



دکتر سیاری
معاون وزیر بهداشت

آغاز سال نو فرصتی است برای برقراری ارتباط مؤثر در زمینه تبادل اطلاعات و احساسات، همدلی و آشنایی مردم ایران با شادی‌ها، غم‌ها، اندیشه و نوآوری‌ها در کشور، لذا فرصت را مغتنم شمرده ضمن تبریک سال نو و آرزوی سلامتی برای همه مردم ایران، برای دلنشین کردن هر چه بیشتر زندگی در سال ۹۵ تلاش کرده و مروج «شهروندی مسؤول و اثرگذار» با ویژگی‌های زیر باشیم:

◀ با پروردگار بزرگ، مهربان و رؤوف، پیمان ببندیم که آنچه را برای خود می‌پسندیم برای دیگران نیز بیسندیم و آنچه را برای خود نمی‌پسندیم، برای دیگران هم نپسندیم.

◀ مروج ایمان، تقوای الهی و عمل صالح که اساس دین است، باشیم. از عباراتی از این دست: «بخشید»، «اشتباه کردم»، «نمی‌دانم»، «خواهش می‌کنم»، «ممنونم» و جملاتی زیبا و پرمهر و دلنشین، بیشتر استفاده کنیم.

◀ در اجرای افکار سالم و بیان احساسات مان غفلت نکنیم.
◀ با بیان عبارت «دوست‌تان دارم»، لبخند و شادی را به همه مردم هدیه کنیم، به دور از کینه‌ورزی‌ها، مهربانی و دوستی با همه را سرلوحه کارمان قرار دهیم.

◀ با رفتار مسؤولانه ضمن آگاهی به همه شئون زندگی، نسبت به رفتارهای خطرآفرین برای فرد و جامعه، همانند کم‌حرکی، تغذیه ناسالم، مصرف دخانیات، الکل، مواد مخدر و روان‌گردان و هم‌چنین آسیب‌های اجتماعی (از جمله: فقر، بیکاری، اعتیاد، طلاق، بزهکاری، کودکان کار و خیابانی، رفتارهای جنسی پرخطر و...) حساس بوده و در پیشگیری از آن اثرگذار باشیم.

وقت مان را در شبانه روز به سه قسمت تقسیم کنیم:
۱. زمانی را به کار و تلاش حرفه‌ای و شغلی اختصاص دهیم.

منشوری برای تداوم تحول نظام سلامت

دکتر سیاری، معاون وزیر بهداشت، در
پیام تبریک سال نو تبیین کرد:

چگونه می‌توانیم
به کیفیت زندگی مردم بیفزاییم و در
بهبود سبک زندگی
ارتقای سلامت
پیشگیری از
عوامل خطر سلامت مردم و
کارکنان مان
مؤثرتر باشیم؟

به عنوان یک مدیر بهداشتی:

◀ همیشه از خود سؤال کنیم که چگونه می‌توانیم به کیفیت زندگی مردم بیفزاییم و در بهبود سبک زندگی، ارتقای سلامت، پیشگیری از عوامل خطر سلامت مردم و کارکنان مان مؤثرتر باشیم و تأثیر عمیق‌تری بگذاریم و خدمات باکیفیت‌تری عرضه کنیم؟ این موارد را باید در تمام محیط کاری و سازمان مان تبدیل به فرهنگ کنیم.

◀ به مرگ مردم و علل زمینه‌ساز آن حساس باشیم، مرگ ناپهنگام تک‌تک آنان را علت یابی کنیم و در جهت پیشگیری و کاهش آن برنامه مداخله‌ای داشته باشیم.

◀ به شاخص‌های سلامت حساس باشیم و برای بهبود مستمر آن برنامه‌ریزی کنیم.

◀ تنها ناظر و تماشاچی نباشیم، فرمانروا باشیم، مثل چشمه بجوشیم و دیگران را سیراب کنیم. احساس مسؤلیت را در خود و کارکنان نسبت به جامعه و افراد تقویت کنیم و همواره منافع جامعه، مردم و سازمان را بر منافع خود مقدم بداریم و آن را جزو فرهنگ سازمان خود کنیم. خود را در کنار مسایل قرار نداده و فرصت طلب و شکست‌گرا نباشیم.

◀ وقت‌شناس باشیم، اهل نظم و انضباط، سخت‌کوش و تلاشگر باشیم.

◀ همیشه دارای ظاهری آراسته، مرتب و منضبط بوده و محیط کاری سالم و بهداشتی داشته باشیم.

◀ در حرفه خودمان دست همدیگر را بگیریم نه پای همدیگر را.

◀ تلاش کنیم در دنیای کسب و کارمان به قله موفقیت برسیم.

◀ تفاوت بین «توجیه‌کردن» و «استدلال‌کردن» را بفهمیم و از نقد عالمانه دیگران از کارمان تقدیر و تشکر کنیم و «نقد» را فرهنگ سازمانی بدانیم و مروج آن در کشور باشیم.

◀ تلاش کنیم در بحث، گفت‌وگو و مناظره عصبانی نشویم و به شخصیت دیگران احترام بگذاریم.

◀ استقلال فکری خود را در هر شرایطی حفظ کنیم.

◀ قدر دان مشارکت مردم در صحنه‌های مختلف اجتماعی باشیم و این سرمایه بزرگ اجتماعی و معنوی ایرانیان را با بهار طبیعت پیوند زنیم؛ شادی و نشاط، سرمایه و انسجام اجتماعی، دینی، ملی و میهنی به وجود آمده را به موتور محرکه‌ای برای توسعه و حل مشکلات و عقب‌ماندگی در کشور، کاهش آسیب‌های اجتماعی از قبیل فرار مغزها از کشور، بازماندگی از تحصیل در آموزش و پرورش و آموزش عالی، فقر، بیکاری، نابرابری اقتصادی، فساد، رشوه و رانت‌خواری، طلاق، اعتیاد، کودکان کار و خیابانی، زنان سرپرست خانواده تبدیل کنیم.

۲. اوقاتی را برای گذراندن با خود و خانواده در نظر بگیریم.
۳. ساعاتی را برای ارتباط با خدا و حرکت به سوی کمال تلاش کنیم.

◀ به سالمندان جامعه احترام گذاشته و قدردان پیشکسوتان باشیم، زحمات‌شان را پاس بداریم و آنان را از سرمایه‌های ارزشمند اجتماعی به شمار آوریم.

◀ در فراهم‌کردن اسباب سالم زیستن، زندگی با کیفیت مناسب، مولد، سالم و شادی‌آفرین برای همه مردم، به‌ویژه جوانان اهتمام بورزیم و جستجوگر سلامتی همراه با زندگی پربار و لذت‌بخش، عاری از معلولیت و ناتوانی برای همه باشیم.

◀ تلاش کنیم در سال ۹۵ انسان پرنرمی برای خود، خانواده، مردم، جامعه و کشورمان باشیم.

◀ روزی حداقل نیم ساعت برای خودشناسی و تزکیه نفس، برقراری ارتباط با خدا به منظور خداشناسی و معرفت او با ذکر و فکر در راه طاعت و عبادت و ارتباط و توجه به او وقت بگذاریم.

◀ روزی ۲ ساعت برای مطالعه و مدت ۳۰ دقیقه برای پیاده‌روی و ورزش (حداقل ۵ روز در هفته) وقت بگذاریم. ویژگی‌های شهروند خوب بودن و مسؤلیت‌پذیری را در خود و جامعه تقویت کنیم.

◀ تغذیه سالم از قبیل مصرف بیشتر سبزی و میوه و کاهش مصرف نمک، چربی و قند را در کشور ترویج کنیم و تلاش کنیم در کشور همه مردم به غذای کافی، مطلوب و سالم دسترسی داشته و از آن بهره‌مند شوند.

◀ انرژی خود را صرف شایعات، گفت‌وگوهای منفی و دلسردکننده نکنیم.

◀ جزو مروجان سلامتی در کشور باشیم؛ شادی، نشاط، انرژی مثبت در زندگی و محبت را به همه هموطنان مان در سال ۹۵ به صورت مستمر هدیه کنیم.

◀ روش تفکر منطقی و حل مسأله را بیاموزیم و به دیگران آموزش دهیم.

◀ در مقابل مشکلات جامعه، مردم و کشوری تفاوت نباشیم؛ آن را از خود بدانیم و در صدد پیدا کردن راه حل منطقی و علمی برای آن باشیم.

◀ در مقابل نیازمندان و دردمندان کشور احساس مسؤلیت کنیم و پناهگاه بی‌منت آنان باشیم.

◀ در مقابل قانون‌گریزی، بی‌عدالتی، زورگویی، فساد، خرافات و خرافه‌پرستی بی‌تفاوت نباشیم و برخورد منطقی داشته باشیم.



◀ به نعمت‌هایی که خداوند به ما داده است بیندیشیم و سپاسگزار نعمت‌های او باشیم.
◀ معرفت دینی، تقوای الهی، انجام عمل خیر و صالح به‌ویژه کمک بدون منت به مردم را سرلوحه کارمان قرار دهیم.

کلام پایانی و دعای روزانه ما در طول سال اینگونه باشد که خداوند:

◀ لذت بخشیدن، اهدای هدیه، محبت و لبخند، عشق ورزیدن، صداقت، راستگویی و امانتداری، وفای به عهد، مسؤولیت‌پذیری، پاسخگویی، تعهد به قانون را به مسؤولان و مردم کشور ما عنایت کند و به همه ما توفیق دهد تا آنچه در توان داریم، برای مردم و کشور انجام دهیم.
◀ کمک‌مان کند تا سنگ صبور دردمندان بوده و با قلبی مهربان در خدمت دل‌شکستگان باشیم.
◀ ما را به خاطر شکایت‌ها، ناسپاسی‌ها، کم‌توجهی‌ها به او، خودمان و به دیگر بندگان به نعمت‌های بی‌کرانش بیخشد.
◀ خدایا به آرامی به ما یادآوری کن تا از توبه خاطر آنچه برای ما منقدر کرده‌ای، سپاسگزار باشیم.
◀ خدایا ما را از امراض بی‌درد، تکبر، خودبزرگ بینی، خودستایی، حسادت، دروغ، تزویر و ریا، تهمت و غیبت‌رهایی بخش.
◀ به ما کمک کن در همه حال متوجه باشیم که هر چه داریم از توست که خالق و رب مایی و تویی که حاضر و ناظر و عالم الغیب و الشهاده‌ای، تو شفا دهنده دردمندان و دستگیر نیازمندان و هدایتگر و روشنی‌بخش دل‌ها، شفا دهنده درد و رنج و بیماری‌هایی.

پس بیایید هر چه داریم و انجام می‌دهیم را از او بدانیم و از او بخواهیم که این امید به آینده بهتر، همدلی و همراهی مردم و نظام که محصول تفکر، تعقل و تدبیر و تفاهم ملی است، تداوم یابد و در شکوفایی، پویایی و بالندگی استعدادها و افزایش سرمایه اجتماعی و نشاط جامعه و همبستگی و تفاهم ملی و توسعه کشور ما را یاری کنید.

◀ تلاش کنیم فضای عمومی جامعه برای معدود افرادی که به این سرمایه اجتماعی آسیب می‌رسانند تنگ‌تر و ناامن‌تر شود و به سمت توزیع عادلانه‌تر قدرت و ثروت و فراهم کردن فرصت مشارکت بیشتر مردم در امور کشور حرکت کنیم.

◀ با افزایش تولید ملی، کشور را از وابستگی به نفت، فقر و عقب‌ماندگی برهانیم و در اعتلای نام ایران و ایرانی در جهان تلاش کنیم.

◀ به کسانی بیندیشیم که از گرسنگی، بیماری جسمی و روانی در رنجند، سرپناهی برای زندگی، شغلی برای امرار معاش و امیدی برای ادامه حیات ندارند و در صدد پیدا کردن راه‌حلی برای آنان باشیم.

◀ مروج اشتغال جوانان، تأمین مسکن، فراهم شدن شرایط ازدواج و تشکیل خانواده، کاهش فقر و نابرابری، بی‌عدالتی برای همه ایرانیان در همه جای ایران باشیم.

◀ از تنبلی، بی‌تفاوتی، منفی‌گرایی، کم‌کاری، حقه و کلک، تزویر و ریا، تحقیر، تکذیب و تکفیر همدیگر پرهیز کنیم. تفکر، تدبیر و عقلانیت، راستگویی، درستکاری، امانت‌داری و وفای به عهد را محور کار و زندگی‌مان قرار دهیم.

◀ در مقابل تهیدستان، رانده‌شدگان از خانه و جامعه، به نابرابری‌های اجتماعی و وضعیت زندگی نامساعد روزانه مردم حساس بوده و دین خود را در برابر آنان ادا کنیم.

◀ در حفظ محیط زیست که سرمایه ملی و مایه آرامش و آسایش و سلامتی و توسعه کشورمان است، احساس مسؤولیت کرده و در حفظ، نگهداری و بهبود آن اهتمام بورزیم.

◀ در همه جای دنیا، کم و بیش، فساد وجود دارد و باید مبارزه با فساد را تبدیل به عزم ملی از طریق مشارکت همه مردم و جامعه کنیم؛ از چالش‌ها و مشکلات آن نهراسیم چون زندگی بدون چالش، مزرعه بدون حاصل است؛ لذا فرد فرد مردم ایران باید در این امور مسؤولانه تلاش کنند و به گشایش امور به‌دست مدیران و مجریان و کارگزاران نظام و جوانان کشور امیدوار باشیم و امید به وجود آمده را تقویت کنیم.

◀ برقراری ارتباط با خدای حاضر و ناظر را تمرین کنیم و بهبود ببخشیم.

◀ از ترسیدن و ترساندن مردم، ایجاد نفرت، بدخواهی، هیجان، استرس و اضطراب، خشم، غضب، افراط‌گرایی، غفلت و بی‌تفاوتی در خود، مردم و جامعه بکاهیم. بر عشق و امید، محبت و لبخند و شادی، گذشت، تفکر، تدبیر و تعقل و خردورزی بیفزاییم.

◀ به بهبود امنیت، صلح و آشتی و تفاهم ملی و جهانی بیندیشیم.