خبر

با این خوراکی‌ها سیستم ایمنی بدنتان را تقویت کنید

معرفی ۵ ماده مغذی برای بهبود عملکرد سیستم ایمنی

مراقبت از سیستم ایمنی، جهت پیشگیری از ابتلا به بیماری‌ها و دفاع از بدن در دوره بیماری، بسیار مهم است. خواب کافی، حفظ تحرک و ورزش منظم تا حدودی عملکرد سیستم ایمنی را بهبود می‌بخشند، اما مؤثرترین راه برای ارتقای این سیستم حیاتی، داشتن یک رژیم غذایی سالم است.مواد مغذی متنوعی هستند که مصرف آنها در بهبود عملکرد سیستم ایمنی نقش دارد و توصیه می‌شود درصورت امکان، آنها را از طریق غذا دریافت کنید و کمتر به سراغ مکمل‌ها بروید. بسیاری از مواد مغذی گیاهی و سایر اجزای موجود در غذا به طور طبیعی به حفظ سلامت بدن کمک می‌کنند، بنابراین پیروی از یک رژیم غذایی متعادل که حاوی این مواد مغذی باشد، سیستم ایمنی را تقویت می‌کند. در ادامه، پنج ماده مغذی مفید معرفی می‌شود که می‌توانید با مصرف آنها سیستم ایمنی خود را قوی نگه دارید و سلامت کلی بدن را تضمین کنید. البته در برخی موارد ممکن است نتوانید از طریق تغذیه، این مواد مغذی را دریافت کنید؛ در این شرایط، استفاده از مکمل‌ها (زیر نظر پزشک) کمک‌کننده است.

۱) ویتامین سی

ویتامین C یکی از قوی‌ترین مواد مغذی برای ایمنی بدن است. این آنتی‌اکسیدان می‌تواند تولید گلبول‌های سفید خون را افزایش دهد تا بدن به شکل بهتری با عفونت‌ها مبارزه کند.

فلفل دلمه‌ای، مرکبات، سبزیجات چلیپایی مانند کلم بروکلی، کلم و گل کلم، توت فرنگی و سیب زمینی از منابع غنی ویتامین C هستند.

۲) ویتامین دی

این ویتامین فواید متعددی دارد؛ بهبود سلامت استخوان‌ها، کاهش رشد سلول‌های سرطانی، کاهش التهاب و کمک به بدن برای جذب کلسیم تنها بخشی از مزایای ویتامین D است. هم‌چنین ویتامین D از طریق مبارزه با باکتری‌ها و ویروس‌ها به تقویت سیستم ایمنی نیز می‌پردازد. این ویتامین می‌تواند با مدیریت واکنش‌های التهابی به بهبود ایمنی کمک کند. ماهی‌هایی مانند ماهی تن و سالمون، محصولات لبنی غنی‌شده، آب پرتقال، زرده تخم مرغ و جگر از منابع سرشار ویتامین D هستند.

۳) اسیدهای چرب امگا ۳

اسیدهای چرب امگا ۳ به طور طبیعی در غذاهای دریایی یافت می‌شوند و ماهی‌های چرب از رایج‌ترین منابع آنها هستند. اسیدهای چرب عملکرد ضد التهابی دارند که به طور بالقوه می‌تواند توانایی بدن را برای مبارزه با بیماری افزایش دهد. مطالعات نشان می‌دهد استفاده از چربی‌های غیراشباع چندگانه مانند امگا ۳ در درازمدت می‌تواند به محافظت در برابر اختلالات خودایمنی مانند دیابت نوع ۱ کمک کند.

برخی از بهترین منابع امگا ۳ عبارتند از: ماهی و غذای دریایی، روغن‌های گیاهی مانند کانولا یا سویا، آجیل و دانه‌هایی مانند دانه کتان، گردو و دانه چیا، تخم مرغ و شیر.

۴) بتا گلوکان

بتاگلوکان نوعی فیبر محلول است و برخی فواید آن شامل کاهش کلسترول، مدیریت قند خون و تقویت سلامت ایمنی است. هم‌چنین داشتن یک رژیم غذایی پر فیبر که عمدتاً شامل میوه، سبزیجات و غلات کامل است، می‌تواند به بهبود میکروبیوم روده برای ایمنی قوی‌تر کمک کند.

جو دوسر، گندم، ذرت خوشه‌ای از منابع سرشار بتا گلوکان هستند.

۵) پروبیوتیک‌ها

پروبیوتیک‌ها به‌عنوان «باکتری‌های مفید» در سیستم گوارش عمل می‌کنند و به محافظت از آن می‌پردازند. پروبیوتیک‌ها در بدن به نوعی نقش محافظتی دارند و با اتصال به مخاط‌های مجاری تنفسی یا گوارشی و حفظ یکپارچگی سلول‌ها، از اتصال عوامل میکروبی، ویروسی و بیماری‌زایی آنها جلوگیری کنند.

ماست، کفیر و کیمچی (نوعی غذای تخمیری ترشی مانند) از منابع غنی پروبیوتیک هستند.

افزایش آمار کودکان کار و انعکاس آسیب‌های اجتماعی آن در جامعه

کودکانی که رنج می کشند

رئیس کمیته سلامت شورای اسلامی شهر تهران اخیرا گفته است که: «یکی از مشکلات شهر تهران، کودکان خیابان و کار است که با آزارهای متعدد روبه رو هستند.

یکی از گروه‌هایی که فقر بر روی سقف آرزوی‌شان خراب می‌شود کودکان‌هستند، کودکانی که نه کودکی‌بلکه باید ادای بزرگی دربیاورند،صبح که شد از خانه بیرون بزنند و شب دست‌پر برگردند،جمعیتی که یا دیده نمی‌شوندیا سر چهارراه‌ها و سطل زباله‌ها دیده‌می‌شوند

آمار کودکان کار در کشور و به ویژه در شهر تهران روز به روز در حال افزایش است.» این سخنان در حالی بیان می‌شود که بنابر آمار یونیسف از آخرین سرشماری جهانی، جمعیت کودکان کار ۵ تا ۱۷ ساله در سراسر دنیا به ۱۶۰ میلیون نفر سیده و در چهار سال اخیر ۸.۴ میلیون نفر بیشتر شده است.

بنابر این آمار در ابتدای سال ۲۰۲۰ میلادی ۶۳ میلیون دختربچه و ۹۷ میلیون پسربچه در دنیا کودک کار بوده‌اند، به عبارتی از هر ۱۰ کودک، یک کودک در جهان کودک کار تلقی می‌شود و این درحالی است که در کشورهای کمتر توسعه‌یافته از هر چهار کودک پنج تا ۱۴ ساله، یک کودک مشغول به کاری است که برای رشد، سلامت و تحصیل او مضر محسوب می‌شود. طبق اعلام سازمان بین‌المللی کار نیز حدود ۷۰ درصد کودکان کار، در مشاغلی مانند ماهیگیری و کشاورزی به فعالیت مشغول هستند و در شرایط سخت کار می‌کنند. از سویی دیگر در بسیاری از کشورهای فقیرتر کشاورزی بخش جدایی‌ناپذیر از اقتصاد است و کودکان به عنوان کارگر ارزان‌قیمت به کار گرفته می‌شوند.به گزارش ایسنا ، در ایران، به کارگیری کودکان کمتر از ۱۵ سال تمام ممنوع است و براساس ماده ۸۰ قانون کار، کارگری که سنش بین ۱۵ تا ۱۸ سال تمام باشد، «کارگر نوجوان» نامیده می‌شود و در بدو استخدام باید توسط سازمان تامین اجتماعی مورد آزمایش‌های پزشکی قرار گیرد. با وجود مواد قانونی مطرح شده در راستای جلوگیری از کار کودکان، کودکانی هم هستند که با وجود داشتن سن کمتر از حد نصاب تعیین شده در قانون، برای تامین معیشت خود در سطح خیابان‌ها و یا کارگاه‌ها کار می‌کنند.

براساس آخرین پیش‌بینی‌های انجام شده توسط سازمان بهزیستی، در مجموع حدود ۱۲۰ هزار کودک کار در کشور وجود دارد که عموما قربانی فقر فرهنگی یا اقتصادی خانواده‌ها و یا شرایط ناشی از مهاجرت، آوارگی یا بی خانمانی شده‌اند و همین عوامل موجب کار کردن آن‌ها در سن کودکی شده است. سیدعلی کاظمی، دبیر مرجع ملی حقوق کودک، اما پیش از این و ضمن بررسی ابعاد حقوقی و قانونی وضعیت به کارگیری کودکان و وظایف دستگاه‌ها و نهادهای مربوطه در ساماندهی کودکان کار و خیابان، به ایسنا گفته بود که: طبق مقررات داخلی کودک کار و کودک در موقعیت خیابان دو مقوله جدا هستند، کودکانی که در خیابان مشغول کارهای غیررسمی می‌شوند، کودک در موقعیت خیابان (children in street situation) هستند، گاه به این کودکان کودکان خیابانی یا کودک خیابان گفته می‌شود که جهت جلوگیری از برچسب زنی اصطلاح کودکان در موقعیت خیابان پیشنهاد شده است.این کودکان را نمی‌توان کودک کار محسوب کرد، زیرا کارفرمای مشخصی ندارند، تحت حمایت قوانین نیستند و به عنوان کارگر رسمی محسوب نمی‌شوند. مسئول ساماندهی این افراد سازمان بهزیستی است. اما کودکان کار، کودکانی هستند که در محیط کارگاهی، به موجب قرار داد کار شفاهی یا کتبی مشغول به کارند. طبق قوانین و مقررات داخلی کودکان بین ۱۵ تا ۱۸ سال می‌توانند در مشاغلی که سخت و زیان‌آور نیستند مشغول به کار شوند.

بیش از ۸۰ درصد کودکان خیابان، «غیر ایرانی» هستند

وی با بیان اینکه بیش از ۸۰ درصد کودکان در موقعیت خیابان، «غیر ایرانی» هستند، اظهار می‌کند: باتوجه به قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران، آموزه‌های دینی و اسناد بین‌المللی پذیرفته شده، ایران متعهد به حمایت از افراد نیازمند به کمک است. زمانی که به دلیل نگرانی از ویرانی، بی‌عدالتی و رویه‌های غیرانسانی متقاضیان پناهندگی به کشور وجود دارد، همیشه راه برای این افراد باز است، اما مهاجرانی هم هستند که در طلب کار یا برای ارتکاب برخی از جرائم به طور غیرقانونی وارد کشور می‌شوند. طبیعتا حمایت از نیازمندانِ حمایت، رویه ایران است، اما افرادی که نیازمند حمایت نیستند و حضورشان در کشور غیرقانونی است باید به کشور خودشان بازگردند. کاظمی با تأکید بر این که برخی کودکان در موقعیت خیابان نیاز مالی ندارند، می‌افزاید: طبق بررسی‌های چند نهاد غیردولتی، برخی خانواده‌های افغانستانی نیاز مالی ندارند، اما به جهت فرهنگ متفاوتی که دارند، دوره کودکی را قبول ندارند و معتقدند به محض این که یک بچه توانایی اولیه را پیدا کرد باید کار و کسب درآمد کند و از آنجایی که نمی‌توانند مجوز کار بگیرند محل کار و کسب کودکانشان «خیابان» خواهد بود. وی تصریح می‌کند: در بیشتر موارد هم خانواده‌ها به دلیل نیاز مالی کودکانشان را به سرچهارراه‌ها می‌فرستند؛ در چنین مواردی شناسایی فرصت‌های شغلی برای والدین بهترین راه کار است. گاهی اوقات نیز ممکن است کودکان به دلیل اعتیاد والدین‌شان مشغول به کار در خیابان شوند. از همین رو باید از والدین آن‌ها تعهد گرفته شود که فرزندانشان را قربانی اعتیاد نکنند و به آن‌ها کمک شود تا ترک اعتیاد کنند و مسیر سالم زندگی را در پیش گیرند.

فقر اما نشانه رشد بحران اجتماعی است

اما شاید مساله این است که فقر که رشد کند ظهور و بروز زیادی دارد، یکی از نشانه‌های آن‌هم رشد آسیب‌های اجتماعی است، آسیب‌هایی که می‌تواند گروه خاصی را نشانه بگیرد، مثلاً زنانی که طعمه فقر شوند؛ اما یکی از گروه‌هایی که فقر بر روی سقف آرزوی‌شان خراب می‌شود کودکان هستند، کودکانی که نه کودکی بلکه باید ادای بزرگی دربیاورند، نان‌آور شوند، صبح که شد از خانه بیرون بزنند و شب دست‌پر برگردند، جمعیتی که یا دیده نمی‌شوند یا سر چهارراه‌ها و سطل زباله‌ها دیده می‌شوند، زباله بازیافتی جمع می‌کنند، شیشه خودروها را تمیز می‌کنند یا فال هم می‌فروشند، هرچه هست تعدادشان روند صعودی دارد؛ سوده نجفی، رئیس کمیته سلامت شورای اسلامی شهر تهران دراین‌باره گفت: «یکی از مشکلات شهر تهران، کودکان خیابان و کار است که با آزارهای متعدد روبه رو هستند. آمار کودکان کار در کشور و به ویژه در شهر تهران روز به روز در حال افزایش است.»او ادامه داد: «۷۰ هزار کودک کار در خیابان‌های تهران وجود دارد که ۸۰ درصد از این افراد ایرانی نیستند.»

کودکان کار و بحران‌های سیاسی، اقتصادی و بهداشتی

ایرانی و خارجی بودن کودکان کار چه فرقی دارد، وقتی قرار است دست آن‌ها به کار، آن‌هم کاری این چنینی آلوده شود، ضمن این‌که بحران‌های بهداشتی و اقتصادی وضعیت را بدتر می‌کند. مثلاً ظهور ویروس کرونا سبب شد وضعیت برای کودکان کار بدتر شود. روزبه کردونی، پژوهشگر حوزه سیاست اجتماعی قبل‌تر به خبرآنلاین گفت: «بیماری دنیاگیر کرونا باعث افزایش فقر و نابودی درآمد خانواده‌ها بویژه اقشار فقیرتر شد، لذا خانواده‌ها از کار کودک به عنوان یک سیستم حمایتی استفاده کردند. در مواقع بحران، کار کودکان به مکانیسم مقابله برای بسیاری از خانواده‌ها تبدیل می‌شود. با افزایش فقر، بسته شدن مدارس و کاهش دسترسی به خدمات اجتماعی، کودکان بیشتری به سمت نیروی کار سوق داده می‌شوند. طبق اعلام رسمی سازمان بین‌المللی کار، برای اولین بار در ۲۰ سال گذشته روند کارکودکان در جهان افزایشی شده است.» کردونی همچنین درباره تاثیر مشکلات اقتصادی و تاثیر آن بر افزایش کودکان کار ادامه داد: «گروه‌های جمعیتی آسیب‌پذیر شاغلین در اقتصاد غیررسمی، مهاجران و دهک‌های پایین درآمدی بیشترین آسیب را از رکود اقتصادی، افزایش غیررسمی بیکاری، کاهش عمومی استانداردهای زندگی، شوک‌های بهداشتی و سیستم‌های حمایت اجتماعی ناکافی خواهند دید و لذا کودکان این گروه‌های جمعیتی بیشتر از سایر اقشار در معرض ریسک هستند.»از طرفی برخی کارشناسان معتقدند در بحران‌های سیاسی امنیتی کمتر به آسیب‌های اجتماعی توجه می‌شود، اتفاقی که حداقل در یک سال گذشته جامعه ایرانی با آن روبه‌رو بوده است. سید حسن موسوی چلک، رئیس انجمن مددکاران اجتماعی ایران دراین‌باره به خبرآنلاین گفته بود: «در بحران‌های مختلف، مانند بحران سیاسی، نظامی، بهداشتی، اقتصادی، گروه‌های در معرض آسیب، آسیب‌پذیری‌شان بیشتر می‌شود؛ وقتی امروز گرفتار بحران سیاسی امنیتی هستیم کودک کار، معتاد کنار خیابان، زنی که تن فروشی می‌کند، خانواده نیازمند، افراد دارای معلولیت، سالمندانِ رها شده، بی‌خانمان‌ها، متکدیان، دیگر اولویت ندارند، حوزه اجتماعی معمولا در بحران‌های سیاسی امنیتی له می‌شود.»

جمع‌آوری کودکان کار پاک کردن مسئله است

جالب این‌که در میان بحران‌هایی که هم سبب افزایش کودکان کار می‌شود و هم سبب دیده نشدن آن‌ها به‌عنوان یک آسیب اجتماعی، گروهی فقط می‌خواستند صورت شهر را از سیمای این کودکان پاک کنند. آن‌ها گمان می‌کردند فقط «وجود کودکان کار چهره‌ی شهر را زشت کرده است.» برای همین طرح و برنامه ریختند که آن‌ها را جمع کنند اما اعلام شد طرح‌شان نیامده شکست خورده است. احمد احمدی صدر دبیر قرارگاه اجتماعی شهر تهران اواخر سال قبل درباره جمع‌آوری کودکان کار و خیابانی گفت: «در این زمینه طی سال گذشته ۳۲ بار طرح جمع‌آوری این کودکان توسط برخی دستگاه ها اجرا شد، اما نتیجه‌ای نداشت و در واقع طرح شکست خورد.»

اما در واکنش به ایده جمع‌آوری کودکان کار، مصطفی آبروشن، جامعه‌شناس توضیح داد: «این تفکر ساده انگارانه‌ای است که انتظار داشته باشیم با جمع‌آوری این کودکان از سطح شهر، مشکل کودکان کاربر برطرف شود، متاسفانه رویه جمع‌آوری و برگرداندن کودکان به شهرهای‌شان که سال‌هاست در مدیریت شهری حاکم است نوعی پاک کردن صورت مسئله هست، در واقع به جای ریشه کن کردن علل پیدایش آسیب‌های اجتماعی، تنها با نگاهی زیبا شناختی سعی در جمع آوری و یا به اصطلاح ساماندهی موقتی قربانیان جامعه دارید در اکثر مواقع شاهدیم که با جابه‌جایی فیزیکی معتادان و کودکان کار به شهرهای اقماری این گونه به افکار عمومی القا می‌شود که مسأله آسیب دیدگان اجتماعی حل شده است در حالی که این الگوی رفتاری تکرار شونده و بی اثر، نوعی مسئولیت گریزی اشکار است، چهره شهر نه با «ساماندهی» و «جمع آوری» کودکان کار، بلکه با ارائه خدمات حمایتی برای تداوم و بقای عمر با کیفیت با هدف بهبود دائمی وضعیت زندگی حاصل می‌شود.»

با وجود بارش‌های سنگین اخیر

بارش‌های بهاری امسال همچنان کمتر از شرایط «نرمال»

بر اساس داده‌های سازمان هواشناسی، تاکنون تنها ۴۷ میلیمتر از بارش‌های بهاری دریافت شده است و بیشترین میزان کسری بارش مربوط به استان چهارمحال وبختیاری به میزان ۹۲ میلیمتر است.

براساس داده‌های سازمان هواشناسی، با وجود بارش‌های سنگین اخیر همچنان میانگین پهنه‌ای بارش کشور در بهار امسال ۲۴ درصد کمتر از شرایط نرمال است.بارش نرمال کشور از ابتدای بهار هر سال تا ۲۰ خردادماه حدود ۶۲ میلی متر است اما امسال حدود ۴۷ میلی متر آن دریافت شده است. به‌طور کلی میانگین پهنه‌ای بارش در ۲۴ استان کشور از ابتدای بهار تاکنون کمتر از نرمال بوده است که بیشترین کسری با میزان ۹۲ میلیمتر مربوط به چهارمحال و بختیاری است. پس از آن به ترتیب استان‌های کهگیلویه و بویراحمد با ۶۳، مرکزی ۵۴، قزوین ۴۹، فارس ۴۱ و خراسان رضوی ۳۸ میلیمتر بیشترین کسری بارش‌های بهاره را دارند این درحالیست که وضعیت بارش‌های بهاره در هفت استان خوزستان، گلستان، گیلان، مازندران، کردستان، کرمانشاه و ایلام بین ۱۴ تا ۵۵ میلیمتر بیشتر از نرمال بوده است.احد وظیفه- رئیس مرکز ملی اقلیم و مدیریت بحران خشکسالی سازمان هواشناسی کشور- نیز درباره استان‌هایی که از ابتدای سال آبی جاری بیشترین بارش‌ها را دریافت کرده‌اند، گفت: سال آبی جاری در جنوب غرب کشور، بوشهر، کهگیلویه و بویراحمد، چهارمحال و بختیاری، خوزستان، ایلام، کردستان تا جنوب آذربایجان غربی و حتی لرستان بارندگی‌ها بسیار مناسب بوده و حتی میانگین ۳۰ سال گذشته و بیشتر از آن را نیز دریافت کرده است.

وی تاکید کرد: به‌ویژه سدهای خوزستان نیز آبگیری بسیار مناسبی از بارندگی‌ها داشته و آب تجمیعی پشت سد کرخه بیش از سال گذشته است و با وجود داشتن ظرفیت خالی می‌توان عنوان کرد که بارندگی در آن مناطق مناسب بوده است.

خبر

کمبود ۶ میلیون پرستار در جهان

جذب ۱۲ هزار پرستار در کشور

معاون پرستاری وزارت بهداشت، پرستاران را از مهم‌ترین منابع انسانی نظام سلامت خواند و گفت: کمبود گروه پرستاری توسط سازمان بهداشت جهانی، اصلی‌ترین مشکل کمبود نیروی انسانی نظام‌های سلامت است.دکتر عباس عبادی در جلسه هم‌اندیشی با مترون‌های بیمارستان‌های خصوصی تهران، گفت: سال ۲۰۲۲ اعلام شد در جهان ۶ میلیون کمبود نیروی پرستاری وجود دارد. در حالی که در دنیا ۲۸ میلیون پرستار داریم و رقم بالایی است و در ایران هم همین معضل را داریم و به ازای هر تخت ۱.۸ پرستار وجود دارد که رقم پایینی است.

وی ضمن بیان اقدامات دولت سیزدهم در حوزه منابع انسانی، بحث تعرفه‌گذاری را مهم ترین موضوعی دانست که طی یک سال گذشته به آن پرداخته شده است و اظهار کرد: نیروی پرستاری در کل نظام سلامت بزرگترین منبع انسانی بشمار می رود. وزارت بهداشت در سال جاری ۲۵ هزار نیروی استخدامی خواهد داشت که ۱۲ هزار نفر از آنها گروه پرستاری هستند.

معاون پرستاری وزارت بهداشت با بیان اینکه جمعیت یکی از عناصر قدرت محسوب می شود، بیان کرد: در بخش های دولتی و غیردولتی ۲۲۶ هزار پرستار داریم که در ۱۰۶۱ بیمارستان مشغول خدمت هستند. از این تعداد ۷۰۰ بیمارستان وابسته به دانشگاه‌های علوم پزشکی‌اند که از بیمارستان‌های ۳۲ تخته تا بیمارستان‌های مگاهاسپیتال را شامل می شود.

عبادی اضافه کرد: از تحصیلات کارشناسی تا دکتری پرستاری که به بیماران خدمات می دهند در بخش بالین ۱۴۰ هزار نفر هستند که ۶۱ درصد جامعه پزشکی را شامل می شود. ۱۸ هزار و ۶۷۵ نیرو معادل ۸ درصد پرستاران در اتاق های عمل، ۱۵ هزار و ۷۰۷ نفر معادل ۷ درصد در بخش هوشبری، حدود ۷ هزار نفر که ۳ درصد هستند در بخش بهیاری، ۲۴ هزار نیرو در بخش کمک بهیاری و کمک پرستاری که نزدیک به ۱۱ درصد هستند، همکاران گروه مامایی بالغ بر ۲۰ هزار نفر ۹ درصد و اورژانس بیمارستانی نیز ۶۰۰ نفر معادل ۰/۲۶ درصد هستند.

تعرفه گذاری خدمات پرستاری به روش ترکیبی

وی با بیان اینکه یکی از دلایل کمبود نیروی انسانی جابه‌جایی پرستاران از کشورهای کمتر توسعه یافته به کشورهایی است که در آمد پرستاری بالاتری دارند، گفت: موضوع مهاجرت در کشورهایی که جمعیت بالایی دارند مانند هند، فیلیپین و تایلند مدیریت شده و به منبع درآمدی برای آن کشور تبدیل شده است؛ به طوری که نیروهای پرستاری را برای مهاجرت آموزش می‌دهند و بخشی از درآمد آن‌ها به کشور بازمی‌گردد.

معاون پرستاری وزارت بهداشت در خصوص تخصص‌گرایی در این رشته اظهار کرد: در حوزه پرستاری ۱۳ رشته کارشناسی ارشد داریم.

ما کمبود نیروی انسانی تخصص‌گرایی را تحت الشعاع قرار داده است و بخشی از پرستاران در حوزه تخصصی خودشان فعالیت نمی‌کنند.

عبادی در پایان درباره همکاری و تعامل بیشتر با بخش خصوصی اعلام کرد: ششمین انتخابات سازمان نظام پرستاری اواخر مرداد ماه انجام می شود. امیدواریم بخش خصوصی از این ظرفیت استفاده کند و برای تسهیل خدمات نظام سلامت و طرح دغدغه‌ها و مسائل موجود در این انتخابات حاضر شود.در این جلسه که دکتر مریم رسولی - مدیرکل دفتر ارتقای سلامت و دکتر عباس عباس زاده - مدیرکل دفتر توانمندسازی معاونت پرستاری وزارت بهداشت و مدیران پرستاری دانشگاه‌های علوم پزشکی ایران، تهران و شهید بهشتی نیز حضور داشتند، مترون‌های بیمارستان‌های خصوصی به بیان پیشنهادات و دیدگاه‌های خود پرداختند و به سوالات آنان توسط مدیران معاونت پرستاری پاسخ داده شد. همچنین دستورالعمل‌های قانون تعرفه‌گذاری خدمات پرستاری و روش پرداخت در این قانون، توسط دکتر طالبی رئیس گروه بهره وری و تعرفه خدمات پرستاری وزارت بهداشت تشریح شد.

آمار نگران‌کننده طلاق در خانواده‌های دارای فرزند

طلاق، سرانجام یک ازدواج از هر ۳ ازدواج

رئیس ستاد ملی جمعیت گفت: از هر ۳ ازدواج یک ازدواج به طلاق می‌انجامد و ۴۰ درصد طلاق‌ها خانواده‌هایی هستند که حداقل یک فرزند دارند که بسیار ناراحت‌کننده است.

رویدادهای ازدواج و طلاق به‌صورت غیرمستقیم، دو مؤلفه تأثیرگذار به‌روی جمعیت هستند که آگاهی از شاخص‌های حاصل از ثبت آن در کشور می‌تواند سیاست‌گذاری‌های کیفی و کمی جمعیتی را در هر زمان تحت تأثیر قرار دهد. به گزارش ایرنا، آمارها نشان می‌دهد که از هر سه ازدواج در سال ۱۴۰۰ یک مورد به طلاق منجر شده است. مجموع ازدواج کشور در تابستان ۱۴۰۰، ۱۳۴ هزارو ۲۰۸ مورد بود و محاسبات نشان می‌دهد که ازدواج در ایران در فاصله ۱۳۹۰ تا ۱۳۹۹، بیش از ۳۶ درصد کاهش یافته است و حدود ۸۰ درصد طلاق‌ها توافقی انجام می‌شود. براساس آمارها از هر سه ازدواج یک ازدواج به طلاق منجر می‌شود که در واقع باید گفت بیش از ۴۵درصد از ازدواج‌ها ناموفق است. از سال ۱۳۹۰ تا ۱۳۹۹ طلاق ۲۸درصد رشد داشته است که سه عامل بی‌توجهی، بی‌تعهدی و بی‌احترامی از مهم‌ترین عوامل آن به شمار می‌رود.

در میان این آمارها یکی از موضوعات مهم این است که بسیاری از طلاق‌ها در پنج سال اول زندگی رخ می‌دهد که اگر بتوان با مشاوره‌های خانوادگی از فروپاشی این خانواده‌ها جلوگیری کرد می‌توان گفت تا حدود زیادی آمار طلاق را می‌توان کاهش داد که همه این موضوعات به انجام مشاوره‌ها مرتبط می‌شود. در همین حال رئیس ستاد ملی جمعیت گفت: همه مشکلات و اختلافات زن و مرد درمان‌های مختص خود را دارند و امروزه هیچ مشکلی در حوزه خانواده نیست که قابل درمان نباشد، اما وقتی شروع درمان دیر صورت بگیرد، کار دشوار می‌شود.

به گزارش مهر، کاظم فروتن رئیس ستاد ملی جمعیت در اختتامیه رویداد ملی صبا گفت: از هر ۳ ازدواج یک ازدواج به طلاق می‌انجامد و ۴۰ درصد طلاق‌ها خانواده‌هایی هستند که حداقل یک فرزند دارند که بسیار ناراحت‌کننده است. وی عدم درک زن و مرد از تفاوت‌های یکدیگر را اصلی‌ترین عامل برای اختلافات خانوادگی عنوان کرد و گفت: به عنوان یک کارشناس خانواده که ۳۰ سال است در این حوزه فعالیت می‌کند، می‌گویم که زن و مرد از تفاوت‌های همدیگر هیچ اطلاعی ندارند و اگر در آموزش‌ها به این حوزه تمرکز کافی داشته باشیم بسیاری از مشکلات حل می‌شوند.فروتن گفت: مراکز انتخاب همسر باید در همان زمان انتخاب همسر، یعنی قبل از ازدواج، این آموزش‌ها را به دختر و پسر ارائه دهند، چون پس از ازدواج تأثیری نخواهد داشت.

رئیس ستاد ملی جمعیت در پایان گفت: دیگر مشکلات و اختلافات زن و مرد نیز همه درمان‌های مختص خود را دارند و هیچ مشکلی در حوزه خانواده امروز وجود ندارد که قابل درمان نباشد، اما وقتی دیر درمان می‌شوند، کار دشوار می‌شود.

آگهی مناقصه عمومی (دو مرحله‌ای)

نوبت اول

شناسه آگهی: ۱۵۰۸۹۷۵

شرکت ملی نفت ایران
شرکت نفت مناطق مرکزی ایران

موضوع: مناقصه عمومی دو مرحله‌ای شماره خ‌ن‌م/۱۴۰۲/۷۰۳ مربوط به خرید ۵ مجموعه رشته تکمیلی (5K) "5 × 4-1/2" × "7 به همراه خدمات نصب و رانش مورد نیاز اداره حفاری تحت تقاضای شماره SHP-۳۱۹۴۲۰۴۱۰۱
شماره سامانه ستاد: ۲۰۰۲۰۹۳۲۲۱۰۰۰۰۲۸

شرکت نفت مناطق مرکزی ایران در نظر دارد موضوع مناقصه فوق‌الذکر را با مشخصات و شرایط کلی زیر از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به صورت مناقصه عمومی (دو مرحله‌ای) به شرکت‌های واجد شرایط، واگذار نماید.

الف) شرح مختصر کار
خرید ۵ مجموعه رشته تکمیلی (5K) "5 × 4-1/2" × "7 به همراه خدمات نصب و رانش مورد نیاز اداره حفاری تحت تقاضای شماره SHP-۳۱۹۴۲۰۴۱۰۱

ب) مدت و محل اجرای قرارداد
مدت قرارداد ۲۴ ماه پس از ابلاغ سفارش به فروشنده (تحویل کالا حداکثر ۹ ماه (طبق پیشنهاد فنی مناقصه‌گر برنده) از زمان ابلاغ شروع به کار و مابقی زمان قرارداد جهت انجام خدمات نصب طبق جدول زمان‌بندی نیاز کارفرما) می‌باشد.
تحویل استان تهران، شهر ری، انبار شرکت نفت مناطق مرکزی ایران و نصب در کلیه مناطق عملیاتی تحت پوشش شرکت نفت مناطق مرکزی ایران

ج) شرایط و مدارک مورد نیاز جهت شرکت در مناقصه (الزامی)
ارائه مدارک استعلام ارزیابی کیفی من جمله شرایط و مدارک اعلام شده زیر جهت شرکت در مناقصه الزامی است.
۱- داشتن شخصیت حقوقی و ارائه مدارک ثبت شرکت شامل: آگهی تأسیس شرکت در روزنامه رسمی، اساسنامه، آخرین تغییرات، کُد اقتصادی و شناسه ملی شرکت، آدرس دقیق پستی، تلفن ثابت و نمابر (فکس).
۲- داشتن صورت‌های مالی حسابرسی شده منتهی به سال مالی ۱۴۰۰ و ارائه مدارک جهت ارزیابی توان مالی.
۳- ثبت‌نام در سامانه جامع تجارت ایران (جام) به نشانی NTSW.IR به منظور فراهم نمودن امکان استعلام و تعیین اصالت صورت‌های مالی حسابرسی شده مناقصه‌گران از سامانه یردیس.
۴- حضور در فهرست بلند منابع واحد دستگاه مرکزی وزارت نفت (AVL) طبق سامانه EPMOP.IR برای کالای موضوع مناقصه.
۵- داشتن توانائی ارائه ضمانت‌نامه بانکی به مبلغ ۱۶٫۵۸۸٫۷۰۰٫۰۰۰ ریال به عنوان تضمین شرکت در فرآیند ارجاع کار (مناقصه).
۶- عضویت در سامانه ستاد و داشتن گواهی امضای الکترونیکی و تکمیل فرم استعلام ارزیابی کیفی موجود در سایت WWW.SETADIRAN.IR
۷- قیمت‌ها می‌بایست متناسب با کالای ساخت داخل با لحاظ کیفیت ارائه گردد.

د) مهلت و محل مراجعه متقاضیان
کلیه مراحل برگزاری مناقصه از دریافت و تحویل اسناد مناقصه، تأیید فهرست مناقصه‌گران دارای صلاحیت، ارائه پیشنهاد مناقصه‌گران و بازگشایی پاکات از طریق درگاه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس WWW.SETADIRAN.IR انجام خواهد شد و لازم است مناقصه‌گران درصورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضاء الکترونیکی را جهت شرکت در مناقصه محقق سازند. شماره تماس سامانه ستاد در تهران جهت انجام مراحل عضویت در سامانه ۱۴۵۶-۰۲۱ و اطلاعات تماس دفاتر ثبت نام در سایر شهرستانها در سامانه WWW.SETADIRAN.IR بخش ثبت نام/بروفایل تامین‌کننده/مناقصه‌گر موجود است.
آخرین مهلت دریافت اسناد ارزیابی کیفی از سامانه ستاد تا ساعت ۱۹:۰۰ روز سه‌شنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۳/۳۰ و آخرین مهلت ثبت و بارگذاری اطلاعات فراخوان و اطلاعات مورد نیاز جهت ارزیابی کیفی این مناقصه تا ساعت ۱۹:۰۰ روز سه‌شنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۴/۱۳ می‌باشد.
در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر متقاضیان می‌توانند با تلفن ۸۷۵۲۴۴۲۳-(۰۲۱) (تدارکات کالا) تماس حاصل نمایند.

روابط عمومی شرکت نفت مناطق مرکزی ایران