

دیبا بزاز، مدیر داروخانه حائز رتبه برتر کشوری:

نمی‌گذاریم روند درمان بیماران مختل شود

● ذخیره دارویی کافی و تأمین هزینه آن
دغدغه همیشگی ماست

دکتر دارباز



اهمیت پرداختن زنان حوزه حمایت‌گری

-مسعود بازبان-

اگر امروزه زنان تا آنجاکه حق خود می‌دانند، رشد نکرده‌اند؛ یکی از بزرگترین علل آن در جامعه خود زنان است. عدم جهت‌گیری جامعه زنان از موفقیت‌های خود اصلی‌ترین علت است.

اگر جامعه زنان بتواند با اهمیت حمایت‌گری آشنا شود و بتواند آن را در بین خود گسترش دهد، می‌تواند امیدوار باشد که رشد و موفقیت‌های این جامعه سرعت شتابان‌تری پیدا کند و عقب افتادگی‌های خود را جبران نماید.

اما اگر در فرهنگ جامعه که همان عدم توجه و کمک‌رسانی به سایرین مخصوصاً در حوزه کسب و کار است؛ تغییری صورت نگیرد، نمی‌تواند توقع ایجاد تغییرات چشم‌گیری داشت.

مجموعه شبکه‌های اجتماعی تلاش می‌کند که جامعه را به سمت فردگرایی سوق دهد و اگر جامعه نتواند به این فرهنگ فائق آید در نهایت بهره‌ی چندانی از آن به دست نخواهد آورد.

جامعه زنان از این موضوع جدا نیست و حتی شرایط به مراتب حادث‌تری را تجربه می‌کند و بهترین راه برای برون‌رفت، حمایت جامعه از فعالین کسب و کار خصوصاً حوزه فرهنگ و هنر ایرانی است.

۲ / اهمیت پرداختن زنان به حوزه حمایت‌گری

۳ / معرفی کتاب نوجوانان / کاش وقتی ۲۰ سالم بود می‌دانستم

۳ / معرفی کتاب بزرگسال / چرا تا به حال کسی این‌ها را به من نگفته بود؟

۳ / معرفی فیلم / انجمن شاعران مرده

۴ / حق تنصیف اموال در ازدواج و طلاق

۵ / روزی برای اهمیت اطلاع‌رسانی و دفاع از حقوق کارمندان

۶ / نقش زنان در سیاست ایران

۷ / تعارض منافع در کارکرد زنان شاغل

۸ / نمی‌گذاریم روند درمان بیماران مختل شود

۱۰ / سبک طراحی داخلی معاصر: از زیبایی تا کارکرد

۱۱ / تاثیر فضای مجازی بر ایده‌آل‌گرایی

۱۲ / راهنمایی برای داشتن پوستی جوان و تازه

۱۳ / جراحی لاپاروسکوپی

۱۴ / هنردرمانی روشی موثر در درمان کودکان

۱۵ / ضرابخانه گنجعلی خان، موزه سکه‌های تاریخی در کرمان

۱۶ / زاده شدن فریدون

۱۷ / نه عقب نشینی، نه تسلیم

۱۸ / آموزش چه تاثیری بر توسعه پایدار دارد؟

۱۹ / عصمت پورانوری، نوعروس شهید

۲۰ / تاثیرات مثبت حضور زنان در فضای مجازی

کاش وقتی ۲۰ سالم بود می دانستم

معرفی فیلم

انجمن شاعران مرده



کارگردان: پیتر ویر
بازیگران:

رابین ویلیامز - رابرت شان لئونارد - اینتین هاک گروهی از دانش‌آموزان شامل نیل، استیون، جرارد، تاد و چارلی در کالج ولتن مشغول به تحصیل هستند. نیل و تاد تحت نظارت شدید خانواده‌شان هستند که اصرار دارند پسرانشان شغلی مطابق نظر آن‌ها داشته باشند اما پسران مخالف هستند. در شروع سال تحصیلی جدید فردی به نام جان کیتینگ جایگزین دبیر ادبیات انگلیسی می‌شود. نحوه تدریس کیتینگ با آنچه دانش‌آموزان پیش‌تر به آن خو گرفته بودند، تفاوت دارد. او دیدگاهی تازه و نو نسبت به ادبیات دارد و از دانش‌آموزان هم می‌خواهد با نگاهی تازه به اطراف بنگرند. این فیلم دانش‌آموزانی را به تصویر می‌کشد که علیه نظم موجود و کهنه حاکم بر پیرامونشان طغیان می‌کنند و اگر هم در رسیدن به اهداف خود موفق نباشند مرگ و خودکشی را ترجیح می‌دهند. بن مایه اصلی فیلم مبتنی بر عصیان است. فیلم انگیزشی Dead Poets Society یک اسکار برای بهترین فیلم‌نامه برد. رابین ویلیامز نیز یک اجرای تحسین‌برانگیز به عنوان یک آموزگار مدرسه را به نمایش گذاشت که نباید از دستش بدهید. اگر علاوه بر این که دنبال بهترین فیلم‌های سینمایی انگیزشی هستید، به رابین ویلیامز نیز علاقه دارید، پس به سراغ فیلم انجمن شاعران مرده بروید تا شیفته‌ی درس‌های شاعرانه‌ی زندگی شوید.

جان کیتینگ با نیروی کلمه و شعر سعی در قدرتمند کردن دانش‌آموزان خود می‌کند. او به شاگردان خود می‌آموزد که هیچ چیز غیر ممکن نیست و برای خلق یک چیز نو و بدیع نیاز است که از بعضی از عادت‌هایمان فاصله بگیریم. شباهت جان کیتینگ به یک روان‌درمانگر: "جان کیتینگ" شخصیت اصلی فیلم انجمن شاعران مرده در حقیقت نمادی از یک روان‌درمانگر باتجربه است.



زدن کتاب بکنید، می‌توانید یادگیری داشته باشید و دانش و آگاهی به دست بیاورید. با این حال اگر در ابتدای مسیر ساختن زندگی مستقل هستید، حتما این اثر را مطالعه کنید. آن وقت می‌توانید اطمینان داشته باشید که در آینده، این جمله را با حسرت به زبان نمی‌آورید که کاش وقتی بیست سالم بود می‌دانستم.

کاش وقتی بیست سالم بود می‌دانستم، می‌خواهد به مخاطبانش کمک کند تا تجربه‌های ارزشمندی را در مسیر کار و موفقیت و رضایت شغلی به دست بیاورند. تینا سیلیگ که استاد دانشگاه، پژوهشگر و کارآفرین است، در این کتاب دیدگاهی جدید به مخاطبان می‌دهد. دیدگاهی که می‌تواند کمکشان کند تا در ساختن دنیای شغلی خودشان، مشخص کردن اهداف و پیادکردن اولویت‌های زندگی درست عمل کنند. این کتاب هم از آن دست کتاب‌هایی است که سن و سال نمی‌شناسند. هر زمانی که شروع به ورق

نویسنده: تینا سیلیگ
گردآورنده: گروه گردآوری و ترجمه سبکتو
انتشارات: سبکتو
تجربه‌های مختلف در زندگی بسیار ارزشمندند. اما به بهای گزافی به دست می‌آیند. گاهی با یک یادگیری بزرگ به دست می‌آیند، گاهی از دل یک پیروزی سر برمی‌آورند و گاهی نیز یک شکست بزرگ و دردناک، تجربه‌ای ارزشمند برایمان رقم می‌زند. با این حال آدم‌ها دوست دارند کسانی را داشته باشند که برایشان از تجربه‌های شخصی بگویند و حتی انتهای مسیری را که در آن هستند، نشانشان بدهد. تینا سیلیگ در کتاب

معرفی کتاب بزرگسال

چرا تا به حال کسی این‌ها را به من نگفته بود؟



را بپذیریم، بشناسیم و برای درمانش اقدام کنیم. هرچند نمی‌توان خواندن یک کتاب را به منزله‌ی روان‌درمانی دانست، اما می‌توان آن را به چشم جعبه ابزاری نگریست که به ما کمک می‌کند تا در زمان مواجه شدن با یک بحران، بهترین اقدام را انجام دهیم و کارایی‌مان را همچنان بالا نگاه داریم.

می‌کند تا جنبه‌های دیگر زندگی را ببینیم و ابزارهایی به دست ما می‌دهد که بتوانیم در زندگی از آن استفاده کنیم. کتاب چرا تا به حال کسی این‌ها را به من نگفته بود؟ همان جعبه ابزاری است که برای ساختن زندگی‌مان به آن نیاز داریم. احتمالاً همه‌ی ما این تجربه را داریم که در لحظه‌ی خواندن یک مطلب یا شنیدن یک نکته‌ی مهم برای زندگی با خودمان بگوییم چرا تا به حال کسی این‌ها را به من نگفته بود؟ این موضوع ممکن است در شناختن احساسات خود داریم، یا زمانی که نیاز داریم آسیب‌های دوران کودکی‌مان

نویسنده: جولی اسمیت
مترجم: آرزو شنبطایی
انتشارات: میلکان
در دنیایی که امروز در آن زندگی می‌کنیم، موفقیت محدود به پیشرفت تحصیلی و شغلی است. اما بسیار مهم است که به عنوان یک فرد در ابعاد دیگر زندگی نیز احساس موفقیت داشته باشیم. زندگی دارای جنبه‌های متفاوتی است و با ایجاد تعادل در تمامی این جنبه‌ها است که می‌توانیم خود را خوشحال، خوشبخت و موفق بدانیم. جولی اسمیت، که تجربه‌ی سال‌ها مطالعه و فعالیت در زمینه‌ی روانشناسی را دارد، در کتابش به ما کمک



حق تنصیف اموال در ازدواج و طلاق

اموال، میزان سهم هر یک از زوجین در اداره زندگی مشترک و نیازهای فرزندان باید در نظر گرفته شود.

تقسیم اموال مشترک به دو روش امکان پذیر است:

تقسیم اموال به صورت توافقی: در این روش، زوجین با توافق یکدیگر اموال را تقسیم می‌کنند.

تقسیم اموال به صورت اجباری: در این روش، اگر زوجین بر تقسیم اموال توافق نکنند، دادگاه اموال را به صورت اجباری تقسیم می‌کند.

نکات مهم درباره حق تنصیف اموال

حق تنصیف اموال یک حق مطلق نیست: این حق می‌تواند با وجود شرایط خاصی محدود شود. به عنوان مثال، اگر یکی از زوجین به دیگری خیانت کند، دادگاه می‌تواند حق تنصیف اموال را از آن زوج سلب کند. حق تنصیف اموال یک حق قابل اسقاط است: هر یک از زوجین می‌تواند این حق را قبل از انحلال عقد نکاح اسقاط کند.

تأثیر حق تنصیف اموال بر مهریه

مهریه یک حق مالی است که زن در مقابل عقد نکاح به او تعلق می‌گیرد. مهریه معمولاً در زمان عقد نکاح تعیین می‌شود و در صورت انحلال عقد نکاح، زن مستحق دریافت مهریه است.

حق تنصیف اموال بر مهریه تأثیری ندارد. زن علاوه بر حق تنصیف اموال، می‌تواند مهریه خود را نیز دریافت کند.

نمی‌شود.

اموال مشترک بین زوجین به دو دسته تقسیم می‌شود:

اموال مشترک ناشی از عقد نکاح: این اموال شامل اموالی است که زوجین در طول زندگی مشترک خود به دست آورده‌اند.

اموال مشترک ناشی از تصرفات مشترک: این اموال شامل اموالی است که زوجین به صورت مشترک در آنها تصرف کرده‌اند.

نحوه تقسیم اموال مشترک

اموال مشترک بین زوجین باید به صورت عادلانه تقسیم شود. در تقسیم اموال مشترک، عوامل مختلفی مانند میزان سهم هر یک از زوجین در کسب



در تقسیم اموال مشترک،

عوامل مختلفی مانند

میزان سهم هر یک از

زوجین در کسب اموال،

میزان سهم هر یک از

زوجین در اداره زندگی

مشترک و نیازهای

فرزندان باید در نظر

گرفته شود.

حانیه محمدی-کارشناس حقوقی

در ادامه مطلب قبل و با توجه به شبهات ایجاد شده برای بعضی از خوانندگان در مورد حق تنصیف در این شماره به صورت مفصل‌تر به تشریح این حق پرداخته ایم. ازدواج یک قرارداد بین دو نفر است که با هدف تشکیل خانواده و زندگی مشترک منعقد می‌شود. این قرارداد شامل تعهدات و حقوق مختلفی برای طرفین است. یکی از حقوق مهمی که زوجین در ازدواج دارند، حق تنصیف اموال است.

حق تنصیف اموال، به حق زوجین بر تقسیم اموالی است که در طول زندگی مشترک به دست آورده‌اند، گفته می‌شود. این حق در قانون مدنی ایران نیز به رسمیت شناخته شده است.

برای بهره‌مندی از حق تنصیف شرایطی لازم و ضروری است. حق تنصیف اموال در شرایط زیر اعمال می‌شود:

انحلال عقد نکاح: این حق تنها در صورتی اعمال می‌شود که عقد نکاح به هر دلیلی منحل شود.

وجود اموال مشترک: برای اعمال حق تنصیف اموال، باید اموال مشترکی بین زوجین وجود داشته باشد.

عدم توافق زوجین بر تقسیم اموال: اگر زوجین بر تقسیم اموال توافق نکنند، حق تنصیف اموال اعمال



روز جهانی آگاهی از حقوق کارمندان؛

روزی برای اهمیت اطلاع‌رسانی و دفاع از حقوق کارمندان

-زینب مولایی/ کارشناس کوچ مدیران-
روز جهانی آگاهی از حقوق کارمندان هر ساله در ۲۰ ژانویه برابر با ۲۴ بهمن برگزار می‌شود.

این روز به منظور افزایش آگاهی از حقوق و آزادی‌های کارمندان نامگذاری شده است. حق کار در محیطی امن و سالم و بهرمندی از حقوق عادلانه از جمله حقوق کارمندان محسوب می‌شود. مراجعی ذیصلاح نیز به منظور حق خواهی کارمندان وجود دارد.

هر ساله در کشور ما شورای عالی کار میزان حداقل حقوق را مشخص می‌کند. اعضای شورای عالی کار شامل نمایندگان کارگران، نمایندگان کارفرمایان و وزیر کار و امور اجتماعی می‌باشد و دبیرخانه شورای عالی کار در وزارت کار و امور اجتماعی قرار دارد. طبق ماده ۴۱ و ۴۲ قانون کار، میزان حداقل حقوق بر اساس تورم اعلامی از سوی بانک مرکزی اعلام می‌شود.

شورای عالی کار، به منظور تعیین سیاست‌های کار و اشتغال و ایجاد هماهنگی بین دستگاه‌های مختلف مرتبط با این حوزه تشکیل شده است. وظیفه اصلی شورای عالی کار، اتخاذ تدابیر و تدوین دستور العمل‌های مربوط به سیاست‌های کار و اشتغال بر اساس قانون کار و دیگر موازین حقوقی است. این وظیفه در ماده ۱۶۷ قانون کار جمهوری اسلامی ایران به صراحت بیان شده است.

در راستای اجرای این وظیفه، شورای عالی کار وظایف و اختیارات زیر

را بر عهده دارد:
تعیین حداقل دستمزد کارگران
تعیین ضوابط مربوط به شرایط کار
تعیین ضوابط مربوط به اشتغال
تعیین ضوابط مربوط به روابط کار
تعیین ضوابط مربوط به تأمین اجتماعی کارگران
تعیین ضوابط مربوط به آموزش نیروی کار
تعیین ضوابط مربوط به ایمنی و بهداشت کار
اعضای شورای عالی کار برای مدت دو سال انتخاب می‌شوند و انتخاب مجدد آنها بلامانع است.

شورای عالی کار حداقل هر ماه یک بار تشکیل جلسه می‌دهد. جلسات شورا با حضور اکثریت مطلق اعضای آن رسمیت می‌یابد و تصمیمات آن با اکثریت آرا اعضای حاضر در جلسه معتبر است.

تدابیر و دستورالعمل‌های شورای عالی کار باید در چارچوب قانون



دستورالعمل‌ها پس از تصویب در شورای عالی کار، برای کلیه دستگاه‌های مرتبط با حوزه کار و اشتغال لازم‌الاجرا است.

کار و دیگر موازین حقوقی باشد. این تدابیر و دستورالعمل‌ها پس از تصویب در شورای عالی کار، برای کلیه دستگاه‌های مرتبط با حوزه کار و اشتغال لازم‌الاجرا است.

این تدابیر و دستورالعمل‌ها نقش مهمی در تنظیم روابط کار و اشتغال و ایجاد تعادل بین منافع کارگران و کارفرمایان دارند.

این حقوق برای همه کارمندان، صرف نظر از ملیت، جنسیت، نژاد، مذهب، یا هر عامل دیگری، یکسان است.

با این حال، تمام این قوانین در عمل همیشه اجرا نمی‌شوند. کارمندان بسیاری در ایران با تبعیض و استثمار در محیط کار مواجه هستند. روز جهانی آگاهی از حقوق کارمندان فرصتی است برای کارمندان در سراسر جهان تا از حقوق خود آگاه شوند و برای دفاع از آنها تلاش کنند.

یکی از مهم‌ترین اهداف روز جهانی آگاهی از حقوق کارمندان، افزایش اطلاع‌رسانی در مورد این حقوق است. بسیاری از کارمندان از حقوق خود آگاه نیستند و به همین دلیل، نمی‌توانند از آنها دفاع کنند.

این کار می‌تواند به ایجاد محیط کار عادلانه‌تر و محترمانه‌تر کمک کند.

در این میان کارمندان زن با تبعیض‌های بیشتری مواجه هستند که مهم‌ترین آنها نبود دسته بندی شغلی بر اساس مدرک تحصیلی و سابقه شغلی به منظور کسب کرسی‌های مدیریتی است.



نقش زنان در سیاست ایران

- مهشید ایرانی -

زنان در ایران نقش مهمی در سیاست ایفا می‌کنند. آنها در مجلس شورای اسلامی، شورای شهر، و شهرداری‌ها به عنوان نماینده و عضو شورا فعالیت می‌کنند. در حال حاضر زنان نقش‌هایی از معاونت وزیر، و مشاور را ایفا می‌کنند.

حضور زنان در سیاست ایران به دوران مشروطه باز می‌گردد. در این دوران، زنان در جنبش مشروطه شرکت کردند و در راه آزادی و دموکراسی تلاش کردند. پس از پیروزی انقلاب اسلامی، زنان به فعالیت‌های سیاسی خود ادامه دادند. در سال ۱۳۵۸، زنان برای اولین بار در مجلس شورای اسلامی حضور پیدا کردند. مریم بهروزی، اعظم طالقانی، گوهرالشریعه دستغیب، عاطفه صدیقی چهار زنی بودند که همگی از حوزه تهران و شمیرانات موفق شدند در اولین دوره مجلس شورای اسلامی به عنوان نماینده مجلس وارد مجلس شورای اسلامی شوند.

در حال حاضر، ۱۷ نفر از نمایندگان مجلس شورای اسلامی زن هستند. این نمایندگان از احزاب و گروه‌های مختلف سیاسی هستند. زنان نماینده در مجلس شورای اسلامی در

زمینه‌های مختلف مانند حقوق زنان، آموزش، و بهداشت فعالیت می‌کنند. علاوه بر آن ۲۳۴ نفر از اعضای شورای شهر و شهرداری‌ها زن هستند. این اعضا از شهرهای مختلف ایران و در زمینه‌های مختلف مانند عمران، حمل و نقل، و فرهنگ فعالیت می‌کنند.

حتی در شهرهایی زنان موفق شدند ریاست شورای شهر را نیز تصاحب کنند.

فعالیت یک هزار و ۱۲۱ زن قاضی در کشور، رشد ۲۲۷ درصدی زنان داوطلب نمایندگی مجلس در دوره یازدهم، کسب ۱۱۱ کرسی مجلس شورای اسلامی توسط زنان در ۱۱ دوره، ارتقا میزان مشارکت زنان در مجلس به ۵.۵۹ درصد و حضور ۱۶.۵ برابری زنان نماینده مجلس شورای اسلامی از دور اول از دستاوردهای زنان پس از پیروزی انقلاب اسلامی تا سال ۱۴۰۰ است که همه اینها نشان از توجه به حوزه زنان و خانواده دارد.

در سال‌های اخیر، اقداماتی در راستای افزایش حضور زنان در سیاست ایران انجام شده است. برخی از این اقدامات عبارتند از: افزایش تعداد کرسی‌های مجلس شورای اسلامی برای زنان

افزایش تعداد زنان عضو شورای شهر و شهرداری‌ها از ۱۶۰ نفر در سال ۱۳۹۶ به ۲۳۴ نفر در سال ۱۴۰۱ -انتخاب اولین زن به عنوان وزیر در دولت دهم

این اقدامات نشان می‌دهند که دولت و جامعه ایران به اهمیت حضور زنان در سیاست واقف هستند و برای افزایش این حضور تلاش می‌کنند.

بابک نگاهداری رئیس مرکز پژوهش‌های مجلس شورای اسلامی در ابان ماه سال جاری در تأکید بر عزم مجلس بر حضور بر توانمندسازی زنان و برگزاری دوره‌های آموزشی برای حضور بانوان در پست‌های مدیریتی تأکید و اظهار کرد: مشارکت فعال بانوان در عرصه‌های مختلف اجتماعی یکی از شاخصه‌های توسعه و پیشرفت جامعه است و ارتقای حقوق زنان از شاخصه‌های کلیدی در این حوزه به شمار می‌رود.

وی به بیانات رهبر معظم انقلاب در دیدار با مسئولان و در خصوص لزوم تحول در جامعه اشاره کرد و گفت: یکی از فرصت‌های تحول در گام دوم انقلاب، می‌تواند توجه به مدیریت زنانه باشد که این امر را توانمند کردن زنان محقق می‌شود.

تعارض منافع در کارکرد زنان شاغل



-مهشاد عسکری-

زنان در ایران در طیف گسترده‌ای از مشاغل فعالیت می‌کنند. آنها در مشاغل سنتی مانند خانه‌داری و مراقبت از کودکان، و همچنین در مشاغل مدرن مانند علوم مختلف، فناوری، مهندسی و ریاضیات، آموزش، پزشکی و سیاست حضور دارند.

زنان در ایران نقش مهمی در خانه‌داری و مراقبت از کودکان ایفا می‌کنند. آنها معمولاً مسئول انجام کارهای خانه مانند آشپزی، نظافت، و مراقبت از کودکان هستند. همچنین، زنان در مشاغل سنتی مانند کشاورزی، دامداری، و صنایع دستی نیز حضور پررنگ دارند.

در سال‌های اخیر، زنان در ایران به طور فزاینده‌ای در مشاغل مدرن حضور پیدا کرده‌اند.

زنان در ایران در زمینه‌های مختلف به پیشرفت‌های قابل توجهی دست یافته‌اند. آنها در دانشگاه‌ها و مراکز تحقیقاتی در این زمینه‌ها تحصیل می‌کنند و فعالیت می‌کنند. همچنین، زنان در مشاغل مختلفی مانند مهندسی، علوم کامپیوتر، و پزشکی به موفقیت‌های چشمگیری دست یافته‌اند.

همچنین زنان در ایران نقش مهمی در آموزش ایفا می‌کنند. آنها در دانشگاه‌ها، مدارس، و مهدکودک‌ها به عنوان معلم، مدیر فعالیت می‌کنند. از سوی دیگر، زنان در آموزش عالی به موفقیت‌های چشمگیری دست یافته‌اند و در حال حاضر سهم زیادی از دانشجویان و اساتید دانشگاه‌ها را به خود اختصاص داده‌اند.

آنچه در این میان حائز اهمیت است چالش‌های پیشروی زنان در حوزه‌های مختلف است. اولین و بارزترین این چالش‌ها تبعیض جنسیتی است.

تبعیضی که زنان صرفاً بواسطه جنسیت با آن مواجه هستند. این تبعیض می‌تواند در زمینه‌های مختلف مانند حقوق، دستمزد، و فرصت‌های شغلی باشد.

چالش مهم بعدی زنان در مشاغل؛ تعارض کار و زندگی است. این تعارض می‌تواند به دلیل مسئولیت‌های زنان در خانه و خانواده باشد. به طور کلی زنان شاغل وظیفه‌ای مضاعف بر کار خانه به عهده دارند. زنان شاغل در ایران از حمایت کافی خانواده و جامعه برخوردار نیستند. این عدم حمایت می‌تواند به دلیل سنت‌ها

و باورهای فرهنگی باشد. در این نگرش شاغل بودن زن، باعث نمی‌شود تا مسئولیت‌های داخل خانه او کاهش یابد. سوالی که اینجا مطرح است این است که زمانی که زن به منظور حمایت مالی از خانواده شغلی بیرون از محیط خانه را می‌پذیرد و در تامین هزینه‌های منزل شریک می‌شود، چرا در مسئولیت‌های داخل منزل، با همسر و سایر اعضای خانواده تقسیم نمی‌شود؟

از سوی دیگر زنانی که به اصطلاح خاندان هستند موجب صرفه‌جویی در بسیاری از هزینه‌های جاری خانه همچون پرستاری از فرزندان، نظافت منزل و ... می‌شوند که متأسفانه به هیچ عنوان در مخارج خانه لحاظ نمی‌شود.

تعداد زیادی از زنان شاغل مجبور هستند تا بخشی از درآمد خود را برای پرستاری از بچه و نظافت منزل صرف کنند.

اینجاست که تعارض منافع رخ می‌دهد. قسمتی از حقوق دریافتی زنان شاغل صرف هزینه‌هایی می‌شود که در خانواده‌هایی با زنان خاندان دارند هزینه نمی‌شود.



شاغل بودن زن مسئولیت‌های داخل خانه او را کاهش نمی‌دهد.

دیبا بزاز، مدیر داروخانه حائز رتبه برتر کشوری:

نمی‌گذاریم روند درمان بیماران مختل شود

• ذخیره دارویی کافی و تأمین هزینه آن دغدغه همیشگی ماست



-الهام زندوئوقی-

این روزها با توجه به افزایش آمار بیماری‌های خاص به ویژه سرطان، افراد مبتلا به این بیماری‌ها مسیری سخت را برای درمان طی می‌کنند. در طول این مسیر دشوار، هستند افرادی که با اقداماتشان مرهمی بر زخم آنها می‌گذارند. از جمله این افراد می‌توان به دکتر «دیبا بزاز» بانوی متعهد و خیری اشاره کرد که تنها داروخانه خصوصی توزیع داروهای خاص و شیمی درمانی استان کرمان را از سال ۹۴ راه اندازی کرده است. در ادامه گفتگوزن و اجتماع را با این بانوی تلاشگر حوزه درمان می‌خوانید:

■ لطفاً خودتان را برای خوانندگان ما معرفی کنید

دیبا بزاز متولد شهریور ۶۶ و فارغ التحصیل رشته دکتری داروسازی از دانشگاه شهید بهشتی هستم. بعد از فارغ التحصیلی طرح و شغلم را در کرمان ادامه دادم. ۱۱ سال پیش ازدواج کردم و در حال حاضر دو فرزند دارم.

■ چطور داروسازی را به عنوان رشته تحصیلی انتخاب کردید؟

شیمی درس مورد علاقه‌ام بود و همیشه دوست داشتم داروساز باشم. **■ ایده تأسیس داروخانه توزیع تخصصی داروهای خاص و شیمی درمانی از کجا آمد؟**

ما دارای تنها داروخانه خصوصی تخصصی توزیع داروهای خاص و شیمی درمانی در کرمان هستیم.

این داروها به دلیل ماهیت خاصشان قیمت بالایی داشته و در هر داروخانه‌ای موجود نیستند. بیماران همیشه برای پیدا کردن آنها با مشکل مواجه می‌شوند. این مشکل برای بیماران ژنیکی و آنژیومی بیشتر است. این داروخانه هشت سال پیش با حمایت مادی و معنوی جمعی از داروسازان خیر کرمان تحت نظارت هلدینگ دارو درمان پایا طب و با هدف تسریع روند تأمین دارو برای این گروه از بیماران تأسیس شد. همچنین به مرور زمان بنا بر خواسته و نیاز دانشکده علوم پزشکی کامل تر شد. من و همکارانم در این مجموعه تمام تلاشمان را کرده‌ایم که بیماران در تأمین دارو دغدغه‌ای

نداشته باشند.

■ هزینه تأمین دارو در داروخانه شما با داروخانه‌های دولتی چه تفاوتی دارد؟

قیمت دارو در سراسر کشور یک قیمت مصوب است و ما نمی‌توانیم دارو را ارزان‌تر یا گران‌تر از نرخ مصوب ارائه دهیم.

■ آیا از دیگر نقاط کشور هم برای تأمین دارو به شما مراجعه می‌کنند؟

از ابتدای فعالیتمان تاکنون اولین و مهمترین اولویتمان را تأمین دارو با کیفیت قرار داده‌ایم. در حال حاضر از سیستان و بلوچستان، بندرعباس، شیراز و یزد بیمارانی برای تأمین دارو به داروخانه ما مراجعه می‌کنند زیرا در شهر و استان خودشان موفق به تأمین دارو نشده‌اند.

■ سخت‌ترین قسمت کار شما چیست؟

تأمین دارو مهم‌ترین چالش ماست. متأسفانه به دلیل شرایط تحریمی در اکثر مواقع بسیاری از داروها در بازه زمانی مشخص به دست ما نمی‌رسد.

خیلی سخت است؛ به ویژه که فرزندانم کوچک هستند. با وجود تمام نگرانی‌ها و دغدغه‌های مادر بودن باید به کارم نیز رسیدگی می‌کردم. با تمام این موارد من مادر شاغل بودن را دوست دارم. مادر شدن دنیای جدیدی را به روی من گشود. با وجود فرزندان همه چیز غیر قابل پیش‌بینی می‌شود.

■ در تمام این سال‌ها بزرگترین حامی شما چه کسی بود؟

از ابتدا پدرم بزرگترین حامی من بود زیرا همیشه به من باور داشت. همین باور باعث می‌شد تا قدم بعدی را بردارم. بعد از درگذشت پدر، همسر من همیشه پشتیبانم بود. حتی در مواقعی که شاید به خاطر کار نقش مادری‌ام کم‌رنگ‌تر می‌شود، همیشه مرا حمایت می‌کند. البته من از خیلی‌ها انگیزه گرفتم. مثلاً شاید یکی از انگیزه‌های من مربی فوق‌العاده شیمی دبیرستان بود، یا دبیر فیزیکی که بیماری «ام.اس» داشت و به من گفت «اگر روزی داروساز شدی ما را فراموش نکن». در حال حاضر در تلاشم تا داروهای «ام.اس» را به مجموعه اضافه کنم تا در تأمین داروی این بیماران نیز قدمی برداشته باشیم.

■ چه سخنی با دختران ایران دارید؟

من فکر می‌کنم دختران نسل امروز نسبت به نسل قبل که ما بودیم؛ شناخت بیشتری و بهتری از خود دارند. آن‌ها می‌دانند که چه می‌خواهند. ما از شروع کردن می‌ترسیم اما این نسل می‌داند که چه می‌خواهد. به آن‌ها می‌گویم خودتان را باور داشته باشید قطعاً هر آنچه بخواهید، خواهد شد؛ حالا یا با تلاش بیشتر یا با چند بار شروع مجدد. اگر آرزوی چیزی را در ذهن دارید پس قابلیت رسیدن به آن را نیز دارید و قطعاً به آن خواهید رسید شما برای آن آرزو ساخته شده‌اید.

■ اگر بتوانید پیامی برای تمام مردم ایران بفرستید، در آن پیام چه می‌نویسید؟

با هم مهربان باشید. مردم در حال حاضر درگیر مشکلات مختلفی هستند. این مشکلات باعث شده تا مهربانی آن‌ها نسبت به هم کم شود. دوست دارم به مردم بگویم بیشتر با هم مهربان باشید. مهربانی مثل یک زنجیره در جامعه تکرار می‌شود.

کردم و برایم حکم فرزند سوم را دارد. هدفمان از همان ابتدا تاسیس یک کارخانه مطابق با استانداردهای اداره تجهیزات بود؛ اینگونه نبود که صرفاً به دنبال ایجاد کارگاه تولید ماسک باشیم.

بعد از چالش‌های مربوط به تریخیص دستگاه، ساخت محل مناسب اولویت بعدی ما بود. با حساسیت بالا استانداردها را رعایت کردیم و این امر باعث شد تا موفق به دریافت گواهی نامه ایزو شویم. به دلیل کیفیت بالای ماسک‌های تولیدی کارخانه ما، با وجود پایان اپیدمی کرونا و کاهش تقاضا، باز هم سفارشات زیادی داریم.

■ در حال حاضر عمده فعالیت شما مربوط به داروهای شیمی‌درمانی است و پدرتان را هم در اثر سرطان از دست داده‌اید، از این تجربه برایمان بگویید.

البته شروع بیماری پدرم مربوط به زمان دانشجویی من بود اما در زمانی که داروخانه را تأسیس کرده بودم بیماری پدرم مجدداً برگشت. هر چند مطمئن بودم بهترین داروها را تأمین می‌کنم اما متأسفانه نتیجه بخش نبود. گمان می‌کردم به دلیل تلاش برای کمک به بیماران درگیر سرطان و نوع نگاهی که مانند اعضای خانواده به آنها داشتیم؛ دعای خیرشان باعث می‌شود عزیزانم از این بیماری درمان بمانند اما مادرم و همسر من هم درگیر این بیماری شدند.

■ در کنار شغل پرچالشی که دارید و بیماری عزیزانتان، مادر دو فرزند نیز هستید؛ چگونه این شرایط را مدیریت کرده‌اید؟

با هر مشکلی که مواجه می‌شدم به خودم می‌گفتم «دو راه داری یا گریه کنی و منتظر کمک دیگران باشی یا باید بلند شوی و خودت کاری انجام دهی». در نهایت تصمیم می‌گرفتم بلند شوم و با این فکر که چه کاری درست است، شروع می‌کردم. در ذهنم یک چک لیست تهیه می‌کردم و به خودم می‌گفتم «الان موقع عمل کردن است نه نشستن و غصه خوردن».

■ کمی از دغدغه‌های مادر شاغل بودن برایمان بگویید.

واقعیت این است که در کنار کاری که عاشقانه دوستش دارم، زندگی ادامه دارد. در هر صورت من نقش مادری و همسری را نیز پذیرفته‌ام. قطعاً شرایط

ما باید ذخیره دارویی کافی داشته باشیم و با زمانبندی مناسب، مدیریت لازم برای تأمین دارو را انجام دهیم تا بیماران بدون دارو نمانند. از طرفی این داروها تحت پوشش بیمه هستند و خوشبختانه ۹۰ درصد هزینه این داروها توسط صندوق بیمه تأمین می‌شود. اما زمانی که باز پرداخت حق بیمه با تأخیر انجام می‌شود، ما در تأمین بودجه لازم برای خرید داروی جدید با مشکل مواجه می‌شویم. خرید دارو به صورت نقد است و حداکثر یک هفته فرصت پرداخت داریم؛ این در حالیست که گاهی پرداخت حق بیمه تا شش ماه به طول می‌انجامد. داروی بیماران باید به صورت مستمر تأمین شود چرا که تأخیر در این زمینه روند درمان بیمار را دچار اختلال می‌کند. به عنوان مثال؛ قیمت یک نمونه دارو برای بیماران خاص ۱۷ میلیون تومان است که بیمار باید هر سه هفته، چهار عدد از این دارو مصرف کند. هزینه این دارو توسط بیمه پرداخت می‌شود که معمولاً با تأخیر همراه است؛ اما ما این دارو را به صورت نقد خریداری می‌کنیم، بنابراین مجبوریم تا زمان تسویه حساب بیمه، هزینه تأمین این دارو را از جای دیگری تأمین کنیم تا در روند درمان بیمار اختلالی ایجاد نشود. این دو مورد یعنی موجودی مستمر دارو و تأمین هزینه آن همیشه جز دغدغه‌های ما محسوب می‌شود.

■ شما مدیر عامل یک کارخانه هم هستید؛ چه شد که وارد حوزه صنعت شدید؟

ما بنا به نیاز دانشکده علوم پزشکی فعالیت‌هایی انجام می‌دهیم. با شیوع کرونا و طولانی شدن آن، با کمبود ماسک و وجود ماسک‌های کم کیفیت با قیمت‌های نجومی مواجه شدیم. بنابراین شرکت «دارو درمان پایا طب» به کمک خیران داروساز؛ اقدام به وارد کردن دستگاه و مواد اولیه با کیفیت به منظور تولید ماسک با کیفیت کرد. «پایا ماسک» در حال حاضر یکی از برندهای مطرح ماسک در کشور است.

■ شما کارخانه خود را در شرایط کرونا و با توجه به نیاز آن روزها تاسیس کردید؛ آیا پایان اپیدمی کرونا تغییری در فعالیتتان ایجاد کرده است؟

من برای این کارخانه بسیار تلاش



سبک طراحی داخلی معاصر: از زیبایی تا کارکرد

استفاده از طراحی های نوین را نیز فراهم آورده است. نور نیز به عنوان یک عنصر کلیدی در طراحی، جلوه‌ای زیبا و جذاب به فضا اضافه شده است. سبک طراحی داخلی معاصر، برای مکان‌های مختلفی مناسب است. از منازل مسکونی گرفته تا ادارات، فضاهای تجاری و حتی مکان‌های عمومی مانند رستوران‌ها و گالری‌های هنری، همگی می‌توانند از این سبک برای ایجاد فضاهایی زیبا و به‌روز بهره‌مند شوند.

در سبک طراحی داخلی معاصر، رنگ‌های ساده و آرام معمولاً اولویت دارند. رنگهای سفید، خاکستری، مشکی و طیفی از آبی‌ها و سبزها برای ایجاد حس فضایی باز و آرام مورد استفاده قرار می‌گیرند.

یکی از ویژگی‌های جالب سبک طراحی داخلی معاصر، انعطاف پذیری آن است. این سبک قابلیت تطبیق با نیازها و سلیقه‌های مختلف را دارد، بنابراین می‌تواند در محیط‌های متنوعی اعم از خانه‌های شهری، ویلاها، ادارات یا فضاهای هنری به کار گرفته شود.

سبک معاصر با توجه به بهره‌گیری هوشمندانه از فضایی از سبک‌های محبوب بین مردم و طراحان است. این سبک؛ طراحی‌های باز، استفاده از مبلمان چند منظوره و ایجاد فضاهای باز با توجه به نورپردازی مناسب، احساس فضایی بزرگتر و آزاد کننده را به همراه دارد.

سبک طراحی داخلی معاصر یک تلفیق هنر و کارکرد است که به عنوان یک راه حل هوشمندانه برای خلق فضاهای زیبا و عملی شناخته می‌شود. این سبک، با توجه به ویژگی‌های خود، در انتخاب مکان‌های مختلفی از منازل خصوصی تا فضاهای تجاری، محبوبیت یافته است.

سبک طراحی داخلی معاصر بدون شک بهره‌مند از تکنولوژی را در طراحی و دکوراسیون جاری کرده است. از نمایشگرهای هوشمند گرفته تا سیستم‌های صوتی و نورپردازی هوشمند، تکنولوژی به عنوان یک عنصر حیاتی و نهایی در ایجاد تجربه زیبایی و کارکردی در این سبک حائز اهمیت است.

از سوی دیگر انتخاب مواد با کیفیت، مبلمان راحت و ملزومات زیبایی باعث ایجاد یک فضای آرام و شیک می‌شوند. این ویژگی باعث محبوبیت بیشتر این سبک در میان افراد با سلیقه‌های مختلف شده است.

با توجه به این ویژگی‌ها، سبک طراحی داخلی معاصر به‌طور خلاقانه و هوشمندانه ترکیبی از زیبایی، کارکردی و فناوری است. این سبک امکان ایجاد فضاهایی دلنشین و جذاب را فراهم می‌کند که تجربه کردن یک جهان مدرن و پویا در کنار حس آرامش، فراهم کرده است.

- حوریه صراف زاده / کارشناس معماری -

در اواخر قرن بیستم، با تغییر سبک‌ها و نگرش‌ها به ساختمان‌سازی، نیاز به طراحی داخلی جذاب و عملی بیش از پیش احساس شد. بنابراین سبک طراحی داخلی معاصر به عنوان یک سبک نوین به دنیای طراحی داخلی معرفی شد.

در حقیقت این سبک پاسخی بود به نیاز طراحان برای به‌روزرسانی سبکی که از هنرهای تجسمی در آن استفاده شود.

نام "سبک طراحی داخلی معاصر" نمایانگر هماهنگی بین زیبایی و کارکرد است. این سبک، بر اساس اصول معاصر و ترکیبی از خطوط ساده، جلوه‌های هنری، و استفاده از فناوری در طراحی، شگفتی ایجاد می‌کند که همزمان با نیازهای کاربری و فعالیت‌های روزمره هماهنگ است.

سبک طراحی داخلی معاصر با ویژگی‌های خاصی شناخته می‌شود. از جمله این ویژگی‌ها عبارتند از: خطوط ساده و شکیبا. در این سبک از خطوط ساده و منظم برای ایجاد حس آرامش و تناسب با محیط استفاده می‌شود.

همچنین اجزای هنری مانند نقاشی‌های مدرن یا انتخاب نمایشگرهای هنری به عنوان قطعات تزئینی معمولی هستند.

استفاده از مواد نوین و فناوری‌های پیشرفته در طراحی این سبک امکان

استفاده از مواد نوین و فناوری‌های پیشرفته در طراحی این سبک امکان استفاده از طراحی‌های نوین را نیز فراهم آورده است.



تأثیر فضای مجازی بر ایده‌آل گرایی



-آناهیتا آقاعباسی / روان‌درمانگر بالینی-

در ادامه مطلب شماره قبل راجع به سلامت روان و فضای مجازی؛ در این شماره به بررسی این موضوع و راهکارهای عدم وابستگی به این فضا می‌پردازیم. مطالعات صورت گرفته، نشان می‌دهد که افزایش استفاده از رسانه‌های اجتماعی و تجهیزاتی مانند تلفن همراه، لپ‌تاپ و سایر وسایل ارتباط مجازی کیفیت خواب را دستخوش تغییر می‌کند. هرچه زمان بیشتری صرف این موضوع شود در نتیجه وقت کمتری برای تنظیم و بهره‌مندی از کیفیت خواب خواهیم داشت.

از جمله موارد مهمی که بیشترین بازخورد را در فضای مجازی به خود اختصاص می‌دهد تصویر بدنی است که شامل تناسب چهره و اندام می‌شود. این روزها در فضای مجازی تناسب چهره و اندام دارای تعاریف خاص می‌باشد و هر روزه ایده‌آل‌هایی نیز به آن اضافه می‌شود که اکثر افراد در گروه‌های مختلف سنی را مورد هدف خود قرار داده است.

این موضوع تأثیر منفی بر مولفه‌ی خود باوری افراد با این تفکر که "هر فرد آنچه که هست ارزشمند است"

گذاشته است. خود باوری یک سکوی موثر در ابراز احساسات مثبت نسبت به خود می‌باشد که این روزها شاهد فروپاشی آن از سوی رسانه‌های جمعی و فضای مجازی هستیم. بزرگترین معضل این روزهای ما با فضای مجازی، اعتیاد به آن است. نخستین بار کیمبرلی یانگ در سال ۱۹۹۶ تحقیقی تحت عنوان "استفاده نامطلوب از کامپیوتر" معرفی کرد که می‌توانست معیارهای اعتیاد را شرح دهد. در کشورهایی مانند چین و کره شمالی اعتیاد به اینترنت یک تهدید سلامت عمومی تلقی می‌شود.

اعتیاد بر تمامی جنبه‌های اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و حتی جنسی اثرات منفی خود را نشان



این روزها در فضای مجازی تناسب چهره و اندام دارای تعاریف خاص می‌باشد و هر روزه ایده‌آل‌هایی نیز به آن اضافه می‌شود که اکثر افراد در گروه‌های مختلف سنی را مورد هدف خود قرار داده است.

می‌دهد و در نهایت سلامت روان فرد را از تعادل خارج می‌سازد. رفتارهای جنسی و دسترسی به محتوای واضح جنسی در تمامی رسانه‌های مجازی می‌تواند رفتارهای خطرآمیز و انتظارات غیرواقع‌بینانه‌ای را در افراد ایجاد کند که بزرگترین هدف آن می‌تواند گروه سنی نوجوانان باشد؛ زیرا این گروه در آغاز تکامل هویت جنسی خود قرار دارند و هنجارهای جنسی متعددی را می‌آموزند. در صورتی که نوجوانان در معرض محتوای جنسی نامناسب قرار گیرند ارتباط جنسی سالم و کنترل تکنه‌های جنسی برای آنها امری دشوار خواهد بود.

با توجه به اثرات منفی ذکر شده و معضلاتی که با آن رو به رو هستیم، ممکن است برخی افراد بر این تصور باشند که دوری از این فضا و عدم دسترسی ارتباطی می‌تواند راه حل این معضلات شود. در صورتی که اینگونه نخواهد بود زیرا تأثیرات مثبت و کارایی مناسب آن را نمی‌توان منکر شد و از آن چشم‌پوشی کرد.

مناسب‌ترین حالت آن است که با مدیریت و برنامه‌ریزی مناسب، ایجاد سواد رسانه‌ای و آگاهی بخشی در خصوص نحوه استفاده مناسب و بهره‌مندی صحیح از این بستر به ارتقا سلامتی روان خود کمک کنیم.



رازهای سلامت پوست:

راهنمایی برای داشتن پوستی جوان و تازه

بدون الکل، از حساسیت‌های پوست جلوگیری می‌کند. به پاکسازی و سلامت آن نیز کمک می‌کند. انتخاب محصولات مراقبتی با توجه به نوع پوست بسیار حائز اهمیت است. استفاده از کرم‌ها و ماسک‌های حاوی عصاره‌های طبیعی مانند آلوئه‌ورا، چای سبز و ویتامین‌ها، به نرمی و شادابی پوست کمک می‌کند. یکی دیگر از عوامل مهم و تاثیرگذار بر سلامت و حفظ شادابی پوست، انجام فعالیت‌های مرتب ورزشی است.

ورزش، علاوه بر تاثیرات مثبت بر جسم، به بهبود گردش خون و تخلیه سموم از پوست کمک می‌کند. تعریق ناشی از تمرین، سلول‌های مرده را از پوست دور می‌کند و آن را شاداب و جوان نگه می‌دارد.

به طور کلی سلامت پوست نتیجه ترکیبی از تغذیه سالم، مراقبت مداوم و توجه به نیازهای فصل‌ها است. با اعتنای به این اصول، هر زن می‌تواند پوستی جوان، تازه و خوش‌رنگ داشته باشد. بنابراین، با دقت به این نکات، می‌توان به راحتی از زیبایی و سلامت پوست لذت برد و اعتماد به نفس خود را افزایش داد.

برای حفظ سلامت پوست دارد. در زمستان، استفاده از مرطوب‌کننده و حفاظت از پوست در برابر سرما اهمیت دارد. در تابستان، مصرف کرم‌های ضدآفتاب و پوشیدن لباس‌های محافظ از اشعه‌های مضر خورشید ضروری است. از سوی دیگر محافظت از پوست تنها به معنی استفاده از کرم‌های مناسب نیست بلکه شست و شو و رعایت بهداشت پوست یکی از عوامل موثر در سلامت بدن و حفظ شادابی پوست است.

شستن پوست با محصولات ملایم و مناسب به حفظ تعادل رطوبت و رفع آلودگی‌ها کمک می‌کند. استفاده از محصولات شوینده با pH متعادل و



شست‌وشو و رعایت

بهداشت پوست یکی از

عوامل موثر در سلامت

بدن و حفظ شادابی

پوست است.

-پریازندوثوقی/ مشاور مراقبت‌های پوستی- در زندگی امروزه امروز، سلامت پوست یکی از اساسی‌ترین عوامل زیبایی و اعتماد به نفس است. پوست، به عنوان بزرگترین عضو بدن، نقش اساسی در حفظ سلامتی کلیه اجزای بدن ایفا می‌کند. در ادامه، به بررسی اصولی که به حفظ و بهبود سلامت پوست کمک می‌کند، می‌پردازیم.

اگر با هر یک از متخصصین پوست صحبت کنید همگی بر تاثیر تغذیه بر سلامت پوست تاکید دارند.

یکی از اولین اصول برای داشتن پوستی سالم، رعایت یک رژیم غذایی سالم است.

تأثیر تغذیه بر سلامت پوست بسیار زیاد است. مصرف مقدار کافی آب، میوه‌ها و سبزیجات، مواد مغذی مانند ویتامین C و E، اسیدهای چرب امگا و آهن به حفظ نرمی و شادابی پوست کمک می‌کند.

از آنجایی که پوست بیرونی ترین لایه بدن است؛ در تماس مستقیم با عوامل بیرونی است. این امر باعث شده تا پوست نیازمند مراقبت‌های خاصی باشد.

هر فصل نیازهای خاص خود را



جراحی لاپاروسکوپی

می‌کند و گاهی در همان روز جراحی مرخص می‌شود. این جراحی اغلب با بیهوشی عمومی انجام می‌شود. امروزه دستگاه‌های لاپاروسکوپی در اکثر بیمارستان‌های کشور موجود است اما این عمل باید توسط جراحانی انجام شود که دوره‌های آموزشی لازم برای انجام این نوع خاص جراحی را بصورت حرفه‌ای دیده باشند تا از عوارض احتمالی جلوگیری شود.

در جراحی لاپاروسکوپی از ابزارهای مخصوص و ظریف استفاده می‌شود که به وسیله سوراخ‌های کوچک پوستی وارد شکم بیمار می‌شود

با توجه به وجود دستگاه‌ها و جراحان حرفه‌ای در لاپاروسکوپی شما می‌توانید قبل از هر نوع جراحی در حیطه زنان با پزشکان این رشته در مورد امکان انجام عمل بصورت لاپاروسکوپی مشورت کنید تا از مزایای این روش جراحی نسبت به جراحی باز بهره‌مند شوید.

کردن یا بستن لوله‌ها، اندومتريوزو آزاد کردن چسبندگی‌های لگنی، حاملگی خارج رحمی، سرکلاژ شکمی و بسیاری جراحی‌های پیشرفته دیگر. در جراحی لاپاروسکوپی از ابزارهای مخصوص و ظریف استفاده می‌شود که به وسیله سوراخ‌های کوچک پوستی وارد شکم بیمار می‌شود و جراحی از بیرون با مشاهده داخل شکم توسط یک دوربین و روی مانیتور توسط جراح انجام می‌شود.

برخلاف تصور عمومی در این نوع جراحی‌ها به ندرت از لیزر استفاده می‌شود و این نوع عمل بر خلاف آنچه بین عموم رایج است، لیزری انجام نمی‌شود. طول مدت بستری بعد از عمل لاپاروسکوپی بسیار کوتاهتر است و بیمار درد بسیار کمتری احساس



-دکتر اعظم برخورداری / فوق تخصص زنان و زایمان-

جراحی لاپاروسکوپی نوعی جراحی است که در آن بدون باز شدن شکم و تنها با چند سوراخ کوچک روی جدار شکم عمل جراحی برای بیمار انجام می‌شود.

امروزه در اکثر نقاط دنیا و بسیاری از انواع جراحی‌ها از این روش استفاده می‌شود. در حقیقت این نوع جراحی یکی از روش‌های کم‌تهاجمی برای درمان محسوب می‌شود. مزایای اصلی این روش جراحی شامل کاهش بسیار زیاد خطر عفونت‌های جراحی و عفونت زخم، زمان کوتاهتر عمل، خونریزی کمتر، بهبودی سریعتر بیمار و بازگشت سریع وی به کار و زندگی اجتماعی و زیبایی پوست شکم از نظر زخم جراحی می‌باشد.

امروزه بسیاری از جراحی‌های حیطه زنان نیز از طریق لاپاروسکوپی قابل انجام است از جمله: جراحی برداشتن کامل رحم، برداشتن فیبروم‌های رحمی، کیست‌های تخمدانی، جراحی‌های نازایی، باز





هنردرمانی روشی موثر در درمان کودکان

روانی در کودکان، ترکیبی از راهکارهای مختلف مورد نیاز است. این شامل مشاوره فردی یا خانوادگی، درمان‌های روان‌شناختی، مداخلات آموزشی، و در موارد لازم، داروهای دارویی می‌شود. همچنین، توجه به نیازهای آموزشی و اجتماعی کودکان از طریق مدارس و اجتماع نیز اهمیت دارد.

هنردرمانی در کودکان از روش‌های مختلف انجام می‌شود.

هنردرمانی می‌تواند به کودکان کمک کند تا احساسات خود را به شیوه‌ای سالم و سازنده بیان کنند. این می‌تواند برای کودکانی که مشکل در بیان احساسات خود به صورت کلامی دارند، مفید باشد.

هنردرمانی می‌تواند به کودکان کمک کند تا به توانایی‌های خود اعتماد کنند و عزت نفس خود را افزایش دهند.

همچنین هنردرمانی می‌تواند به کودکان کمک کند تا مهارت‌های اجتماعی خود را مانند همکاری، گوش دادن و حل مسئله را تقویت کنند. این هدف با انجام فعالیت‌های هنری گروهی انجام شود. از سوی دیگر با کاهش و یا کنترل استرس و اضطراب؛ فرصت‌هایی برای غرق شدن در فعالیت‌های هنری و فراموش کردن نگرانی‌های خود فراهم می‌کند.

انواع هنردرمانی برای کودکان شامل نقاشی، مجسمه‌سازی، موسیقی درمانی و داستان‌گویی است.

یکی از مثال‌های دیگر که قبلاً از آن یاد شده، "فریدا کالو"، نقاش و نمایشنامه‌نویس مکزیک بود. او با استفاده از هنر، تجربیات زندگی خود را به تصویر کشید و با این کار، به خودشناسی عمیقی دست یافت. در نتیجه، هنردرمانی به عنوان یک روش فراگیر و موثر در درمان بیماری‌های روانی شناخته شده است. این روش برای درمان بسیاری از اختلالات در کودکان نیز موثر عمل کرده است.

تشخیص زودرس بیماری‌ها و مشکلات روانی در کودکان امری حیاتی است. زیرا در صورت عدم توجه به این مسائل، مشکلات حادتر و درمان سخت‌تر خواهد شد. این بیماری‌ها شامل اختلالات افسردگی، اضطراب، اختلال نقص توجه و بیش‌فعالی (ADHD) و اختلال وسواسی-اجباری (OCD) می‌باشد.

برای مدیریت بیماری‌ها و مشکلات



هنردرمانی می‌تواند به

کودکان کمک کند تا به

توانایی‌های خود اعتماد

کنند و عزت نفس خود را

افزایش دهند.



-ساره امینی/ کارشناس ارشد هنر-

هنردرمانی یک روش درمانی مبتنی بر هنر است که از عناصر هنری برای ارتقاء روانی و جسمی افراد استفاده می‌کند. این روش، با استفاده از فرایندهای هنری مانند نقاشی، موسیقی، نمایشنامه‌نویسی و سایر هنرها، به افراد کمک می‌کند تا با ترکیب احساسات، افکار و تجارب خود، به بهبودی در جوانب مختلف زندگی خود برسند. یکی از اصلی‌ترین مزایای هنردرمانی، قابلیت ارتقاء بهبود روانی است.

همانطور که در شماره‌های قبل اشاره شد؛ بسیاری از هنرمندان، از جمله "ون گوگ" طی سال‌های زندگی خود با بیماری‌های روانی و افسردگی مواجه بود. او از طریق نقاشی‌های خود، احساسات و اندیشه‌های خود را بیان کرد و از این طریق گام‌های موثری در کنترل این بیماری برداشت.

هنردرمانی به افراد امکان می‌دهد که با بیان غیرکلامی احساسات خود را تجربه کنند و با خلق آثار هنری، به خودشناسی و درک بهتری از احساسات خود دست پیدا کنند. همچنین، این روش به عنوان یک ابزار درمانی برای مدیریت استرس، افسردگی و اضطراب نیز مورد استفاده قرار می‌گیرد.

ضرابخانه گنجعلی خان، موزه سکه‌های تاریخی در کرمان

-راضیه هاشمی/راهنمای گردشگری-

ضرابخانه گنجعلی خان یکی از آثار تاریخی ارزشمند دوران صفویه در شهر کرمان است که امروزه به عنوان موزه سکه مورد بازدید گردشگران قرار می‌گیرد. این بنا در سال ۱۰۰۵ هجری قمری به دستور گنجعلی خان، حاکم وقت کرمان، ساخته شده و دارای معماری و تزئینات منحصر به فردی است.

گنجعلی خان، حاکم صفوی کرمان، یکی از حاکمان پرتلاش و آبادگر این شهر بود که در طول دوران حکومت خود، بناهای تاریخی متعددی را در کرمان بنا کرد.

یکی از این بناها، ضرابخانه گنجعلی خان است که در سال ۱۰۰۵ هجری قمری ساخته شد و امروزه به عنوان موزه سکه مورد بازدید گردشگران قرار می‌گیرد.

ضرابخانه گنجعلی خان، بنای مربعی شکلی است که در ضلع شمالی میدان گنجعلی خان قرار دارد. این بنا دارای گنبدی بلند و کلاه فرنگی است که بخش عمده‌ای از نور این مکان از طریق آن وارد می‌شود. زیر گنبد، حوضچه‌ای قرار دارد که با انعکاس نور، زیبایی خاصی به بنا می‌بخشد. تزئینات ضرابخانه گنجعلی خان شامل گچبری‌های آجری، کاشی‌کاری

و مقرنس‌کاری است. گچبری‌های این بنا به شکل آجر کاذب است و زیبایی خاصی به آن می‌بخشد. کاشی‌کاری‌های این بنا نیز با نقوش اسلیمی و ختایی تزئین شده‌اند. ضرابخانه گنجعلی خان در دوران صفویه محل ضرب سکه بود. در این بنا، فلزات ذوب شده و در قالب‌های مخصوص ریخته می‌شدند و سپس با استفاده از پتک و چکش، نقش‌های مورد نظر بر روی آنها حک می‌شد.

ضرابخانه گنجعلی خان در شهر کرمان، امروزه به عنوان موزه سکه کرمان به فعالیت خود ادامه می‌دهد؛ در موزه سکه کرمان، سکه‌های زیادی از ادوار مختلف نظیر اشکانیان، ساسانیان،



گنجعلی خان، حاکم صفوی کرمان، یکی از حاکمان پرتلاش و آبادگر این شهر بود که در طول دوران حکومت خود، بناهای تاریخی متعددی را در کرمان بنا کرد.

عباسی، تیموری، ایلخانی، سلجوقی، صفوی، زندیه، قاجار و پهلوی در معرض نمایش قرار گرفته‌اند. علاوه بر این، سکه‌هایی رومی و یونانی را نیز می‌توان در بخشی از این موزه مشاهده کرد. تعدادی اسکانس به جای مانده از اواخر دوره قاجار و دوره پهلوی نیز در این موزه وجود دارند.

علاقه‌مندان بازدید از ضرابخانه گنجعلی خان می‌توانند از ۷:۰۰ صبح تا ۲۰:۰۰ برای بازدید مراجعه کنند؛ البته در ایام سوگواری رسمی این موزه تعطیل است.

ضرابخانه گنجعلی خان یکی از بناهای تاریخی است که در اطراف میدان گنجعلی خان ساخته شده است.

در قسمت شمالی میدان گنجعلی خان و در داخل بازار مسگری شمالی و دقیقاً روبه‌روی حمام گنجعلی خان، می‌توان ضرابخانه گنجعلی خان را مشاهده کرد. ضرابخانه گنجعلی خان از گنبد بلند آن قابل تشخیص است. با توجه به ارزش تاریخی آن، ضرابخانه گنجعلی خان در فهرست آثار ملی به ثبت رسیده است.

در اطراف این بنا، بازار کرمان، حمام گنجعلی خان، بازار ارگ، بازار وکیل، مسجد و آب انبار نیز وجود دارد که می‌توانید از آنها بازدید کنید.





زاده شدن فریدون



-حسنا خوشرو-

از ماجرای خواب ضحاک مدتی طولانی گذشت و فرصت ضحاک کمتری به پایان کارش نزدیکتر می شد تا اینکه روزی فریدون چشم به جهان گشود و به مانند سرو رشد کرد و شکوه و جلال شاهی او نمایان شد.

برآمد برین روزگار دراز کشید ازدهافش به تنگی فراز خجسته فریدون ز مادر بزاد جهان را یکی دیگر آمد نهاد بیالید برسان سرو سهی همی تافت زو فر شاهنشهی جهانجوی با فر جمشید بود به کردار تابنده خورشید بود

هم‌زمان با زاده شدن فریدون گاوی زاده شد که عجیب‌ترین گوساله‌ی دنیا بود زیرا موهای تنش مانند پره‌های طاووس رنگارنگ بود. نام آن گاو را برماینه گذاشتند. از طرف دگرماموران ضحاک درهرمحله‌ای به دنبال یافتن فریدون و گاو برماینه بودند.

پدر فریدون فردی به نام آبتین بود که به دست روزبانان ضحاک اسیر و کشته می‌شود.

فرانک؛ مادرفریدون هنگامی که سرنوشت همسرش را دید با دلی داغ دیده و گریان با فرزندش از آن‌جا فرار کرد تا در امان باشند. او به مرغزاری رفت که برحسب اتفاق گاو برماینه نیز در آن‌جا بود.

فرانک نزد نگهبان مرغزار رفت و از او تقاضا کرد تا مدتی فرزند شیرخوارش

را در آنجا نگهداری و به مانند پدری دلسوز از او مراقبت و از شیر آن گاو او را تغذیه کند و برای دستمزد هر چه او بخواهد آن را برآورده کند. بدین ترتیب نگهبان فریدون را در نزد خود نگاه داشت و سه سال با شیر برماینه او را شیر داد.

بدو گفت کاین کودک شیرخوار زمن روزگاری به‌زنده‌دار پدروارش از مادر اندر پذیر وزین گاو نغزش بیور به شیر و گر باره خواهی روانم تراست گروگان کنم جان بدن کت هواست

ضحاک که هنوز ازعاقبت خود درهراس بود هنوز هم به دنبال این گاو می‌گشت تا این‌که توسط جاسوسانش از وجود برماینه خبردار شد.

فرانک نزد مرد امانت‌دار آمد و به او گفت که شوری دردش افتاده و باید از این سرزمینی که جادو (ضحاک) بر آن حکم فرماست فرار کند و به هندوستان برود. فرانک گفت که از میان این جمعیت می‌رود و به البرزکوه پناه می‌برد.

(البرزکوه در زبان اوستایی به معنای کوه بلند است و منظور از البرزکوه در این‌جا لزوماً رشته کوه البرز امروزی نیست).

فرانک فرزند را از آن نگهبان گرفت و با شتاب به سمت البرز برد. در آن کوه زاهدی به دور از نگرانی‌های جهان زندگی می‌کرد. فرانک به او گفت که من زنی داغ دیده از سرزمین ایران هستم؛ فرزند من در آینده فرد شایسته‌ای خواهد شد. او تاج ضحاک را از سرش پایین می‌آورد و ضحاک را در جنگ

شکست می‌دهد. تو باید مراقب او باشی. مرد زاهد کودک را نزد خود پذیرفت و فرانک را ناامید نکرد. فرانک بدو گفت کای پاک دین منم سوگواری از ایران زمین بدان کاین گرانمایه فرزند من همی بود خواهد سر انجمن سپارد کمربند او خاک را بیژد سر تاج ضحاک را ترا بود باید نگهبان اوی پدروار لرنزده بر جان اوی نیارود هرگز بدو باد سرد بپذیرفت فرزند او نیک مرد

در آن سوی ماجرا ضحاک به وسیله‌ی جاسوسانش از وجود گاو برماینه و آن مرغزار خبردار می‌شود و خشمگین همراه با مامورانش به آن مرغزار می‌رود و از روی خشم نه تنها برماینه که تمامی چهارپایان را می‌کشد و فوری به سمت منزل‌گاه فریدون می‌رود و چون پیدایش نمی‌کند خانه را به آتش می‌کشد و با خاک یکسان می‌کند.

خبر شد به ضحاک بد روزگار از آن گاو برماینه و مرغزار بیامد از آن کینه چون پیل مست مران گاو برماینه را کرد پست همه هر چه دید اندرو چارپای بیفگند و زبشان بپرداخت جای سبک سوی خان فریدون شتافت فراوان پژوهید و کس را نیافت به ایوان او آتش اندر فگند ز پای اندر آورد کاخ بلند در قسمت بعد خواهیم خواند که فریدون چگونه از اصل و نسب خود آگاه می‌شود و به فکر انتقام از ضحاک می‌افتد.

نگهبان فریدون را

در نزد خود نگاه داشت
و سه سال با شیر برماینه
او را شیر داد.

نه عقب نشینی، نه تسلیم

-زن و اجتماع-

در طول تاریخ سرزمین ایران بارها و بارها مورد هجوم دشمنان قرار گرفته است. در این میان زنان و مردان وطن دوست، شجاع و با غیرت همواره در دفاع و دور راندن دشمن به پاخواستارند.

هرچند جنگ عملی است که در کلیشه های رنگ مردانه به خود گرفته است؛ اما تاریخ بهترین گواه این اداست که زنان ایرانی هرگز برای دفاع از کشور جنسیت را بهانه نکرده اند بلکه در میان فرماندهان پر افتخار جنگی نام این زنان همواره درخشیده است. زنانی همچون ارتیمیس، اولین دریاسالار زن ایران، ویا شخصیت گردافرد در داستان شاهنامه که قطعا همچون دیگر جنبه های داستانی شاهنامه، نمادی از یک شخصیت دنیای واقعی بوده است.

یکی از زنانی که نام خود را تاریخ به عنوان فرمانده جنگ ثبت کرده است «آپرانیک» است. وی فرماندهی ارتش یزدگرد سوم را در برابر حمله اعراب در سال ۶۵۱ میلادی بر عهده داشت.

آپرانیک دختر سردار "پیران" از خاندان «سورن» بود. خاندان سورن یکی از هفت خاندان ممتاز دوران اشکانی بودند که در حدود قرن سوم پیش از میلاد مسیح، در منطقه سیستان و شرق ایران می زیستند.

این خاندان از سوی اشکانیان به عنوان شهربانان سیستان برگزیده شدند. زمانیکه قلمرو ساسانی مورد حمله «راشین» قرارگرفت، آپرانیک برای جنگ و دفاع از میهن به ارتش پیوست.

وی از کودکی نزد پدر برای جنگ آموزش دیده بود. در زمان حمله راشین به ایران؛ امپراتوری پارس که در تاریخ ثبت شده است.

از جنگ های مستمر با امپراتوری روم، از لحاظ اقتصادی، معنوی و هزینه زندگی تضعیف شده بود و آخرین پادشاه ساسانی «یزدگرد»، پیش بینی این حمله را نکرده بود.

ارتش فارسی به فرماندهی آپرانیک بلافاصله پس از این، در حمله تمام عیاری به آنها تاخت. او هرگز در برابر ستمگران حتی پس از دست رفتن امپراتوری ساسانی، تسلیم نشد.

او زمانی که همه امیدها از بین رفته بود، ضربه زندش را شروع کرد و این سرکشی را تا زمان مرگ ادامه داد. تا جاییکه او را تکاور افسانه ای خاص و بی امان زمان جنگ می نامند.

شعار مشهور آپرانیک عبارت بود از: «نه عقب نشینی، نه تسلیم» او اسطوره ای ست از زنان فارسی که در تاریخ ثبت شده است.





آموزش چه تاثیری بر توسعه پایدار دارد؟

عمومی و کاهش فقر می‌شود. علیرغم اهمیت آموزش، هنوز میلیون‌ها کودک و بزرگسال در سراسر جهان از آموزش محروم هستند. بر اساس گزارش یونسکو، در سال ۲۰۲۲، حدود ۲۶۲ میلیون کودک و نوجوان از تحصیل بازمانده بودند. همچنین، حدود ۷۷۳ میلیون بزرگسال از مهارت‌های پایه خواندن و نوشتن محروم بودند. هر ساله در سراسر جهان تصمیمات اساسی برای فراهم شدن زمینه آموزش به افراد بیشتری از بشر اتخاذ می‌شود. یکی از اصلی‌ترین نمودهای رشد جایگاه علمی و مدنی زنان در کشور ما، افزایش شمار دانشجویان و استادان زن در حوزه آموزش عالی است که تنها در دو دهه اخیر اعضای هیات علمی زن در کشور سه برابر شده است. برآوردها می‌گوید اکنون ۶۰ درصد کرسی‌های دانشگاه‌های کشور به استادان زن تعلق دارد. همچنین، ۳۵ درصد هیات علمی کشور را زنان به خود اختصاص داده‌اند. آموزش یک حق اساسی بشر است که نقش مهمی در توسعه پایدار ایفا می‌کند. با رفع چالش‌های پیش روی آموزش، می‌توان به ایجاد جهانی صلح‌آمیزتر و پایدارتر کمک کرد.

نیازهای خود برآورده کند. طبق این تعریف آموزش نقش مهمی در دستیابی به توسعه پایدار ایفا می‌کند. در سطح فردی، آموزش به افراد کمک می‌کند تا مهارت‌های لازم برای کسب درآمد و تأمین معاش خود را کسب کنند. همچنین به آنها کمک می‌کند تا در جامعه مشارکت کنند و به توسعه جامعه خود کمک کنند.

در سطح جامعه، آموزش به ایجاد جامعه‌ای آگاه‌تر و توانمندتر کمک می‌کند. این امر منجر به افزایش مشارکت سیاسی، بهبود سلامت



**توسعه پایدار
به توسعه‌ای گفته
می‌شود که نیازهای
نسل امروز را بدون
به خطر انداختن
توانایی‌های نسل‌های
آینده برای برآورده کردن
نیازهای خود
برآورده کند.**

-فاطمیما محمودی-

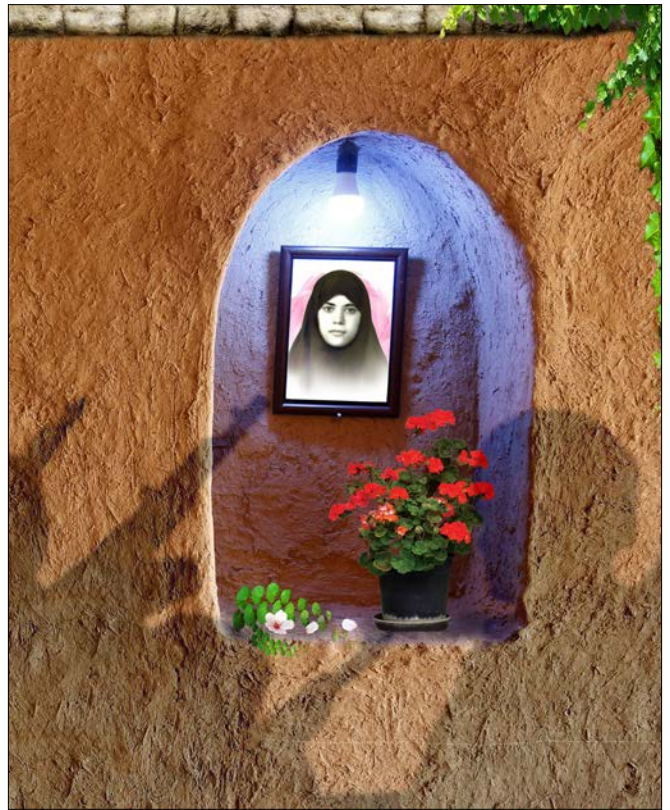
آموزش یکی از اساسی‌ترین حقوق بشر است که نقش مهمی در توسعه پایدار ایفا می‌کند. مهارت‌ها و دانش لازم برای مشارکت فعال در جامعه از طریق آموزش به افراد داده می‌شود. کسب آموزش‌های لازم به انسان‌ها کمک می‌کند تا با اتخاذ تصمیمات آگاهانه و مناسب، در برابر چالش‌های پیش‌رو رفتار مناسب‌تری داشته باشند. در سال ۲۰۱۸، مجمع عمومی سازمان ملل متحد ۲۴ ژانویه برابر با ۴ بهمن را به عنوان روز جهانی آموزش اعلام کرد.

دلیل این امر تأکید بر نقش آموزش در ایجاد صلح جهانی و توسعه پایدار عنوان شده است.

این روز فرصتی برای آگاهی بخشی در مورد اهمیت آموزش و ترویج دسترسی برابر به آموزش با کیفیت برای همه است.

به منظور درک ارتباط معنا دار بین آموزش و توسعه پایدار ابتدا تعریف روشنی از توسعه پایدار ارائه می‌شود. توسعه پایدار به توسعه‌ای گفته می‌شود که نیازهای نسل امروز را بدون به خطر انداختن توانایی‌های نسل‌های آینده برای برآورده کردن

عصمت پورانوری نوعروس شهید



مراسمی به خانه بخت رفت. هر لحظه که از عمر شریفش می‌گذشت در آرزوی رسیدن به قافله شهدا بود بارها به آشنایان و اطرافیانش می‌گفت: من آرزو دارم مثل حضرت زهرا(س) و در زیر چادرم شهید بشوم.

حجاب جزو لاینفک زندگانی اش بود. شب‌ها با حجاب کامل می‌خوابید. وقتی از او سوال می‌کردند چرا اینگونه مجهز می‌خوابی؟ جواب می‌داد: اگر خانه مان بر اثر حمله موشکی مورد اصابت قرار گرفت نمی‌خواهم موقع بیرون کشیدن جسم بی جانم از زیر آوار چشم نامحرمی بر من بیفتد.

۶۶ روز از ازدواجش نگذشته بود که همراه جاری و مادرشوهرش در مراسم بزرگداشت شهدای عملیات بستان شرکت کرد. درست در لحظاتی که جمعیت مردم بر روی پل قدیم دزفول رسیدند هواپیماهای دشمن بعضی آن‌ها را مورد اصابت راکت قرار دادند. عصمت مظلومانه به شهادت رسید. اما او تنها پرواز نکرد بلکه جاری اش (شهید مرضیه بلوایه) و مادرشوهرش (شهید فاطمه صدف ساز) نیز در آن حادثه به شهادت رسیدند. عصمت و مرضیه هر دو نوعروس بودند در حالیکه همسرانشان در جبهه‌های نبرد حضور داشتند.

جهانی است و آنان توشه‌ی راه رسیدن به مقصد انقلابند.

منتظر واقعی ظهور بود و می‌گفت: با اخلاق و رفتار شایسته مان باید زمینه ساز ظهور حضرت مهدی عج باشیم. با شروع جنگ تحمیلی و حمله هوایی و زمینی دشمن به شهر بی دفاع دزفول در ستادهای پشتیبانی جنگ داوطلبانه به یاری شتافت. عصمت در بسیج مستضعفین نیز حضور داشت و مسئولیت یکی از پایگاه‌های شهر را به عهده گرفت. او در این مسیر برای دفاع در برابر پیشروی دشمن به آموزش نظامی زنان شهرش پرداخت.

او در سال‌های جنگ به امداد رسانی خواهران گرفتار در زیر آوار حملات موشکی شتافت و پس از آن تا ساعات‌ها به غسل و تکفین خواهران شهیدش مشغول شد. هر گاه از او می‌پرسیدند چرا بی هیچ دلهره‌ای در اینجا حضور داری؟ او با آرامشی خاص جواب می‌داد: نباید اجازه دهیم پیکر مطهر خواهرانمان بر زمین بماند. در اوج آتش باران دشمن بعضی به شهر جبهه دزفول مجری سنت حسنه ازدواج آسان شد. در کمال قناعت و مهریه‌ی یک جلد کلام الله مجید با رزمنده‌ای که دائم در جبهه حضور داشت پیوند آسمانی بست؛ و بی هیچ

عصمت پورانوری در سال ۱۳۴۱ در شهرستان دزفول پا به عرصه وجود نهاد و در خانواده‌ای کاملاً اسلامی و با اصالت زندگی را آغاز نمود. از کودکی علاقه وافری به یادگیری مسائل اسلامی داشت. بطوریکه در سنین کم توانست قرآن خواندن و نماز را بطور کامل یاد بگیرد و در حفظ و رعایت حجاب خود بسیار تلاش می‌کرد. از کودکی علاقه وافری به یادگیری مسائل دینی داشت. در دوران انقلاب با حضور در مراسم و برنامه‌های راهپیمایی گام به گام در کنار مردم بود. تا اینکه انقلاب شکوهمند اسلامی به رهبری امام خمینی(ره) به پیروزی رسید. پس از انقلاب یکی از پیشگامان لبیک به ندای امام راحل در امر نهضت سوادآموزی بود به طوری که در تمام جلسات حضور داشت و به عنوان مربی نمونه در این نهاد مشغول به کار شد.

او همزمان به فعالیت‌های تبلیغی جهادی و مذهبی پرداخت. علاقه خاصی به روحانیت و منصوبین امام راحل داشت به گونه‌ای که برای شهادت شهید مظلوم انقلاب آیت الله دکتر بهشتی از اعماق وجودش روزهای زیادی گریه و بی‌تابی کرد. چون اعتقاد داشت: رمز پیروزی اسلام امام و روحانیت مبارز با استکبار

تأثیرات مثبت حضور زنان در فضای مجازی



-اسما محمودی-

فضای مجازی دنیایی شبیه‌سازی شده است که از طریق شبکه‌های کامپیوتری و ارتباطات دیجیتال به وجود می‌آید. این فضا شامل مجموعه‌ای از وبسایت‌ها، شبکه‌های اجتماعی، بازی‌های آنلاین، و دیگر پلتفرم‌های دیجیتالی است که کاربران می‌توانند در آن‌ها با یکدیگر تعامل داشته باشند.

فضای مجازی دنیایی واقعی نیست، اما می‌تواند تجربیات واقعی را شبیه‌سازی کند.

از طرفی کاربران می‌توانند در فضای مجازی با یکدیگر ارتباط برقرار کنند، اطلاعات را به اشتراک بگذارند، و فعالیت‌های مشترکی انجام دهند. این فضا محدود به مکان یا زمان خاصی نیست و کاربران در هر نقطه از جهان می‌توانند به آن دسترسی داشته باشند.

فضای مجازی یکی از مهم‌ترین عرصه‌های اجتماعی در عصر حاضر است. این فضا فرصت‌ها و چالش‌های زیادی را برای زنان فراهم می‌کند.

هرچند همواره از فضای مجازی به عنوان شمشیر دو لبه یاد شده است و در اکثر موارد از صدمات این فضا بر جسم و روان انسان‌ها به خصوص زنان یاد می‌شود، اما نمیتوان منکر تاثیرگذاری و البته اثر بخشی آن بر جامعه بود.

از سوی دیگر بسیاری این فضا را محیط جدیدی برای ظهور شیوه‌های نوین مزاحمت برای بانوان ذکر کرده‌اند اما هیچ یک از موارد ذکر شده نمی‌تواند منکر و مانع حضور زنان در این فضا شود.

حضور زنان در فضای مجازی می‌تواند تأثیرات مثبت زیادی نیز به همراه داشته باشد.

فضای مجازی می‌تواند به خانم‌ها کمک کند تا اطلاعات و دانش خود را در زمینه‌های مختلف افزایش دهند. این امر می‌تواند به توانمندسازی زنان در زمینه‌های مختلف کمک کند. به

در مقابله با تبعیض و نابرابری کمک کند. به عنوان مثال، با استفاده از فضای مجازی، می‌توانند با بانوان دیگر در سراسر جهان ارتباط برقرار کنند، و تجربیات خود را به اشتراک بگذارند. با دیدن زنان موفق جهان در عرصه‌های مختلف و خواندن سرگذشت آنها، اهداف خود را دست یافتنی تر از قبل متصور میشوند.

حضور زنان در فضای مجازی می‌تواند تأثیرات مثبت زیادی داشته باشد. با این حال، زنان باید از چالش‌های این فضا نیز آگاه باشند.

هرچند پیام‌های آزاردهنده در فضای مجازی برای بانوان بیشتر از مردان است اما مهم‌ترین نکته برای حضور در این فضا حفاظت از اطلاعات به منظور جلوگیری از سرقت هویت است.

نکته قابل تامل در مورد چالش‌های حضور زنان در فضای مجازی بیشتر شدن شکافت بین زنان است. زنانی که به اینترنت و گردش اطلاعات دسترسی بیشتری دارند، با ضریب تصاعدی در حال پیشرفت و هماهنگی با دنیا هستند و این امر باعث به وجود آمدن شکافی بین ایشان و زنانی می‌شود که دسترسی به اینترنت برایشان محدودتر است.

تعمیق شکاف دیجیتالی می‌تواند منجر به تبعیض بیشتر علیه زنان شود.

هایی را در تمام زمینه‌ها ارائه می‌دهند؛ به واسطه فضای مجازی فراهم شده است.

علاوه بر این فضای مجازی می‌تواند به بانوان کمک کند تا در جامعه مشارکت بیشتری داشته باشند. از جمله این مشارکت‌ها می‌توان به مشارکت سیاسی، اجتماعی و فرهنگی اشاره کرد.

به عنوان مثال، آنها می‌توانند با استفاده از این محیط، در گفتگوهای سیاسی و اجتماعی شرکت کنند، از حقوق خود دفاع کنند، و فرهنگ و هنر خود را به اشتراک بگذارند. کاری که شاید اکثر بانوان در دنیای واقعی از انجام آن منع شده و یا فرصت آنرا نداشته‌اند.

نکته بسیار حائز اهمیت در این فضا از میان رفتن مرزهای جغرافیایی و ارزش‌های فرهنگی است. این فضا با نزدیک کردن افراد به هم فرا از موقعیت جغرافیایی و مسافت بینشان، به آنها امکان تبادل فرهنگ، تجربه و مقایسه قوانین متفاوت در اقصی نقاط جهان را میدهد. آشنایی با فرهنگ‌های مختلف باعث می‌شود تا افراد نسبت به عادات خود با تامل بیشتری عمل کنند. این امر کمک میکند تا زنان هویت خود را به عنوان یک زن تقویت کنند. از طرفی این امر می‌تواند به زنان

عنوان مثال، زنان می‌توانند با استفاده از این فضا، اطلاعات مربوط به حقوق خود، مهارت‌های شغلی و تحصیلی، فرصت‌های شغلی و تحصیلی را کسب کنند. از طرفی دیگر امروزه به مدد کلاس‌هایی که بر بستر اینترنت و به صورت مجازی برگزار می‌شود، امکان دسترسی به عدالت آموزشی و بهرمندی همه افراد جامعه مخصوصاً زنانی که پیش از این به دلیل داشتن مسئولیت‌های خانه و یا داشتن فرزند کوچک از آن محروم بودن را فراهم نموده است.

علاوه بر این دسترسی به ویدئوهای آموزشی که به صورت رایگان؛ آموزش



امروزه به مدد کلاس‌هایی که بر بستر اینترنت و به صورت مجازی برگزار می‌شود، امکان دسترسی به عدالت آموزشی و بهرمندی همه افراد جامعه مخصوصاً زنانی که پیش از این به دلیل داشتن مسئولیت‌های خانه و یا داشتن فرزند کوچک از آن محروم بودن را فراهم نموده است.