عبارت همه به مدرسه بازمی‌گردیم ضامن قوی‌شدن ایران

نسل فردا: وزیر آموزش و پرورش ضمن بیان اینکه تعاونی‌های فرهنگیان را فعال می‌کنیم و در همین راستا نیز به دنبال یک سازمان رفاهی برای معلمان خواهیم بود گفت: همچنین فعال‌شدن تعاونی‌های دانش‌آموزی نیز توسط معاونت پرورشی دنبال می‌شود. صحرایی ادامه داد: یک رکن اقتصاد ما تعاونی است که اگر این موضوع در مدرسه شروع شود، همانند یک درخت تنومند رشد خواهد کرد لذا از همه دست‌اندرکاران دعوت می‌کنیم تا برای تحقق اهداف خود به مدرسه بیایند، مکانی که امیدآفرین و چشمه تحول‌ساز ایران است. وزیر آموزش و پرورش با اعلام این خبر که در سال تحصیلی جدید به تعداد دانش‌آموزان مهارتی، ۱۰۰ هزار نفر اضافه شده است، گفت: این یعنی کاهش تعداد بیکاران در آینده. همچنین توسعه هنرستان‌ها و مراکز فنی حرفه‌ای در دستور کار است. وی با تاکید بر اینکه عبارت و راهبرد "همه به مدرسه بازمی‌گردیم" می‌تواند ضامن قوی‌شدن ایران در آینده باشد، خاطر نشان کرد: مشارکت مردمی در آموزش و پرورش نسبت به دستگاه‌های دیگر، چهره درخشانی دارد، به نحوی که طی دو سال گذشته در دولت مردمی ۵۸۰۶ مدرسه ساخته شده است و بیش از ۵۰ درصد هزینه‌های آن را خیرین تامین کرده‌اند.

کلاهبرداری با وعده برنده شدن خودرو

نسل فردا: سرهنگ داود معظمی گودرزی، رئیس پلیس فتا تهران بزرگ با اعلام خبر شناسایی و بازداشت کلاهبردار تلفنی اظهار داشت: یکی از شهروندان به این پلیس مراجعه و مدعی شد شخصی با وی تماس گرفته و خود را مجری صداسیما معرفی کرده و گفته شما برنده یک دستگاه خودرو شده و حتی تصاویر سند خودرو را نیز ارسال کرده است. رئیس پلیس فتا پایتخت تصریح کرد: مجرم با ترفندهای خود مالباخته را فریب داده و از او خواسته جهت دریافت جایزه خود کدهای مختلفی را که از پشت تلفن به وی اعلام می‌کند در مرورگر تلفن همراه خود وارد کرده و اعلام کند که شاکی با یک غفلت ساده در نهایت متوجه سرقت تمامی موجودی حساب‌های بانکی خود می‌شود. سرهنگ معظمی گودرزی ادامه داد: موضوع در دستور کار پلیس قرار گرفت و متهم دستگیر شد. وی با اشاره به افزایش تعداد شکات به بیش از ۱۵ نفر در روند رسیدگی پرونده افزود: ممکن است شیوه‌های کلاهبرداری این افراد مجرم متفاوت باشد، اما در نهایت به یک شیوه عمل می‌کنند و با اعلام برنده شدن مخاطبان، با ترفندهای ماهرانه تمام اطلاعات حساب بانکی افراد را دریافت کرده و با استفاده از آن اقدام به برداشت از حساب افراد می‌کنند.

خبر

انهدام باند شماره گذاری خودروهای لوکس

امیر محمدی / گروه جامعه
news@naslefarda.net

سردار حسین رحیمی، رئیس پلیس امنیت اقتصادی فراجا درباره اینکه خودروهای لوکس قاچاق چگونه به شهرها می‌رسند، گفت: خودروهای لوکس قاچاق به وسیله کشتی‌ها به خورها آورده می‌شوند و در آنجا بارگیری می‌شوند و اکثراً شبانه به مقاصد شهرها از جاده‌های فرعی حرکت می‌کنند. وی افزود: اغلب این خودروها "پورشه"، "بنز"، "لندکروز" و ... هستند که به صورت قاچاق وارد کشور می‌شوند. رئیس پلیس امنیت اقتصادی فراجا در پاسخ به اینکه این خودروها چگونه پلاک می‌شوند و در شهر تردد می‌کنند، تصریح کرد: این خودروها به صورت قانونی پلاک نمی‌شوند چرا که فاقد مدارک قانونی هستند. رحیمی با بیان اینکه برخی از افراد با روش‌های غیرقانونی، پلاک‌هایی برای این خودروها تهیه می‌کنند، گفت: به عنوان مثال یک بنز قدیمی در زمان‌های قدیم به صورت رسمی توانسته از پلیس راهنمایی و رانندگی پلاک دریافت کند چرا که آن زمان آن مدل ماشین قانونی وارد کشور شده بود و برای پلاک کردن مشکلی نداشت. وی ادامه داد: حال این افراد، پلاک را از روی آن مدل بنز قدیمی باز می‌کنند و بر روی یک بنز جدید که به صورت غیرقانونی وارد کشور شده، نصب می‌کنند. سردار رحیمی بیان کرد: اخیراً ماموران پلیس امنیت اقتصادی باندی را شناسایی کردند که این نوع پلاک‌ها را خرید و فروش می‌کنند یا حتی اجاره می‌دهند. وی خاطرنشان کرد: این افراد، درآمد بالایی از این نوع معاملات دارند و در برخی مواقع تنها با خرید و فروش این پلاک‌ها، پول خرید یک خودروی بنز را به دست می‌آورند. رئیس پلیس امنیت اقتصادی فراجا در پایان گفت: از ابتدای سال تاکنون آمار کشف خودروهای لوکس قاچاق نسبت به سال قبل ۴۷ درصد افزایش داشته است.

صدور شیوه‌نامه چگونگی تشخیص رشد افراد بالغ کمتر از ۱۸ سال

شهلا قدرتی / گروه جامعه
news@naslefarda.net

رئیس قوه قضاییه شیوه‌نامه چگونگی تشخیص رشد و کمال عقل افراد بالغ کمتر از ۱۸ سال تمام شمسی را در ۴ ماده و ۳ تبصره ابلاغ کرد. در مقدمه "شیوه‌نامه چگونگی تشخیص رشد و کمال عقل افراد بالغ کمتر از ۱۸ سال تمام شمسی" که توسط حجت‌الاسلام والمسلمین غلامحسین محسنی اژه‌ای ابلاغ شد، آمده است: این شیوه‌نامه به منظور ایجاد رویه واحد در احراز رشد و کمال عقل افراد بالغ کمتر از ۱۸ سال، مشمول ماده (۹۱) قانون مجازات اسلامی مصوب یکم اردیبهشت ۱۳۹۲ و دقت لازم در این امر، جلوگیری از اطاله دادرسی ناشی از نقص تحقیقات یا نقض آراء صادره بر اساس این ماده و سرعت و دقت در اتخاذ تصمیم و صدور رأی در دادگاه‌های بدوی تجدیدنظر و دیوان عالی کشور ابلاغ شده است. در ماده ۲ "شیوه‌نامه چگونگی تشخیص رشد و کمال عقل افراد بالغ کمتر از هجده سال تمام شمسی" آمده است: در صورت توجه اتهام به فرد بالغ کمتر از ۱۸ سال، موضوع جرایم ماده (۹۱) قانون، چنانچه به تشخیص قاضی رسیدگی کننده، رفع شبهه در رشد و کمال عقل وی مستلزم استعلام از پزشکی قانونی باشد، وی می‌تواند ضمن معرفی مرتکب به کمیسیون و اعلام تاریخ وقوع جرم گزارشی از پرونده و تصویر اوراقی از آن که موثر در تشخیص رشد و کمال عقل وی باشد را برای دریافت نظر کمیسیون به پزشکی قانونی ارسال کند. در تبصره ۱ ماده ۲ این شیوه‌نامه تصریح شده است: در صورتی که قاضی رسیدگی کننده به طریقی غیر از دریافت نظر کمیسیون برای رفع شبهه اقدام کند، باید به نحو واضح چگونگی آن را در پرونده منعکس کند. در تبصره ۲ ماده ۲ نیز آمده است: قاضی رسیدگی کننده در مورد درک مرتکب نسبت به ماهیت جرم انجام شده یا حرمت آن در زمان ارتکاب جرم، تحقیقات لازم را به عمل می‌آورد. تبصره ۳ ماده ۲ این شیوه‌نامه به این موضوع اشاره دارد که قاضی رسیدگی کننده باید ترتیبی اتخاذ کند که حداکثر تا قبل از دریافت آخرین دفاع وضعیت مرتکب از حیث رشد و کمال عقل و درک وی نسبت به ماهیت جرم و یا حرمت آن روشن باشد.

برنامه پزشک خانواده نیازمند زیرساخت

یلدا توکلی / گروه جامعه
tavakoli.yalda11@gmail.com

پزشک خانواده و نظام ارجاع مهمترین برنامه وزارت بهداشت است. در واقع پزشک خانواده به عنوان پزشکی شناخته می‌شود که مستقیما با یک خانواده و افراد آن در ارتباط است. اقدامات پزشکان خانواده سلامت محور هستند، یعنی علاوه بر اقدامات درمانی مربوط به یک خانواده اقدامات مربوط به بهداشت جسمی و روانی افراد را نیز تحت نظر قرار می‌دهند و مشاوره‌هایی در این خصوص به افراد دارند.

تامین نیازهای سلامت افراد جامعه وظیفه‌ای بر عهده هر نظام

از جمله وظایفی که بر عهده هر نظام می‌باشد تامین نیازهای سلامت افراد آن جامعه است. طرح پزشک خانواده نیز طرحی است که گامی اساسی در جهت تامین عدالت بهداشتی و سلامتی جامعه برداشته و می‌تواند برای افراد بسیار موثر باشد. این طرح که اجرای آن بر عهده وزارت بهداشت و آموزش و پرورش قرار داده شده بدین گونه است که سرپرست هر خانواده یک پزشک را از میان پزشکانی که توسط ستاد اجرایی این برنامه معرفی شده انتخاب و نزد وی ثبت نام می‌کند. پس از آن افراد این خانواده می‌توانند از خدمات این طرح استفاده کنند این خدمات به طور کلی با هدف کاهش هزینه‌های درمانی و بهره‌مندی همه افراد جامعه از خدمات درمانی و بهداشتی به خانواده‌ها ارائه داده می‌شود. افرادی که تحت پوشش این طرح قرار می‌گیرند می‌توانند با مراجعه به کلینیک‌ها و مراکز درمانی از کلیه خدمات بیمه برخوردار شوند. برنامه پزشک خانواده با محوریت نظام ارجاع بیماران، پس از سال‌ها انتظار و طی شدن دوره طولانی اجرای آزمایشی در استان‌های فارس و مازندران، از دی ماه سال گذشته بصورت آزمایشی اجرا و از اردیبهشت امسال بطور گسترده در سایر شهرها عملیاتی شد.

برنامه پزشک خانواده در ۹۵ شهر در حال اجرا

سعید کریمی معاون درمان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی است وی چندی پیش گفت: در برنامه پزشک خانواده، بیمارانی که از طریق نظام ارجاع به مراکز درمانی منتقل شوند از خدمات بستری رایگان برخوردار می‌شوند. وی افزود: در حال حاضر برنامه پزشک خانواده در ۹۵ شهر در حال اجراست و در این برنامه تیم‌های سلامت دانشگاههای علوم پزشکی مشارکت دارند. وی با بیان اینکه یکی از مهمترین اولویت‌های کاری وزارت بهداشت، اجرای سراسری برنامه پزشک خانواده است، اظهار داشت: مطابق شیوه نامه جدید این برنامه به ازای هر سه هزار نفر یک تیم پزشکی خانواده متشکل از دو مراقب سلامت و یک پزشک در برنامه حضور دارند. کریمی ادامه داد: مراقبان سلامت خدمات مربوط به مراقبت را ارائه داده و در صورت نیاز به پزشک، تا زمان جذب پزشک در پایگاه سلامت، فرد مراجعه کننده به پزشک خانواده پایگاه‌های مجاور ارجاع خواهد شد. معاون وزیر بهداشت خاطر نشان کرد: برنامه پزشک خانواده و نظام ارجاع یکی از پنج هدف اصلی طرح عدالت و تعالی نظام سلامت و سند تحول دولت مردمی است، در نظام ارائه خدمات سطح یک، سلامت تمام افراد جامعه در قالب بسته‌های خدمتی گروه‌های سنی و آسیب پذیر در قالب سلامت خانواده تعریف شده و پزشکان خانواده مورد بازبینی قرار می‌گیرند. کریمی اظهار داشت: برای اجرای برنامه پزشک خانواده و نظام ارجاع، استقرار سامانه‌های نوبت‌دهی الکترونیک بین همه سطوح و مدیریت نوبت‌دهی در کلینیک‌های ویژه، پیگیری اتصال سامانه‌های موجود و داده‌های پاراکلینیک سطوح یک و دو و سه (نظارت بر ثبت اطلاعات داشبورد نظام ارجاع)، بیمه‌ها، نظارت بر نحوه اجرای برنامه و کمیت و کیفیت بازخورد بیماران ارجاعی از سطح یک توسط مراکز سطح دوم و سوم تحت پوشش دانشگاه‌های علوم پزشکی انجام می‌شود.

ضرورت ایجاد زیرساخت‌های اجرای برنامه پزشک خانواده

حسین فرشیدی معاون بهداشت وزارت بهداشت است وی تصریح کرد: برنامه پزشکی خانواده در استان‌های فارس و مازندران با رویکرد اصلاح فرآیندهای اجرایی تنظیم شده، بنابراین نیاز به پایلوت مجدد ندارد و تبدیل اجرای برنامه پزشکی خانواده و نظام ارجاع به یک مطالبه عمومی در کشور از رویکردهای وزارت بهداشت خواهد بود. وی ادامه داد: با توجه به ضرورت ایجاد زیرساخت‌های اجرای برنامه به ویژه زیرساخت‌های فیزیکی و تجهیزاتی، بررسی میزان آمادگی شهرستان‌ها، توانمندسازی فنی مدیران اجرایی برنامه و همچنین تامین و تخصیص اعتبارات، در حال حاضر امکان اجرای برنامه در تمام شهرستان‌های کشور به صورت همزمان میسر نیست. وی با اشاره به تاکید اسناد بالادستی به اجرای برنامه پزشکی خانواده و نظام ارجاع، افزود: توسعه مراقبت‌های سلامت مبتنی بر پزشکی خانواده و نظام ارجاع یکی از بخش‌های مهم سند تقویت شبکه بهداشتی کشور است. همچنین برنامه پزشکی خانواده و نظام ارجاع یکی از پنج هدف اصلی طرح عدالت و تعالی نظام سلامت و نیز سند تحول دولت مردمی است. وی با اشاره به ویرایش شیوه نامه برنامه پزشکی خانواده و نهایی سازی مدل اجرایی آن تحت عنوان "طرح سلامت خانواده در قالب توسعه برنامه پزشکی خانواده و نظام ارجاع" اظهار داشت: در نظام ارائه خدمات سطح یک، سلامت تمام افراد جامعه در قالب بسته‌های خدمتی گروه‌های سنی و آسیب پذیر در قالب سلامت خانواده تعریف شده است.

مراقبان سلامت از نقش مهمی برخوردار هستند

معاون بهداشت وزارت بهداشت خاطرنشان کرد: مراقبان سلامت در اجرای برنامه کشوری پزشکی خانواده از نقش مهمی برخوردار هستند. سوابق درخشان نظام شبکه در سلامت جامعه به ویژه در مناطق روستایی موید جایگاه تاثیرگذار مراقبان و بهورزان در اجرای برنامه‌های حوزه سلامت است. فرشیدی تصریح کرد: مطابق شیوه نامه جدید ۰۳ به ازای هر ۳ هزار نفر یک تیم پزشکی خانواده متشکل از دو مراقب سلامت و یک پزشک در برنامه حضور خواهند داشت و در صورتی که در فراخوان منطقه‌ای، برنامه مورد استقبال پزشکان قرار نگیرد اجرای برنامه متوقف نخواهد شد. به این شکل که مراقبان سلامت خدمات مربوط به مراقبت را ارائه داده و در صورت نیاز به پزشک، تا زمان جذب پزشک در پایگاه سلامت، فرد مراجعه کننده به پزشک خانواده پایگاه‌های مجاور ارجاع خواهد شد. وی با بیان اینکه در شیوه نامه جدید برنامه پزشکی خانواده و نظام ارجاع سه نوع پایگاه ارائه خدمات وجود خواهد داشت، گفت: این سه پایگاه شامل "پایگاه پزشکی خانواده تجمیعی" متشکل از ۴ تا ۶ مراقب سلامت و ۲ تا ۳ پزشک برای پوشش ۶ تا ۹ هزار نفر جمعیت، "پایگاه پزشکی خانواده منفرد" متشکل از دو مراقب سلامت و یک پزشک برای پوشش ۳ هزار نفر جمعیت و "پایگاه سلامت" متشکل از ۴ تا ۶ مراقب سلامت در مناطقی که موفق به جذب پزشک نشده‌اند برای پوشش ۶ تا ۹ هزار نفر جمعیت، خواهد بود.

نقش دیابت را در بروز بیماری‌های قلبی و عروقی دست کم نگیرید

فوق تخصص غدد درون ریز و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی گفت: بیماری قلبی و عروقی علت بسیاری از مرگ‌ها در افراد دیابتی است، بنابر این اگر بدون تشخیص و درمان باقی بماند می‌تواند شما را در معرض خطر بیشتری در برابر این بیماری‌ها قرار دهد.

به گزارش دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، دکتر فرزاد حدائق با اشاره به اینکه بیماری‌های قلبی عروقی، نخستین علت مرگ و میر در ایران و جهان به شمار می‌رود، اظهار کرد: بیش از ۶۰ درصد خطر حوادث قلبی و عروقی مربوط به ریسک فاکتورهای قابل اصلاح ابتلا به این بیماری‌هاست.

وی با اشاره به اینکه فشار خون بالا، سیگار کشیدن، بیماری‌های قندی، چربی بالا و اضافه وزن، احتمال ابتلا به بیماریهای قلبی عروقی را به مراتب بالا می‌برد، خاطرنشان کرد: اصلاح سبک زندگی بیش از ۶۰ درصد حوادث قلبی و عروقی را کم می‌کند، پیشگیری اولیه بسیار مقرون به صرفه تر از مداخلات ثانویه یا اعمال جراحی است. عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی توضیح داد: شاخص توده بدن (BMI) بالا، پرفشاری خون، دیابت، کشیدن سیگار و کلسترول بالا عوامل خطری هستند که اگر سه مورد از آن‌ها در فردی اعم از زن و مرد وجود داشته باشد، او را در معرض خطر مادام العمر بروز بیماریهای قلبی و عروقی قرار می‌دهد. به گفته حدائق، پژوهش‌هایی که بر اساس بررسی اطلاعات حاصل شده از مطالعه قند و لیپید تهران انجام شده بیانگر این موضوع است که بروز بیماری‌های اولیه ابتلا به مشکلات قلبی و عروقی، حتی در سنین جوانی می‌تواند با خطر مادام‌العمر ابتلا به این بیماریها همراه باشد. رییس مرکز تحقیقات پیشگیری از بیماری‌های متابولیک دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی عنوان کرد: با توجه به بار عظیمی که چنین خطر بزرگی بر اقتصاد و سلامت جامعه وارد می‌کند، ضرورت اخذ استراتژی‌های موثر برای پیشگیری اولیه و ثانویه از بیماری‌های قلبی عروقی و نیز اجرای برنامه‌های غربالگری برای این گروه بیماریها مورد توجه است.

بیماری‌های قلبی و عروقی رتبه اول علت مرگ و میر وی با اشاره به اینکه مرگ ناشی از بیماریهای قلبی و عروقی کماکان رتبه اول علل مرگ و میر در ایران و جهان را به خود اختصاص داده، گفت: حمله‌های قلبی مسئول نیمی از بیماری‌های غیرواگیر و اولین عامل مرگ و میر در دنیاست و سالانه میلیونها نفر به علت این بیماری فوت می‌کنند. فوق تخصص غدد درون ریز و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با اشاره به اینکه اصلاح سبک زندگی و عادات غذایی باید قبل از ۲۰ سالگی یا حتی در نوجوانی انجام شود، هشدار داد: اگر اصلاح سبک زندگی، تغذیه و ورزش کردن دیرتر از حد معمول انجام شود می‌تواند منجر به ابتلای مادام‌العمر به بیماری قلبی و عروقی شود.

وی با بیان اینکه متاسفانه سن حوادث قلبی و عروقی و مرگ و میر ناشی از آن بسیار پایین آمده است، اضافه کرد: مهمترین روش پیشگیری، عدم ابتلا و کاهش مرگ و میر، اصلاح سبک زندگی مثل کنترل فشار خون، دیابت، تحرک و عدم استعمال دخانیات است.

فشار خون بالا، سلامت قلب شما را نشانه می‌گیرد

حدائق فشار خون بالا را یکی از عوامل خطر اصلی بیماری قلبی عروقی دانست و افزود: این عامل به عنوان قاتل خاموش نامیده می‌شود، چون معمولا هیچ علائم هشدار دهنده‌ای ندارد و بسیاری از افراد متوجه ابتلا به این بیماری نمی‌شوند.

ایجاد امکانات برای استفاده عموم از تسهیلات ورزشی، محدودیت استفاده و عرضه مواد دخانی، تغییر رفتار در سبک زندگی از جمله مواردی بود که این متخصص برای پیشگیری از بیماری‌های قلبی و عروقی مورد تاکید قرار داد.

گزارش

برگزاری سومین کنفرانس ملی مدارس کارآفرین

مریم یادگاری / گروه جامعه
news@naslefarda.net

پنجشنبه هفته جاری قرار است در اصفهان سومین دوره کنفرانس ملی مدارس کارآفرین برگزار شود. مجتبی ملااحمدی رئیس سومین کنفرانس ملی مدارس کارآفرین است وی با تاکید بر اینکه خاطرنشان کرد: ۱۰۸ مقاله توسط اعضای هیأت‌های علمی، دانشجویان و معلمان به دبیرخانه این دوره از کنفرانس ارسال شده که از این تعداد حدود ۵۰ مقاله پذیرش نهایی شد و سه مقاله در روز برگزاری کنفرانس حضوری ارائه خواهد شد. وی افزود: نخستین کنفرانس ملی مدارس کارآفرین در تیرماه ۱۳۹۷ و دومین دوره آن در دی ماه ۱۳۹۸ در استان اصفهان با تدبیر مجتمع کارآفرینی اندیشه و دانشگاه آزاد اصفهان برگزار شد. سومین دوره کنفرانس ملی مدارس کارآفرین نیز روز پنجشنبه یازدهم آبان ماه در محل اتاق بازرگانی اصفهان برگزار خواهد شد. وی با بیان اینکه ۱۱ دانشگاه از سراسر کشور و آموزشگاه‌های دولتی و آزاد و ادارات دولتی حامیان معنوی این دوره از کنفرانس هستند، تصریح کرد: مهم‌ترین هدف کنفرانس ملی مدارس کارآفرین تاکید بر اجرا و عملیاتی کردن ساحت شش گانه سند بنیادین آموزش و پرورش است.

ملااحمدی، ایجاد پیوند مؤثر صنعت با مدارس کارآفرین را که می‌تواند عامل رشد و تخصصی شدن آموزش باشد، از دیگر اهداف این کنفرانس دانست و افزود: تلاش برای استفاده از فناوری‌های آموزشی، ارتقای جایگاه و تحقق اهداف آموزشی و پاسخ به علایق دانش آموزان از دیگر اهداف برگزاری کنفرانس ملی مدارس کارآفرین است.

مؤلفه کارآفرینی با مهارت آموزی متفاوت است

وی با بیان اینکه اصفهان مبدعی ایجاد مدارس کارآفرین در کشور است، اظهار داشت: باید توجه داشت که مؤلفه کارآفرینی با مهارت آموزی متفاوت است و ما در مدارس خود به دنبال ایجاد نگرش و تفکر کارآفرینی هستیم و نه مهارت آموزی؛ هرچند که مهارت آموزی نیز از زیرشاخه‌های مدارس کارآفرین است. وی با اشاره به اینکه نخستین مدرسه کارآفرین در اصفهان ایجاد شد، ادامه داد: هم اینک در استان اصفهان مجموعه پسرانه آموزشی کارآفرین (اندیشه) از دوره پیش دبستانی پذیرای دانش آموزان است و در سال جاری در دوره ابتدایی ۲۰۰ نفر و در دوره هفتم متوسطه برای نخستین بار ۴۰ دانش آموز در حال تحصیل هستند. رئیس سومین کنفرانس ملی مدارس کارآفرین خاطرنشان کرد: با توجه به اینکه استاندارد فضای کلاس‌ها در مدارس کارآفرین برای ۱۴ نفر دانش آموز در نظر گرفته شده است امکان جذب دانش آموز بیشتر را نداریم.

اولین مدارس کارآفرین را ایجاد کردیم

ملااحمدی متذکر شد: اولین مدارس کارآفرین را ایجاد کردیم و بر همین مبنا برای رسیدن به اهداف و احساس نیاز به تفکر نوین در کشور، لازم به اعلام فراخوان کنفرانس مدارس کارآفرین بود که طی سال‌های گذشته دو دوره آن در سطح ملی و منطقه برگزار شده است و در نظر داریم که کنفرانس‌های آینده در سطح بین‌المللی برگزار شود.

تجربیات گذشته به کمک ما آمده است

رئیس سومین کنفرانس ملی مدارس کارآفرین با بیان اینکه در کشور هیچ محتوایی برای مدارس کارآفرین نداریم، ابراز داشت: در نخستین دوره برگزاری این کنفرانس در سال ۱۳۹۷ حدود ۴۰ درصد اهداف محقق شد و در دوره دوم با تخصصی کردن این کنفرانس شاهد ارسال مقالات بیشتری بودیم. ملااحمدی با بیان اینکه در سومین دوره کنفرانس، تجربیات گذشته به کمک ما آمده است و از همه ظرفیت‌ها برای آن استفاده خواهیم کرد، گفت: مدارس کارآفرین مولفه‌هایی دارد که سند تحول بنیادین آموزش و پرورش نیز بارها بر آن تاکید کرده است.

آموزش و پرورش به مدارس کارآفرین نگاهی ویژه دارد

ملااحمدی افزود: تربیت اقتصادی دانش آموزان از وظایف آموزش و پرورش و در دستور کار این نهاد است. وی با بیان اینکه آموزش و پرورش استان به مدارس کارآفرین نگاهی ویژه دارد، اظهار داشت: امید است که توسعه مدارس کارآفرین در دستور کار آموزش و پرورش باشد و در این زمینه بیش از یکصد معلم آموزش دیدند. وی خاطرنشان کرد: دانش آموزان در مدارس کارآفرین خلاقیت، مسئولیت پذیری و ریسک پذیری می‌آموزند و با واگذار کردن مسئولیت به دانش آموز حس اعتماد به نفس در آنها پرورش می‌یابد. رئیس سومین کنفرانس ملی مدارس کارآفرین، برگزاری ۵۰ اردوی دانش آموزی در طول سال و آموزش کار گروهی را از دیگر مؤلفه‌های آموزشی مدارس کارآفرینی برشمرد و گفت: تاکنون دقت لازم به ساحت شش گانه سند تحول بنیادین آموزش و پرورش نشده است در حالی که مدارس کارآفرین در دنیا به عنوان موضوع جدی و اساسی در دستور کار نهاد آموزش کشورهاست.

یافته ها

فواید سرکه سیب و توصیه‌هایی برای افزودن آن به رژیم غذایی

پریسا جمدی / گروه بین‌الملل
daryavafaei2009@gmil.com

سرکه سیب یک خوراکی پرمصرف و پرکاربرد است که بسیاری افراد به دلیل فوایدش آن را در رژیم غذایی خود می‌گنجانند. یکی از فواید آن کمک به هضم غذاست. از دیگر فواید سرکه سیب می‌توان به تقویت سیستم ایمنی بدن اشاره کرد. حتی این خوراکی سرشار از مزیت برای تنظیم سطح قند خون در افراد دیابتی نیز مفید است. گفته می‌شود که مصرف منظم سرکه سیب به تامین ویتامین‌های غنی زیادی مانند کلسیم و فسفر کمک می‌کند، اگرچه که تحقیقات در این‌باره نتایج متناقضی دارد. افزودن مقدار کمی سرکه سیب به رژیم غذایی به صورت روزانه باعث کمک به سم زدایی بدن و رهایی از شر باکتری‌های مضر می‌شود. می‌توانید سرکه سیب را با ترکیب با دیگر خوراکی‌ها و یا به صورت تنها مصرف کنید؛ در هر صورت در ادامه در مورد فواید سرکه سیب و نحوه افزودن آن به رژیم غذایی صحبت خواهیم کرد.

توجه داشته باشید که:

به منظور تنظیم اشتها می‌توانید روزانه تا ۲ قاشق غذاخوری (۱۵ تا ۳۰ میلی لیتر) سرکه سیب را ۲۰ دقیقه قبل از هر وعده غذایی ۳ بار در روز مصرف کنید.

- همیشه سرکه سیب را با ۱ سی سی (۲۴۰ میلی لیتر) آب مخلوط کنید. در صورت مصرف سرکه سیب به صورت غلیظ، مینای دندان و یا گلوی شما دچار آسیب خواهد شد.
- به منظور خنثی کردن طعم تند و اسیدی سرکه سیب می‌توانید سایر ادویه‌ها مانند دارچین و فلفل سیاه را با آن ترکیب کنید.
- بهتر است از سرکه سیب خانگی و ارگانیک استفاده کنید چرا که سرکه سیب خانگی حاوی پروبیوتیک‌های مفیدی می‌باشد که به هضم غذا کمک زیادی می‌کنند.

استفاده از سرکه سیب خام (خانگی)

سرکه سیب تازه و فیلتر نشده مصرف کنید. زمانی که در سوپر مارکت به دنبال سرکه سیب میگردید، نوعی را انتخاب کنید که لرده ته آن باشد، این نشان از خانگی بودن سرکه سیب است و سرشار از پروبیوتیک‌های مفید می‌باشد. اگر از سرکه‌های صنعتی و کارخانه‌ای استفاده کنید باید بدانید که فواید ذکر شده را ندارند.

- حتی می‌توانید خودتان در خانه سرکه سیب خانگی درست کنید.
- سرکه سیب را در ۱ سی سی (۲۴۰ میلی لیتر) آب ترکیب کنید تا رقیق شود. در صورتی که سرکه سیب رقیق نشده و به صورت خالص مصرف شود می‌تواند باعث آسیب به مینای دندان و گلو شود. به منظور پیشگیری از خطرات احتمالی، ۱ تا ۲ قاشق غذاخوری سرکه سیب را با ۱ سی سی آب مخلوط کرده و میل کنید.
- مهم نیست آبی که با سرکه سیب ترکیب می‌کنید در چه دمایی باشد، اما بهتر است با آب ولرم میل کنید.

هشدار: دندان‌های حساس دارید و یا مینای دندان‌هایتان ضعیف هستند؟ محلول آب و سرکه‌تان را با نی بنوشید. چراکه اسیدیته موجود در سرکه سیب به مرور زمان باعث آسیب به مینای دندان می‌شود.

به منظور تنظیم سطح گلوکز بهتر است سرکه سیب را ۲۰ دقیقه قبل از غذا بنوشید. از جمله فواید نوشیدن سرکه سیب قبل از صرف غذا می‌توان به کمک به تحریک سیستم گوارشی و تنظیم سطح قند خون در هنگام غذا خوردن اشاره کرد. با بالا رفتن سن، اسید معده کاهش می‌یابد و در نتیجه هضم غذا سخت‌تر می‌شود. سرکه سیب حاوی پروبیوتیک است. با نوشیدن سرکه سیب با معده خالی، پروبیوتیک‌ها باعث تقویت سلامت روده شده و به عنوان جایگزینی برای اسید از دست رفته معده عمل می‌کنند.

- از انسولین یا داروهای ادرارآور استفاده می‌کنید؟ قبل از شروع رژیم مصرف سرکه سیب حتما با پزشک مشورت کنید، زیرا سرکه باعث تضعیف اثربخشی دارو می‌شود.

۲ تا ۳ بار در روز از سرکه سیب استفاده کنید. برای بهره‌مندی از مزایای سرکه سیب سعی کنید ۲ تا ۳ مرتبه در روز سرکه سیب مصرف کنید. بهتر است ترتیب خوردنتان را جوری تنظیم کنید که یک مرتبه در اول صبح، یک مرتبه ظهر و بار دیگر هنگام شب محلول سرکه سیب را بنوشید.