

از سیاهی های شهر ما!

به قلم: منوچهر حبیبی



بارها شنیده ایم که گفته اند به هر کجا که روی آسمان همین رنگ است، اما آنچه را که آدم ها تجربه می کنند در بسیاری از اوقات با این ضرب المثل در تضاد است. خوب از نظر جوی وقتی انسان به آسمان نگاه می کند جایی ممکن است آفتابی، جای دیگر ابری و بارانی باشد اما این از دید و نگاه آدم‌ها به بالای سرشان است در حالی کمی بالاتر در کل رنگ آسمان همان رنگ ثابتی است که دارد. اما در زندگی درست هم رنگ نیست،

آسمانی که در وصف حال و هوای زندگی ماست. مثلاً در مورد قانون گریایی و قانون مداری، در مورد عمران و آبادانی، در مورد رفاه و توجه عمومی و امثالهم شک نکنید که اوضاع و احوال هر منطقه، هر شهر و روستا و حتی هر کشوری با منطقه، شهر و روستا و کشور دیگر کاملاً متفاوت است. چیزی که در جایی جرم است، جای دیگری می تواند یک حق باشد؛ شاید بگویید مگر می شود؟ خوب در پاسخ باید گفت چرا که نمی شود. اتفاقاً نه یک مورد که ده ها مورد تناقض در نگاه انسان به دور و برش در جاهای مختلف وجود دارد. برای مثال در حالی که رانندگی برای زنان در بسیاری از کشورها یک امر عادی و حتی حرفه ای است، در کشور عربستان این کار (رانندگی بانوان) جرم است و بسیاری از زنان عربستانی از این حق مسلم باز مانده اند. بهتر است بگوییم به نظر ما باز مانده اند چرا که علاوه بر دولت عربستان، بسیاری از مردان نیز با این کار مخالفند.

البته بحث ما درباره رانندگی زنان نیست، بحث ما روی تفاوت هاست که گاه بسیار مشکل ساز می شود و اما پیش از ادامه بحث کمی درباره موقعیت شهرمان کازرون بگوییم کازرون ظاهراً شهرستانی در ۱۲۰ کیلومتری شیراز است، اینکه گفتیم ظاهراً به خاطر این حقیقت است که کازرونی‌ها را تصنعی در ۱۲۰ کیلومتری شیراز قرار داده اند چرا که راه‌ها و مسیرهای بسیار کوتاه تر می‌هست که انشالله در وقت مناسب دریا ری آن‌ها صحبت خواهد شد به هر حال می پذیریم که امروز کازرون در ۱۲۰ کیلومتری مرکز استان فارس قرار دارد. اما در کل حال و هوایش (آسمان) متفاوت است.

مثل این می ماند که رنگ مشکی را با رنگ سفید مقایسه کنید که کم بیناها هم قادر به تشخیص و تمیز دادن آن‌ها از یکدیگرند؛ حال چرا برخی از مسئولین در شهر ما دچار مشکل تشخیص هستند خدا می داند! اصلاً این را خیلی راحت بگوییم اگر در ازای هر کیلومتر یک سال عقب ماندگی را به کازرون نسبت دهیم حتی نمی توان گفت که شهر ما از شهر گل و بلبل به اندازه ای ۱۲۰ سال عقب نگه داشته شده است. گفتیم نگه داشته شده است، نگفتم عقب مانده است چرا که کازرونی‌ها به دور از هر تعارف و اغراقی توی استان و کشور حرف‌ها برای گفتن داشته و دارند اما چه می شود کرد که برخی از مسئولین شهرستان دهه هاست با این شهر آن کرده اند که امروز ما در استان در گرفتاری و داشتن مضامین مشغول رکورد زدن هستیم تا جایی که وقتی مردم می شنوند که مسئولی نهادهای را ترک می کند شکر گذار می شوند! وقتی هم دوباره سرو کله اش پیدا می شود انگار که آب سردی روی سرتن شان ریخته باشد شوکه می شوند. البته رفتن و آمدن‌ها هم جزء بازی تقدیر و روزگار است. حتماً حوصله برخی‌ها سر رفت که می خواهند بدانند می‌خواهیم درباره ی چه سخن بگوییم؛ می‌خواهیم فقط و فقط از یک مشکل ساده و پیش پا افتاده ی پایانه ی شهر سبز و مسافرخش‌های غیر مجاز صحبت کنیم متأسفانه کسی شک ندارد که حال و هوای این پایانه هم تفاوتی کاملاً آشکار که غیر از مردم و مسافران فقط برخی از آقایان آن‌ها را نمی بینند دارد.

پایانه شهر سبز در ضلع شرقی شهر و در ابتدای بلوار پریشان قرار دارد اما این پایانه در ساعات تردد مردم و مسافران با در محاصره دست فروشان قرار داد و با ایز ابتدای آن تا انتهای آن مسافرخش‌های غیر مجاز و عبوری توقف کرده و می کنند.

گاهی هم سرو صدای ناشی از نزاع این جماعت با مسافرخش‌های رسمی و مجاز و حتی اتوبوس داران و فحاشی آنان به فرصتی برای سرگرم شدن مسافران و رهگذران تبدیل می شود.

حال خدایی مقایسه کنید این جو و اوضاع را با ترمینال دوم امیر کبیر شیراز که چه اتوبوس‌ها و چه مسافرخش‌ها سواری و خطی را درون خود جاداه و از این برخورد‌ها و نزاع‌ها و بی نظمی‌ها جلوگیری کرده‌اند. به راستی چاره ی کار مشکل ما و مسافرقایه‌ها چیست؟ چاره ی ما اگر کسی بخواهد به این مشکل توجه کند اینست که مسافرخش‌های سواری و مجاز در محدوده‌ای یا درون این پایانه و یا در جای دیگر مستقل شوند، به طور جدی جلوی سوار کردن مردم و مسافران توسط مسافرخش شخصی گرفته شود.

مسافرخش‌های شخصی که بعضاً در مواردی مشخص شده که علاوه بر آنکه صلاحیت این حرفه و کار را ندارند، حتی مهارت رانندگی را هم ندارند به علاوه از بیمه و تعهدات حرفه‌ای تا کسیرانی هم در مواردی، خبری نیست.

خب این مشکل که همه در کازرون باید توی خیابان باشند و مزاحمت برای دیگر شهروندان ایجاد کنند را چه کسی و چه ارگانی می‌خواهد برطرف سازد؟ آیا این مشکل ناشی از عقب نگه داشتن شهر ما نیست؟ به سهم خود اگر بگویند فرهنگ سازی کنید نه تنها به مردم خوب و فهیم کازرون و مسافران عرض می‌کنم از این مشکل هم افرادی ناباب و فاقد صلاحیت می‌توانند علاوه بر به خطر انداختن سلامت مردم سواستفاده‌هایی بنمایند پس بهتر است که عزیزان همشهری برای جیاجی شدن سوار خودروهای غیر مجاز و گاه نامطمئن نه تنها در محور کازرون به شیراز بلکه در دیگر محورها و در فواصل نزدیک و دور نشوند کاری که بسیاری از همشهریانم تاکنون انجام داده اند اما رفع این مشکل و این قبیل تخلفات دست کسانی را می‌بوسد که جای گرم و نورنشان را با هیچ چیز عوض نمی‌کنند و سرشان را به در دسر نمی‌دهند.

باشد که این مشکل که در گذشته شاید میان درشکه‌چی‌ها بود، از جمع مسافریان زحمتکش ما و محوطه پایانه مسافری شهر سبز کازرون رخت بر بندد.

آخ شرمنده



می‌گویند بهشت و جهنم مختص آخرت نیست. هر کس هر کار خوب یا بدی انجام دهد، پاداش خوبی و جزای بدی خود را در همین دنیا می‌بیند. شاید پاداش و جزا در این دنیا مثل نمره‌های سر کلاس و تشویق و تنبیه‌های معلم والدین باشد و پاداش و جزای آخرت مثل قبولی و مردودی آخر سال و نتیجه‌های خوب و بد آن. بر فرض که اصلاً دین و آخرت و بهشت و جهنم نباشد و دنیا همین باشد که هست، آیا شرافتمند زندگی کردن بهتر از هرزگی نیست؟ وقتی انسان با نیکی نمودن و حیا، عزیز و خوشبخت می‌شود چرا کم عقلی کند و با هرزگی و بی‌حیایی خود را مغفور و بدبخت کند؟

اینک سرگذشت یکی دیگر از منحرف شدگان که شادزیستن و خوش بودن را در بی بند و باری و هرزگی می‌دانست نقل می‌کنم تا یادمان باشد که خوشی واقعی چیست و شادی‌های آنی و مقطعی می‌تواند چه پیامدهای ناگواری به دنبال داشته باشد. شخصی را می‌شناسم که اهل حلال و حرام نبود. با آنکه خدمت سربازی را به پایان رسانده بود و شغل خوب و درآمد کافی و امکانات ازدواج برایش فراهم بود، همچنان مجرد زندگی می‌کرد. وقتی هم کسی می‌پرسید چرا ازدواج نمی‌کنی؟ در پاسخ با بی‌شرمی می‌گفت: وقتی این همه زن و دختر در دسترس من هست چرا عمر خود را اسیر یک نفر کنم؟ لذا با همین تفکر غلط هر روز و شبی با زن و دختری به سر می‌برد و هنگامی که رابطه‌اش با یکی از آن‌ها فاش می‌شد و از آن طرف خانواده‌اش مورد اعتراض واقع می‌شد با بی‌شرمی می‌گفت: بروید جلو دخترتان را بگیرید و با این حرف آتش فتنه را شعله‌ورتر می‌کرد. نصیحت خیرخواهانه هیچ کس هم در او اثر نمی‌کرد. علاوه بر این هشدارها، تهدیدها هم کار ساز و مؤثر واقع نمی‌شد و همچنان به راه انحرافی خود ادامه می‌داد تا اینکه یک شب افرادی ناشناس که هرگز هویتشان مشخص نشد او را در یکی از پاتوق‌های همیشگی‌اش به دام انداختند. به قول خودش شبی در کافه‌ای داشتم به یکی از آن‌ها پیامک می‌زدم تا بیاید که ناگهان برق کافه قطع شد و تاریکی مطلق چنان همه‌جا را فرا گرفت که کسی حتی یک وجبی خود را نمی‌دید در همان حال کیسه‌ای بر سرم کشیده شد و در یک چشم برهم زدن، مرا از آنجا دور کردند و در صندوق عقب ماشینی انداختند و بردند ساعتی بعد پس از

نام این داستان: سزای بدی

به قلم محمد جعفر میصری

طی مسافتی زیاد از صندوق عقب بیرون آوردند و آنقدر با مشت و لگد و کمر بند و چوب و چماق زند که از هوش رفتنم. هنگامی که به هوش آمدم خود را تک و تنها در بیابانی تاریک دیدم که جز ستارگان آسمان چیزی دیده نمی‌شد و وحشت سراپای وجودم را گرفته بود. ترس و وحشت حاصل از تنهایی و تاریکی در بیابانی پر از سنگ و لایخ به حدی زیاد و آزار دهنده بود که لحظاتی درد ضربات مشت و لگدهایی که خورده بودم فراموش کردم. بدتر از همه این که دست‌ها و پاها هم را نیز محکم با طناب بسته بودند و قادر به حرکت و جابه‌جا شدن نبودم. و بی انصاف‌ها حتی دهانم را هم بسته بودند تا نتوانم فریاد بزنم یا آخ و واخ و ضجه و زاری بکنم. کوجکرتی نکتانی هم که می‌خوردم جای ضربات چوب و لگدها که به سنگ و لایخ بیابان اصابت می‌کرد چنان آزارم می‌داد که گویی دوباره مرا می‌زدند. در آن محیط وحشتناک صدایی جز زوزه گرگ و شغال شنیده نمی‌شد که آن نیز بر وحشتم می‌افزود به طوری که گویی قرار بود آن شب تقاص همه خوشی‌ها و لذت‌های حرام گذشته را یک جا پس بدهم. با هر رنج و مشقتی که بود تکانی به خود دادم تا شاید فرجی شود و حداقل غلٹی بخورم تا شاید روی دنده‌ای دیگر احساس درد کمتری بنمایم اما غلٹیدن همان و از یک شیب تند داخل گودالی تنگ افتادن همان و شکستن استخوان‌ها و از هوش رفتن دوباره بر اثر شدت درد همان. بعد هم که به هوش آمدم خود را بر تخت بیمارستان دیدم، آن‌هم در حالی که نه تنها تمام بدنم کیود و مجروح شده بود بلکه دست و پاها هم را گچ گرفته بودند و جاهای دیگر بدنم نیز باند پیچی شده بود. تنها جای بدنم که سالم مانده بود زیر گلویم بود که آن را به منظور رساندن غذا به معده ام سوراخ کرده بودند تا لوله پلاستیکی باریکی را از آن عبور دهند و غذا به معده برسد. بعداً معلوم شد گودالی که بر اثر تولا و غلٹیدن در آن افتادم یک قبر پیش ساخته بوده. ضمناً چند جای بدنم با خودکار نوشته بودند: "سزای بدی"

بعضی از دوستانم که آن‌ها نیز همچون من راه کجی و هرزگی اختیار کرده بودند و گاه یکدیگر را در اعمال غیر اخلاقی و منافی عفت شریک می‌نمودیم وقتی از حال و روزی که برانیم پیش آمده بود با خبر شدند چنان به وحشت افتادند که نه تنها ترک چنین خطایی نمودند بلکه تا مدتی از خانه‌های خود نیز خارج نشدند زیرا می‌ترسیدند آنان نیز سرنوشت من گرفتار شوند. روزی به یکی از آن‌ها گفتم مرا تنک زند شما چرا ترسیده‌اید در جواب گفت: "وقتی دیدی سر همسایه‌ات را می‌تراشند، برویشت را نم‌کن" راستی خودمانیم، اینها آثار دنیوی گناهان است. خدا می‌داند در آخرت چه مجازات‌های وحشتناکی برای این افراد مهیاست.

ورزش مدارس و خدمات آن

مهمد رضا پولادی
kazeroonsportblogfa.com

در این دهه تربیت بدنی مستقل شد و ریاست آن بر عهده مرحوم سلامی قرار گرفت و استادگروه و اساتذتو کلی مسئولیت تربیت بدنی آموزش و پرورش را عهده دار شدند.

مدرسه راهنمایی داریوش و امیر کبیر و کورش به کمک دبیرستان‌های شاپور و بزرگ و مجرد و ابواسحق آمدند. تا دین خود را به ورزش کازرون ادا کنند. در دهه ۵۰ نیز مسابقات استانی بطور مرتب و بصورت المپیادی برگزار می‌شد که کازرون چندین بار میزبان این بازی‌ها شد و در سال ۱۳۵۵ در مجموع قهرمان المپیاد مدارس فارس شد. در دهه ۵۰ مسئولین نگاهی متفاوت به ورزش داشتند که با کمال تأسف امروزه دیگر



خبری از این نگاه مثبت در بین آن‌ها وجود ندارد و ورزش اهمیت گذشته خود را برای آن‌ها از دست داده است. (سه نفر از بزرگان ورزش مدارس کازرون مطرح در سطح کشور ودنیا - از راست بهادر ریاضی‌ملی پوش سابق هندبال - استاد داود توکلی رییس کمیته داوران آسیا و استاد علی اصغر توکلی پدر هندبال فارسی) در دهه ۶۰ و اوایل دهه ۷۰ نیز ورزش مدارس بطور جدی دنبال می‌شد و بزرگان زیادی را به جامعه ورزشی کازرون تحویل دادولی از اواسط دهه ۷۰ کم‌کم ورزش مدارس رو به افول رفت و دیگر خبری از قهرمان پروری در آن نشد که نماند.

نگاه متفاوت شد دیگر انگیزه قبل وجود نداشت هر چه توانستند از ساعات ورزش در مدارس کاستند و دیگر دروس را جایگزین کردند. دیوارهای مدارس را ارتفاع بیشتری دادند و در مدارس را قفل زدند تا



خدای ناکرده دانش آموزی یا بچه محلی بعد از ساعات معمول نتواند وارد مدارس شود. همه‌وهمه دست به دست هم داد تا ورزش مدارس از رونق بیفتد نوجوان و جوانان وقتی محیطی برای ورزش نداشته باشد مجبور می‌شود کنج‌خانه‌ها ترجیح دهد و یا امکانات امروزی از قبیل موبایل و ماهواره و اینترنت و بازی‌های رایانه‌ای خود را سرگرم کند. ورزش از حیاط مدارس و خانه‌های کوچک پس کوچ‌چاهی شهر

منتقل به سالن‌های و اماکن کرایه‌ای شد. ورزش مدارس پایه و اساس ورزش هر کشوری میباشد و اگر مسئولان خواهان احیای واقعی ورزش میباشد باید تمامی تلاش خود را معطوف به ورزش مدارس نمایند.

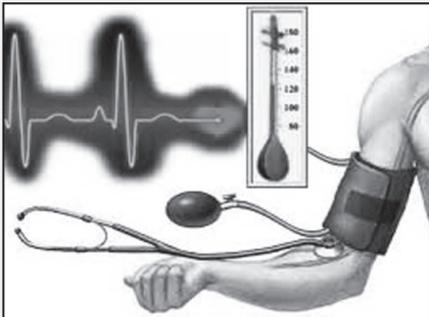
اداره ورزش و جوانان و آموزش و پرورش باید موازی هم و در راستای خدمت به جوانان گام بردارند تا شاهد موفقیت‌های ورزشکاران پر استعداد شهرستان همچون گذشته باشیم. ورزش مدارس کازرون وظیفه خود را حتی به ورزش دنیا هم با پرورش داودتو کلی‌ها ادا کرده است.

به امید روزی که دوباره شاهد رونق ورزش مدارس بمانند قیل باشیم ...

هشدار هشدار هشدار از فشار خون خود مطلع باشید

نیلا مبینی

کاردان بهداشت خانواده مرکز بهداشت شهید پیرویان



چرا پیشگیری و کنترل بیماری فشارخون بالا ضروری و مهم است؟ برگه‌های اطلاعاتی سال ۲۰۱۴ اتحادیه جهانی فشارخون بالا و انجمن بین‌المللی فشارخون بالا بیانگر مطالب زیر می‌باشد: افزایش فشارخون علت ۹/۴ میلیون مرگ و ۱۶/۲ میلیون سال‌های از دست رفته در سال ۲۰۲۰ می‌باشد و علت:

- ۵۰٪ - بیماری قلبی، سکتته مغزی و نارسایی قلبی
- ۱۳٪ - کل مرگ‌ها و ۴۰٪ مرگ در بیماران دیابتی
- فشارخون بالا عامل خطر عمده مرگ‌های جنینی و مادری در دوران بارداری، دمانس و نارسایی کلیه است.

فشارخون بالا یک مشکل همه گیر است:

تقریباً ۴ نفر از هر ۱۰ نفر فرد بزرگسال بالای ۲۵ سال مبتلا به فشارخون بالا هستند و در بسیاری از کشورها یک نفر از هر ۵ نفر پیش فشارخون بالا دارند.

- تخمین زده می‌شود در افرادی که تا سن ۸۰ سال زندگی می‌کنند، از هر ۱۰ نفر ۹ نفر مبتلا به فشارخون بالا می‌شوند.

- نیمی از بیماری مرتبط با فشارخون بالا، در افراد با مقادیر بالاتر فشارخون حتی در محدوده طبیعی، رخ می‌دهد.

فشارخون بالا بدون نا متناسب در جوامع با درآمد کم و متوسط تاثیر می‌گذارد:

- دو سوم افرادی که فشارخون بالا دارند، در کشورهای در حال توسعه اقتصادی زندگی می‌کنند.

- بیماری قلبی و سکتته مغزی در کشورهای در حال توسعه اقتصادی، در افراد جوان تر رخ می‌دهد.

- تخمین زده می‌شود ۱۰٪ هزینه‌های مراقبت‌های بهداشتی، مستقیماً به افزایش فشارخون و عوارض آن مربوط است.

- تخمین زده می‌شود این هزینه‌ها کمتر از ۲۵٪ هزینه‌های صرف شده در اروپای شرقی و آسیای مرکزی باشد.

عوامل رفتاری نقش مهمی در افزایش فشارخون بازی می‌کنند:

- تخمین زده می‌شود رژیم غذایی ناسالم با نیمی از فشارخون بالا مرتبط است.

- حدود ۳۰٪ فشارخون بالا با افزایش مصرف نمک و حدود ۲۰٪ رژیم غذایی با پتاسیم کم (میوه و سبزی کم) مرتبط است.

- فعالیت بدنی با ۲۰٪ از فشارخون بالا مرتبط است.

- چاقی با ۳۰٪ از فشارخون بالا مرتبط است.

- مصرف زیاد الکل نیز سبب فشارخون بالا می‌شود.

- عدم مصرف دخانیات خصوصاً برای افراد دارای فشارخون بالا مهم است.

- اغلب افراد از این که فشارخون آن‌ها بالاست از بیماری خود مطلع نیستند.

- نسبت مهمی از افرادی که از بیماری فشارخون خود مطلع هستند، بدون درمان باقی می‌مانند و حتی اگر تحت درمان باشند، نسبت زیادی تحت کنترل نیستند.

افراد:

- مصرف غذاهای فرآوری نشده یا حداقل فرآوری شده در اغلب اوقات - انتخاب‌های غذایی کم سدیم و عدم افزودن نمک به غذا

- فعال بودن از نظر جسمی

- دستیابی و حفظ وزن بدن سالم

- اجتناب از تجاوز از حداکثر مصرف الکل پیشنهادی روزانه و هفتگی

- حمایت‌طلبی برای سیاست‌های عمومی سلامتی

پیام‌های کلیدی:

- **گرچه فشارخون بالا اغلب ممکن است قابل پیشگیری باشد، ولی به عنوان یک تهدید دائمی برای رفاه باقی می‌ماند.**

- شیوه زندگی مؤثر و درمان‌های دارویی وجود دارند که می‌توانند فشارخون بالا را در اغلب افراد کنترل کنند.

برگزاری مسابقه دو میدانی آقایان به مناسبت ولادت امام علی (ع)

سرویس خبری‌اعلی‌رضا گلچین/ هیئت دو میدانی به مناسبت ولادت



باسعادت امام علی(ع) یک دوره مسابقه دو در دو مقطع ابتدایی (۲۰۰ و ۸۰۰ متر) و راهنمایی (۴۰۰متر) برادران در مورخ ۹۳/۰۲/۲۷ برگزار نمود و به نفرات اول تا سوم هر ماده

جوایزی با حضور معاونت اداره ورزش و جوانان و رئیس انجمن دو میدانی آموزش و پرورش (میثم صفری) و همکاری مربیان هیئت آقایان عقیل کشاورزی و کرامت کریمی اهدا گردید.

اسامی نفرات برتر

۲۰۰متر ابتدایی	۸۰۰متر ابتدایی	۴۰۰متر راهنمایی
مقام اول: علی شفیعی	حسین صحرایی	سیدعلی پامرد
مقام دوم: فردین اسکندری	عرشیا سلیمانی	محسن کریمی
مقام سوم: امیرمحمد طباطبایی	محسن مکاریان	مهدی چمن‌دار