

اخبار کوتاه اجتماعی

عیدی بازنیستگان تأمین اجتماعی تا ۱۰ اسفند واریز می‌شود



مدیرعامل سازمان تأمین اجتماعی از واریز عیدی بازنیستگان تا دهم اسفندماه خبر داد.
به گزارش ایسنا، میرهامش موسوی اعلام کرد: عیدی بازنیستگان تا دهم اسفندماه اسمال واریز می‌شود.
هم‌اکنون بیش از ۴ میلیون بازنشسته و مستمری‌بگیر تأمین اجتماعی حقوق دریافت می‌کنند که از روز گذشته - ۲۱ بهمن - حقوق بهمن ماه به حساب آنها واریز خواهد شد.

واریز حقوق بازنیستگان تأمین اجتماعی بر اساس حروف الفبا تا ۳۰ بهمن ماه به اتمام خواهد رسید و پس از اتمام واریز حقوق بهمن ماه، «عیدی» بازنیستگان به حساب آنها واریز خواهد شد.
اسمال عیدی بازنیستگان به ازای هر نفر ۲ میلیون و ۵۰۰ هزار تومان و به ازای همسر ۷۰۰ هزار تومان و به ازای هر فرزند تحت تکفل ۳۰۰ هزار تومان واریز می‌شود.

ارسال اسامی مادران باردار و شیرده نیازمند حمایت غذایی



مدیرکل بهداشت، بیمه‌های اجتماعی و درمان کمیته امداد با اشاره به اجرای حمایت از مادران باردار و دارای کودک زیر ۲ سال دهک یک درآمدی توسط وزارت رفاه و همچنین اجرای طرح حمایت از مادران باردار و شیرده دچار سوء‌تغذیه توسط کمیته امداد، گفت: در این زمینه هموطنانی وجود ندارد؛ به عبارتی آن دسته از مادرانی که توسط کمیته امداد مساعدت می‌شوند، توسط وزارت رفاه مورد حمایت قرار نمی‌گیرند.

مجتبی احمدلو در گفت‌وگو با ایسنا، ضمن تشریح طرح‌های حمایتی کمیته امداد و با بیان اینکه این نهاد از سالیان گذشته طرح‌های حمایتی مختلفی را برای حمایت از نیازمندان اجرا کرده است، اظهار کرد: طرح امنیت غذایی کودکان دچار سوء‌تغذیه از سالیان گذشته توسط کمیته امداد اجرا می‌شد، اما در سال جاری اعتبارات در اختیار وزارت رفاه قرار گرفت.

مدیرکل بهداشت، بیمه‌های اجتماعی و درمان کمیته امداد یادآور شد: از سوی دیگر وزارت رفاه اسمال تمام مادران دهک یک درآمدی در هشت استان خراسان جنوبی، خراسان شمالی، ایلام، فارس، کهگلویه و بویراحمد، گلستان، لرستان و هرمزگان را شناسایی و نسبت به شارژ حساب آنها با سرانه ۴۰۰ هزار تومان به صورت پایلوت اقدام کرده است. در این میان، کمیته امداد نیز از سال ۱۳۹۹ (به مدت پنج سال) به صورت جداگانه حمایت از مادران باردار و شیرده را با همکاری بنیاد علوی و وزارت بهداشت در دستور کار خود قرار داده است.



معاون حمایت و سلامت و خانواده کمیته امداد گفت: مستمري بهمن ماه مددجویان، واریز شد.
به گزارش گروه رفاه اجتماعی خبرگزاری فارس، حسین خدریوسی،معاون حمایت و سلامت و خانواده کمیته امداد اظهار کرد: طبق اعلام قبلی دولت، مستمري بهمن ماه مددجویان، در تاریخ مقرر ۲۰ بهمن ماه به حساب سرپرستان خانواده‌های تحت حمایت واریز شد.وی با تقدیر از تصمیم جدید دولت برای واریز مستمري مددجویان در بیستم هر ماه، افزود: پیش از این مستمري مددجویان در روزهای پایانی هر ماه واریز می‌شد.معاون حمایت و سلامت خانواده کمیته امداد خاطرنشان کرد: بنسابق اطلاعیه سازمان هدفمندی، یارانه نقدی و معیشتی خانواده‌های دهک‌های یک تا سه در بست و پنجم هر ماه واریز خواهد شد.به گزارش پایگاه اطلاع‌رسانی کمیته امداد، در حال حاضر خانواده‌های تک نفره ۷۷۰ هزار تومان مستمري ماهانه دریافت می‌کنند. به خانواده‌های ۲ نفره یک میلیون ۹۰ هزار تومان و به خانواده‌های سه نفره یک میلیون و ۵۲۵ هزار تومان مستمري پرداخت می‌شود.

چهارشنبه ۲۵ بهمن ۱۴۰۲ * ۱۴فوریه ۲۰۲۴* ۴شعبان ۱۴۴۵ * سال سی و دوم (اوتوز ایکنجی ایل) * شماره (سای) : ۵۹۸۱

صبر والدین راهکار گذر فرزند از پرخاشگری نوجوانی



کودکان متناسب با سن رشدی خود گاهی برای رسیدن به اهدافشان با پرخاشگری شروع به بدست آوردن خواسته‌های خود می‌کنند. حال آنکه خانواده برای حفظ آبرو درحضور دیگران به درخواست نامعقول کودک پاسخ مثبت می‌دهد که خود می‌تواند مشوقی برای افزایش پرخاشگری کودک باشد.
به گزارش ایسنا، خشم یک هیجان طبیعی است و داشتن آن به نفع انسان کمک می‌کند اما وقتی این خصلت به قصد آسیب رساندن به خود و دیگران صورت می‌گیرد، پرخاشگری نام می‌گیرد.
به گفته کارشناسان خشم می‌تواند مفید و موثر و مضر باشد، در واقع وقتی انتظاراتی که از دیگران، خودمان و محیط داریم، برآورده شود تبدیل به احساس مثبت می‌شود و اگر نیازها غیرمنطقی باشند غالباً برآورده نمی‌شوند و دچار ناکامی می‌شویم و هیجان خشم به سراغ ما می‌آید؛ اگر بلد نباشیم این خشم را مدیریت و راه حلی برای آن پیدا کنیم، تبدیل به پرخاشگری شده و رفتار ناپهنجار صورت می‌گیرد.
علی‌رغم این‌که پرخاشگری نوجوانان و یا کودکان برای والدین ناخوشایند است کارشناسان اعتقاد دارند این امر در فرایند رشد کودک کاملاً عادی است. در حقیقت، تقریباً هر کودکی در این سن اسباب بازی دوست خود را می‌دزدد، می‌زند، مشت می‌زند، فضای مجازی اقدام به

با گناه به گناه داد می‌زند که برخی اوقات دلیل این امر یک ترس ساده است.
بررسی علل پرخاشگری فرزندان
دکتر شبنم طلوعی درمانگر خانواده در گفت‌وگو با ایسنا، درباره علت رفتارهای پرخاشگرانه ای کودکان گفت: هنگامی که صحبت از پرخاشگری در کودکان می‌شود توجه به رده سنی اهمیت می‌یابد. همواره ۴ نوع پرخاشگری از جمله پرخاشگری خاموش (کودک با گوش ندادن به حرف والدین خشم خود را نشان می‌دهد)، زد و خورد (کودک با دعوا کردن خشم و ناراحتی خود را به خانواده منتقل می‌کند)، فضای مجازی (فرزند با قلدری و فحش دادن در فضای مجازی اقدام به

پرخاشسگری کرده) و خودزنی (اقدام به زدن خود می‌کند) اتفاق می‌افتد.
طلوعی از علت‌های پرخاشگری فرزند در سن ۶ تا ۱۲ سالگی را شرایط خانوادگی اعلام کرد و گفت: اولین بررسی صورت گرفته درباره علت پرخاشگری این است که شرایط خانوادگی را بررسی کنیم. اگر بچه شرایط و موقعیت ایده آلی را تجربه کند آن وقت نباید علت پرخاشگریش در داخل مدرسه بررسی شود.
وی علت پرخاشگری در مدرسه را چنین عنوان کرد: کودکان نیاز به توجه دارند و هنگامی که در مدرسه دوست و یاریق نداشته باشند کمیودهایشان را به پرخاشگری در مدرسه جبران می‌کنند.

این درمانگر خانواده درباره علت پرخاشگری در سنین ۱۲ سالگی به بعد نیز افزود: فرد هنگامی که در کودکی همه شرایط زندگی نرمال را مانند روابط خوب پدر و مادر، موقعیت خوب اقتصادی، شرایط خوب خانوادگی و ... را تجربه کرده باشد وقتی وارد سن ۱۲ و ۱۳ سالگی شود شروع به پرخاشگری می‌کند که این نوع پرخاشگری ناشی از بلوغ تا فرزند در جوی آرام باشد تا فرزند در جوی آرام و مادر باید سعی کنند برای گذر فرزند از این سن صبور باشند تا فرزند در جوی آرام بتواند از این برهه زمانی طلوعی درباره حل مشکل پرخاشگری فرزند گفت: ابتدا فرزند باید در نوجوانی هویت‌یابی و مهارت‌یابی را یاد بگیرد و پدر و مادر نیز

فعالیت ۲۶ مرکز سراج در کشور

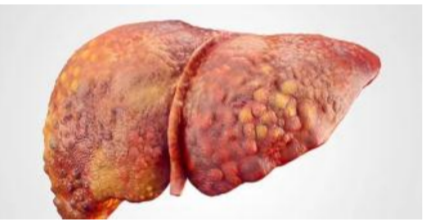


معاون بهداشت وزیر بهداشت از فعالیت ۲۶ مرکز سراج (سلامت روان اجتماعی جامعه تک) در کشور خبر داد.

به گزارش گروه سلامت خبرگزاری فارس، حسین فرشیدی، معاون بهداشت وزیر بهداشت با بیان اینکه مراکز سراج با هدف ارتقای شاخص بهره‌مندی عادلانه از خدمات سلامت روان و مراقبت‌های اجرایی و کاهش اختلالات روان‌پزشکی، فعال می‌شوند، اظهار داشت: برنامه وزارت بهداشت این است که تا پایان سال جاری تعداد مراکز سراج در کشور به ۱۰۰ مرکز برسد.

معاون وزیر بهداشت با بیان اینکه در ایام الله دهه مبارک فجر انقلاب اسلامی، ۹۶۹ پروژه حوزه بهداشت در سراسر کشور، افتتاح شده و می‌شود، گفت: بسیاری از این پروژه‌ها در سفر وزرا و مقامات کشوری و وزارت بهداشت به استانها از جمله در چهار سفر وزیر بهداشت در دهه مبارک فجر به هرمزگان، خراسان جنوبی، خوزستان و سیستان و بلوچستان افتتاح شد.

درمان کبد چرب بدون دارو



اصلاح رژیم غذایی

مهم‌ترین عاملی که می‌تواند سلامت کبد شما را تحت تأثیر قرار دهد رژیم غذایی‌تان است و اگر به اندازه کافی به آن توجه کنید، شانس زیادی خود دارد تا بیماری کبد چرب درمان شود. برای درمان کبد چرب سعی کنید نکات تغذیه‌ای زیر را سرلوحه روتین غذایی روزانه خود قرار دهید.

چربی‌های سالم بخورید: اضافه کردن چربی‌های سالم‌تر به رژیم غذایی موجب می‌شود بدن بتواند تا حدودی بر مقاومت انسولین غلبه کند و سلول‌ها پذیرای کلسترول انباشته‌شده در خون شوند و به این ترتیب کبد چرب در زنان و مردان بهبود می‌یابد. چربی‌های حاوی امگا ۳ در منابع غذایی مانند گردو، دانه سویا و بذر کنشان یافت می‌شود. مهم‌ترین منبع امگا ۳ روغن ماهی (به‌ویژه سالمون و ساردین) است که مقادیر زیادی از این ترکیب را در خود گنجانده است.

گروه دیگری از چربی‌های مفید موسوم به اسیدهای چرب غیراشباع هستند که در زیتون و روغن زیتون به فراوانی یافت می‌شوند و برای بهبود وضعیت کبد چرب مفید هستند.

چربی‌های اشباع را محدود کنید:در مقابل چربی‌های سالم، اسیدهای چرب اشباع‌شده قرار دارند که بیمار مبتلابه کبد چرب خصوصاً کبد چرب گرید ۳ باید از مصرف آنها خودداری کند.

مصرف شیرینی و شکر را محدود کنید: مصرف بیش از اندازه کربوهیدرات‌های تصفیه‌شده که شیرینی یا نوشیدنی‌های بسیار شیرین مثل انواع نوشابه‌ها مثال بارز آنها هستند، سبب تشدید کبد چرب به ویژه کبد چرب گرید ۳در افراد چاق یا مقاوم به انسولین خواهد شد.

مواد غذایی که کبد چرب را درمان می‌کنند بسیاری از ترکیبات موجود در مواد غذایی وارد کبد شده و در آنجا متابولیزه می‌شوند. در بیماری کبد چرب در زنان و مردان جایگزین شدن چربی با سلول‌های اصلی کبدی اتفاق می‌افتد که این امر در نهایت عملکرد کبد را کاهش می‌دهد. بنابراین بسیاری از ترکیبات غذایی یا دارویی در بیمار باید با احتیاط و ملاحظه فراوان استفاده شود. اما مواد غذایی خاصی وجود دارند که به ویژه برای افراد مبتلابه کبد چرب مفید هستند:

چای سبز: این نوع چای منبع غنی از آنتی‌اکسیدان‌ها است. چای سبز یک گزینه مناسب برای کاهش چربی خون در بیماران مبتلابه اختلالات متابولیک، مانند کبد چرب در زنان است.

گردو: همان‌طور که پیش‌تر اشاره شد، گردو منبع غنی از چربی امگا ۳ بوده که برای کبد چرب مفید است.

زردچوبه: این ادویه حاوی ترکیبات آنتی‌اکسیدانی و ضدالتهابی فراوانی است که با نام فلاونوئید شناخته می‌شوند. یکی از بهترین روش‌های مصرف این ادویه تهیه چای زردچوبه است. فلاونوئیدهای موجود در زردچوبه در درمان کبد چرب و کاهش خطر ابتلا به این بیماری مفید هستند.

ادامه دارد

صحرائی: سال آینده ۹۲ هزار نفر در آموزش و پرورش استخدام می‌شوند



پرورش را بالا ببریم و این موضوع، با اتحاد و انسجام از درون و تعیین دستور کار ممکن است، گفت: در این راستا، اولین شریک ما، خانواده‌ها هستند بنابراین رفت و آمد پدر و مادربه مدرسه باید افزایش یابد.

صحرائی ادامه داد: همواره باید مرور کنیم که چه نقشی در منطقه، شهر، استان و آینده کشور و انقلاب خود ایفا می‌کنیم. راهبرد کلان آموزش و پرورش که دائماً باید آن را یادآوری کرد در دو عبارت خلاصه می‌شود؛ اول اینکه آموزش و پرورش باید در صدر تحول و گفتمان‌سازی قرار گیرد و هیچ تحولی رخ نمی‌دهد مگر اینکه بدر آن آموزش و پرورش گاشته شود.

وی با اشاره به شعار مدرسه قوی ایران قوی، گفت: اقتصاد، فرهنگ، جامعه و سیاست قوی نمی‌شود مگر در مدرسه، با مدرسه و از مدرسه باشد. امروز در حال جراحی‌های سختی در کشور هستیم و هیچ

خودروهای صفر تولید داخل از فردا با مدل ۱۴۰۳ سند و پلاک می‌شود

به گزارش ایسنا، سردار تیمور حسینی درباره شماره گذاری خودروهای نوشماره گفت: ما هر سال به دو دلیل عمده که یکی برای حمایت از مصرف کننده و دوم برای حمایت از تولیدکننده در صنعت خودرو است، از حدود یک یا دو ماه قبل از سال بر اساس تولید خودرو، مدل جدید و در واقع سال آینده را برای خودروها اعمال می‌کنیم. وی افزود: اسمال نیز همانند سال‌های گذشته از فردا ۲۳ بهمن ماه، تولیدات خودروهای داخلی به مدل ۱۴۰۳ شماره و سند زده می‌شوند.

رئیس پلیس راهنمایی و رانندگی فراجا همچنین با اشاره به راهیمایی ۲۲ بهمن گفت: خوشحال هستیم که ما هم در پلیس راهنمایی و رانندگی فراجا سهم کوچکی در این گردهمایی بزرگ ایفا می‌کنیم. مثل همیشه مردم ایران در یک فضای با نشاط و مملو از اتحاد و همدلی در سالروز انقلاب اسلامی



رئیس پلیس راهور فراجا گفت: آن دسته از خودروهای تولید داخل که از کارخانه ترخیص شود، با مدل سال ۱۴۰۳ سند زده و شماره گذاری می‌شود.

ویروس جدیدی به ایران نیامده؛ سروکله ویروس‌های قدیمی پیدا شده است

استاد غفونی کودکان دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان اینکه ویروس جدیدی وارد کشور نشده بلکه همان ویروس‌های قدیمی فعال شده اند، تأکید کرد: مردم به ویژه کودکان رعایت بهداشت فردی را به دقت داشته باشند.

پن روزها در برخی مراکز درمانی شاهد مراجعه زیاد بیماران مختلف به ویژه کودکان با علائم مشکلات تنفسی و ... هستیم. وضعیت بیماران در مراکز اورژانس بیمارستانها و مطب‌ها نیز حکایت از شیوع بیماری ویروسی می‌کند و بین بسیاری این موضوع که ویروس جدیدی به کشور ورود پیدا کرده رد و بدل می‌شود. در سالهای گذشته که کرونا شایع تر بود به دلیل رعایت مسانل بهداشتی توسط مردم ویروس‌های دیگر نیز کمتر بود اما



کثر رعایت کردن مسائل بهداشتی توسط مردم باعث شده سرو کله ویروس‌های قبلی دوباره پیدا شود؛ به طوری که آنفلوآنزا اسمال خیلی شایع بوده است. این استاد غفونی کودکان با اشاره به شیوع ویروس‌های مختلف، خاطرنشان کرد: ویروس RSV، آدنووایروس و رینووایروس‌ها اکنون شایع شدند که علاوه این ویروس‌ها را در بیماران تنفسی چک نمی‌کنیم، اما باید دقت داشته باشیم که کرونا، آنفلوآنزا و RSV اسمال شیوع قابل توجهی داشته است؛ به طوری که در تهران و حتی شیراز این شیوع زیاد بوده است. طباطبایی درباره علائم این ویروس‌ها، خاطرنشان کرد: مشکلات تنفسی مانند سرفه، آبریزش بینی، تب، سردرد، بیقراری و حتی مشکلات گوارشی از