

۳۰ درصد از ادارات دارای اتاق شیردهی

۱۴ درصد از دستگاه های دولتی دسترسی خوبی به مهد کودک دارند

سرپرست مرکز جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس وزارت بهداشت گفت: باید اتاق های مادر و کودک در تمامی دستگاه ها و ادارات دولتی و خصوصی ایجاد شوند. صابر جباری، سرپرست مرکز جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس وزارت بهداشت گفت: در وزارت بهداشت شاخص های بیمارستان های دوستدار مادر و کودک و تکریم مقام مادری تعریف شده اند و این طرح در حال اجرا در سراسر بیمارستان های کشور است.

چگونه باید با آزار کلامی مقابله کنیم؟



بسیاری از افراد هستند که گمان می کنند سوء استفاده کلامی یا به اصطلاح آزار کلامی، رفتار توهین آمیز به حساب نمی آید. نحوه برخورد با آزار کلامی کاری چالش برانگیز است و فرد باید با دقت قدم بردارد و از صبر و قاطعیت کمک بگیرد. توهین کلامی می‌تواند از نظر عاطفی باعث آسیب رساندن به روح و روان تان شود.

ما در این مطلب سعی کرده ایم به چند نکته مهم اشاره کنیم که به شما کمک می‌کنند با آزار کلامی مقابله کنید.

نحوه برخورد با آزار کلامی؛ شناخت نشانه‌ها
اولین قدم در برخورد با آزار کلامی، شناخت آن است. توهین کلامی می‌تواند به اشکال مختلف از جمله توهین، فریاد زدن و تحقیر کردن باشد و شامل استفاده از کلمات آزاردهنده برای کنترل و تحقیر افراد در رابطه می‌شود. شناسایی این رفتارها برای برخورد موثر با این موضوع خیلی مهم است.

حد و مرزهایتان را تعیین کنید
هنگامی که آزار کلامی را شناسایی کردید، حد و مرزهای شخصی‌تان را تعیین و برجسته کنید. به شریک زندگی‌تان بگویید که گفتار و اعمالش باعث ناراحتی‌تان شده و چنین رفتاری برای‌تان آزاردهنده و غیرقابل قبول است. به صورت واضح از آزار کلامی و توهین آمیز او صحبت کنید تا بتوانید احترام خودتان در رابطه را حفظ کنید.

مشاوره بگیرید

یکی دیگر از راه‌های برخورد با آزار کلامی می‌تواند صحبت با مشاور یا یک درمانگر باشد که می‌تواند به شما در رفع این وضعیت کمک کند. همچنین مشاوره زوجین می‌تواند راهی برای رسیدگی به مسائل اساسی مانند آزار کلامی در رابطه باشد.

مدیتیشن – خود مراقبتی را تمرین کنید
آزار کلامی می‌تواند بر عزت نفس و سلامت روانی شما تأثیر بگذارد. برای بازسازی اعتماد به نفس و احساسات‌تان خود مراقبتی را تمرین کنید و خودتان را در اولویت قرار دهید. برای این کار نیز بهتر است با فکر کردن به علایق‌تان شروع کنید، مثلا کارهای مورد علاقه‌تان را انجام دهید، مدیتیشن کنید و رابطه و اطرافیانتان را تقویت کنید. مراقبت از خودتان برای انعطاف پذیری کلی و توانمند شدن جهت مقابله با سوء استفاده و برخورد با آزار کلامی ضروری است.

قاطعانه برخورد کنید

وقتی مورد آزار کلامی قرار می‌گیرید، به جای رفتار نهاجامی یا منفعلانه، قاطعانه برخورد کنید. احساسات و نگرانی‌های خود را با آرامش و به طور مستقیم با شریک زندگی‌تان در میان بگذارید.

از کلمه «من» برای توضیح دادن رفتارش استفاده کنید، مثلا بگویید: وقتی با من این‌طور صحبت می‌کنی، احساس ناراحتی می‌کنم. از سرزنش یا متهم کردن او بپرهیزید، زیرا باعث تشدید تنش میان‌تان می‌شود.

در برخی موارد، حتی پس از تلاش‌های بسیار، وضعیت رابطه‌تان نه تنها رابطه‌تان خوب نمی‌شود و وضعیت بهبود نمی‌یابد بلکه ممکن است امنیت و رفاه شما نیز به خطر بیفتد. اگر در چنین شرایطی قرار گرفتید، به این نکات هم توجه کنید:

جدایی موقت: بهتر است از هم فاصله بگیرید و مدتی به هم زمان بدهید، به رابطه‌تان فکر کنید و موقعیت را ارزیابی کنید تا بتوانید بهترین تصمیم را بگیرید.

ایمنی‌تان را در اولویت قرار دهید: اگر نگران سلامت فیزیکی‌تان هستید، حتما به فکر ایمنی‌تان باشید و در صورت لزوم خانه را ترک کنید.

پایان دادن به رابطه: اگر سوء استفاده و آزار کلامی حتی پس از دنبال کردن نکات بالا ادامه داشت، ممکن است مجبور به گرفتن تصمیم سخت و ناراحت کننده‌ای شوید و به پایان دادن این رابطه سمی فکر کنید.

جامعه



سازمان جهانی بهداشت:

کرونا هنوز تهدیدی برای بهداشت عمومی است



است، اظهار داشت: سازمان جهانی بهداشت از نزدیک این گونه را برای ارزیابی مسری بودن و تاثیر بالقوه آن تحت نظر دارد. همچنین «ماریا کرک‌هوو»، رئیس متخصصان کووید۱۹ در این سازمان تأکید کرد: مردم در ماه‌های سرد زمستان به دلیل حضور بیشتر و طولانی‌تر در مکان‌های سرپوشیده با خطر بیشتر ابتلا روبرو هستند.به گزارش دویچه‌وله، در قاره‌های آمریکا، اروپا و آسیا بر شمار افرادی که در هفته‌های اخیر بر اثر ابتلا به کووید۱۹ به بیمارستان مراجعه کرده‌اند، افزایش یافته است.

کرک‌هوو تصریح کرده است که بر اساس تخمین سازمان جهانی بهداشت در حال حاضر صدها هزار نفر به دلیل ابتلا به

افزایش ۹۸ درصدی سوادآموزی در ایران



نمی‌توانند سواد را یاد بگیرند.

رئیس سازمان نهضت سواد آموزی گفت:نهضت سواد آموزی

او گفت: بررسی‌ها نشان می‌دهند که حدود ۳۰ درصد از ادارات و دستگاه‌ها دارای اتاق شیردهی هستند و وزارت بهداشت در تلاش است که این آمار را به صددرصد برساند که این گونه اقدامات در راستای حفظ و ارتقای کرامت مادران است. جباری بیان کرد: الان در ۱۴ درصد از دستگاه‌های دولتی مهدهای کودک در نزدیکی محل کار وجود دارد و بر اساس برنامه ریزی‌های انجام شده باید تمام ادارات در نزدیکی محل، مهد کودک داشته باشند.سرپرست مرکز جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس وزارت بهداشت ادامه داد: بر اساس قوانین جوانی جمعیت باید اتاق‌های مادر و کودک در تمامی دستگاه‌ها و ادارات دولتی و خصوصی ایجاد شوند که این موضوع کمک بزرگی به مادران شیرده شاغل در ادارات می‌کند تا نسبت به شیر دادن به کودک و نظافت فرزندشان در صورت نیاز اقدام کنند.

دانستنی های حقوقی

سقط جنین غیرقانونی چه مجازاتی دارد؟



شاید برخی مردم تصورکنندکه سقط جنین جرم سنگینی نیست؛ درصورتی که اگر به اثبات برسد که این نوع سقط جنین غیرقانونی و بدون مجوز از مراجع مربوطه باشد مجازات سنگینی در انتظار آنان است.

صفرشعانی، کارشناس معاونت پیشگیری از جرم دلاگستری تهران با بیان این که سقط جنین غیرقانونی، امری ناپسند و گناهی بزرگ محسوب می‌شود گفت: مجازات کیفری سقط جنین غیرقانونی با توجه به شرایط تفاوت پیدا می‌کند. از جهت پرداخت دیه که مقدار آن به مرحله‌ای که جنین در آن قرار داشته بستگی دارد. با توجه به ماده ۵۵۶قانون مجازات اسلامی سقط جنین پس از پیدایش روح مشمول دیه می‌شود و چنانچه این اقدام در ماه‌های حرام انجام شده باشد به مبلغ دیه جنین یک سوم اضافه می‌شود.

شعانی، با بیان این که طبق ماده ۶۲۲، هرکس عامدا و عالما به قصد آزار و اذیت زن حامله موجب سقط جنین شود علاوه بر پرداخت دیه یا قصاص به حبس از یک تا ۳ سال محکوم می‌شود، افزود: «همچنین در قانون عنوان شده که اگر در دوران بارداری مادر به جنین آسیب وارد شود و نوزاد پس از تولد به‌واسطه آسیب در دوران جنینی فوت کند، برای مجرم می‌توان قصاص نفس در نظر گرفت، البته این نوع جرائم جنبه خصوصی دارند و در صورت گذشت اولیای دم اجرا نمی‌شوند و تنها در صورتی که فرد پزشک باشد جرم جنبه عمومی پیدا می‌کند و قابل طرح است.»

کارشناس معاونت پیشگیری از وقوع جرم دلاگستری تهران درباره مجازات سقط جنین عمدی توسط دیگران می‌گوید: «بر اساس ماده ۶۱۳ قانون مجازات اسلامی هر فردی به‌واسطه دادن دارویی موجب سقط جنین شود از ۶ ماه تا یک سال به حبس محکوم می‌شود و چنانچه برای سقط جنین فرد دیگری را راهنمایی کند برای او نیز ۳ تا ۶ ماه حبس در نظر گرفته شده است و اگر آن فرد طبیب، ماما و یا دارو فروش باشد به ۵ تا ۲ سال حبس محکوم می‌شود.»
شعانی بار دیگر عنوان می‌کند که مجازات سقط جنین در شرایط مختلف، متفاوت است: «اگر شخصی که سقط را انجام داده پزشک باشد طبق قانون مجازات از ۲ تا ۵ سال حبس است همچنین می‌توان مادر را به‌عنوان معاون به بیش از ۳ ماه تا ۲ سال حبس محکوم کرد، اما برای مادر به‌عنوان مباشر جرم‌انگاری صورت نگرفته است.»کارشناس معاونت پیشگیری از جرم دلاگستری تهران تأکید می‌کند که سقط جنین قانونی شرایط و ضوابطی داردکه باید از طریق مراجع مربوطه و با تأییدیه پزشکان معتمد و درجایی که جان مادر به خطر بیفتد و... بازهم تأکید می‌شودکه در موارد استثنائی و با دریافت مجوز قانونی و پزشکی امکان پذیراست و در غیر این صورت جرم تلقی شده و مجرمان طبق قانون مجازات خواهند شد.»

منبع: همشهری آنلاین

اضافه شدن ۱۱ سامانه به بخش تعاون

مدیرکل دفتر تعاونی‌های تولیدی و وزارت تعاون گفت: لاسال در بخش تعاون ۶ هزار و ۳۰۰ میلیارد تومان از سرمایه‌گذاری‌های مردم به بهره‌برداری رسید.مهدی احمدزاده مدیرکل دفتر تعاونی‌های تولیدی و وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی در گفتگو با باشگاه خبرنگاران جوان با بیان اینکه تعاونی‌ها بخش بسیار بزرگی از کشور و اقتصاد را تشکیل می‌دهند گفت: تعاون به میزانی اهمیت دارد که در تقویم کشور یک روز برای آن در نظر گرفته شده است این نام‌گذاری می‌تواند کمک کند تا هر سال به مسئولان و متولیان کشور یادآوری کند که بخش تنظیم‌کننده اقتصاد و عدالت‌محور کشور باید توسعه پیدا کند.مدیرکل سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی تعاون و وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی گفت: بخش تعاون یک بخش کاملاً غیردولتی و صددرصد مردمی است به صورتی که این بخش ویژگی‌های اقتصاد دولتی را ندارد، کاملاً اجتماع‌محور است و تأکید بر همکاری مشترک انسان داردوی با اشاره به عدم توجه در لایحه برنامه هفتم کشور به جایگاه‌بخش تعاون گفت: در دیدار تعاون گران با رئیس مجلس شورای اسلامی این موضوع مطرح شد و احکام موردنیاز برای بخش تعاون به نتیجه رسید.احمدزاده گفت: طرح‌هایی که امسال به بهره‌برداری رسید نتیجه سرمایه‌گذاری‌های مردم به ارزش ۶ هزار و ۳۰۰ میلیارد تومان بودند.مدیرکل سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی تعاون و وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی گفت: ۱۱ سامانه و زیرسامانه مورد نیاز در بخش تعاون به سامانه‌های فعلی اضافه شده است و تمام تلاش این است که در آینده نزدیک تمام فعالیت‌های تعاون گران در بستر دیجیتال و امن انجام شود.



دیجیتالی که از خود به جای می‌گذاریم را حفظ می‌کنند و نمی‌توانیم آن را ترک کنیم. بعید است که ما بتوانیم استفاده از این خدمات را متوقف کنیم.

دفعه بعد که به یک پیوند جذاب و سرگرم کننده برخوردید که از شما می‌خواهد داده‌های شخصی خود را ارائه کنید، از خود چند سؤال پرسید: «چه کسی از این کار سود می‌برد؟» و «آیا واجب است اطلاعات شخصی خود را در این سرویس نشان دهم؟» اگر پاسخ به این سولات مهم‌تر از میل به بازی یا سرگرمی با عکس‌هایتان نیست و مشتاقیتی بینید اگر به یک عروسک محبوب چهره خود را می‌دلاید چه شکلی می‌شد، بعداً وقتی پایگاه داده لو رفته دیگری در اینترنت منتشر شد، تعجب نکنید. دقیقاً حاوی اطلاعات شما است. تنها توصیه در این صورت این است که هنگام شرکت در چنین چالش‌هایی، از آدرس‌های ایمیل ساختگی استفاده کنید که به‌طور خاص برای همین موارد ایجاد کرده‌اید. این حداقل کمی از شما محافظت و کار را برای سوءاستفاده‌گران دشوارتر می‌کند.

پزشکی ممکن می‌شود.

چالش‌های سرگرمی، راهی برای دسترسی به جدیدترین اطلاعات شما

این کارشناس امنیت فناوری اطلاعات افزود: طبیعت انسان است که پیر شود و چهره او می‌تواند در طول زمان تغییر کند، بنابراین پایگاه داده عکس باید به روز شود. اجبار افراد به انجام این کار به شکل رسمی، بی اثر و زمان بر است؛ بنابراین به‌طور منظم سرویس‌هایی مانند me.BaiRBIE ایجاد می‌کنند یا چالش‌هایی مانند #۱۰yearchallenge یا #۲۰۰۹ challenge vs ۲۰۱۹ را راه اندازی می‌کنند و افراد با اراده خود در آن‌ها شرکت و اطلاعات به روز خود را وارد می‌کنند. در چنین مواقعی کاربران حتی دوستان و همکاران خود را در این چالش‌ها شریک و از آن‌ها دعوت می‌کنند.

می‌توانید اطلاعاتتان را تغییر دهید

او گفت: ممکن است بسیاری از مردم به این توصیه‌ها اعتراض کنند، زیرا به نظر آن‌ها همه اطلاعات در طولانی مدت و از زمان پیدایش شبکه‌های اجتماعی لو رفته است و سرویس جدید هیچ تأثیری نخواهد داشت. اما این درست نیست، چرا که اطلاعات می‌توانند قدیمی شوند. می‌توانید شماره تلفن یا ایمیل خود را تغییر دهید، بزرگتر شوید یا حتی ممکن است در طول زندگی جراحی زیبایی و پلاستیک انجام دهید، به این معنی که داده‌هایی که قبلاً از شما جمع آوری شده است کارایی خود را از دست بدهند. اما سرویس‌های مشابه me.BaiRBIE این امکان را فراهم می‌کند که شما داده‌های کلیدی نمایه خود را به‌روزرسانی کنید که سپس به سایر داده‌های جمع آوری شده که ممکن است در طول زمان مفید باشند پیوند داده می‌شوند.

اگر چالش‌ها همچنان برایتان جذاب است، یک راهکار وجود

دارد

لوکانسکی در آخر بیان کرد: به هر حال ما مدت‌ها است که گروگان سرویس‌ها و ابزارهای مدرنی شده‌ایم که با دقت ردپای