان نماند

● **یستن بازوند پهلوانی «کشتی با چوخه»** توسط رئیس جمهور به بازوی سعید عباسی پهلوان وزن منهای ۸۴ کیلوگرم در سفر به خراسان شمالی، اقدامی کم نظیر در تاریخ این رشته است که فعالان این ورزش باور دارند می تواند ابتدای راه توسعه و جهانی شدن کشتی با چوخه باشد.

چوخه در خراسان عنوان کرد: مبارزه و حریف طلبیدن در کنار مرام پهلوانی از مهمترین ویژگی‌های اقوام ساکن در خراسان است و از گذشته‌های دور نیز در قالب کشتی این مبارزه وجود داشته است. حتی کودکان و نوجوانان برای کشتی با چوخه نیز تیم محلی دارند و در خانواده‌ها نیز کشتی با چوخه برگزار می‌شود و مستردگی و علاقه آن در خطه خراسان قابل توجه است.

قائم‌ی دیگر فعال حوزه کشتی با چوخه در توضیح میزان محبوبیت این رشته در خراسان بزرگ گفت: کشتی با چوخه بخشی از زندگی مردم خراسان و با فرهنگ آنان عجین شده است. در بیشتر مراسم‌ها، اعیاد ملی و مذهبی این منطقه، مسابقه کشتی با چوخه برگزار می‌شود و این نشان می‌دهد چوخه‌کاران محبوبیت زیادی در دل مردم دارند. این تنها یک ورزش نیست بلکه یک میراث معنوی است که در قالب رقابت ورزشی نمود پیدا کرده است.

عباسی پهلوان سال ۱۴۰۳ کشتی با چوخه
نیز با آزمون و قائمی نیز هم نظر است.
عباسی می‌گوید: این شستی بخشی از تاریخ
و فرهنگ خراسان بزرگ به شمار می‌رود و
توجه به آن می‌تواند کشتی با چوخه را به
یک رقابت جذاب بین‌المللی تبدیل کند.
مهرمرد پیوند ناگسستنی با این بازی دارند و
هر ساله در چهاردهم فروردین گود چشمه
زیتل‌خان مملو از جمعیتی است که شاید
تنها در رقابت‌های مهم فوتسال بتوان نمونه آن
را مشاهده کرد.

اما چرا توسعه کشتی با چوخه در ایران مهم است و توسعه این رشته چه تاثیری بر روی ورزش و ارزش های حاکم بر جامعه ما دارد؟

آزمون در خصوص تقویت این رشته و تاثیر آن بر کشتی پهلوانی و کشتی آزاد گفت: نامداران زیادی از طریق کشتی با چوخه مانند پهلوانان احمد وفادار، یعقوبعلی شوروزی، قربان محمد بهبادری و سایر نامداران به کشتی ایران و جهان معرفی شدند و فنون ناب این کشتی اصیل قابلترین اجرا در بالاترین سطح کشتی آزاد دنیا را دارد. در گذشته و در زمان برگزاری رقابت های کشتی پهلوانی ایران، بزرگان خراسان با فنون این کشتی حرفیان را از پیش

گذشته کمتر مورد توجه قرار گرفتند و در سایه ورزش‌های قهرمانی ماندند. اهدا بازوبند پهلوانی توسط مسعود پزشکیان رئیس‌جمهور محبوب و مردمی گام بزرگی در راستای توجه به این ورزش است.

وی ادامه داد: رئیس جمهور با اقام ارزشمنده خود گام نخست توجه به این ورزش را برداشت و اکنون وزارت ورزش و نهادهای مرتبط با این ورزش، می‌توانند اقدامات لازم را برای توسعه کشتی با چوخه در ایران و جهان بردارند. اما چرا کشتی با چوخه در خراسان بزرگ اهمیتی برابر با رشته‌هایی مانند فوتبال دارد و استقبال از مسابقات آن مانند شهرآورد تهران پرمشاقان است؟

کشتی با چوخه از ورزش‌های بومی و محلی پرتعداد ایران است تا جایی که چهاردهم فروردین‌ماه هر سال جمع کثیری از مردم خراسان سبزگ برای دیدن هنرنمایی پهلوانان خود به گود چشمه زنبل‌خان شهر اسفراین می‌روانند. عشق و علاقه مردم آن دیار به کشتی با چوخه نشان می‌دهد که این ورزش ریشه‌دار زندگی مردم شمال شرق ایران دارد. منطقه‌ای که مردزمان آن از گذشته‌های دور همواره مدافع ایران بودند.

این کشتی شاید تکرار نبردهای رو در روی
لااور مردان خراسان بزرگ با مهاجمان به
خاک ایران بود جایی که حتی در نبردهای
نن به تن از آن استفاده شده و در شاهنامه
نیز داستان‌های زیادی از قهرمانی ایرانیان با
استفاده از رشته کشتی به یادگار مانده است.
ابراهیم ازمون» پیشگسوت کشتی با چوخه
ایران در گفت و گو با خبرنگار ایرنا اظهار
داشت: کشتی با چوخه از زندگی مردم خطه
خراسان جدا نیست. این ورزش و علاقه مردم
خطه خراسان به آن در دنیا کم نظیر است؛
در کدام ورزش سنتی، بیش از ۷۰ هزار نفر
به صورت خودجوش برای دیدن یک مسابقه
به ورزشگاه می‌روند؟ برای تماشای کشتی با
چوخه که به یک سنت در شمال خراسان
تبدیل شده مردم از دورترین روستاها با
ابتدایی‌ترین وسایل خود را به گود چشمه
زینل خان می‌رسانند تا شاهد رقابت بزرگان
رشته باشند.

آزمون با اشاره به راز محبوبیت کشتی با

کشتی از رشته و ورزش‌های اصیل و بومی ایرانی به شمار می‌رود که در جغرافیایی کشورمان با نام‌های مختلف و فنون متفاوت گسترش یافته است. البته تمام هنر کشتی به بازی‌های بومی منتهی نمی‌شود بلکه این رشته پراختیارترین رشته ایران در ادوار مختلف المپیک است، رشته‌ای که بنا بر ادعای مسوولان کشور، تقویت آن موجب اهتزاز پرچم ایران در آوردگاه‌های بزرگ خواهد شد.

مسعود پزشکیان رئیس جمهور کشورمان در ۶ ماه گذشته توجه خاصی به این رشته المپیکی نشان داد و حتی در زمانی که هنوز کار خود را به صورت رسمی در نهاد ریاست جمهوری آغاز نکرده بود با حضور در اردوی تیم ملی کشتی با ملی پوشان دیدار و برای گوش شکسته‌ها در بازی‌های المپیک آرزوی موفقیت کرد. توجه ویژه رئیس دولت وفای ملی تنها به رشته‌های آزاد یا فرنگی نیست بلکه پزشکیان در مراسم تجلیل از مدال آوران المپیک با بازیند پهلوانی را به بازوی مصطفی پهلانی پهلوان سال ۱۴۰۲ ایران بست.

رئیس جمهور در سفر به استان خراسان شمالی یک اقدام بسیار ارزشمند دیگر انجام داد و آن هم اهدای بازوبند پهلوانی کشتی با چوخه به سعید عباسی پهلوان وزن منهای ۸۴ کیلوگرم بود. اقدامی که با تمجید بزرگان این رشته مواجه شد تا جایی که برخی آن را گامی در جهت جهانی شدن پرتوفدارترین بازی بومی و محلی ایران می‌دانند.

عباسی در خصوص اقدام ارزشمند رئیس دولت چهاردهم گفت: اهدای بازوبند به من توسط رئیس جمهور یک افتخار بزرگ است و این نشان می‌دهد هیچ ورزشی از دید دولت چهاردهم پنهان نیست. امیدوارم این نگاه ویژه رئیس جمهور به کشتی با چوخه شدن موجب گسترش، تقویت و حتی جهانی شدن این رشته شود. زیرا کشتی با چوخه یکی از مهمترین میراث معنوی خراسان بزرگ است. قربانعلی قائمی دیگر چهره شناخته شده کشتی با چوخه است که اقدام رئیس دولت چهاردهم را گامی برای توسعه این ورزش می‌داند و ی که هشت سال ریاست انجمن کشتی با چوخه را عهده‌دار بوده به خبرنگار ایرنا گفت: ورزش‌های بومی محلی در سالیان

نبرد گلا دیاتورها برای قهرمانی در سوپر لیگ کاراته و رسالت خطیر داوران

قهرمان فصل جاری سوپر لیگ کاراته باشگاه‌های کشور در حالی با برگزاری دیدار حساس دانشگاه آزاد و بیمه تعاون مشخص می‌شود که داوران رسالت خطیری در این مبارزه دارند.

هفته پایانی هجدهمین دوره سوپر لیگ کاراته باشگاه‌های کشور (جام سردار شهید قاسم سلیمانی) فردا در سالن والیبال حجاب تهران برگزار می‌شود تا قهرمان این دوره از رقابت‌ها مشخص شود.

جدال رو در روی تیم‌های دانشگاه آزاد اسلامی و بیمه تعاون برای قهرمانی در این دوره از رقابت‌ها از مهم‌ترین مسابقات هفته پایانی

دیگر را فردا به ترتیب با رعد پدافند و آوی
رزم دارند، اما برتری آنها در این دیدارها کاملاً
محتمل است.
در نهایت دیدار روز روی دانشگاه و بیمه تعاون
که از حدود ساعت ۱۳ برگزار می‌شود، تکلیف
قهرمانی را مشخص خواهد کرد. در دور رفت،
دانشگاه به برتری رسید.
در بازی فردا، قلعه‌ا شاهد رقابت نزدیکی
در هر دو بخش کانا (اجری‌فرم) و کومیته
(مبارزه) خواهیم بود، چراکه بهترین‌های
کارانه ایران در ترکیب ۲ تیم دانشگاه و بیمه
هستند و در واقع یک جنگ گلاب‌داتوری،
تکلیف قهرمانی را مشخص خواهد کرد.



روزنامه سیاسی، اجتماعی و فرهنگی شمال ایران

صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی هنری چشمه توسعه آفاق دانش

مدیر مسئول: ناهید شیرزاد

آدرس: ساری - بلوار پاسداران - روبروی بیمارستان بوعلی سینا - کوچه شهید رضایی - پلاک ۶۱

تلفن: ۰۱۱-۳۳۳۴۰۷۹۷

چاپ: تکم

طراح: زهرا اسدی راد

کشف مزرعه استخراج رمز ارز غیرمجاز در آمل

حسینی کارنامی افزود: این عملیات نتیجه همکاری و هماهنگی دقیق بین نهادهای مختلف بوده است که در راستای مقابله با فعالیت‌های غیرقانونی در زمینه استخراج رمز ارز انجام شد.

وی تاکید کرد که استخراج رمز ارزهای غیرمجاز نه تنها آسیب‌های زیادی به شبکه برق وارد می‌کند، بلکه موجب اتلاف منابع انرژی و تهدید امنیت شبکه توزیع برق نیز می‌شود.

مدیر شرکت توزیع برق مازندران از کشف مزرعه استخراج رمز ارز غیرمجاز به تعداد ۶۶ دستگاه در آمل خبر داد. به گزارش جویبار، سید کاظم حسینی کارنامی از کشف یک مزرعه استخراج رمز ارز غیرمجاز در شهرستان آمل خبر داد. وی اعلام کرد که با پیگیری‌های مستمر و تلاش‌های هماهنگ مدیریت امور غرب آمل، تیم‌های بازرسی، حراست و همچنین همکاری نهادهای امنیتی و قضایی شهرستان آمل، تعداد ۶۶ دستگاه استخراج رمز ارز غیرمجاز شناسایی و ضبط شد.

دن کیشوت یکی از زیباترین، عالی‌ترین و بزرگ‌ترین داستان‌های جهان است و به اعتقاد بسیاری بهترین رمان اسپانیایی نیز می‌باشد. خواندن این اثر از سر و انتش، با ترجمه درخشان و حیرت‌انگیز محمد قاضی برای همیشه در ذهن شما ماندگار خواهد شد.

دن کیشوت
دن کیشوت

گزارش تصویری

برداشت گل نرگس از مزارع جویبار

برداشت گل نرگس از سطح ۱۰۰ هکتاری مازندران از نرگس زارهای جویبار که بخشی از نیاز گل‌فروشی‌های کشور را تامین می‌کند، از نیمه دوم آذر ماه شروع شده است. طبق آمار سازمان جهاد کشاورزی مازندران شهرستان جویبار کانون کشت گل نرگس در استان است و بر اساس برآوردهای رسمی ۷۰ درصد سطح زیر کشت این گل در جویبار واقع است، قائمشهر و ساری هم ۲ شهرستان دیگر مازندران هستند که کاشت گل نرگس در آنجا رواج دارد.



خبرگزاری صدا و سیما
کیوان یوسف پوری



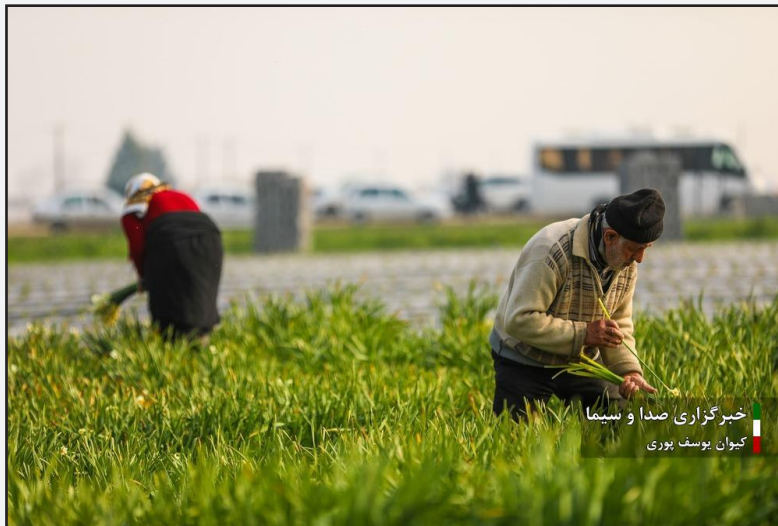
خبرگزاری صدا و سیما
کیوان یوسف پوری



خبرگزاری صدا و سیما
کیوان یوسف پوری



خبرگزاری صدا و سیما
کیوان یوسف پوری



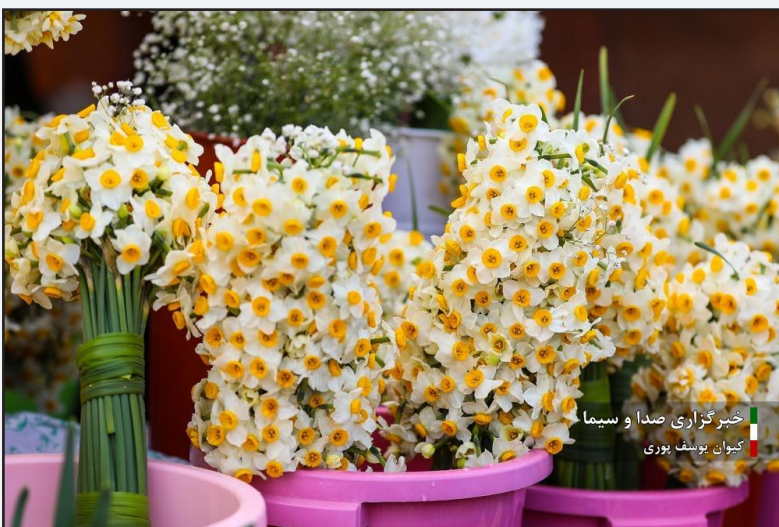
خبرگزاری صدا و سیما
کیوان یوسف پوری



خبرگزاری صدا و سیما
کیوان یوسف پوری



خبرگزاری صدا و سیما
کیوان یوسف پوری



خبرگزاری صدا و سیما
کیوان یوسف پوری



خبرگزاری صدا و سیما
کیوان یوسف پوری