



وضعیت مدیریت کارخانه  
«فولادخزر» تا آخر هفته تعیین  
تکلیف شود



۳۳۲ توزیع بسته جشن  
تکلیف بین دختران مددجوی  
مازندرانی

## بندر امیرآباد، نگین درخشان کریدور شمال جنوب



### شرکت‌های دانش‌بنیان برای توسعه مازندران

شرکت‌های دانش‌بنیان جزء مهمی از صنعت فناوری و نوآوری هستند. این شرکت‌ها بر اساس دانش و فناوری‌های نوپس، ایده‌های نوآورانه و پتانسیل رشد بالا تأسیس می‌شوند. این شرکت‌ها توانایی گسترش محصولات اقتصادی و توسعه دهنده در زمینه‌های مختلف را دارند که با تحقیق و توسعه و تجاری سازی کالاها خدماتی پژوهش یافته در اختیار مردم قرار می‌دهند.

### کیش و مات کودکان کار

کودکان کار به کودکان کارگری گفته می‌شود که به صورت مداوم و پایدار به خدمت گرفته می‌شوند که این امر آنها را در بیشتر اوقات از رفتن به مدرسه و تجربه دوران کودکی بی‌بهره می‌سازد و سلامت روحی و جسمی آنها را تهدید می‌کند. کار کودک نزد بسیاری از کشورها و سازمان‌های بین‌المللی فعالیت‌های استثماری تلقی می‌شود.

### آبشار آفرینه در خرم آباد دوستی میان صخره و رود

اگر دوست دارید در یک مکان رودخانه، آبشار، صخره، تنگه و زیبایی از زیبایی‌های دیگر را یکجا ببینید، سری هم به تنگه زیبای «شیرز» بزنید. قدم زدن در رودخانه‌ای پر آب با آب‌گورا در دل تابستان و در میان صخره‌هایی که تا افق کشیده شده‌اند از جاذبه‌های این منطقه می‌باشد. قدم زدن در میان درختان گلابی و انجیر و تماشای پوشش گیاهی کم نظیر این منطقه نیز از دیگر تفریحات گردشگران در این استان می‌باشد.

### طب سوزنی خطر سکته مغزی را کاهش می‌دهد؟



## صفر تا صد امور خودرویی را به‌امداد خودرو ایران بسپارید

مرکز پاسخگویی و امداد ایران خودرو  
امداد خودرو ایران  
همیشه در راه ایمنی شما...

### امدادسیار

ایاب و ذهاب خدمات  
در محل رایگان

سوخت‌رسانی اضطراری

خدمات عمومی امدادی

راه‌اندازی تلفنی

۲۰٪ اجرت  
خدمات در محل

حمل رایگان خودرو

باتری کمکی و  
تعویض باتری در محل

پنچگیری و تعویض زاپاس

## اشتراک طلایی

چرخان خسارت  
سرویس

چرخان خسارت  
بدنه

تسهیلات ویژه  
خرید

چرخان خسارت حوادث  
ویزای طبیعی

۷۷۷۷ ۷۷۱۰ ۴۹۹۱ ۱۹۰۶

پژو پارس سال  
کارت | طلایی | ساله |  
سرویس‌های  
دوره‌ای

حمل خودرو و  
انتقال سرنشینان

تعویض خودرو برای  
خسارت‌های سنگین

امداد جاده‌ای  
و تعمیرات در محل

سرویس‌های  
دوره‌ای

راه‌های ارتباط با  
امداد خودرو ایران

ایجادکننده  
ایساکو

ایجادکننده  
امداد خودرو ایران

شماره سراسری  
۹۶۴۴۰

جهت خرید اشتراک کد را  
اسکن نموده و یا شماره  
۹۶۴۴۰ تماس بگیرید.



استاندار در کارگروه تسهیل و رفع موانع تولید گیلان:

**وضعیت مدیریت کارخانه «فولاد خزر» تا آخر هفته تعیین تکلیف شود**



استاندار گیلان با تاکید بر اهمیت حمایت از تولید، کار و اشتغال در دولت سیزدهم از معاونت هماهنگی امور اقتصادی استانداری و مدیر کل صنعت، معدن و تجارت استان خواست طی جلساتی تا انتهای هفته برای مشکل ضعف مدیریت و عدم انسجام هیات مدیره شرکت فولاد خزر چاره اندیشی کرده و موضوع تعیین تکلیف شود.

اسدالله عباسی در جلسه کارگروه تسهیل و رفع موانع تولید گفت: این شرکت در گذشته به دلیل بدهی هزار و ۸۰۰ میلیارد ریالی به شرکت برق و عدم پرداخت مطالبات این شرکت مشکلاتی داشت که در سایه بی توجهی اکنون میزان مطالبات این شرکت به ۲ هزار و ۳۰۰ میلیارد ریال رسیده است.

وی گفت: در مصوبات این کارگروه برای این شرکت مهلتی برای پرداخت معوقات در نظر گرفته شد که به دلیل عدم انجام تعهدات و ایجاد اختلاف بین سهامداران شرکت فولاد پرداخت معوقات و مطالبات برق، گاز و تسهیلات بانکی انجام نشد و برق شرکت قطع و تولید متوقف شد.

وی در این جلسه از هیات مدیره خواست این مشکلات را به سرعت تعیین تکلیف کرده و نسبت به تعیین مدیرعامل اقدام کند.

وی با بیان اینکه حمایت از تولید و در عین حال توجه به نیازها و حقوق کارگران اولویت و مورد تاکید است، گفت: هم اکنون استانداری و کارگروه رفع موانع تولید بعنوان مطالبه گر وارد شده و این شرکت باید ظرف هفته جاری مدیرعامل، هیات مدیره و سهامداران خود را مشخص کرده تا به معیشت کارگران این کارخانه آسیب کمتری وارد شود.

«در جذب سرمایه گذار و تسهیل سرمایه گذاری، باید سلوآتمندانه و قانونمند عمل کرد نماینده عالی دولت در گیلان در بخشی دیگر از این جلسه تاکید کرد: باید سرمایه‌گذاران علاقمند به سرمایه گذاری در این استان شناسایی شده و موانع پیش روی آنها رفع شود و با جذب سرمایه گذار و فراهم کردن امکانات لازم برای آنها میزان درآمد مردم در استان را افزایش داده و فضا برای توسعه این خطه فراهم شود.

وی تصریح کرد: در این بخش و در راستای جذب سرمایه گذار و تسهیل سرمایه گذاری، باید سخاوتمندانه و قانونمند عمل کرد تا افرادی که پشت خط مانده اند با تاخیر و تعلیق مواجه نشده و منصرف نشوند.

استاندار گیلان در خصوص مساله انتخابات نیز با اشاره به فرمایشات مقام رهبری گفت : هرکدام از مسا وظیفه ای داریم؛ که باید بدون توجه به اختلافات سیاسی و سلیقه ای اجازه سوء استفاده را از دشمن بگیریم . دشمن به دنبال نا امیدی، دل‌سرد کردن مردم است اما ما باید تلاش کنیم مشارکت حداکثری در انتخابات را داشته باشیم.
وی تاکید کرد: بخشی از جلب مشارکت در بخش تولید و تولیدات رقم می خورد لذا باید سعی کنیم مدیریت انرژی داشته باشیم و ملاحظت را در مصرف گاز و برق داشته باشیم و رضایتمندی آحاد جامعه فراهم آید.

مدیر کل صنعت، معدن و تجارت گیلان نیز در این گفت-وگو گفت: این کارگروه تاکنون ۱۹۸ فقره مصوبه داشت که از این تعداد ۱۸۶ فقره نهایی و اجرایی شده و ۶ درصد باقی مانده در دستور کار قرار دارند که تاپایان سال مالیاتی خواهند شد.

تیمور پورحیدری اضافه کرد: برخی از مشکلات واحد های تولیدی و صنعتی در این کارگروه مطرح شد که یکی از مهمترین مصوبات آن مطرح کردن مشکل شرکت فولاد خزر است که بود باتوجه به بحران ایجاد شده به علت سوء مدیریت و نداشتن برنامه تولید مجموع سهامداران با دستور استاندار گیلان در اسرع وقت در مورد این شرکت تصمیم گیری خواهد شد .

<div><div><span><span>۶۶</span></span></div></div>
<p><b>روستا همواره نمادی از پویایی و کارآفرینی است که می‌توان با احیای ظرفیت‌های بومی و محلی برای رونق اشغال و تولید در این مناطق گام برداشت در ادامه همین نگاه، حمایت و توجه دولت بازگشت و تقویت جنبه تولیدکنندگی روستاییان و به عبارتی راهبردی برای توسعه روستا است.</b></p>

سمانه اسلامی

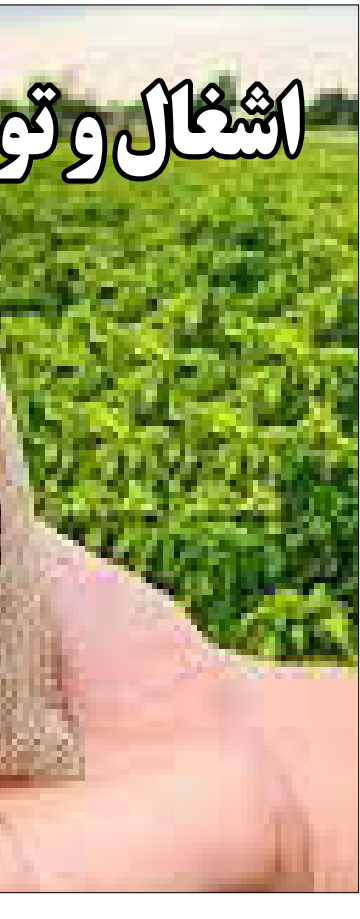
روستا همواره نمادی از پویایی و کارآفرینی است که می‌توان بسا احیای ظرفیت‌های بومی و محلی برای رونق اشغال و تولید در این مناطق گام برداشت در ادامه همین نگاه، حمایت و توجه دولت به روستاها، تلاشی برای بازگشت و تقویت جنبه تولیدکنندگی روستاییان و به عبارتی راهبردی برای توسعه روستا است.

در تعریف ساده تر توسعه روستایی به این معناست که روستاییانی می‌توانند در روستا به تمام امکاناتی که نیاز دارند دسترسی داشته باشند و با دارا بودن شغلی پایدار بدون وابستگی به شهر به احساس رضایت ذهنی از ماندن در روستا برسند، در عین حال در چنین حالتی روستا از ویژگی تولیدکنندگی جدا نمی‌شود.

هر چند در سال‌های اخیر در ایجاد امکانات زیرساختی، ارتباطی و خدماتی به روستاها موفقیت‌هایی حاصل شده است، ولی در ایجاد احساس رضایت از بودن در روستا و تصویر فرهنگی از روستا و دادن منزلت اجتماعی به روستاییان هنوز هم می‌توان اقدامات بیشتری را انجام داد. توسعه روستایی با بهره گیری از منابع طبیعی و کشاورزی راهبری برای بهبود اقتصادی و اجتماعی جامعه روستایی است که باید موضوع توسعه و عمران روستا به صورت مجموعه مشتتمل بر اقدامات بنیادی اصلاح اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی مورد توجه باشد تا همه استعدادهای بالقوه موجود در روستا عملی شود.

اشتغال روستایی با بهره گرفتن از ظرفیت‌های بومی و محلی روستاها یکی از راهکارهای دولت بوده است تا بتوان روستاها را به ماهیت واقعی خود بازگرداند، روستاها کانون تولید هستند، که متناسب با نیازها و توانمندی اقتصادی می‌توان، به ایجاد سایر صنایع و خدمات مرتبط با اقتصاد روستا برای استفاده حداکثری از ظرفیت تولیدی و اشتغالزایی روستایی در آنها پرداخت.

در دنیای توسعه یافته ۷۰ درصد جمعیت شهری و ۳۰ درصد جمعیت روستایی هستند این نسبت جمعیتی در ایران بنا بر سرشماری سال ۱۳۹۵ به این صورت است،



## اشغال و تولید روستایی

روستاها به دلیل دوری از مراکز خدماتی و اقتصادی، به‌طور فزاینده‌ای به مراکز تولید و اشتغال تبدیل شده‌اند.

به عبارتی جمعیت روستایی به دلایل متعددی از جمله کاهش درآمد و نبود شغل با مهاجرت به شهرها کاهش یافته‌است. حال در چنین شرایطی با اجرای طرح‌ها و برنامه‌هایی می‌توان جمعیت روستایی را حفظ کرد، حمایت از سرمایه‌گذاران بخش روستایی و فراهم کردن زمینه سرمایه‌گذاری برای راهاندازی تولیدات محلی می‌تواند به رونق روستاها و بهبود شرایط زندگی روستاییان کمک کند

آنچه مسلم به نظر می‌رسد این است که روستاها نمادی از تولید هستند و از گذشته تا کنون توانسته‌اند تأمین کننده نیازهای خود و جوامع شهری باشند با اینکه با شرایط سخت اقتصادی روستاها نیز با آسیب‌ها و سختی‌های مواجه شدند ولی موارد موفق رونق تولید در روستاها نشان می‌دهد با اندک حمایت‌هایی می‌توان روستاها را با قابلیت تولیدکنندگی‌شان زنده نگه داشت.

طرح توانمندسازی و آموزش‌های مهارتی روستاییان، عشایر، مناطق محروم و مرزی با رویکرد اشتغال پایدار، به منظور توسعه کمی و کیفی تولیدات و ارائه خدمات براساس مزیت‌های منطقه‌ای با بهره‌گیری از ظرفیت‌های محلی و بهبود وضعیت و کیفیت زندگی جامعه هدف در مازندران عملیاتی و اجرا شده است.

از دیگر اهداف اجرای این طرح که در راستای تحقق سیاست‌های کلی اقتصاد مقاومتی ایلانی از سوی رهبر معظم انقلاب است تلاش جهت تحقق سه عدلانه عوامل در روستاها و اجرا مناسب با نقش آنها در ایجاد ارزش، به ویژه با افزایش سهم سرمایه‌آسانی از طریق ارتقای آموزش، مهارت، خلاقیت، کارآفرینی و تجربه‌است.

گسترش عدالت اجتماعی در مناطق روستایی، عشایری، کمتر توسعه یافته و محروم کشور و جلوگیری از مهاجرت بی رویه روستاییان و گسترش پدیده حاشیه‌نشینی شهرها، تحقق پیشرفت فرهنگی – اجتماعی با ارتقای کیفیت جمعیت، افزایش نشاط و اصلاح سبک زندگی و تربیت جمعیت مطابق الگوی اسلامی- ایرانی



پیشرفت در مناطق هدف طرح، تحقق پیشرفت اقتصادی، بهبود وضعیت اشتغال و افزایش نرخ بهره‌وری و ارزش افزوده فعالیت‌های اقتصادی روستاییان و تحقق توسعه پایدار زیست محیطی از طریق حفظ و استفاده بهینه از منابع طبیعی کشور از جمله اهداف طرح توانمند سازی روستاییان با رویکرد اشتغال پایدار است.

**این سامانه بیش از ۹ خدمت مرتبط با ساخت و ساز روستایی را مدیریت می‌کند.**

خدمات سامانه راهبر شامل تعیین حدود و وضعیت

روستاها ، خدمات فنی صدور پروانه ، صدور پایان کار و عدم خلافی ، تغییر کاربری ، اصلاح ضوابط، اصلاح معابر ، اصلاح محدوده و خدمات بهسازی روستایی است.

پرداخت های الکترونیگ از جمله مزایای این سامانه

است و دهیاران در مناطق روستایی به عنوان همکاران بنیاد مسکن به این سامانه می‌پیوندند.

تسهیل دسترسی متقاضیان و ناظران نظام فنی به بنیاد مسکن انقلاب اسلامی راه اندازی شده است و فعالیت این سامانه گام بلند و خدمت‌بزرگی در جهت ارائه خدمات الکترونیک و دولت الکترونیک است.

تمام خدماتی که قابلیت انجام غیرحضوری دارد و می‌توان به صورت الکترونیک آن را در مراکز خدمات

الکترونیک روستاهای کشور ارائه کرد در سامانه راهبر شهرستانی‌شان باید صددردصا با فرماندار شهرستان‌ها هماهنگ باشند و این یکی از مهمترین شاخصه‌های مدیریتی است.

وی گفت: از مجموعه مدیران هماهنگ و همدل کارهای بزرگ اتفاق می‌افتد و در شهرستان نور نیز باید به این مهم توجه بشود.

حسینی پور، تصریح کرد: یکی از مسائل مهمی که در نور باید بیشتر مورد توجه قرار گیرد، مباحث منابع طبیعی و محیط زیست و امور اراضی است، البته این چالش‌ها در همه روستاهای مازندران مشترک بوده که می‌تلمد مدیران برای حل آن‌ها وقت بگذارند.

اقدامات را پیدا می‌کنند.

بطرح توانمندسازی اقتصاد روستاهای این استان را باید خیلی جدی گرفت تا هرکدام از آن‌ها به مرکز تولید اقتصادی تبدیل شوند، چرا که این طرح مبنای تحول اقتصادی روستاهاست.

گزارش نقش سلف؛ سیدمحمود حسینی پور در جلسه شورای اداری شهرستان نور، گفت : برای تحقق این طرح مهم، مسوولان جهاد کشاورزی استان برای ایجاد شهرک‌های صنعتی کشاورزی و دامپروری به روستاییان آموزش دهند

وی اظهارداشت: با تحقق این راهبرد به طور قطع هر روستای این استان دارای ظرفیت‌های فراوان به مقصد گردشگری تبدیل خواهد شد

استاندار مازندران تصریح کرد: مجموعه اداره کل میراث فرهنگی و گردشگری استان هم در توسعه بوم‌گردی در مناطق روستایی کمک‌کند تا همه روستاهای مازندران آباد شود.

وی اظهارداشت: با تحقق این راهبرد به طور قطع هر روستای این استان دارای ظرفیت‌های فراوان به مقصد گردشگری تبدیل خواهد شد

استاندار مازندران با اظهار این که همه روستاها می‌توانند مقصد گردشگری شوند، به سفر هیأت‌بلندمرتب‌ه اقتصادی قزاقستان به استان اشاره کرد و گفت: این هیأت از دستاوردهای فعالان اقتصادی متخیر شدند.

حسینی پور با اشاره بر تأکیدت رهبر انقلاب اسلامی پیرامون احیا اقتصاد روستا، گفت: طرح توانمندسازی اقتصادی ۵۰۰ روستا در این دولت آغاز شده است.

وی با اشاره به پیشرفت‌های راهبردی و زیرساختی ایران و مقاومت مردم در مقابل تحریم‌ها و استکبار جهانی، گفت: تمام تلاش دشمنان ایران اسلامی این است که تصویری جعلی و وارونه از پیشرفت‌های ایران نشان دهند و نقاط قوت را ستائوسر کنند. با توجه به اینکه یکی از اهداف مهم دولت سیزدهم محرومیت‌زدایی است طرح توانمندسازی روستاها در استان در راستای تحقق همین برنامه است.

استاندار مازندران گفت: برای رشد اقتصادی شهرستان

های مازندران باید برنامه ریزی کنیم و در این ارتباط نیز

گزارش کار ارائه شود.

استاندار مازندران از آغاز طرح توانمندسازی

اقتصادی ۵۰۰ روستا در استان خبر داد.

سید محمود حسینی پور با بیان اینکه مازندران

به کارگاه سازندگی تبدیل شده است، از آغاز طرح

توانمندسازی اقتصادی در ۵۰۰ روستای استان خبر داد

و گفت: بازگرداندن اقتصاد به مردم سیاست دولت به شمار

می‌رود.

وی با اشاره به دو راهبرد ترسیم شده از سوی مقام

معظم رهبری و احیای ظرفیت روستاها گفت: سه هزار

و ۶۰۰ روستا در استان وجود دارد و در گام اول طرح

توانمندسازی ۵۰۰ روستا اجرا می‌شود و امیدواریم با

سرمایه‌گذاری بخش خصوصی بتوانیم روستاهای استان

را احیا کنیم.

استاندار مازندران بسا اظهار این که همه روستاها

می‌توانند مقصد گردشگری شوند، به سفر هیأت‌بلندمرتب‌ه

اقتصادی قزاقستان به استان اشاره کرد و گفت: این هیأت

از دستاوردهای فعالان اقتصادی متخیر شدند.

حسینی پور با اشاره بر تأکیدت رهبر انقلاب اسلامی

پیرامون احیا اقتصاد روستا، گفت: طرح توانمندسازی

اقتصادی ۵۰۰ روستا در این دولت آغاز شده است.

وی با اشاره به پیشرفت‌های راهبردی و زیرساختی ایران

و مقاومت مردم در مقابل تحریم‌ها و استکبار جهانی، گفت:

تمام تلاش دشمنان ایران اسلامی این است که تصویری

جعلی و وارونه از پیشرفت‌های ایران نشان دهند و نقاط

قوت را ستائوسر کنند. با توجه به اینکه یکی از اهداف مهم

دولت سیزدهم محرومیت‌زدایی است طرح توانمندسازی

روستاها در استان در راستای تحقق همین برنامه است.

# بندر امیر آباد، نگین درخشان کریدور شمال جنوب

شاهدهستیم.

وی با بیان اینکه در دولت سیزدهم رشد ۳۳ درصدی در حوزه صادرات را در پی داشته‌ایم و از رشد ۱۰۰ درصدی صادرات سیمان برخورداریم، افزود: بیش از ۶۷ درصدی در حوزه ترانزیت خودرو روبرو شدیم و ترانزیت پنبه به ترکیه برای اولین بار در این دولت شکل گرفته است.

وی اظهار داشت: ترانزیت گوگرد و گرانول به کشور چین برای اولین بار در دولت سیزدهم اتفاق افتاده و ترانزیت اوره و پتاس به مقصد هندوستان و ترکیه یکی از خط‌های ترانزیتی بوده است.

مدیرکل منطقه ویژه اقتصادی بندر امیرآباد با عنوان اینکه واردات بیش از سه میلیون تن نهاده دامی و خوراک دام از بندر امیرآباد انجام شده‌است، ادامه داد: بندر امیر آباد از رشد ۱۰۱ درصدی در طول دولت درمی‌در حوزه سرمایه‌گذاری برخوردار شد.

موسی پور افزود: ۱۵ میلیون و ۸۰۰ هزار متر مربع لایروبی در دولت سیزدهم انجام شد و در بخش کنوانسیون‌های بین‌المللی از رشد ۳۸ درصدی بهره‌مند شده‌ایم.

وی همچنین تاکید کرد: رشد ۲۸ درصدی در حوزه ایمنی شکل گرفت و در بخش علایم کمک‌ناوبری آماده به کاری تجهیزات به ۱۰۰ درصد دست یافته‌ایم.

بندر امیرآباد در استان مازندران به عنوان بزرگ‌ترین بندر حاشیه‌دریای خزر با قرار گرفتن در موقعیت جغرافیایی خاص باتوجه به سیاست‌گذاری‌های دیپلماسی اقتصادی دولت سیزدهم می‌تواند با شکوفاسازی ظرفیت‌ها، نقش ویژه‌ای در مقاوم‌سازی اقتصاد کشور با توسعه تجارت بین‌المللی و صادرات کالا ایفا کند.

بندر امیرآباد در کنار آن که یک ظرفیت صادراتی و تجاری در منطقه به‌شمار می‌رود با دارا بودن کارخانجات متعددی همچون گچ، فولاد، کاغذ و سیلیکاهای متعدد از بندار نسل سوم کشور است و عمده ۷۵ میلیون تن کالای صادراتی کشورهای مختلف جهان از بندار استراخان، آکتائو، اولپا، باکو، گوسان و ماخاچ وارد بندر امیرآباد می‌شود.

سمانه‌اسلامی
شرکت‌های دانش‌بنیان جزء مهمی از صنعت فناوری و نوآوری هستند. این شرکت‌ها بر اساس دانش و فناوری‌های نوپهور، ایده‌های نوآورانه و پتانسیل رشد بالا تأسیس می‌شوند. این شرکت ها توانایی گسترش محصولات اقتصادی و توسعه‌دهنده در زمینه های مختلف را دارند که با تحقیق و توسعه و تجاری سازی کالاها خدماتی پژوهش یافته‌در اختیار مردم قرار می دهند.

**نقش شرکت‌های دانش بنیان**
**۱. پیشران توسعه فناوری**

شرکت‌های دانش‌بنیان با ایجاد و انتقال فناوری‌های نوین، به توسعه و پیشرفت فناوری‌ها در صنایع مختلف کمک می‌کنند. آنها نقش مهمی در ایجاد تغییرات نوآورانه، بهبود عملکرد و افزایش بهره‌وری دارند.

۲. ایجاد اشتغال

شرکت‌های دانش‌بنیان با گسترش فعالیت‌های خود، ایجاد فرصت‌های شغلی را به ارمنان می‌آورند. آنها به عنوان مراکز نوآوری و شکوفایی کارآفرینی، به ایجاد شغل‌های مرتبط با فناوری و دانش کمک می‌کنند. حتی در سربازان مهارتی نیز می‌توانند جهت امریبه سربازی دانش بنیان به این شرکت مراجعه نمایند و خدمت خود را در این مراکز انجام دهند.

**۳. افزایش توانایی رقابتی**

شرکت‌های دانش‌بنیان با بهره‌گیری از دانش و فناوری‌های نوین، قدرت رقابتی بالایی را در بازارهای ملی و بین‌المللی پیدا می‌کنند. آنها توانایی خلق مزیت‌های رقابتی منحصر‌بفرد را دارند که باعث موفقیت و استقلال آنها می‌شود.

**۴. ایجاد ارزش اقتصادی**

شرکت‌های دانش‌بنیان با تولید و عرضه محصولات و خدمات نوآورانه، ارزش اقتصادی برای خود و جامعه ایجاد می‌کنند. آنها به عنوان موتورهای اصلی رشد اقتصادی و توسعه پایدار عمل می‌کنند.

نگاه علمی و بهره گیری از توان مراکز تحقیقاتی و اقتصاد مبتنی بر دانش بومی در تولید کالاهای کیفی نقش زیادی دارد و این خود بسترساز اشتغال پایدار و عامل کاهش مضرل بیکاری است و شرکت های دانش بنیان بستر این امر را هموار می کنند. رهبر معظم انقلاب در نامهگذاری سال ۱۴۰۱ تحت عنوان تولید، دانش بنیان و اشتغال آفرین بر توجه بخش های تحقیقاتی به تولید و یا تولید مبتنی بر نگاه علمی تاکید دارند و شرکت های دانش بنیان با توجه به ظرفیت هایی نظیر اقتصاد مبتنی بر دانش بومی و اتکالی به توان علمی و پژوهشی داخلی از ارکان بسترساز توسعه در چارچوب اقتصاد مقاومتی به شمار می روند

همچنین این شرکت ها با تحول در عرصه علم و دانش و کشف یافته ها و نتایج جدید اقتصادی در رشد و توسعه مناطق مختلف تاثیر زیادی دارند به طوری که رهبر معظم انقلاب در سنوات گذشته نیز در دیدار با نخبگان و فعالان این بخش بر اهمیت نقش این شرکت ها در رونق اقتصادی و اقتصاد مقاومتی تاکید و آن ها را موثرترین مولفه های تحقق پایدار اقتصاد توصیف کرده اند.

شرکت های دانش بنیان موسسات خصوصی یا تعاونی هستند که به منظور افزایش علم و ثروت، توسعه اقتصادی بر پایه دانش و تحقق اهداف علمی و اقتصادی برای گسترش اختراعات، نوآوری و تجاری سازی نتایج تحقیق و توسعه شامل طراحی و تولید کالا و خدمات را در حوزه فناوری های برتر و با ارزش افزوده فراوان انجام می دهند.

اهمیت و نقش شرکت های دانش بنیان در اشتغالزایی و تأثیری که این نوع اشتغال ها در اقتصاد انسان محور دارد موضوعی است که همواره مسوولان ارشد کشوری و استانی بر آن صحنه گذاشتند.
**لژوم پهن کردن فرش قرمز زیر پای شرکت های دانش بنیان مازندران**

استاندار مازندران ۳۰ مهر ۱۴۰۱، علاوه بر تشکیل قرارگاه ویژه تولید، دانش‌بنیان و اشتغال‌آفرین در استان، بر این نکته تأکید کرد که باید شرکت‌های دانش بنیان و اقتصاد دانش پایه در جهت توسعه پایدار و تحقق شعار سال مورد تأکید رهبر معظم انقلاب در استان تقویت شوند.

به اعتقاد سید محمود حسینی پور، مازندران با دارا بودن ظرفیت‌های متعدد در بخش دانش بنیان‌ها با تعداد حدود ۱۰۰ شرکت دانش بنیان فعالیت دارد که به لحاظ کیفی نیز نیازمند تقویت هستند و یکی از علت‌های اصلی ضعف نوآوری و توسعه دانش پایه در استان عدم وجود کارخانه نوآوری در استان است. وی راهکار توسعه اقتصادی مازندران حمایت از دانش بنیان‌ها دانست و بیان کرد: باید بخش خصوصی از ظرفیت نخبگان و شرکت‌های فناوری برای توسعه کسب و کار و کاهش آمار بیکاری در استان استفاده کند.

به گفته نماینده عالی دولت در استان مازندران، این استان تشنه سرمایه‌گذاری در طرح‌های نوین اقتصادی با اولویت شرکت‌های دانش بنیان است و مسوولان مازندران باید همواره زیر پای شرکت‌های دانش بنیان فرش قرمز پهن کنند.

حسینی‌پور بر این نکته نیز اشاره کرده است که هشت کارگروه مختص حمایت از شرکت‌های دانش بنیان در استان تشکیل شده که باید با برنامه‌ریزی اصولی تمامی دستگاه‌های اجرایی از ظرفیت این کارگروه‌ها برای حمایت از نخبگان علمی استفاده کنند.

مصداق اتفاق‌های خوب در زمینه شرکت‌های دانش بنیان و اشتغال زایی در ایمن بخش که در سخنان مسوولان کشوری و استانی مطرح شده است را می‌توان در مازندران دید و از این استان به عنوان نمونه عملیاتی شدن آن دانست.

سسال هاست که قضیه استقرار یا عدم استقرار

سه شنبه ۲ اسفند ۱۴۰۲
سال بیست و هفتم
شماره ۱- ۲۷۰



## شرکت‌های دانش‌بنیان برای توسعه مازندران

شرکت‌های دانش‌بنیان، شرکت‌هایی هستند که بر پایه نوآوری و دانش‌افزایی سریع عمل می‌کنند و از طریق فرآیندهای فناوریانه، تحقیق و توسعه، ایجاد محصولات و خدمات جدید را هدف می‌گیرند.

صنایع در مازندران به دلیل برخورداری از محیط زیست و منابع طبیعی در کش و قوس حفظ این عرصه‌ها معطل باقی‌مانده است و در مسیر اجرای طرح‌های صنعتی همواره این موضوع به عنوان پاشنه آشیل برای اجرای این طرح‌ها که اشتغالزایی خوبی هم دارد مواجه است.

اما این موضوع نتوانسته است که مازندران را در زمینه اشتغال زایی به بن بست بکشد و مسوولان استان راه میان‌بری به نام شرکت‌های دانش بنیان را برای دستیابی به اشتغالزایی پایدار انتخاب کردند. شرکت‌های دانش بنیان، اشتغالزایی پاک و بدون آلایندگی که راه اندازی آن‌ها نه تنها باعث شکوه و گالیه‌را برای دوستداران محیط زیست بست توانست بلکه برای امید را در جوانان تحصیلکرده دانشگاهی این استان ایجاد کند.

این شرکت‌ها در مازندران در یکسال اخیر به دستاوردهای خوبی دست یافتند که اشتغال بخش مهم و قابل توجه در این خصوص محسوب می‌شود. البته رسیدن به این شرایط ماحصل ایجاد برخی زیر ساخت‌ها در این استان بوده است.

پیگیری برای استقرار مراکز رشد در همه شهرستان‌های مازندران را می‌توان از جمله اقدامات مسوولان دولت سیزدهم در این استان نام برد و فراهم کردن این زیرساخت‌های ضروری برای فعالیت پایدار است.

تعداد شرکت‌های دانش بنیان و به تبع تعداد شاغلان این بخش نیز در این شهرستان‌ها افزایش یابد. موضوعی که رئیس پارک علم و فناوری مازندران در ابتدای سپردن این مسوولیت به وی با دستور استاندار مازندران در دستور کار قرار داد و در همان زمان اعلام کرد مراکز رشد در تمامی شهرستان‌های استان مستقر می‌شوند.

**استفاده از ظرفیت شرکت‌های دانش بنیان برای توسعه مازندران ضروری است**
سید محمود حسینی پور در سفر استانی خود درآیین بازدید از شرکت دانش بنیان “پهن جلیک فراوان البرز” شهرستان نور، گفت: ما به عنوان مجموعه دولت از شرکت‌های دانش بنیان در استان حمایت‌می‌کنیم.

وی با تأکید بر ضرورت افزایش ارتباط بین حوزه تولید و صنعت با مراکز علمی و دانشگاهی استان، خاطرنشان کرد: درخواست ما این است که فعالان اقتصادی، تولیدکنندگان و صنعتگران، ارتباط و تعامل بیشتری با مراکز دانش‌بنیان و دانشگاهی ایجاد کنند.

وی با تأکید بر ضرورت افزایش ارتباط بین حوزه تولید و صنعت با مراکز علمی و دانشگاهی استان خاطرنشان کرد: درخواست ما این است که فعالان اقتصادی، تولیدکنندگان و صنعتگران ارتباط و تعامل بیشتری با مراکز دانش‌بنیان و دانشگاهی ایجاد کنند.

این مقام مسوول، اظهارداشت: این شرکت دانش بنیانان نور در زمینه بیماری‌های دیابت و کم‌خونی و تیروئید تولیدات فاخری داشتند اما هنوز به مرحله صنعتی نرسید امید است به این مهم دست یابد برای برای صادرات این محصولات باید تدابیری اندیشیده شود.

وی تولیدات این شرکت دانش بنیان را در کشور منحصر بفرد دانست و گفت: در جلسه‌ای تصمیمات لازم برای تولیدات صنعتی محصولات این شرکت دانش بنیان اتخاذ شد.

استاندار مازندران افزود: باعث افتخار ماست که دانشمندان و نخبگان ما با امکانات کم و محدود تولیدات فاخری ارایه می‌کنند و از تلاش‌های فعالان این شرکت دانش بنیان تقدیر می‌کنم و تلاش می‌شود با حمایت از نخبگان استان از این مجموعه نیز حمایت کنیم تا به لحاظ کمیت و کیفیت بر تولیدات این مجموعه بیفزاییم.

رئیس پارک علم و فناوری مازندران گفت: از ۴۷ شرکت دانش بنیان فعال در مازندران ۲۹ محصول تولیدی آنها به ارزش ۶ میلیون یورو به ۲۴ کشور دنیا در یک سال اخیر صادر شد.

قربانعلی نعمت زاده افزود: ۱۱ مرکز رشد در ۱۱ شهرستان مازندران فعالیت‌می‌کنند و بر اساس برنامه

هیات علمی از سال ۱۴۰۰ تاکنون ثبت شد، گفت: ۹۰ طرح پژوهشی برون دانشگاهی از سال ۱۴۰۰ به مبلغ نزدیک به ۱۲۰ میلیارد ریال انجام شد.

رئیس دانشگاه مازندران با اعلام اینکه کتاب عضو هیات علمی دانشگاه مازندران به عنوان برگزیده نخستین دوره جایزه کتاب سال مازندران انتخاب شد، افزود: در ۲ سال متوالی به عنوان ستاد هفته پژوهش و فناوری مازندران به عنوان برگزیده کشور دست یافتیم.

وی با عنوان اینکه ۱۰ نشریه دانشگاه در پایگاه‌های بین‌المللی ثبت شد، بیان کرد: در حوزه عمرانی توانستیم دانشکده علوم اقتصادی و اداری را در ۶ هزار متر مربع فضای کالبدی به بهره‌برداری برسانیم. علی نژاد افزود: عملیات اجرایی خوابگاه‌های متاهلین دانشگاه آغاز شد و از طرف دیگر رستوران‌ها از ظرفیت دو هزار و ۹۰۰ نفر به سه هزار و ۵۰۰ نفر رسانده شد و پنج رتبه برتر در سال ۱۴۰۰ و سه رتبه برتر در سال ۱۴۰۱ در المپیادهای علمی دانشجویی کشور کسب شد.

رئیس دانشگاه مازندران با اشاره به اینکه وام دانشجویی از حدود ۸۰ میلیارد ریال به یکصد و ۴۵ میلیارد ریال افزایش داده شد، بیان داشت: ۱۲ اختراع ثبت شده از سال ۱۴۰۰ تاکنون نخبگان دانشگاه انجام دادند و طرح کوآپ به عنوان برگزیده کشوری از ابتکارات دانشگاه مازندران است.

وی خاطرنشان کرد: دانشگاه مازندران رویداد استارت‌آپ کوک را برگزار کرد و رتبه نخست برترین مرکز هدایت شغلی و کارایی تخصصی را در بین دانشگاه‌های کشور کردیم.

رئیس دانشگاه مازندران با اذعان به اینکه این دانشگاه رتبه برتر در رویداد الگو‌ها و تجارب دانشگاه‌ها را کسب کرده، ادامه داد: در حوزه فرهنگی ۵۶ انجمن علمی جشنواره بین‌المللی حرکت شدیم.

هنری و دانشجویی در این دانشگاه فعال هستند. وی با اشاره به اینکه این دانشگاه مقام برتر در پنج بخش در پانزدهمین جشنواره بین‌المللی حرکت را کسب کرد، اظهار کرد: موفق به کسب پنج مقام در شانزدهمین جشنواره بین‌المللی حرکت شدیم. یک شرکت دانش بنیان در شهر جوپار توانسته است یخچال مخصوص نگهداری واکسن در هنگام قطع برق تولید کند.

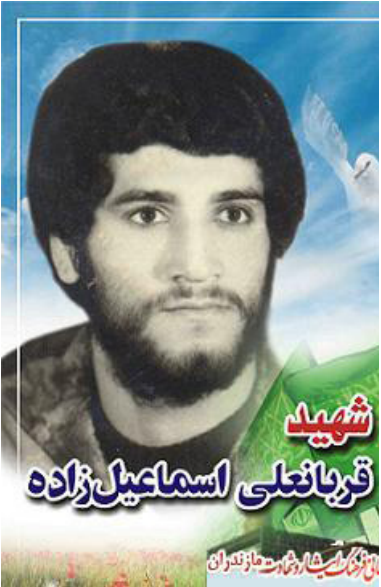
پارسا دانش‌فر مدیرعامل این شرکت دانش بنیان درباره محصولات تولیدی خود می‌گوید: از آنجایی که امکان واردات یخچال‌های نگهداری واکسن به کشور به علت تحریم وجود نداشت علوم پزشکی مازندران به شرکت ما که در تولید یخچال بانک خون فعالیت داشت، ساخت یخچال مخصوص نگهداری واکسن به خصوص در هنگام قطع برق را اعلام کرد تا واکسن‌ها فاسد نشوند. از آنجایی که امکان مهندسی معکوس هم برای ما وجود نداشت بنابراین مطالعات تحقیقی را در این زمینه آغاز کردیم و توانستیم یخچالی را طراحی کرده و بسازیم که در هنگام قطع برق می‌تواند دما را ثابت نگه دارد.

دانش‌فر می‌افزاید: آزمایش‌های انجام شده و مقایسه با نمونه خارجی که بعد از ساخت به دست ما رسید، نشان می‌دهد این یخچال امکان نگهداری واکسن در دمای ثابت ۴ تا ۱۷ ساعت را دارد و کشور را از واردات آن بی‌نیاز کرده است و اکنون ما را جزو ۷ کشور دنیا در تولید یخچال نگهداری واکسن کرده است و در مقایسه با نمونه خارجی ۴۰ درصد صرفه‌جویی ارزی در بر دارد»

وی با بیان اینکه امکان تولید این یخچال‌ها در ابتکار تجهیز طب یکتا در سازه‌های زیرزمینی تا اندازه‌های بزرگ با توجه به سفارش بیمارستان‌ها و مراکز بهداشت وجود دارد، می‌افزاید: هم‌اکنون امکان ساخت یخچال‌های بزرگ با توجه به سفارش بیمارستان‌ها و مراکز بهداشت وجود دارد، می‌افزاید: هم‌اکنون امکان سفارش‌های بیشتر تنها باید نیروی انسانی و مکان تولید را افزایش دهیم.

به گفته وی برد تولید شده امکان استفاده در یخچال‌های معمولی‌را هم دارد و می‌توان در پیک مصرف یخچال‌ها را از برق کشید و دمای یخچال

### او برای پیروزی به میدان رفته بود



شهید «قربانعلی اسماعیل زاده» در مورد حضورش در جبهه می‌گوید:«من داوطلب شدم که در راه دین مبین اسلام و برای به پیروزی رساندن انقلاب اسلامی به رهبری امام خمینی همچون شیر، مقاومت کنم و به جبهه‌های نبرد علیه کفار بروم.»
گزیده زندگینامه این شهید بزرگوار را در نوید شاهد مازندران بخوانید.

شهیدی که حضور در جبهه را پیروزی اسلام می‌دانست
به گزارش نوید شاهد مازندران، قربانعلی اسماعیل زاده هفتم تیر ۱۳۳۶ در «لاری محله» از توابع شهرستان بابلسر در خانواده ای متدین دیده به جهان گشود. پدرش حسین کشاورزی می‌کرد و مادرش شیرین نام داشت.

دوران تحصیل

وی در پایان دوره متوسطه در رشته تجربی درس خواند و دیپلم گرفت. او در حین تحصیل نیز با کار و تلاش خستگی ناپذیر کمک حال خانواده هم بود. قربانعلی جوانی فهمیده و آشنا با معارف اسلامی بود. علاوه بر این در ورزش نیز خوش درخشید و در رشته کشتی موفقیت‌های زیادی را کسب نمود.

دفاع از میهن

با پیروزی انقلاب اسلامی با احساس مسئولیتی که در برابر انقلاب و اسلام داشت لباس پاسداری را بر تن کرد. او میدانست در این راه باید سختیهایی زیادی را به جان بخرد و باید هستی و وجود خویش را در طبق اخلاص گذاشت و از این آب و خاک دفاع نماید.

وی در سال ۱۳۶۰ ازدواج کرد و صاحب یک دختر شد. همان ابتدای جنگ به جبهه های نبرد اعزام شد و تنها فرزندش به آغوش مادرش سپرد.

سرانجام در ۳۰ اردیبهشت سال ۱۳۶۱ با سمت فرمانده گردان در نورد اهواز بر اثر اصابت ترکش به سر شهید شد.

فرازهایی از وصیتنامه شهید

«ولا تحسبن الذین قتلوا فی سبیل الله امواتا بل احیاء عند ربهم یرزقون» (سوره آل عمران آیه ۱۶۹)

(میندارسد آنان که در راه خدا کشته

میشوند، مرده اند. بلکه زنده اند و همواره روزی میخورند نزد پروردگارشان)

من داوطلب شدم که در راه دین مبین

اسلام و برای به پیروزی رساندن انقلاب اسلامی به رهبری امام خمینی همچون

شیری مقاومت کنم و به جبهه های نبرد

علیه کفار بروم...

پيامی به رزمندگان جبهه دارم

اینکه همیشه به پیروی از آیه قرآن کریم

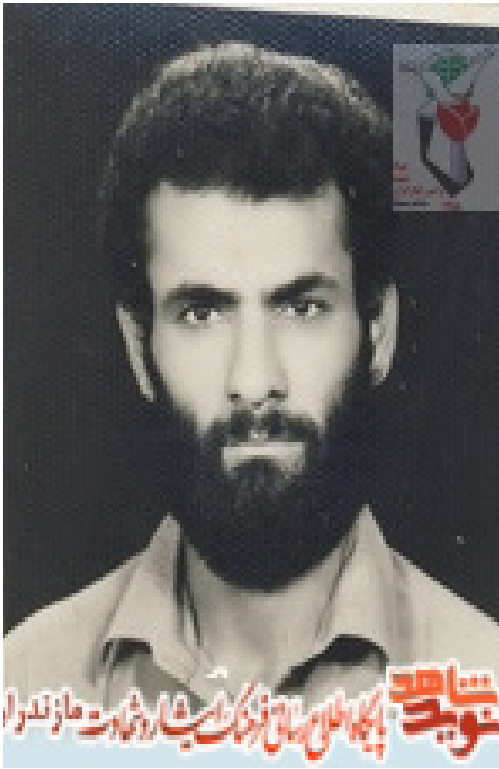
که می فرماید: ای کسانی که ایمان آوردید اطاعت کنید از خدا و رسول او.

همسرم شما را به عنوان وصی خود قرار

میدهم و ناظر همه خودت هستی و کلیه

امور خانواده ام را به شما می سپارم.

## زندگینامه

او مشوق جوانان برای خدمت  
به اسلام بود

شهید «رستمعلی آقاباباپور» جوانان را به خدمت در راه اسلام تشویق می کرد و آنان را به فعالیت های بسیجی فرا می خواند. گزیده زندگینامه این شهید بزرگوار را در نوید شاهد مازندران بخوانید.

تشویق جوانان در راه خدمت به اسلام

به گزارش نوید شاهد مازندران، رستمعلی آقاباباپور چهاردهم تیر ۱۳۳۵ در یک خانواده مذهبی از روستای «بازارسر» بهمنیر دیده به جهان گشود. وی در خانواده ای دیندار ومذهبی پرورش یافت. رستمعلی در سن ۷سالگی شروع به تحصیل نمود و در سن ۱۵ سالگی با توجه به اینکه روزها کمک حال خانواده بود، شب ها در کلاس نهضت سوادآموزی شرکت می کرد.

دوران جوانی

وی در سال ۱۳۵۴ جهت انجام خدمت سربازی به نظام وظیفه عمومی اعزام گردید. پس از اتمام دوره ذکر شده در کنار خانواده مشغول به کار شد و در سال ۱۳۵۷ از یک خانواده مذهبی دختری را جهت همسری برگزید. او در همان سال جهت سرنگونی ستم شاهی، همگام با سایر انقلابیون نقش بسزایی داشت.

خصوصیات اخلاقی

رستمعلی برای روحانیت احترام خاصی قابل بود و احترام و اطاعت را بر همگان واجب می دانست. طی چندین سال کار و تلاش، در تاریخ ۱۵ فروردین ۱۳۶۰ به استخدام جهاد سازندگی شهرستان بابلسر در آمد و نقش بسزایی در این سازمان ایفا کرد و همانگونه که انتظار میرفت در خدمت مردم و گوش به فرمان امامش بود.

وی جوانان را به خدمت در راه اسلام تشویق می کرد و آنان را در فعالیت های بسیجی فرا می خواند. او به امر به معروف و نهی از منکر اهمیت خاصی می داد.

حضور در جبهه

برای آخرین بار در تاریخ ۱۵ بهمن ۱۳۶۴ با وجود بیماری همسرش به جبهه عزیمت کرد. رستمعلی سرانجام در ساعت ۴ بعدازظهر روز پنج شنبه ۲۵ اردیبهشت ۱۳۶۵ در منطقه عملیاتی فاو، گلوله دوزبانه بر سرش اصابت و به آرزوی دیرینه خود نایل آمد و در سرزمینی که بوی حسین میداد، جان به جان آفرین تسلیم و به لقا الله پیوست.

## کیش و مات کودکان کار

میلیون نفر از آنها وارد بازار کار شده و مشغول به کار تماموقت هستند. ۶۱ درصد این کودکان در آسیا، ۳۲درصد در آفریقا و ۷ درصد در آمریکای لاتین زندگی می کنند. قاچاق انسان از راه های عمده وارد کردن این کودکان به بازار است. به جز کارگری بردوار، روسپی گری و فروش اعضای بدن کودکان. از دیگر سرنوشت های کودکان قاچاق است

موضوع کودکان کار موضوع نسبتا پیچیده ای است و عوامل گوناگونی در آن اثر گذار هستند. از جمله: ساختار خانواده، فقر، تغییرات اقتصادی

ناگهانی ناشی از جنگ و... (که منجر به مهاجرت به کشورهای همسایه برای کار با دستمزد بیشتر می شود) و هزینه تحصیل و نظام آموزشی نادرست

کودکان کار در شرایط بسیار نامطلوب از نظر تغذیه، بهداشت و انجام کارهای خطرناک و حاد به سر می برند. این کودکان می توانند به راحتی بازپچه دست بزهکاران حرفه ای اعم از سارقین یا باندهای توزیع مواد مخدر، عوامل ایجاد خانه های فساد، قرار گیرند. و همچنین عدم بهره گیری از آموزش و تحصیل علم و فن، قدرت رقابت با سایر کودکان در ایجاد یک زندگی سالم را هر چه بیشتر از این کودکان سلب می کند.

کودک خیابانی بر اساس ماده یک پیمان نامه حقوق کودک، به افرادی اطلاق می شود که زیر ۱۸ سال می باشند، در خیابان زندگی و کار می کنند. خانواده ندارند و یا امکان دسترسی به خانواده برخی از آنها وجود ندارد و بازگشت آنها نیز به خانواده امکان دارد و خانواده نیز منتظر بازگشت آنها است و همینطور کودکانی که خانواده منتظر آنان نمی باشد.

کودکان کار در شرایط بسیار نامطلوب از نظر تغذیه، بهداشت و انجام کارهای خطرناک و حاد به سر می برند. این کودکان می توانند به راحتی بازپچه دست بزهکاران حرفه ای اعم از سارقین یا باندهای توزیع مواد مخدر، عوامل ایجاد خانه های فساد، قرار گیرند. و همچنین عدم بهره گیری از آموزش و تحصیل علم و فن، قدرت رقابت با سایر کودکان در ایجاد یک زندگی سالم را هر چه بیشتر از این کودکان سلب می کند.



معاون فرهنگی کمیته امداد امام خمینی (ره) مازندران خبر داد:

## ۳۳۲ توزیع بسته جشن تکلیف بین دختران مددجوی مازندرانی

استان توزیع شد. آرامجان اضافه کرد: بسته های هدایی به دختران تازه مکلف شده شامل: کیف، چادرنماز، سجاده، مهر و تسبیح است.

وی یادآور شد: همچنین بسته های معیشتی به دختران پایه سوم ابتدایی تحت پوشش کمیته امداد استان اهدا شد.

آرامجان با بیان اینکه طرح «دختران ماه» برای دیگر دانش آموزان دختر تازه مکلف تحت پوشش کمیته امداد استان برگزار خواهد شد، اذعان کرد: دختران تازه مکلف شده ذیل این طرح ملی از آموزش های نماز، احکام و مسائل شرعی و... بهره مند خواهند شد.

این دوره از مجلس به تصویب رسید ضمن تعیین وظایف والدین برای تامین امکانات لازم برای تحصیل فرزندان و ممنعت از بروز خطرهای ناشی از فقر شدید، آوارگی، پناهندگی، مهاجرت یا بی تابعیتی، مجازات هایی را از جزای نقدی درجه هفت و برای مراتب بعدی به جزای نقدی درجه شش برای والدینی که از اجرای این قانون استنکاف کنند در نظر گرفته است. همچنین این قانون شرایط نگهداری کودکان کار دارای سرپرست در مراکز تحت پوشش بهزیستی را نیز فراهم کرده است.

وکلای ملت در این دوره از مجلس شورای اسلامی توجه ویژه ای به رفع آسیب های اجتماعی داشته اند، چرا که تحقق این مهم از موارد مورد تاکید مقام معظم رهبری بوده که چند بار در سال با حضور ایشان جلسه ای به منظور اراده گزارش دستگاه های مربوطه در خصوص روند اقدامات صورت گرفته در این حوزه برگزار می شود. هم اکنون نیز نمایندگان مجلس شورای اسلامی به ویژه اعضای کمیسیون اجتماعی به دنبال کاهش آسیب های اجتماعی به ویژه با کودکان کار هستند.

کودکان بسیار معمول است و می تواند شامل کار در کارخانه، معدن، روسپی گری، کشاورزی، کمک در کسب و کار والدین، داشتن کسب و کار شخصی (مانند فروش غذا) یا کارهای نامتعارف باشد. ناپذیرفتنی ترین شکل های کار کودکان استفاده نظامی از کودکان و تن فروشی کودکان است. موارد کمتر جنجالی و معمولاً قانونی (با بعضی محدودیت ها) شامل کار کشاورزی در ایام تعطیلی مدرسه (کار فصلی)، کسب و کار خراج از ساعات مدرسه و همچنین بازیگری یا آوازخوانی کودکان می باشد.

کار کودک در درجات مختلف در طول تاریخ وجود داشت اما با آغاز سوادآموزی همگانی و تغییراتی که در شرایط کار طی صنعتی شدن به وجود آمد و ظهور مفاهیم حقوق کارگر و حقوق کودکان مورد نقد و بحث عمومی قرار گرفت. کار کودکان همچنان در جاهایی که سن ترک مدرسه پایین است شیوع دارد.

بر اساس آمار سازمان جهانی کار (ILO)، سالانه ۲۵۰ میلیون کودک ۵ تا ۱۴ ساله در جهان محروم از کودکی می شوند. طبق این آمار ۱۲۰ کارشناسان کودکی که در خیابان دیده می شوند را در ۴ گروه طبقه بندی می کنند. گروه اول کودکان فقیری هستند که شبها به خانه شان برمی گردند. احتمالاً به مدرسه می روند و بزهکار نیستند. گروه دوم نسبتاً مستقل هستند و پیوندهای آن ها با خانه در شرف از هم گسستن است. حضور آن ها در مدرسه هم کم کم خاتمه پیدا می کند. در ادامه هم بزهکاری آن ها شروع می شود. گروه سوم کودکان خانواده های خیابانی هستند که به همراه خانواده خود در خیابان زندگی و کار می کنند. وضعیت آن ها با فقر گره خورده است. در هندوستان به آن ها «ساکتین پیاده رو» گفته می شود و در آمریکا کودکان خانواده های بی خانمان هستند و گروه چهارم نیز تماس خود را با خانواده قطع کرده اند و تمام وقت خود را در خیابان می گذرانند و کودکان خیابانی «واقعی» هستند. البته سازمان ملل این معضل را در قالب کودک کار، پسر یا دختری است که خیابان، خانه و محل زندگی او شده و تحت حمایت و نظارت کافی بزرگسالان مسئول قرار ندارد، تعریف کرده است.



ارتقاء کیفیت زندگی آنان و سالم سازی محیط زندگی در شهرها از اهداف فرعی این مرکز است. خدمات اقامتی، مددکاری اجتماعی، روان شناختی، بهداشتی و درمانی، حمایت های مالی، خدمات آموزشی، فرهنگی، مذهبی و غیره جز برنامه های مرکز کودکان خیابانی است. علاوه بر این طبق ماده ۷۹ قانون کار، «به کار گماردن افراد کمتر از ۱۵ سال تمام (پسر) و دختر) ممنوع است. کارفرمایی که افراد کمتر از ۱۵ سال را به کار بگمارند، مستوجب مجازات خواهند بود. ضمناً باید کودکان را به کاری گماشت که برای او زیان آور نباشد. البته طبق ماده ۱۸۸ قانون کار، «کارگران کارگاه های خانوادگی که انجام کار آن ها منحصرآ توسط صاحب کار، همسر و خویشاوندان نسبی درجه یک انجام می شود، مشمول مقررات قانون کار نمی باشد.»

در ماده بعدی این قانون هم آمده: «کارگری را که بین ۱۵ تا ۱۸ سال سن دارد، کارگر نوجوان می نامد» البته تاکید هم می شود که «چنین کارگری در بدو استخدام باید از سوی سازمان تامین اجتماعی مورد آزمایش های پزشکی قرار گیرد». همچنین در ماده ۸۲ قانون کار، ساعات کار روزانه کارگر نوجوان را نیم ساعت کمتر از ساعات کار معمولی کارگران تعیین می کند و ترتیب استفاده از این امتیاز را موقوف به توافق کارگر و کارفرما می سازد.

کارشناسان کودکی که در خیابان دیده می شوند را در ۴ گروه طبقه بندی می کنند. گروه اول کودکان فقیری هستند که شبها به خانه شان برمی گردند. احتمالاً به مدرسه می روند و بزهکار نیستند. گروه دوم نسبتاً مستقل هستند و پیوندهای آن ها با خانه در شرف از هم گسستن است. حضور آن ها در مدرسه هم کم کم خاتمه پیدا می کند. در ادامه هم بزهکاری آن ها شروع می شود. گروه سوم کودکان خانواده های خیابانی هستند که به همراه خانواده خود در خیابان زندگی و کار می کنند. وضعیت آن ها با فقر گره خورده است. در هندوستان به آن ها «ساکتین پیاده رو» گفته می شود و در آمریکا کودکان خانواده های بی خانمان هستند و گروه چهارم نیز تماس خود را با خانواده قطع کرده اند و تمام وقت خود را در خیابان می گذرانند و کودکان خیابانی «واقعی» هستند. البته سازمان ملل این معضل را در قالب کودک کار، پسر یا دختری است که خیابان، خانه و محل زندگی او شده و تحت حمایت و نظارت کافی بزرگسالان مسئول قرار ندارد، تعریف کرده است.

اما قانون حمایت از کودکان و نوجوانان که در

کودکان کار به کودکان کارگری گفته می شود که به صورت مداوم و پایدار به خدمت گرفته می شوند که این امر آنها را در بیشتر اوقات از رفتن به مدرسه و تجربه دوران کودکی بی بهره می سازد و سلامت روحی و جسمی آنها را تهدید می کند. کار کودک نزد بسیاری از کشورها و سازمان های بین المللی فعالیتی استثمارگری تلقی می شود.

حسینی روانشناس بالینی، با بیان اینکه بسیاری از این کودکان، دچار آسیب زایی در مواجهه با بزرگسالان داشته اند و به آنان اعتماد نمی کنند، خاطرنشان می کند: برخی از آن ها به علت خشونت و اعتیاد خانواده، خانه را ترک گفته اند و به خیابان روی آورده اند و در آن جا یاد گرفته اند به یکدیگر تکیه کنند و به دیگران اعتماد نکنند، بنابراین افرادی که با کودکان خیابانی کار می کنند لازم است با این کودکان، حساس، صبورانه و بدون قضاوت برخورد کنند. در کنار کودکان بودن «برای مدتی طولانی» و پیوستن به بازی های آن ها بهترین راه برای تماس برقرار کردن با آن ها است.

وی در مورد وظایف مددکاران اجتماعی در قبال این کودکان می گوید: پیش گیری اولیه اولین قدم است. به طوری که با شناخت عوامل مؤثر بر زندگی کودکان در خیابان و با کمک و همکاری سازمان بهزیستی، آموزش و پرورش، صدا و سیما و وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی و نهادهای مربوطه برای پیش گیری از حضور کودکان در خیابان برنامه ریزی صورت گیرد.

این روانشناس با اشاره به اینکه پیشگیری ثانویه هم باید انجام شود، تصریح می کند: یکی از مراحل پیشگیری ثانویه، مرحله شناسایی و جذب است که مددکاران می توانند گروه سیر تشکیل دهند و به شناسایی این کودکان بپردازند و چنان چه امکان بازگشت به منزل برای شان فراهم است، اقدام کنند. جمع آوری این کودکان از طریق نیروی انتظامی یا شهرداری مطلوب نیست زیرا با زور نمی توان آنها را سامان دهی کرد؛ البته گاهی ممکن است به همکاری نیروی انتظامی نیاز باشد اما این حضور نباید دائمی شود؛ هر چه فاصله زمان حضور در خیابان تا شناسایی کمتر باشد، احتمال جذب کودکان خیابانی بیشتر خواهد بود، بنابراین داشتن سیستم جذب فعال و پویا ضروری است.

حسینی افزود: اصلی از راه اندازی مرکز کودکان خیابانی را کنترل و کاهش آسیب های اجتماعی ناشی از کار و زندگی در خیابان عنوان کرده و تصریح می کند: حمایت از کودکان خیابانی، کاهش آسیب های اجتماعی وارد بر این کودکان،



معاون فرهنگی کمیته امداد امام خمینی (ره) مازندران از اجرای طرح «دختران ماه» ویژه جشن عبادت دانش آموزان دختر با همکاری کمیته امداد و کانون های خدمت رضوی خبر داد و گفت: ۳۳۲ دختر نومکلف مازندران از بسته جشن تکلیف و معیشتی برخوردار شدند.

## آشپزی

### طرز تهیه خوراک بادمجان با مرغ



خوراک ها همیشه بهترین گزینه برای زمانی می باشد که شما می خواهید یک غذای فوری ولی خوشمزه تهیه کنید. این خوراک خوشمزه بادمجان و مرغ یکی از بهترین گزینه ها می باشد. شما می توانید از آب نارنج یا لیموترش برای چاشنی این خوراک استفاده کنید و کنار نان تازه و سبزی یا ترشی به دلخواه میل کنید. این غذای خوشمزه به روش های مختلفی تهیه می شود و شما می توانید به دلخواه از سبزیجات مختلف داخل آن استفاده کنید .

مواد لازم	
بادمجان: ۲ عدد	
پیاز: ۱ عدد	
سینه مرغ: ۱ عدد	
قارچ: ۶ عدد	
آبلیمو: به مقدار لازم	
رب گوجه: ۱ ق غذا خوری	
گوجهفرنگی: ۲ عدد	

نمک، فلفل سیاه، پودر سیر، زردچوبه:

به مقدار لازم

طرز تهیه خوراک بادمجان و مرغ

مرحله اول: آماده سازی بادمجان

بادمجان ها را پوست بگیرید و به صورت مکعبی ریز یا درشت به دلخواه خرد کنید و داخل مخلوط آب و نمک قرار دهید و برای ۲۰ دقیقه بگذارید تا بماند بعد آبکشی کنید و بشورید و خشک کنید. به همراه روغن کمی تفت دهید تا نرم و طلایی شود و کنار قرار دهید.

مرحله دوم: تفت دادن مرغ

در ادامه سینه مرغ را بدون استخوان کنید و به صورت مکعبی خرد کنید. پیاز را پوست بگیرید و نگینی ریز خرد کنید و کمی تفت دهید و بعد روغن و زردچوبه را به پیاز بزنید و تفت داده تا سبک شود و حالا مرغ خرد شده را به همراه هادویه های گفته شده اضافه کنید.

مرحله سوم: افزودن قارچ

در ادامه باید تفت دهید تا رنگ مرغ حساسی تغییر کند و بعد قارچ های شسته شده و اسلایس شده را به همراه ۱ ق غذا خوری آبلیمو برای جلوگیری از سیاه شدن قارچ اضافه کنید و تفت دهید تا آب اضافه قارچ کشیده شود.

مرحله چهارم: تهیه خوراک بادمجان و مرغ

در ادامه باید رب گوجه را اضافه کنید و تفت دهید تا خامی رب گرفته شود و بعد گوجه فرنگی ها رنده شده یا پوره شده را اضافه کنید و در نهایت بادمجان های سرخ شده را نیز بیفزایید و با مواد حساسی ترکیب کنید تا یکدست شود و بعد به همراه نان تازه سرو کنید. نوش جان

فوت و فن های دستور پخت خوراک بادمجان و مرغ می توانید از کمی آب نارنج برای چاشنی استفاده کنید .  
به دلخواه می توانید از گوجه نگینی شده یا گیلانسی نیز استفاده کنید.  
این غذا به آب احتیاج ندارد و باید با شعله کم پخته و جا افتاده شود.  
به دلخواه می توانید از سیب زمینی نگینی شده یا سرخ شده نیز استفاده کنید.

## طب سنتی

### خواص حنا

نقش حنا در درمان ریزش مو و تقویت موها حنا به عنوان یک درمانگر طبیعی برای مشکلات مو، از جمله ریزش مو و طاسی، شناخته شده است. استفاده از مخلوط سنتی پودر یا روغن حنا با آب یا شیر و قرار دادن آن بر روی موها می تواند به تسریع فرآیند درمان کمک کند. این گیاه نه تنها به بهبود سلامت فولیکول های مو کمک می کند، بلکه از شکسته شدن موها جلوگیری کرده، درخشندگی و زیبایی ظاهری مو را افزایش داده و از شوره سر پیشگیری می کند.

کاربرد حنا در مراقبت از پوست و ناخن علاوه بر مزایای فراوان برای مو، حنا دارای خواص آنتی اکسیدانی برای پوست است که می تواند به کاهش علائم پیری پوست، رفع چین و چروک، و کاهش آثار زخم و لکه های پوستی کمک کند. این توانایی حنا به خواص ضد ویروسی و ضد باکتریایی آن نیز مرتبط است که از پوست به عنوان مهم ترین عضو بدن محافظت می کند. در زمینه مراقبت از ناخن ها، حنا می تواند به جلوگیری از ترک خوردگی ناخن ها و کاهش التهاب کمک کند. استفاده از آب حاصل از خیساندن برگ های حنا یا ضماد های موضعی ساخته شده از این گیاه می تواند به درمان التهاب، سوزش، درد و عفونت ناخن ها کمک کند.

حنا؛ رنگ موی طبیعی و درمانی در نهایت، حنا به عنوان یک رنگ موی طبیعی و درمانی عمل می کند که نه تنها به موها رنگ می بخشد، بلکه نقش های متعددی در بهبود سلامت و استحکام موها ایفا می کند. این گیاه با تقویت فولیکول های مو، ایمنی و دوام بیشتری را برای موها به ارمغان می آورد و به عنوان یک گزینه امن برای رنگ کردن موها بدون آسیب دیدگی دائمی به فولیکول ها شناخته شده است.

حنا؛ ماده ای طبیعی برای کاهش تب طب سنتی آبیوردا حنا را به عنوان یک درمان طبیعی برای کاهش تب معرفی می کند. تب که گاهی اوقات نشانه ای از بیماری های دیگر است، می تواند باعث اختلال در عملکرد اندام ها و فرآیندهای متابولیک بدن شود. حنا با خاصیت خنک کنندگی و تحریک بدن به تولید عرق، می تواند به سادگی در کاهش دمای بدن مؤثر

## معرفی جاذبه های گردشگری

### آبشار آفرینه در خرم آباد دوستی میان صخره و رود

با شنیدن نام استان لرستان بی شک دوستداران طبیعت و طبیعت دوستان به یاد رودها و کوهستان های بکر و کم نظیر این استان افتاده و در دل آرزوی اقامتی هر چند کوتاه را در گوشه ای از طبیعت این بهشت نهفته می کنند استان های کوهستانی در غرب کشور به دلیل آب و هوای خاص و وجود رودها و چشمه های فراوان در دامنه های خود طبیعت سرسبز و جنگل های فراوانی را در خود جای داده است. اگر قصد سفر به میان جنگل ها و آبشار های کمتر دیده شده در کشور را دارید، بدون درنگ در اولین فرصت با برنامه ریزی یک سفر به یاد ماندنی و رزرو هتل در خرم آباد و بازدید از جاذبه های بکر این منطقه خاطرات کم نظیری را برای خود به ارمغان بیاورید.

با اقامت در هتل ها و اقامتگاه های خرم آباد همچون هتل رنگین کمان خرم آباد می توانید روزها به گردش در دل طبیعت های اطراف این شهر زیبا پرداخته و برای استراحت در شب هنگام به مرکز شهر رفته و در یکی از این اقامتگاه ها به استراحت بپردازید. استان "لرستان" از استان های گردشگر پذیر و پر جاذبه کشور می باشد. استانی که در دل خود جاذبه های طبیعی و تاریخی بسیاری را جای داده است. جاذبه های کم نظیری هم چون: قلعه "قلک الافلاک"، دریاچه "کیو"، آبشار "نوزیان"، آبشار "گربت"، دریاچه گهر، آبشار زیبایی "بیشه"، تنگه شیرز، آبشار "آفرینه" و دیگر مناطق این استان که این منطقه را برای گردشگران از جمله مقاصد مورد توجه آن ها قرار داده است. در ادامه شما را با یکی از این مناطق پر گردشگر در استان "لرستان" و در نزدیکی شهر "خرم آباد" آشنا می کنیم. آبشار "آفرینه" در "لرستان" از جمله زیباترین مناطق و منظره های



در پیشگیری و درمان سردردها و میگرن است. روغن حنا و بهبود کیفیت خواب روغن حنا نقش مهمی در کاهش اختلالات خواب دارد. برای کسانی که از بی خوابی یا بی قراری مزمن رنج می برند، افزودن روغن حنا به رژیم غذایی می تواند به آرامش بخشیدن به بدن و بهبود برنامه خواب کمک کند، از این رو به عنوان یک درمان طبیعی برای بهبود کیفیت خواب مورد استفاده قرار می گیرد.

حنا به دلیل دارا بودن خواص ضد میکروبی و ضد قارچی، می تواند به عنوان یک راهکار مکمل در درمان عفونت های واژن به کار رود. لازم به ذکر است که استفاده از حنا به تنهایی نمی تواند درمان کاملی برای این نوع عفونت ها باشد، اما می تواند فرآیند بهبود را تسریع بخشد.

در این راستا، تأکید می شود که حنا نباید جایگزین داروهای تجویزی از سوی پزشک شود، بلکه باید به عنوان یک درمان کمکی در کنار روش های درمانی معمول مورد استفاده قرار گیرد. این نکته حائز اهمیت است که قبل از استفاده از حنا یا هر گیاه دارویی دیگری به منظور درمان

مشکلات پزشکی، مشورت با یک متخصص ضروری می باشد تا از هرگونه عوارض جانبی یا تداخل دارویی پیشگیری شود. حنا و کاهش فشار خون یکی دیگر از خواص برجسته حنا، تأثیر آن بر پایین آوردن فشار خون است. مصرف دانه یا آب حنا می تواند به کاهش فشار خون کمک کند، که این امر نه تنها به جلوگیری از تشکیل پلاک و پلاکت در قلب و عروق کمک می کند، بلکه از بروز سکته های قلبی و مغزی نیز پیشگیری می نماید. این خاصیت حنا از اهمیت ویژه ای برخوردار است، زیرا فشار خون بالا یکی از عوامل اصلی خطر برای بیماری های قلبی و عروقی محسوب می شود.

استفاده از حنا به عنوان بخشی از رژیم درمانی می تواند به تقویت سلامت قلبی و عروقی کمک کرده و به عنوان یک رویکرد پیشگیرانه در مقابله با بیماری های مرتبط با فشار خون بالا عمل کند. با این حال، لازم است توجه داشت که هرگونه تغییر در رژیم درمانی فشار خون باید تحت نظر پزشک انجام شود تا از تعادل و اثربخشی درمان اطمینان حاصل شود.



آبشار "آفرینه" می توان به جاذبه های تاریخی و باستانی این منطقه همانند "پل تاریخی" و همچنین آبشار "معمولان" اشاره کرد. آبخیز بودن استان "لرستان" باعث شده که حدود ۵۰ آبشار زیبا و مرتفع در این منطقه بوجود آید که چهره این استان را زیبا و کم نظیر کرده است. از ویژگی های این آبشار که سالانه مسافران بسیاری را به خود جذب می کند، قرار گرفتن در مسیر اصلی جاده بین شهری و همچنین نزدیکی آن به جاده اصلی می باشد. این ویژگی باعث شده که بتوان به راحتی زمانی که مقصد ما استان یا شهرستانی دیگر می باشد، ساعت ها در کنار این آبشار که تابستان ها هوای خنکی در اطراف آن جریان دارد به استراحت پرداخت و اقامتی به یاد ماندنی را تجربه کرد.

در این منطقه گردشگری در کنار دنیایی از طبیعت و زیبایی می توان پرسه زنی در کنار این آبشار عریض را ساعت ها تجربه کرد. گردشگرانی که به استان "لرستان" و آبشار "آفرینه" سفر می کنند، بی شک به جاذبه های اطراف این منطقه کم نظیر نیز سری خواهند زد. یکی از زیبایی های این منطقه را دارد، بی گمان فصل بهار و تابستان بهترین زمان برای اقامت در دل طبیعت این استان کوهستانی و بکر می باشد.

## خبر

## تصویب «منشور کرامت مادری» در قرارگاه جوانی جمعیت و حمایت از خانواده

رییس مرکز جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی از تصویب «منشور کرامت مادری» در قرارگاه جوانی جمعیت و حمایت از خانواده خبر داد.

دکتر صابر جبباری گفت: «منشور کرامت مادری» پس از انجام جلسات کارشناسی و تخصصی در بیست و یکمین جلسه قرارگاه جوانی جمعیت و سلامت خانواده وزارت بهداشت به تصویب رسید و به دانشکده ها و دانشگاه های علوم پزشکی و مراکز تابعه وزارت بهداشت ابلاغ شد.

وی افزود: روسای دانشکده ها و دانشگاه های علوم پزشکی کشور موظف هستند که تدابیر لازم برای اجرایی شدن این منشور را از طریق قرارگاه های جوانی جمعیت دانشگاه ها اتخاذ کنند و همچنین بر حسن اجرای موضوع مهم «کرامت مادری» در مراکز بهداشتی، درمانی، بیمارستان ها و تمام مراکز وابسته به وزارت بهداشت اعم از ستادی و غیرستادی، دانشکده ها، دانشگاه ها و پژوهشکده ها، نظارت کنند.

رییس مرکز جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس وزارت بهداشت گفت: وزارت بهداشت در دو سال اخیر طی برنامه های مختلف موضوع «خانواده و کرامت مادری» را در دستور کار خود قرار داده و طراحی اغلب برنامه های وزارت بهداشت بر همین مبنا بوده است.

وی اضافه کرد: در موضوع جوانی جمعیت، سلامت خانواده و نظام ازجاء، محور «خانواده» است و محور و پایه اصلی خانواده نیز موضوع مادر و مهم ترین مبحث در موضوع مادر «کرامت مادری» است.

بنابر اعلام وزارت بهداشت، جباری با اظهار امیدواری از این که این مصوبه گام بلندی در جهت ارتقای کرامت مادری باشد، اظهار کرد: ما در حوزه فرزندآوری دو کلید ویژه مهم به نام «ارزشمندی فرزندآوری» و «کرامت مادری» داریم. هسته اصلی در بحث تشویق ازدواج به هنگام فرزندآوری به موقع و در تحکیم خانواده، بحث تکريم مادری است.

رییس مرکز جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس وزارت بهداشت بیان داشت: معاونت بهداشت برای همکاران بهداشت در جهت تبیین این موضوع دوره های آموزشی برگزار کرده است. به عنوان مثال دوره «کرامت مادری» در شهرستان قم با حضور ماماها بلوکهای زایمان از سراسر کشور، برگزار شد. جباری در پایان گفت: مردم عزیز در صورت مشاهده برخورد نامناسب با مادران در مراکز وابسته به وزارت بهداشت، به ویژه در بلوک های زایمان می توانند مراتب را به خط ۶ سامانه ۱۹۰ گزارش کنند. ایستا

## طب سوزنی خطر سخته مغزی را کاهش می دهد؟

مکانیسم فرضی که توسط آن طب سوزنی میزان سخته مغزی را کاهش می دهد، شبیه به داروهای ضد روماتیسم مفصلی - ضد التهابی است، بنابراین، محققان می خواستند رابطه بین مداخله طب سوزنی و بروز سخته مغزی ایسکمیک در بیماران مبتلا به روماتیسم مفصلی را بررسی کنند.

آنان از سوابق پزشکی ملی پایگاه داده بیماران مبتلا به «بیماری فاجعه آمیز» برای ۴۷ هزار ۸۰۹ بزرگسال که به تازگی مبتلا به روماتیسم مفصلی بین سال های ۱۹۹۷ تا ۲۰۱۰ تشخیص داده شده بودند، استفاده کردند.

تجزیه و تحلیل نهایی شامل ۲۳ هزار و ۲۲۶ بیمار با اطلاعات کامل بود که ۱۲ هزار و ۲۶۶ نفر از آنان پس از تشخیص تا پایان دسامبر ۲۰۱۰ تحت درمان با طب سوزنی قرار گرفتند.

از این تعداد، ۱۱ هزار و ۶۱۳ مورد از نظر سن، جنس، بیماری همزمان یعنی دیابت، فشار خون بالا، چربی خون بالا، نارسایی احتقانی قلب، اضطراب یا افسردگی، چاقی، فیبریلاسیون دهلیزی، وابستگی به الکل، و سیگار کشیدن، مصرف داروهای ضدالتهابی استروئیدی، استاتین ها و داروهای تعدیل کننده بیماری و سال تشخیص با بیمارانی که تحت درمان طب سوزنی قرار نگرفته بودند، مطابقت داده شدند.

زنان، افراد ۴۰ تا ۵۹ ساله و شرکت کنندگان با فشار خون بالا در هر دو گروه غالب بودند. بیشتر (۸۷ درصد) کسانی که در گروه طب سوزنی بودند با طب سوزنی دستی درمان شدند. سه درصد با طب سوزنی الکتریکی تحت درمان قرار گرفتند که به موجب آن الکترودی که پالس پایینی از الکتریسیته تولید می کند به سوزن متصل می شود و ۱۰ درصد هر دو نوع را دریافت کردند.

به طور متوسط ۱۰۶۵ روز بین تشخیص روماتیسم مفصلی و دریافت اولین درمان طب سوزنی سپری شد که تعداد درمان ها در مجموع به طور متوسط حدود ۱۰ روز بود. در طول دوره پایش تا پایان سال ۲۰۱۱، ۹۴۶ بیمار سخته مغزی ایسکمیک داشتند. جای تعجب نیست که خطر همزمان با افزایش

مکانیسم فرضی که توسط آن طب سوزنی میزان سخته مغزی را کاهش می دهد، شبیه به داروهای ضد روماتیسم مفصلی - ضد التهابی است، بنابراین، محققان می خواستند رابطه بین مداخله طب سوزنی و بروز سخته مغزی ایسکمیک در بیماران مبتلا به روماتیسم مفصلی را بررسی کنند.

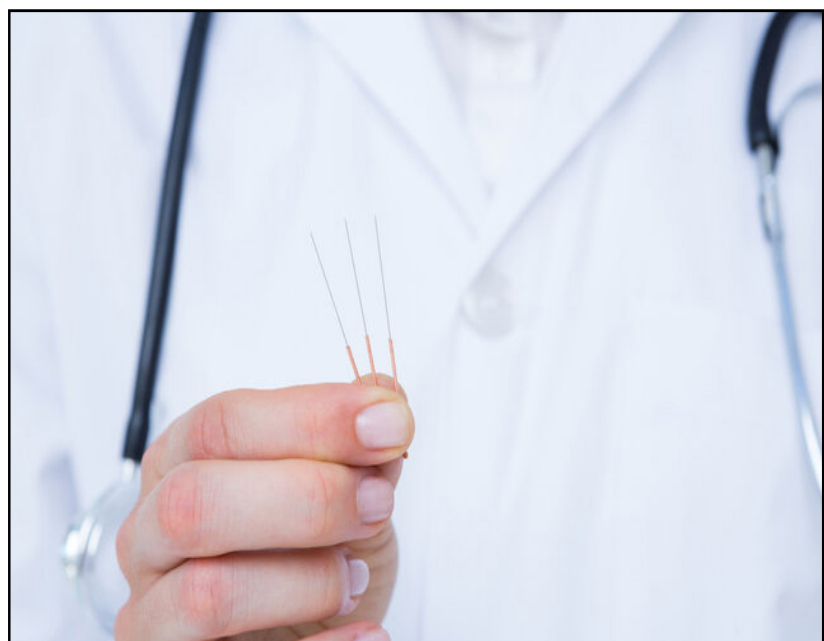
آنان از سوابق پزشکی ملی پایگاه داده بیماران مبتلا به «بیماری فاجعه آمیز» برای ۴۷ هزار ۸۰۹ بزرگسال که به تازگی مبتلا به روماتیسم مفصلی بین سال های ۱۹۹۷ تا ۲۰۱۰ تشخیص داده شده بودند، استفاده کردند.

تجزیه و تحلیل نهایی شامل ۲۳ هزار و ۲۲۶ بیمار با اطلاعات کامل بود که ۱۲ هزار و ۲۶۶ نفر از آنان پس از تشخیص تا پایان دسامبر ۲۰۱۰ تحت درمان با طب سوزنی قرار گرفتند.

از این تعداد، ۱۱ هزار و ۶۱۳ مورد از نظر سن، جنس، بیماری همزمان یعنی دیابت، فشار خون بالا، چربی خون بالا، نارسایی احتقانی قلب، اضطراب یا افسردگی، چاقی، فیبریلاسیون دهلیزی، وابستگی به الکل، و سیگار کشیدن، مصرف داروهای ضدالتهابی استروئیدی، استاتین ها و داروهای تعدیل کننده بیماری و سال تشخیص با بیمارانی که تحت درمان طب سوزنی قرار نگرفته بودند، مطابقت داده شدند.

زنان، افراد ۴۰ تا ۵۹ ساله و شرکت کنندگان با فشار خون بالا در هر دو گروه غالب بودند. بیشتر (۸۷ درصد) کسانی که در گروه طب سوزنی بودند با طب سوزنی دستی درمان شدند. سه درصد با طب سوزنی الکتریکی تحت درمان قرار گرفتند که به موجب آن الکترودی که پالس پایینی از الکتریسیته تولید می کند به سوزن متصل می شود و ۱۰ درصد هر دو نوع را دریافت کردند.

به طور متوسط ۱۰۶۵ روز بین تشخیص روماتیسم مفصلی و دریافت اولین درمان طب سوزنی سپری شد که تعداد درمان ها در مجموع به طور متوسط حدود ۱۰ روز بود. در طول دوره پایش تا پایان سال ۲۰۱۱، ۹۴۶ بیمار سخته مغزی ایسکمیک داشتند. جای تعجب نیست که خطر همزمان با افزایش



۴۶۰ در ۱۰۰ هزار نفر و ۱۵۸ در ۱۰۰ هزار نفر است.

تعیین عوامل در پیشگیری از سخته مغزی، یک مسئله ضروری برای پزشکان و بیماران بالینی است. نسخه های رایج برای درمان روماتیسم مفصلی داروهای ضد التهابی غیر استروئیدی، استروئیدها، داروهای ضد روماتیسمی معمولی تعدیل کننده بیماری و داروهای بیولوژیکی مانند اتانرسپت، اینفلیکسیماب (مهارکننده TNF- $\alpha$ ) و آنakinra (مهارکننده IL-۱) استروئیدها و داروهای ضد روماتیسمی معمولی تعدیل کننده بیماری، مانند متوترکسات و اینفلیکسیماب است که در پیشگیری از سخته مغزی ایسکمیک در بیماران روماتیسم مفصلی دارای مزایایی هستند.

برخی از اینها می توانند منجر به عوارضی در مغز استخوان و اختلال در پلاکت های خون شوند، بنابراین یافتن مداخلات جایگزین برای کنترل روماتیسم مفصلی در حالی که عوارض ناشی از درمان را کاهش می دهد، به موضوعی تبدیل شده است که به خوبی مورد بحث قرار گرفته است.

در بسیاری از کشورها مانند تایوان، آلمان و چین، طب سوزنی، به طور گسترده ای برای کنترل درد، زمانی که بیماران دارای مشکلات اسکلتی - عضلانی و ایمنی هستند، از جمله روماتیسم مفصلی استفاده می شود. نتایج تحقیق هم گروهی قلبی نشان داد که حدود ۲۷.۳ درصد از بیماران مبتلا به روماتیسم مفصلی در تایوان تا به حال از خدمات طب سنتی چینی استفاده و ۲۳.۶ درصد از این بیماران طب سوزنی دریافت کرده اند. علاوه بر این، پیشگیری از سخته مغزی ثانویه نیز در نتیجه استفاده از طب سوزنی درمانی در جمعیت تایوانی ذکر شده است.

تحقیق مقایسه ای کنونی نشان می دهد که یک دوره طب سوزنی ممکن است خطر افزایش یافته سخته مغزی مرتبط با روماتیسم مفصلی را کاهش دهد.

لعلت اصلی مرگ در افراد مبتلا به روماتیسم مفصلی بیماری قلبی عروقی است و محققان خاطرنشان کردند که احتمال سخته مغزی در آنان بیشتر از جمعیت عمومی است. در حال حاضر، طب سوزنی برای کنترل درد و کاهش التهاب استفاده می شود و محققان می خواستند دریابند که آیا ممکن است این طب، خطر سخته مغزی ایسکمیک ناشی از لخته خون در مغز را که با التهاب سیستمیک مرتبط است نیز کاهش دهد یا خیر.

آر تریست روماتوئید یا روماتیسم مفصلی، بیماری روماتیسمی شایع است که به صورت پلوی آر تریست در مفاصل (التهاب چندین مفصل)، اغلب التهاب سینوویال و سفتی صبحگاهی ظاهر می شود. فرسایش استخوان، تغییر شکل مفصل و از دست دادن توانایی های عملکردی از عوارض طولانی مدت این بیماری هستند.

در مورد فرآیندهای مزمن، وضعیت التهاب را می توان در کل بدن مشاهده کرد که شامل پریکاردیت (التهاب حاد یا مزمن کیسه غشایی دربرگیرنده قلب)، میوکاردیت (التهاب عضله قلب)، پلورزی (التهاب لایه نازک اطراف حفره قفسه سینه و ریه ها)، فیبروز بینابینی ریه، پوکی استخوان و بیماری های قلبی عروقی است.

بیماری های قلبی عروقی، مانند سخته مغزی، عامل اصلی مرگ در بیماران مبتلا به روماتیسم مفصلی هستند و در مقایسه با جمعیت عمومی، سخته مغزی در بیماران به روماتیسم مفصلی شایع تر است. شیوع این بیماری در سطح جهانی و در آسیا به ترتیب

## تباکو کدام قسمت های بدن را بیشتر تحت تاثیر قرار می دهد؟



در واکنش به حملات و دفاع از بدن، نقش کلیدی دارند. فعالیت این سلول ها در افراد سیگاری مختل می شود. آنها قیر حاصل از دود را می بلعند و می میرند و در نهایت به ریه های فرد سیگاری ظاهر شده سیاه شده می دهند.

اثرات نیکوتین بر نورون ها وابستگی و اعتیاد به گزارش دویچه وله، اثرات لذت آور سیگار نتیجه نیکوتین است، یک ماده شیمیایی که با تحریک گیرنده های مغز، تعداد آنها

علاوه بر این، تباکو باعث تغییراتی در عملکرد سیستم ایمنی بدن می شود که احتمال ابتلا به سرطان را افزایش می دهد. همچنین دود تباکو حس چشایی و بویایی را از ما سلب می کند و طعم تلخ تقریباً مداومی در دهان باقی می گذارد. این نتیجه ضعف اندام های حسی ما است.

آسیب ریه دود تباکو علائمی در ریه ها ایجاد می کند که بسیاری از آنها تحت عنوان بیماری مزمن انسدادی ریه یا COPD دسته بندی می شوند. در این بیماری، عدم تعادل ناشی از تباکو در سلول های دهان، بینی و گلو باعث می شود که آنها مخاط غلیظ تری تولید کنند. علاوه بر این، برونش (مسیر هوایی ریه بعد از نای) مسدود می شود و علائمی شبیه خفگی ایجاد می کند. افراد مبتلا به COPD بیشتر در معرض ابتلا به بیماری های قلبی عروقی و سرطان ریه هستند.

قیر سیاه و ماکروفاژها ریه ها سرشار از «ماکروفاژها» هستند. ماکروفاژها سلول های ایمنی بدن هستند که سلول های مرده، سلول های سرطانی و میکروباها را شناسایی کرده و می بلعند. آنها

همان ماده تیره ای که به فیلتر سیگار چسبیده است، وارد ریه های شما شده و دیواره آن را سیاه می کند.

لذت مصرف تباکو در مقایسه با آسیب های بی شماری که به سلول ها وارد می کند، بی معنی به نظر می رسد. دود تباکو بعد از وارد شدن به دهان به ریه ها و سلول ها رفته و سپس سیستم های عصبی را متأثر می کند. در هر مرحله، اثرات علمی ثابت شده ای را که این ماده در سطح میکروسکوپی و سلولی بر بدن ما دارد، خواهیم دید.

اثرات اولیه در دهان و حلق اولین سلول هایی که دود را دریافت می کنند در دهان، بینی و گلو هستند. این دود حاوی ۵۰ ماده سرطان زا است که به سرعت در بزاق و مایعات بینی حل می شوند، به تمام سلول های این ناحیه می رسند و باعث مرگ سلولی می شوند.

در بدترین حالت، آنها باعث «جهش DNA» می شوند که می تواند منجر به ایجاد سرطان شود. هر چند تباکو را بیشتر با سرطان ریه مرتبط می دانیم، اما یکی از مهم ترین عوامل خطر، ایجاد سرطان دهان است که در رده هشتم میان سرطان های مرگبار قرار دارد.

## هیچ ارتباطی بین زایمان زودرس و بیماری اوتیسم وجود ندارد

تحقیقات جدید نشان می دهد که هیچ ارتباط معنی داری بین زایمان زودرس و اوتیسم وجود ندارد. یافته های حاصل از مطالعه بیش از ۱۰۰۰۰۰ زایمان نشان می دهد که زایمان زودرس در بروز بیماری اوتیسم نقشی ندارد.

دکتر «سایپر الوک»، نویسنده اصلی و متخصص زنان و زایمان، گفت: «علت دقیق اوتیسم مشخص نیست و پیچیده است. اما بر اساس داده های ما، بعید است که تنها یک عامل ماما می دلیل اختلال اوتیسم باشد.»

تحقیقات در مورد علت اوتیسم بحث برانگیز است، به ویژه ارتباط احتمالی با زایمان زودرس.

در حالی که محققان در ابتدا رابطه ای بین زایمان زودرس و اوتیسم (تا ۱۶٪ برای نوزادان بسیار نارس) پیدا کردند، پس از در نظر گرفتن سایر عواملی که ممکن است در آن دخیل باشند مانند قومیت، سن مادر، و جنسیت و اندازه نوزاد، این ارتباط از بین رفت.

الوک در بیانیه خبری گفت: «به جای اینکه یک عامل علت بروز اوتیسم باشد، نظریه قابل قبول تر شامل وجود همزمان چندین عامل است.»

بر اساس گزارش محققان، در سرتاسر جهان اوتیسم یکی از شایع ترین اختلالات رشدی است که از هر ۱۰۰ کودک ۱ نفر را تحت تاثیر قرار می دهد. امهر

در حاشیه

## دور خیز دوندۀ نابینا برای کسب سهمیه پارالمپیک بعد از ۵ سال دوری!



دوندۀ نابینا که در مسابقات جهانی امارات در دوی ۵۰۰ متر موفق به کسب مدال برنز شد، یکی از بزرگ‌ترین آرزوهایش کسب سهمیه پارالمپیک پاریس و حضور در پارالمپیک بعد از ۵ سال دوری از مسابقات است. حمید اسلامی در گفت‌وگو با ایسنا، اظهار کرد: مسابقات جهانی امارات اولین حضور من در دوی ۵۰۰ متر بعد از ۵ سال دوری از مسابقات به دلیل محرومیت بود که موفق به کسب مدال برنز شدم. البته هدف گذاری من کسب مدال طلا و سهمیه پارالمپیک پاریس بود که در این تورنمنت به دلیل بالا بودن سطح مسابقات و حضور بیش از ۷۷ کشور محقق نشد.

وی گفت: در این تورنمنت در شرایطی حضور پیدا کردم که استرس بالایی داشتم و چون ۵ سال از مسابقات دور بودم شناختی نسبت به هیچ کدام از حریفانم نداشتم و شرایط برای من واقعا سخت بود. البته این رقابت‌ها تجربه خوبی جهت شرکت در مسابقات قهرمانی کشور است که خردماهه زیر نظر IPC برگزار می‌شود. این مسابقات آخرین فرصت برای کسب سهمیه پارالمپیک پاریس است و کسانی که بتوانند رکورد نفرات اول تا سوم سال‌های ۲۰۲۱ تا ۲۰۲۴ را کسب کنند مسافر پاریس می‌شوند.

این دوندۀ نابینا خاطر نشان کرد: تلاشم بر این است که ۵ سال دوری از مسابقات را با کسب بالاترین رکورد در مسابقات قهرمانی کشور جبران کنم و بعد از ۸ سال که از پارالمپیک دور بودم دوباره حضورم را در پارالمپیک مسجل کنم. اسلامی میزان مبلغ هزینه شده برای حضور در مسابقات جهانی امارات را چیزی حدود ۲۴۰ میلیون تومان عنوان کرد و گفت: در حال حاضر تحت حمایت فدراسیون نابینایان و کم‌بینایان و کمیته ملی پارالمپیک نیستم و هزینه‌ی سفر من و همراهم را سعید صیاحی اسپانسرم پرداخت کرد که امیدوارم با کسب سهمیه پارالمپیک پاریس بتوانم زحماتش را جبران کنم.

تنها دوندۀ نابینا در پایان با بیان این که سیاست کیفی‌گرای کمیته ملی پارالمپیک به ورزشکاران ضربه زده است، گفت: این موضوع سبب بی‌انگیزگی ورزشکاران شده است، کسانی که جزو این سیاست قرار نمی‌گیرند بعد از چند سال تلاش یا از ورزش کناره‌گیری می‌کنند و یا برای ادامه ورزش حرفه‌ای مجبور می‌شوند برای سایر کشورها رقابت کنند.

## نفوذ دوپینگ در ورزشکاران «زیر سن قانونی»



دلیل نادر ایران هم با وجود صدور حکم محرومیت برای این دسته ورزشکاران، نام‌شان را رسانه‌های نمی‌کند و تنها به عنوان «زیر سن قانونی» برای آنها بسند می‌کند. به واقع «وادا» در مواردی که سن و سال ورزشکاران متهم کم است و با در نظر گرفتن اینکه فرصت کافی برای بازگشت پاک به میادین دارند، اعلام اسامی آنها را ممنوع کرده اما این موضوع و اینکه ورزشکارانی با این شرایط سنی پایین در رشته‌های پایه و المپیک اقدام به استفاده از مواد نیروزا کرده اند، زنگ خطری جدی برای ورزش ایران و مسئولان است که به نظر می‌رسد برای رسیدگی به آن، ابتدا باید به دنبال عامل بود و اینکه «انگیزه و مقصر اصلی در گرایش ورزشکاران کم سن و سال به مصرف مکمل‌های غیرمجاز چه کسی است؟»

انگیزه‌های واهی، والدین بی اطلاع و مربیان مجرم فرزا شارکی قائم مقام دبیرکل ستاد ملی مبارزه با دوپینگ تاکید دارد که والدین و بی اطلاعی آنها از عوارض دوپینگ و محرومیت آن، تأثیر زیادی در تخلف ورزشکاران در سن پایه دارد اما در این مورد نقش مربیانی که این ورزشکاران کم سن و سال را به سمت استفاده از مواد نیروزا هدایت می‌کنند هم خیلی پررنگ است. این مقام مسؤول در ستاد ملی مبارزه با دوپینگ در گفت و گو با خبرنگار مهر و در تشریح عواملی که منجر به دوپینگ ورزشکاران در «سن زیر قانونی» می‌شود، گفت: انگیزه‌های مالی و تحصیلی و پاداش‌ها و وعده‌هایی که برای قهرمانان و مدال آوران در نظر گرفته می‌شود، بی تأثیر در این زمینه نیست. طوریکه ورزشکار حتی در پایین‌ترین سن هم به استفاده از مواد نیروزا گرایش پیدا می‌کند تا اینگونه راه خود را برای مدال آوری و بعد از آن دستیابی به وعده‌ها کوتاه‌تر و سریع‌تر کنند. وی تصریح کرد: اینجاست که آموزش نقش کلیدی خود را نشان می‌دهد. در مجموع مهمترین و محکم‌ترین عاملی که می‌تواند که از ارتکاب

نشده است. معضل بدتر این است که سن گرایش به آن پایین هم آمده طوریکه در هر سال حداقل یک ورزشکار دوپینگی «زیر سن قانونی» هستند. حتی در پرونده دوپینگ سال گذشته میلادی که هنوز بسته نشده است، یک ورزشکار دوپینگی «زیر سن قانونی» بوده است. این ورزشکار در رشته وزنه برداری اقدام به استفاده از مواد نیروزا کرده است. در سال‌های قبل از آن هم ورزش ایران در فهرست دوپینگی‌های خود، ورزشکارانی با زیر سن قانونی که به خاطر دوپینگ متخلف شناخته شده و محروم شده اند، داشته است.

وضعیت ورزشکاران دوپینگی «زیر سن قانونی» در سال‌های اخیر به این شرح است:  
سال ۲۰۲۳ میلادی  
\* وزنه برداری (ورزشکار خاطی به خاطر استفاده از استنازولول ۳ سال محروم شد)  
سال ۲۰۲۲ میلادی  
\* وزنه برداری (ورزشکار خاطی به خاطر استفاده از کلومفن ۲ سال محروم شد)  
سال ۲۰۲۱ میلادی  
\* دوپینگی (ورزشکار خاطی به خاطر استفاده از HCG ۳ سال محروم شد)  
\* واترپلو (ورزشکار خاطی به خاطر استفاده از لرتروزول ۶ ماه محروم شد)  
سال ۲۰۱۹ میلادی  
\* شنا (ورزشکار خاطی به خاطر استفاده از نورآندروسترون ۴ سال محروم شد)  
\* دوپینگی (ورزشکار خاطی به خاطر استفاده از نورآندروسترون ۴ سال محروم شد)  
\* دوپینگی (ورزشکار خاطی به خاطر استفاده از تستوسترون ۲ سال محروم شد)  
خاطیانی بدون نام

طبق قوانین آژانس جهانی مبارزه با دوپینگ (وادا) که ستاد ملی مبارزه با دوپینگ (نادو) ایران هم از آن تبعیت می‌کند، اسامی ورزشکاران خاطی که سن آنها کمتر از ۱۸ سال است نباید اعلام شود. به همین

نتایج دوپینگ ورزشکاران ایران در سال‌های اخیر نشان می‌دهد این پدیده شوم تا حدی مدیریت شده اما کنترلی روی سن گرایش به آن وجود نداشته طوریکه منجر به محرومیت ورزشکاران «زیر سن قانونی» شده است. به گزارش خبرنگار مهر، آغاز مبارزه با دوپینگ در ورزش ایران به سال ۱۳۶۷ بازمی‌گردد. طی این مدت اما همواره استفاده از مواد نیروزا، ورزشکاران رشته‌های مختلف را در معرض خطر و محرومیت قرار داده است. البته به طور کلی از زمان تشکیل و آغاز به کار ستاد ملی مبارزه با دوپینگ (نادو - ۲۰۰۳) که در همه امور از قوانین و مقررات آژانس جهانی مبارزه با دوپینگ (وادا) پیروی می‌کند، دوپینگ در ورزش ایران تا حد زیادی کنترل شد اگرچه طی این مدت هم بودند رشته‌هایی مانند وزنه برداری که به خاطر گرایش زیاد ورزشکارانش به مواد نیروزا حتی تا مرز تعلیق هم پیش رفت.

۲۴۰ دوپینگی در ۶ سال اخیر با همه اینها «نادو» با تاکید بر آموزش که مؤثرترین و کم هزینه ترین روش مقابله با دوپینگ به حساب می‌آید در کنار نمونه گیری مداوم از ورزشکاران در جریان مسابقات و حتی خارج از آنها، دوپینگ در ورزش کشور را تا حد زیادی کنترل کرد اگرچه هنوز نوسان در تعداد نتایج مثبت دیده می‌شود. طی سال‌های اخیر بیشترین آمار دوپینگ در سال ۲۰۱۹ برای ورزش ایران ثبت شد که طی آن ۵۷ ورزشکار کشورمان با استفاده از مواد نیروزا و محرز شدن دوپینگ شان، ورزش را با شوک بزرگی مواجه کردند. بعد از آن البته آمار دوپینگی تا حد زیادی کاهش داشت.

در مجموع در ۶ سال اخیر میلادی ورزش ایران ۲۴۰ ورزشکار دوپینگی داشته که البته بیشترین آنها مربوط به همان سال ۲۰۱۹ است. آمار نتایج مثبت نمونه‌های اخذ شده از ورزشکاران در ۶ سال اخیر به این شرح است:  
\* سال ۲۰۱۸ میلادی: ۳۵ نمونه مثبت در ورزش ایران  
\* سال ۲۰۱۹ میلادی: ۵۷ نمونه مثبت در ورزش ایران  
\* سال ۲۰۲۰ میلادی: ۱۴ نمونه مثبت در ورزش ایران  
\* سال ۲۰۲۱ میلادی: ۲۰ نمونه مثبت در ورزش ایران  
\* سال ۲۰۲۲ میلادی: ۳۳ نمونه مثبت در ورزش ایران  
\* سال ۲۰۲۳ میلادی: ۲۱ نمونه مثبت در ورزش ایران

دوپینگ به «سن زیر قانونی» رسیده است نتایج کنترل دوپینگ ورزش ایران در سال گذشته میلادی نشان می‌دهد که این اقدام غیراخلاقی در میان ورزشکاران کشورمان به طور کامل ریشه کن

## جواد فروغی به تیم ملی دعوت می‌شود؟

آزاد، لیگ و قهرمانی کشور) رنکینگ آنها را مشخص خواهد کرد که بر این اساس امتیاز ۴ مسابقه برتر ۶ ماهه مورد ارزیابی قرار خواهد گرفت. گفته می‌شود جواد فروغی قهرمان المپیک توکیو به دلیل شرکت کردن در یک یادو مسابقات رسمی، در حال حاضر در رنکینگ ایران جایگاهی ندارد و اگر او در این مسابقه نتیجه مد نظر کادر فنی را بگیرد به دور جدید اردوی تیم ملی دعوت خواهد شد. اولین اردوی تیم ملی تیپاچه از ۶ اسفند یعنی در

فینال فینالیست‌های مسابقات آزاد، ترکیب اصلی تیم ملی تیراندازی را مشخص می‌کند. فینال فینالیست‌های مسابقات آزاد تیراندازی قرار است سوم و چهارم اسفند برگزار شود. این مسابقات در تعیین رنکینگ تیراندازان تأثیر دارد و در پایان این مسابقات قرار است نفرات اصلی تیم ملی مشخص شوند. طبق شیونامه فدراسیون تیراندازی امتیاز ورزشکاران در مسابقات رسمی ۶ ماه اخیر (مسابقات



### جدول سودوکو



جدول سودوکو یک بازی و سرگرمی جالب و جذاب می باشد جدول سودوکو از یک جدول ۸۱ خانه تشکیل شده است ، هر جدول از ۹ سطر و ۹ ستون تشکیل شده است . همین جدول خود نیز به ۹ بخش تقسیم شده که هر بخش یک بسته ۹ تایی را شامل میشود. درون این بسته ها را باید با اعداد یک تا ۹ پر کنید اما مجاز نمی باشید که در هر سطر یا ستون از اعداد تکراری استفاده کنید .

9	8		4	3				5
4	7							8
		2	8	1	5	4		
	5	7	2			8	3	
	1	3	7		4	9		
				1	8	5		
	6	2			8	7		9
	9	8					5	
7		4		5	1			

			4		8			
	9	1		8		2		
			2				4	5
1			6		8	3	9	
	5	3		2	7	6		
8	6		9	3	1	7	5	2
		3	9		6	2		7
2			3	7	4			9
6	4	7		9		1	2	3

		7		8		6		
4	5	9		7	3		1	
		6	2		1			
				3	4	9	6	
			4				7	
9	8					3		
			3	7	2		8	9
			8				3	
2			3		8		5	

5		2		4	6	9		
						6		
		9		2				1
7			6		1		4	
	2		7		4		9	
9		1			7	6	8	
	7		9	5		2		6
1	9		4	8	2		3	7
2		5	6		1	4		9

موفقیت پایان مسیر نیست، شکست هم انسان را نابود نمی کند، این شجاعت ادامه دادن است که اهمیت دارد.

## خبر

**روزنامه سیاسی، اجتماعی و فرهنگی شمال ایران**  
**صاحب امتیاز و مدیر مسئول: حسن شیرزاد**  
**گیلان - مازندران - گلستان**  
**آدرس: ساری - بلوار پاسداران - روبروی بیمارستان بوعلی سینا -**  
**کوچه رضایی - پلاک ۶۱**  
**تلفن: ۰۱۱-۳۳۳۴۰۷۹۷**  
**چاپ: چشمه توسعه**  
**jouybaronline.ir**  
**طراحی و صفحه آرایی: حروفچینی:**  
**موسسه فرهنگی هنری چشمه توسعه آفاق دانش**

چرچیل

مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی مازندران از برگزاری دوره آموزشی آشنایی با هنرهای سنتی و صنایع دستی در استان خبر داد.

## برگزاری دوره آموزشی آشنایی با هنرهای سنتی و صنایع دستی در استان

حسین ایزدی با اعلام خبر فوق گفت:

مدیرکل بنیاد شهید و امور ایثارگران مازندران

**ارتباط معنادار با فرهنگ ایثار و شهادت موفقیت جامعه ما را در بسیاری از عرصه ها رقم زده است**



مدیرکل بنیاد شهید و امور ایثارگران مازندران گفت: ارتباط معنادار با فرهنگ ایثار و شهادت موفقیت جامعه ما را در بسیاری از عرصه ها رقم زده است. سعید کهن سال ضمن گرمیادداشت یاد و خاطره ۱۰ هزار و ۴۰۰ شهید گلگون کفن مازندران و بزرگداشت روز جانباز، گفت: حضرت ابوالفضل العباس(ع) مرد وفاداری، شجاعت و جوشمردی بود، زندگی قمر بنی هاشم الگوی راه مجاهدان طریق حق و حقیقت شد.

مدیرکل بنیاد شهید و امور ایثارگران مازندران اظهار کرد: جایزبان عزیز ما با تاسی از حضرت ابوالفضل العباس(ع) توانستند از نظام و انقلاب محافظت کنند، امروز آرامش و امنیت ما به واسطه جانفشانی شهید، جایزبان عزیز و آزادگان سرفراز است، تکریم و تجلیل از جایزبان نایمزد ترویج، نهادینه کردن و انتقال فرهنگ آنان به نسلهای آینده است.

این مسئول با اشاره به نگاه حمایتی بنیاد در جهت ارائه خدمت به جامعه معزز ایثارگری، اذعان داشت: در رابطه با قانون خدمات جامع ایثارگری، ۷۰ درصد از این قوانین در دستگاه ها اجرا نمی شود در حالی که جامعه ایثارگری ما باید از این خدمات بهره مند شوند، آنچه در چارچوب قانون برای ایثارگران مشخص شده است باید تمام اقدام اجرایی شود، جامعه هدف ما جزو شایسته ترین و افضل ترین افراد جامعه هستند.

مدیرکل بنیاد مازندران با بیان اینکه ارتباط معنادار با فرهنگ ایثار و شهادت موفقیت جامعه ما را در بسیاری از عرصه ها رقم زده است، یادآور شد: مشاورین ایثارگر که در دستگاه های اجرایی شافل هستند باید پیگیر مسائل و مشکلات ایثارگران عزیز باشند، چرا که این عزیزان جزو استعدادهای برتر جامعه معزز ایثارگری محسوب میشوند و میتوانند در این رابطه به ما کمک کنند.

مدیرکل بنیاد شهید و امور ایثارگران مازندران همچنین در میز خدمت که در مصلاي جمعه ساری برگزار شد با همراهی معاون مددکاری و مشارکتهای مردمی و رئیس بنیاد ساری، به صورت چهره به چهره پاسخگوی مسائل و مشکلات جامعه معزز ایثارگری بود.

فرماندار مرکز مازندران در جلسه شئونات مذهبی شهرستان ساری:

**همگی باید بگوئیم تا شور و نشاط اجتماعی و دینی را در جامعه تسری دهیم**



فرماندار شهرستان ساری با اشاره به اینکه همگی باید بگوئیم تا شور و نشاط اجتماعی و دینی را در جامعه تسری دهیم افزود: قیام جهانی حضرت مهدی(عج) پیش از آنکه با شمشیر عدالت موفق باشد با اندیشه عدالت خواهی، ظالمان و مستبدان را به حاشیه خواهد راند. جلسه شئونات مذهبی(روز جوان و نیمه شعبان) شهرستان ساری به ریاست نوبخت فرماندار مرکز استان و با حضور حجت الاسلام و المسلمین اصغری رییس شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی استان مازندران، ابراهیمی معاون سیاسی، امنیتی و اجتماعی فرمانداری شهرستان ساری، بخشداران و مدیران دستگاه های اجرایی شهرستان ساری برگزار شد.

به گزارش نوبخت شمال محمدعلی نوبخت در این جلسه ضمن گرمیادداشت یاد و خاطره ۱۲۰۰ شهید شهرستان و تبریک پیشاپیش ولادت با سعادت اسام زمان (عج) و ولادت حضرت علی اکبر(ع) و روز جوان گفت: به مناسبت فرارسیدن این اعیاد فرخنده، سه روز متوالی در ساری جشن و سرور خواهیم داشت که با آذین بندی خیابانها و برپایی مراسم شاد و مولودی خوانی در بخش های مختلف شهر همراه خواهد بود. مقام عالی دولت در مرکز مازندران در ادامه اظهار کرد: دولت کریمه، مهد تجلی تمام نمای مدینه النبی و منشور تمام نمایی از بصیرت، کرامت، معرفت، عدالت و امنیت است.

وی در بخشی از سخنان خویش به «دکترین مهدویت» اشاره کرد و در این خصوص گفت: دکترین مهدویت از جمله قالب های نوینی است که در عرصه نظریه پردازی های راهبردی بشر معاصر، اهمیت و جایگاه خاص خود را یافته و نظریه مهدویت به عنوان محور تئوری سیاسی حکومت جهان اسلام، امروزه یکی از موضوعات زنده و پیر چانه ای است که مرزها را درنوردیده و افکار عمومی جهانیان را به خود جلب نموده است.

مدیرعامل شرکت صنایع چوب و کاغذ مازندران اعلام کرد:

**جلد کتب درسی دانش آموزان با کاغذ ایرانی**



امید نیک نژاد در جمع خبرنگاران با اشاره به اینکه مجموعه صنایع چوب کاغذ مازندران بزرگترین واحد تولید کننده کاغذ کشور و تنها تولید کننده کاغذ تحریر در کشور است، اظهار کرد: ۱۵۰۰ نفر در این واحد صنعتی مشغول به کار هستند.

مدیرعامل شرکت صنایع چوب و کاغذ مازندران گفت: در ۲ سال اخیر با تأکید دولت سیزدهم و برنامه ریزی صورت گرفته، امسال برای بیش از ۱۵۷ میلیون جلد کتاب درسی و برای بیش از ۱۴ میلیون دانش آموز کشور از کاغذ تمام ایرانی صنایع چوب و کاغذ مازندران تهیه می شود. وی با بیان اینکه مهم ترین ماده اولیه این واحد صنعتی چوب است که در سال ۱۳۹۶ با توقف طرح بهره برداری از جنگل مشکلاتی ایجاد شد، گفت: این اقدام مزیت و معایبی داشته است که اگر اجزاء و بهره برداری بصورت توانمند انجام می شد مانند برخی از کشورها که صنعت و اقتصادشان بر پایه صادرات چوب است شاید می توانستیم هم از انفال نگهداری و هم از ظرفیت جنگل های شمال به درستی استفاده کنیم.

وی با اشاره به خودکفایی کامل در تولید کاغذ کتب درسی، ادامه داد: سال گذشته نامین کاغذ کتب درسی ۷۰ درصد بود امسال به ۱۰۰ درصد رسیده است که به خودکفایی کامل رسیده ایم.

به گفته نیک نژاد، بالاترین میزان تولیدی که در زمان بهره برداری از جنگل انجام شد ۳۲ هزار تن بود که در سال گذشته به ۴۵ هزار تن در کاغذ تحریر رسید و تا پایان سال به ۵۰ هزار تن می رسد.

مدیرعامل شرکت صنایع چوب و کاغذ مازندران با بیان اینکه در دولت های گذشته اهتمام و توجهی به تولید کاغذ به اندازه دولت سیزدهم وجود نداشت، گفت: اهتمام دولت سیزدهم موجب اجرایی شدن برنامه های ما در زمینه نامین کاغذ شده است و در سال آینده اگر ارزی لازم نامین شود تولید ما به ۶۵ هزار تن خواهد رسید.

این دوره آموزشی دو روزه به صورت مجازی برای مربیان و مسئولان کانون پرورش فکری استان مازندران برگزار شد. مدیرکل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی مازندران با بیان اینکه دوره آشنایی با هنرهای سنتی و صنایع دستی طی هماهنگی به عمل آمده با معاونت

مدیرکل دفتر هماهنگی امور اقتصادی استانداری مازندران مطرح کرد:

**دغدغه جدی دولت برای خروج بازار برنج مازندران از رکود**



سید عباس حسینی مدیرکل دفتر هماهنگی امور اقتصادی استانداری مازندران با بیان این که اعتبار ۴۰ هزار میلیارد ریالی دولت برای خرید برنج استان به مرحله اجرا رسیده است، گفت: دیوی برنج و رکود آن در بازار مازندران دغدغه جدی دولت است. بازار مازندران درحال شخم و شیار و آماده برای خزانگی گیری شدند، توجه دولت به خروج بازار برنج را در راستای امید و انگیزه شالیکاران را برای ادامه کشت و کار توصیف کرد.

او در عین حال از همه دست اندرکاران و فعالان بازار برنج مازندران و کشور خواست تا با استفاده از فرصت نامین نقدینگی از محل اعتبار چهار همت دولت، وارد بازار برنج آماده فروش در این خطه شوند.

مدیرکل دفتر هماهنگی امور اقتصادی استانداری مازندران افزود: قطعاً با شروع خرید توافقی برنج کیفی، بازار از رکود خارج شده خرید و فروش آن رونق می گیرد.

حسینی با بیان این که همه نسبت به نظام مسایل هزینه های تولید و بازار برنج مازندران آشنا هستیم، گفت: با توجه به اهمیت حفظ زمین های کشاورزی و تولید برنج در این خطه، باید نسبت به روش های بازاریابی و تسهیل فروش محصول برنج اقدام عملی کرد.

او به واردات بیش از حد برنج و اختلاط برنج کیفی مازندران با برنج های خارجی به عنوان مهم ترین مشکلات امروز بازار این محصول راهبردی اشاره کرد و افزود: هم اکنون دغدغه و نگرانی دولت خروج برنج از دست کشاورزان است، چراکه شالیکاران باید با خیال آسوده و با تأمین نقدینگی به کشت و کار جدید بپردازند.

## راه خوب خوابیدن بچه و داشتن کودک خوش خواب



کودکان برای رشد به خواب کافی احتیاج دارند راه حل های مناسب برای خوب خوابیدن بچه کمک زیادی به والدین میکند همچنین بر کیفیت خواب کودک تأثیر میگذارد.

**ترفندهای موثر برای خوب خوابیدن بچه و خوش خواب بودنش**  
 خواباندن کودکان شاید یکی از بزرگ ترین معضلاتی باشد که خانواده ها با آن درگیر هستند، زیرا معمولاً کودکان بهانه گیری می کنند و راحت نمی خوابند اما خوشبختانه راهکار هایی است که از طریق آن ها بتوانید کاری کنید تا کودک شما راحت تر بخوابد که در این قسمت از نمناک این راهکار ها را به شما معرفی خواهیم کرد.

**ساعت خواب مشخص تنظیم کنید**  
 اگر کودک ساعت خواب مشخصی داشته باشد، قطعاً می تواند راحت تر بخوابد. او در طول شبانه روز باید ۹ الی ۱۱ ساعت خواب داشته باشد. سعی کنید که یک ساعت خواب منظم برای او تنظیم کنید.

ساعت بیداری مشخص داشته باشید  
 کودک حتماً باید سرر یک ساعت خاص از خواب بیدار شود. یعنی اگر ساعت ۹ شب خوابید، می توانید ۹ صبح او را بیدار کنید و هر روز این کار را انجام دهید تا عادت کند و شب ها هم راحت تر بخوابد.

بیدار شدن کودک  
**یک روتین خواب پایدار و دائمی داشته باشید**  
 روتین ها برای نوزادان، کودکان و بچه ها قبل از دوران مدرسه اهمیت بسیار زیادی دارند. حتی ساعت شام بخورید تا فرزندتان بتواند سر ساعت به رختخواب برود.

حداقل ۲ ساعت قبل از خواب کامپیوتر، تلویزیون و موبایل را کنار بگذارید  
 ملاتونین هورمونی است که برای خواب در بدن ترشح می شود و اگر در معرض نور قرار بگیرید، ترشح آن متوقف می گردد. پس بهتر است که حداقل ۲ ساعت قبل از خواب، تمام لوازم را خاموش کنید تا این هورمون در بدن کودک تان ترشح شود.

استرس قبل از خواب را کم کنید

یکی دیگر از هورمون ها کورتیزول است که خواب را به هم می ریزد و باعث ایجاد استرس و هیجان می شود. وقتی استرس را قبل از خواب کم تر کنید، کودک راحت تر می خوابد.

بی خوابی  
**محیط را برای خواب آماده کنید**  
 محیطی که کودک در آن می خوابد، باید کاملاً ساکت با دمای مطلوب و آرامش بخش باشد تا بتواند راحت تر داخل آن ریلکس کند و بخوابد.

**کمی محیط را خنک کنید**  
 اگر داخل اتاقی کودک بیش از حد گرم باشد، او نمی تواند خواب راحتی داشته باشد و خوابش به هم می ریزد. بهتر است که مقدار خیلی کمی محیط را خنک کنید تا خواب آرام تری داشته باشد، زیرا اگر دمای بدن افزایش پیدا کند خواب به تعویق می افتد.

**ترس های او را از بین ببرید**  
 باید بدانید که کودک از چه چیز هایی می ترسد و باعث می شود که در تاریکی نماند و آرامش نداشته باشد. پس آن ها را بهبود ببخشید و سعی کنید که محیطی پر از آرامش را برایش فراهم کنید.

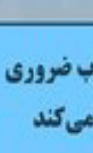
ترس کودک  
**تمرکز او را از روی خواب بردارید**  
 نباید بیش از حد کودک را اجبار کنید تا بخوابد سر ساعتی که شما می گوئید بخوابد. به جای آن بهتر است که روی ریلکس بودن و آرامش کودک تان تمرکز داشته باشید.

**اختلالات خواب را پیدا کنید**  
 گاهی اوقات با وجود همه راهکار هایی که در نظر می گیرید اما کودک خواب راحتی ندارد. احتمالاً به یکی از اختلالات خواب دچار شده که باید پیگیری شود.

## ۶ فایده آب برای سلامتی

ISNA

**نوشیدن آب به مقدار مناسب فواید زیادی برای سلامتی دارد. آب تقریباً ۷۰ درصد از بدن انسان را تشکیل می دهد و روی تک تک سلول ها تأثیر می گذارد و باعث سبز دایی و حفظ دمای بدن می شود**



**برای حفظ یکبار چگی سلول هایی مانند مو، پوست و ناخن مصرف آب ضروری است و تا حدی به تولید کلاژن که خاصیت ضد پیری دارد کمک می کند**

**یکبار چگی ساختار سلول**



**حفظ تعادل مایعات برای حفظ دمای بدن، عامل کلیدی است. برای اینکه آنزیم ها به درستی کار کنند، مهم است که دمای بدن حفظ شود**

**حفظ دمای بدن**



**مصرف آب با کاهش چربی بدن مرتبط است زیرا مصرف آب آشامیدنی به کاهش وزن کمک می کند**

**چربی سوزی**



**تشنگی آخرین نشانه کمبود آب است. کمبود آب بدن باعث افت سطح انرژی و ضعف شدن سیستم ایمنی می شود**

**حفظ رطوبت بدن**



**آب، تولید بزاق را که حاوی الکترولیت ها، مخاط و آنزیم است، تسهیل می کند که به هضم غذا کمک می کند و باعث حفظ سلامت دهان می شود**

**کمک به هضم غذا و حفظ سلامت دهان**



**مهمترین عملکرد آب، سبز دایی است که به نوبه خود به سیستم ایمنی بدن کمک می کند. نوشیدن آب ناکافی ممکن است به یوست و سنگ کلیه منجر شود**

**کمک به سبز دایی**

منبع داده ها: هورستان تابیز

ISNA / Design: Pedram Aghaei

خبرگزاری دانشجویان ایران، ایسنا