



اجرای روش بی‌هوازی پسماند برای اولین بار در کشور

مدیرعامل سازمان مدیریت پسماند شهرداری
اصفهان عملکرد این مجموعه را روایت می‌کند

۰۵۰

اصفهان زیبا

I S F A H A N - E - Z I B A P A P E R

زنگ خطر سقوط درآمد شهرداری‌ها

مصوبه اخیر مجلس، شهرفروشی را افزایش و سطح خدمات را کاهش می‌دهد

۰۰۴



کرونا و کشمکش بر سر طب سنتی

مدافعان و مخالفان از نقش این طب در درمان کووید ۱۹ می‌گویند

از ابتدای شیوع کرونا تاکنون، طرفداران و مبلغان طب سنتی هرازگاهی به معرفی داروهای گیاهی می‌پردازند که به ظن آن‌ها می‌توانند درمان‌کننده این بیماری مهلک و کشنده باشند؛ از زنجبیل و انواع و اقسام دم‌نوش‌های گیاهی گرفته تا دارویی موسوم به امام کاظم (ع) و بخور جوش شیرین. جدیدترین اظهارنظر در رابطه با تأثیر داروهای گیاهی ...

۰۰۷

منصوره مصطفی‌زاده درباره نوجوانی خودش
و تأثیر کتاب و رسانه می‌گوید

۰۱۰

گزارش نیویورک تایمز از ابداعات ضدکروناایی
سیستم گردشگری جهان

۰۰۸

سواد رسانه‌ای از نان شب واجب‌تر است

ادامه گردشگری با هتل‌های ضد ویروس

میان‌دروهم‌ستم نه اصلاح طلب

محسن هاشمی در گفت‌وگو با «اصفهان زیبا»
از چالش‌های موازنه قدرت
در کشور می‌گوید

۰۰۲۰



اطلاعیه منطقه ۵ شهرداری اصفهان



آقای اسداله صبیعی مالک . پلاک ثبتی شماره ۳۴۷۵/۱۰ مسکونی واقع در خیابان وحید ،کوچه جلائی
نظر به اینکه کل (اعیانی) منزل مسکونی به شماره پرونده ۱۴-۵۲-۸ بخش ۵ ثبت اصفهان واقع در طرح عمرانی پارکینگ عمومی قرار گرفته و علی رغم شرکت شما در جلسات متعدد کمیسیون معوض توافقی حاصل نگردیده لذا با توجه به ضرورت اجرای طرح ، بدینوسیله به شما ابلاغ می گردد حداکثر ظرف مدت یکماه پس از رویت این ابلاغ نسبت به معرفی یک نفر کارشناس به عنوان معتمد و پنج نفر کارشناس به عنوان مرضی الطرفین جهت ارزیابی پلاک در طرح عمرانی پارکینگ به شهرداری اقدام نمایند.

لازم به ذکر است که کارشناسان می بایست جزء کارشناسان رسمی دادگستری اصفهان متخصص در رشته (راه و ساختمان) باشند . بدیهی است در صورت عدم معرفی کارشناسان در زمان مقرر اقدام خواهد شد.

منطقه پنج شهرداری اصفهان

اطلاعیه منطقه ۵ شهرداری اصفهان



آقای حسنعلی قنبریان مالک . پلاک ثبتی شماره ۳۴۷۵/۸۰ مسکونی واقع در خیابان وحید ،کوچه جلائی بن بست لادن
نظر به اینکه کل (اعیانی) منزل مسکونی به شماره پرونده ۳-۱۴-۵۲-۸ بخش ۵ ثبت اصفهان واقع در طرح عمرانی پارکینگ عمومی قرار گرفته و علی رغم شرکت شما در جلسات متعدد کمیسیون معوض توافقی حاصل نگردیده لذا با توجه به ضرورت اجرای طرح ، بدینوسیله به شما ابلاغ می گردد حداکثر ظرف مدت یکماه پس از رویت این ابلاغ نسبت به معرفی یک نفر کارشناس به عنوان معتمد و پنج نفر کارشناس به عنوان مرضی الطرفین جهت ارزیابی پلاک در طرح عمرانی پارکینگ به شهرداری اقدام نمایند.

لازم به ذکر است که کارشناسان می بایست جزء کارشناسان رسمی دادگستری اصفهان متخصص در رشته (راه و ساختمان) باشند . بدیهی است در صورت عدم معرفی کارشناسان در زمان مقرر اقدام خواهد شد.

منطقه پنج شهرداری اصفهان

اطلاعیه منطقه ۵ شهرداری اصفهان

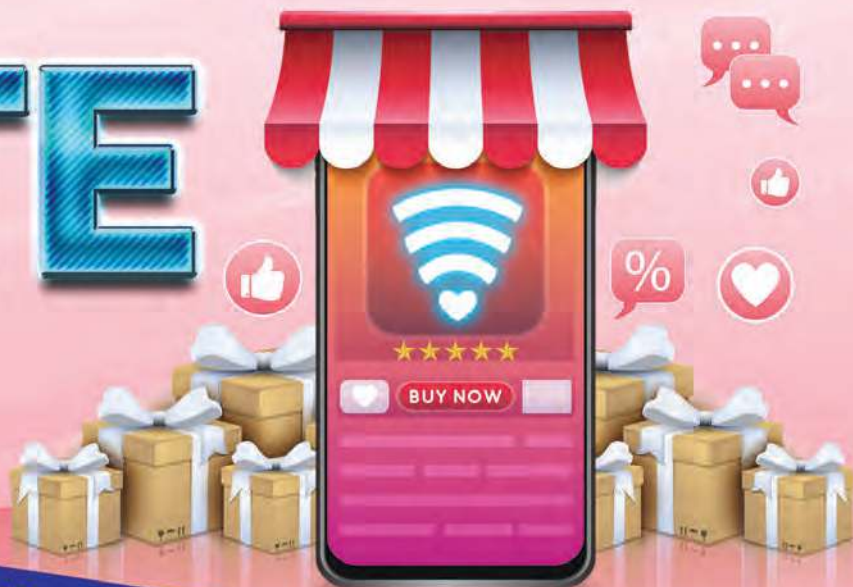


آقایان مهرداد، مهرشاد، امیرفرهاد خلیلی مالک . پلاک ثبتی شماره ۳۴۷۵/۸۴ مسکونی
واقع در خیابان وحید شمالی کوچه شهید جلالی روبروی درمانگاه صدر

نظر به اینکه کل (اعیانی) منزل مسکونی به کد نوسازی ۱-۱۰۵۵۳۵ بخش ۵ ثبت اصفهان واقع در طرح عمرانی پارکینگ عمومی قرار گرفته و علی رغم شرکت شما در جلسات متعدد کمیسیون معوض توافقی حاصل نگردیده لذا با توجه به ضرورت اجرای طرح ، بدینوسیله به شما ابلاغ می گردد حداکثر ظرف مدت یکماه پس از رویت این ابلاغ نسبت به معرفی یک نفر کارشناس به عنوان معتمد و پنج نفر کارشناس به عنوان مرضی الطرفین جهت ارزیابی پلاک در طرح عمرانی پارکینگ به شهرداری اقدام نمایند. لازم به ذکر است که کارشناسان می بایست جزء کارشناسان رسمی دادگستری اصفهان متخصص در رشته (راه و ساختمان) باشند . بدیهی است در صورت عدم معرفی کارشناسان در زمان مقرر اقدام خواهد شد.

منطقه پنج شهرداری اصفهان

LTE



جشنواره فروش فوق العاده « رسانه پرداز سپاهان »

01 اینترنت پرسرعت LTE

02 بدون نیاز به خط تلفن

03 سرعت اتصال ۴۰ مگابیت

۰۳۱-۳۳۳۲۱۳۳۳ ☎ ۰۳۱-۳۳۳۱۲۳۳۳

☎ ۰۹۱۳ ۰۰۰ ۳۴۸۸

🌐 Resanehpardaz.ir

جهت اطلاع از سرویس ویژه ((۰-LTE)) (رسانه پرداز با ما در ارتباط باشید)

عضو رسمی شرکت گسترش ارتباطات آذین کیا به شماره مجوز ۱۰۰-۹۵-۳۷

رصد بخش مصارف بودجه نشان می دهد هزینه هایی وجود دارد که اگر دولت در آن ها دست ببرد ، می تواند منابعی را هم برای افزایش درصد حقوق کارمندان لحاظ کند . منظور همان نهادها و سازمان هایی هستند که لیست بلندبالایی هم دارند که از بودجه ارتزاق می کنند و دستاورد قابل قبولی هم نداشته اند .



وکارها سنگینی می کند امکان افزایش حقوق و دستمزد وجود ندارد؛ اما رصد بخش مصارف بودجه نشان می دهد هزینه هایی وجود دارد که اگر دولت در آن ها دست ببرد ، می تواند منابعی را هم برای افزایش درصد حقوق کارمندان لحاظ کند . منظور همان نهادها و سازمان هایی هستند که لیست بلندبالایی هم دارند که از بودجه ارتزاق می کنند و دستاورد قابل قبولی هم نداشته اند؛ پس شفاف شدن این هزینه ها می تواند به سامان دادن دخل و خرج دولت کمک کند تا بتوان کارمندان حقوق بگیر را که در شرایط کنونی به سختی معیشت می گذرانند حمایت کرد . درشرایطی که منابع درآمدی دولت کاهش یافته و امکان اجرای برنامه های حمایتی گسترده و باپوشش همگانی وجود ندارد، به ناچار برنامه های حمایتی دولت می تواند دهک های درآمدی پایین و گروه های آسیب پذیر را هدف قرار دهد.

میانبریدی خبرنگار

۴ میزان افزایش حقوق کارمندان و بازنشستگان در بودجه سال آینده ، ۲۵ درصد در نظر گرفته شده است، پایین احتساب ، حداقل دریافتی آن ها به سه میلیون و ۵۰۰ هزار تومان خواهد رسید. این افزایش ۲۵ درصدی با شرایط تورمی کشور هم خوانی ندارد. براساس گزارش مرکز آمار، نرخ تورم سالانه آبان ۱۳۹۹ برای خانوارهای کشور به ۰،۲۹ درصد رسیده است. ۱

فارغ از آمارهای نهادهای رسمی، درصد رشد تورم برای مردم بیشتر از اعداد و ارقام اعلام شده ملموس است. درست است که از محل منابع درآمدی بوده چه مانند درآمدهای نفتی یا درآمدهای مالیاتی آن هم در شرایط تحریمی که فروش نفت کاهش یافته و سایه کرونا بر سر کسب

آگهی مزایده و مناقصه (مرحله اول)

شهرداری اردستان در راستای مصوبات هیئت محترم وزیران و آئین نامه اجرائی وزارت محترم کشور و به استناد مصوبه شورای محترم اسلامی شهر در نظر دارد موارد ذیل از طریق مزایده و مناقصه عمومی و با بیشترین و بهترین پیشنهاد واگذار نماید.

لذا متقاضیان دارای صلاحیت حداکثر تا پایان وقت اداری روز **پنج شنبه مورخ ۹۹/۹/۲۰** جهت دریافت اطلاعات و اخذ اسناد مزایده و مناقصه به واحد امور مالی شهرداری اردستان مراجعه نموده و قیمت پیشنهادی خود را به دبیر خانه محرمانه شهرداری تحویل نمایند. ضمنا پیشنهادات ارسالی در روز **شنبه ۹۹/۹/۲۲ راس ساعت ۱۵** در محل شهرداری اردستان بازگشایی می گردد.

شهرداری در ردی یا قبول یک یا تمامی پیشنهادات مختار است.

مزایده

۱- مزایده بهره برداری از محل بازار روز شهرداری اردستان

۲- واگذاری امور مربوط به بخش خدمات شهری به شرکت واجد شرایط در قالب قرارداد حجمی

نادر یزدان بخش- شهردار اردستان

آگهی دعوت مجمع عمومی فوق العاده شرکت فارمد پژوه سینای شرق سهامی خاص ثبت شده شماره ۶۳۴۸۲۵ اصفهان و شناسه ملی ۱۴۰۰۸۷۵۲۹۲۰

بدین وسیله از کلیه سهامداران شرکت فوق دعوت می گردد در جلسه مجمع عمومی فوق العاده که در تاریخ ۱۳۹۹/۹/۳۰ ساعت ۹ صبح در آدرس اصفهان خیابان هشت بهشت غربی - مابین ملک و گلزار- جنب هتل زنده رود- ساختمان جام جم- واحد ۲۱ طبقه دوم- کدپستی ۹۹۹۶۷۵۳۶۹۹ برگزار می گردد حضور به هم رسانید.

دستور جلسه: انحلال شرکت

هیئت مدیره شرکت

آگهی عضوگیری وبرگزاری مجمع عمومی موسس کانون انجمن های صنفی کارفرمایی صنعت ساختمان و عمران استان اصفهان (در شرف تاسیس)

با عنایت به اینکه کانون فوق در شرف تاسیس می باشد کلیه انجمن های صنفی کارفرمایی صنعت ساختمان و عمران استان اصفهان می توانند تقاضای عضویت خود و سایر مدارک مورد نیاز (اساسنامه انجمن صنفی و مصوبه هیات مدیره مبنی بر الحاق کانون استان) را حداکثر ظرف مدت ۱۵ روز پس از درج این آگهی به نماینده موسسان آقای مهندس سجاد سبحانی به شماره تماس ۰۹۱۳۰۷۵۹۴۵۶ ارسال نمایند. ضمنا اولین مجمع عمومی موسس کانون راس ساعت ۱۰ صبح روز سه شنبه مورخ ۹۹/۱۰/۱۷ در محل انجمن صنفی کارفرمایی انبوه سازان استان اصفهان به نشانی خیابان هزارجریب خیابان شیخ کلینی خیابان جابرین حیان کوچه ۵ پلاک ۱۱۲ با دستور کار زیر برگزار می گردد.

۱- تصویب اساسنامه

۲- انتخاب هیئت مدیره و بازرس

نماینده هیئت موسس - سجاد سبحانی

آگهی مفقودی

سند کمپانی خودرو پراید مدل ۱۳۸۵ به شماره شاسی ۰۷۷۵۸۲۰۱۴۱۲۲۸۵۸۲ و شماره موتور ۱۴۷۲۲۲۳ و شماره پلاک ایران ۱۳-۷۱۴ س ۴۴ به نام مهرنوش عزیزی مفقود شده و فاقد اعتبار قانونی است.



افزایش حقوق کارمندان از کجا؟

معمای افزایش دستمزدها در عین کاهش درآمدهای دولت

ایجاد شد ، بتوان هزینه ها را جبران کرد . حمید حاج اسماعیلی ، کارشناس بازار کار به اصفهان زیبا می گوید: همواره تجربه سال های گذشته نشان داده است که کارگران و کارمندان نسبت به شرایط اقتصادی دستمزد کمتری دریافت می کنند ، در سال جاری نیز همین شرایط وجود دارد و برای همین هم هست که اقداماتی مانند هسان سازی دستمزدها در صندوق های بازنشستگی اتفاق افتاده است ؛ چون تورم در کشور ما همیشه وجود دارد و این باعث می شود آنچه تحت عنوان دستمزد برای کارگران و کارمندان تعیین می شود متناسب با تورم و شرایط اقتصادی نباشد .

حاج اسماعیلی بیان می کند: نمی توان دستمزد کارمندان را برای یک سال آینده تعیین کرد که شرایط اقتصادی آن برای ما قابل پیش بینی نیست؛ ضمن اینکه در سال جاری ، حوادث ، اتفاقات ها و شوک های اقتصادی در کشور ایجاد شد و معیشت حقوق بگیران را تحت تاثیر قرار داد؛ بنابراین این که به طور دقیق یک عدد مشخصی را برای افزایش حقوق در نظر بگیریم ، راه حل منطقی نیست . او تصریح می کند: توصیه ما به دولت این است که بتواند اعتبار لازم را در بودجه ایجاد کند تا اگر مشکلاتی مانند فشارهای اقتصادی در سال جاری

ایجاد شد ، بتوان از حقوق بگیران در کشور حمایت کرد . این شرایط بهتری است؛ چون در کشور ما نظارت ها و مکانیسم های نظارتی برای کنترل قیمت ها به شت ضعیف است . این کارشناس بازار کار می گوید: در این شرایط تورمی که رشد قیمت ها ادامه دار است به نظر کار سختی می آید که بگوییم ۲۵ درصد می توان به حقوق کارمندان اضافه کرد . در خصوص کارگران نیز حداقل دستمزد باید دو برابر افزایش پیدا کند تا بتوان قدرت خرید کارگران را در کشور افزایش داد؛ البته هم کارمندان و هم کارگران ، برخلاف دهه اول و دوم که نگاه این بود این دو قشر طبقه متوسط در کشور هستند ، امروز دیگر جامعه متوسط ایران را شکل نمی دهند و اکنون حقوق بگیران به سمت خط فقر سوق داده شده اند و هر روز از لحاظ معیشتی با مشکلات بیشتری مواجه خواهند شد . پیش تر برای افزایش قدرت خرید این قشر ، راهکارهایی مانند افزایش پلکانی حقوق ها و دستمزدها نیز به عنوان راهکار مطرح می شد . یعنی کارمندی که کمترین حقوق را می گیرد از بیشترین درصد افزایش برخوردار شود و کسانی که حقوق بالاتری دارند ، حداقل افزایش را تجربه کنند . اما با وجود برگزاری جلسات و رایزنی های فراوان ، در عمل اجرای راهکارهای این چنینی نیز زنگ باخت .

خودروهای هم کلاس از قیمت گذاری خارج می شوند

رضا شیوا ، رئیس شورای رقابت: باتوجه به انحصاری بودن بازار خودرو ، شورای رقابت بر اساس قانون ، موظف به ورود و تعیین دستورالعمل قیمت گذاری است و درخصوص خودروهایی که جدید شناسایی شوند ، به عنوان مثال بایلتفرم متفاوت باشند ، قیمت گذاری انجام خواهد شد . قیمت گذاری خودروهای جدید بر اساس روش کلینیک انجام می شود که طی آن ۱۰ تا ۱۲ خبره مستقل قیمت گذاری خودرو گرینش شده و در رابطه با قیمت ، نظر خود را اعلام می کنند و در نهایت قیمت ها بررسی و مورد تأیید شورا قرار خواهد گرفت . گروه های خودروسازی سایپا و ایران خودرو از مدتی پیش خودروهایی در سطح بالاتر تولید می کنند؛ بنابراین اگر در بین تولیدات شرکت های خودروسازی خودروهایی با یک کلاس و سطح وجود داشته که بتوانند با هم رقابت کنند ، آن گاه این خودروها را از چهارچوب قیمت گذاری خارج خواهیم کرد که چند مورد مد نظر قرار دارند . / ایسنا

مانع ابرتورم شدیم

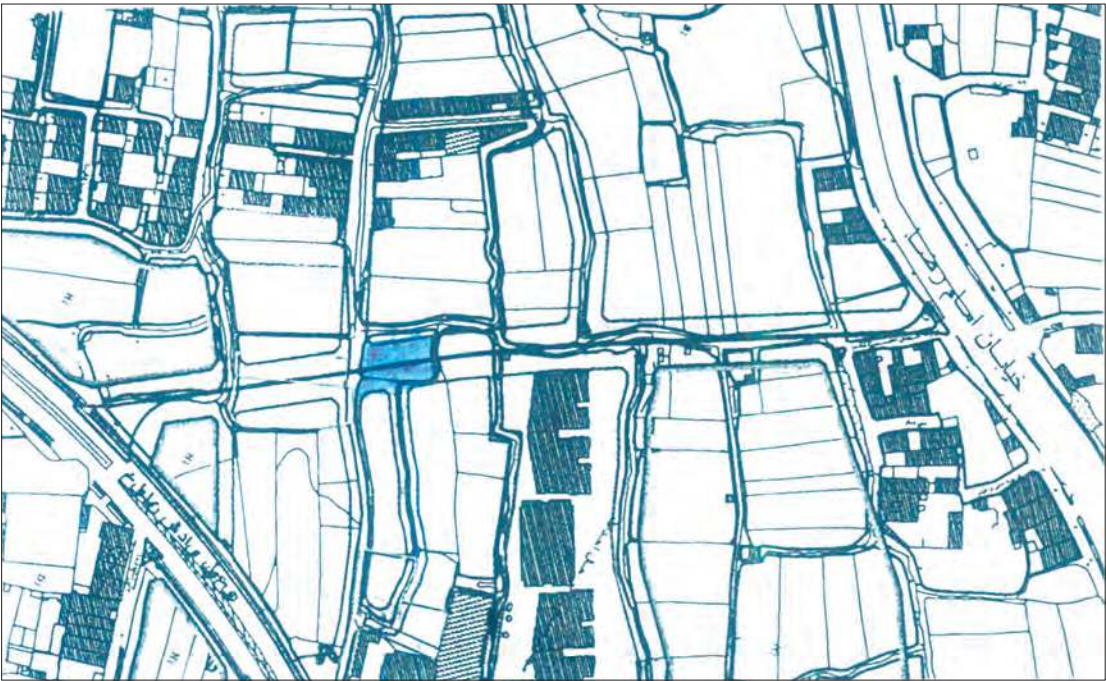
عبدالناصر همتی ، رئیس کل بانک مرکزی: تورم در ماه های اخیر تشدید شد و عمده دلیل آن شوک ناشی از قیمت ارز است؛ با این حال مانع ابرتورم شدیم . زمانی که هدف گذاری تورم ۲۲ درصدی را انجام دادیم ، نرخ دلار در بازار نیما و آزاد ۱۷ هزار تومان بود و امیدواریم در کلی ماه های آینده ماهه های آرام تری برای اقتصاد کشور باشد . در گمرک به طور متوسط ماهانه سه میلیون تن کالا ترخیص می شود که از ازل سال تاکنون بالای ۲۲ میلیون تن کالا ترخیص شده است . به نظر من کسانی که تصور کردند ارز ۴۲۰۰ تومانی قرار است حذف شود ، در اجرای رسوب کالاها به هدفشان رسیدند . من معتقدم کالاهای اساسی در حال وارد شدن بود و اکنون هم وارد می شود؛ اما بخشی از واردات خارج از برنامه ما وارد گمرک شده و تعهد بانک مرکزی هشت میلیارد دلار است که ۵،۵ میلیارد کالاهای اساسی و ۲،۵ میلیارد دلار برای دارو است .

لایحه بودجه ۱۴۰۰ قطعاً باید اصلاح شود

سید غنی نظری خاقان ، عضو هیئت رئیسه کمیسیون اقتصادی مجلس: لایحه بودجه سال ۱۴۰۰ نیازمند اصلاحات جدی است . لایحه بودجه سال ۱۴۰۰ را بسیار ضعیف می دانم؛ مواردی که در این لایحه طرح شده تورم زاست ، پول پاشی و استقراض از بانک مرکزی و مقروض ساختن دولت بعدی از جمله مواردی است که موجب شده من با کلیات این لایحه مخالف باشم . قطعاً ما این لایحه را قبول نداریم ، لایحه بودجه باید اصلاح شود . اگر این لایحه اصلاح نشود ، نمی تواند به رفع مشکلات کشور کمک کند . / ایسنا

اطلاعیه شهرداری منطقه ۱۱

نظر به اینکه بخشی از یک قطعه زمین به پلاک ثبتی ۱۸/۲/۷۱۹ بخش ۱۴ ثبت اصفهان به کلاسه پرونده ۲۴۹-۱۰-۷ که متعلق به ورثه مرحوم حاجی حیدر علی فیروزه و مرحومه فاطمه خانم فیروزه شامل (ورثه مرحوم میرزا محمد علی فیروزه شامل پروین و مهین و ملیحه زمانی و شکوه زمانی و علیرضا و شهین و علی همگی فیروزه) و (ورثه میرزا حسین فیروزه شامل خسرو و ابوالقاسم و مسعود و سیروس همگی فیروزه) و (ورثه میرزا حسن فیروزه شامل مسعود و مجید و حمید همگی فیروزه و عفت مستشاری و ورثه محمد فیروزه شامل بهناز ترکان و بهنام و بهزاد همگی فیروزه) و (احمد فیروزه) و (ورثه محمود فیروزه شامل فروغ السادات عمادالساداتی و فرزاد و فرخ همگی فیروزه و ورثه فهیمه فیروزه شامل محمد علی و سروا و سمن همگی کیهانی) و (ورثه رضا فیروزه و ورثه صدیقه مقاره عابد شامل گیتا و ویدا و علی رضا همگی فیروزه) و (میرزا عباس فیروزه) و (جواد فیروزه) و (خانم عزت فیروزه) و (ورثه بتول فیروزه شامل مهین و پوران و مرتضی و ایران و فریده و فرشته و مهوش همگی حریری و ورثه محمد حریری شامل شهره هوشمند و لیلا و کامیار همگی حریری) و (ورثه ملوک فیروزه شامل مهرزاد و مهران و مهشید و مهناز همگی فاضل محلاتی) در طرح خیابان ۲۴ متری لیمجیریه امام رضا (ع) به نشانی مجهول المکان ، قرار دارد و با توجه به اینکه توافقی حاصل نگردیده ، لذا به جهت ضرورت اجرای طرح و برابر ماده واحده قانون نحوه تقویم ابنیه و املاک و اراضی مورد نیاز شهرداری مصوب ۲۸ آبان ۱۳۷۰ بدینوسیله به نامبرده و کلیه مدعیان احتمالی ابلاغ می گردد حداکثر ظرف مدت یک ماه از تاریخ نشر این آگهی نسبت به معرفی یک نفر کارشناس بعنوان معتمد و پنج نفر کارشناس بعنوان مرضی الطرفین به شهرداری منطقه یازده واقع در رهنان خیابان شهیدان غربی اقدام نمایند . لازم به ذکر است که کارشناسان می بایست جز کارشناسان رسمی دادگستری و متخصص در رشته کشاورزی بوده و در مهلت قانونی تعیین شده معرفی گردند . بدیهی است در صورت عدم معرفی کارشناسان برابر مقررات اقدام خواهد شد .



روابط عمومی شهرداری منطقه ۱۱

 نیم‌نگاه	نشست شصت‌وهشتم «سه‌شنبه‌ها با رسانه پاسخگویی در مسیر امید» منتهی شد به سازمان مدیریت سازمان پسماند شهرداری اصفهان تارحیم محمدی، متولی این مجموعه، از طریق لایو اینستاگرام درباره کم‌وکیف عملکرد این سازمان مطالبی را بیان کند و به پرسش‌های خبرنگاران پاسخ دهد.
۵	سال شانزدهم * شماره ۳۹۰۹ * چهارشنبه * ۱۹ آذر ۱۳۹۹



عکس:محمدصادق دوست‌آزاد

اجرای روش بی‌هوازی پسماند برای اولین بار در کشور

مدیرعامل سازمان مدیریت پسماند شهرداری اصفهان عملکرداین مجموعه را روایت می‌کند



دبیرسرویس مدیریت شهری

نشست شصت‌وهشتم «سه‌شنبه‌ها با رسانه پاسخگویی درمسیر امید» منتهی شد به سازمان مدیریت سازمان پسماند شهرداری اصفهان تارحیم محمدی، متولی این مجموعه، از طریق لایو اینستاگرام درباره کم‌وکیف عملکرد این سازمان مطالبی را بیان کند و به پرسش‌های خبرنگاران پاسخ دهد. در ابتدای لایو، مدیرعامل سازمان مدیریت پسماند شهرداری اصفهان، این حوزه را حساس‌ترین مجموعه خدمت‌رسان به مردم دانست: «فعالیت‌های این مجموعه باید در راستای رضایت مردم انجام شود. رضایت شهروندان از خدمات ارائه‌شده و حفظ محیط زیست دو هدف اصلی سازمان مدیریت پسماند است. عدم مدیریت پسماندها علاوه بر آلودگی محیط‌زیست، تارضایتی شهروندان را به همراه دارد که براین اساس ارزش‌ماه پیش‌دریک بازه‌زمانی مشخص، نقشه‌راهی ترسیم‌شد که سه محوراصلی آن فعالیت‌های توسعه‌ای، بهبود فرایند اجرایی و بهینه‌سازی منابع سازمان است.» به گفته رحیم محمدی، موضوع پسماند و زباله پیچیدگی‌های خاصی دارد؛ پنج نوع پسماند شهری وعادی،

صنعتی، پزشکی، ویژه و کشاورزی وجود دارد که شهرداری‌ها ودهیاری‌ها متولی پسماند شهری وعادی هستند و باید برای مدیریت این دسته از پسماندها اقدامات لازم را انجام دهند؛ اما براساس تکالیفی که در شهرداری اصفهان مشخص شده است، پسماندهای پزشکی هم که از پسماندهای حساس در سطح شهر هستند، توسط این نهاد خدمت‌رسان مدیریت و اقدامات لازم برای دفن آن‌ها انجام می‌شود.

به بیان او، دفن پسماندهای پزشکی در دشت سجزی زیر نظر سازمان محیط‌زیست انجام می‌شود؛ اما به سرمایه‌گذار نیاز داریم تا روش‌های بهتری را برای دفن پسماندهای بیمارستانی پیش‌بینی کنیم.

* تولید روزانه یک هزار تن پسماند در شهر اصفهان

«روزانه یک‌هزار تن پسماند در شهر اصفهان تولید می‌شود.» این جمله مدیرعامل سازمان مدیریت پسماند شهرداری اصفهان است که در ادامه آن گفت: «این پسماندها طبق برنامه زمان‌بندی‌شده جمع‌آوری می‌شوند، همچنین از این میزان ۶۵درصد پسماندها آلی و فسادپذیر است که در فرایندی مشخص به کود تبدیل و ۳۵درصد بازافت و دفن می‌شود.» محمدی ادامه داد:

«روزانه ۱۰۰ تن پسماند خشک از سطح شهر جمع‌آوری‌شده هفته‌ای یک‌بار از طریق خودروهای سیار در سطح شهر مجموعه‌ای از اقلام بازیافتی در فرایندهای دیگر جمع‌آوری می‌شود. همچنین ۷۰ ایستگاه ثابت پسماند در سطح شهر پسماندهای شهروندان را تحویل گرفته و نسبت به مدیریت تفکیک وانتقال آن به مراکز مربوط اقدام می‌کنند .

صحت‌های دیگر او با توضیح درباره پسماندهای ساختمانی اوج گرفت: «این مجموعه روزانه چهارهزار و ۵۰۰ تن پسماند ساختمانی را مدیریت می‌کند، این پسماندها از طریق کامیون‌های مشخص، حمل‌وبه مرکز دریافت منتقل می‌شود تا اقدامات لازم برای مدیریت آن‌ها انجام‌شود.» مدیرعامل سازمان مدیریت پسماند شهرداری اصفهان، سخنانش را پیوند زد به پروژه‌های عمرانی انجام‌شده در این مجموعه: «۱۲ پروژه شاخص برای سازمان تعریف و طراحی‌شده تا بتوانیم در کنار این پروژه‌ها به اهداف پیش‌بینی‌شده دست پیدا کنیم. در بخش فعالیت توسعه‌ای، تبدیل پسماند به انرژی و مواد اولیه مدنظر بوده است. همچنین در همین راستا پروژه‌هایی برای حفظ محیط‌زیست تعریف شده است.» به گفته محمدی، احداث خطوط جدید پردازش پسماند یکی از مهم‌ترین

پروژه‌های این مجموعه است؛ «این پروژه تا پایان تیر حدود ۵۳درصد پیشرفت داشته است که درصدد هستیم باتأمین منابع لازم بتوانیم تا پایان سال آن را تکمیل کنیم. همچنین راه‌اندازی پروژه پالپلوت هاضم بی‌هوازی یکی دیگر از پروژه‌های مهم و شاخص این مجموعه است که در صورت اجرا شدن در فاز اصلی می‌تواند در کاهش دفن پسماند به میزان زیادی مؤثر باشد.»

مدیریت اصولی شیرابه، موضوع دیگری است که محمدی درباره آن صحبت کرد: «با احداث شش لاگون تبخیری، راه‌اندازی واحد پیرولیز سازمان در مقیاس ۱۰ تن و خرید و راه‌اندازی یک دستگاه ترنر جهت هوادهی کود در فرایند تولید کمپوست از جمله پروژه‌هایی است که به بهینه‌سازی فرایندهای مدیریت پسماند و تولید کود کمپوست کمک می‌کنند. همچنین احداث واحد تصفیه شیرابه، نوسازی ناوگان و ماشین‌آلات جمع‌آوری پسماند خشک، اصلاح و بهسازی سکوی دریافت پسماند شهری، ایجاد سیستم مکانیزه ثبت و تحلیل آمار، راه‌اندازی اپلیکیشن شهروندی و احداث نخستین مرکز آموزشی هوشمند در حوزه مدیریت پسماند نیز از دیگر اقداماتی است که آغاز شده و طی برنامه زمان‌بندی تعیین‌شده به اتمام و بهره‌برداری می‌رسد. همچنین نوسازی خودروهای جمع‌آوری پسماند،

هدف گذاری لازم برای آموزش فرهنگ شهروندی در زمینه مدیریت پسماندها انجام شده است؛ «تولید اپلیکیشن شهروندی، اقدام دیگری است که امکان جابه‌جایی زباله به صورت اینترنتی در آن فراهم شده است و بر اساس فعالیت تفکیک زباله از مبدأ توسط شهروندان، بسته‌های تشویقی را برای افزایش انگیزه آن‌ها در نظر می‌گیرد.»

مدیرعامل سازمان مدیریت پسماند شهرداری اصفهان، افزایش کیفیت خدمات بر اساس نیاز شهروندان و هم‌سو شدن با رشد تکنولوژی را یکی از وظایف سازمان دانست: «بر اساس ارزیابی انجام‌شده در اداره ارتباطات مردمی ۱۳۷ شهرداری، میزان شکایت‌های مردم از این سازمان نسبت به سال قبل ۴۰درصد کاهش یافته که این آمار از افزایش رضایتمندی شهروندان نشان دارد.»

صحف‌ان‌زیا

✱ مدیریت شهری ✱

باشیم . « محمدی در پاسخ به پرسش دیگری درباره دفن پسماندهای پزشکی در دشت سجزی بیان کرد: «این اقدام زیر نظر سازمان محیط‌زیست انجام می‌شود و به سرمایه‌گذار نیاز داریم تا بتوانیم از روش‌های بهتری برای دفن پسماندهای بیمارستانی استفاده کنیم؛ البته اکنون در اصفهان برای دفن این پسماندها بهترین شیوه اجرا می‌شود. روزانه ۱۵ تن پسماند پزشکی و بیمارستانی در دشت سجزی دفن می‌شود که هشت تن از آن مربوط به شهراصفهان و مابقی مربوط به شهرهای اطراف است .»

* تولید روزانه هفت هزار تن پسماند ساختمانی در شهر

«تولید روزانه هفت هزار تن پسماند ساختمانی در شهر.» این خبر دیگری بود که مدیرعامل سازمان مدیریت پسماند شهرداری اصفهان به آن اشاره کرد: «سه هزار تن از این میزان در محل مناسب دفن می‌شد که با راه‌اندازی سامانه یکپارچه مدیریت پسماندهای عمرانی و ساختمانی و نظم‌دهی به فرایند جمع‌آوری و تخلیه این پسماندها، شاهد کاهش تخلیه غیرمجاز خواهیم بود.» او در خصوص جلوگیری از فعالیت زباله‌گردها در شهر، تصریح کرد: «افزایش نرخ بیکاری و روی آوردن به فعالیت‌های کاذبی همچون جمع‌آوری اقلام بازیافتی از زباله‌ها، موضوعی است که باعث زباله‌گردی در شهر شده که شهرداری در این راستا با کمک نیروی انتظامی وقوه قضائیه سعی کرده این مشکل را مدیریت کند؛ البته رفع این معضل با مشارکت حداکثری شهروندان با شهرداری میسر است.» افزایش ۱۰۰درصی تعطیلی واحه انبارهای غیرمجاز جمع‌آوری پسماندها در شهر، توقیف خودروهای غیرمستول و انتقال آن‌ها به پارکینگ نیروی انتظامی، موضوع دیگری است که محمدی در لایه‌لای حرف‌هایش به آن اشاره می‌کند.

به گفته محمدی، درخصوص آموزش و فرهنگ‌سازی برای شهروندان، اقدامات خوبی توسط سازمان مدیریت پسماند انجام شده است: «با ایجاد فضاهای آموزشی و تعاملی، درصددیم افزایش حساسیت مردم به امور پسماند و نگرش آن‌ها را به مدیریت پسماندها تغییر دهیم.»

به گفته او، هدف‌گذاری لازم برای آموزش فرهنگ شهروندی در زمینه مدیریت پسماندها انجام شده است؛ «تولید اپلیکیشن شهروندی، اقدام دیگری است که امکان جابه‌جایی زباله به صورت اینترنتی در آن فراهم شده است و بر اساس فعالیت تفکیک زباله از مبدأ توسط شهروندان، بسته‌های تشویقی را برای افزایش انگیزه آن‌ها در نظر می‌گیرد.» مدیرعامل سازمان مدیریت پسماند شهرداری اصفهان، افزایش کیفیت خدمات بر اساس نیاز شهروندان و هم‌سو شدن با رشد تکنولوژی را یکی از وظایف سازمان دانست: «بر اساس ارزیابی انجام‌شده در اداره ارتباطات مردمی ۱۳۷ شهرداری، میزان شکایت‌های مردم از این سازمان نسبت به سال قبل ۴۰درصد کاهش یافته که این آمار از افزایش رضایتمندی شهروندان نشان دارد.»

✱ شهرانه‌ها ✱

لانه‌سازی برای پرندگان ناژوان در فصل سرما



مدیر طرح سامان دهی ناژوان با بیان اینکه پرندگان زیادی در محدوده پارک جنگلی ناژوان زندگی می‌کنند که با پرودت هوا قطعاً زندگی آن‌ها با مشکل روبه‌رو خواهد شد، گفت: هم‌زمان با فرارسیدن ایام سرد سال و افزایش بارش‌های اخیر، بیش از ۱۰۰ آشیانه چوبی برای پرندگان در مجموعه پارک جنگلی ناژوان ساخته و نصب می‌شود. سید رسول هاشمیان افزود: کمترین وظیفه‌ای که درخصوص حفظ و حراست از این محیط جنگلی و موجودات داخل آن برعهده ماست، بسترسازی و مناسب‌سازی شرایط زیستی آن‌هاست . مدیر طرح سامان دهی ناژوان با اشاره به اینکه در مجموعه جنگلی ناژوان گونه‌های مختلفی از پرندگان حضور دارند، تصریح کرد: درحاشیه شمال مجموعه ناژوان نیز حیوانات و جانداران زیادی از جمله سنجاب ایرانی، سوسماربانی، راسو... دریاغ‌ها و مزارع به‌صورت پراکنده زندگی می‌کنند. هاشمیان گفت: این مجموعه از همه علاقه‌مندان به محیط زیست و پرندگان دعوت می‌کند تا با ساخت لانه و آشیانه‌های چوبی و تحویل آن به مدیریت طرح سامان دهی ناژوان واقع در خیابان باغ دریاچه در این طرح خیرسهمیم باشند. او با اشاره به برگزاری تورهای طبیعت‌گردی در محدوده ناژوان گفت: امیدواریم با از بین رفتن ویروس کرونا مجدداً بتوانیم تورهای مفصلی با همکاری انجمن‌های دوستدار محیط‌زیست با موضوع طبیعت‌گردی برگزار کنیم.

۵۳۰ میلیارد ریال پروژه عمرانی در بافت ناکارآمد شهر اصفهان



مدیرعامل سازمان نوسازی و بهسازی شهرداری اصفهان گفت: ۵۳۰ میلیارد ریال پروژه عمرانی در بافت ناکارآمد شهر تعریف‌شده که ۳۱۶ میلیارد ریال آن در قالب ۲۳ پروژه اکنون در حال اجراست. محمد فیض با اشاره به اجرای پروژه سامان دهی میدان امام حسین (ع)، اظهار کرد: مناسب‌سازی و کف‌سازی میدان امام حسین (ع) در حال حاضر ۹۵درصد پیشرفت داشته و مراحل نهایی آن در حال انجام است. او با بیان اینکه سامان دهی خیابان عباس‌آباد در دوفاز تعریف‌شده که در فاز اول ۹۴درصد بخش ابتدایی آن انجام‌شده، افزود: تاکنون ۱۰ درصد اقدامات اولیه سامان دهی خیابان سید علیخان عملیاتی شده است. مدیرعامل سازمان نوسازی و بهسازی شهرداری اصفهان تصریح کرد: ۷۰درصد از فاز اول در سال جاری در محور گردشگری میدان تا میدان عملیاتی شده، همچنین عملیات کف‌سازی گذر میرعماد تاکنون ۷۷درصد پیشرفت داشته است. فیض با بیان اینکه ۵۰درصد سامان دهی فاز دوم گذر در دشت انجام شده است، بیان کرد: کف‌سازی گذر شهید بحری ۱۵درصد پیشرفت داشته و ۷۵درصد سامان دهی پیاده‌رو سازی خیابان شیخ بهایی تکمیل شده است. او ادامه داد: از دیگر پروژه‌های در حال اجرای سازمان نوسازی و بهسازی، مرمت خانه‌روغنی بوده که در حال حاضر ۹۸درصد عملیات عمرانی آن انجام شده است. مدیرعامل سازمان نوسازی و بهسازی شهرداری اصفهان از پیشرفت ۹۵درصی مرمت فاز نخست بخش میانی خانه جوان خبر داد و گفت: فاز دوم مرمت خانه جوان در مرحله انعقاد قرارداد است. فیض با بیان اینکه پیاده‌رو سازی گذر هوانس ۸۰درصد پیشرفت داشته است، تصریح کرد: تاکنون ۴۵درصد از عملیات سامان دهی دیواره‌های تخت‌فولاد انجام‌شده است. او گفت: مرمت وسامان دهی دیواره جنب پروژه تاریخی خان با پیشرفت ۷۲درصد، سامان دهی و مرمت حمام نقاشی و محوطه بیرونی آن با پیشرفت ۹۵درصد از دیگر پروژه‌های سازمان نوسازی و بهسازی شهرداری به شمار می‌رود.

بهره‌برداری از چهارمین پارکینگ مجهز به سیستم هوشمند در اصفهان



معاون حمل‌ونقل و ترافیک شهردار اصفهان گفت: با هدف تأمین رفاه حال شهروندان جهت پارک خودرو به خصوص مراجه‌کنندگان به بیمارستان و هم‌راهان آن‌ها، پارکینگ عمومی جنب بیمارستان عسکریه به بهره‌برداری رسید. مسعود بنده‌خدا، اظهار کرد: این پارکینگ در سه طبقه با مساحت ۹ هزار متر مربع و ظرفیت ۲۳ خودرو به‌صورت مشارکتی توسط متولیان بیمارستان عسکریه و شهرداری ساخته‌شده و با حضور مدیران شهری افتتاح شد و در اختیار شهروندان قرار گرفت. او بیان اینکه این پارکینگ از مجهزترین پارکینگ‌های شهر اصفهان است، بیان کرد: در این پارکینگ سعی شده حداکثر استاندارد از جمله سیستم اعلام و اطفا ی حریق، کف‌پوش کامل اپوکسی، اسکلت فلزی ضد زلزله و ضد حریق، سیستم هشداردهنده و سیستم هوشمند جای پارک لحاظ شود. معاون حمل‌نقل و ترافیک شهردار اصفهان افزود: پس از اتمام طرح توسعه و محوطه‌سازی بیمارستان عسکریه، اصلاح هندسی خیابان عسکریه به منظور تسهیل در عبور و مرور شهروندان اجرا خواهد شد.

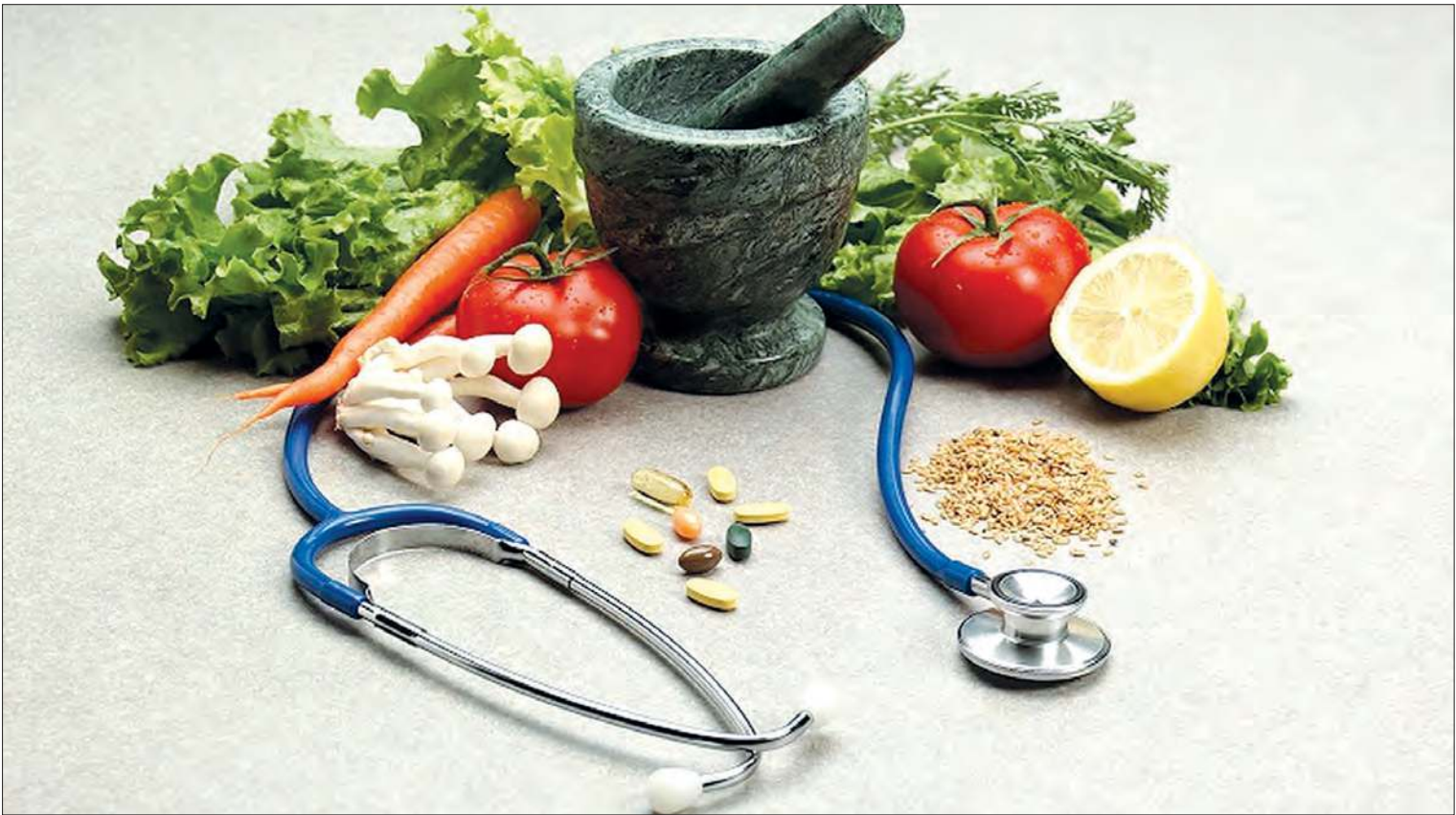
از ابتدای شیوع کرونا تاکنون طرفداران و مبلغان طب سنتی هراژگایی به معرفی داروهای گیاهی می‌پردازند که به اعتقاد آن‌ها می‌تواند درمان‌کننده این بیماری مهلک و کشنده باشد؛ جدیدترین اظهارنظر در رابطه با تأثیر داروهای گیاهی در درمان کرونا، مربوط به دبیر کمیسیون بهداشت و سلامت مجلس شورای اسلامی بود که اتفاقا جنجال به پا کرد...

سال شانزدهم * شماره ۳۹۰۹ * چهارشنبه * ۱۹ آذر ۱۳۹۹

۷

کرونا و کشمکش بر سر طب سنتی

مدافعان و مخالفان از نقش این طب در درمان کووید ۱۹ می‌گویند



لایلمحیی
خبرنگار

از ابتدای شیوع کرونا تاکنون، طرفداران

و مبلغان طب سنتی هراژگایی به معرفی داروهای گیاهی می‌پردازند که به اعتقاد آن‌ها می‌توانند درمان‌کننده این بیماری مهلک و کشنده باشند؛از زنجبیل و انواع و اقسام دم‌نوش‌های گیاهی گرفته تا دارویی موسوم به امام کاظم(ع) و بخور جوش شیرین. جدیدترین اظهارنظر در رابطه با تأثیر داروهای گیاهی در درمان بیماری کووید ۱۹، اما مربوط به فاطمه محمدیگی، دبیر کمیسیون بهداشت و سلامت مجلس شورای اسلامی بود که اتفاقا در فضای مجازی جنجال به پا کرد و با حاشیه‌های بسیاری روبه‌رو شد؛ آنجا که او در گفت‌وگو با رسانه‌ها اظهار کرد: «این روزها ساعات کاری عطاری‌ها باید افزایش یابد و مطالعات ثابت کرده که شیرین بیان ضد کووید ۱۹ است.»

پیش از این نیز اثربخشی طب سنتی در بهبود و درمان ویروس کرونا محل اختلاف بود و مخالفان و موافقان بسیاری هم داشت؛ کسانی که ادعا می‌کردند طب سنتی تأثیر فراوانی دراز بین بردن ویروس کرونا می‌تواند داشته باشد. آن‌ها همچنین از وزارت بهداشت شاکی بودند که چرا این وزارتخانه اثربخشی طب سنتی را نادیده گرفته است. آرمان زرگران، عضو هیئت علمی

دانشکده طب ایرانی دانشگاه علوم پزشکی دانشگاه تهران درباره نتایج تحقیقات و بررسی‌های دانشگاهی طب سنتی ایرانی در مقایله با کرونا در گفت‌وگو با رسانه‌ها گفته بود: تعداد

هیئت علمی طب ایرانی حدود سه دهم درصد کل هیئت علمی دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور است؛ اما یک چهارم طرح‌های کووید ۱۹ که موفق شدند کد اخلاق دریافت کنند، متعلق به طب سنتی است که این نشان‌دهنده پتانسیل و دغدغه زیادی است که متخصصان این حوزه دارند و در عین حال در این فضا با نگاه علمی وارد شدند. «والبتّه در لایه‌لای حرف‌هایش تأکید کرده بود که هیچ‌کدام از این دارو‌ها درمان اصلی کرونا نیستند و فقط در بسیاری از شاخص‌ها کمک‌کننده هستند؛ مثلاً روی میزان سرفه، افت اکسیژن، بهبود علائم و بخش‌های مختلف تأثیر داشتند که این‌ها برای ما پتانسیل ایجاد می‌کند و می‌تواند مبتنی بر دانش بومی ما با کمترین هزینه در بهبود حال بیماران کمک‌کننده باشد. از سویی موضع وزارت بهداشت در حوزه طب سنتی موضع پژوهش است؛ یعنی گفتند طب سنتی در حوزه پژوهش اثربخشی خود را نشان دهد و ما هم همین مسیر را قیّم و در پژوهش نتایج‌مان در حال بیرون آمدن است و این نتایج وقتی جمع‌بندی شود در قالب گزارش‌های متقن و مفصل خدمت مقامات مربوطه در ستاد مبارزه با کرونا و غیره پیشنهاد خواهد شد و

مستولان مربوطه درباره‌اش تصمیم خواهند گرفت؛ بنابراین مسیری که در وزارت بهداشت در حوزه طب سنتی طی شد، مبتنی بر پژوهش بود.»

✱ مخالفی که موافق شد!

در این میان، اما کیانوش جهانپور، سخن‌گوی سازمان غذا و دارو یکی از افرادی بود که تا چندی پیش از مخالفان سرسخت طب سنتی در درمان کرونا بود و اظهار نظرهای متعددی در صفحه شخصی‌اش در توییتر در این باره بیان می‌کرد و مدعیان اثربخشی طب سنتی را کلاه‌بردار می‌خواند. زور وزارت بهداشت، اما به مدعیان طب سنتی نرسید و بالاخره کفه ترازوی آن‌ها سنگین‌تر شد؛ آنچنان که استعفا رضا ملک‌زاده، معاون تحقیقات وزارت بهداشت که یکی از دلایل کناره‌گیری‌اش از همکاری با وزارت بهداشت و درمان آن هم در شرایط بحرانی که کرونا اوج گرفته و روزانه تعداد زیادی را روانه گورستان می‌کند، مدیریت‌تر نقش پاندمی کرونا و ادغام طب سنتی در نظام درمانی بیان کرده، هم نتوانست مانع تغییر رویکرد وزارت بهداشت در رابطه با اثربخشی داروهای گیاهی در درمان بیماری کووید ۱۹ شود. در همین راستا این وزارتخانه چندی پیش بالاخره از مواضع خود کوتاه‌آمد و عنوان کرد که چهار داروی گیاهی مؤثر در بهبودی بیماران کرونا پس از انجام آزمایش‌های بالینی

نتیجه‌بخشی خود را در بهبود و کمک به فرایند درمان بیماری کووید ۱۹ ثابت کرده‌اند. این داروها که جهانپور آن‌ها را اینگونه معرفی می‌کند، عبارت‌اند از: «اسپری دهانی PHR+ ۱۶ حاوی شش اسانس گیاهی که با توجه به نتایج کارآزمایی بالینی ارائه شده به بهبود عوارض ریوی کووید ۱۹ شامل تنگی نفس، سرفه، اکسیژن شریانی کم می‌کند. شربت موکوزیت حاوی عصاره آبی میوه دو گیاه است که با توجه به مدارک کارآزمایی بالینی ارائه شده برای بهبود علائم خستگی و بی‌اشتهایی در بیماران مبتلا به کووید ۱۹ مورد مصرف است. استاپ سیویر است که البته نام فرآورده تأیید نهایی نشده است؛ این فرآورده بر اساس کارآزمایی بالینی برای کاهش دوران بستری و بهبود هاپتوسیس مورد مصرف است و حاوی هفت جزء گیاهی است. آنوال اس حاوی یک جزء گیاهی است که البته نام فرآورده تأیید نهایی نشده است؛ این فرآورده بر اساس کارآزمایی بالینی برای بهبود برخی علائم بیماری مصرف دارد.» علیرضا زالی، رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی نیز در همین باره به رسانه‌ها گفته است: «با نگاه عمیق پزشکان و متخصصان طب سنتی و نوین خبرهای خوشی را خواهیم داشت به طوری که تاکنون چهار داروی گیاهی برای مقابله با کرونا مجوز لازم گرفتند. حدود پنج ماه است که روی یک دارو با وسواس علمی و متعصبانه کار می‌کنیم و این

دارو با تمام داروهای مشابه در جهان تفاوت دارد که در فرصت مناسب آن را اعلام خواهیم کرد. این دارو یک ویژگی متمایز دارد که در سه مرحله متوالی در افزایش سیست دفاعی بدن مؤثر است و این دارو نشان داده است که به شکلی مانع از اتصال ویروس به گیرنده می‌شود و چنین دارویی را در هیچ کجای دنیا ندیده‌ایم و باید بگوئیم که این دارو عصاره ترکیبی خاص است که فقط در ایران یافت می‌شود.» البته این اظهارنظرها در رابطه با طب سنتی در حالی است که مدعو د مردانی که عضو کمیته علمی ستاد ملی مقابله با کروناست حساب خود را از دیگر اعضای این ستاد سوا و اعلام کرد که طب سنتی قادر به درمان بیماری کرونا نیست؛ آنجا که به شهروند آنلاین گفت: «هنوز داروی درمان این بیماری مشخص نشده است، مراحل بیماری شناخته نشده، واکسن بیماری شناخته نشده، طب سنتی می‌خواهد روی چه چیزی اثر بکند؟! باید ببانند اثرش بر چه قسمتی است و روی آن قسمت کار کنند. وقتی مکانیزم‌های ایجاد بیماری در کرونا هنوز برای همه محققان دنیا شناخته نشده است طب سنتی می‌خواهد چه کاری انجام دهد؟ بدبختی این است که برخی می‌خواهند از آب گل آلود ماهی بگیرند. عده‌ای می‌روند دم نوش و گل بنفشه درست می‌کنند؛ در حالی که هیچ کدام از این موارد در هیچ مطالعه علمی ثابت نشده

در هیچ مطالعه علمی ثابت نشده

در هیچ مطالعه علمی ثابت نشده

در هیچ مطالعه علمی ثابت نشده

می‌گوید: «در تهران به ویژه در شرایط نارنجی ما در ساعاتی در حمل‌ونقل پیک تردد داریم. در همین راستا هم برنامه‌ای به مسئولان حمل‌ونقل شهری درباره تهویه در اتوبوس‌ها و مترو با توجه به سرد شدن هوا هشدار داده‌ایم تا نکات بهداشتی با تهویه مناسب رعایت شود.»
اوبه بازرسی‌های اموران بهداشت محیط نیز اشاره می‌کند و در عین حال می‌گوید: «عمده تخلفات در این مدت، عدم رعایت پروتکل‌های بهداشتی بوده است. کارشناسان ما پروتکل‌های بهداشتی را در اماکن مجاز به فعالیت کنترل می‌کنند؛ یعنی گروه یک و دو. در شرایط فعلی ما، گروه اصناف هم نباید از زیر مجموعه خود غافل شوند؛ زیرا اجرای مصوبات ستاد کرونا به عهده تمامی دستگاه‌هاست. طبق مصوبه ستاد ملی مقابله با کرونا همه اتحادیه‌ها و دستگاه‌ها باید بر اجرای پروتکل‌ها نظارت کنند و یک خط تلفن مجزایی را گزارش‌های مردمی اعلام کنند.»

صحف‌ان‌زیا

✱ جامعه ✱

✱ جامعه ✱

است که مؤثر هستند؛ در نتیجه اقدام وزارت بهداشت درست است و بنده از طب سنتی به عنوان طب شادی نام می‌برم. علت عمده اینکه این افراد از این کار نمی‌گذرند این است که منافع مالی دارند.»

✱ مرکزی که آتش به اختیار افتتاح شد

موضع‌گیری عضو ستاد ملی مقابله با کرونا، اما چندان به چشم نیامد و ماجرا، تنها به معرفی این چهار داروی گیاهی ختم نشد و در ماه گذشته نخستین مرکز خدمات طب سنتی ایران ویژه بیماران کرونا، توسط دانشکده طب سنتی ایران دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی و با همکاری دفتر طب ایرانی و مکمل وزارت بهداشت و حمایت ستاد مقابله با کرونا ی کلان‌شهر تهران مرکز خدمات طب سنتی ایران ویژه بیماران کرونا» افتتاح شد که البته با اما و اگرها و انتقادهای زیادی روبه‌رو شد؛ مرکزی که زهراشیخی، نماینده اصفهان برای راه‌اندازی آن دست به قلم شد و خطاب به رئیس جمهور نامه نوشت و با اشاره به تجربه کشورهای مختلف در استفاده از ظرفیت طب بومی‌شان برای مهار کرونا، خواستار تشکیل کمیته طب سنتی و مکمل در ستاد ملی کرونا شد. نتیجه این نامه، اما راه‌اندازی مرکز خدمات طب سنتی شد؛ اقدامی که به گفته شیخی «کاملاً جهادی، آتش به اختیار و در راستای سیاست‌های ابلاغی سلامت بوده است.» این در حالی است که محسن مصلحی، دبیر شورای عالی نظام پزشکی کشور در گفت‌وگو با «اصفهان زیبا» در رابطه با اثربخشی داروهای گیاهی در درمان بیماری کووید ۱۹ می‌گوید:

«در کشور آلمان که تقریباً سرآمد طب سنتی است، تمام گونه‌های دارویی ابتدا بررسی و سپس بهترین آن انتخاب می‌شوند. گونه‌های گزینش شده، اصلاح ژنتیکی می‌شوند و در زمین‌هایی که واجد شرایط خاص هستند، پرورش داده می‌شوند. پس از آن گیاه آزمایش بالینی می‌شود و در صورت اثربخشی و نتیجه‌بخش بودن مجوز استفاده دارویی دریافت می‌کند؛ درحالی‌که در ایران، شرایط به این گونه نیست. برای مثال مردم می‌پندارند که هر گیاهی مشابه با گل گاوزبان یا «شیرین بیان» که در هر شرایطی به عمل آمده، قابلیت استفاده دارد. در صورتی که چنین باوری نادرست است و اتفاقی می‌تواند منجر به پیامدهای نامطلوبی در بیمار شود.» البته این موضوع به این معنا نیست که طب سنتی از پایه و اساس نادرست است و کارایی ندارد؛ بلکه مشکل کار مدعیانی است که بدون داشتن علم و دانش در این باره اظهار نظر می‌کنند و مردم را فریب می‌دهند؛ «این افراد، حتی اجازه نمی‌دهند دارو آنالیز کارایی یا عدم کارایی آن مشخص شود. این ادعاها آنقدر بزرگ است که بیمار مستاصل را وادار می‌کند تا به داروهای گیاهی نامعتبر اعتماد و از آن‌ها استفاده کند. به نظرمی‌رسد خود وزارت بهداشت نیز در این باره عوام‌گرایی عمل کرده است؛ زیرا بسیاری از افرادی که در دانشکده‌های طب سنتی تحصیل می‌کنند، چنین ادعاها ی بزرگی را دارند و اتفاقاً در برابر آن، واکنش نشان می‌دهند.»

✱ خبر خوان ✱

۲۱ میلیون واکسن کرونا از چهار کشور پیش خرید می‌شود



سخن‌گوی سازمان غذا و دارو گفت: علاوه بر پیش خرید واکسن از مجموعه کوواکس سازمان بهداشت جهانی که توافق‌نامه آن امضا شده، مذاکرات مختلف برای پیش خرید حدود ۲۱ میلیون دوز واکسن کرونا از چهار کشور تولیدکننده واکسن در حال انجام است. کیانوش جهانپور در گفت‌وگو با ایرنا افزود: مذاکرات مختلفی برای پیش خرید واکسن کرونا با چهار کشور شرکت‌های تولیدکننده آن‌ها که مراحل تولید واکسن کرونا را جلو برده‌اند، در حال انجام است؛ اما مشکل اساسی، سایه تحریم‌های بانکی و مالی است که علیه مردم ایران وضع شده و مشکلاتی در روند خرید واکسن ایجاد می‌کند. او ادامه داد: توافق‌نامه پیش خرید ۱۶ میلیون و ۸۰۰ هزار دوز واکسن از مجموعه کوواکس با سازمان بهداشت جهانی امضا و پیش خرید شده است؛ اما سایه تحریم‌ها بر همه خریدهای واکسن و مبادلات بانکی وجود دارد.

سخن‌گوی سازمان غذا و دارو گفت: علاوه بر آن مذاکرات مختلفی با چهار کشور برای پیش خرید ۲۰ تا ۲۱ میلیون دوز واکسن کرونا در حال انجام است که در صورت نهایی‌شدن با تأیید سازمان غذا و داروی ایران، در کشور مورد استفاده قرار می‌گیرند؛ البته تأیید سازمان‌ها و مجامع معتبر بین‌المللی نیز در تأیید سازمان غذا و داروی ایران مؤثر است.

جهانپور افزود: همان‌طور که رئیس بانک مرکزی اعلام کرده است، مهم‌ترین مشکل در روند خرید واکسن کرونا، تحریم‌های بانکی و تحریم‌ها و رفتارهای غیربشردوستانه آمریکا و هم‌پیمانان این کشور است که بر مبادلات مالی با کشورها سایه افکنده، اما دولت همه تلاش خود را برای تأمین واکسن کرونا انجام می‌دهد و همه تلاش دولت و وزارت بهداشت این است که اولین محموله واکسن کرونا از مجموع ۴۲ میلیون واکسنی که قرار است از خارج خریداری شود، اوایل سال میلادی آینده وارد کشور شود.

به گزارش ایرنا، در مجموع حدود ۴۲ میلیون واکسن کرونا برای ۲۱ میلیون نفر بیماران خاص، گروه‌های پرخطر، بیماران زمینه‌ای و کارکنان نظام سلامت خریداری می‌شود که ۱۶ میلیون ۸۰۰ هزار دوز آن از مجموعه کوواکس و حدود ۲۱ میلیون دوز آن از کشورهای تولیدکننده واکسن به طور مستقیم است و بقیه آن قرار است از طریق قراردادهای تولید مشترک با برخی کشورها تأمین شود و بقیه نیاز کشور برای تأمین واکسن عموم مردم قرار است از طریق تولید داخل در سال آینده تأمین شود.

مذاکرات مختلفی با کشورها و شرکت‌های تولیدکننده واکسن کرونا در حال انجام است. واکسن‌هایی که مراحل مختلف کارآزمایی بالینی را طی می‌کنند و پس از تأیید نهایی در کشور برای واکسینه‌کردن مردم علیه بیماری کووید ۱۹ مورد استفاده قرار می‌گیرند.

واکسن کرونا در کشورهای مختلف به روش‌های مختلفی در حال تولید است، برخی از این واکسن‌ها ویروس ضعیف شده کرونا و برخی دیگر با استفاده از تکنولوژی پیشرفته MRNA و کددار کردن پروتئین ویروسی تولید می‌شود. واکسن‌های تولیدشده به روش‌های مختلف عمدتاً برای ایجاد ایمنی در بدن افراد به‌دوینت تزریق با فاصله نیاز دارند. میزان مصونیت برخی از واکسن‌های تولیدشده بر اساس اعلام شرکت‌های تولیدکننده بالای ۹۰ درصد است.

بیماری کووید ۱۹ بر اساس آمار رسمی کشورها تاکنون بیش از ۶۷ میلیون نفر را در دنیا مبتلا کرده و بیش از یک میلیون و ۵۰۰ هزار نفر نیز بر اثر این بیماری جان خود را از دست داده‌اند. در ایران نیز بر اساس اعلام وزارت بهداشت تاکنون بیش از یک میلیون نفر به طور قطعی به این بیماری مبتلا و شناسایی شده‌اند و از این تعداد حدود ۵۱ هزار نفر جان خود را از دست داده‌اند.

تأکید وزارت بهداشت بر لزوم استفاده از ماسک در کودکان



سخن‌گوی وزارت بهداشت با تأکید بر لزوم استفاده از ماسک توسط تمام گروه‌های سنی، شرایط استفاده از ماسک توسط کودکان را توضیح داد. به گزارش ایسنا، دکتر سیما سادات لاری، گفت: تمام گروه‌های سنی از جمله کودک و نوجوان در معرض خطر ابتلا به کرونا هستند، بنابراین لزوم استفاده از ماسک توسط این گروه سنی و نظارت مداوم والدین در نحوه صحیح استفاده از آن اهمیت ویژه‌ای دارد. توصیه ما این است برای کودکان از ماسک‌های متناسب با اندازه صورت استفاده کنید. همچنین برای تشویق این عزیزان به ماسک‌زدن از ماسک رنگی و جذاب استفاده کنید.

او افزود: به کودکان آموزش دهید تحت هیچ شرایطی ماسک خود را با دیگران تعویض نکنند و هرگز به بخش جلویی ماسک دست نزنند و به هنگام برداشتن آن از روی صورت استفاده نکنند. از قسمت بندها خارج کنند. در صورت مرطوب یا آلوده شدن ماسک آن را تعویض کرده و در سطل زباله درب‌دار بیندازند. لاری تأکید کرد: ضروری است اگر کودک اختلال شناختی یا تنفسی شدید دارد و در تحمل استفاده از ماسک مشکل دارد، حتماً با پزشک استفاده از ماسک در نازدندان کودکانی که نقص ایمنی یا کودکان دارای فیبروز کیستیک یا کودکان مبتلا به سرطان استفاده از ماسک توصیه می‌شود، اما این کار باید به مشورت پزشک انجام شود. او تأکید کرد: برای کودکانی که مهارت لازم جهت استفاده از ماسک ندارند مانند کودکانی که دچار اختلالات تکاملی، ناتوانی، کم‌شنوایی، معلولیت و... هستند از محافظ صورت استفاده کنید. محافظ‌های صورت چندبار مصرف باید پس از هر بار استفاده با آب و صابون شسته شوند و با الکل ۷۰ تا ۹۰ درصد ضدعفونی شوند.

پس از رکوردهای مداوم مرگ‌میر کرونا در کشور به دنبال آن اعمال محدودیت‌های سختگیرانه از اول تا ۱۴ آذرماه، نظارت بر رعایت این محدودیت‌ها به‌ویژه از سوی مشاغل هدف، تشدید شد و بر همین اساس هم به اذعان معاون فنی مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت، طی دو هفته گذشته دو هزار و ۲۵ واحد صنفی متخلف تعطیل و ۲۱ هزار و ۷۰۰ اخطار کتبی نیز برای متخلفان صادر شده است. به گزارش ایسنا، مرگ‌های بیش از ۴۰۰ تایی کرونا و رکورد شکنی‌های پی‌درپی بیماری در کشور، منجر به اعمال محدودیت‌های شدیدتر دو هفته‌ای در کشور شد؛ محدودیت دو هفته‌ای در فعالیت مشاغل غیر ضروری در شهرهای قزو و محدودیت تردد از ساعت ۲۱ تا ۳ صبح.

با مشخص شدن نتایج مثبت این محدودیت‌ها و اقدامات انجام‌شده قبل از آن و همچنین تغییر وضعیت تعداد زیادی از شهرها از قرمز به نارنجی، از شنبه ۱۵



هستند که از شنبه ۱۵ آذرماه پس از اعمال محدودیت‌های دو هفته‌ای اجازه فعالیت یافتند؛ موردی که معاون فنی مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت در شیوع پروتکل‌های بهداشتی در آن تأکید دارد. در مجموع به گفته فرهادی، ۷۲۸۰ درصد در عموم پروتکل‌های بهداشتی رعایت شده است؛ اما ساعت ۲۲ درصد رعایت نمی‌شود.

همچنین اعمال محدودیت‌ها در کل کشور حدود ۸۵ تا ۹۰ درصد موفق بوده است، البته تردد‌ها در مواردی نقض شده است. هرچند اعداد همگاری مردم خوب بوده، اما وزارت بهداشت برای کنترل و مهار ویروس، اعداد همکاری بالاتر از ۹۰ و ۹۵ درصد را انتظار دارد؛ خصوصاً اکنون که شرایط سرما و بارندگی را تجربه می‌کنیم، زدن ماسک

پویش مردمی حفاظت از میراث فرهنگی گلبایگان؛ الگویی برای کشور



راه اندازی پویش حفاظت از میراث فرهنگی گلبایگان ازسوی جمعی از اهالی این شهرستان درفصل بارزندی می تواند الگویی برای سراسر کشور به منظور پاسداشت هویت ملی و تاریخی وطنمان باشد.

به گزارش ایرنا، گلبایگان یکی از شهرستان های استان اصفهان است و با پیشینه باستانی و تاریخی هفت هزار ساله حدود ۲۵ اثر تاریخی، فرهنگی و گردشگری دارد که ۲۹ اثر تاریخی آن در فهرست آثار ملی ثبت شده است.

بر اساس اسناد موجود، نام گلبایگان از «ورتپاکان» آمده که به معنای شهری سبز زمین ورتپا است .این کلمه یکی از نام های ایران است که به تدریج به وردپات، وردپاذ، کردپاز و گلباد تبدیل شده است.

مسجد جامع، مناره سلجوقی، امامزاده هفده تن، ارگ گوگد، بازار سنتی، امامزاده سیدالسادات، پل قاضی زاهد، آرامگاه ناصر بن علی، قلعه تاریخی روستای وانشان، خانه های تاریخی شجاع نظام و معظمی و سنگ نگاره های منطقه غرغاب از مهم ترین آثار تاریخی این شهرستان به شمار می آید.

مناره سلجوقی از بلندترین مناره های سده پنجم هجری قمری و دارای کتیبه آجری به خط کوفی است وبقعه هفده تن مربوط به قرن یازدهم هجری و هم زمان با سلطنت شاه عباس اول صفوی است که بر بنای هشت گوش آن، گنبد کاشی کاری نفیسی قرار دارد.

ارگ گوگد از مهم ترین جاذبه های تاریخی و گردشگری این شهر است که با مصالح خشت و گل با چهار برج مدور به صورت قله ای نظامی استفاده می شده است. این قلعه زیبایی بازسازی شده، علاوه بر دارا بودن هتل و رستوران، به صورت یک مجموعه تفریحی و فرهنگی مورد استفاده قرار می گیرد و در جذب گردشگران داخلی و خارجی تأثیر بسزایی دارد.

در سال های اخیر اقدامات بسیاری در شهرستان گلبایگان برای توسعه صنعت گردشگری با حفاظت و مرمت آثار تاریخی و راه اندازی اقامتگاه های بوم گردی انجام شد که از جمله آن ها می توان به مرمت مسجد جامع، خانه معظمی، برج و بیاع علی اکبری، سردر امامزاده هفده تن، خانه شجاع نظام، پل قاضی زاهد و حمام تاریخی ملاسلا الله و راه اندازی ۱۰ اقامتگاه بوم گردی اشاره کرد.

بااین وجود همواره مسئولان و کارشناسان میراث فرهنگی بر اجرای برنامه ها و تخصیص بودجه های بیشتر برای حفظ نگهداری این آثار تأکید کردند و در همین پیوند جمعی از دوستداران میراث فرهنگی گلبایگان اقدام به راه اندازی پویش مردمی حفاظت از آثار تاریخی و طبیعی این شهرستان کردند تا از طریق آن بتوانند سهم افزون تری در پاسداشت هویت منطقه و کشور خود داشته باشند.

دراین پویش که با شعار «در فصل بارش، بناهای تاریخی را از آسیب حفظ کنیم» آغاز شد، برپایزه مستمر از بناهای زمان بارندگی، بررسی ناودان ها و مسیر آبروها، برف رویی قبل از آسیب به بنا و ترمیم اضطراری خرابی های بناهای تاریخی تأکید شده است.

به گفته رئیس اداره میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی گلبایگان، این پویش با مشارکت انجمن های دوستداران میراث فرهنگی شهرستان از جمله «وردپاکان» و «تیمره» و با توجه به آغاز بارندگی ها راه اندازی شد. در مرحله نخست آن، دوستداران میراث فرهنگی در قالب چند تیم پشت بام ها، آبرها و مسیرهای تخلیه آب باران و برف را در محل آثار تاریخی بررسی می کنند.

مصطفی قانونی افزود: در مرحله دوم، طرح آموزش عمومی آشنایی با مبانی میراث فرهنگی و گردشگری ویژه داوطلبان حضور در این پویش برگزار می شود تا آن ها بتوانند به کارکنان میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی شهرستان برای حفاظت هرچه بهتر و بیشتر از آثار تاریخی کمک کنند.

اظهار کرد: با توجه به گستردگی این شهرستان و دسترسی دشوار به برخی مناطق و آثار تاریخی، در قالب این پویش تیم هایی از دوستداران میراث فرهنگی با همکاری یگان حفاظت از آثار تاریخی تشکیل شده است تا همه آثار میراثی شهرستان را از جمله قلعه ها، کاروان سراها، کیوت خانه ها و خانه های قدیمی بازدید کنند.

قانونی با اشاره به اینکه تا کنون حدود ۱۸۰ اثر تاریخی در این شهرستان شناسایی شده است و ۲۹ اثر از میان آن ها در فهرست آثار ملی قرار دارد، تأکید کرد: گلبایگان تا کنون در جلب مشارکت های مردمی در بخش حفاظت از میراث فرهنگی بسیار موفق بوده است.

مدیرعامل انجمن دوستداران میراث فرهنگی گلبایگان (وردپاکان) به برخی مشکلات موجود برای حفاظت از آثار تاریخی اشاره و تصریح کرد: بیشتر بناهای تاریخی در این شهرستان از نوع خاک، گل و خشت است که آسیب زیادی بر اثر وقایع طبیعی مانند بارندگی می بینند و نیاز به اقدامات حفاظتی و تخصیص بودجه بیشتر دارند.

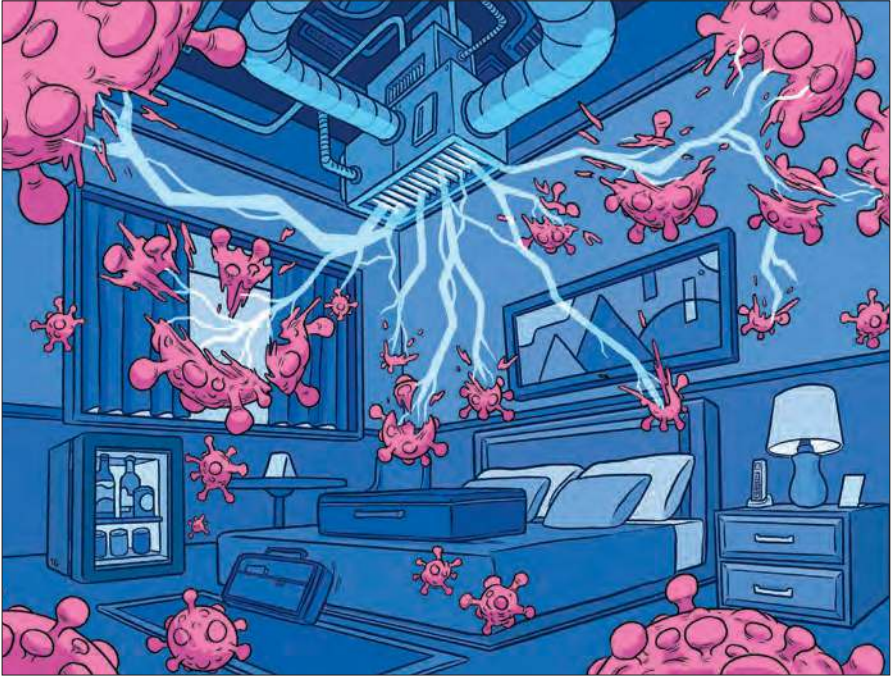
مهدی یآوری با تأکید بر اینکه تا کنون اقدامات و فرهنگ سازی بسیاری در این خطه برای حفاظت از آثار تاریخی شده است، خاطرنشان کرد: شکل های دوستدار میراث فرهنگی گلبایگان برای ثبت ملی برخی از این آثار و جذب بودجه مورد نیاز برای آن به ویژه از طرف خیران فعالیت بسیاری کردند.

او یکی دیگر از اقدامات دوستداران میراث فرهنگی در گلبایگان ر شناسایی بناهای تاریخی در معرض تخریب با کمک دهیاران و شهرداران این شهرستان عنوان و اضافه کرد: در این کار با موفقیت های بسیاری همراه بودیم؛ به طوری که با بازسازی اضطراری برج قلعه ورداغ در گلشهر، این سازه پارچا ماند.

لارم به ذکر است، شهرستان گلبایگان با بیش از ۹۰ هزار نفر جمعیت و سه شهر گلبایگان، گوگد و گلشهر و ۵۲ روستا و آبادی در ۱۸۰ کیلومتری شمال غربی اصفهان قرار دارد.

صحنه‌ان زیبا

میراث و گردشگری *



گرفتند؛ در یک سو، همه چیز تعطیل و

در سوی دیگر، همه چیز منطبق شد! در آن سوی

جدید اختراع کردند یا امکانات پیشین را افزایش دادند و تبلیغات را به سمتی پیش بردند که گردشگری پذیری شان

کتر آسیب بینند.

سرویس سفر نیویورک تایمز در گزارشی

به هتل ها و کشتی های کروز

پرداخته است که از سیستم پیشرفته

تصفیه هوا برای مقابله با ویروس کرونا

استفاده کرده‌اند. آن ها با این روش ها سعی دارند گردشگران را برای سفر امن

در دوران کرونا تشویق کنند.

الین گلو سک (Elaine Glusac) در این

گزارش نوشته است: «وقتی ویروس

کرونا در جهان شایع شد، اولین اقدام

هتل ها این بود که پروتکل های

بهداشتی شان را با شرایط جدید تطبیق

دهند؛ مثلاً به پاشش الکترواستاتیکی

مواد ضد عفونی کننده و اتاق ها و

فضاهای مختلف را در معرض اشعه

ماوراء بنفش قرار دادن، پرداختند.»

به روایت این گزارش، تصفیه پیشرفته

هوا برای از بین بردن ریسک ابتلا به

کرونا، عنوانی است که جدیداً در تبلیغات

مجموعه های گردشگری شایع شده

است. ما چرا این بود که در ابتدا تصور

می شد ویروس کرونا فقط از طریق

سطوح منتقل می شود؛ بنابراین همه

تبلیغات بر این اساس استوار بود؛ ولی

حالا با اثبات این قضیه که ابتلا از طریق

استشام هوای آلوده هم ممکن است،

مجموعه های گردشگری به سمت

تطبیق با شرایط موجود پیش رفته‌اند.

کارلوس سامرینتو (Carlos Samiento)

مدیر اجرایی هتل پاسو دل نورت تگزاس

(Hotel Paso del Norte in El Paso, Texas)

در گفت وگو با این خبرنگار

گفت: «بهترین مکانی که هر هتل در هر

موقعیتی باید در اختیار همپانانش قرار

دهد، امنیت است؛ به خصوص خیال

جمع بابت سالم بودن هوای تنفس!

این هتل صدو هشت ساله اخیراً بعد از

چهار سال بازسازی و مرمت، با نصب

سیستم جدید تصفیه هوا (سیستمی با

عنوان Plasma Air) با انتشار یون های

بادراره خنثی سازی ویروس و فیلتر کردن

ذرات می پردازد) بازگشایی شد. بعد از

ایرلین ها، حالا هتل ها هم به سمت

فراهم کردن هوای فیلتر شده در حد

استانداردهای بیمارستانی (hospital –

grade, high –efficiency particulate

filters (HEPA) air) پیش رفته‌اند.

گفته می شود این سیستم تا ۹۹ درصد در

زدودن ذرات ملق در هوا از جمله ویروس

کرونا مؤثر است.

نکته دیگر این است که به هر حال،

هتل ها و کشتی ها بهتر می توانند رعایت

فاصله اجتماعی را تضمین بدهند؛ با این

وجود به جرگه ایرلین ها پیوسته‌اند و

در تبلیغاتشان از هوای سالم هم برای

گردشگران می گویند.

هتل ها به سمتی پیش رفته‌اند که

تمام فضاهاشان را برندهای مطرح

دستگاه های تصفیه هوا پالایش کنند؛

مثلاً مجموعه هتل های هیلتون از نوع

پیشرفته دستگا تهویه هوا استفاده

می کنند؛ اما این ماجرا فقط به هتل های

لاک زری و پنج ستاره ختم نمی شود.

نسل جدیدی از هتل ها و کشتی های کروز به صنعت گردشگری دنیا معرفی شده‌اند. آن ها هوای فیلتر شده و محیط امن ضد ویروس کرونا برای گردشگران فراهم می کنند تا هم آن ها به مراد دلشان برسند و هم صنعت گردشگری ورشکسته نشود.

ادامه گردشگری با هتل های ضد ویروس

گزارش نیویورک تایمز از ابداعات ضد کرونایی سیستم گردشگری جهان

مناسب انجام شوند؛ درست مثل وقتی که می خواهیم یک ارکستر خوب داشته باشیم و برای این کار همه نوازنده ها باید خوب و هماهنگ بنوازند!

.....

هتل ها به سمتی پیش رفته‌اند که تمام فضاهاشان را برندهای مطرح دستگاه های تصفیه هوا پالایش کنند؛ مثلاً مجموعه هتل های هیلتون از نوع پیشرفته دستگاه تهویه هوا استفاده می کنند



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



تفاوت به رنگ مدال

شرایط تمرینی متفاوت برای ورزشکاران پارالمپیک و شانس کسب سهمیه

آن طور که ورزشکاران اصفهانی گفته اند براساس تصمیم کمیته ملی پارالمپیک، شرایط تمرینی براساس شانس مدال ملی پوشان در نظر گرفته می شود، بدین ترتیب که ورزشکارانی که شانس کسب مدال طلا دارند، تمریناتشان رازبیر نظر مربیان تیم ملی برگزار می کنند؛ اما ورزشکارانی که شانس کسب مدال نقره و برنز دارند، باید در شهرهایشان تمرینات خود را دنبال کنند.

دبیر هیئت ورزش های جانبازان

و معلولان استان اصفهان تأکید دارد که تمرینات ورزشکاران رشته های زیرمجموعه هیئت پیش ترنیز به صورت غیرمتمرکز بوده؛ اما در برخی رشته ها مانند دوومیدانی مراحل اولی از اردوهای تیم ملی به طور متمرکز در کیش برپا شد که اصفهان نیز در این اردو نمانده داشت. به گفته محمدصادق پسندیده، تقسیم بندی طلایی، نقره ای و برنزی به دلایلی از جمله مباحث مالی و تمرینی به جهت برنامه ریزی برای ورزشکاران

پارالمپیک، علیرضا مختاری فلان آنها ورزشکار اصفهانی است که در مسابقات جهانی امارات، سهمیه دریافت کرد؛ اما آن طور که دبیر هیئت ورزش های جانبازان و معلولان استان اصفهان می گوید، سهمیه های پارالمپیک به نام افراد نیست و براساس کلاس پزشکی و رشته ورزشکار در نظر گرفته می شود؛ اما مختاری در صورت حفظ آمادگی و کسب رکورد های خوب در رویدادهای پیش رو می تواند در کاروان اعزامی پارالمپیک جای بگیرد.

به گفته پسندیده، هفت ورزشکار اصفهانی در رشته های مختلف شانس کسب سهمیه و حضور در کاروان پارالمپیک را دارند که رشته دوومیدانی نفرات بیشتری را شامل می شود. داوود علی قاسمی، در رشته دوومیدانی در حال حاضر تمریناتش با نظارت مربیان تیم ملی انجام می شود و اسفند باید در مسابقات رکوردگیری که به میزبانی تهران برگزار می شود، شرکت کند که با توجه به شرایط رکوردی، وضعیت مطلوبی دارد.

فائزه کرمانی و رشید مسجدی، دو دهنده دیگری هستند که می توانند در مسابقات انتخابی اسفند، شرایط را به سود خود کنند؛ البته مسجدی به دلیل اینکه کلاس پزشکی بین المللی ندارد، در صورت دستیابی به رکورد های مورد نظر، در مسابقات فزاع شرکت می کند.

از جمع رشته های تیمی، بسکتبال با ویلچر و والیبال نشسته سهمیه پارالمپیک توکیو را به دست آورده اند که برخلاف والیبال نشسته که در دسته طلایی ها جای دارد، رشته بسکتبال با ویلچر پس از بحث و بررسی بسیار در جمع رشته های اعزامی جای گرفت. ایمان یک زاده و دانیال ذاکری، دو ملی پوش اصفهانی هستند که به همراه تیم ملی در مسابقات آسیا اقیانوسیه سهمیه پارالمپیک کسب کردند و آن طور



طبق جدول اعلام شده از سوی کمیته بین المللی المپیک، تعداد وزنی رشته های کشتی آزاد و فرنگی، توکواندو و جودو بدون تغییر در این رقابت ها برگزار خواهد شد. براین اساس در کشتی آزاد رقابت ها کماکان در ۶ و ۸۵، ۵۷، ۶۵، ۷۴ و ۹۷ کیلوگرم و در کشتی فرنگی نیز شاهد رقابت کشتی گیران در وزن های ۶۰، ۶۷، ۷۷، ۸۷، ۹۷ و ۱۲۰ کیلوگرم خواهیم بود. در رشته توکواندو مردان نیز رقابت ها همچنان در وزن های ۵۸، ۶۸، ۸۰، ۸۰+ و ۸۰+ کیلوگرم و در بخش زنان نیز در وزن های ۴۹، ۵۷، ۶۷ و ۶۷+ کیلوگرم برگزار خواهد شد. در رشته جودو و در بخش مردان رقابت ها همچنان ۷۲ و وزن ۶۰، ۶۰+، ۷۲، ۸۱، ۹۰، ۱۰۰، ۱۰۰+ کیلوگرم و در بخش زنان نیز در ۷۲ و ۵۲، ۵۲+، ۶۳، ۷۰، ۷۸+ و ۷۸+ کیلوگرم برگزار می شود. / **ایسنا**

احتمال بازگشت زلاتان به تیم ملی سوئد

سرمربی تیم ملی فوتبال سوئد از احتمال بازگشت دوباره ایبراهیموویچ به این تیم سخن به میان آورد. بدون شک ایبراهیموویچ بهترین بازیکن تاریخ فوتبال سوئد بوده است. زلاتان با وجود آنکه ۳۹ سال سن دارد؛ اما همچنان بسیار آماده بوده و در رقابت های سری ۸ با میلان صدر نشین است. این مهاجم سوئدی چهار سال است که از بازی های ملی خدافقطی کرده؛ با این حال آمادگی او در فصل جاری باعث شده تا خبرهایی درباره احتمال بازگشت او به تیم ملی فوتبال سوئد به گوش برسد. بیان اندرسون، سرمربی تیم ملی فوتبال سوئد از احتمال بازگشت دوباره زلاتان سخن به میان آورد. او گفت: وظیفه من به عنوان سرمربی تیم این است که بهترین ها را دعوت کنم. من با زلاتان صحبت کردم؛ اما درباره آنکه چه باهم گفتیم توضیح نخواهم داد؛ چرا که این مربوط به من و زلاتان است. باید این موضوع بیشتر بررسی شده و در نهایت تصمیم نهایی گرفته می شود.

تیم ملی فوتبال سوئد در انتخابی جام جهانی ۲۰۲۲ با تیم های اسپانیا، کوزوو، گرجستان و یونان هم گروه است. اندرسون درباره این گروه گفت: ما بار دیگر با اسپانیا هم گروه شدیم. پیش از این در لیگ ملت های اروپا برابر اسپانیا بازی کردیم و این باعث می شود شناخت خوبی از این تیم داشته باشیم. می توانستیم برابر این تیم به پیروزی برسیم و روی رویی دوباره با آن ها اتفاقی خاص خواهد بود. / **رویترز**

ترس انگلیس از لهستان فقط به خاطر لواندوفسکی

بعد از قرعه کشی رقابت های انتخابی جام جهانی ۲۰۲۲ در قاره اروپا، گرت سائوت کیت، سرمربی تیم ملی انگلیس واکنش به قرعه تمیش به هم گروه شدن با لهستان اشاره کرد و گفت رابرت لواندوفسکی گلزن لهستانی رابزرگ ترین خطر برای تیمش در این گروه می داند. بعد از انجام قرعه کشی مشخص شد انگلیس در گروه ششم رقابت ها با لهستان، مجارستان، آلبانی، آندورا و سن مارینو هم گروه شده است. تیمی که صدر نشین این گروه شود، به صورت مستقیم می رسد در این گروه لهستان و مجارستان اصلی ترین رقبای انگلیس برای هفتمین صعود متوالی به جام جهانی باشند؛ اما سائوت کیت به شخص رابرت لواندوفسکی که اسمال به عنوان نامزد اصلی توپ طلا معرفی می شد اشاره کرد و گفت لواندوفسکی برای تیم ملی انگلیس بزرگ ترین خطر خواهد بود. سائوت کیت گفت: «لواندوفسکی بازیکن بی نظیری است و می توان گفت بهترین شماره ۹ فعلی دنیاست. می شود از هر کی، لواندو و لواندوفسکی به عنوان بهترین شماره ۹ های حال حاضر اروپا و دنیا یاد کرد.» سرمربی انگلیس در ادامه گفت: «لواندوفسکی بازیکنی است که هر لحظه می تواند به تیم حریف ضربه بزند. رکورد گلزنی او برای تیم ملی کشورش واقعا خارق العاده است. ما بدون شک با چالش لواندوفسکی رویه رو خواهیم شد. باید منتظر باشیم تا در زمان مناسب برای این چالش برنامه ای طراحی کنیم. / **ورزش سه**

غرامت سنگین

مانع حضور سرمربی شیلی به جای کی روش

سرمربی تیم ملی فوتبال شیلی در حالی گزینه نخست هدایت تیم کلمبیاست که با مانع بزرگی مواجه است. پس از جدایی کارلوس کی روش از تیم ملی فوتبال کلمبیا به دلیل نتایج ضعیف در آغاز مسابقات مقدماتی جام جهانی قطر ۲۰۲۲، «رینالدو روئدا» سرمربی شیلی همچنان به عنوان اولین گزینه برای تصدی نیمکت تیم ملی کلمبیاست. با این حال، ورود مربی فعلی شیلی به دلیل یک مسئله اقتصادی با چالش مواجه شده است، طبق ادعای سایت «آس» شیلی، بند فسخ قرارداد رینالدو با فدراسیون این کشور بسیار بالاست. اگر فدراسیون شیلی تصمیم به اخراج رینالدو بگیرد، مبلغ پرداختی ۲،۲ میلیون دلار است. اما اگر این مربی خودش استعفا بدهد، باید همان مقدار را پرداخت کند. البته ۲،۲ میلیون دلار تنها مبلغ پرداختی نخواهد بود؛ زیرا این رقم برای بقیه مربیان روئدا (برناردو ردین، کارلوس اوداردو ولاسکو و کیلبرتو رومان) ۱،۲ میلیون دلار افزایش می یابد. به عبارت دیگر، کل خسارت ۳،۴ میلیون دلار است. مبلغی که تیم ملی کلمبیا حاضر به پرداخت آن نیست؛ اما مذاکره را نیز منتفی نمی کند. / **مهر**

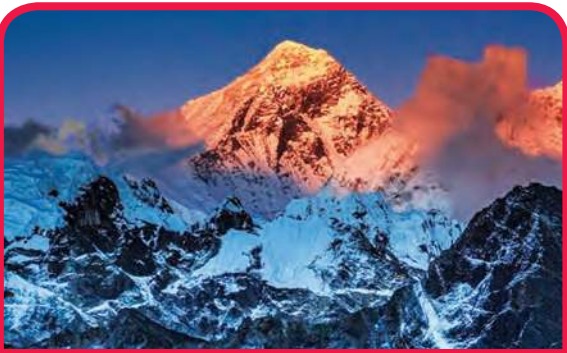
فتاحی: صدای ترقه از بیرون نقش جهان بود

با سایپا هم هماهنگ شده بود که جشن تولدی گرفته شود؛ ولی از بیرون ورزشگاه ترقه زدن و دوستان بزرگش کردند. فتاحی سپس با تأکید بر اینکه ترقه ها و صدای انفجار از بیرون بوده است، در پاسخ به این پرسش که چه کسانی این کار را کرده بودند، بیان کرد: عرض کردم که محرم نویدکیا چهره محبوبی است. ما فقط آبشارهای سپاهان، در گفتم و گویی که با برنامه فوتبال برتر داشت، با اشاره به این موضوع بیان کرد: متأسفانه مسئولان باشگاه سایپا پس از بازی مدام در حال مصاحبه هستند و خیلی این موضوع را بزرگ کردند. او ادامه داد: محرم نویدکیا اسطوره باشگاه سپاهان است و مردم چند سال منتظر بازگشت او هستند. در بازی



آرزو می کنیم که کرونا چره زودتر از این برود؛ ولی این موضوع به نفع تیم هایی شده که هوادار ندارند. دوستان خیلی این موضوع را بزرگ کرده اند. ما توضیحات خودمان را به کمیته انضباطی اعلام کرده ایم و اگر حرف هایی که دوستان زده اند و می گویند محرومیت مادام العمر باید به سپاهان بدهید، تیم های ایتالیایی چه اتفاقی برایشان رخ خواهد داد. میثاقی که قانع نشده بود بار دیگر در خصوص این موضوع پرسید که چطور چطور ممکن است برنامه باشگاه سپاهان با ترقه هایی که از بیرون زده شده، هماهنگ بوده، توضیح داد: مردم اصفهان محرم نویدکیا را خیلی دوست دارند. من بازم تأکید می کنم که این موضوع تأثیری در جریان بازی

اورست ۸۶ سانتی متر قد کشید!



اندازه گیری های چندساله ارتفاع اورست توسط دو کشور نپال و چین به پایان رسید و ارتفاع رسمی این کوه اعلام شد. طبق اعلام رسمی، ارتفاع اورست از این پس، ۸۸۴۸ متر و ۸۶ سانتی متر است. ارتفاع پیشین اورست ۸۸۴۸ متر بود که در سال ۱۹۵۴ توسط نقشه برداران هندوستان محاسبه شده بود.

کاراته رسماً از المپیک ۲۰۲۴ کنار گذاشته شد



کمیته اجرایی بازی های المپیک ۲۰۲۴ پاریس، اوایل سال گذشته پس از برگزاری جلسه اعلام کرد، کاراته از جمله رشته هایی است که در بازی های المپیک ۲۰۲۴ حضور نخواهد داشت. هرچند فرانسه از قدرت های کاراته جهان محسوب می شود و فدراسیون جهانی کاراته نیز به این تصمیم معترض شد؛ اما اعتراض ها در نهایت راه

راه مربیگری «فریاد» و «قلدری» نیست

ایرانی ها قار داده است. با این حال مربیان جوان ایرانی که با حضورشان چرخه استفاده از مربیان قدیمی و همیشگی را برهم زدند، نشان دادند، بهتر از قدیمی های خود می توانند شعار دهند و عمل نکنند. علیرضا منصوریان، وحید بیاتلو، جواد نکونام، آرش برهانی، حنیف عمران زاده، محمود فکری، یحیی گل محمدی، حمید مطهری، داوود فناپس، مهدی هاشمی نسب، رسول خطیبی، محمد ربیعی، مجتبی حسینی و... جزو مربیان زیر ۵۰ سال هستند که در کارهای تیم های خود حضور دارند. مربیانی که فارغ از نتایجی که گرفته اند زیر ذره بین اخلاق نتوانسته اند نمرات قابل قبولی بگیرند. فریاد های عجیب در محوطه فنی نیمکت های لیگ برتری و درگیری های فیزیکی بین آن ها، تلخ ترین صحنه ها را از قشری که مدعی ورود حرفه ای گری به جگره مربیان ایرانی است رقم زده است. قبل و قال هایی که با خود آگاهی شکل گرفته است تا تبدیل به پرسش اصحاب رسانه در نشست های خبری شود. مربیانی که استرس ناشی از نتیجه گیری را دلیل اصلی فریادهای خود در کنار زمین مسابقه عنوان کرده اند. بهانه ای که قطعا نمی تواند مورد قبول اهالی فوتبال باشد. مربیانی که با علم فشار ناشی از مربیگری در بالاترین سطح فوتبالی کشور، هدایت تیم ها را پذیرفته اند؛ اما وقتی کار به چنگال می کشد خود را صاحب حق در فریاد زدن و توهین می دانند.

مربیانی که با محرومیت های کمیته انضباطی در هفته های نخست لیگ برتر نیز مواجه شده اند؛ اما بازم دست از رفتارهای هنجارشکنانه خود برنمی دارند. مربیانی که باید الگوی بازیکنان خود شوند؛ اما کار به جایی کشیده است که بازی های لیگ برتر بارها و بارها متوقف شده تا بازیکنان فرصت جدا کردن دربیان خود را در کنار زمین مسابقه پیدا کنند. مربیانی که از ترس اخراج، ایستاده فریاد می کشند و اخلاق مداری را می کشند. / **مهر**



خاطرات آب



رنا قادادود

نویسنده نوجوان

یادم است در کتابی نوشته بود این جملات را با جان دل بخوان تا شاید بتوانی نه تنها به آب بلکه خودت کمک کنی . نوشته بود:

گویمت از آن زمان ها که نقال از آن جمله سر بسته و گمان همبستگی معانی کلمات می‌گریست و می‌گفت: که گوپی زمانی به پندار خویشان آوردند روی ... که هست فهم ، شهر زنده رود به قد و قامت درک امیران کی کاووس

به گفتار خود پرداختند؛ که‌ای دیار، دیار زنده رود نامیدیم تو را تا ماندگار باشی برای بازماندگان؛ نه آنکه از دیار به معنای دیار فانی برسی و خود رها کنی و خلاص

تا شکلی شود وضع زنده رود ما که ندانی کویر لوت بنامی‌اش یادشت مغان .

آن چنان شده‌ای هراسان نما که گفتم تو را خواستار قد فهم کی کاووس خواستمت نه تنهایی به معنای کاووس جان .

به گونه‌ای شده‌ای که شده‌ام خواستار رهایی، از این واقعیتی که روزی خیالی بودنش هم رعد در تسم می‌انداخت ، شده‌ای همانند قطره در برابر اقیانوسی که صفت اجدادات می‌بردیم به کار .

آری چنان مردمان راه مصرف بی‌رویه آب را بی‌امان طی می‌کنند که دیگر نمانده است خاطره‌ای از آنان که خاطرات آب را نقش وار به برگ می‌کشاند که گر دو بیننده‌ات از کار افتاده بود و به حال الانش نمی‌دیدیش ، بی‌شک همزاد رستم می‌پنداری اش . چنان گوید از آن همه ژلالی‌اش که بی‌قلب شیدا شوی از آن دفترچه خاطرات بی‌پایانش .

باید بشنوی ...



سباداخواه

نویسنده نوجوان

مگر جز این است که پایای ما هنوز روی زمین است و نفس های ما، هر چند سخت باز هم در سینه فرو می‌روند؟

پس چگونه معادلات جهان در هم پیچیده است و دیگر زمان ، در چشم بر هم زدن نمی‌گذرد؟ چگونه آغوش‌های ما آن قدر تنگ شده‌اند که دیگر حتی مجال در آغوش کشیدن یکدیگر را نداریم؟ چگونه باران می‌زند، اما خیس نمی‌شویم؟ چگونه؟

آری

جهان به کلی دگرگون شد و اینکه بعد از این چگونه زندگی خواهیم کرد سوالی است بس هولناک ! آه دنیا....

درست مانند یک انسان زجر کشیده که هر لحظه در اندیشه انتقام است ، می‌سوزانیمان و این داغ خاکسترمان می‌کند وقتی نمی‌دانیم به کدامین گناه....

گمان می‌کنم جهانمان کوچک‌تر از آن است که می‌پنداشتیم . هرگز کسی این چنین سخت و قاطعانه از خواب بیدارمان نکرده بود؛ اما امروز دستی سرد که بوی مرگ می‌دهد به پیشانی مان می‌چسبد، نفسش به صورتمان می‌خورد و زیر لب می‌گوید: کمی پایست ! بعد از یک عمر دویدن در یک دور باطل که گاهی خودت هم نمی‌دانی چرا و از برای چه ، کمی لمس کن ، که زندگی ، چه سخت بی ثبات است آه دنیا....

آن قدر فریاد زدی و کسی نشنید تا بالاخره سیلی به گوش مان زدی و جالب است ما آن قدر به زندگی وابسته‌ایم که اکنون هم به خودمان نمی‌اییم . نتدر می‌دویم تا زمانی که اوضاع جهان خوب شد جلوتر از بقیه باشیم....

اما آیا کسی می‌پرسد جلوتر از بقیه بودن چه سودی دارد اگر روحش بی‌رمق باشد؟ کسی اینجا به فکرم رو خودش هست؟ کسی فکر می‌کند که پس از این، آیا روحمان می‌تواند به حالت عادی برگردد؟

آری شکستن روحمان با یک ضربه سنگین و دردناک رخ نمی‌دهد بلکه آرام آرام ترک می‌خورد... تمام وجودمان ترک می‌خورد و به آهی... فرو می‌ریزد و آنگاه است که هیچ بند زنی نمی‌تواند روحمان را بند بزند.

مهم نیست این روزها چقدر از آبی دور دست زندگی ات فاصله گرفته‌ای ، مهم نیست چند نفر از تو پیشی گرفتند و به تاخت رفتند . مهم ، تنها ، رسیدن نیست . مهم این است که بعد از این اوضاع غم‌آلود جهان رسیده‌هایی که در میان تاخت و تازشان ، روحشان را فرو ریختند و حتی نمی‌دانند کجا و کی ، جلوتر هستی

آیا برای زندگی همین روح آرام بس نیست؟

آری بس است....

باید در کنار تمام ضوابط جسمی که هر لحظه به یکدیگر رعایت کردنشان را یادآور می‌شویم ، به یکدیگر یادآوری کنیم که مراقب روحش باش !

اگر کسی در این مدت این دلواپسی را به تو ابراز نکرده است ، من می‌گویم؛ مراقب روحش باش ! که ما پس از این ، برای زندگی کردن به مامن روح یکدیگر نیازمندیم .

مراقب روحش باش که فریاد امید از دور شنیده می‌شود... اینکه چقدر دور، چه اهمیتی دارد؟ برای زنده ماندن روحش ، باید آن را بشنوی . . .

صمحنان زیبا

* نوجوان *



عطیه میرزاامیری

خبرنگار حوزه نوجوان

« من منصوره مصطفی زاده هستم . تقریباً ۲ سالی است که از نوجوانی ام می‌گذرد و باید بگویم که نوجوانی بسیار لذت بخشی داشتم . کار الان هم نوشتن است و هم نشر کتاب و چون علاقه مند به حوزه کتاب کودک و نوجوان هستم ، در این زمینه دیگران را هم راهنمایی می‌کنم .»

این ها حرف هایی است که منصوره مصطفی زاده در معرفی خودش می‌گوید. لایذ شما هم اسم خانم مصطفی زاده را شنیده باشید . کسی که چند وقتی است در برنامه کتاب باز برای کودکان و نوجوانان ، کتاب معرفی می‌کند، در صفحه اینستاگرامش از دغدغه های مادرانه اش می نویسد و جدیداً هم در برنامه ای به اسم «مامان ها» مجری است . این طور که خودش می‌گوید قبل تر در برنامه های تلویزیونی دیگر به عنوان مهمان حضور داشته است. اما در حوزه کتاب و کتاب خوانی اولین حضورش در برنامه «کتاب باز» بوده است .

* کتاب بازی که به کتاب باز رفت

برمی‌گردیم به قبل تر. به اینکه جرقه نوشتن و از کتاب ها گفتن ، از کجا زده شده است . « حقیقتش حضور من در رسانه و فضای مجازی به قبل از این ها برمی‌گردد. من در فضای شخصی خودم که مثلاً وبلاگم یا صفحه اینستا گرام بود، می‌نوشتم . در واقع مدت ها بود که من در حوزه کتاب کودک و نوجوان محتوا تولید می‌کردم . وقتی برنامه کتاب باز شروع شد، کارشناسان این برنامه دوست داشتند که در تیشمان کسی باشد که در حوزه ادبیات کودک و نوجوان فعالیت کرده باشد و وقتی دیدند که من چنین محتوایی تولید می‌کنم ، به من پیشنهاد دادند تا من به عنوان کارشناس ادبیات کودک و نوجوان در برنامه شان حضور پیدا کنم . این اتفاق خوشایندی برای من و آن ها بود و همکاری خوبی ایجاد شد.»

* شهروندان و مهاجران دنیای مجازی

حرف از کتاب و کتاب خوانی است و این سؤال در ذهنم می‌آید: الانی که این قدر اینترنت گسترش پیدا کرده است ، حالایی که فضای مجازی بر کل زندگی ما فرمانروایی می‌کند، چطور کتاب خواندن هنوز طرفداران خودش را دارد و نوجوانان ، با وجود این شرایط پیچیده اینترنتی ، بیشتر از قبل به سمت کتاب می‌روند؟ خانم مصطفی زاده به این سوالم که از ذهنم به سمت دهانم پرتاب شده بود، این طور جواب می‌دهد: « فضای مجازی

الان به یک پختگی رسیده است. شاید سال های اولی که آمده بود، همه در هول و ولای استفاده متنوع و متفاوت از آن بودند و دائم موضوعات مختلفی را دنبال می کردند. به قول یکی از دوستانم امثال ما که زمان بچگی مان، فضای مجازی ای در کار نبوده، امروزه با وجود این فضا، مهاجران به این دنیا محسوب می شویم . اما الان بچه های نوجوان، شهروندان این دنیا هستند. یعنی از اول در این فضا بزرگ شدند. برای همین از نظران ها چیزی نیست که بگویند " وای، چه چیز جدیدی ! اینترنت یک بخش طبیعی زندگی آن هاست و در این بخش باید طبیعی خود را دنبال می کنند که یکی از این علایق کتاب است.»



عاشق خواندن

کتاب های فانتزی

هستم. سیر خواندن

کتاب های فانتزی با

هری پاتر شروع می شد.

مثلاً هری پاتر را حدود

۱۵ بار خوانده ام

و کتاب محبوبم،

ارباب حلقه هاست

لایذ شما هم اسم خانم مصطفی زاده را شنیده باشید . کسی که چند وقتی است در برنامه کتاب باز برای کودکان و نوجوانان ، کتاب معرفی می‌کند. این طو، که خودش می‌گوید قبل تر در برنامه های تلویزیونی دیگر به عنوان مهمان حضور داشته است، اما در حوزه کتاب و کتاب خوانی اولین حضورش در برنامه «کتاب باز» بوده است .

سال شانزدهم * شماره ۳۹۰۹ * چهارشنبه * ۱۹ آذر ۱۳۹۹

سواد رسانه‌ای از نان شب واجب تر است

منصوره مصطفی زاده درباره نوجوانی خودش و تأثیر کتاب و رسانه می‌گوید



*** رقایب‌های سنگین کتابی**

الانی که حرف خانم مصطفی زاده به نوجوانی خودش کشیده شده است ، دوست دارم کمی هم از نوجوانی اش خانم مصطفی بگویم. « من نوجوان خیلی شزو شیطانی بودم . در دوران نوجوانی خیلی فعالیت های متنوعی را دنبال کردم . از جمله اینکه مجله مدرسه مان را ما درمی آوردیم . در مقطع راهنمایی یکی از نویسندگان مجله مدرسه بودم و در مقطع دبیرستان خودم مجله مدرسه را راه انداختم و سردبیرش شدم . از همان موقع نوشتن را خیلی دوست داشتم . در آن زمان یک بغل دستی داشتم خیلی خشمگین هستم ، شروع کنی به نوشتن . مثلاً اگر از دست کسی عصبانی هستم ، در یک برگه شروع کنید به او بدویبره گفتن و بعد آن کاغذ را پاره کنید . باین کار احساس بد شما از درونتان عبور می‌کند و از طرفی آن خشم را به طرف مقابلتان ابراز نکرده اید که اثر منفی در رابطه تان بگذارد . من از آن موقع ، این کار را در مورد بیشتر احساساتم انجام دادم . وقتی خیلی ناامید و غمگین بودم ، حتی وقتی خیلی هم خوشحال بودم ، می‌نوشتم . من می‌نوشتم نه برای اینکه آن نوشته ها یادگاری بماند . این کار به توانایی نوشتنم هم کمک زیادی کرد . به نظرم نوشتن گزینه خوبی است برای تخلیه احساسات و هیجاناتمان .»

*** قدم در سرزمین فانتزی‌ها**

خانم مصطفی زاده در مورد علاقه اش به ژانر کتاب ها می‌گوید : « من خیلی اهل خواندن رمان های عاشقانه نبودم و چه در دوران نوجوانی و چه الان ، به خواندن کتاب های فانتزی علاقه داشتم و دارم . سیر خواندن کتاب های فانتزی با کتاب های هری پاتر شروع می‌شد . مثلاً همین کتاب هری پاتر را حدود ۱۵ بار خوانده ام و کتاب محبوبم ، ارباب حلقه هاست .»

می‌کند، روایتش با مادر و پدرش هم تغییر کرده است. آن دو هنوز به خاطر از دست دادن پسرشان سوگوارند. «چتر تابستان» به ما نشان می‌دهد که مرگ یکی از اعضای خانواده چگونه می‌تواند زندگی قبیه را به هم بریزد و در عین حال می‌خواهد بگوید مرگ یک نفر نباید پایان زندگی بقیه باشد. **گزیده‌ای از کتاب:** وقتی روی تپه کاج، وسط سرازیری، درست همان نقطه‌ای که از کنار صندوق پستی آقای نورمور می‌گذرد، ترمز دوچرخه‌ات را خلاص کنی، می‌توانی بدون رکاب زدن و کوچک‌ترین درگیری چرخ‌ها، با یک حرکت تا جلوی فروشگاه‌لیبی سرخوچی . این سریع‌ترین ولدت‌بخش‌ترین راه رسیدن به آنجاست. بادتوی گوش‌هات سوت می‌کشد و شکمت قلقلک می‌آید. انگار روی هوا شناوری. **چتر تابستان / نویسنده لیزا گراف / ترجمه نیلوفر نیک‌زاد**

زیبا شخصیت اصلی داستان کتاب « زیبا صدایم کن» است. او دختر پانزده ساله‌ای است که در موسسه‌ای زیر نظر بهزیستی زندگی می‌کند. مادر معتادش ازدواج کرده و پدرش به سبب بیماری روانی در آسایشگاه بیماران روانی بستری است. زیبا در روز تولدش به پدر کمک می‌کند تا از آسایشگاه فرار کند. پدر موتور یکی از کارکنان آسایشگاه را می‌دزد تا با هم به گردش بروند و تولد زیبا را جشن بگیرند. زیبا به زودی از همدستی با پدرش پشیمان می‌شود. پدر اگرچه قلب مهربانی دارد اما تعادل روانی‌اش هر لحظه ممکن است به هم بریزد. گاهی خوب است و گاهی بد و گاهی دچار جنون و گاهی دچار توهم می‌شود. سرانجام زیبا با همکاری نیروی بیمارستان پدر را بیمارستان برمی‌گرداند و تولدش را با کسانیکه در کنارشان امنیت دارد جشن می‌گیرد. آنچه باعث می‌شود این کتاب تلخ نباشد، طنز طریفی است

که لابه‌لای سطرهای کتاب تنیده شده است. همچنین نویسنده به‌خوبی توانسته روحیات یک دختر نوجوان را به تصویر بکشد. دختری با زندگی‌ای پر از مشکل که دوست دارد مثل بقیه زندگی کند؛ دوست دارد مشکلاتش را پشت سر بگذارد و حداقل در روز تولدش احساس خوشبختی کند. این کتاب به عنوان کتاب سال شورای

نیم‌نگاه 	
	
۱۰	

است که آدم فعالیت های مختلف را امتحان کند و از بین آن ها علاقه اصلی خودش را پیدا کند. حتی مثلاً من در آن دوران هم فیزیک هالیدی را می‌خواندم ، هم نمایشنامه می‌خواندم . چون شاخه های مختلف را امتحان می‌کردم ، تمام وقتم پرمی‌شد. برای همین دغدغه خودم را مشغول یک عالمه فعالیت کرده بودم و اتفاق خوبی که برایم افتاد این بود که به واسطه این فعالیت ها با یک عالمه آدم متخصص در این رشته ها آشنا شدم و هم اینکه یکی از این فعالیت ها را به صورت اختصاصی در زندگی آینده ام ادامه دادم.»



منصوره مصطفی زاده

من می‌نوشتم نه برای

اینکه یادگاری بماند.

برای اینکه آن حسم

را تخلیه کنم. این کار

به توانایی نوشتنم هم

کمک کرد. نوشتن

گزینه خوبی است برای

تخلیه احساساتمان



کتاب کودک برگزیده شد و در فهرست کتاب‌های کلاغ سفید کتابخانه بین‌المللی مونیخ آلمان ۲۰۱۶ و فهرست افتخار دفتر بین‌المللی کتاب برای نسل جوان ۲۰۱۸ قرار گرفته است. همچنین این کتاب به دوزبان انگلیسی و ترکی استانبولی ترجمه شده است.

زیبا صدایم کن / نویسنده فرهاد حسن‌زاده

عواملی چون سوخت‌وساز پایین در حال استراحت ، کم بودن تأثیر حرارتی مواد غذایی یا عدم سوخت‌وساز کامل چربی به همراه تمایل زیاد بدن برای استفاده از کربوهیدرات‌ها به عنوان سوخت می‌توانند زمینه ژنتیکی چاقی را نشان دهند.

سال شانزدهم * شماره ۳۹۰۹ * چهارشنبه ۱۹ آذر ۱۳۹۹

علل و معلول چاقی

رفع اضافه وزن مانع از بروز بسیاری از بیماری‌ها می‌شود



للاک‌لانی

دبیرسرویس سبک و سلامت

۴ عوامل بسیار زیادی در بروز چاقی مؤثر هستند، ولی به طور عمده علت‌های شناخته‌شده طبق نظر دکتر منصور

ریسمانتچیان، نایب رئیس انجمن ارتقای سلامت و بهبود تغذیه و عضو انجمن پیشگیری و درمان چاقی ایران به قرار زیر است. ۱:

*** علل ژنتیکی**

بین ۷-۲۵ درصد از تغییرات غیر طبیعی در وزن بدن ناشی از مسائل مربوط به ژن است. علت بالابودن طیف حداقل و حداکثر ذکر شده تفاوت منابع علمی و کتب مرجع چاقی است، ولی در کل باید اذعان داشت که نقش عوامل ژنتیکی در چاقی ثابت شده‌است و با توجه به مطالعات خانوادگی که هم خوانی BMI را در منسوبین درجه اول نشان داده‌است، این موضوع به اثبات رسیده‌است که نقش اختلالات ژنتیکی امری انکارناپذیر است. طبق تحقیقات انجام گرفته مشخص شده است که عواملی چون سوخت‌وساز پایین در حال استراحت ، کم بودن تأثیر حرارتی مواد غذایی یا عدم سوخت‌وساز کامل چربی به همراه تمایل زیاد بدن برای استفاده از کربوهیدرات‌ها(مواد قندی) به عنوان سوخت می‌توانند زمینه ژنتیکی چاقی را نشان دهند. همچنین بسیاری از عوامل عصبی و هورمونی موجود در تنظیم وزن به شکل ژنتیکی کار می‌کنند و تعداد و ابعاد سلول‌های چربی و توزیع منطقه ای

آن در بدن نیز به طریق ژنتیکی مشخص می‌شوند. البته این بدان معنی نیست که افراد دارای ژن چاقی هیچ تلاشی جهت کاهش وزن نداشته باشند، بلکه بدین معنی است که این افراد باید نسبت به افراد عادی تلاش بیشتری داشته باشند.

*** عوامل محیطی و تغذیه‌ای**

اختراعات و ابداعات مختلف در جهت راحتی انسان به طور غیر مستقیم سبب افزایش چشمگیر چاقی در دنیا شده است. موتورسیکلت ، اتومبیل ، آسانسور، پله برقی ، ماشین‌های لباسشویی و ظرفشویی ، دستگاه‌های کنترل از راه دور، مایکروویو و هزاران مورد دیگر همگی انسان را از تحرک واداشته و از طرف دیگر غذاهای آماده ، رستوران‌ها و شیرینی فروشی‌ها و تولید مواد غذایی در بسته بندی‌های بزرگ مثل سس مایونز خانواده، چیپس خانواده و... عوامل مساعدی برای حرکت کمتر و مصرف بیشتر را فراهم آورده‌است، به طوری که داده‌های فوق بیانگر این مطلب هستند که افزایش شیوع چاقی در دویا سه دهه اخیر ممکن است ناشی از کاهش در مصرف انرژی باشد که مساوی با کاهش دریافت انرژی نبوده‌است. پس تحرک (خروجی انرژی) ما نسبت به نیاکانمان به سمت صفر در عوض تغذیه (ورودی انرژی) ما به سمت بی نهایت میل می‌کند. علت دیگر این است که در کودکی و جوانی با تحرک زیادی که داریم غذای خود را تنظیم می‌کنیم (هرچند کودکان و جوانان ما هم به علت تلویزیون، کامپیوتر و درس خواندن

*** بیماری‌ها**

بسیاری از بیماری‌ها با توجه به مکانیسم آن‌ها باعث چاقی می‌شوند. کم‌کاری غده تیروئید سبب کاهش هورمون های تیروئیدی می‌شود که این هورمون ها نقش بسیار مهمی در سوخت و ساز مواد غذایی در بدن دارند و کم شدن آن‌ها باعث ذخیره سازی چربی و در نتیجه چاقی می‌شوند. البته کم‌کاری تیروئید بیشتر باعث تجمع آب در بدن شده (چاقی تجمع چربی در بدن است) و کل اضافه وزن ناشی از آن ممکن است ۴ تا۵ کیلوگرم باشد. بیماری‌های دیگری چون اختلالات عصبی عضلانی، بیماری‌های استخوان و مفاصل به صورت غیر مستقیم و از طریق کاهش فعالیت باعث چاقی می‌شوند. اختلال

خود را قبول دارد ولی مجبور است بخورد

که البته این وضعیت با درمان و مشاوره حل خواهد شد. در بیماری افسردگی معمولا کاهش خواب و اشتها وجود دارد، ولی در نوعی افسردگی آتئپیک (غیر معمول) افزایش اشتها و خواب به وجود می‌آید که هر دو باعث اضافه وزن خواهد شد. پس افسردگی باید با جدیت درمان شود. (البته نباید از داروهایی استفاده شود که خواب و اشتها را افزایش دهد). متأسفانه بسیاری از مردم (به ویژه افراد افسرده) تصویری‌کنند که با رعایت نکردن تغذیه و تحرک اصولی مرگ را انتخاب می‌کنند و به گفته خود راحت می‌شوند. اکثرا می‌گویند مگر قرار است چند سال عمر کنیم، پس باید خوش باشیم ولی متأسفانه در اثر عدم رعایت تغذیه و تحرک، بیماری‌های مزمن ایجاد می‌شود و بیمار شدن از مرگ بسیار بدتر است. چه بسیار بیماری‌هایی که سال‌ها گریبان‌گیر ماست (اکثر بیماری‌های مزمن) و رنج و عذاب ناشی از آن را باید تحمل کنیم. بسیاری افراد در مواقع بد غذایی می‌خندند و رعایت اصول تغذیه را به شوخی می‌گیرند، ولی افسوس که مانند لذت سرعت در رانندگی و رعایت نکردن اصول رانندگی، این خنده‌ها روزی منجر به گریه تلخ خود یا اطرافیان خواهد شد.

یکی دیگر از مشکلات روانی انسان‌ها «فاز دهانی طول کشیده» است. در کودکی، کوچک‌ترین ناراحتی و استرس را م‌کیند (سینه‌ما‌در، شیشه شیر خشک و یا پستانک) و حرکات فک کودک آرام می‌شود. همین مسئله تا بزرگسالی هم ادامه یافته و منجر به این می‌شود که فرد با کوچک‌ترین ناراحتی، نیاز به حرکات فک و جویدن (خوردن) و یا مکیدن (سیگار) پیدا کند. در بسیاری از این افراد با جویدن آدامس‌های بدون قند(اگر با افزایش بزاق منجر به افزایش اشتها نشود) این غریزه ارضا شده و ممکن است اشتها کم شود.

نوع دیگری از بیماری‌های روانی که منجر به پر خوری می‌شود، «بولیمیا» نام دارد که شخص پیدا غذا مصرف می‌کند و گاهی پس از آن خود را وادار به استفراغ می‌کند. این اشخاص خود به بیماری خود واقف‌اند و به دنبال درمان خواهند شد.
متأسفانه تمایل کم افراد جامعه به مسائل و مشکلات روان به پر خوری‌های عصبی منجر می‌شود. خوشبختانه داروهای نسل جدید در روان پزشکی اضافه وزن بالایی ایجاد نمی‌کنند و حتی برخی باعث کاهش وزن نیز می‌شوند، گاهی در طی رعایت رژیم غذایی خاص، به وسیله افکار خود و سوسه می‌شود. به این افکار توجه نکنید. هیچ وقت رژیم خود را قطع نکنید و تا مدت زمان مشخص شده ادامه دهید.

در این مواقع می‌توانید با درمانگر خود تماس گرفته و از او بخواهید تا برایتان یک جایگزین معرفی کند یا برای آن ماده غذایی غیر مجاز یک معادل در برنامه غذایی در نظر بگیرد تا بتوانید با مصرف آن از رژیم خود کم کنید.

این را بدانید که مصرف یک ماده غذایی غیر مجاز(مثلا چیپس) حتی هفته‌ای یک مرتبه، در ماه ۴ و در سال ۵۰ مرتبه می‌شود که این فقط مربوط به یک ماده غذایی است. با احتساب سایر مواد غذایی، اضافه وزن ناشی از آن‌ها را پیش بینی کنید.

متأسفانه بسیاری از

مردم تصور می‌کنند با

رعایت نکردن تغذیه و

تحرک، مرگ را انتخاب

می‌کنند و به گفته خود

راحت می‌شوند. ولی

بیمار شدن از مرگ

بسیار بدتر است



اسبک زندگی

سلامت روان و

راهکارهای رسیدن به آن

بهداشت روان یا سلامت روان به معنی سلامت هیجانی و روان شناختی است، به شکلی که فرد بتواند از تفکر و توانایی‌های خود استفاده کند، در جامعه عملکرد داشته باشد و نیازهای معمول زندگی روزمره را برآورده سازد.

پیشگیری از پیدایش بیماری‌های روانی و سالم کردن محیط روانی از نیازهای اولیه تأمین بهداشت روانی محسوب می‌شود.

در این بین و به طور کلی، فردی را که می‌تواند به فشارهای معمول زندگی روزمره غلبه کند و یک زندگی مستقل داشته باشد، می‌توان به عنوان یک فرد دارای سلامت روان معرفی کرد.

*** بهداشت روان**

سال‌ها بود که در مدارس کشور، هفته‌ای با عنوان هفته بهداشت روان با محوریت مشاوران مدارس، از بیست و چهارم تا سی‌ام مهر برگزار می‌شد، اما برای مد‌اخله سریع‌تر روان شناختی مشاوران در آغاز سال تحصیلی و برای کاهش رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان و همچنین ارتقای بهداشت روان دانش‌آموزان و از طرفی برای رفع تداخل این هفته با هفته پیوند انجمن اولیا و مربیان، مقرر شد این روز برای نخستین بار، هم‌زمان با هجدهم مهر روز جهانی بهداشت روان، برابر با دهم اکتبر میلادی آغاز شود تا برنامه‌ها و فعالیت‌های این هفته، زودتر از سال‌های گذشته برای دانش‌آموزان به اجرا درآید.

*** هدف بهداشت روان**

هدف بهداشت روان یا سلامت روانی، رسیدن به آرامش و رضایت باطن است.

اما «بهداشت روان» تنها به تشریح علت اختلال‌ها نمی‌پردازد، بلکه پیشگیری ناراحتی روانی به معنای وسیع آن با هدف جلوگیری از وقوع بیمارهای شدید روانی را نیز دنبال می‌کند.

در مکتب متعالی اسلام، آموزه‌هایی می‌یابیم که در رسیدن به این هدف می‌تواند بسیار مؤثر باشد، برای نمونه یاد و ذکر خدا فرد را از امیال و تکانش‌هایی که برای او استرس و فشار روانی ایجاد می‌کند، باز می‌دارد.

*** ویژگی‌های افرادی که سلامت روان دارند**

افرادی که سلامت روان دارند، ویژگی‌هایی دارند که در این بخش از سلامت روان بدین قرار است:

*** حسن رضایت و خرسندی**

*** توانایی خندیدن و هیجان و سرگرمی داشتن در زندگی**

*** توانایی مقابله با استرس**

*** هدف داشتن در فعالیت‌ها، روابط و زندگی**

*** اعطاط در یادگیری مهارت‌های جدید و توانایی تغییر**

*** تعادل بین کار و بازی، استراحت و فعالیت**

*** توانایی ساخت و بهبود روابط**

*** اعتماد به نفس و عزت نفس**

در کل افراد با سلامت ذهن و روان، کنترل بهتری روی احساسات دارند و افراد با انرژی و مثبت‌نگر هستند و راه‌های زیادی را برای افزایش سلامت روان می‌شنا سند.

*** راهکار**

کسب این معیارها کار مشکلی نیست و با سعی و تلاش می‌توان به آن رسید که به برخی از آن‌ها در اینجا اشاره می‌کنیم:

*** انسان سالم با معبود خویش رابطه عاشقانه و عابدانه دارد و هدف زندگی خود را در مسیر سعادت ابدی قرار می‌دهد.**

*** انسان سالم امکانات، خواسته‌ها، توانایی‌ها و اهداف و علایق خود را می‌شناسد؛ برای خود و شناخت خود روزانه یا ماهانه وقت می‌گذارد تا توانایی‌ها، استعدادها، اهداف و علایق خود را بشناسد.**

*** انسان سالم در برابر وقایع و اتفاق‌های سخت زندگی احساس یأس ناامیدی نمی‌کند.**

*** انسان سالم از زندگی، بیشتر احساس رضایت و خوشی می‌کند و کمتر گرفتار ناراضی‌تی و ناخوشی می‌شود، به عبارتی دیگر انسان سالم قسمت پریلوان را هم می‌بیند. انسان سالم قادر به برقراری ارتباط دوستانه و صمیمانه با دیگران است؛ دیگران را دوست دارد و از محبت‌کردن و ابراز علاقه به آن‌ها لذت می‌برد.**

*** انسان سالم خود عهده‌دار زندگی خویشان است، ضمن اینکه با دیگران مشورت می‌کند، ولی خود مسئولیت عواقب آن را می‌پذیرد.**

*** انسان سالم پی به ماهیت وجودی خود برده و بد و خوب خود را می‌شناسد و هنگامی که دیگران رفتارش را مورد انتقاد قرار می‌دهند در قدم اول حق را به آن‌ها داده و از زاویه دید خود به آن‌ها می‌نگرد.**

*** انسان سالم آشفته‌گی‌ها و ناراحتی‌های خود را به نحو قابل قبول و جامعه‌پسند آشکار می‌کند.**

*** انسان سالم توانایی خود کنترلی خوبی دارد؛ یعنی در برابر عوامل بیرونی زود واکنش نشان نمی‌دهد.**

*** انسان سالم هم در تنهایی، هم در جمع احساس شادی و رضایت می‌کند و از هر فرصتی برای دوری از نگرانی استفاده می‌کند.**

*** انسان سالم واقعیت‌ها را همان گونه که هست می‌پذیرد.**

*** انسان سالم دیگران را تحقیر نمی‌کند و برای خود مزیتی قائل نمی‌شود و همچنین اجازه نمی‌دهد در تسلط دیگران قرار گیرد.**

*** انسان سالم اجازه تقویت به حالت‌هایی نظیر بدبینی، سوء ظن، غرور، نخوت، رشک، حسد، خودخواهی و هیجان‌های منفی از این قبیل را در خود نمی‌دهد.**

*** انسان سالم، با دست و دل و زبان دیگران را رنج نمی‌دهد.**

آمنه حقیقی پوده

کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی

