



مازندران تشنه سرمایه گذاری واقعی است



۱۱ پروژه سرمایه گذاری در مازندران وجود خارجی ندارد

گلستان، از محرومیت به شکوفایی؛ جهشی در راه است



فرمانداران متولی نظارت بر طرح

های سالم سازی ساحل هستند

سرپرست معاونت سیاسی امنیتی استانداری مازندران فرمانداران را متولی اصلی نظارت بر طرح های سالم سازی ساحل معرفی کرد.

به گزارش خبرنگار مهر، سید امیر حسینی جو در دومین جلسه ستاد ساماندهی سواحل استان مازندران که با حضور رؤسای کمیته های اجرایی برگزار شد ضمن اشاره به اینکه، همه مدیرانی که در این نشست حضور دارند موظفند جهت ارائه خدمات مناسب به مردم در سواحل اهتمام بورزند، خاطر نشان کرد: ارائه خدمات مطلوب در سواحل اولویت اصلی دستگاه های متولی است و همه نهادهای ذی ربط در امر ساحل می بایست با برنامه های هدفمند در این مسیر گام بردارند.

وی ادامه داد: فرمانداران متولی هماهنگی و نظارت بر امر ساحل است و در حوزه های شهری و روستایی در سواحل ضرورت دارد از ظرفیت بخشداران، شهرداران و دهیاران استفاده شود.

حسینی جو افزود: مسئولیت سازی در سواحل از جمله مهم ترین دستور کارهای مهم فرمانداران است که در این راستا ضروری است شاهد کاهش بوروکراسی اداری جهت صدور مجوز فعالیت در طرح های ساحلی باشیم. وی گفت: بنا داریم بر فرایند اجرای فعالیتهای گوناگون در سواحل نظارت دقیقی داشته باشیم چرا که ایجاد شرایط مطلوب برای مردم در سواحل از اولویتهای اصلی ما در سال ۱۴۰۴ است

سرپرست معاونت سیاسی و امنیتی و اجتماعی در پایان تاکید کرد: دریا و جنگل موهبت الهی است و بزرگ ترین نعمت در استان مازندران است و بر این اساس همه ما ساکنان این استان و مسافران عزیز وظیفه داریم در حفظ این نعمت خدادادی کوشا باشیم. وی گفت: بی توجهی به طبیعت این دیار آسیب رساندن به خودمان و محیط زیست در حال و آینده خواهد بود. مازندران پاک مورد تاکید استاندار و مقامات محلی است، یک شعار نیست، یک وظیفه حیاتی است برای همه و این انتظار را داریم که در حفظ استان از همه ظرفیت ها بهره ببریم

افزایش بهره‌وری از آب رودخانه‌های مازندران با ساخت ۱۰ سد انحرافی



ساخت ۱۰ سد انحرافی به‌روز و مرمت ۳۰۰ سد انحرافی سنتی در مازندران یکی از اقداماتی است که در سال ۱۴۰۳ با هدف بهبود وضعیت تامین آب مورد نیاز ۳۹ هزار هکتار از کشتزارهای مناطق مختلف این خطه توسط شرکت آب منطقه‌ای مازندران انجام شد تا توان استان برای مهار آب‌های سطحی و افزایش بهره‌وری از آب رودخانه‌ها ارتقا یابد. تامین آب کشاورزی در مازندران با توجه به وابستگی اقتصاد این استان به کشاورزی و جایگاه و اهمیت مازندران در تامین مواد غذایی کشور به ویژه برنج، هر سال یکی از مهم‌ترین اولویتهای مدیران استان به شمار می‌آید.

طبق آمارهای رسمی میزان مصرف سالانه آب در مازندران حدود سه میلیارد و ۷۰۰ میلیون مترمکعب است که بیشترین میزان از این حجم آب مصرفی به بخش کشاورزی تعلق دارد و بخش قابل توجهی از آن نیز با برداشت از آب‌های زیرزمینی انجام می‌شود. اما تهدیدهای زیست‌محیطی ناشی از افزایش

برداشت آب از سفره‌های زیرزمینی سبب شده که اجرای طرح‌های مهار آب‌های سطحی و بهره‌گیری مناسب از آب رودخانه‌ها به طور جدی در دستور کار حوزه مدیریت بخش آب مازندران باشد.

بر همین اساس نیز اجرای طرح‌های مرتبط با مهار آب‌های سطحی اعم از بهسازی آبپندان‌ها، ایجاد شبکه‌های آبیاری وز هکشی، ساخت ایستگاه‌های پمپاژ و ساخت سدهای انحرافی به طور مستمر مورد توجه قرار دارد. سدهای انحرافی یکی از سازه‌های مناسب و کم‌هزینه و زودبازده برای بهره‌گیری بهتر از آب رودخانه‌ها هستند که طبق آمارهای شرکت آب منطقه‌ای مازندران در حال حاضر تعدادشان در مازندران به حدود ۲ هزار سازه می‌رسد.

به گفته مدیر دفتر مشارکت‌های مردمی و طرح‌های زودبازده شرکت آب منطقه‌ای مازندران از ۲ هزار سد انحرافی موجود در مازندران ۳۵۰ سد انحرافی مدرن و مابقی سدهای انحرافی سنتی هستند که هر سال

بر اساس اولویت‌ها بهسازی‌شان در دستور کار قرار دارد.

رضا رسولی در گفت‌وگو با خبرنگار ایرنا از پیگیری‌های مستمر شرکت آب منطقه‌ای مازندران برای ساخت سدهای انحرافی مدرن در این استان نیز خبر داد و گفت: در کنار بهسازی مستمر سدهای انحرافی سنتی، ساخت سدهای انحرافی مدرن بر اساس اولویت‌بندی‌هایی که انجام شده در دستور کار قرار دارد.

وی افزود: با برنامه‌ریزی‌های انجام شده و تامین اعتبارات مورد نیاز، پارسال ۱۰ سد انحرافی با اعتبار ۶۰۰ میلیارد ریال برای کمک به تامین آب حدود ۸۰۰ هکتار از کشتزارهای نور، بهشهر، ساری، کیاسر، بابل، قائمشهر، بابلسر، عباس‌آباد، سوادکوه و نوشهر ساخته شد.

این مسوول با بیان این‌که حدود ۲ هزار سد انحرافی در مازندران وجود دارد، اظهار کرد: بخش قابل توجهی از آب مورد نیاز ۳۹ هزار هکتار از کشتزارهای مازندران در ۳۷۲ روستای استان با تنظیم آب رودخانه‌ها توسط سدهای

انحرافی مدرن و سنتی انجام می‌شود.

مدیر مشارکت‌های مردمی و طرح‌های زودبازده شرکت آب منطقه‌ای مازندران به انجام اقدامات مرمتی و بهسازی سردخانه‌های سنتی اشاره کرد و گفت: در سال گذشته علاوه بر بهره‌برداری از ۱۰ سد انحرافی در استان، مرمت بیش از ۳۰۰ سردخانه سنتی نیز انجام شد.

رسولی همچنین درباره هدفگذاری ساخت سدهای انحرافی سال ۱۴۰۴ خاطرنشان کرد: سدهای انحرافی مزرك تنكابن، گیل‌کلا چالوس، اسماعیل دكنی ساری(تامین آب اراضی پهنه‌کلا)، بارفیکلا قائمشهر، مرزنگو آمل، یاقکوه سوادکوه شمالی، اوجاکله چالوس، حبیب‌الله‌رود سوادکوه شمالی، سنگ‌نیشث سوادکوه، تجمیع سردخانه روستاهای چلوات، سیاهدشت و درویش بخش دودانگه ساری، بازسازی سردخانه پاشارود بابل و بازسازی سردخانه امامزاده باقر روستای شلدره ساری ۱۲ طرحی هستند که در مناطق مختلف استان هدفگذاری شده و تلاش می‌کنیم که امسال

به بهره‌برداری برسند.

مازندران ۱۲۰ رشته رودخانه اصلی و فرعی به طول مجموع حدود هفت هزار کیلومتر دارد که بخش مهمی از آب مورد نیاز کشاورزی این استان از این رودخانه‌ها تامین می‌شود و سدهای انحرافی نقشی اساسی در مدیریت تنظیم این روان‌آب‌ها دارند.

چشمه‌کیله، چالوس‌رود، هراز، بابل‌رود، تلار، تجن و نکارود هفت رودخانه مهم مازندران هستند که برای محاسبه آورد رودخانه‌های استان میزان آبدهی این هفت رودخانه مینا قرار می‌گیرد.

مجموع آورد آب رودخانه‌های مهم مازندران در سال آبی گذشته - ابتدای مهر ۱۴۰۲ تا پایان شهریور ۱۴۰۳ حدود ۲ میلیارد و ۳۷۰ میلیون متر مکعب بود که این رقم ۴۱ درصد بیشتر از آورد رودخانه‌های استان در سال آبی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ و ۲۳ درصد کمتر از دوره درازمدت است.

گلستان، از محرومیت به شکوفایی؛ جهشی در راه است

طبیعت سخاوتمند گلستان با دشت‌های سرسبز، کوه‌های استوار و سواحل خزر چشم‌ها را خیره می‌کند؛ دروازه تجارت با آسیای میانه است و ظرفیت‌های کشاورزی، گردشگری و صنعت فراوانی دارد که می‌تواند قلب اقتصاد ایران را به تپش درآورد.

به گزارش گلستان، این گوهر خفته ایران، با وجود موهب بی‌شمار، سال‌هاست در سایه محرومیت و کاستی‌های زیرساختی به سر می‌برد اما حالا، با عزم جزم دولت چهاردهم و فریاد وحدت استاندار گلستان، فصل جدیدی در تاریخ این استان آغاز شده است.

فرش قرمز برای سرمایه‌گذاران پهن شده، موانع تولید یکی پس از دیگری فرو می‌ریزند و رویای تبدیل گلستان به قطب اقتصادی کشور دیگر دور از دسترس نیست.

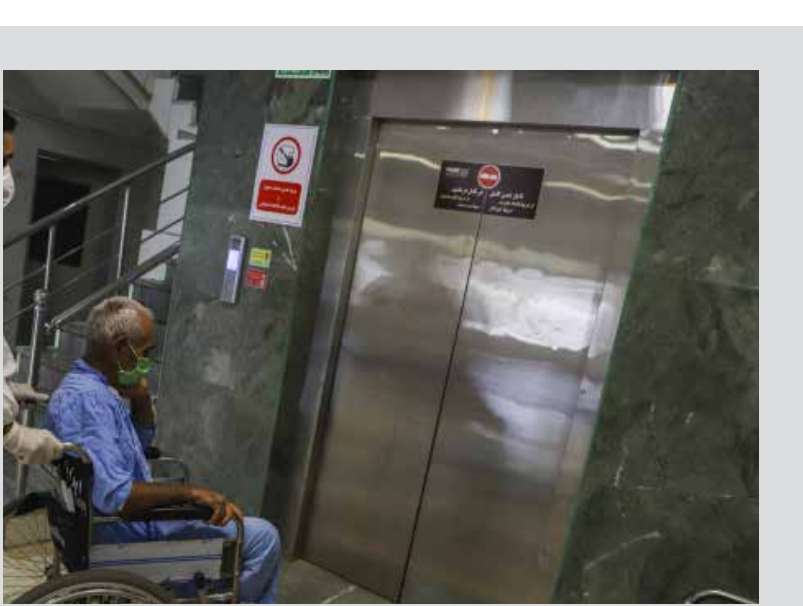
این سرزمین آماده است تا با همدلی مردم، تلاش مدیران و سرمایه‌گذاری‌های هوشمند، نه‌تنها عقبماندگی‌ها را جبران کند، بلکه الگویی برای توسعه پایدار در ایران شود.

فرش قرمز برای سرمایه‌گذاران و جهش

زیرساختی

استاندار گلستان با اشاره به ظرفیت‌های بی‌نظیر این استان در کشاورزی گردشگری صنعت و تجارت از عزم جدی دولت چهاردهم برای رفع موانع تولید و جذب سرمایه‌گذاری خبر داد.

علی‌اصغر طهماسبی روز گذشته (سه‌شنبه) در جمع روحانیون و علمای شیعه و سنی گنبدکاووس



کارگران روزمزد بیمارستان‌های گلستان، از میان عفونت‌ها و ویروس‌ها، با دستانی خالی و دلی پرامید به خدمت مشغولند و با وجود سال‌ها خدمت بی‌ادعا برای سلامت مردم، با سفره‌هایی کوچک‌تر و آینده‌ای مبهم دست و پنجه نرم می‌کنند.

این روایت تلخ، داستان ۴۵۰ نیروی خدماتی است که با وجود مواجهه روزانه با خطرات بیمارستانی، از حداقل‌های حقوق، بیمه و امنیت شغلی محرومند.

در روزهای تاریک همه‌گیری کرونا، این کارگران شجاعانه پا به میدان گذاشتند. برخی از

مشکل کم‌آبی را حل کند.

استاندار گلستان با تأکید بر تلاش دولت برای رفع مشکلات مردم گفت ما به جای بزرگ‌نمایی چالش‌ها با تمام توان برای حل آنها گام برمی‌داریم.

وی بحران کم‌آبی را واقعیتی تلخ در گلستان خواند و افزود سد نرخاب چهل‌چای اگر زودتر تکمیل شده بود، شرق گلستان مشکلات کمتری داشت اما با آبیگری این سد را همراه گامی بزرگ برای رفع تنش آبی برداشته می‌شود. طهماسبی با اشاره به ظرفیت روستاها در ایجاد اشتغال گفت: روستای عطا آباد با ۴۵۰ واحد تولیدی میل بیش از سه هزار و ۵۰۰ شغل ایجاد کرده که از کل شهرک‌های صنعتی استان بیشتر است.

وی همچنین از واگذاری اختیارات بیشتر به استانداران برای صدور مجوزها خبر داد و افزود: فرصت‌های سرمایه‌گذاری مانند شهر بزرگ فرش در شرق استان، پرورش شتر و اسب توسعه گلخانه‌ها و احداث نیروگاه‌های خورشیدی سودآور است و به زودی ساخت مزرعه خورشیدی ۴۳

مگاواتی در زمین ۷۲ هکتاری آغاز می‌شود. معاون هماهنگی امور عمرانی استاندار گلستان هم توسعه زیرساخت‌های آب و برق را کلید پیشرفت دانست.

سیم‌هدی مهبیایی از گرفتن مجوز شیرین‌سازی ۵۵ میلیون مترمکعب آب دریا برای غرب استان و آبیگری سد نرخاب چهل‌چای از همراه اسال

گزارش هفتگی



خبر داد و افزود: با احداث نیروگاه‌های خورشیدی در ۲۸ نقطه و افزایش تولید برق نیروگاه علی‌آباد کتول، ظرفیت برق استان طی سه سال آینده بیش از ۵۰۰ مگاوات افزایش می‌یابد. گلستان، سرزمین فرصت‌ها در مسیر شکوفایی گلستان دیگر قرار نیست نامی در حاشیه باشد؛ این سرزمین با گنجینه‌های طبیعی، فرهنگی و اقتصادی‌اش آماده است تا در صحنه توسعه ایران بدر خشد.

از احداث مزارع خورشیدی که آسمان این دیار را به منبع انرژی پاک تبدیل می‌کنند تا سد نرخاب که تشنگی شرق استان را التیام خواهد داد، هر گام در گلستان نویدبخش آینده‌ای روشن است.

دولت چهاردهم، آخرین امید ۴۵۰ کارگر روز مزد بیمارستان‌های گلستان

اضطراب و نگرانی می‌گذرد و احساس می‌کنم عمرم هدر می‌رود. وی که در اوج کرونا با تمام توان کار کرده، حالا در تردید میان ماندن و رفتن گرفتار است؛ تردیدی که با وعده‌های مکرر تبدیل وضعیت، هر بار عمیق‌تر می‌شود. تلاش برای تغییر؛ وعده‌های جدید در راه است؟

سرپرست معاونت توسعه مدیریت و منابع دانشگاه علوم پزشکی گلستان، از عزم جدی برای حل این مشکل خبر می‌دهد. علی‌جان تیرایی، ادامه فعالیت نیروهای روزمزد را «ظلم» به آنها و سیستم درمانی دانست و گفت: تا ماه‌ها پیش پیگیری‌ها را آغاز کرده‌ایم و با استانداری، شورای تأمین و وزارتخانه در حال رایزنی هستیم.

بدهی ۳۵ هزار میلیارد ریالی دانشگاه و منابع قانونی، کار را دشوار کرده است. با این حال، وی امیدوار است با حمایت دولت چهاردهم، این نیروها به زودی تعیین تکلیف شوند.

جذب نیروهای روزمزد در دوران کرونا، پاسخی

پیچیده و متنوعی هستند و روندی دارند و این روند که به آن توالی می‌گویند باید این مراحل را طی کند؛ گاهی برگشت‌پذیر است کار برگشت‌پذیر نیست .

وی توضیح داد: همین تالاب انزلی در دهه‌هایی بدلیل پسروی آب بخش عمده آن خشک شده بود و بخش‌هایی از حد بستر تالاب تصرف و به اراضی کشاورزی تبدیل شد اما با بازگشت دوباره و تدریجی آب تقریباً از دهه ۶۰ شمسی این زمین‌ها آبشار و خاصیت تالابیش را حفظ کرد.

طایفه افزود: الان بار دیگر این تالاب در شرایطی تحت تأثیر پسروی آب دریا قرار گرفته است؛ آب‌هایی که وارد می‌شوند رسوبات زیادی می‌آورند؛ آلودگی اضافه شده و وظیفه ما آنست که تأثیرات محیطی را کم کنیم.

وی عنوان کرد: در مورد پسروی آب دریا ما خیلی نمی‌توانیم ورود کنیم اما درخصوص رسوب، آلودگی‌ها و مبارزه با گونه‌های مهاجم فعلاً باید تالاب را نگه داریم؛ باید شرایط طبیعی تالاب را حفظ کنیم تا ببینیم در دهه‌های آینده وضعیت آب دریا و وضعیتی که برای تالاب هست چگونه خواهد بود.

خبر

شهردار آینده گرگان باید پاسخگوی مردم باشد نه وامدار افراد

امام جمعه گرگان با انتقاد از عملکرد شهرداری گرگان، خواستار تحول جدی در مدیریت شهری شد و گفت: شهردار جدید باید دغدغه مردم را داشته باشد و به دنبال منافع جناح‌ها یا اشخاص خاص نباشد. آیت‌الله سید کاظم نورمفیدی، در دیدار با فرماندار و سرپرست جدید شهرداری گرگان، با اشاره به اهمیت جایگاه شهرداری در ساختار مدیریت شهری، گفت: احساس می‌کنم مردم مرکز استان از شهرداری گرگان ناراضی هستند و این ناراضیانی باید جدی گرفته شود.

وی با اشاره به گذشته درخشان گرگان، افزود: زمانی که منطقه ما جزو استان مازندران بود، از گرگان به عنوان عروس مازندران یاد می‌شد، اما امروز وضعیت به‌گونه‌ای دیگر است و آن جایگاه افتخارآمیز کم‌رنگ شده است.

نظم، نظافت و زیبایی؛ شاخص‌های شهر

اسلامی

امام جمعه گرگان با تأکید بر معیارهای یک شهر اسلامی، نظم، نظافت و زیبایی را سه مؤلفه اساسی دانست و گفت: نظم و انضباط شهری، لازمه داشتن یک شهر مترقی است و این اصول ریشه در منابع دینی ما دارند. شهر اسلامی باید هم در ظاهر و هم در باطن منظم و پاکیزه باشد. فضای سبز، عامل مهم رضایتندی مردم نماینده ولی‌فقیه در گلستان با بیان اهمیت فضای سبز در زندگی شهری اظهار کرد: وجود فضای سبز شایسته‌ترین پدیده‌ای است که به شهر زیبایی می‌بخشد، حس زیبایی‌شناسی را در انسان بیدار می‌کند و در رضایتندی مردم نسبت به مدیریت شهری بسیار اثرگذار است.

شهردار مستقل، نه وامدار اشخاص

نورمفیدی در بخش دیگری از سخنان خود بر ضرورت انتخاب شهردار اصلح تأکید کرد و گفت: شهردار نباید خود را وامدار فرد، جناح یا مکانی بداند؛ بلکه باید تنها خود را خدمت‌گزار مردم و شهروندان ببیند. استقلال رأی و نگاه مردمی از ویژگی‌های اساسی شهردار آینده گرگان است.

باز کردن گره‌های ۴۰ ساله گلستان با تغییر نگاه مدیریتی ممکن است

معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استاندار گلستان با اشاره به رویکردهای جدید مدیریت استان،گفت: با تغییر نگرش مدیران به مشکلات می‌توان مسیر توسعه گلستان را هموار کرد.گره‌های چند دهه را گشود محمد حمیدی در جلسه شورای اداری شهرداری گنبدکاووس که با حضور علی‌اصغر طهماسبی، استاندار گلستان برگزار شد، با اشاره به راهبردهای جدید تیم مدیریتی استان اظهار کرد: تیم جدید استانداری با درایت و راهبری استاندار، توسعه استان را بر پایه چند شاخص کلیدی دنبال می‌کند که نخستین آن، تغییر نگاه مدیران به مسائل و مشکلات استان است. وی با بیان اینکه بدون تغییر نگاهها، انگیزه‌ها و عملکردها نیز تغییر نخواهد کرد، افزود: سفر اخیر استاندار و جمعی از مدیران ارشد اقتصادی و عمرانی استان به مازندران، با هدف الگوبری از تجربیات موفق و در چارچوب همین نگاه نو انجام شد. او ترماب تا منطقه آزاد گرهمایی که با وفای باز می‌شوند

حمیدی تأکید کرد: برای حل مشکلات ریشه‌دار استان از جمله پروژه‌هایی مانند سد نرخابه منطقه آزاد و آشوراده، به یک عزم مدیریتی همراه با تعامل، همدلی و تغییر نگرش نیاز داریم. تنها در این صورت است که می‌توان گره‌های ۴۰ ساله توسعه‌ای گلستان را باز کرد و راه را برای جذب سرمایه‌گذاری گسترده هموار ساخت.

وی در ادامه به اولویت‌های حوزه سیاسی، امنیتی و اجتماعی استانداری پرداخت و گفت: در این معاونت، حوزه اجتماعی در صدر اولویت‌ها قرار دارد و کاهش آسیب‌های اجتماعی هدف اصلی ما است. بخش قابل توجهی از این آسیب‌ها ریشه در چالش‌های اقتصادی و معیشتی دارد؛ از همین‌رو تقویت سرمایه‌گذاری، تولید و اشتغال می‌تواند به شکل مستقیم از آسیب‌ها بکاهد.

معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی استاندار گلستان همچنین با اشاره به اهمیت نقش احزاب در ارتقای مشارکت سیاسی گفت: احزاب و گروه‌های سیاسی، عصاره افکار عمومی و تنوع سلایق جامعه هستند. ما به دنبال برقراری ارتباط مؤثر، مستمر و همدلانه با احزاب رسمی برای افزایش نشاط سیاسی در استان خواهیم بود.حمیدی در پایان از مدیران دستگاه‌های اجرایی خواست تا در کنار انجام وظایف اجرایی، با نگاهی تحول‌گرا و مردم‌محور، برای توسعه متوازن و پایدار گلستان تلاش کنند.

کودکان یک چهارم کاربران

اینترنت در ایران و هدف پنهان



با گسترش فناوری اطلاعات و ارتباطات، کودکان و نوجوانان به عنوان بخشی از کاربران فضای دیجیتال با فرصت‌ها و در عین حال مخاطرات متعددی مواجه‌اند، این درحالیست که نبود قوانین جامع و همگام با تحولات دیجیتال باعث شده است آسیب‌هایی مانند مواجهه با محتوای مضر، سوءاستفاده جنسی و اقتصادی و تهدید سلامت روانی برای کودکان ایجاد شود.

به گزارش ایسنا، استفاده از فناوری‌ها، اطلاعات و ارتباطات نظیر وسایل قابل اتصال به اینترنت همچون گوشی‌های هوشمند در زندگی روزمره، «تبدیل به امری اجتناب‌ناپذیر» شده است و بسیاری از افراد جامعه به دلایل و شیوه‌های مختلف از آنها استفاده می‌کنند. کودکان و نوجوانان نیز یکی از اقشار جامعه‌اند که از این فناوری‌ها

بهره می‌برند.

به رغم ایجاد برخی از فرصت‌ها، دسترسی به فناوری‌های اطلاعات و ارتباطات و ایجاد کودکی مبتنی بر تلفن، مخاطرات و آسیب‌هایی اجتماعی زیادی را برای کودکان و نوجوانان به همراه داشته است. لذا دسترسی به این فناوری‌ها، همراه با چالش‌های عمده‌ای برای سلامت روانی و اجتماعی آنان به صورت برخط– برون خط (آنلاین و آفلاین) بوده است. زمانی که سلامت روان کودکان به خطر بیفتد، تمام ابعاد زندگی آنان تحت تأثیر قرار می‌گیرد و به آسیب‌های دیگر نظیر عملکرد تحصیلی ضعیف، ترک تحصیل و حتی خودکشی می‌انجامد.

وضعیت موجود در زمینه واقعیت‌های مربوط به زیست دیجیتال کودکان و نوجوانان در کشور، حاکی از آن است که به منظور استفاده مناسب‌تر این اقشار از فرصت‌های محیط دیجیتال و محافظت از آنان در برابر خطرات و آسیب‌های این محیط، نیازمند سیاستگذاری هستیم. در مجموع، قوانین به صورت جامع و منسجم و همگام با تحولات این حوزه، موضوع محافظت از کودکان و نوجوانان در این محیط را در دستور کار قرار نده‌اند.

بر این مبنا مرکز پژوهش‌های مجلس شورای اسلامی به شناسایی آسیب‌های محیط دیجیتال در رابطه با کودکان و نوجوانان و ارائه بسته سیاستی جهت بهبود چارچوب‌های قانونی در این زمینه پرداخته است. چارچوب مخاطرات محتوا–تماس– رفتار قرار داد، همچنین می‌تواند راهی برای تفکر در مورد آسیب‌های واقعی که کودکان ممکن است به صورت برخط تجربه کنند، فراهم کند. با این وجود، زمینه‌های اصلی نگرانی از نظر آسیب عبارت‌اند از وب سایت‌های طرفدار محتوای آسیب‌رسان، نفرت‌انگیز و خودکشی، اذیت و آزار برخط، سوء استفاده جنسی و بهره‌کنشی اقتصادی برخط از کودکان. مقابله با مخاطرات، آسیب‌های اجتماعی و جرائم علیه کودکان در محیط دیجیتال موضوعی چند بعدی بوده و لازم است مسئولیت بخش‌های مختلف و ابعاد این موضوع مورد توجه قرار گیرد. دولت در بخش‌های مختلف، بخش خصوصی (کسب و کارها)، جامعه مدنی و خانواده‌ها در این زمینه دارای مسئولیت هستند و ابعاد این موضوع شامل پیشگیری، درمان، حمایت از قربانیان، توان بخشی، ادغام مجدد و جبران خسارت، جرم‌انگاری و مجازات، تنظیم‌گری بین بخش‌های مختلف، همکاری‌های منطقه‌ای، بین‌المللی و… می‌شود. از این رو، به فراخور مسئولیت و وظیفه بخش‌های مختلف و ابعاد موضوع رهنمودهای سیاستی پیشنهاد می‌شود.

دنیای خبر

روش‌های کاهش مواجهه با ذرات معلق هوا

افزایش غلظت ذرات معلق قابل تنفس در هوا به دنبال پدیده گرد و غبار می‌تواند باعث تشدید معلق باشند، بیشتر اتفاق می‌افتد ذرات ریز معلق در هوا که بر اثر پدیده گرد و غبار ایجاد می‌شوند، و یا به صورت معمول در هوا به خصوص هوای شهرهای بزرگ وجود دارند، می‌توانند از طرق مختلفی وارد بدن شده و اثرات خود را ایجاد کنند بنابراین کنترل ورود این ذرات به بدن می‌تواند تا حدودی اثرات ایجاد شده توسط این ذرات را کاهش دهد.

گرد و غبار موجود در هوا خطرات جدی برای سلامت انسان دارد. اندازه ذرات گرد و غبار یک عامل تعیین کننده اصلی خطر بالقوه برای سلامت انسان است؛ ذرات بزرگتر از ۱۰ میکرومتر قابل تنفس نیستند، بنابراین فقط می‌توانند به اندام‌های خارجی آسیب بزنند که عمدتاً باعث تحریک پوست و چشم، ملتحمه و افزایش حساسیت به عفونت چشمی می‌شود. ذرات قابل استنشاق، کوچکتر از ۱۰ میکرومتر، اغلب در بینی، دهان و دستگاه تنفسی فوقانی گیر می‌افتند، بنابراین می‌تواند با اختلالات تنفسی مانند آسم، نای، ذات‌الریه، رینیت آلرژیک و سیلیکوزیس همراه باشند. با این حال، ذرات ریزتر ممکن است به دستگاه تنفسی تحتانی نفوذ کرده و وارد جریان خون شوند، جایی که می‌توانند بر تمام اندام های داخلی تأثیر بگذارند و مسئول نارسایی های قلبی عروقی باشند.

آلودگی ذرات معلق بسته به غلظت آنها می‌تواند برای تنفس بسیار خطرناک باشد. آلودگی ذرات قابل تنفس ممکن است باعث بیماری، بستری شدن در بیمارستان و مرگ زودرس شود. قرار گرفتن کوتاه مدت در معرض آلودگی ذرات می‌تواند منجر به مرگ شود. حداکثر غلظت ذرات می‌تواند از چند ساعت تا چند روز ادامه داشته باشد. مرگ زودرس ناشی از تنفس این ذرات می‌تواند درست در روزی که سطح ذرات بالا می‌رود یا در عرض یک تا دو ماه پس از آن رخ دهد. آلودگی ذرات همچنین اثرات مضر بسیاری دارد، از کاهش عملکرد ریه تا حملات قلبی.

مواجهه طولانی مدت با ذرات معلق می‌تواند باعث ایجاد آسم در کودکان، تشدید (بدتر شدن) بیماری های مزمن انسداد ریوی (COPD) در بزرگسالان، کند شدن رشد عملکرد ریه در کودکان و نوجوانان، افزایش خطر مرگ ناشی از بیماری های قلبی عروقی، افزایش خطر حملات

قلبی و سکته مغزی، شود.

چه کسانی تحت تاثیر طوفان های گرد و غبار قرار دارند؟

مواجهه با آلودگی هوا و ذرات معلق می‌تواند سلامتی همه افراد را تحت تاثیر قرار دهد به ویژه کسانی که به مدت طولانی در مواجهه با آلاینده های هوا قرار دارند. با این حال، برخی از افراد بیش از دیگران تحت تاثیر اثرات آلودگی هوا قرار می‌گیرند آلاینده های مختلف ممکن است تاثیرات مختلفی را بر این گروه ها داشته باشد.

افراد مبتلا به آسم:

قرار گرفتن در معرض آلودگی هوا ممکن است علائم آسم را در این افراد بدتر کند و یا باعث حملات آسمی گردد این افراد باید از داروهایی تجویزی پزشک خود استفاده نمایند و برنامه مدیریت آسم خود را دنبال کنند. افراد مبتلا به بیماریهای ریوی مزمن مثل برونشیت مزمن و بیماری انسداد مزمن ریه (COPD) قرار گرفتن در معرض آلودگی هوا باعث بدتر شدن علائم این افراد می‌گردد. این افراد باید از داروهای تجویزی پزشک خود سر موقع استفاده نمایند، در صورت تشدید علائم و برطرف نشدن به پزشک مراجعه کنند. افراد مبتلا به بیماریهای قلبی: قرار گرفتن در معرض آلودگی هوا ممکن است علائمی مانند تپش قلب، درد قفسه سینه و کوتاه شدن تنفس را برای آنها بدنبال داشته باشد. در صورت تشدید علائم و ادامه آن به پزشک مراجعه کرده و یا با اورژانس تماس گرفته شود.

کودکان که به دلایل زیر نسبت به بزرگسالان به آلاینده های هوا حساس تر و آسیب پذیر تر هستند؛ ریه آنها هنوز کامل نشده است، سیستم های ایمنی و دفاعی و سوخت و ساز آنها در حال توسعه و شکل گیری است و هنوز کامل نشده است، عفونت های تنفسی در آنها به کرات اتفاق می‌افتد، نسبت به بزرگسالان فعال تر هستند و حجم هوای تنفسی نسبت به وزن بدن بیشتر است به همین دلیل در مواجهه با دوزهای بالاتری از آلودگی نسبت به بزرگسالان قرار دارند. با این حال شواهد نشان داده است که این اثرات برای مواجهات طولانی مدت با آلودگی هوا وجود دارد و برای مدت زمان کوتاه مواجهه مثل چند روز نمی‌باشد و تاکنون هیچ مدرکی دال بر اثرات دائمی آلودگی هوا بر روی ریه کودکان بر اثر مواجهات کوتاه مدت وجود ندارد. برخی از کودکان به ویژه آنها که مبتلا به بیماریهای زمینه ریه مثل آسم و فیبروز کیستیک ریه هستند نسبت به آلودگی هوا بسیار آسیب پذیر تر هستند.

افراداسالمند:

افراد سالمند نیز بیشتر از سایرین در معرض خطرات آلودگی هوا قرار دارند. به دلیل اینکه سیستم ایمنی ضعیف تری دارند و یا ممکن است مبتلا به بیماریهای ناشناخته قلبی عروقی و تنفسی باشند، بدن آنها کمتر قادر به جبران و مقابله با اثرات ناشی از مخاطرات زیست محیطی است.

آلودگی هوا می‌تواند باعث بدتر شدن بیماریهای قلبی و سکته مغزی و قلبی شود و بیماری های ریوی مثل برونشیت های مزمن و آسم را بدتر کند. همچنین افراد چاق، افرادی سیگاری، افراد کم بضاعت، افراد دیابتی، افراد مبتلا به سرطان بویژه سرطان ریه، افرادی که دارای اختلالات تنفسی مانند آسم و اختلال انسداد مزمن ریه (از جمله برونشیت مزمن و آمفیزم) دیگر افراد تحت تاثیر هستند .

علائم هشدار دهنده دشواری تنفس چیست؟

اگر آسم یا بیماری مزمن تنفسی دارید و احساس گرفتگی قفسه سینه، خس خس سینه، سرفه یا تنگی نفس دارید، باید اقدامات یا برنامه درمانی تجویز شده خود را دنبال کنید. اگر علائم بهتر نشد، باید به پزشک مراجعه کنید. همچنین در صورت داشتن هر گونه نگرانی یا مشکلات تنفسی یا سایر علائم بدتر از یک بیماری قلبی قلبی یا سایر بیماری های مزمن، باید به پزشک مراجعه کنید.

ذرات معلق هوا از سه طریق تنفس، جذب پوستی و بلعیدن بدن انسان را تحت تاثیر قرار می‌دهند برای کاهش مواجهه و کاهش اثرات خطرناک ایجاد شده توسط ذرات نیاز است که تا آنجایی که امکان دارد ورود ذرات را از این سه طریق تحت کنترل قرار دهیم، همچنین می‌توان از طریق تغذیه مناسب تا حدودی این اثرات را بر بدن کاهش دهیم.

اولین و اساسی ترین اقدام حفاظتی در هنگام بروز گرد و غبار، کاهش میزان تماس مستقیم با آلاینده های موجود در هواست؛ هوای گرد و غباری می‌تواند سلامت اعضای مختلف بدن ما را تحت تاثیر قرار دهد، از جمله انواع حساسیت ها و قارچ های پوستی، بیماری چشمی و بروز حساسیت و آسم تنفسی؛ همچنین حمله قلبی از عوارض تماس با هوای آلوده است، ساختمان ها می‌توانند تا حدودی از تماس مستقیم با هوای آلوده جلوگیری کنند. در صورت امکان درب ها و پنجره ها را به صورت دو جداره نصب کنید، زیرا هم در مصرف انرژی و هم کاهش آلودگی هوا موثر است، در غیر اینصورت در داخل خانه بمانید، به پنجره ها و دریای بسته در خانه سطح فعالیت خود را کم کنید و از فعالیت هایی که باعث می‌شود سریع تر و عمیق تر نفس بکشید، اجتناب کنید .

در این مواقع می‌توان کارهایی مثل مطالعه و تماشای تلویزیون را انجام داد. اگر نمی‌توانید فیلترهای تصفیه برای کل خانه خود تهیه کنید یک اتاق تمیز برای خواب ایجاد نمایید. یک انتخاب خوب شامل اتاقی با کمترین پنجره به عنوان اتاق خواب در نظر گرفته شود. تجهیزات محافظتی شخصی از جمله ماسک تنفسی در جایی که میزان مواجهه بسیار بالا باشد، به نظر مفید است. اولین توصیه بهداشتی در زمان آلودگی هوا مانندن در فضای بسته است.اگر به سبب کارتان مجبور هستید به مدت زیاد در محیط بیرون

بمانید، از ماسک ها تنفسی مناسب استفاده کنید. طبق پروتکل های جهانی ماسک منتخب جهت مقابله با ریزگردها، در بزرگسالان ماسک های N۹۵ و FFP۲ است. اما برای استفاده از این ماسک باید به نکات زیر توجه کرد-افراد مسن و بیماران با مشکلات قلبی عروقی و تنفسی افراد استفاده کننده از عینک، بهتر است جهت راحتی از نوع Valve دار آنها استفاده نمایند، این ماسک برای بچه ها پوشش مناسبی ندارد و از به طوری که هیچ نفوذی از اطراف نداشته باشد انواع طراحی شده مخصوص کودکان بایستی استفاده کرد، در زنان باردار در سه ماهه دوم و سوم با نظر پزشک از ماسک مناسب استفاده کنید در زمان استفاده از ماسک اگر فرد احساس ناراحتی کرد می‌تواند برای چند لحظه ماسک را برداشته و دوباره استفاده کند، مصرف کننده باید از جهت مناسب بودن و قرار گرفتن کامل ماسک بر روی دهان و بینی و کشاورزی شرایط را برای فعالیت ریه و قلب ما مطمئن شود و آن را از لحاظ مناسب بودن اندازه و پوشش کامل بینی و دهان و تنفس بدون نشت از اطراف چک نماید. با توجه به شرایط اقلیمی و نوع کاربری ماسک برخی تمهیدات مثل کلیپس بالای ماسک برای فیکس شدن و محکم شدن روی صورت و درپچه روی ماسک تنفسی برای راحتی بیشتر مصرف کننده بخصوص در محیط های گرم و مرطوب صورت گرفته است.

مواجهه با هوای گرد و غباری باعث بروز فشار و استرس به ویژه بر دو سیستم حیاتی بدن یعنی دستگاه تنفسی و سیستم قلبی عروقی می‌گردد در این شرایط هر گونه بار و فشار اضافی ناشی از فعالیت های مضاعف جسمی می‌تواند این دو بخش را در معرض آسیب بیشتر قراردهد،بنابراین فعالیت های جسمی فوق العاده مثل پیاده روی، ورزش، کار سنگین و مدوم مثل کارهای ساختمانی و کشاورزی شرایط را برای فعالیت ریه و قلب ما دشوار کرده و احتمال حملات قلبی و تنفسی به طرز قابل توجهی افزایش می‌یابد، این شرایط برای افرادی که زمینه بیماری های قلبی و ریوی دارند، بسیار خطرناکتر است.

استنشاق دود ناشی از دخانیات علاوه بر تمامی مضراتی که به علت دارا بودن مواد مضر و سمی ایجاد می‌کند، یکی از آنی ترین اثرات آن کاهش جذب اکسیژن در ریه ها به علت آکنده شده فضای ریه از دود و به دنبال آن ایجاد استرس فوری به سیستم قلبی و تنفسی است، حال در شرایط گرد و غباری که هوای تنفسی در فضای ناسالم بوده و مقدار زیادی ذرات معلق و آلودگی و وارد ریه افراد می‌کند، استعمال دخانیات به ویژه قلیان به علت حجم دود بسیار زیاد شرایط بسیار دشوارتری را به سیستم قلبی – ریوی افراد دخیانی وارد می‌کند و احتمال بروز حملات قلبی و آلرژی های حاد تنفسی را به شدت بالا می‌برد. همچنین قراردادن اطرافیان در معرض دود دخانیات (به اصطلاح استنشاق دود تحمیلی) عیناً شرایط مشابهی را برای آنها ایجاد می‌کند.

تدوین برنامه حفاظتی برای کوسه‌ماهی‌ها و سپر ماهی‌ها

کوسه ماهی‌های موجود در آب‌های خلیج فارس ۷ نوع هستند که از آن‌ها می‌توان به کوسه ماهی‌های درنده، کوسه سرچکشی، نهنگ کوسه، کوسه‌های شکاری، کوسه کر، کوسه گربه ماهی و کوسه‌های گورخری اشاره کرد، وضعیت این گونه آبی‌زی در آبهای جنوبی ایران مناسب نیست به طوری که اکنون ۴۰ گونه از کوسه ماهیان خلیج فارس و دریای عمان به صورت بحرانی در معرض انقراض قرار گرفته اند، همچنین ۱۳ گونه نیز در فهرست قرمز گونه های درمعرض خطر قرار دارند. بررسی‌های انجام شده در کشور نشان می‌دهد که ذخایر کوسه‌ماهیان در آب‌های خلیج فارس و دریای عمان کاهش قابل‌توجهی داشته است. صید بی‌رویه، استفاده از روش‌های نامناسب صید و از بین رفتن زیستگاه‌های طبیعی از عوامل نابودی کوسه‌ماهیان در خلیج فارس است.



در دهه های اخیر، برخی از مطالعات نشان داده اند که اثرات مضر ناشی از آلاینده های هوا (مثل ذرات معلق) بر سلامتی می‌تواند از طریق دریافت مواد مغذی ضروری (مانند ویتامین های E و B۰ C) و اسیدهای چرب اشباع نشده (مانند امگا۳) کاهش یابد. این میکروנוترینت ها که دارای خواص ضد التهابی و ضد اکسیداتیو هستند می‌توانند باعث کاهش تغییرات ضرابان قلب ناشی از ذرات شوند و با استرس اکسیداتیو ناشی از ذرات مقابله کنند اثر سینرژیستی ترکیب امگا۳ و ویتامین E به عنوان یک روش جهت درمان بیمار های ناشی از آلودگی هوا در مطالعات بررسی شده و مورد مطالعه قرار گرفته است.

کرفس، اسفناج، گوجه فرنگی، لیمو شیرین، نارنگی، پرتقال و برگ سبز کاهو، غنی از ویتامین C هستند. جوانه گندم، روغن های گیاهی، گردو، بادام، زیتون، جگر و سبزیجات دارای برگ سبز که منابع ویتامین E هستند.اگر افراد به سبب شغلشان بیشتر در مواجهه با آلودگی هوا باشند جذب این ویتامین می‌تواند مسمومیت ناشی از آلودگی هوا را خنثی کند. منابع مناسب ویتامین D هم شیر، کره و زرده تخم مرغ هستند که باید در برنامه غذایی روزانه باشند. مصرف روزانه سیب می‌تواند عوارض ناشی از آلودگی هوا را کاهش داده و میوه هایی مانند پرتقال و توت فرنگی نیز سرشار از پکتین بوده و برای کاهش عوارض آلودگی هوا مفید هستند.

مصرف غذاهای چرب در زمان آلودگی هوا می‌تواند باعث تشدید کاهش توان بدنی و ذهنی افراد در طول روز شود. پس از نقلات کم ارزش مثل چپیس، پفک و نوشابه های گازدار که باعث اختلال جذب عناصر مفید در بدن می‌شود و می‌تواند اثرات منفی آلودگی هوا را تشدید کند استفاده نشود. مصرف موادی مانند سوسیس و کالباس هم به دلیل داشتن مواد شیمیایی و نگهدارنده، علاوه بر اینکه به خودی خود مضر و سرطان زاست، برای ساکنان شهرهایی که هوای ناسالم دارد، به هیچ وجه توصیه نمی‌شود. نوشیدن زیاد آب به کلیه ها کمک می‌کند تا املاح اضافی از بدن خارج شود و ذرات آلوده مدت کمتری در بدن باقی بماند.

هوای کدام استان ها آلوده تر است؟

در حال حاضر شاخص کیفیت هوا در ایستگاه های استان های خوزستان، ایلام، لرستان، بوشهر، کرمانشاه و مهدان بالای ۵۰۰ است. در شهر اهواز در ۲۴ ساعت گذشته، میانگین غلظت ذرات معلق کوچکتر از ۱۰ میکرون (PM۱۰) که شاخص وقوع طوفان های گرد و غباری است، بیش از ۳ هزار میکروگرم بر متر مکعب، یعنی ۲۰ برابر استاندارد ملی کشور بوده است. حداکثر غلظت این آلاینده در اهواز و بوشهر ثبت شده است که در ساعاتی غلظت ۸ هزار میکروگرم در متر مکعب هم در ایستگاه‌های سنجش ثبت شده است.

اکثر اوقات، آن‌ها را می‌توان در حال استراحت روی بسترهای شنی یا گلی یافت.

بیشتر آن‌ها از ماهی‌های کوچکتر، بی‌مهرگان و موجودات کفزی تغذیه می‌کنند، آن‌ها غذا را از بستر دریا جستجو می‌کنند و با استفاده از دهان‌هایی که در زیر بدن قرار دارد، غذا را به دهان خود می‌رسانند.

برخی از گونه‌های سپر ماهیان به دلیل شکار بیش از حد، آلودگی‌های دریایی و از بین رفتن زیستگاه‌های طبیعی، در معرض خطر قرار دارند، تلاش‌های حفاظتی شامل محدودیت‌های شکار و حفاظت از زیستگاه‌ها در حال اجراست تا از کاهش جمعیت‌های آن‌ها جلوگیری شود.

کوسه

کوسه یا کوسه‌ماهی‌ها، گروه بزرگی از ماهی‌های غضروفی است که براساس جدیدترین فهرست قرمز منتشر شده از سوی اتحادیه بین‌المللی حفاظت از طبیعت، نیمی از این ماهیان به عنوان گونه‌های در معرض خطر طبقه‌بندی شده‌اند.

مدیرکل دفتر حفاظت از زیست‌بوم‌های دریایی و سواحل سازمان حفاظت محیط‌زیست گفت: در راستای اجرای این برنامه، تاکنون ۴۸ کارگاه آموزشی و مشارکتی در استان‌های ساحلی کشور برگزار شد، کارگاه اخیر نیز با حضور نمایندگان دستگاه‌های اجرایی از جمله سازمان شیلات ایران، وزارت صنعت، معدن و تجارت،

گمرک، سازمان تعزیرات و سازمان برنامه و بودجه کشور، باهدف هماهنگی و تقویت همکاری‌های نهادی برگزار شد.

سپر ماهی یا سفره ماهی

سپر ماهیان یا سفرمه‌ماهیان یک راسته از ماهی‌های غضروفی هستند که شامل انواع سفره‌ماهی‌ها، اسکیت‌ها و برخی دیگر از ماهی‌های مشابه می‌شوند. این ماهی‌ها به دلیل بدن عریض و صافشان که شبیه به یک سفره یا بالشتک است، به این نام خوانده می‌شوند. سفره‌ماهی‌ها بیشتر وقت خود را روی بستر دریا یا اقیانوس در عمق‌های مختلف از سطح آب تا کف اقیانوس‌ها می‌گذرانند و برای

بهربرداری بی‌رویه و صید غیرقانونی، به ویژه با توجه به بلوغ دیرهنگام و نرخ پایین زادآوری این گونه‌ها، تهدیدی جدی برای بقای آن‌ها به شمار می‌رود.

وی افزود: بیش از یک‌سوم از گونه‌های ماهیان غضروفی در فهرست سرخ اتحادیه جهانی حفاظت از طبیعت (IUCN) قرار دارند و در این میان، سفره‌ماهی‌ها از وضعیت حفاظتی نگران‌کننده‌تری برخوردارند.

فدکار ادامه داد: برنامه اقدام ملی حفاظت از کوسه‌ماهی‌ها و سپر ماهی‌ها که از سال گذشته توسط دفتر حفاظت از زیست‌بوم‌های دریایی و سواحل در حال تدوین است، مبتنی بر اسناد بالادستی از جمله بند (ط) ماده ۳۸ قانون برنامه ششم توسعه و تعهدات بین‌المللی جمهوری اسلامی ایران تنظیم شده است، این برنامه با رویکردی مشارکتی، درصدد شناسایی تهدیدات، کاهش تعارضات، ارتقای فرهنگ حفاظت و تعیین اقدامات اولویت‌دار برای یک دوره پنج‌ساله است.

خود ارایه می‌دهد.

همه دنبال کریستین دیور هستند، کسی روسری

او با تاکید بر ضرورت حفظ و نگهداری

لیاس‌های محلی هر استان می‌گوید: برای یکی از اجراها، دنبال روسری‌های منطقه گیلان و مازندران بودم و می‌خواستم به شکل اصلی باشد یعنی قلاب‌دوزی ولی هر کجا که می‌رفتم و پرس و جو می‌کردم، می‌گفتند الان دیگر همه دنبال برند هستند و مارک کریستین دیور و … دیگر کسی قلاب‌بافی سرش نمی‌کند. لباس‌ها را داشتم ولی دنبال روسری‌های اصیل بودم و در نهایت، پارچه‌ای انتخاب کردم که با کمک ریشه‌های رنگی، آن را دوختیم، ولی باز هم راه نکردم چون در این امور خیلی سختم تا اینکه در رشت خانی را دیدم که دکهای داشت و در آن مجسمه‌هایی با لباس‌های محلی گیلان و مازندران گذاشته بود. کلسی ذوق کردم چون روسری‌های قلاب‌بافی را یافته‌م. همان جا سفارش دادم که ۲۰ روسری و چندین پیرهن و جلیقه برایم بوزند و بچه‌ها با همین لباس‌ها روی صحنه رفتند.

دو زن تنها در جاده‌ای پر از برف؛ این هم از دیوانگی‌های من است
او در توضیح تجربه دیگر خود چنین می‌گوید: تا به حال ۴ نوع رقص کردی با بچه‌ها کار کرده‌ام. برای آماده‌سازی یکی از اجراها به ستنج رفتم. دنبال روسری‌هایی بودم که بسیار زیبا بودند. در مریوان آنها را پیدا کردم ولی گفتند نمونه‌های زیباترش را در اورامان می‌توانم پیدا کنم. از ستنج تا اورامان دو ساعت راه بود. فصل سرما رفته بودیم و همه جا پوشیده از برف بود ولی گفتم می‌روم. این هم یکی از دیوانگی‌های من است. نزدیکی اورمان، دو زن تنها در جاده‌ای بودیم پر از برف و تعداد زیادی وانت هم ایستاده بود. واقعا وحشت کردم و فکر کردم دختر مردم را با خود آورده‌ام ، اما دوست داشتم اورامان را ببینیم. بعد از مدتی به دستیارم گفتم بایستیم. همین که ایستادیم، کم‌کم آقایانی که در دو طرف جاده بودند به سمتمان آمدند. اول کمی نگران شدم اما آنها با مهربانی از ما پرسیدند چیزی لازم داریم، که گفتمیم ما داریم می‌رویم اورامان. گفتند در این جاده این موقع سال کسی اورامان نمی‌رود و مخصوص ما خانم. ما اما رفتمیم و با کمال شگفتی دیدم روسری‌های اورامان، عین همان‌هایی است که در مریوان دیده بودیم؛ البته خوشحال شدیم که اورامان را هم دیدیم.

دلم گرفت که گفتند صنایع دستی خواهان ندارم!
کابلی در ادامه، تجربه سفر خود را به کرمان روایت می‌کند: برای طراحی لباس‌های کرمان، خانی را از طریق اینستاگرام پیدا کردم و رفتم لباس‌هایشان را دیدم، با عشق و علاقه مرا پذیرایی کردند. به یک مرکز صنایع دستی رفتم که هیچ کس در آن نبود و بسیار انبوه‌گین شدم چون عاشق صنایع دستی هستم. خیلی مال اینجا لباس‌ها را روی زمین می‌اندازم و نواها را روی آنها می‌چینم، لباس‌شان شامل بلوز و جلیقه و دامن و شلوار است. اما قیمت نواهای پولکی خیلی سرسام‌آور بود و من بیش از ۱۰۰ متر لازم داشتم. به همین دلیل پارچه پولکی خریدم و بریدم که شد مثل نوار. عجیب بود که در آن منطقه نوار دامن‌ها عمودی بود به جای افقی. روی جلیقه‌ها سنگ‌های رنگی برق دوختم.

او به یادآوری تجربه‌ای که در منطقه جیرفت داشته، ادامه می‌دهد: مثلاً در جیرفت می‌خواستم پارچه بخرم که دیدم خانم‌هایی روی زمین مقوا انداخته‌اند و پارچه می‌فروشدند. یکی از آنان گردنبندی داشت به این شکل که روی پارچه‌ای مشکی چیزهایی مثل ربع سکه دوخته شده و بسیار زیبا بود. متوجه شدم اسم این گردنبندها مودی است. پرسیدم از کجا می‌توانم بخرم که آن خانم گفت: شما دنبال مارک‌های خارجی نیستید؟

فریاد زدم: «نه! من این را دوست دارم.»

اجرای فرزانه کابلی و گروهش فقط به حرکات موزون محلی هر استان محدود نمی‌شود. او در خلال هر اجرا مطالبی را درباره آداب و رسوم، فرهنگ و حتی غذاهای آن منطقه به مخاطبان

فهنگی



سختی‌ها زیاد است، اما فقط در ایران می‌توانم نفس بکشم

داشته، ادامه می‌دهد: مثلاً در جیرفت می‌خواستم پارچه بخرم که دیدم خانم‌هایی روی زمین مقوا انداخته‌اند و پارچه می‌فروشدند. یکی از آنان گردنبندی داشت به این شکل که روی پارچه‌ای مشکی چیزهایی مثل ربع سکه دوخته شده و بسیار زیبا بود. متوجه شدم اسم این گردنبندها مودی است. پرسیدم از کجا می‌توانم بخرم که آن خانم گفت: شما دنبال مارک‌های خارجی نیستید؟ فریاد زدم: «نه! من این را دوست دارم.» آن زمان با آقای انتظامی سر فیلمی به کارگردانی آقای مهرجویی بودیم. برای خودم از این گردنبندها خریدم و آقای انتظامی را هم متقاعد کردم که برای همسرشان از این گردنبندها سوغات ببرند. دیدم چقدر این برق‌ها زیبا هستند!

کابلی درباره اجرای رقص‌های بندرعباس و تجربه حضور خودش در این استان نیز می‌گوید: یادشان بخیر با مادرم رفتمیم برای تهیه برقع و لباس‌های بندر گناوه. لباس‌های بوشهر و بندرعباس بسیار زیبا بودند ولی به نظرم همه آنها را دیده بودند ولی چون قصد داشتم که روی رقص‌های بندر گناوه کار کنم، دنبال لباس همان منطقه بودم که هیچ شباهتی به لباس‌های بندرعباس و بوشهر نداشت. آنجا هم مانند جیرفت خانم‌ها روی زمین پارچه می‌فروختند. پارچه‌های مورد نظرم را انتخاب کردم و می‌خواستم برق‌هایی بکسان برای گروه‌م تهیه کنم. نشانی میناب را دادم که ۲ ساعتی فاصله داشت و با همراهی مادرم رفتمیم و دیدم چقدر این برق‌ها زیبا هستند! همه را با سختی پولک‌دوزی کردم. البته پارچه شال‌های بچه‌ها را از میدان شوش پیدا کردم و خودم هر دو طرف پارچه را پولک دوختم که از هر دو طرف برق را داشته باشد.

عاشق آداب و سنن محلی هستم
او در پاسخ به اینکه به کمک رقص‌های محلی چقدر می‌توانیم در حفظ فرهنگ هر منطقه بکوشیم؟ می‌گوید: در فاصله بین اجراها که بچه‌های لباس عوض می‌کنند، درباره آداب و رسوم، صنایع دستی و خوراک‌های هر منطقه توضیحاتی می‌دهم. مثلاً همین سنگسر که صحبتش را کردیم، سوزن‌دوزی‌هایی روی لباس‌هایشان هست که جزو صنایع دستی آن منطقه به شمار می‌آید. پارچه‌های آن منطقه هم بسیار ارزشمند بود در حدی که مادر شهور، یکی از همین شال‌ها را به عروس هدیه می‌دهد. وقتی همه اینجا را روی صحنه برای خانم‌ها توضیح می‌دادم، صحبت‌هایم برای چند تن از خانم‌های سنگسری که در سالن حضور داشتند، خیلی خوشحال‌کننده بود. اغلب این اطلاعات برای تماشاگران خیلی تازه و جذاب بود زیرا بسیاری از آنان چیزی از این‌ها نمی‌دانستند.

کابلی درباره فرایند تهیه لباس‌ها نیز می‌گوید: واقعا انرژی می‌گذارم. مدام از این استان به استانی دیگر می‌روم و پارچه و موسیقی و نوار و پولک را دیگر ابزار کار را تهیه می‌کنم. لباس بچه‌ها را کف سالن می‌اندازم و شروع به خیاطی می‌کنم. برای اجراها، شب که می‌شد بعد از کلاس‌ها، برای روسری بچه‌ها پولک و منگوله می‌دوختیم. آقای مرزبان می‌گفت شب است! کور می‌شوی! آخرش! که می‌گفتم هیچ اتفاقی براریم نمی‌افتد. من اینجا را با عشق می‌دوزم. روسری‌هایی که برای رقص روحوضی دوخته‌ام تماما دورش پولک دارد. همه اینجا را با دست می‌دوزم. زیاد خیاطی نمی‌دانم اما چون زیبایی لباس‌ها را روی زمین می‌اندازم و نواها را روی آنها می‌چینم، لباس‌شان شامل بلوز و جلیقه و دامن به شلوار است. اما قیمت نواهای پولکی خیلی سرسام‌آور بود و من بیش از ۱۰۰ متر لازم داشتم. به همین دلیل پارچه پولکی خریدم و بریدم که شد مثل نوار. عجیب بود که در آن منطقه نوار دامن‌ها عمودی بود به جای افقی. روی جلیقه‌ها سنگ‌های رنگی برق دوختم.

او به یادآوری تجربه‌ای که در منطقه جیرفت داشته، ادامه می‌دهد: مثلاً در جیرفت می‌خواستم پارچه بخرم که دیدم خانم‌هایی روی زمین مقوا انداخته‌اند و پارچه می‌فروشدند. یکی از آنان گردنبندی داشت به این شکل که روی پارچه‌ای مشکی چیزهایی مثل ربع سکه دوخته شده و بسیار زیبا بود. متوجه شدم اسم این گردنبندها مودی است. پرسیدم از کجا می‌توانم بخرم که آن خانم گفت: شما دنبال مارک‌های خارجی نیستید؟

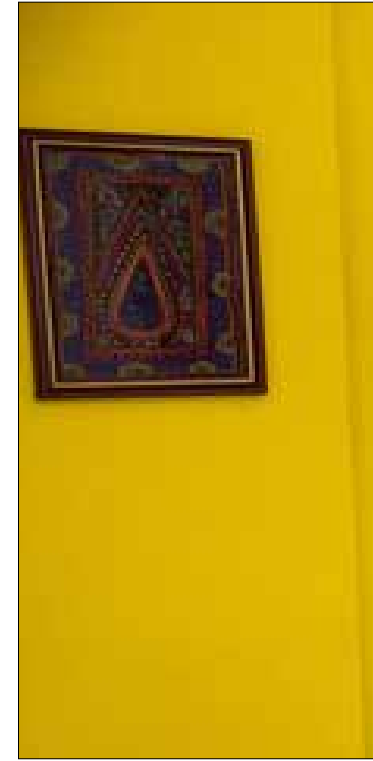
می‌دهد: این حرکت جمعی، اتحاد و یکی بودن را نشان می‌دهد، فارغ از جنسیت. همه این حرکت‌ها معنی دارد و این گونه نیست که تصادفی به ما رسیده باشد و امیدوارم از ما هم به نسل‌های بعدی منتقل شود که البته کمی بعید می‌دانم و این ناراحتم می‌کند.

دیوانه این مملکت هستم
کار هنری دشوار است و گردآوری و حفظ حرکات موزون مناطق گوناگون، دشواری‌های خاص خود را دارد ولی کابلی با وجود همه سختی‌ها، هرگز تمایلی به مهاجرت نداشته است. او خود در این باره می‌گوید: مدام از من می‌پرسند چرا نمی‌روی و اینجا مانه‌ای، برای این مانده‌ام که اینجا را به تماشاگرم نشان بدهم که کشور ما از نظر فولکلور، حرکات موزون و موسیقی چقدر غنی است! در کشور خود مانده‌ام تا این هنر را به شکل درستش زنده نگه دارم. الان مخاطبان ما فقط خانم‌ها هستند و از این بابت بسیار خوشحالم و هیچ دوست ندارم از این برق‌های بکسان برای گروه‌م تهیه کنم. نشانی اگر برایتان از این سختی‌ها بگویم، فکر می‌کنید حتما دیوانه‌ام که اینجا مانده‌ام و دیوانه هم هستم؛ دیوانه این مملکت و کارم و بچه‌هایی که با بعضی از آنان از ۳ سالگی کار کرده‌ام و الان ۳۵، ۴۰ ساله شده‌اند و حتی هرچوبی دارم که ۳۰ سال است با هم کار می‌کنیم و نزدیک ۵۰ سال سن دارد. کانادا، ایتالیا، لندن، پاریس و … اصرار می‌کردند اینجا بمان

کابلی با اشاره به این که پیشنهادهای گوناگونی برای ماندن در کشورهای دیگر داشته، اضافه می‌کند: برای سخنرانی، اجرای برنامه و آموزش در چند کشور دعوت شده‌ام. کشورهایی مانند کانادا، ایتالیا، لندن، پاریس و … اصرار می‌کردند اینجا بمان و اینجا را به ما یاد بده که گفتم در ایران هنرجویان زیادی دارم که از کودکی با آنان کار کرده‌ام و هرگز حاضر نیستم آنها را رها کنم. زیبایی‌های ایران را به زندگی در کانادا و آمریکا نمی‌دهم

از کابلی می‌پرسیم به جز هنرجویان‌تان چه چیزی دیگری شما را اینجا نگه می‌دات، که با حرارت می‌گوید: اینجا سرزمین و کشور من است و من روی آن بسیار حساسم. خیلی خیلی ایرانی‌ام. شاید باور نکنید همین گلیه‌هایی که روی این کانه‌ای‌هاست، همه کار دست است . دوست دارم بچه‌ها اینجا را بشناسند. حتی آینه داخل کلاس را قاب نکرده‌ام و تمام دور آن گلیه‌های دستبافت است که بسیار زیباست. همه آنچه در اطرافم هست، زیبایی‌هایی است که متعلق به ماست و من اینجا را به زندگی در کانادا یا آمریکا یا دیگر کشورها نمی‌دهم که مثلاً در آنجا آموزش بدهم. دانشگاه یورک و همین‌طور اروپا برای آموزش از من دعوت کردند. شاید هر کسی بود، وسوسه می‌شد. از آن طرفه هنرجویانم در ایران نگران بودند که بمانم ولی به آنان گفتم شما مرا این گونه دیده‌اید که بمانم؟ با همه سختی‌هایی که اینجا کشیده‌ام که خیلی هم سختی کشیده‌ام، دو بار تجربه بازداشت دارم اما هیچوقت دلم نخواست به آنجا بمانم چون من اینجا نفس می‌کشم و عاشق ایرانم. ریشه در این خاک دارم و به اینجا تعلق دارم.

بحث که به اینجا می‌رسد، هادی مرزبان، کارگردان پیشکسوت تئاتر و همسر فرزانه کابلی هم به ما ملحق می‌شود و خاطره‌ای برایمان روایت می‌کند: زمانی تصمیم گرفتیم که از ایران برویم. حدود ۲ نیمه شب پرواز داشتیم، همین‌طور که در راه فرودگاه بودیم، به جایی رسیدیم که نمی‌دانم کشتارگاه بود یا چیز دیگری، بوی خیلی بدی می‌آمد. در تمام مسیر، سکوت کرده بودیم و با هم حرف نمی‌زدیم. به اینجا که رسیدیم، ناگهان فرزانه زد زیر گریه و گفت آخر من این بوی نامطبوع وطن را هم دوست دارم. کجا دارم می‌روم، رفتمیم و دو سه ماهی هم ماندیم ولی با



خبر

زاوین؛ مهد ابریشم‌بافی ایران



شهر زاوین، واقع در شهرستان کلات، به عنوان یکی از مراکز مهم ابریشم‌بافی در ایران شناخته می‌شود. این شهر که در سال ۱۴۰۲ به عنوان «شهر ملی ابریشم‌بافی» به ثبت رسیده است، دارای تاریخچه‌ای غنی و فرهنگی متنوع است که ابریشم‌بافی یکی از جلوه‌های بارز آن به شمار می‌رود. در واقع هنر ابریشم‌بافی در زاوین به عنوان یک میراث فرهنگی، نه تنها نمادی از هنر و خلاقیت مردم این منطقه بلکه نشان دهنده تاریخ و فرهنگ غنی اقوام ساکن در این منطقه نیز است.

بر اساس آنچه گفته شده ابریشم‌بافی در زاوین به قرون گذشته برمی‌گردد و در طول سال‌ها به یک صنعت مهم تبدیل شده است. این هنر نه تنها به عنوان یک منبع درآمد برای خانواده‌ها عمل کرده، بلکه نقش مهمی در فرهنگ و آداب و رسوم محلی ایفا کرده است. یک کارشناس صنایع‌دستی در گفت‌وگو با ایسنا بیان اینکه زاوین به دلیل شرایط اقلیمی و جغرافیایی مناسب، مکان مناسبی برای پرورش کرم ابریشم و تولید ابریشم طبیعی بوده است. گفت: این صنعت به مرور زمان به عنوان یکی از ارکان اقتصادی و فرهنگی منطقه شناخته شد و خانواده‌های زیادی در این حرفه مشغول به کار شدند.

مرحان خودستان با اشاره به اینکه ابریشم‌بافی در زاوین به عنوان یک هنر و صنعت شناخته می‌شود که به حفظ فرهنگ و هویت محلی کمک می‌کند، افزود: از دیرباز، ابریشم‌بافی به عنوان یک مهارت ضروری در زندگی روزمره مردم زاوین شناخته می‌شد و در مراسم مختلف به کار می‌رفت. شهرستان کلات و به ویژه زاوین محل زندگی اقوام مختلفی است که هر یک با آداب و رسوم خاص خود شناخته می‌شوند. این تنوع قومی و فرهنگی یکی از ویژگی‌های بارز این منطقه است. هر قوم لباس‌ها و پوشش خاص خود را دارد که در مراسم محلی و جشن‌ها به نمایش گذاشته می‌شود.

این کارشناس صنایع‌دستی با بیان اینکه پوشش محلی به عنوان یک جایزه گردشگری در کلات شناخته می‌شود و به معرفی فرهنگ غنی این منطقه کمک می‌کند، گفت: در زاوین، اقوام مختلف از جمله ترکمن‌ها، کردها و دیگر گروه‌های قومی زندگی می‌کنند که هر یک با زبان، آداب و رسوم خاص خود به تنوع فرهنگی این منطقه افزوده‌اند. وی خاطرنشان کرد: این تنوع فرهنگی نه تنها در زبان و آداب و رسوم بلکه در هنر و صنایع‌دستی نیز جلوه‌گر است؛ ضمن اینکه ابریشم‌بافی در زاوین به عنوان یک عنصر مشترک فرهنگی میان این اقوام شناخته می‌شود و به تقویت ارتباطات اجتماعی و فرهنگی بین آن‌ها کمک می‌کند. خودستان با اشاره به اینکه پوشش محلی شهرستان کلات، به ویژه در مراسم خاص مانند عروسی‌ها، نمود بسیاری دارد. تصریح کرد: لباس‌هایی که در این منطقه تولید می‌شوند، نه تنها زیبا و منحصر به فرد هستند، بلکه نشان دهنده هویت فرهنگی هر قوم نیز است؛ این لباس‌ها از الیاف طبیعی و با طرح‌ها و رنگ‌های متنوع تهیه می‌شوند و به طور خاص در مراسم و جشن‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرند.

در زاوین، بین ۳۰۰ تا ۳۵۰ کارگاه تولید لباس‌های محلی فعالیت دارند، این کارگاه‌ها به تولید انواع لباس‌های محلی و ابریشمی مشغول هستند و محصولات آن‌ها به دلیل زیبایی و کیفیت بالا مورد توجه قرار می‌گیرد. ضمن اینکه تولیدات این کارگاه‌ها به گونه‌ای است که هر کدام دارای ویژگی‌ها و طرح‌های منحصر به فردی هستند که بازتاب دهنده هنر و ذوق هنرمندان محلی است. خودستان با بیان اینکه هر کارگاه ابریشم‌بافی در زاوین به طور معمول توسط خانواده‌ها اداره می‌شود و این امر به حفظ سنت‌های خانوادگی و انتقال مهارت‌ها به نسل‌های جدید کمک می‌کند. گفت: زنان در این کارگاه‌ها نقش کلیدی دارند و به عنوان هنرمندان و تولیدکنندگان اصلی ابریشم‌بافی شناخته می‌شوند.

کرفس؛ دوست قلب و دشمن فشار خون



کرفس، این سبزی ترد و خوش عطر، فراتر از یک افزودنی ساده به غذاهاست؛ ترکیبی از خواص ضدسرطانی، ضدالتهابی و تقویت کننده‌ای برای قلب، گوارش و سیستم ایمنی بدن است. به گزارش خبرنگار خبرگزاری مهر، کرفس گیاهی علفی از خانواده گیاه شناسی است که شامل جعفری، هویج، شوید و رازیانه نیز می‌شود. گیاهانی که برای ریشه کشت می‌شوند، معروف به کرفس، گونه‌ای متمایز از گیاهانی هستند که برای ساقه‌هایشان کشت می‌شوند، ما در مورد کرفس در این مقاله صحبت می‌کنیم. گیاه کرفس ساقه‌های بلند و فیبری تولید می‌کند که ترد، آب‌دار و معطر، با طعم علف، شیرین و تند است.

کرفس همچنین یک عنصر رایج در سوپ‌ها، دلمه‌ها، چاشنی‌ها، سالادها، سالادها، غذاهای گوشتی سرخ شده و بریان شده و سرخ کردنی‌ها است. دانه کرفس را می‌توان علاوه بر ساقه و ریشه آن خشک کرد و به عنوان ادویه به دو صورت کامل و آسیاب شده استفاده کرد. و برگ‌ها را می‌توان به عنوان یک سبزی معطر در بسیاری از غذاها و همچنین خشک و به عنوان چاشنی استفاده کرد.

کرفس سرشار از آنتی اکسیدان هایی است که به مبارزه با رادیکال‌های آزاد محرک سرطان کمک می‌کند. حاوی دو فلاونوئید زیست فعال – آپیژنین و لوتولین – است که ممکن است سلول‌های سرطانی را در بدن از بین ببرد. آپیژنین یک عامل پیشگیری کننده از شیمی درمانی است و خواص ضد سرطانی آن رادیکال‌های آزاد را در بدن از بین می‌برد و باعث مرگ سلول‌های سرطانی می‌شود. همچنین باعث افزایش اتوفازی می‌شود، فرآیندی که از طریق آن بدن سلول‌های ناکارآمد را که به پیشگیری از بیماری کمک می‌کند، حذف می‌کند.

خاصیت ضد سرطانی لوتولین فرآیند تکثیر سلولی را مهار می‌کنداین فلاونوئیدهای موجود در کرفس پتانسیل درمان سرطان پانکراس و سینه را دارند. همچنین گفته می‌شود کرفس دارای پلی استین‌های زیست فعال است، این ترکیبات محافظ شیمی درمانی پتانسیل جلوگیری از تشکیلات سرطانی متعدد را دارند.

کرفس حاوی یک ماده شیمیایی گیاهی به نام قتالید است که دیواره سرخ‌رگ‌ها را شل می‌کند و جریان خون را افزایش می‌دهد. همچنین ماهیچه‌های صاف رگ‌های خونی را منبسط می‌کند و به کاهش فشار خون کمک می‌کند. یک مطالعه ایرانی که روی موش‌ها انجام شد، خواص ضد فشار خون کرفس را به همان فیتوشیمیایی نسبت داد. کرفس همچنین سرشار از نیترات است که ممکن است به کاهش فشار خون کمک کند. بررسی‌های دیگر در مورد مشخصات فیتوشیمیایی عصاره دانه کرفس نیز نشان می‌دهد که ممکن است سطح فشار خون را کاهش دهد. خواص کرفس برای سلامت قلب و عروق

کرفس معمولاً به عنوان یک عامل ضد فشار خون در طب سنتی تجویز می‌شود. می‌تواند به حفظ سلامت قلب و عروق کمک کند. مطالعه‌ای که در ایران انجام شد نشان داد که عصاره برگ کرفس می‌تواند پارمترهای قلبی عروقی متعددی مانند کلسترول، تری گلیسرید و کلسترول بد را بهبود بخشد. کرفس سرشار از پلی فنول است که دارای فواید ضد التهابی و قلبی عروقی است. با این حال، تحقیقات بیشتری برای درک این مزیت کرفس در انسان مورد نیاز است

آشنایی با بیماری سل و پیشگیری از ابتلا به آن

بیماری سل در محیط های شلوغ، کوچک، بدون تهویه مناسب، کم نور و مرطوب بیشتر انتقال می یابد. به یاد داشته باشید که میکروب سل توسط حشرات، خون، ظروف غذا خوری، لباس و ملحفه انتقال نمی یابد. به خاطر داشته باشید که همه انواع سل قابل انتقال به دیگران نیستند یا حداقل قابلیت انتقال کمتری دارند، افراد مبتلا به سل ریوی به خصوص آنها که در آزمایش میکروسکوپی خلط آنان، میکروب سل مشاهده می شود و در اصطلاح مبتلا به (سل ریوی مسری) هستند، عفونت را محسوب می شوند، زیرا با هر عطسه یا سرفه تعداد زیادی میکروب را در هوا پراکنده می کنند و می توانند باعث انتقال بیماری به دیگران شوند.

بد نیست بدانید که هر فرد مبتلا به سل ریوی مسری در صورت عدم درمان می تواند سالانه به طور متوسط میکروب بیماری را به ۱۰ تا ۱۵ فرد سالم انتقال دهد.

پس از ورود میکروب سل به بدن چه اتفاقی می افتد؟

اغلب افراد پس از ورود میکروب به ریه ها هیچ گاه بیمار نمی شوند، زیرا سیستم دفاعی بدن آنها میکروب را مهار کرده و از تکثیر آن و ایجاد بیماری جلوگیری می کند، در واقع میکروب سل به حالت نهفته و غیر فعال در بدن آنان باقی می ماند و این عده علائم بیماری را نداشته و میکروب را به دیگران انتقال نمی دهند، از هر ۱۰ نفر که میکروب سل در بدن آنها وجود دارد، تنها یک نفر در طول عمر خود ممکن است به بیماری فعال سل مبتلا شود. این موضوع به علت ضعیف شدن سیستم دفاعی بدن و به دنبال آن، فعالیت مجدد و تکثیر میکروب اتفاق می افتد، پس هر عاملی که موجب ضعف سیستم ایمنی فرد آلوده به میکروب سل شود، ممکن است باعث بروز بیماری فعال سل در او شود.

اگر چه همه افراد بشر استعداد ابتلا به سل را دارند، اما به واسطه نکته اشاره شده در بالا، کودکان کم سن، افراد سالمند، افراد مبتلا به دیابت (مرض قند)، سوء تغذیه، سرطان ها، نارسایی مزمن کلیه یا ایدز و همچنین افرادی که داروهای ضعیف کننده سیستم دفاعی بدن



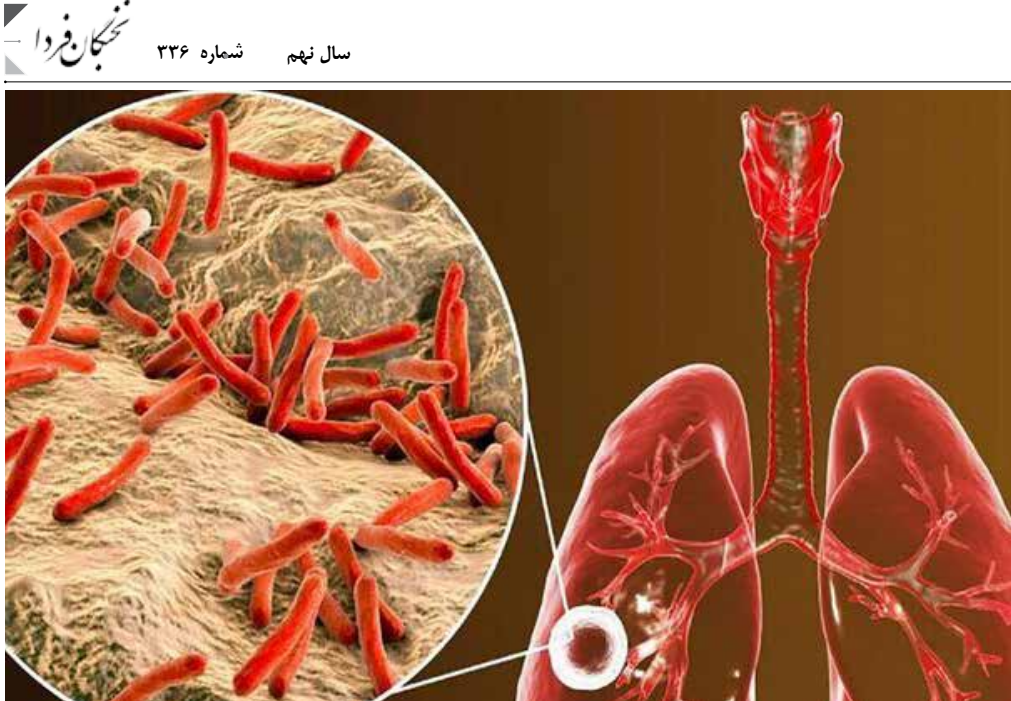
حال مقدار بیشتری آرسنیک نیز وارد بدن می کند.
برنج قهوه‌ای، اغلب در افکار عمومی به‌عنوان جایگزینی سالم‌تر برای برنج سفید شناخته شده

آیا پرستاران همگام با فناوری پیش می‌روند؟

به شدت مهم است.

به گفته وی، پرستاران باید از آخرین پژوهش‌ها، مقالات و نوآوری‌ها در حوزه سلامت آگاه باشند و با روش‌های نوین آموزشی، از جمله رویکرد دانش‌محور آشنا شوند؛ هوش مصنوعی به همین منظور به سراغ عضو هیئت علمی گروه پرستاری دانشگاه علوم پزشکی شیراز رفتیم. تا با این مقوله بیشتر آشنا شویم.
سعید حمیدی زاده در گفت و‌گو با خبرنگار ایستا، ضمن تأکید بر ضرورت آموزش مهارت‌های نوین به پرستاران افزود:آشنایی با مهارت‌های جدید، لازمه ارائه خدمات با کیفیت در عصر تحولات جهانی حوزه سلامت است؛ آشنایی پرستاران با مهارت‌های جدید، از جمله پرستاری انفورماتیک و دیجیتال، هوش مصنوعی و بیماری‌های نوظهور

پزشک



(نظیر کورتون و داروهای ضد سرطان) استفاده می کنند، بیشتر از سایرین در معرض خطر ابتلا به سل هستند.

علائم بیماری سل چیست؟

علائم بیماری سل بسته به محل گرفتاری در بدن متفاوت است، اما علاقه زیاد میکروب سل به ریه ها باعث می شود که شایع ترین نوع بیماری، سل ریوی باشد.

علائم سل ریوی عبارتند از سرفه مداوم (به مدت ۲ هفته یا بیشتر) که می تواند با خلط همراه باشد یا نباشد (شایع ترین علامت)، تب (که در عصرها بیشتر است)، کاهش وزن، عرق کردن شبانه، بی اشتها،ی، خستگی زودرس و ضعف عمومی و گاهی در مواردیکه بیماری دیر تشخیص داده می شود درد قفسه سینه و تنگی نفس و خلط خونی. افراد دارای علائم مشکوک به سل به ویژه سرفه مداوم، باید سریعاً به پزشک مراجعه کنند.
روش تشخیص بیماری سل

بهترین و ساده ترین راه تشخیص سل ریوی در افراد مشکوک، تهیه خلط و ارسال آن جهت آزمایش است، هر چند که گاه از کشت خلط، عکس برداری قفسه سینه و برخی آزمایشات دیگر نیز ممکن است کمک گرفته شود؛ با این توضیح باید بدانید در صورت بروز هریک از علائم بیماری سل بخصوص سرفه بیش از دو هفته در خود یا یکی از بستگان، به نزدیک ترین مرکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید تا با تهیه نمونه خلط و آزمایش آن توسط پرسنل بهداشتی (به طور رایگان) از وجود بیماری مطلع شوید.

خوشبختانه سل یک بیماری کاملاً قابل درمان است، البته به این شرط که بیمار، داروهای ضد سل را با دقت، به طور کامل و منظم و به مدت حداقل ۶ ماه به طور روزانه مصرف کند (حتی اگر قبل از اتمام این مدت احساس بهبودی کرده باشد)، در صورت عدم توجه به این نکته، میکروب های سل می توانند به ابر میکروب های مقاوم به درمان و بسیار خطرناک تبدیل شوند که دیگر با داروهای معمول سل درمان نخواهند شد.

درمان سل سریایی است و بیمار نیازی به بستری در بیمارستان ندارد (مگر در موارد خاص یا

نظر متخصص)، داروهای سل یک بار در روز و به طور ناشتا مصرف می شود و طول مدت درمان حداقل ۶ ماه است، البته اغلب بیماران دو هفته پس از آغاز درمان موثر، خطر انتقال بیماری به دیگران را ندارند.
باید به خاطر داشت که مصرف نامنظم و ناکامل داروهای ضد سل خطرناک بوده و می تواند موجب عدم بهبود و یا بازگشت مجدد بیماری، تداوم انتقال بیماری به دیگران، مقاوم شدن میکروب های سل نسبت به داروهای موجود و پیشرفت بیماری و مرگ شود، به همین دلیل جهت نظارت بهتر بر روند درمان بیمار از راهبرد داتس استفاده می شود.

DOTS، فرآیندی است که طی آن، بیمار مبتلا به سل داروهای روزانه خود را با نظارت مستقیم و مشاهده کارمند بهداشتی یا فرد آموزش دیده مصرف می کند. این راهبرد به عنوان موثرترین اقدام در کنترل سل شناخته شده است و ضمن حمایت و تشویق بیمار برای ادامه درمان، بروز عوارض دارویی احتمالی را به موقع شناسایی کرده و تکمیل دوره درمان را تضمین می کند. با این روش از مصرف قفسه سینه و قطع خود سرانه دارو به دلیل طولانی بودن دوره درمان جلوگیری می شود. به خاطر داشته باشید خدمات تشخیصی و درمانی سل در کلیه مراکز بهداشتی درمانی خانه های بهداشت کشور به طور رایگان ارائه می شود.

چگونه می توان از ابتلا به سل پیگیری کرد؟
تشخیص به موقع و درمان کامل بیماران (که موثرترین روش پیشگیری از ابتلای اطرافیان به سل محسوب می شود)

به گزارش وبدا، داشتن رفتارهای سالم و بهداشتی نظیر:

الف- پوشاندن دهان و بینی با دستمال در هنگام سرفه و عطسه (آداب سرفه)
ب) خودداری از ریختن آب دهان و خلط روی زمین
ج) خوردن غذا های سالم به مقدار کافی (یعنی داشتن تغذیه مناسب)
د) تهویه مناسب محل زندگی و کار با هوای تازه) خود داری از مصرف سیگار

تزریق واکسن ب ث ژ به کلیه نوزادان در بدو تولد جهت جلوگیری از ایجاد اشکال شدید و

پنج سال با آرسنیک هشدار داده‌اند، زیرا آن‌ها به دلیل مصرف بیشتر غذا نسبت به وزن بدن در مقایسه با بزرگسالان، بیشتر در معرض آثار منفی آرسنیک هستند.

به گزارش ایندیندنت، متخصصان یادآور شدند که «میزان مواجهه با آرسنیک برای بیشتر آمریکایی‌های تحت بررسی در حدی نبود که باعث افزایش قابل توجه خطرات سلامتی شود». بنابراین، آنها نمی‌گویند از مصرف برنج قهوه‌ای کلا رهییز کنید بلکه تنها توصیه می‌کنند از غلات متنوع‌تری استفاده کنید و به‌ویژه برای کودکان خردسال از روش‌های پختی بهره بگیرید

کشنده بیماری سل در سنین کودکی درمان پیشگیرانه دارویی برای افراد در معرض خطر بیشتر برای ابتلا به سل (مانند اطرافیان در تماس با بیماری مبتلا به سل ریوی مسری و افراد مبتلا به ویروس ایدز) سعی در افزایش اطلاعات بهداشتی جامعه (که یکی از راه‌های آن انتقال اطلاعات کسب شده توسط شما به اعضای خانواده و بستگان می باشد) آداب سرفه کردن برای جلوگیری از انتشار میکروب ها در بیماری های تنفسی واگیر، کارهای زیر را انجام دهید: در طول مدتی که بیمار هستید و احتمال سرایت بیماری برایتان مطرح است، از ماسک سه لایه استفاده کنید و سپس در پایان روز، ماسک استفاده شده را داخل سطل زباله درب دار بیندازید. البته توصیه می شود هرگاه ماسک شما در طول روز مرطوب و آلوده شد، نسبت به تعویض آن اقدام کنید .
در نبود ماسک سه لایه، باید در زمان عطسه یا سرفه، جلوی دهان و بینی خود را با دستمال بگیرید و سپس دستمال استفاده شده خود را داخل سطل زباله درب دار بیندازید.
چنانچه دستمال نیز همراه خود ندارید، در هنگام عطسه یا سرفه، از داخل یقه لباس و یا سطح داخلی آرنج و بازوی خود برای پوشاندن دهان و بینی خود استفاده کنید و به هیچ وجه از دست خود استفاده نکنید.
از دست زدن به چشم و بینی و دهانتان جدا خودداری کنید.
آب دهان خود را در مکان های عمومی به زمین نیندازید.
از روبوسی، دست دادن و در آغوش گرفتن افراد دارای علائم تنفسی خود داری کنید.
• از افراد مشکوک به بیماری های تنفسی واگیر حداقل دومترا فاصله بگیرید.
در صورت داشتن سرفه بیش از دو هفته بلافاصله به پزشک مراجعه کنید.

که می‌توانند میزان آرسنیک را کاهش دهند، مانند شستن زیاد برنج و پختن آن در آب زیاد.
در همین حال، سازمان غذا و داروی آمریکا (FDA) پیش‌تر دستورالعمل‌هایی برای محدود کردن مصرف برنج در نوزادان و زنان باردار صادر کرده است، چرا که شواهدی وجود دارد مبنی بر اینکه مواجهه با آرسنیک غیرآلی می‌تواند با اختلالات رشد مغز و افزایش خطر ابتلا به سرطان مرتبط باشد.

پژوهشی در پرستاران تأکید کرد و افزود: تخصیص اعتبارات بیشتر به پژوهش‌های پرستاری، ارائه مشوق‌های مالی، معنوی و توجه به حوزه‌های نوآورانه مانند پرستاری دیجیتال می‌تواند به افزایش انگیزه پژوهشی در پرستاران کمک کند. وی در پایان با تأکید بر اهمیت نقش پرستاران در نظام سلامت، خواستار توجه بیشتر مسئولان به این قشر زحمتکش شد و خاطرنشان کرد: پرستاران سفیران سلامت جامعه هستند و باید از حمایت‌های لازم برای انجام وظایف خود برخوردار باشند که امیوایرم با تلاش و توجه مسئولان به جامعه بزرگ پرستاری، بسیاری از مشکلات در این حوزه حل شود.

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شیراز با انتقاد از رویکرد ترجمه‌محور در برنامه‌های آموزشی دانشگاهی، خواستار توجه بیشتر به بیماری‌های بومی و استفاده از روش‌های نوین آموزشی مانند حل مسئله و آموزش گروهی شد و بیان کرد: برنامه‌های آموزشی باید نیازهای عملی پرستاران در محیط‌های درمانی را پوشش دهد. ما در حوزه پزشکی و علوم پزشکی بیشتر از ترجمه‌های سایر کشورها استفاده می‌کنیم و خیلی از بیماری‌ها شاید بیماری‌های بومی ما نباشند، توصیه من این است که برنامه‌های آموزشی به سمت روش‌های نوین آموزشی روش‌های حل مسئله و آموزش گروهی برود. حمیدی زاده همچنین بر لزوم افزایش انگیزه

خبر

عجیب و باور نگر دنی؛ نیمکت‌های لرزان لیگ برتر

فصل بیست‌وچهارم لیگ برتر ایران در حالی رو به پایان است که تغییرات پیاپی روی نیمکت تیم‌ها، آن را به یکی از بی‌ثبات‌ترین فصول تاریخ تبدیل کرده است. از استقلال و پرسپولیس گرفته تا تیم‌های کم نام و نشان‌تر، ۱۰ تیم از ۱۶ تیم لیگ برتر در این فصل حداقل یک بار سرمربی خود را عوض کرده‌اند؛ آزاری که تنها در فوتبال ایران می‌توان سراغش را گرفت.

به گزارش ایسنا، رقابت‌های فصل بیست‌وچهارم لیگ برتر فوتبال در حالی به نقطه پایان نزدیک می‌شود که تغییرات زیادی روی نیمکت تیم‌ها رخ داده است. تا پایان هفته سیزدهم هفت تیم سرمربی خود را تغییر دادند و در ادامه هم این روند ادامه داشت تا بی‌ثباتی روی نیمکت بیشتر تیم‌ها دیده شود.

خیبر جزو تیم‌هایی بود که ابتدای فصل با رضا مهاجری کار خود را آغاز کرد اما در ادامه با برکناری او ابتدا مارکو آرولیو به صورت موقت و بعد سعید دقیقی هدایت این تیم را بر عهده گرفتند. سپس رفسنجان هم چند مربی تغییر داد؛ ابتدا محرم نوبدکیا، سپس مسعود شجاعی و بعد نوبت به سیروس پورموسوی رسید. شمس‌آذر قزوین هم دستخوش تغییرات زیادی شده آنها در شروع کار پیش فصل خود مازیار زارع را به عنوان سرمربی معرفی کردند اما کمی بعد سعید دقیقی را مجدداً بازگرداندند. این پایان کار نبود و جدایی دقیقی، رضا مهاجری هدایت آنها را بر عهده گرفت که در نهایت او هم جای خود را به مهدی رحمتی داد.

ژوزه مورایس در سپاهان و مهدی رحمتی در هودار هم ماندگار نشدند و جای خود را به پاتریس کارترون و امید روانخواه دادند.

نساجی مازندران هم از این قاعده مستثنی نبود؛ ساکت الهامی کار خود را با این تیم آغاز کرد، سپس جای خود را به ساوو میلوشوویچ داد. او بعد از چند هفته استعفا کرد تا الهامی بار دیگر روی نیمکت مازندرانی‌ها بنشیند.

ملوان بندرانزلی هم تغییراتی داشت اما پیش از آغاز فصل؛ آنها کار خود را با سعید دقیقی در پیش فصل آغاز کردند اما در نهایت مازیار زارع به ملوان بازگشت و هدایت این تیم را بر عهده گرفت.

میدودراگ بوژووویچ، نام دیگری بود که روی یک نیمکت تاب نیاورد. بوژووویچ کار خود را در استقلال خوزستان آغاز کرد و نتیجه نسبتاً خوبی هم با این تیم گرفت اما در انتقالی جالب به هم‌نام تهرانی پیوست تا امیر خلیفه اصل جانشین وی شود.

در نهایت به نام دو تیم تهرانی می‌رسیم؛ استقلال و پرسپولیس. آبی‌پوشان پایتخت تغییرات بیشتری داشتند. آنها با جواد نکونام لیگ را شروع کردند اما پس از ناکامی‌های او سهراب بختیاریزاده موقتاً هدایت استقلال را بر عهده گرفت. پس از او در انتقالی پر سر و صدا پیتسو موسیمانه، مربی آفریقایی روی نیمکت استقلال نشست.

پس از آن مجدداً سهراب بختیاریزاده هدایت موقت آبی‌ها را بر عهده گرفت. در این میان حتی محمد نوازی که به عنوان دستیار در کادر فنی استقلال بود هم هدایت استقلال را در یک بازی بر عهده داشت، در آخر هم میدودراگ بوژووویچ از خوزستان به تهران آمد تا روی نیمکت آبی‌پوشان بنشیند.

باور کردنی نیست؛ ۲۰ تغییر در ۲۶ هفته؛ ۱۰ تیم از ۱۶ تیم لیگ برتر در این فصل از رقابت‌ها سرمربی خود را حداقل یک بار تغییر داده‌اند. آزاری که شاید فقط در لیگ برتر ایران شاهد آن باشیم. بدون شک تغییرات پیاپی بر روی نیمکت باعث به هم ریختن نظم تیمی و افت کیفیت می‌شود.

امیدهای و جوانان جهان اعزام می‌شوند. وقتی تقسیم‌بندی به این صورت باشد هیچ ایرادی نمی‌توان گرفت.

کارشناس کشتی فرنگی باشاره به ترکیب تیم ملی برای مسابقات جهانی گفت: هفت نفر برای مسابقات جهانی زاگرب انتخاب شدند که در حال حاضر آماده‌ترین نفرات هستند. سه وزن دیگر باقی مانده است. به عنوان مثال در وزن ۵۵ کیلوگرم اختلاف نظر وجود دارد. من معتقدم پویا دادمرز یکی از بهترین کشتی‌گیران این وزن است و نباید با یک نوجوان یا جوان محک بخورد. قیاس آن‌ها در یک سطح درست نیست. هر چند که پویا در مسابقات قهرمانی آسیا خوب نتیجه نگرفت اما او هم باید برای مسابقات جهانی انتخاب می‌شد.

خیرآبادی ادامه داد: در وزن ۸۲ کیلوگرم هم کشتی‌گیران جوان و باتکیزه‌ای در کنار کشتی‌گیران باسابقه مثل گرابی که قهرمان جهان است حضور دارند. این نفرات باید طبق چرخه انتخابی برای مسابقات جهان انتخاب شوند. در وزن ۱۳۰ کیلوگرم هم شرایط به همین صورت است. به نظرم اگر برای این سه نفر در وزن ۱۳۰ کیلوگرم انتخابی برگزار کنند تماشاگران زیادی برای تماشای این مسابقه به سالن کشتی می‌آیند و در نهایت حق به حقدار هم می‌رسد.



پشتیبانی شوند

او گفت: یکی از مسائل مهم توجه به تیم‌های پایه است. در کشورهای دیگر، مثل عربستان و اتحاد تیم‌های پایه توجه زیادی دارند و بازی‌های آن‌ها هم پخش می‌شود. اما در ایران متأسفانه توجه زیادی به تیم‌های پایه نمی‌شود. یکی از مباحث جلسه امروز کمیته فنی نیز در همین رابطه بود. باید فوتبالمان توسعه پیدا کند، نه تنها در زمینه تیم‌های ملی، بلکه در زیرساخت‌ها نیز باید پیشرفت داشته باشیم. تیم‌های پایه باید از حمایت بیشتری برخوردار باشند. در پایان، از خبرنگاران که همیشه در کنار ما بودند تشکر می‌کنم. امیدوارم که شرایط به بهترین شکل پیش برود.

این میان، از محمدرضا عارف (معاون اول رئیس‌جمهور) مجدداً تشکر می‌کنم که پس از صعود به من زنگ زد. شما باید ببینید که ما تا دقایق آخر عقب بودیم و بعد بازی را مساوی کردیم. کادر فنی و تیم، خواسته‌شان این بود که وضعیت اقتصادی مردم درست شود. بیشتر خواسته ما برای مردم بود. در نهایت، فوتبال در حال پیشرفت است. ما قبلاً گفته بودیم که اگر قرار است از این قافله عقب نفتیم، باید سرمایه‌گذاری کنیم؛ زیرساخت‌ها را درست کنیم و به پیشرفت ادامه دهیم. امیدواریم که در سال‌های آینده ما شاهد پیشرفت زیادی باشیم. نیروی انسانی و استعداد داریم، اما این استعدادها باید با سرمایه‌گذاری مناسب

گفتن یک کلمه نامتعارف صادر شده است و به تخلف او در رفتاری که مقابل چشم تماشاگران فوتبال در ورزشگاه شهید نصیری یزد داشته است در هفته آینده به طور قطعی رسیدگی می‌شود.

او درباره چالش به وجود آمده درباره اینکه چرا حکم قبلی محرومیت تعلیقی او تاکنون مورد تأیید قرار نگرفته است تصریح کرد: ما در دایره کمیته انضباطی صحبت می‌کنیم. رسیدگی دوباره به یک پرونده هم در کمیته استیناف از تمام جهات مورد بررسی قرار می‌گیرد که طبیعی است زمان بر است اما آنچه در کمیته انضباطی صورت می‌پذیرد صدور حکم است. حکمی که به آقای خلیل زاده داده شده است هیچ ربطی به رفتاراش مقابل چشم تماشاگران حریف ندارد. پرونده این تخلف کاملاً جداست که هفته آینده جلسه رسیدگی به آن و صدور حکم صورت می‌گیرد.

وی گفت: ضمن اینکه من اصلاً اعتقاد ندارم کشتی‌گیران دچار بی‌انگیزگی می‌شوند. من خودم هر وقت هدایت هر تیمی را برعهده داشتم از ۶ ماه قبل به برخی کشتی‌گیرانی که انتخاب شده بودند، این موضوع را می‌گفتم و از آن‌ها می‌خواستم که در تمرینات با تمام توان حضور پیدا کنند.

خیرآبادی تأکید کرد: من به این کشتی‌گیران اطمینان خاطر می‌دادم که آن‌ها انتخاب شدند و پس از آن باید سخت تمرین کنند. این کشتی‌گیران هم ورزشکاران عادی نیستند که با این مسائل بی‌انگیزه شوند. آن‌ها به دنبال مدال جهانی و المپیک و حتی به دنبال کسب رکورد در مدال آوری هستند و به همین خاطر به این مسائل توجهی نمی‌کنند.

کارشناس کشتی فرنگی عنوان کرد: بنابراین به نظرم این موضوع درست نیست. البته که من قبول دارم نباید انگیزه کشتی‌گیران جوان را برای مسابقات جهانی از بین ببریم. ما باید یک پروسه و چرخه انتخابی تیم ملی داشته باشیم که بقیه کشتی‌گیران به حالت کما نروند و بی‌انگیزه نشوند.

رئیس هیئت کشتی فرنگی کردستان خاطرنشان کرد: زمانی که مسابقات کشوری برگزار شد، بعد از یک ماه متوجه شدم کشتی‌گیرانی که در مسابقات قهرمانی کشور کشتی گرفتند به سالن نمی‌آیند.

به تیم‌های پایه توجه نمی‌شود

در کنار ما بوده‌اند و ما وظیفه داریم که به آن‌ها احترام بگذاریم. در شرایط اقتصادی سخت، مردم همواره در کنار ورزشکاران و تیم ملی بودند و حمایت کردند. در عرصه‌های

مختلف، مردم ایران هستند که همیشه مهم هستند و ما وظیفه داریم که قدرانی کنیم. امیدوارم که این صعود را به عنوان عیدی به مردم ایران تقدیم کرده باشیم.

او در خصوص کارهای انجام شده در راستای حمایت از تیم ملی فوتبال ایران در مسیر جام جهانی یادآور شد: هدف بعدی ما این است که در جام جهانی عملکرد خوبی داشته باشیم. کاری که ما الان انجام داده‌ایم، پیش از این نیز در دوره‌های قبلی انجام شده بود، اما با شرایط سخت‌تر، مشکلات مالی و سایر مسائل. با همه این‌ها، این کار قبلاً هم انجام شد و حالا باید از این به بعد کار بزرگ‌تری انجام دهیم.

سرمربی تیم ملی خاطرنشان کرد: در



و فشار زیادی را باید متحمل شوند، اما برخی دیگر معتقدند قطعی شدن اعزام یک کشتی‌گیر به یک مسابقه باعث دلسردی دیگر کشتی‌گیران می‌شود.

جمشید خیرآبادی کارشناس کشتی فرنگی ایران در گفتگو با خبرنگار مهر، در واکنش به اعلام زودهنگام اسامی کشتی‌گیران برای مسابقات جهانی گفت: به نظرم این موضوع مثل یک شمشیر دو لبه است. کشتی‌گیرانی که انتخاب شدند با خیال راحت تمرینات را پیگیری می‌کنند و تحت فشار قرار می‌گیرند.

کارشناس کشتی فرنگی گفت: کشتی فرنگی نباید به کما برود و اگر نفراتی برای مسابقات جهانی خیلی زود انتخاب شدند به این معنی نیست که دیگر رده‌ها را فراموش کنیم.

اعلام زودهنگام اسامی نیمی از ملی پوشان کشتی فرنگی ایران برای حضور در رقابت‌های قهرمانی جهان در فاصله ۵ ماه مانده به این مسابقات حرف و حدیث زیادی مطرح کرده است. برخی معتقدند اعلام دیر هنگام و دقیقه نود کشتی‌گیران برای در آستانه یک مسابقه بزرگ، باعث بالاتکلیفی و سردرگمی کشتی‌گیران می‌شود

قلعه‌نویی:

به تیم‌های پایه توجه نمی‌شود

سرمربی تیم ملی فوتبال ایران گفت: مثل زمانی که سرمربی استقلال بودم بار دیگر اتفاق خوشحال کننده ای برای مربیان ایرانی رخ داد.

امیر قلعه نویی در خصوص صعود تیم ملی به جام جهانی ۲۰۲۶ اظهار داشت: واقعاً این موفقیت حاصل تلاش گروهی و لطف خدا و اهل بیت بوده است. زحمات بسیاری کشیده شد و تلاش‌های زیادی صورت گرفت. قطعاً این موفقیت ماه حاصل یک گروه بود که وقت گذاشته بودند و هرچند برخی ایرادات هم وجود داشت، اما هیچ‌گونه میزبانی نداشتیم و در شرایط خاصی قرار داشتیم. مسائل زیادی وجود داشت که همگی جذاب هستند.

او ادامه داد: این موفقیت به نوعی تقدیم به ملت ایران است، با یک کادر ایرانی که خودمان حس خیلی خوبی نسبت به این اتفاق داریم. فکر می‌کنم سال ۸۲ اتفاق مهمی افتاد که ما با استقلال به نتایج

خوبی رسیدیم و باور مدیران نسبت به مربیان جوان تغییر کرد. از آن زمان بود که رویکرد مدیران نسبت به مربیان جوان بهتر شد و اقبال خوبی به آن‌ها پیدا شد.

واکنش رئیس کمیته انضباطی فدراسیون فوتبال به حمایت رئیس‌جمهور از تراکتور



رئیس کمیته انضباطی فدراسیون فوتبال به این موضوع که رئیس‌جمهور به دلیل

مسئولیت قبلی که نمایندگی مردم تبریز بود، از تیم فوتبال تراکتور حمایت می‌کند واکنش

مراسم معارفه

”سید حسن احمدی سقندیکلایی“

شهردار ساری

مراسم معارفه چهل و پنجمین شهردار ساری با حضور اعضای شورای اسلامی شهر و مدیران شهرداری برگزار شد و با صدور حکمی از سوی وزیر کشور، سید حسن احمدی سقندیکلایی به عنوان شهردار مرکز استان معارفه شد.

سید حسن احمدی با بیان اینکه آشتی مردم با شهرداری و مدیریت این دستگاه اجرایی اصل بسیار مهمی است، تصریح کرد: باید با راهکارهای نوین و علمی سازی خدمات، وابستگی شهرداری را نسبت به عوارض و آرای کمیسیون ماده صد کاهش داد.

شهردار ساری در ابتدای سخنان خود به آیه ۱۰۳ آل عمران اشاره کرد و گفت: این آیه پیام و شعار من برای ادامه فعالیت در مجموعه شهرداری است.

سید حسن احمدی همبستگی، وفای و همدلی در همه ارگان‌های سیاسی، مذهبی، اجرایی و فرهنگی را مهم‌ترین اصل دانست و از همه مدیران خواست برای عبور از چالش‌ها و بحران‌ها پای کار باشند.

شهردار ساری تأکید کرد: بنای دعوا نداریم و از همین جا از همه ظرفیت‌هایی که می‌توانند در مسیر توسعه شهری گام بردارند، استفاده و دست همه دلسوزان برای این شهر و مردم را به گرمی می‌فشاریم.

احمدی سقندیکلایی افزود: از همین جا به سبجان بخشی و سید رحمان میرشجاعی اعضای شورای اسلامی شهر ادای احترام کرده و از این دو عضو شورا نیز طلب یاری دارم.

وی ضمن قدردانی از نماینده ولی فقیه در استان، نمایندگان مردم در خانه ملت، استاندار مازندران خواستار ادامه حمایت از شهرداری ساری شد و پرداخت حقوق، پروژه زباله سوز و فعالیت‌های عمرانی را مهم‌ترین اولویت دانست که باید به صورت موازی به آن پرداخته شود.

احمدی، هزینه‌های مربوط به بدهی‌های تأمین اجتماعی، بانک شهر و احکام دادگستری علیه شهرداری را سه‌مanc مهم برای شهرداری عنوان کرد و گفت: باید با برنامه ریزی مناسب و ایجاد تعاملات سازنده با مدیران امر، از این سه چالش به سلامت عبور کنیم.

شهردار ساری گفت: برای اینکه به هدف غایی دست پیدا کنیم باید دست مودت به هم داده و برادرانه در کنار هم برای خدمت به شهروندان و ارتقای مرکز استان حرکت کنیم.

وی با تأکید بر مدیریت هزینه‌ها گفت: کسانی که در مسیر خدمت نباشند، بر نمی‌تابم؛ نباید حق کسانی که خالصانه در مسیر خدمت به شهر و شهروندان گام‌بر می‌دارند، تباه شود.

احمدی با بیان اینکه آشتی مردم با شهرداری و مدیریت این دستگاه اجرایی اصل بسیار مهمی است، تصریح کرد: باید با راهکارهای نوین و علمی سازی خدمات، وابستگی شهرداری را نسبت به عوارض و آرای کمیسیون ماده صد کاهش داد.

وی با بیان اینکه خیرخواهی مردم باید در اولویت امور باشد تا به احیای سرمایه اجتماعی برسیم، یادآور شد: پیگیری مطالبات قدیمی نیز از دیگر برنامه‌ها محسوب می‌شود که پیگیر خواهیم شد.

احمدی سقندیکلایی آشتی مردم با شهرداری و مدیریت شهری را حائز اهمیت دانست و افزود: گرایش افراطی به سمت سیستم اداری اقت است؛ این نگاه باید به سمت عدالت و رضایتمندی مردم سوق داده شود.

شهردار جدید ساری با اشاره به وجود ظرفیت‌های شاخص مدیران ساروی در سطوح ملی، گفت: قطعاً مدیران ارزنده ساروی همچون مهدی عبوری و علی اصغر یوسف نژاد در سطوح بالای مدیریتی کشور می‌توانند به پیشبرد اهداف خدمت رسانی به مردم این شهر، یار و یاور ما باشند و قطعاً ما از این تعاملات برای اهداف پیش رو بهره خواهیم برد.

احمدی گفت: رایزنی با مالکانی که زمین‌های آن‌ها مقفول واقع شده باید در شمار فعالیت‌ها قرار گیرد که سال‌ها از شهرداری فراری بوده اند؛ حرم دارم اگر سرمایه اجتماعی برکرد این افراد نیز مناسبات متقابل با شهرداری را می‌پذیرند.

وی با اشاره به اینکه در مسیری گام بر می‌داریم که طرح‌های بلندمرتبه سازی پیگیری شود تا به درآمدزایی دست پیدا کنیم، از نیروگاه زباله سوز به عنوان مهم‌ترین پروژه عمرانی مرکز استان یاد کرد و گفت: تلاش می‌کنیم با کمک مسئولان استانی، نیازهای این پروژه را برای تکمیل نهایی مرتفع کنیم.

وی اقدامات عمرانی را مهم‌ترین نیاز شهری و مطالبه شهروندان عنوان کرد و افزود: مسیر درآمدهای جاری قرار نیست در مسیر عمرانی هزینه شود، مسیر پروژه‌های عمرانی مشارکت در سرمایه‌گذاری است که شعار امسال مقام معظم رهبری نیز بوده است.

احمدی سقندیکلایی تأکید کرد: تأمین مصالح با همکاری اداره آبیاری، خرید معنن و تأمین قیر از مهم‌ترین اولویت‌های کاری در برنامه های پیش روی مدیریت شهری است و احداث شهر بازی، و تکنیک پارک صف‌آباد در شمار برنامه‌های اولویت دار شهرداری قرار دارد.

شهردار مرکز استان با بیان اینکه ناامیدی اقت بزرگ شهرداری است، گفت: باید از روزمرگی خارج شد؛ مدیری که در این مسیر حرکت کند با او خداحافظی می‌کنیم چرا که اعتقاد داریم باید همه به آینده امیدوار باشند زیرا مقام معظم رهبری نیز در گام دوم انقلاب بر آن تأکید ویژه دارند.

احمدی سقندیکلایی با تأکید بر اصل « ما می‌توانیم» پیگیری پروژه‌های پل تا پل، ادامه آزادسازی بلوار عسکری محمدیان، ادامه فاز ۲ ملل نیز دیگر برنامه‌های خود برشمرد.

شهردار ساری از تلاش‌های علی بابایی کارنامی نماینده مردم ساری در خانه ملت قدردانی کرد و افزود: از ظرفیت خاتم زمانی دیگر نماینده ساعی ساری و میاندوود نیز بهره‌گیری خواهیم کرد؛ از همین جا نیز از این نماینده تقاضای کمک به شهرداری را داریم.

شهردار مرکز مازندران از آیه‌الله لایقینی نماینده ولی فقیه در مازندران به واسطه پیگیری برای ثبات شهرداری، استاندار مازندران، نمایندگان مردم ساری و میاندوود در خانه ملت، اعضای شورای اسلامی شهر قدردانی کرد.

وی از اعضای شورای اسلامی شهر ساری خواست تا در تصویب لوائح شهرداری به‌ویژه چشم‌انداز ۲۰ ساله شهرداری نهایت همکاری را داشته باشند.

احمدی سقندیکلایی در پایان اینگونه گفت: خداوند بنده ضعیف و ذلیل تو هستم و چه کسی به جز تو چه کسی به این بنده ضعیف و ذلیل رحم می‌کند، خدایا کمک کن تا نفس بر من غلبه نکند و مغرور نشوم، خداوند! کمک کن در مسیر عدالت و خدمت به شهروندان گام‌بردارم، خدایا کمک کن در مسیر وصل، وفای و همدلی حرکت کنم، خدایا کمک کن در راه رضای تو گام بر دارم، خدایا کمک کن در راه تو خالصانه قدم بردارم و امیدم به عنایت ویژه تو باشد.

داستان کوتاه

یک روز وقتی کارمندان به اداره رسیدند، اطلاعیه بزرگی را در تابلوی اعلانات دیدند که روی آن نوشته شده بود: دیروز فردی که مانع پیشرفت شما در این اداره بود در گذشت. شما را به شرکت در مراسم تشییع جنازه که ساعت ۱۰ در سالن اجتماعات برگزار می‌شود دعوت می‌کنیم. در ابتدا همه از دریافت خبر مرگ یکی از همکارانشان ناراحت می‌شدند اما پس از مدتی، کنجکاو می‌شدند که بدانند کسی که مانع پیشرفت آن‌ها در اداره می‌شده که بوده است. این کنجکاو، تقریباً تمام کارمندان را ساعت ۱۰ به سالن اجتماعات کشاند. رفته رفته که جمعیت زیاد می‌شد هیجان هم بالا می‌رفت. همه پیش خود فکر می‌کردند این فرد چه کسی بود که مانع پیشرفت ما در اداره بود؟ به هر حال خوب شد که مردا کارمندان در صحنی قرار گرفتند و یکی یکی نزدیک تابلوت می‌رفتند و وقتی به درون تابلوت نگاه می‌کردند ناگهان خشکشان می‌زد و زانهاشان بند می‌آمد. آینه ای درون تابلوت قرار داده شده بود و هر کس به درون تابلوت نگاه می‌کرد، تصویر خود را می‌دید. نوشته ای نیز بدین مضمون در کنار آینه بود: تنها یک نفر وجود دارد که می‌تواند مانع رشد شما شود و او هم کسی نیست جزء خود شما. شما تنها کسی هستید که می‌توانید زندگیتان را متحول کنید. شما تنها کسی هستید که می‌توانید بر روی شادی هانصورت و موفقیت هایتان اثر گذار باشید. شما تنها کسی هستید که می‌توانید به خودتان کمک کنید.

سال نهم

شماره ۳۳۶

شنبه ۳۰ فروردین ۱۴۰۴

۸ صفحه

۲۰۰۰ تومان

چاپ: چشمه توسعه

