

خاصیت ضد سرطانی کلم بروکلی تایید شد

متخصصان تغذیه و سلامت در آمریکا با بررسی آزمایشات بیشتری روی خواص مختلف و مفید کلم بروکلی خاصیت ضد سرطانی این سبزی را تایید کردند. به گزارش ایستا، کلم بروکلی حاوی ماده‌ای موسوم به سولفورافان است که به طور انتخابی سلولهای سرطانی را مورد هدف قرار داده و این سلولها را به روش موثر نابود می‌سازد. این ماده در عین حال روی سلولهای طبیعی و سالم عضو مربوطه تاثیر منفی بر جای نمی‌گذارد. این متخصصان در آزمایشات خود تاثیر سولفورافان موجود در کلم بروکلی را روی سلولهای سرطانی پروستات مورد بررسی قرار دادند.

دکتر امیلی هو، متخصص و کارشناس اصلی این مطالعات در انستیتو پانولینگ در دانشگاه دولتی اورگون در این باره گفت: ماده سولفورافان که به مقدار زیاد در کلم بروکلی و برخی از انواع سبزیجات دیگر از این گروه یافت می‌شود از عملکرد آنزیم‌هایی موسوم به HDAC جلوگیری می‌کند. عملکرد بازدارنده این آنزیم‌ها به لحاظ دارویی و ژنتیکی از سوی این متخصصان مورد آزمایش قرار گرفته است.

دکتر هو در بیانیه‌ای تاکید کرد: آزمایشات ما نشان داد که با دستکاری و ایجاد تغییرات در فعالیت این آنزیم می‌توان روی عملکرد ژن‌های خاموش به گونه‌ای تاثیر گذاشت که فعالیت طبیعی سلولهای بدن دوباره از سر گرفته شود.

به گزارش خبرگزاری یونایتدپرس، وی تصریح کرد: این یافته نشان می‌دهد که اگر ما تصور داشته باشیم از سولفورافان بعنوان یک ماده ضد سرطان و درمانی در مبتلایان به سرطان استفاده کنیم به نتایج سودمندی دست خواهیم یافت و مطالعات اخیر ما در واقع خاصیت ضد سرطانی کلم بروکلی را که حاوی این ماده است تایید می‌کند.

خواب کافی به حل مشکلات کمک می‌کند

یک مطالعه جدید تایید کرد روند یادگیری و تفکر در مغز پس از خواب کافی و مناسب بهتر صورت می‌گیرد و بنابراین خواب خوب به شما کمک می‌کند که بهتر بتوانید مشکلات روز خود را حل کنید.

به گزارش ایستا، متخصصان دانشگاه ماساچوست می‌گویند شواهد آزمایشگاهی نشان می‌دهد که وقتی خواب هستید مغزتان فقط به استراحت و رویاپردازی مشغول نیست بلکه در واقع تمام رویدادهای روز را بازبینی کرده و آنها را پردازش می‌کند درست مثل اینکه یک فیلم را دوباره پخش کنید.

به نظر می‌رسد که این پردازش اطلاعاتی پس از یک خواب کافی شبانه به شما کمک می‌کند که در روز آینده کارهایتان را بهتر انجام دهید. به گزارش سایت اینترنتی هلت دی نیوز، متخصصان می‌گویند وقتی کمبود خواب دارید نه تنها این پردازش اطلاعاتی مفید در مغزتان صورت نمی‌گیرد بلکه تمام اطلاعات مربوط به این رویدادها در مغز تجزیه و تکه تکه می‌شوند. بنابراین هنوز نمی‌توانیم بگوییم که خواب خوب در یادگیری موثرتر تاثیر دارد اما مطمئن هستیم که این فاکتور به تثبیت شدن اطلاعات در مغز و یادآوری بهتر آنها کمک می‌کند. این بررسی‌ها به طور مفصل در مجله "مطالعات خواب" منتشر شده است.

معاون امور عمرانی استاندار در گفتگو با دریا:

پرونده پروژه های نیمه تمام استان بسته می شود

علی نظری



اشاره:

معاون امور عمرانی استانداری هرمزگان در حالی به میان خبرنگاران آمد که چند ماه بیشتر از حضور وی در این مسوولیت نمی گذرد. مهندس "مهدی رضایی سر دره" که شاید بتوان از او به عنوان جوان ترین معاون امور عمرانی کشور یاد کرد ، طی این مدت نشان داد نگاهی واقع گرا به مسائل حوزه خود دارد. خدمات را رنج می نهد،انتقادات را هم خوب می شنود. وی که با متانت خاصی سخن می گوید شش‌دانگ توجه خود را نیز به این معطوف کرده که مبادا از صحبت هایش تعبیر ناصواب شود و حوزه عمران به ورطه حاشیه ها بیفتند. رضایی جوان که با حساسیت خاصی به مرز بندی امور عمرانی با فعالیت های سیاسی اعتقاد دارد، صراحت بیان خوبی نیز در پرداختن به واقعیت های پیش رو دارد. علاقه ای به ایجاد فضای آرمانی و نادیده گرفتن مشکلات و همچنین قصور های احتمالی ندارد و ضعف دیگران را نیز به اعتبار خود پیوند نمی زند. به صراحت قول پیگیری می دهد و البته کمی نیز مراقب نوع سوال خبرنگاران است!

امید به این که روبه وی نقطه عطفی در فعالیت های حوزه معاونت عمرانی استان باشد، گزارش حاضر را باهم می خوانیم.

معاون امور عمرانی استانداری هرمزگان با

اشاره به اولویت اصلی حوزه تحت مسوولیت خود در سال جاری ، تکمیل پروژه های نیمه تمام قابل افتتاح را به عنوان راهبرد اصلی این حوزه معرفی کرد و گفت: در این بخش جهت گیری اصلی به سمت تکمیل طرح هایی است که قابلیت اتمام در سال جاری را دارند.

مهندس مهدی رضایی سر دره " در عین حال افزود: پروژه های عمرانی جدید نیز ایجاد نمی نشود مگر بنا به ضرورت و اولویتی که در این بحث وجود داشته باشد.

وی در ادامه تصریح کرد: در بخش برنامه ریزی راهبردی نیز اولویت را برای بخش راه و آب روستایی گذاشته ایم و اجرای زیرساخت های بخش های حمل و نقل، مسکن، عمران شهری، بهداشت و درمان، کشاورزی و ساماندهی ساحل نیز از اولویت های بعدی امسال در بخش عمرانی است.

وی با اشاره به اینکه هنوز ابلاغ الزامات بودجه سال ۹۰ مشخص اعلام نشده است، افزود: البته در حال گمانه زنی هستیم که بطور مشخص نمی توان از آن نام برد.

معاون امور عمرانی استاندار در همین رابطه اضافه کرد: سال گذشته یکپار و ۷۳۰ میلیارد ریال اعتبار عمرانی به استان اختصاص یافت و امسال نیز این اعتبارات با افزایش کمتر از ۱۰ درصد خواهد بود.

رضایی همچنین از افتتاح سد شلیل و نیان و افتتاح بزرگراه بندرعباس سرچجان به عنوان دو پروژه بزرگ ملی در سال جاری خبر داد و در همین رابطه در پاسخ به سوالی پیرامون گزارش سازمان بازرسی به اشکالات وارده بر پروژه "شلیل و نیان" گفت: اینس پروژه

مهندس رضایی:

نگرش و راهبرد اصلی حوزه

معاونت عمرانی، ایجاد وقای

حداکثری برای انجام امور با

کمترین هزینه است که قطعا

در سایه مشارکت جمعی قابل

تحقق است

بزرگ عمرانی ۹۷درصد تکمیل شده است و سه درصد باقی مانده نیز مربوط به تاسیسات آن می باشد .

به گفته وی ؛ اشکالات مطرح شده به حوزه معاونت عمرانی برای پیگیری اعلام نشده است و چنانچه به طور رسمی اعلام شود قطعا مورد بررسی قرار خواهد گرفت.

معاون امور عمرانی یادآورشد: این حوزه دراین راستا به متخصصین وزارت نیرو مراجعه خواهد کرد تا روند مورد پیگیری قرارگیرد.

مهندس رضایی، موضوع عدم تکمیل ورزشگاه ۲۰هزار نفری و افتتاح بیش از موعد آن را نیز این گونه شرح داد که ورزشگاه کاستی هایی داشت که در افتتاح آن عجله به خرج داده شد.

وی تحویل این طرح عمرانی را دارای ملاحظاتای عنوان کرد و از شائبه های سیاسی مترتب بر طرح نیزتراست جست. معاون امور عمرانی استاندار اجرای عملیات بل زیارتعلی رودان، بل گورسوزان در

بندرعباس، ادامه تعریض وپهسازی مسیرهای شرقی وغربی، ترانشه تونل دوقلوی حاجی آباد، ادامه بلوارساحلی وبهسازی آن، ادامه ساماندهی ساحل در امتداد شرق شهر بندرعباس و یادمان شهدای ایرباس را از دیگر پروژه هایی ذکر کرد که عملیات احداث آنها درصورت جذب اعتبار لازم در دستور کار قرار می گیرد.

وی همچنین در پاسخ به انتقادات وارده بر کیفیت سازه های عمرانی خصوصا در حوزه عمران شهری ، خاطر نشان کرد: علاوه بر نظارت مجری و کارفرما بر پروژه های عمرانی از سوی دستگاه های اجرایی، نظارت توسط نهادهای نظارتی نیز به دو صورت موردی و دوره ای با هدف دست یابی به نتیجه موفقیت آمیز صورت می گیرد.

وی اضافه کرد: درخصوص پروژه های عمران شهری نیز برخی اشکالات به مقامات ذیربط اعلام و دلیل آن نیز خواسته شده است.

به گفته رضایی ؛ برخی پیمانکاران با ترفندهایی

بخش راه و آب روستایی به عنوان

اولویت اول و اجرای زیرساخت

بخش های حمل و نقل،

مسکن،عمران شهری، بهداشت

و درمان،کشاورزی و ساماندهی

ساحل از اولویت های بعدی

امسال در بخش عمرانی است

آگهی مزایده عمومی

شماره ۳ / ف / ۹۰

شرکت آلومینیوم المهدی (سهامی عام)

در نظر دارد نسبت به فروش اقلام ضایعاتی خویش از طریق مزایده عمومی اقدام نماید . لذا متقاضیان می توانند براساس شرایط اعلام شده در آگهی مندرج در وب سایت المهدی به آدرس **www.almahdi.ir** و پایگاه ملی اطلاع رسانی مناقصات به آدرس **http:///ietsmporg.ir** مراجعه و نسبت به دریافت اسناد اقدام نمایند .

۷۵۲/م/الف

● **شرکت آلومینیوم المهدی(عج)**

نوبت دوم

آگهی مناقصه عمومی

شهرداری فارغان در نظر دارد پروژه آسفالت معابر این شهر را از طریق مناقصه عمومی اجرا نماید.

لذا از کلیه پیمانکاران و شرکتهای واجد شرایط و آماده بکار که دارای رتبه راه و باند باشند دعوت بعمل می آید ظرف مدت ۱۰روز از تاریخ انتشار آگهی مناقصه نوبت دوم به شهرداری فارغان مراجعه

و نسبت به خرید اوراق و تحویل پاکات اقدام نمایند.ش

مشخصات پروژه و شرایط مناقصه : ۱-اعتبار پروژه ۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰/۱ ریال

۲- زمان اجرا: ۶ ماه

۳- عملیات اجرایی شامل : زیرسازی ، جدول گذاری، قیرپاشی و آسفالت

۴- پرداخت **مبلغ ۵۰/۰۰۰/۰۰۰ریال** بابت سپرده شرکت در مناقصه به حساب **۲۵۹۱۴۸۹۶۴**

شهرداری فارغان نزد بانک کشاورزی شعبه فارغان یا ارائه ضمانت نامه بانکی الزامی است .

۵- به پیشنهادات مخدوش یا فاقد سپرده ترتیب اثر داده نمی شود.

۶- شهرداری در رد یا قبول پیشنهادات مختار است.

۷-برندگان اول تا سوم به ترتیب چنانچه حاضر به انعقاد قرارداد نباشند سپرده آنها ضبط خواهد شد .

۸- سایر جزئیات و اطلاعات مربوط به آگهی در اسناد مناقصه قید گردیده است.

۹- هزینه چاپ آگهی به عهده برنده مناقصه می باشد .

●

● **شهرداری فارغان**

آگهی مناقصه

اداره کل استاندارد و تحقیقات صنعتی استان هرمزگان

در نظر دارد بخشی

از امور خدمات رایانه (IT) اداره کل و ادارات تابعه در بندر شهید

رجائی و بندرلنگه و میناب را

از طریق مناقصه به شرکتهای

تائید صلاحیت شده شورایعالی

انفورماتیک واگذار نماید ، لذا از

متقاضیان واجد شرایط دعوت

میشود حداکثر تا دو هفته پس از

نشر آگهی جهت دریافت اسناد

مناقصه به امور اداری اداره کل

واقع در بلوار امام حسین (ع)

مراجعه نمایند .

● **روابط عمومی**

اداره کل استاندارد و تحقیقات

صنعتی استان هرمزگان



سازمان محسنیرتی

والدین عزیز:

با سنجش

به موقع

شنوایی

فرزندتان

سلامتی و

شادابی را به

او هدیه دهید

● **روابط عمومی**

سازمان

بهبودی استان

هرمزگان



آب آبتن ساعل

سای فیس

تیت ۱۵۲۲

۱۵۲۲

تولید بتن آماده

با رعایت استانداردهای آبتن قاعه بتن ایران (بات)

● **سبب انتقال بتن خود ریز (دکل) : حب التخلیل بتن گشتی (ریزبس)**

● **بازسازی - م ت بتن دیگجیتال**

● **از مایه ها: اخترا لیمیت بتن و مایه ها**

● **عقد جاری نظام مهندسی استان خوزستان**

● **تدارک بتن پروژه انتقال به کار جدیدی از سازمان نظام مهندسی استان خوزستان**

دفتر مرکزی: خیابان آیت الله العظمی بروجردی، تهران، پلاک ۱۱۱، طبقه ۳

تلفن: ۰۲۱-۸۸۸۸۸۸۸۸

فکس: ۰۲۱-۸۸۸۸۸۸۸۸

وبسایت: www.abtintan.com

آب آبتن ساعل

سای فیس

تیت ۱۵۲۲

۱۵۲۲

۳

شماره ۱۲۳۸

دوشنبه ۲۳ خرداد ۱۳۹۰

۱۰ رجب ۱۴۳۲

۱۳ ژوئن ۲۰۱۱

سال دهم

شماره ۱۲۳۸

دوشنبه ۲۳ خرداد ۱۳۹۰

۱۰ رجب ۱۴۳۲

۱۳ ژوئن ۲۰۱۱