



صحفان زیبا

#من_ماسک_می_زنم

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

قصه عطش در «پيله وران» و «برآن جنوبی»

گزارش اختصاصی اصفهان زیبا از مصائب طولانی بی آبی و
تشنگی اهالی دهستانی در اطراف اصفهان

۱۴ یلغی: در ۲۵ کیلومتری جاده اصفهان ورزنه، شانه به شانه رودخانه خشک و جان داده، در انتهای یک مسیر خاکی باریک که به خانه های روستا می رسد، مردمانی در عطش بی آبی روزگار می گذرانند. تابستان ها جهنم آن هاست؛ آن ها، یعنی زنان و مردان روستا و روستا، یعنی دوهزار و ۲۰۰ نفر انسان که در خانه های کوچک و ساده در کوچه هایی خاکی و به هم تنیده، زیر سقف های کوتاه زندگی می کنند و در این فصل سال به بی آبی یاد به به دست گرفتن و کوچه به کوچه به دنبال آب گشتن عادت کرده اند. «پيله وران» از توابع دهستان «برآن» است و تنها چند کیلومتر با شهر «برآ» فاصله دارد. هواداغ است و آفتاب، سخت می سوزاند. زیر آسمان تب دار تابستان ...

۰۷

استارت قهرمان سابق دروزارت ورزش



چه اولویت هایی پیش روی
حمید سجادی است؟

۰۹

بنایی که داخلمش دل می برد بیرونش زهره!

آنچه ما باید از امامزاده اسماعیل ببینیم و آنچه مسئولان باید بدانند

۰۸

تنش خشکی در جان حیات وحش!

یک فعال محیط زیست می گوید:
ما آزادی حیات وحش را با فعالیت های
انسانی محدود کردیم

پناهگاهی برای سالمندان اصفهان

گزارش اصفهان زیبا از
مرکز و خانه آموزشی توان بخشی
رنگین کمان سپید

۱۱

۰۶



سلاطین خانه های خالی در محله کشوری

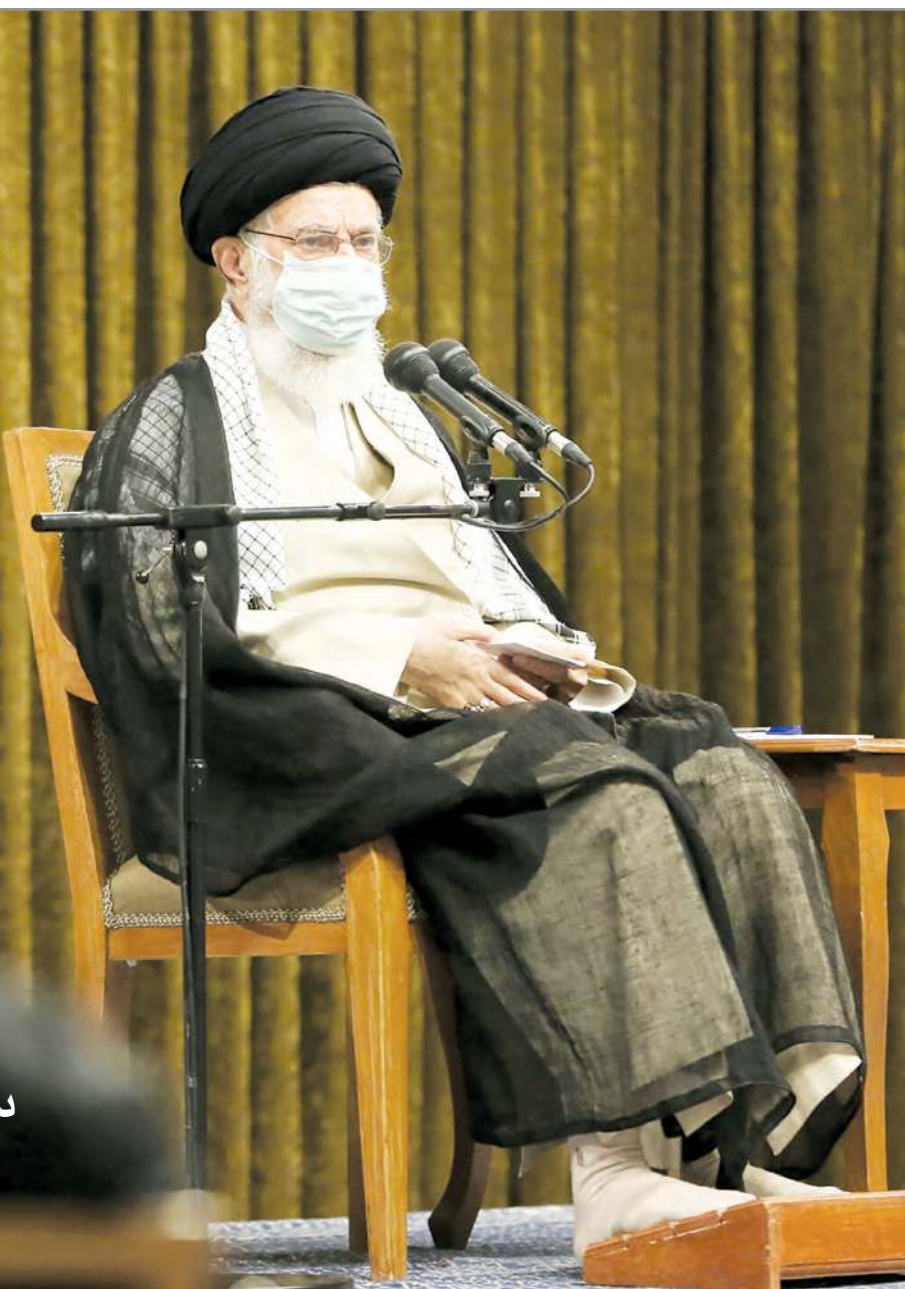
❖ چه افرادی در اصفهان آپارتمان احتکار کرده اند؟
❖ آپارتمان های شهید کشوری از زیر میلیارد تا بالای دویلیارد

۰۳

لزوم بازسازی انقلابی، عقلانی و خردمندانه در مدیریت کشور

رهبر معظم انقلاب در نخستین دیدار با هیئت
دولت سیزدهم: اعتماد مردم بزرگ ترین سرمایه دولت
است که متأسفانه تا حدی آسیب دیده است

۰۲



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَىٰ أَهْلِهَا

جناب آقای دکتر محمد مهدی امامعلی
وزیر محترم فرهنگ و ارشاد اسلامی
سلام علیکم

هفته دولت و سالروز شهادت دولتمردان شهید رجایی و باهنر، فرصتی برای بازخوانی اندیشه های نورانی و راه مقدس مردان بزرگی است که برای استقلال فرهنگی و فرهنگ ایمانی ایران اسلامی خون پاکشان را نثار کردند و شجره طیبه دین را آبیاری نمودند.

تاسی به آموزه ها و رفتارهای قرآنی و مدیریت متناظران در اداره کشور، الگویی جادوانه برای دولتهای ادواری گوناگون است تا مکتب ایمان و عزت همچنان سربلند و سرفراز بماند.

تقارن هفته دولت با تشکیل دولت مردمی آیه الله دکتر رئیسی ریاست محترم جمهوری اسلامی ایران، اتفاق خجسته ای است که بار دیگر روحیه مردمی و کرامت بخشی شهیدان رجایی و باهنر به مردم را در دلها زنده کرد.

انتخاب هوشمندانه وزاری که درد دین و دغدغه خدمت صادقانه دارند فرصت طلایی دیگری است تا در مسیر گام دوم انقلاب اسلامی و در پاسخ به منویات مقام معظم رهبری (مدظله العالی) سنگرهای کار و تلاش و خدمتگزاری، استوارتر از هر زمان بنا نهاده شود و مجاهدان راستین در نیل به آرمانهای امام و شهیدان عزیز، به مجاهدتی دیگر مبادرت ورزند.

فرهنگ یکی از جبهه های پر مخاطره ای است که همواره دشمنان در کمین آن نشسته اند تا چهره رحمانی و الهی این سرزمین فرهنگ پرور را خدشه پذیر کنند.

اینک که با حسن انتخاب رئیس جمهور محترم و حسن اعتماد نمایندگان محترم مردم در مجلس شورای اسلامی، راهبری وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی به چنانعالی سپرده شده، خدا را شاکریم که فرزندی فرهنگ شناس و مدیری درد آشنا سکانداری آن را عهده دار شده است.

چنانعالی که به لطف حضرت حق سوابق و کارنامه ای درخشان در مسئولیتهای متعدد مدیریتی، اجرایی، پژوهشی و فرهنگی داشته اید این بار نیز با علمی استوارتر در جبهه فرهنگی، حضور یافتید تا به آرمانهای فرهنگی امام راحل و رهبر فرزانه انقلاب لبیک گوید.

بدین وسیله ضمن تبریک این مسئولیت خطیر و حساس بر خود لازم می داند از طرف خود و خانواده بزرگ فرهنگ و ارشاد اسلامی استان اصفهان و قاطبه اهالی فرهنگ هنر و رسانه خطه شهیدان و راست قامتان، برای آن عزیز در این سنگر مقدس آرزوی توفیق و سلامتی داشته و در جهت پیشبرد اهداف و برنامه های اعلامی با تمام توان در جهت رشد فضائل و اعتلای فرهنگ و شکوفایی بیش از پیش هنر، ادب و دانش و بیش در عرصه فرهنگ، مجاهدانه در کنار وزیر فرهیخته و محترم برای خدمتگزاری بی منت به مردم آگاه، مومن و انقلابی حضور داشته باشیم.

رمضانعلی متمدی
مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان اصفهان

همکار گرامی سرکار خانم صادقیان
بدینوسیله مصیبت وارده را خدمت شما و خانواده محترم تسلیت عرض نموده و
از درگاه خداوند متعال برای آن مرحومه مغفوره رحمت و غفران الهی و برای شما
و خانواده محترم، صبر جمیل و اجر جزیل مسئلت داریم.

همکاران شما در روزنامه اصفهان زیبا

قرن نامه، مروری بر اصفهان در ۱۰۰ سال اخیر، منتشر شد

قرن نامه

یک قرن اصفهان

احتمال حذف کامل رجیستری گوشی از مبادی ورودی

طبق اعلام معاون فنی گمرک ایران، طی بررسی‌های صورت‌گرفته در رابطه با رجیستری گوشی تلفن همراه و بازدید وزیر اقتصاد، مقرر شده است که با تشکیل کارگروهی در رابطه با حذف عملیات رجیستری در مبادی ورودی گمرک و انجام کاملا غیر حضوری آن تصمیم نهایی اخذ شود.
مهرداد ارونقی در گفت‌وگو با ایسنا با بیان اینکه وزیر اقتصاد در محل انجام فرایند رجیستری گوشی تلفن همراه مسافران ورودی حاضرودر جریان مسائل مربوط قرار گرفت گفت که مقرر شد ضمن هماهنگی با دستگاه‌های مربوط، فرایند رجیستری به طور کامل از مبادی ورودی گمرک حذف شده و کاملا غیرحضوری انجام شود.
به گفته ارونقی، با دستور وزیر اقتصاد مقرر شد به زودی کارگروهی با حضور نمایندگان دستگاه‌های ذی‌ربط از جمله ستاد مبارزه با قاچاق کالا و ارزتشکیل شده و با بررسی ابعاد موضوع، سازوکار حذف رجیستری از مبادی تعیین شود.
معاون فنی گمرک ایران، با اشاره به اینکه در حال حاضر هر مسافری می‌تواند همراه خود یک گوشی تلفن همراه بیاورد، افزود: بعد از اعمال تغییرات در فرایند رجیستری از سال گذشته تاکنون این گونه بود که مسافر در هنگام ورود و قبل از خروج از مبادی ورودی، باید اطلاعات اولیه تلفن همراه را ثبت می‌کرد که این از سوی گمرک واز طریق بارکدخوان در مدت زمان بسیار کوتاهی صورت می‌گرفت و مابقی فرایند، غیر حضوری بود.
با این حال طی بررسی‌های صورت‌گرفته از سوی گمرک ایران به این نتیجه رسیدیم که موضوع در کارگروهی مطرح و با توجه به دستور وزیر اقتصاد بر حذف فرایند های زاید، همین فرایند نیز از مبادی ورودی حذف شود.

او یادآور شد با اجرایی شدن این تصمیم، هر مسافر بعد از ورود به کشور بدون ارائه مشخصات در گمرک، مانند رویه قبلی، یک ماه فرصت دارد تا با ورود به سامانه نسبت به رجیستری اقدام کند.
این مقام مسئول در گمرک ایران تأکید کرد که همچنان هر مسافری می‌تواند یک گوشی با خود آورده و با پر اسپورت و کد ملی فقط یک گوشی رجیستر خواهد شد.

تعدیل ۸۰درصدی قیمت ساخت مسکن ملی

معاون مسکن شهری بنیاد مسکن انقلاب اسلامی گفت: نرخ پایه ساخت مسکن طرح اقدام ملی فعلامتری ۲۰۷ میلیون تومان است و سازمان برنامه و بودجه هر سه ماه یک بار نرخ تعدیل اعلام می‌کند. به گزارش مهر، جواد حق‌شناس اظهار کرد: ساخت ۱۶ هزار و ۱۳۸ واحد طرح اقدام ملی مسکن در شهرهای زیر ۱۰ هزار نفر جمعیت بر عهده بنیاد مسکن گذاشته شده که متوسط پیشرفت فیزیکی این واحدها ۶۰٫۲ درصد است.

معاون مسکن شهری بنیاد مسکن انقلاب اسلامی افزود: براساس نرخ تعدیل سه ماه چهارم سال گذشته (زمستان ۹۹)، ساخت هر مترمربع واحد مسکونی طرح اقدام ملی مسکن ۷۸ تا ۸۰ درصد نرخ تعدیل قیمت دارد که به رقم پایه براساس شرایط افزوده خواهد شد. معاون مسکن شهری بنیاد مسکن انقلاب اسلامی تصریح کرد: نرخ تعدیل هزینه ساخت طرح اقدام ملی مسکن وقتی پروژه به اتمام می‌رسد، اعمال خواهد شد به گونه‌ای که در پایان تحویل ساخت‌وساز، شرایط مختلف مانند علت تأخیر در زمان پروژه از زمان انعقاد قرارداد، علت افزایش قیمت‌ها و... بررسی شده و با آخرین نرخ تعدیل سه ماهه‌ای که سازمان برنامه و بودجه اعلام کرده، محاسبه خواهد شد. او افزود: این موضوع به واحدهایی برمی‌گردد که بنیاد مسکن می‌سازد؛ اما تعدادی از واحدهایی که ساخت آن‌ها توسط بنیاد مسکن، آغاز و مابقی ساخت پروژه به متقاضی واگذار می‌شود، مشمول نرخ تعدیل نبوده و هزینه ساخت بر عهده متقاضی است. به‌عنوان مثال ۵۵۰ واحد مسکونی در سیستان و بلوچستان به صورت مشارکتی با متقاضی، احداث شد و به اتمام رسید. حق‌شناس خاطرنشان کرد: هیچ پروژه متوقف شده‌ای نداریم و همگی در دست ساخت هستند؛ فقط تعدادی از پروژه‌ها بعد از آغاز ساخت، معارض پیدا کرده‌اند که با تعیین تکلیف وضعیت معارضی، ادامه ساخت‌وساز پیگیری می‌شود.

صعود چشمگیر بورس در نخستین روز هفته

بازار سرمایه نخستین روز هفته جاری را پرصعود آغاز کرد و هر سه شاخص کل بورس، شاخص کل با معیار هم وزن و شاخص فرابورس افزایش چشمگیر داشتند. به گزارش ایسنا، شاخص کل بورس در معاملات توانست با ۱،۱۶ درصد رشد ۷۲ هزار و ۵۵۵ واحد افزایش یابد و تا رقم یک میلیون و ۵۷۵ هزار واحد صعود کند. شاخص کل با معیار هم وزن هم ۱۱ هزار و ۱۴۹ واحد افزایش یافت و به رقم ۴۶۷ هزار و ۵۰۷ واحد رسید. در این بازار، یک میلیون معامله به ارزش ۱۱۲ هزار و ۴۰۷ میلیارد ریال انجام شد. از میان نمادهای بورسی ۳۳۸ نماد مثبت و ۴۹ نماد منفی بودند و گروه مدیریت سرمایه‌گذاری امید، گسترش نفت و گاز پارسیان، معدنی و صنعتی چادرملو، پالایش نفت اصفهان، سرمایه‌گذاری تأمین اجتماعی و فولاد مبارکه اصفهان نسبت به سایر نمادها بیشترین تأثیر مثبت را روی بورس گذاشتند. شاخص کل فرابورس هم توانست با ۱،۸۴ درصد رشد ۴۱۰ واحد افزایش یابد و به رقم ۲۲ هزار و ۷۲۸ واحد برسد. معامله‌گران این بازار نیز ۶۳۳ هزار معامله انجام دادند که ۸۱ هزار و ۶۸۶ میلیارد ریال ارزش داشت. از میان نمادهای فرابورسی ۱۷۷ نماد مثبت و ۷۷ نماد منفی بودند و بیمه پاسارگاد، سنگ آهن کپورزمین، پتروشیمی مارون، پتروشیمی زاگرس، فرابورس ایران و سرمایه‌گذاری سبا تأمین نسبت به سایر نمادها بیشترین تأثیر مثبت را روی فرابورس گذاشتند.

صفحات زیبا بازار



سیسمونی در گذشته شامل لباس و وسایل اولیه مورد نیاز نوزاد می‌شد و خانواده‌ها به‌عنوان چشم روشنی در اختیار دخترشان قرار می‌دادند؛ ولی این روزها به وسایل لوکس و لاکچری تبدیل شده است و بیشتر از کارایی قیمت بالایی دارد.

❖ سرویس خواب چوبی
۲۱ میلیون تومان
معادل پنج ماه دستمزد یک کارگر است؛ البته اگر ماهانه براساس قانون اداره کار حقوق دریافت کند. در نتیجه به‌دست‌آوردن ۲۱ میلیون تومان برای اقشار زیادی کار دشواری است؛ ولی این مبلغ تنها هزینه یک تختخواب، کمد، میز آرایش و میز تحریر نوزاد و میز تحریر نوزاد است. طبق آداب و رسوم اصفهان، خانواده مادری برای نوه اولشان سیسمونی تهیه می‌کنند و در بازار فعلی با وجود قیمت‌های بالا، تهیه یک سیسمونی

سعدیه غفاری خبرنگار

❖ ارزش وسایل اتاق نوزاد یا همان سیسمونی با یک شیب ملایم در حال نزدیک شدن به ارزش یک جهیزیه ساده در نصف جهان است. در کنار تجهیزات ضروری، عرضه وسایل لوکس در فضای مجازی باعث شد وسایل جدیدی به لیست خریدهای سیسمونی اضافه شود و مدام مد می‌شود. به تعداد این وسایل افزوده می‌شود.
ویرتین سیسمونی فروشان شهر روزیبه روز شلوغ تر می‌شود، یک روز میز آرایش و میز تحریر نوزاد و روز بعد میبل و کاناپه چهار میلیون تومانی کودک! این وسایل شاید برای نوزاد کارایی نداشته باشند؛ ولی به اتاق او رنگ و بوی لاکچری می‌دهد. ❖

دلایل گرانی برنج ایرانی

عضو هیئت مدیره انجمن برنج ایران گفت : امسال کشاورزان به کشت ارقام پرمحصول روی آوردند و به تناسب آن از میزان کشت برنج‌های کیفی کاسته شد. علی اکبریان در گفت‌وگو با مهر درباره علل افزایش قیمت برنج در بازار و رسیدن قیمت برنج ایرانی به ۴۵ تا ۴۶ هزار تومان، اظهار کرد: قیمت ارقام کیفی و محلی از جمله برنج هاشمی و طارم در اردیبهشت نیز همین وضعیت را داشته اما نرخ ارقام پرمحصول مانند ندا، شیرودی و فجر کمتر از ۳ هزار تومان است. او با اشاره به اینکه امسال کشاورزان به کشت ارقام پرمحصول روی آوردند و به تناسب آن از میزان کشت برنج‌های کیفی کاسته شد، افزود: امسال ۷۰ درصد کشت برنج، به ارقام پرمحصول اختصاص داشته و حدود ۳۰ درصد آن مربوط به ارقام کیفی و محلی بوده است.

عضو هیئت مدیره انجمن برنج کشور همچنین با اشاره به افزایش سرسام آور هزینه‌های تولید بیان کرد: هزینه‌های تولید برای کشاورزان بسیار بالا رفته است، دولت باید به کشاورزان در تأمین نهاده از جمله سم و کود کمک کند؛ اما متأسفانه امسال این اتفاق نیفتاد و کشاورزان مجبور شدند این نهاده‌ها را از بازار آزاد با قیمت‌های بسیار بالا تأمین کنند.

یک کیسه ۱۰ کیلوگرمی از برنج طارم هاشمی



برنده‌شدن در قرعه‌کشی طرح پیش فروش و فروش فوق‌العاده خودرو در ایران مانند بردن لاتاری است؛ چرا که افراد یا مالک خودرویی می‌شوند که دست‌کم ۱۰۰ میلیون ارزان‌تر از قیمت بازار آزاد است یا می‌توانند حواله خودروی خود را در بازار بفروشند و بسته به نوع خودرو و زمان تحویل گاهی ۲۰ تا ۳۰ میلیون درآمد کسب کنند.
ک گزارش تجارت‌نیوز، طرح‌های فروش فوق‌العاده و پیش‌فروش ایران خودرو و سایپا متقاضیان بسیاری دارد؛ چه آن‌ها که مصرف‌کننده نهایی خودرو هستند و چه آن‌هایی که خودرو را دیو می‌کنند به امید افزایش قیمت یا حتی فروش حواله‌آن. قیمت حواله به زمان تحویل خودرو، موعد پیش‌پرداخت و نوع خودرو بستگی دارد. بسته به این عوامل قیمت حواله‌های خودرو متفاوت است.
برخی حواله خودروی خود را ۲۰ میلیون می‌فروشند و برخی ۲۰۰ میلیون. اما برخی هم قیمت حواله را ۵۰ میلیون اعلام کرده‌اند.

سیسمونی در گذشته شامل لباس و وسایل اولیه مورد نیاز نوزاد می‌شد و خانواده‌ها به‌عنوان چشم‌روشنی در اختیار دخترشان قرار می‌دادند؛ ولی این روزها به وسایل لوکس و لاکچری تبدیل شده است و بیشتر از کارایی قیمت بالایی دارد.

سیسمونی های پرتقاضا و لاکچری

سال هفدهم * شماره ۴۱۰۰ * یکتنبه * ۲ شهریور ۱۴۰۰

نیم نگاه *

۴

سیسمونی های پرتقاضا و لاکچری

وسایل لوکس نوزاد گران ولی پرتقاضا هستند

تومان قیمت دارد. حسینی، یکی از فروشگاه داران اصفهان، در این باره می‌گوید: «چند وقتی می‌شود که وسایلی از قبیل میز آرایش، میز تحریر، دراورو... نوزاد در بازار موجود شده و خود من هنوز نمی‌دانم میز آرایش یا میز تحریر چه کارایی برای نوزاد دارد؟! با وجود این، اگر مشتری سفارش دهد، من فروشنده هستم و می‌خواهم نانی در بیاورم.»

❖ میبل

میبل یا کاناپه کودک، پرچم دار لاکچری بازی در سیسمونی هستند و باید در کنار سرویس خواب چوبی، یک میبل تاج دار زیبا در اتاق نوزاد خودنمایی کند. میبل کودک به صورت یک یا دو نفره و به صورت فانتزی یا سلطنتی طراحی می‌شود و مشاهده‌های میدانی و گفت‌وگو با بازاریبان از وارداتی بودن بیشتر میبل‌های کودک حکایت می‌کند. حسینی در این باره توضیح می‌دهد: «نمی‌دانم میبل نوزاد یا کودک چه سرویس‌های چوبی لاکچری مناسب نوزاد ۱۰ میلیون تومان شروع می‌شود و یک سرویس با تمام اجزا و کیفیت ساخت مناسب حدود ۲۱ میلیون

این حال تقاضا برای آن‌ها بالاست.» در حال حاضر قیمت میبل کودک تولید داخل ۴۰۰ هزار تا دو میلیون تومان است و نمونه‌های وارداتی با بهای یک تا چهار میلیون تومان به فروش می‌رسد.

❖ پرده ولوستر

دو میلیون تومان قیمت پرده حریر ساده و کناره‌های مخملی تزئینی برای یک سالن پذیرایی است و اکنون قیمت پرده اتاق نوزاد با پرده پذیرایی برابری می‌کند. پرده‌های دو تکه گران‌ترین مدل پرده اتاق کودک است و با توجه به جنس پارچه و طرح، بین یک تا دو میلیون تومان قیمت دارد. پرده یک تکه عروسکی نیز با بهای ۳۰۰ هزار تا یک میلیون تومان به فروش می‌رسد که متراز کمتر و نمایی ساده‌تر در مقایسه با مدل‌های دو تکه دارد. ست پرده و لوستر در شمار دیگر لاکچری بازی‌های اتاق نوزاد قرار می‌گیرد و قیمت لوستر با آویز کم از ۱۲۰ هزار تومان شروع شده و این بها برای مدل‌های سه آویزه به یک میلیون تومان می‌رسد. نام‌آوری از فروشنده‌گان ست اتاق کودک می‌گوید:

سفرش ست پرده و لوستر نوزاد این روزها طرفداران زیادی پیدا کرده است و حتی برخی تمایل دارند فرش و روتختی نوزاد را نیز با لوستر و پرده اتاق آن ست کنند که سفارش همه آن‌ها هم ۱۰ میلیون تومان هزینه دارد.»

❖ سایر تزئینات اتاق

اشتباه نکنید! ساخت یک اتاق لاکچری برای نوزاد به خرید سرویس خواب چوبی، میبل، پرده و لوستر ختم نمی‌شود و باید در کنار این وسایل، آویز لباس، تابلوی دکوراتیو و استیکر هم قرار بگیرد. رگال آویز لباس همانند یک ویرتین است که لباس‌های نوزاد با نظم و ترتیب خاصی در آن خودنمایی می‌کند! این آویزها از چوب با ارتفاعی حدود یک متر تولید می‌شود و ۸۰۰ هزار تا دو میلیون تومان قیمت خورده‌اند. همچنین لاکچری بازی حکم می‌کند تابلوهای دکوراتیو دو تا شش تکه به همراه استیکرهای عروسکی روی دیوار اتاق کودک نصب شود، طبق بررسی‌های میدانی تابلوی دکوراتیو و استیکر بین ۲۰۰ تا ۸۰۰ هزار تومان قیمت دارد.

❖ مظنه ا

قیمت جوجه یک روزه به بیش از ۱۰ هزار تومان رسید

مشاور اتحادیه سراسری مرغداران گوشتی از افزایش قیمت جوجه یک‌روزه در بازار خبر داد.
محمدعلی کمالی در گفت‌وگو با ایسنا با بیان اینکه چند روزی می‌شود قیمت جوجه یک‌روزه به بیش از ۱۰ هزار تومان رسیده ولی دستگاه‌های نظارتی به این موضوع هیچ توجهی ندارند، اظهار کرد: همه فشارها بر مرغداران گوشتی است و به نوعی واحدهای مرغ مادر رها شده‌اند؛ به طوری که این واحدها با هر قیمتی که بخواهند اقدام به فروش جوجه یک‌روزه می‌کنند. مشاور اتحادیه مرغداران گوشتی اضافه کرد: برخی از این واحدهای مرغ مادر جوجه‌های یک‌روزه خود را به دفاتری می‌دهند که این دفاتر فاکتور سازی می‌کنند. یعنی یک فاکتور رسمی صادر می‌کنند ولی واریز غیر رسمی می‌گیرند. حتی برخی از این دفاتر به صورت علنی جوجه را با قیمت‌های بیش از ۴۲۰ تومان می‌فروشند؛ ولی کسی با آن‌ها برخوردی نمی‌کند. او با اشاره به اینکه با جوجه ۱۰ هزار تومانی مرغ زنده کیلویی ۲۲ تا ۲۳ هزار تومان برای تولیدکننده تمام می‌شود، تصریح کرد: این مرغ باید دست مصرف‌کننده حدود ۳۲ هزار تومان برسد؛ ولی در بازار این گونه نیست. واقعیت این است در این مسیر هر کس بتواند بر سر تولیدکننده و مصرف‌کننده کلاه می‌گذارد.

یک جوجه یک روزه



فروش حواله خودرو، ۳۰ تا ۵۰ میلیون



یعنی اختلاف ۹۰ میلیون! خرید و فروش حواله خودرو نشان می‌دهد، خودرو همچنان به مصرف‌کننده واقعی نمی‌رسد. در این میان برخی از افراد با ثبت نام و شرکت در قرعه‌کشی، بدون پرداخت هیچ وجهی، درآمد چند میلیونی کسب می‌کنند. این بازار، ناشی از اختلاف عجیب قیمت خودرو در کارخانه و بازار آزاد است. قیمت خودرو در پیش‌فروش و فروش فوق‌العاده

تفاوت قابل‌ملاحظه‌ای با بازار آزاد دارد. مثلاً در آخرین طرح فروش فوق‌العاده ایران خودرو قیمت قطعی پژو پارس بزنینی ۱۴۰ میلیون تومان اعلام شده‌اما قیمت این خودرو در بازار آزاد ۲۷۲ میلیون است؛ یعنی دو برابر!

همچنین قیمت قطعی رانا پلاس در طرح فروش فوق‌العاده ایران خودرو ۱۸۰ میلیون تومان اعلام شده؛ اما قیمت رانا پلاس در بازار آزاد ۲۷۰ تا ۲۸۰ میلیون تومان است. یعنی فردی که در این طرح برنده رانا پلاس شود، می‌تواند سه ماهه ۱۱۰ میلیون تومان سود کند؛ سودی که در هیچ بازاری به دست نمی‌آید.

معامله حواله در بازار آزاد در حالی است که دو خودرو ساز بزرگ ایران دست‌کم ۷۰ هزار خودروی ناقص در انبار خود دارند و بسیاری از کارشناسان می‌گویند این دو خودرو ساز نمی‌توانند به تعهدات خود عمل کنند و خودروهای پیش‌فروش شده را در موعد مقرر به مردم متقاضیان تحویل دهند.

❖ اخبار بازار

رشته تئاتر هنرستان سورہ نیازمند بازنگری است



مدیرکل ارتباطات و رسانه حوزه هنری اعلام کرد: برای بازنگری و تغییر سطح کیفی آموزش فعالیت رشته هنرهای نمایشی هنرستان دخترانه سورہ یک سال متوقف می‌شود؛ ولی هنرستان تعطیل نیست و فعالیت می‌کند.

به گزارش مهر، چند روزی است که هنرجویان دختر گروه هنرهای نمایشی هنرستان دخترانه سورہ و همچنین تعدادی از چهره های هنری واکنش‌هایی را مبنی بر مطرح شدن خبر تعطیلی رشته هنرهای نمایشی این هنرستان یا دستورریاست حوزه هنری سازمان تبلیغات اسلامی، نشان داده‌اند.

تعدادی از مدرسان تئاتر نیز تعطیلی رشته هنرهای نمایشی هنرستان دخترانه سورہ مهر را اقدامی نادرست دانسته‌اند. در این خصوص مدیرکل ارتباطات و رسانه حوزه هنری سازمان تبلیغات اسلامی توضیحاتی را ارائه داد.

سیدحسام‌الدین حسینی درباره صحت خبر مطرح شده درباره تعطیلی گروه هنرهای نمایشی هنرستان دخترانه سورہ گفت: بحثی در خصوص توقف یک‌ساله فعالیت‌های گروه هنرهای نمایشی هنرستان مطرح شد؛ ولی واکنش‌های جمعی از هنرجویان سابق و هنرمندان به‌گونه‌ای است که گویی قصد ما ممنوعیت فعالیت دخترها در حوزه هنرهای نمایشی است؛ درحالی‌که اصلا این‌گونه نیست.

او یادآورشد: هنرستان سورہ هنرستانی دخترانه است و توقف یک ساله فعالیت گروه هنرهای نمایشی هنرستان ربطی به قضیه جنسیتی ندارد.

حسینی با بیان اینکه شرایط آموزش تئاتر در دوران کرونا خیلی فراهم نیست و پیچیدگی‌ها و دشواری‌هایی دارد، افزود: از طرف دیگر، موضوعی که مدنظر ما قرار گرفت، ماجرای کیفیت آموزش خود ما است. طی سال‌های گذشته، هنرجویان متعددی در رشته‌های دیگر هنرستان دخترانه سورہ نظیر هنرهای تجسمی و سینما وارد دانشگاه شدند؛ ولی در رشته هنرهای نمایشی این خروجی را نداشتیم که ضعف ما است و باید اصلاح شود.

مدیرکل ارتباطات و رسانه حوزه هنری تأکید کرد: هنرستان دخترانه سورہ تعطیل نیست و حتی در رشته‌های سینما و گرافیک ظرفیت بیشتر شده است؛ اما در رشته تئاتر تا یک سال تحصیلی فاصله می‌گیریم تا دوستان بازنگری و برنامه‌ریزی‌های لازم را در جهت ارتقای سطح کیفی آموزش هنرهای نمایشی در هنرستان انجام دهند. البته هنرجویانی که ورودی بالاتر گروه هنرهای نمایشی هنرستان هستند به تحصیل خود ادامه می‌دهند و فقط ورودی جدید نخواهیم داشت. او در پایان سخنان خود تصریح کرد: ما مسئله و مشکلی با هنر نداریم و طالبان نیستیم. هنرستان دخترانه سورہ تعطیل نیست و به فعالیت خود ادامه می‌دهد؛ حتی رشته‌های هنری دیگر خود را توسعه داده است.

خبر فرهنگ

«تختی‌خانه ندارد»

کتاب «تختی‌خانه ندارد» در نودویکمین سالروز تولد این جهان پهلوان نامی ایران‌زمین، به قلم آلبرت کوچویی منتشر شد. به گزارش ایسنا، «تختی‌خانه ندارد» عنوان مجموعه‌مقاله‌های آلبرت کوچویی، گوینده و روزنامه‌نگار پیش‌کسوت، است که در سالروز تولد کشتی‌گیر پرافتخار ایران در المپیک و مسابقه‌های جهانی انتشار یافته است.

این کتاب شامل ۳۵ متن و مقاله با طرح جلدی از بهزاد شیشه‌گران، در ۱۰۰ صفحه و با شمارگان ۵۰۰ نسخه، با بهای ۳۵ هزار تومان توسط انتشارات آرام‌نام منتشر و در سالروز تولد

جهان پهلوان تختی به بازار نشر عرضه شده است.

غلامرضا تختی متولد ۷ شهریور ۱۳۰۹ و درگذشته ۱۷ دی ۱۳۴۶، یادو مدال نقره و یک مدال طلا در بازی‌های المپیک، غلامرضا تختی متولد ۷ شهریور ۱۳۰۹ و درگذشته ۱۷ دی ۱۳۴۶، یادو مدال نقره و دو مدال طلا در مسابقه‌های قهرمانی جهان و نیز مدال طلای بازی‌های آسیایی، پرافتخارترین ورزشکار ایرانی دراین صحنه‌ها محسوب می‌شود؛ اما بی‌شک، عمده شهرت او به واسطه منش پهلوانی و کنشگری اجتماعی بوده است.

آلبرت کوچویی، روزنامه‌نگار و گوینده متولد ۱۳۲۲ در مقاله‌ای از این کتاب که هم‌نام عنوان آن است، این‌گونه آورده است: «... قصد من از این نوشته، قلم‌زدن درباره خصلت‌ها و منش‌های تختی نیست، که بسیار گفته‌اند. می‌خواهم بخوانم این پهلوان، با این بزرگی و رادرمردی، جزدر این بابویه خانه‌ای ندارد. به راستی وقت آن نیست که خانه‌ای با همه یادمان‌های پهلوان به پا کنیم؟ خانه-موه‌زای که یادآور و زبینه پهلوان باشد. گام نخست را بهزاد شیشه‌گران برداشته است. بیش از دو بیست تابلو از تختی آفریده است. آنچه بر بوم آمده، فقط چهره پهلوان نیست، همه زندگی اوست. شیشه‌گران به نانواپی‌ها، کفایش‌ها، خواربارفروشی‌ها، و به هر جا که نشانی، عکسی و سندی از تختی بود، سرزده و آن‌ها را به‌گونه‌ای در چهره پهلوان آورده است.

با همه آن‌ها گپ‌وگو داشته است و تحقیق و پژوهش درباره پهلوان، هر تابلویی حرفی از تختی و درباره او دارد. گپ با پهلوانان، دوستان، با یک زنده‌یاد همسرش و بسیاری کسان دیگر. همه حرف‌ها، سندها و نوشته‌ها برپوم آمده‌اند. همه در چشم‌های تختی‌خانه کرده‌اند. خصلت‌ها، تفکر، غم‌ها، دردها و آبیاهای خودکشی پهلوان و بسیاری رازهای نگشوده و رمزهای زیر سنگ مانده. تابلوهای بهزاد شیشه‌گران، خود یک تاریخ‌اند که می‌توانند در کنار یادگارها و یادمان‌های پهلوان، جا بگیرند، که این هنرمند، با گشاده‌دستی، نثار خانه تختی خواهد کرد. همیشه چنین است.

اکنون دیگر به همت عاشقان و قلندران بسته است که خانه تختی را بنیان بگذراند. خاطرم هست زنده‌یاد عطاء بهمنش یادگارهای بسیار از پهلوان دارد؛ تنها کسی که صدای تختی را بر روی نوار ثبت کرده است و چه سندهایی که در پستوهای خانه‌ها رنگ غبار می‌گیرند، خانه‌ای باید. ...»

اصفهان زیبا

* فرهنگ و هنر *

پناهگاهی برای سالمندان اصفهان

گزارش اصفهان زیبا از مرکز روزانه آموزشی توان بخشی رنگین کمان سپید



کشف رسیدیم که هرکدام از مادغدغه‌های متفاوتی داشتیم که برای خودمان هم جالب بود.

❗ کتاب «سبز گردد شاخساران کهن»، چه موضوعی دارد و چه زمانی نوشته شد؟

دستاورد‌های بیش از هفده سال فعالیت فرهنگی ما درباره سالمندان و میان‌سالان در مرکز روزانه آموزشی توان بخشی رنگین‌کمان سپید اصفهان است که نویسندگان و سرمایه‌گذاران آن نفیسه و نوشین نفیسی و همچنین نیلوفر و مرجان هرندی زاده هستند؛ ضمن اینکه در نوشتن آن از نیروی مربیان و کارکنان مرکز استفاده شده‌است. این کتاب درباره شکل‌گیری مرکز و اهداف آن است که به معرفی تمام واحدهای مرکز پرداخته و در عین حال روش کار با سالمندان و تفاوت آن نسبت به کار با کودکان و اینکه به چه علت سالمندان باید ادبیات بیاموزند، زبان انگلیسی بخوانند یا نقاشی کنند و مانند این آموزش‌ها را به تفصیل ارائه کرده است.

❗ ایده ایجاد این مرکز چگونه شکل گرفت؟

همان‌طور که گفتیم، دغدغه‌های من، خواهر و مادرم متفاوت بود و از نظر من جرقه ایجاد این مرکز به این ترتیب شکل گرفت که پدر بزرگم «دکتر ابوتراب نفیسی» پزشک مطرحی در جامعه بودند و وقتی به دوران سالمندی رسیدند و دیگر نمی‌توانستند مانند قبل در جامعه تأثیرگذار باشند، ما به این فکر افتادیم که همه سالمندان کشورمان نیز به همین صورت هستند. زمانی در اوج فعالیت و شکوفایی هستند؛ اما چرا این اجازه و امکان را از سازمان بهزیستی کل کشور گرفته‌ایم.

❗ معجزه مرکز روزانه آموزشی توان بخشی رنگین‌کمان سپید اصفهان از چه زمانی است؟

معجزه را از سازمان بهزیستی کل کشور گرفته‌ایم.

❗ از چه سالی فعالیت خود را شروع کردید؟

پهمن‌ماه ۱۳۸۰ شروع به کار کردیم.

❗ قبل از شما مرکز دیگری برای سالمندان فعالیت داشت؟

❗ ویژگی‌های این مراکز برای سالمندان چیست؟

این مراکز باید به‌گونه‌ای باشد که نیاز تلقی به گروه را برای آن‌ها برآورده کند و فرد سالمند بتواند وقت خود را با هم‌سن‌وسال‌هایش بگذراند و در سلامت روان بسیار مؤثر باشد؛ دوم اینکه، ما باید در این مراکز فعالیت‌هایی داشته باشیم که موجب شکوفایی آن‌ها شود؛ یعنی مسأله‌ی در وجود سالمندان وجود دارد که نتوانسته‌اند آن‌ها را شکوفا کنند؛ مثلاً بسیاری از افرادی که می‌آیند، طبع شعر و نقاشی دارند، ولی هنوز آن را کشف نکرده‌اند. ما در این مکان فضایی را برای آن‌ها فراهم می‌کنیم تا مربی‌ها متوجه

مرکز روزانه آموزشی توان بخشی رنگین‌کمان سپید اصفهان اولین مرکز روزانه آموزشی، توان بخشی ویژه میان‌سالان و سالمندان است که در بهمن‌ماه ۱۳۸۰ شکل گرفت و از ۱۳۸۴ تاکنون با مجوز رسمی از سازمان بهزیستی کشور به فعالیت خود ادامه داده‌است. این مرکز در ۱۳۹۱ موفق به دریافت جایزه نهاد مروج علم از انجمن ترویج علم ایران شده‌است.

سال هفدهم * شماره ۴۱۰۰ * یکتبینه * ۷ شهریور ۱۴۰۰

نیم‌نگاه

۶

مرکز روزانه آموزشی توان بخشی رنگین‌کمان سپید اصفهان اولین مرکز روزانه آموزشی، توان بخشی ویژه میان‌سالان و سالمندان است که در بهمن‌ماه ۱۳۸۰ شکل گرفت و از ۱۳۸۴ تاکنون با مجوز رسمی از سازمان بهزیستی کشور به فعالیت خود ادامه داده‌است. این مرکز در ۱۳۹۱ موفق به دریافت جایزه نهاد مروج علم از انجمن ترویج علم ایران شده‌است.

سال هفدهم * شماره ۴۱۰۰ * یکتبینه * ۷ شهریور ۱۴۰۰

نیم‌نگاه

۶

مرکز روزانه آموزشی توان بخشی رنگین‌کمان سپید هم خانم‌ها و هم آقایان می‌توانند حضور داشته باشند؟

بله؛ ولی آقایان هنوز خیلی توجهشان به مرکز جذب نشده‌است؛ چون آن‌ها اکثراً بودن با هم‌سن‌وسال‌هایشان را با رفتن به پارک‌ها تأمین می‌کنند؛ ولی ما مطمئن هستیم که اگر به این مراکز مراجعه کنیم خیلی برای آن‌ها بهتر و مفیدتر است. ما الان این کمبود را برای آقایان هم خیلی احساس می‌کنیم؛ به خصوص آقایانی که همسران خود را از دست داده‌اند و به برنامه‌هایی که در این مرکز برگزار می‌شود، احتیاج زیادی دارند؛ اما هنوز نتوانسته‌ایم جلبشان کنیم.

❗ مدیریت مرکز توسط چه کسی انجام می‌شود؟

من و خواهرم، خواهرم کارشناس پرستاری است. او به انجام فعالیت‌هایی با رویکرد سلامت‌محور و پیشگیرانه تمایل داشت، نه درمان. من هم کارشناس علوم تربیتی و کارشناس ارشد مدیریت اجرایی هستم؛ البته ما به‌صورت کامل مشارکتی و شوریی با کارکنان کاری می‌کنیم.

❗ این مرکز کتابخانه هم دارد؟

مرکز رنگین‌کمان سپید حدود هزار جلد کتاب دارد؛ ولی می‌تواند بهتر باشد و هنوز خیلی کار دارد. عمده کتاب‌های موجود، داستانی هستند. لازم است این موضوع از طریق رسانه‌ها به گوش نویسنده‌ها برسد که کتاب‌های با محتوای سالمندی خیلی اندک هستند؛ ضمن اینکه چاپ کتاب‌های مناسب برای سالمند هم مناسب نیست؛ از جمله اندازه فونت‌ها که برای سالمندان اهمیت زیادی دارد. موضوع دیگر، پیک است که ما با همکاری روزنامه اصفهان‌نیاز و اداره اجتماعی سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری اصفهان منتشر می‌کنیم و وقایع‌اری بسیاری از سالمندان گشایشی داشته‌است؛ چون روزنامه را به دلیل فونت ریز نمی‌توانند بخوانند و در باره مجله‌ها هم فقط آن‌هایی‌را که فونت بزرگ دارند، استفاده می‌کنند. در مجموع در این زمینه کمبود وجود دارد.

خدمات بیشتری به سالمندان ارائه کنیم.

❗ چرا تعداد مراکز روزانه برای سالمندان کم است؟

اول اینکه، هنوز فرهنگ این موضوع جای خود را در میان خانواده‌ها باز نکرده‌ است. همین‌الان خانواده‌هایی هستند که می‌گویند وقتی می‌خواستیم مادر یا پدرمان را به این مرکز بیاوریم، آن‌ها فکر می‌کردند که مای‌خواهیم آن‌ها را به مرکز شبانه‌روزی سالمندی بیاوریم و در مقابل این موضوع مقاومت می‌کردند؛ یعنی هنوز مرکز روزانه سالمندان جای خود را باز نکرده‌ است تا مردم بدانند این مراکز حالتی مثل مدرسه و مهدکودک دارند و رسانه‌ها در این زمینه می‌توانند بسیار کمک کنند. مورد دیگر، مسائل مربوط به هزینه‌ها است؛ به‌ویژه در موضوع رفت‌وآمد هزینه‌های بالایی وجود دارد؛ چرا که نمی‌توان برای سالمندان سرویس تعیین کرد و به آن‌ها گفت سر فلان ساعت مثلاً سر چهارراه بایستید. آن‌ها چون مسن هستند باید ماشین در خانه‌هایشان برود که هزینه زیادی را برای آن‌ها ایجاد می‌کند. البته در این زمینه بهزیستی کمک زیادی می‌کند. پارانه‌هایی پرداخت می‌کند. اگر این کمک‌ها نبود، ما در همان سال‌ها ولی مجبور بودیم در مرکز را ببندیم. یک علت دیگر نیز کمبود مربی در این زمینه‌است؛ یعنی آموزش مربی سالمند موضوعی است که ما باید آن‌ب به آن توجه کنیم.

ما همیشه با بهزیستی و مراکز دیگر این موضوع را عنوان کرده و تصمیم داشتیم از طریق فنی و حرفه‌ای اقدام کنیم. البته هنوز فنی و حرفه‌ای سازگاری برای این قضیه ندارد که در صورت انجام می‌تواند این موضوع را خیلی جلو بیندازد؛ یعنی تربیت مربی تخصصی که در زمینه‌های مختلف به سالمندان آموزش دهد؛ مثلاً الان وقتی بخوایم مربی انگلیسی جذب کنیم باید تحصیلات لیسانس یا فوق‌لیسانس در این زمینه داشته باشیم؛ بعد باید به آن‌ها آموزش دهیم که چگونه این درس‌ها را با سالمند کنند و روش برخورد با سالمند چگونه باید باشد. این مسائل در عدم افزایش شکل‌گیری چنین مراکز و مؤثر است و اگر مراکز دولتی، غیردولتی و رسانه‌ها با یکدیگر همکاری کنند تا چنین مراکزى در سطح شهر وسعت پیدا کند، تأثیر بسیاری خواهد داشت.

❗ خیابان هم مشارکتی با مرکز شما دارند؟

ما با خیابان ارتباط داریم؛ ولی ارتباطمان در آن حدی نیست که بتوانند کمک کنند؛ چرا که مرکز ما خصوصی است. هنوز نتوانسته‌ایم توجه خیابان را به این موضوع جلب کنیم؛ در عین حال که عده‌ای مددجو در این مرکز هستند که خدمات به آن‌ها کاملاً به صورت رایگان

پیشرفته برگزار می‌شود. مرحله مقدماتی شامل سوادآموزی است؛ مرحله متوسطه مربوط به افرادی است که سواد خواندن و نوشتن دارند، ولی می‌خواهند بیشتر روی آن کار کنند و ادبیات پیشرفته هم به‌صورت تخصصی است؛ یعنی شامل آشنایی با نویسندگان و شاعران بزرگ ایران و جهان، شیوه‌های مختلف نوشتن و آشنایی با عناصر داستان بوده و تخصصی‌است. البته ممکن است در این کلاس افرادی با سطح سواد پایین‌تر نیز حضور داشته باشند؛ اما مدرس بخش ادبیات یعنی خانم نفیسه نفیسی به گونه‌ای برخورد می‌کند که همه این افراد با او همراه شوند.

❗ منظوراتن از فعالیت‌های گردشگری، برگزاری سفر برای سالمندان است؟

بله، این بخش طرفداران زیادی دارد و ما سعی می‌کنیم همه این گردش‌ها از نظر وسیله حمل‌ونقل و مکان استقرار و وسایل بهداشتی و نداشتن پله، برای سالمندان مناسب‌سازی شده باشد؛ ضمن اینکه برای بازدید از مکان‌ها ننسیتی هم در آن‌ها برگزار می‌کنیم تا سالمندان بتوانند خاطرات خود درباره آن مکان یا مکان‌های مشابه را بیان کنند یا مثلاً بنا به فراخور حال اگر به طبیعت می‌روند، بتوانند برنامه‌های یوگا هم داشته باشند. خانم «ثمر»، مسئول بخش گردشگری و زبان‌نستگسان مرکز به‌داشت است که بعد از بازنستگشی همکاری خود را با ما شروع کرد. او سالمند فعالی است. یکی از اهداف ما این است که سالمندان در فعالیت‌های مرکز و فعالیت‌های سطح شهر حضور فعال داشته باشند که خانم ثمر یکی از این افراد است.

❗ این مرکز چقدر توانسته است در زندگی سالمندان تغییر و تحول داشته باشد؟

ما هر روز این صحبت را از زبان سالمندانی که عضو مرکز شده‌اند، می‌شنویم که بهترین دوران زندگی‌مان سالمندی است یا می‌گویند از وقتی که به این مرکز آمدم و با شما آشنا شدم، زندگی ما شکوفا شد و توانستیم به آرزوهایمان برسیم. بیشتر سالمندان با بسیاری از مشکلات به این مرکز می‌آیند؛ مثلاً بیشتر آن‌ها همسر یا فرزندان خود را از دست داده‌اند و در دوران سوگ هستند یا سردرد‌های شدید و میگرنی دارند و اغلب در جلسه‌های

اول وقتی مربی با آن‌ها حرف می‌زند، دائم به گریه می‌افتند و نام‌ایامات زیادی دارند؛ ولی کم‌کم می‌توانند همه این مسائل را کنار بگذارند و به سمت زندگی جدیدی بروند؛ یعنی مرکز رنگین‌کمان سپید در بازگرداندن آن‌ها به زندگی و شکوفایی‌شان تأثیر زیادی دارد. امیدوارم بتوانیم در سطح شهر و کشورمان مراکز بیشتری از این نوع داشته باشیم تا بتوانیم ادبیات در سه مقطع مقدماتی، متوسطه و

❗ ادبیات شامل آموزش چه مواردی است؟

ادبیات در سه مقطع مقدماتی، متوسطه و

«پيله‌وران» از توابع دهستان «برآن» است و تنها چند كيلومتر با شهر «زيار» فاصله دارد. هوا داغ است و آفتاب، سخت می‌سوزاند. زیر آسمان تب‌دار تابستان «گولبري آب» جانی سخت می‌خواهد. تانک‌های آب غول پيكر و آهني مثل تاول چسبيده‌اند به پشت بام تَک‌تَک خانه‌ها. کتج هر حياطی پراست از ردیف ديه‌های پلاستيکی !

	سال هفدهم * شماره ۴۱۰۰ * یکشنبه ۷ شهریور ۱۴۰۰

قصه عطش در «پيله‌وران» و «برآن جنوبی»

گزارش اختصاصی اصفهان زیبا از مصائب طولانی بی‌آبی و تشنگی اهالی دهستانی در اطراف اصفهان



آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب

آب



استارت قهرمان سابق دروزارت ورزش

چه اولویت هایی پیش روی حمید سجادی است؟!

مهری مصور

دیرسرورس ورزش

قرار گرفتن یک قهرمان ملی برمسندوزارت ورزش و جوانان باعث شده انتظارات از حوزه ورزش در دولت سیزدهم فراتر از دوره های گذشته باشد. رئیس جمهور در راستای عمل به وعده های انتخاباتی، چهره ای از جنس ورزش را برای تصدی سکان یک وزارتخانه مرتبط برای کسب رأی اعتماد به مجلس معرفی کرد و با اینکه کمیسیون فرهنگی صلاحیت گزینه

مطرح شده را تأیید نکرده بود، با رأی اعتماد نمایندگان، حمید سجادی به عنوان وزیر ورزش و جوانان برگزیده شد. سجادی از قهرمانان سابق دوومیدانی کشور است که سابقه چندین دوره قهرمانی در آسیا را دارد و در چند المپیک نیز حضور داشته تا بالاترین سطوح قهرمانی را تجربه کرده باشد. او که تحصیل کرده رشته تربیت بدنی است، در سطوح بالایی سازمان تربیت بدنی سابق و وزارت ورزش فعلی فعالیت داشته و در دانشگاه نیز تدریس می کند. در بین وزرای سابق ورزش، محمود گودرزی نیز از اساتید رشته تربیت بدنی در دانشگاه

بود؛ اما به لحاظ رتبه و جایگاه در جامعه ورزش به پای سجادی نمی رسید. سجادی پیش تر یک بار دیگر برای تصدی وزارت ورزش و جوانان به مجلس شورای اسلامی معرفی شده بود که به دلیل عدم کسب آرای لازم از کسب این مسئولیت بازماند؛ اما در مرتبه دوم با تجربه بیشتری به ارائه برنامه پیشنهادی اش پرداخت و موفق به احراز مسئولیت وزارت شد. از آنجا که سجادی خود جزو قهرمانان کشور بوده، برخی معتقدند از مطالبات جامعه ورزش و جوانان در بُعد قهرمانی و بُعد همگانی ورزش گاه است. توسعه ورزش همگانی در

مناطق کم برخوردار، توسعه باشگاه های ورزشی اختصاصی بانوان، تدوین سند توسعه صنعت ورزش برای ارتقای سطح کیفی و کمی تولید تجهیزات، مراودات و انتقال بازیکن و حمایت از استارتاپ های ورزشی جهت تولید تجهیزات و خدمات، مهم ترین رؤس برنامه های سجادی برای تصدی صندلی وزارت بوده است. او در برنامه هایش به ایجاد نظام جامع استعدادیابی، اجرای طرح آمایش سرزمینی با هدف ایجاد زیرساخت های لازم ورزشی، توجه به ورزش همگانی، اقدامات لازم در زمینه مسکن، ازدواج، تسهیلات بانکی و

از ورزش چه خبر؟!

صدای زنگ هشدار برای تیم ملی

نگاهی به وضعیت سنی بازیکنان لیگ برتری دعوت شده به تیم ملی نشان می دهد، فوتبال باشگاهی ایران در شرایطی مطلوبی به سر نمی برد و بهترین بازیکنان لیگ که مستعد حضور در تیم ملی هستند، در حدود ۲۶، ۵ سالگی به سر می برند. در این لیست فقط یاسین سلمانی با کمتر از ۲۰ سال و همین طور صالح حردانی و مهدی عابدی در ۲۲ سالگی دیده می شوند و مابقی بازیکنان در ده سنی بالاتر از تیم ملی امید قرار دارند. این وضعیت نشان می دهد، در صورت تشکیل تیم ملی امید، شاید فقط یک بازیکن از این تیم، در حد و اندازه های بازی در تیم ملی بزرگ سالان باشد؛ به طوری که در حال حاضر فقط سلمانی می تواند در بازی های انتخابی به خود اختصاص دهند.

چهارمین رویارویی احتمالی یزدانی وتیلور



با بسته شدن پرونده بازی های المپیک توکیو حالا نوبت به رقابت های قهرمانی کشتی تا ۲۰۱ نروز رسیده تا برخی از جامانندگان از المپیک و مدعیان دنیا در این آوردگاه بزرگ به مصاف هم بروند. بر این اساس حسن یزدانی هم به عنوان مدعی وزن ۸۶ کیلوگرم کشتی آزاد ایران قرار است در رقابت های جهانی به

صفحات زیبا

* ورزش *

برنامه ریزی برای موفقیت در المپیک ۲۰۲۴ اشاره کرده است. شروع فعالیت وزیر جدید ورزش و جوانان، انتظاراتی را پیش روی او و همکارانش در این وزارتخانه قرار داده است که در ادامه مروری بر آن ها خواهیم داشت. ابلاغ اساسنامه جدید فدراسیون های ورزشی که هفته گذشته انجام شد، فرصت ارزشمندی برای وزارت جدید ورزش و جوانان قلمداد می شود و سجدادی و همکارانش باید از فرصت پیش آمده برای رفع ابهام های اساسنامه و اصلاح وضعیت حکمرانی فدراسیون های ورزشی به بهترین نحو ممکن استفاده کنند. از آنجا که فدراسیون های ورزشی و به دنبال آن هیئت های ورزشی در استان ها و شهرستان ها، وظیفه پرورش و شکوفایی استعداد های ورزشی را دارند، تغییر روال فعلی انتخاب رؤسای فدراسیون های ورزشی و دوری از سیاسی بازی، خواسته مهم جامعه ورزش است. در اواخر دوره مسئولیت مسعود سلطانی فر در وزارت ورزش و جوانان، انتخابات دو فدراسیون دوومیدانی و ورزش های زورخانه ای و پهلوانی به حکم دیوان عالی ملغا شد و این موضوع گواهی بر وجود ایراد در سیستم انتخابات فدراسیون ها بوده است.

از سوی دیگر سایه سنگین سیاست بر ورزش موضوعی است که پیامدهای منفی بسیاری برای ورزش به همراه داشته و به پاشنه آشیلی برای این بخش تبدیل شده که عدم مدیریت صحیح مالی در ارکان مختلف ورزش از جمله پیامدهای این موضوع است. طی سال های گذشته

قرار داد های ضعیف در بیشتر رشته های ورزشی، منجر به هدر رفتن وسیع بودجه بیت المال شد؛ اما برخورد با مسببان در حد حرف باقی ماند. دو قطبی فوتبال و منهای فوتبال در سال های گذشته تنها کم رنگ نشد، بلکه روزیابی جدیدی نیز پیدا کرد؛ تا جایی که به گفته هواداران فوتبال، وزیر سابق ورزش برای شرکت در جشن قهرمانی تیم پرسپولیس، کاروان ایران در المپیک توکیو را رها کرده و به تهران سفر



در همین اردو، بازیکنانی ماننداحمد زنده روح(۲۹ سال)، محمد حسین مرادمند (۲۸ سال)، ارسلان مطهری (۲۸ سال)، سیاوش یزدانی (۲۹ سال)، زبیر نیک نفس (۲۸ سال)، آرمین سهرابیان (۲۶ سال) و دیگران حضور دارند که برای نخستین بار به تیم ملی دعوت شده اند و هیچ تجربه بازی دوستانه ای ندارند. البته هدف از طرح این موضوع خرده گرفتن به کار رفتن تیم ملی نیست، بلکه ایراد گرفتن به ساختار بازیکن سازی در فوتبال ایران است که از بازیکنان جوان کمتر در چرخه نقل وانتقال های تیم ها و همین طور بازی دادن به آن ها در طول فصل بهره گرفته شده است.

قضاوت گلاره ناظمی و چهار داور زن در جام جهانی فوتسال



نهمین دوره رقابت های جام جهانی فوتسال از ۲۱ شهریور به میزبانی لیتوانی برگزار می شود و تیم فوتسال ایران نیز یکی از ۲۴ تیم حاضر در این پیکارهاست. جدا از تیم ایران، دآوری فوتسال کشورمان نیز در جام جهانی نماینده دارد و ابراهیم محرابی افسار در کنار گلاره ناظمی دو داور ایرانی حاضر در این پیکارها هستند. این

اخبار روز!

اسکوچیچ و هاشمیان، آيا روی نيمکت تيم ملي مي نشينند؟

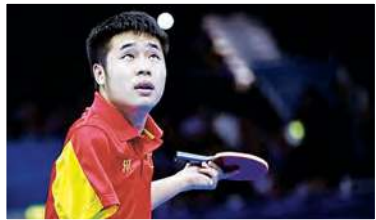


اسکوچیچ سرمربی تیم ملی و وحید هاشمیان مربی تیم ملی درست در آستانه بازی با سوریه به ویروس کرونا مبتلا شده اند و به همین بهانه در تمرینات روزهای اخیر تیم ملی غایب بودند.

محمود رضا رضایی، مدیر رسانه ای تیم ملی در پاسخ به این پرسش که وضعیت آن ها چگونه است و آیا در بازی با سوریه روی نیمکت تیم ملی خواهند نشست، گفت: «حال آن ها خوب است، اما دارد و پروتکل های بهداشتی را به شدت رعایت می کنیم، صرفا ملاک ما خوب بودن حال یک نفر نیست. هر ۴۸ ساعت یک بار تست کرونا می دهیم، ممکن است یک نفر علامتی هم نداشته باشند اما وقتی تستش مثبت باشد، باید قرنطینه شود. اسکوچیچ هم تمام تمرینات را زیر نظر دارد و تصاویر و فیلم ها برای وی ارسال می شود. بلافاصله در جریان تمام اتفاقات اردو و تمرینات قرار می گیرد و هر شب فیلم کامل تمرینات را دریافت کرده و صبح برنامه کاری را در اختیار دستیارش ماریو تات قرار می دهد تا مجدد تمریناتمان را بر اساس روز قبل ادامه دهیم. این موضوع دست ما نیست و فقط امیدواریم تا آن زمان تست وی منفی شده و کنار تیم باشند.»

گفتنی است بازی بعدی تیم ملی ۱۶ شهریور در دوحه مقابل عراق خواهد بود و اسکوچیچ در شرایطی می تواند وارد دوحه شود که نتیجه تست او منفی باشد. در غیر این صورت در صورت ورود به شهر دوحه چهارده روز قرنطینه خواهد شد. اسکوچیچ و وحید هاشمیان در حالی به ویروس کرونا مبتلا شده اند که چندی پیش همه اعضای تیم ملی در برابر این ویروس واکنشینه شده بودند. / سایت فدراسیون فوتبال

قهرمانی که از چند قدمی مرگ به طلای پارا المپیک رسید



«مالین» قهرمان چینی الاصل ۴ دوره مسابقات تییس روی میز بازی های المپیک، بازوی راست خود را در سن ۵ سالگی و در تقابل با یک خرس از دست داده است. لین در ۵ سالگی به باغ وحش محلی در جنوب شرقی چین رفته بود. او تصمیم گرفت دستش را را زبند کند و ضربه ای به یک خرس بزند که خیلی زود متوجه شد، خرس، حوصله بازی ندارد. خرس به لین حمله کرد و دست او را گاز گرفت. پس از حمله خرس، از دست او چیزی جز چند تاندون باقی نمانده بود و این قهرمان استرالیایی بر اثر خونریزی شدید تا آستانه مرگ پیش رفت. زندگی لین از همان روز تغییر کرد ولی او هرگز خرس را سرزنش نکرد و مقصردانست. لین می گوید: «فکر کردم خرس با من دوست شده چون هر هفته برای غذا دادن به او به باغ وحش می رفتم، به همین خاطر تصمیم گرفتم به او دست بزنم ولی او در شرایط روحی خوبی نبود.»

«ما» با وجود جراحت شدید و وحشتناکی که خرس به او وارد کرده بود، گریه نکرد و فریاد نزد. دوستش که با او به باغ وحش آمده بود، شروع به فریاد زدن و تقاضای کمک کرد. «ما» را با کسبی به بیمارستان بردند چون اگر منتظر آمبولانس می ماندند، ممکن بود بمیرد.

زندگی لین پس از جدا کردن کامل باقی مانده بازویش، ادامه پیدا کرد. دغدغه لین ۵ ساله پس از به هوش آمدن بعد از عمل جراحی هم در نوع خود جالب بود: «وقتی بزرگ شدم، دختری حاضر است با شرایطی که دارم، همسر من شود؟!» خیال او با تأیید مسئولان بیمارستان تا حد زیادی رخت شد. نخستین حضور «مالین» ۲۱ ساله در المپیک به سال ۲۰۱۲ و در قایم تیم ملی استرالیا بر می گردد. او در پارا المپیک ۲۰۲۰ توکیو نیز حضور دارد. / ورزش سه

شروع طوفانی هالند در فصل جاری



بوروسیا دورتموند با درخشش ارلینگ هالند توانست سه امتیاز ارزشمند را در بوندسلیگا به دست آورد. هالند در دیدار برابر هوفنهایم در آخرین دقیقه گل پیروزی دورتموند را به ثمر رساند تا این تیم موقتاً به صدر جدول رده بندی صعود کند. هالند در فصل جاری هم عملکرد درخشانی در دورتموند داشته است.

اودر ده بازی موفق به زدن ۶ گل شده و سه پاس گل هم داده است تا آماده ترین و بهترین مهاجم در جهان لقب گیرد. این بازیکن نروزی در تابستان مشتریان زیادی داشت، اما جام جهانی اجازه جدایی را به او نداد. در روزهای اخیر خبرهای زیادی درباره ابراز علاقه پاری سن ژرمن به جذب این مهاجم به گوش رسیده است؛ اما بعید به نظر می رسد که دورتموند او را حداقل تا زمستان از دست دهد. / ایسنا

تدابیر برای دغدغه‌های سالمندی

سالمندی هم مثل تمام دوره های زندگی دغدغه‌هایی دارد که می‌توان آن‌ها را با راهکارهای بسیار ساده و مؤثر برطرف کرد. از مهم‌ترین دغدغه‌ها در این دوران مربوط به تحرک و تغذیه است که شما می‌توانید با استفاده از راهکارهای زیر به مقابله با آن‌ها بپردازید:

ورزش در دوران سالمندی: افزایش سن و تغییرات ناشی از آن یک فرایند طبیعی در زندگی همه افراد است. تغییرات جسمانی از مهم‌ترین تغییرات دوران سالمندی است که با داشتن یک سبک زندگی سالم به ویژه فعالیت بدنی و ورزش منظم می‌توان از عوارض ناشی از آن جلوگیری کرد. با افزایش سن ماهیچه‌های قلب ضعیف‌تر شده و برون ده قلبی کاهش می‌یابد. در نتیجه خون به تمام قسمت‌های بدن نمی‌رسد و اندام‌ها خون کمی دریافت می‌کنند. کارایی دستگاه تنفسی نیز کاهش یافته، عموماً افراد دچار نفس تنگی شده و جذب اکسیژن کاهش می‌یابد. در کنار این‌ها توده عضلانی کاهش می‌یابد، انعطاف‌پذیری مفاصل نیز کم شده و همین امر منجر به کاهش قدرت بدنی، توان حرکتی، دامنه حرکت اعضا، تعادل و حتی زمین خوردن فرد می‌شود. رفته رفته استخوان‌ها نازک و شکننده می‌شوند و احتمال آسیب و جراحات در حوادث افزایش می‌یابد.

عوارض جسمی دوران سالمندی می‌تواند منجر به آسیب‌های دیگر حتی مشکلات روحی نیز شوند. برای مثال مشکلات حرکتی می‌توانند باعث کاهش ارتباط اجتماعی و رفت و آمد فرد، انزوا و افسردگی شود. از این رو باید برای پیشگیری از بیماری‌های قلبی و عروقی، بهبود خون‌رسانی سبک زندگی سالم به ویژه با فعالیت بدنی منظم پیش گرفت.

ورزش و فعالیت بدنی منظم جزء جدایی‌ناپذیر سبک زندگی سالم است که در دوران سالمندی اهمیت بیشتری پیدا می‌کند. عدم تحرک باعث پیروی زودرس می‌شود. بی‌تحرکی نداشتن فعالیت منجر به بروز بیماری‌های جسمی، ناتوانی در انجام کارهای روزانه، وابستگی به دیگران همچنین تنهایی و افسردگی خواهد شد. اما تحرک و فعالیت بدنی منظم و مناسب در سالمندان می‌تواند مزایای زیادی مثل پیشگیری از بیماری‌های قلبی و عروقی، بهبود خون‌رسانی به اندام‌های بدن، کاهش فشارخون، بهبود عملکرد مغز و ... داشته باشد.

میزان فعالیت‌های بدنی در سالمندان : دامنه تجویز فعالیت بدنی و ورزش برای سالمندان متنوع است. برای سالمندان ورزشکار همانند جوانان غیر ورزشکار رژیم ورزشی تجویز می‌شود، اما برای کهنسالان که عادت به انجام فعالیت بدنی منظم نداشته‌اند، تجویز ورزش باید با نظارت کامل کارشناس و پزشک باشد. اگر قبلاً زندگی بدون ورزش را سپری کرده‌اند در ابتدا سعی کنند با فعالیت‌های سبک متناسب با شرایط جسمانی خود، ورزش را شروع کنند. بهتر است فعالیت‌هایی را انتخاب کنند که به آن علاقه‌مند هستند (پیاده‌روی در فضای آزاد، شنا کردن، دوچرخه‌سواری و...)، همچنین فعالیت‌های خود را به صورت گروهی و با دوستان خود انجام دهند(حضور در جمع دوستان موجب شادی، نشاط و تقویت انگیزه خواهد شد.)

تغذیه در سالمندی: تغذیه یکی از ارکان اساسی حفظ و ارتقای سلامت سالمندان بوده و نقش اساسی در کیفیت جنبه‌های مختلف زندگی از جمله سلامت جسمی و حتی روانی سالمند دارد. با افزایش سن، بدن توانایی جذب برخی مواد غذایی مورد نیاز را از دست می‌دهد، حس چشایی ضعیف شده، اشتها کاهش می‌یابد و فرد در جویدن و هضم برخی غذاها نیز دچار مشکل می‌شود. بنابراین تغییراتی که با افزایش سن در بدن اتفاق می‌افتد باعث کمبود برخی مواد غذایی مورد نیاز بدن شده و ممکن است سلامت فرد را به خطر اندازد.

از آنجا که افراد سال‌خورده فعالیت جسمی کمتری دارند نیاز آن‌ها به انرژی نیز کمتری می‌شود. از سوی دیگر به دلیل کاهش فعالیت، میزان پروتئین بدن کم شده و ممکن است باعث ضعف عمومی بدن، ترمیم دیر هنگام زخم‌ها و کاهش توان سیستم ایمنی بدن شود. در نتیجه نیاز به تأمین پروتئین افزایش پیدا می‌کند.

با افزایش سن، تراکم استخوان‌ها کم شده و منجر به پوکی استخوان می‌شود و لازم است ویتامین دی و کلسیم در این دوران بیشتر مصرف شود.

رژیم غذایی مناسب: از ۶ سالگی به بالا باید هر روز حدود ۸ لیوان آب (با توجه به نیاز بدنشان) بنوشند، البته آب را می‌توان با نوشیدن مایعات دیگر مثل آب میوه نیز تأمین کرد. توجه داشته باشید که در دوران سالمندی احساس تشنگی کاهش می‌یابد. نرسیدن آب به بدن سالمندان می‌تواند منجر به یبوست، مشکلات کلیوی، عفونت‌های دستگاه ادراری، تنفسی و... شود.

این گروه سن باید روزانه ۶ تا ۹ واحد از گروه نان و غلات (انواع نان، برنج، ماکارونی، گندم و جو) مصرف کنند و تا حد امکان نیمی از ظرف غذایی خود را با میوه‌ها پر کنند. روزانه مصرف ۴-۲ واحد میوه توصیه می‌شود که بهتر است به جای آب‌میوه از میوه کامل استفاده شود.

سالمندان باید روزانه ۵-۲ واحد سبزی و شیر، ماست و پنیر کم چرب مصرف کنند. همچنین گوشت‌های قرمز (گوسفند و گوساله)، گوشت‌های سفید (مرغ، ماهی و پرندگان)، جگر، دل، قلوه‌زیان و مغز، تری‌مرغ، حبوبات (نخود، لوبیا، عدس، باقلا، لپه و ماش) و مغزها (گردو، بادام، فندق، پسته و انواع تخمه) را در برنامه غذایی خود بگنجانند.

از مصرف مواد غذایی پر انرژی (پرکالری) از جمله چربی‌های جامد و قند اضافه اجتناب و مصرف نمک (سدیم) را کم کنند.

در سالمندی به علت کاهش تحرک نیاز به انرژی کمتر شده و از طرف دیگر به علت بروز بیماری‌های مختلف از جمله بیماری‌های قلبی عروقی؛ مصرف چربی‌ها، قندها و نمک‌ها می‌تواند خطرناک باشد.

نیازهای خاص غذایی در دوران سالمندی : سالمندان برای بهبود تغذیه مناسب، کاهش چربی خون (کلسترول)، مبارزه با افزایش فشارخون، کاهش خطر ابتلا به پوکی استخوان، التهاب مفاصل، بیماری‌های قلبی، فراموشی و دیگر مشکلات باید برنامه غذایی مناسب و سالمی داشته باشند. باید توجه داشت که استفاده از هر گونه مکمل غذایی باید با مشورت پزشک و با توجه به نیازهای بدن، شرایط جسمانی و عادات غذایی فرد انجام شوند.

منبع: کتاب سبک‌زندگی سالم در دوران سالمندی

صحف‌ان زیبا

✱ سلامت ✱

توان بخشی پساکروناپی

با چه ترفندهایی می‌توان اختلالات پس از بهبودی کرونا را مدیریت کرد؟

✱ **بیماری کرونا از طرفی سخت و نفس‌گیر**

است، از طرف دیگر پس از بهبودی آن، بسیاری دچار اختلالاتی می‌شوند که نیاز به مدیریت برای بهبودی کامل دارد. به همین منظور تصمیم گرفتیم نظر ها چرمنصوری، مسئول واحد آموزش و ارتقای سلامت مرکز بهداشت شماره یکصفهان را جویا شویم. **پس ما را با نظرات او دنبال کنید. ا**

یکی از مسائل مهمی که در شرایط کنونی با آن مواجهه می‌شویم، توان بخشی بعد از بهبودی از بیماری کووید ۱۹ یا همان کروناست. بنابراین باید با تمرین‌هایی آشنا شوید و از توصیه‌های مربوطه به خصوص برای بزرگسالانی که به خاطر ابتلا به کووید ۱۹ شدیداً بیمار شده و احتمالاً در بیمارستان بستری بوده‌اند، اطلاع یابید.

✱ **مدیریت تنگی نفس**

تجربه مجدد تنگی نفس بعد از ترخیص از بیمارستان امری طبیعی است. احساس تنگی نفس می‌تواند در شما ایجاد اضطراب کند که همین امر خود تنگی نفس را بدتر می‌کند. حفظ خونسردی و یادگرفتن راه حل‌های مناسب، بهترین راه برای مدیریت تنگی نفس هستند.

تنگی نفس شما احتمالاً با افزایش تدریجی انجام دهید‌ها و نیز تمرین بهبود خواهد یافت.

در ضمن روش‌ها و تکنیک‌هایی نیز می‌توانند در مدیریت آن کمک‌کننده باشند، اما باید توجه داشته باشید که اگر احساس تنگی نفس شدید داشتید و با روش‌ها و تکنیک‌های زیر بهتر نشدید، حتماً با پزشک خود تماس بگیرید.

✱ **تنفس کنترل شده:** این روش به شما کمک می‌کند آرام باشید و تنفس خود را کنترل کنید. در وضعیتی راحت که تکیه‌گاه داشته باشد بنشینید، یک دست را روی سینه و دست دیگر را روی شکم قرار دهید و روی تنفس خود تمرکز کنید. به آرامی از طریق بینی نفس بگیرید و سپس آن را از دهان بیرون دهید.

سعی کنید خیلی سعی و تقلا نکنید و نفس‌هایتان آرام، نرم و بدون تنش باشد. توجه داشته باشید که تنفس شکمی انجام دهید یعنی با دم یا همان نفس ششمان جلوآید و با بازدم ششمان به حال اول بازگردد.)

✱ **تنفس مرحله به مرحله:** این کار زمانی مؤثر است که فعالیت‌هایی که نیاز به تقای بیشتری دارند یا شما را با تنگی نفس مواجه می‌کند (مانند بالا رفتن از پله‌ها) انجام دهید.

سعی کنید فعالیت خود را به بخش‌های کوچک‌تری تقسیم کنید تا بتوانید آن را

بدون خسته شدن یا تنگی نفس انجام دهید. قبل از تلاش برای انجام فعالیت، نفس بگیرید و در حین انجام فعالیت، نفس خود را بیرون بدهید.

✱ **مدیریت ورزش پس از ترخیص از بیمارستان**

ورزش بخش مهمی از روند بهبودی پس از بیماری کووید ۱۹ است و می‌تواند به موارد زیر کمک کند: بهبود تنکر، کاهش اضطراب، بهبود خلق و خو، افزایش اعتماد به نفس، بهبود توان جسمی، کاهش تنگی نفس، افزایش قدرت عضلات، بهبود تعادل و هماهنگی و بهبود تناسب اندام. رهنگیری روند تمرینات ورزشی با استفاده از یک دفترچه یادداشت و یا اپلیکیشن ورزشی روی تلفن همراه و یا ساعت هوشمند می‌تواند کمک‌کننده باشد. باید توجه داشته باشید که اگر هر گونه از علائم زیر احساس کردید، ورزش کردن را متوقف کنید و با پزشک خود تماس بگیرید. این علائم شامل حالت تهوع و نوسیدنی‌ها مشکل دارید. دلیل این مورد این است که عضلانی که به بلع کمک می‌کنند، ممکن است ضعیف شده باشند. خوب غذا خوردن و نوشیدن آب میوه و مایعات برای بهبود شما اهمیت دارد. توجه به بلع برای اجتناب از پرتیدن غذا به راه‌های هوایی و ایجاد عفونت ریوی اهمیت زیادی دارد.

✱ **مدیریت اختلالات در تکلم و صدا**

گاهی افراد بعد از استفاده از دستگاه تنفس مصنوعی، مشکل صدا یا تکلم پیدا می‌کنند. اگر صدای شما خشن یا ضعیف شده است، توجه به نکات زیر اهمیت دارد:

زمانی صحبت کنید که احساس راحتی

•••

بعد از یک بیماری شدید، همانند قبل انرژی ندارید و انجام برخی از کارها نسبت به قبل نیاز به تلاش بیشتری دارند؛ پس باید انتظارات خود را بر اساس آنچه می‌توانید در یک روز انجام دهید، تطبیق دهید



خواب با کیفیت به میزان کافی داشته باشید، به میزان کافی بخورید و از غذاهای سالم استفاده کنید،

به لحاظ فیزیکی فعال باشید.

سال هفدهم ✱ شماره ۴۱۰۰ ✱ یکشنبه ✱ ۷ شهریور ۱۴۰۰	۱۰
---	----



✱ **مدیریت فعالیت‌های زندگی روزمره**

بعد از بهبود یافتن، بسیار اهمیت دارد که دوباره فعال شوید، اما اگر احساس خستگی مفرط می‌کنید، تنگی نفس یا ضعف دارید، این کار با مشکل رو به رو می‌شود. هر کاری که ما انجام می‌دهیم از جمله استحمام، لباس پوشیدن، آماده کردن غذا، کار کردن و همچنین تفریح از ما انرژی می‌گیرد. بعد از یک بیماری شدید، همانند قبل انرژی ندارید و انجام برخی از کارها نسبت به قبل نیاز به تلاش بیشتری دارند؛ پس باید انتظارات خود را بر اساس آنچه که می‌توانید در یک روز انجام دهید، تطبیق دهید.

انرژی خود را با انجام دادن کارها در وضعیت نشسته، تا حد ممکن ذخیره کنید.

آهسته کار کنید و سعی کنید در میان وظایف سنگین، وظایف سبکی را هم انجام دهید.

اجازه دهید دیگران به شما در انجام وظایفی که مشکل دارید، کمک کنند و برای برگشتن به فعالیت‌ها به خود سخت نگیرید.

✱ **مدیریت اختلالات حافظه و تمرکز حواس**

این مشکلات می‌توانند بر روابط، فعالیت‌های روزانه و بازگشت شما به کار یا تحصیل تأثیر بگذرانند. لذا اگر چنین مشکلاتی را تجربه می‌کنید، می‌توان از راهکارهایی نظیر ورزش، تمرین‌های ذهنی مثل تقریحات یا فعالیت‌های جدید، بازی، بازی حروف و اعداد، تمرین‌های حافظه و کتاب خواندن، تقسیم کردن فعالیت‌ها به قسمت‌های کوچک‌تر استفاده کرد.

✱ **مدیریت اضطراب و مشکلات خلق‌وخو**

تجربه احساساتی نظیر اضطراب یا افسردگی غیرطبیعی نیست. خاطرات بیمارستان ممکن است مجدد به ذهن شما خطور کند. در نتیجه خلق وخوی شما بیشتر تحت تأثیر امکان بازگشت به فعالیت‌های روزمره، آنگونه که قبلاً بوده‌اید، قرار می‌گیرد. این احساسات ناخوشایند و آزاردهنده به نوبه خود بر توانایی مشارکت در فعالیت‌های روزانه شما تأثیر می‌گذارد. بنابراین مدیریت استرس و احساسات بخش مهمی از روند کلی بهبود شما هستند.

چند کار ساده می‌توانید در این رابطه انجام دهید: خواب با کیفیت به میزان کافی داشته باشید، به میزان کافی بخورید و از غذاهای سالم استفاده کنید، به لحاظ فیزیکی فعال باشید. همچنین حفظ ارتباطات اجتماعی، انجام فعالیت‌های آرامش‌بخش مانند گوش دادن به موسیقی، مطالعه کتاب‌های مناسب، مراقبه و عبادت، شروع فعالیت‌های روزمره و تفریحات به صورت تدریجی می‌توانند کمک‌کننده باشند.

✱ **زمان تماس به متخصصان**

چنانچه تغییراتی در نحوه تنفس در زمان استراحت دارید و با استفاده از روش‌های کنترل بهتر نشود، با فعالیت بسیار جزئی دچار تنگی نفس می‌شوید که با هیچ یک از وضعیت‌های تسهیل تنفس بهتر نمی‌شود.

قبل یا در طول ورزش علائم خطر را تجربه می‌کنید، حافظه، تفکر یا احساس خستگی شما بهبود نیابد، به طوری که نمی‌توانید فعالیت‌های روزانه خود را به درستی انجام دهید و یا همین امر مانع از بازگشتن شما به سر کار یا نقش‌های دیگر شما شده است، خلق و خوی شما بدتر شده است، به خصوص اگر این تغییرات برای مدت چند هفته بدون تغییر باقیمانده است، حتماً با پزشک عمومی یا متخصص بازتوانی و یا پزشک متخصص خود تماس بگیرید.

در کل، بعد از دوران بهبودی خود از کرونا، مراقب حالتان باشید و به خودتان سخت نگیرید. هرکسی بسته به وضعیت سلامتی خود، ممکن است در زمانی خاص به وضعیت عادی خود برگردد. بنابراین به خودتان فرصت دهید و گماکان استراحت کنید.

ا سبب غذایی |

با چه راهکارهایی به جنگ نفرس برویم؟

نگاهی به علت و درمان اختلالی از مفاصل



باشد، چون کاهش وزن سریع می‌تواند باعث افزایش سطح اسید اوریک خون در نتیجه تشدید علائم نفرس شود.

✱ **فواصل غذایی رعایت شود**

عدم مصرف غذای‌ای طولانی مدت هم می‌تواند باعث افزایش سطح اسید اوریک شود، به همین دلیل رعایت فواصل زمانی برای مصرف غذا بسیار مهم است. رژیم‌های غذایی

کم کربوهیدرات، باعث افزایش سطح کتون بادی‌های می‌شوند و چون کتون بادی‌ها باعث تداخل در دفع اسید اوریک می‌شوند، باعث بالا رفتن سطح آن در بدن خواهد شد.

✱ **تنظیم داروها کنترل شود**

بعضی مواقع نفرس با مصرف آسپرین و دیورتیک‌ها که برای تنظیم فشارخون تجویز می‌شوند، بروز می‌کند. این داروها باعث به هم خوردن روند طبیعی کلیه برای اسید اوریک می‌شود و از این رو باعث افزایش سطح اسید اوریک خواهند شد.

✱ **از منابع غذایی حاوی پورین بالا اجتناب شود**

در افراد مستعد، باید مصرف منابع با پورین بالا مثل ماهی کولی، ساردین، شاه‌ماهی، ماهی خال‌دار، کلیه، جگر، مغز، حازون، گوشت جاتوران شکاری، آب‌جو و شراب باید کاملاً قطع شود، اما منابع غذایی با پورین متوسط مثل حبوبات، جوانه گندم، آرد جو، مغز پسته‌جات، گیاه اسپاراگوس، گل کلم و قارچ باید در حد معمول مصرف شوند.

✱ **مصرف مایعات افزایش یابد**

روزانه بیش از ۲٫۵ لیتر آب برای رفیق کردن ادرار و پیشگیری از سنگ کلیه باید مصرف شود. همچنین نوشیدنی‌های کافئین دار هم باید محدود شوند.

مهران نوری-دانشجوی دکتری تخصصی علوم تغذیه

	نیم‌نگاه	همان زمان که کارشناسان هشدار بی‌آبی را از جنبه‌های انسانی سر می‌دادند، دوستداران محیط‌زیست اصفهان دل‌آشوب آهوان و قوچ‌های گرسنه بودند که زیر این آسمان بخیل و روی این زمین داغ، چگونه زنده خواهند ماند.
۱۱	سال هفدهم * شماره ۴۱۰۰ * یکنشه * ۷ شهریور ۱۴۰۰	

تنش خشکی در جان حیات وحش!

یک فعال محیط‌زیست می‌گوید:

ما آزادی حیات وحش را با فعالیت‌های انسانی محدود کردیم



برای تماشای فیلم مربوط به این خبر، بارکد را اسکن کنید.



شیماشاهین‌فر
خبرنگار

خبرنگار

❖ **خیلی پیش‌تر از امسال و سال گذشته هشدارهای بی‌آبی به گوش رسیده بود. گویا سال‌های بی‌باران متمادی سبب شده تا یادمان برود محصول این دشت خشک، تهدید حیات همگان است. خشک‌سالی تهدیدی برای حیات همگان است؛ اما از آن جدی‌تر تهدیدی برای حیات وحش محسوب می‌شود. همان زمان که کارشناسان هشدار بی‌آبی را از جنبه‌های انسانی سر می‌دادند، دوستداران محیط‌زیست اصفهان دل‌آشوب آهوان و قوچ‌های گرسنه بودند که زیر این آسمان بخیل و روی این زمین داغ، چگونه زنده خواهند ماند. خبرهای تأسف‌بار از تلفات گاو و میش‌های آتش‌خورده خوزستان گویی نمک بر زخم آنان بود و تلنگری برای اتحاد اصفهانی‌ها در حمایت از حیات وحش.❗**

❖ **گنجینه‌ای از رزمند در خطر است**

رتبه اول فراوانی حیات وحش سم‌دار و برخورداری از ۵۱درصد مناطق تحت مدیریت سازمان حفاظت محیط‌زیست شامل پناهگاه حیات وحش عباس‌آباد، پارک ملی و پناهگاه حیات وحش کلاه قاضی، پارک ملی و پناهگاه حیات وحش موته، پارک ملی و پناهگاه حیات وحش قمیشلو، پناهگاه‌های حیات وحش یخاب و کوه بزرگی و... با مجموع

مساحت یک میلیون و هفتصد هزار هکتار گویای ارزشمندی حیات وحش استان است. حالا اما این میراث در برابر تنگدستی طبیعت قرار گرفته و روزگار داغ و خشکی را سپری می‌کند. به گفته ایرج حشمتی، مدیرکل حفاظت محیط‌زیست استان، مناطق تحت مدیریت و شکار ممنوع استان شامل ۲۲ منطقه است که بالغ بر ۲ میلیون و ۲۸۰ هزار هکتار وسعت دارند و ۴۹۵ گونه مهره‌دار شامل ۶۵ گونه پستاندار، ۲۰۲ گونه پرند، ۴۲ گونه خزنده، ۸ گونه دوزیست و ۴۱ گونه ماهی را در آغوش خود جای داده‌اند.

❖ **حفظ حیات وحش بایاری مردم**

اما با بالا گرفتن گرما و پدیدار شدن تنش خشکی در دشت‌ها، خشک‌سالی روی سوزان خود را به حیات وحش نشان داد. معاون پایش و نظارت حفاظت محیط‌زیست استان با پذیرش این واقع، همکاری مردم را برای حفاظت از این سرمایه‌های طبیعی طبلیده و گفته بود: «حفاظت این گونه‌ها که برای آب و غذا به خارج از مناطق و به مزارع کشاورزی می‌روند، دشوار بوده و به کمک و همراهی مردم نیاز است که در حفاظت آن‌ها با ما همراهی کرده و مشارکت و اطلاع‌رسانی کنند تا بتوان از این شرایط سخت عبور کرد.»

حسین اکبری همچنین تأکید کرده بود که در شرایط کنونی حفاظت از

حیات وحش استان در برابر بی‌آبی، تأمین غذا و پیشگیری از بیماری‌ها به حدود ۱۱ میلیارد تومان اعتبار نیاز دارد که با توجه به فراگیری مشکلات مختلف، محقق نشده است.

❖ **آب یا غذا؟ مسئله کدام است؟**

در چنین شرایطی چه بر سر حیات وحش استان خواهد آمد؟ آیا در بحران خشک‌سالی گونه‌های پر قدمت استان راهی برای نجات خود خواهند یافت؟ یک فعال زیست‌محیطی در حوزه حیات وحش درباره تأمین آب و غذا برای حیات وحش در مواجهه با تنش خشکی، به اصفهان‌زیبا می‌گوید: مناطق مختلف استان اصفهان از نظر دسترسی حیوانات به منابع آبی با یکدیگر متفاوت هستند؛ یعنی در برخی مناطق آبشخورهای انسان‌ساخت و متصل به منابع جانبی وجود دارند که از طریق تانکر یا تلمبه تغذیه می‌شوند و در برخی مناطق هم منابع طبیعی به صورت زیرزمینی یا چشمه نیاز حیات وحش را برطرف می‌کند. حسن مقیمی ادامه می‌دهد: آبشخورهای انسان‌ساخت به دلیل کمبود منابع طبیعی آب احداث شده‌اند و در شرایط خشک‌سالی نیاز آبی حیات وحش را تأمین می‌کنند، از سوی دیگر در مناطقی که منابع طبیعی مانند چشمه‌ها وجود دارند اگر به هر دلیل آن آبشخورد چار خشکی شود، حیات وحش برحسب غریزه به سراغ منبع مجاور

می‌رود؛ مثلاً در منطقه کلاه قاضی اگر دسترسی به چشمه اشک محدود شود، حیات وحش به سراغ لاتاریک می‌رود و با توجه به فراگیری مشکلات مختلف، حیات وحش را حل شده دانست. او با اشاره به اینکه تنش خشکی برای حیات وحش بیشتر در قالب کمبود علوفه و محدودیت منابع غذایی محسوس است، توضیح می‌دهد: خشک‌سالی موجب خشکی مراتع و کمبود علوفه برای حیات وحش استان شده که اثرگذاری این موضوع در اوایل فصل بهار که حیات وحش باران‌نیاز به علوفه تازه دارند، پیام‌های نامطلوبی به همراه داشته و باعث پراکندگی آن‌ها شده است.

❖ **پراکندگی به نفع حیات وحش نیست**

او با اشاره به اینکه پراکندگی و جابه‌جایی حیات وحش در موقعیت فعلی مطلوب نیست، می‌افزاید: در گذشته که مناطق حفاظت‌شده به مفهوم امروزی تعریف‌نشده بود، حیات وحش با قرار گرفتن در معرض شرایط نامطلوب محیطی جابه‌جا می‌شد تا نیاز خود را برطرف کند؛ اما امروز با تغییراتی که انسان در محیط به وجود آورده در اطراف مناطق حفاظت‌شده، جاده‌ها، شهرک‌های صنعتی و سکونتگاه‌های انسانی قرار دارد و ممکن است حیات وحش با خروج از محدوده خود با خطراتی مانند تصادف،

صفحه‌ان‌زیبا

❖ محیط زیست ❖

خارج نشوند و این منوط به فراهم شدن امنیت، آب و علوفه مورد نیاز آن‌هاست که در زمینه امنیت خوشبختانه محیط‌بانان به رغم محدودیت‌های موجود و تعداد محدود نسبت به وسعت مناطق، به خوبی مسئولیت خود را ایفا می‌کنند.

این مستندساز ادامه می‌دهد: امروز ما آزادی حیات وحش را با فعالیت‌های انسانی محدود کرده‌ایم و به همین دلیل هم مسئولیت داریم تا در همان مناطق شرایط لازم برای زیست آن‌ها شامل آب و غذا را فراهم کنیم؛ زیرا حفاظت از آن‌ها در صورت خروج از مناطق حفاظت‌شده آسان نیست؛ چراکه علاوه بر مشکلاتی مثل نبود آب و غذا، حیات وحش با تهدیدهای جانی نیز مواجه می‌شود و از سوی دیگر حفاظت از آن‌ها در خارج از محدوده حفاظت‌شده یعنی نیاز به سه برابر محیط‌بان نسبت به تعداد فعلی، که چنین امکانی هم وجود ندارد.

این فعال زیست محیطی در خصوص شرایط گونه‌های غالب حیات وحش استان و آسیب‌پذیری آن‌ها در بحران خشک‌سالی می‌گوید: آهو یکی از گونه‌های بومی استان است که در دشت‌ها زندگی می‌کند و آسیب‌پذیرترین گونه در این شرایط است؛ چراکه در مواجهه با تنش خشکی و نبود غذا، به سمت مزارع حرکت می‌کند که این کار پیامدهایی چون خسارت به مزارع، درگیری با سگ‌ها و افتادن در دام شکارچیان را به دنبال دارد که هر کدام از این‌ها ممکن است جان او را تهدید کند. مقیمی ادامه می‌دهد: قوچ و میش که در تپه ماهور زندگی می‌کنند، به مزارع کشاورزی دسترسی ندارند؛ از این‌رو راه مهاجرت را در پیش می‌گیرند و به سمت مناطق خنک‌تر حرکت می‌کنند تا به منابع حیاتی برسند و در نهایت کل و بز گونه مقاوم‌تری است که در شرایط تنش خشکی حرکت عمودی را انتخاب می‌د هد. به سمت ارتفاعات حرکت می‌کنند و به همین علت تلفاتشان نسبت به سایر گونه‌ها کمتر است.

او تغذیه آبشخورها و تأمین علوفه برای شرایط پیش‌بینی‌نشده را دو موضوع مهم برای حفاظت از حیات وحش در شرایط خشکی عنوان کرده و می‌گوید: سازمان حفاظت محیط‌زیست، سازمان ثروتمندی نیست که بتواند مسئولیت خرید و تأمین علوفه را در کنار تکمیل تجهیزات حفاظتی خود انجام دهد؛ اما اقداماتی مانند کشت مقدار محدود علوفه و ذخیره‌سازی در سیلوها برای مواقع کمبود منابع غذایی از راهکارهایی است که تا حدودی انجام‌شده و می‌تواند کمک کند که این دوران را با کمترین حد تلفات حیات وحش سپری کنیم.

مقیمی با اشاره به اینکه مدیریت زیستگاه‌ها یک علم است و برخی بدون آگاهی و از سر دلسوزی با نقادی مخرب و غیرسازنده، عوامل این حوزه را مایوس می‌کنند، اضافه می‌کند: ایامی که پشت سر گذاشتیم روزها و لحظات سختی را برای محیط‌بانان رقم زد و چالش‌هایی مانند خشک‌سالی بیش از هر کس آن‌ها را نگران کرد، از این جهت لازم است قدردان فداکاری آن‌ها با بشیم و حفاظت از این منابع گران‌بها را نه فقط متوجه محیط‌زیست، بلکه وظیفه عموم مردم بدانیم.



❖ خبر خوان ❖

سامانه دوم آب‌رسانی اصفهان در انتظار واریز ۱۵۰ میلیارد تومانی خزانه است

رئیس سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی استان اصفهان گفت: تکمیل سامانه دوم آب‌رسانی اصفهان در انتظار واریز ۱۵۰ میلیارد تومانی از سوی خزانه است. نعمت‌الله اکبری در گفت‌وگو با ایرنا افزود: این رقم در سال جاری برای اتمام پروژه ابلاغ تخصیص شده؛ اما هنوز در اختیار استان قرار داده نشده‌است. او با اشاره به اینکه ۳۰ درصد از این رقم نقدی و ۷۰ درصد به صورت اسناد خزانه است اضافه کرد: بر همین اساس استاندار اصفهان در روزهای گذشته برای واریز این مبلغ کوشید؛ اما هنوز محقق نشده است.

رئیس سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی استان اصفهان با بیان اینکه نصب فیلترهای تخصصی برای این پروژه پایان کار آن خواهد بود ادامه داد: پیمانکار اجرای این مرحله را به پس از دریافت پول متوکل کرده‌است. اکبری تصریح کرد: طرح سامانه دوم آب‌رسانی اصفهان پیشرفت خوبی داشته است و نصب فیلترها همواره از تأکیدها و الزام‌های شرکت آب و فاضلاب، دانشگاه علوم پزشکی و مرکز بهداشت به شمار می‌رود.

او خاطرنشان کرد: این طرح قرار بود تا پایان تیر امسال به بهره‌برداری برسد؛ اما به دلیل واریز نشدن مبلغ، کرونا و مشکل خودپیمانکار در آن زمان محقق نشد، ولی تا هفته‌های آینده به بهره‌برداری خواهد رسید.

رئیس سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی استان اصفهان تصریح کرد: ۳۰۰ میلیارد تومان مصوب پروژه سال قبل واریز و هزینه شد.

طرح سامانه دوم آب‌رسانی اصفهان شامل تونل انتقال آب و تصفیه‌خانه موسوم به «گل‌ب ۲» است و در صورت بهره‌برداری به عنوان طرح توسعه آب‌رسانی به ۱۴ شهرستان استان اصفهان به طول ۲۷ کیلومتر، آب دریاچه سد زاینده‌رود را به تصفیه‌خانه انتقال می‌دهد. این سامانه باید در اواسط دهه گذشته به بهره‌برداری می‌رسید؛ اما هنوز این امر صورت نگرفته است. هم‌اینک عمده آب شرب استان اصفهان از محل تصفیه‌خانه باباشیخعلی و نیز چاه‌های آب تأمین می‌شود. پیش‌ازین مدیران شرکت آب و فاضلاب اصفهان به ایرنا گفته بودند که این استان با کمبود چهار مترمکعب آب در ثانیه روبه‌روست که به‌افت فشار و قطعی آب در شهرهای مختلف به ویژه مناطق شرقی و شمالی اصفهان منجر شده است.

مدیران آب‌فانیاژآبی سامانه آب‌رسانی اصفهان بزرگ را (شامل ۵۶ شهر و ۳۸۰ روستا با چهار میلیون و ۲۰۰ هزار نفر جمعیت) در یک مصرف و تابستان ۱۶ مترمکعب بر ثانیه اعلام می‌کنند و تأکید دارند که سامانه دوم آب‌رسانی به‌طور قطع باید به بهره‌برداری برسد و وارد مدار فعالیت شود.

کمک ۸۵۰ هزار دلاری صلیب سرخ به ایران برای مقابله با خشک‌سالی

مدیرکل عملیات و برنامه‌های بشردوستانه جمعیت هلال احمر کشور، مان از تخصیص کمک ۸۵۰ هزار دلاری فدراسیون بین‌المللی صلیب سرخ به ایران در راستای مقابله با خشک‌سالی خبر داد. به گزارش ایلنا، حسن اسفندیار در خصوص تدابیر فعالیت‌های جمعیت هلال احمر در راستای مقابله با خشک‌سالی در کشور گفت: هلال احمر در راستای مقابله با خشک‌سالی در وهله اول از امکانات داخلی و در ادامه از کمک‌های بین‌المللی در راستای مقابله با خشک‌سالی استفاده خواهد کرد. تمام تلاش ما این است تا آلام شهروندانی که زندگی آن‌ها تحت تأثیر خشک‌سالی قرار گرفته است، کاهش یابد. او افزود: پیش‌بینی هلال احمر برای ورود به مقوله خشک‌سالی خوب و مبتنی بر حقایق بود و حالا که در اوایل شهریور هستیم، هنوز هم زندگی مردم برخی مناطق تحت تأثیر خشک‌سالی است. هلال احمر در این مناطق در سه جبهه در حال تلاش است تا به مردم امداد رسانی کند. برای نمونه عمده مناطق درگیر با خشک‌سالی در استان‌های خراسان جنوبی، سیستان و بلوچستان، کرمان، هرمزگان و خوزستان هستند.

او خاطرنشان کرد: در کنار خشک‌سالی متأسفانه بیک پنجم کرونا نیز زندگی مردم را در این مناطق سخت‌تر کرده و تعداد زیادی از هم‌وطنان هر روز به این بیماری مبتلا می‌شوند و همین امر سبب شده است تا هلال احمر در این عرصه نیز به کمک مردم شتافته و قسمتی از توان خود را صرف این مسئله کند. از سوی دیگر جنگ در افغانستان سبب شد تا خیل عظیمی از جمعیت این کشور به ایران پناه آورده و امروز استان‌های سیستان و بلوچستان، خراسان جنوبی و خراسان رضوی درگیر این مسئله هستند و تلاش می‌شود تا خدمت‌رسانی به این پناهندگان نیز صورت گیرد.

❖ دیدبان ❖

شناسایی اولین گوزن مبتلا به کووید ۱۹

اولین گوزن آلوده به کرونا ویروس در ایالات متحده شناسایی شد. به گزارش ایستا، مقامات ایالات متحده روز جمعه از شناسایی اولین گوزن مبتلا به بیماری کووید ۱۹ در ایالت اوهایو خبر دادند و به این ترتیب تعداد حیوانات آلوده به کرونا ویروس افزایش یافت.

بر اساس بیانیه وزارت کشاورزی ایالات متحده، کرونا ویروس که عامل بیماری کووید ۱۹ بوده در یک گوزن گزارش شده است؛ این در حالی است که هیچ‌گونه علائم ناشی از ابتلا به کووید ۱۹ در این گوزن وجود ندارد. همچنین هنوز علت ابتلای این حیوان به بیماری کووید ۱۹ ناشناخته است.

بر اساس اظهارات یکی از مقام‌های محلی، احتمالاً این گوزن از طریق انسان، محیط‌زیست، گوزن‌های دیگریا گونه‌های جانوری دیگر در معرض ابتلا به کووید ۱۹ قرار گرفته باشد.

بر اساس گزارش‌ها، پیش‌از این نیز ابتلای حیواناتی مانند سگ، گربه، ببر، شیر، پلنگ برفی، سمور، گوزیل و راسو به کووید ۱۹ گزارش شده است.

به گزارش خبرگزاری رویترز، بیشتر حیواناتی که در سراسر جهان به کووید ۱۹ مبتلا شده‌اند در تماس با یک فرد آلوده به ویروس بوده‌اند.

