

عدد خیر

۴۰۰۰ واحد

زمن

۱۰۴ صنعت

زمن

آب و هوا

### ادامه بارندگی در ۱۲ استان

امروز، سه شنبه در بخش هایی از ایلام، لرستان، کرمانشاه، یزد، اصفهان، کهگیلویه و بویراحمد، چهارمحال و بختیاری، فارس، کرمان، سیستان و بلوچستان، هرمزگان و خراسان جنوبی بارندگی داریم. کارشناس سازمان هواشناسی کشور به همشهری می گوید: «در جنوب شرق کشور بارش های پراکنده کرمان، هرمزگان، فارس، سیستان و بلوچستان را دربرمی گیرد.»

به گفته کبیری رفیعی، آب های جنوبی کشور به ویژه خلیج فارس طی ۳ روز آینده موج و متلاطم است.

کارشناس سازمان هواشناسی می گوید: «در روزهای چهارشنبه و پنجشنبه (۱۳ و ۱۴دی) در بیشتر مناطق کشور جو نسبتا پایدار خواهد بود. البته این امیدواری وجود دارد که روز جمعه (۱۵دی) مسامانه بارشی که از شمال غرب وارد کشور می شود، ابتدا مناطق شمال غرب و سپس سواحل غربی دریای خزر را در برگیرد.»

عدد خیر

۸۳۰۰ میلیارد

۲ میلیون

۲ میلیون

نکته روز

### چه آبمیوه هایی در فصل سرما مناسب است؟

سیستم گوارش در فصل زمستان ضعیف می شود و نوشیدن آبمیوه می تواند مشکلاتی را مانند خستگی و نفخ ایجاد کند. اما به معنای آن نیست که نوشیدن آبمیوه حذف شود. برخی آبمیوه ها حاوی ویتامین ها و مواد معدنی هستند و می توانند به تقویت سیستم ایمنی در طول زمستان کمک و در سرماخوردگی و آنفلوآنزا پیشگیری کنند. آب پرتقال یکی از آنهاست؛ در کنار آن ویتامین ث که باعث تقویت سیستم ایمنی می شود، با سرماخوردگی و آنفلوآنزا مقابله می کند و آنتی اکسیدان موجود در آن منجر به کاهش التهاب و خطر احتمال ابتلا به بیماری قلبی است. آب زغال اخته هم سرشار از آنتی اکسیدان است و باعث بهبود هضم و کاهش التهاب می شود. آب میوه ترکیبی از سیب، چغندر و هویج هم سرشار از بتاکاروتن است و می توان آن، منیزیم، پتاسیم و فولات را با مصرف آن دریافت کرد.



### تحقق صد درصدی اشتغال زایی در آذربایجان شرقی

محمد کلامی، معاون هماهنگی امور اقتصادی استاندار آذربایجان شرقی: میزان تعهد استان در سامانه رصد در حوزه اشتغال زایی برای سال جاری بیش از ۱۰۰ درصد محقق شده است. آمار اشتغال ایجاد شده در استان به تفکیک جنسیتی ۶۹.۳ درصد مرد و ۳۰.۷ درصد زن است.



### دستور فوری رئیس جمهور برای تعیین تکلیف وضعیت برنج مازندران

سید محمود حسینی پور، استاندار مازندران: رئیس جمهور برای تعیین تکلیف وضعیت برنج استان و جلوگیری از واردات بی رویه، دستور فوری صادر کرده است. بهره گیری از تولید برنج داخلی و امتناع از واردات بی رویه برنج خارجی از رئیس جمهوری مطالبه شده بود.

# این شهر خواب ندارد

به بهانه روز رشت، علت شکل گیری زیست شبانه در این شهر را که حسابی طرفدار دارد، بررسی کرده ایم

#### گزارش

را حله عبدالحسینی روزنامه نگار

شهر باران های تفره ای، شهر خانه های سفالی، شهر اولین ها، شهر تالابها و رودخانه ها و شهر خلاق خوراک فقط و فقط نام رشت را در ذهن تداعی می کند. حالا به این توصیف ها «شهر زنده در شب» را هم باید اضافه کرد. چندی است پرونده ثبت جهانی رشت به عنوان تنها شهر زنده در شب کشور نیز به جریان افتاده و امروز به مناسبت ۱۲دی، روز ملی رشت به سراغ دلایل شکل گیری شب زنده داری در این شهر می رویم. تا پاسی از شب تردد و گشت و گذار در بافت تاریخی رشت (میدان شهر داری، سبزه میدان، خیابان شریعتی و بخشی از خیابان سعدی) جریان دارد که از آن به عنوان زیست شبانه یاد می شود و رستوران ها و کافه ها و حتی گاری های کبابی برای شهروندان و گردشگران انواع غذاهای محلی را آماده می کنند. بیره نیست که رشت، شهر طعم و عطر و رنگ هم هست. «ناصر طالع ماسوله» استاد دانشگاه و کارشناس گردشگری از دیدگاه فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی و شب های زنده رشت یاد می کند که این پدیده را به برای گردشگران داخلی و خارجی تبدیل کرده است.



#### از دیدگاه اقلیم

شرایط اقلیمی گیلان به ویژه شرحی بودن رشت در تابستان، گذراندن اوقات فراغت در فضای خارج از خانه را سخت می کرد. مردم هم آموخته بودند که بهتر است در روز به کارهای شخصی و امور منزل و تحصیل رسیدگی کنند و شب ها را به دید و بازدید در محل های عمومی، دورهمی، قدم زدن و گشت و گذار در شهر بپردازند.



#### از دیدگاه اقتصادی

حضور و فعالیت تمام دستفروشان و به ویژه اغذیه فروشان تا نماز صبح در خیابان های رشت باعث شده که پدیده شب زنده داری در رشت از دیدگاه چهارم هم بررسی شود و آن دیدگاه اقتصادی و اشتغال زایی است. گذر از محل های رشت نشان می دهد در شب ده های پرتردد، غذاهای محلی می فروشند. آمار نشان می دهد تعداد دستفروشان اغذیه فروشان تا هزار نفر هم می رسد. هزار نفری که به کار و کسب مشغول اند و از این فرصت برای کسب درآمد بهره مند شده اند. در واقع اشتغال زایی به صورت مستقیم در جریان است. این چهار دیدگاه در کنار هم جاذبه های ارقم زنده تان که بسیاری از گردشگران داخلی و خارجی را برای دسین زندگی شبانه به رشت می کشاند.

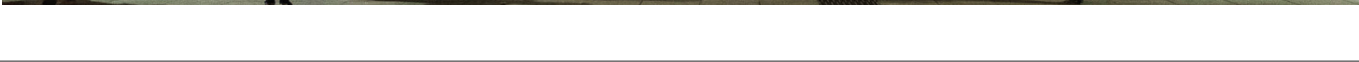
# ۴۴

به بهانه روز رشت، علت شکل گیری زیست شبانه در این شهر را که حسابی طرفدار دارد، بررسی کرده ایم

از دیدگاه اجتماعی مطالعه جامعه شناسی مردم رشت نشان می دهد که اهل تفریح و تفریح هستند. گذراندن اوقات فراغت برای آنان در بیرون از خانه اهمیت دارد. قرار دادن دیدگاه های فرهنگی و اقلیمی در کنار دیدگاه اجتماعی پدیده های به وجود می آورد که از آن به عنوان شب زنده داری یا تفریحات شبانه یاد می شود.

#### از دیدگاه اجتماعی مطالعه جامعه شناسی مردم رشت نشان می دهد که اهل تفریح و تفریح هستند. گذراندن اوقات فراغت برای آنان در بیرون از خانه اهمیت دارد. قرار دادن دیدگاه های فرهنگی و اقلیمی در کنار دیدگاه اجتماعی پدیده های به وجود می آورد که از آن به عنوان شب زنده داری یا تفریحات شبانه یاد می شود.

ظهور و فعالیت تمام دستفروشان و به ویژه اغذیه فروشان تا نماز صبح در خیابان های رشت باعث شده که پدیده شب زنده داری در رشت از دیدگاه چهارم هم بررسی شود و آن دیدگاه اقتصادی و اشتغال زایی است. گذر از محل های رشت نشان می دهد در شب ده های پرتردد، غذاهای محلی می فروشند. آمار نشان می دهد تعداد دستفروشان اغذیه فروشان تا هزار نفر هم می رسد. هزار نفری که به کار و کسب مشغول اند و از این فرصت برای کسب درآمد بهره مند شده اند. در واقع اشتغال زایی به صورت مستقیم در جریان است. این چهار دیدگاه در کنار هم جاذبه های ارقم زنده تان که بسیاری از گردشگران داخلی و خارجی را برای دسین زندگی شبانه به رشت می کشاند.



# تندرستی

عدد خیر

۸۳۰۰ میلیارد

۲ میلیون

۲ میلیون

نکته روز

### چه آبمیوه هایی در فصل سرما مناسب است؟

سیستم گوارش در فصل زمستان ضعیف می شود و نوشیدن آبمیوه می تواند مشکلاتی را مانند خستگی و نفخ ایجاد کند. اما به معنای آن نیست که نوشیدن آبمیوه حذف شود. برخی آبمیوه ها حاوی ویتامین ها و مواد معدنی هستند و می توانند به تقویت سیستم ایمنی در طول زمستان کمک و در سرماخوردگی و آنفلوآنزا پیشگیری کنند. آب پرتقال یکی از آنهاست؛ در کنار آن ویتامین ث که باعث تقویت سیستم ایمنی می شود، با سرماخوردگی و آنفلوآنزا مقابله می کند و آنتی اکسیدان موجود در آن منجر به کاهش التهاب و خطر احتمال ابتلا به بیماری قلبی است. آب زغال اخته هم سرشار از آنتی اکسیدان است و باعث بهبود هضم و کاهش التهاب می شود. آب میوه ترکیبی از سیب، چغندر و هویج هم سرشار از بتاکاروتن است و می توان آن، منیزیم، پتاسیم و فولات را با مصرف آن دریافت کرد.



### کاهش ۴۰۰ هزار مرگ زودرس با کنترل ۲ عارضه خطرناک

کوروش اعتماد، مدیرکل دفتر مدیریت بیماری های غیرواگیر وزارت بهداشت: با کنترل قندخون بالا و پرفشاری خون می توان ۴۰۰ هزار مرگ زودرس را کاهش داد، چون ۳۰ درصد افراد دیابتی و ۴۰ درصد افراد مبتلا به پرفشاری خون، از بیماری خود اطلاع ندارند.



### معافیت مالیاتی کادر درمان در مناطق محروم

سلمان اسحاقی، سخنگوی کمیسیون بهداشت و درمان مجلس: براساس مصوبه کمیسیون باهدف افزایش ارتقای انگیزه کادر درمان برای حضور در مناطق محروم، حقوق و مزایای شاغلان گروه سلامت در مناطق محروم و همچنین کارانه پزشکان و اعضای هیات علمی بالینی تمام وقت جغرافیایی از پرداخت هرگونه مالیات معاف شدند.

# داروی قاچاق در سیستمی فروشی!

انواع اقلام دارویی - بهداشتی نوزادان در سیستمی فروشی های تهران یافت می شود

#### گزارش

پروانه بندبی روزنامه نگار

موجود نبودن تعدادی از اقلام بهداشتی و درمانی خارجی نوزاد در داروخانه چند سالی است که راه را بر ورود غیرقانونی و قاچاق آنها به کشور و رونق گرفتن بازارهای آزاد بساز کرده است؛ محصولاتی مانند شیشه شیر، پستانک، شامپو، گرم سوختگی، پا، قطره های آنتی کولیک، گرم ترک بارداری و... که ورودشان قاچاق محسوب می شود، اما در سیستمی فروشی ها، آنلاین شاپ ها، سایت ها و حتی استارت آپ های معروف موجود هستند. سری به یکی از راسته های سیستمی فروشی معروف تهران زده ایم تا ببینیم ماجرا چیست.

#### نگاه منتقد مادران

بسیاری از مادران از اثر بخشی برخی اقلام دارویی موجود در سیستمی ها و همچنین داروهای کولیکی رضایت ندارند، اما معتقدند داروهای که پزشکان اطفال هم معرفی می کنند با وجود قیمت مناسب داروهای ایرانی و بسا وجود یافت شدن در داروخانه کارایی ندارند.

#### قطره های خارجی اثری نداشت

یکی از مادران به همشهری می گوید: «هن سیستمی دارویی موجود در سیستمی ها و همچنین داروهای کولیکی رضایت ندارند، اما معتقدند داروهای که پزشکان اطفال هم معرفی می کنند با وجود قیمت مناسب داروهای ایرانی و بسا وجود یافت شدن در داروخانه کارایی ندارند.»

#### توضیح سیستمی فروشی ها

اما سیستمی فروشی ها این موضوع را قبول ندارند و می گویند اینکه یک برند برای همه افراد جوابگو نباشد، طبیعی است، اما دلیل بر فیک یا تقلبی بودن محصول نیست، یکی از آنها می گوید: «همی شود مثلا گافت ۱۰۰ درصد کسانی که از محصولات موسلا استفاده کرده اند، راضی بوده اند، اما تعداد زیادی از مادران از این محصول راضی هستند و با وجود قیمت گران آن را تهیه می کنند؛ بنابراین اگر تعدادی از والدین از



#### پای بلاگها در میان است

مکت

سیستمی فروشی ها یکی از دلایل سردگمی مادران و بهبود نیافتن کولیک کودک را انتخاب نادرست محصولات از سوی والدین و تحت تأثیر تبلیغات بلاگها می دانند. یکی از مغزداران می گوید: «متأسفانه بلاگها روی ذهنیت و انتخاب خیلی از مادران تأثیر می گذارند. آنها می آیند از لایف استایل کودکان و بدون در اینستاگرام می گذارند و یک برند را تبلیغ می کنند و آن برند را خوب نشان می دهند؛ مثلا می گویند ما با این شیشه شیر به بچه شیر دادیم و عالی بود. آنها جنس های را تبلیغ می کنند که اصلا مورد نیاز ما نیست و حتی به مشتری پیشنهاد نمی کنیم؛ مثلا یک دوره مسادران زیادی مراجعه می کردند و محصولات های ارثی (he or she) را می خواستند و معلوم بود که تحت تأثیر بلاگها هستند.»

محصولات موجود در سیستمی فروشی ها نارضی هستند، دلیل بر فیک بودن یا کیفیت پایین اجناس موجود نیست.»

#### چه محصولاتی فیک دارند؟

یکی دیگر از فروشندگان می گوید: «یک سری محصولات، فیک دارند، اما اقلام بهداشتی خیر. تنها مسئله اقلام بهداشتی، تاریخ مصرف آنهاست. پیش می آید که تاریخ محصولی گذشته باشد یا تاریخ انقضای آن نزدیک باشد، اما فیک بودن محصولات را قبول ندارم؛ مثلا سیستمی فروشی است و هیچ فیکتی ندارد. تنها موردش این است که فرانسه آن را به سفارش ترک و امارات هم تولید می کند که لیبیل با برچسب نشان ترکی یا عربی است. خیلی ها همین را به حساب فیک بودن آن می گذارند؛ مثلا جانسون یک برند قدیمی آمریکایی است، ولی الان، هم برای ترکیه پر می شود، هم با لیبیل ایتالیا و عرب موجود است، اما فیک ندارد.»

عکس همشهری اجتماعی سر ایلام پور

یادداشت

ارزو دهقانی؛ کارشناس سلامت در بلایا و فوریت ها

### برنامه های سازمان جهانی بهداشت در ۲۰۲۴

سال ۲۰۲۳ به پایان رسید و میلیون ها کارمند بهداشتی مراقبان سلامت با تعداد بی سابقه چالش های بهداشتی مرتبط با آب و هوا و بحران های ناشی از درگیری های جدید و در حال گسترش مواجه بودند. در هفتاد و هفتمین مجمع جهانی بهداشت (دربهبهشت ۱۴۰۳ - می ۲۰۲۴)، کشورها توافقنامه بین المللی جدیدی را که به عنوان توافق و هماهنگی مشترک در همه گیری ها شناخته می شود، بررسی خواهند کرد. هدف از این توافق جلوگیری از تکرار اثرات مخرب بهداشتی و اجتماعی ناشی از کووید ۱۹ در صورت بروز در آینده است. البته که سال گذشته میلادی در حوزه سلامت اتفاقات عجبی هم تجربه شد که با تدابیر سازمان جهانی بهداشت همراه بود، بخشی از آنها به شرح زیر است:

- ۲۰۲۳ سالی بی سابقه برای حذف بیماری ها بود؛ بیماری های عفونی همچون مالاریا در آذربایجان و تاجیکستان، تریانومیزامیس انسانی در غنا، تراخم در مالی و عراق، فیلاریازیس لنفواوی و لیشماتیوز احشایی در بنگلادش.
- پس از ساخت واکسن علیه کووید ۱۹، تا نوامبر ۲۰۲۳ با تریق ۱۲.۶ میلیارد دوز در سراسر جهان از بیماری شدید و بستری شدن میلیون ها نفر در بیمارستان جلوگیری شد.
- سال ۲۰۲۳ بسیاری از بیماری های عفونی سیاه زخم، چیکنگولیا، وای، تب خونریزی دهنده کریمه کنگو، تب دانگ، دفتیری و آنفلوآنزا شیوع داشت.
- در زلزله افغانستان، نیال، سوریه و ترکیه، سیل ویرانگر در لیبی، پاکستان و سودان جنوبی همچنین امواج گرما، آتش سوزی، خشکسالی و... سازمان جهانی بهداشت تیم های فوریت پزشکی ارسال کمک های پزشکی اضطراری و... را در اولویت قرار داد.
- در سال گذشته میلادی گرمای شدید، یخبندان ها و هوایی و آلودگی هوا باعث مرگ میلیون ها نفر شد. سازمان جهانی بهداشت، یک چارچوب عملیاتی برای مقاوم سازی و بهبود تاب آوری سیستم های بهداشتی در برابر تغییرات آب و هوا منتشر کرد.
- سالانه ۲۶ هزار نفر بر اثر غرق شدگی جان خود را از دست می دهند که بالاترین میزان در کودکان یک تا ۴ ساله است. سال گذشته نخستین قطعه نامه در مورد پیشگیری از غرق شدگی تصویب و WHO از ۱۹۴ کشور عضو درخواست کرد بازایی این وضعیت، اقدامات مناسب را اجرایی کنند.