

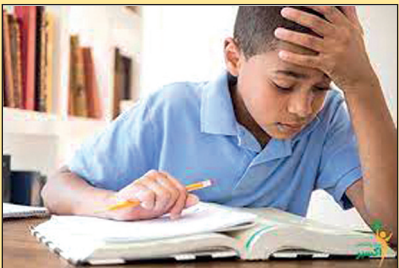
#### الزام داشتن کارت مهارت برای پوشش بیمه

#### کارگران ساختمانی

نایب رئیس کانون انجمن های صنفی کارگران ساختمانی داشتن کارت مهارت را برای بهره‌مندی کارگران ساختمانی از مزایای بیمه ضروری دانست و ابراز امیدواری کرد: با اصلاحات ماده ۵ قانون بیمه کارگران ساختمانی مشکل تامین منابع برای پوشش بیمه تامین اجتماعی آنها برطرف شود.

هادی ساداتی در گفت‌وگو با ایسنا،درباره آخرین آمار کارگران ساختمانی در کشور اظهار کرد: در حال حاضر نزدیک به یک میلیون و ۴۰۰ هزار کارگر ساختمانی در کشور مشغول فعالیت هستند که تا پایان سال ۱۳۹۹ حدود ۸۴۰ هزار نفر بیمه شدند اما از سال ۱۴۰۰ سازمان تامین اجتماعی تصمیم جدیدی اتخاذ کرد که به حذف تعدادی از کارگران ساختمانی منجر شد و به دلیل کمبود منابع شاهد کاهش آمار بودیم. هم اکنون کمتر از ۵۰۰ هزار نفر در نوبت بیمه پردازی قرار دارند.

#### روش های غلبه بر اضطراب امتحانات



اضطراب امتحان می‌تواند یک مشکل واقعی باشد،اما احساس آمادگی رویارویی با این چالش می‌تواند اضطراب را در سطحی قابل کنترل نگه دارد. طبق برنامه‌ریزی پیش رفته و حسایی درس خوانده‌اید. فکرمی‌کنید همه چیز روبه‌راه است. روز امتحان می‌رسد. برای رفتن به مدرسه آماده می‌شوید،اما حس می‌کنید که دارید بخ می‌زنید. نمی‌توانید وسایلتان را جمع‌وجور کنید و به سولاتی که همین دیشب،پاسخ شان را می‌دانستید جواب دهید. اگر این حالت‌هاوصف حال شما قبل از امتحان است به نظر می‌رسد «اضطراب امتحان» را تجربه کرده‌اید.

**چه کسی احتمال دارد اضطراب امتحان بگیرد؟** تمرکز روی چیزهای بدی که ممکن است در امتحان اتفاق بیفتند،اضطراب امتحان را تقویت می‌کند. برای مثال اگر داتم از خود می‌پرسید «اگر همه چیزهایی را که می‌دانم فراموش کنم،چه می‌شود؟» اضطراب خود را تقویت می‌کنید. این افکار هیچ فضای ذهنی برای فکرکردن به سولات امتحان باقی نمی‌گذارد. دانش آموزانی که زیاد نگران یا کمال‌گرا هستند بیشتر با اضطراب امتحان مشکل دارند. برای این افراد،قبول اشتباهاتی که ممکن است در جلسه امتحان مرتکب شوند یا گرفتن نمره‌ای کمتر از نمره کامل سخت است. در نتیجه بدون هیچ دلیل و معنایی به خود فشار می‌آورند و اضطراب امتحان در آن‌ها رشد می‌کند. همچنین دانش آموزانی که برای آزمون‌ها آماده نیستند،اما همیشه نتیجه برایشان مهم است،درگیر این اضطراب می‌شوند. اگر می‌دانید که آمادگی ندارید نگرانی برای عملکرد ضعیف،بی‌معنی است.

**چه کاری می‌توانید انجام بدهید؟**

اضطراب امتحان می‌تواند یک مشکل واقعی باشد،اما احساس آمادگی رویارویی با این چالش می‌تواند اضطراب را در سطحی قابل کنترل نگه دارد. در ادامه می‌گوییم چطور می‌توان این کار را کرد. از استرس به نفع خود استفاده کنید

استرس یک علامت هشدار و سیگنالی است که به شما کمک می‌کند برای اتفاقی که می‌خواهد بیفتد،آماده شوید. پس از آن به نفع خود استفاده کنید. به جای واکنش نشان دادن به استرس و ترس،شکایت یا نگرانی درباره امتحان یا دوستان،رویکرد دیگری انتخاب کنید. بگذارید استرس به شما یادآوری کند که قبل از امتحان،خوب مطالعه کنید نه چیز دیگری.

**کمک بخواهید**

اگر حضور در امتحان شما را آن قدر تحت فشار فرامی‌دهد که ذهن‌تان خالی می‌شود و همه پاسخ‌هایی را که می‌دانید،فراموش می‌کنید به احتمال زیاد سطح اضطراب امتحان شما نیاز به توجه بیشتری دارد. معلم،مشاور تحصیلی و خانواده می‌توانند افراد خوبی برای صحبت کردن درباره سطح اضطراب شما باشند.

**آماده باش**

بسیاری از دانش آموزان متوجه می‌شوند وقتی شروع به مطالعه بهتر یا منظم‌تر می‌کنند،اضطراب امتحان آن‌ها کمتر می‌شود که این موضوع منطقی است. هرچه مطالب را بیشتر بدانید اعتمادبه‌نفس بیشتری خواهید داشت. داشتن اعتمادبه‌نفس در امتحان به این معنی است که پس از گذراندن لرنش‌ها، معمولی در لحظه اول،می‌توانید به آرامی به سولات پاسخ دهید.

**برای افکار منفی جایگزینی پیدا کنید**

«من هرگز در تست‌زدن مهارت ندارم،» «اگر این مسئله را حل نکنم افتضاح می‌شود» و جملاتی شبیه این‌ها یعنی دارید به افکار منفی فکرمی‌کنید. این افکار را با پیام‌های مثبت واقعی مانند «من خوب مطالعه کرده‌ام و مطالب را می‌دانم؛ بنابراین برای امتحان آماده‌ام» جایگزین کنید.

**اشتباهات را بپذیرید**

اگر کمال‌گرا هستید یا به خودتان خیلی سخت‌می‌گیرید یادتان باشد مربی و معلم‌ها گاهی از اشتباهات به عنوان «فرصت‌های یادگیری» یاد می‌کنند. یادگیری تحمل شکست‌ها و اشتباهات کوچک مانند همان مشکلی که در امتحان ریاضی داشتید یک مهارت ارزشمند است.

**مراقب خودتان باشید**

به دنبال راه‌هایی برای آرام کردن خود در زمان اضطراب باشید. این راه برای بعضی افراد،ممكن است به معنای یادگیری یک تمرین تنفسی ساده باشد. انجام منظم تمرینات تنفسی (زمانی که استرس ندارید) به بدن کمک می‌کند تا این تمرینات را به عنوان سیگنالی برای آرامش ببینید.

نورخورتان ۱۴۰۲ / شماره ۶۲۴۱ / سال بیست و نهم

#### جامعه



## بومی سازی ۷۰ درصد فناوری های نوین آموزشی در کشور

معاون آموزشی وزارت بهداشت: ۷۰ درصد از فناوری های نوین آموزشی در کشور بومی سازی شده است.

به گزارش خبرگزاری صدا و سیما به نقل از ویدادکتر ابوالفضل باقری فرد ،معاون آموزشی وزارت بهداشت و رئیس نخستین کنگره هوش مصنوعی در علوم پزشکی بر توسعه کاربرد هوش مصنوعی در حوزه سلامت و تقویت تعامل بین صنعت و علوم پزشکی تأکید کرد.

معاون آموزشی وزارت بهداشت ضمن قدردانی از حضور پررنگ استادان و دانشجویان در این کنگره گفت : سرعت کاربرد هوش مصنوعی در حوزه‌ها و زیرساخت‌های مختلف نظیر انرژی،حمل و نقل،صنعت توریسم و سلامت در دنیا بسیار چشمگیر است.

رئیس نخستین کنگره هوش مصنوعی در علوم پزشکی با بیان این مطلب که امیدواریم ارتباط بین صنعت و علوم پزشکی از هوش مصنوعی آغاز شود،ادامه داد: امروزه کاربرد هوش مصنوعی در حوزه سلامت بسیار پیشرفت کرده و تا سال ۲۰۳۰ میلادی،۲۰۰ میلیارد دلار ارزش افزوده از این حوزه به دست می‌آید.

دکتر باقری فرد گفت: تنها نباید به تولید مقالات اکتفا کنیم بلکه باید هوش مصنوعی به صورت کاربردی در حوزه سلامت وارد شود و در تشخیص و درمان بیماری‌ها از آن استفاده شود.

معاون آموزشی وزارت بهداشت گفت: تأثیر هوش مصنوعی در حوزه پزشکی بسیار است،به طوری که این فناوری نوین توانسته زمان تشخیص و درمان بیماری‌ها را به دقیقه و ثانیه کاهش دهد. دکتر باقری فرد بیان کرد: هوش مصنوعی در کنار تجربیات استادان ،آینده پزشکی را متحول می‌کند و دانشگاه علوم پزشکی هوشمند بل ارتباطی بین وزارت بهداشت،دانشگاه‌های علوم

وی درباره دلشتن کارت مهارت برای کارگران ساختمانی گفت: داشتن کارت مهارت برای فعالیت و ساخت و ساز الزامی نیست اما برای پوشش بیمه‌ای نیاز است و خوشبختانه مشکلی به لحاظ دریافت کارت مهارت با سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای نداشته‌ایم و این سازمان به وظایف خود عمل می‌کند و انجمن‌ها را به رسمیت می‌شناسد.

ساداتی ادامه داد: در بسیاری از شهرستان‌ها سازمان فنی و حرفه‌ای برای آنکه بهتر بتواند به کارگران ساختمانی خدمات ارائه دهد از امکانات و ظرفیت‌های انجمن‌ها برای پیشبرد اهداف خود استفاده می‌کند و ما در جهت تسریع امور از کمکها و مساعدت سازمان فنی و حرفه‌ای در قالب تفاهم‌نامه بهره برده‌ایم.

نایب رئیس کانون انجمن‌های صنفی کارگران ساختمانی در پایان ابراز امیدواری کرد: با اصلاحات ماده ۵ قانون بیمه کارگران ساختمانی در مجلس،منافع کارگران ساختمانی مورد توجه قرار گیرد و مشکل تامین منابع برای پوشش بیمه تامین اجتماعی آنها هرچه سریع‌تر برطرف شود.



پزشکی و وزارت علوم است.

**توسعه کاربرد هوش مصنوعی در آموزش علوم پزشکی**

دکتر باقری فرد گفت: کاربرد هوش مصنوعی در آموزش هم افزایش یافته است و شاهد استفاده از AR،VR و شبیه سازها هستیم و ۷۰ درصد فناوری‌های نوین در حوزه آموزش پزشکی بومی شده است.

معاون آموزشی وزارت بهداشت با اشاره به راه اندازی بیمارستان مجازی در دانشگاه علوم پزشکی ایران از پیگیری ایجاد طرح‌های

### مخالف شیفت دوم مدارس غیردولتی هستیم



محمودزاده افزود: در کوتاه مدت تصمیماتی در شورای سیاست‌گذاری،برنامه ریزی و نظارت مرکزی با حضور معاون

وزیر و رئیس سازمان نوسازی،توسعه و تجهیز مدارس کشور اتخاذ شده و طبق دستورالعمل به ادارات کل آموزش و پرورش استان‌ها ابلاغ شده و بنا به درخواست مدیران کل آموزش و پرورش بر اساس آن اقدامات لازم در جهت تسهیل امور و کمک به مؤسسان مدارس و مراکز غیردولتی را فراهم نمایند.

وی ادامه داد: در میان مدت نیز با رویکرد بهبود اساسی

### خانه دار شدن نخبگان؛ رویایی که به امید مبدل شد

**آیا واحدهای مسکونی به نام آنها می‌شود؟**

دانش بنیان ریاست جمهوری در گفت وگو با خبرنگار گروه علم و آموزش ایرنا در پاسخ به سوالی در خصوص آخرین اقدامات و پیگیری های این بنیاد برای خانه دار کردن جامعه نخبه کشور با تاکید براینکه در این حوزه اقدامات زیرساختی مناسبی انجام شده است،گفت: مشکل اصلی در تامین مسکن در شهرهای بزرگ و مهم کشور قیمت زمین است،بنابراین در این راستا با پیگیری و مذاکرات انجام شده با وزیر علوم،تحقیقات و فناوری و همچنین روسای دانشگاه های کشور به یک توافق خوب دست یافتیم.

ناصرباقری مقدم در توضیح بیشتر این طرح به زمین های مناسبی که دانشگاه های کشور در اختیار دارند،اشاره کرد و افزود:

بر اساس توافق های انجام شده این مراکز علمی بخشی از این زمین ها را برای ساخت مسکن نخبگان در اختیار بنیاد ملی نخبگان قرار می دهند.وی اضافه کرد: با این کار دیگر قیمت زمین به عنوان یک شاخص مهم و تاثیرگذار در بهای مسکن،از قیمت کل مسکن حذف و برای احداث مسکن نخبگان تنها هزینه ساخت مسکن محاسبه می شود.

قائم مقام بنیاد ملی نخبگان اذعان کرد: با افزایش جهشی قیمت مسکن در کشور و حقوق های پایینی که درشرکت های دانش بنیان و دانشگاه ها به نخبگان پرداخت می شود،به طور حتم سایر طرح های حیاتی از جمله ارائه تسهیلات برای خانه دار شدن جامعه نخبگان کفایت نمی کرد.

باقری مقدم با تاکید براینکه طرح فعلی بنیاد ملی نخبگان برای خانه دار کردن استعدادهای برتر کشور بسیار مناسب است،در خصوص اینکه نحوه واگذاری این واحدهای مسکونی احداث شده در دانشگاه ها به نخبگان به چه شکلی است،تصریح کرد: قرار است به نسبت مساوی یا نسبت های مختلف تعدادی از این واحدها در اختیار اساتید جوان نخبه دانشگاهی و تعدادی نیز در اختیار شرکت های دانش بنیانی که دانشگاه مربوطه در اطراف خود ایجاد کرده قرار گیرد.

موضوع استقرار مدارس و مراکز غیردولتی،طرح اصلاح «قانون تأسیس و اداره مدارس و مراکز آموزشی و پرورشی غیردولتی» در مجلس شورای اسلامی و اصلاح «آئین نامه استقرار مدارس و مراکز غیردولتی در مناطق،نواحی و محلات مختلف» در هیأت محترم وزیران با اولویت پیگیری و در دستور کار قرار گرفته است.محمودزاده با تأکید بر اینکه مخالف شیفت دوم مدارس غیردولتی هستیم،گفت::اما برخی مواقع تشکیل شیفت دوم مدرسه،بهتر از حضور دانش آموز در مدرسه نالایمن است و به همین دلیل،بپذیرفتم،اما تأکید بر حضور دانش آموز در مدرسه یک شیفته و ایمن است.

وی با تأکید بر گسترش مدارس مجتمعی،اظهار کرد: مدارس غیردولتی باید دارای فضاهای آموزشی و پرورشی مناسب و باکیفیت باشند تا تربیت تمام ساحتی

در این مدارس به خوبی محقق شود.

رئیس سازمان مدارس و مراکز غیردولتی و توسعه مشارکت‌های مردمی از مدیران کل نوسازی مدارس استان‌های کشور تقدیر کرد و گفت: سازمان نوسازی،توسعه و تجهیز مدارس کشور با سازمان مدارس و مراکز غیردولتی و توسعه مشارکت‌های مردمی همکاری‌های خوبی داشته است و امیدواریم این همکاری دوجانبه همچنان ادامه داشته باشد.

باقری مقدم در توضیح بیشتر اظهار داشت: بر اساس طرح فعلی و برای رفع مشکل مسکن جامعه نخبگان و استعدادهای برترو جلوگیری از مهاجرت آنها و افزایش هرچه بیشتر امید این جامعه ارزشمند،بخشی از اعضای هیات علمی جوان فاقد مسکن که از امتیازات بالای نخبگی برخوردار باشند از این واحدهای مسکونی بهره مند می شوند.

وی همچنین گفت: از سوی دیگر بنیاد ملی نخبگان با احداث این واحدهای مسکونی و واگذاری بخشی از این واحدها به شرکت های دانش بنیان و فاوور به دانشگاه های کشور کمک می کند که هرچه بیشتر زیست بوم و اکوسیستم نوآوری خود را تحکیم بخشیده و پایدار کنند.

قائم مقام بنیاد ملی نخبگان در پاسخ به این سوال که در شهر تهران کدام دانشگاه ها برای خانه دار کردن نخبگان پای کار آمده اند و در این خصوص با بنیاد تفاهم نامه امضا کرده اند،دانشگاه تهران،دانشگاه صنعتی شریف و دانشگاه شهید بهشتی را از آن جمله نام برد و افزود: در حال حاضر برای ساخت سه هزار واحد تفاهم نامه امضا کرده ایم و امیدواریم این عدد را در سال ۱۴۰۲ به پنج هزار واحد مسکونی برسانیم.

باقری مقدم یادآور شد: البته آیت الله رئیسی رییس جمهور نیز برای خانه دار شدن جامعه نخبگو و افزایش هرچه بیشتر امید این قشر ارزشمند جامعه دستور مساعدی صادر کرده و قرار شده است از منابع معاونت علمی،فناوری و اقتصاد دانش بنیان ریاست جمهوری نیز برای ساخت مسکن نخبگان استفاده شود و بخشی از منابع ساخت مسکن رانیز خود نخبگان با دریافت وام مشارکت در ساخت تامین کنند.وی ضمن اظهار امیدواری از زمین خوردن کلنگ احداث واحدهای مسکونی برای نخبگان در سال جاری،در عین حال افزود: البته ساخت این واحدهای مسکونی طبیعتا حدود دو سال طول می کشد.

نورخورتان آن لاین: www.NoorDaily.ir
روابط عمومی: NoorDaily@yahoo.com

**معاون رئیس‌جمهور در امور زنان و خانواده**

**مطرح کرد:**

#### ایجاد ۳ هزار شغل برای زنان

#### سرپرست خانوار در قالب طرح کسب‌وکار پایدار خانواده‌محور

معاون رئیس‌جمهور در امور زنان و خانواده گفت: در قالب کسب‌وکار پایدار خانواده‌محور،در ۲۱ استان برای بیش از سه هزار زن سرپرست خانوار اشتغال ایجاد شده است.

به گزارش ایرنا از روابط عمومی معاونت ریاست جمهوری در امور زنان و خانواده‌انسیه خزعلی،در گفتگوی زنده تلفنی با برنامه سلام صبح بخیر شبکه سه سیما با موضوع شعار سال و جمعیت با اشاره به بازدید خود از سازمان تامین اجتماعی از کاهش حدود ۲۵ درصدی بیمه بیکاری به عنوان یکی از نشانه‌های سرعت گرفتن اشتغال در کشور سخن گفت و تأکید کرد: حرکت دولت در اشتغال‌زایی بسیار خوب و قابل تحسین است.

وی افزود: در قالب کسب و کار پایدار خانواده‌محور،در ۲۱ استان برای بیش از سه هزار زن سرپرست خانوار ایجاد اشتغال شده است؛ البته این معاونت وظیفه ستادی در برنامه‌ریزی،هدایت و نظارت را برعهده دارد و امور اجرایی آن از طریق استانداردها و با همکاری نهادهای مردمی انجام می‌شود.

معاون رئیس‌جمهور در امور زنان و خانواده با اشاره به نقش کلیدی بانوان و مادران در ایجاد فرهنگ کار و زمینه‌سازی تولید به صورت مستقیم و غیرمستقیم خاطرنشان کرد: رشد جمعیت از عوامل مهم پایداری و استمرار تولید است؛ لذا به نیروی کار چه از جهت کمی و چه کیفی به عنوان مهم‌ترین موفقه قدرت و رشد اقتصادی باید توجه کرد.

#### زمان امکان خرید صندوق‌های قابل معامله برای متولدين

#### تابستان ۱۴۰۱ اعلام شد

معاون توسعه مدیریت و منابع وزارت اقتصاد از امکان خرید صندوق‌های قابل معامله برای متولدين سه ماهه سال ۱۴۰۱ از ابتدای خرداد خبر داد.نجیب الله سلومانی در گفت‌وگو با ایسنا بیان اینکه در قانون بودجه سال ۱۴۰۱به ازای هر متولد سال ۱۴۰۱،یک میلیون و ۵۰۰ هزار تومان صندوق سرمایه‌گذاری قابل معامله در نظر گرفته شده است،اظهار کرد: منابع مورد نیاز برای تامین این موضوع از منابع عمومی دولت تامین می‌شود.

وی با اشاره به آغاز فرایند ثبت نام از چهارم اردیبهشت ماه‌گفت: از چهارم اردیبهشت تا ساعت ۲۴،۱۴ اردیبهشت،یعنی در یک بازه زمانی ۲۰ روزه،۳۷۸ و ۶۵۳ نفر نسبت به ثبت نام اقدام کردند.

بر اساس آمار ثبت احوال،به طور کلی حدود ۹۸۰ هزار نفر در سال ۱۴۰۱ متولد شده‌اند که طبق بررسی‌ها ۳۸۰ هزار نفر در سه ماه نخست سال بودند،بنابراین می‌توان گفت ۹۵ درصد والدین متولدين سه ماه نخست سال گذشته نسبت به ثبت نام اقدام کرده‌اند.معاون توسعه مدیریت و منابع وزارت اقتصادبا بیان اینکه تا کنون فقط والدین افرادی که در سه ماه نخست سال ۱۴۰۱ متولد شده بودند میتوانستند نسبت به ثبت نام اقدام کنند،عنوان کرد: با توجه به اینکه ثبت نام متولدين سه ماه نخست سال گذشته کامل شده است،فاز دوم برای متولدين سه ماه دوم سال گذشته از ابتدای خردادماه آغاز خواهد شد.سلمانی تأکید کرد: والدین برای ثبت نام باید به نام فرزند خود که بورسی دریافت کنند که در موضوع در پنجره ملی خدمات دولت هوشمند به نشانی https://my.gov.ir دیده شده است.بر اساس این گزارش،والدین متولدين ۱۴۰۱ باید به سامانه پنجره ملی خدمات دولت هوشمند به نشانی https://my.gov.ir،بخش طرح شوقین فرزندآوری و جوانی جمعیت مراجعه کنند.پس از ورود به این قسمت و وارد کردن کدملی،مشخصات فرزند(امشاهده می‌کنند.پس از طی مراحل،پیامکی برای والدین متولدين ۱۴۰۱ ارسال خواهد شد که باید وارد بخش انتخاب بانک شوند و بین بانک‌های عامل ملی یا پست بانک یکی را انتخاب کنند.

#### راه اندازی ۳۶ مرکز سطح ۲

#### درمان ناباروری در کشور

سرپرست اداره جوانی خدمات وزارت بهداشت گفت: در حال حاضر خدمات طب ایرانی در پیشگیری و درمان ناباروری جایگاه خاصی دارند.صابر جباری سرپرست اداره جوانی جمعیت وزارت بهداشت گفت: درمان ناباروری در دولت قبل بیمه نبوده است اما در این دولت خدمات درمان ناباروری تحت پوشش بیمه قرار گرفته است.به گفته‌وی خدمات طب ایرانی در پیشگیری و درمان ناباروری جایگاهی در گذشته نداشته اما الان این موضوع به طور جدی دنبال می‌شود.و بیان کرد: در حال حاضر ۳۶ مرکز سطح دو درمان ناباروری در کشور راه اندازی شده است.و بیان کرد: بر اساس مصوبه دولت ۹۰ درصد بسترهای بستری درمان ناباروری تحت پوشش بیمه قرار گرفته است.

زهره گلپایان نماینده مجلس گفت: بر اساس دستورالعمل ابلاغی صندوق های بیمه گر باید خدمات عمومی درمان ناباروری تحت پوشش بیمه ای قرار گیرد.بگفته وی متوسط زوج‌های نابارور ایران بالاتر از میزان متوسط جهانی است و باید این موضوع ریشه یابی شود.مریم آزادی معاون دفتر خدمات تخصصی بیمه سلامت گفت: زوج نابارور به محض مشارکت در تشخیص و دریافت وام مشارکت هزینه به میزان ۹۰ درصد تحت پوشش بیمه قرار می گیرد.به گفته وی خدمات درمان ناباروری بدون محدودیت یعنی همان آزمایش های عمومی تحت پوشش بیمه قرار می گیرند.و بیان کرد: محدودیت سن برای زنان به ۴۹ سال افزایش یافته است.