سه‌شنبه| ۱۹ تیر ۱۴۰۳ | سال بیستم | شماره ۴۹۴۰
شماره ارسال پیامک:۳۰۰۰۷۴۴۶ | تلفن ارتباط خوانندگان: ۳۶۲۹۳۷۵۰
اصفهان امروز
www.esfahanemrooz.ir
info@esfahanemrooz.ir
برای پیگیری جدیدترین اخبار در سایت اصفهان امروز اسکن کنید

خبر

هوای اصفهان گرمتر می‌شود

رئیس مرکز پیش‌بینی اداره کل هواشناسی اصفهان گفت: روند دما در استان افزایشی است و هوا به‌طور تدریجی گرمتر خواهد شد.

لیلا امینی در گفت‌وگو با ایرنا افزود: بررسی‌های هواشناسی نشان می‌دهد از روز چهارشنبه هفته جاری، استان اصفهان با افزایش دما روبه‌رو خواهد شد. او گفت: بررسی آخرین نقشه‌ها نشـــان می‌دهد که در مناطق جنوبی کشور پدیده «مانسون» (بارش های موسمی) و از شمال ریزش هوای سرد وجود دارد و این ۲ پدیده موجب رشد ابر، وزش باد و تندباد لحظه‌ای در استان شده است. رئیس مرکز پیش‌بینی اداره کل هواشناسی اصفهان اظهار کرد: در مناطق شمالی و شرقی استان با توجه به فعال شدن کانون‌های گرد و خاک، همچنان پدیده ریزگردها را به همراه کاهش میدان دید و تنزل کیفیت هوا خواهیم داشت که اثرات آن تا مناطق مرکزی استان نیز کشیده می‌شود.

به گفته امینی، در مناطق غربی و جنوبی اســـتان رشد ابر و در برخی مناطق مرتفع احتمال رگبارهای خفیف و پراکنده وجود دارد.

از زیان بیسفنول تا زیاده‌روی در گرفتن نذری

مدیرگروه تغذیه بالینی دانشـــگاه علوم پزشکی اصفهان با درنگ در جایگاه معنـــوی نذری توصیه کرد: در ماه محرم، هیئت‌های مذهبی از توزیع خوراک نذری در ظروف پلاستیکی ساخته‌شده از بیســـفنول خودداری کنند و مردم نیز در گرفتن نذورات تعادل داشته باشند.

محمدحسن انتظاری در گفت‌وگو با ایسنا از مردم خواست که در تهیه، مصرف و نگهداری خوراک‌های نذری دقت کافی داشته باشند و اظهار کرد: نذری‌های معمولی که میان ما ایرانیان تهیه می‌شوند، خوشبختانه از نظر ترکیب غذایی سالم هستند. در پخت این غذاها اگر از گوشـــت تازه و روغن‌های مناسب استفاده شود، ضرری ندارند. او درباره تنوع خوراک‌های نذری ادامه داد: معمولا خورش قیمه و قورمه‌سبزی طبخ می‌شود. در برخی هیئت‌ها و خانه‌ها پخت و تقسیم چلوکباب و چلومرغ هم معمول است که این غذاها نیز مشکل خاصی ندارند. نکته‌ای که در خوردن غذاهای نذری چندان به آن نظر نمی‌شـــود، اما رعایتش بسیار خوب است، تهیه سالاد یا سبزی در کنار غذاست.

این متخصص تغذیه و رژیم‌درمانی با تأمل در اینکه احتمالا برای هیئت‌ها تهیه سالاد و سبزی دشوار یا غیرممکن است، یادآور شـــد: دست‌کم افرادی که در خانه‌هایشان نذری تهیه و توزیع می‌کنند، بهتر است که به خوردن سالاد یا سبزی نیز به همراه گوشت و برنج مدنظرشان توجه داشته باشند.

انتظاری مهم‌ترین معضل هیئت‌ها و دورهمی‌های مردم را در ماه محـــرم، نه خوراکی که تهیه می‌کنند، بلکه ظروفی دانست که برای میل کردن نذری استفاده می‌شود و اضافه کرد: به‌طورکلی، باید بگویم که ظروف پلاستیکی با بدن انسان و محیط زیست و طبیعت سازگاری ندارند.

مدیرگروه تغذیه بالینی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان با تذکر این نکته که ماده بیسفنول موجود در ظروف یک‌بارمصرف بسیار خطرناک اســـت، بیان کرد: بیسفنول چاق‌کننده است. تأثیری منفی بر روی کبد انسان دارد. به‌عبارتی ابتلا به بیماری کبد چرب از پیامدهای آن به شمار می‌آید. این بیسفنول موجود در ظروف حتی به بروز بیماری‌های قلبی و عروقی هم منجر می‌شود.

او بـــا بیان اینکه ریختن غذای نذری مخصوصا زمانی که داغ اســـت، مضرات ظروف یک‌بارمصرف را افزایش می‌دهد، چنین خاطرنشان کرد: به‌طور معمول غذای نذری را داغ سرو می‌کنند و مردم هم خوراک گرم را بیشتر می‌پسندند. اما نباید از این موضوع غفلت کرد که چقدر ظروف ساخته‌شده از بیسفنول مخصوصا در زمانی که حرارت ببینند، مضر است.

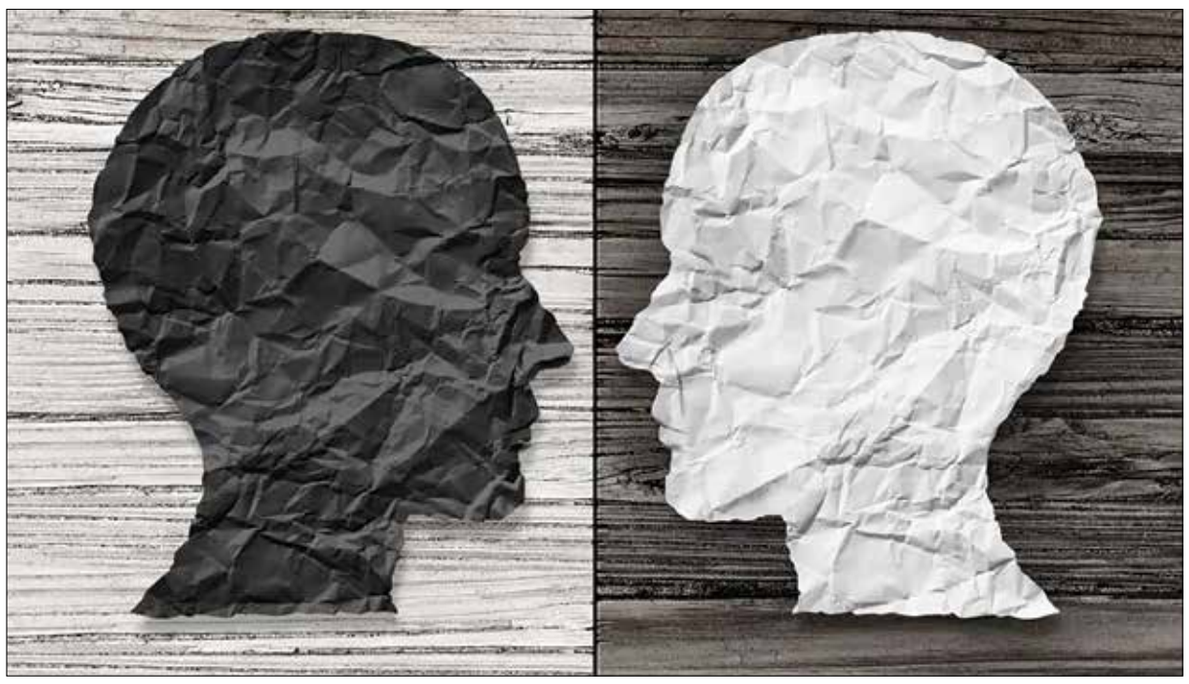
این مدرس دانشگاه به‌جای خوردن انواع غذاهای نذری و نوشیدنی‌ها در ظروف پلاستیکی بیسفنول به توزیع نذروات در ظروف سلولزی تأکید و تصریح کرد: ظرف‌های سلولزی کمی گران‌تر به حســـاب می‌آیند، اما تأکیدمان بر استفاده از همین ظروف است.

انتظاری در توضیح مواد ســـلولزی که در ظروف خاصی استفاده می‌شود، بیان کرد: مواد سلولزی مانند تنه درخت یا ساقه گندم‌اند. این مواد کاملا با بدن سازگاری دارند و بی‌خطرند. این جنس مواد از قدیم برای نگهداری غذاها و خوردنی‌ها استفاده می‌شدند؛ چنان‌که باغداران نیز میوه را در صندوق‌های چوبی می‌ریختند و هنوز هم مورد توجه است.

ایـــن کارشـــناس تغذیه مـــردم و هیئت‌های عـــزاداری امام‌حســـین(ع) را به تهیه ظرف‌های سلولزی توصیه کرد و یادآور شـــد: ظروف سلولزی برای بدن مضرات ندارند، در کنار آن باید بدانیم که به محیط زیســـت هم آسیب نمی‌زنند. این دو نکته برخلاف ظروفی است که ماده بیسفنول دارند. ظروف پلاستیکی بیسفنول در طبیعت تجزیه نمی‌شوند که معضلی اساســـی است. مدیرگروه تغذیه بالینی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان از مردم خواست که در گرفتن نذورات زیاده‌روی نکنند و اظهار کرد: متأســـفانه برخی از مردم به جنبه معنوی نذورات کمتر توجه می‌کنند. غذای نـــذری را باید به تعداد و به اندازه خوردن گرفت. توصیه می‌کنم که مردم به‌هیچ‌وجه غذای نذری به مقـــدار فراوان و برای نگهداری طولانی‌مدت در یخچال یا فریزر نگیرند.

او تأکید کـــرد: مضرات خوردن نـــذری در ظروفی که از بیســـفنول هستند یک بحث اســـت، نگهداری نذری در این ظروف و در یخچال یا فریزر هم بحث دیگر اســـت که نباید نادیده گرفت. حتی اگر افرادی اصرار دارند به نگهداری غذا برای وعده‌های بیشتر باید غذای مدنظرشان را از ظروف پلاستیکی به ظرف‌های شیشه‌ای یا استیل منتقل کنند. این متخصص تغذیه و رژیم‌درمانی فریزکردن و دفریز غذا را مضر دانســـت و افزود: وقتی با هدف نگهداری طولانی‌مدت نذری را فریز می‌کنیم، ارزش غذایی آن کاهش پیدا می‌کند. باز هم تأکید می‌کنم که مردم به اهمیت معنوی غذای نذری عنایت داشته باشند. برای نمونـــه، نباید یک خانواده که پنج نفرند به اندازه ۲۰ نفر غذای نذری بگیرند. این مسئله چه از نظر علمی و چه از نظر اخلاقی اقدامی نادرست است.

ارزشیابی کیفی افقی نو در درخشش استعدادها



افراد درگیر با اختلال شخصیت مرزی، تصویر بسیار متغیری از خود و دیگران دارند و هر لحظه احساسات متفاوتی را تجربه می‌کنند؛ چنین افرادی با ناپایداری‌های خلقی بسیاری زندگی می‌کنند که این ناپایداری روی تمام ابعاد زندگی آنها تاثیرگذار است.

به گزارش ایمنا، بنا بر اظهارات کارشناسان، اختلال شخصیت مرزی (BPD) یا بوردرلاین دیزوردر یک اختلال سلامت روانی است که با نوسانات شدید خلق و خو و بی‌ثباتی در روابط بین فردی مشخص می‌شود، اختلال شخصیت مرزی متعلق به اختلالات شخصیت «خوشه B» است که شامل رفتارهای نمایشی و نامنظم است.

طبق اطلاعات موجود، بسیاری از افرادی که BPD تشخیص داده شده‌اند، در زندگی خود ضربه‌های شدیدی را تجربه کرده‌اند و تجارب تروماتیک می‌تواند منجر به ایجاد علائم BPD و مشکلات در تنظیم هیجانی شود، همچنین شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد BPD می‌تواند ارثی باشد و علاوه بر این، بعضی از ناهنجاری‌های مغزی مانند تفاوت در ساختار یا عملکرد نواحی مغز درگیر در تنظیم هیجان، در افراد مبتلا به BPD مشاهده شده است.

عوامل محیطی نیز می‌تواند در ایجاد BPD نقش داشته باشند، محیط‌های خانوادگی آشفته، الگوی فرزندپروری نامناسب و ناکارآمد و وجود روابط ناپایدار در دوران کودکی می‌توانند منجر به بروز علائم BPD شود و بزرگ شدن در محیطی که در آن احساسات فرد نادیده گرفته می‌شود نیز ممکن است خطر ابتلاء به BPD را افزایش دهد.

در واقع، BPD یک وضعیت پیچیده است و علل آن ترکیبی از عوامل ژنتیکی، بیولوژیکی و محیطی است؛ تفاوت بوردرلاین و انواع اختلال دو قطبی این است که افراد مبتلا به اختلال دوقطبی تمایل به تجربه شیدایی و افسردگی دارند، در حالی که افراد مبتلا به BPD درد عاطفی شدید و احساس پوچی، ناامیدی، خشم، ناامیدی و تنهایی را تجربه می‌کنند و در شخصیت مرزی، تغییرات خلقی کوتاه مدت است.

افراد مبتلا به NPD یا خودشیفتگی، خود را برتر از دیگران می‌دانند، آن‌ها نسبت به توانایی‌ها و دستاوردهای خود احساس اغراق‌آمیز دارند، در مقابل، افراد مبتلا به بوردرلاین تصویری ناپایدار از خود دارند و خود را بد یا بی‌ارزش می‌بینند؛ علائم اختلال شخصیت مرزی در مردان با آشفتگی عاطفی زیاد همراه است، نوسانات شدید خلق و خو، ترس از رها شدن، و مشکل در تنظیم احساسات می‌تواند منجر به احساس خشم و ناامیدی شود و نشانه‌های شخصیت مرزی در زنان شامل احساس خالی بودن از درون، عزت نفس پایین، احساسات و عواطف قوی و طاقت‌فرسا، نوسانات خلقی شدید از جمله طغیان اضطراب، خشم و افسردگی و الگویی از روابط پر سر و صدا با دوستان، خانواده و عزیزان است.

افراد درگیر با اختلال شخصیت مرزی چه ویژگی‌هایی دارند؟

سمیه طاهری، روانشناس و مشاور خانواده در گفت‌وگو با ایمنا با بیان اینکه اختلال شخصیت مرزی در گروه اختلالات شخصیتی جای می‌گیرد و با نوسانات خلقی بسیاری همراه است، اظهار کرد: تعداد زیادی از افراد درگیر با این اختلال از بیماری خود اطلاعی ندارند و بی‌ثباتی، تکانشگری و داشتن رفتار نامتناسب با شرایط در رفتار آنها به وضوح قابل مشاهده است.

او با بیان اینکه مدیریت و کنترل هیجانات به ویژه خشم برای چنین افرادی بسیار دشوار است، افزود: این اختلال تمام ابعاد زندگی فرد درگیر را تحت تأثیر قرار می‌دهد، این افراد پریشانی را تجربه می‌کنند و رفتار بی‌ثبات و ناپایدار آنها دیگران را از آنها دور می‌کند و احساس انزوا را برای آنها به همراه خواهد داشت.

روانشناس و مشاور خانواده تصریح کرد: علائم درگیر شدن با این اختلال در هر فردی متفاوت است، اما به طور کلی علائم در این رفتار شامل انزوا و خستگی، ناپایداری‌های خلقی به طور معمول کوتاه مدت، تجربه افسردگی، اضطراب و استرس، نداشتن توانایی همدلی با دیگران، بی‌هدفی پوچی و احساس ناکارآمدی است.

طاهری با اشاره به اینکه افراد درگیر با اختلال شخصیت مرزی ترس بسیاری از ترک شدن دارند، ادامه داد: بر اساس شواهد علمی موجود، داشتن کودکی دشوار و تجربه غفلت والدین، ساختار مغز و اختلالات عملکردی، عوامل ژنتیکی، محیطی و روانشناختی، از جمله دلایل بروز این اختلال به شمار می‌رود.

شـــخصیت مرزی با اختلال دو قطبی و خودشیفتگی متفاوت‌است

او گفت: زندگی با افراد درگیر با اختلال مرزی می‌تواند بسیار دشوار و پراسترس باشد، از همین رو اطرافیان این افراد نیز باید مراقب سلامت روان خود باشند؛ سایر اختلالات از جمله افسردگی، اختلال خوردن و اختلالات اضطرابی نیز می‌تواند زمینه را برای تشدید علائم اختلال شخصیت مرزی فراهم سازد.

روانشناس و مشاور خانواده با اشاره به اینکه این اختلال می‌تواند ارثی نیز باشد، اضافه کرد: افرادی که در خانواده آنها فرد درگیر با اختلالات روانی و اختلال شخصیت مرزی وجود داشته باشد، بیشتر در مرز درگیر شدن با این اختلال هستند، همچنین بی‌توجهی والدین به کودک یا جدایی زود هنگام می‌تواند در بروز این اختلال مؤثر واقع شود.

طاهری با اشاره به راهکارهای درمان این اختلال افزود: برای درمان این افراد از درمان‌های رفتاری مبتنی بر گفت‌وگو، آموزش پیش‌بینی‌پذیری احساسی و حل مسئله، روان درمانی مبتنی بر انتقال و درمان مبتنی بر ذهن‌سازی استفاده می‌شود و بعضی از داروها برای کنترل علائم این افراد مانند داروهای تثبیت کننده خلق و خو، داروهای ضدروان پریشی و ضدافسردگی استفاده می‌شود.

او با تاکید بر اینکه اختلال شخصیت مرزی با اختلال دو قطبی و خودشیفتگی متفاوت است، خاطرنشان کرد: هرچند بعضی از علائم در میان سه اختلال ذکر شده مشابه است، اما علائم متفاوت بسیاری دارند و درمان‌های مورد استفاده برای آنها نیز متفاوت خواهد بود.

شیوع بیشتر شخصیت مرزی در زنان

امیر دشتیان، روانشناس و مشاور بالینی با بیان اینکه اختلال شخصیت مرزی در هر دو جنسیت زن و مرد دیده می‌شود، اما بروز آن در زنان شیوع بیشتری دارد، اظهار کرد: در افراد درگیر با اختلال شخصیت مرزی، شاهد بی‌ثباتی خلق و خو و حتی بی‌ثباتی علایق، خواسته‌ها و اهداف افراد هستیم، چراکه این افراد به طور مداوم احساس پوچی، بی‌ارزشی، ترس از رهاشدگی، اضطراب و خشم بالا، انزوا و تنهایی را تجربه می‌کنند و تصمیمات آنها هیچ پشوانه‌ای برای ثبات ندارد. او با بیان اینکه چنین افرادی احساس متفاوتی نسبت به یک نفر را در مدت زمان‌های متفاوت تجربه خواهند کرد، افزود: افراد درگیر با اختلال شخصیت مرزی ممکن است به خود نیز آسیب برسانند و رفتارهای پرخطر مانند بی‌پروایی، مصرف مواد مخدر و مشروبات الکلی نیز ممکن است در این افراد بروز کند. روانشناس و مشاور بالینی تصریح کرد: به طور معمول افراد درگیر با این اختلال، روابط کوتاه مدت و آتشین دارند و می‌توانند به سرعت از اطرافیان خود ناامید شوند، احساسات این افراد به خودشان نیز ناپایدار است؛ در واقع گاهی از خود ناامید می‌شوند و گاهی خود را باارزش می‌دانند و احساس خوبی را در خصوص خود تجربه می‌کنند. دشتیان ادامه داد: عصبانیت شدید و خشم، یکی از احساسات بسیار قوی است که افراد درگیر با اختلال شخصیت مرزی آن را تجربه می‌کنند، این افراد ممکن است به سرعت عصبانی شوند، فریاد بزنند یا حتی وسایل را پرتاب کنند؛ همچنین چنین افرادی احساس تردید بسیاری در تصمیم‌گیری‌های خود دارند.

ارتباطی پرچالش با افراد شخصی مرزی

او با بیان اینکه افزایش خودآگاهی، شناخت احساسات و افزایش مهارت کنترل هیجانات می‌تواند به روند بهبودی این افراد کمک شایانی کند، گفت: این افراد باید احساس استرس را به حداقل برسانند، فعالیت‌های بدنی داشته باشند در، طول روز لحظاتی را به خود اختصاص دهند و سعی در تمرکز بر اهداف و برنامه‌ریزی برای آنها داشته باشند.

روانشناس و مشاور بالینی با اشاره به اینکه داشتن خواب کافی و رژیم تغذیه‌ای مناسب نیز در روند بهبودی این افراد تأثیرگذار است، اضافه کرد: مشکوک بودن به شرایط و افراد مختلف، احساس پوچی، نداشتن ثبات رفتاری، داشتن دنیای مجازی برای خود، ناامیدی، ترس از تنهایی و تمایل به لجبازی و لجاجت، از جمله دیگر خصوصیات رفتاری افراد درگیر با اختلال شخصیت مرزی محسوب می‌شود.

دشتیان خاطرنشان کرد: زندگی، ارتباط و حتی ازدواج با افراد درگیر با این اختلال بسیار پرچالش خواهد بود، چراکه این افراد می‌توانند در یک لحظه به نوعی برخورد کنند که گویی عاشق و دلباخته هستند و در لحظه دیگر به نوعی رفتار کنند که گویی از شریک زندگی خود تنفر دارند و او را به چالش بکشند.

طبق اعلام محققان، چشم‌انداز درمان BPD در بلندمدت بهتر از افسردگی و اختلال دو قطبی است، با این حال ، درمان این اختلال به یک رویکرد تخصصی نیاز دارد؛ نتیجه نهایی این است که بیشتر افراد مبتلا به BPD می‌توانند بهتر شوند و این کار خیلی سریع با درمان و پشتیبانی مناسب انجام می‌شود؛ پروسه بهبودی در این اختلال در حقیقت شکستن الگوهای ناکارآمد تفکر، احساس و رفتار است که باعث پریشانی شما می‌شود، تغییر عادت‌های مادام‌العمر آسان نیست، اما با گذشت زمان، عادت‌های جدیدی ایجاد می‌شود که به افراد کمک می‌کند تعادل عاطفی خود را حفظ کنند و بر رفتار خود کنترل داشته باشند.

بیشترین مکمل‌ها و ویتامین‌های مصرفی در کشور

مدیرکل فرآورده‌های طبیعی، سنتی و مکمل سازمان غذا و دارو درباره بیشترین مکمل‌ها و ویتامین‌های مصرفی در کشور توضیح داد و در عین حال نسبت به مصرف خودسرانه و بیش از حد مکمل‌ها بویژه در برخی بیماران هشدار داد.

علیرضا رســـتمی در گفت‌وگو با ایسنا، درباره بیشترین مکمل‌ها و ویتامین‌هایی که در کشـــور مصرف می‌شوند، گفت: فرآورده‌های مکمل، طیف وسیعی را شامل می‌شوند؛ از جمله موارد مورد استفاده در حفظ سلامت عمومی بدن مانند انواع ویتامین‌هـــا و املاح معدنی، ویتامین‌های مورد اســـتفاده در نوزادان و مادران باردار و شـــیرده که در مراکز بهداشـــت و به صورت رایگان در اختیـــار گروه هدف قرار می‌گیرد و همچنین مکمل‌های مورد استفاده در افزایش عملکرد ورزشی افراد و ورزشکاران.

او افزود: همچنین گروه دیگری از فرآورده‌های مکمل و ویتامین‌ها در «حفظ سلامت پوست، مو و ناخن»، «بهبود عملکرد دستگاه ایمنی»، مدیریت وزن و به منظور کاهش یا افزایش وزن»، «پیشـــگیری و حمایت از شرایط خاص سلامت مانند پوکی استخوان، بیماری‌های قلبی و عروقی، دیابت و ...»، «آنتی‌اکسیدان‌ها» و «امگا ۳» مورد تجویز و استفاده قرار می‌گیرند.

مدیرکل فرآورده‌های طبیعی، سنتی و مکمل سازمان غذا و دارو همچنین درباره شرایط تجویز و مصرف مکمل‌ها و ویتامین‌ها، تاکید کرد: با توجه به نیاز پایه بدن به ریزمغذی‌ها و با نگاهی به ســـبد غذایی خانوار و کاهش احتمالی سرانه مصـــرف برخی از اقلام مهم حـــاوی ریزمغذی‌ها، تجویز مصرف به صورت شـــکل دارویی فرآورده مکمل از سوی متخصصان مربوطـــه و بر مبنای بـــار بیماری‌ها و نتایج آزمایش‌های کلینیکی و پاراکلینیکی صورت می‌گیرد.

او همچنین در پاسخ به ســـوالی درباره ارزیابی از القای مصرف فرآورده‌های مکمل و ویتامین‌ها، گفت: مشخص است که در برخی از موارد و با توجه نگاه انتفاعی و اقتصادی شرکت تولید کننده به بازار رقابتی مصرف، القاء مصرف نیز غیر قابل اجتناب به نظر می‌رسد.

رستمی درباره عوارض احتمالی مصرف نابجای مکمل‌ها و ویتامین‌ها و بروز مشکلات جسمی در این ارتباط، گفت: در این باره باید گفت که طبیعتا مصرف هر عنصر، ماده غذایی و دارویی بیش از حد مجاز تعیین شده در منابع بین‌المللی برای عموم جامعه و به ویژه در گروه‌های در معرض خطر شامل کودکان، ســـالمندان، مادران باردار و شیرده، بیماران صعب العلاج یا نقص دستگاه ایمنی و...، انواع عوارض حاد قابل مشـــاهده در کوتاه مدت و یا بطئی و دراز مدت را به دنبال خواهد داشت و بر همین اساس لازم است هر گونه مصرف مکمل‌ها و ویتامین‌ها با مشورت و تجویز پزشک مربوطه انجام شود و از مصرف خودسرانه این اقلام پرهیز شود.

او در توضیح عوارض ناشی از مصرف خودسرانه و بدون تجویز پزشک و همچنین مصرف بی‌رویه مکمل‌ها افزود: در این راستا می‌توان گفت که خطر بروز مسمومیت به دنبال مصرف بیش از حد ویتامین‌های محلول در چربی و همچنین خطر تداخل مصرف برخی مکمل‌ها با داروهای خاص نظیر امگا و وارفارین و در افراد دارای بیماری خاص نظیر بیماران کلیوی و کبدی وجود دارد.

مدیرکل فرآورده‌های طبیعی، سنتی و مکمل سازمان غذا و دارو با اشـــاره به تعداد فزاینده مجوزهای صادر شده از سوی این سازمان و آمار شناسه‌گذاری مکمل‌های تولید داخـــل، گفت: این موضوع حاکـــی از افزایش نوع و تعداد مکمل‌های تولیدی در کشور و در نتیجه استقبال پزشکان و بیماران نسبت به مصرف این فرآورده‌هاست. در مجموع توصیه می‌شود که مردم هرنوع مصرف مکمل و ویتامین‌ها را با نظر و تجویز پزشک مربوطه داشته باشند و از مصرف خودسرانه آن پرهیز شود.

فعالیت کانون‌های ارزیابی داوطلبان هنرآموزی در اصفهان در نیمه مسیر

مدیرکل آموزش و پرورش استان اصفهان گفت: اقدامات و فعالیت کانون‌های ارزیابی برای داوطلبان دبیری و هنرآموزی در استان به نیمه مسیر رسیده است.

به گزارش ایمنا، محمدرضا ابراهیمی پیرامون اینکه نتایج نهایی آزمون اســـتخدامی آموزگاری اعلام شده است، اظهار کرد: جلسات آموزشـــی و بازآموزی برای پذیرفته‌شدگان در استان برگزار خواهد شد تا افراد متعهد با آمادگی کامل از ابتدای مهر سال جاری در کلاس‌های درس حاضر شوند.

او با اشـــاره به فعالیت کانون‌های ارزیابی برای داوطلبان دبیری و هنرآموزی، افـــزود: اکنون اقدامات این کانون‌ها به نیمه مسیر رســـیده است و کانون‌های ارزیابی برای مشاغل کیفیت‌بخشی نظیر مربی پرورشی، مشاور، مربی تربیت‌بدنی و مربی بهداشت در حال اجرای برنامه‌ها هستند.

مدیرکل آموزش و پرورش استان اصفهان تاکید کرد: طی سال جاری با برنامه‌ریزی دولت به حوزه نیروی انسانی به ویژه اصفهان با چالش نیروی انسانی کمتری مواجه خواهیم بود و معلمان در سال تحصیلی پیشرو با آمادگی و آموزش کامل در کلاس‌های درس حضور خواهند داشت. او با اشاره به انعقاد تفاهم‌نامه ساخت ۳۶۰ کلاس درس با هلدینگ پتروپالایش اصفهان گفت: طی هفته جاری جانمایی این پروژه‌ها اجرایی شده است و با تعاریف طرح‌ها و آغاز نهایی آنها، امیدواریم طی یکسال آینده به بهره‌برداری برسند. ابراهیمی یادآور شد: یک هزار کلاس درس نیز به منظور گرامیداشـــت و تکریم یک هزار روز خدمت خالصانه دولت خدمت‌گزار شهید رئیسی یکی از مدل‌های خوب و اثرگذار در جامعه بوده اســـت. او پیرامون انعقاد تفاهم‌نامه‌ای عصر ورزش فی‌مابین آموزش و پرورش، معاونت فرهنگی شهرداری و ناحیه مقاومت بسیج استان گفت: این تفاهم‌نامه به منظور استفاده از فضاهای آموزش و پرورش با همکاری دو نهاد فوق است با این هدف که مدرسه کانون محله است و در بســـیاری از اقدامات می‌تواند یاری‌گر مردم باشـــد. مدیرکل آموزش و پرورش استان اصفهان با اشاره به تأمین تجهیزات ورزشی برای برنامه‌ریزی طرح عصر ورزش در مدارس اظهار کرد: با حضور مربیان باتجربه در مدرســـه، دانش‌آموزان و خانواده‌ها با رعایت شرایط سنی و جنسی از این فرصت استفاده می‌کنند که حرکت عظیمی برای ارتقای سطح سلامت، نشاط و شادابی دانش‌آموزان است.

خبر

«ثبت نام زمین دولتی»، ترفند جدید کلاهبرداران سایبری

رییس پلیس فضای تولید و تبادل اطلاعات(فتا) فرماندهی انتظامی اصفهان از کلاهبرداری جدید از شهروندان با موضوع «ثبت‌نام زمین دولتی» خبر داد.

به گزارش اصفهان امروز، سرهنگ سیدمصطفی مرتضوی افزود: بتازگی کلاهبرداران سایبری در حال ارسال پیامک‌هایی با عنوان ثبت نام زمین دولتی یا دریافت بسته معیشتی از طریق شماره‌های تلفن همراه هستند که لازم است شهروندان هنگام مواجهه با اینگونه پیامک‌ها هوشیار باشند. او اظهار کرد: در این میان برخی از شهروندان فریب خورده برای ثبت نام روی لینک موجود در پیامک کلیک می‌کنند که باعث می‌شود یک بدافزار که دسترسی کاملی به بخش پیامک‌ها دارد بر روی گوشی آنها نصب شود و از طریق گوشی فرد قربانی، همین پیامک را برای مخاطبان و افراد دیگر نیز ارسال کند. رییس پلیس فتا فرماندهی انتظامی اصفهان افزود: کلاهبردار بدلیل دسترسی به پیامک‌ها از طریق بدافزار نصب شده روی گوشی فرد قربانی، توانایی خواندن و ارسال پیامک رمز پویا بانکی و ارسال آن به شخص کلاهبردار را دارد و کلاهبردار نیز از این طریق حساب بانکی شهروندان را خالی می‌کند. این مقام انتظامی به مردم توصیه کرد که در زمان دریافت پیامک خدمات دولتی به شماره ارسال کننده پیامک دقت کنند و بدانند هیچکدام از خدمات دولتی با شماره‌های شخصی اطلاع رسانی نمی‌شود. سرهنگ مرتضوی تصریح کرد: شهروندان در صورت دریافت پیامک خدمات دولتی از شماره تلفن‌های شخصی یا شبکه‌های اجتماعی حتی اگر پیامک از طرف اقوام و آشنایان نزدیک ارسال شده باشد بهیچ عنوان لینک داخل پیامک را باز نکنند و بسرعت پیامک را حذف کنند.

او خاطرنشان کرد: وبسایت پلیس فتا به آدرس FATA.GOV.IR مرجعی کامل از اخبار، اطلاعات و آموزش‌های سایبری است و کاربران با مراجعه به آنها می‌توانند راهنمایی‌های لازم را دریافت کنند.

او تصریح کرد: شهروندان همچنین در صورت نیاز می‌توانند موارد مشکوک را از طریق سامانه پاسخگویی فوریت‌های سایبری و شماره تلفن ۰۹۶۳۸۰ بصورت شبانه‌روزی به پلیس اطلاع دهند.

اهدای خون ۱۵۳۲ بانوی اصفهانی

مدیرکل انتقال خون استان اصفهان از اهدای یک هزار و ۵۳۲ واحد خون توسط بانوان اصفهانی در سه ماهه نخست امسال خبر داد.

کیان دهراب پور در گفت‌وگو با مهر اظهار کرد: از ابتدای امسال تاکنون یک هزار و ۵۳۲ خانم در استان اصفهان در ۱۱ مرکز اهدای خون مراجعه کرده‌اند.

او اضافه کرد: در سال ۱۴۰۲، تنها ۳.۵ درصد اهداکنندگان خون در استان اصفهان، خانم بوده اند که نسبت به میانگین کشوری که حدود ۴.۵ درصد است از میانگین کشوری کمتر است.

مدیرکل انتقال خون استان اصفهان گفت: خانم‌ها مانند آقایان از سن ۱۸ سالگی به بعد هر چهار ماه یک بار می‌توانند اهداکننده خون باشند و ممنوعیت خاصی نسبت به مردان اهداکننده خون ندارند، فقط با این تفاوت که مردان هر سه ماه یک بار امکان اهدای خون دارند.

او افزود: هر خانمی که شرایط عمومی اهدای خون را دارد با مراجعه به مرکز اهدای خون توسط پزشک، ویزیت و مشاوره می شود و اهدای خون در یک مکان کاملا تحت کنترل صورت می گیرد و هیچ خطری در این بین وجود ندارد و حتی بعد از اهدای خون از طرف اداره کل انتقال خون، قرص آهن به اندازه کافی در اختیار آنها قرار خواه گرفت.

دستگیری ۱۳ متهم متواری در اصفهان

فرمانده انتظامی شهرستان اصفهان از اجرای طرح امنیت محله محور و دستگیری ۱۳ متهم متواری طی ۲۴ ساعت گذشته توسط مأموران انتظامی این فرماندهی خبرداد. سرهنگ حسین بساطی در گفت وگو با مهر اظهار کرد: در تداوم اجرای طرح کنترل و کاهش آسیب‌های اجتماعی، طرح امنیت محله محور با محوریت دستگیری متهمان متواری اجرایی شد. او گفت: در این راستا مأموران پلیس با انجام تحقیقات میدانی گسترده و دقیق موفق شدند ۱۳ متهم متواری را شناسایی و در چند عملیات کاملا هماهنگ و ضربتی در مخفیگاهشان دستگیر کنند. فرمانده انتظامی شهرستان اصفهان با اشاره به اینکه افراد دستگیر شده پس از تشکیل پرونده برای انجام اقدامات قانونی به مرجع قضائی تحویل داده شدند، خاطر نشان کرد: ۵ دستگاه خودرو و ۲ دستگاه موتور سیکلت مسروقه نیز در این طرح کشف شد.

www.esfahanemrooz.ir