

مدیرعامل آب و فاضلاب مازندران کرد:

پایان عملیات آبرسانی به ۲۰ روستای فاقد آب شرب

مدیرعامل آب و فاضلاب مازندران گفت: عملیات آبرسانی به ۲۰ روستای فاقد آب در این استان از آغاز دولت سیزدهم تاکنون پایان یافت. بهزاد برارزاده در گفتگو با خبرنگاران گفت: این روستاها در آغاز فعالیت دولت سیزدهم فاقد آب بهداشتی و تاسیسات آبرسانی بودند. وی با اشاره به مجاهدت بی سابقه تلاشگران آبرسانی برای اجرای عملیات آب ... صفحه ۵

نماینده شاهرود و میامی در مجلس:

دولت به مطالبات کادر درمان توجه داشته باشد

نماینده شاهرود و میامی در مجلس ضمن بیان اینکه کادر درمان مطالبات زیادی دارند، گفت: عدم پرداخت مطالبات، به کاهش روحیه این قشر منجر خواهد شد. به گزارش خبرنگار مهر، علی اصغر خانی ظهر سه شنبه در مراسم معارفه رئیس جدید علوم پزشکی شاهرود به میزبانی این دانشگاه، ضمن اشاره به اینکه کادر درمان خالصانه ترین خدمات را به مردم ... صفحه ۶

مدیر منطقه ۱۰ شهرداری اصفهان مطرح کرد:

«باریگران اجتماعی»، نقطه عطف رفع مشکلات فرهنگی نصف جهان

مدیر منطقه ۱۰ شهرداری اصفهان با بیان اینکه «باریگران اجتماعی» نقطه عطف رفع مشکلات فرهنگی و اجتماعی مناطق هستند، گفت: این منطقه با ۱۰۰ مسجد و ۵۳ مرکز فرهنگی، شش امامزاده، ۲۵ مرکز فرهنگی ورزشی وابسته به شهرداری، ظرفیت‌های مختلف و تنوع فرهنگی زیادی دارد. محمد صیرفی‌نژاد در نشست «باریگران اجتماعی» ... صفحه ۴

طی ۹ ماهه اخیر صورت گرفت:

افزایش ۳ درصدی گازرسانی به نیروگاه قم

مدیرعامل شرکت گاز استان قم از افزایش ۳ درصدی گازرسانی به نیروگاه سیکل ترکیبی قم طی ۹ ماهه سال ۱۴۰۲ نسبت به مدت مشابه در سال گذشته خبر داد. مرتضی خوش‌لهجه اظهار کرد: در ۹ ماهه سال جاری بیش از ۷۶۸ میلیون متر مکعب گاز طبیعی به نیروگاه استان تحویل داده شد که این مقدار در مدت زمان مشابه سال گذشته در حدود ۷۴۵ میلیون ... صفحه ۳

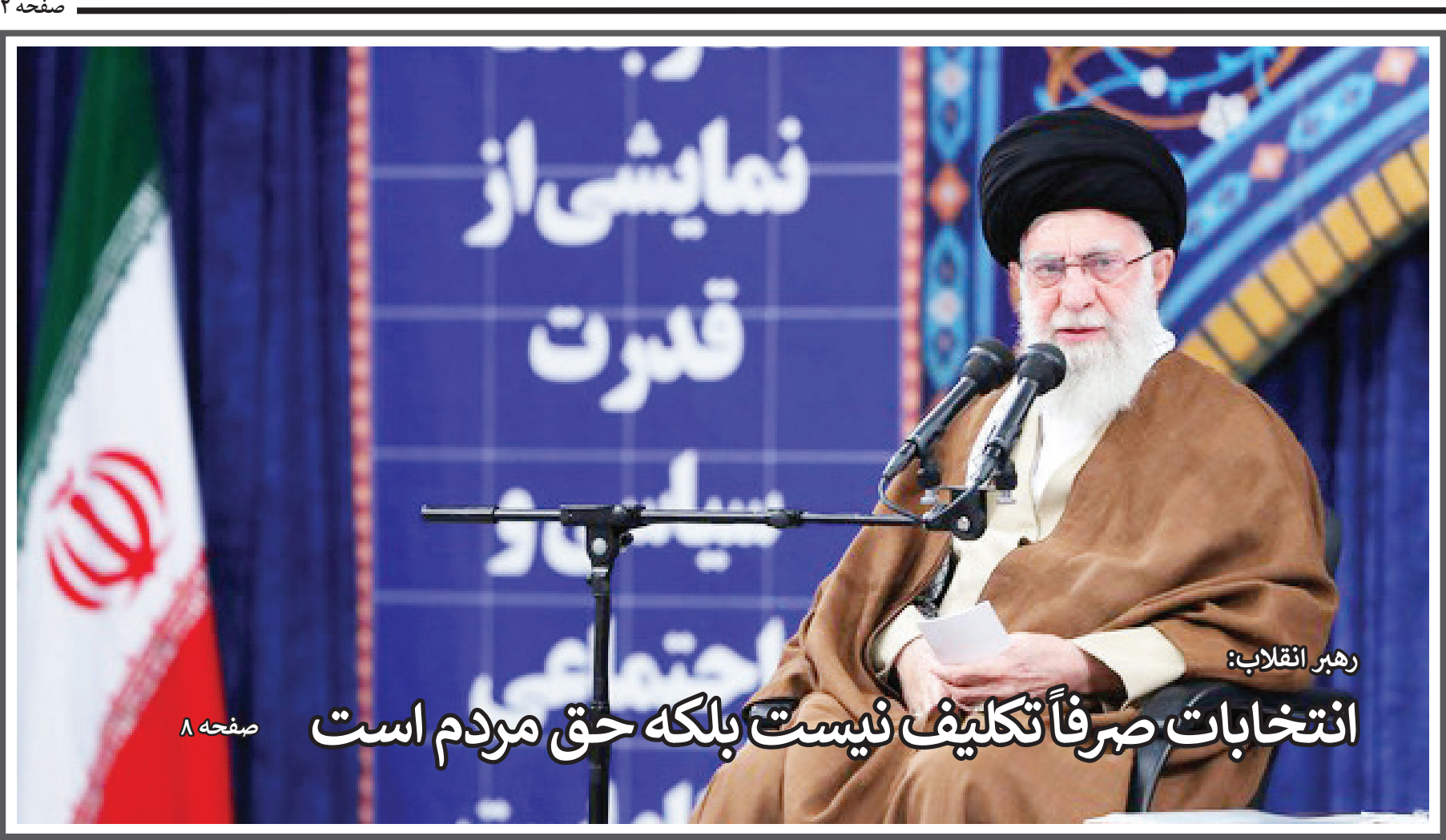
گویند

چهارشنبه ۲۷ دی ۱۴۰۲ شمسی / ۵ رجب ۱۴۴۵ / ۱۷ ژانویه ۲۰۲۴ میلادی / سال نوزدهم / شماره ۲۳۲۹ / ۸ صفحه / قیمت: ۵۰۰۰ تومان

وب سایت: www.gooyeh-qom.com - پست الکترونیکی: gooyehqom@gmail.com

در سال ۱۴۰۲ صورت گرفت:

ظرفیت اشتغالزایی برای ۳۲۸۰ نفر در قم



مديركل حفاظت محيط زيست استان اصفهان:	صفحه ۴
معاون مديركل آموزش و پرورش استان سمنان خطاب به مديران:	صفحه ۶
يادداشت - وحيد حاج سعیدی	صفحه ۵
۱۰۵ هزار هكتار از اراضي استان كلون‌های فعال گرد و غبار:	صفحه ۲
چگونه در فصل زمستان استخوان های خود را سالم و محکم نگه داریم؟	صفحه ۳

نیابت رئیس شورای شهر قم تأکید کرد:

ضرورت بازگشایی کامل خیابان ۳۰ متری مطهری قم

طلایی، توجه به افزایش سرانه فرهنگی منطقه را اولویت نخست دانست و بیان کرد: فرهنگسرا در سه طبقه احداث می‌شود که طبقه همکف آن حدود ۷۰۰ مترمربع اداری و ورزشی، طبقه اول ۶۳۰ مترمربع با کاربری آموزشی و طبقه دوم فضای مناسب آمفی‌تئاتر با مساحت ۴۳۰ مترمربع طراحی شده است.

مدیرعامل سازمان توسعه و عمران شهرداری قم: این خیابان پشتیبان خیابان امامزاده ابراهیم (ع) است و با بازگشایی کامل این معبر مهم منطقه ۶ از تکمیل پروژه‌های نیمه‌تمام را افزود: در گام نخست باید پروژه‌های نیمه‌تمام را تکمیل کنیم و سپس پروژه‌های جدید را با توجه به اولویت‌های هر منطقه آغاز کنیم.

مدیرعامل سازمان توسعه و عمران شهرداری قم با تأکید بر اینکه ۵ هزار میکسر بتن‌ریزی در این پروژه انجام شده است، گفت: ۲۵ هزار و ۶۰۰ مترمکعب حجم بتن‌ریزی در تونل غدیر بوده است. به گزارش شهرنیوز، مسعود بخشی در حاشیه بازدید اصحاب رسانه از پروژه‌های تونل غدیر و فاز پنجم بلوار عمار یاسر در گفت‌وگو با خبرنگاران، با اشاره به جزئیات پروژه تونل غدیر اظهار کرد: ادامه تونل غدیر یکی از پروژه‌های شاخصی است که توسط سازمان توسعه و عمران شهرداری قم به سرانجام رسیده است.

وی مجری پروژه تونل غدیر را سازمان توسعه و عمران شهرداری قم دانست و افزود: از دلایل شاخص بودن این پروژه می‌توان به قرارگیری در هسته مرکزی شهر، هم‌جواری با حرم مطهر و روبه‌رو شدن با چالش‌هایی چون تأسیسات شهری اشاره کرد.

مدیرعامل سازمان توسعه و عمران شهرداری قم با بیان اینکه پروژه تونل غدیر در مراحل پایانی



مدیرعامل سازمان توسعه و عمران شهرداری قم:

اجرای ۲۵۶۰۰ مترمکعب بتن‌ریزی و ۱۳۰۰۰۰ مترمکعب خاک‌برداری در پروژه تونل غدیر قم

علاوه بر سایت‌های ۵۶۰ هکتاری، ۲۲.۲۷ و ۱۷ هکتاری در پردیسان که به‌صورت آپارتمانی در طرح نهضت ملی مسکن در حال احداث است، خانه‌های مسکونی در سایت‌های طایقان و پرنیان، قنوت و برخی از شهرهای اقماری به‌صورت یک‌طبقه آماده‌سازی خواهد شد.

بر اساس گزارش سامانه نهضت ملی مسکن در استان قم بیش از ۱۴۷ هزار نفر در سامانه مربوطه ثبت‌نام کرده‌اند که از این تعداد حدود ۸۵ هزار نفر حائز شرایط شناخته شدند.

شهرک پرنیان به مساحت ۹۵۰ هکتار در فاصله ۲۱ کیلومتری پردیسان قم در محدوده روستای قلعه چم قرار دارد و به‌عنوان سایت جدید نهضت ملی مسکن ساخت خانه‌های ویلایی در آن آغاز شده‌است.

در این سایت، ساخت خانه‌های یک‌طبقه حیاط‌دار ۳۰۰ مترمربعی در طرح نهضت ملی و ۲۰۰ مترمربعی برای طرح حمایت از خانواده و جوانی جمعیت پیش‌بینی شده‌است. در فاز نخست این شهرک هفت هزار و ۵۰۰ واحد ویلایی احداث می‌شود.

شهرک پرنیان ظرفیت ۴۰ هزار واحد مسکونی را در خود دارد که در گام نخست در سه‌فاز ۱۷۰.۳۶۰ و ۴۱۵ هکتاری اجرایی خواهد شد که در فاز اول آن به مساحت حدود ۱۷۰ هکتار طراحی و اجرا می‌شود.

همچنین سایت طایقان در فاصله هفت‌کیلومتری شهر پردیسان قم و نزدیکی روستای طایقان قرار دارد.

روستای طایقان در بخش سلفچگان قرار دارد؛ ۱۸ کیلومتر با قم فاصله دارد و در جنوب غربی استان می‌باشد.

متراز زمین هر واحد در سایت طایقان ۱۶۰ تا ۱۸۰ متر و زیربنای هر واحد نیز بین ۹۰ تا ۱۱۰ مترمربع در نظر گرفته شده‌است.

همچنین براساس آخرین گزارش‌گیری از سامانه نهضت ملی مسکن، در شهر سلفچگان حدود سه هزار و ۸۰۰ متقاضی اقدام به نام‌نویسی کرده‌اند که از این تعداد، بالغ بر یک‌هزار و ۸۰۰ متقاضی حائز شرایط شناخته شده‌اند. متراز واحدهای مسکونی ۲۰۰ متر که ۸۰ تا ۱۰۰ متر آن را بنای ساختمان تشکیل می‌دهد.

بخش سلفچگان به مرکزیت شهر سلفچگان یکی از بخش‌های قم است و دارای یک نقطه شیبی و ۴۰ روستا می‌باشد. این بخش بالغ بر ۱۵ هزار نفر جمعیت دارد که سه هزار نفر آن در شهر زندگی می‌کنند. سلفچگان در ۴۰ کیلومتری جنوب غربی قم قرار دارد.



دستورات ویژه دادستانی قم برای ۳ ساختمان مسکونی ناایمن:

اقدامات پیشگیرانه برای ایمن‌سازی ساخت و سازها در قم ضروری است

معاون حقوق عامه دادستان قم، اقدامات پیشگیرانه در حوزه ایمن‌سازی زیربنایی ساخت و سازها پایش و شناسایی ساختمان‌های ناایمن در این استان را ضروری دانست.

به گزارش روابط عمومی دادستانی قم، علی اصغر سلطانی روز سه‌شنبه در جلسه بررسی وضعیت ساختمان‌های ناایمن که دردادسرای قم برگزار شد، همچنین بر تصمیمات و اقدامات فنی سریع برای مقاوم‌سازی و رفع خطر ساختمان‌ها تأکید کرد.

وی گفت: تمامی دستگاه‌های عضو این کارگروه باید در قبال حوادث تلخ احتمالی پاسخگو باشند.

در این جلسه که با حضور نمایندگان استانداری، شهرداری، آتش نشانی، راه و شهرسازی، امور شعب بانک‌ها و نظام مهندسی برگزار شد، وضعیت ایمنی سه ساختمان مسکونی در حال بهره‌برداری مجاور هم در شهر قم بررسی و گزارشی از اقدامات انجام گرفته در خصوص جلوگیری از حوادث جانی و مالی، اظهارهای انجام شده در مورد تخلیه ساختمان، مشکلات ساکنان در تأمین سکونت‌های موقتی و دائمی جدید و تمهیدات لازم برای



معاون راه و شهرسازی قم:

الگوی معماری محله محوری در شهرک پرنیان قم اجرا می‌شود

معاون شهرسازی و معماری اداره کل راه و شهرسازی قم گفت: در راستای حفظ و گسترش ارزش‌های معماری و شهرسازی ایرانی‌اسلامی، الگوی معماری محله محوری در طرح نهضت ملی مسکن در شهرک پرنیان این استان اجرا خواهد شد.

صابر مصورزاده خاطرنشان کرد: شهرک پرنیان در فاصله ۲۱ کیلومتری شهرک پردیسان و در جوار روستای قلعه چم و امامزاده عبدالله (ع) واقع شده و روند آماده‌سازی آن ادامه دارد.

شهرک پردیسان در منطقه هشتم شهرداری و در جنوب غربی قم واقع شده است، این منطقه در سال ۱۳۷۷ توسط وزارت مسکن و شهرسازی وقت تاسیس و در سال ۱۳۹۰ به یکی از مناطق شهرداری قم تبدیل شد.

وی با اشاره به مساحت قابل ملاحظه سایت پرنیان در اجرای طرح نهضت ملی مسکن، گفت: مجموعه شهرک‌های مسکونی پرنیان در فاز اول و دوم در زمینی به مساحت ۵۵۵ هکتار و در فاز سوم در زمینی به مساحت ۴۱۰ هکتار به اجرا در خواهد آمد.

وی عنوان کرد: در طراحی شهرک پرنیان علاوه بر زمین‌های مسکونی، کاربری‌های متعدد آموزشی، فرهنگی، ورزشی، درمانی، تفریحی و فضای سبز در نظر گرفته شده‌است.

مصورزاده، احداث بوستان‌های چندمنظوره ورزشی و تفریحی را از ویژگی‌های شهرک پرنیان یاد کرد و بیان داشت: در طراحی این سایت احداث میدان‌های بزرگ مرکزی جهت تجمعات مردمی در نظر گرفته شده که در برگزاری آیین‌های ملی و مذهبی بسیار مهم خواهد بود.

وی با بیان اینکه مجاورت مسجد، میدان و بازار که از الگوهای سبک معماری ایرانی و اسلامی می‌باشد در طراحی شهرک پرنیان پیش‌بینی شده‌است، ابراز کرد: این الگوهای شهرسازی معماری به بافت مسکونی در این شهرک پیوند خواهد خورد.

وی معیشت محوری را از دیگر ویژگی‌های شهرک پرنیان یاد کرد و گفت: در همین راستا زمین‌هایی به‌عنوان پشتیبان برای انجام فعالیت‌های اقتصادی مانند راه‌اندازی گلخانه، کارگاه‌های کوچک جهت تولیدات فرهنگی، صنایع‌دستی و محصولات دانش بنیان برای ساکنان در نظر گرفته شده‌است.

مصورزاده بیان کرد: در قالب احداث خانه‌های ویلایی و حیاط‌دار در شهرک پرنیان، ضمن حفظ اصول محرمیت بین همسایه‌ها، بستر مناسبی برای رشد و فعالیت کودکان در فضای داخل منازل به وجود خواهد آورد.

سازمان آگهی‌های روزنامه گویند آگهی می‌پذیرد
تلفن: ۰۹۱۸۴۴۸۰۴۰۲

یادداشت

احیای صنعت پرورش اسب با رویکرد ورزش و اقتصاد

اختصاصی گوپه - وحید حاج سعیدی



اسب از دیر باز در زندگی انسان ها جایگاه ها مهمی داشته و انسان در اعصار گذشته از اسب برای سواری و بارکشی استفاده می کرد. با توسعه علم و دانش و فرهنگ بشری جنبه های مختلفی از روحیات علم و کارکردهای این حیوان نجیب آشکار شد و امروزه از اسب کمتر برای سواری و بارکشی استفاده می شود و استفاده از آن زوایای مختلفی از جمله ورزش، سرگرمی و اقتصاد پیدا کرده است. در کشور ما نیز که خاستگاه برخی از نژاد های اصیل اسب در دنیا می باشد، اسب دارای جایگاه رفیعی بوده و هست. حضور اسب در فرهنگ و تاریخ کهن ایران در جلوه های گوناگونی متجلی است، آنگونه که در بیشتر کتیبه ها ، سنگ نبشته ها و الواح سیمین و زرین دوره هخامنشی نیز گواه اهمیت و توجه خاص به این حیوان زیبای اساطیری است و در کتیبه های گلی دوره داریوش نیز نام اسب های عالی کشور ایران ذکر شده است. اسب همچنین در فرهنگ اسلامی مقام و جایگاه ویژه ای دارد، چندان که خداوند در قرآن کریم به این حیوان اهلی سوگند یاد می کند و می فرماید: « سوگند به اسب هایی که در تاختن نفسان به شماره می افتد و سوگند به اسب هایی که هنگام شتاب از برخورد سم هایشان با سنگ ها آتش می افروزند» سوره عادیات، در دین مبین اسلام نیز به ورزش اسب سواری و آموزش آن به فرزندان تاکید شده است. این توجه و اهمیت به اسب، به دامنه موسیقی اقوام مختلف ایرانی نیز نفوذ کرده است و از آنجا که اسب و سواری در زندگی و فرهنگ مردمان نواحی مختلف ایران اهمیت و کارکرد ویژه داشته و این حیوان همواره در جنگ ها و سور و سوگ ها بهترین همراه و همدم مردمان بوده است، بخشی از مقام های مهم در موسیقی برخی از اقوام ایرانی به جلوه های حضور و نقش زیباشناسانه اسب اختصاص یافته است.

استفاده از اسب در ورزش قهرمانی و تفریح، صنعت، نیروهای مسلح، گردشگری و حتی درمان برخی بیماریهای روحی بخشی از استفاده از این حیوان در جامعه صنعتی امروز است. مطالعات صورت گرفته در این خصوص بیانگر این مسئله هستند که هرچه درآمد سرانه کشوری بالاتر می رود، تقاضای به کارگیری از اسب نیز در آن کشور افزایش می یابد. در نتیجه، مصرف جهانی نیز تحت تاثیر میزان علاقه افراد به اسب قرار می گیرد. به عنوان مثال وجود ۵۰۰ هزار اسب و ۹ هزار پرورش دهنده در کنار ۵۰ هزار کسبوکار مرتبط با اسب در کشور اسپانیا نشان دهنده اهمیت بخش اسب در این کشور اروپایی است. از برآیند گفتار فوق چنین بر می آید که اسب در سه مقوله ورزش و تفریح، اقتصاد و اشتغال نقشی اساسی و قابل توجه دارد و اگر به مقوله پرورش و تربیت اسب به صورت جدی و غیر نمایشی نگاه شود، علاوه بر پر کردن اوقات فراغت، باعث بالا رفتن درآمد سرانه کشور و به تبع آن نیز ایجاد اشتغال در زمینه های تولید و پرورش اسب، مسابقات، گردشگری، فروش لوازم و ابزار مربوط به نگهداری و تغذیه اسب و ... تنها بخش کوچکی از چرخه اقتصاد حول محور اسب می باشد.

اما با وجود توسعه صنعت پرورش اسب در برخی کشورهای پیشرفته جهان، به عنوان صنعتی درآمدزا، ارزاور و اشتغالزا در کشور ما با وجود برخورداری از نژادهای مطرح و برتری در سطح بین الملل همچون ترکمن، کرک و اسپچه خوری (کاسپین)، هنوز توجه چندانی به آن نشده و پرورش آن به صورت سنتی و نیمه صنعتی انجام می شود. در صورتی که نژادهای مختلف اسب در ایران و برگزاری رویدادهای مختلف در بسیاری از استان ها با برنامه ریزی و زیرساخت مناسب، در ارتقاء صنعت گردشگری ایران، می تواند بسیار اثربخش باشد.

البته در سال های اخیر دولت به این بخش و ضرورت توسعه آن، توجه بیشتری نشان داده است و هم اکنون مسئولان سازمان جهاد کشاورزی، وزارت ورزش و سایر ادارات مرتبط درصدد توسعه و حمایت جدی از این بخش هستند که امید است با حمایت های جدی این صنعت توسعه جدی پیدا کند.

برگزاری جشنواره های اسب در برخی کشورهای پیشرفته یکی از اقدامات مثبت دولت در حوزه پرورش اسب است که امید است با نگاه ویژه به مقوله صنعت اسب، علاوه بر توسعه فرهنگ اسب سواری و سوار کاری، زمینه ایجاد اشتغال و گشایش اقتصادی از قیل صادرات این حیوان با ارزش فراهم شود.

خبر

معاون وزیر صمت:

صنعت کفش ایران سهم سه میلیارد دلاری در بازارهای جهانی دارد

معاون ماشین آلات و تجهیزات وزارت صنعت، معدن و تجارت با اشاره به ظرفیت بالای معقول مانده صنعت کفش کشور، گفت: از بازار ۲۸۰ میلیارد دلاری صنعت کفش در دنیا، سهم صنعت کفش ایران سه میلیارد دلار است.

سیدمحمد موسوی عصر سه شنبه در حاشیه مراسم افتتاح هفتمین نمایشگاه تخصصی و بین المللی کفش قم، با اشاره به فعالیت بیش از ۳۳۰ صنعتگر دارای پروانه بهره برداری و ۱۰ هزار واحد صنعتی صنعت کفش، گفت: طی سال گذشته ۸۳ میلیون دلار کفش از ایران به کشورهای دیگر صادر شده است. موسوی با اشاره به صادرات ۶۳ میلیون دلار صنعت کفش طی ۹ ماه امسال، اضافه کرد: در نمایشگاه تخصصی و بین المللی قم بیش از هزار تاجر و فعال صنعت کفش از کشورهای مختلف دعوت شدند.

معاون ماشین آلات و تجهیزات وزارت صنعت، معدن و تجارت با اشاره به طرح وزارت صنعت در پیاده سازی کریدور سبز صادراتی، یادآور شد: دولت سیزدهم با تعاملات بین المللی و حضور پررنگ در معاهدات بین المللی مانند بریکس، شانگهای و اوراسیا زمینه مناسب صادرات به وجود آورده و در این شرایط تولیدکنندگان باید در مسیر افزایش تولید، کیفیت و برندسازی تلاش کنند.

وی خاطرنشان کرد: بازار اوراسیا سالانه بیش از ۳۷۰ میلیارد دلار واردات دارد که صنعت کفش ایران می تواند سهم خوبی از این ظرفیت داشته باشد.

موسوی گفت: در قالب طرح کریدور سبز صادراتی، مشکلات عمده تولیدکنندگان مانند تامین مواد اولیه، ارز و غیره برطرف خواهد شد تا صادرکنندگان دچار معطلی نشوند.

معاون ماشین آلات و تجهیزات وزارت صنعت، معدن و تجارت با تاکید بر ضرورت حمایت از صنایع خرد و خانگی در صنعت کفش، تصریح کرد: پیوند زنجیره تولید تا صادرات، شاه کلید رونق صنعت کفش ایران و ورود به بازارهای جهانی است. وی همچنین گفت: استان قم جایگاه ویژه ای در صنعت و به خصوص صنعت کفش دارد به نحوی که هم اینک در واحدهای تولیدی این استان با کمبود کارگر روبه رو هستیم.

نمایشگاه تخصصی و بین المللی کفش قم تا ۲۹ دی ماه جاری در محل دائمی نمایشگاه های بین المللی قم برپا خواهد بود.

چگونه در فصل زمستان استخوان های خود را سالم و محکم نگه داریم؟

مترجم: معصومه ربیع نیا



فرا رسیدن فصل زمستان و کاهش دما برای افرادی که درد مفاصل یا استخوان دارند می تواند شرایط دشواری را ایجاد کند. رژیم غذایی، فعالیت بدنی و سبک زندگی سالم می تواند بر توده استخوانی شما تاثیر گذار باشد. استخوان ها در طول فصل زمستان مستعد شکستگی و آسیب هستند؛ اما محافظت از سلامت استخوان آسان تر از چیزی است که فکر می کنید. در اینجا به چند نکته برای حفظ سلامت استخوان ها در هوای سرد اشاره شده است.

ورزش کنید

گفتنی است، ورزش منظم برای سلامتی شما مفید است؛ اما آیا می دانستید که با

افزایش سن تراکم استخوان های بدن با روندی ثابت کاهش پیدا می کند؟ ورزش روزانه به حفظ تراکم و استحکام استخوان ها کمک می کند. ورزش کردن منظم مفاصل را منعطف و قوی نگه می دارد و حرکت پذیری مفاصل را بیشتر می کند که منجر به بهبود سلامت کلی استخوان می شود. در ضمن، اضافه وزن را نیز کنترل می کند، که عامل دیگر ضعیف شدن استخوان ها است.

ویتامین D مصرف کنید

ویتامین دی ویتامین مهمی برای حفظ سلامت استخوان ها است. مصرف این ویتامین به جذب کلسیم در بدن کمک می کند. افرادی که کمبود ویتامین دی دارند، ممکن است استخوان های ضعیف، ناهنجاری های اسکلتی و وضعیت بدنی نامناسب داشته باشند. کمبود ویتامین دی حتی ممکن است منجر به بیماری هایی مانند پوکی استخوان شود.

این اقلام باید از خانه هایتان حذف شود

بزرگی ایجاد کند اما بداند به عنوان مثال، اگر دهانشویه ای که در طول برنامه بهداشت دهان و دندان تان در دهان خود می چرخانید، قورت دهید، احتمالاً بدترین اتفاق ممکن، این است که دچار ناراحتی معده شوید. اما قورت دادن مقادیر بیشتری از دهانشویه داستان دیگری است. ممکن است دچار سرگیجه یا خواب آلودگی شوید. تصور کنید که این اتفاق روی پلکانی در خانه فرد رخ دهد، نتیجه می تواند بسیار خطرناک باشد. مصرف بیش از حد دهانشویه می تواند فرد را بیهوش کند و حتی او را به کما ببرد. سایر علائم مصرف بیش از حد دهانشویه می تواند شامل تنفس سریع و کم یا کندی تنفس همچنین تغییر دمای بدن، فشار خون و افت قند خون باشد. اگر فردی یا خود شما مقدار زیادی دهانشویه مصرف کردید، فوراً با اورژانس تماس بگیرید. کارشناسان همچنین توصیه کردند از وادار کردن خود یا دیگران به استفاده دهانشویه مرطوبداری کنید، مگر اینکه متخصصی موافقت های بهداشتی را فردی در مرکز کنترل سم به شما بگوید این کار را انجام دهید. حتی اگر مقدار کمی بلعیده شود، باز هم می توانید برای مشاوره با مرکز کنترل سمومیت تماس بگیرید.

گیاخان آپارتمانی

گیاخان آپارتمانی می تواند هدایای متفکرانه و موارد خوبی برای خانه باشند اما انتخاب یکی از آنها صرفاً بر اساس ظاهر، می تواند اشتباه باشد زیرا گیاخان آپارتمانی سسمی در بازار وجود دارند به عنوان مثال، دیفن باخیا را در نظر بگیرید، دستورالعمل هایی برای مسمومیت با دیفن باخیا ارائه شده است. به این گیاه آپارتمانی عصای گنگ نیز می گویند زیرا خوردن یا حتی جویدن آن می تواند زبان و گلوئی فرد را ملتهب کند تا جایی که فرد موقتاً قادر به صحبت کردن نباشد. محققان هشدار می دهند که عصای گنگ می تواند گلو و زبان فرد را چنان متورم کند که ممکن است راه های هوایی مسدود شود یا این حال، این یک اتفاق نادر است. البته عصای گنگ می تواند تعدادی از علائم ناخوشایند از جمله اسهال، حالت تهوع، استفراغ و تاول های داخل دهان نیز ایجاد کند. اگر به طور اتفاقی با این گیاه مسموم شدید به پزشک مراجعه کنید و توصیه های دیگر شامل استفاده از یک پارچه سرد و مرطوب برای پاک کردن داخل دهان خود، شستشوی کامل پوست و چشم هاست.

دانشجوی

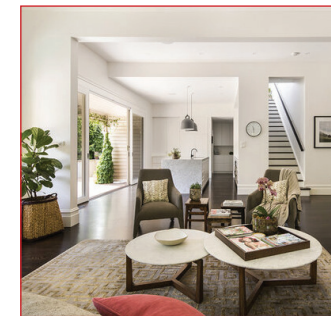
بلعیدن کمی دهانشویه نباید مشکل

بر اساس گفته محققان دانشگاه هاروارد، ورزش روی تردمیل می تواند به قدرت،

استقامت و تعادل به ویژه در افراد مسن کمک کند که به دلیل تقویت عضلاتی از جمله همسترینگ، ساق پا و چهار سر ران است که تردمیل ها بر آنها تاثیر دارند. با این حال، فقط به این دلیل که تردمیل می تواند برای سلامتی فرد مفید باشد، به این معنی نیست که نمی تواند خطرناک باشد. مایکل سیلورمن، فیزیوتراپیست اظهار کرد عدم استفاده صحیح از تردمیل می تواند منجر به زمین خوردن شود. یکی از اشتباهات رایجی که وی به آن اشاره کرد استفاده از تلفن همراه در حین تمرین روی تردمیل است. وی توضیح داد انجام این کار می تواند آقدر حواس پرت کننده باشد که به راحتی بدون اینکه فرد متوجه شود در پشت تردمیل قرار بگیرد. خطای دیگر استفاده نکردن از گیره خاموش شدن اضطراری تردمیل است. شاپان ذکر است که حتی اگر شخصی از تردمیل به درستی استفاده کند، زیرا ممکن است هنگام استفاده از تردمیل بیهوش شود.

آبگرمکن

همانطور که مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری های واگیردار (CDC) توضیح می دهد، مونوکسید کربن (CO) بسیار خطرناک است. قرار گرفتن در معرض این گاز بی رنگ و بی بو می تواند منجر به مرگ شود. علاوه بر این، اقلام مختلفی که



شمار خویشاوندان خانواده ها در آینده کمتر خواهد شد

داده ها و نیز پیش بینی های سازمان ملل متحد شکل گرفته است.

پیش بینی بیشترین میزان کاهش در آمریکای جنوبی



افزایش بی سر و صدای «طلاق عاطفی»

و مهم ترین آسیب آن عدم مدیریت روانی مناسب زوجین و فرزندان در خانواده است. بسیاری از آسیب های جامعه کنونی ناشی از اختلاف عاطفی و روانی در خانواده بین زن



بر عهده ندهای اجتماعی و فرهنگی است بر عهده خانواده بود اما امروز خانواده به یک کانون محدود مصرف و سکونت تبدیل شده است. در دوران مدرنیته بسیاری از مسائل جدید حاکم شده که آسیب های اجتماعی را به دنبال خواهد داشت.

مدرس دانشگاه فرهنگیان یکی از مشکلات خانواده ها را عملکردهای سلیقه ای آنها دانست و خاطرنشان کرد: عملکرد سلیقه ای از نگاه فرد بسیار مطلوب است اما مشکلات بسیاری را در جامعه ایجاد می کند. مشکل عمده فعلی، تضادی است که به نوع تربیت فرزندان وجود دارد اما نسبت به بسیاری از کشورها، خانواده ایرانی بیش از خانواده در سایر کشورها، قداست دارد. بخشی یادآور شد: اکنون با یک مسئله خاموش به نام طلاق عاطفی در جامعه مواجه هستیم که با سرعت و شیب تندتری جریان دارد. در چند سال اخیر، چند برابر طلاق رسمی، طلاق عاطفی در جامعه دیده می شود

بر اساس نتایج مطالعات موسسه «ماکس پلانک» در زمینه تحقیقات جمعیتی، شمار خویشاوندان خانواده ها در سراسر جهان در آینده کمتر خواهد شد.

کارشناسان معتقدند که این روند سرمایه گذاری در سیستم های تامین اجتماعی را اجتناب پذیر می کند، روندی که در حال حاضر در بسیاری از جوامع کشورهای جهان در زمینه تحولات گسترده در ساختار خانواده ها و کاهش شمار خویشاوندان آنها عمدتاً قابل مشاهده بوده است. حال بر اساس نتایج تحقیقات علمی نیز تأیید شده است.

مؤسسه علمی ماکس پلانک آلمان در این زمینه با همکاری دانشگاه «بوتنوس ایرس» در آرژانتین و دانشگاه «آمستردام» در هلند، تحقیقاتی را انجام داده که اکنون نتایج آن منتشر شده است.

بر اساس نتایج این مطالعات، انتظار می رود در آینده شمار خویشاوندان خانواده یک فرد در سراسر جهان به طور متوسط به میزان بیش از

مدرس دانشگاه فرهنگیان و پژوهشگر امور خانواده اظهار کرد: طی چند سال اخیر طلاق عاطفی چند برابر طلاق رسمی، در جامعه دیده می شود که مهم ترین آسیب آن عدم مدیریت روانی مناسب زوجین و فرزندان در خانواده است.

دکتر حامد بخشی مدرس دانشگاه فرهنگیان و پژوهشگر امور خانواده در مورد نقش و اهمیت خانواده با تاکید بر بیانات مقام معظم رهبری اظهار کرد: ایشان خانواده را نهادی پاک با طراوش نیکی و برکت و سلول اصلی پیکره جامعه و جامعه سالم را محصل خانواده سالم می دانند. مقام معظم رهبری خانواده را منشاء و مبدا انتقال فرهنگ و تمدن می دانند و لذا پدر و مادر باید اولین الگو برای انتقال فرهنگ باشند.

وی یکی از مهم ترین کارکردهای خانواده را انتقال فرهنگ و سلامت روانی دانست و بیان کرد: در گذشته تمام نقشه های که امروز

