

[illegible]

بروز آرتروز با افزایش وزن رابطه مستقیم دارد

یک فوق تخصص روماتولوژی با بیان اینکه شیوع آرتروز با افزایش چاقی و سن جامعه پدید می‌آید، تاکید کرد: آرتروز شایع‌ترین نوع آرتрит است که با توجه به افزایش چاقی و سن جامعه، شیوع جهانی آن تا سال ۲۰۲۰، ۱۰۰ درصد افزایش می‌یابد. دکتر شفیعه موقی به اشاره به اینکه آرتروز از نوع بیماری‌های مزمن است که با گذر زمان شدیدتر می‌شود، گفت: استنوا آرتريت یک بیماری فصلی است که در نتیجه واکنش‌های پیچیده بین فاکتورهای بیولوژی، بیوشیمیایی و بیومکانیکی موثر بر غضروف، سیستوویوم و استخوان زیر غضروف ایجاد و به مرور زمان منجر به دست دادن عملکرد مفصل و ناتوانی در انجام اقدامات روزانه می‌شود. دکتر فاکتور آرتروز یک بیماری مزمن فاکتوریال است و عواملی مانند چاقی، ترما (ضربه)، زخم، شغل، ورزش، سبک زندگی و ژنتیک می‌توانند در بروز آن نقش داشته باشند.

MARKAZI TILE

بندر عباس - بلوار امام حسین^(ع) - جنب باشگاه ابو مسلم - کاشی و سرامیک مرکزی

۰۷۶ - ۳۳۳۱۰۵۳۷ - ۰۹۱۷۶۴۰۰۷۰۹



کاشی مرکزی

غرفه روزنامه دریا در نمایشگاه هفته بسیج - بوستان غدیر



از راست: سرهنگ گوئینی معاون فرهنگی سپاه امام سجاد (ع) در غرفه روزنامه دریا



■ سرهنگ علی نژاد معاون هماهنگ کننده ناحیه بسیج سپاه امام سجاد (ع)



پویافر - فرماندار بندرعباس در غرفه روزنامه دریا



■ بازدید سردار بارانی فرمانده سپاه امام سجاد (ع) هرمزگان از نمایشگاه بسیج



یستگاه نقاشی روزنامه دریا مورد استقبال کودکان قرار گرفت



ایستگاه نقاشی روزنامه دریا

اگر شخصی در مناطق ممنوعه (دریاچه سد، بند انحرافی، کانالهای آبیاری) شنا کند
و غرق شود هیچ دیه ای به ورثه شخص تعلق نمی گیرد

ارتقاء کیفیت زندگی سالمندان با انجام روش های غربالگری

یک محقق طب سالمندی با اشاره به اینکه انجام سنجش تراکم استخوان برای افراد ۶۰ تا ۶۵ سال الزامی است، اظهار کرد: انجمن طب سالمندی آمریکا به زنان دارای امید به زندگی بالاتر توصیه می‌کند که هر دو سال یک بار تحت غربالگری قرار گیرند.

دکتر فرشاد شریفی در گفت و گو با خبرنگار ایسنا منطقه علوم پزشکی تهران، با اشاره به اینکه تاثیر غربالگری پروستات تا به امروز با اختلاف نظرهای فراوان همراه بوده است، گفت: انجام غربالگری برای مردانی که امید به زندگی بیشتر از حد معمول یعنی بالای ۱۰ سال بیش از همسالان خود دارند؛ می تواند مفید باشد.

این محقق طب سالمندی در خصوص روش هایی که می تواند منجر به پیشگیری از ابتلا، زنان ۷۵ سال به بالا به سرطان پستان شود، تصریح کرد: تاثیر غربالگری برای

این افراد در حال حاضر اثبات نشده است اما انجمن طب سالمندی آمریکا به زنان دارای امید به زندگی بالاتر توصیه می‌کند که هر دو سال یک بار تحت غربالگری قرار بگیرند.شریفی با اشاره به اینکه انجام برخی از اقدامات خاص نقش موثری در پیشگیری از ابتلا، سالمندان به بسیاری از بیماری ها دارد، یادآور شد: افزایش سن می تواند منجر به کاهش امید به زندگی جدی در افراد سالمند شود.

در سالمندان واکسن کزاز باید هر ۱۰ سال یک بار تزریق شود

این عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران با تاکید بر اینکه سنجش تراکم استخوان جهت پیشگیری از ابتلا، به سایر بیماری های استخوانی برای تمام افراد سالمند ۶۰ تا ۶۵ سال الزامی است، تصریح کرد: واکسن کزاز باید هر ۱۰ سال یک بار برای تمام افراد سالمند انجام شود و انجام حداقل یک نوبت واکسیناسیون هپاتیت نیز برای این افراد الزامی است.

سه شنبه / ۴ آذر ۱۳۹۳ / ۲ صفر ۱۴۳۶	پرتاب
۲۵ نوامبر ۲۰۱۴ / سال سیزدهم / شماره ۹۱۸۶	



گام چهارم طرح تحول نظام سلامت هم آغازشد

«سپیدپوشانی» که در طرح تحول فراموش شده اند!

✓ **پرستارانی که از خودشان خانواده شان مایه می گذارند،امابه عدم رسیدگی به بیماران متهم می شوند**

برمی گردد به ده سال پیش که تحصیلاتش را در رشته پرستاری تمام کرده بودومی خواست طرحش رااینگذارد.

ان موقع درمورد شغال شدنش درپرستاری ازم پرسیدکه گفتف بسیاریموافق هستم.زیراین شغل را مقدس می دانستم.شغلی که می توانست جان بیماران رانجات دهد.شغلی که می توانست خانواده های بسیاری رازنگرانی برهاند.شغلی که می توانست دعای خیربیماران وخانواده هایشان رانصیب خودکند.واندوخته ای برای اخرتش راداشته باشمدان شغال فقط برای درآمدزایی نبودبرای کمک ویاری رساندن به همنوعانش بود. برای کسب رضای مخلوق وخالق بودمی توانست چون فرشته ای سپید پوش ارمغان سلامتی برای بیماران باشد.پرستاری تنها مراقبت ازاعلام حیاتی بیمارنیستفقط نگاهبانی ازمرزحیات بیمارنیست ، بلکه مدین روح زندگی است درتن رنجوربیماران ورزش نسیم محبت است وجاری کردن زلال امیدواری دریدن خسته بیمار.

پرستاری حفظ جان بیماراست وتقویت روح اودرمان زخم های بیماراست ومرهم نهادن پرخشم های درونش.کارش رادردیکی از بیمارستانهاآغازکردکه مردم هم رضایت چندانی از آن نداشتند.می گفتنددراین بیمارستان به بیماران رسیدگی نمی شود.بیماران بسیاری می میرند ویابرای نجات ازمرگ به سایر مناطق کشوری روند.باخودمی گفتف مگرمی شودکه به بیماران نرسند.مگرمی شودکه پزشکان وبرستاران نسبت به بیماران بی توجه باشند!آنهاکه برای درمان ورسیدگی به بیماران در بیمارستان ها شاغل هستند.می شنیدم که بیمارانی روی تخت ها فریادیاری خواهی می زنت وکسی به فریادشان نمی رسدمی گفتف مگر می شودپزشکان وبرستاران به بیماران بی توجه باشند!می گفتندوقتی که به پرستاری گویم که بیمارما درددارد.حتی حاضر نیست که بالاافاصله بالای سرمیباران بپاید. می گفتف مگر می شود

که پرستاری یکپاردايستگاه پرستاری بنشيند وبه درخواست بيماربي توجه باشد؟ گهگاهی هم بواسطه شغل همسر وشغل خود به بخش های بیمارستان های مختلف شهرمان وسایر شهرهای کشوری رفته.بالفاد مختلف گفتگو کردم. متوجه شدم که همه گفته های مردم اشتباه نیست.اما از روی دیگرسکه پرستاران خبرندازند.خبرندازند که وقتی در یک بخش یا بیش ازده نفریبماریفقط دوفنرپرستاریخوانندازبیماران پرستاری کنند،به راحتی نمی توانند به همه رسیدگی کنند.نمی توانند همزمان برسرالین چندین بیمارباشند.نمی توانند همزمان تمرکزشان را برای چندین بیمارگناردو نمی توانند همزمان به یک بیمارشوگ واردکنند وبرسرالین بیماران دیگرم به باشند.نمی توانند همزمان برخی از وظایف پزشکان ویمابران و...

راهم انجام دهند...

پرستاری که شب گذشته راتاصیح شیفت بخوانده اش نهاریخته وساعت یک ظهر برای شیفت عصرش سرگشته است وپا روزی که اصبح تباطوشیفت است وتمرکزتوان وحمود ساعت سه عصربه خانه می رودپیس از بختن نهاروصرف غذا.ساعتف هفت شب دوباره برمی گردوتا صبح بیداراست.مگرچقدرتوان وتمرکزدارد که

به بیماران برسدوانتظارات همراهی بیماران رابآورده کند؟درشیفت های خودآنتقدرمشغول رسیدگی به بیماران می شند که گاهی فراموش می کنندفرصت نمی کنندکه درطول شیفت.حتی آب بخورند.یادقافیی راقوت ندارندکه بنشینند واستراحت کنند وباهایتن روم می کند وگرددرد می گیرند.مدمتی نمی گذرد که خودشان به انواع واکنش بيماری هامتلاهی شوند.حتی وقتی برای درمان خودشان هم ندارند.از طرفی دیگربیماران بخوانده هایشان که حق دارندازبهترین خدمات درمانی بهره مند شوند.یاداین این قحشان هم برسند. آنها به امیدرمان وبهبودی به اینجاآمده اند.همین

می شوند.غافل ازاینکه این فرشتگان سپیدپوش تمام تلاش خودشان رامی کنند.اما دیگرناب وتوان ندارند.دقافیی خودمان را به جای این پرستاران بگذاریم که فقط از شب تاصبح بیداریمایم وحتی هیچ تلاشی هم نکسیم وفقط در یک مکانی بنشینیم.وزحمتی هم به خودندیم.فرداصبح می رودخسته خوامیم بود ویتایزه استراحت خوامیم داشت.چقدرمی توانیم تمرکزگیریم وکارهای روزمره رابه نواحوسان انجام دهیم؟حال ازپرستاری که درطول سه شبانه روز نتوانسته است حتی ده ساعت بخوابدواستراحت کند.چه انتظاری می توانیم داشته باشیم؟بیمارستانهای که دهها نفریشتر از

پرستاری یکپاردايستگاه پرستاری بنشيند وبه درخواست بيماربي توجه باشد؟ گهگاهی هم بواسطه شغل همسر وشغل خود به بخش های بیمارستان های مختلف شهرمان وسایر شهرهای کشوری رفته.بالفاد مختلف گفتگو کردم. متوجه شدم که همه گفته های مردم اشتباه نیست.اما از روی دیگرسکه پرستاران خبرندازند.خبرندازند که وقتی در یک بخش یا بیش ازده نفریبماریفقط دوفنرپرستاریخوانندازبیماران پرستاری کنند،به راحتی نمی توانند به همه رسیدگی کنند.نمی توانند همزمان برسرالین چندین بیمارباشند.نمی توانند همزمان تمرکزشان را برای چندین بیمارگناردو نمی توانند همزمان به یک بیمارشوگ واردکنند وبرسرالین بیماران دیگرم به باشند.نمی توانند همزمان برخی از وظایف پزشکان ویمابران و...

راهم انجام دهند...

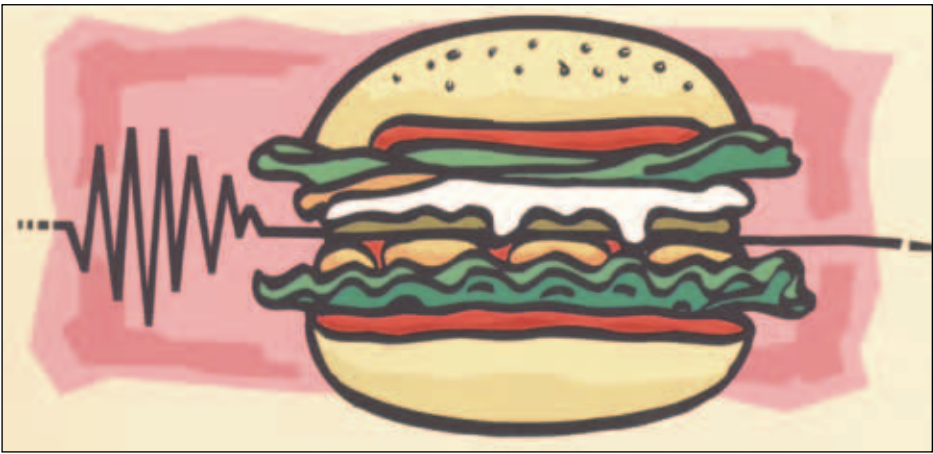
پرستاری که شب گذشته راتاصیح شیفت بخوانده اش نهاریخته وساعت یک ظهر برای شیفت عصرش سرگشته است وپا روزی که اصبح تباطوشیفت است وتمرکزتوان وحمود ساعت سه عصربه خانه می رودپیس از بختن نهاروصرف غذا.ساعتف هفت شب دوباره برمی گردوتا صبح بیداراست.مگرچقدرتوان وتمرکزدارد که

به بیماران برسدوانتظارات همراهی بیماران رابآورده کند؟درشیفت های خودآنتقدرمشغول رسیدگی به بیماران می شند که گاهی فراموش می کنندفرصت نمی کنندکه درطول شیفت.حتی آب بخورند.یادقافیی راقوت ندارندکه بنشینند واستراحت کنند وباهایتن روم می کند وگرددرد می گیرند.مدمتی نمی گذرد که خودشان به انواع واکنش بيماری هامتلاهی شوند.حتی وقتی برای درمان خودشان هم ندارند.از طرفی دیگربیماران بخوانده هایشان که حق دارندازبهترین خدمات درمانی بهره مند شوند.یاداین این قحشان هم برسند. آنها به امیدرمان وبهبودی به اینجاآمده اند.همین

در گفتگوی کارشناس تغذیه مه مرکزپیداداشت استان هرمزگان با روزنامه دریا مطرح شد:

نقش « تغذیه » و « ورزش » در پیشگیری از سرطان را جدی بگیریم

✓ **یک سوم از کل سرطان های دنیا با حفظ وزن مطلوب ، تغذیه صحیح و نکشیدن سیگار قابل پیشگیری است**



اسروزه سرطان بعد از بیماری های قلبی –

عروقی به عنوان مهم ترین عامل مرگ و میر در کشورهای دنیا مطرح است و در دهه های آینده اولین عامل مرگ و میر به ویژه در کشورهای در حال توسعه خواهد بود. ارتباط بروز سرطان با مصرف برخی مواد غذایی به عنوان عوامل پیشگیری کننده یا بازدارنده بیانگر نقش کلیدی تغذیه در ایجاد و یا پیشگیری از ابتعا سرطان،می باشد.

کارشناس تغذیه مرکزپداشت استان هرمزگان با اشاره به عوامل تغذیه ای که سبب پیشگیری از سرطان می شوند، گفت: آنتی اکسیدان ها گروهی از ترکیبات در غذاها هستند که رادیکال های آزاد را در بدن از بین می برند یا مانع از شکل گیری آنها می شوند. رادیکال های آزاد عامل ایجاد سرطان می باشند. گروهی از ترکیبات در مواد غذایی هستند که می توانند رادیکال های آزاد که عامل ایجاد سرطان و بسیاری از بیماری های دیگر است را در بدن از بین می برند و یا مانع از شکل گیری آن ها شوند.مهمترین آنتی اکسیدان های بدن ویتامین های A،C،E،K،توتونیدها، سلنیوم، روی منیزیم و لیکوپن هستند. «لادن صدیق» افزود: برخی منابع غذایی غنی از ویتامین C شامل مرکبات، فلفل سبز، توت فرنگی، گوجه فرنگی و بروکلی هستند و منابع غذایی غنی از ویتامین E شامل ذرت، مغزها، زیتون، سبزی های برگ دار و سبز، روغن های گیاهی و سیوس گندم

می باشد. وی منابع غذایی کاروتنوئیدها (که پیش ساز ویتامین A هستند) را شامل هویج، میوه های نارنجی رنگ، کدو حلوائی، طالبی، سبزی های سبز تیره، کلم پیچ، اسفناج، ذرت، تخم مرغ، مرکبات، گوجه فرنگی، گریب،فروت و هندوانه عنوان کرد و اضافه کرد: منابع غذایی سلنیوم شامل مغزها (گردو، بادام، فندق، پسته و...)، ماهی و سایر غذاهای دریایی، قلمو، جگر و مخمرها می

باشنداین کارشناس در پاسخ به این پرسش که میوه ها چه نقشی در پیشگیری از سرطان دارد، ابراز کرد: احتمال بروز برخی از سرطان ها در افرادی که روزانه میوه و سبزی مصرف می کنند کمتر است. برای پیشگیری از سرطان و سایر بیماری های مزمن روزانه حداقل ۵ واحد از میوه ها و سبزی های متنوع مصرف شود و میوه ها و سبزی های که حاوی فیبر هستند و افزایش مصرف فیبر با کاهش بروز بسیاری از سرطان ها ارتباط دارد. «صدیق» خاطر نشان کرد: ارتباط بین مصرف منابع غذایی حاوی اسید فولیک مانند: اسفناج، ویتامین D و کلسیم با کاهش احتمال ابتلا به برخی سرطان ها ارتباط داردوی به نقش برخی عوامل تغذیه ای که احتمال بروز سرطان را افزایش می دهند، اشاره کرد و ادامه داد: غذاهای پرچرب و مواد غذایی سرخ شده، ابتلا پخته شده که مدت زیاد مانده باشد خودداری

کرد و غذای نیم سوخته و سوخته (کیاب و جوجه کیاب سوخته، نان سوخته، ته دیگ سوخته، پیاز داغ سوخته، سبب زمینی سرخ کرده سوخته و...) مصرف نشود. «صدیق» یاد آور شد: برای حفظ خواص ویتامین های موجود در میوه ها و سبزی ها، آن ها را در یخچال نگهداری نمایم وروش های صبح یخت مثل بخاریز، آبپز وپختن ملایم را جایگزین سرخ کردن عمیق، سوزاندن وپخت طولانی مدت، نماییم. وی با تاکید بر این نکته که غذاهای کم چرب، کم شیرین و کم نمک میل شود، خاطر نشان کرد: از انواع لبنیات کم چرب و کم نمک (شیر، ماست و پنیر کم چرب و دوغ کم نمک) استفاده شود و مصرف غذاهای چرب به ویژه با منشا حیوانی را محدود کنیم و از روغن های گیاهی در حد کم و به مقدار نیاز روزانه استفاده شود و از سوزاندن روغن ها جلوگیری کرد.

وی با هشدار به کاهش مصرف غذاهای پر نمک و نمک سفرفه یاد آوری کرد: از ادویه ها و چاشنی های گیاهی برای طعم دار کردن غذاها استفاده شود و سعی بر آن شود که مصرف قند و شکر تصفیه شده کاهش یابد و مصرف غذاهای آماده و کنسرو شده را کاهش دهیم. کارشناس تغذیه معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان با اشاره به اینکه از انواع غذاهای گیاهی در برنامه غذایی روزانه خود باید میوه خوراکی و سبزی مصرف کنیم و غلات کامل (سیوس دار) را مصرف شود واز مغزها و حبوبات که حاوی فیبر بالایی هستند و در برنامه غذایی روزانه بیشتر استفاده شود.این کارشناس به وزن بدن در پیشگیری از بروز سرطان اشاره کرد و افزود: باید وزن خود را ثابت نگهداریم و برای این موضوع فعالیت بدنی مناسب تهیه و تحریر کردن گشت قرمز و گوشت های فراوری شده با افزایش احتمال بروز سرطان ارتباط دارنداین کارشناس روش های نامناسب تهیه و پخت مواد غذایی را در جهت پیشگیری از افزایش وزن بالاین و۹۰ دقیقه برای پیشگیری از بازگشت مجدد وزن در افرادی که موفق به کاهش وزن شده اند، توصیه می شود.۶۰ دقیقه ورزش برای پیشگیری از افزایش وزن بالاین و۹۰ دقیقه برای پیشگیری از بازگشت مجدد وزن در افرادی که موفق به کاهش وزن شده اند، توصیه می شود، با ساعت یکدهدوری یک در روز می توانند در پیشگیری از بسیاری از سرطان ها موثر باشند.وی تاکید کرد: همچنین از اضافه وزن و لاغری مفرط در زندگی بپزختن شده که مدت زیاد مانده باشد خودداری

ارتباط با مطبوعات ،هنر روابط عمومی هاست

علیرضا بهاری /دربیا



دیگری به مطبوعات داد تا قدرت انتخاب مطباعت رسانه ها نسبت به گذشته بسیار بیشتر شود. با اشاره به گسترش و تنوع رسانه ها در کشور ، نشریات محلی ، منطقه ای و... برای جذب مخاطبان خود طرحی نو در اندازند ویا یک جهش و حرکت رو به جلو و کاهش فاصله حوزه با سایر رسانه های حرفه ای و قدرتمند گام مهمی در جهت جذب و گسترش مخاطب برداشته و به صورت مستقیم و یا غیر مستقیم به اهداف متنوع خود که همانا اطلاع رسانی ، آموزش ، تحلیل ،تقدو... برسند.

روزنامه منطقه ای جنوب کشور دریا در بنجین حضور خود در بنجین نمایانگاه مطبوعات و خبرگزاری های کشور میزبان مدیران ارشد کشور ، وکلا ، نمایندگان مجلس، اساتید و مردم پرسور و اشتیاق از اقصی نقاط کشوربود و شاید رعایت قالب ها و شاخص های حرفه ای موجب قبولی دعوت روزنامه دریا بوده است که جای بسی سیاست و تقدیر دارد آنزی که یک روزنامه محلی در روند انتقال پیام به مخاطب دارد بیشتر از سایر رسانه ها در کشور است زیرا روزنامه محلی به همه تفسیر با نگاه حرفه ای می تواند یک خبر واقعیه ای را به مخاطب انتقال دهد. آنچه

اسروزه رسانه ها چه در قالب شنبیداری، دبیداری و نوشتاری نقش مهم و انکار ناپذیری در جهت تاثیرگذاری سیاست ها وراهبردهای هر مجموعه دارند. در طول تاریخ ، رسانه ها به ویژه مطبوعات توانسته اند به عنوان یک اهرم تاثیرگذار در افکارعمومی به شمار آیند و هر مجموعه ای که استفاده بهتری از این اهرم کرده ، طبعا منافع بیشتری نصیب خود کرده است.

نشریات محلی و یا منطقه ای به عنوان یک رسانه نیمه فراگیر یا به تعبیردیگر رسانه فراگیر در محدوه خاص و مشخص نقش مهمی در تاثیرگذاری بر افکارعمومی در امورسیاسی ،فرهنگی ،اجتماعی و... آن منطقه را دارند.بسیستم دوره نمایانگاه مطبوعات و خبرگزاری های کشور که آوردهاگاه همه مطبوعات کشور است با همه فراز و نشیب ها به کار خود یان داد تا یک بار دیگر به این باور برسیم که مطبوعات می توانند در جریان سازی و حرکت رویه جلو تاثیرگذار باشند و گسترش روز افزون شبکه های ماهواره ای ، رسانه های محلی ،تلویزیون، اینترنت و... نه تنها جلوسوار حرکت روپ به پیشرفت مطبوعات شده است بلکه استقبال بر ششور مردم از بیستیمین نمایانگاه اعتبار

دیگری به مطبوعات داد تا قدرت انتخاب مطباعت رسانه ها نسبت به گذشته بسیار بیشتر شود. با اشاره به گسترش و تنوع منطقه ای و... برای جذب مخاطبان خود طرحی نو در اندازند ویا یک جهش و حرکت رو به جلو و کاهش فاصله حوزه با سایر رسانه های حرفه ای و قدرتمند گام مهمی در جهت جذب و گسترش مخاطب برداشته و به صورت مستقیم و یا غیر مستقیم به اهداف متنوع خود که همانا اطلاع رسانی ، آموزش ، تحلیل ،تقدو... برسند.

دیگری به مطبوعات داد تا قدرت انتخاب مطباعت رسانه ها نسبت به گذشته بسیار بیشتر شود. با اشاره به گسترش و تنوع منطقه ای و... برای جذب مخاطبان خود طرحی نو در اندازند ویا یک جهش و حرکت رو به جلو و کاهش فاصله حوزه با سایر رسانه های حرفه ای و قدرتمند گام مهمی در جهت جذب و گسترش مخاطب برداشته و به صورت مستقیم و یا غیر مستقیم به اهداف متنوع خود که همانا اطلاع رسانی ، آموزش ، تحلیل ،تقدو... برسند.

روزنامه منطقه ای جنوب کشور دریا در بنجین حضور خود در بنجین نمایانگاه مطبوعات و خبرگزاری های کشور میزبان مدیران ارشد کشور ، وکلا ، نمایندگان مجلس، اساتید و مردم پرسور و اشتیاق از اقصی نقاط کشوربود و شاید رعایت قالب ها و شاخص های حرفه ای موجب قبولی دعوت روزنامه دریا بوده است که جای بسی سیاست و تقدیر دارد آنزی که یک روزنامه محلی در روند انتقال پیام به مخاطب دارد بیشتر از سایر رسانه ها در کشور است زیرا روزنامه محلی به همه تفسیر با نگاه حرفه ای می تواند یک خبر واقعیه ای را به مخاطب انتقال دهد. آنچه

بر جلوگیری از شایعات بی پایه بر افزایش آگاهی مردم در مورد جدیدترن اخبار امید به زندگی ونشاط وشدایی را به ارمغان آیدن اسوسی دیگر آنچه که دردنیا ای امروز اهمیت دارد حضور پر قدرت ارتباطات و اطلاع رسانی پیشرفته و در حال ترقی است بطوری که در کمترین زمان ممکن بیشترین و پراهمیت ترین اخبار و پیام ها به سراسر دنیا منخاربه می شود. اطلاع رسانی و اخبار در حوزه های مختلف آقدر بااهمیت است که این ستوال را یش رویسان قرار می دهد ، چگونه افکار عمومی را مدیریت کنیم؟ گاه آقدر خطر احتمالی را در بروز واقعیه بالا می رود که موجب نگرانی و ناامیدی در مردم به همراء دارد و یا بارها اتفاق افتاده است که بدون هیچ حساسیتی در راستی گذشت با تکنولوژی های نوین اطلاع رسانی خبر هیچ و پیامی از چشم و گوش مردم پنهان نخواهد ماند. روزنامه منطقه جنوب کشور درسا با بهره مندی از ظرفیت موجود همچون مطبوعات و رویداد های منطقه ای و محلی به منظور ارتقا دانش و آگاهی مردم با شفاف سازی از شایعات و نگرانیهای روحی در جامعه جلوگیری می نماید و رسانشت را در آگاهی بخشیدن به مردم بیش از پیش انجام می دهد. روزنامه دریا نخستین روزنامه استان هرمزگان است که با مجوز منطقه ای بودن توانست در گستره ارتباطی خود در استان های جنوبی کشور (فارس، کرمان،سیستان و بلوچستان، بوشهر ، خوزستان ،کهگیلویه و بویراحمد) به طور واقعیه ای توزیع شود و فرهنگ ها را به یکدیگر پیوند دهد. هم اکنون که امر اطلاع رسانی و اخبار توسط روزنامه دریا به صورت روزانه شده است مهمترین اصل و وظیفه خود را اطلاع رسانی ، دادن اخبار و اطلاعات درست و آگاهی مفید و به هنگام به مخاطبان خود را در کمترین زمان ممکن می داند و در این مسیر شاید واقعیت هایی برای مردم روشن شود که مزاج برخی گروه ها خوش نیاید و چنان برتابند که روزنامه را مورد غضب خود قرار دهند. از این رو این اطمینان را به مخاطبان اقرارکنر جنوب کشور می دهیم که روزنامه دریا وابستگی خاصی به هیچ گروه و جناحی ندارد و لازمه کار خود را صداقت و واقعیت قرار داده است تا در آستانه ورود به چهاردهمین سال با رویکرد اطلاع رسانی شفاف به پیش برویم.



آیا میدانید مواردی همچون :
۱- عدم رعایت نرغ مصوب
۲- سپردن تاکسی به افراد غیر
۳- عدم نصب نرغنامه مصوب در جلو دید مسافر
۴- تکرار تلفف افلاقی
۵- استفاده از سوفت LPG و یا غیر استاندارد۶- عدم فعالیت در مسیر تعیین شده ،

جزء تفلفات قابل رسیدگی در کمیته انضباطی است

♦ **روابط عمومی سازمان مدیریت و نظارت بر امور تاکسیرانی شهرستان بندرعباس**



هشدار وزارت بهداشت:

لیوان‌های یکبار مصرف شفاف سرطان ز است

مدیرکل آزمایشگاه‌های مرجع کنترل غذا و دارو گفت: مصرف لیوان‌های یکبار مصرف شفاف برای نوشیدنی‌های گرم در دراز مدت سرطان‌ز است. به گزارش ایبسا، دکتر حسین رستگار در مورد مصرف ظروف یکبار مصرف اظهار داشت: ظروف یکبار مصرفی که به صورت شفاف باشند و در مراسم‌های عمومی و عزاداری‌ها برای نوشیدنی‌های داغ استفاده می‌شوند، به دلیل مواد مضرى که دارند، در مقابل آب جوش، چای، شیر داغ و ... دو پلیمیری از خود آزاد می‌کنند

<i>فینک سلامت</i>	سه شنبه/ ۴ آذر ۱۳۹۳ / ۲ صفر ۱۴۳۶
۲۵ نوامبر ۲۰۱۴ / سال سیزدهم / شماره ۱۸۶۹	

نام بندرعباس با "دريا" و "ماهی" و "میگو"عجین شده است وهرمسافروگردشگری که وارد استان هرمزگان وشهربندرعباس می شود: بازار ماهی فروشان را به عنوان یکی از مقاصد اصلی خودقرار می دهد که از آنجاییدن وخريد نمايد واين بازدید وخريد را در دفترخاطرات خوداز سفربه بندرعباس ثبت وضبط می کند وبرای دوستان وهمشهریانش هم تعريف می کند.اماازراهی ماهی فروشان بندرعباس فقط مکانی برای خراج سلامتی است وبرای مسئولان ومردم هم به موضوع وسوزهای طبیعی تبدیل شده است.

برای تهیه گزارشی از میزان رضایت مردم، باشهروندان به گفتگو نشستیم.

خانمی که ازسال گذشته به دلیل وضعیت غیربهداشتی بازارماهی فروشان، ازاین بازارخريد نمی کند، به خبرنگار "دريا" می گوید:واقعاً برای مسئولان بهداشتی شهرمان متأسفم که به موضوع سلامت شهروندان هیچ اهمیتی نمی دهند.ماهی فروشان روی زمین نشسته اند وماهی می فروشندوحتی روی زمین ماهی را تمیز می کنند وهیچ کنسلی اقدامی هم نمی کنند.ایامستولان بهداشت شهروندان حاضرندکه ازاین بازار خريدارى کنند؟حتی آسفال وزیاله های ماهی ها راهم جمع نمی کنند.

"بهرامی"شهرونددیگری است که می گوید:این شغل، دستفروشی است ومنبع رزقی است برای بسیاری از خانواده ها که نمی توان منبع رزق ورورزشان را قطع کرد.بایستی ساماندهی بشوند وحتی خودو خانواده های ماهی فروشان بيمه شوند وانیت شغلی داشته باشندومکانی مناسب وبهداشتی برایشان درنظرگرفته شوندتا آنها بتوانند درمکانی بهداشتی ومناسب برای کسب روزی حلال اقدام کنند.

خانمی دیگرکه جلوی بینی خودرا گرفته وبه بازارماهی فروشان آمده است هم می گوید:بیس مانده های ماهی ومیگورابینید که روی زمین ریخته شده است وشهردارى جمع نمی کند.ماهی که این همه تبليغ می شود که برای سالم ماندن بخوریم،اما اینگونه به فروش می رسد واصول بهداشتی رعایت نمی شود. "دبیری"خانمی دیگراست که به بازار ماهی فروشان پشت مسجد دیه در بازاربندرعباس اشاره می کند که موش وگره وب... به راحتی در بین ماهی فروشان رفت وامد می کنند واز آشغال هاقله‌ای هم نهند.کسی هم این مضطلات را نمی بینند.گویاسلامتی مردم برای هیچ کس اهمیت ندارد.

آقای "مهرانپور" هم به گران بودن قیمت ماهی اشاره می کند که باعث شده است در این بازار خريد نداشته باشد. "حسین پور" هم می گوید:این بازارماهی فروشان "بشت شهر" کوچک است ونیاز است که در مناطق مختلف شهردنبازارچه دیگرراه اندازی شوند مردم مجبورنیاشند برای خريد ماهی از گلشهرودامانی وب... به این بازارچه بیایند.وی می گوید:این بازار در شب ها باز وتاریک است وخوب دیده نمی شود.منیت پيشی اشاره زرده را به جای هوروبه من فروختند وچون خوب دیده



وقتی بهداشت در بازار ماهی فروشان بندر عباس جایی ندارد!

نمی شدوقتی که بردم خانه متوجه شدم که ماهی هور نبوده است.

"خسروی" هم می گوید که این بازار ماهی فروشان ومیوه فروشان پشت شهر آلودگی زیادی دارند ونمی دانیم چرا نظارتی نمی شود.نیاید زیاله در آنجانتبار شود.زیاله های ماهی فاسدشدنی است ونیاید مدت زمان زیادی در آفتاب بماند.هروقتی که می رویم بوی تعفن از چندین متر قبل از بازار به مشام می رسد. گویهایم هم معتقد است که این بازار بایستی لگو وزیاب وسنگفرش وشیک باشد.زیرا گردشگران ومیهمانان از سایرمنطقه کشورهم می آیند.چه قضایاتی خواهند داشت؟روی زمین ماهی ومیگو تمیز می کنند.

خانم "عسگرپور" که خودش از این بازار خريد نمی کند،اما می گوید:بلوار ساحلی کنار این بازار تاریک است.

در فضای باز ودما بالای ۴۰درجه بندرعباس،ماهی عرضه می شود واين محیط غیربهداشتی را هم گویا هیچ مسئولی نمی بیند.

تعدادی دیگر از شهروندان هم نبود نظارت بر بهداشت

خانمی دیگر که جلوی بینی خود را گرفته و به بازار ماهی فروشان آمده است هم می گوید: پس مانده های ماهی ومیگو را ببینید که روی زمین ریخته شده است و شهرداری جمع نمی کند. ماهی که این همه تبلیغ می شود که برای سالم ماندن بخوریم، اما اینگونه به فروش می رسد واصول بهداشتی رعایت نمی شود

در فضای باز ودما بالای ۴۰درجه بندرعباس،ماهی عرضه می شود واين محیط غیربهداشتی را هم گویا هیچ مسئولی نمی بیند. تعدادی دیگر از شهروندان هم نبود نظارت بر بهداشت

نایدیده گرفته می شود. دو شب پیش که برای بازدید از نمایشگاه سوغات رفته بودم یکی از شهروندان که گویا بیماری سریع داشت در وسط نمایشگاه دچار تشنج شد و افراد زیادی دور او جمع شدند و چند نفری برای کمک به شخص بیمار شتافتند که به دلیل ناشتن مهارت کافی مشکلاتی را برای دیگر شهروندان و خود بیمار بوجود آوردند. نبود تشخیص متخصص به خصوص عوامل اورژانس در این مورد به وضوح به چشم آمد که نشان از ضرورت حضور امدادگران در نمایشگاه است. اگر زمانی در اینگونه نمایشگاه ها حادثه ای مانند آتش سوزی رخ دهد، تا رسیدن عوامل امدادی به خصوص آتش نشانی و اورژانس به محل معلوم نیست چه اتفاقی رخ می دهد و چه خساراتی باقی خواهد ماند. برگزاری نمایشگاه در مکان نامناسب هم می تواند در افزایش تلفات در زمان حادثه بیفزاید زیرا محلی که اکنون برای برپایی نمایشگاه مورد استفاده قرار می گیرد به گونه ای است که وقتی آتومیل ها در اطراف نمایشگاه یارک می کنند عبور و مرور را برای دیگر خودروها با مشکل مواجه می کند چه پرسد به خودروهای امدادی که بزرگتر می باشند. حتی درب ورودی و بخش های مختلف این موضوع مهم که می تواند جان انسان ها را در زمان نمایشگاه به گونه ای است که دسترسی به نقاط مختلف آن به خصوص انتهای آن به سختی امکان پذیر است.

ناید این سوال برای شهروندان بیش یاباید که جایگاه عوامل امدادی در نمایشگاه کجاست و چرا مسئولان به این موضوع مهم که می تواند جان انسان ها را در زمان حادثه نجات دهد اصلا توجهی ندارند؟ چه خوب است که قبل از وقوع حادثه تمام جوانب آنرا ببینیم تا زمانی که اتفاقی رخ می دهد بتوانیم بهترین عملکرد را داشته باشیم و خسارت وارده را به حداقل برسانیم.

درباره بیماری مالاریا بدانیم

مالاریا یک بیماری انگلی است که رتبه نخست را در بین بیماری های عفونی منتقله از حشرات دارا می باشد.هر سال ۲۰۰میلیون نفر به این بیماری مبتلا می شوند که منجر به مرگ یک میلیون نفر از آنان می گردد.
انگل مالاریا بوسیله نیش پشه آنوفل از فرد آلوده به فرد سالم منتقل می شود و در انسان بطور معمول نشانه هایی مانند لرز متوسط تا شدید، تب بالا، عرق فراوان واحساس ناخوشی را موجب می شود.مالاریا در ۹۹کتور جهان بصورت بومی دیده می شود.در اکثر کشورهای آفریقایی مالاریا مراکز بهداشتی و درمانی را زمین گیر کرده است.

درسال ۱۳۲۴ نزدیک به ۱۲ میلیون نفر(۰.۴درصد) از جمعیت کشور به بیماری مالاریا مبتلا می شدند و در طی سالهای اخیر و بخصوص پس از پیروزی انقلاب اسلامی و با تلاش و برنامه ریزی مسئولین ذریط آمارمیتلایان بسیار کاهش یافته است و تاکنون انتقال موارد بومی مالاریا فقط در استان های جنوب و جنوب شرقی ایران شامل استان های سیستان و بلوچستان،کرمان و هرمزگان رخ داده است که این کاهش موارد به دلیل اجرای طرح سراسری حذف مالاریا بوده است، که این برنامه یک اولویت جدی و بسیار مهم از سوی شورای عالی سلامت و هیات دولت شناخته شده است.

افزایش موارد مالاریا در شهرستان قسم طی سالهای اخیر به دلیل تردد اتباع بیگانه که از مرزهای شرقی کشور وارد می شوند رخ داده بود که با تشخیص اعتبار و تجهیزات از پروژه گلوبال فاند مالاریا و برنامه حذف کشوری مالاریا شامل جذب نیروهای تکنسین مبارزه با مالاریا، دریافت پشه بندهای آغشته به حشره کش و توزیع آنها بین خانوارهای در معرض خطر،دریافت کیت های تشخیص سریع مالاریا و آموزش به پرسنل بهداشتی و درمانی، دریافت وسیله نقلیه مانند موتور سیکلت و خودرو سواری و حمایت های سازمان منطقه آزاد و فرمانداری قسم در کاهش موارد انتقال بومی مالاریا در شهرستان قسم موفق بوده ایم اما همچنان با موارد وارده از خارج کشور مواجه هستیم که اگر با بصورت غیرمجاز وارد جزیره می شوند .

تمام تلاش پرسنل بهداشتی جلوگیری از انتقال بومی مالاریا در شهرستان قسم می باشد که این در گرو شناسایی به موقع و کمتر از ۲۴ ساعت افرادی است که از مناطق پرخطر مالاریا به شهرستان وارد می شوند.

امید است با همکاریهای بین بخشی و آگاهی مردم نسبت به روش های پیشگیری از مالاریا مانند استفاده ازتوری درب و پنجره در داخل اماکن ، استفاده از پمادهای دورکننده حشرات یا استراحت در زیر پشه بند در صورت اقامت بیرون از منازل، جهت جلوگیری از گزش پشه مالاریا مخصوصا در فصول خنک سال که با وفور پشه مواجه هستیم و اطلاع رسانی بوقع از ورود افراد مهاجر از مناطق پرخطر در کنترل این بیماری موفق باشیم.
همچنین افرادی که سافاهت مسافرت به مناطق مالاریا خیز را دریک سال گذشته داشته و یا قبلا به مالاریا مبتلا و یا در مناطق مالاریا خیز سکونت دارند به محض بروز علامت مالاریا که شامل تب و لرز دوره ای، سردرد، تهوع، استفراغ، استخون درد و گاهی اسهال و در موارد شدید تشنج و کما هستند گاهی علامت بیماری حتی یک سال بعد از گزش ایجاد می شود، نوع فالسی یارم این بیماری خطرناک و گاهی کشنده است؛ زنان باردار و کودکان چنانچه به این نوع مبتلا شوند در معرض خطر بیشتری هستند کمتر از ۲۴ ساعت به مراکز بهداشتی درمانی و خانه بهداشت محل سکونت خود مراجعه کنند.

تشخیص مالاریا به آسانی با تهیه کیت تشخیص سریع مالاریا (RDT) و آزمایش لام خون محیطی انجام می شود و در مراکز دولتی رایگان می باشد.
داروهای ضد مالاریا اگر بدرستی و به موقع مصرف نشوند باعث بهبود کامل بیماری می نشوند، این داروها در مراکز بهداشتی درمانی و خانه های بهداشت به صورت رایگان برای بیماران تجویز می شوند.در درمان مالاریا داروها باید درست و کامل و مطابق دستورالعمل وزارت بهداشت انجام شود.

■ سید محسن محبی نوذر
کارشناس مسئول مالاریای شبکه بهداشت و درمان شهرستان قشم

وباعث بیماری‌های معب‌العلاج و سرطان می‌شوند. وی گفت:استفاده از ظروف یکبار مصرف باید با دقت باشد. یعنی از ظرف یکبار مصرف صاف و شفاف برای مواد غذایی و آشامیدنی سرد استفاده شود. ظروف یکبار مصرف کاغذی و فوم برای مواد غذایی و آشامیدنی مناسب هستند. وی افزود: مواد غذایی که در رستوران‌ها استفاده می‌شوند نیز باید در قوطی‌ها باشند و به هیچ وجه ظروف یکبار مصرف را داخل میکرووفر یا مایکروویو جهت گرم کردن غذا قرار ندهید. مدیر کل آزمایشگاه‌های مرجع کنترل غذا و داروی سازمان غذا و دارو در پایان اظهار داشت: مردم به هیچ وجه نوشیدنی‌های داغ را در ظروف شفاف استفاده و مصرف نکنند و به جای آن از لیوان‌های شیشه‌ای و کاغذی استفاده شود.

<i>فینک سلامت</i>	سه شنبه/ ۴ آذر ۱۳۹۳ / ۲ صفر ۱۴۳۶
۲۵ نوامبر ۲۰۱۴ / سال سیزدهم / شماره ۱۸۶۹	

کم تحرکی در کودکان

کند یا خیلی زیاد مراقب این مساله باشند که کودک چه طور می ایستد چه طور می نشیند ، چه طور راه می رود و ترجیح می دهد درجه وضیعتی بخوابد .لازم است عادت صحیح ایستادن و حالت قرار گیری صحیح را به گونه ای که بتواند خودش را درحالات مختلف نگه دارد آموزش داد. ایستادن: حالت آرام مستقیم و آرام باشد . سنگینی بدن بطور همسان تقسیم شود.درصورت داشتن ایستادن: حالت آرام مستقیم و آرام باشد . سنگینی این عادت که یک پا را به یک طرف قرار می دهند یعنی سنگینی بدن روی یک طرف



قرار می گیرد ولگن خاصره به شکل کج قرار می گردد و ستون فقرات کج می شود. راه رفتن :درموقع راه رفتن به کودک پیاموزید، کف پاها را بطور موازی گذاشته ویدن را عمود بر زمین قرار دهد.چرخش پا به طرف داخل یا خارج باعث اختلال در راه رفتن می شود و یا را مستعد به ناهنجاری کف پای صاف می کند. نشستن : حالت نشستن اهمیت زیادی دارد اگر مهارت استواری وطرز صحیح قرارگیری بدن را به کودک را یاد بدهید او به شیوه صحیح خواهد نشست مهم اینست که کودک مستقیم بنشیند تئ اش راست باشد ، سر کمی به جلو باشد.

■ مریم قدمی کارشناس سلامت خانواده
مرکز بهداشت شهرستان بندرعباس

دعوت مجمع عمومی فوق العاده نوبت اول

شرکت تعاونی مسکن کارگری رحمت گستر قشم

بدینوسیله از کلیه اعضا**ء** شرکت تعاونی دعوت می شود در جلسه ای که **روز شنبه مورخ ۹۳/۱۰/۶ راس ساعت ۱۸ در محل مصلی امام علی (ع) تشکیل می گردد** حضور به هم رسانید . **اعضایی که به هر دلیل نمی توانند در مجمع حضور یابند می توانند به شخص دیگری وکالت دهند برای تأیید وکالت می بایست عضو به همراه نماینده تام الاختیار خود حداکثر تا مورخ ۹۳/۱۰/۳ به دفتر تعاونی مراجعه نمایند در غیر اینصورت وکالتنامه های عادی بدون تأیید فاقد اعتبار است .**

دستورات جلسه :

۱ – تطبیق اساسنامه با آخرین اصلاحات قوانین و مقررات بخش تعاون

۲ – تمدید مدت تعاونی (ماده ۶ اساسنامه)

❖ کوروش محمدی مهر – رئیس هیئت مدیره شرکت

دعوت مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده نوبت اول سال ۱۳۹۲

بدینوسیله به اطلاع میرساند جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده نوبت اول سالیانه **شرکت تعاونی مسکن کار گری رحمت گستر قشم** **راس ساعت ۱۴ روز شنبه ۹۳/۱۰/۶ در محل مصلای امام علی (ع) تشکیل می گردد.لذا از کلیه اعضاء دعوت می شود تا در ساعت مقرر در محل مذکور حضور به هم رسانند . بدیهی است کلیه کسانی که نمی توانند به هر دلیلی در جلسه فوق شرکت کنند می توانند با دریافت فرم های مخصوص وکالت از دفتر شرکت حق رای خود را به شخص دیگری وکالت دهند . ضمنا کلیه افرادی که کاندیدای سمت هیئت مدیره یا بازرسی می باشند باید تا پایان وقت اداری مورخ ۱۳۹۳/۹/۱۰ درخواست خود را به دفتر تعاونی تحویل نمایند.**

پس از بازدید پروژه دستور جلسه بنشخ زیر اعلام می گردد :

۱ – قرائت گزارش عملکرد هیئت مدیره در سالهای ۱۳۹۱ و ۱۳۹۲

۲ – قرائت گزارش عملکرد بازرس و بازرسان در سالهای ۱۳۹۱ و ۱۳۹۲

۳ – طرح و تصویب ترازنامه و صورتهای مالی سالهای ۱۳۹۱ و ۱۳۹۲

۴ – طرح و تصویب بودجه پیشنهادی سال ۱۳۹۳ ۵ – طرح و تصویب گزارش تغییرات اعضاء و سرمایه

شرکت در سال ۱۳۹۳ ۶ – انتخاب اعضاء اصلی و علی البدل هیئت مدیره

۷ – انتخاب بازرس اصلی و علی البدل برای سال مالی ۱۳۹۳

۸ – طرح و تصویب آیین نامه داخلی تعاونی جهت ادامه پروژه

❖ کوروش محمدی مهر – رئیس هیئت مدیره شرکت

صیادان عزیز:

بکارگیری ادوات صید غیراستاندارد و به دام اندختن آبزیان کوچک و نابالغ چرخه زندگی آبزیان دیرا از بین می برد

❖ روابط عمومی اداره کل شیلات هرمزگان

تاثیر شکل راه رفتن بر خلق و خو

نتایج یک بررسی جدید نشان می‌دهد راه رفتن مانند یک فرد شاد موجب تقویت روحیه می‌شود. به‌گزارش ایسنا، در این بررسی آمده است برای شاد راه رفتن، بدن در وضعیت قائم و راست قرار می‌گیرد، دست‌ها و بدن به حالت منظم حرکت دارند و سرعت راه رفتن بالاتر است. راه رفتن با این وضعیت موجب می‌شود فرد احساس شادمانی و سرحالی داشته باشد در حالیکه راه رفتن همچون یک فرد افسرده، احساس غم و ناراحتی را در انسان ایجاد کرده یا بیشتر می‌کند. «جوهانز میچالاک» از دپارتمان روانشناسی و روان درمانی دانشگاه «وتین هرک»، آلمان و نویسنده ارشد این مطالعه گفت: بین وضعیت خلق و خو، بدن و حرکت تاثیر متقابل وجود



انزامات توسعه شهری در بافتهای قدیمی بندرعباس

حمید حسین پور ترحی / قسمت اول

در راستای دستیابی به شهری توسعه یافته و فارغ از مشکل در راستای توسعه زیر ساختها هزینه‌ای قابل و کارآمد همراه با مدیریت علمی و برنامه ریزی صحیح در راستای فرهنگسازی همگام با توسعه شهری در نظر گرفته شد. فرهنگسازی همگام با توسعه شهری در نظر گرفته شد، چرا که به دلیل عدم رعایت رفتار شهروندی همگام با توسعه یا به عبارتی انجام امور شهروندی به شکل سنتی و سابق ضمن به هدف ترسیدن هزینه کرد توسعه شهری؛ از یک طرف موجبات تخریب زودهنگام زیرساختهای ایجاد شده را فراهم می سازد و از طرف دیگر افزایش هزینه ای باسازسی و به هم ریختگی نظام شهری را به همراه خواهد داشت.

لذا مسئولین محترم مدیریت شهری میبایست در برنامه ریزیهای خود جایگاه ویژه ای برای فرهنگسازی همگام با توسعه شهری در نظر بگیرند.اعمال گذرندبها، خیابان کشتهای جدید و اعطای مجوزهای ساخت و ساز در بافت قدیمی شهر ضمن نیاز به ایجاد زیر ساختهای جدید من مرتب نمودن کابل کشتهای قدیمی، ایجاد سیستم فاضلاب شهری، بررسی و رفع معایب سیستم آبرسانی شهری و...مستلزم هزینه کرد فرهنگی نیز می باشند. به عنوان مثال میبایست در این محله قدیمی که نوسازی شده محلها و محفله های ویژه ای جهت دیوی روزانه زیاده شهر در نظر گرفته شود تا ماموران شهرداری با صرف هزینه و زمان کمتری بتوانند در ساعات مقر زیاله ها را به مکانهای تعیین شده منتقل نمایند. لذا نیازمند این است که قبل از تعیین جایگاه و استقرار محفله های مخصوص، توجه ویژه ای به فرهنگسازی و تبیین و تشریح نحوه صحیح استفاده از این امکان شهری داشته باشند و هماهنگیهای لازم با ساکنین و معتمدین این منطقه صورت پذیرد تا این هزینه کرد و برنامه ریزی به هدف غایی خود نزدیک شود.

متأسفانه در یحت فرهنگی خلا زیادی در سطح شهر مشاهده می شود. در بافت قدیمی گذرندبسی اعمال می شود؛ همچنین متعاقب آن زیرساختهای لازم ایجاد می شود ولی متأسفانه بهدلیل عادت به انجام امور شهروندی به شکل سابق و سنتی ، مشکلات عدیده ای در این محله ها پدیدار است که گاهای نزاع بین ساکنین و عدم امکان مدیریت شهری می گردد.

لذا از مسئولین شهری انتظار می رود به این بعد مغفول از نظام مدیریت شهری توجهی بیش از پیش داشته باشند تا رسیدن به شهری آرمانی و درخور مردم شریف بندرعباس دور از دسترس نباشد.

دارد. در بررسی انجام شده نحوه راه رفتن ۴۷ دانشجو که از هدف انجام این مطالعه آگاهی نداشتند تحت کنترل قرار گرفت. حدود نیمی از این دانشجویان هنگام راه رفتن روی تردمیل وضعیت شادی داشتند. در چنین شرایطی عقربه نمایشگر به سمت راست تغییر جهت می‌داد و به این معنی بود که روحیه این افراد شادتر است. برای نیمی دیگر از دانشجویان که با احساس غم و ناراحتی راه می‌رفتند جهت عقربه برعکس بود. همچنین پس از حدود چهار دقیقه از شرکت‌کنندگان دو گروه سوال شد که چه تعداد از ۴۰ واژه انتخابی درباره احساسات منفی و مثبت می‌تواند توصیف مناسبی از شخصیت‌شان باشد و دوباره پس از گذشت دو دقیقه از آنان درخواست شد برای مدت هشت دقیقه دیگر راه بروند.به گزارش ایسنا به نقل از خبرگزاری شینخوا، در این مطالعه آمده است انتخاب وضعیت مناسب در راه رفتن می‌تواند به مقابله با فرآیندهای ذهنی منفی که با افسردگی همراه است کمک کند.

سه شنبه/ ۴ آذر ۱۳۹۳ / ۲ صفر ۱۴۳۶
۲۵ نوامبر ۲۰۱۴ / سال سیزدهم / شماره ۱۸۹۶



گردد. کودکان دارای هوش هیجانی با توسل به مهارت خودشناسی می توانند به ریشه های آرامتر کنند؛ دیگران را بهتر درک کرده و با آنها بهتر ارتباط برقرار کنند؛ و ایجاد روابط دوستانه محکمتر برای او آسان تر است. متخصصان بر اهمیت هوش هیجانی عاطفی و نقش آن در کمک به کودکان برای افزایش سطح اعتماد به نفس و مسوولیت پذیری و نهایتاً تبدیل شدن به بزرگسالانی که بتوانند با مهارت با دیگر افراد جامعه ارتباط برقرار کنند تاکید می کنند. ششما چگونه می توانید به کودک کمک کنید تا بهره هوش عاطفی اش افزایش پیدا کند؟ دانشمندان زیادی عقیده دارند که می توان هوش هیجانی را در کودکان و حتی بزرگسالان پرورش و افزایش داد. اما چرا پرورش و رشد هوش هیجانی مهم است؟

به چند دلیل:

کند و خطرناک؛ کودک ۳ ساله ای را درنظر بگیرید که در معرض خطر دزیده شدن توسط یک سارق کودک است. بچه ها معمولاً به طوری غریزی و از راه هیجانات خود متوجه خطرناک بودن موقعیت می شوند. اگر سارق به زور متوسل گردد، او شروع به داد و فریاد و دست و پا زدن می کند (کاری که شاید در موقعتهای دیگر برای شما خوشایند نباشد) که باعث می شود احتمال نجات خود را افزایش

دهد. تحقیقات نشان می دهد کودکان دارای هوش هیجانی بیشتر، موقعیتهای خطرناک را سریعتر تشخیص داده و عکس العمل نشان می دهند. و در نوجوانی نیز احتمال کمتری می کنند.

۲- به منظور ایجاد حس مسئولیت پذیری: هوش هیجانی به ما کمک می کند تا از دو جنبه هیجانی و مسئولیت پذیری بیشتر داشته باشیم. ابتدا با آموزش کودکان مبتنی بر اینکه مسئولیت احساسات و هیجانات خود را بپذیرند، به جای اینکه بر این باور باشند که دیگران احساسات آنان را همچون عروسکی تحت کنترل دارند. مثال: به جای اینکه بگوید

متمن، انسانهایی مسئولیت پذیر و نهربودنایی خوب خواهند بود. هر چه هوش هیجانی بالاتر باشد، هیجانات و احساسات به ما کمک می کند که به اطلاعات مربوط به پایه و اساس سلامتی، یعنی شادی را جمع آوری کرده ، اولویت بندی و پردازش کنیم تا به نحو احسن از آن استفاده

چگونه هوش هیجانی فرزندان را افزایش دهیم؟

متفاوت به یاد داشته باشیم هیچکدام از ما سر روی محیط خود صد در صد کنترل نداریم (بچه ها که خیلی کمتر)، ولی بر روی هیجانات خود می توانیم کنترل داشته باشیم. با توسل به مهارتهای هوش هیجانی می توانیم مثبت تری را تجربه کرده و در نتیجه رفتار مناسبتری از خود نشان دهند. رفتار مناسبتر دو نتیجه دارد، الف – از اینکه خوب عمل کرده اند احساس بهتری نسبت به خود خواهند داشت (که به اعتماد به نفس بیشتر کمک می کند). ب- در دیگران احساس خوبی را ایجاد می کنند که در روابط اجتماعی آنان مؤثر بوده و این نیز خود عزت نفس را ارتقاء می دهد). طریق دوم برای مسئولیت پذیری بیشتر این است که به انسان پیاموزیم با استفاده از احساسات خود با روشهای اجتماع پسندتری اقدام کنند، با دو پرسش از خود که راهنمای

۱- “آلآن چه احساسی دارم؟”
۲- “آ او چه احساسی دارد؟”
۳- “آنها چه احساسی دارند؟”
ویژگیهای کودکانی با هوش عاطفی بالا:
۱- مشکلات رفتاری کمتری دارند.
۲- درباره دیگران احساسات بهتری دارند.
۳- در مقابل فشار همسالان بهتر مقاومت می کنند.
۴- خسوست کمتری دارند و قادر به هدلی بیشتری هستند.
۵- رفتارهای خود تخریبی (مثل استفاده از مواد مخدر، صرف مشروبات الکلی، ...) کمتری دارند.
۸- دوستان بهتر و بیشتری دارند.
۹- بیشتر از دیگران قادرند هیجانات و تکانه های خود را کنترل کنند.
۱۰- خوشحالتر و موقر تر از دیگران هستند

آگهی دعوت برگزارسی مجمع عمومی عادی بر طور فوق العاده
نوبت اول شرکت تعاونی مسکن مهر فرهنگیان توحید فاز ۳

از کلیه اعضای شرکت تعاونی دعوت می شود در جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده نوبت اول که در **ساعت ۱۵ روز شنبه ۱۴۰۶/۲۲** در محل نماز خانه دبیرستان شهید حقانی واقع در ضلع جنوبی شرکت برگزار می گردد.شرکت نامید.اعضایی که به هو دلیل نمی توانند در جلسه شرکت نمایند می توانند حق رای خود را به شخص دیگری واگذار نمایند در این صورت لازم است عضو به همراه نماینده تام الاختیار خود حداکثر تا پایان وقت اداری روز چهارشنبه ۱۴۰۳/۹/۲۳به دفتر تعاونی واقع در حاجی آباد جنب مسکن مهر فرهنگیان فاز ۳ مراجعه نماینددر غیر اینصورت وکالتنامه های عادی بدون تایید شرکت فاقد اعتبار است.کاندیدای سمت هیئت مدیره و بازرسی حداکثر ظرف مدت یک هفته از تاریخ انتشار آگهی دعوت جهت ثبت نام به دفتر تعاونی مراجعه نمایند.

دستور کار جلسه:

۱- ارائه گزارش فعالیت شرکت تعاونی توسط مدیر عامل و هیات مدیره و بازررس
۲- انتخاب اعضای اصلی و علی البدل هیات مدیره
۳- انتخاب بازرسین اصلی و علی البدل
۴- تصویب بودجه پیشنهادی سال ۹۳
۵- تصویب آئین نامه معاملات و آئین نامه تنخواه گردان

◀ رئیس هیئت مدیره تعاونی مسکن فرهنگیان توحید حاجی آباد

مرکز نگهداری سالمندان
آدرس:بعذار شهرک
مروارید، نازیان پایین،
جنب در مانگاه پارسیان
تلفن ۰۲۷۶۳۴۰۸-۹
شماره حساب جام پاتک ملت
شعبه سید مظفر(): ۱۶۸۷۶۱۲۵۹۱:
کارت شماره ۰۱۱۷۶۲۷۰۴۳۳۲۷۰۶۱:
یا شماره حساب سبیا ۰۶۷۳۸۰۰۲۰۱۰۶:
باتک ملی شعبه میدان ابوذر
به نام مرکز نگهداری سالمندان لقمان حکیم

طالع بینی

فروردین



ایده‌های بزرگی را که مدت هاست در ذهن تان داشته‌اید، بیرون آورده و آنها را عملی می‌سازید و این باعث می‌شود که ذهن مغشوش شما، کمی آرام شود.

حالا دیگر به جای نگراتی درباره جزئیات امور، به دنبال یادگیری بروید و سعی کنید که هر روز چیز جدیدی یاد بگیرید و پیشرفت کنید. به یاد داشته باشید که با بررسی بی‌طرفانه است که همه چیز به دست می‌آید و سعی کنید که راهی را پیدا کنید که در سطوح بنیادی نیز پیشرفت کنید.

اردیبهشت



عطارد منطقی، ارتباط نزدیک را طی هفته‌های آینده به شما نوید می‌دهد. اگر چه آلان شما بسیار مشتاق هستند که لایه‌های زیرین سطوح ظاهری را حفر کنید تا بتوانید بی به عمیق‌ترین احساسات خود بپردازید، اما ممکن است که حقیقت باز هم پوسیده احساسات شما پنهان شده باشد. هر چیزی را در دل تان نگه ندارید. یک دوست مورد اعتماد پیدا کنید، موقعیت را بسنجید و بعد احساسات خود را با او در میان بگذارید. اما قبل از آن مطمئن شوید که او یک دوست واقعی برای شماست.

خرداد



عطارد، این سیاره نشان می‌دهد که شما نیاز دارید که درباره روابط تان با کسی صحبت کنید، اگر چه ممکن است شریک شما (همسر/دوست و...) مایل باشد که این حرف‌ها را بشنود. اما ممکن است شما به آن چیزی که مد نظر تان است برسید و این صحبت‌ها برای شما ترمیمش نباشد، اما حداقل می‌توانید یکدیگر را بیشتر شناسید و در این بین به هم نزدیک‌تر شوید.

تیر



زمانیکه شما درباره احساسات‌تان صحبت می‌کنید افراق آمیز نیستند، سیاره حاکم شما عطارد شما را به طور زیرکانه‌ای متقاعد می‌کند که بیش از آن چیزی که معمول است سخن بگویید. ممکن است شما در طی هفته‌های آتی، طرح‌ها و برنامه‌های واقعی داشته باشید، اما به جملگی یک استراتژی مناسب است که می‌توانید آنها را عملی کنید. اکنون فقط کارهای روزانه‌تان را مدیریت کنید که همان کافی خواهد بود.

مرداد



اخیر خوبی درباره شما شنیده می‌شود که همان بازگشتن شما به زندگی عادی است. اگر چه هنوز هم لازم است که به سختی کار کنید، اما مطمئن باشید که از سخت‌ترین قسمت آن گذشته‌اید از کارهایی که مجبور به انجام دادن آن هستید غرولند و شکایت نکنید که این کار وضع شما را بدتر خواهد کرد. شما زمانی می‌توانید از زندگی‌تان حداکثر لذت را ببرید که تمام تعهدات تان را انجام داده باشید.موقعیت بیشتر را تلاش بیشتر برای شما بر ارفغان خواهد آورد.

شهریور

ممکن است شما ایده‌های بزرگی درباره محیط اطراف خانه تان داشته باشید، اما مراحل مهم دیگری هم هستند که باید آنها را قبل از شروع کارتان پشت سر گذاشته باشید. امروز راه حل‌های آسان تر برای شما وجود ندارد، پس انتظار نداشته باشید که قبل از انجام مراحل مقدّماتی کار بتوانید پروژه خود را آغاز کنید.

مهر



عطارد شما را ترغیب می‌کند که تفریح را بعد از پایداری و پایان انتخاب کنید. مطمئن شوید این عاقله‌ت ترین کاری نیست که شما بخواهید انجام دهید، این بهای زیادی برای انتخاب دارید. اگر قبل از اینکه تعهدات تان را انجام دهید با دوستان‌تان از زیر کار در بپردازید. ممکن است شما سزاوار یک روز تعطیل باشید اما کمک نکردن دیگران به شما می‌تواند این روز را به یک روز ناخوشایند تبدیل کند.

آبان



عطارد امروز به شما احساس اعتماد به نفس می‌دهد. ممکن است شما یک درگیری مهم با احساسات ناراحت‌کننده خود داشته باشید، اما بهتر است که آنها را همین آلان جارو کرده و زیر قالیچه پنهان کنید. شما می‌توانید دیگران را با نظرات روحیه بخش خود دلگرم و مشتاق کنید. اما اجازه ندهید که گفتن کلمات زیادی شما را از گفتن حقیقت باز دارد.

آذر



عطارد شجاعت شما را افزایش می‌دهد. شما می‌توانید در مهمانی‌هایی که در آخر هفته شرکت خواهید کرد، شمع مجلس باشید. به خاطر همین است که شما می‌توانید سادۀ تر از همیشه روی مثبت زندگی را ببینید حتی اگر در یک موقعیت سخت و پیچیده باشید. در تمام طور امروز به استعداد های خود اطمینان کرده و به خودتان هم خوش بگذارید.

دی



با وجود همه ناملایمات روحی که دارید، در این تعطیلات آرام بگردید و راحت زندگی کنید و ذهن آشفته خود را سازماندهی کنید. خیال پردازی‌های شما درباره زندگی بسیار زیاد است،اما هنوز اقدام‌ها هم ترسناک و وحشتناک نشده و جای امیدواری وجود دارد.چشم‌انداز روراهبانان را از دست ندهید، آنها می‌توانند طول‌ان روزها به یک تغییر اساسی دربیش روز دارید شما را از نظر روی تغذیه و تأمین کنند.

بهمن



دوستانی ثابت دارید که نشان می‌دهد چقدر روابط با دیگران و وجود آنها برای شما اهمیت دارد. اما بعضی اوقات هم دوست‌ دارید که تنها باشید. کم شدن در گروه همن و سال‌ها تان ممکن است بسیار جالب باشد، این گشامی می‌تواند از انرژی و گوشه نشینی که شما دارید بهتر باشد. وقتی که در انرژی‌ها هایشان فکر می‌کنید، از حضور و معاشرت با دیگران باز می‌مانید.

اسفند



توجهات بسیاری بر تعهدات دولتی شما متمرکز شده،اگر چه ممکن است امروز بستگی به این داشته باشد که در کجای تقویم وجود داشته باشد، اما مهم این است که شما در یک دوران پر هیجان از زندگی خود هستید و هیجان شما بالا رفته و در اتفاق قشنگی ممکن است برای شما اتفاق بیفتد. ممکن است به خواب رفتن و فقط یک مشاهده گر بودن جالب باشد.

دکتر احمد صادق پور
✓متخصص جراحی
✓عضو انجمن جراحان ایران
✓کوارش وکیهه سفرا-تیرونید-لایار اسکوپ-پستان، زیبایی، تزیین ژل ویوتاکس،تزیین چربی،سرطان،لیپوسکشن،
لاغری، با دستگاه RF و جراحی
آدرس:چهارراه مرادی،ساختمان پزشکان،طبقهٔ ۵تلفن:۳۳۳۳۱۱۱۲

۱- حضور دکتر متخصص پوست ومو در کلینیک
۲-بزرگترین کلینیک در استان هرمزگان
۳-روش کاشت موی نوین و متفاوت
۴-هر سه مورد

به سیمای
چرا متفاوت؟؟؟
ارسال و از جوایز ارزنده ای بهره مند شوید .تاریخ قرعه کشی ۱۵ اسفند ۹۳

دکتر مهدی حسن آبادی
✓متخصص بیماری های قلب وعروق-دارای پورد تخصصی
ناسیوال – آرتیوگرافی عروق قلب واندام ها-کاردیو گرافی رنگی-تستی ورزش-هولتر۲۴ساعته فشارخون-نوار قلب
آدرس:بندرعباس – خیابان سید جمال الدین اسدآبادی – سه راه پلنگ صورتی- طبقه فوقانی بانک صادرات- طبقه ۴ – ساختمان پزشکان ستاره سحرا
تلفن:۰۹۳۶۰۹۸۳۰۲۰۳۶-۰۲۷۰۳۳۲۳

دکتر وحید رضا حکمت
جراح ومتخصص چشم
جراحی پشه ثنه آب مروارید(فیکولیز)
عینک،لنز،یک و PRK(اصلاح نزدیک بین و دوربینی وآسکیمات،بایز)
✓خ اسدآبادی، سه راه پلنگ صورتی، طبقه فوقانی بانک تجارت،ساختمان پزشکان ستاره سحر ۲،طبقه دوم
تلفن: ۰۹۱۷۵۴۹۰۳۲۲-۰۳۳۲۳۴۴۷-۰۳۳۲۳۵۸۴۴

خانم ساره رحیمی
کارشناس تغذیه ورژیم درمانی
- رژیم های چاقی،لاغری،زنان باردار،بچه ها،ورزشکاران و...
- تعیین جنسیت جنین با روش های نوین کامپیوتری
رژیم درمائی (چاقی، لاغری و...) برای کلیه بیماران بصورت رایگان می باشد
چهارراه قاطمیه – ساختمان پزشک-ط دوم ۰۹۳۸۵۹۹۸۱۳-۳۳۳۳۹۶۹۵

تعمیرات موبایل رویال
بورس انواع موبایل و لوازم جانبی
تعمیرات تخصصی سخت افزار و نرم افزار
آدرس: بندرعباس – بلوار امام حسین(ع) – بازار امام حسین(ع) – لاین مروارید – پلاک ۹۵
تلفن: ۰۹۳۳۲۶۶۸۱۶۶۰

کلینیک کاشت مو
خیابان سمدر، ساختمان کیمیا
۶ - ۱۴ ۵۵ ۶۲ ۳۳ - ۷۶-
عدد گزینه صحیح را به سامانه پیامکی ۰۲۵۶۳۰۰۰۰۲۰۵۰۰۰ ارسال و از جوایز ارزنده ای بهره مند شوید .تاریخ قرعه کشی ۱۵ اسفند ۹۳

به سیمای
چرا متفاوت؟؟؟
ارسال و از جوایز ارزنده ای بهره مند شوید .تاریخ قرعه کشی ۱۵ اسفند ۹۳

روزنامه منطقه جنوب کشور



پشور، خوزستان، سیستان وبلوچستان، فارس، کرمان، کهگیلویه و بویراحمد، هرمزگان، بود

روزنامه سیاسی، اجتماعی، فرهنگی، ورزشی، منطقه جنوب کشور
سده شنبه ۴ آذر ۱۳۹۳ ۲ صفر ۱۴۳۶
۲۵توامبر ۲۰۱۴ سال سیزدهم شماره ۱۸۶۹
صاحب امتیاز و مدیر مسئول : ایوب دبیری نژاد
سرمدبیر : فروغ مسلم زاده
تلفن : ۳۲۲۴۶۶۳۸۴-۳۲۲۴۳۷۲۳۴-۳۲۲۷۹۷۹۳۰
- ۳۲۲۴۶۶۳۵ شماره: ۳۲۲۴۶۶۰۰
چاپ و لیتوگرافی: باشادسبز ۵۳-۴۵۵۴۵۰۴۴-۰۲۱
نشانی دفتر مرکزی : بندرعباس – بلوار امام خمینی(ره) –سده راه دلگشا ساختمان نیلوفر – ورودی
غربی – طبقه پنجم – واحد ۲۳

نمایندگی استانها:

سیستان و بلوچستان	حسین کیفا	۱۶۰۵۵۴۱۳۱۶-۰۹۱۵۵۴۱۳۱۶
کرمان	شاهین عبدالهی	۰۹۱۳۱۹۹۰۹۵۰-۰۹۱۳۱۹۹۰۹۵۰
کهگیلویه و بویراحمد	علیزاده	۰۹۱۷۳۴۱۳۲۷۰-۰۹۱۷۳۴۱۳۲۷۰
بیزد	علی بهبویه	۰۳۵۱-۰۳۵۱-۲۲۶۶۱۹۹
فارس	عزیزاله قهرمانی	۰۹۱۷۱۱۴۰۹۹۷-۰۹۱۷۱۱۴۰۹۹۷
خوزستان	حسن سیلانی	۰۹۳۶۲۷۰۶۷۲۳-۰۹۳۶۲۷۰۶۷۲۳
بوشهر	سیدحسین جعفری	۰۹۱۷۷۷۴۶۰۲۰-۰۹۱۷۷۷۴۶۰۲۰
شرق هرمزگان	پروام رضایی	۰۹۱۷۹۵۶۴۳۲-۰۹۱۷۹۵۶۴۳۲

چاپ هرگونه آگهی در روزنامه دریا به معنای تایید نباشد و روزنامه هیچگونه مسئولیتی در قبال آن ندارد

رییس مرکز بهداشت هرمزگان اعلام کرد ۲۴ ماه بدون بیماری مالاریا در «بشاگرد»

✓ **در چند سال اخیر به همت تلاش نیروهای بهداشتی هرمزگان در رده های اول حذف این بیماری قرار گرفته به طوری که کاهش چشمگیر مالاریا در شرق استان**

به خصوص بشاگرد را می توان دستاورد حائز اهمیت در حوزه سلامت استان نام برد



در کمترین زمان ممکن در محل زندگی خود دریافت کنند تا هزینه مردم کاهش یابد.
"میرزاده" افزود: افزایش سطح دریافت خدمات بهداشتی درمانی وحضور پزشکان در مناطق محروم از جمله کارهای ارزشمند حوزه بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی است که همه مراکز بهداشتی دارای پزشک باشند.

حذف بیماری مالاریا در بشاگرد

شهرستان بشاگرد در جنوب شرقی استان هرمزگان و در مسافت ۳۲۰ کیلومتری شهربندر عباس مرکز استان و هرمزگان واقع شده است بشاگرد منطقه ای خشک و کوهستانی است که ازشرق به شهرستان نیکشهر سیستان و بلوچستان، از شمال به شهرستان قلعه گنج استان کرمان، از غرب به شهرستان میناب و سیریریک و از جنوب به شهرستان جاسک و دریای عمان منتهی می شود و بشاگرد در تابستان دارای آب وهوایی گرم و خشک و سوزان و در زمستان نیز هم سرمایای خشک و سوززان دارد.
شهرستان بشاگرد با وسعتی بیش از ۶۵۰۰ کیلومتر مربع سه استان سیستان و بلوچستان، کرمان و هرمزگان را به هم متصل می کند.
قسمت عمده منطقه بشاگرد از کوههای سخت و لایه خاکی و تپه های فرسایش یافته تشکیل شده است که به دلیل موقعیت و شرایط خاص آب و هوایی، زمین های وسیع و حاصل خیز وجود ندارد.
اغلب راههای ارتباطی منطقه خاکی صعب العبور می باشد.
شهرستان بشاگرد از ۱۹۲ روستای بزرگ و کوچک و دارای سکنه تشکیل شده است که مرکز و دارای ۲ شهر به نامهای گورهان و سردشت و آبخش مرکزی –گورهان و گافر و پارموند یا مرکزیت شهر سردشت می باشد.
بشاگرد حدود ۳۳ هزار نفر جمعیت دارد. این شهرستان دارای پراکندگی زیادی است بطوری که تراکم جمعیت دراین منطقه ۵ نفر به ازای هر کیلو متر مربع می باشد.
بشاگرد به دلیل وضعیت آب و هوایی و توسعه نیافتگی از دیرباز یکی از مناطق پریشوع مالاریا بوده است بعد از مبارزه همه جانبه با مالاریا در استان هرمزگان، مالاریا در بخشهای کمی از استان هرمزگان به عنوان مشکل بهداشتی مطرح می شد که مهمترین این مناطق شهرستان بشاگرد بوده و حداقل در ۱۰ سال گذشته حدود ۷۰۰ تا ۸۰۰ درصود موارد ابتلا به مالاریا دراین شهرستان کشف شده است و مالاریای استان از بشاگرد بود.

برای رسیدن به منطقه ای عاری از مالاریا تلاشهای زیادی صورت گرفته است
معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان با بیان اینکه اولین تلاشها سلاهایبی بود که غالب مالاریای منطقه در نوع الفالسیپارم بود و قربانی زیادی می گرفت، در منطقه با آموزش کارکنان خدوم بهداشتی، مالاریای فالسیپارم یا مالاریای شدید در منطقه کاهش یافت افزود: در سالیهای متدای تلاشگران عرصه سلامت،جهت کاهش موارد جدید مالاریا نتیجه مطلوبی در بر نداشت تا اینکه استان هرمزگان بعنوان یک استان پیشرو از سال ۱۳۸۹



رییس مرکزبهداشت استان هرمزگان در گفتگو با روزنامه دریا با اعلام اینکه بیماری مالاریا یکی از بیماریهای بومی استان بوده است این بیماری در حال حذف از منطقه است و با تلاش تیم بهداشتی مبارزه با مالاریا از برنامه حذف کشور نیز جلوتر است.
بیماری عفونی انگلی پروتوزوئری است از جنس پلاسمودیوم که با چهار گونه مختلف مالاریای انسانی ظاهر می کند که علایم و نشانه های آنها معمولا با هم مشابه بوده و تشخیص آنها بدون بررسی آزمایشگاهی غیرممکن است، عفونت شدید اغلب در مالاریای فالسیپارم از نوع تب یک و سه بدخیم است و دو روز در میان ظاهر می کند و شکل بالینی آن از یک مرحله آرام تا بسیار شدید متفاوت است و علائم آن مشتمل بر تب (به فاصله ۳۸ ساعت)، لرز، عرق کردن، سرفه، اسهال، گرفتاری و مشکل در دستگاه تنفس و سردرد می باشد.
نوع دیگر مالاریا که عموما در اثر ابتلا مرگ و میر ندارند عبارتند از: مالاریای ناشی از انگل ویوکس نوع تب یک و سه خوش خیم دو روز در میان.
با نگرشی به بومی بودن مالاریا در بسیاری از استان های کشور از جمله استان هرمزگان و با توجه به اینکه سالیانه مبالغ هنگفتی جهت مبارزه مالاریا هزینه می گردد و بخش عمده ای از نیروهای انسانی فعال نیز درگیر می باشند، در چند سال اخیر به همت تالشی نیروهای بهداشتی هرمزگان در رده های اول حذف این بیماری قرار گرفته است به طوری که کاهش چشمگیر مالاریا در شرق استان به خصوص بشاگرد را می توان را دستاورد حائز اهمیت در حوزه سلامت استان نام برد.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی هرمزگان با اشاره به ارتقای شاخصهای بهداشتی درمانی در مناطق کمتر برخوردار استان گفت: با اجرای برنامه تحول سلامت در استان هرمزگان بسیار یا زیر ساخت های بخش بهداشت ودرمان ارتقا یافته است به طوری که خانه های بهداشت و مراکز بهداشتی درمانی جدید در این برنامه تعریف شده است و یک بازسازی و نوسازی اساسی در حوزه بهداشتی در حال انجام است.
دکتر "یحیی میرزاده" افزود: در همین راستا تامین و تجهیز امکانات بهداشتی درمانی از اولویت های خدمات به مردم این مناطق است تا بتوانند خدمات بهداشتی درمانی را

رییس مرکز بهداشت هرمزگان اعلام کرد

۲۴ ماه بدون بیماری مالاریا در «بشاگرد»

✓ **در چند سال اخیر به همت تلاش نیروهای بهداشتی هرمزگان در رده های اول حذف این بیماری قرار گرفته به طوری که کاهش چشمگیر مالاریا در شرق استان**

به خصوص بشاگرد را می توان دستاورد حائز اهمیت در حوزه سلامت استان نام برد



راستای برنامه حذف مالاریا و برنامه ها و فعالیتهای مهمی برای رسیدن به حذف مالاریا در استان تدوین و به مرحله اجرا درآورده است اجرا کرد.
دکتر "میرزاده" تصریح کرد: این برنامه ها در سه محور اصلی: تشخیص و درمان سریع ، استفاده از روشهای مختلف کنترل ناقلین و آموزش داوطلبین سلامت و عموم مردم طراحی گردیده است.

وی یاد آور شد: در اجرای این برنامه تشخیص زود هنگام و درمان سریع ، فعالیتهای مهمی مانند استفاده ابتکارای از یک های موتوری جهت ارسال لامهای گرفته شده در کمتر از ۲۴ ساعت و اعلام نتیجه توسط آزمایشگاه افزایش آزمایشگاههای مالاریا در مناطق صعب العبورصورت گرفت بطوری که فاصله تهیه لام تا انجام آزمایش و درمان که در برخی از مناطق به بیش از ۱۰ روز می رسید، به کمتر از ۲۸ ساعت کاهش یافته است .

در همین راستا تامین و تجهیز امکانات بهداشتی درمانی از اولویت های خدمات به مردم این مناطق است تا بتوانند خدمات بهداشتی درمانی را در کمترین زمان ممکن در محل زندگی خود دریافت کنند تا هزینه مردم کاهش یابد

بین المللی مانند صندوق توسعه سازمان ملل متحد ، حمایت هیات دولت از این برنامه کشوری و حمایت مشارکت نهادهای مختلف بسپیار حائز اهمیت است.
وی بااشاره به آمار بالای جدل سال اخیر این بیماری ابراز کرد: کاهش موارد مثبت این بیماری از ۱۱۵۶ مورد در سال ۱۳۸۷ به صفر رسیدن در ۱۸ ماه گذشته نشان دهنده رسیدن به برنامه حذف مالاریا در استان است.به طوری که از برنامه کشوری نیز جلوتر می باشد و زودتر از برنامه به حذف مالاریا در استان دست خواهیم یافت.

این مقام مسئول صعب العبور بودن منطقه را دلیلی بر عدم سهمیاتی ایجابی ، تقویت لاروکنشی استفاده از پشه بند آغشته به سم و استفاده از مه پاش فضایی برای کنترل سریع آیدیمی ها در دستور کار قرار گرفت که انجام این فعالیت موجب کاهش وفور پشه ناقل مالاریا گردید.

رییس مرکز بهداشت استان هرمزگان خاطر نشان کرد: آموزش گروههای مختلف داوطلبان سلامت به ویژه مخصوصا دانش آموزان، طلاب علوم دینی، معلمین و معتمدین روستاها جهت پیماریابی وهمچنین آموزش راههای پیشگیری از ابتلا به مالاریا به خانواده های ساکن در منطقه، کمک بزرگی جهت تشخیص و درمان بھکام و پیشگیری از ابتلای مردم به بیماری مالاریا داشته است .
وی اضافه کرد: علاوه بر انجام این فعالیتهای مهم و تاثیر گذار،تقش توسعه و آبادانی روستاها به ویژه برقرار شدند و توسعه راه های روستایی ، کمک نهادهای

رئیس اداره ایدز عنوان کرد:

افزایش سهم انتقال ایدز با افزایش مصرف مواد روان گردان

کرده است که امکانات لازم برای افزایش دسترسی به آزمایش ها، مشاوره، مراقبت و درمان و نظام تشخیصی HIV را در کشور فراهم کند.وی افزود: در تمام کشور مراکز بیماری های رفتاری وجود دارد و مراکز تشخیص سریع HIV تاکید بر بخش های غیر دولتی و خصوصی در کشور راه اندازی شده است.صداقت بیان کرد: برای افزایش دسترسی به کاتال های ارتباطی جمعیتی ما انتظار داریم سایر سازمان ها مانند سازمان آموزش وپرورش و حلال اخیر نیز وارد عمل شود و همچنین رسانه ملی، رسانه های استانی و شبکه های اجتماعی و خبری باید به نوعی خودشان را متعهد بدانند که کمک کنند تا این بیماری چند وجهی را تحت کنترل دریاورزندوی با اشاره به جایگاه دانشگاه علوم پزشکی کرمان در منطقه گفت: راه اندازی مرکز آموزش منطقه ای نظام مراقبت HIVدر دانشگاه علوم پزشکی کرمان و انتخاب این مرکز از طرف سازمان جهانی بهداشت به عنوان مرکز همکار سازمان جهانی بهداشت از جمله فعالیت های این دانشگاه در زمینه بیماری ایدز به شمار می رود.وی گفت: این مرکز فرصت خیلی خوبی برای بهره گیری از کمک ها و حمایت های فنی سازمان جهانی بهداشت و تبادل تجربیات به صورت دو طرفه را برای دانشگاه علوم پزشکی کرمان فراهم کرده است.



چوب حراج سلامت و ایمنی در نمایشگاه سوغات و هدایای بندرعباس



علیرضا بهاری /دریا

با آغاز فصل پاییز و زمستان در استان هرمزگان ، نمایشگاه بین المللی و غیر بین المللی در بندرعباس به موازات اجرای تقویم نمایشگاهی و به منظور بکارگیری ظرفیتهای موجود خود درجهت ارائه هرچه بیشتر خدمات متنوع در زمینه های اجتماعی ، فرهنگی و اقتصادی برگزارمی شود.

نمایشگاه هدایا و سوغات ها همیشه بیانگر معرفی سوغات های شهرهای مختلف ایران است تا با آداب و رسوم و هدایا و صنایع دستی و... اقوام مختلف آشنایی پیدا کنیم، که کاری بسیار ارزنده و تاثیر گذار است.
اسا آنچه که باید مورد توجه قرار بگیرد ، نحوه برگزاری چنین نمایشگاههایی است که مردم و غرقه داران به راحتی بتوانند محصولات شهرهای خود که شامل مواد خوراکی ، صنایع دستی و... در معرض دید عموم قرار دهند.
نمایشگاه هدایا و سوغات شهرهای کشور همه ساله و یا هر چند وقت یکبار بدون در نظر گرفتن حداقل های اجرای نمایشگاه در معرض دید عموم مردم قرار می گیرد.
به گزارش خبرنگار روزنامه منطقه جنوب کشور دریا در نمایشگاه هدایا و سسوغات کشور که در بوستان دولت برگزار گردید مردم و بازدیدکنندگان این نمایشگاه را در حد این موضوع ندانستند و خواستار رسیدگی مسئولین برای رفع نواقص درنمایشگاه های بعدی شدند.

روزنامه دریا در این گزارش با چندی از بازدیدکنندگان چنین نمایشگاهها مصاحبه کرده است که از نظر خوندگان می گذرد.
"ناصریان" که با خانواده برای بازدید از این نمایشگاه آمده بود به خبرنگار روزنامه دریا می گوید :
نمایشگاه در بدترین شرایط موجود برگزار شده است و فکر کنیم برگزار کنندگان باری سه هرجهت را مد نظر گرفته اند و نباید به هر مدلی چنین نمایشگاههایی را برگزار کرد .وی ادامه می دهد : این نمایشگاه به ظاهر هدایا و سوغات های کشور است ولی متاسفانه بدون در نظر گرفتن معیارهای فرهنگی و صنایع دستی همه جور جنسی در آن عرضه شده است که با شئونات فرهنگی و اسلامی نیز مغایرت دارد و باید دستگاه های نظارتی نظارت بیشتری داشته باشند.

یکی دیگر از شهروندان هم گفت:درنمایشگاه زیتون خریدم

وبردم خانه،ولی تلخ بود ومجبورشدم که بیرون بریزم»
دراین نمایشگاه یکتیکت روشن کرده اندوروی آن حلب گذاشته اند ورفته اندباگر آتش گرفت،نمایشگاهی که باچادریهای برزنی است،آتش می گیرد وآتش نشانی هم به مهدی زاده و همسرش ،زوج جوان بندرعباس نیز به خبرنگاردریا می گوید : این نمایشگاه فقط به اسم نمایشگاه سسوغات و هدایای استان ها نامگذاری شده است

بندرعباس شده شهر برنامه ریزی های کلیویی نمایشگاهی ، هر کسی به خود اجازه می دهد در هر جا و هر مکانی با کمترین امکانات و در نظر نگرفتن شان و شخصیت مردم شهر بندرعباس در بدترین محل ممکن نمایشگاه دایر کند

قسمتی از نمایشگاه موکت و قسمتی دیگر خاک و سنگ است که متأسفانه در همان جاها نیز مواد خوراکی تهیه و توزیع می کنند.
دانشجو دانشکده پرستاری بندرعباس ادامه می دهد : اگر خدای نکرده کوچکترین آتش سوزی در این نمایشگاه رخ دهد به چه نحوی می خواهند آتش را مهار کنند،کسی فکر می کند مردم در چنین نمایشگاهی نیست ،حتما باید اتفاقی بیفتد که بعد جاره اندیشنی شود.

نامور از دیگر بازدید کنندگان با گلایه از متولیان برگزاری نمایشگاه هدایا و سوغات های کشور می گوید : بندرعباس شده شهر برنامه ریزی های کلیویی نمایشگاهی ، هر کسی به خود اجازه می دهد در هر جا و هر مکانی با کمترین امکانات و درنظر نگرفتن شان و شخصیت مردم شهر بندرعباس در بدترین محل ممکن نمایشگاه دایر کند که این برنامه ریزی اشتباه است و باید متولیان دراین مورد بررسی کنند ببینند چرا بندرعباس یک نمایشگاه که بتواند در تمام فصول هواپوی برگزاری نمایشگاههای مختلف فرهنگی، اقتصادی و... باشد ، ندارد.

یکی از غرقه داران با بیان اینکه ۷۰۰ هزار تومان بابت یک فضای که معلوم نیست چند در چند است پرداخته ایم،گفت: ۷۰۰ هزار تومان بابت حضور در این نمایشگاه، بندرعباس در بدترین محل ممکن نمایشگاه دایر کند که این برنامه ریزی اشتباه است و باید متولیان دراین مورد بررسی کنند ببینند چرا بندرعباس یک نمایشگاه که بتواند در تمام فصول هواپوی برگزاری نمایشگاههای مختلف فرهنگی، اقتصادی و... باشد ، ندارد.

قبل از اجرای این نمایشگاه هزار نوع قانون و مقررات نمایشگاهی را به ما گوش زد کرده اند ولی وقتی آدمیم دیدم فقط در حد حرف بوده و اینجا کسی پاسخگوی بندرعباس نیست،وی با بیان اینکه با توجه به شرایط جوی اگر کوچکترین بارندگی انجام نشود ، می گوید : متأسفانه کمترین تمهیداتی را مدنظر نگرفته اند و اگر بارندگی شود چه کسی پاسخگوی خسارات غرقه داران می شود، مگر می شود در به جایی با داربست و تایلون نامش را گذاشت نمایشگاه ، ما شهرهای دیگری هم برای برگزاری نمایشگاه رفته اولی به به این شکل که اصلا به هر چیز شبیه است جز

رئیس اداره ایدز وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در حاشیه نشستنی در کرمان گفت:گروه در کشورمان در دهه گذشته توفیقات خیلی مهمی را در زمینه کنترل HIV داشته ایم اما به دلیل موج دوم اپیدمی HIV در بین معتادان تزریقی و زندانیان و ورود مواد محرک و روان گردان در مقوله الگوی اعتیاد کشور، در سال های اخیر سهم موارد جدید انتقال اج آی وی از طریق روابط جنسی غیر ایمن و افزایش ابتلای زنان، مسئولان را بسیار حساس تر کرده است.

به گزارش پایگاه خبری و اطلاع رسانی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی (وب دا)، دکتر عباس صداقت افزود: موج سوم بیماری ایدز و انتقال عمودی به این معنی است که مادر باردار مبتلا به ویروس اج آی وی این بیماری را به نوزاد خود منتقل می کند. وی ادامه داد: برای اینکه بتوانیم توفیقاتی که در دهه گذشته در برنامه های کنترل HIV داشته ایم را حفظ کنیم باید با حساسیت بیشتر به آگاه سازی و حساس کردن همه مردم مخصوصا جوانان و نوجوانان و گروه های پر خطر توجه کنیم.صداقت گفت: ما انتظار داریم در این زمینه که ارگان های دیگر نیز به کمک وزارت بهداشت بیایند و کاتال های ارتباطی با مردم بخصوص جوانان را قوی تر کنند.وی به دستاوردهای کشور در خصوص کنترل بیماری ایدز اشاره کرد و گفت: وزارت بهداشت تلاش

آگهی شرکت در مناقصات طرح های عمرانی شهرداری هرمز

به استناد آئین نامه ارجاع کار به پیمانکاران مصوب هیئت محترم وزیران به شماره ۰۷/۶۳۰/ت/۲۳۳۳۱ مورخ ۱۳۸۱/۱۲/۱۹ شهرداری هرمز جهت

اجرای پروژه عمرانی سال جاری خود شامل :

ردیف	پروژه	مبلغ پیمان (میلیون ریال)	محل اجرای پروژه	رسته
۱	آسفالت معابر شهر هرمز	۲/۶۶۰	هرمز	راه

پیمانکاران تعیین صلاحیت شده معاونت برنامه ریزی استانداری که دارای ظرفیت آماده بکار متناسب با برآورد پروژه باشند را جهت بررسی مدارک ارزیابی توان اجرای کار (از جمله سابقه اجرایی ، اساسنامه ، تجهیزات و ماشین آلات، تعدا کارکنان توان مالی و پشتیبانی و غیره) از تاریخ انتشار آگهی حداکثر به مدت ۱۰ روز به امور مالی قراردادهای شهرداری هرمز واقع در هرمز – خیابان امام خمینی (ره) جهت دریافت اسناد فراخوان مراجعه نمایند.

ضمناً هزینه آگهی به عهده برنده مناقصه می باشد .

شهرداری هرمز