مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان کرمان:

فعالیت ۷۶ مؤسسه انتشاراتی و ۱۴۲ کتاب‌فروشی در استان کرمان



مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان کرمان از فعالیت ۷۶ مؤسسه انتشاراتی و ۱۴۲ کتاب‌فروشی در استان کرمان خبر داد.

به گزارش تسنیم، حسین اسحاقی، مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان کرمان و دبیر ستاد بزرگداشت هفته کتاب و کتابخوانی استان، در تشریح برنامه‌های سی و چهارمین دوره هفته کتاب جمهوری اسلامی ایران اظهار کرد: این دوره با شعار «با کتاب گفت‌وگو کنیم» آغاز شده است؛ شعاری که فراتر از یک عبارت تبلیغاتی، بازتاب‌دهنده رویکردی تعاملی و پویا در حوزه فرهنگ است.

وی افزود: این شعار بر این نکته تأکید دارد که کتاب نباید تنها به‌عنوان شیئی ساکن در قفسه باشد، بلکه باید بستری برای تبادل اندیشه میان نویسنده، اثر و مخاطب فراهم کند.

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان کرمان ادامه داد: تحقق این شعار در برنامه‌های هفته کتاب از طریق برگزاری نشست‌های تخصصی، میزهای گفت‌وگو با نویسندگان و ایجاد فضای باز برای نقد و بررسی آثار دنبال می‌شود. تلاش ما این است که از ارائه صرف برنامه‌ها به سمت تعامل دوسویه حرکت کنیم تا مخاطب تنها مصرف‌کننده نباشد، بلکه در فرایند فرهنگی و اکوسیستم کتاب مشارکت داشته‌باشد.

اسحاقی با بیان اینکه هدف نهایی این برنامه‌ها تبلیغ و ترویج کتاب و کتابخوانی است، گفت: زنده کردن روح گفت‌وگو در میان نسل جوان با واسطه کتاب از اهداف مهم این برنامه‌هاست.

وی با اشاره به برنامه‌ریزی برای جلب مشارکت حداکثری در استان بیان کرد: برای استفاده از ظرفیت‌های استان و ترویج فرهنگ مطالعه، ستاد هفته کتاب را در استانداری کرمان تشکیل دادیم و ایده‌ها، برنامه‌ها و فعالیت‌های نهادهای مرتبط، دستگاه‌ها و تشکل‌های مختلف حوزه کتاب مورد بررسی قرار گرفت.

دبیر ستاد بزرگداشت هفته کتاب و کتابخوانی استان کرمان افزود: از ماه‌های گذشته جلسات متعددی با بخش خصوصی، مؤسسات فرهنگی و هنری، انجمن‌ها، تشکل‌ها و فعالان و افراد تأثیرگذار حوزه کتاب برگزار شده است تا رویکرد برنامه‌ها مشارکت‌محور باشد.

وی تصریح کرد: هدف این است که حمایت از ظرفیت‌های مردمی و غیردولتی تنها به هفته کتاب محدود نشود و بخش عمده‌ای از فعالیت‌ها با استفاده از توان تشکل‌ها و مجموعه‌های مردمی اجرا شود.

اسحاقی از حمایت از طرح‌ها و برنامه‌های مردمی و نوآورانه و اجرای پویش‌های کتاب‌گردی با حضور مسئولان خبر داد و گفت: امسال طرح «مدیر یک کتاب» را برنامه‌ریزی کرده‌ایم که به همه مدیران دستگاه‌های اجرایی استان ابلاغ شده است.

وی توضیح داد: بر اساس این طرح، هر مدیر یک کتاب را به مخاطبان، کارکنان مجموعه خود و افرادی که با دستگاه مربوط ارتباط دارند، معرفی می‌کند.

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان کرمان همچنین به برنامه‌های حمایتی در حوزه فروش کتاب اشاره کرد و افزود: در کتابخانه‌های عمومی استان طرح‌های فروش حضوری و مجازی پیش‌بینی شده است و کتاب‌فروشی‌های استان نیز می‌توانند در سامانه بازار کتاب ثبت‌نام کنند تا مردم در هفته کتاب از تخفیف ۲۰ درصدی خرید کتاب بهره‌مند شوند.

وی اهدای کتاب به کتابخانه‌های مناطق محروم‌تر و اجرای طرح «محله دانا» در کانون‌های فرهنگی و هنری مساجد را از دیگر برنامه‌ها برشمرد و گفت: رونمایی و نقد کتاب، برگزاری نمایشگاه در شهرستان‌ها و نشست‌های مختلف نیز در برنامه‌های این هفته قرار دارد.

اسحاقی با اشاره به رویکرد وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی در حمایت از ظرفیت‌های مردمی و غیردولتی عنوان کرد: رویکرد ما در اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی و مجموعه وزارتخانه این است که بیشتر نقش سیاست‌گذاری و تأثیرگذاری را ایفا کنیم و بخش عمده فعالیت‌های حوزه کتاب به تشکل‌ها و بخش خصوصی واگذار شود.

وی افزود: تلاش می‌کنیم همه فعالان و صاحب‌نظران حوزه کتاب را برای حضور و مشارکت در این عرصه تشویق کنیم و زمینه استفاده از ظرفیت‌های آنان را فراهم آوریم.

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان کرمان از برنامه‌ریزی برای تدوین سند توسعه کتاب و کتابخانه در استان خبر داد و گفت: امسال با مشارکت دانشگاه‌ها، پژوهشگران و محققان عرصه کتاب و کتابخوانی، قصد داریم برای نخستین بار سند توسعه کتاب و کتابخانه استان کرمان را تدوین کنیم. وی با اشاره به ظرفیت‌های فراوان استان در حوزه کتاب، امیدواریم این سند به یک مدل و الگو در کشور تبدیل شود.

اسحاقی در ادامه با ارائه آماری از وضعیت نشر کتاب در استان بیان کرد: در هشت ماهه نخست امسال، بیش از ۳۱۹ عنوان کتاب برای دریافت مجوز درخواست داده‌اند که تاکنون برای ۳۰۹ عنوان مجوز پیش از چاپ صادر شده است؛ از ابتدای امسال تاکنون اعلام وصول بیش از ۲۶۶ عنوان کتاب نیز ثبت شده که به معنای انتشار این آثار از سوی ناشران استان است.

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان کرمان با اشاره به ظرفیت‌های زیرساختی این حوزه گفت: در حال حاضر نزدیک به ۷۶ مؤسسه انتشاراتی در استان فعالیت دارند و ۱۴۲ کتاب‌فروشی نیز در کرمان مشغول خدمت‌رسانی هستند که ۷۹ مورد از آن‌ها در مرکز شهر کرمان قرار دارند.

وی در تشریح برنامه‌های هفته کتاب امسال گفت: یکی از برنامه‌های مهم ما، اجرای طرح «قرار با کتاب» است که در اماکن عمومی، مدارس و دانشگاه‌ها دنبال می‌شود و در قالب آن معرفی و توزیع کتاب در نقاط مختلف انجام خواهد شد.

اسحاقی افزود: در طول هفته کتاب، با حضور نویسندگان مختلف در اجتماعات شبانه‌و میادین، برنامه‌های معرفی و توزیع کتاب برگزار می‌شود و در اجتماعات مرکز استان و شهرستان‌ها نیز حضور خواهیم داشت، همچنین از رونمایی دسته‌جمعی کتاب‌های نویسندگان کرمانی را در برنامه داریم.

مدیرکل دفتر برنامه‌ریزی و تألیف کتاب‌های درسی ابتدایی و متوسطه نظری:

معلمان دیگر ملزم به تدریس صفحه‌به‌صفحه کتاب‌های درسی نیستند

مدیرکل دفتر برنامه‌ریزی و تألیف کتاب‌های درسی ابتدایی و متوسطه نظری گفت: مدارس و معلمان در شیوه آموزش اختیار بیشتری می‌گیرند.

سیدمهدی باقریان در گفت‌وگو با تسنیم با تشریح رویکرد جدید برنامه درسی دوره اول ابتدایی گفت: در زیست‌بوم جدید برنامه درسی کتاب درسی همچنان جایگاه خود را حفظ می‌کند، اما قرار نیست آموزش صرفاً به اجرای صفحه‌به‌صفحه کتاب محدود شود بلکه تحقق اهداف آموزشی و تربیتی در اولویت قرار دارد و معلمان و مدارس متناسب با اقتضائات خود، اختیار بیشتری برای سازمان‌دهی فرایند یاددهی و یادگیری خواهند داشت.

وی با اشاره به سابقه کتاب‌محوری در نظام آموزشی کشور اظهار کرد: نظام آموزشی ما طی سال‌های متمادی بر اساس انتظارات و کارکردهایی که از کتاب درسی تعریف شده بود، سامان پیدا می‌کرد و کتاب درسی به منبع اصلی آموزش تبدیل شده بود. اگرچه طراحان برنامه درسی چنین هدفی نداشتند اما در عمل برنامه درسی به کتاب درسی و مدرسه به کلاس درس تقلیل پیدا می‌کرد در نتیجه بخشی از انتظارات به حق جامعه از نظام تعلیم‌وتربیت محقق نمی‌شد.

باقریان افزود: در سند تحول بنیادین آموزش‌وپرورش مصوب سال ۱۳۹۰ نیز یکی از مطالبات اصلی، حرکت از کتاب‌محوری به برنامه‌محوری است. در رویکرد برنامه‌محوری همچنان نظام آموزشی متمرکز وجود دارد و این مسئله به‌خودی‌خود ایراد محسوب نمی‌شود چراکه نظام متمرکز می‌تواند اهداف و انتظارات عملکردی نظام تعلیم‌وتربیت را به‌صورت روشن و یکسان مشخص کند. مسئله این است که تاکنون به‌درستی از ظرفیت‌های مثبت این تمرکز استفاده نشده است.

مدیرکل دفتر برنامه‌ریزی و تألیف کتاب‌های درسی با اشاره به زیست‌بوم جدید برنامه درسی در دوره اول ابتدایی ادامه داد: یکی از اقدامات مهم در این رویکرد، ترجمه اسناد تحولی، انتظارات جامعه و اقتضائات روز به زبانی روشن و قابل اجرا در مدرسه است. بر همین اساس، برنامه‌ای تربیتی شامل آموزش و فعالیت‌های پرورشی، تحت عنوان راهنمای عمل برنامه درسی برای هر دوره تحصیلی تدوین می‌شود که این برنامه در دوره اول ابتدایی مشخص شده است.

وی با بیان اینکه شفاف‌سازی برنامه درسی، زمینه واگذاری اختیار و مسئولیت بیشتر به مدارس را فراهم می‌کند، گفت: وقتی اهداف، انتظارات و چارچوب‌های برنامه درسی مشخص باشد مدرسه می‌تواند متناسب با شرایط و اقتضائات خود فرایندهای تعلیم‌وتربیت را سازمان‌دهی کند. در این الگو قرار نیست کتاب درسی مانند گذشته صفحه‌به‌صفحه اجرا شود بلکه مهم‌تر از آن تحقق اهداف نظام تعلیم‌وتربیت است.

باقریان تصریح کرد: برای هر یک از کتاب‌های درسی، راهنمای برنامه درسی در نظر گرفته شده است که انتظارات عملکردی اهداف و مسیر آموزش را مشخص می‌کند. در چنین



شرایطی معلم به‌جای آنکه صرفاً نگران رسیدن به صفحات مشخصی از کتاب باشد بر تحقق اهداف آموزشی و تربیتی تمرکز می‌کند.

وی افزود: در زیست‌بوم جدید کتاب درسی همچنان یکی از اجزای اصلی بسته آموزشی است اما معلم باید بتواند با نگاهی منعطف و متناسب با شرایط کلاس و مدرسه از آن استفاده کند و محتوای آموزشی را با اقتضائات محیط یادگیری خود تطبیق دهد.

مدیرکل دفتر برنامه‌ریزی و تألیف کتاب‌های درسی در ادامه با اشاره به تجربه نظام‌های آموزشی دیگر کشورها اظهار کرد: حتی در کشورهایی که از نظام برنامه درسی غیرمتمرکز برخوردارند و آزادی عمل بیشتری برای مدارس در نظر گرفته‌اند تولید کتاب درسی همچنان به ناشران و مجموعه‌های تخصصی محدودی سپرده می‌شود؛ چراکه تألیف و انتشار کتاب درسی به صلاحیت‌ها و ویژگی‌های نهادی خاصی نیاز دارد و هر ناشری توان انجام این کار را ندارد.

وی با تأکید بر نقش کتاب‌های درسی در ایجاد وحدت محتوایی و گفتمانی در کشور گفت: سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی تلاش می‌کند بسته‌های آموزشی متناسب با استانداردهای مورد انتظار نظام آموزشی کشور تدوین کند. اکنون هدف این است که ظرفیت کتاب‌های درسی به فرصت‌های آموزشی متناسب با شرایط بومی و اقتضائات مناطق مختلف تبدیل شود.

باقریان درباره روند اجرای این طرح نیز گفت: این برنامه سال گذشته در هشت مدرسه استان تهران اجرا شد و امسال در حدود ۲۰۰ مدرسه در استان‌های مختلف کشور، با حداقل دو مدرسه در هر استان، در مرحله الگوسازی قرار دارد. پیش‌بینی شده است پس از ارزیابی نتایج این مرحله زمینه گسترش سراسری آن در سال آینده فراهم شود.

سلامت

توصیه‌های تغذیه‌ای برای حفظ سلامت در روزهای سرد سال



همزمان با فرارسیدن پاییز و کاهش تدریجی دما، توجه به تغذیه متناسب با شرایط فصلی اهمیت بیشتری پیدا می‌کند. متخصص طب سنتی ایرانی با اشاره به جایگاه میوه‌ها و خوراکی‌های پاییزی، مصرف متعادل انار، خرمالو، شلغم و بِه را در کنار رعایت تنوع غذایی برای حفظ سلامت توصیه کرد.

دکتر محمد ستایش، متخصص طب سنتی ایرانی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی کرمان، روز شنبه با اشاره به ویژگی‌های فصل پاییز اظهار کرد: از دیدگاه طب ایرانی، پاییز دارای مزاج سرد و خشک است و این ویژگی در مناطق کم‌بارشی مانند استان کرمان نمود بیشتری دارد؛ از این رو افرادی که مزاج سرد و خشک دارند باید مراقبت بیشتری داشته‌باشند.

وی افزود: تغییرات آب‌وهوایی علاوه بر طبیعت، بر وضعیت جسمی و روحی انسان نیز تأثیر می‌گذارد و لازم است همان‌طور که پوشش خود را متناسب با فصل تغییر می‌دهیم، در تغذیه و فعالیت‌های روزمره نیز این تناسب را رعایت کنیم.

مصرف میوه‌های فصلی با توجه به شرایط جسمی

ستایش با تأکید بر مصرف میوه‌های متناسب با فصل و اقلیم محل زندگی گفت: میوه‌ها باید با توجه به سن، وضعیت گوارشی، بیماری‌های زمینه‌ای و میزان فعالیت بدنی انتخاب شوند و هیچ میوه‌ای برای همه افراد به یک اندازه مناسب نیست.

وی افزود: افراد مبتلا به دیابت باید در مصرف میوه‌های شیرین، میوه‌های خشک و فرآورده‌های تهیه‌شده از آن‌ها دقت بیشتری داشته‌باشند.

این متخصص طب سنتی انار را از میوه‌های شاخص پاییزی دانست و اظهار کرد: انار حاوی آنتی اکسیدان‌ها و ترکیبات پلی فنولی است که در محافظت از سلول‌ها در برابر آسیب‌های اکسیداتیو نقش دارند. در طب ایرانی نیز برای این میوه خواصی مانند تقویت معده و کبد مطرح شده است.

وی با اشاره به تفاوت انواع انار گفت: انار ترش دارای مزاج سرد و خشک دانسته می‌شود و افراد سردمزاج یا دارای مشکلات گوارشی باید در مصرف آن احتیاط کنند، در حالی که انار شیرین به سمت گرمی و اعتدال متمایل است. البته افراد مبتلا به دیابت باید میزان مصرف آن را کنترل کنند.

ستایش توصیه کرد انار به‌صورت کامل و همراه با دانه‌ها مصرف شود تا فیبر آن نیز به بدن برسد. همچنین خرمالو بهتر است کاملاً رسیده مصرف شود، زیرا نوع نارس و گس آن به دلیل داشتن تانن بیشتر، خاصیت قابض دارد و ممکن است یبوست را تشدید کند.

وی با اشاره به اهمیت مرکبات در فصل پاییز و زمستان گفت: پرتقال و لیمو ترش از منابع مناسب ویتامین C هستند، اما افراد مبتلا به رفلاکس معده باید در مصرف مرکبات ترش احتیاط کنند.

شلغم و بِه، خوراکی‌های مفید فصل سرما

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی کرمان شلغم را از خوراکی‌های مورد توجه در طب ایرانی دانست و گفت: برای این سبزی خواصی مانند نرم‌کنندگی مجاری تنفسی و کمک به کاهش خشکی و تحریک گلو و سینه مطرح شده است. بخارپز کردن شلغم یکی از روش‌های مناسب مصرف آن است.

وی درباره شربت شلغم نیز توضیح داد: در برخی توصیه‌های طب سنتی، ترکیب آب شلغم و شکر برای تسکین علائم سرماخوردگی مطرح شده است، اما به دلیل داشتن قند افزوده برای افراد مبتلا به دیابت مناسب نیست و نباید جایگزین درمان پزشکی شود.

ستایش همچنین با اشاره به ارزش غذایی میوه بِه گفت: این میوه حاوی فیبر، پکتین و ترکیبات فنولی است و برخی افراد مصرف پخته آن را بهتر تحمل می‌کنند. به‌دانه نیز به دلیل داشتن ترکیبات موسیلاژی و لعاب حاصل از آن، می‌تواند برای نرم کردن گلو و تسکین تحریک ناشی از سرفه خشک استفاده شود. این دانه‌ها باید به‌صورت لعاب و بدون جویدن یا بلعیدن مصرف شوند.

تعادل در مصرف مواد غذایی شیرین

این متخصص طب سنتی با اشاره به ارتباط مصرف بیش از اندازه قندها با مشکلات متابولیک اظهار کرد: دریافت مکرر و زیاد قند می‌تواند در درازمدت زمینه‌ساز مقاومت به انسولین و افزایش خطر ابتلا به دیابت، کبد چرب و بیماری‌های قلبی و عروقی شود.

وی تأکید کرد: افراد باید در مصرف مواد غذایی شیرین، به‌ویژه آبمیوه‌ها و فرآورده‌های شیرین‌شده، تعادل را رعایت کنند و بیماران نیز متناسب با شرایط جسمی خود برنامه غذایی داشته‌باشند.

به گزارش ایرنا، تغذیه مناسب در فصل پاییز به معنای محدود کردن رژیم غذایی به چند خوراکی خاص نیست، بلکه تنوع و تعادل غذایی اهمیت بیشتری دارد. بر اساس توصیه‌های سازمان جهانی بهداشت، مصرف متنوع میوه و سبزی، غلات کامل و حبوبات و محدود کردن نمک، قندهای آزاد و غذاهای پرچرب و فرآوری‌شده از اصول اصلی تغذیه سالم است.

در مجموع، استفاده از محصولات تازه و فصلی، مصرف میوه کامل به جای آبمیوه‌های صنعتی و رعایت تعادل غذایی می‌تواند به حفظ سلامت در روزهای سرد سال کمک کند. توصیه‌های طب ایرانی نیز باید در کنار دانش پزشکی روز و با توجه به شرایط اختصاصی هر فرد مورد توجه قرار گیرد.