

مشاور وزیر بهداشت در امور مامایی اعلام کرد

نقش ماماها در اجرای قانونی جوانی

جمعیت

مشاور وزیر بهداشت در امور مامایی گفت: ماماها در اجرای قانونی جوانی جمعیت و سلامت خانواده نقش بی‌بدیلی دارند.

به گزارش ایسنا،دکتر شهلا خسروی با بیان این مطلب در همایش کشوری “تبیین نقش ماما در دستیابی به اهداف قانونی جوانی جمعیت” گفت: با توجه به این نقش اساسی تبیین این قانون و برخی از مواد آن برای جامعه مامایی کشور ضروری است.

چگونه عاشق خودمان باشیم؟



عشق به خود یعنی خودتان را بدون هیچ قید و شرطی قبول کنید،خودتان را ببخشید و برای کسی که هستید،احترام قائل شوید.

خود مراقبتی یا مراقبت از خود یعنی وقف توجه و تلاشمان برای ارتقاء و حفظ شادی و رفاه خود. وقتی خودتان را دوست دارید و از آن مراقبت می کنید،تصمیمات استراتژیک می گیرید که کیفیت زندگی شما را بهبود می بخشد و از آن محافظت می کند و بارهای غیر ضروری را کاهش می دهد.

ما باید بدانیم که انسان هستیم و البته عیوبی نیز داریم و کمال مطلق از آن خداست. ما بیش از هر زمان دیگری عبارات “عشق به خود” و “مراقبت از خود” را می شنویم. این مفاهیم ممکن است برای برخی بدیهی باشد،اما بسیاری هستند که به دنبال این هستند که دقیقاً بدانند عشق به خود و مراقبت از خود چگونه است.

عشق به خود و مراقبت از خود فراتر از برخی کارهای روزمره،لحظات آرام قبل از ورود به خانه پس از یک روز طولانی،یا یک فنجان چای آرامش بخش قبل از خواب است. این‌ها همه نمونه‌های شگفت انگیزی از عشق به خود و پرورش هستند،اما جوهر واقعی این مفاهیم نیستند.

عشق به خود و مراقبت از خود چیست؟

۱. عمداً و فعالانه به خود لطف و از خود حمایت کنید،حمایت،به خود تسلی و توجه داده،صبر کرده و از خود قدردانی کنید.

۲. برای بهبود و محافظت از خود تلاش اهتمام ویژه‌ای داشته باشید.

اکنون که تعریف روشنی از عشق به خود و مراقبت از خود داریم،اجازه دهید چند راه عملی برای به کارگیری آن‌ها را مرور کنیم:

۱. تصمیمات خوب بگیرید: البته زندگی به خودی خود سخت است،بنابراین باید مراقب تصمیم گیری‌هایی بود که به نوبه خود بر کیفیت زندگی شما تأثیر می گذارد. برخی از تصمیم‌ها می‌توانند پیامدهای کیفیت زندگی مانند وضعیت مالی،سلامت روانی و جسمی و کیفیت روابط را کاهش دهند و در مقابل برخی تصمیم‌های دیگر می‌توانند آن‌ها را بهبود بخشند.

وقتی خود را دوست دارید و از آن مراقبت می کنید،تصمیمات استراتژیک می گیرید که کیفیت زندگی شما را بهبود می بخشد و از آن محافظت می کند و بارهای غیرضروری و استرس را کاهش می دهد. اتخاذ تصمیمات بدی که باعث استرس،خستگی و تلاش می شود،باعث خود بیزاری و خود ویرانگر است.

۲. تعیین مرزهای بزرگ: مرزها قوانینی هستند که از شما در برابر هر چیزی که ممکن است کیفیت زندگی خارج از دایره شما را کاهش دهد (چه عمدی یا ناخواسته) محافظت می کند. مرزها به دیگران اطلاع می دهند که چه چیزی برای شما مناسب است و چه چیزی مناسب نیست. به بیان ساده،مرزها شرایطی هستند که باعث می‌شوند در تعامل با شما احساس راحتی کنیم،اگر این شرایط شکسته شود،رابطه ما سطحی یا قطع می‌شود. وقتی در ایجاد و اجرای مرزها شکست می‌خوریم،به خود اجازه می‌دهیم با تجربیات بدی در زندگی خود مواجه شویم.

اغلب منجر به احساس ناامیدی و رنجش می‌شود که بر روانشناسی،زندگی اجتماعی و ظاهر شما در جامعه تأثیر منفی می گذارد. تعیین حد و مرز راهی برای دوست داشتن و پرورش خود با گفتن به دیگران “من به شما اهمیت می‌دهم،اما از خودم نیز مراقبت می‌کنم” است.

۳. با خود مهربان باشید: بسیاری از ما سداهای درونی خشن،انتقادی و زود قضاوت را از مکان یا فردی که زندگی ما با آن‌ها تلافی کرده است به ارث برده ایم. هرچه بیشتر ما معرض انتقاد و منفی بودن قرار بگیریم یا بیشتر از انتقاد دیگران قدردانی کنید،تأثیرات منفی ماندگارتری خواهیم داشت.

گاهی اوقات این تصور آتقدرد قوی است که شما انتقاد بیش از حد از خود را به عنوان صدای درونی خود می‌پذیرید و آسیب انتقاد تند حتی اگر جلوی انتقاد دیگران گرفته شود ادامه خواهد داشت.

اگر تمایل به انتقاد و سخت گیری نسبت به خود دارید و به خود اجازه اشتباه نمی‌دهید،اگر اشتباه می کنید،خود را سرزنش می کنید،دست بردارید،این یک خودآزاری همیشگی است. درعوض،وقتی اشتباهی مرتکب می شوید،روایت چیزهایی را که درباره خودتان و اشتباهتان به خودتان می‌گویید تغییر دهید.

باید بفهمی که انسان هستی و البته مردم هم عیب دارند و کمال برای خداست. اشتباه کردن از ارزش و شایستگی شما نمی‌کاهد. به سادگی از شما انسان می‌سازد. به خودتان اجازه دهید در حالی که اشتباه می کنید انسان باشید.

اشتباهات خود را ببپذیرید،به خودتان مهلت بدهید،مسئولیت پذیر باشید،یاد بگیرید و متعهد به تغییر آنچه در آینده ممکن است منجر به اشتباهات مشابه شود،باشید. این خود دوستی و پرورش نفس است.

جامعه

بنابر اعلام روابط عمومی وزارت بهداشت،وی افزود: جمعیت یک چالش جدی کشور و از دغدغه‌های مقام معظم رهبری است. با نرخ کم باروری و ادامه روند کنونی تمام تلاش‌های جامعه مامایی هم برای افزایش جمعیت بی‌اثر می‌ماند. بنابراین باید دست به دست هم دهیم تا مشکل جمعیت کشور مرتفع شود.

وی با اشاره به این‌که برخی چالش‌های جامعه مامایی در این حوزه به وزارت بهداشت و برخی چالش‌ها نیز به دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور بازمی‌گردد،ادامه داد: از مجلس و نمایندگان محترم که پیگیر اجرای قانون جوانی جمعیت هستند،انتظار داریم که در اجرای قانون تمام دستگاه‌های مسئول را ارزشیابی کنند. زیرا اگر وزارت بهداشت به تنهایی تلاش کند،دستورالعمل و بخشنامه و پروتکل ننویسد ولی سایر دستگاه‌ها نقش آفرینی لازم را نداشته باشند،تلاش‌ها بی‌ثمر می‌ماند.

مشاور وزیر بهداشت در امور مامایی گفت: در برخی دانشگاه‌ها و استان‌ها با کمبود بیمارستان‌های سطح دو مواجه هستیم و مادران باردار خدمات مادران پرخطر و سطح ۳ دریافت می‌کنند که منجر به افزایش سزارین می‌شود. برای تاسیس مراکز سطح ۲ در این استان‌ها نیاز به بودجه داریم که امیدواریم با پیگیری مجلس و هیماری استانداری‌ها این معضل حل شود.

خسروی بیان کرد: مامایی یک تخصص است که هیات علمی‌های دانشگاه علوم پزشکی برای تربیت آن زحمت بسیاری را متقبل می‌شوند. از هر جایی به مهارت مامایی آسیمی برسد به نظام سلامت آسیب رسیده است.

وی در پایان تأکید کرد: جامعه مامایی همواره در جهت اجرای قوانین تلاش کرده است. قانون جوانی جمعیت اگر درست اجرا شود کشور را از چالش جمعیت نجات می‌دهد.

تقویم آزمون های سراسری ۱۴۰۲اعلام شد

آغاز ثبت نام کنکور از ۸ آبان



هجدهم تیر ماه سال آتی آغاز می‌شود و روز ۲۵ تیرماه ۱۴۰۲ به پایان می‌رسد.

به گزارش ایسنا،زمان برگزاری آزمون کاردانی ویژه دانشگاه فنی و حرفه‌ای روز ۳ شهریورماه سال آتی خواهد بود.

همچنین زمان ثبت‌نام آزمون کاردانی به کارشناسی روز یکشنبه ۲۸ خرداد ماه ۱۴۰۲ آغاز می‌شود و روز یکشنبه ۴

تیرماه ۱۴۰۲ به پایان می‌رسد. آزمون این دوره نیز روز جمعه سوم شهریور ماه ۱۴۰۲ برگزار می‌شود.

ثبت‌نام آزمون کاردانی ویژه دانشگاه فنی و حرفه‌ای نیز

الزام ثبت نام در سماح و بیمه زوار

و زیارت نیز در راستای انجام وظیفه خود از هیچ کوششی دریغ نخواهد کرد.

حجت الاسلام رحمانی همچنین در خصوص چرایی الزامی بودن نام نویسی در سامانه سماح گفت:با توجه به لغو ویزابرای اینکه هر شخص خودش را بیمه کند،ثبت‌نام در



سامانه سماح لازم و ضروری و شرط خروج از مرز است. وی در ادامه با بیان اینکه غالب اعزام‌ها از دهم ماه صفر برای عزیمت به راهپیمایی اربعین حسینی آغاز می‌شود گفت: البته موکب داران که سامانه سمایی ایستگاههای صلواتی را دارند می‌توانند بعد از طی مراحل تعیین شده در خصوص بیمه و …،زودتر به این سفر مبادرت کنند.

معاون امور عتبات عالیات در ادامه تشریح کرد: افرادی که در مرحله پیش ثبت نام شرکت کرده اند می‌بایست در

بلکه یک ضرورت و یک فوریت جدی است تا کشور را از ابربحران پیری جمعیت نجات دهیم.

وی به سیاست تعدیل جمعیت که طی سالیان متمادی در کشور اجرا شد،اشاره و تأکید کرد: ماماها در این سیاست مورد بی‌مهری و بی توجهی قرار گرفتند.

بانکی‌پور با بیان اینکه باید به قشر ماما توجه جدی شود،گفت: در قانون،حمایت و توجه از ماما‌های کشور دیده شده است اما در عین حال باید از فرصت قرارگاه جوانی جمعیت استفاده شود و هر بخش از مواد قانون که در مورد حمایت از ماماها اجرایی نشده باید در قرارگاه جوانی جمعیت حل شود.

وی از وزرات بهداشت خواست تا از هم اکنون برای اخذ اعتبارات لازم جهت ارتقا و بهبود خدمات مامایی برای درج

در بودجه ۱۴۰۲ رابزنی کند.

هر ساله آمار طلاق بیشتر

می شود



مسئول اشتغال سازمان بهزیستی استان تهران گفت: تنوع و تعدد آسیب‌ها بیشتر شده و هر سال تعداد زنان بی سرپرست و سرپرست خانوار با توجه به طلاق بیشتر می‌شود.

مینا رجایی گفت: اشتغال یک مشکل کشوری است و تنها مختص مددجویان سازمان بهزیستی نیست،افراد تحت پوشش این سازمان به دلیل مشکلات بیشتر نسبت به افراد عادی،باید فراهم شدن زمینه اشتغال آنها نسبت به افراد عادی در اولویت قرار گیرد.وظیفه اصلی سازمان بهزیستی ایجاد شغل نیست و این امر نیازمند همراهی دستگاه‌های متولی است.

مسئول اشتغال سازمان بهزیستی استان تهران گفت: ۳ گروه تحت پوشش سازمان بهزیستی هستند،این ۳ گروه عمده معلولین دارای تمامی طیف‌های معلولیت مانند،سالمندان،زنان سرپرست خانوار،کودکان بد و بی سرپرست و معتادین هستند . وی افزود: تنوع و تعدد آسیب‌ها بیشتر شده و هر سال تعداد زنان بی سرپرست و سرپرست خانوار با توجه به طلاق بیشتر می‌شود.

رجایی گفت: ۱۴۶هزار نفر افراد دارای معلولیت‌های مختلف در استان تهران داریم،۱۲ هزار ۳۹۹ نفر زن سرپرست خانوار هستند که بیش از ۵ هزار نفر آن‌ها غیر قابل بازتوانی هستند،در حوزه کودکان ۲۶ هزار نفر تحت پوشش هستند،که ۷۱ نفر بالای ۱۹ سال مانند دانشجویان و ۲۳۶ تا ۱۶ سال هستند که در آستانه‌ی ورود به بازار کار قرار دارند .

وی گفت: سازمان بهزیستی بیش از ۱۰۰ ماموریت دارد،که به تنهایی از عهده این ماموریت‌ها بر نمی‌آید،اما با کمک افراد متولی می توان وظایف را تقسیم کرد و آمار را کاهش داد.

باشگاه خبرنگاران جوان اجتماعی رفاه و تعاون

در سال جدید هنوز پرستاری

جذب نشده است



رئیس هیات مدیره سازمان نظام پرستاری تهران گفت: شرایط جذب پرستاران از جمله پرستاران تمدید طرح و تعدیل شدگان مشخص نشده است. امین کوهساریان گفت : با توجه به کمبود شدید پرستار در بخش های درمانی هنوز در سال جدید پرستاری جذب نشده است.

به گفته وی در خصوص اخذ مجوز استخدام نیرو به ویژه پرستار جلسات متعددی برگزار شده است و طرح ساماندهی دولت هنوز اجرایی نشده اما فرایند ها در حال اجرا است. در حال حاضر کمبود شدید نیروی پرستار در بیمارستان های تهران دیده می شود به طوری‌که از نظر درصد پرستار به تخت های بیمارستانی وضعیت خوبی نداریم.

او افزود: در برخی از مراکز درمانی به علت کمبود نیروی پرستار هر نفر از همکاران جای دو پرستار مشغول به ارائه خدمات سلامت و مراقبتی در بیمارستان های تهران هستند و بعضی مراکز از تحمیل اضافه کار اجباری جهت این کسری استفاده می کنند،این امر فرسودگی پرستاران و کاهش کیفیت خدمات را منجر خواهد شد.

او افزود: در حال حاضر حدود ۲۰۰ مرکز درمانی در تهران فعال و مشغول به ارائه خدمات بهداشتی و درمانی به مراجعه کنندگان است.

کوهساریان ادامه داد: ظرفیت پذیرش دانشجو در شرایط فعلی آماده نیست و پذیرش بیشتر به شرطی وجود خواهد داشت که زیرساخت های لازم از جمله ظرفیت استخدام،امکانات آموزشی،رفاهی و استاندارد سازی فراهم شود.

او گفت: به طور کلی در حالی که شرایط جذب پرستاران از جمله پرستاران تمدید طرح و تعدیل شدگان و پرستاران بیکار آماده نشده و ایجاد ظرفیت پذیرش دانشجو بدون در نظر گرفتن نظرات کارشناسی صاحب نظران راهبرد منطقی نیست .

آگهی مزایده عمومی

شرکت پاداد در نظر دارد یک دستگاه خودرو سواری خود را به شرح ذیل که قابل شماره گذاری می باشد از طریق مزایده عمومی به فروش رساند. لذا جهت دریافت اسناد مزایده به محل دبیرخانه شرکت واقع در اهواز اتوبان آیت اله بهبهانی حدفاصل فلکه پاداد و فلکه جمهوری روبروی سرپرستی بانک ملت ساختمان شرکت پاداد طبقه ۸ واحد۱۶ مراجعه نمایید. لازم به ذکر است تاریخ شروع و خاتمه مزایده: روز شنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۵/۲۹ لغایت ۱۴۰۱/۰۶/۲۰ از ساعت ۹ صبح الی ساعت ۱۳:۳۰ظهر می باشد.

تحویل اسناد مزایده تا تاریخ ۱۴۰۱/۰۶/۲۷ ساعت ۱۱:۰۰ ظهر

تاریخ بازگشایی پاکات اسناد مزایده روز شنبه مورخ ۱۴۰۱/۰۶/۲۷ ساعت ۱۲:۰۰

ردیف	نوع خودرو	شماره خودرو	مدل	قیمت پایه به ریال	مبلغ سپرده به ریال
۱	تندر ال ۹۰	۶۷۷ق۸۴ایران ۱۴	۱۳۹۱	۲/۲۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۵/۰۰۰/۰۰۰

شرکت پاداد(سهامی خاص)