

مهديه علي احمدی پور، فعال اقتصادی؛

چالش اساسی برای مشارکت زنان، عدم اعتماد جامعه به آنان است



زن و اجتماع

نشریه فرهنگی و اجتماعی ■ سال دهم شماره پیاپی ۱۲۱ ■ ۸ صفحه ■ نیمه اول مهر ماه ۹۴ ■ قیمت ۱۰۰۰ تومان

مدیرکل بهزیستی
استان کرمان:
باید در شهرمان
اصول دوستدار
سالمندی
رعایت شود



"ربابه قائم پناه"
بانوی آتش نشان کرمانی
در گفت و گو با زن و اجتماع:

زنان می توانند

عکس: فرزاد کوری

عضو هیات ریسه اتاق
کرمان، رییس انجمن
ملی خرمای ایران شد



صفحه ۵

سرپرست شهرداری کرمان:
پروژه های خاتم الانبیاء
از برنامه زمانبندی
جلوترند



صفحه ۷

معاون رییس جمهور:
توجه به رویکرد
عدالت جنسیتی در
برنامه ششم توسعه



صفحه ۲



حکیمه کاربخش
کارشناس مسائل حقوقی

در شماره قبل به بررسی یکی از حقوق مالی زوجه یعنی مهریه پرداختیم. در این شماره ادامه موارد یاد شده در قبل را ارائه خواهیم نمود.

۲- اجرت المثل: تبصره ۶ ماده واحده مقرر می دارد: "پس از طلاق در صورت درخواست زوجه مبتنی بر مطالبه حق الزحمه کارهایی که شرعاً به عهده وی نبوده است، دادگاه بدو از طریق تصالح (صلح جویی) به تامین خواسته زوجه اقدام می نماید.

در صورت عدم امکان تصالح، چنانچه ضمن عقد یا عقد خارج لازم در خصوص امور مالی، شرطی شده باشد طبق آن عمل می شود. در غیر اینصورت هرگاه طلاق به درخواست زوجه نباشد و نیز تقاضای طلاق ناشی از تخلف زن از وظایف همسری یا سوءاخلاق و رفتار وی نباشد به ترتیب زیر عمل می شود: الف: چنانچه زوجه کارهایی را که شرعاً به عهده وی نبوده به دستور زوج و با عدم قصد تبرع انجام داده باشد و برای دادگاه نیز ثابت شود، دادگاه با نظر کارشناس اجرت المثل کارهای انجام شده را محاسبه و به پرداخت آن حکم می نماید.

ب: در غیر بند الف با توجه به سنوات زندگی مشترک و نوع کارهایی که زوجه در خانه شوهر انجام داده و وسیع مالی زوج دادگاه مبلغی را از باب بخشش (نحله) برای زوجه تعیین می نماید.

از دیدگاه قانون مدنی، کار انسان ارزش اقتصادی دارد و می تواند مورد اجاره قرار گیرد (ماده ۴۶۷ قانون مدنی) و از سوی دیگر ماده ۳۵ قانون کار مقرر می دارد: "مزد عبارت است از وجوه نقدی یا غیر نقدی و یا مجموع آن ها که در مقابل کار به کارگر پرداخت می شود" لذا با توجه به ارزش اقتصادی کار انسان، می توان آن را در زمره اموال تلقی نمود و یا حداقل اینکه می تواند وسیله ی تحصیل مال قرار بگیرد. بنابراین خدمات زن در منزل اگر با قصد تبرع نباشد، می تواند مشمول تعریف ماده ۳۵ قانون کار قرار گیرد.

شرایط استفاده از اجرت المثل

- ۱- طرح دعوی به صورت تبعی
- ۲- مطالبه حق الزحمه زوجه در ایام زوجیت
- ۳- طلاق به درخواست مرد باشد
- ۴- طلاق مستند به تخلف زن از وظایف همسری یا سوء رفتار و اخلاق زوجه نباشد.
- ۵- اثبات وجود دستور زوج
- ۶- اثبات عدم قصد تبرع
- ۷- انجام کارهایی که شرعاً به عهده زوجه نباشد

۸- استفاده از حق الزحمه منوط به عدم امکان تصالح یا عدم وجود شرط مالی باشد شرط انتقال تا نصف دارایی

تعریف و اهمیت: یکی از شروط مندرج در عقدنامه های رسمی در مورد انتقال بخشی از اموال و دارایی شوهر است: "ضمن عقد ازدواج، زوج شرط نمود هرگاه طلاق بنا به درخواست زوجه نباشد و طبق تشخیص دادگاه تقاضای طلاق ناشی از تخلف زن از وظایف همسری یا سوءاخلاق و رفتار او نبوده، زوج موظف است تا نصف دارایی موجود خود را که در ایام زناشویی با او به دست آورده یا معادل آن را طبق نظر دادگاه بلاعوض به زوجه منتقل نماید."

شرایط استفاده از شرط "تا نصف دارایی"

- ۱- درخواست طلاق از طرف زوج باشد
- ۲- طلاق مستند به تخلف زن از وظایف همسری یا سوءاخلاق یا رفتار زوجه نباشد
- ۳- اجرای شرط مالی توسط زن درخواست شود

۴- عدم استفاده زوجه از اجرت المثل یا نحله در شماره بعد به حقوق مالی زوجه بیشتر اشاره خواهیم نمود.

مشارکت کمرنگ زنان در جامعه چالشی پیش روی توسعه

آشنیافته

بخش پایانی



پدرام محمدی
عضو هیات تحریریه

در دو گفتار گذشته به طرق مختلف به بررسی چرایی وجود مشکلات فراوان جامعه زنان در حیطه های نظری و عملکردی پرداختیم. در این بین حال که به آخرین بخش از گفتار خود در این باب رسیده ایم قصد بر آن داریم که این بار با دیدی متفاوت به بررسی تاثیرات حاصله از عملکرد دولت های مختلف در طول این سال های گذشته از شکل گیری جمهوری اسلامی ایران بپردازیم.

ابتدای به ساکن با نگاهی به جریانات شکل دهنده انقلاب در کشور به یک اصل غیر قابل انکار دست می یابیم و آن هم حضور گسترده و بسیار موثر زنان در جریان انقلاب اسلامی و پیروزی آن بود. البته در این مجال یاد آوری این نکته ضروری است که جریانات فکری خاصی هم فارغ از دیدگاه جنسیتی این موج را فراهم آورد که بعضاً برخی از این جریانات در روزگار پس از مبارزات ساز جدایی زدند. لکن آنچه که بوده و هست وجود همان جریان قوی و اثر گذار زنان ایرانی است که منشاء تحولات عظیم فرهنگی و اجتماعی آن زمان شد و اکنون نیز قطعاً همینگونه است. اما چه چیزی نقصان هایی را در پویایی این بخش مهم جامعه ایجاد کرد؟ پاسخ این سوال را در سیاست های دولت های مختلف و عوامل مرتبط با آنها می یابیم. اما به چه شکل؟ منظور از تاثیر سیاست های دولت ها در همه جا متهم کردن نیست بلکه منظور آن است که ریلی که دولت ها بر روی آن قطار کشور را به جلو می برند علی رغم مشخص بودن مسیرش اما سنگریزه ها در راهش فراوان است.

بهترین جایگاه برای ورود نقادانه و قابل قیاس در این رهگذر بررسی عملکرد نظری و عملی دولت های هشت ساله اصلاحات و اصولگرایان است.

به ظاهر که نگاه کنیم دولت اصولگرا با داشتن یک وزیر زن (اشاره به مرضیه وحید دستجردی وزیر بهداشت و درمان دولت دهم) در قیاس با معصومه ابتکار (معاون رئیس جمهور

دولت ها بین خواسته های خود و مطالبات زنان، تعادل ایدئولوژیک و اجرایی برقرار کنند

و رئیس سازمان حفاظت محیط زیست در دوره اصلاحات) گامی رو به جلو برداشته است، اما اگر از بند این رفتارهای نمایشی و نمادین رها شویم و نگاه خود را به جزئیات فرهنگی و اجرایی معطوف کنیم به نکات ارزنده ای دست می یابیم.

به عبارت دیگر در دوره اصلاحات بر روی زیر ساخت های مبتنی بر حقوق

کشور بود. در مقام اثبات این ادعا هم میتوان به افق های جدید رسانه ای و ورزشی و فرهنگی که در آن دوران ایجاد شد نظیر گسترش رسانه های مکتوب قدرتمند در حوزه زنان اشاره کرد.

از نگاه نگارنده دولت یازدهم نیز به مسیری نزدیک به دولت اصلاحات اعتقاد دارد اما در اینجا به همان قسمت ماجرا برخورد می کنیم که بسیار کلیدی است.

کلید دولت ها هرچه که باشد اگر خواهان موفقیت هستند، باید سعی بر تبیین استراتژی های صحیح و مناسب شرایط روز جامعه داشته باشند.

اما منظور چیست؟ منظور آن است که دولت باید بین خواسته های خود از

فعالین حقوق زنان باید محدودیت های واقعی پیش روی دولت را باور کنند

جامعه زنان و مطالبات زنان تعادل را برقرار کنند. به عبارت دیگر از دیدگاه



زنان و به پشتوانه قانون اساسی کشور تاکید شد که نتیجه آن رشد شتابان نوآیندی و مطالبه گری در بین زنان

اجتماعی و بخصوص سیاسی دولت و کلیه بدنه نظام خواهان مشارکت فعال مردم و به طبع آن در بزنگاه های

در فصل پاییز چه لباس هایی را برای پوشیدن انتخاب کنیم؟

نگار طاهریان
عضو هیات تحریریه



سمت کفش ها، کلاه ها و سربندهای فوق العاده شیک است. شما باید آتم های مناسب برای پاییز را انتخاب کنید.

نکات مهم:

شال ریش ریش بافت خوبی برای تنوع دادن به لباس است. از شال های نازک مانند حریر که یادآور تابستان هستند استفاده نکنید. زیورآلات ساخته شده از مواد طبیعی مانند چوب، دستبندها و گردنبندهای با تالگوی طلا، به ظاهرتان گرما می بخشد.

کیف های کیسه ای یا کوله پشتی های بزرگی برای حمل لباس هایی که درمی آورید. و حرف آخر اینکه استفاده از آکسسوری ها و کفش ها روش خوبی برای افزودن رنگ به لباس های پاییزه است. می توانید از رنگ های متضاد برای برجسته کردن رنگ های خاکی استفاده کنید.

های سرد مانند سبزی های هم در این فصل بیشتر شده اند زیرا آن ها به رنگ های خنثی روح می بخشد.

طرح های پاییزه

شطرنجی، طرح پرترفرداری در پاییز است زیرا یادآور پیراهن های هیزم شکنان است. این طرح روی همه لباس ها از پیراهن ها گرفته تا دامن ها و کت ها دیده می شود. رنگ های سنتی قرمز و مشکی برای فصل پاییز ایده آل هستند اما ترکیب های رنگی بسیار دیگری هم وجود دارد. طرح های الهام گرفته شده از حیوانات مانند پلنگی هم برای پاییز مناسب هستند زیرا ظاهری بازیگوش و درعین حال هماهنگ با طبیعت دارند.

آکسسوری و کفش پاییزه

پاییز زمان کنار گذاشتن کلاه آفتابی و دمپایی و حرکت به

هماهنگ شدن با این فصل است. رنگ برگ های پاییزی مانند قهوه ای، نارنجی و قرمز پررنگ بخشی از پالت سنتی پاییز هستند. برای اینکه رنگ های خاکی زنده تر به نظر برسند، طیف های طلایی یا لباس های دارای تزئینات درخشان مانند پولک دوزی و اکلیل را به تیپ خود اضافه کنید.

رنگ های مد پاییز

هرسال، سردبیران دنیای مد رنگ های پاییزه جدیدی را معرفی می کنند. بنابراین، مجلات مد را جستجو کنید تا قبل از رسیدن پاییز، از مدهای این فصل باخبر شوید. طبق اعلام مجله ووگ، طیف های بژ، خاکستری، خردلی، گل بهی و سبز تیره، رنگ های مد پاییز هستند. در کل، رنگ های گرم مانند زرشکی هستند اما طرفداران رنگ

سبک و خیلی سنگین نباشند. مثلاً ترکیب یک تاپ نازک با یک ژاکت بافتنی کلفت، شما را زمخت و چاق نشان خواهد داد. با یک تی شرت نخ، تاپ یا بلوز آستین حلقه ای، یا پیراهن شروع کنید تا راحت باشید و پوستتان بتواند تنفس کند. اگر هوا خنک تر شد، یک پیراهن فلافل یا تی شرت آستین بلند و اگر دما بازم پایین تر رفت یک گرم کن کشمیر به لباس های خود اضافه کنید. یک ژاکت جین یا لینن سبک، لایه گرمایی دیگری خواهد بود. با نزدیک تر شدن زمستان، وزن پارچه ها را افزایش دهید تا در نهایت لباس های پاییزه به شلوار جین، شلوار پشمی-نخی و کت های چرمی برسند.

رنگ ها و طرح های پاییزه

الهام گرفتن از رنگ های طبیعت در فصل پاییز، بهترین راه برای

حال که گرمای تابستان کم کم جای خود را به خنکای پاییز می دهد، باید دقت کنیم، طوری لباس بپوشیم که هم راحت باشیم و هم به روز. در ابتدای فصل پاییز وقتی هوا هنوز گرم است، زنان و مردان می توانند لایه هایی به لباسهای تابستانی خود بیافزایند، وزن پارچه های لباس خود را افزایش دهند و با کاهش دما از کت های پاییزه استفاده کنند. انتخاب رنگ های مناسب خوش تیبی شما را در این فصل حفظ می کند و استفاده از آکسسوری های مناسب، آخرین تلاش شما برای همراهی با این فصل خواهد بود.

استفاده از لایه های مختلف برای فصل پاییز

هنگام استفاده از لایه های مختلف باید به پارچه ها دقت داشته باشید که ترکیب نامتعادلی از پارچه های خیلی

آن ها آن چنان که باید و شاید ما را به توسعه متوازن و عدالت اجتماعی رسانده است. در آستانه تدوین برنامه ششم، شناخت عوامل ناکارآمدی برنامه های توسعه مؤثر است تا برای ۵ سال آینده بتوانیم به برنامه ای برسیم که ما را به اهداف خود نزدیک کند.

و از معاونت امور زنان و خانواده خواسته شده با همکاری دستگاه های اجرایی اقدامات قانونی در این خصوص انجام گیرد. وی افزود: ما در کشور حدود ۷۰ سال تجربه برنامه نویسی داریم که ۵ برنامه قبل و ۵ برنامه بعد از انقلاب تدوین شده است، اما برآیند این ۱۰ برنامه این بوده که اجرای

زنان کم توجهی شده بود، اما در برنامه چهارم که همزمان با سند چشم انداز ۲۰ ساله نظام تدوین شد، چندین ماده به مشارکت زنان اختصاص یافت که این برنامه با روی کار آمدن دولت نهم کنار گذاشته شد. در برنامه پنجم توسعه ماده ۲۲۰ با ۱۴ محور کلی در رابطه با زنان و خانواده است

شهین دخت مولوردی؛ معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده گفت: ۱۱ سال پس از پیروزی انقلاب نخستین برنامه توسعه تدوین شد که از نظر جنسیتی خنثی بود. در برنامه دوم توسعه ۲۰ درصد از عوارض فروش یک نخ سیگار به ورزش زنان اختصاص یافت. در برنامه سوم نیز به حوزه

معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده خبر داد: توجه به رویکرد عدالت جنسیتی در برنامه ششم توسعه

معاون رئیس جمهور در امور زنان و خانواده خبر داد:

توجه به رویکرد عدالت جنسیتی

در برنامه ششم توسعه

تغذیه اساسی ترین مولفه یک زندگی سالم

اعظم امیری - تغذیه از اساسی ترین مولفه های داشتن یک زندگی سالم است. اینکه تغذیه چگونه باشد سوال بسیاری از خانواده های امروزی است. شاید دغدغه اصلی رشد کودکان و نیز تامین انرژی روزانه بزرگسالان همین باشد که تغذیه مناسب از چه چیزهایی تشکیل شده است و چگونه و به چه میزان باید به بدن برسد؟ از این پس سعی داریم با ارائه مطالبی در خصوص علم تغذیه یاری گر خانواده های ارجمند باشیم. اما در ابتدا به مفاهیم کلی و پایه ای در تغذیه می پردازیم و در شماره های آتی مباحث روز تغذیه را عنوان خواهیم کرد.

تغذیه

مواد غذایی لازم برای بدن، شامل پروتئین ها، هیدرات های کربن، چربی ها، ویتامین ها و مواد معدنی می باشد. غذاهایی که بطور روزانه مصرف می کنیم از مواد غذایی که به آن اشاره شد تشکیل شده اند. تغذیه صحیح به معنی خوردن و دریافت مقدار لازم و کافی از هر کدام از این مواد غذایی می باشد. این مقدار لازم و کافی یا همان نیازهای تغذیه ای در افراد مختلف با یکدیگر تفاوت دارد سن، جنس، میزان فعالیت فرد، شرایط محیطی و سلامت یا بیماری از عواملی هستند که موجب بروز این تفاوتها می شوند.

هیدرات های کربن

هیدرات های کربن مهمترین منابع انرژی برای بدن ما هستند و بطور معمول بالاترین درصد مصرفی را در مجموع غذاهای روزانه دارا می باشند. نان و غلات از شناخته شده ترین منابع غذایی هیدرات کربن هستند. جالب است بدانید گروه هیدرات های کربن فقط شامل نان و برنج نیست بلکه انواع قندها مانند ساکاروز یا شکر (هیدرات

کربن ساده) نشاسته (هیدرات کربن پیچیده) و سبزیجات (هیدرات کربن غیر قابل هضم یا فیبر) همگی از دسته هیدرات های کربن هستند.

پروتئین ها

پروتئین ها مسئول رشد و حفظ ساختار بدن ما هستند. پروتئین ها از اجزایی به

انرژی مورد نیاز بدن دارند. بعلاوه چربی ها تنها منبع تامین کننده دسته ای از ویتامین های موسوم به ویتامین های محلول در چربی (vitamin E-D-A) هستند روغن و کره شناخته شده ترین منابع چربی هستند.

ویتامین ها و مواد معدنی

آنها را جایگزین یکدیگر نمود. مثلاً برای تامین کلسیم مورد نیاز بدن می توان از شیر ماست، پنیر به جای یک دیگر استفاده نمود. باید توجه داشت که نمی توان گروه ها را جایگزین یکدیگر کرد یعنی نمی توان مصرف سبزیجات را جایگزین گوشت یا برنج و غلات نمود. لذا در یک رژیم متعادل روزانه باید نسبت مناسبی از غذاهای موجود در هر کدام از گروه های غذایی وجود داشته باشد. مقیاس سنجش مقدار مورد نیاز مواد غذایی (واحد) می باشد که دارای اندازه تعریف شده معینی است مثلاً:

- ۱ واحد شیر یعنی ۱ لیوان شیر
- ۱ واحد گوشت یعنی ۶۰ گرم گوشت (معادل ۲ تکه متوسط خورشتی)
- ۱ واحد نان یعنی یک برش ۳۰ گرمی (معادل یک کف دست از نان سنگک، بربری و تافتون و ۴ برش از نان لواش)
- ۱ واحد میوه یعنی یک عدد سیب یا پرتقال متوسط

گروه نان و غلات

مواد غذایی مانند نان ماکارونی، گندم، جو، ذرت در این گروه قرار دارد مواد غذایی این گروه بیشترین نقش را در تامین انرژی بدن دارا هستند. غذاهای گروه نان و غلات از مهمترین منابع ویتامین های گروه B می باشند این غذاها حاوی آهن و پروتئین هم هستند. بدن ما روزانه به ۶ تا ۱۱ واحد از غذاهای این گروه نیاز دارد مقدار مصرف غذاهای این گروه به فعالیت روزانه فرد بستگی دارد. برای مثال اگر فردی بخواهد روزانه ۷ واحد از گروه نان و غلات مصرف کند، می تواند معادل ۳ کف دست نان سنگک در صبحانه و ۲ کفگیر پلو در ناهار و ۲ کفگیر ماکارونی در شام بخورد.

ادامه دارد...

با اقتباس آزاد

وجود این مواد برای برقراری مسیرهای سوخت و ساز بدن ضروری می باشد مقادیر مورد نیاز ویتامین و مواد معدنی بدن کمتر از مقادیر هیدرات کربن، چربی و پروتئین می باشد اما همین مقدار اندک برای بدن کاملاً ضروری و غیر قابل حذف می باشد. گروه های غذایی در ۴ گروه اصلی غذایی طبقه بندی می شوند:

گروه نان و غلات

گروه گوشت، تخم مرغ، حبوبات و مغزها

گروه شیر و لبنیات

گروه میوه ها و سبزی ها

غذاهایی که داخل یک گروه قرار می گیرند از ارزش غذایی تقریباً مشابهی برخوردارند و می توان در صورت لزوم



یکی از دغدغه های اصلی

در رشد کودکان،

تغذیه مناسب است

نام اسید آمینه تشکیل شده اند بدن ما قادر به ساخت برخی از انواع اسیدهای آمینه نیست و لازم است آنها را از طریق دریافت مواد غذایی پروتئینی دریافت کند (به این اسیدهای آمینه اسیدهای آمینه ضروری می گویند) گوشت قرمز و سفید شناخته شده ترین منابع پروتئین می باشند.

چربی ها

چربی ها در ساختمان غشای سلول ها بکار می روند و نقش مهمی در تامین

رفع مشکلات رفتاری کودکان با قصه درمانی



مهدیه هنرمند راد
کارشناس مسائل روانشناسی

اختلالات رفتاری کودکان نیز بهره می بریم. کارشناسان مسائل کودک و مشاوره، معتقدند که بیشتر قصه های کودکان درباره انسان ها، جانوران، موجودات خیالی و اشیایی از قبیل ساعت، قطار و گلدان هاست که دارای شخصیت، قصه ها به ما می گویند در این جهان چگونه باشیم و این فرصت را می دهد تا دیدگاه خود را نسبت به واقعیت تغییر دهیم، به عبارت دیگر قصه ها بیانگر باورهای افراد در باره ی خودشان است هنگامی که یک قصه گفته می شود، موضوع شکل

می گیرد، در تخیل کودک با قصه ارتباط هیجانی برقرار می شود و شخصیتها و اشیای قصه با افکار و هیجانها و رفتارهای خاص وی منطبق می شوند. به نظر "رودلف اشتاینر" مؤسس مدارس والدورف؛ کودکان دو ساله خیلی زود به شنیدن داستان یا شعرهای کودکانه علاقه نشان می دهند. داستان های مخصوص کودکان نوپا نباید طولانی یا پیچیده باشند. اما بچه های پیش دبستانی عاشق حرکات بیانی با دست، تغییر حالت و احساس با صورت و صداهای زمینه و جلوه های صوتی هستند.



برای این که شخصیتها و حوادث را برای بچه ها زنده کنید می توانید از این عناصر استفاده کنید. به یاد داشته باشید که این عناصر را در یک داستان همیشه مثل هم استفاده کنید تا بچه ها آن ها را یاد بگیرند و به خاطر بیاورند. تطابق یابی، عنصر مهمی در قصه گوئی است که به قصه ها نیروی نفوذ و تأثیر می بخشد. تطابق یابی، یک فرآیند ذهنی ناخودآگاه است. داستان پردازی و قصه گوئی برای کودک و حتی توسط خود کودک یکی از بهترین ابزارهای برطرف کردن ترس های کودکان است. مثلاً بیان قصه هایی در مورد یک شخصیت داستانی که چگونه از تاریکی نترسیده و بر مشکلش فائق آمده، باعث می شود کودک با همانندسازی با شخصیت داستان ضمن لذت بردن از این شبیه سازی ذهنی ترس را از خودش دور کند و به طور ناخودآگاه در یک فضای درمانی غیرمستقیم، مشکلش حل شود. در مجموع می توان گفت قصه درمانی می تواند شیوه موثری برای درمان بسیاری از اختلالات رفتاری کودکان باشد اما موردی که نباید از آن چشم پوشی کرد انتخاب داستان مناسب است که بهتر است در مورد مشکلات رفتاری خاص و انتخاب داستان با متخصصان روانشناسی کودک مشورت کرد.

گردو، غذای مغز انسان

گردو را به نام "غذای مغز" نیز می شناسند و این فقط به خاطر شباهت آن به مغز نیست، بلکه به خاطر وجود امگا ۳ فراوان آن می باشد. برای درست عمل کردن مغز، به امگا ۳ نیاز داریم. مصرف ۴ عدد مغز گردو در روز موجب افزایش اسید چرب ضروری امگا ۳ می گردد. یک چهارم فنجان مغز گردو، در حدود ۹۰/۸ درصد نیاز روزانه بدن به این چربی ضروری را تامین می کند. از دیگر فواید گردو می توان به ۲۳ مورد زیر اشاره نمود:

کاهش کلسترول کل/ کاهش LDL کلسترول/ افزایش HDL کلسترول/ افزایش قابلیت ارتجاعی رگ های بدن/ محافظت در برابر بیماری قلبی/ افزایش قدرت ذهن و هوش/ مفید برای تنگی نفس/ جلوگیری از ورم مفاصل/ مفید در بیماری های پوست نظیر: اگزما و پسوریازیس (به وجود آمدن لکه های قرمز رنگ در پوست)/ ضد سرطان/ دارای آنتی اکسیدان. در بین آجیل ها، آنتی اکسیدان گردو و شاه بلوط از همه بیشتر است/ محافظت از سیستم ایمنی/ جلوگیری از لخته خون/ تنظیم سوخت و ساز در بدن/ تنظیم فشار خون/ تنظیم قند خون/ جلوگیری از پارکینسون و آلزایمر/ جلوگیری از سنگ کیسه صفرا/ محافظت از استخوان/ روغن گردو درمان کننده دردهای مفاصل است و جذب مواد غذایی را آسان می کند/ کودکانی که مقدار امگا ۳ در برنامه ی غذایی شان کم است، اختلالاتی مانند بیش فعالی یا هایپرکتیوی، مشکلات رفتاری، کج خلقی و مشکلات خواب در آنها زیاد است/ زنانی که در هفته ۲۸ گرم آجیل و بادام زمینی مصرف می کنند، ۲۵ درصد احتمال پیشرفت سنگ کیسه صفرا را کم می کنند/ اگر می خواهید خواب آرامی داشته باشید، برای شام، سالاد سبزیجات به همراه گردو مصرف کنید.

آشپزی



لعیا نیازی
آشپز ممتاز

کرمانی ها با زیره مخصوصی که دارند غذاهای خوشمزه و مقوی درست می کنند. یکی از این غذاها آبگوشت زیره است که با همه آبگوشت ها فرق می کند. در آبگوشت زیره هیچ خبری از نخود و لوبیا و سیب زمینی در آن نیست. فقط گوشت است و زیره و کمی سیر. اگر دلتان می خواهد یک آبگوشت ناب، قدیمی و سنتی بخورید حتماً مدل زیره ای آن را امتحان کنید.

مواد لازم برای ۴ تا ۶ نفر:

- گوشت آبگوشتی ۴۰۰ گرم
- پياز ۱ عدد
- سیر ۳ حبه
- پودر زیره سیاه ۱ قاشق سوپخوری
- رب گوجه فرنگی ۲ قاشق سوپخوری
- نمک و فلفل و زردچوبه به اندازه لازم

طرز تهیه آبگوشت زیره:

پياز را نگینی خرد کنید و با گوشت کمی تفت دهید. لازم نیست روغن بریزید. گوشت با چربی خودش کمی تفت می خورد. سیر را رنده کنید و با گوشت، پودر زیره، رب گوجه فرنگی، فلفل، زردچوبه و ۴ لیوان آب به مدت ۳ ساعت با شعله کم بپزد. وقتی گوشت خوب پخت و آب آن کم شد، نمک را اضافه کنید و بعد از یکی دو جوش، آن را از روی حرارت بردارید. کرمانی ها گوشت این غذا را با نان میل می کنند و درون آب آن نان خشک محلی ترد می کنند. نکاتی برای پخت آبگوشت زیره:

- * برای خوش طعم کردن آبگوشت می توانید از مرزه خشک یا ترخون خشک استفاده کنید. البته بعد از اینکه آبگوشت پخت از این سبزی های معطر استفاده کنید تا این سبزی ها غذایتان را تلخ نکند.
- * کرمانی های قدیمی از رب گوجه استفاده نمی کنند و با ادویه به آبگوشت شان رنگ می دهند. نوش جان!





حسام حسینی سعدی
عضو هیات تحریریه

بهر آزاده زنان جا تنگ است

اسعد پور بهزادی (زهره) آبان ماه ۱۳۱۹ شمسی در شهرستان بم دیده به جهان گشود. پدرش علی محمد خان از نوادگان سید جواد عمادالاسلام بود که نخستین مدرسه ی ملی بم را در سال ۱۲۸۷ هجری شمسی تأسیس کرد. اسعد پور تحصیلات ابتدایی و متوسطه خود را در زادگاهش به پایان برد و در سال ۱۳۵۷ شمسی از مدرسه ی عالی ادبیات و زبان های خارجی در رشته ی زبان انگلیسی لیسانس گرفت. وی در سال ۱۳۳۹ شمسی با معلمی فرزانه و با فضیلت ازدواج کرد و صاحب سه فرزند شد که یکی از آنان در جوانی دعوت حق را لبیک گفت و داغ غم مرگ خود را بر دل پدر و مادر نهاد. اسعد پور از آن به بعد به مطالعه و تحقیق روی آورد و به کار نوشتن پرداخت. نخستین کتابش «میلاذ قنوس» نام دارد که در آن به بررسی خلق و خوی مردم و محرومیت های فرهنگی و اجتماعی اهالی بم پرداخته است. کتاب «المناس کویر» را در سال ۱۳۷۰ چاپ و منتشر کرد و در آن به وقایع تاریخی بم در دوران گذشته، از هخامنشیان تا دوره ی زندیه پرداخت. کتاب دیگر وی «کیمیای ناسوت» است که آن را در سال ۱۳۷۲ منتشر کرده و در باب ارگ بم سخن رانده است.

او گاهی با خود به صورت منظوم نیز زمزمه هایی دارد که شعر زیر از آن جمله است:
گفته بودی با من
در دیاری که پر از زرق و تباهی و دروغ است
هنوز
و جهانی که پر از نیرنگ است
بهر منصور و شان جا تنگ است
هان بگویم با تو
در سراپرده ی غم پرور زندان زمان
بعد حلاج و شان، بهر آزاده زنان جا تنگ است.

تاریخ سازان

ترکان خاتون

از جمله زنان کار آفرین و نوابغ علم اقتصاد که با اجرای طرح های گوناگون، دگرگونی هایی را ایجاد کرد که هنوز پس از هفتصد سال، بهره آن نصیب کرمان می شود. ترکان خاتون، این بانوی نابغه، گویی هر جا با می گذاشت شگفتی می آفرید و نوآوری می کرد. هنر او تنها جمع کردن عالمان در یک فضای تحصیلی و اشاعه فرهنگ نبود، بلکه خود نیز با آنها حشر و نشر داشت و همین امر موجب خلاقیت بیشتر او شده بود، به عنوان مثال وارد عرصه ی تحقیق در امر کشاورزی شد. با کنکاش در خصوص تولید بهتر و شیرین تر هندوانه، نوعی بذر مناسب تهیه و تولید کرد که با کشت آن هندوانه ای شیرین و شکرین به دست می آمد. این هندوانه به «هندوانه خانی» معروف است و هنوز هم کم و بیش از آن یاد می شود. ترکان خاتون در حوالی سیرج، جایی که هنوز مردم از آب گرم آن استفاده می کنند، امکاناتی ساخته که به «حوض ترکی خاتون» معروف است. بین راه کرمان - بم، جای دیگری را آباد کرده که به «خان خاتون» شهرت دارد و بالاخره آب زلال و گوارایی که سال ها تشنگان وادی کویر را سیراب می کرد و به آب «عصمت آباد خاتونی» شهرت داشت از یادگارهای اوست. در اینجا نام عصمت برگرفته از یکی از لقب های وی یعنی عصمت الدین است.

جالب است که ترکان خاتون، تنها به رفاه و آسایش و حل مشکل مردم شهر کرمان نمی اندیشیده و نگاهی وسیع به تمامی منطقه داشته است. حکومت او در کرمان بیست و پنج سال طول کشید و در این مدت خدمات شایانی کرد که در عین حال نشانی از درایت و اندیشه والای او به شمار می رود، زیرا توانست سه قوم تاجیک، ترکان قراختایی و مغولان تازه وارد را متحد کند و زمینه جلب مساعدت و همکاری آنان را فراهم سازد، یعنی همان اصلی که اساس مدیریت به شمار می رود و در اقتصاد و تجارت نیز نقش عمده و اساسی ایفا می کند. استاد باستانی پاریزی حتی ساخت بند هلاکو در کرمان را به این زن قهرمان و مدیر نسبت می دهد.

"ربابه قائم پناه"، بانوی آتش نشان کرمانی در گفت و گو با زن و اجتماع؛

زنان می توانند



محسن منوچهری
سرپربر

• به نظر شما حضور بانوان در مشاغل سخت و حساس چه پیامی برای سایر جامعه می تواند داشته باشد؟
از ائمه معصومین روایت داریم که هر چه کاری سخت تر باشد ثواب آن نیز نزد خداوند بیشتر است. من به کار عشق می ورزم و هیچ سختی در آن احساس نمی کنم.

• لازمه اینکه یک زن به شغل آتش نشانی روی بیاورد انگیزه و علاقه است. چگونه عشق و علاقه اینچنینی در جامعه زنان که اغلب به خانه داری مشغول بوده اند بوجود آید که احساس کنند می توانند در اینگونه مشاغل سخت نیز پا به پای مردان حرکت کنند؟

فکر می کنم تحصیلات عالیه آکادمیک بهترین راهنمای بشر به سوی مشاغلی است که مربوط به تحصیلات آن ها می شود و این علاقه مندی خود به خود از دروس دانشگاهی به وجود می آید و نیاز مبرم زنان در جامعه اسلامی به کمک رسانی به دیگر زنان جامعه اهمیت پیدا می کند.

• رابطه مردم وقتی که شما را به عنوان یک آتش نشان در صحنه وقوع حادثه می بیند چگونه است؟

وقتی زن فعال و

سرزنده باشد،

جامعه پویا خواهد شد

به عملیات هایی که به ما نیاز است و ما مراجعه می کنیم اغلب با تمسخر شهروندان روبرو می شویم اما ما کار خود را انجام می دهیم. به واقع آن ها باور نمی کنند. حتی در گاهی موارد خود آنها نیز سعی می کنند با پراکنده کردن ازدحام جمعیت به کمک ما بیایند. فکر می کنم من و دو خانم دیگر که آتش نشان هستیم تقریباً در شهر کرمان به اصطلاح جا افتاده ایم و مردم ما را قبول کرده اند.

• چه بازخوردی از همکاران، مردم و مسئولین نسبت به اینکه در این حرفه مشغول به فعالیت هستید دریافت کرده اید؟

من و دیگر همکاران زن در سازمان مدیون همکاران سازمان آتش نشانی و خدمات ایمنی هستیم و از همان روز اول انواع آموزش های عملیاتی در خصوص اطفاء و امداد و نجات را از آن ها فرا گرفتیم.

• سختی های یک زن آتش نشان چیست؟
سنگینی وسایل آتش نشانی از قبیل کپسول های اکسیژن، AFT و خاموش



کننده های دستی سنگین برآیمان سخت است اما بعضی اوقات تمسخر برخی از شهروندان از حد خود می گذرد و تحمل این مورد از همه چیز سنگین تر است.

• زنان بسیاری در جامعه ما به انجام مشاغل بسیار سخت و حساس می

پردازند. آیا به برابری جنسیتی معتقد هستید؟ منظور این است که زنان پا به پای مردان در حال فعالیت هستند و در حق و حقوق باید برابر باشند و تبعیض ها (اگر وجود داشته باشند) برداشته شود.

• من معتقدم هر کس را برای کاری ساخته

اند. فرض کنید پرستاران زن در جامعه نباشند و یا دبستان هایمان را از معلمان زن که به واقع مادران جامعه هستند خالی کنیم و غیره. در همین شغل ما اگر به عنوان مثال خانمی در حمام دچار گازگرفتگی شده باشد چگونه همکاران مرد ما در آن لحظه های عملیات در حضور ازدحام جمعیت و خانواده فرد مصدوم می توانند امداد رسانی را انجام دهند؟!

• آیا در جامعه کنونی تبعیضی بین جنس مرد و زن از لحاظ شغلی وجود دارد؟ اگر وجود دارد چگونه می توان در این خصوص فرهنگ سازی کرد؟

تبعیض در همه جوامع است ولی اسلام نه تنها محدودیتی برای زن بوجود نیاورده است بلکه کمک کرده شان و منزلت زن در جامعه حفظ گردد.

• به نظر شما زنان چگونه می توانند خود را باور کرده و به توانمند شدن بر سند؟

وقتی زن در جامعه پویا، سرزنده و فعال باشد و وظایف خود را در کوچکترین واحد یک جامعه یعنی خانواده به خوبی انجام دهد به طبع مردان جامعه هم فعال تر خواهند بود. مردان و زنان باید دوشادوش همدیگر کار کنند تا بتوانند

کشور عزیزمان را آزاد و سرزنده ببینیم.

• در اینکه زنان می توانند دوشادوش مردان به انجام انواع مشاغل بپردازند

شکی نیست. زمینه ساز فعالیت زنان از سوی هم خانواده، هم جامعه، هم مسوولین و هم خود زنان چه می تواند باشد؟

ارتقای سطح توانمندی بانوان بویژه

متناسب با شغلی که قرار است در آن فعالیت نماید از جمله مهمترین عوامل زمینه ساز فعالیت زنان خواهد بود. البته نوع شغل و دیدگاههای اجتماعی در مورد آن نیز بسیار تاثیرگذار خواهد بود.

• خاطره ای از زمان فعالیت خود به عنوان یک زن آتش نشان بفرمایید؟

سال گذشته در همین ایام (اوایل پاییز) بودیم که از طریق مرکز پیام به ما (سه نفر خانم آتش نشان) که شیفت بودیم اطلاع دادند که منزلی مسکونی دچار حادثه شده است. پس از مراجعت به محل و بعد از اطفاء حریق در یکی از اتاق ها با خانم سالخورده ای که به تنهایی در آن منزل بود روبرو شدیم. با کمک همکارانم و گذاشتن ماسک اکسیژن او را به محل امن آوردیم و شروع به احیای قلبی و تنفسی ایشان تا آمدن اورژانس کردیم و خوشبختانه در لحظات آخر موفق به بازگشت ایشان به زندگی شدیم.

• توصیه شما به زنانی که می خواهند پارا این عرصه بگذارند چیست؟
اگر خانمی بخواهد وارد این عرصه شود می تواند و هیچ مانعی بر سر راهش نیست فقط باید عشق به این کار که همانا عشق به کمک به همتوانان است را داشته باشد. شاید اوایل نتوان جایی مشغول به کار شد ولی می توان از طریق آتش نشان داوطلب شروع کرد. ما در هر سال ۴ دوره برگزار می کنیم که خانم های بسیاری این آموزش ها را می بینند و ما نیز از برخی از این افراد که فعال تر و مستعد تر می باشند استفاده می کنیم.

من خوبم تو بی شعوری ...



مهرنوش زنده نوش
عضو هیات تحریریه

سرکوبی، تهاجم، تعصب فکری، وقاحت، تسلط داشتن بر دیگران، انکار، ارباب، غر زدن، تناقض و معما اشاره کرد که در این فصل نویسنده در مورد هر یک از این خصوصیات به تفصیل توضیح داده است.

بی شعورها می توانند با نیشخند، پوزخند و استهزای دیگران شاد باشند ولی شادی واقعی در زندگی آنان جایی نخواهد داشت همانگونه که تعریفشان از عشق، عشق به خودشان، موقعیتشان، ثروتشان، نظرانتشان و تعصباتشان است.

نویسنده بی شعوری را به باد تشبیه کرده که دارای شدت است گاه ملایم است و گاه می تواند ویرانگر و آسیب رسان باشد. فرد مبتلا به بی شعوری هر چه زودتر از بیماری خود آگاهی پیدا کند راحت تر می تواند تحت درمان قرار بگیرد. خلاصه اینکه بی شعور کسی است که کارهای اشتباه در زمانی اشتباه و به شیوه ی اشتباه را انجام می دهد و از انجام دادن آنها نیز ابایی ندارد. در شماره ی آینده انواع بی شعوری را بررسی می کنیم.

عادی به سرکشی و تمرد هم نیست، بلکه یک اختلال شخصیتی و اعتیاد است که هر چه سریع تر باید درمان شود. بی شعورها برای خود قوانین نانوشته ای دارند که بر طبق آن عمل می کنند. آنها معتقدند تمام مشکلات را دیگران به وجود آورده اند، بنابراین به دنبال شخصی هستند تا تقصیرها را به گردن او بیاندازند. آنها تمام کمی و کاستی هایشان را پشت نقابی از گستاخی پنهان می کنند. انجام تمام کارهای هنجارشکنانه صرفاً برای خودشان آزاد است و اگر کس دیگری عملی نه حتی خلاف قانون بلکه بر خلاف میل آنها انجام دهد با وی به تندی برخورد می کنند. نویسنده معتقد است برای تعریف بی شعوری باید به بیان صفات و خصوصیات فرد بی شعور پرداخت. دو بی شعور تحت درمان ممکن است درباره ی تعریف بی شعوری اختلاف نظر داشته باشند اما هر دو می پذیرند که بی شعورند. متأسفانه بی شعوری حد و مرز نم یشناسد و یک بیماری فراگیر و متأسفانه اعتیاد آور است. برای بیان برخی از خصوصیات بی شعورها می توان به مراقبت خواهی، اعتماد به نفس،

هنوز هم در حال زدن کتاب "بیشعوری" اثر خاویر کرمنت از طاقچه کتاب هایمان هستیم. در دو مطلب پیشین بارها از واژه های بی شعور و بی شعوری استفاده کرده ایم اما تعریفی از این واژه ها ارائه ندادیم. شاید نتوانیم تعریف دقیقی از بی شعوری ارائه دهیم اما هنگامی که با یک بی شعور مواجه شویم قطعاً متوجه ی بی شعوری وی می شویم. تقریباً همه ی افراد در این امر اتفاق نظر دارند که فرد بیشعور فردی گستاخ، بی ادب، خودخواه و غیر قابل تحمل است که رفتار و قبحانه و نفرت انگیزی از خود بروز می دهد و خودش هم از رفتار خود بسیار خرسند است. برخی می گویند استفاده از واژه ی بی شعور برای اینگونه بیماران زیادی عامیانه است و صرفاً برای تحقیر و استهزاء استفاده می شود. برخی دیگر این واژه را "سوپرکتیو" می دانند. نویسنده، براین عقیده است که لازمه ی درمان بی شعوری استفاده از واژه ی بی شعوری است زیرا اینگونه بیمار به عمق بیماری خود تحقیقاً پی خواهد برد. نویسنده معتقد است که بی شعوری یک گرایش



نجمه بهرام نژاد
خبرنگار و فعال اجتماعی

صحبت از کارتن خواب‌ها که می‌شود تنها افرادی که لباسهای کهنه و پاره به تن دارند و سراپا غرق در خاکند را تصور میکنیم. افرادی که موهای بلند و ژولیده دارند و چرت زنان در گوشه‌ای از مخروبه تن خود را رها کردند و در گوشه و کنارشان چیزی جز سرنگ، پاپی و زوررق دیده نمی‌شود، این یک قتلگاه به تمام معناست. اما همه آنها اینگونه نیستند که خود را در گوشه‌های مخروبه پنهان کرده باشند زیرا آنها را در سطح شهر دیدم. آنها در میدان بیرم آباد که یکی از میادین بزرگ شهر کرمان است دیدم آزاد و رها... کس مکش بین مسوولین امر در رابطه با ساماندهی معتادین کارتن خواب در سطح شهر تمامی ندارد. هر کس به نوعی جمع آوری این افراد را به دیگری حواله می‌دهد. من و شما هم شاهد شانه خالی کردن متولیان امر در این زمینه هستیم؛ به واقع نمی‌دانم نمی‌بینند یا نمی‌خواهند ببینند. تیرهای ریز و درشت مقابله با حاشیه نشینان، شب نشینی با کارتن خوابها و غیره زیاد دیده شده است، البته فقط دیده شده است اما اقدامی که این معضل را رفع کند به چشم نمی‌خورد. اگر بخواهیم منصف باشیم در کرمان مقابله با حاشیه نشینی که آن هم گرفتن حق دولت بود کارهایی صورت گرفت و کارتن خوابهای امروز گروهی از همان حاشیه نشینان بودند که خانه‌هایشان تخریب شد. نهایتاً نمی‌دانیم جمع آوری و ساماندهی کارتن خوابهای سطح شهر بر عهده چه سازمانی است؟ اگر هر سازمانی بودجه‌ای را برای درمان و نگهداری این افراد کنار می‌گذاشت، هم امنیت شهرمان بیشتر تامین می‌شد و هم چهره شهرمان اینگونه تخریب نمی‌گشت. این نداشتن بودجه تنها بهانه می‌باشد و وظایف اصلی به فراموشی

کارتن خواب‌های امروز همان حاشیه نشینان دیروز اند!

سپرده شده است و تاوان این فراموشی را همان کارتن خوابهایی می‌دهند که در فصول سرما به دیار باقی کوچ می‌کنند. "مهرناز برخورداری" مدیر موسسه طلوع برای کمک به کارتن خوابهای شهر کرمان گامی را برداشته است اگر چه هیچ هزینه‌ای را از سازمان‌های دولتی دریافت نکرده است اما با کمک‌های مردمی توانسته است ۴۰ معتاد در سطح شهر را ترک و در هفته یک شب به آنها غذای گرم دهد. وی کار خود را از اسفند ماه سال گذشته شروع کرد و همراه با اعضای تیم خود هر سه شنبه برای کارتن خوابهای شهرمان غذای گرم می‌برد و گاه‌در بین آنها معتادینی را برای ترک اعتیاد به کمپین‌ها می‌فرستد و زندگی جدیدی را به آنها هدیه می‌کند. برخورداری در گفت‌وگو با ما تصریح کرد: هزینه ترک معتادین بر عهده خودمان است و کمپ‌ها تنها با تخفیفی کوچک ما را در این زمینه همراهی می‌کنند.

بلای خفته زیر پوست شهر؛

اینجا یک قتلگاه به تمام معناست!



زندگی می‌کنند و آنها پاسخ مرا با جمله «کمی صبر داشته باش» جواب می‌دادند! ساعت یک شب بود و هنگامی که در اطراف میدان ماشین متوقف شد در این فکر بودم که شاید در سرآسیاب منطقه ای مانند شهرک صنعتی وجود دارد و آن آدم‌هایی که در ذهنم بودند در آن منطقه روزگار سیاه خود را سپری می‌کنند اما ناپولنی را که حاوی غذا بود را به دستم دادند و گفتند برای تکمیل گزارشت همراه ما به وسط میدان بیرم آباد بیا. به میدان که رسیدیم فردی که کارتن خواب‌ها می‌رفت. گویی آن نقاط پاتوق همیشگی‌شان بود! تعداد زیادی از زن و مرد بر روی چمن‌ها نشسته بودند و گروهی از آنها در حال مصرف شیشه بودند؛ نکته‌ای که برایم جالب بود این بود که از عکس گرفتن و صحبت کردن هیچ هراسی نداشتند و مشتاق دیده شدن بودند. هنگام بیرون آمدن از پارک بودیم که حدود ۱۵ نفرشان در کنار آبخوری نشسته بودند در بین آنها «حجت» خود درخواست صحبت کردن را داشت. او ۲۴ ساله بود گویی تازه زورق خود را زمین گذاشته بود. پیرهنی صورتی به تن، چهره‌ای استخوانی، چشمانی از حلقه بیرون زده و رنگ پریده‌ای داشت با دست داشتن یک وعده غذا او را به سمت نیمکت دعوت کردم و گفت: یک ماه است که به میدان آمده‌ام و اگر کاری انجام دهم و پولی بدست آورم تنها صرف هرویین میکنم همچنین زمستان‌ها برایم بسیار سخت است و در هنگام بادو باران باید در مخروبه‌ها بمانم "دیگر نمی‌خواهم اینگونه باشم تو رو خدا مرا به مراکز ترک اعتیاد بفرستید" دیگر نه توان صحبت با کسی را داشتم و نه تمایلی گوشه‌ای نشستم و دردهای زیر پوست شهرمان را مرور می‌کردم زنانه‌ای که به زور تن خود را می‌کشاندند به کنار ماشین و دستشان را برای گرفتن غذا دراز می‌کردند برایم بسیار سخت بود در همین افکار بودم که پیرمردی به همراه جوانی که "جواد" نام داشت به کنار آمدند و سفره دلشان باز شد. جوواد هم طرد شده‌ای از سمت خانواده روستایی خود بود که چمن‌های وسط میدان تخت خوابش بود او هم هرویین مصرف میکرد و پس از صحبت‌های که تنها بوی خستگی و آوارگی را میداد به سمت اعضا موسسه طلوع رفت و نام خود را برای رفتن به کمپ ثبت کرد. تنها می‌توانم بگویم امید است که مسئولین، متولیان و خیرین در زمینه کوشا تر باشند و راهی برای ساماندهی کارتن خوابهای سطح شهر هر چه سریعتر در نظر بگیرند زیرا فصل سرما نزدیک است....

از نیمه شب گذشته بود که به سراغ آخرین محل رفتیم و در آنجا مرا صدا زدند تا با یک دختر ۲۳ ساله صحبت کنم. دانشجوی رشته امور اداری بوده است اندامی ظریف، لباسهای کهنه و قهوه‌ای رنگ رنگی پریده و صدایی آرام و لرزان داشت اسم او مرضیه بود و بدون سوال من خود صحبتش را از اینکه من یک دانشجوی بودم شروع کرد و گفت: دوره کاردانی را پشت سر گذاشتم و به دلیل روی آوردن به مواد نتوانستم به مقطع کارشناسی راه پیدا کنم. وی گفت: سه سال که به مواد مخدر روی آورده‌ام و تنها شیشه و هرویین مصرف می‌کنم! مرضیه زن برادرش را عامل اعتیادش دانست و بیان کرد: پس از جدایی برادر از همسرش رفت و آمدم را با زن برادرم به طور پنهانی شروع کردم و او توانست انتقام برادر را از من بگیرد. در پایان عاجزانه درخواست انتقال او به یک مرکز ترک اعتیاد شد و گفت: بسیار مشتاق هستم مواد مخدر را کنار بگذارم اما نبودن توان مالی این اجازه را به من نمی‌دهد می‌گویند درد را از هر طرف که بخوانی درد است و مرضیه‌های زیادی این درد را چشیده‌اند و گویی بسیاری درد را فقط خوانده‌اند... پس از پایان دیدارم با مرضیه از شهرک صنعتی، به میدان بیرم آباد رفتم و سوال من از اعضا موسسه طلوع این بود که در کدام منطقه افراد بیشتری در میان پتوهای پوسیده و کارتن‌های پاره در شهر



سپری می‌شود و مادر از زندان راهی خانه می‌شود که به دلیل فراهم کردن شرایط سخت توسط پدر در یک مخروبه در سرآسیاب، باز همه دور هم به مصرف مواد می‌پردازند. از دار و ندار دنیا فرش کهنه‌ای دارند و همسایه‌ها برایشان غذا فراهم می‌آورند. "م-ش" شش ماه است که مواد را کنار گذاشته و به گفته خودش دنیا را جور دیگری می‌بیند او هم همانند ما نگران زنان خیابانی در سطح شهر بود و می‌گفت نباید به آنها به چشم بد نگاه کرد زیرا آنها هم اگر حمایت شوند در زندگیشان تغییراتی اساسی ایجاد خواهد شد. اعضای موسسه طلوع قبل از آغاز به کار خود به دور هم حلقه می‌زدند و با گرفتن دستهای مهربان یکدیگر، هدف خود را با صدایی بلند اعلام می‌کنند و باید بگویم هدف تمام آنها چیزی جز عشق، دوستی و خدمت نبود. ساعت ۱۱ و نیم شب بود که به همراه مدیر موسسه طلوع به شهرک صنعتی (کوره) رفتم. چنین مکانی برایم غیر قابل تصور بود زمینی وسیع، خاکی که دارای خانه‌هایی کوچک و مخروبه با یک نور کوچک بود. گروهی از آن افراد از حضور موسسه طلوع خبر داشتند و در پشت درهای خود به انتظار نشسته بودند. اعضا موسسه طلوع پس از پخش غذا در بین آنها با حجم زیادی از درخواست‌های معتادین بی‌بضاعت رو به رو می‌شدند و خواسته‌ی مشترک بین آنها کمک برای ترکشان بود.

مدیر موسسه طلوع استان کرمان بیان کرد: معتادین مردی که به کمپ فرستاده می‌شوند پس از اتمام دوره ترکشان به خانه بهبودی منتقل می‌شوند زیرا آنها هیچ سرپناهی ندارند. تکلیف زنان کارتن خواب چیست؟ اما در این میان تکلیف زنان کارتن خواب مشخص نیست و راهی برای نجات آنها

ساماندهی کارتن خوابها

امنیت را افزایش داده و

چهره شهر را ترمیم می‌کند!

توسط موسسه طلوع وجود ندارد زیرا مکانی برای نگهداری شان در اختیار نیست و ترکشان بی‌فایده شده است. در آن چند دقیقه‌ای که در یک پیاده‌رو نشسته بودم، خیره به انسان‌های آن اطراف شده بودم، زنانه‌ای را می‌دیدم که طی یک صحبت کوتاه پشت ترک موتورسواران و جلوی ماشین‌انواع ماشین‌ها می‌نشستند و... برخورداری ادامه می‌دهد: کودکان زیادی از بدو ورودشان به این دنیا معتاد هستند زیرا مادران آنها کسانی می‌باشند که زیر پوست شهر مواد را رها نکرده‌اند. مدیر موسسه طلوع اظهار کرد: تمام فعالیت‌هایمان را با کمک‌های مردمی انجام می‌دهیم و در این راستا هیچ نهاد و سازمان دولتی با ما همراه نبوده است. برخورداری تصریح کرد: اکثر افرادی که در خیابان زندگی می‌کنند و ما با آنها برخورد داریم کرمانی هستند و گاهی همه‌ی خانواده دچار این گرفتاری شده‌اند که جا دارد مسوولین در این زمینه ورود پیدا کنند و برای این درد جامعه‌کاری کنند. مدیر موسسه طلوع کرمان گفت: کمک به این افراد حس خوبی را به من می‌دهد و تا زمانی که توان داشته باشم این افراد بی‌بضاعت را رها نخواهم کرد. برخورداری از «م-ش» ۳۰ ساله‌ای که پاک‌اش را مدیون موسسه طلوع می‌داند و از اعضا طلوع شده است برایم می‌گوید و من را دعوت به صحبت با او می‌کند. «م-ش» در خانواده‌های شش نفره به دنیا آمده بود که پنج نفر از آنها دچار اعتیاد خانواده خود دچار اعتیاد شد و در سن ۱۷ سالگی به همراه مادر و پدرش راهی زندان؛ اما پس از دو ماه همراه با پدرش آزاد شد. او از وابستگی و علاقه‌اش به مادرش زیاد می‌گفت که پس از آزادی در خانه مادر بزرگش بسیار بی‌تابی می‌کرده است. مادر بزرگ او با خوراندن شیره تریاک به دهان "م-ش" او را تسکین می‌داده است؛ از چاله در چاه افتادن حکایت همین دلسوزی است. به گفته آن بیمار تازه شفا یافته، دو سال

خواهد شد، قابل قبول نیست و در صورت بروز مشکل پیگیری قانونی دارد. وی تعداد اعضای انجمن ملی خرمای ایران را حدود هزار نفر عنوان و بر افزایش تعداد اعضای این انجمن تاکید کرد و گفت: ۴۰۰ عضو این انجمن، فعالان کرمانی هستند ضمن اینکه تولید خرما در کرمان یک سوم کل تولید این محصول در کشور است و سالانه یک میلیون تن خرما در کشور تولید می‌شود که سهم استان کرمان از این میزان، ۳۲۰ تا ۳۴۰ هزار تن است.

این انجمن، تحول جدیدی در انجمن‌های ایجاد، تا از نوآوری‌های جدید همراه با تجربیات قبلی استفاده شود که به همین دلیل نشست هیات امنای انجمن و انتخابات جدید برگزار شد. وی ضمن قدردانی از هیات ریسه و رییس سابق انجمن ملی خرمای ایران افزود: انجمن ملی خرمای ایران تنها مرجع رسمی تصمیم‌گیری در مورد این محصول است و هرگونه اظهار نظر در رابطه با خرما از سوی فردی غیر از سخنگوی انجمن که بزودی معرفی

کرمان در مجمع عمومی عادی انجمن ملی خرمای ایران به عنوان رییس این انجمن انتخاب شد. همچنین در این مجمع، محمدحسین اکبری مدیر اجرایی دفتر نمایندگی اتاق کرمان در شرق استان نیز به عنوان منشی هیات مدیره انجمن ملی خرمای ایران انتخاب شد. رشید فرخی در رابطه با این انتخاب گفت: طبق مصوبه ماه گذشته هیات ریسه انجمن خرمای ایران تصمیم گرفته شد با وجود تمام قابلیت‌ها و توانایی‌های کادر قبلی

محسن رشید فرخی رییس انجمن ملی خرمای ایران شد

به گزارش زن و اجتماع به نقل از روابط عمومی اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی استان کرمان محسن رشید فرخی رییس انجمن خرما و عضو هیات ریسه اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی استان



برگزاری همایش آموزشی ورزشی ویژه هفته تکریم از سالمندان در کرمان

به مناسبت فرارسیدن هفته تکریم از سالمندان همایش آموزشی ورزشی ویژه بازنشستگان بهزیستی و نیروهای مسلح و جمعی از سالمندان در محل پارک مادر برگزار شد. به گزارش زن و اجتماع به نقل از روابط عمومی بهزیستی استان کرمان در این همایش آموزشی، ورزشی و تفریحی که تحت عنوان شعار امسال در روز سالمند، سبک زندگی سالم و توانمند سازی برگزار شد.

بازنشستگان بهزیستی، نیروهای مسلح و جمعی از سالمندان پس از شرکت در برنامه ورزش صبحگاهی در برنامه آموزشی توصیه های پزشکی و فیزیوتراپی از سوی کارشناس توانبخشی بهزیستی و توصیه های تغذیه ای که از سوی کارشناس تغذیه علوم پزشکی ارائه شد، شرکت نمودند. همچنین شرکت کنندگان در برنامه ورزش خنده درمانی شرکت و با حضور در پایگاه سنجش سلامت که با هدف معاینه فشار خون، قند خون و میزان وزن شرکت کنندگان برپا شده بود، سلامت خود را پایش نمودند.

اهدای کتاب «آن بیست و سه نفر» به کارکنان بهزیستی کرمان

به مناسبت هفته دفاع مقدس تعداد ۲۵۰ جلد کتاب «آن بیست و سه نفر» در بین پرسنل بهزیستی توزیع شد.

به گزارش زن و اجتماع به نقل از روابط عمومی بهزیستی استان کرمان، با هدف ترویج فرهنگ ایثار و از خود گذشتگی و آشنایی با جوانمردی های رزمندگان هشت سال دوران دفاع مقدس، تعداد ۲۵۰ جلد کتاب «آن بیست و سه نفر» در بین پرسنل بهزیستی توزیع شد. گفتنی است کتاب «آن بیست و سه نفر» نوشته احمد یوسف زاده، خاطرات دوران اسارت نویسنده کرمانی و ۲۳ نوجوانی است که در مقابل صدام ایستادند و حاضر به پذیرش درخواستهای او نشدند. این کتاب از جمله کتابهای مربوط به دفاع مقدس می باشد که مقام معظم رهبری نیز تقریظی بر آن مرقوم داشته اند.

مدیرکل بهزیستی استان کرمان در همایش آرایمر عنوان کرد:

باید در شهرمان اصول دوستدار سالمندی رعایت شود



همایش بحث و بررسی بیماری آرایمر با حضور اساتید دانشگاه علوم پزشکی به مناسبت روز جهانی سالمند و با همکاری اداره کل بهزیستی، دانشگاه علوم پزشکی، موسسه خیریه کیمیای مهر و فرهنگسرای کوثر برگزار شد. در این همایش "عباس صادق زاده" مدیر کل بهزیستی کرمان گفت: تعداد افراد بالای ۶۰ سال بر اساس سرشماری سال ۱۳۹۰ تعداد ۲۰۲۳۱۲ نفر (۶۸ درصد جمعیت کرمان) شامل ۹۹۸۵۱ نفر مرد و ۱۰۲۴۶۱ نفر زن سالمند می باشند گفت: درصد جمعیت سالمندی کرمان در سال ۱۳۹۰، ۶/۸ درصد و تعداد سالمند تحت پوشش بهزیستی ۲۶۶۴ نفر، تحت حمایت مراکز

شبانه روزی ۲۴۰ نفر و مستمری بگیر ۱۶۱۲ نفر می باشد که بهزیستی برنامه های حمایتی و تخصصی فراوانی را برای این گروه دارد.

وی با اشاره به طرح شناسایی شهرهای دوستدار سالمند افزود: این طرح بر اساس یک چک لیست که مشتمل بر معیارهای اساسی در طراحی خدمات شهری است اجرا می گردد. در چک

لیست مزبور به مهمترین بخش های خدمات شهری اعم از حمل و نقل، امکانات فرهنگی، آموزشی، بهداشتی، شبکه ارتباطات، مسکن و نوع مناسبات اجتماعی و چگونگی تناسب این خدمات با نیازهای افراد سالمند اشاره شده است. مدیر کل بهزیستی استان کرمان اهداف کلی این طرح را توجه سیاستگذاران خرد و کلان جامعه و مدیران سطوح مختلف اجرایی نسبت به

مسائل و مشکلات افراد سالمند و ایجاد بسترهای فرهنگی لازم در این زمینه، بسترسازی جهت حرکت هایی در راستای تأمین عدالت اجتماعی و تحقق خواسته های گروه های مختلف دارای نیاز های ویژه و در نتیجه تقویت شأن و پایگاه اجتماعی سالمندان در سطح جامعه، تقویت ارتباط های بین نسلی از طریق فراهم سازی تمهیدات لازم جهت حضور فعالتر سالمندان در عرصه های مختلف و به ویژه گوشزد نمودن کرامت انسانی آنان به نسل های بعدی دانست و اظهار داشت: تأمین رضایت خاطر و افزایش امید به زندگی در سالخوردگان با ایجاد شرایط مناسب جهت شکوفایی استعدادها و علایق آنان، کمک به توسعه همه جانبه کشور از طریق گسترش مشارکت فعال افراد سالمند در حوزه های مختلف علمی، فرهنگی، اقتصادی و سیاسی از اهداف برگزاری این طرح بر شمرد.

تزدیک به ۷ درصد

جمعیت استان کرمان را سالمندان

تشکیل می دهند

صادق زاده با اشاره به اینکه همه باید برای داشتن شهری که رعایت اصول دوستدار سالمندی در آن مدنظر می باشد تلاش کنیم خاطرنشان کرد: براساس رویکرد سازمان بهداشت جهانی، شهرهای دوستدار سالمند شامل آن دسته از فضاهای شهری می باشند که توزیع خدمات عمومی در آن ها به گونه ای است که دارای حداکثر تناسب با نیازها و محدودیت های افراد سالمند

اشاره

است. وی فعالیتهای صورت گرفته در این خصوص در استان کرمان را برگزاری شورای سالمندی دانست و گفت: خوشبختانه با همکاری اعضای شورای سالمندی استان و شهرستانها، اقدامات خوبی در راستای تکریم سالمندان صورت گرفته است اما تا رسیدن به نقطه ایده آل هنوز راه زیادی در پیش داریم.

مدیرکل بهزیستی استان کرمان به طرح ایجاد بنیاد فرزانشان (موسسه مردمی فرهنگی، هنری، اجتماعی و ورزشی ویژه سالمندان) به منظور ایجاد روحیه شاداب و پر نشاط در سالمندان و ایجاد زمینه پرکردن اوقات فراغت و در نتیجه ارتقاء سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی آنان اشاره کرد و گفت: بنیاد فرزانشان کرمان از طریق بنیاد خیریه کیمیای مهر تحت نظارت سازمان بهزیستی در کرمان راه اندازی گردیده و حوزه های فعالیت در آن شامل سوادآموزی، مذهبی، هنری، ورزش و تربیت بدنی، اوقات فراغت و تفریح، فعالیتهای داوطلبانه و اشتغال و پایش سلامت می باشد.

گفتنی است در این همایش که با حضور بیش از ۳۰۰ نفر برگزار شد، جمعی از متخصصین مغز و اعصاب، اعصاب و روان و طب سنتی و روانشناس بالینی به راههای پیشگیری از آرایمر و بررسی این بیماری پرداختند.

همچنین در این همایش غرفه های پایش سلامت، تستهای حافظه و نیز عکس برگزار شد و پکیج آموزشی مرتبط با سلامت در دوران سالمندی در اختیار شرکت کنندگان قرار گرفت.



مهدیه علی احمدی پور، فعال اقتصادی؛

چالش اساسی برای مشارکت زنان عدم اعتماد جامعه به آنان است



احسان اصلانی
عضو هیات تحریریه

در گذشته کارآفرینی در حوزه زنان تا این حد رشد، پیشرفت و نمود نداشته و اگر هم چیزی بوده، شاید نام آن جسارت بوده است! معتقدیم هر کس که به کاری مشغول است کارآفرین محسوب می شود. حتی آن خانمی که خانه دار است هم به عنوان یک نیروی انسانی کارآفرین نامیده می شود.

باید دید که انسانها کارآفرینی را چگونه تعریف می کنند؟ ما کارآفرینی را نوآفرینی، جسارت و شکستن قیود می دانیم. اصولاً کارآفرینی زنان از دو مولفه تشکیل شده است؛ یکی سنت شکنی یکسری قیده که در باور جامعه معمول نبوده و دیگری ایجاد اشتغال و کارآفرینی برای دیگران که این نگاه و طرز فکر به کارآفرینی در قدیم هم وجود داشته ولی بسیار محدود بوده است. در این شماره با یکی از زنان موفق کارآفرین استان در حوزه برگزاری نمایشگاه های تخصصی گفت و گو کرده ایم. "مهدیه علی احمدی پور" مدیرعامل شرکت هفتواد دقایقی مهمان "زن و اجتماع" بود و آنچه می خوانید شرح گپ و گفت ما با وی می باشد.

● خانم احمدی پور در ابتدا سیری از شروع به فعالیت خود را بفرمایید.

از ابتدای سال ۸۰ بعنوان مدیر مالی شرکت نمایشگاههای بین المللی استان کرمان فعالیت خود را آغاز نموده ام. از ابتدای سال ۱۳۸۳ شرکت فرداسازان سبز کرمان را با دو نفر از همکاران خانم در شرکت نمایشگاههای بین المللی در زمینه برگزاری نمایشگاههای تخصصی داخلی خارجی و برگزاری سمینارهای و دوره های آموزشی به

حوزه فعالیت ما بصورت ملی و بین المللی می باشد فعالیت خود را به استان کرمان محدود نکردیم. در سایر استانها عناوین مختلف نمایشگاهی را برگزار می کنیم و همچنین در زمینه اعزام هیات های بازدید از نمایشگاههای داخلی و خارجی فعالیت می کنیم و همچنین پایونهای اختصاصی ایران در نمایشگاههای معتبر خارجی از جمله دبئی، چین، استانبول.

هدف بلند مدت شما چیست؟

هدف ارتقاء سطح برگزاری نمایشگاههای استان کرمان به روز بودن با علم صنعت نمایشگاهی و همچنین بازدید از نمایشگاههای تخصصی داخلی و خارجی. پذیرفتن پست مدیریت عامل، ریسک بالایی می طلبد. چه چیزی باعث شد که این ریسک را بپذیرید؟

با توجه به سوابق کاری و مدیریتی که در شرکت فرداسازان سبز کرمان داشته ام این توانمندی را در خود احساس کردم که می توان این پست را بعنوان یک مدیر شرکت نمایشگاهی بپذیرم. لازم به ذکر است در حال حاضر جزء معدود مدیران زن فعال در بحث شرکتهای نمایشگاهی ایران و عضو انجمن صنفی برگزارکنندگان نمایشگاههای بین المللی ایران هستیم.

● به نظر شما چرا بانوان حاضر به پذیرفتن برخی مشاغل که ریسک بالایی دارند نیستند؟ اصلاً شما به این موضوع اعتقاد دارید؟

نه به این موضوع اعتقاد ندارم. مساله عدم توانمندی بانوان در پذیرفتن مشاغلی که ریسک بالایی دارند نیست بلکه مسئله خودباوری بانوان و همچنین قبول جامعه از توانمندی بالقوه بانوان است.

● پیشنهاد و صحبتتان با زنانی که می خواهند وارد حوزه کارآفرینی شوند چیست؟

پیشنهاد من به بانوانی که می خواهند وارد بحث کارآفرینی بشوند در مرحله اول تمرکز بر توانمندی و علاقه شخصی و همچنین مطالعات گسترده قبل از انجام هر کار با توجه به بازار هدف می باشد مخصوصاً در بحث کارآفرینی.

● این زنان چگونه می توانند با حداقل هزینه کارآفرینی کنند؟

اگر شخصی که وارد بحث کارآفرینی می شود با اطلاع از بازار هدف و علاقه وارد شود می تواند هزینه ها را پایین بیاورد در غیر اینصورت عدم مطالعه و تحقیق

احساسی برخورد کردن با افزایش هزینه ها و نهایتاً دلسردی در کار بوجود می آورد.

● از نظر شما چالش های پیش روی جامعه زنان برای مشارکت های اجتماعی و اقتصادی چیست؟

به نظر من اصلی ترین چالش عدم اعتماد جامعه به زنان برای حضور و مشارکت در بحث های اقتصادی و اجتماعی می باشد.

● دغدغه های شما برای ادامه مسیر تعالی و رشد در شرکت چیست؟

دغدغه اصلی من ورود شرکتهای و افراد غیر متخصص به صنعت نمایشگاهی استان می باشد.

● معمولاً با چه کسانی مشورت می کنید؟

معمولاً سعی می کنم با افراد بانوان کارآفرین و موفق در استان و سایر استانها ارتباط داشته باشم.

● و حرف آخر شما برای جامعه زنان؟

اگر یک زن در رابطه با یک فعالیت این توانایی را در خودش می بیند که امکان رشد را برای خود و جامعه ایجاد کند نباید ابایی از زن بودن خودش داشته باشد و کار خود را بنحو احسن و با پشتکار انجام دهد.

سرپرست شهرداری کرمان:

پروژه‌های خاتم الانبیا از برنامه زمانبندی جلوترند

از جمله زیرگذر میدان آزادی، از مردم خواست تا پایان اجرای پروژه‌های مرکز شهر، کم‌تر در این محدوده‌ها تردد کنند. سرپرست شهرداری کرمان افزود: علاوه بر پل‌های شهدای حرم در تقاطع «صدوقی - راه آهن» و میدان ابوذر، کار در پل بلوار هوانیروز هم در حال انجام است؛ ضمن اینکه دستور کار پل امیرکبیر هم داده شده و به زودی تاییدیه پل سه راهی شرف‌آباد را نیز از شورای ترافیک خواهیم

وی افزود: زیرگذر میدان آزادی هم از دهم مهرماه با اجرای طرح انحراف ترافیک آغاز می‌شود.

بابایی ادامه داد: اکنون، در حال لکه‌گیری آسفالت کوچه‌های محدوده میدان آزادی هستیم تا پس از اجرای طرح انحراف ترافیک، مردم به مشکل برخورد نکنند.

وی با اشاره به اطلاع‌رسانی به مردم برای تعیین مسیر در محدوده‌ی این پروژه‌ها

سرپرست شهرداری کرمان گفت: پروژه‌های نه‌گانه‌ی خاتم از برنامه‌ی زمان‌بندی جلوتر هستند.

به گزارش زن و اجتماع به نقل از کرمان شهر، علی بابایی در نشست عمومی شورای اسلامی شهر کرمان، در تشریح پروژه‌های خاتم در کرمان افزود: ساخت پل ولی‌عصر از پنجم مهرماه با اجرای طرح انحراف ترافیک در این تقاطع آغاز شده است.



خبر داد و گفت: پروژه‌ی بام کرمان، جاده‌ی دسترسی و تله‌کابین، ۲۱ مهرماه با حضور آقای سلطانی‌فر معاون رییس جمهور و رییس سازمان میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری کشور آغاز خواهد شد.

بابایی به روابط بسیار خوب شهرداری و میراث فرهنگی اشاره کرد و گفت: با دستور استاندار محترم و تاکید ایشان بر احیای بافت تاریخی شهر کرمان، هفته‌ی گذشته کار بازسازی بازار بزرگ کرمان آغاز و مقرر شد بدنه‌سازی بازار به‌وسیله‌ی شهرداری و ترمیم پشت‌بام‌ها به‌وسیله‌ی میراث فرهنگی انجام شود. وی افزود: رونق بافت تاریخی، اقتصاد محلی شهر کرمان را متحول خواهد کرد. سرپرست شهرداری کرمان به پروژه‌ی طرح شش‌دروازه‌ی میدان شهدا هم اشاره کرد و با بیان این‌که این طرح به‌وسیله‌ی شهرداری کرمان در دست اجراء است، گفت: طرح شش‌دروازه‌ی میدان شهدا تا عید نوروز به پایان خواهد رسید.

بابایی به پل سیدی هم اشاره کرد و با بیان این‌که این پروژه نیاز به ۱۰ میلیارد تومان اعتبار دارد، گفت: تلاش می‌کنیم پل سیدی تا عید نوروز به پایان برسد.

گرفت. بابایی با بیان این‌که تامین آب و برق کارخانه‌ی قرارگاه خاتم در تعهد شهرداری کرمان بود، گفت: با اداره‌ی برق در این رابطه به توافق رسیدیم. سرپرست شهرداری کرمان در خصوص آسفالت معابر شهر کرمان نیز گفت: برای آسفالت معابر از طریق فاینانس، متاسفانه علی‌رغم این‌که تاکنون دو بار آگهی کردیم، هیچ برنده‌ی نداشتیم و به‌زودی برای بار سوم نیز آگهی خواهیم کرد. بابایی افزود: برای آسفالت معابر شهر کرمان براساس اولویت‌های شورای اسلامی شهر کرمان، ۳ هزار تن قیر از طریق تضمین بانک ملت خریداری کردیم؛ ضمن این‌که پس از بازدید وزیر راه و شهرسازی از شهر کرمان، مقرر شد ۳ هزار تن قیر نیز از سوی وزارت راه و شهرسازی به شهرداری کرمان تحویل داده شود که در دست اقدام است و در مجموع، با ۶ هزار تن قیر تهیه شده و راه‌اندازی دو کارخانه‌ی آسفالت شهرداری، اولویت‌هایی که شورای اسلامی شهر کرمان مشخص کرده، آسفالت خواهد شد.

سرپرست شهرداری کرمان همچنین از نشست با نمایندگان مؤسسه‌ی عسکریه برای اجرای تله‌کابین و پروژه‌ی بام کرمان



میباشد. همچنین تعداد ورزشکاران در کل آکادمیهای دختران ۱۵۷۶ نفر بوده که ۴۰،۲۳ درصد از جمعیت کل آکادمیها را تشکیل می‌دهد که با توجه به وجود ۳ رشته مختص آقایان شامل پهلوانی و زورخانه‌ای، کشتی و دوچرخه سواری سهم تقریباً مساوی با جمعیت پسران در بقیه رشته‌ها را به خود اختصاص داده اند.

با اجرایی شدن طرح توسعه ورزش همگانی و قهرمانی استان کرمان از ابتدای سال جاری، اولین مرحله اجرایی این طرح تشکیل آکادمیهای قهرمانی در دوازده رشته ورزشی در کل شهرستانهای استان بوده است. از ابتدای فروردین ماه مراحل استعدادیابی و تکمیل مدارک در شهرستانها آغاز شد و از اوایل شهریورماه آکادمی های قهرمانی در این دوازده رشته به صورت شهرستانی افتتاح گردید.

تا تاریخ ۹۴/۰۷/۱۱ تعداد ۲۰۶ آکادمی تشکیل شده که از این تعداد، ۸۱ آکادمی برای دختران

محمود محمودی نیا؛
مدیرکل اداره ورزش و جوانان استان کرمان:
بیش از ۴۰ درصد از
جمعیت آکادمی های ورزشی استان
در اختیار بانوان است



چارشوق

روزگاری جنوب شرق

نویسنده و کارگردان: جلیل امیری
کاری از گروه نمایش شهرایران
مدیر روابط عمومی: میلاد مقیمی زاده
با بازی محسن میرزایی، سعید بافتی پور، رضا شیخ پور، محمدرضا سالاری، منصور بافتی پور، بهناز نمازیان، زهرا مهربانی، پریسا شاه مرادی و...
این نمایش طنز که حائز رتبه نخست و نیز برنده ۱۶ مقام از نخستین جشنواره کمدی استان کرمان شده است به زندگی تعدادی همسایه می پردازد که در اثر وقوع یک کلاهبرداری از یکی از همسایگان، زندگیشان دچار بحران می شود.
زمان: از پنجشنبه ۱۹ شهریورماه الی جمعه ۱۷ مهرماه ساعت ۱۹:۳۰
مکان: سالن بسطامی (پارک مادر)
شما می توانید این نمایش سراسر خنده را تنها با قیمت ۷ هزار تومان در کنار دوستان و آشنایان خود تماشا کنید.



آیین اختتامیه ی این تئاتر جمعه هفدهم مهر ماه با حضور رضا قدس ولی و علی کهن به منظور اجرای نمایش و تجلیل از دست اندر کاران این اثر هنری راس ساعت ۱۹:۳۰ در محل تالار بسطامی پارک مادر برگزار می گردد.

یک پیشنهاد دیدنی

یادمان

"یاد و خاطره جانبختگان الی الله در سرزمین منا را گرامی می داریم"
ساقیان! لَبیک گویان باده ی خون آورید
در منای قُرب لیلای داغ مجنون آورید
ساکنان طورا! ای آیینه های سمت نور
رو به دشت تیره ی این شب، شبیخون آورید
جای آل نحس بوسفیان، حریم کعبه نیست
عشق را از چنگ این کفتار بیرون آورید
نعره ی شومیست در گوش حجاز ای عاشقان
از عراق این بار آهنگی همایون آورید
گرچه زمزم از شهیدان کفن پوش مناست
از فرات امسال، پیغامی به کارون آورید

حامد حسین خانی



یک جره خلاقیت

یک شهروند چینی با استفاده از ظروف چینی و ملامین لباس هایی بسیار زیبا خلق کرده است. این لباس ها در ابعاد واقعی و برای پوشیدن مناسب می باشند البته اگر بتوان وزن سنگین آن ها را تحمل نمود. "یان جو چی" در سال جاری نمایشگاهی از لباسهایی که با کاسه و بشقاب های چینی درست کرده است ترتیب داده و توانسته بازدیدکنندگان زیادی را برای تماشای آثار خود جذب نماید. جالب تر آنکه در این نمایشگاه یک لباس بلند زنانه به مبلغ ۱۵ هزار دلار یعنی چیزی در حدود ۴۵ میلیون تومان به فروش رفته است.



پیاله ای چای بنوش!



سومین مجموعه داستان علی کرمی با نام «پیاله ای چای بنوش!» توسط نشرنون در بیست و هشتمین نمایشگاه بین المللی کتاب تهران منتشر شد. این مجموعه داستان

دربدارنده ۱۳۳ داستان مینیمال با مضامین اجتماعی، فرهنگی و عاشقانه است. داستان هایی که در این کتاب روایت شده اند هر یک با نگاهی متفاوت و طنزآمیز به موضوعات و رخدادهای زندگی در قالب داستانی کوتاه می پردازند. جالب آنکه حجم برخی از داستانهای این مجموعه، دو خط و برخی دیگر سه تا چهار صفحه است. از جمله عناوین این کتاب می توان به «عصرها با روباه ها»، «ملینا»، «تک های از یک پاره»، «به یاد نمی آوریم اما هست» و «قاعده بی قاعده» و «خلاصه ای از یک روز بی تو» اشاره کرد.

در یکی از داستانهای این مجموعه می خوانیم:

شب بود که از گرگ پرسیدم: پس چه کسی؟

در میان بدر ماه، بر سر سه تیغ صخره ای سیاه، پوزه به آسمان شب بر کرد و به آهنگی از ترس و سوز گفت: اووووووووو...

و به خاطر او بود که گرگ شدم.

علی کرمی متولد ۱۳۵۶ است که تاکنون مجموعه داستانهای «جن زیبایی که از پترا آمد» و «بازی های من و شانس عزیزم» از او منتشر شده است و در حال حاضر نیز مشغول نگارش اولین رمان خود می باشد. مجموعه «پیاله ای چای بنوش!» در ۲۰۶ صفحه و تیراژ یک هزار نسخه و با بهای ۱۲ هزار و ۵۰۰ تومان برای اولین بار توسط انتشارات نون به بازار کتاب ارائه شده و هم اکنون قابل عرضه در کتاب فروشی های سطح شهر می باشد. خواندن این مجموعه داستان را از دست ندهید.

یک پیشنهاد دیدنی

جاذبه

کشف شهر ۱۵۰۰ ساله در زیر آب

فرانک گودیو و تیمش در اعماق اقیانوس شهر گمشده مصری "Heracleion" را که ۱۵۰۰ سال پیش به زیر آب رفته بود را کشف کردند. این شهر توسط هرودوت مورخ قرن پنجم پیش از میلاد ثبت شده است.



زند و اجتماع

دو هفته نامه محلی استان کرمان
فرهنگی - ورزشی - اجتماعی - هنرهای دستی
صاحب امتیاز و مدیر مسوول: اکرم مژدگانی
رییس شورای سیاست گذاری: مسعود باژیان
سردبیر: محسن منوچهری
طراحی و صفحه آرایی: ایما گرافیک

منتظر انتقادات، پیشنهادات و نظرات شما مخاطبان گرامی هستیم.

Email: zanoejtema@gmail.com

Instagram: Zanoejtema

تلفن: ۰۳۴ - ۳۲۱۱۷۸۵۲

دورنگار: ۰۳۴ - ۳۲۱۱۷۸۳۵

پیامک: ۱۰۰۰۵۳۵۴

آدرس: کرمان، بلوار جمهوری اسلامی، چهارراه فرهنگیان، رویروی هتل پارس، طبقه فوقانی بانک سپه، واحد ۴

www.zanoejtema.com

شرکت نمایشگاههای بین المللی چهرشوق با همکاری شرکت نمایشگاههای تخصصی دندان پزشکی کرمان

نمایشگاه تخصصی

تجهیزات پزشکی، دندان پزشکی،

تجهیزات بیمارستانی و

آزمایشگاههای کرمان

تاریخ برگزاری: ۶ لغایت ۹ آبانماه



تحقق رویاهای

ریجیتال

شما هم میتوانید اپلیکیشن منحصر به فرد خود را داشته باشید



راهکارهای پایدار آبان ۰۳۴-۳۲۲۵۰۰۰۸

abaaan.ir

نشریه ای متفاوت برای

همه بانوان

جهت درج آگهی و یا دریافت اشتراک با شماره زیر تماس حاصل فرمایید:

۰۹۱۳۳۸۷۸۰۴۹