

نصب علائم هشدار دهنده در تقاطع جی، مالک اشتر



مدیرمنطقه ۱۵ شهرداری اصفهان از نصب علائم هشدار دهنده ترافیکی به منظور ساماندهی ترافیک در تقاطع جی، مالک اشتر خبر داد.

به گزارش روابط عمومی منطقه ۱۵ شهرداری اصفهان، قاسمی با اشاره به نگاه ویژه شهرداری به ضرورت ایمن سازی معابر و مسیرها، با نصب علائم هشدار دهنده ترافیکی برای کاهش خطررات، افزایش ضریب ایمنی و هدایت رانندگان، اظهار داشت:مدیریت و برنامه ریزی ترافیک یکی از عناصر اصلی در برنامه ریزی و طراحی شهری محسوب می شود.

در واقع در برنامه ریزی و مدیریت شهری نوین به لحاظ سهم حائزاهمیت معابر در کالبد شهروارتباط مستقیم آن باافزایش جمعیت شهرها، نیاز به توجه و اعمال سیاست های خاص برای دست یابی به ارتقای سیستم ترافیکی و بهبود آن بیش از پیش احساس می شود. ازاین رو این منطقه در راستای نظم بخشیدن به ترافیک شهری، جلوگیری از تصادفات، حفظ رفاه، تسهیل دررفت وآمد ومرتفع شدن مشکلات شهروندان، علائم هشدار دهنده ترافیکی به منظور ساماندهی ترافیک در تقاطع جی- مالک اشتر نصب کرده است.

مدیر منطقه ۱۵ شهرداری اصفهان ادامه داد: در راستای تسهیل در امررفت وآمد وسایل نقلیه، کاهش ترافیک و روان سازی عبور و مرور در سطح معابر، معاونت حمل و نقل ترافیک منطقه ۱۵ نسبت به نصب تابلوهای انتظامی، نصب و اصلاح گاردریل ها، نصب و اصلاح چراغ های راهنمایی چشمک زن، نصب Scats و ... در محل تقاطع جی، مالک اشتر اقدام کرد که هریک نقش مشخصی درمدیریت ترافیکی وانتظامی شهر دارند.

قاسمی خاطرنشان کرد:اجرا ونصب تجهیزات ترافیکی و ایمنی اشرا ت مثبتی بر بهبود و کاهش ترافیک و حفظ سلامت شهروندان خواهد داشت.

به گفته وی اجرای این عملیات با هزینه ای بالغ بر یک میلیارد و سیصد و چهل میلیون ریال صورت گرفت تا شهروندان و نیروهای امدادی و امنیتی دسترسی ایمن و آسانی به مقاصد خود داشته باشند.

آغاز طرح دیده بان آلودگی هوا

مدیرعامل سازمان حمل و نقل بارو کالای درون شهری شهرداری اصفهان گفت: گشت های نظارتی، به سیستم های سیار کنترل آلودینه هوا برای مقابله با خودروهای آلاینده تجهیز شدند.

مجید طهماسبی در گفت وگو با پویش مردمی ترافیک شهر اصفهان با اشاره به آغاز طرح دیده بان آلودگی هوا به منزله یکی از مهم ترین سرفصل های این سازمان در رویدادهای قصه آدم و هوا، اظهار داشت: گشت های مذکور با کمک پلیس راهور، توقف خودروهای مشکوک و دودزا یا در صورت انجام هرنوع تخلف، آلایندگی را نیز کنترل می کنند. وی با اشاره به نقص فنی خودرو در صورت دارا بودن معاینه فنی، اظهار داشت: اگر آن زمان استانداردهای لازم را نداشته باشد، معاینه فنی ابطال می شود.

طهماسبی افزود: انجام این اقدامات، به خاطر حق و حقوق مردم است و چون همه باید دراین حوزه شرکت کنند با همکاری مدیریت روابط عمومی شهرداری اصفهان و خط ارتباطی ۱۳۷، ساز و کاری را در نظر گرفتیم که خود مردم به منزله همیاران دیده بان آلودگی هوا، در صورت مشاهده هر خودروی آلاینده اعم از عمومی، خصوصی و خودروهای زیر پوشش شهرداری اصفهان با این خط تماس بگیرند و اطلاع بدهند.

وی خاطرنشان کرد: با این اقدام، گامی در بهبود هوای شهرمان در زمستان به ویژه با وجود قضیه وارونگی هوا، برمی داریم.

مدیرعامل سازمان حمل و نقل بار و کالای درون شهری شهرداری اصفهان با اشاره به نظارت مراکز معاینه فنی، اظهار داشت: این امر به منظور کنترل کیفیت خدمات ارائه شده در این مراکز و مدیریت مراجعات شهروندان است.

وی افزود: بعضی شهروندان طی تماس با سازمان، تقاضای معرفی مرکز معاینه فنی خلوت را دارند و با این نظارت و مدیریت، می توانیم در این راستا کمک کنیم.

طهماسبی با بیان اینکه سال آینده موضوع مکانیزه کردن نوبتی مراکز فنی در دستور کار است، گفت: از سال آینده با تجمع و اتلاف وقت شهروندان برای گرفتن معاینه فنی، مواجه نخواهیم بود.

طرح «دیده بان آلودگی هوا» در قالب رویدادهای قصه آدم و هوا (۲۶ آذر روز حمل و نقل تا ۲۹ دی روز هوای پاک) در اصفهان آغاز به کار می کند.

همچنین سند برنامه درون شهری، اپلیکیشن حمل و نقل بار شهری و نظارت تصویری مراکز معاینه فنی نیز از جمله طرح هایی است که در قالب رویدادهای قصه آدم و هوارونمایی می شوند.

پروژه های عمرانی جدید آغاز می شود

اصفهان در همه حوزه ها پویا شده است



شهردار اصفهان گفت: عملیات عمرانی چند پروژه جدید طی دو هفته پیش رو در اصفهان آغاز می شود.

به گزارش اداره ارتباطات رسانه ای شهرداری اصفهان، قدرت اله نوروزی در ارتباط زنده رادیویی با برنامه سلام اصفهان، با اشاره به اینکه امیدوارم زمستان برای شهر اصفهان و استان، ماه رحمت وبرکت باشد، اظهار کرد: شهر در همه حوزه های فرهنگی، اجتماعی، خدماتی، عمرانی و شهرسازی زنده و پویاست. وی بایان اینکه در آینده نزدیک حفاری تونل خط ۲ مترو ساما آغاز می شود، تصریح کرد: در هفته گذشته چندین طرح موفق از جمله سینما

خیابان علامه جعفری آزاد شد

مدیرمنطقه ۵ از پایان هشت سال انتظار شهروندان خبر داد



مدیر منطقه ۵ شهرداری اصفهان از بازگشایی خیابان علامه جعفری بعد از هشت سال برای کمک به کاهش ترافیک در خیابان رودکی و ارتش خبر داد. به گزارش اداره ارتباطات رسانه ای شهرداری اصفهان، احمد رضایی با اشاره به بازگشایی مجدد خیابان علامه محمدتقی جعفری، اظهار کرد: این خیابان از بن بست خارج شد و در اختیار شهروندان اصفهانی قرار گرفت. وی ادامه داد: عملیات عمرانی احداث خیابان علامه جعفری هشت سال پیش آغاز شده بود، اما به دلیل مسائلی که در خصوص آزادسازی برخی پلاک ها وجود داشت، ورودی این خیابان از سمت

اصفهان زیبا

خط دو مترو مشکل میراثی ندارد

مدیرعامل قطار شهری از آغاز ساخت چهار ایستگاه جدید خبر داد



خط دو با مشکل میراثی مواجه نمی شود

یکی از نگرانی ها برای طولانی شدن روند کار خط دو وجود آثار تاریخی است مشکلی که باعث شد خط یک هم مدت ها در بن بست بماند، ولی طبق گفته های مدیران شهری حساسیت های زیادی در این مورد وجود ندارد و تنها قسمتی از این خط از زیرمیدان نقش جهان عبور می کرد که با افزایش ۱.۵ کیلومتری مسیر و اضافه کردن یک ایستگاه مترو این مشکل برطرف شد.

تصویب ۵۰۰ میلیارد اوراق مشارکت مترو

هر پروژه شهری نیاز به اعتبار برای به نتیجه رسیدن دارد در غیر این صورت نمی توان به راه اندازی بهنگام طرح ها امیدوار بود. برای خط دو متروی اصفهان نیز چاره اندیشی صورت گرفته و لایحه دو فوریتی از سوی شهرداری مبنی بر استفاده از ۵۰۰ میلیارد تومان اوراق مشارکت برای بهره برداری از فاول خط دو به شورا ارسال شد و با رای ۱۰ نفر از اعضا به تصویب رسیده و قرار است ۵۰ درصد از اصل و سود این اوراق توسط دولت تضمین شود.

نصیرملت، رئیس کمیسیون اموراقتصادی، حقوقی و گردشگری شورای شهر اصفهان مدتی پیش در صحن علنی شورای شهر گفت: هزینه احداث هر کیلومتر خط مترو با توجه به تغییر قیمت از به یک هزار میلیارد تومان رسیده است.

اسید محسن واعظی، مجری خط دوم قطار شهری اصفهان نیز با بیان اینکه برآورد اعتبار مورد نیاز برای خط ۲ قطار شهری مربوط به زمانی است که نرخ دلار سه هزار و ۵۰۰ تومان بود، افزود: آن زمان برای راه اندازی این خط پنج هزار میلیارد تومان اعتبار نیاز داشتیم اما امروز با افزایش نرخ ارز، اعتبار مورد نیاز برای راه اندازی این خط بیش از رقم برآورد شده پیشین است و دولت اجازه فروش ۵۰۰ میلیارد تومان فروش اوراق مشارکت به شهرداری اصفهان را داده است.
ضرورت بازنگری نقشه متروی شهر اصفهان یکی از مواردی است که اعضای شورا اسلامی شهر بر آن تاکید دارند چرا که مدت ها از ارائه طرح اولیه گذشته و لازم است با تغییر و توسعه شهری همخوان باشد که در این رابطه مرتضی پهرانی، معاون اقتصادی و مالی شهرداری اصفهان بیان کرده در صورتی که شورای شهر بودجه استفاده از مشاور برای انجام این کار را تصویب کند می توان مطالعات رابازنگری کرد.

است. مطالعات این پروژه شامل مرحله اول، نقشه برداری، ژئوتکنیک، آتارزیست محیطی، نقش پروژه در بهبود وضعیت ترافیکی و ارزیابی تاثیرات مترو بر آثار میراث فرهنگی، از سال ۱۳۸۹ تا ۱۳۹۴ انجام شده و برنامه ریزی خط غربی- شرقی قطار شهری از ابتدای

سال ۹۵ شروع شد و به طول ۲۴ کیلومتر و ۷۵ متر از شهرک امام حسین (ع) در خیابان زینبیه آغاز و از میدان قدس، میدان امام، خیابان فلسطین، آماگاه، میدان امام حسین (ع) گذر می کند و به سمت غرب، خیابان طالقانی و در نهایت به خیابان کهنذ و در فاز دو به خمینی شهر ختم می شود همچنین ایستگاه میدان امام حسین(ع) محل تبادل مسافر خطوط یک و دو قطار شهری اصفهان است.
گفتنی است در اکنون پس از سال ها خط یک قطار شهری از شمال اصفهان آغاز شده و پس از طی مسیری به طول ۲۰٫۲ کیلومتر با ۲۰ ایستگاه فعال به پایانه مسافربری صفه در جنوب این شهر ختم می شود.

استفاده از ایده های خلاقانه برای سیما و منظر شهری



استفاده از زیاله ها



کوچه های رنگی



خلاقیت در شهر با نقاشی های دیواری



ساخت جنگل عمودی برای مقابله با آلودگی هوا



شهری شاد با پنجره های رنگی

ظهور نسل نو شهرهای جدید

تجربه جهانی در مرکززدایی از پایتخت های انتقال و ایجاد مراکز کار، گردشگری و فعالیت در حالی در برخی از کشورها آغاز شده است که در ایران این تجربه با ایجاد مراکز سکونت بود و همین امر باعث شد شهرهای جدید به اصطلاح به شهرهای خوابگاهی و مرده تبدیل شوند.

گفته می شود از تجربه های جهانی موفق، می توان در ایجاد مسکن اجتماعی در ایران بهره برد. به گزارش ایگاه خبری وزارت راه و شهرسازی، شهرداری پاریس با همکاری دولت فرانسه، اولین سری از نسل نو شهرهای جدید جهان را احداث کرد. «بتیگنولز»، شهر جدید ۱۰ مظهره با ۳۵۰۰ واحد مسکونی است که مطالعه و ساخت آن ۱۳ سال به طول انجامید، و اوایل ۲۰۱۷ بهره برداری شد. پیش فروش نیمی از آپارتمان ها در مراحل میانی ساخت، از موفقیت طراحان این شهر در «مرکززدایی از پایتخت فرانسه» و «تامین مسکن در حاشیه پاریس» حکایت دارد. «کاربری ترکیبی» برج های مسکونی و «زیاده روی» در احداث ایستگاه مترو، مزیت بتیگنولز مقابل پاریس است. نیمی از واحدها، به مسکن اجتماعی تبدیل می شود. شهر جدید «بتیگنولز» روی نوار محیطی شمال غرب پاریس، در سال ۲۰۰۴ با دو هدف اولیه در ظاهر متضاد شامل «تامین مسکن پایتخت نشین ها» و «مرکززدایی از پایتخت»، وارد فاز مطالعاتی شد. نتایج بازدیدهای میدانی از محله های «بتیگنولز» نشان می دهد: آنچه را که شهرداران کلانشهرهای جهان با عنوان «جاش لاینچل پایتخت های امروزی» عنوان می کنند، در پاریس با تدبیر مشترک دولت مرکزی و دولت محلی، مرتفع شده است. در سال های اخیر مسئولان شهری و دولتی با این تصور که «ساخت مسکن» و «تمرکززدایی از ابرشهرها»، دو قطب مخالف شهرسازی محسوب می شود، به استفاده از مدل های تک بعدی که یک چالش را «هدف» و دیگری را به «آزار هزینه» برای رفع چالش اول تبدیل می کند، روآورده اند.

در ایران، طی دست کم دو دهه گذشته، در یک دوره برنامه ریزی شهری، «تامین مسکن»، مبنای توسعه پایتخت قرار گرفت و در نتیجه، تراکم ساختمان ها و جمعیت کلانشهر تهران به شکل تصاعدی افزایش پیدا کرد، اما در دوره بعد، تمرکززدایی از پایتخت بدون لحاظ نیازهای شهری متقاضیان مسکن، جزو دستور کار سیاستگذاران شد که محصول این تکتنگاهی نیز هم اکنون «شهرهای جدید خوابگاهی و مرده» در حریم تهران و سایر کلانشهرها، برای دولت و سرمایه گذاران این مناطق شهری، دردسرساز شده است.

اما در «بتیگنولز» به منزله نسل نو شهر جدید، نه تنها دو جاش ابرشهرها به طور همزمان مدنظر شهروندان قرار گرفته، بلکه به اولین شهر جدید ۱۰ مظهره معروف است. دولت فرانسه و شهرداری پاریس موفق شده اند از طریق جذب سرمایه گذاران متخصص شهرک سازی، یک شهر جدید سکونت پذیر در نقطه ای نه چندان دور از پایتخت، برای تامین مسکن طبقات مختلف جامعه احداث کنند. «بتیگنولز» دارای امکانات متفاوت اما معایب موجود در کلان شهر پاریس را ندارد. این ویژگی سبب شده بیش از نیمی از برج های مسکونی شهر جدید «بتیگنولز»، در مراحل میانی ساخت و ساز، توسط پاریس نشینان، پیش خرید شود. طرح احداث شهر جدید «بتیگنولز» در مقیاس جمعیتی محدود و ظرف زمانی بالا توسط شهرداری پاریس هدایت شد.

همین دو اصول اولیه به سرمایه گذار و پیمانکاران ساخت «بتیگنولز» اجازه داد در جریان ساخت کمتر از ده هزار واحد مسکونی طی بیش از ۱۰ سال، انواع ایده های جاذبه ساز برای انتقال جمعیت از درون پاریس به این شهر را در مراحل احداث «بتیگنولز» به کار ببندند. در ایران برخی شهرهای جدید، به قدری از روی عجله شکل گرفت که در یکی از آنها، ظرف کمتر از سه سال، ۷۰ هزار واحد مسکونی ساخته شد!

شهر جدید «بتیگنولز» دارای ۳۵۰۰ واحد مسکونی در برج های «چند کاربری» است. در همه ساخت و سازهای شهر جدید «بتیگنولز» برای تحقق ۶ هدف غیرقابل دستیابی در ابرشهرها، از روش «کاربری ترکیبی» استفاده شده است به طوری که طبقات اول تا سوم برج های مسکونی این شهر، به کاربری های تجاری، خدماتی، عمومی و تفریحی اختصاص داده شده و فضای بین برج ها نیز به پارک و مراکز سبز محله ای تبدیل شده است.

«کاربری ترکیبی» برج های مسکونی باعث شده است «بتیگنولز» در مقایسه با پاریس، شش امتیاز داشته باشد که شامل «دسترسی حداکثری ساکنان به خدمات شهری»، «استفاده بهینه از زمین به نفع تامین مسکن بیشتر»، «کاهش مسافت های درون شهری»، «کاهش ترافیک و پیشگیری از سلب آسایش»، «افزایش مطلوبیت سکونت در شهر» و همچنین «فعال شدن اقتصاد شهر به نفع کسبه و شهرداری» است.

شهرداری پاریس هم اکنون موفق شده برای مرکززدایی از پایتخت، بخشی از مراکز کار، فعالیت و گردشگری را به شهر جدید «بتیگنولز» منتقل کند تا برج های مسکونی این منطقه، نه از سراسر اجبار که از روی اشتیاق و خواسته مردم، سکونت پذیر شود.

جای خالی کارگاه‌های ترانه‌ در اصفهان

آرش افشار، نویسنده، مترجم و آهنگساز درحاشیه‌حضور درجلسه «چاریاغ ترانه» در شهر کتاب اصفهان گفت: آنچه باعث می شود وضعیت ترانه سربایی ایران را نامطلوب ارزیابی کنیم، تعطیلی ۲۰ ساله موسیقی است. مخاطبان و سازندگان از گوش و تربیت موسیقایی بی بهره ماندند که این مسئله خود به آموزش ضعیف موسیقی، حذف موسیقی اصیل از صدا وسیمای واز سویی تفریق سلیقه واحد به مخاطب بازمی گردد. نقش مافیا و تهیه کنندگانی که تعیین می کنند مردم چه نوع موسیقی را بشنوند نیز در این جریان پررنگ به نظر می رسد.

این آهنگساز و نویسنده در گفت وگو با اصفهان زیبا در رابطه با تعریف ترانه و ارزش گذاری این حوزه در قالب دسته بندی های رایج می گوید: «تعریف کلی ترانه از اصول و قاعده خاصی پیروی نمی کند. در یک تعریف واحد و ساده می توان گفت هر متنی با موسیقی یا برای موسیقی نگاشته شده باشد ترانه محسوب می شود. گاه با ساختاریک شعرو یا با بهره گیری از یک زبان محاوره ای.»

اومی گوید: «اینکه ما ترانه را در قالب عناوینی چون فاخر، غیر فاخر و یا آوانگارد تعبیر می کنیم و از این زاویه به نقد آن می پردازیم البته ارزش تلقی نمی شود چرا که ترانه را باید در بسترو زمینه و ملودی که برای آن سروده شده ارزیابی کرد. گرچه امروزه ما با نوعی از موسیقی مواجهیم که طرفداران و مخاطبان بسیاری را هم به خود جلب کرده و طبیعتاً این نوع از کار در زمینه خودش موفق تلقی می شود، اما منتقدان جدی موسیقی و ترانه این جریان های نوظهور را برنمی تابند.»

به اعتقاد افشار، ترانه یک صنعت و بازار است و طبیعی است در جایی که عرضه می شود باید به فروش هم برسد و اگر نتواند، ناموفق جلوه می کند. حتی اگر سرشار از تصاویر و استعاره هم باشد اما قادر به جذب جامعه خود نشود عملاً روند مطلوبی را طی نکرده است.

به رغم او چالش دیگری که خود موسیقی را نیز در ایران درگیر کرده و ترانه را هم تحت الشعاع قرار داده است، عدم دسته بندی و تفکیک موسیقی است. محدودیت ها، تکرار و تقلید موسیقی پاپ مثال دیگری است که افشار به

آن استناد می کند و ادامه می دهد: «موسیقی پاپ از دوره ای در ایران رواج پیدا کرد و سپس کمرنگ شد، احیا و بازگشت به آن اما به دست کسانی صورت گرفت که به تقلید از نسل های قبل برخاسته بودند. از این رو موسیقی پاپ پس از دوده به تکرار رسید و ایران سی سال بدون موسیقی را هم سبزی کرد. در این میان اگر کسانی چون فرید زولاند موسیقی پاپ را از خارج از کشور پیگیری نمی کردند، امروز موسیقی به کلی نابود شده بود.»

این منتقد هنری اما باور دارد با وجود تمام موانع و محدودیت هایی که سد راه رشد و پیشرفت ترانه و موسیقی شده است و فارغ از جهت دهی به سلیقه مخاطب و آشفته بازاری که مافیا ایجاد کرده هم اگر کار تازه و مستقل و ارزشمندی ساخته شود، شنیده خواهد شد.

او خطاب به نسل جدید علاقه مند به فعالیت در این حوزه می گوید که به شکل دقیق و مستمر کار کنند، حرفی برای گفتن داشته باشند و متناسب با زمانه و مخاطب امروز پیش بروند. در این میان از شکل دهی ارتباط با آدم های مرتبط با حوزه کاری خود، با ذهنیت مشترک هم غافل نشوند.

به گفته افشار شاید لازم است رسانه هایکتوب و مجازی با نگاه حرفه ای تری در این حوزه ورود کنند و این چنین منتقدان را نیز به نقد های اصولی تشویق کنند؛ تغییر نگرش عمومی نسبت به ترانه و موسیقی به ایجاد فضای انتقادی جدی نیازمند است. با در نظر گرفتن این موضوع که تعداد منتقدان حوزه ترانه بسیار اندک هستند، اما از طرفی همین تعداد اندک هم تربیونی برای پیگیری نگرش خود ندارند، چرا که اغلب رسانه هایی که جریان موسیقی را پوشش می دهند با رسالت و هدف تعریف و تمجید از یک گروه خاص پیش می روند و به ندرت فضای نقد و بررسی را ایجاد می کنند. البته این نکته را هم باید در نظر داشت که بازار موسیقی قواعد خاص خودش را دارد و همواره این جریان توسط کسانی که قدرت و نفوذ بیشتری دارند هدایت می شود، اما همین مطبوعات و رسانه ها هستند که می توانند به مقابله برخیزند و تعادل ایجاد کنند.

او با اشاره به این موضوع که اصفهان نسبت به تهران از کارگاه ها و محافل موسیقی کمتری برخوردار است ادامه می دهد: «در تهران حداقل روزی یک کارگاه ترانه در حال برگزاری است در حالی که اصفهان کمتر شاهد برپایی چنین محافلی در حوزه ترانه است. افشار می گوید: «تشکیل جلسات کارگاهی هم گرچه بسیار مؤثر است اما به رویکرد به تشکیل کارگاه بسیار جای بحث دارد و حائز اهمیت است؛ این اهمیت مشروط بر آگاهی مجریان و اداره کنندگان آن است که فارغ از رویکرد دوره‌می و ترانه خوانی فضای آموزشی مطلوبی را هم ایجاد کنند. / **گروه فرهنگ و هنر**»

اگرچه پرداختن به مناسبتی ملی مانند «شب پلدا»، با توجه به سابقه رسانه ملی، رویکردی مثبت و متفاوت تلقی می شود، اما در عین حال حضور تکراری بازیگران و خوانندگان در جنگ های شبانه که به ناچار به بیان حرف های تکراری هم می انجامد و همچنین نحوه اجرای برخی از مجریان در برنامه های شامگاه پلدا، انتقاد هایی را از سوی مخاطبان در شبکه های اجتماعی به دنبال داشت. در همین راستا، بهروز تشکر، مجری تلویزیون در گفت وگویی با ایستار نقد برنامه های پلدای شبکه های تلویزیونی، با اشاره به ساختار کلی برخی از برنامه هادر سال های اخیر و همچنین با انتقاد از حضور پر تکرار برخی چهره های مشخص در این برنامه ها، اظهار کرد: برخی خوانندگانی که چندان هم شهرت ندارند، اما از شبکه های به شبکه دیگر رفت و آمد می کنند و در

آنتن واس ماس!

مجریان و سلبریتی های خاص، بین شبکه های تلویزیونی در رفت و آمدند

بسیاری از برنامه های حضور دارند، او ادامه داد: این موضوع درباره پزشک های تلویزیون نیز وجود دارد و همان طور که می دانید بسیاری از پزشکانی که در جایگاه کارشناس در برنامه های تلویزیونی حضور پیدا می کنند، تعداد مشخصی حرف ها در برنامه های شبکه های مختلف در رفت و آمد هستند. نتیجه هم می شود گفت وگویی سطحی، حرف های تکراری و بیان نکات سطحی و عمومی، من اصلاً تخصص این افراد را در نمی کنم، اما معتقدم پزشکان متخصص و به روزتری هم وجود دارند که تلویزیون می تواند از دانش آنها بهره برد. تلویزیونی با اشاره به مجری بازیگرهایی که در برنامه های تلویزیونی حضور پررنگی پیدا کرده اند، گفت: باید به این نکته توجه کرد که اجرا و مجری غری علم است و مرکز نقل یک برنامه به غیر از تهیه کنندده، مجری است. این مجری است که برنامه

را فرماندهی می کند و می تواند برنامه ای را به افتضاح بکشدان یا به اوج برساند. وقتی ما قرار است اجرا کنیم، نباید از لغات خارجی استفاده کنیم و در اجرا بسیاری از نکات را رعایت کنیم، اما این قوانین برای مجری بازیگرها وجود ندارد. تشکر یادآور شد: اگر اسپانسر به برنامه سازها می گوید باید از فلان بازیگر برای مجری استفاده کنید، این خیانت به مجری های تلویزیون است. تلویزیون به خاطر پول کارهایی می کند که مخاطب را از دست می دهد. تلویزیون باید تکلیف خود را مشخص کند که مخاطب می خواهد یا پول؟ تلویزیون باید به این نتیجه برسد که مدیران برای کیفیت برنامه ها تصمیم می گیرند یا اسپانسر؟ اگر تلویزیون به مخاطب اهمیت می دهد، می تواند در شبکه های اجتماعی از مردم بپرسد که کدام برنامه با کدام مجری را دوست دارد. **»**

صفحهٔ ان‌ریزا	سال پانزدهم، شمارهٔ ۳۳۷۲ یکشنبهٔ ۲ دی ۱۳۹۷

اصفهان فقط یک کارگاه چاپ دستی دارد

از هنر طراحان گرافیک اصفهان استفاده نمی شود



داستان از برگزاری نمایشگاه موزری بر فعالیت گالری کلاسیک آغاز شد. از سفارش چاپ دستی پوستر نمایشگاه که به درخواست هنرمدی تمیزی، مدیر موزه هنرهای معاصر اصفهان، توسط علی رضا عسکری فر طراحی و در تنها کارگاه چاپ هنری اصفهان و با هنرمندی محمد زرگر اجرا شد، طراحی پوستر این نمایشگاه در حالی به شیوه چاپ دستی انجام گرفت که اغلب چنین روندی برای رویدادهای هنری اصفهان و چه بسا در ایران معمول نیست و اغلب پوسترها به شیوه چاپ صنعتی (دیجیتال یا افست) چاپ می شوند. چاپ دستی یا پرینت میکینگ روشی رایج برای چاپ پوستر در سراسر جهان است و حتی در میان کشورهای آسیایی کمتر کشوری از این جریان غافل اند.

کاملاً رعایت نکردند و اغلب در کارگاه های غیر هنری، چاپ انجام دادند کاملاً مورد پسند اهالی هنر قرار نگرفتند. وی همچنین می گوید: «در پروژه طراحی کارگاه چاپ هنری آموزش را در دانشگاه های استان اصفهان تجهیز کرده معتقد است در طول سال های فعالیتش در این زمینه هیچ‌گاه هیچ حمایت جدی از او نشده حتی دانشگاه به شکل دقیقی از روند فعالیت او بی اطلاع به این موضوع و یا بی توجه بوده است.»

او با این مضمون خاطره ای نقل می کند: «به خاطر دارم چند سال پیش همایشی با عنوان هنرهای استان اصفهان سابقه تدریس داشته و زمانی پنج کارگاه چاپ هنری آموزشی را در دانشگاه های استان اصفهان تجهیز کرده معتقد است در طول سال های فعالیتش در این زمینه هیچ‌گاه هیچ حمایت جدی از او نشده حتی دانشگاه به شکل دقیقی از روند فعالیت او بی اطلاع به این موضوع و یا بی توجه بوده است.»

او با این مضمون خاطره ای نقل می کند: «به خاطر دارم چند سال پیش همایشی با عنوان هنرهای استان اصفهان سابقه تدریس داشته و زمانی پنج کارگاه چاپ هنری آموزش را در دانشگاه های استان اصفهان تجهیز کرده بودم. آمدند تا هرچه لازم دارند به همراه ببرند. جالب‌انکه وقتی در کارگاه حضور پیدا کردند متوجه شدند که اینجا دقیقاً همان هنری که دانشجویان درخواست داشتند به صورت حرفه ای در حال آموزش است و بسیار متعجب شدند که چطور مسئولان دانشگاه هنر اصفهان

می دانند. **»**

اصفهان با وجود اینکه طراحان گرافیک بسیار زیاد و خوبی دارد اما آن چنان که شایسته است از آنان بهره گرفته نمی شود

تفاهم تولید و اشتغال بین ارشاد و سازمان برنامه

وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی گفت: در حوزه فرهنگ و هنر جوانان تحصیل‌کرده فراوانی داریم که آمادگی حضور در شغل را دارند و ما می‌توانیم تبصره ۱۸ را در راستای ایجاد اشتغال در حوزه فرهنگ و هنر، واکاوی مجدد کنیم و تفاهم‌نامه وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی با سازمان برنامه و بودجه در این راستاست.

به گزارش ایسنا، سیدعباس صالحی در مراسم امضای تفاهم‌نامه تولید و اشتغال در حوزه فرهنگ و هنر که در سازمان برنامه و بودجه منعقد شد، در مورد این تفاهم‌نامه گفت: این تفاهم‌نامه را باید به فال نیک گرفت که پس از شب پلدا امضا می‌کنیم. اگر روح جامعه ایرانی را در تاریخ ارزیابی کنیم، مشاهده می‌کنیم فرهنگ و هنر پایگاه و ویژه‌ای در آن دارد. به گونه‌ای که نمی‌شود جایی از ایران را به منزله نماد و سابقه تاریخی دید اما نقش فرهنگ و هنر را در آن ندید. فرهنگ و هنر ایران در همه دوره‌های تاریخی استمرار داشته و هیچ دوره‌ای نبوده که این روح در آن دمیده نشده باشد بنابراین فرهنگ و هنر با هویت ایرانی درهم تنیده شده است.

وی ادامه داد: سرمایه‌گذاری در فرهنگ و هنر در واقع سرمایه‌گذاری در هویت ایرانی است. هویتی که ما در کل جهان براساس آن تعریف می‌شویم و تمایزها و امتیازهای ما براساس این نگاه تفسیر می‌شود از سویی با نگاه به اقتصاد متوجه می‌شویم در گذشته اقتصاد فرهنگ و هنر بخش مهمی از اقتصاد ایران را تشکیل می‌داد و بخشی از تولید ملی از حوزه فرهنگ و هنر برمی‌خاست.

وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی تصریح کرد: با ترکیب این دوت‌نگاه یعنی هم از زاویه تمدن ایرانی و هم از زاویه اقتصادی می‌توان با افزایش سرمایه‌گذاری آن را تقویت کرد. باید توجه داشت در حوزه فرهنگ و هنر استعداد بالغعل داریم؛ مثلاً در حوزه سینما استعداد قابل توجهی وجود دارد. در حوزه تئاتر بیش از هفت هزار اجرا و صد هزار نفر فعال، در بخش موسیقی بیش از ۵۰ هزار نفر فعال و بیش از پنج هزار رسانه مکتوب و غیرمکتوب داریم. **»**

»

محمود دولت‌آبادی

دبیر افتخاری جشنواره «رادی»

محمود دولت‌آبادی با پیشنهاد و حکم حمیده بانو عنقا، رئیس هیئت مدیره موسسه اکبر رادی و شورای سیاستگذاری نخستین جشنواره تئاتر اکبررادی، دبیر افتخاری این رخداد فرهنگی هنری شد. به گزارش ایسنا، در جریان برگزاری چهارمین نشست شورای سیاستگذاری این جشنواره که با حضور محمود دولت‌آبادی، حمیده بانو عنقا، هادی مرزبان، بهزاد صدیقی، حسین مسافر آستانه، محمد امیریاراحمدی، بهروز محمودی بختیاری، امیراسمی، روح‌الله جعفری، یوسف بابیری و امید طیرانی بی‌غم برگزار شد، بهزاد صدیقی دبیر جشنواره با ارائه گزارش کوتاهی از روند فعالیت‌ها و معرفی بخش‌های این جشنواره به دولت‌آبادی، از او برای پذیرش سمت دبیری افتخاری این جشنواره سیاستگزاری کرد.

صدیقی سپس در خصوص جوایز و اهدای نشان اکبررادی توضیحاتی را به این نویسنده ارائه داد: در این جشنواره به برگزیدگان هر بخش که یک نفر است، جوایزی تعلق می‌گیرد و برای نخستین بار به برگزیده بخش نمایشنامه‌نویسی نشان اکبررادی اهدا می‌شود. این نشان‌ها را سفارش داده‌ایم تا ساخته شود و به زودی با برگزاری مراسمی از آن رونمایی می‌شود.

در ادامه چهارمین نشست شورای سیاستگذاری جشنواره، حمیده بانو عنقا نیز گفت: امیدوارم بتوانیم با حضور آقای دولت‌آبادی، جشنواره برپرونی داشته باشیم. آقای دولت‌آبادی با حضورشان به اعتبار جشنواره افزودند و من به سپیم خودم از این حضور و همکاری در جشنواره سیاستگزاری می‌کنم و از ایشان بابت این همکاری ممنون هستم.

رئیس هیئت مدیره بنیاد اکبررادی با ابراز تأسف از بی‌توجهی نهاد‌های سیاستگذار فرهنگی هنری و شهری به برنامه‌های بنیاد رادی گفت: مسئولان مذکور با وجود اینکه بنیاد رادی دارای مجوز فعالیت رسمی است، هیچ‌گونه حقی برای این بنیاد قائل نیستند.

همچنین محمود دولت‌آبادی گفت: برای جشنواره تئاتر اکبررادی آرزوی موفقیت دارم و امیدوارم جشنواره برپاری باشد. برگزاری این جشنواره نشان می‌دهد ما هستیم و وجود داریم. خیلی خوشحالم که خانم حمیده بانو عنقا فعالیت بنیاد رادی را به شکل جدی و مستمر ادامه می‌دهند. من نیز تانجا که بتوانم همراه بنیاد رادی خواهم بود.

خالق رمان‌های «کلیدر» و «جای خالی سلوچ» پس از دیدن طرح نشان اکبررادی تأکید کرد: نشان اکبررادی بسیار زیباست و خط اکبررادی که مثل منبت‌نوری‌ماند چه خوب در این طرح نشان رادی آمده است.

او با تقدیر از فعالیت گروه برگزاری جشنواره ادامه داد: بشتکار و علاقه خانم رادی نسبت به امور بنیاد رادی واقعاً ستودنی است و خوب است هنوز در این زمانه افرادی هستند که بدون نگاه‌های مالی و موقعیتی و گروه‌بندی‌های خاص پای کار برگزاری چنین رویدادی ایستاده‌اند و یقین دارم با چنین نگاهی در کارشان موفق می‌شوند.

نخستین جشنواره تئاتر اکبررادی با دبیری بهزاد صدیقی در ۵ دی ماه ۱۳۹۷ توسط بنیاد اکبررادی برگزار می‌شود. **»**

مصرف بی‌رویه آنتی بیوتیک‌ها و بروز طاعون مدرن (۲۱)



در شماره قبل مطالبی در خصوص تأثیر آنتی‌بیوتیک‌ها بر ویروس‌ها مطرح شد. درواقع تعداد کمی از داروها، توانایی مهار فعالیت ویروس‌ها در انجام فعالیت‌هایی مانند ورود و خروج از سلول یا تولید مثل را دارند. شاید بتوان ویروس‌ها را سرکوب کرد، اما راه حل درمان آنها کم است.

در مقابل، آنتی‌بیوتیک‌ها می‌توانند بیشتر عفونت‌های ناشی از باکتری‌ها را درمان کنند. کمتر از ۲۰ درصد عفونت‌های ناحیه تنفسی از طریق باکتری ایجاد شده و درواقع اینجاشرایط پیچیده‌تر می‌شود. باکتری‌هایی که گلو و بینی شما را اشغال می‌کنند، می‌توانند به صورت دائم یا موقت در آنجا زندگی کنند. یکی از مهم‌ترین باکتری‌ها، پاتوزن استرپتوکوکوس پنومونی یا پنوموکوکوس است که به صورت طبیعی در ناحیه تنفسی و شش‌ها یافت می‌شود و عامل عفونت گوش و پنومونی است. استرپتوکوکوس پیونز یا استرپتوکوکوس گروه A عامل گلودرد است. استافیلوکوکوس اورئوس باکتری است که در بیشتر عفونت‌های شدید مربوط به استافیلوکوکوس مشاهده می‌شود. هموفیلوس آنفلونزا که عامل عفونت گوش است به صورت منظم یا نامنظم در مننژیت کودکان قبل از انجام واکسیناسیون نیز دیده می‌شود.

باکتری‌های فوق‌الذکر به‌طور معمول در عفونت‌های ناحیه تنفسی شناسایی می‌شوند. این باکتری‌ها خیلی سریع عمل نکرده، گاهی اوقات عامل عفونت هستند ولی در بیشتر اوقات منجر به عفونت نمی‌شوند. این تضاد را می‌توان به این صورت توضیح داد این میکروارگانیسم‌ها که نامشان به نظر شوگون ندارد، در شرایط واقعی پس از مدت زمان طولانی به شما یا فرزندان می‌رسند. بنابراین شما عفونی نشده‌اید و باکتری‌ها در سیستم شما تنها تشکیل کلنی داده‌اند که یک اتفاق بی‌ضرر وعادی است.

تشکیل کلنی به این معناست که باکتری‌ها به صورت انحصاری در درون یا روی بدن شما زنده بوده، صدمه و آسیبی به شما نمی‌رسانند. این کلونیزاسیون پیش‌نیاز بروز بیشتر بیماری‌ها است، اما همواره منجر به بیماری نمی‌شوند. بیشتر مردم در بدنشان

دارای کلنی میکروب بوده و به‌طور کامل سالم هستند. برای مثال استافیلوکوکوس اورئوس می‌تواند در بینی شما کلونیزه شده ولی هیچ‌وقت بیماری ناشی از این میکروارگانیسم را نینمید.

در بیشتر مردم، این باکتری قسمتی از میکروبیوم طبیعی آنهاست.

بخش انتهایی بینی و گلو، انسان، میزان تعداد زیادی از باکتری‌هایی است که به شکل دوست با ما زندگی می‌کنند، اما به صورت بالقوه پاتوزن نیز هستند.

علاوه بر این، بیشتر این باکتری‌ها با مهار و ممانعت پاتوزن‌های بالقوه و اصلاح در سیستم ایمنی، انسان را سالم نگه می‌دارند.

یکی از جالب‌ترین مثال‌ها در این خصوص استرپتوکوکوس ویریدانس است که به مانند یک دوست در دهان انسان زندگی می‌کند.

این باکتری به دلیل نقشی که در بروز عفونت قلبی داشت، در ابتدا در قالب پاتوزن مطرح شد، اما به تدریج مشخص شد که آنها ساکنان طبیعی دهان محسوب می‌شوند و گاهی اوقات وارد جریان خون شده و ممکن است به این سیستم آسیب برسانند. بنابراین این باکتری که می‌تواند عامل عفونت باشد، محافظ سلامتی نیز هست. این دو چهره بودن، وضعیت‌ی اوضاع است که دهه باکتری‌ها با این شرایط، به صورت روتین در بدن ما زندگی می‌کنند. حال به هدف اصلی برگردیم، چه هنگامی پاتوزن‌های بالقوه تنفسی عامل بروز مشکل در کودکان می‌شوند؟ چه هنگامی باید کودکان را با آنتی‌بیوتیک‌ها معالجه کنیم؟ فرزندان ما چگونه سالم باقی می‌مانند؟ اگر فرزندان ما دارای عوامل بروز عفونت‌های دیگری مانند «آنفلونزای معده» یا مشکل در سیستم ایمنی مانند آلرژی در لوله استنشاق باشند، نسبت به بروز عفونت گوش یا قفسه سینه حساس‌تر می‌شوند؟ واقعیت این است که در موارد بسیار نادر این میکروارگانیسم‌ها می‌توانند منجر به روز مشکلات پیچیده‌ای مانند پنومونی یا التهاب در ناحیه سینه و مشکل در کانال گوش شوند.

اگر هزاران کودک در شهر شما در معرض ویروس یا باکتری تنفسی مشابهی قرار گیرند (البته نه در فصل زمستان که سرماخوردگی زیاد است، بلکه در فصول دیگر که سرماخوردگی معمول نباشد) ما باید شاهد انواع و اقسام بیماری‌ها باشیم ولی درواقع این وضعیت مشاهده نمی‌شود.

ادامه دارد...
دکتر زهرا اسفندیاری، مسئول واحد تحقیق و توسعه معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

اگر شما جزو آن دسته از افرادی هستید که عاشق پنک هستند، شاید به تازگی خبرهای عجیبی در مورد آن شنیده و نگران شده باشید.

چند روزی است در فضای مجازی خبری منتشر شده است مبنی بر اینکه پنکی با طعم غذای دام به بازار آمده است، پنکی که کارشناسان تا به حال مصرف آن را منع می‌کردند و حالا که گویا سرو کله غذای دام در آن پیدا شده، تکلیفش دیگر معلوم است.

در این خصوص، وقتی موضوع را با ترگس نادیان، دکترای صنایع غذایی، رئیس هیئت مدیره انجمن صنفی مسئولان فنی صنایع غذایی، آرایشی‌پهادشتی و مدیر فنی و پژوهشی یکی از صنایع غذایی در میان گذاشتیم، وی چنین توضیحاتی داد:

سال پانزدهم، شماره ۳۳۷۲ یکشنبه ۲ دی ۱۳۹۷

بسیاری از انواع درد به‌طور مستقیم با احساسات و هیجان‌های ما در ارتباط هستند. زمانی که متوجه علت درد شویم، خواهیم توانست که نسبت به درمان آن نیز اقدام کنیم. **دردهای روان‌تنی**؛ این نوع دردها، اختلالی با علائم مزمن جسمانی است که هیچ توضیح پزشکی قابل مشاهده‌ای برای آن علائم وجود ندارد. بنابراین این اختلال، نوع خاصی از درد جسمی است که توسط وضعیت روان‌شناختی ما ایجاد می‌شود. ذهن و بدن ارتباط مقابلی دارند. درد روانی می‌تواند به‌طور مستقیم باعث آسیب عصبی و سایر دردهای جسمی شود خوشبختانه ما می‌توانیم ذهنمان را برای از بین بردن امراض جسمانی به کنترل درآوریم. پس اگر شما تجربه مشکلات جسمانی بدون هیچ‌گونه توضیح روشن پزشکی دارید، زمان آن فرارسیده که سری به دنیای درون خود بزنید و هیجانات و احساسات منفی خود را مرهم ببخشید.

دکتر حمید رضانوری، دکترای روان‌شناس سلامت در این باره به چند نوع از درد‌هایی که با حالت هیجانی ارتباط مستقیم دارد، می‌پردازد.

اول از همه بهتر است بدانید که مصرف زیاد تنقلاتی مثل پنک مضراتی به همراه دارد.

اولین ضریفک این است که درصد نمک آن بالاست در حالی که سازمان جهانی بهداشت نمک را مثل شکر

جزو سم‌های سفید اعلام کرده است. باید بدانید وقتی نمک زیاد وارد بدن شود، باعث بروز بیماری‌هایی مثل فشارخون بالا می‌شود و با افزایش فشارخون سکنه مغزی می‌تواند فرد را تهدید کند. بنابراین مصرف به اندازه و استاندارد نمک باید در جامعه نهادینه شود به ویژه مردم کشور ما که تمایل به غذاهای شور دارند.

از طرف دیگر خوردن پنک به ویژه برای کودکان می‌تواند زمینه‌سازی برای عادت کردن به مصرف غذاهای شور باشد و به دلیل ایجاد

طعم غذای دام در پنک

سیری کاذب. باعث بی‌اشتهایی شده و به مرور کودک دچار سوءتغذیه می‌شود.

ضرربعدی رنگ غذا در پنک است که در صورت مصرف زیاد آن زیان‌هایی را متوجه فرد می‌کند.

باید توجه داشت هر چند رنگ‌های مجاز در پنک به کار رود، با این وجود مصرف زیاد آن می‌تواند مضری باشد.

همچنین تولیدکنندگانی که از روغن‌هایی با ترانس بالا در تولید پنک استفاده می‌کنند، می‌توانند ضریفک را بیشتر متوجه مصرف‌کننده سازند.

در کل مصرف زیاد تنقلاتی مثل پنک، چیپس، نوشابه و... باعث بروز بیماری‌های غیرواگیر از جمله چاقی، بیماری‌های قلبی عروقی و دیابت خواهند شد.

صفحه ۱۲

دنیای درون، دردهای برون

بسیاری از دردها با وضعیت روحی ارتباط مستقیم دارد



زمانی که به لحاظ احساسی و هیجانی در تعادل به سر می‌بریم، بدن هم وضعیت خوشایندی را سپری می‌کند. عکس این موضوع نیز صحت دارد. وقتی ما در حالت عاطفی نامطلوبی قرار داریم، این آشفتگی روانی می‌تواند به شکل جسمی ظاهر شود. برای مثال مغز ما، سطوح سمی کورتیزول را هنگامی که در معرض استرس طولانی مدت قرار می‌گیریم، آزاد می‌کند. مواد شیمیایی مذکور مصرف می‌شود و بدن این را به شیوه‌های جسمانی نشان خواهد داد.

آیا شما تاکنون دچار سردردهای مزمن یا سرگیجه شده‌اید؟ آیا پیش‌آمده است که پس از رسیدگی‌های پزشکی در دسترس همچنان درد از میان نرفته باشد؟ به احتمال قوی شما مسیر بررسی را به اشتباه طی کرده‌اید.

درگیر می‌شوند، گردن و شانه ماست. درد شدید گردن و شانه بیشتر از تلاش برای تحمل بار دنیا بر روی شانه‌ها، ناتوانی در تحمل فراق نزدیکان و افراد محبوبمان و عدم امکان بخشش دیگران به وجود می‌آید.

کمر درد ارتباط احساسات و هیجانات با کمر درد بسته به منطقه مورد آسیب دارد. عواملی که در نظر گرفته می‌شود، ممکن است متناسب با شخصیت افراد متفاوت باشد، اما مهم‌ترین آنها عبارت‌اند از: **فشارهای جسمانی** **مشاغل نشسته** **عدم تحرک و ورزش** **مسائل روانی پیش‌بینی نشده** **افسردگی و اضطراب** **ساز و کارهای مقابله‌ای یا چگونگی مقابله با استرس** پس قبل از پذیرفتن اقدامات تهاجمی برای درمان کمر دردتان، درمان‌های روان‌شناختی و روش‌های جایگزین بهبودی را تجربه کنید. شاید برای مشکل شما آنها کارساز باشند.

درد‌های شکمی استرس‌های هیجانی در سیستم گوارش ما نیز ظاهری می‌شوند. افسردگی طولانی مدت، اضطراب یا استرس‌هایی

دانشتنی + هفته

در خصوص این خبر اخیر هم باید بگویم، دو برند به جای گرید غذایی ذرت، از گرید دامی در تولید پنک استفاده می‌کردند که به‌طور قطع با آنها برخورد می‌شود، اما طبق استاندارد ملی آنها می‌بایست در تولید خود طبق قوانین سازمان غذا و دارو از مواد اولیه با گرید غذایی استفاده می‌کردند نه گرید دامی. به هر حال آنچه‌که از نظر ما کارشناسان صنایع غذایی مهم است رعایت ایمنی و بهداشت مواد غذایی است و در کل بهتر است از تنقلات طبیعی مثل نخودچی، کشمش، مغزیجات، گندم و شاه دانه و پرهلو و انجیر خشک در قالب میان وعده استفاده کنند. **گروه سلامت**

سلامت

پنومی چیست؟

پنومی بیماری التهابی بافت ریه است که توسط عوامل عفونی ایجاد می‌شود. این عوامل به‌طور معمول از سیستم تنفسی فوقانی وارد می‌شوند ولی همیشه ایجاد بیماری نمی‌کنند.

در صورتی که سیستم ایمنی بدن دچار ضعف شده باشد، ورود عوامل طبیعی دهان و حلق به ریه، باعث ایجاد پنومونی می‌شود.

عوامل خطر عوامل خطر شامل وضعیت‌هایی است که مانع از تخلیه ترشحات ریه می‌شود. مثل: بی‌حرکتی طولانی، تنفس سطحی، کاهش سرفه، سیگار کشیدن، بیماری‌های مزمن ریوی، بیمارانی مبتلا به نقص سیستم ایمنی و سرطان، وضعیت‌های ممنوعیت خوردن از طریق دهان، بیهوشی عمومی، سن بالا و درمان با آنتی‌بیوتیک.

علائم و عوارض بیماری علائم این بیماری شامل: سردرد، تب مختصر، درد سینه، احساس کسالت، تنگی نفس، سرفه و درد عضلانی است و عوارض آن عبارت‌اند از: نارسایی تنفسی، عفونت شدید، کاهش فشارخون، گیجی.

راه‌های تشخیص **معاینه جسمی و گرفتن شرح حال دقیق از بیمار** توسط پزشک **گرفتگی عکس، بررسی خلط و سایر روش‌های تشخیصی**

درمان طبی درمان به صورت سربایی یا پس از بستری در بیمارستان با استفاده از آنتی‌بیوتیک خوراکی یا تزریقی انجام می‌شود **وسایر راهکارهای درمانی** عبارت‌اند از: **تنفس عمیق انجام دهید.** **سرفه کنید تا ترشحات ریوی خارج شود.** **مرتب تغییر وضعیت داده و ورزش‌های تنفسی را با کمک پرسنل انجام دهید.** **بهداشت دهان خود را رعایت کنید.** **از کشیدن سیگار خودداری کنید.** **از مصرف الکل خودداری کنید.** **از خوابیدن طولانی در یک وضعیت خودداری کنید.**

بهداشت فردی خود را برای پیشگیری از انتقال عفونت رعایت کنید. **هنگام سرفه سر خود را به طرف دیوار برگردانید، یک بار مصرف از دستمال استفاده کنید** **خودداری کنید.** **از مصرف الکل خودداری کنید.** **از خوابیدن طولانی در یک وضعیت خودداری کنید.** **بهداشت فردی خود را برای پیشگیری از انتقال عفونت رعایت کنید.** **هنگام سرفه سر خود را به طرف دیوار برگردانید، یک بار مصرف استفاده کنید** **دست‌های خود را با آب و صابون بشوید،)**

رژیم غذایی ممکن است به علت تنگی نفس و خستگی، اشتهای شما کاهش یابد، اگر بیماری قلبی ندارید، مایعات فراوان بنوشید. زیرا مصرف مایعات باعث رقیق شدن ترشحات شده و به خروج آن کمک می‌کند. رژیم غذایی مناسب شامل همه گروه‌های غذایی است و برای افزایش ایمنی از مواد غذایی مانند پرتغال، نارنگی، نارنج، هویج و انواع مغزها استفاده کنید.

چند نکته مهم **سعی کنید با حفظ روحیه و پیشگیری از عوامل اضطراب‌آور مصرف مواد غذایی سالم، سیستم ایمنی خود را تقویت کنید.** **اول باید جهت واکسیناسیون بر علیه آنفلوانزا با پزشک خود مشورت کنید.** **از فعالیت بیش از حد طی دوره بهبودی خودداری کنید و در بین فعالیت، دوره‌هایی را استراحت را بگنجانید.** **در هوای آلوده از منزل خارج نشوید.** **هنگام بیرون رفتن از منزل، لباس گرم و مناسب بپوشید.** **از ماسک یا شال گردن هنگام خروج از منزل به ویژه در باد و گوران استفاده کنید.** **از مصرف مواد غذایی تحریک‌کننده مانند غذاهای چرب، سرخ شده و پر ادویه خودداری کنید.** **از تماس با افراد مبتلا به سرماخوردگی خودداری کنید.** **از مصرف مواد محرک مانند اسپری خوشبوکننده، وایتکس و شیشه‌شوی اجتناب کنید.** **سعی کنید اتاق استراحت شما تمپوه مطلوبی داشته باشد. / گروه سلامت**



آیا می‌دانید دانه چیا پایین آورنده کلسترول خون است؟



آیا می‌دانید دمنوش دارچین می‌تواند جایگزینی برای قرص استامینوفن باشد؟



آیا می‌دانید دمنوش آویشن می‌تواند جایگزینی برای قرص سرماخوردگی باشد؟



آیا می‌دانید فلفل قرمز می‌تواند جایگزین مناسبی برای شربت دیفن‌هیدرامین باشد؟

باز هم شاهد آزمون و خطای

دیگری در ترافیک شهر هستم؟!



در اجابت درخواست شهردار اصفهان که با روحیه مردم‌گرایانه از شهروندان خواسته‌اند دیدگاه‌ها ونقطه نظرات خود را در زمینه همه مسائل مربوط به شهر و مدیریت شهری بایشان مطرح کنند، اینچنان مدت ۱۰ سال در سمت مدیر روابط عمومی صدا و سیما می‌مرکز اصفهان و نماینده این مرکز در شورای ترافیک استان افتخار خدمت داشتم و در سال ۷۰ در جایگاه کارشناس ترافیک به دعوت مدیرعامل وقت سازمان ترافیک شهرداری اصفهان به این سازمان پیوستم و در جایگاه مدیر آموزش و ارتباطات اجتماعی آن سازمان و معاونت حمل و نقل و ترافیک منصوب شدم و به موازات تأسیس مرکز کنترل ترافیک، رادیوییام را در کنار آن تأسیس و راه‌اندازی کردم که از این رسانه سال‌ها فرهنگ سازی و اطلاع‌رسانی ترافیکی موثری انجام می‌شد و این خدمت فرهنگی، اجتماعی تاکنون هم با تغییر نام رادیو پیام به رادیو صدای شهر، در این رسانه با همکاری اینجانب ادامه دارد، با این سابقه اجازه می‌خواهم، در جایگاه یک صاحب‌نظر کوچک در مورد طرح ترافیکی جدید شهر اصفهان، مواردی را مطرح کنم.

به تازگی معاونت محترم حمل و نقل و ترافیک شهرداری اصفهان که خود از شخصیت‌های رسانه‌ای و فرهنگی هستند و الحق اقدامات بسیار ثمر بخشی در جهت ساماندهی ترافیک شهر و حمل و نقل عمومی و ترویج و توسعه فرهنگ دوچرخه سواری و ارتقای فرهنگ ترافیک در اصفهان انجام داده‌اند، اعلام کرده‌اند طرح جدید محدوده ترافیک شهر اصفهان که به تصویب شورای شهر رسیده برای تصویب نهایی به شورای ترافیک استان ارسال شده و به زودی اجرایی خواهد شد، ایشان افزوده‌اند طرح زوج و فرد که از سال ۸۹ در اصفهان به اجرا درآمده بود در عمل موفق نبود.

بالنکه ما شاهد بودیم این طرح در تهران نیز موفق نبود و مردم با تفردهای مختلف و مبتکرانه! آن را دور می‌زدند و حتی شغل جدیدی در قالب راه رفتن پشت پلاک خودرو، برای عبور از محدوده دوربین‌ها به وجود آمده و باروش‌های دیگری مانند گل‌پاشی یا رنگ‌پاشی روی پلاک یا اویزان کردن پارچه‌ای روی پلاک خودرو یا

باز گذاشتن درب صندوق عقب و در نهایت استفاده از دو خودرو با پلاک‌های زوج و فرد سعی داشتند طرح زوج و فرد را نادیده بگیرند، بدون توجه به تذکرات و نظرات کارشناسان ماهر و خبره ترافیک که معتقد بودند این طرح برای اصفهان مناسب نیست، با هزینه سنگینی برای خرید تجهیزات و نصب آنها و ساخت تابلو‌ها و غیره اجرا شد و حالا متوجه شده‌ایم تمامی این هزینه‌ها به هدر رفته است. اگر چه هر طرحی که به کاهش استفاده از خودروی شخصی و گرایش شهروندان به استفاده از وسایل حمل و نقل عمومی، منجر شود به دلیل ثمرات مثبت اجتماعی و زیست محیطی بسیار مطلوب و پسندیده است، اما این گونه طرح‌ها باید با مطالعات علمی و بررسی‌های همه‌جانبه کارشناسی و جلب نقطه نظرات مشورتی متخصصان مجرب در زمینه‌های اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و زیست محیطی به اجرا درآید که پس از صرف هزینه‌های میلیاردي متوجه نشویم کارعبت انجام داده ایم.

یادمان باشد در طرح زوج و فرد که مردم لازم نبود وجهی پرداخت کنند و برای پرداخت حق عبور وقت صرف نمی‌کردند، چگونه آن را ناکارآمد و ناموفق کردند در حالی که طرح جدید پس از تراکم فروشی نوعی خیابان فروشی است و باید دید مردم مقتصد اصفهان که در حساسگری و صرفه جویی شهره‌اند، چگونه با آن کار می‌آیند و آن را می‌پذیرند، ضمن آنکه این طرح به سادگی زوج و فرد نیست و فریم اجرایی پیچیده‌ای دارد که اگر مطالعات و بررسی‌های کافی قبل از اجرا در مورد آن صورت نگرفته باشد و پیوست‌های فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی و زیست محیطی مناسبی نداشته باشد به طور قطع مشکلات و معضلات جدیدی پیش روی شهروندان و مدیریت شهری اصفهان قرار می‌دهد.

برای مثال روش پرداخت وجه از طریق سامانه الکترونیکی و تخفیف ۸۰ درصد به مالکان و ۲۰ درصد به کسبه در این طرح نیز به نظری رسد در اجرا مشکلاتی مواجه خواهد شد و همان‌طور که در نام نویسی مدارس رایج است من تجربه سند سازی و تنظیم اجاره‌نامه‌های صوری خواهد شد، اما به هر حال باید تکلیف این موارد در طرح مشخص شود:

❗ تاکسی‌های رفتنی که برای جابه‌جایی یک مسافر ۱۰ هزار تومان دریافت می‌کنند آیا باید برای ورود به محدوده ۱۰ هزار تومان بپردازند؟

❗ تاکسی‌های اینترنتی که برای هر جابه‌جایی بین سه تا هفت هزار تومان کرایه می‌گیرند باید ۱۰ هزار تومان بپردازند؟

* روزنامه اصفهان زیبا برای انتشار نظرات موافق و مخالف از سوی کارشناسان در این زمینه اعلام آمادگی می‌کند. ❗

شاخص کیفیت هوای دیروز



میزان آلودگی: ۷۶
کیفیت: سالم



روزنامه سراسری اصفهان زیبا، ارگان رسمی شهرداری اصفهان است که ضمن تحلیل رویدادهای شهری، اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی و سیاسی، به اطلاع‌رسانی حرفه‌ای و آگاهی‌بخشی به همه مخاطبان، فارغ از سوگیری‌ها و دسته‌بندی‌ها مقید است و بازتاب عقاید و دیدگاه‌های مختلف را رسالت اصلی مطبوعات خود می‌داند. از این رو مطالب مندرج در این روزنامه الزاما دیدگاه رسمی شهرداری اصفهان به شمار نمی‌آید و در راستای ارزش‌گذشتن بر اصول حرفه‌ای روزنامه‌نگاری و تعهد و تحقق شعار «دانستن حق شهروندان است» به درج و انتشار اخبار و گزارش‌ها و رخدادهای محلی و ملی می‌پردازد.

روزنامه سراسری مردم نصف جهان

صفهان زیبا

صاحب امتیاز: شرکت فرهنگی هنری مطبوعاتی پیام اصفهان زیبا | مدیرمسئول: قدرت‌اله نوروزی | مدیرعامل و سردبیر: ایمان صفری

اصفهان، میدان امام حسین علیه السلام، خیابان طالقانی، مقابل ارگ جهان نما | تلفن: ۳۲۲۱۸۱۸۲ | فاکس: ۳۲۲۱۹۰۷۰ | امور آگهی‌ها: ۳۲۲۲۹۵۱۲ | اشتراک: ۹۵۰۱۲۰۴۱ | چاپ: آینده | esfziba.newspaper@gmail.com

آین‌نامه اخلاق حرفه‌ای اصفهان زیبا را در سایت روزنامه مطالعه کنید



نگاه مشتاق کودکی

چشم‌ها را باید شست، جور دیگر باید دید.

واژه‌ها را باید شست، واژه باید خود‌باد،

واژه باید خود باران باشد.

چترها را باید بست، زیر باران باید رفت.

فکر را، خاطره را، زیر باران باید برد. با همه مردم شهر

زیر باران باید رفت.

دوست را زیر باران باید دید، عشق را زیر باران

باید جست.

زیر باران باید بازی کرد، چیز نوشت، حرف زد،

نبولف‌گذاشت.

زندگی ترشدن بی دربی، زندگی آب تنی در حوضچه

اکنون است.

سهراب سپهری

نقش + ماضی

شمس العماره، شاخص‌ترین بنای کاخ گلستان



شمس العماره یکی از بناهای تاریخی تهران، مربوط به دوره قاجار و از شاخص‌ترین بناهای کاخ گلستان و برجسته‌ترین ساختمان ضلع شرقی مجموعه کاخ گلستان است. کار ساخت آن از سال ۱۲۴۴ تا ۱۲۴۶ به طول انجامید. ناصرالدین شاه، پیش از سفر به اروپا و با دیدن تصاویر بناهای فرنگستان یا مانند عمارت عالی‌قاپو اصفهان، تمایل پیدا کرد بنایی مرتفع‌تر از آنها در پایتخت خود ایجاد کند تا بتواند از

برکت زمستان

پیامبرمهربانی (ص): زمستان بهار مومن است، از شب‌های طولانی‌اش برای شب‌زنده‌داری و از روزهای کوتاهش برای روز داری بهره‌می‌گیری.

وسائل الشیعه، ج ۷، ص ۲۰۲.

#زمستان

نقش + ماضی

شمس العماره، شاخص‌ترین بنای کاخ گلستان



بالاتر از بناهای تاریخی تهران، مربوط به دوره قاجار و از شاخص‌ترین بناهای کاخ گلستان و برجسته‌ترین ساختمان ضلع شرقی مجموعه کاخ گلستان است. کار ساخت آن از سال ۱۲۴۴ تا ۱۲۴۶ به طول انجامید. ناصرالدین شاه، پیش از سفر به اروپا و با دیدن تصاویر بناهای فرنگستان یا مانند عمارت عالی‌قاپو اصفهان، تمایل پیدا کرد بنایی مرتفع‌تر از آنها در پایتخت خود ایجاد کند تا بتواند از

نقش + ماضی

شمس العماره، شاخص‌ترین بنای کاخ گلستان



شمس العماره یکی از بناهای تاریخی تهران، مربوط به دوره قاجار و از شاخص‌ترین بناهای کاخ گلستان و برجسته‌ترین ساختمان ضلع شرقی مجموعه کاخ گلستان است. کار ساخت آن از سال ۱۲۴۴ تا ۱۲۴۶ به طول انجامید. ناصرالدین شاه، پیش از سفر به اروپا و با دیدن تصاویر بناهای فرنگستان یا مانند عمارت عالی‌قاپو اصفهان، تمایل پیدا کرد بنایی مرتفع‌تر از آنها در پایتخت خود ایجاد کند تا بتواند از

تاکسی‌های اینترنتی که برای هر جابه‌جایی بین سه تا هفت هزار تومان کرایه می‌گیرند باید ۱۰ هزار تومان بپردازند؟

❗ تاکسی‌های رفتنی که برای جابه‌جایی یک مسافر ۱۰ هزار تومان دریافت می‌کنند آیا باید برای ورود به محدوده ۱۰ هزار تومان بپردازند؟

❗ تاکسی‌های اینترنتی که برای هر جابه‌جایی بین سه تا هفت هزار تومان کرایه می‌گیرند باید ۱۰ هزار تومان بپردازند؟

* روزنامه اصفهان زیبا برای انتشار نظرات موافق و مخالف از سوی کارشناسان در این زمینه اعلام آمادگی می‌کند. ❗

لویی پاستور



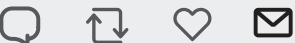
قدرت‌اله نوروزی

@Isfahanmayor

جشن #شب‌زنده‌داران #یلدا که به پاس تلاش #پاکبانان شهر و به افتخارشان در مناطق ۱۵ گانه شهر #اصفهان برگزار شد، یلدا ی متفاوتی را در اصفهان رقم زد. خرسندم که این برنامه، خنده‌را به لبان پاکبانان عزیز به عنوان شب‌زنده‌داران شهر آورد. خداقوت به همه آنان که همتی به بلندای #یلدا دارند.

Translate from Persian

View Tweet activity



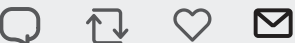
عباسعلی کدخدایی

@Kadkhodaei_ir

در پی رفتار برخی از نمایندگان این سوال مطرح شد که چرا شورای نگهبان اقدامی انجام نمی‌دهد یا اینکه چرا در بررسی صلاحیت‌ها به گونه‌ای عمل نکرده که این نتایج به بار نیاید. باید اذعان کرد نظرات حداقلی شورا از عهده این مهم بر نمی‌آید. مجلس کارآمد، نیازمند سازوکار #شایسته‌گزینی است.

Translate from Persian

View Tweet activity



یک قاچ + کتاب

فرهنگ هم‌زیستی

در آثار امام موسی صدر



انتشارات پارلاق امضای کشور آذربایجان فعالیت‌های خود را آغاز کرد و از آن سال تاکنون توانست با ترجمه آثار متعددی از اندیشمندان ایرانی به ترکی آذربایجانی در قالب یک پایگاه مهم تبادل فرهنگ و اندیشه میان دو کشور ایران و آذربایجان، خود را مطرح کند. امام موسی صدر، شهید مرتضی مطهری، شهید آیت‌الله بهشتی و دکتر علی شریعتی از جمله اندیشمندانی هستند که آثار آنها در انتشارات پارلاق امضای به ترکی آذربایجانی ترجمه و منتشر شده است. در این انتشارات تاکنون سه کتاب از امام موسی صدر منتشر شده که دو کتاب «اسلام و فرهنگ قرن بیستم» و «کرپلار دوباره زیستن» به قلم رشاد حسن اف است.

در این کتاب چهار سخنرانی امام موسی صدر با نام‌های «حسین وارث انبیا»، «به سوی خط حسینی»، «حسین (ع) چراغ هدایت و کشتی نجات» و «رسالت حضرت زینب (س) در روز عاشورا» ترجمه و منتشر شده‌اند. حسن اف درباره اندیشه‌های امام موسی صدر گفت: هرچه که درباره او بیشتر مطالعه می‌کردم در پیش چشم‌ام شخصیت فوق‌العاده‌ای مانند گاندی یا تالسون ماند لا ترسیم می‌شد. حسن اف ادامه داد: رسیدگی امام موسی صدر به امور یتیمان، توجه‌اش به بستنی فروش مسیحی، رفتنش به کلیساها و از انسان و انسانیت سخن گفتنش، نامه‌نگاری با مفتی لبنان برای متحد کردن مسلمانان، اعتصاب غذا برای نجات جامعه خود و دیگر کارهایی از این قیل قیله از آن خصلت‌های اوست. مترجم آثار امام موسی صدر به زبان ترکی آذربایجانی همچنین درباره تأثیر اندیشه‌های این زعیم ایرانی شیعیان لبنان در جهان امروز به ویژه منطقه خاورمیانه چنین گفت: فکرمی‌کنم اگر افکار و کردار این متفکر که تفسیر جدیدی از انسان ارائه می‌دهد و اعتقاد دارد «ادیان در خدمت انسان» هستند، به طور دقیق و علمی بررسی شده و منتشر شوند، تأثیر بزرگی در صلح و آشتی جهان امروز به ویژه منطقه خاورمیانه خواهد داشت. امام موسی صدر تلاش می‌کرد تا تعصبات بی‌جا از بین برود، آنان و اعیاد مسلمان متحد شود، صف‌سنی و شیعه جدا نباشد، مسلمان و مسیحی با هم و در آشتی زندگی کنند و همه انسان‌ها با هم برادر شوند.

فرهنگ هم‌زیستی سلامت امیرا با امام صدر می‌توان آموخت، به طور قطع افکار و اندیشه چنین متفکری با چنین اندیشه‌ای در راستای بهبود صلح مؤثر است. ❗



Instagram | isfahanziba.newspaper



Telegram | @esfziba