

# همیشه در خانواده

# منوی ممنوعه در رستوران‌ها

بررسی صحت و سقم عرضه خوراک آبریان حرام‌گوشت

در رستوران‌های لاکچری

گزارش **رایحه تیموری** روزنامهنگار

این روزها انتشار خبر طبخ و عرضه آبریان حرام‌گوشت در برخی از رستوران‌های لاکچری تهران بحث‌ها و مناقشات زیادی به راه انداخته و تعدادی از فعالان رسانه‌ای و در رأس آنها سایت خبری تبیان تلاش می‌کنند توجه نهادهای نظارتی را به این موضوع جلب کنند و عدم‌نظارت بر عرضه غیرمجاز این غذاها را هشدار دهند. این فعالیت‌های رسانه‌ای پاسخگویی سازمان دامپزشکی را به‌عنوان مرجع نظارت بر این موضوع

به‌دنبال داشت، اما در پاسخ رسمی این سازمان، سرو غذاهای آبری حرام‌گوشت در رستوران‌های کشور تکذیب شده است. حالا مخاطب مانده با ویدئوهای تبلیغاتی و منوهای عرضه و طویل در بعضی از رستوران‌های شمال شهر که از لایستر و ماهی مرکب گرفته تا لاک‌پشت و یال اسبی را با طول و تفصیل تبلیغ می‌کنند باور کند یا تکذیبیه سازمان دامپزشکی را که تبلیغات فضای مجازی را به‌عنوان مستندات و گواه صحت این ادعا نمی‌پذیرد.

### فقط مشتریان ویژه

اغلب رستوران‌هایی که در آشپزخانه‌انهاز لایستر مرینیت‌شده و اختاپوس سرخ شده تا شاه‌میگوی گریل‌شده و کاتلونی سوخاری طبخ می‌شود، تقریباً مشتریان ثابتی دارند و حتی اگر لایه‌لای آنها بخواهید به این رستوران‌های لاکچری سرک بکشید تا سرو فیله‌های لایستر چند میلیونی خوباننده در سس لیمو و مژه‌دار شده با انواع و اقسام ادویه را به چشم ببینید، ختما دست‌خالی برمی‌گردید؛ زیرا میزهای پذیرایی از این مشتریان ویژه، در محل‌هایی دنج و دور از همهمه سایر مشتریان در نظر گرفته می‌شود. برای سفارش تلفنی هم داشتن کد اشتراک مانند رمز عبور عمل می‌کند که به صاحبان رستوران‌ها کمک می‌کند تشخیص دهند جزو مشتریان لاکچری‌خوری هستند که لب و دندان حرام‌خوری دارند یا باید در پذیرفتن سفارش و حتی پاسخ دادن به سؤال و جواب‌های شما احتیاط به خرج دهند، اما در بازار آبری‌فروشان ماجرا کبھی تفاوت دارد و در میان فروشندگان این بازار حتما کسانی را پیدا می‌کنید که به پرسش‌های شما پاسخ دهند.

### سودهای نجومی

دریاهای جنوب کشور محل پرورش و عرضه آبریان حرام‌گوشت هستند و فروش هشت‌پای درشت به قیمت ۵۰۰هزار تومان، لایستر به قیمت ۷۰۰ تا ۸۰۰ هزار تومان، بسته‌های ۱۵‌تایی کالاماری به قیمت ۴۵۰ هزار تومان و... باعث می‌شود بسیاری از صیادان و تولیدکنندگان این محصولات بدون توجه به حرام و غیر قانونی بودن مصرف این آبریان، آنها را به‌صورت کلی و جزئی به صاحبان رستوران‌های تهران و سایر شهرهای کشور برسانند. آب‌های آزاد دریا و اقیانوس تنها محل پرورش آبریان حرام‌گوشت نیستند و افراد زیادی در مزرعه به پرورش و عرضه این جانداران گران‌قیمت می‌پردازند. لایستر مهم‌ترین محصول این مزارع است و تعدادی از رستوران‌ها مواد اولیه سفارش‌های خود را از این مراکز تأمین می‌کنند.

بخش قابل‌توجهی از آبریان حرام‌گوشت تولید شده در کشور صادر می‌شود و به‌گفته‌علی‌اکبر خدایی، دبیر کل اتحادیه تولید و تجارت آبریان ایران، ارزش ریالی صادرات آبریان حرام‌گوشت کشور امسال ۱۵ میلیون دلار بوده و به قول محمود صیاد اگر این آبریان با قیمتی مناسب‌تر از تولیدکننده‌ها و صیادان آبریان تهیه شود، آنها نیز در رستوران‌ها مشتریان خاص خود را جست‌وجو نمی‌کنند. این امر در کنار افزایش نظارت بر مراحل عرضه خام و فرآوری شده این محصولات، شاید بازار پر درآمد رستوران‌های حرام‌یز را کمی از سکه بیندازد.

### کسب پر درآمد

محمود، یکی از فروشندگان است که در بازار سرچشمه در میان همکارانش به محمود صیاد شهرت دارد. او که در جوانی یکی از صیادان قابل‌هرمزگان بوده درباره فروش آبریان حرام‌گوشتی مانند خرچنگ، لاک‌پشت، ماهی مرکب، گربه‌ماهی، یال اسبی، مارماهی، عروس دریایی و خیار دریایی می‌گوید: «مشتریان این صیدها خاص هستند و هر کسب سریع این صیدها را از ما نمی‌گیرد.» محمود از شرکت‌هایی نام می‌برد که به‌عنوان واسطه عمل می‌کنند و با خرید عمده این آبریان و عرضه آنها در رستوران‌های لاکچری سود قابل‌توجهی به‌دست می‌آورند. او می‌گوید: «هر روز صبح چند نفر که شرکت‌های پخش موادغذایی دارند به اینجا می‌آیند و از فروشندگان و صیادانی که برای آنها یار می‌آورند، لایستر، صدف، کوسه، هشت‌پا و ماهی‌های سفارشی خود را تحویل می‌گیرند.» او خزید و فروش آبریان ممنوعه و حرام‌گوشت را جزو پر منفعت‌ترین معاملات بازار آبریان عنوان می‌کند و می‌گوید: «کسانی که چنین مشتریانی دارند در آمدشان چند برابر سایر کاسبان بازار است.» زفت‌وآمد مسئولان نهادهای نظارتی به بازار شب‌سید این بده بستان‌ها و معاملات آبریان حرام‌گوشت چندان آسان نباشد. صیاد کار کشته‌هرمزگانی تعریف می‌کند: «چند وقت پیش در مغازه یکی از فروشندگان مقدار زیادی کوسه‌ماهی بدون باله و سر و دم پیدا کردند که آنها را با کمک یکی از مراکز بسته‌بندی آبریان به‌عنوان شیرماهی حلال‌گوشت، در بازار به فروش می‌رساندند.»

### فتوای مراجع تقلید در مورد تغذیه از آبریان

در زمینه حرام بودن گوشت خرچنگ (لایستر) بین مراجع تقلید اختلافی نیست و تمام مراجع تقلید خوردن آن را حرام می‌دانند. آیت‌الله خامنه‌ای، رهبر معظم انقلاب، در خصوص خوردن گوشت خرچنگ و قورباغه و نهنگ فتوا داده‌اند: «حلال نیست. از حیوانات دریایی فقط ماهی فلس‌دار و میگو حلالند.» همچنین آیت‌الله مکارم‌شیرازی خرچنگ و لاک‌پشت را حرام‌گوشت اعلام کرده است. آیت‌الله صافی‌گلپایگانی خرید و فروش و خوردن خرچنگ را جایز ندانسته و فتوا داده‌اند: «فروختن آن نیز برای خوردن جایز نیست، ولی چنانچه خرچنگ منفعت محله داشته باشد از قبیل خوراک طیور و... فروختن آن برای این جهت اشکال ندارد.»

#### میوه زندگی

#### وابستگی زیاد کودک

وابستگی بیش از حد کودک به مسادرش، دلایل عمده می‌تواند داشته باشد؛دلیل اول اضطراب جدایی از مادر و دیگر نگرانی درونی، با این حال این موضوع مسئله‌ای است که اگر برطرف نشود، مشکلات زیادی را برای مادر و کودک به وجود می آورد. ترانه نامجو، مشاور کودک تجربیاتش را با ما در میان گذاشته‌است:

#### همکلاسی

### دانش‌آموزانی که

### دیر یاد می‌گیرند

نگاهشان به تخته سیاه است و گوش‌شان به صدای معلم، اما هر چه معلم توضیح می‌دهد در ذهنشان جای نمی‌گیرد. برای همین خیلی وقت‌ها انگ «خنک بودن» و «شاگرد تنبل بودن» به آنها چسبانده می‌شود. بدتر اینکه وقتی تنها می‌شوند مرتب خود را اسرزنش می‌کنند که چسرا اینقدر کودن هستند؟ مریم چمن‌آرا، روانشناس کودک و نوجوان درباره این دانش‌آموزان می‌گوید: «برخی از کودکان و دانش‌آموزان بهره هوشی کافی دارند، اما در تحصیل وسایر مهارت‌های فردی دچار مشکلاتی هستند؛این مسئله علاوه بر اینکه والدین و معلمان را سردرگم می‌کند،می‌تواند زمینه‌ساز افت تحصیلی و عملکردی کودک باشد.

دیرآموزی کسودک دلایل مختلفی دارد؛ آسیب روحی بر اثر جدایی والدین، مرگ عزیزان یا حادثه ترسناک عاملی برای ایجاد اختلالات فکری اوست. تولد زودرس کودک هم نقش مهمی در یادگیری او دارد. ابتلا به بیماری یا عوامل ژنتیک هم بی‌تأثیر نیست، اما گاهی اوقات کودک بر اساس مشکلات عصبی و رشدی دیر آموز می‌شود؛ بنابراین والدین بعد از بی‌برن به این موضوع به جای سرگرفت‌زدن به بچه باید به مشاور مراجعه کنند تا با کمک او علت‌یابی شود.

کودک دیرآموز اگر مورد حمایت عاطفی قرار نگیرد، به مرور زمان نسبت به تحصیل و مهارت‌آموزی بی‌رغبت می‌شود و پرخاشگری را رویه خود می‌کند؛ بنابراین اگر پدر و مادرها با بی‌انگیزگی کودک خود مواجه شدند یا اینکه می‌بینند فرزندشان توجه زیادی به بازی دارد باید موضوع را پیگیری کنند. تمرکز پایین،نداشتن اعتماد به‌نفس،محبت‌پذیری بالا اگر کم‌هی،بی‌ثباتی عاطفی و استرس زیاد از دیگر علامت کودک دیرآموز است.

بعضی از پدر و مادرها یا اولیای مدرسه به‌دلیل مشغله ممکن است از آموزش کودک دیرآموز خسته شوند و او را به حال خود رها کنند. این کار در دسرهای زیادی را در آینده برای کودک به‌وجود می‌آورد. از آنجا که بچه دیرآموز مورد تمسخر دوستانش قرار می‌گیرد، او کم‌کم از رفتن به مدرسه سرباز می‌زند و تمایل به غیبت دارد. توصیه‌من به معلمان و والدین این است که در کنار هم قرار بگیرند و از روش آموزش ترمیمی استفاده کنند.شاید برای فرستان کودک دیرآموز به مدرسه معمولی منعی وجود نداشته‌باشد، اما وقتی این بچه‌ها در کنار دانش‌آموزانی با بهره هوشی نرمال قرار می‌گیرند، حس سرخوردگی پیدا می‌کنند؛بنابراین پدر و مادرها حتما از مشاور تربیتی و تحصیلی کمک بگیرند.شاید نیاز باشد کودک یک سال تحصیلی را با تکرار یاد بگیرد.

#### حال خوب

### مراقب خودمان باشیم

مراقبت از خود، بخشی از زندگی روزانه است. باید آن را در اولویت امور خود قرار دهیم؛ چرا که این امر مهم، نقش تأثیر گذاری در سلامت و خوب زیستن ما دارد. در واقع مراقبت از خود اقداماتی است که نیازهای روانی و اجتماعی هر فرد را بر طرف می‌کند. سارا نوروزی، استاد دانشگاه و مددکار اجتماعی، خودمراقبتی را عاملی برای کاهش استرس ناشی از محیط کار یاددغدغه‌های روزمره می‌داند. او می‌گوید: «خودمراقبتی یعنی هر گونه فعالیتی که به احساس خوب داشتن ختم شود، مثل خواب کافی، رژیم غذایی و ورزش کردن در واقع با این روش به‌صورت آردی زمانی را برای خودمان در نظر گرفته‌ایم و کارهایی را انجام می‌دهیم که باعث حفظ و تقویت جوانی و انرژی مان می‌شود. داشتن یک برنامه جامع خودمراقبتی، در ارتباط با چگونگی رفتار ما با بدن، ذهن و روح و روانمان است. با چنین برنامه‌ای می‌توانیم گام‌های کوچکی برای کاهش استرس و بهبود کیفیت زندگی مان برداریم.

به‌طور مثال، اگر کسی از گونومی محیط کار را به‌خوبی رعایت کند اما از حمایت اجتماعی همکاران و مدیران خود بر خوردار نباشد، با گذشت زمان، انگیزه شغلی و کاری خود را از دست می‌دهد و علاوه بر آن استرس شغلی را تجربه می‌کند. با بیماری که رژیم غذایی را رعایت می‌کند اما دوست و هم صحبتی ندارد، به مرور تمایل خود را برای مراقبت و نگهداری از خود از دست می‌دهد. در کشور انگلستان حدود ۴۰ درصد مراجعه‌کنندگان به پزشکان و مراکز اورژانس، ناخوشی‌های جزئی دارند و به سادگی توسط خود بیمار درمان می‌شوند اما آنها ترجیح می‌دهند که برای معاینه نزد پزشک بروند.

برای خودمراقبتی چک‌لیستی از سوی مراجع علمی و بهداشتی سراسر جهان پیشنهاد شده است:

- به قدر کافی بخوابید و هر روز در ساعت مقرر بیدار شوید.
- روزانه ۸ تا ۱۰ لیوان آب بنوشید.
- روزانه حداقل ۳۰ دقیقه پیاده روی کنید یا حرکات کششی و موزون انجام دهید.
- گاهی پنجره را باز کنید و هوای تازه بخورید و روزانه ۱۵ دقیقه زیر نور مستقیم آفتاب قرار بگیرید.
- به حالت های بدن خود در زمان بیداری توجه کنید. مثلا ساعت ها قرا گرفتن در حالت دراز کشیده در رختخواب، باعث سردرهای صبحگاهی، یوکی استخوان و بیماری های قلبی می‌شود. هر ۲ روز بی تحرکی و دراز کشیدن در رختخواب، یک بار در دقیقه ضربان قلب فرد را افزایش می‌دهد که به مرور می‌تواند سبب بزرگی قلب، افزایش فشار خون و مشکلات قلبی شود.
- سعی کنید هر روز، یک مطلب نو و موضوعی متفاوت بیاموزید.

#### گاهی وقت‌ها رفتار

خود والدین می‌تواند این وابستگی را در کودک تشدید کند؛ مثلا والدینی که به کودک استقلال کافی نمی‌دهند، باعث می‌شوند که کودک، حتی در سنین بالاتر هنگامی که برای مدت کوتاهی از والدین خود دور باشد، دچار اضطراب و استرس شود؛ به همین علت، رفتار خانواده نیز می‌تواند دلیل این وابستگی‌ها شناخته شود.

#### برای کاهش وابستگی

کودک ابتدا باید ترس کودک را درک کنید و واقعی بودن اضطراب او را بپذیرید و حواستان باشد که به هیچ‌وجه او را به‌خاطر جمع‌گریز بودن سرزنش نکنید. اگر به‌طور قورباغه و نهنگ فتوا داده‌اند: «حلال نیست. از حیوانات دریایی فقط ماهی فلس‌دار و میگو حلالند.» همچنین آیت‌الله مکارم‌شیرازی خرچنگ و لاک‌پشت را حرام‌گوشت اعلام کرده است. آیت‌الله صافی‌گلپایگانی خرید و فروش و خوردن خرچنگ را جایز ندانسته و فتوا داده‌اند: «فروختن آن نیز برای خوردن جایز نیست، ولی چنانچه خرچنگ منفعت محله داشته باشد از قبیل خوراک طیور و... فروختن آن برای این جهت اشکال ندارد.»

بدون اطلاع دادن به کودک، او را در جمع رها نکنید. قیصل از اینکه بخواهید او را تنها بگذارید، به زبان ساده برایش توضیح بدهید که چه کارهایی در نبود شما می‌تواند انجام دهد و به او احساس امنیت و آرامش بدهید. توجه داشته باشید که در صورت تنها گذاشتن کودک بدون اطلاع قبلی، دیگر هیچ‌گاه به شما اعتماد نخواهد کرد و به همین علت، دائما به شما می‌چسبد.

کودکی که همیشه به شما وابسته بوده، وقتی جدا کنید به سادگی قبول نخواهد کرد و به گریه‌کردن یا داد کشیدن متوسل می‌شود. در این شرایط آرامش خود نشان را حفظ کنید و بسرای خود کودک هم که شده، تصمیم خود را عوض نکنید.

گرافیک،مهمشهری آیدینوش آبر