

برش های کوتاه

علی قصری
موسیقیدان

آرزو دارم قبل از اینکه هر مرحله جدی تر جنگ زیرساختی چراغ خانه های کشور را خاموش کند، چراغ زندگی خود خاموش شود. آرزو دارم چشمانم هیچ گاه جلدن شدن حتی یک وجب از خاکمان را نبیند.

پرسید احمدیه
بازیگر

در دیدگان پر غنای دهان نجس و بی ادب، مریض و واجب المطلب تجزیه طلب، فحش به ساحت وطن در التماس امر من، نمی زنی چرا بزن آه وطن وطن وطن.

علیرضا حسینی
دیپلمات رئیس خانه سینما

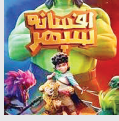
همه هزار عضو خانه سینما تمام قد پای وطن شان هستند و مطمئن باشید هر روزی که به این جنگ اضافه شود، تمام مردم و هنرمندان با توان و انرژی بیشتری پای کار خواهند بود.

آناهید آباد
کارگردان ارمنی

این روزهای سخت می گذرد، باید قدرت روی پا ایستادن داشته باشیم. از امروز باید همدل بودن و باهم بودن را یاد بگیریم و باید از دسته بندی، نفاق و خودی و غیر خودی کردن ها جلوگیری کنیم. همه در یک کاروانیم؛ کاروانی به اسم ایران.

اسطوخوس زرم
بازیگر

با چشمی پر از اشک برای حلمات یک ساله و تنها و با اندوهی به وسعت تمام مردم داغدار این سرزمین می نویسم؛ نام ایران را بلند فریاد بزن؛ مثل بیداری یک چشمه در دل کویر، بگذار باد از روی گندمزارها بگذرد و خاطره دست های مهربان در خاک بماند. ایران برای من نه فقط مریز روی نقشه که بوی باران است بر شانه کوه و صدای قدم های مردمی که هنوز به روشنی صبح ایمان دارند.



روایت فتح
علیرضا محمودی؛ روزنامه نگار

سینما؛ چراغ روشن مقاومت شهر



روشن نگهداشتن چراغ اکران فیلم ها همزمان با حملات دشمن، مقاومتی از عمق جان شهرهاست. تداوم سنت فیلم دیدن در جنگ روح غنی و تسلیم نشده شهر را به پرده سفید تماشای می کشاند. این روزها شهروندان خود را به گیشه ها می رسانند، بلیت می خرند و راهی سالن ها می شوند تا روایت این روزها از روشن ترین چراغ حرکت و تجسم خالی نشود. شهرهایی که بطن نورانی و سرور انگیز سینما را در جنگ زنده نگه می دارند، باطل السحر شکست را در خیابان و کوچه نفر خواهند زد. ۲۰ سال پیش در روزگاری که فیلم ها تنها وسیله بیان برای ارتباط مردم با مفاهیم جنگ بودند، سینماها تهییج و بسیج مخاطبان برای مقاومت را یکجا اکران می کردند. در سال ۱۳۶۴ فیلمی همچون «بلمی به سوی ساحل» ساخته شادروان رسول ملاقلی پور شهروندان را برای انتقام از متجاوزان به شهرها متقاعد می کرد. فیلم جنگ در سال های دفاع، بخش مهمی از تبادل آتش و خاکریز تجمع نیروهای تازه نفس برای اعزام بود. بلمی به سوی ساحل ساخته شادروان رسول ملاقلی پور فیلمی درباره مدافعان خرمشهر است. دومین فیلم کارگردان فقید در حالی اکران شد که شهر آزاد بود، اما روایت حماسی و قهرمانانه آنهایی که جان به پای وطن دادند، مخاطبان را برای همکاری در دفاع متقاعد می کرد. سینما در سال های جنگ محل درک همگانی مفهوم ما هم بودن است. زیر سقف تاریک سینما همه به آنچه می اندیشیدند که به خاطرش بلمی با چند شهید به ساحل برمی گشت.



حال و هوای این روزهای وطن
عجیب و غریب و مغتنمی برای کشورمان می بینم. احساس می کنم تمام وعده هایی که به ما داده شده به زودی جامه عمل خواهد پوشید

شرایط ویژه در تلویزیون

اینکه من یا هر دوست دیگری الان در تلویزیون نیستیم، واقعا اهمیت خاصی ندارد. شرایط تلویزیون هم مثل شرایط ایران یک وضعیت نو و متفاوت است.

در شرایط جنگی خیلی از دوستان و عزیزان ما با تخصصی که دارند به خدمت رسانی مشغولند. من از مدتی قبل از اتفاقات مربوط به جنگ رمضان و حتی جنگ تحمیلی منزل مسکونی ما تخریب شد. این اتفاق باعث کم کاری ام شد. حالا با تمام توان و با آغوش باز در خدمت تلویزیون یا هر رسانه ای که بتواند منادی حق باشد هستم.

در مورد رخداد های روز، سوز هایی هم به ذهنم رسیده ولی الان اولویت با عزیزی است که در شرایط جنگی تخصص شان بیشتر به درد مردم می خورد؛ مثل زمان کرونا که بیشتر پزشکان و کارشناسان حوزه پزشکی در رسانه ها فعال بودند؛ الان هم طبیعتا دوستان متخصص در شرایط جنگی میدان را در اختیار دارند.

هنوز پیشنهاد خاصی از تلویزیون به من داده نشده است ولی اگر جایی کار آمد باشیم در کمال افتخار در خدمت هستیم.



ایران امروز
واضح ترین نقطه تاریخ

گفت و گوی تلویزیون همشهری با عبدالله روا

برنامه ساز محبوب تلویزیون

گروه ۲۴ | عبدالله روا را همه با برنامه های طنزش می شناسند ولی شاید خیلی ها ندانند که این برنامه ساز و مجری محبوب، خود فرزند شهید است. با برنامه سازی که با طنزهای خلاقانه اش در حوزه ورزش، سال ها خنده بر لب ایرانیان آورده، در جدی ترین موقعیت ممکن در برنامه «پارک وی» همکلام شدیم که گزیده ای از این برنامه را پیش رو دارید.



سلامت روان

چطور از بیماری های غذایی ناشی از استرس پیشگیری کنیم؟

بیماری های گوارشی، بیماری های قلبی-عروقی و دیابت یکی از چند خطری هستند که در زمان جنگ ما را به دلیل غذا خوردن نامتعادل و نا آگاهانه تهدید می کنند، اما آیا برای پیشگیری از این بیماری ها راهکارهایی وجود دارد؟
دکتر کورش جعفریان، متخصص تغذیه در گفت و گو با روزنامه همشهری ضمن برشمردن عواقب غذا خوردن عصبی در زمان جنگ می گوید: در افرادی که کم اشتها هستند و زیاد غذا نمی خورند، استرس و اضطراب ناشی از جنگ می تواند زمینه خطر بیماری های گوارشی را افزایش دهد. این متخصص همچنین به اهمیت آگاهانه غذا خوردن اشاره می کند و می گوید: فرد در وضعیت استرس زا باید سعی در پرهیز از پر خوری داشته باشد؛ خصوصا از غذا خوردن های نا آگاهانه بیشتر باید پرهیز کند.

چطور پر خوری را مدیریت کنیم؟

دکتر جعفریان یکی از راه های پیشگیری از بروز بیماری های گوارشی در شرایط بحران و جنگ را در جایگزینی مواد غذایی می داند و توضیح می دهد: اگر افراد نمی توانند پر خوری را در این شرایط مدیریت کنند حداقل از مواد غذایی سالمی که انرژی کمتری دارند استفاده کنند تا خطر بیماری ها در آنها کاهش یابد. به عنوان مثال، برخی از افراد بسیار علاقه مند به غذای شور هستند که خود این موضوع، می تواند یک عامل خطر ایجاد کند. در افرادی که بیماری های زمینه ای مانند دیابت دارند نیز مصرف مواد قندی می تواند بسیار خطرناک باشد؛ بنابراین مواد غذایی دارای انرژی کمتر، چیسب سبزیجات یا مواد غذایی که با رنگ و در شرایط طبیعی تولید شده اند، مناسب تر است. همچنین استفاده از مغز های کم نمک می تواند باعث کاهش استرس بدون ایجاد زمینه ابتلا به بیماری های گوارشی، قلب و عروقی و زمینه ای در فرد شود.

غذاهای آرامش بخش

دکتر جعفریان همچنین به یک نکته جالب اشاره می کند و اهمیت غذاهای آرامش بخش را در کاهش استرس یادآوری می کند. او در این باره می گوید: یک سری از مواد آرامبخش غذایی نیز وجود دارند که خوردن آنها در زمان های بحرانی و استرس زا توصیه می شود؛ اگر افراد بتوانند در این شرایط پروتئین بیشتری مصرف کنند، آرامش بیشتری در آنها ایجاد می شود. مرغ و ماهی نیز می توانند منابع خیلی خوبی از پروتئین باشند.

هوراد کاتون، مدیر ارشد اجرایی شورای بین المللی پرستاران طی نامه ای به رئیس کل سازمان نظام پرستاری شورای بین المللی پرستاران، حمله به بیمارستان ها و زیرساخت های درمانی ایران را محکوم کرد. شورای بین المللی پرستاران (ICN) در این بیانیه همبستگی عمیق خود را با پرستاران و کارکنان حوزه سلامت ابراز کرد.



هیچ گونه آلودگی شیمیایی یا میکروبی در حمله به ماهنهر منتشر نشده است
دکتر مهران احمدی بلوطکی، رئیس اورژانس پیش بیمارستانی و مدیریت حوادث دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز در خصوص احتمال انتشار گازها در محدوده ماهنهر گفت: خوشبختانه امروز درخصوص آلودگی های شیمیایی و میکروبی تا این لحظه با مشکل خاصی در منطقه روبه رو نبوده ایم.

۱۸ هزار داوطلب در پوشش ملی سلامت یاران

مشارکت گسترده کادر سلامت در پوشش ملی حمایت از آسیب دیدگان جنگ؛ از پرستاری و پزشکی گرفته تا کمک های اولیه و برنامه های فرهنگی

مسئول این پوشش درباره این اقدام ملی به همشهری می گوید: پوشش سلامت یاران وطن از ۱۶ اسفند در دانشگاه های علوم پزشکی سراسر کشور با مشارکت معاونت فرهنگی و دانشجویی، معاونت درمان، پایگاه خیریه غذا و مرکز روابط عمومی و اطلاع رسانی وزارت بهداشت و دیگر معاونت های این وزارتخانه راه اندازی شده و داوطلبان آن بر اساس نیاز های منطقه ای، خدمات متنوعی در حوزه سلامت



گزارش
گروه تندرستی | آمار داوطلبان پوشش سراسری «سلامت یاران وطن» با هدف کمک و امداد رسانی به آسیب دیدگان جنگ رمضان به نزدیک ۱۸ هزار نفر رسیده است؛ ظرفیتی گسترده که بخشی از بار خدمات سلامت در شرایط بحران را بر دوش گرفته است.
سعید بابایی، مدیر کل فرهنگی وزارت بهداشت

آمار پوشش

- ۱۷۸۶۳ نفر در مجموع (این آمار نشان دهنده مشارکت گسترده نیروهای داوطلب در حمایت از آسیب دیدگان است)
- ۶۲۷۰ نفر دانشجویان
- ۵۹۷۰ نفر کادر درمان
- ۲۸۰۰ نفر کارکنان دانشگاه و ستاد وزارت بهداشت
- ۱۸۹۰ نفر شهروندان
- ۹۳۳ نفر عضو هیات علمی

بیشترین خدمات انجام شده

- ۸۷۴۰ خدمت امداد رسانی
- ۴۸۸۰ خدمت عیادت از مجروحان و دیدار با خانواده های شهدا
- ۴۷۶۰ خدمت آموزش امداد و کمک های اولیه
- ۷۶۴۰ خدمت اقدامات پزشکی و پیراپزشکی
- ۴۱۲۰ خدمت مشاوره، روانشناسی و مددکاری
- ۲۴۶۰ خدمت کمک در اسباب کشی و بازسازی منازل و اماکن آسیب دیده
- ۲۴۲۰ خدمت تامین سبد تغذیه
- ۳۸۸۰ خدمت اجرای برنامه های فرهنگی ویژه کودکان
- ۲۴۶۰ خدمت تامین دارو و لوازم بهداشتی
- ۴۲۴۰ خدمت اجرای برنامه های فرهنگی در مناطق مورد نیاز
- ۷۹۹۰ خدمت پرستاری و بهیاری

مرحله عضویت

- ورود به لینک webda.ir/salamatyararan
- ثبت موارد درخواست شده
- تماس با داوطلب در صورت نیاز در هر منطقه

رکوردداران مشارکت

- دانشگاه علوم پزشکی اصفهان
- دانشگاه علوم پزشکی تهران
- دانشگاه علوم پزشکی تبریز
- دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
- دانشگاه علوم پزشکی مشهد
- دانشگاه علوم پزشکی ایران