پایان عملیات اجرایی بیومکانیک حوزه برنطین

رئیس اداره منابع طبیعی و آبخیزداری رودان از اتمام عملیات اجرایی بیو مکانیک از محل اعتبارات صندوق توسعه ملی در حوزه برنطین خبر داد .

به گزارش صبح ساحل،محسنی زاده گفت : هدف از اجرای این طرح احیای حوزه آبخیز سدهای مخزنی به منظور تقویت پوشش گیاهی در جهت حفاظت خاک و کنترل فرسایش و رسوب است.وی افزود : شرایط اقلیمی و خشکی محیطی شهرستان و همچنین تجارب موجود در این زمینه حاکی از موفقیت بیشتر طرحهای بیومکانیک(ایجاد سازه) نسبت به انجام صرف عملیات بیولوژیک(پوشش زنده گیاهی) است.رئیس اداره منابع طبیعی و آبخیزداری رودان گفت : تلفیق برنامه های احیای بیولوژیک توام با برنامه های مدیریت رواناب از قبیل احداث سامانه های سطوح آبگیر باران، چاله های فلسی، اجرای بانکت و روشهای دیگر، موفقیت برنامه ایجاد پوشش زنده گیاهی را دراین شهرستان دو چندان کرده است.

برخی از زنان ناآگاهانه درمحافل دوستانه مثل آرایشگاه‌های زنانه، مغازه‌های خیاطی‌ها و سالن‌های ورزشی برای یکدیگر قرص‌ها و مکمل‌هایی را پیشنهاد و تجویز می‌کنند غافل از اینکه بیشتر این قرص‌ها اعتیادآور است

صبح ساحل اجتماع

پنج شنبه۳۱ مرداد ۹۸|سال سی وچهارم| شماره ۳۸۴۲

Email :Info.Sobhesahel@Gmail.Com

شادی‌های زنانه را فدای یک قرص نکنیم

برخی زنان و دختران جوان به دنبال تبلیغات ماهواره و اینترنت به استفاده از قرص‌های لاغری روی می‌آوردند که نه تنها لاغری بلکه اعتیاد را به دنبال دارد.

◆گروه اجتماعی//

مصرف بی‌رویه انواع قرص‌ها و مکمل‌های لاغری در بین زنان و دختران مدتی است در میان زنانی که قصد دارند اندکی وزن کم کنند، رایج شده؛ درحالی که مصرف خودسرانه آن گاهی به قیمت از بین رفتن شادی‌های زنانه می‌شود.

برخی زنان و دختران جوان به دنبال تبلیغات ماهواره و اینترنت به استفاده از قرص‌های لاغری روی می‌آوردند که نه تنها لاغری بلکه اعتیاد را به دنبال دارد.

در این میان برخی از زنان نیز ناآگاهانه درمحافل دوستانه مثل آرایشگاه‌های زنانه، مغازه‌های خیاطی‌ها و سالن‌های ورزشی برای یکدیگر قرص‌ها و مکمل‌هایی را پیشنهاد و تجویز می‌کنند غافل از اینکه بیشتر این قرص‌ها اعتیادآوراست؛ نمونه آن این روزها دامن بانویی گرفته که نزدیک به یکسال است با مراجعه به مرکز ترک اعتیاد در بندرعباس روند درمان خود را دنبال کرده و برای داشتن روانی آرام و زندگی شاد به روان‌شناس اعتماد کرده است.

این مراجعه‌کننده در یکی از کلینیک‌های مشاوره شهر بندرعباس که برای خوش‌اندام شدنش به تبلیغات قرص‌های لاغری روی‌آورده بود، داستان خود را چنین روایت کرد.در بین همسایه‌ها هیکل و وزن بالاتری داشتم، بالای ۸۰کیلو وزن؛ همیشه فکر می‌کردم ظاهر خوبی ندارم و بدفرم هستم یکی از خانم‌های همسایه‌ها یک کانال ماهواره‌ای که قرص‌های لاغری برای خوش‌اندامی زنان چاق تبلیغ می‌کرد را به من معرفی کرد.

درپوست خودم نمی‌گنجیدم با شوق و ذوق زیاد پیامکی برای دریافت قرص و داروی تبلیغاتی که در ماهواره به اسم مکمل غذایی از آن تبلیغ می‌شد، ارسال کرد، هزینه زیادی(بالای یک میلیون و ۵۰۰هزارتومان) می‌خواست، پرداخت کردم چون تصمیم‌ام را گرفته بودم می خواستم خوش‌اندام شوم و روی خانم‌های همسایه را کم کنم.دارو رسید و من ذوق‌زاده بوده هر روز خوشحالیم برای خوش‌اندام شدنم بیشتر می‌شد؛ چون اثر خودش را می‌گذاشت و من لاغرتر می‌شدم، اما فکرش را هم نمی‌کردم از این داروی خوشمزه دل بکنم.

هر زمان که می‌خواستم دارو را قطع کنم نمی‌توانستم بیشتر به سمتش گرایش پیدا می‌کردم تا به خودم آمدم متوجه شدم به این قرص لاغری(مکمل غذایی) اعتیاد پیدا کردم و کم کم سیگاری هم شدم.

هر روز تعداد نخ‌های سیگار بیشتر می‌شد تا روزی که همسرم متوجه بوی سیگار از دهان من شد و آن روز درگیری شدیدی بین‌مان پیش آمد حتی کار به درگیری فیزیکی کشید.به شوهرم گفتم به خاطر تو این داروها را مصرف کردم که

خوش‌اندام شوم؛ اما شوهرم جواب منطقی داد: برای من وجود شخصیتی خودت مهم بود اگر غیراز این بود می‌توانستم با هر دختر لاغراندامی ازدواج کنم.

روز به روز زندگی برایم سخت‌تر شد اخلاق‌های شوهرم نشان می‌داد اعتمادش نسبت به خودم و زندگیم بسیار کمرنگ شده است، اما من نمی‌توانستم این عادت را ترک کنم.تا این‌که شوهرم مردانگی کرد و در کنارم ماند و برای نجات زندگی‌مان تحت درمان قرار گرفتم. بعد از ۱۱ ماه سم‌زدایی زندگیم به حالت معمولی برگشته است اما برای داشتن یک زندگی شاد هنوز راه‌های زیادی باید طی کنم.

قبل از اعتیادم اگر مساله چاقی‌ام نبود فکر می‌کردم بهترین زندگی دنیا را دارم درحالی که با یک اشتباه ساده باعث شکست و هم‌پاشیدگی یک زندگی شادی و سرزنده‌ای شدم که سال‌ها با عشق آن را بنا نهاده بودیم.قبل از اعتیادم اگر مساله چاقی‌ام نبود فکر می‌کردم بهترین زندگی دنیا را دارم درحالی که با اعتماد به یک حرف ساده زندگی و شادی‌هایی را که سال‌ها با عشق آن را بنا نهاده بودیم فدا شد، اما با همراهی ودلسوزی‌های همسرم برای ساختن شادی‌های دوباره امیدوار شدم و تصمیم جدی گرفتم.

◆ **قلیان و سیگار دروازه ورود زنان به اعتیاد**

یک مشاور و روان‌شناس خانواده در هرمزگان در خصوص گرایش زنان این استان به مخدرهای نوین به نبود شناخت فردی، کاهش اعتماد به نفس در زنان، جدا شدن از دغدغه‌های زندگی، سرگرمی‌های زنانه و دریافت احساس سرخوشی در برابر مشکلات روزمره زندگی اشاره کرد.مهدی طاهری کِندِر در گفت‌و گو با خبرنگار ایرنا گفت: گرایش زنان به ویژه به مخدرهای نوین یکی از آسیب‌های جدی است که ضرر آن به ویژه زنان متاهل به مراتب بیشتر از اعتیاد مردان خواهد بود.

وی از قلیان و سیگار به عنوان دروازه ورود به اعتیاد نام برد و افزود: در گذشته زنان اهل قلیان در این استان بیشتر زنان مسن و سنتی بودند که در کنار هم از قلیان استفاده می‌کردند اما امروزه با گسترش فضای مجازی و تعدد شبکه‌های ماهواره‌ای، افراد به مخدرهای جدید روی آورده‌اند که خطرات آن به مراتب از مخدرهای سنتی بیشتر است.

این روان‌شناس خانواده افزود: بسیاری از دختران دانشجو به دلیل حساسیت به کسب نمره بالاتر در بین هم‌کلاسی‌های خود و برای بیدار ماندن در شب امتحان از قرص‌ها و مخدرهای صنعتی استفاده می‌کنند تا با مطالعه بیشتر نمره بالاتری کسب کنند درحالی که پیامدهای جبران‌ناپذیری در آینده دارد.

◆ **درمان معتاد ۲ سال زمان لازم دارد**

این مشاور خانواده ادامه داد: روان‌نشناس باید فرد معتاد را جزو مراجعه‌کنندگان گروه الف خود قرار دهد و برای کمک باید خود را وقف مراجعه‌کننده کند، زیرا مراجعان گروه الف گروه‌های پرخطری هستند که نیاز به وقت و حوصله بیشتری است و بعد از سم‌زدایی و ترک دادن فرد معتاد مشاور خانواده باید هرچند وقت یکبار برای ارائه دستورالعمل‌های جدید روند درمان این فرد را نیز با دقت بررسی کند.

طاهری کِندِر این با بیان این‌که یک فرد معتاد باید ۲ سال کامل تحت درمان مشاور و روان‌شناس قرار بگیرد، بیان داشت: این ۲ سال و افزایش مشاوره‌ها بستگی به میزان مصرف مواد، محیط، دوستان و اطرافیان فرد معتاد دارد.این زوج‌درمان در هرمزگان با یادآوری این مطلب که؛ بیشتر زنان نیز به مواد مخدر صنعتی و نوین روی می‌آورند تا ظاهر و اندام‌شان بهم نخورد، ابرازداشت: وقتی مدیر داخلی یک خانه به مواد مخدر اعتیاد پیدا می‌کند شاکله اصلی خانواده اعم ازنظم و ترتیب خانه، همسرداری و تربیت فرزندان و حتی در پخت و پز نیز ازهم می‌پاشد و زندگی دچار مشکلات زیادی خواهد شد.

◆ **دستورالعمل‌های مشاور به مراجعه‌کننده باید دقیق باشد**

وی ادامه داد: در چنین خانه‌ای اگر نظم در خانواده نباشد این خانه به یک منزل پریشان و پرازهجمه تبدیل می‌شود و چه بسا باعث دوری مرد خانواده از وی خواهد شد

لذا این دسته از مشکلات چه بسا جرقه طلاق‌های عاطفی را نیز به وجود می‌آورد ضمن این‌که در بحث تربیت فرزندان به دلیل بی‌حوصلگی مادر فرزندان سرخورده و پرخاشگر بزرگ می‌شوند.طاهری کندر با اشاره به این جمله که؛«نجات یک معتاد نجات یک جامعه است»، اضافه کرد: مشاور در ارائه دستورالعمل‌های خود به مراجعه‌کننده‌اش باید دقیق باشد که چه دستوری را اجرا کند تا بتوان یک زن معتاد را به زندگی‌اش معمولی و سپس شاد برگرداند.

این مشاور و روان‌شناس خانواده اظهارداشت: ارگان‌هایی مثل بهداشت و درمان، آموزش و پرورش، دادگستری، بهزیستی و نیروی انتظامی مخدرهای جدید را معرفی و پیامدهای آن را به خانواده‌ها و دانش‌آموزان هشدار دهند./ایرنا

اخبار

مدیرکل اوقاف وامور خیریه هرمزگان مطرح کرد؛

کاهش آسیب‌های اجتماعی با مشارکت خیران

◆گروه اجتماعی //

مدیرکل اوقاف وامور خیریه استان هرمزگان گفت:اقدام برای آزادی زندانیان نیازمند علاوه بر کاهش آسیب‌های اجتماعی باعث رفع آلام خانوادهایشان می‌شود.

مدیرکل اوقاف و امور خیریه هرمزگان گفت: با عنایت به رویکرد جدید سازمان اوقاف و امور خیریه کشور مبنی بر تقویت کارکردهای خیریه در امور اجتماعی و استفاده از ظرفیت‌های مردمی و خیران برای کنترل و کاهش آسیب‌های جامعه تلاش‌هایی آغاز شده است.حجت‌الاسلام محمد طاهر گرایلی،افزود: در این زمینه و با تأسیس مرکز امور خیریه، با هدف دستگیری از زندانیان نیازمند و بازگرداندن آرامش و امنیت به خانواده آنان در نظر است .او گفت: اقدام برای آزادی زندانیان نیازمند علاوه بر کاهش آسیب‌های اجتماعی باعث رفع آلام خانوادهایشان می‌شود.مدیرکل اوقاف و امور خیریه هرمزگان افزود: شماره حساب‌هایی نیز برای مشارکت خیران نیک‌اندیش در این امر مهم اعلام شده است.

حجت‌الاسلام محمد طاهر گرایلی گفت: همچنین شماره کارت ۸۰۰۱-۸۰۰۱-۲۳۱۳-۶۲۸۰ و شماره حساب ۱۴۰۰۵۲۷۹۳۳۷ بانک مسکن و شماره شبای IR ۵۴۰۱۴۰۰۴۰۰۰۰۰۱۴۰۰۵۲۷۹۳۳۷ به نام سازمان اوقاف و امور خیریه در حمایت از آزادی زندانیان غیر عمد آماده دریافت کمک‌های مردم نیکوکار ایران در این زمینه است .از ابتدای سال تاکنون ۸۶ زندان جرائم غیرعمد با بدهی ۲۷ میلیارد تومان از زندان‌های استان آزاد شدند.پارسال ۲۳۵ زندانی با بدهی ۶۱۵ میلیارد ریال از زندان‌های استان آزاد شدند./ باشگاه خبرنگاران جوان

کارشناس اداره کل هواشناسی هرمزگان:

آسمان صاف برای هرمزگان

◆گروه اجتماعی //

کارشناس اداره کل هواشناسی هرمزگان آب‌وهوای سه روز آینده استان هرمزگان را پیش‌بینی کرد.

مرضیه سی‌سی پور اظهار کرد: آسمان صاف تا قسمتی ابری همراه با مه رقیق و افزایش باد جنوب شرقی خواهد بود.

وی ادامه داد: در ساعات بعدازظهر۳مرداد در ارتفاعات رگبار موقتی باران و رعدوبرق و افزایش لحظه‌ای سرعت باد را داشتیم و دریا تا ۱۰۰ سانتیمتر متلاطم بود.کارشناس اداره کل هواشناسی هرمزگان افزود: همچنین (۳۱ مرداد) آسمان استان صاف تا قسمتی ابری همراه با مه رقیق و افزایش باد جنوب شرقی خواهد بود.سی‌سی پور عنوان کرد: در ساعات پنجشنبه بعدازظهر در ارتفاعات رگبار موقتی باران و رعدوبرق و افزایش لحظه‌ای سرعت باد خواهیم داشت و دریا تا ۱۰۰ سانتیمتر متلاطم خواهد بود.وی عنوان کرد: در روز جمعه (یکم شهریور) آسمان استان صاف تا کمی ابری همراه با مه رقیق و وزش باد جنوب شرقی خواهد بود.کارشناس اداره کل هواشناسی هرمزگان خاطرنشان کرد: در ساعات بعدازظهر روز جمعه در ارتفاعات استان رگبار پراکنده خواهیم داشت و دریا تا ۸۰ سانتیمتر مواج خواهد بود./ایسنا

جدول شرح درمتن

خدای آسمان هند		حیران و افسرده		نقره گون		اثری از گوگول		عدد هندسی		پدر جغرافیای ایران		فرقه ای از صوفیه
گاو تبتی کالبد	←			آمریکایی پیرامون	←			مات و تیره	↓	ضدباطل نوعی لامپ	←	
	↓	مقر جنین خراب شده	←		↓	دشمن سخت نیروگاه شمالی	←			سوره مورچه بلند همت	←	
ورزش پایه کشور چای	←		↓	مرکز اتریش بی مذهب	←			آزاد شدن سیاه عرب	←		↓	
	↓				↓				↓	یکتا پرست فرایند	←	
دریاچه ای در آسیا	←					ساپورت می کند خبرچین	←		↓			
چاهکن			←				↓	آماس بدلی	←			دهن کجی پایش و نظارت	←
	↓								↓	حشره چسبنده درختی جنگلی	←	
قاصد و چاپار		آراستگی صفات پشم نرم	←		↓			از توابع بستک خودرو کره ای	←			اشاره به نزدیک
	↓		↓	هر چیز بی جان ضمیر غایب	←				↓	الهه هنر دریای عرب	←	
لباس فاخر منقش	←		↓			شعری از ناصر عبدالهی	←				↓	
فیلمی از ایرج قادری	←									نرم و ملایم	←	

سایت انجمن مطالعات برنامه درسی هرمزگان راه اندازی شد

◆گروه اجتماعی//

مدیر روابط عمومی انجمن مطالعات برنامه درسی ایران شعبه هرمزگان گفت: سایت انجمن مطالعات برنامه درسی هرمزگان راه اندازی شد.

به گزارش خبرگزاری مهر، مصیب رجایی عنوان کرد: این سایت به منظور معرفی انجمن مطالعات برنامه درسی، سیاست ها، اهداف و برنامه های آن و زمینه سازی برای جلب اعتماد افراد برای عضو شدن در انجمن راه اندازی شده است.وی، فراهم نمودن شرایط سهل و آسان جهت عضو شدن افراد دارای شرایط در انجمن و اطلاع رسانی در رابطه با زمان و مکان برگزاری کارگاه ها، همایش ها و نشست های انجمن را از دیگر اهداف راه اندازی این سایت ذکر کرد.

مدیر روابط عمومی انجمن مطالعات برنامه درسی ایران شعبه هرمزگان عنوان کرد: اخبار، فراخوان کارگاه ها، همایش ها و نشست ها و نحوه ثبت نام اعضا برای شرکت در این همایش ها و شبکه های اجتماعی از بخش های این سایت است.رجایی از کمیسیون ها و گروه های مطالعاتی، بخش خلاقانه، بخش سلامت، خبر فوری، مهمترین همایش ها، مهمترین اخبار و بخش پژوهش به عنوان دیگر قابلیت های این سایت یاد کرد.

وی گفت : علاقه مندان جهت آشنایی با انجمن مطالعات برنامه درسی ایران شعبه هرمزگان می توانند به آدرس اینترنتی hormozganisca.ir مراجعه کنند.