پشت میزنشینی خطر سرطان روده را دو برابر می‌کند

پزشکان هشدار دادند که پشت میزنشینی خطر ابتلا به سرطان روده را تا دو برابر افزایش می‌دهد. به گزارش ایسنا، اگر جزو کسانی هستید که تصمیم می‌گیرند تا پایان عمر زندگی پشت میزنشینی را انتخاب کنند از همین لحظه دوباره به تصمیم خود بیندیشید و این تصمیم جدی را بازنگری کنید چون نتایج آزمایشات جدید نشان می‌دهد که ۱۰ سال یا بیشتر اشتغال به کار پشت میزنشینی و شغل بی‌تحرک احتمال ابتلا به برخی از انواع سرطان روده را دو برابر تشدید می‌کند.

به گزارش روزنامه دیلی میل، خبر بدتر اینکه حتی کارمندانی که سعی می‌کنند تناسب اندام خود را حفظ کنند و به کلاسهای ورزش بروند باز هم به دلیل عدم تحرک در ساعات کاری همین اندازه در معرض ابتلا به تومورهای سرطانی روده هستند. در این مقاله که در مجله آمریکایی «همه گیرشناسی» به چاپ رسیده پزشکان سعی کرده‌اند که خطرات الگوی کاری در زندگی مدرن امروزی را بیشتر گوشزد کرده و مورد تاکید قرار دهند.

آمارها نشان می‌دهد که سالانه بیش از ۳۷ هزار و ۵۰۰ مورد جدید ابتلا به این سرطان در کشور انگلیس تشخیص داده می‌شود. این آزمایشات همچنین یافته‌های قبلی را تایید می‌کند که بر اساس آنها، مردانی که زیاد در طول روز پشت میز می‌نشینند ۳۰ درصد بیشتر از مردانی که مشاغل پرتحرک و فعال دارند در معرض خطر ابتلا به سرطان پروستات هستند. پزشکان استرالیایی با مطالعه روی ۹۱۸ بیمار مبتلا به سرطان روده به نتایج فوق دست یافته‌اند.

طب سوزنی برای مردان مبتلا به سرطان پروستات مفید است

پزشکان در یک مقاله جدید تأکید کردند که استفاده از طب سوزنی می‌تواند برای کاهش گر گرفتگی، مشکلات قلبی و اضطراب در برخی از مردان مبتلا به سرطان پروستات که تحت هورمون درمانی قرار گرفته‌اند، مفید و سودمند باشد. به گزارش ایسنا، دکتر هانی آشامالا، متخصص اونکولوژی در بیمارستان متودیست نیویورک و دستیاران وی در کالج پزشکی ویل کورنل در نیویورک که نویسنده اصلی این مقاله است، می‌گوید: درمان مردان مبتلا به سرطان پروستات متاستازی شامل جراحی یا هورمون درمانی برای کاهش میزان هورمون تستوسترون است. پزشکان برای کنترل سرطان، هورمون تستوسترون را حذف می‌کنند اما این روش درمانی با هورمون‌ها می‌تواند عوارض جانبی داشته باشد مثلا باعث بروز حالت گر گرفتگی شود مانند آنچه که زنان پس از یائسه شدن تجربه می‌کنند.

دکتر آشامالا در این‌باره افزود: روش اصلی برای مقابله با این گر گرفتگی مصرف داروهای ضدافسردگی است اما این داروها هم به نوبه خود عوارض جانبی مثل حالت تهوع، خشکی دهان، خواب آلودگی، تغییر اشتها و تغییرات جنسی را در پی خواهند داشت. به گزارش روزنامه نیویورک تایمز، آشامالا و دستیارانش در آزمایشات خود ۱۴ مرد داوطلب را که به دلیل هورمون درمانی گر گرفتگی را تجربه کرده بودند، مورد ارزیابی قرار دادند. این شرکت‌کنندگان در آزمایشات فوق دو نوبت در هفته و هر نوبت به مدت ۳۰ دقیقه با طب سوزنی تحت درمان قرار گرفتند. این آزمایشات مدت ۴ هفته ادامه پیدا کرد. پس از دو هفته طب سوزنی، متخصصان متوجه شدند که میزان گر گرفتگی در این شرکت‌کنندگان تا حد قابل توجهی کاهش پیدا کرد. به گزارش ایسنا، سازمان جهانی بهداشت و انستیتو ملی سلامت در آمریکا اعلام کرده‌اند که طب سوزنی در درمان بسیاری از بیماری‌ها و ناراحتی ها مثل مشکلات عصبی و درد، درمان اعتیاد و ... موثر است.

خبر

یادواره سردار شهید «غلام شاه ذاکری» در میناب

◆ **دومین یادواره سردار شهید غلام شاه ذاکری وچهل شهید پاسدار شهرستان میناب هرمزگان برگزار شد.**

به گزارش روابط عمومی ناحیه مقاومت میناب دومین یادواره سردار شهید غلام شاه ذاکری وچهل شهید پاسدار شهرستان میناب با حضور حجت الاسلام علی شیرازی مسئول نمایندگی ولی فقیه در نیروی دریایی سپاه، جانشین فرمانده سپاه امام سجاد(ع)، خانواده شهدا وایثارگر و مردم متدین شهرستان میناب برگزار شد.

حجت الاسلام علی شیرازی در این مراسم گفت: شهدا راه رسیدن به خدا را در جبهه های حق علیه باطل یافتند و در این مسیر با گذشتن از جان و مال خود به خدا نیز رسیدند.

وی در ادامه افزود: مرگ وحیات صحنه امتحان است و بهای جان انسان مومن بهشت است ، خود را به کمتر از آن نفروشید.

حجت الاسلام شیرازی خاطر نشان کرد: خون شهیدان این انقلاب را بیمه کرده است و ثمره خون شهدا ،حرکتها و بیداری امتهای اسلامی در کشورهای مسلمان منطقه است.

وی در ادامه اظهار اشت: دشمنی ها و فتنه ها همچنان باقی است و ما باید با هوشیاری و پیروی از ولایت این فتنه ها را به سلامت پشت سربگذاریم.

در ادامه این مراسم سرهنگ پاسدار موسی مولاپرست جانشین فرمانده سپاه امام سجاد(ع) به بیان خاطراتی از شهدا پرداخت .

در پایان این مراسم به رسم یاد بود به خانواده شهدا لوح تقدیری اهدا شد.

اتوماسیون اداری در «سیریک»

◆ **به گزارش روابط عمومی مدیریت آموزش و پرورش شهرستان سیریک در راستای تحقق دولت الکترونیک و صرفه جویی در منابع در سال جهاد اقتصادی ، از ابتدای سال ۹۰ آموزش و پرورش سیریک اولین اداره ای است که در شهرستان ۹۹ درصد از مکاتبات از طریق سیستم جامع اتوماسیون اداری انجام می گیرد.**

قلندری مدیر آموزش و پرورش سیریک گفت : از زمان سیستم جامع اتوماسیون اداری جهت کاهش هزینه ها و اتلاف وقت و تسریع در انجام امورات با ایجاد فضای لازم و مجازی و اینترنت در اداره زمان پاسخ به مکاتبات نیز به حداقل رسیده است.

عکس روز

◆ آبهای نیلگون خلیج فارس در فاصله دو جزیره زیبای قشم و لارک

◆ عکس: امین مسلم‌زاده

الزام بیمه حوادث و آتش سوزی برای شناورسازی «قشم»

بیمه حوادث ، آتش سوزی و مسئولیت در تمامی کارخانه های شناورسازی قشم الزامی شد.

به گزارش روابط عمومی منطقه آزاد قشم؛ محمد دائی مدیر صنایع و شهرکهای صنعتی منطقه آزاد قشم با بیان این مطلب در جمع خبرنگاران اظهار داشت : با توجه به آسیب پذیر بودن مواد موجود در کارخانه های شناورسازی ، طرح الزامی شدن پوشش بیمه در زمینه حوادث، آتش سوزی و مسئولیت برای تمامی کارخانه های شناورسازی که در قشم فعال هستند از ماه گذشته آغاز شده است.

وی افزود : در حال حاضر ۱۷ کارخانه شناورسازی با بیش از ۷۰۰ نیروی شاغل در سطح جزیره قشم فعالیت می کنند و همه نیروهای شاغل تحت پوشش بیمه هستند.

دائی ادامه داد : در این راستا ، طرح پوشش بیمه آتش سوزی و حوادث نیز برای کارخانه های موجود الزامی اعلام شد و از زمان اعلام این طرح تاکنون ۵ کارخانه تحت پوشش بیمه آتش سوزی و حوادث قرار گرفتند.

براساس این گزارش ، انواع شناورهای مسافری و باری در کارخانه های شناورسازی قشم ساخته می شود.

گفتنی است ، شرکت تعاونی شناورسازی مدکند آلوی قشم به عنوان اولین و بزرگترین کارخانه ، توانایی تولید شناورهای آلومینیوم، فایبر گلاس و سازه های فولادی را به طور همزمان دارد که با ۱۵۰ نیروی شاغل در حد فاصل جزیره قشم و جزیره هنگام در حال فعالیت است.

همچنین ، لنج نیز به عنوان بزرگترین محصول صنایع دستی جهان در کارگاههای لنج سازی قشم در دو نوع مسافری و باری ساخته می شود .

تعیین تکلیف مربیان نهضت در «سیریک»

به گزارش روابط عمومی مدیریت آموزش و پرورش شهرستان سیریک جلسه آزمون تعیین تکلیف معلمین حق التدریس و آموزشیاران نهضت سواد آموزی با حضور شورای معاونین اداره و نماینده نهضت سواد آموزی سیریک در محل دفتر این مدیریت تشکیل شد.

قلندری مدیر آموزش و پرورش شهرستان سیریک گفت: به تمامی نیروهای واجد الشرایط نهضت سواد آموزی ونیروهای خدمات آموزشی که در سال گذشته با این مدیریت همکاری داشته اطلاع رسانی کامل شود و تاکید نمود: برابر دستور العمل واصله اقدام لازم انجام گیرد و نهضت سوادآموزی نیز در اسرع وقت لیست و فرمهای تائید شده آموزشیاران واجد الشرایط را به این مدیریت اعلام نمایند .

جزیره «هنگام» صاحب اسکله مسافری شد

مدیرکل هماهنگی امور توسعه جزایر استانداری هرمزگان گفت: اسکله مسافربری جزیره هنگام با اعتباری بالغ بر ۵۰۰ میلیون ریال به بهره برداری رسید.

به گزارش مانا، "یاسر حزباوی" در آئین افتتاحیه اسکله مسافری جزیره هنگام اظهار داشت: این اسکله با اعتباری یک میلیارد و ۵۰۰ میلیون ریال در راستای رفاه حال مسافران این جزیره به بهره برداری می رسد.

وی گفت: این پروژه موجب امنیت و افزایش ظرفیت حمل ونقل دریایی مسافر و تردد ایمنی شناورهای مسافری درمسیر هنگام خواهد شد .

همچنین مدیرکل هماهنگی امور توسعه جزایر استانداری هرمزگان، در بازدید از پتانسیل های عمرانی جزیره لارک به بررسی چالش های موجود در این بخش پرداخت.

وی در این بازدید بیان کرد: رفع مشکلات تردد در مسیر دریایی قشم-لارک ، توسعه کشاورزی و فضای سبز (انتقال درخت به جزیره)، آبرسانی به مناطق مسکونی لارک، و غیره نیازمند نگاه ویژه مسئولان به این جزیره است.

حزباوی خاطرنشان کرد: پاکسازی سواحل لارک و رونق بازارچه مرزی، از دیگر اقدامات ضروری در این جزیره است که باید در اسرع وقت صورت گیرد.

وی در پایان توسعه گردشگری در این جزیره را مورد تاکید قرار داد و جذب بخش خصوصی به منظور توسعه صنعت گردشگری در جزایر را از اولویت های این بخش عنوان کرد .

صادرات ۱۲۸ هزار تن محصولات کشاورزی از «بندرلنگه»

عبدالجبار عبادی مدیر جهاد کشاورزی بندرلنگه با اعلام این خبر که در سال گذشته ۱۲۸ هزار و ۳۰۰ تن میوه ، سبزی و تره بار با نظارت واحد قرنطینه گیاهی بندرلنگه به خارج از کشور از جمله کانادا ، چین ، بلغارستان ، هند ، پاکستان ، سریلانکا ، امریکا و آرژانتین از طریق ابن بندر صورت گرفته است .

وی گفت : در این مدت واحد قرنطینه گیاهی این مدیریت بر واردات ۳۵۷ هزار و ۵۰۰ تن محصول وارداتی شامل برنج ، خشکبار ، گیاهان دارویی و چای نیز نظارت داشته است .

مدیر جهاد کشاورزی اضافه کرد : علاوه بر نظارت واحد قرنطینه گیاهی بر این موارد این واحد نسبت به صدور مجوز برای بیش از یکهزار و ۸۸۰ تن محصولات ترانزیت نیز اقدام کرده است.

عبادی یادآور شد : واحد قرنطینه گیاهی بندرلنگه مستقر در اداره بنادر و دریانوردی این شهرستان با وجود مشکلاتی همچون کمبود نیرو و فضای اداری یکی از واحدهای فعال هرمزگان معرفی شده که در کوتاهترین زمان ممکن پاسخگوی مراجعه کنندگان است.

لازم به ذکر است بندرلنگه با جمعیت بیش از ۱۰۰ هزار نفر در ۲۸۰ کیلومتری غرب بندرعباس مرکز استان هرمزگان قرار دارد که فعالیت های بندر و دریانوردی بخصوص واردات و صادرات از زمان های قدیم در آن جریان داشته و در چند سال اخیر صادرات و واردات از طریق این بندر رونق چندین برابری پیدا کرده است .

کارگاه آموزش امداد و کمک های اولیه در «بندرلنگه»

به گزارش روابط عمومی دانشگاه آزاد بندرلنگه به همت کانون جمعیت هلال احمردانشگاه آزاد اسلامی واحدبندرلنگه و با همکاری جمعیت هلال احمر شهرستان یک دوره کارگاه آموزشی ویژه کارکنان و اساتیدتحت عنوان "آموزش امداد وکمک های اولیه" در این واحد برگزارگردید.

طالع بینی

فروردین:

در روابط کاری و شخصی پیشرفت زیادی می کنید. اگر در یکی از رابطه ها احساس خستگی می کنید و جذابیت خودش را برایتان از دست داده است می توانید تغییری در آن ایجاد کنید. بیش از آن که دیر شود این کار را کنید.

اردیبهشت:

اگر همه چیز در سطح بالایی قرار دارند و به اوج خود رسیده اند اما سرنوشت شما به سرعت عوض نمی شود. در روابط احساسی باید به همسرتان احترام بگذارید. به خصوص در چند روز آینده اگر می خواهید مانع از ایجاد اختلافات طولانی شوید. حقیقتاً کمی حرف های ناراحت کننده گفته اید که اکنون باید شرایط را درست کنید.

خرداد:

لازم است به مسائل دقیق تر از قبل نگاه کنید. شاید همکاران یا همسرتان رفتار منصفانه ای با شما نداشته اند و نمی توانید برای حرف های آنها ارزش قائل شوید. در حقیقت به زودی متوجه می شوید که اطرافیان به شما احترام می گذارند اما تا زمانی که این احترام دوطرفه باشد. شاید یک نفر شما را فریب داده است. در مورد این مسئله می خواهید چه کنید به خودتان مربوط است.

تیر:

امروز باید اشتباه یک نفر را بپوشانید. شاید باید اشتباهات خود را بپوشانید و این کار بیشتر شما را آزار می دهد.سعی کنید دروغ نگویید، اگر کمی دروغ گفتن به هیچ کس آسیب نمی رساند.

مرداد:

اگر می خواهید مطلبی را به عنوان راز نگه دارید، باید دهانتان را بسته و حتی یک کلمه راجع به آن چیزی نگوئید وگرنه تصادفاً موضوع را لو می دهید. حتی اگر خبری برای مخفی کردن ندارید، در حال حاضر باید لغت هایتان را با دقت و محتاطانه انتخاب کنید وگرنه ممکن است جائی خود را گیر بیندازید.

شهریور:

با شخصی بیرون می روید که خسیس است و دوست ندارد پول برای کسی بدهد.شاید با همسرتان در مورد خرج کردن مشکلاتی پیدا کنید.

مهر:

امروز شخصی برروی جزئیات زیاد پافشاری می کند و از دیگران هم توقع دارد که مانند او دقیق باشند.ولی این واقعاً سخت است که بر اساس استانداردهای بالای او زندگی کرد و او احتمالاً شما را به خاطر این که همانند او جدی نیستید از لیست افراد مورد نظرش حذف خواهد کرد.شما می خواهید طرز تفکر خودتان را نشان داده و نظر خود را بگویید.اگر چه که این ممکن است سیاست خوبی برای مسخره کردن آنها باشد ولی سعی کنید اگر این کار به قیمت از دست دادن شغل و یا آبروی تان تمام می شود،آن را انجام ندهید.

آبان:

شما معمولاً خیلی کار می کنید اما این طور نیست.کار زیاد اصلاً درست نیست.سعی کنید آن را برای روز دیگری بگذارید.شخصی که دوستش دارید به شما نزدیک تر می شود اما شما در جوابش گریه خواهید کرد.

آذر:

اگر امروز سر کار هستید کمی آهسته تر عمل کنید چون حد انرژی شما به قدری زیاد است که ممکن است خود را روی دنده سرعت بگذارید. خبر خوب این است که هیچ کاری برای شما خیلی مشکل نخواهد بود. خبر بد این است که ممکن است فکر کنید که شما تنها کسی هستید که از پس کارها بر می آئید و دیگران با شما موافق نباشند. نگذارید این مسئله تبدیل به یک مسابقه شود وگرنه وقت خود را تلف می کنید. مصالحه کنید.

دی:

یک آشنا یا دوست به نظر می رسد که هم چنان تصمیم دارد دعوا راه بیندازد و شما واقعاً دوست ندارید که این فرصت را به او بدهید، اما شاید بدتان نیاید که کمی دعوا کنید. بنابراین اگر در آخر بداخلاق بودید، نمی توانید بگویید که از قبل به شما هشدار نداده ام.

بهمن :

امروز به هر کسی که ببینید لبخند می زنید و در نتیجه می توانید انتظار داشته باشید که محبوب تر از قبل شوید. این آسان گیری شما را در محل کارتان بسیار حمایت می کند.هر جایگاهی که دارید خوشحال می شوید که عضوی از تیم باشید. اگر نیاز به مشورت در مورد مسائل مالی دارید اکنون بهترین زمان برای این کار است .

اسفند:

بعد از التهابات اخیر ممکن است احساس کنید که دیگران دستخوش پیشنهادات شما نخواهند بود هیچ چیز نمی تواند بهتر از حقیقت پیش برود. شما می توانید با ابتکار و اطمینان و اعتماد به نفس پیش قدم شوید قابل کنترل بودن تغییرات در شما حالت دلپذیری ایجاد می کند. این طور نیست؟

از کاسپین تا تنگه هرمز

رکابزنی به عشق خلیج همیشه فارس

حسین فروغی دلیر : در طول این سفر از استان های گیلان و قزوین و البرز و تهران و قم و اصفهان و فارس و هرمزگان عبور کرده ایم و حتی یکبار با بی مهری و نامهربانی مواجه نشده ایم و به هر روستا و آبادی و شهری که رسیده ایم درهای خانه های مردم به رویمان باز بوده است. در هر جاده ای که عبور می کردیم محبت مردم به شکل های مختلف خود را نشان می داد

این روزها استان هرمزگان و به ویژه شهر بندرعباس سخت در تکاپوی جشنواره ملی خلیج فارس است و همین مناسبت باعث شده نام خلیج فارس بیش از هر زمان دیگری به گوش برسد و درست در همین حال و هواست که جوانی با دوچرخه ای از گرد راه می رسد جوانی که می گوید ۴هزار و ۵۰۰کیلومتر را به همراه دوستش به عشق ایران و با شعار 'خلیج همیشه فارس 'رکاب زده است.

به گزارش ایرنا ، حسین فروغی دلیر و امیر عزیزخانی ۲۱اسفند سال گذشته از بندر انزلی در کرانه کاسپین پا بر رکاب گذاشته اند و تا بندرعباس و ساحل نیلگون خلیج همیشه فارس ۴هزار و ۵۰۰ کیلومتر را در باران و آفتاب رکاب زده اند تا جلوه ای از همت و پشتکار جوانان این مرزو بوم را به نمایش بگذارند.

حسین که متولد نوزدهم مهرماه ۶۳ است به گفته خودش مدتهاست صحرانوردی و کویرنوردی و کوهپیمایی را به عنوان راهی برای پیوند با هویت دیرینه این سرزمین انتخاب کرده و حتی به عنوان راهنمای تور بسیاری از علاقمندان را به تماشای جاذبه های تاریخی و طبیعی و گردشگری ایران برده است.

این بار نیز حسین و امیر این راه دراز را با شوقی متفاوت طی کرده اند و با طوماری در کوله بار سفر ، هرجا که می رسند از مدیران و هنرمندان و ورزشکاران و سایر اقشار مردم امضای تجدید پیمان با خلیج همیشه فارس می گیرند.

حسین که این بار با دوچرخه اش به دفتر خبرگزاری جمهوری اسلامی در بندرعباس آمده در جمع خبرنگاران و گزارشگران ایرنا از ابعاد مختلف این سفر می گوید.

از ایجاد انگیزه و شور و شوق در ایرانیان و به ویژه جوانان برای حرکت با دوچرخه به گوشه گوشه ایران بزرگ برای آشنایی با فرهنگ و تمدن نقاط مختلف آن تا به نمایش گذاشتن همت و حساسیت غیرت ایرانیان در دفاع از هویت و کیان این سرزمین.

حسین فروغی دلیر در عین حال با هوشمندی و درایتی شایسته از ذکر این نکته غفلت نمی کند که هرچند شعار خلیج همیشه فارس به عنوان پیام سفر انتخاب شده اما سوی دیگر این شعار صلح و دوستی با مردم کشورهای منطقه است.

وقتی از حسین می خواهم تا از بهترین خاطرات این سفر بگوید پس از اندکی تامل مهمان نوازی مردم در طول این سفر و ابراز محبت های آنان را رهتوشه ای ارزشمند معرفی می کند.

از میزبانی شایسته و گرم و صمیمی خانواده شیروانی در پاسارگاد گرفته تا خونگرمی و معرفت رانندگان کامیون که وقتی حسین و امیر خیس از باران دیگر نایی برای رکاب زدن ندارند آنان را به اتاقک گرم کامیون دعوت می کنند ، استکانی چای جلوی آنها می گذارند و به مهر برای آنان غذا درست می کنند.

وی ادامه می دهد :در طول این سفر از استان های گیلان و قزوین و البرز و تهران و قم و اصفهان و فارس و هرمزگان عبور کرده ایم و حتی یکبار با بی مهری و نامهربانی مواجه نشده ایم و به هر روستا و آبادی و شهری که رسیده ایم درهای خانه های مردم به رویمان باز بوده است.

در هر جاده ای که عبور می کردیم محبت مردم به شکل های مختلف خود را نشان می داد . از تعارف میوه و شیرینی و چای گرفته تا اصرار آن به نشستن بر سفره های ساده و بی ریایشان و جای گرفتنمان در کنار اعضای خانواده های ایرانی همه و همه رهاوردهایی فراموش نشدنی از این سفر بوده اند.

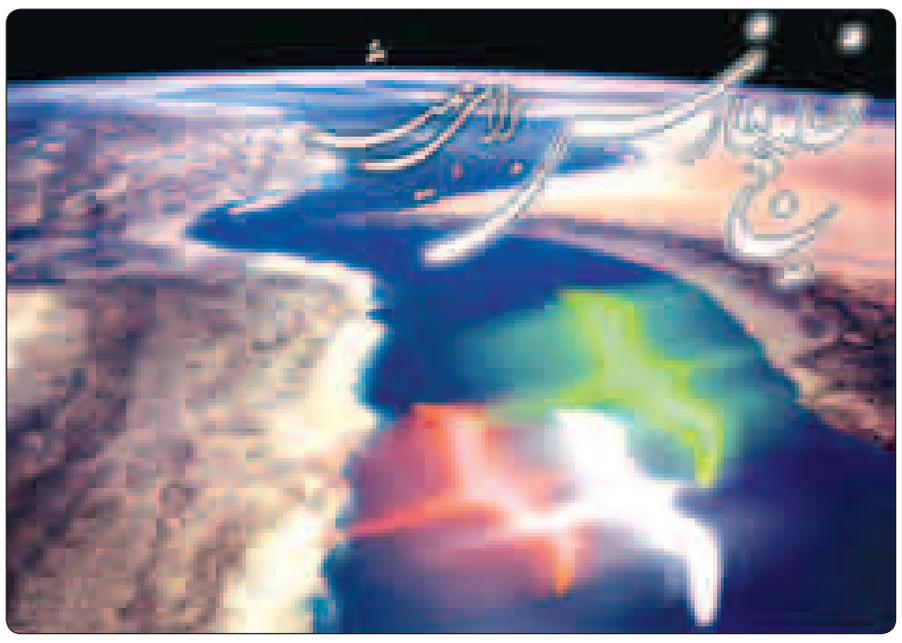
اما حسین فروغی دلیر بازگویی رویایش را نیز وانمی نهد و از آرزوی دیرینه اش برای زیستن در جهانی بی مرز و بدون ادعای کدخدایی می گوید.

جهانی که در آن مناسبات و ارتباطات مردم با یکدیگر به سادگی و صفای زندگی روستاییان باشد.

این جوان که شعر معروف 'بنی آدم اعضای یکدیگرند...' را به زبان انگلیسی بر دوچرخه خود آویخته است ، باور همگانی به این شعر شیخ اجل سعدی شیرازی را کلید جادویی همدلی و صلح جاودانی نژاد انسان می داند .

حسین فروغی دلیر که با نشان هایی از تمدن ایران زمین اینک به کرانه های خلیج فارس رسیده است خود را تازه در آغاز راه می داند و با گفتن جمله ای به حق نشان می دهد که سفر چیزی به جز پختگی به همراه ندارد.

او از برنامه بعدی خود می گوید که پس از استراحتی کوتاه دوباره از شمالی ترین نقطه ایران در پارس آباد راهی مناطق جنگی شلمچه و جنوب کشور می شود تا حامل پیام مردانی باشد که جان خود را بر کف گرفته و خون خود را به ماندگاری پرافتخار این دیار پیوند زده اند...



حسین فروغی دلیر بازگویی رویایش را وا نمی نهد و از آرزوی دیرینه اش برای زیستن در جهانی بی مرز و بدون ادعای کدخدایی می گوید

تولید کمتر زباله منجر به حفظ سلامت انسان به عنوان محور توسعه پایدار و محیط زیست می شود

◉ سازمان بازیافت و مدیریت پسماند شهرداری بندرعباس

مجموعه نرم افزارهای جامع و یکپارچه
طراح سیستم
مجموعه نرم افزارهای جامع و یکپارچه
مالیران :سیستم جامع مالی شهد: سیستم یکپارچه بازرگانی و فروشگاهی امین:سیستم یکپارچه حسابداری و بانکداری قرض الحسنه
بندرعباس : آزادگان۲۷ پلاک ۵ تلفن ۰۹۱۷۱۶۳۵۲۵۱ خاکسارنژاد- ۰۹۱۷۳۶۸۶۶۲۶ زبر دست- تلفکس ۳۳۵۴۴۸۱ ۰۷۶۱۳۳۳۱۹۲۲ Email:omid.khaksarnezhad@gmail.com