خبر

اصفهان در آماده‌باش سلامت؛ کارگروه اضطراری تشکیل شد

مدیرکل مدیریت بحران اصفهان از تشکیل کارگروه اضطراری برای مقابله با بحران‌های سلامت خبر داد.

منصور شیشه‌فروش با اشاره به ضرورت آمادگی دستگاه‌ها برای مقابله با مخاطرات سلامت گفت: بیماری‌های قلبی و عروقی، سکته، فشار خون، چاقی، افسردگی و سرطان از جمله بحران‌هایی هستند که نباید از کنار آن‌ها به‌سادگی عبور کرد؛ به همین منظور هفته آینده نشست اضطراری برای بررسی راهکارهای مقابله با این بحران‌های پنهان برگزار می‌کنیم تا دستگاه‌های مختلف برای مدیریت آن‌ها هماهنگ شوند. او با تأکید بر نقش کارشناسان بهداشت حرفه‌ای، ایمنی و محیط‌زیست در پیشگیری از حوادث و تهدیدهای سلامت افزود: کارشناسان HSE باید به‌عنوان دیده‌بان حوزه تولید فعالیت کنند، برای مخاطرات احتمالی سناریوهای مشخص داشته باشند و با فعال نگه داشتن کارگروه‌های ایمنی و برگزاری آموزش‌های تخصصی، آمادگی واحدهای صنعتی را افزایش دهند. مدیرکل مدیریت بحران استانداری اصفهان ادامه داد: مصوبات این نشست نیز باید در سه محور محیط‌زیست، ایمنی و بهداشت ابلاغ شود و اجرای آن‌ها به‌صورت مستمر مورد پیگیری قرار گیرد. شیشه‌فروش با اشاره به آمار حوادث شغلی در استان اظهار کرد: بر اساس گزارش اداره کار، در شش ماهه اول امسال ۴۷۴ حادثه رخ داده که ۲۷۷ مورد آن مربوط به بخش صنعت بوده است؛ در حالی که با شناسایی خطرها و انجام اقدامات پیشگیرانه در زمان مناسب می‌توان از وقوع بخش قابل توجهی از این حوادث جلوگیری کرد. او با اشاره به ضرورت توجه به نشانه‌های اولیه خطر در محیط‌های کاری خاطرنشان کرد: نظریه پنجره‌های شکسته بر این نکته تأکید دارد که اگر یک نقص یا آسیب در همان مراحل اولیه برطرف نشود، زمینه برای بروز مشکلات بیشتر فراهم می‌شود و در نهایت کل سیستم به سمت فرسودگی می‌رود. مدیرکل مدیریت بحران استانداری اصفهان در بخش دیگری از سخنانش با تشریح خسارات واردشده به استان در جنگ رمضان گفت: در جریان این جنگ ۲۱ هزار و ۲۰۰ واحد مسکونی، حدود ۳ هزار و ۸۰۰ خودرو، ۱۴۹ واحد آموزشی، بیش از یک‌هزار و ۷۹۰ واحد صنعتی و ۱۵۰ واحد کشاورزی آسیب دیدند. او افزود: در این حوادث بیش از ۲۰ شهید کارگر داشتیم، اما با وجود خسارات گسترده، فعالیت‌ها متوقف نشد و چرخه تولید در استان ادامه پیدا کرد. شیشه‌فروش با اشاره به اقدامات انجام‌شده برای جبران خسارات بیان کرد: تاکنون ۹۹ درصد خسارات بخش مسکن جبران شده، خسارت ۳ هزار و ۴۰۰ خودرو پرداخت شده و ۱۴۵ واحد آموزشی نیز فعالیت خود را از سر گرفته‌اند. او با بیان اینکه ناترازی در تأمین آب، گاز و برق نیز مشکلاتی برای استان ایجاد کرد، تصریح کرد: با وجود این شرایط، ساختار مدیریت استان توانست تاب‌آوری خود را حفظ کند. اساساً جامعه‌ای تاب‌آور محسوب می‌شود که توانایی حفاظت از سلامت خود را داشته باشد و سلامت نیز یکی از پایه‌های اصلی توسعه پایدار است. مدیرکل مدیریت بحران استانداری اصفهان با اشاره به اقدامات پیشگیرانه برای مقابله با بارندگی‌های شدید و پدیده ال‌نینو گفت: کارشناسان هواشناسی از تابستان وقوع این پدیده را پیش‌بینی کرده بودند و بر همین اساس، از دو ماه قبل دستورالعمل‌های آمادگی در استان صادر شد و بیش از ۵۰ کیلومتر از رودخانه‌ها نیز ساماندهی شد. او با اشاره به بارش‌های قابل توجه امسال در برخی مناطق استان خاطرنشان کرد: فریدون‌شهر تاکنون ۱۷۵ میلی‌متر و سرشاخه‌های زاینده‌رود بیش از ۳۰۰ میلی‌متر بارندگی داشته‌اند؛ این در حالی است که میزان بارش در همین بازه زمانی سال گذشته صفر بود.

سهم ۸ درصدی اصفهان از سرطان کشور

معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی اصفهان گفت: ۸ درصد موارد سرطان کشور مربوط به اصفهان است.

حمید گله‌داری با اشاره به سهم بالای این استان از موارد ابتلا به سرطان گفت: در حالی که اصفهان ۶ درصد جمعیت کشور را دارد، ۸ درصد موارد سرطان در این استان ثبت شده و همین موضوع اصفهان را در میان پنج استان اول کشور از نظر ابتلا به این بیماری قرار داده است. او با اشاره به الگوی ابتلا به سرطان در استان اظهار کرد: سرطان پستان، روده بزرگ، پروستات و پوست بیشترین فراوانی را دارند و در کنار این موارد، آمار سرطان تیروئید نیز در حال افزایش است. معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی اصفهان با تأکید بر اهمیت شناسایی بیماری در مراحل اولیه افزود: سرطان پستان و سرطان کولورکتال از جمله بیماری‌هایی هستند که می‌توان با غربالگری، آن‌ها را پیش از پیشرفت شناسایی و درمان را در مراحل ابتدایی آغاز کرد. گله‌داری بیان کرد: بر همین اساس، با مشارکت فولاد، برنامه غربالگری این دو سرطان را برای جمعیت هدف حدود ۲.۵ میلیون نفری استان به اجرا گذاشتیم که از مهرماه سال گذشته تاکنون بیش از ۶۰۰ هزار نفر را تحت پوشش قرار داده است.

او ادامه داد: از مجموع افراد غربالگری‌شده، حدود ۲۰۰ هزار نفر در گروه بررسی سرطان کولورکتال و ۴۰۰ هزار نفر در گروه غربالگری سرطان پستان قرار داشتند. در جریان اجرای این برنامه نیز نزدیک به ۲۰۰ بیمار شناسایی شدند که پیش از آن از ابتلای خود خبر نداشتند؛ تعدادی از این افراد کارگران واحدهای صنعتی بودند که بیماری آن‌ها با انجام رایگان تست فیت تشخیص داده شد.

فناوری‌های نوین به کمک مدارس مناطق محروم می‌آیند

هوش مصنوعی در خدمت عدالت آموزشی





سید مهدی رضوی

معاون رئیس‌جمهور و رئیس سازمان برنامه و بودجه کشور با تأکید بر ضرورت تحول در نظام تعلیم و تربیت گفت: فناوری‌های نوین و هوش مصنوعی باید امکان دسترسی دانش‌آموزان مناطق حاشیه‌ای، روستایی و عشایری به آموزش‌های باکیفیت را فراهم کند تا فاصله آموزشی میان این مناطق و مدارس برخوردار مراکز شهری کاهش یابد.

عدالت آموزشی یکی از مهم‌ترین الزامات توسعه کشور و از موضوعات اساسی در تربیت نسل آینده است؛ موضوعی که تحقق آن تنها با ساخت مدرسه و تأمین تجهیزات امکان‌پذیر نیست و به تغییر رویکردهای آموزشی، ارتقای کیفیت تدریس، توانمندسازی معلمان و استفاده از فناوری‌های جدید نیاز دارد. سید حمید پورمحمدی، معاون رئیس‌جمهور و رئیس سازمان برنامه و بودجه کشور در آیین تجلیل از خیرین مدرسه‌ساز استان اصفهان در هتل ویرا، با اشاره به ضرورت بازنگری در برنامه‌های توسعه آموزش کشور، دانش‌آموز و کیفیت آموزش و تربیت او را محور اصلی نظام تعلیم و تربیت دانست و بر لزوم بهره‌گیری از ظرفیت هوش مصنوعی برای کاهش نابرابری‌های آموزشی تأکید کرد. در این مراسم، علاوه بر موضوع عدالت آموزشی و نقش فناوری‌های نوین، ضرورت احیای الگوی دارالفنون، توجه به جایگاه معلمان، توسعه مدرسه‌یاری، مشارکت خیران در ارتقای کیفیت آموزش و گسترش آموزش‌های مهارتی نیز مورد توجه قرار گرفت.

هوش مصنوعی؛ راهکاری برای کاهش شکاف آموزشی

پورمحمدی با اشاره به ضرورت بازنگری در رویکردهای توسعه آموزش کشور اظهار کرد: ساخت مدرسه، تأمین تجهیزات و فراهم کردن زیرساخت‌های آموزشی، بخش کالبدی نظام تعلیم و تربیت است، اما آنچه باید در کانون برنامه‌ریزی‌ها قرار گیرد، دانش‌آموز و کیفیت تربیت و آموزش اوست. او با بیان اینکه عدالت آموزشی همچنان یکی از مسائل مهم نظام تعلیم و تربیت کشور به شمار می‌رود، افزود: دانش‌آموزان مناطق حاشیه شهرها، روستاها و مناطق عشایری از امکانات آموزشی مشابه دانش‌آموزان مدارس واقع در مراکز برخوردار شهری بهره‌مند نیستند و برای کاهش این فاصله باید از ظرفیت فناوری‌های جدید استفاده کرد. رئیس سازمان برنامه و بودجه کشور تصریح کرد: فناوری‌های نوین و هوش مصنوعی می‌توانند امکان دسترسی دانش‌آموزان مناطق کمتر برخوردار و دورافتاده را به آموزش‌های باکیفیت فراهم کنند. با استفاده از این ظرفیت می‌توان محتوای آموزشی و تجربیات بهترین مدارس کشور را در اختیار دانش‌آموزانی قرار داد که به دلیل محدودیت‌های جغرافیایی یا کمبود امکانات، امکان بهره‌مندی از چنین فرصت‌هایی را ندارند. به گفته او، فناوری می‌تواند بخشی از محدودیت‌های موجود در مسیر آموزش را جبران کند و زمینه دسترسی عادلانه‌تر دانش‌آموزان به امکانات آموزشی را فراهم آورد. در این رویکرد، محل زندگی نباید مانعی برای برخورداری از آموزش باکیفیت باشد. پورمحمدی ادامه داد: تحول آموزشی نباید صرفاً به ساخت مدرسه، تأمین تجهیزات و فراهم کردن امکانات فیزیکی محدود شود، بلکه باید دانش‌آموز به‌عنوان محور اصلی نظام آموزشی مورد توجه قرار گیرد. ظرفیت‌ها، استعدادها، علایق و وضعیت تحصیلی دانش‌آموزان و همچنین مسائل و آسیب‌های اجتماعی و روانی آنان باید به‌صورت دقیق شناسایی و مدیریت شود. این نگاه، ضرورت توجه به تفاوت‌های فردی دانش‌آموزان و طراحی برنامه‌های آموزشی متناسب با نیازهای آنان را برجسته می‌کند؛ موضوعی که در کنار توسعه زیرساخت‌ها می‌تواند به ارتقای کیفیت آموزش کمک کند.

ضرورت توانمندسازی معلمان و احیای الگوی دارالفنون

رئیس سازمان برنامه و بودجه کشور در بخش دیگری از سخنان خود بر ضرورت بازتعریف نقش معلمان در نظام آموزشی تأکید کرد و گفت: در الگوی جدید تعلیم و تربیت، معلمان باید به آخرین دانش‌ها، فناوری‌ها و روش‌های آموزشی روز مجهز شوند. او افزود: فناوری می‌تواند هم در ارتقای توانمندی معلمان و هم در شناسایی نیازها و استعدادهای دانش‌آموزان نقش مؤثری ایفا کند. بنابراین، تحول آموزشی زمانی تحقق می‌یابد که علاوه بر فراهم کردن ابزارهای جدید، توانایی استفاده مؤثر از این ابزارها نیز در میان معلمان تقویت شود. پورمحمدی با اشاره به نقش تعیین‌کننده معلمان در شکل‌گیری آینده دانش‌آموزان خاطرنشان کرد: یک رفتار، راهنمایی یا حمایت به‌موقع از سوی معلم می‌تواند مسیر زندگی یک دانش‌آموز را تغییر دهد و او را از مسیری که ممکن است به آسیب‌های اجتماعی و بزهکاری منتهی شود، به سوی رشد و موفقیت هدایت کند. او همچنین با اشاره به ضرورت احیای الگوی دارالفنون در نظام آموزشی کشور گفت: دارالفنون در دوره شکل‌گیری خود مأموریت داشت دانش و فناوری‌های جدید را در اختیار نسل جوان قرار دهد و امروز نیز کشور به الگویی نوین از دارالفنون نیاز دارد که بتواند آموزش معلمان و دانش‌آموزان را متناسب با تحولات علمی و فناوری روز متحول کند. رئیس سازمان برنامه و بودجه کشور خاطرنشان کرد: توسعه فضاهای آموزشی بدون توجه به محتوای تعلیم و تربیت نمی‌تواند به‌تنهایی پاسخگوی نیازهای نسل آینده باشد و باید میان توسعه زیرساخت‌ها و ارتقای کیفیت آموزش پیوند برقرار شود. او سرمایه‌گذاری در حوزه دانش و تربیت نیروی انسانی را از اولویت‌های نظام آموزشی دانست و تأکید کرد که مدرسه باید علاوه بر فراهم کردن فضای مناسب برای تحصیل، زمینه رشد استعدادها و پرورش توانایی‌های دانش‌آموزان را نیز فراهم کند.

تقویت نهضت مدرسه‌یاری در کنار مدرسه‌سازی

مهدی جمالی‌نژاد، استاندار اصفهان در ادامه این آیین، با اشاره به نقش خیران در توسعه زیرساخت‌های آموزشی و اقدامات انجام‌شده در زمینه احداث و افتتاح مدارس، بر ضرورت تقویت نهضت مدرسه‌یاری در کنار مدرسه‌سازی تأکید کرد. او با بیان اینکه ارتقای کیفیت فضاهای آموزشی باید هم‌زمان با توسعه فیزیکی مدارس دنبال شود، اظهار داشت: توسعه آزمایشگاه‌ها، کارگاه‌های مهارتی، کتابخانه‌ها، فضاهای ورزشی و امکانات هوشمند آموزشی باید در کنار ارائه آموزش‌های مدرن، کاربردی و مهارت‌محور مورد توجه قرار گیرد. استاندار اصفهان همچنین با اشاره به برگزاری نشست‌های هفتگی برای بررسی مسائل و نیازهای مدارس، مشارکت خیران را در ارتقای امکانات آموزشی و تحقق اهداف مدرسه‌یاری مؤثر دانست. جمالی‌نژاد در پایان با قدردانی از مشارکت خیران و فعالان فرهنگی و آموزشی، بر تداوم همکاری‌ها برای توسعه زیرساخت‌های آموزشی و تقویت ظرفیت‌های انسانی و فرهنگی شاهین‌شهر تأکید کرد.

تغییر رویکرد جامعه خیران از مدرسه‌سازی صرف به مدرسه‌یاری

مجتبی ملاحمدی، رئیس مجمع خیران مدرسه‌ساز استان اصفهان، نیز از تغییر رویکرد جامعه خیران از مدرسه‌سازی صرف به مدرسه‌یاری خبر داد و گفت: در کنار تأمین فضای فیزیکی مدارس، موضوعاتی همچون ارتقای کیفیت آموزش، توانمندسازی معلمان و دانش‌آموزان و تدوین محتوای آموزشی در دستور کار قرار گرفته است. او با تأکید بر ضرورت تحقق عدالت آموزشی اظهار داشت: محل تولد و جغرافیا نباید تعیین‌کننده سرنوشت تحصیلی فرزندان این سرزمین باشد و عدالت آموزشی زمانی محقق می‌شود که دانش‌آموزان سیستان و بلوچستان از امکانات و کیفیت آموزشی برابر با دانش‌آموزان اصفهان و تهران برخوردار شوند. ملاحمدی خاطرنشان کرد: این رویکرد در دو سال گذشته آغاز شده و طرح‌های متعددی در استان‌های سیستان و بلوچستان، خوزستان، ایلام و اصفهان اجرا شده است.

تعهد ۲۰۰ هزار میلیارد ریالی خیران برای مدرسه‌سازی

رئیس مجمع خیران مدرسه‌ساز استان اصفهان در بخش دیگری از سخنان خود از تعهد ۲۰۰ هزار میلیارد ریالی خیران کشور برای توسعه فضاهای آموزشی در سال جاری خبر داد و گفت: سهم خیران نیک‌اندیش اصفهانی از این میزان، با امضای تفاهم‌نامه‌های جدید، ۱۵ هزار میلیارد ریال است. او افزود: خیران مدرسه‌ساز در سال گذشته نیز با وجود چالش‌های ناشی از جنگ، حوادث دی‌ماه و مشکلات اقتصادی، حدود ۳۰ همت در این بخش مشارکت کردند و نگذاشتند امید به آینده کمرنگ شود. ملاحمدی با اشاره به تداوم نهضت مدرسه‌سازی در سراسر کشور خاطرنشان کرد: تنها در روز گذشته عملیات کلنگ‌زنی یا افتتاح پروژه‌های آموزشی در ۱۱ استان انجام شد و در استان اصفهان نیز با پیگیری استاندار و همراهی دستگاه‌های اجرایی، طرح‌های متعددی در دستور کار قرار دارد. او همچنین به حادثه حمله به مدرسه میناب و شهادت ۱۶۸ دانش‌آموز اشاره کرد و گفت: پس از این واقعه، پویش ساخت مدرسه به نام شهدای دانش‌آموز میناب با استقبال گسترده خیران روبه‌رو شد و تاکنون بیش از ۱۵۰ مدرسه در استان‌های مختلف برای پیوستن به این طرح اعلام آمادگی کرده‌اند. به گفته او، عملیات اجرایی ۱۲ باب مدرسه در شهر میناب نیز آغاز شده و تمامی این پروژه‌ها وارد مرحله اجرا شده‌اند. پیشرفت فیزیکی برخی از این مدارس به حدود ۵۰ درصد رسیده است. رئیس مجمع خیران مدرسه‌ساز استان اصفهان درباره وضعیت پروژه‌های آموزشی استان نیز اظهار کرد: در حال حاضر حدود ۵۰۰ پروژه نیمه‌تمام در اصفهان وجود دارد که بخش قابل توجهی از آن‌ها با اعتباراتی بین ۲۰ تا ۷۰ میلیارد ریال تکمیل و به آموزش و پرورش تحویل شده‌اند.

سرمایه‌گذاری در آموزش مهارتی و هوش مصنوعی دانش‌آموزی

ملاحمدی با اشاره به ضرورت توسعه آموزش‌های مهارتی از سرمایه‌گذاری یکی از خیران استان در این حوزه خبر داد و گفت: این خیر با اختصاص بیش از یک‌هزار و ۲۰۰ میلیارد ریال، بستر نرم‌افزاری مبتنی بر تلفن همراه را برای توسعه آموزش‌های مهارتی و توانمندسازی دانش‌آموزان فراهم کرده است. او همچنین از کلنگ‌زنی مرکز هوش مصنوعی و خلاقیت دانش‌آموزی در اصفهان طی ۴۰ روز گذشته خبر داد و افزود: مطالعات و طراحی این مجموعه توسط یک گروه تخصصی ۳۰ نفره و با الگوبرداری از نمونه‌های بین‌المللی انجام شده است. به گفته رئیس مجمع خیران مدرسه‌ساز استان اصفهان، این مرکز به‌عنوان نخستین پایگاه یادگیری هوش مصنوعی دانش‌آموزی کشور فعالیت خواهد کرد و زمینه آشنایی دانش‌آموزان با این حوزه علمی و فناوری را فراهم می‌کند.

راه‌اندازی این مرکز در کنار سرمایه‌گذاری در آموزش‌های مهارتی، از جمله اقداماتی است که می‌تواند دامنه فعالیت خیران را از ساخت فضاهای آموزشی به حمایت از محتوای آموزشی و توسعه توانمندی‌های دانش‌آموزان گسترش دهد؛ رویکردی که با تأکید مطرح‌شده در این مراسم بر ضرورت تحول در کیفیت آموزش هم‌راستا است. ملاحمدی همچنین از طراحی نشان «دارالفنون» با هدف تقویت ارتباط بین‌نسلی خیران خبر داد و گفت: این نشان در بیست‌وهشتمین جشنواره خیران مدرسه‌ساز به خانواده‌هایی اهدا خواهد شد که فرهنگ مدرسه‌سازی در سه نسل، شامل پدر، فرزندان و نوه‌ها، در آن‌ها تداوم داشته است. در پایان این مراسم، چند تفاهم‌نامه برای ساخت مدارس جدید در استان اصفهان به امضای خیران مدرسه‌ساز، معاون رئیس‌جمهور و رئیس سازمان برنامه و بودجه کشور، مدیرکل آموزش و پرورش و استاندار اصفهان رسید و از خیران مدرسه‌ساز تجلیل شد.

زنگ خطر آلودگی هوا؛ از آسیب به جسم تا آشفتگی روان



آلودگی هوا فقط نفس کشیدن را دشوار نمی‌کند، بلکه می‌تواند بر تعادل جسم، نشاط، آرامش روان و کیفیت زندگی انسان نیز تأثیر بگذارد و از دیدگاه طب سنتی، هوای پاک یکی از ارکان مهم حفظ تندرستی و اعتدال مزاج است و قرار گرفتن طولانی‌مدت در معرض هوای آلوده می‌تواند زمینه‌ساز بروز ناراحتی‌های جسمی و روحی شود.

به گزارش ایمنا، آلودگی هوا در سال‌های اخیر به یکی از دغدغه‌های مهم زندگی شهری تبدیل شده است؛ پدیده‌ای که آثار آن تنها به محیط‌زیست محدود نمی‌شود، بلکه ابعاد مختلف سلامت انسان، از عملکرد اندام‌های بدن گرفته تا آرامش روان و کیفیت زندگی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. تنفس هوای پاک از نیازهای اساسی انسان برای حفظ تندرستی است و هرگونه تغییر در کیفیت هوای تنفسی می‌تواند زمینه‌ساز بروز ناراحتی‌ها و اختلالاتی در بدن شود. از دیدگاه طب سنتی، محیط زندگی و به‌ویژه کیفیت هوا جایگاه مهمی در حفظ سلامت و تعادل مزاج انسان دارد. هوا یکی از عوامل تأثیرگذار بر زندگی و عملکرد طبیعی بدن محسوب می‌شود و اعتدال در کیفیت آن می‌تواند در حفظ نشاط، شادابی و توان جسمی نقش داشته باشد و در مقابل، هوای آلوده و نامناسب از عواملی است که ممکن است تعادل طبیعی بدن را برهم بزند و زمینه بروز برخی مشکلات را فراهم کند. نکته قابل توجه این است که آثار آلودگی هوا تنها در نشانه‌های جسمی مانند سرفه، تنگی نفس، سردرد و خستگی خلاصه نمی‌شود، بلکه وضعیت روحی و روانی افراد نیز می‌تواند از شرایط نامناسب محیطی تأثیر بپذیرد. احساس بی‌حوصلگی، کاهش تمرکز، تحریک‌پذیری و اختلال در آرامش و خواب، از جمله مسائلی هستند که در بررسی ارتباط میان محیط و سلامت روان مورد توجه قرار می‌گیرند.

در این میان، بررسی آلودگی هوا از منظر طب سنتی فرصتی برای بازخوانی اهمیت هوای پاک، تعادل مزاج و اصول حفظ‌الصحه فراهم می‌کند. شناخت تأثیرات احتمالی هوای آلوده بر جسم و روان و آشنایی با راهکارهای مراقبتی، می‌تواند به افزایش آگاهی عمومی و توجه بیشتر به سبک زندگی سالم کمک کند.

آلودگی هوا از نگاه طب سنتی؛ تهدیدی برای سلامت و اعتدال بدن

بهنام یوسفیان، متخصص طب سنتی با بیان اینکه آلودگی هوا یکی از مهم‌ترین عوامل محیطی تأثیرگذار بر سلامت انسان است که می‌توان آن را عاملی مخل تعادل طبیعی بدن دانست، اظهار کرد: هوای پاک و معتدل از عوامل مهم حفظ تندرستی و تعادل مزاج معرفی شده است. از این منظر، تنفس هوای آلوده می‌تواند با برهم زدن تعادل بدن، زمینه‌ساز بروز برخی ناراحتی‌های جسمی و روانی شود. کیفیت هوا، میزان مواجهه با آلاینده‌ها و وضعیت مزاجی افراد از جمله عواملی هستند که در بررسی تأثیرات آن مورد توجه قرار می‌گیرند. او با بیان اینکه یکی از بخش‌هایی که در اثر آلودگی هوا تحت تأثیر قرار می‌گیرد، دستگاه تنفسی است، افزود: ورود هوای نامناسب به بدن می‌تواند موجب تحریک مجاری تنفسی و بروز علائمی مانند سرفه، خشکی گلو، احساس سنگینی در قفسه سینه و دشواری در تنفس شود، همچنین افرادی که از نظر مزاجی حساس‌تر هستند یا سابقه مشکلات تنفسی دارند، ممکن است در روزهای آلوده ناراحتی بیشتری تجربه کنند. توجه به کیفیت هوای تنفسی و پرهیز از مواجهه غیرضروری با هوای آلوده، از نکات مهم در حفظ سلامت این گروه‌هاست.

متخصص طب سنتی تصریح کرد: از دیگر پیامدهای احتمالی آلودگی هوا می‌توان به تأثیر آن بر انرژی و توان عمومی بدن اشاره کرد. در چارچوب مفاهیم طب سنتی، هوای نامناسب می‌تواند زمینه‌ساز احساس کسالت، سنگینی بدن، کاهش نشاط و خستگی زودرس شود، همچنین ممکن است در برخی افراد با سردرد، احساس گرفتگی و کاهش تمرکز همراه باشد. توجه به تغذیه متعادل، خواب کافی، فعالیت بدنی متناسب با شرایط محیطی و حفظ نظم در برنامه روزانه، از جمله توصیه‌هایی هستند که در راستای حفظ تعادل و توان عمومی بدن مطرح می‌شوند.

هوای پاک یکی از نیازهای اساسی برای حفظ نشاط، آرامش و تندرستی به شمار می‌رود

یوسفیان با بیان اینکه آلودگی هوا تنها به سلامت جسم محدود نمی‌شود و می‌تواند بر وضعیت روانی و کیفیت زندگی افراد نیز اثرگذار باشد، ادامه داد: میان وضعیت جسم، عملکرد مغز و حالات روحی ارتباطی متقابل وجود دارد.

خبر

انبار ۳۰ میلیاردی سیگار قاچاق در اصفهان لو رفت

رئیس پلیس امنیت اقتصادی فرماندهی انتظامی استان اصفهان از کشف انبار حاوی ۱۴۵ هزار نخ سیگار قاچاق به ارزش ۳۰ میلیارد ریال خبر داد.

سرهنگ مهدی سبحانی‌فر گفت: در راستای مقابله با قاچاق کالا و ارز و برخورد با فعالیت‌های غیرقانونی اقتصادی، مأموران پلیس امنیت اقتصادی استان با انجام اقدامات اطلاعاتی و بررسی‌های تخصصی، موفق به شناسایی یک انبار محل نگهداری سیگار قاچاق شدند. او افزود: پس از شناسایی این محل و با هماهنگی مرجع قضائی، مأموران از انبار بازرسی کردند که در جریان آن، مقادیر قابل توجهی انواع سیگار قاچاق کشف و ضبط شد.

رئیس پلیس امنیت اقتصادی فرماندهی انتظامی استان اصفهان گفت: در این عملیات، ۷ هزار و ۲۶۷ پاکت انواع سیگار معادل ۱۴۵ هزار نخ سیگار قاچاق کشف شد که ارزش آنها بنا بر ارزیابی کارشناسان، ۳۰ میلیارد ریال برآورد شده است. سرهنگ سبحانی‌فر با بیان اینکه در ارتباط با این پرونده یک نفر دستگیر شده است، ادامه داد: شناسایی سایر عوامل دخیل در این فعالیت غیرقانونی و همچنین شبکه‌های مرتبط با قاچاق دخانیات با جدیت دنبال می‌شود و پلیس در تلاش است با ردیابی ابعاد این پرونده، حلقه‌های دیگر این زنجیره قاچاق را شناسایی و دستگیر کند. او تأکید کرد: مقابله با قاچاق کالا صرفاً به کشف محموله‌های غیرمجاز محدود نمی‌شود، بلکه شناسایی عوامل تأمین، نگهداری و توزیع و برخورد با شبکه‌های سازمان‌یافته قاچاق نیز از اولویت‌های پلیس امنیت اقتصادی است. رئیس پلیس امنیت اقتصادی استان اصفهان از شهروندان خواست هرگونه اطلاعات درباره انبارها و مراکز نگهداری یا توزیع کالای قاچاق را از طریق تماس با مرکز فوریت‌های ۱۱۰ پلیس اطلاع دهند.

تشدید برخورد پلیس اصفهان با خودروهای فاقد معاینه فنی

معاون پلیس راهور اصفهان از تشدید برخورد با خودروهای فاقد معاینه فنی در فصل سرد سال خبر داد.

سرهنگ پیام خلیلیان با اشاره به افزایش نظارت پلیس بر خودروهای فاقد معاینه فنی در آستانه فصل سرد سال گفت: با سرد شدن هوا و احتمال بروز پدیده وارونگی و افزایش آلودگی هوا در اصفهان، برخورد با خودروهای فاقد معاینه فنی تشدید می‌شود. پلیس با استفاده از سامانه‌های هوشمند، این خودروها را شناسایی و مطابق قانون با آن‌ها برخورد می‌کند. او با بیان اینکه نقص فنی خودروها یکی از عوامل بروز حوادث رانندگی است، افزود: مشکلاتی مانند نقص در سیستم روشنایی و ترمز می‌تواند ایمنی خودرو را به خطر بیندازد و زمینه‌ساز تصادفات شود. به همین دلیل، بررسی وضعیت فنی خودروها اهمیت زیادی دارد. معاون اجتماعی و فرهنگ ترافیک پلیس راهور استان اصفهان با اشاره به اینکه آلایندگی خودروها نیز از دغدغه‌های شهروندان است، ادامه داد: با سرد شدن هوا و شکل‌گیری پدیده وارونگی، شرایط آلودگی در کلان‌شهر اصفهان دشوارتر می‌شود و پلیس برای کنترل خودروهای آلاینده از سامانه‌های هوشمند نظارتی استفاده می‌کند. خلیلیان درباره برخورد با خودروهای دودزا گفت: خودروهایی که آلایندگی و دودزایی زیادی داشته باشند، علاوه بر اعمال قانون، با فک پلاک و اختصاص پلاک اعزام به تعمیر به تعمیرگاه فرستاده می‌شوند. هر سال تعداد زیادی از وسایل نقلیه به دلیل تخلفات مربوط به وضعیت فنی از سوی پلیس اعمال قانون می‌شوند. او از رانندگان خواست از ابتدای فصل سرد، وضعیت فنی خودروهای خود را بررسی کنند و افزود: تعویض فیلتر و صافی هوا و انجام سرویس‌های اولیه خودرو از جمله اقداماتی است که رانندگان باید به آن توجه داشته باشند. همچنین لازم است برای دریافت معاینه فنی اقدام کنند تا در تردیدهای روزانه مشمول اعمال قانون نشوند. معاون اجتماعی و فرهنگ ترافیک پلیس راهور استان اصفهان در پایان با تأکید بر نقش رانندگان در حفظ ایمنی تردد خاطرنشان کرد: تردد ایمن در شب تا حد زیادی به مسئولیت‌پذیری رانندگان و نگهداری صحیح از خودرو بستگی دارد.

دستگیری سه گروه متخلف شکار در مناطق حفاظت‌شده

رئیس اداره حفاظت محیط زیست شهرستان اردستان از دستگیری سه گروه متخلف شکار در جریان گشت‌زنی نیروهای یگان حفاظت محیط زیست در مناطق مختلف شهرستان خبر داد.

حسین شواخی اظهار کرد: نیروهای یگان حفاظت و محیط‌بانان اداره حفاظت محیط زیست شهرستان اردستان در جریان گشت‌زنی و کنترل مناطق حفاظت‌شده و آزاد شهرستان، موفق به شناسایی و دستگیری سه گروه متخلف بومی شدند. او با اشاره به محل دستگیری این افراد افزود: یکی از گروه‌ها در منطقه حفاظت‌شده کهیاز، گروه دوم در زیستگاه آزاد اردستان و گروه سوم نیز در زیستگاه آزاد محدوده روستاهای همت‌آباد و گلشکنان زواره شناسایی و دستگیر شدند. رئیس اداره حفاظت محیط زیست اردستان با بیان اینکه در بازرسی از متخلفان سه قبضه اسلحه ساچمه‌زنی دولول و تکلول به همراه ادوات شکار از جمله چاقو و دوربین کشف و ضبط شد، گفت: همچنین از یکی از گروه‌های دستگیرشده یک قطعه کبک کشف شد. شواخی با انتقاد از پایین بودن بازدارندگی جرایم زیست‌محیطی تصریح کرد: اگرچه میزان جریمه‌های تخلفات محیط زیستی طی دو تا سه سال گذشته به‌روزرسانی شده است، اما مبالغ تعیین‌شده همچنان بسیار ناچیز است و به نظر می‌رسد یکی از دلایل بازدارنده نبودن برخوردها با متخلفان، همین پایین بودن جرایم باشد.