

مادران جوان غذایی سالم کمتری می‌خورند

توجه نکردن مادران جوان به سلامتشان باعث اضافه وزن آنها می‌شود. به گزارش ایستا، یافته‌ها حاکی از آن است که زنان پس از زایمان توجهی به سلامت خود نمی‌کنند.

این زنان غذاهای سالم کم‌تری می‌خورند و نسبت به زنانی که فرزندی ندارند وزن بیشتری دارند. یکی از دلایل عمده این اتفاق این است که مادران جوان تمام وقت خود را صرف کودکانشان می‌کنند، وقتی برای ورزش کردن ندارند و روزانه حدود ۴۰۰ کالری مصرف می‌کنند. این در حالی است که پدران جوان در مقایسه با همسالان‌شان که بچه ندارند هیچ گونه تفاوتی ندارند.

«نانوالماسها»، ایزار تازه دانشمندان در نبرد با سرطان‌های مقاوم

بر اساس ادعای استنادیابروهندسی زیست‌بزشکی و مهندسی مکانیک دانشگاه نورث وسترن، می‌توان از ذرات کوچک کرین که نانوالماس نامیده می‌شوند، به‌عنوان حامل‌های رسانشی موثر در درمان سرطان‌های مقاوم استفاده کرد.

به گزارش سرویس فناوری خبرگزاری دانشجوایران مقاوم شدن در برابر داروهای شیمی‌درمانی، دلیل شکست خوردن ۹۰ درصد از سرطان‌های جایجاها شونده (متاستاز) است و غلبه بر این مشکل می‌تواند درمان سرطان را بهبود بخشد. «دین هو» و همکارانش در آزمایش‌های درون‌تنی که روی سرطان کبد و سینه انجام دادند، دریافتند که اگر ذری از داروی شیمی‌درمانی را که در حالت عادی گشوده است، به این نانوالماس‌ها متصل کنیم، می‌تواند اندازهٔ تومور را در موش‌ها تا حد زیادی کاهش دهد. در این حالت، شناسن زنده ماندن موجودات مبتلا افزایش یافته و هیچ اثر جانبی نامطلوبی روی بافت‌های دیگر مشاهده نمی‌شود. در صورت اثبات ادعای این محقق، این اولین باری خواهد بود که از نانوالماس‌ها در درمان سرطان‌های مقاوم به دارو استفاده می‌شود. «هو» می‌گوید: ما به این دلیل سرطان‌های مقاوم در برابر داروهای شیمی‌درمانی را برگزیدیم که این نوع از تومورها همچنان به عنوان یکی از مشکلات اصلی درمان سرطان محسوب شده و شناسن زنده ماندن بیماران را کاهش می‌دهند. نانوالماس‌ها مواد مبتنی بر کرین با قطر بین ۲ تا ۸ نانومتر هستند. سطح هر نانوالماس حاوی گروه‌های عملی مختلفی است که امکان اتصال ترکیبات مختلفی همچون داروهای شیمی‌درمانی را فراهم می‌آورد. پژوهشگران، نانوالماس را برداشته و با استفاده از یک فرایند سنتزی مقیاس‌پذیر، داروی شیمی‌درمانی دوگنروروبیسین را به شکلی برگشت‌پذیر به سطح آن متصل کردند. این امر راهبش پایدار این دارو را امکان‌پذیر می‌سازد. «هو» و همکارانش از موش‌های مبتلا به سرطان کبد و سینه در تحقیقات خود استفاده کردند. در این سرطان‌های مقاوم دارو می‌تواند وارد تومور شود، اما به دلیل پاسخ ذاتی کبد و سینه بلافاصله از درون این بافت‌ها بیرون انداخته می‌شود. آنها یک گروه از موش‌ها را با کمپلکس نانوالماس، دوگنروروبیسین و گروه دیگر را با داروی تنها تحت درمان قرار دادند. زمان باقی ماندن دارو در جریان گردش خون در موش‌هایی که با کمپلکس‌های نانوالماسی درمان شدند، ۱۰ برابر بیشتر از موش‌هایی بود که با داروی تنها تحت درمان قرار گرفتند. به‌علاوه، زمان باقی ماندن دارو درون هر دو نوع تومور نیز افزایش قابل ملاحظه‌ای پیدا کرد. این مدت زمان طولانی ماندن دارو درون تومور بدین معناست که می‌توان از ذر پایین‌تری از دارو استفاده کرد و در نتیجه اثرات جانبی نامطلوب کاهش می‌یابد. این محققان همچنین دریافتند : که استفاده از کمپلکس‌های نانوالماسی موجب کاهش تعداد گلبول‌های سفید خون می‌شود که این امر در درمان سرطان بسیار مهم است.

یادی از شهید عبدالحسین برونسی،فرمانده تیپ جواد الائمه(ع)

دوست دارم تنها یک گلوله به گلویم بخورد



جای شیرینی دادن داشت؛ ولی حالا که از زیر دست اون جلادا زنده برگشتم و توقیف شهادت نداشتم؛ باید خرم یا بد!

خبرهای نگران کننده‌ای از منطقه می‌رسید. می گفتند درگیری‌ها شدید است. یک گوسفند نذر کردم، نذر سالم برگشتن عبدالحسین. از جبهه که آمد موضوع را بهنش گفتم، خودش یک گوسفند خرید. در و همسایه و بعضی از فامیل‌ها گوسفند را دیده بودند. فهمید بودند نذری است منتظر رسیدن گوشش بودند. گوسفند را که کشتم، عبدالحسین چیزی برای خودمان نگه نداشت. تمام گوسفند‌ها حتی جگر و کله باجاش را به صورت مساوی تقسیم کرد، بعد همه آنها را ریخت داخل یک گونی. گونی را گذاشت ترک موتور گازیش و راه افتاد فکر کرده بودم خودش می‌خواهد آنها را ببر در خانه دوست و آشنا؛ ولی این کار را نکرده بود. وقتی بهش اعتراض کردم، گفتم: مگه شما گوسفند را فی‌جبل‌الله نذر نکردی؟ گفتم: خوب چرا، گفتم: خوب گوشش باید می رسید دست‌کسانی که به تون شیشون محتاج بودن. گفتم: ما الحمدلله نه خودمون به تون شب محتاجیم، نه دوست و آشنایای که داریم.

هم برای او مثل روز روشن بود، هم برای من. تا وقتی که یک بار که داشت برای چند تا از دوستانش تعریف می‌کرد، اتفاقی حرف‌هایش را شنیدم. شکتج‌های وحشیانه‌ای داده بودندش؛ شکتج‌هایی که زبان از گفتش شرم دارد و قلم از نوشتش عاجز است. او می‌خندید و می‌گفت: من گریه می‌کردم و می‌شنیدم. روزی که ازاد شد، همسایه‌ها خوشحالی می‌کردند. یکی‌شان هم شیرینی داد، خودش ولی ناراحت بود و غمگین. فکر می‌کردم ناراحتیش مال بلاهایی است که سرش آورده بودند. همین‌را بهش گفتم. گفتم: اونا که ناراحتی ندارند. گفتم: پس برای چی ناراحتی؟ گفتم: برای اینکه شهید نشدم. گفتم: اگر شهید می‌شدم کمتر می‌ش.

بدرش بیشتر از شصت سال داشت. عبدالحسین هر بار که

سافران بهشتی

نام: جعفر
نام خانوادگی: زمانی
نام پدر: حسن
تاریخ تولد: ۱۳۲۵/۱۰/۱۱
تاریخ شهادت: ۱۳۶۱/۰۲/۱۰
نوع حادثه: حوادث مربوط به جنگ تحمیلی
شرح حادثه: حوادث ناشی از درگیری مستقیم با دشمن ،
وصیت نامه خودم: جعفر زمانی:
من از اول انقلاب که کاری نتوانستم برای انقلاب کرده باشم همیشه دلم می خواست که در جبهه باشم و با بعتی‌ها بجنگم تا ریشه بعتی‌ها را از پا در بیاورم .
از خداوند می خواستم که در راه اسلام شهید شوم و اگر شهید شدم خیلی دلم می خواست که در زادگاهم خوئین شهر دفن شوم ولی چون از خانواده خود دور می شوم .

مرا به بندرعباس بیاورید و یک پار مرا به بهشت زهرا که جایگاه شهیدان است برده و بعد از آن در بنگاه در گورستان کنار پدر دفن کنند . و از همسر و مادر می خواهم که هیچ وقت برای من گریه نکنند چون که من از امام حسین و امام حسن بالاتر نیستم .

(به برادر خودم)

چون بنا به دستور رهبر عالیقدرمان جهت جهاد علیه کفار بعتی به اتفاق برادران بسیجی به جبهه اعزام می گردم لذا بنا به این وصیت نامه به برادر خودم که دور از او در جبهه می باشم چنانچه به فیض شهادت تایل آمدم خواستارم که پس از من تمام سر پرستی خانواده‌ام شما برادر کوچکم جواد زمانی عهده دار می باشید و هر چه دارائی و اندوخته ای در صورت دارا بودن پس از کفن و دفن خرج فرزندانم گردد .

دیگر عرضی نیست جز خداحافظی . برادر ، از مادر و برادرم جلیل و خواهر مریم دوری نکن و سرپرستی آنها را به شما و خداوند می سپارم . خداحافظ برادر و مادر و خواهراتم و برادراتم .



مجموعه نرم افزارهای جامع و یکپارچه

مالیران: سیستم جامع مالی
شهید: سیستم یکپارچه بازرگانی و فروشگاه‌ی **امین:**سیستم یکپارچه حسابداری و بانکداری قرض الحسنه

بنمابست بیست و چهارمین سالگرد تاسیس شرکت طراح سیستم به تمامی خریداران تا پایان دیماه تخفیف ویژه ۱۰ تا ۲۰ درصدی اعطا می گردد .
بندرعباسی : آزادگان ۲۷ پلاک ۵ تلفن ۰۹۱۷۱۶۳۵۲۵۱ خاکسارنژاد-۵۱-۰۹۱۷۳۶۸۶۶۶
Email:omid.khaksarnezhad@gmail.com
زبور دست- تلفن: ۰۶۶۱۳۳۳۱۹۲۲ ۳۳۵۴۴۸۱

۵

۵

■ سال دهم

■ شماره ۱۲۱۱

■ سه شنبه

■ ۶ اردیبهشت ماه ۱۳۹۰

■ ۲۲ جمادی الاول ۱۴۳۲

■ ۲۶ آوریل ۲۰۱۱

مقاله نویسی در راستای ترویج

فرهنگ وایثار و شهادت

خاتون سعدیدینی گروگی-مربی فرهنگی

♦ **شاخص های فرهنگ ایثار و شهادت**

داشتن ایمان به خدا، محاسبه نفس در مسیر کمال حرکت کردن، مردمی بودن،تشرسیدن از مرگ،اسر به معرف و نهی از منکر، پاسداری از مرز و بوم،قرات قرآن ،احترام به نظرات دیگران.

♦ **تعریف فرهنگ**

فرهنگ به معنای خاص برای یک ملت عبارت است از ذهنیات، اندیشه ها، ایمان ها ، باورها و سنت ها و آداب و ذخیره های فکری و ذهنی ، بخش عمده فرهنگ همان عقاید و اخلاقیات یک فرد یا یک جامعه است. رفتارهای جامعه هم که جزو فرهنگ عمومی و فرهنگ یک ملت است برخاسته از همان عقاید است . در واقع عقاید یا اخلاقیات رفتارهای انسان را شکل می دهند و به وجود می آورند.

♦ **اهمیت فرهنگ**

اهمیت فرهنگ را به طور کلی می توان در دو جنبه خلاصه کرد . نخست جایگاهی فرهنگ در هویت و موجودیت جامعه دارد و دیگری نقشه که فرهنگ در پیشرفت جوامع ایفا می کند.اساسا فرهنگ هر جامعه هویت و موجودیت آن جامعه را تشکیل می دهد. از دیدگاه حضرت امام (ره) شرط لازم برای دست یابی به استقلال و پیشرفت کشور در جهات مختلف کسب استقلال فرهنگی است.

♦ **تعریف شهادت**

شهید از ریشه شهد در لغت غرب با مشتقات متعدد در اصل به معنی حاضر بودن در یک محل است.در قرآن کریم ۴۵ مرتبه به معنای حضور در یک محل، گواهی و علم به چیزی اقرار و اعتراف،مشاهده و دیدار،به دست آمدن و حاصل شدن چیزی و آماده شدن فرد آمدن است.پس کشته شدن از راه خدا شهادت محسوب می شود.

♦ **فرهنگ شهادت**:فرهنگ شهادت مجموعه آثار ، اصول و معارفی است که معرف و برآمده از حیات معنوی شهیدان را خدا

و بین سیره ی عملی آنهاست.

♦ **مفهوم ایثار :** ایثار یعنی تثار، نثار هر چیزی اعم از مادی و معنوی به دو شرط، در این تیار، نیت عمل .

♦ **عوامل مؤثر بر ترویج فرهنگ ایثار وشهادت در جامعه**
در عوامل موثر بر گسترش فرهنگ ایثار و شهادت در جامعه باید به دو مفهوم اجتماعی (جامعه پذیری و فرهنگ پذیری)توجه کرد. فرهنگ ایثار و شهادت در جامعه به منظور نهانده شدن تحت تاثیر عوامل و نیروهای محیطی مختلفی قرار دارد که برخی از آنها به شرح زیر است.
نماز، مسجد، اعتقاد به ولایت ، رسانه ها ، شعر و ادبیات، کتب درسی، نهادهای دولتی، موزه شهداکارکردهای مختلف فرهنگ ایثار و شهادت در جامعه،فاکارند جامعه برای حفظ ارزشها، عزت نفس بخشنیدن به افراد جامعه ،ایجاد هویت و هدف مشترک در میان افراد یک جامعه ، عامل هم بستگی اجتماعی، آن که ایثار می کند قطعاً اهل قناعت نیز به نوبه خود عزت نفس می آورد.
ایثار محبت می آفریند و محبت و همدلی مایه وحدت و وفای است.

آگهی فروخان ارزانیایی کسبی و ارزانیایی توانمندی بهدشتی، ایمنی وزیست

محیطی باکاران جهت مناقصات (۱/۲/۹۰) شماره مجوز(۳۱۵۶)



شرکت ملی پخش فر آورده های نفتی منطقه هرمزگان در نظر دارد نسبت به ارزیابی

کیفی و ارزیابی توانمندی بهداشتی، ایمنی و زیست محیطی بیمانکاران واجد شرایط و دارای

صلاحیت جهت دعوت در مناقصات ذیل به صورت یک مرحله ای اقدام نماید . لذا از کلیه

شرکت هایی که دارای صلاحیت سال ۹۰ اداره کل کار و امور اجتماعی و فعالیت های مربوطه

در این زمینه می باشند دعوت می نماید جهت دریافت فرم ها و مدارک ارزیابی کیفی و

ارزیابی بهداشتی، ایمنی و زیست محیطی از تاریخ درج آگهی لغایت ۱۴روز به آدرس

بندرعباس -بلوار پاسداران ،میدان پاسدارن جنب بندر شهید باهنر، دبیر خانه کمیسیون

مناقصات شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی منطقه هرمزگان مراجعه نمایند. بدیهی

است تکمیل و ارائه مدارک مندرج فوق الذکر در ارزیابی صلاحیت متقاضیان موثر می باشد و

این منطقه پس از بررسی اسناد و مدارک واصله و اطلاعات در چارچوب ضوابط و مقررات از

شرکت های واجد شرایط جهت خرید اسناد مناقصات دعوت به عمل خواهد آورد. ضمناً ارائه و

تحويل مدارک هیچگونه حقی را برای متقاضیان شرکت در مناقصه ایجاد نخواهد کرد وحق

کارفرما در عدم دعوت از شرکت هایی که بنا به دلیلی از قبیل عدم احراز صلاحیت و نقصان

سوابق معتبر، فاقد توانایی لازم برای پیشبرد موضوع مناقصه تشخیص داده شوند محفوظ

خواهد بود .

۱-واگذاری حجمی غذای گرم کارکنان انبار نفت شماره دو بندرعباس

۲-واگذاری حجمی پشتیبانی نواحی میناب و جاسک

روابط عمومی شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی منطقه هرمزگان