

به گزارش [خانه خشتی](#)، دکتر حمیدرضا ایرانمنش در برنامه رادیویی «شهر من رفسنجان»، امید شهروندی را امید به زندگی برای هر نفر از آحاد مردم یک منطقه عنوان کرد و گفت: از دیدگاه بسیاری از تئوریسین ها امید به زندگی موجب ایجاد احساس نشاط، شادی و شغف درونی و بیرونی در انسان می شود.

وی با بیان عوامل مؤثر در ایجاد و توسعه امید شهروندی، اظهار کرد: توسعه پایدار در یک جامعه زمانی ایجاد می شود که توسعه و رشد در همه ابعاد سیاسی، اجتماعی، اقتصادی و تکنولوژیکی حضور داشته باشد.

مشاور شهردار رفسنجان ادامه داد: هیچ جامعه ای به توسعه پایدار نمی رسد؛ مگر اینکه مسئولین و شهروندان در کنار یکدیگر و با هم افزایی نقش خود را به خوبی اجرا کنند.

وی امنیت را مهم ترین عامل بیرونی ایجاد امید شهروندی بیان کرد و گفت: سلامت و بهداشت، آموزش و پرورش، اشتغال و شغل پایدار، فرصت های سرمایه گذاری، ورزش، فرهنگ و هنر و تفریحات از عوامل مؤثر بر ایجاد امید شهروندی و حفظ و توسعه آن است.

ایرانمنش ورزش همگانی را در تأمین سلامت جسمی و روانی، غنی سازی اوقات فراغت، گسترش روابط اجتماعی، دور شدن از زندگی ماشینی و بازگشت به طبیعت مؤثر خواند و افزود: ورزش همگانی با افزایش کارآیی اجتماعی، منجر به ایجاد پیش زمینه ای برای ورزش قهرمانی و پهلوانی شده و عامل اساسی در تأمین سلامتی و کیفیت زندگی افراد جامعه و عملکرد آن هاست.

وی ورزش همگانی را از شاخص های توسعه یافتگی جوامع دانست و در بیان وجه تمایز آن با ورزش قهرمانی، گفت: ورزش قهرمانی به گروه ممتاز و خاص تعلق دارد در حالی که ورزش همگانی مربوط به عامه مردم است.

مشاور شهردار رفسنجان با اشاره به شعار فدراسیون ورزش همگانی جمهوری اسلامی با عنوان «ورزش برای همه»، به بیان تأثیر مستقیم ورزش همگانی بر سلامت جسمی و روانی آحاد جامعه پرداخت و گفت: از انواع ورزش های همگانی می توان به پیاده روی، دوچرخه سواری، دوهای عمومی، کوهپیمایی، ریگ نوردی و بازی های بومی محلی اشاره کرد.

ایرانمنش کاهش استرس، دفع سموم بدن، افزایش تمرکز و کارآیی، رفع فقر حرکتی، گریز از سکون و کم تحرکی، کاهش پرخاشگری و افسردگی، کاهش اعتیاد و هزینه های عمومی درمان را از مزایای ورزش همگانی بیان کرد و افزود: ورزش همگانی ارزان و در دسترس است و به افزایش کار تیمی و دوستی منجر می شود.

وی ادامه داد: کاهش استفاده از سرگرمی های ناسالم، کاهش رفتارهای ضدبشری و ضداخلاقی، کاهش فردگرایی و انزوا، افزایش توان جسمی و روحی آحاد جامعه از مزایای ورزش همگانی بوده و باعث نشاط عمومی و ارتقاء روحیه فردی و تیمی در جامعه می شود.

مشاور شهردار رفسنجان با اشاره به تأثیر ورزش همگانی در بهره وری و پیشرفت جامعه، اظهار کرد: ورزش همگانی به صورت غیر مستقیم در تعیین سرنوشت سیاسی اجتماعی، اجتماعی و اقتصادی جامعه مؤثر است.

دکتر حمیدرضا ایرانمنش در ادامه وجود طبیعت بکر اطراف رفسنجان، کوه ها، ریگ زارهای زیبا و دلنشین، فضای پارکها و بوستان ها را در گرایش شهروندان به ورزش همگانی مؤثر خواند و افزود: از دیگر عوامل مؤثر می توان به NGO های فعال در ترویج ورزش های دسته جمعی و همگانی و خانوادگی و وسایل بازی و بدنسازی موجود در بوستان ها که توسط شهرداری تعبیه و نصب شده است، اشاره کرد.

وی در بیان مهم ترین موانع و مشکلات موجود در راه ورزش همگانی، تأکید کرد: اصلی ترین مسئله و عامل اصلی خود افراد هستند که با ادعای کمبود وقت یا تصور کمبود وقت به ورزش نمی پردازند.

مشاور شهردار رفسنجان خاطر نشان کرد: مردم باید با تشکیل تیم ها و NGO های فعال برای توسعه زیرساخت ها درخواست پیگیری کنند.

دکتر ایرانمنش ادامه داد: مشغله های دست و پاگیر، شرایط اقلیمی، عوامل محیطی، عدم حمایت اجتماعی، مسائل مدیریتی، نسخه دیجیتال این خبر صرفاً در صورت **مشابهت عینی** یا نسخه موجود در سایت **پایگاه خبری خانه خشتی** قابل استناد خواهد بود و در صورت عدم انطباق هیچ گونه ارزشی نخواهد داشت.

عوامل روان شناختی، مشکلات کنترل و نظارتی در اجرا، موارد مالی و اعتباری، ضعف زیرساخت ها و تجهیزات، فرصت های نابرابر مردانه و زنانه، آموزش و یادگیری های نادرست، عدم فرهنگسازی درست و به موقع، از موانع اصلی موجود در راه ورزش همگانی است.

وی با اشاره به تأثیر ورزش همگانی بر امید شهروندی، وجود شور و نشاط بیشتر در شهر را موجب امیدواری خواند و گفت: اگر ورزش همگانی در شهر پررنگ تر باشد، شهر شادتر، پرروچیه تر و سالمتر خواهد بود و مردم با خلق و خو و مرام ورزشی آشناتر، مقیدتر و مسئول ترند؛ مردم به استرس کمتری دچار می شوند و این امر بارقه امید را پررنگ تر می کند.