

نوروز امن

مروری بر توصیه‌های پلیس برای پیشگیری از سرقت در تعطیلات سال ۱۴۰۱

یکی از دغدغه‌های همیشگی در تعطیلات شروع سال، سرقت‌های نوروزی است. علاوه بر این در سفرهای نوروزی متأسفانه آمار تصادف هم افزایش پیدا می‌کند. چگونه می‌توانیم از وقوع این اتفاق‌های تلخ پیشگیری کنیم؟ توصیه‌های سرهنگ غلامرضا یوسفوند، رئیس کلانتری ۱۰۵ سنایی و سرهنگ دوم جانشین، سیدمحمد حسینی را بخوانید:

- ۱- اموال خود را در معرض دید دیگران قرار ندهید. ۲- در رستوران‌ها و... کفتمان را در پشت صندلی‌ها رها نکنید. ۳- از حمل اسناد و اوراق بهادار و اشیای گرانبهادر کفتمان در موارد غیر ضروری پرهیز کنید. ۴- در محل‌هایی که پیدادرو وجود دارد، هرگز از طول خیابان عبور نکنید. ۵- هرگز به‌طور ناگهانی وارد خیابان نشوید. ۶- برای عبور از خیابان از محل‌های خط‌کشی‌شده عبور کنید. ۷- هنگام عبور از خیابان، کتاب یا نشریه مطالعه نکنید.

کدام خودرو برای سفر آماده است؟

- ۱- به درست‌عمل کردن سیستم ترمز و ترمزدستی خودرو توجه کنید. ۲- سیستم‌های روشنایی از قبیل چراغ‌های ترمز، دنده عقب، دینام، چراغ‌های عقب و جلو، نور پایین و بالا، راهنما و چراغ‌های پشت صفحه کیلومتر را به دقت بررسی کنید.

خنثی‌سازی نقشه‌های سارقان خودرو

نیروی انتظامی همواره به هموطنان هشدار می‌دهد که در روزهای پایانی سال و در خلال تعطیلات، آمار سرقت‌های خودرو افزایش می‌یابد. شاید یکی از دلایل افزایش این جرم در این روزها، مشغولیت‌های ذهنی مردم و کم‌توجهی به استفاده از وسایل ایمنی بازدارنده باشد. از طرف دیگر خانواده‌هایی وجود دارند که با وجود برخورداری از اتومبیل شخصی، با وسایل حمل‌ونقل عمومی نظیر هواپیما یا قطار مسافرت می‌کنند؛ چنانچه این خانواده‌ها موارد ایمنی را جدی نگیرند، ممکن است در بازگشت از سفر با سرقت اتومبیل خود مواجه شوند. برای افرادی که منزل آنها فاقد پارکینگ است، استفاده از پارکینگ‌های عمومی یا پارکینگ اختصاصی دوستان و بستگان می‌تواند گزینه مناسبی باشد. هر چند اکتفا کردن به پارکینگ هم بدون استفاده از تجهیزات ایمنی پیشگیرانه، فرصت از کتاب سرقت را به‌طور کامل از سارقان سلب نخواهد کرد. به هر جهت آنچه در آن تردیدی وجود ندارد، این است که «سارقان معمولاً خودروهایی را برای سرقت انتخاب می‌کنند که فاقد تجهیزات ایمنی و بازدارنده مناسب باشند». چند توصیه برای پیشگیری از به سرقت رفتن خودرو:

- ۱- اوراق شناسایی شخصی را در خودرو رها نکنید. ۲- از انتقال مسافران به مسیرهایی که اصلاً آشنایی ندارید، پرهیز کنید. ۳- در شب، وسیله نقلیه خود را در محلی پارک کنید که نور کافی دارد. ۴- اتومبیل خود را به در دزگیر، قفل بدال، قفل فرمان، سوئیچ مخفی و سایر لوازم تأخیری و بازدارنده مجهز کنید. ۵- هرگز خودرویی را که موتور روشن است، ترک نکنید. ۶- هرگز خودرو را بدون رعایت اصول ایمنی در نگار رها نکنید. ۷- سپردن سوئیچ به افراد غیر مطمئن می‌تواند همکار سوار کردن مسافران دلایل مهم به سرقت رفتن خودرو است. ۸- توقف در مکان نامناسب هنگام استراحت موجب کاهش ضریب امنیت و امکان بروز سرقت می‌شود. همیشه هنگام رانندگی در راه‌های خودرو را قفل کنید.

مراقبت نوروزی از کارت‌های بانکی

- ۱- کاربران را رعایت بعضی نکات امنیتی اولیه مانند انتخاب گذرگاه قوی و پیچیده می‌توانند مانع سرقت اطلاعات خود شوند و با ایمنی حفظ حریم خصوصی در فضای مجازی به فعالیت بپردازند. به‌طور کلی، هر چند دقت یکبار نسبت به تغییر رمز کارت‌های عابربانک اقدام کنید. ۲- موجودی حساب‌های بانکی، مخصوصاً موجودی عابربانک‌ها را در فاصله‌های زمانی مناسب کنترل کنید. ۳- در فروشگاه‌هایی که امکان خرید با استفاده از کارت خود پریز وجود دارد، از دادن رمز کارت به فروشنده خودداری کنید.

مسافرت امن با وسایل حمل‌ونقل عمومی

- ۱- در صورت بروز هر گونه تخلف و مشاهده موارد مشکوک، موضوع را از طریق تلفن ۱۱۰ و یا حضوری به پلیس اطلاع دهید. ۲- دقت کنید در صورت پیاده‌شدن مسافری در بین راه، وسایل شما یا او عوض نشده باشد. ۳- در پایانه‌های مسافری به خودروهای مسافر بر متنرفقه اعتماد نکنید. ۴- سعی کنید ساک یا چمدان همراه خود را به قفل مجهز کنید یا در صورت امکان از چمدان‌های قفل دار رمزی استفاده کنید. ۵- دقت داشته باشید افراد ناشناس بسته یا اشیایی را بالای‌ه‌های وسایل شما قرار ندهند. ۶- وسایل خود را در پایانه‌ها هنگام سوار و پیاده‌شدن از اتوبوس بدون نظارت لازم رها نکنید. ۷- پول و ترازو چک همراهتان را در چند جای مطمئن نگهداری کنید.

توصیه‌های مهم پلیس گذرنامه

- ۱- با توجه به اینکه صدور گذرنامه‌های منتهی به‌جای گذرنامه معقود یا مخدوش مستلزم بررسی و انجام تشریفات اداری طولانی است، باید در حفظ و نگهداری گذرنامه، نهایت دقت صورت گیرد تا از تلفات مخدوش شدن آن جلوگیری شود. ۲- بسیاری از کلاه‌داری‌ها از افراد به بهانه اخذ روایت کشورها با صرف زمان کمتر صورت می‌گیرد. ۳- دست‌نبردن به افراد از طریق جیب‌بری، کیف‌قاپی و کفزی در محل‌های شلوغ و پر ازدحام صورت می‌گیرد. ۴- قرار دادن بلیت، گذرنامه و مدارک شناسایی در اختیار افراد ناشناس، زمینه سوءاستفاده از آنها را فراهم می‌کند. ۵- اخبار و اطلاعات فردی و خانوادگی از جمله نشانی منزل و محل کار خود را در حضور افراد ناشناس اعلام نکنید.

توصیه‌های ضرورت برای خانواده‌ها

- ۱- همسایه‌ها و بستگان مورد اعتماد را در جریان مسافرت خود قرار داده و از آنها تقاضا کنید تا به خانه شما سرکشی کنند. ۲- از لامپ‌های مجهز به تایمر استفاده کنید تا نشانه‌ای دال بر خالی بودن منزل وجود نداشته باشد. ۳- به‌هیچ‌عنوان کلید منزل خود را در اختیار افراد ناشناس و غیر مطمئن قرار ندهید. ۴- افراد ناشناس و غیر مطمئن را در جریان مسافرت خود قرار ندهید. ۵- پول نقد زیاد و اشیای قیمتی مثل جواهرات را در منزل باقی نگذارید. ۶- به حضور کودکان، افراد سالمند و بیماران برای مراقبت از منزل مسکنده‌کننده زیار ممکن است آنها به‌دلیل ضعف در برابر دفاع از خود در معرض آسیب قرار بگیرند.



عکس همشهری استاغل

# ۱۳۰ پرستار تنها در ۳ پیک اول کرونا جان باختند

دبیر کل خانه پرستار می‌گوید، اسفند ۹۹ مرگبارترین ماه کرونایی پرستاران بود

شرفی مقدم می‌گوید در پیک دلنا تعداد فوتی‌های کادر درمان به‌دلیل واکسیناسیون خیلی بالا نرفت اما قبل از پیک چهارم، تعداد فوتی‌ها بسیار بالا بود: «ما در اومیکرون موارد کمی از مرگ‌های کرونایی در میان پرستاران داشتیم و آنطور که گزارش می‌شود حدود ۳ نفر بودند که یکی از آنها بیماری دیگری داشت. ما جان‌باختن ۱۶۰ پرستار را نشان می‌دهد بیش از ۱۳۰ پرستار تا قبل از پیک چهارم فوت کردند و ما جان‌باختن ۱۶۰ پرستار زن هستند و مابقی که بیشتر آنها زن هستند، چرا که به‌طور کلی مرگ در این گروه به‌تدریج روند صعودی به‌خود قربانیان کرونا در این بخش نشده اما به‌نظر می‌رسد که قربانی شدن آنها هم از همین الگو تبعیت می‌کند، یعنی ۸۰ درصد از قربانیان گروه پرستاری زن هستند».

روایت جان‌باختن فعالان گروه پرستاری، از همان ابتدای شیوع کرونا و در همان هفته‌های اول با فوت «ترجس خانعلی‌زاده»، پرستار جوان بودند و برخی سرپرست خانواده و تعدادی هم باردار، «تعداد دقیق پرستاران بارداری که به‌دلیل ابتلا به کرونا جانشان را از دست داده‌اند مشخص نیست، اما حداقل ۴ پرستار باردار جانشان را از دست دادند. برخی از این مادران در ماه‌های آخر بارداری بودند. یکی از جنین‌ها زنده به دنیا آمد و دیگری هم جان باخت». اردیبهشت امسال، معاون وقت درمان وزارت بهداشت اعلام کرد که تا آن تاریخ ۵۸ پرستار باردار به‌دلیل ابتلا به کرونا جانشان را از دست دادند.

هنوز پایش دقیقی از سن، جنسیت و وضعیت خانوادگی... و پرستاران جان‌باخته به‌دلیل ابتلا به کرونا صورت گرفته، اما بررسی‌های انجام شده از سوی خانه پرستار مشخص می‌کند که در ماه‌های ابتدای شیوع، پرستاران با سن بالاتر جانشان را از دست می‌دادند و در ماه‌های بعد، جای آنها را پرستاران جوان گرفته‌اند: «به‌طور کلی، روند مرگ در میان این افراد، تابع همان الگوی جامعه است. یعنی وقتی تعداد فوت جوانان در کشور بالا می‌رود، این اتفاق هم در گروه پرستاری می‌افتد».

رئیس سازمان نظام روانشناسی و مشاوره، در جلسه اخیر قرارگاه عملیاتی ستاد ملی مبارزه با کرونا در ارائه گزارشی از وضعیت سلامت روان در دوران پاندمی کرونا و پسا کرونا و برنامه مقابله با عوارض روانی-اجتماعی کرونا گفت: در فوریه ۲۰۲۰ سازمان بهداشت جهانی به‌دلیل شیوع کرونا در جهان حالت اضطراری وضع کرد و سپس محدودیت‌ها، قرنطینه کامل، تعطیلی کسب‌کارها، مدارس و دانشگاه‌ها و بسیاری تغییرات برای اجرای پروتکل‌های بهداشتی انجام شد. قرنطینه کامل موجب کاهش فعالیت‌های روزمره، محدودیت‌های سفر و عبور و مرور و کاهش روابط اجتماعی و بروز مشکلات شغلی و مالی شد. ترس از بیماری، ترس از مرگ، بروز افکار منفی، ایجاد شایعات و دهه‌ها پیامد دیگر سلامت روان جامعه را تهدید کرده است.

۸۰ درصد قربانیان کرونا در گروه پرستاری، زن بودند

آمار فوتی‌های کرونا از کادر درمان تنها به گروه

شرفی مقدم درباره تغییر این پوشش هم توضیح می‌دهد و می‌گوید: «در ابتدای شیوع کرونا به‌دلیل ناشناخته بودن آن تصور می‌شد که این ویروس از روی پوست منتقل می‌شود، به همین دلیل لباس‌های مخصوص در اختیار کادر پرستاری قرار گرفت. اما استفاده از این پوشش بسیار سخت بود، محدودیت حرکتی برایشان ایجاد می‌کرد، در تابستان تحمل آن بسیار سخت بود. بعدها هم مشخص شد که ویروس از روی وضعیت‌شان بودند، برای خیلی‌ها مشکل مالی ایجاد شده بود، چرا که دانشگاه‌های علوم پزشکی و خود بیمارستان‌ها حتی در مواردی حقوق جانبی‌ها را قطع کرده بودند و دسترسی به حساب بانکی برای خانواده‌ها به‌ویژه آنها که سرپرست خانواده‌شان را از دست داده بودند، خیلی سخت بود. آن زمان گزارش‌های زیادی به ما داده می‌شد، اما حالا مدتی است که دیگر خبری نیست، احتمالاً خانواده‌ها به‌طور مستقیم پیگیری می‌کنند».

روند بررسی «شهید» نامیدن پرستاران طولانی است

باین حال اما مشخص نیست چه تعداد از این پرستاران، به‌عنوان شهید مدافع سلامت تشخیص داده شده‌اند: روند بررسی این پرونده‌ها طولانی است. در ماه‌های اول شیوع کرونا که بسیاری از پرستاران جانشان را از دست می‌دادند، خانواده‌های بسیاری پیگیر وضعیت‌شان بودند، برای خیلی‌ها مشکل مالی ایجاد شده بود، چرا که دانشگاه‌های علوم پزشکی و خود بیمارستان‌ها حتی در مواردی حقوق جانبی‌ها را قطع کرده بودند و دسترسی به حساب بانکی برای خانواده‌ها به‌ویژه آنها که سرپرست خانواده‌شان را از دست داده بودند، خیلی سخت بود. آن زمان گزارش‌های زیادی به ما داده می‌شد، اما حالا مدتی است که دیگر خبری نیست، احتمالاً خانواده‌ها به‌طور مستقیم پیگیری می‌کنند».

پروتکل‌های پوشش پرستاران از اواسط کرونا تغییر کرد

آنطور که پرستاران می‌گویند در هفته‌های اول شیوع کرونا، میزان ابتلا بسیار بالا بود، دلیل اصلی آن هم نبود وسایل و پوشش‌های

نقل قول



**صادق ستاری فرد**  
معاون وزارت آموزش و پرورش  
سرانه سلامت دانش آموزان حدود ۲ هزار تومان است. یعنی به ازای هر دانش‌آموز، سرانه ریالی که در اختیار ما قرار گرفته است، ۲ هزار تومان است که حتی یک ماسک هم نمی‌توان خرید. با توجه به افزایش جمعیت دانش‌آموزی باید به این بخش توجه شود. (فارس)



**یوسف نوری**  
وزیر آموزش و پرورش  
رسیدن به «نصب آموزشی یکسان» یکی از مطالبات رهبری است از این رو تمرکز نظام تعلیم و تربیت در دولت مردمی، بر «نصب آموزشی یکسان» است و آموزش و پرورش موظف است برای دستیابی به اهداف سند تحول بنیادین در این مسیر گام بردارد. (ایلنا)



**آیدین مهدی‌زاده**  
دبیر هفتمین جشنواره ملی اسباب بازی طی ۲ هفته آینده، اسباب بازی‌های برتر یک سال اخیر از طریق «دی‌جی کانون» و سایت «کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان» رونمایی خواهند شد. در نخستین مرحله از جشنواره هفتم ما تقدیر از برترین تولیدکنندگان اسباب‌بازی‌ها را خواهیم داشت، ضمن اینکه نشست‌هایی را به‌صورت مجازی برگزار خواهیم کرد. (فارس)

خبر

نظارت بر بازار شب عید تشدید می‌شود

مدیرکل بازرسی استانداری تهران از تشدید نظارت بر بازار شب عید خبر داد. دومین نشست مشترک بازرسی استانداری با حضور مدیرکل دفتر هماهنگی امور اقتصادی استانداری، مدیران کل جهاد کشاورزی، تعزیرات حکومتی استان و شهرستان‌های استان، سازمان صمت و روسای بسیج اصناف و مدیرکل بازرسی وزارت جهاد کشاورزی برگزار شد. اسدالله تقی‌زاده در این جلسه ضمن تشکر از اهتمام ویژه متولیان جهت اجرای هرچه بهتر طرح شهید امامی به‌منظور نظارت بر نحوه عرضه و قیمت کالاهای اساسی بر لزوم تشدید نظارت‌ها تأکید کرد. وی افزود: مدیریت، برنامه‌ریزی و اجرای طرح با همکاری جهاد کشاورزی و بسیج اصناف و ارائه گزارشات مستمر، تأمین زیرساخت‌های مورد نیاز و بررسی آخرین وضعیت مایشترین توزیع کالاهای تنظیم بازار، طی برگزاری این طرح نظارت بر وضعیت بازار در استان تهران و شهرستان‌ها تشدید و بر عملکرد مایشترین و توزیع‌کنندگان کالاهای اساسی و بازار شب عید کنترل و نظارت بیشتری صورت می‌گیرد. او گفت: شهروندان تهرانی چنانچه گزارش و شکایت در خصوص گرانفروشی و احتکار و بیشنهادی داشته باشند می‌توانند با شماره‌های ۱۲۴ نظارت سازمان صمت و تلفن ۱۱۱ تماس بگیرند. (ایلنا)

عدد خبر

۲۴

ساعت گذشته چهار اقدامات پیشگیرانه حوادث چهارشنبه‌سوری، تیم‌های مختلف پلیس از واحدهای صنفی مربوط بازرسی کردند.

۱۸۳۹۸۳

عدد انواع مواد محترقه غیرمجاز در این بازرسی‌ها از واحدهای صنفی کشف شده است.

۲/۵

کیلوگرم اکلیل سرنج در این بازرسی‌ها از واحدهای صنفی کشف شده است.

۲

میلیارد ریال ارزش اموال کشف است که توسط کارشناسان پلیس اعلام شده‌اند.

۳۳۳

واحد صنفی در این بازرسی‌ها به‌علت تخلف‌های انجام شده مورد تذکر قرار داده شدند.

۲۰

واحد صنفی در بازرسی‌های انجام شده ابلاغ اخطار به پلمب دریافت کردند.

منبع: ایلنا

# افزایش ۱۰ درصدی نرخ شیوع اختلالات روان در دوران کرونا



نایمنی روانی، خودکشی و آسیب اجتماعی چون اعتیاد، فرسودگی شغلی و... در دوران کرونا مشهود است و این امر موجب شده سازمان بهداشت جهانی از کشورهای خواهد که برای سلامت روان سرمایه‌گذاری کنند.

برای شرایط موجود ضرورت دارد ستاد ملی برنامه‌ریزی کند و برای پیشگیری از سونامی اختلالات روانی و آسیب‌های اجتماعی اقدامات لازم را انجام دهد. در غیر این صورت هزینه این شرایط به‌مراتب بیشتر از دوران کرونا خواهد بود.

حاثمی برنامه پیشنهادهای سازمان نظام روانشناسی و مشاوره برای مقابله با عوارض روانی-اجتماعی را به شرح زیر بیان کرد:

**گام اول:** در رأس قرار گرفتن تجربه‌نگاری، غربالگری و انجام پژوهش‌های کاربردی

**گام دوم:** آموزش سواد سلامت روان، سبک زندگی سالم، آموزش مهارت‌ها و خودمراقبتی

**گام سوم:** توسعه خدمات روانشناسی و مشاوره برای عموم مردم، پیوسته‌های سلامت روان، مداخله در بحران و بازاری سوگ اضطراب، نگرانی، خشم، پرخاشگری، استرس، ترس، وسواس،

رئیس سازمان نظام روانشناسی و مشاوره، در جلسه اخیر قرارگاه عملیاتی ستاد ملی مبارزه با کرونا در ارائه گزارشی از وضعیت سلامت روان در دوران پاندمی کرونا و پسا کرونا و برنامه مقابله با عوارض روانی-اجتماعی کرونا گفت: در فوریه ۲۰۲۰ سازمان بهداشت جهانی به‌دلیل شیوع کرونا در جهان حالت اضطراری وضع کرد و سپس محدودیت‌ها، قرنطینه کامل، تعطیلی کسب‌کارها، مدارس و دانشگاه‌ها و بسیاری تغییرات برای اجرای پروتکل‌های بهداشتی انجام شد. قرنطینه کامل موجب کاهش فعالیت‌های روزمره، محدودیت‌های سفر و عبور و مرور و کاهش روابط اجتماعی و بروز مشکلات شغلی و مالی شد. ترس از بیماری، ترس از مرگ، بروز افکار منفی، ایجاد شایعات و دهه‌ها پیامد دیگر سلامت روان جامعه را تهدید کرده است.

به‌گفته‌او، براساس اعلام سازمان بهداشت جهانی نرخ شیوع اختلالات روانی در دوران کرونا نسبت به قبل از کرونا ۱۰ درصد افزایش یافته است. وزارت بهداشت قبل از کرونا نرخ اختلالات روانی در ایران را ۲۳.۸ درصد اعلام کرده بود که با این آمار اکنون نرخ شیوع اختلالات روانی می‌تواند ۳۴.۵ درصد باشد.

محمد حاثمی ادامه داد: براساس یافته‌های عینی و پژوهش‌های ملی و بین‌المللی، مشکلات و اختلالاتی چون تنهایی، افسردگی، اضطراب، نگرانی، خشم، پرخاشگری، استرس، ترس، وسواس،