

مورد تشویق قرار داده‌اند. لوئیزیتو بعد از

ترک مادرید، پیشنهادهای زیادی دارد که بهترینش پیشنهادی از سوی همبازی سابق‌اش استسین جرارد برای رفتن به استون ویلاست.

لورنزو اینسینه

مرد ریزنقش و محبوب سن پائولو نیز در جریان آخرین دیدار خانگی فصل، برای همیشه با هواداران ناپولی خداحافظی کرد. اینسینه فصل آینده در ا.اس توپ می‌زند و پیاکن کار او در ناپولی با یک برد شیرین و البته زدن یک گل همراه بوده‌است. اینسینه در روز جدایی، طرفداران ناپولی را یک خانواده بزرگ برای خودش دانست و اسپالتی نقش او در سری آ را مثل بزرگانی همچون باجو، دل پیرو و توتی دانست. لورنزینو ۱۲ سال در عضویت ناپولی بودو ۱۲۲ گل برای این تیم به ثمر رساند. او در این سال‌ها یکی از محبوب‌ترین بازیکنان این باشگاه نیز به حساب می‌آمدو دوران بسیار خوبی را در نابل سپری کرد. خیلی‌ها در این شهر اینسینه را یک مارادونای کوچک برای تیم‌شان می‌دانستند.

خداحافظی بدون ماسک

پائولو دیسیالا و نقاب معروفش در جشن‌های گل‌زنی نیز رسماً به کار در یووه پایان دادند. مرد شماره ۱۰ بیاکنوری این هفته برای آخرین بار در ورزشگاه ایلانز تورین به میدان رفت. مذاکرات طولانی بین این ستاره و یووه در نهایت به نتیجه نرسید و حالا دیسیالا فصل را در یک باشگاه جدید شروع خواهد کرد. این ستاره ر ا ژنتینی پیشنهادهای زیادی دارد که تا انتها می‌واینتر مهم‌ترین شان هستند. به نظر می‌رسد او در ایتالیا خواهد ماند تا برای باشگاه‌اینتر به میدان برود. تصمیمی که برای هواداران

داستان هشت خداحافظی در یک روز

اشک‌های یکشنبه!



را دارند که بعد از یک دهه، روسونری را به

قهرمانی لیگ ایتالیا برسانند. میلان در دیدار هفته پایانی تنها به یک امتیاز نیاز خواهد داشت تا قهرمانی لیگ ایتالیا را بعد از سال‌ها جشن بگیرد. اگر این اتفاق رقم بخورد، وداع هافبک دفاعی این تیم در بهترین حالت ممکن اتفاق خواهد افتاد و می‌تواند تصویری از او با جام قهرمانی به نمایش بگذارد.

لوئیس وب‌اهم‌اشک!

برای دومین بار در این سال‌ها لوئیس سوارز در حال ترک کردن یک باشگاه‌اشک

برای این تیم دار داماینر داین هفته، آخرین تجربه توپ‌زدن مارک نوبل در استادپوم لندن به حساب می‌آمد.

فرانکو ودوبازی بزرگ

بردارز ششمند میلانی هارویه‌روی آتلانتا در حساس‌ترین بازی این هفته نیز، آخرین مسابقه خانگی فرانک کسی در سن‌سیرو به حساب می‌آمد. یک تجربه بسیار باشکوه برای بازیکنی که فصل آینده برای باشگاه بارسا به میدان خواهد رفت. کسی در این سال‌ها به مرور زمان به یک ستاره در میلان تبدیل شد. او و هم‌تیمی‌ها حالا این شانس

صحنه‌های دست تکان دادن لواندوفسکی

برای سکوهاشو که شدند. قبل از زمزمه‌هایی در مورد داین جدایی به گوش می‌رسید اما هیچکس انتظار نداشت این زمزمه‌ها چندان جدی باشند. ساعاتی بعد از آخرین مسابقه فصل باین ااما اعلام شد که باشگاه نتوانسته با لوا برای تمدید به توافق برسد. خود لواندوفسکی نیز این خبر را تأیید کرد و از تمایلیش به جدایی خبر داد. او البته هنوز یک فصل دیگر با باین قرارداد دارد اما ظاهراً تصمیم گرفته قرار دادر را تمدید نکند و به همین خاطر ممکن است باشگاه گزینۀ فروش او را روی میز قرار بدهد. لوادر این سال‌ها چند بار در آستانه پیوستن به رئال مادرید بوده اما به نظر می‌رسد این بار مقصداً تیم دیگری در لالیگا است. بار ساجدی‌ترین مشتری این ستاره به شمار می‌رود و ژاوی هر ناندز نیز به شدت به سبک بازی او علاقه دارد.

مارک در یک نمای دیده‌نشده

تساوی با سیتی، نتیجه بسیار جالبی برای وستهم بود و امیدهای قهرمانی لیورپول را زنده نگه داشت اما این بازی برای وستهمی‌ها تحت تأثیر یک وداع همیشه بود. مارک نوبل آخرین بازی خانگی دوران فوتبالش را اسپری کرد. ستاره همیشه خونسرد چکش‌ها برای اولین بار در دوران فوتبالش در لحظات پایانی این بازی در حال اشک ریختن دیده شد. «آقای وستهم» تقریباً در همه دوران فوتبالش در این باشگاه بازی کرده و فقط دو حضور قرضی بسیار کوتاه در دو باشگاه دیگر داشته است. او محصول آکادمی وستهم است و انتظار می‌رود در پایان دوران فوتبالش نیز به عنوان مربی یا مدیر در این باشگاه به کار ادامه بدهد. ستاره ۳۵ ساله وستهم هنوز یک بازی دیگر

آر یا طاری

بدون تردید یکشنبه احساساتی‌ترین روز این فصل فوتبال اروپا بود. جایی که هشت بازیکن برای آخرین بار در ترکیب تیم و یا برای آخرین بار رویه‌روی سکوها خودی به میدان رفتند. در این روز حساس البته نتایج مهمی نیز رقم خورد و سر نوشت قهرمانی سری آ و لیگ برتر به روز پایانی رفت اما مهم‌ترین اتفاق بدون تردید آخرین مواجهه چندین ستاره با هواداران تیم خودی بود. صحنه‌هایی که موجب خلق لحظات احساسات برانگیز زیادی در کشور‌های مختلف دنیا شد.

خدا حافظ هیولا

همه دور تموندی‌های دانستند که این واپسین مسابقه هالند برای تیم‌شان به شمار می‌رود و حتی همه می‌دانستند که مقصد بعدی او کدام باشگاه است. با این وجود رویه‌روشدن باین حقیقت در سیگنال ایدونا پارک اصلاً ساده به نظر نمی‌رسید. چرا که ارلینگ بهترین و محبوب‌ترین بازیکن این سال‌های دور تموند بود. او در آخرین بازی‌اش موفق به گل‌زنی برای تیم نیز شد. چیزی نمانده بود زنبورها در آخرین بازی فصل شکست بخورند اما این تیم با گل هالند به بازی برگشت و سرانجام توانست پیروزی را جشن بگیرد. جالب اینکه لحظاتی بعد از این وداع اشکیار، هالند در حالی در یک باشگاه شبانه دیده شد که همچنان لباس دور تموند را به تن داشت. ظاهر این رابطه دو طرفه و به شدت عاشقانه حتی با وجود انتقال هالند به منچستر سیتی قطع نخواهد شد.

بدر و سوپرمن

اگر طرفداران دور تموند از جدایی هالند خبر داشتند، طرفداران باین مونخ با

سلامت مرز ندارد

دخانیات، قشر جوان را هدف گرفته است

اراضی اطراف شهرها و روستاها پُر از زباله شده و محلی برای دفن زباله باقی نخواهد ماند. اگر جمع آوری و دفع زباله به خوبی مدیریت نشوند، میکروب‌ها گانیمه ها و جانوران مادی جذب مکان های تلنبر زباله شده و زمینه رشد خترات و ایجاد بوهای نامطبوع را فراهم می کنند. با توجه به ترکیب زباله های خانگی که شامل پس مانده های مواد شوآکی، کافه، شیشه، فلزات، پلاستیک، پارچه و غیره می باشد، کم کردن پسماند اولین قدم در مدیریت پسماند است. این کار را می توان با استفاده درست از مواد و کالاه، استفاده مجدد و در نهایت تفکیک زباله ها انجام داد. کاشی زباله به کاشی جمع آوری، حمل و نقل، بازیافت و سپس دفع این منجر خواهد شد و در بی ان حفظ منابع طبیعی و کاشی آلودگی ها را به دنبال خواهد داشت. این مساله زمانی می تواند تحقق یابد که تغییرات اساسی در عادت های روزمره زندگی، شیوه تولید و مصرف صورت پذیرد. کاشی تولید زباله در مبدا علاوه بر کاشی زبنه های مدیریت پسماند و اجتناب از خریدهای اضافه و کسب در آمد حاصل از فروش مجدد اجناس، مزایای زیست محیطی دیگری نیز دارد که عبارتنداز: ۱)کاشی آلودگی حاصل از کمپوینهای حمل کننده ی پسماند و دفع ۲)تقلیل در شیوه بندی اضافی و منابع کمتر پسماند در مبدا ۳) توسعه اقتصادی منابع، تعمیرات و استفاده مجدد ۴) نیاز کمتر به ظرفیت محل دفن

سالندی بیخ گوش جمعیت قدرت توسعه هر کشور با نیروی انسانی معنی پیدا می کند و یکی از مهمترین مولفه های توسعه یک کشور نیروی انسانی است. طبق آمارهای جماعی بین المللی، ایران سریع ترین ات نرخ رشد جمعیت را دارد و طی ۱۰۰ آینه، کشور ما جزو پیرترین کشورهای جهان خواهد بود و در ۲۵ سال گذشته کشور ما ده سال پیرتر شده است. اکنون حدود ۶۸ درصد جمعیت کشور در سنسین کار و فعالیت(بین ۱۵ تا ۶۵ سال) هستند اما با کاشی تعداد تولدها که هم اکنون در حال رخ دادن است و با افزایش سالمندان این عدد تحت تاثیر قرار خواهد گرفت، بطوریکه بر اساس برآوردهای انجام شده، یک پنجم از جمعیت کشور حدود ۱۹ درصد سن سالمندی را تجربه می کنند و جمعیت زنان سالمند بیش از ۱/۲ میلیون نفر بیشتر از مردان سالمند خواهد بود و توازن جمعیتی و جمعیت مولد در سن کار تغییر خواهد کرد. پنجره جمعیتی که بعنوان یک فرصت و امتیاز در جهت جبران کاهش نرخ رشد جمعیت و نرخ باروری می باشد از سال ۱۳۸۵ در ایران باز شده و در سال ۱۳۲۵ بسته خواهد شد و اگر از این فرصت استفاده نشود از کل توان جامعه برای نگهداری سالمندان استفاده خواهد شد. خوشبختانه هنوز پنجره جمعیتی در کشور مان باز است و در صورت برنامه ریزی و اقدام مناسب می توان از فرصت چندساله با بودن پنجره جمعیتی استفاده کرد و مانع از سقوط کشور به سیاهچاله جمعیتی شد. سیاست های جمعیتی از سال ۹۲ و تا ۱۴ در ده دستگاہهای مرتبط اتخاذ شد منتهی برای ایجاد بالندگی و جوانی جمعیت نیاز به تغییر نگاه مسئولانه به مسئله جمعیت هستیم و نیاز به همکاری کلیه نهادهای مرتبط است. با توجه به وضعیت جمعیتی طرح جوانی جمعیت و حمایت از خانواده با اجرای آیینیه ان به مدت هفت سال موافقت شد و قانون حمایت از خانواده ارتقای بویایی، بالندگی و جوانی جمعیت با افزایش نرخ باروری به بیش از سطح یکبارگیزی بعنوان سیاست اصلی دانشگاه علوم پزشکی است که در این راستا اختصای تسهیلات مناسب برای مردان بویژه در دوران بارداری و شیردهی و پوشش بیمه ای هزینه های زایمان و درمان ناباروری مردان و زنان در حمایت از بویایی و بالندگی جمعیت در دست اجراءست. تاکید می شود برای تاثیر بولروا و درمان ناباروری از ظرفیت نهادهای مساجد، جامعه روحانیت و آموزش و پرورش استفاده شود. برای استفاده از همفکری برای تعامل و ظرفیتهای میان بخشی نهادهای موثر، بر اساس سلامت و جوانی جمعیت در کلیه دانشگاه های علوم پزشکی کشور ایجاد شد.



۲۳۶ هزار نفر خدمت برای خاورهای استان صورت گرفت. بر اساس آمارهای انجام شده از اطلاعات ثبت شده از سال ۹۶ الی ۱۴۰۰ از سامانه های در دسترس معاونت بهداشتی، متوسط آمادگی خاور های استان به بالای ۶۲۹۱ درصد می باشند. این در حالیست که بر اساس گزارش دفتر مدیریت کاهش خطر بلایای وزارت در تا سه ماهه اول سال ۱۳۹۹ متوسط آمادگی خاورها را برابر بلایا در کشور ۳۰٫۷ درصد بوده است. همکاری سازمان های ذینفع و مشارکت مادران خانواده های استان بعنوان باروان نیرومند اجرای برنامه های خانواده محور، حوزه بهداشت و همکاری آنها در کاهش سن ها و سفیران سلامت در بطن جامعه می تواند باعث انتشار مطلب آموزشی، افزایش توانمندی خانواده ها و در نهایت ارتقا تاب آوری جامعه در مواجهه با بلایا گردد. ● **تنه زدن زباله های روستایی به زباله های شهری** اسروزه تولید زباله در منازل افزایش یافته و علاوه بر این رواج فرهنگ مصرف سبب شده است در شهرهایی همچون ساری با آمل هر فرد روزانه حدود ۸۰۰ گرم زباله تولید کند و در مناطق روستایی نیز نرخ تولید زباله نزدیک به شهر شده است. ● **ملازندان با ۳ میلیون و ۳۰۰ هزار نفر جمعیت و دارابون بیشترین سواحل دریای خزر، طبیعت زیبا و مردمی مهمان نواز، میزان میلیون ها ایرانی حتی از هزاران کیلومتر دورتر بویژه که این ساله گردشگر پذیر بودن خود موجب شده میزان زباله تولیدی نیز در ایام تعطیلات و تابستان به شدت افزایش یابد.** براساس مطالعه سازمان بهداشت جهانی، توجه ناکافی به جمع آوری و دفع مواد زائد می تواند ۳۲ مشکل زیست محیطی بوجود آورد. افراد جامعه باید بدین باور برسند که علاوه بر رعایت موازین بهداشت فردی، ملزم به حفظ بهداشت محیط پیرامون خود نیز هستند زیرا در صورت عدم رعایت این موضوع، سلامت آنها و سایر افراد جامعه در مخاطره خواهد افتاد. یکی از موارد مهم در زمینه حفظ و ارتقای سلامت افراد و جامعه، دفن صحیح زباله و مواد زائد است. متأسفانه در خیلی از مناطق شهری و روستایی بدلیل روشهای نامطلوب جمع آوری زباله، محیط زندگی و سلامت افراد در معرض آلودگی و خطر قرار دارد. ● **محل های دفن و تلنبر زباله به دلیل تولید گازهای مختلف، آلودگی هوا، اتفاق افتاده و از طرفی تولید شریله زباله ای تلنبر شده می تواند تاثیر خطرناکی روی آب و خاک و خسارت های جانی و مالی گردید.** از این رو از سال ۱۳۹۶ تاکون پهورزان و مراقبین سلامت در سطح استان براساس بسته سلامت مباردت به اجرای برنامه آرازیایی و آموزش آمادگی خاورها به بلایا را در دستور کار قرار دادند بگونه ای که تاکنون یک میلیون و



آسپ دیدگان و ۵۰ درصد خسارات مالی و جانی مرتبط با حوادث طبیعی جهان در آسیا اتفاق می افتند. ایران عزیز ما با توجه به موقعیت جغرافیایی و شرایط اقلیمی همواره جزء ده کشور اول از نظر آمار وقوع و مرگ و میر ناشی از بلایای طبیعی بوده است. به طور کلی از ۴۰ مورد بالای شناخته شده حداقل وقوع ۳۱ بالای طبیعی شامل زلزله، سیل، طوفان، آلودگی آب و هوا و محیط زیست، سونامی، آفات و بیماری های نباتی، هجوم حشرات و چونندگان، خشکسالی و گرد و غبار و بلایای انسان ساخت مانند جنگ، بمباران شیمیایی، ترور، گرگان گیری، سرقت های مسلحانه و نشت مواد سمی مضر در کشور ما به وقوع پیوسته است. ● **ملازندان با ۳ میلیون و ۳۰۰ هزار نفر جمعیت و دارابون بیشترین سواحل دریای خزر، طبیعت زیبا و مردمی مهمان نواز، میزان میلیون ها ایرانی حتی از هزاران کیلومتر دورتر بویژه که این ساله گردشگر پذیر بودن خود موجب شده میزان زباله تولیدی نیز در ایام تعطیلات و تابستان به شدت افزایش یابد.** براساس مطالعه سازمان بهداشت جهانی، توجه ناکافی به جمع آوری و دفع مواد زائد می تواند ۳۲ مشکل زیست محیطی بوجود آورد. افراد جامعه باید بدین باور برسند که علاوه بر رعایت موازین بهداشت فردی، ملزم به حفظ بهداشت محیط پیرامون خود نیز هستند زیرا در صورت عدم رعایت این موضوع، سلامت آنها و سایر افراد جامعه در مخاطره خواهد افتاد. یکی از موارد مهم در زمینه حفظ و ارتقای سلامت افراد و جامعه، دفن صحیح زباله و مواد زائد است. متأسفانه در خیلی از مناطق شهری و روستایی بدلیل روشهای نامطلوب جمع آوری زباله، محیط زندگی و سلامت افراد در معرض آلودگی و خطر قرار دارد. ● **محل های دفن و تلنبر زباله به دلیل تولید گازهای مختلف، آلودگی هوا، اتفاق افتاده و از طرفی تولید شریله زباله ای تلنبر شده می تواند تاثیر خطرناکی روی آب و خاک و خسارت های جانی و مالی گردید.** از این رو از سال ۱۳۹۶ تاکون پهورزان و مراقبین سلامت در سطح استان براساس بسته سلامت مباردت به اجرای برنامه آرازیایی و آموزش آمادگی خاورها به بلایا را در دستور کار قرار دادند بگونه ای که تاکنون یک میلیون و

برنامه ریزی و در حال اجرا است.

برنامه های آموزش همگانی به عموم مردم در خصوص نکات اساسی در خرید، آماده سازی، پخت و مصرف مواد غذایی، اهمیت مصرف میوه و سبزی سالم، احداث باغچه های ارگانیک سبزی، ایمنی غذا در مدارس، تغذیه سالم در رستوران ها و مراکز جمعی، اهمیت کاهش مصرف قند، نمک و چربی، مصرف مواد غذایی غنی شده مصرف صحیح مکمل های مورد نیاز گروههای سنی، ارائه خدمات مشاوره تغذیه رایگان به گروه های سنی مختلف و... از مهمترین برنامه های در دست اقدام این گروه در سالجاری است.

لازم به توضیح است که مردم محترم استان در صورت ابتلا به چاقی و اضافه وزن، دیابت و یا فشارخون بالا با مراجعه به باشگاه های پزشک خانواده و ارجاع به کارشناسان تغذیه می توانند از خدمات رایگان مشاوره تغذیه بهره مند شوند. ● **دخانیات، قشر جوان را هدف گرفته است** بیش از یک میلیارد نفر از جمعیت بالای ۱۵ سال جهان محصولات تنباکو را به شکل دختینی (سیگار، قلیان، چپ) مصرف می کنند. سن شروع استفاده از دخانیات در بسیاری از کشورها ۱۵ سال است و شیوع مصرف آن در بین جوانان بسیار بالاست. هر نوع ماده دخانی عامل اصلی در ایجاد بسیاری از بیماری های کشنده از جمله بیماریهای قلبی و عروقی، بیماریهای تنفسی و سرطان های ریه بوده و همراهه موجب مرگ بیش از ۸ میلیون نفر در جهان می شود.

شاخص شیوع مصرف دخانیات بخصوص قلیان، در منطقه مدیترانه شرقی ۸ درصد و در کشورمان ۱۲٫۳۲ درصد در د استان مازندران ۱۰٫۲۶ درصد جمعیت بالای ۱۵ سال را شامل می شود.

بر اساس ماده واحده مصوب ۱۳۸۴/۸/۷ در دولت جمهوری اسلامی اجازه داده شده است به کنوسلوسین چارچوب سازمان بهداشت جهانی در مورد کنترل دخانیات ملحق گردد که هدف این کنوسلوسین و پروتکل های آن، حفظ نسل های حال و آینده از اثرات زیانبار بهداشتی، اجتماعی، زیست محیطی و اقتصادی استعمال دخانیات و قرار گرفتن در معرض دود حاصل از دخانیات با تاکید بر اهداف زیر می باشد.

اهداف کلان این برنامه در سطح جهانی:

۱- پایش مصرف دخانیات و سیاست‌های پیشگیرانه ۲-حفاظت از مردم در برابر دود مواد دخانی ۳- ارائه خدمات ترک دخانیات برای شهروندان ۴- هشدار در مورد مخاطرات مصرف دخانیات ۵-اعمال محدودیت‌های مربوط به تبلیغات و ترویج و حمایت از محصولات دخانی ۶-افزایش مالیات بر محصولات دخانی ۷-ساماندهی فروش محصولات دخانی ۸-در حال حاضر کشور ما به همراه سایر کشورهای مدیترانه شرقی در یک برنامه ۵ ساله در پی ایجاد شهر و روستای بدون دخانیات است. (روستای بالبدندان و شهر کلان‌شهرستان عباس آباد)

شهر و روستای بدون دخانیات، شهر با روستایی است که در آن: فروش، عرضه و استعمال محصولات دخانی ضابطمند شده است. مردم از مواجهه با دود دست دوم دخانیات محافطت می‌شوند. تبلیغ و ترویج مستقیم و غیرمستقیم دخانیات انجام شده است. مصرف‌کنندگان به ترک دخانیات تشویق و تسهیلات لازم در اختیار آنان قرار می‌گیرد. درمجموع با مدیریتی پویه جلب مشارکت و مطالبه گری شهروندان و آرازیایی و آرازیایی هدفمند، بر هر دو راهبرد کاهش عرضه و تقاضا تمرکز کرده، انتظار می‌یود به تدریج شیوع استعمال دخانیات در این مناطق

با همکاری همه‌جانبه کاهش یابد.

بلایای طبیعی: خیلی دور، خیلی نزدیک

بلایای طبیعی به مجموعه ای از حوادث زیانبار گفته می‌شود که منشا انسانی ندارند. این حوادث معمولاً غیر قابل پیش بینی بوده و از مدت های قبل نمی توان پیش بینی کرد.

مصادب و خسارت های بسیار طبیعی و چه انسان ساخت دارای اثر و نتایج مخربی هستند که ممکن است عمیق و آشکار و یا نامعلوم و پنهان باشند. بیش از ۹۰ درصد