

فرهنگستان

کتابخانه

توصیه‌هایی درباره کوله‌پشتی دانش‌آموزان

فرهیختگان | یکی از ناهنجاری‌های ساختاری شایع در ستون فقرات، انحراف جانبی آن یا در اصطلاح اسکولیوز است. به این صورت که در اثر استفاده بیشتر از یک سمت بدن و اعمال فشارهای نامتوازن به ستون فقرات، این ساختار دچار کجی و انحراف به راست یا چپ می‌شود. بنابراین در دست گرفتن کیف و استفاده از کوله‌پشتی به‌صورت یک‌طرفه می‌تواند با ایجاد افتادگی در شانه یک سمت، چنین اختلالی را ایجاد کند. به همین دلیل توصیه می‌شود از کوله‌پشتی به‌صورت دوطرفه و متقارن استفاده شود. همچنین طول بندهای کوله‌پشتی باید به گونه‌ای باشد که کوله در ناحیه پشتی و بالاتر از کمر قرار گیرد؛ چراکه پایین‌تر قرار گرفتن کوله باعث می‌شود شانه‌ها برای جبران وزن آن به سمت جلو متمایل شوند و همچنین احتمال ابتلا به کمردرد افزایش یابد.

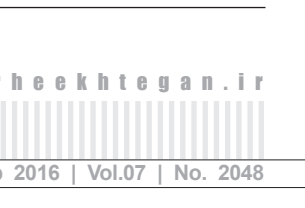
اگر بندهای کوله‌پشتی باریک و سفت باشند، فشار زیادی به نواحی کتف‌ها و شانه‌ها وارد شده و این موضوع می‌تواند آسیب‌رسان باشد. بنابراین بندها باید به اندازه کافی پهن باشند و طوری تنظیم شوند که فشار برابری روی دو سمت بدن اعمال شود. همچنین وزن زیاد کوله‌پشتی احتمال ایجاد دردها و آسیب‌های اسکلتی را افزایش می‌دهد.
بـر ایـن اسـاس توصیه می‌شود محتویات کوله‌پشتی در حدی باشد که سنگینی آن بیش از ۱۵ درصد وزن فرد نشود. علاوه‌بر آن باید از حمل طولانی مدت کوله‌پشتی اجتناب کرد.

وحید صمدی، متخصص فیزیوتراپی با بیان اینکه شیوع آسیب‌های جدی مفصلی و عضلانی در کودکان در مقایسه با بزرگسالان و افراد مسن، زیاد نیست، گفت: «این درحالی است که اگر ساختار اسکلتی – عضلانی بدن در سنین پایین دچار آسیب شود، می‌تواند اثرات و عوارض ماندگار و جبران‌ناپذیری از خود بر جای گذارد».

او با بیان اینکه حفظ سلامت ستون فقرات به عنوان پایه و زیربنای قامت انسان به خصوص در کودکان از اهمیت خاصی برخوردار است، افزود: «عدم تعادل در نیروها و فشارهای وارده به ستون فقرات می‌تواند اجزای این ساختمان را مستعد صدمه کند و این همان اتفاقی است که هر ساله با بازگشایی مدارس و هنگام استفاده از کیف‌ها و کوله‌پشتی‌های نامناسب برای دانش‌آموزان می‌افتد. به‌طوری‌که آمارها نشان می‌دهد نیمی از دانش‌آموزان دچار دردهای ستون فقرات می‌شوند و این مشکلات در دخترها شایع‌تر از پسرها است.»

قادر به حل معضل اعتیاد جوانان نیستیم

فرهیختگان | معاون توسعه منابع و پشتیبانی وزارت ورزش و جوانان گفت: «کمک‌ها در حدی نیست که بتوانیم مشکل اعتیاد جوانان را حل کنیم.»
مناف‌هاشمی درباره همکاری میان ستاد مبارزه با مواد مخدر و وزارت ورزش و جوانان گفت: «ما موضوعی را در مجلس دنبال کردیم؛ درباره منابعی که با فروش سیگار به دست می‌آید و نیز منابعی که در بحث مبارزه با مواد مخدر در اختیار وزارت کشور است.» او افزود: «طبق تفاهمنامه‌ای که وزارت ورزش با وزارت کشور دارد کمک‌هایی از این وزارتخانه گرفته می‌شود که در حوزه ورزش همگانی و برخی اماکن ورزشی در نقاط حاشیه‌ای برخی کلاشنورها استفاده می‌کنیم، اما این کمک‌ها در حدی نیست که بتوانیم مشکل اعتیاد جوانان را حل کنیم.»



Thu. | 22 Sep 2016 | Vol.07 | No. 2048

پنجشنبه اول مهر ۱۳۹۵ | ۲۰ ذیحجه ۱۴۳۷ | ۲۲ سپتامبر ۲۰۱۶ | شماره ۲۰۴۸

با گذشت حدود ۳ ماه از حادثه تصادف نی‌ریز، به‌نظر می‌رسد موضوع بهبود خدمت سربازی از یادها رفته باشد

برجک‌نشینان فراموش شده



🔴 در حال حاضر حقوق دریافتی سربازان وظیفه در حد ۶۰ هزار تومان است

دریافتی سربازان وظیفه در حد ۶۰ هزار تومان است. به گفته سربازان این مبلغ حتی کفاف رفت و آمد و تأمین خوراک و پوشاک آنها را هم نمی‌دهد. در حالی که در ادامه ماده ۴۹ قانون آمده است خوراک کارکنان وظیفه باید در برابر خوراک کارکنان دولت، پوشاک سربازان وظیفه باید سه هزار برابر ضریب ریالی و هزینه‌های بهداشت و درمان آنها باید

سه برابر سرانه مصوب دولتی باشد. از طرفی شهرداری موظف است به سربازان مثل دانشجویان و دانش‌آموزان کارت مترو تخفیف‌دار و همچنین برخی بخش‌های مختلف، افزایش درآمد آنها و کاهش آسیب به سربازان از جمله مواردی بود که در جهت بهبود وضعیت خدمت سربازی مطرح شد.

🔴 حقوقی که پرداخت نمی‌شود

بر اساس ماده ۴۹ قانون وظیفه عمومی

حقوق سربازان وظیفه باید حداقل ۶۰ تا ۹۰ درصد حقوق کارکنان نیروهای مسلح باشد. اما در حال حاضر حقوق

🔴 کمبود بودجه برای قانون

حسین کمالی، جانشین اداره کل منابع

انسانی ستاد کل نیروهای مسلح در گفت‌وگو با «فرهیختگان» درباره اجرا نشدن برخی قوانین حمایتی از سربازان، دولت و مجلس را مسبب اجرا نشدن این موارد می‌داند. به گفته سردار کمالی، مجلس از یک طرف این قانون را که دولت توان اجرای‌اش را نداشت به تصویب رساند و از طرفی دولت تاکنون بودجه‌ای برای اجرای قانون جدید به ما

نداده است و تا زمانی که این بودجه تأمین نشود اجرای این قانون به تأخیر خواهد افتاد.

او در رابطه با انتقاداتی که پس از حادثه نی‌ریز شده است و همگان به

ویژه نمایندگان مجلس خواستار بهبود وضعیت سربازی بوده‌اند می‌گوید: «یک‌سری افراد در فضای احساسی آن زمان حرف‌هایی راجع به این موضوع زدند. اما حالا که تب این موضوع فرو نشسته دیگر آن را پیگیری نمی‌کنند.» به گفته او، تمام صحبت‌ها در حد حرف باقی ماند. مهدی شیخ، عضو مجمع نمایندگان

در حال حاضر حقوق دریافتی سربازان وظیفه در حد ۶۰ هزار تومان است

انجمن صنفی روزنامه‌نگاران ایران منحل شده است؟

صنفی روزنامه‌نگاران ایران به‌رغم توجه و رویکرد مثبت‌شان به انجمن صنفی روزنامه‌نگاران استان تهران دو غلط حاشش دارد و بنده به‌عنوان دبیر انجمن صنفی روزنامه‌نگاران ایران ادعای ایشان را رد می‌کنم.»

او افزود: «دادگاه انجمن صنفی روزنامه‌نگاران ایران را تعطیل نکرد، بلکه با دستور موقت دادستان وقت و بدون حکم دادگاه صالحه، در ساختمان انجمن پلمب شد.» مفیدی درباره تعطیلی انجمن از طرف وزارت کار نیز گفت: «وزارت کار دولت

قبل هم انجمن صنفی روزنامه‌نگاران را منحل نکرد و صرفاً براساس حکم دیوان عدالت اداری که فقط شکایت انجمن علیه وزارت کار را رد کرده بود، اعلام کرد انجمن صنفی روزنامه‌نگاران

با بی نتیجه ماندن تلاش‌ها برای بازگشایی انجمن روزنامه‌نگاران ایران، انجمن صنفی روزنامه‌نگاران استان تهران تشکیل می‌شود

مفیدی، دبیر انجمن صنفی

روزنامه‌نگاران ایران و سخنگوی انجمن صنفی روزنامه‌نگاران استان تهران به این اظهارات وزیر واکنش نشان داد و گفت: «متأسفانه مصاحبه وزیر و اظهارنظرشان در مورد وضعیت انجمن

با گذشت حدود ۳ ماه از حادثه تصادف نی‌ریز، به‌نظر می‌رسد موضوع بهبود خدمت سربازی از یادها رفته باشد

آغاز طرح تشدید برخورد با مشمولان غایب از اول مهر

فرهیختگان | جانشین رئیس سازمان وظیفه عمومی ناجا درباره اجرای مرحله دوم ثبت‌نام برای جریمه ریالی سربازی در سال جاری، گفت: «از ابتدای مهر مرحله دوم ثبت‌نام برای جریمه ریالی سربازی در سراسر کشور آغاز خواهد شد و تمام افرادی که دارای هشت سال غیبت یا بیشتر از آن بوده و سئوات غیبت‌نشان تا پایان اسمال به حداقل هشت سال می‌رسد می‌توانند با مراجعه به دفاتر پلیس ۱۰۰ درخواست خود را ثبت کنند.»
ابراهیم کریمی به «ایسنا» گفت: «از حدود دو ماه قبل برای بیش از دو میلیون و ۲۰۰ هزار تن از مشمولان غایب پیامک ارسال شده و از آنان خواستیم با مراجعه به دفاتر پلیس + ۱۰ وضعیت خدمتی خود را مشخص کنند.»

آسیب

تحلیل نمایندگان مجلس از بخشنامه حبس زدایی رئیس دستگاه قضا

زندانیان کم می‌شوند

فرهیختگان | بیش از ۲۰۰ هزار نفر در زندان‌های کشور زندانی‌اند؛ زندانیانی که در برخی موارد شرایط نامساعد به لحاظ فضا و البته بهداشتی و درمانی به‌سر می‌برند که سیدحسن قاضی‌زاده‌هاشمی وزیر بهداشت هم به آن واکنش نشان داده بود. علاوه بر این، سابقه افرادی که به دلیل جرائم مختلف بازداشت می‌شوند، حکایت از آن دارد که بسیاری از آنها، سابقه زندان هم دارند. آنها در زندان با مجرمان حرفه‌ای آشنا شده‌اند، در زندان آموزشی برای اشتغال پس از آزادی ندیده‌اند و بعد از آزادی هم با همان مشکلات قبل از زندان که آنها را به ارتکاب جرم کشانده بود، رو به رو هستند.

حالا صادق آملی‌لاریجانی، رئیس قوه قضائیه با علم به این موضوعات و بالا بودن میزان ورودی افراد به زندان‌ها، دستورالعمل کاهش آمار زندانیان را صادر کرده است. نمایندگان مجلس نیز با تأکید بر توجه مسئولان به موضوع حبس‌زدایی از نگاه مثبت رئیس قوه قضائیه مبنی بر ساماندهی زندان‌ها و کاهش تراکم جمعیت کیفری زندان‌ها استقبال کرده‌اند. محمدعلی پورمختار، عضو کمیسیون قضایی و حقوقی مجلس درباره بخشنامه ساماندن زندانیان و کاهش جمعیت کیفری زندان‌ها، به «خانه ملت» گفت: «صدور این بخشنامه از سوی رئیس قوه قضائیه قابل قدردانی است و به طور حتم گام بلندی درجهت کاهش جمعیت زندانیان خواهد بود، زیرا درحال حاضر آمار نگران‌کننده‌ای از تعداد زندانیان و همچنین مشکل کمبود فضای مناسب و مسائل بهداشتی در زندان‌ها وجود دارد.» او با اشاره به وجود برخی مشکلات در زندان‌ها از جمله مسائل بهداشتی و روانی زندانیان افزود: «در قانون آیین دادرسی کیفری و مجازات اسلامی محدودیتی برای قضات مبنی بر صدور مجازات جایگزین برای قرارهای بازداشت و احکام حبس وجود ندارد. تنها در موارد خاص چنین محدودیت‌هایی وجود دارد که صدور احکام حبس و مجازات زندان برای فرد مورد نظر الزامی است.»

🔴 اعتیاد؛ مادر آسیب‌های اجتماعی است

رسول خضری، عضو کمیسیون اجتماعی مجلس نیز در این باره گفت: «به طورحتم باید برای کاهش تعداد زندانیان در زندان‌ها درصد بسیاری از قوانین آیین دادرسی کیفری تغییر کند. متأسفانه درحال حاضر پرونده‌های بسیاری به دلایل مختلف در محاکم قضایی وجود دارند، بنابراین باید ورودی افراد به زندان‌ها را کاهش و خروجی زندانیان از زندان‌ها را افزایش داد.» او با تأکید براینکه تعداد افراد معناد وگرایش به اعتیاد به عنوان مادر آسیب‌های اجتماعی در زندان‌ها روزه به روز در حال افزایش است، تصریح کرد: «همچنین به دلیل اینکه تعداد محکومان مرتبط با مواد مخدر در زندان‌ها بسیار است باید به نوعی تعداد زندانیان را در زندان‌ها کاهش داد و این موضوع باید از سوی مسئولان مدیریت شود.» خضری با اشاره به اینکه اقدام رئیس قوه قضائیه در ساماندهی زندانیان و کاهش جمعیت کیفری زندان‌ها قابل قبول است، گفت: «متأسفانه طی چند سال گذشته میزان آسیب‌های اجتماعی و روانی در زندان‌ها افزایش پیدا کرده است که باید با تصویب برخی قوانین و اجرای راهکارهای مناسب از این معضل جلوگیری کرد. همچنین باید زندانیان مرتبط با مواد مخدر از جرائم مالی و جرم‌های دیگر جدا شوند؛ زیرا در بسیاری از مواقع زندانیان در زندان‌ها بسیاری از جرم‌ها را آموزش می‌بینند.»

🔴 شرایط زندان‌ها نامناسب است

اکبر رنجبرزاده، عضو هیات رئیسه مجلس نیز با اشاره به اینکه ساماندهی زندان‌ها یکی از دغدغه‌های امروز جامعه است، گفت: «به طور قطع برای مجازات بسیاری از جرم‌های کم‌اهمیت باید از مجازاتی غیر از حبس استفاده کرد. خوشبختانه رئیس قوه قضائیه به اهمیت این موضوع به درستی آگاه هستند و بخشنامه اخیر رئیس قوه قضائیه به خوبی این مشکل؛ یعنی افزایش بسیار زندانیان در زندان‌ها را گوشزد کرده است.»

محمد کاظمی، نایب رئیس کمیسیون قضایی مجلس هم درباره یکی از بندهای این بخشنامه مبنی بر اجتناب از صدور قرار بازداشت موقت جز در موارد ضروری مطرح شده در قانون آیین دادرسی کیفری، افزود: «موارد صدور قرار بازداشت موقت در مواد ۲۲۷ و ۲۲۸ قانون آیین دادرسی کیفری آمده است، هرچند دست قاضی در جهت عدم صدور قرار بازداشت یا صادر نکردن قرارهای تأمین دیگری که منتهی به بازداشت می‌شود، باز است.» او تأکید کرد: «با توجه به سه شرایط نامناسب زندان‌ها به لحاظ کمبود فضای کافی، بخشنامه رئیس قوه قضائیه می‌تواند به عنوان یک رهنمود و ارشاد نقش موثری درکاهش جمعیت کیفری زندان‌ها داشته باشد و قضات باید تا جای ممکن به این بخشنامه عمل کنند. به ویژه در محاکم قضایی روسای دادگاه می‌توانند از امتیازات مقرر در قانون مجازات اسلامی مصوب سال ۹۲ استفاده و در ر بسیاری از موارد حکم تعلیقی صادرکنند تا از افزایش جمعیت کیفری زندان‌ها جلوگیری شود.»

خسیر

اضافه شدن ۲۵هزار نفر به جمعیت دانش‌آموزان کشور

فرهیختگان | دیروز یک میلیون و ۴۰۰ هزار دانش‌آموز کلاس اولی در سراسر کشور به مدرسه رفتند. علی‌اصغر فانی، وزیر آموزش و پرورش در آیین جشن متمرکز کشوری غنچه‌ها و شکوفه‌های استان البرز که در دبیرستان حضرت فاطمه زهرا (س) کرج برگزار شد، ضمن تبریک سال تحصیلی جدید دانش‌آموزان را امانتی دانست که باید برای تعلیم و تربیت‌شان برنامه‌ریزی مدونی ارائه شود تا مسیر موفقیت حاصل شود. فانی با اشاره به اینکه تاکنون در سامانه سناد، اطلاعات ۱۲/۵ میلیون دانش‌آموز ثبت شده است، مطرح کرد: «امسال پیش‌بینی می‌کنیم که ۷۰۰ هزار نوآموز پیش‌دبستانی، ۷ میلیون و ۶۰۰ هزار دانش‌آموز ابتدایی، ۵ میلیون و ۳۰۰ هزار دانش‌آموز دوره متوسطه اول و دوم و ۷۳ هزار دانش‌آموز استثنایی در ۱۰۷ هزار واحد آموزشی داشته باشیم.» او افزود: «در سال تحصیلی جدید، ۲۵هزار دانش‌آموز به جمعیت دانش‌آموز کشور اضافه شده است و امسال ۱۳ میلیون و ۷۰۰هزار دانش‌آموز مشغول تحصیل می‌شوند.» وزیر آموزش و پرورش با اشاره به اهمیت افزایش فضاهای آموزشی از اضافه شدن ۵ هزار و ۵۰۰ واحد فضای آموزشی در سال جاری خبر داد و گفت: « ۳۰ درصد این فضاها توسط خیرین مدرسه‌ساز اضافه شده است.» فانی با قدردانی از مشارکت اولیاء و مربیان و همچنین نهادهای مردمی و دولتی به آموزش و پرورش بـر لزوم ادامه این مهم تأکید کرد و افزود: «توسعه فضاهای آموزشی و پرورشی از سیاست‌های اصلی این وزارتخانه است که به جد پیگیری می‌شود.»

مدارس (یک ماه بهار و سه ماه تابستان) به نظر طولانی است.»

فرماندار تهران همچنین درباره آخرین وضعیت جمع‌آوری متکدیان از سطح پایتخت به «ایسنا» گفت: «در بخش بزرگسالان جمع‌آوری به‌طور کامل انجام شده است، اما در مورد کودکان متکدی باید اعلام کنم تعدادی از آنها شناسایی شده‌اند و هماهنگی‌های در سال‌های آتی تصمیم‌گیری کرد.» او افزود: «به نظر من اگر ابتدا یکی دو سال این طرح به‌صورت آزمایشی اجرا شود و در مرحله بعد نتایج آن مورد بررسی قرار گیرد و سپس در صورتی که نتایج مثبت ارزیابی شد، درباره ادامه اجرای آن تصمیم‌گیری شود، بهتر باشد. هرچند معتمد این طرح در نوع خود ایده بدی نیست، چرا که تعطیلات حدودا چهار ماهه

و ماموران ما در معابر آماده‌باش هستند تا نسبت به روان‌سازی ترافیک اقدام کنند.» وی ادامه داد: «توصیه ما این است که شهروندان حتی الامکان از وسایل نقلیه عمومی برای سفرهای درون‌شهری استفاده نکنند.» رئیس پلیس راهور پایتخت از ممنوعیت حفاری و عملیات عمرانی در معابر پایتخت تا ۱۵ مهر خبر داد و گفت: «با مشارکت شهرداری نسبت به ایمن‌سازی معابر اطراف مدارس اقدام شده است.» او با اشاره به ظرفیت بالای همیاران و پلیس‌یاران در ارتقای فرهنگ ترافیک، گفت: «امسال ماموران و کارشناسان پلیس با حضور در مدارس نسبت به آموزش مفاهیم ترافیکی به دانش‌آموزان اقدام خواهند کرد.» حسینی افزود: «امسال برای تمامی دانش‌آموزان کلاس اولی کارت همیار پلیس صادر شده است.»

امور

واکنش فرماندار تهران به تعطیلی

۲ هفته‌ای مدارس در پاییز

فرهیختگان | فرماندار تهران به طرح تعطیلی دو هفته‌ای مدارس در فصل پاییز واکنش نشان داد. عیسی فرهادی در واکنش به طرح تعطیلی دو هفته‌ای مدارس در فصل پاییز گفت: «عملا در این برهه، فرصت و زمان برای اتخاذ چنین تصمیمی برای سال تحصیلی پیش‌رو وجود ندارد و شاید باید در مورد اجرای احتمالی آن شناسایی شده‌اند و هماهنگی‌های در سال‌های آتی تصمیم‌گیری کرد.» او افزود: «به نظر من اگر ابتدا یکی دو سال این طرح به‌صورت آزمایشی اجرا شود و در مرحله بعد نتایج آن مورد بررسی قرار گیرد و سپس در صورتی که نتایج مثبت ارزیابی شد، درباره ادامه اجرای آن تصمیم‌گیری شود، بهتر باشد. هرچند معتمد این طرح در نوع خود ایده بدی نیست، چرا که تعطیلات حدودا چهار ماهه

