

جناب آقای مهندس صابر روحی

با کمال تأسف و تأثر در گذشت **مادر گرامی تان**

را خدمت شما و پدر گرامی تان جناب آقای رسول روحی

تسلیم عرض نموده ، برای آن عزیز از دست رفته غفران الهی و برای بازماندگان صبر و بردباری از ایزد منان آرزو مندیم.

ما را در غم خود شریک بدانید

مدیریت و کارکنان شرکت ساختمانی پی راه

تقدیر و تشکر

سپاس از معلمی که هدف و غایت آفرینش را تأمین و سلامت امانت هایی را که به دستش سپرده اند، تضمین می نماید

معلم عزیز **سرکار خانم زهرا معینی**

از زحمات بی دریغ و مخلصانه تان در امر تعلیم و تربیت فرزندان مان قدر دانی نموده، از خداوند منان سلامتی، شادابی و موفقیت شما را در سمت جدید خواستاریم.

تمامی همکاران تان در دبستان محدثه

چهارشنبه ۶ آبان ۱۳۹۴ ۱۴ محرم ۱۴۳۷ ۲۸ اکتبر ۲۰۱۵ سال نوزدهم شماره ۳۳۵۴ ۲۰۰ تومان

یادداشت

فرم های انتصاب یک فرماندار!

* سردبیر

می گویند زمستان امسال، زمستان سرد و سختی خواهد بود و سردتر و سخت تر از آن، نگرانی حاصل از شنیدن شایعات و خبرهایست که این طرف و آن طرف به گوش می رسد.

شاید خیلی جالب نیست بگوییم که در این استان، چرخه انتخاب مدیران آنقدر طولانی می شود که هم اعتراض مردم را به دنبال دارد و هم به وجود آمدن مشکلات متعدد ناشی از بر زمین ماندن کارها را.

و جالب هم نیست که بگوییم وقتی پس از مدت ها مدیری انتخاب می شود، تازه معلوم می شود جوانب کار در نظر گرفته نشده و همراه با برخی خواشانی ها نیز هست. تقریباً در فاصله زمانی چهار ماه تا انتخابات مهم مجلس شورای اسلامی و خبرنگاران رهبری، این روزها زمزمه انتخاب و معرفی فرماندار بیرجند در حالی به گوش می رسد که علاوه بر به وجود آمدن برخی انتقادات و سوال ها، کنجکاوی هایی نیز درباره فرایندهای در حال انجام در حوزه انتصابات مدیریتی از سوی مجموعه استانداری به ذهن متبادر گردیده است.

خوشبختانه خراسان جنوبی از جمله استانهایست که نیروی انسانی کارآمد، متعهد، دلسوز و با تجربه فراوان دارد و در بسیاری از حوزه ها، پیدا نکردن نیرو برای یک انتصاب را بهانه ای بیش نمی توان بر شمرد. مدیریت مرکز فرماندهی مهمی همچون فرمانداری بیرجند که نقش اصلی در برگزاری انتخابات را به عنوان مسئولیت هیئت اجرایی دارد، شاخصه ها، شرایط و ویژگی های خاص خود را می طلبد که به نظر می رسد در انتخاب اخیر می توانست به نحو مناسب تری به آن پرداخته شود.

ادامه در صفحه ۲

گزارش استاندار از روزهای سخت صنعت خراسان جنوبی به وزیر

حال صنعت استان خوب نیست

خدمتگزار: اگر به واحدهای تولیدی خراسان جنوبی توجه شود اوضاع بهبود و واحدهای جدید هم ایجاد خواهد شد

صفحه ۷



گره کور بر هنر ۷۰۰ ساله خراسان جنوبی

پایگاه موشکی که نشان دادیم قدیمی ترین بود؛ پایگاه های مدرن بماند به موقع خود

جانشین فرمانده کل سپاه گفت: ما قطعنامه ها را مطالعه ...

۲

مدیرکل بنیاد حفظ آثار و نشر ارزش های دفاع مقدس:

امروز، استقبال از شهید گمنام در بیرجند

مدیرکل بنیاد حفظ آثار و نشر ارزش های دفاع مقدس خراسان جنوبی از برپایی مراسم استقبال از دو شهید گمنام در بیرجند ...

۲

ارائه تسهیلات بدون بهره و ضامن به مستمری بگيران تأمین اجتماعی

مدیرعامل سازمان تأمین اجتماعی گفت: تسهیلات بدون بهره و ضامن تا سقف ۲ تا ۳ میلیون تومان به بازنشستگان و مستمری بگيران این سازمان پرداخت می شود. به گزارش ایسنا، نوبخش اظهار کرد: بازپرداخت تسهیلات پیش بینی شده ۲۶ ماهه خواهد بود.

بزرگواران ارجمند

جناب آقای حاج غلامحسین کریم پور فرد
جناب آقای حاج عباس کریم پور فرد

حق سپاسگزاری به ما آموخت که محبت های بی منت و بی صدای بندگان مخلص را که جلودانه تأثیر آن در وجودمان خواهد ماند، فراموش نکنیم. بدین وسیله مراتب تقدیر و تشکر خود را از

جناب آقایان: حاج حسن امیر آبادی زاده
حاج محمد علی جعفرپور مقدم و حاج حسن حاجی آبادی

اعلام می نمایم.

همواره نیکوترین دعاهایمان با یاد مقدس **طواف، سعی و نماز**

در جوار حریم یار نثار تان باد

جلالین – حکمت

همکار ارجمند سرکار خانم طوبی رفیعی

چندین بهار از عمر گرانباه خویش را صرف خدمت با صداقت جهت تعلیم و تربیت فرزندان مان نموده اید و اینک بر این باوریم بازنشستگی سرآغاز فصل نوینی از حیات پرثمر شمامست
فصلی که به لطف خداوند سبحان در کنار خانواده محترم تان با شور و نشاط ایام را سپری نمایید ضمن تبریک به مناسبت این مهم از خداوند متعال تنی سالم و دلی خوش برایتان آرزو مندیم. **موفق و سربلند باشید**

تمامی همکاران تان در دبستان محدثه

برادر ارجمند جناب آقای مهندس هادی معین فر

مدیر محترم هتل جهانگردی بیرجند

انتخاب بجا و شایسته جناب عالی را به سمت

رئیس انجمن صنفی کارفرمایان واحدهای اقامتی استان خراسان جنوبی

که نشان از لیاقت، تعهد، مدیریت و شایستگی شما می باشد، تبریک عرض نموده برایتان آرزوی موفقیت و سعادت داریم.

مدیرعامل، هیئت مدیره و کارکنان موسسه فرهنگی و هنری عرفان خراسان جنوبی

برادر گرامی جناب سرهنگ علی اصغر مسروری

با اهدای نیکوترین تحیات، انتصاب شایسته جناب عالی را به عنوان

فرمانده مرزبانی استان خراسان جنوبی

تبریک می گوئیم، امیدواریم در سایه ایزد منان و با استفاده از تجربیات و توانمندی تان در اعتلای آرمان های نظام مقدس جمهوری اسلامی ایران موفق باشید.

روابط عمومی سازمان منطقه ویژه اقتصادی خراسان جنوبی

جناب آقای دکتر عزیزی

انتصاب شایسته جناب عالی را به سمت

مدیرکل بهزیستی استان خراسان جنوبی

تبریک گفته، رجا وائق دارد که خدمت به جامعه معلولان مستمند توفیقی ارزشمند است که ان شاء... با درایت شما این مهم بیش از پیش محقق خواهد شد.

هیئت مدیره، امنا و پرسنل موسسه خیریه توانبخشی حضرت علی اکبر (ع) بیرجند

آگهی مزایده

یک سازمان دولتی در نظر دارد: اموال مشروحه ذیل را از طریق مزایده عمومی به فروش برساند.

متقاضیان می توانند برای بازدید و دریافت فرم شرایط شرکت در مزایده در زمان و محل اعلامی مراجعه و یا جهت کسب اطلاعات با شماره ۳-۰۱۳۲۴۰۰۰۰-۵۶ تماس حاصل نمایند.

- ۱- تعداد ۵۲ دستگاه خودرو / سبک
 - ۲ - تعداد ۷ دستگاه خودرو / سنگین
 - ۳ - تعداد ۳ دستگاه موتورسیکلت
- زمان بازدید به مدت ۴ روز اداری از یکشنبه ۹۴/۸/۱۰ لغایت پایان وقت اداری چهارشنبه ۹۴/۸/۱۳ از ساعت (۸/۳۰ صبح الی ۱۳)
- محل بازدید و تسلیم پیشنهادات: استان خراسان جنوبی- بیرجند- انتهای بلوار غدیر (بلوار پیامبر اعظم "ص") - سایت اداری شهرستان - روبروی نیروی انتظامی استان (پارکینگ شورای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر استان)

استاندارد سازی، مقاوم سازی زیرساخت ها و سرمایه های ملی

روابط عمومی سازمان نظام مهندسی ساختمان خراسان جنوبی

در راستای پدافند غیرعامل

پادداشت

فرم های انتصاب یک فرماندار!

(ادامه از صفحه ۱)

در حالیکه سکنداری فرمانداری مرکز یک استان نیازمند تجربه و سابقه و توانمندی های خاص خود است، علاوه بر همه اینها، نیازمند پرهیز از حواشی مختلفی است که خواسته یا ناخواسته از گوشه و کنار به انحاء و انواع مختلف بیان می شود و اظهار می گردد.

استاندار محترم و مجموعه‌ای پید و پنهان تصمیم گیر
در امر انتخابات در استانداری، به طور قطع به این
موضوع خواهند داشت که هر گونه اغماض در این
بیطرفی، بی‌احترامی به مردم و بی‌توجهی به خواسته‌ها به
انتظار آنان از دولت محترم خواهد بود، کما
اینکه در خصوص معرفی فرماندار جدید بیرجند نیز
علیرغم اینکه شهرستان جندی‌ها و یابد خوشحال
باشند، معرفی از سیاسیون و طیف‌های سیاسی که
برخی از انتصاب نیز در ذوق بی بهره‌ی و بی‌مهرم
اند، نبوده‌اند، ضمن ابراز خوشحالی از نتیجه‌نخستین
انتخابات، برای سرجموعه استاندار، میدان‌داری
در امر انتخابات به ویژه در بحث هیئت اجرایی را به
چشمن‌نهیسته‌اند. سوال اینجاست که آیا حتی با شایبه
انتساب مدیر به طیف سیاسی خاص و در عین
حداکثر مسئولیت‌پذیری در اجرا و برگزاری انتخابات،
به‌امی در ذهن‌ها ایجاد خواهد شد؟

ما به عنوان یک رسانه و مردم به عنوان ناظران بی طرف و در عین حال هوشمند و ریز بین، به چوینشی انتصاب‌های که از همان ابتدا همراه با هیچ‌کدام از خواسته‌های دود و رنگ و بوی سیاسی و کارزاری خواهد داد، خوشبین نیستیم و آن را به صلاح‌انسان، مرکز راستان و مردم و مجموعه مدیریتی ایران نمی‌دانیم. لذا ضمن تأکید و احترام به اخلاقیات اخلاقی و باورهای اخلاقی و خواسته‌های دود و رنگ و بوی کارزاری که با پانده‌خیزی نشود و دلسوازی و بی‌طرفانه از سوی مدیران ارشد استانی و با اقدامات بی‌طرفانه، از آن دفاع گردد. لاجرم این نکته را می‌توانستیم می‌گیرند و چه خوب است که با عملکردهای شفاف و درست و آمیزه نگر، حامی قضاوت‌های درست و مذهب‌ست‌هاست که در انتظار احترام و مهربانی و مدارنه از سوی استاندار محترم و شورای انتصاب‌های در راستای توسعه، پیشرفت و نگاه آبادنگار به آینده این شهرستان است.



متقاضی در حساب مسکن جوانان، مطابق شرایط گردش حساب صندوق پس انداز مسکن یکم باشد. متقاضی تجمیع تسهیلات حسابهای «مسکن جوانان» و «مسکن یکم» باید علاوه بر حساب پس انداز مسکن جوانان، حساب صندوق پس انداز مسکن یکم نیز داشته و حداقل یک دوره ۶ ماهه از زمان افتتاح آن سپری شده باشد. از دیگر شرایط دریافت وام ۸۰ میلیون تومانی مسکن بر اساس تغییرات جدید این بانک، این است که دارندگان حسابهای صندوق پس انداز مسکن یکم می توانند با بستن نزدیک خود و با مشارکت دیگر اعضای خانواده شامل پدر، مادر، همسر، فرزند، خواهر، برادر، نوه، پدر بزرگ و مادر بزرگ؛ حساب، دریافت تسهیلات یا درخواست انتقال حساب خود را بکنند.

مسکن با توجه به سقف تسهیلات مسکن
ق ق تقدم تسهیلات مسکن (۶۰ میلیون
ق تسهیلات، این مابه‌التفاوت (مثلاً ۴۰
میلیون) که چندین مسکن اعلام کرده
مستأضي، این فقره حساب پس انداز
ف داشته باشد، فقط می‌تواند تسهیلات
آن حسابها را با تسهیلات حساب
نم جمع کند. همچنین بر اساس اعلام
مدل دوم، تسهیلات تسهیلات «صندوق
پایه» (صندوق پس انداز مسکن جوانان)
با نام حساب یک سال از تاریخ افتتاح
آن تا زمان درخواست جمع دو صندوق
همچنین حداقل متوسط موجودی حساب

امکان تجمع امتیاز صندوق پس‌انداز مسکن یکم با اوراق گواهی حق تقدم استفاده از تسهیلات مسکن (اوراق تسهیلات مسکن) فراهم شد؛ به گزارش تسنیم، در نخست، امکان تجمع امتیاز «صندوق پس‌انداز مسکن یکم» با «اوراق گواهی حق تقدم استفاده از تسهیلات مسکن» تا سقف ۲ میلیون تومان بر رعایت ضوابط و مقررات مربوطه امکان‌پذیر است. هر فردی که در بانک مسکن حساب پس‌انداز داشته باشد می‌تواند پس از دوره یک ساله و بر اساس ضوابط و شرایط حساب پس‌انداز مسکن یکم، وام مربوط به این حساب پس‌انداز را درخواست کند که در آن صورت بانک مسکن بر اساس میزان گردش مالی در حساب مسکن پس‌اندازی که دارد، به تسهیلات خرید یا ساخت مسکن می‌دهد (مثلاً ۲۰ میلیون تومان). سپس متقاضی

تأمین منابع جدید کالا و خودرو از کاهش سپرده قانونی

می‌توانند به عنوان تسهیلات پرداخت کنند و به طور کلی این پول خود مردم است که تبدیل به تسهیلات می‌شود. در همین میان نیز بانک مرکزی اجازه دارد با توجه به معوقات گذشته بانک‌ها ۳ درصد سپرده کمتری از بانک‌ها دریافت کند بنابراین منابع بانک‌ها برای ارائه تسهیلات بیشتر خواهد شد، پس این اقدامات چاپ پول نیست.

برای کارکنان ایجاد کند و چیزی که تحت عنوان تسهیلات یاد شد از ابزارهای پولی است. وی در تشریح منبع دوم دولت در پرداخت تسهیلات به مردم گفت: همانطور که می‌دانید بانک‌ها سپرده‌هایی را که از مردم می‌گیرند بخشی از آن را که حدود ۱۳ درصد است به عنوان سپرده قانونی به بانک مرکزی می‌سپارند و بقیه منابع خود را

در بخش خودرو، کارت اعتباری خرید کالا و مسکن از خطوط اعتباری بانک مرکزی تامین خواهد شد و آیا این منابع تورم را نیست، تاکید کرد: ما برای تحریم تقاضا از دو ابزار مالی و پولی استفاده می‌کنیم که البته عده‌ای می‌گویند این سیاست‌ها فقط پولی است، در حالی که این پول هنگامی که تزریق می‌شود می‌تواند درآمدی را

سخنگوی دولت با بیان اینکه ۷ هزار و ۳۰۰ میلیارد تومان از محل درآمدها جمع و به طرح‌های عمرانی اختصاص می‌یابد، محل تامین اعتبار تسهیلات خرید خودرو و کالا را منابع حاصل از کاهش سپرده قانونی بانک‌ها عنوان کرد. به گزارش فارس، نویخت، در پاسخ به سوالی که گفت با توجه به کاهش درآمدهای دولت منابع بسته خروج از رکود



افزایش ذخیره سوخت در کشور برای آمادگی در مقابل سرمای زمستان

عامل شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی به افزایش ۲ برابری ذخیره سوخت در فصل زمستان، گفت: ابراین ها یک هزار تومان به شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی خرید سوخت می‌دهیم و بهایم بکار هستند به این اظهار کرد: فروش بنزین در نواحی مرزی طوری که میزان فروش در ۶ ماه نخست به مشابه سال گذشته سه برابر شده است. وی روز نیز گفت: به میزان ۱۰ سوخت ذخیره به سال گذشته دو برابر شده است.



مدیر
با اثبات
آستانه
میایی
سیلیه
تفتی



گزارش ایرنا، سجادی همواره قابل توجهی داشته سال جاری در مقایسه با ماه دیاربره ذخایر رشد کرده است و ساری و خبره گازویلین

جزئیات تازه از کارت اعتباری ۱۰ میلیونی کالا

مدیرکل دفتر لوازم خانگی و صنایع فلزی وزارت صنعت با بیان اینکه کارت‌های خرید ۱۰۰میلیونی برای تحریک تقاضا در بازار است و امکان خرید و فروش ندارند، گفت: کارتها به نام خریدار صادر می‌شوند و او باید اقساط آنها را پرداخت کند. به گزارش تسنیم، عباس هاشمی، اظهار کرد: ما از تجاریات گذشته



سفاده کردیم، در این کارت اعتباری خریداران فقط کالاهای ایرانی که فهرست آنها تهیه شده است را خریداری می کنند. هاشمی تصریح کرد: در حال حاضر فهرست تولیدکنندگان و کالاهای تولید داخل مشمول این طرح تهیه شده است و به محض نهایی شدن تاریخ ارائه آن این فهرست برای اطلاع مردم اعلام عمومی خواهد شد.

پیشنهاد افزایش ۲۰ درصدی قیمت گازوئیل به دولت

به به کم کاری وزارت نفت در اختصاص ۲۰ درصد درآمد حاصل از فروش گازوئیل به توسعه ریلی، گفت: به تازگی به دولت پیشنهاد داده‌ایم، گازوئیل ۲۰ درصد افزایش یابد و از محل آن، راه‌آهن توسعه ریلی و نگهداری جاده‌ها تأمین شود. سید آقایی در گفتگو با فارس با اشاره به افزایش



از (گازوئیل) بیان کرد: در ماده ۷۰ قانون بودجه
 درصد قیمت گازوئیل به صورت عوارض اخذ و
 نگهداری از راه‌های کشور شود. وی اضافه کرد:
 با رئیس جمهور و معاون اول صورت گرفته و
 آینده، قیمت گازوئیل دوباره بررسی شود.

در صورت نقض برجام، دانشمندان هسته‌ای ایران را ترور کنید!

خبرگزاری انگلیسی در گزارشی اتکای تنها به گزینه‌های اقتصادی و تهدید جنگ برای تضمین اجرای «برجام» از سوی ایران را ناکافی دانسته و خواستار توجه به گزینه‌های دیگر از جمله ترور دانشمندان هسته‌ای این کشور شده است.

پایگاه موشکی که نشان دادیم قدیمی بود مدرن هایش بماند به موقع خود

جانجستین فرمانده کل سپاه گفت: ما قطعاً مهاجمان را مطالعه نمی‌کنیم؛ هیچ کس نمی‌تواند برای ما دیدگاه آینه‌ای داشته باشد. اگر شما می‌خواهید که نشان دشمنان را ببینید، باید دیدگاهی برای آبراهه خود، از مانند تا آبراهه‌های خود داشته باشید. اگر شما می‌خواهید که دشمنان را ببینید، باید دیدگاهی برای آبراهه خود داشته باشید. اگر شما می‌خواهید که دشمنان را ببینید، باید دیدگاهی برای آبراهه خود داشته باشید.

**واکنش کمالی به باهنر: اصولگرایی
تندرو می تواند مشکل ساز باشد**

دیویریکل حزب اسلامی کار در پاسخ به اظهار نظرهای پنهانی بر اینکه «اگر خدای ناکرده مجلس دهم دست اسلام‌طلبان می‌تواند به پیشتن این دوستان دادند» در پاسخ به این گفته که «مجلس دهم در صورت تصویب این طرح، دست تندروها را داند» می‌تواند به این منابع بگوید: «خاطر نشان کرد: ایشان به همراه دوستانشان می‌دانند که نمی‌توان به همراه اسلام‌طلبان را در قالب یک مجموعه تندرو تعریف کرد و البته همان طور که یک تندروی اسلام‌طلب می‌تواند برای کشور مشکل ایجاد کند، یک اصولگرایی تندرو هم می‌تواند برای مملکت در درآفرین باشد.

**جهانگیری: ولایت‌مداری اقتضای می‌کند
علیه توافق هسته‌ای موضع‌گیری نشود**

معاون اول رئیس جمهور با اشاره به روند مذاکرات هسته ای، گفت: توافق هسته ای ترجمه و در اختیار همه قرار گرفت و تمام مخالفان نظرات خود را درباره توافق اعلام کردند. وی افزود: اکثریت قاطع مردم هم در نظرسنجی ها موافقت خود را با این توافق اعلام کردند بنابراین اخلاق مداری، ولایت مداری و وطن دوستی اقتضا می کند که دیگر علیه توافق هسته ای موضع گیری نشود.

یابک از دادگاه شماره حساب خواست!

بایک زنجانی در نامه‌ای به دادگاه اعلام کرده شماره حساب فعال شرکت HK را بدهید تا پرداخت بدهی‌های وی با صدور ضمانت‌نامه بدون قید و شرط برای این شرکت صادر شود.

قالیشویی و مبل شویریا ترپس
 پیشرو در ارائه خدمات نوین صنعت قالیشویی ۳-۴۴۰۰۰۱-۳۳
 اولین و تنها دارنده دستگاه آبگیر لوله ای بدون درب در استان
صاف صاف تخت تخت بدون چین و چروک درجه یک کاور شده

[illegible]

اصلاحیه

تاریخ انتشار : ۹۴/۸/۶

اصلاحیه

پیرو درج آگهی دعوت مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده شرکت تعاونی مرزنشینان شفق اسدیه "نوبت دوم" در تاریخ ۹۴/۸/۵ بدینوسیله آگهی دعوت مذکور به شرح ذیل اصلاح می گردد:

جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده (نوبت دوم) شرکت تعاونی مرزنشینان شفق اسدیه یکشنبه ۹۴/۸/۲۴ رأس ساعت ۵ صبح در محل مسجد محمد رسول ا. (ص) اسدیه برگزار می شود. از کلیه اعضای محترم دعوت می شود برای اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل حضور به هم رسانند. ضمناً چنانچه عضو بنا به دلایلی نتواند شخصا حضور پیدا کند، می تواند همزمان با نماینده تام الاختیار خویش با هم به دفتر شرکت مراجعه و برگه و کالت نامه را تنظیم و برگ ورود به جلسه مجمع را دریافت نماید. حداکثر آراء و کالتی هر عضو سه رای و هر فرد غیر عضو یک رای می باشد

دستور جلسه

استماع گزارش هیئت مدیره و بازرس- طرح و تصویب صورت های مالی سال ۱۳۹۳- طرح و تصویب دوجه پیشنهادی سال ۱۳۹۴- انتخاب اعضای اصلی و علی البدل هیئت مدیره برای ۳ سال شمسی- انتخاب اعضای اصلی و علی البدل بازرسین برای یک سال مالی- تصمیم گیری در خصوص برنامه های آتی شرکت

هیئت مدیره

تعمیرات کلیه لوازم گازسوز خانگی
۰۹۱۵۸۶۲۴۴۳۹ - جانی

دعوت نامه تشکیل مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده شرکت تعاونی مسکن اتحاد کارگران کوپیر تایر (نوبت اول) تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۴/۸/۶

جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده "نوبت اول" شرکت تعاونی مسکن اتحاد کارگران کوپیر تایر یکشنبه ۹۴/۸/۶ ساعت ۱۴:۳۰ در محل هیئت حسینی (خیابان انقلاب) برگزار می شود. از کلیه اعضا دعوت می شود برای اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات ذیل در این جلسه حضور به هم رسانند. ضمناً چنانچه عضوی بنا به دلایلی نتواند شخصا حضور یابد، می تواند همزمان با نماینده تام الاختیار خویش با هم به دفتر شرکت مراجعه و برگ و کالت نامه را تنظیم و برگ ورود به جلسه مجمع را دریافت نماید. حداکثر آرای و کالتی هر عضو سه رای و هر فرد غیر عضو یک رای می باشد. ضمناً با وظایبان عضویت در سمت بازرسی و هیئت مدیره موظفند حداکثر ظرف مدت هفت روز از تاریخ انتشار آگهی یا صدور دعوت نامه تشکیل مجمع عمومی عادی ضمن تکمیل فرم مربوطه با ارائه مدارک مربوط به دفتر شرکت تعاونی تحویل نمایند. لازم به ذکر است با توجه به ثبت مجامع تعاونی در سامانه الکترونیکی سازمان ثبت اسناد و املاک کشور ارائه تصویر صفحه اول شناسنامه و کارت ملی عضو الزامی می باشد

دستور جلسه

استماع گزارش هیئت مدیره و بازرس- طرح و تصویب صورت های مالی سال ۹۳- طرح و تصویب بودجه پیشنهادی سال ۹۴- انتخاب اعضای اصلی و علی البدل هیئت مدیره برای مدت سه سال- انتخاب بازرس اصلی و علی البدل برای مدت یک سال مالی- تعیین حق الزحمه بازرس- اتخاذ تصمیم در مورد اعضایی که به تعهدات مالی خود عمل ننموده اند- تغییرات اعضا و سرمایه- تعیین خط مشی آتی شرکت

هیئت مدیره شرکت تعاونی مسکن اتحاد کارگران کوپیر تایر

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان جنوبی
اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک بیرجند

هیئت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۴ قانون ۳ و ماده ۱۳ این‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی برابر رای شماره ۱۳۹۴.۳۰.۸۰۰۱۰۲۱۶۴ هیئت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک بیرجند طرف مالکانه بااعلامش متقاضی خلع نام حجازار بنای علیکی فرزند محمد به شماره شناسنامه ۴ مدراره ۱۹ ریشتر در شناسنامه یک باب ساختمان با شماره ۱۶۷۶۷۰ مترمربع قسمتی از پلاک ۲۲۱ اصلی (قسمتی از پلاک ۲۰۴ فرعی که به عنوان مجاور پلاک ۲۰۳ فرعی منظور گردیده است) واقع در بخش ۲ حوزه ثبتی بیرجند از محل مالکیت محمد حسین عباسی محرز گردیده است لذا به منظور اعلام نمودن امر و ازاد کردن دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراض داشته باشند، ماموران در تاریخ انتشار آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، خودکاست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۹۴/۸/۱۹
 تاریخ انتشار نوبت اول: ۹۴/۸/۲۱

رئیس ثبت اسناد و املاک بیرجند



مرکز آموزش فنی و حرفه ای برادران بیرجند در راستای
احیای حرفه دوخت کفش بیرجندی (پستایی ساز کفش)
از بین جوانان جوایای کار و علاقه مندان به این حرفه
به صورت رایگان کارآموز می پذیرد

شرایط دوره و ثبت نام:

طول دوره ۱۸۰ ساعت و شروع دوره آبان ماه می باشد
حداقل سن ۱۵ سال تمام و حداقل تحصیلات پایان دوره راهنمایی

مدارک لازم:

دو قطعه عکس ۴*۳- تصویر صفحه اول شناسنامه- تصویر کارت ملی
تصویر آخرین مدرک تحصیلی و کارت پایان خدمت

محل ثبت نام:

بلوار شهدای عبادی ، کیلومتر ۲/۵ جاده بیرجند - خوسف (معصومیه) مرکز
آموزش فنی و حرفه ای برادران بیرجند تلفاکس پذیرش: ۳۲۲۲۴۴۴۸

روابط عمومی و امور بین الملل اداره کل آموزش فنی و حرفه ای خراسان جنوبی

آگهی مزایده اموال منقول نوبت اول

چون در پرونده اجرایی ۳۱۸/۹۴ در قبال محکومیت آقای کمال راهکان بر پرداخت مبلغ ۳۰۹/۴۴۴/۴۳۳ ریال در تاریخ ۳۰/۰۴/۱۳۹۴ در دادگاه تجدیدنظر استان تهران به موجب رای صادره محکوم علیه به پرداخت مبلغ ۳۰۹/۴۴۴/۴۳۳ ریال بابت حق الاجرا در حق صندوق دولت و با عنایت به توقیف یک دستگاه کامیونت ایسوزو و یکجایل دار به شماره انتظامی ۳۳۴ ۹۷ و ۱۳۲ اتران ۹۷ علیه محکوم که حسب نظریه کارشناس قیمت شاسی ۷۵۰.۰۰۰.۰۰۰ ریال و قیمت یکجایل به مبلغ ۷۵۰.۰۰۰.۰۰۰ ریال در مجموع به مبلغ ۱.۵۰۰.۰۰۰.۰۰۰ ریال ارزیابی گردیده است از طریق مزایده در روز شنبه مورخ ۱۳۳/۹۴/۹۴ ساعت ۱۰ الی ۱ صبح در دفتر اجرای احکام حقوقی به فروش برسد که قیمت پایه از بهای ارزیابی شده شروع و به کسلی که بالاترین قیمت را پیشنهاد نمایند، فروخته خواهد شد. ۱۰ درصد مبلغ پیشنهادی فی المجلس از بابت مزایده دریافت و نامبرده مکلف است حداکثر تا یک ماه نسبت به پرداخت بقیه بمانده ثمن معامله اقدام نماید در غیر این صورت ۱۰ درصد اولیه به نفع دولت ضبط و مزایده تجدید خواهد شد. متقاضیان در صورت تمایل می توانند پنج روز قبل از موعد مزایده به این اجرا مراجعه تا ترتیب بازدید آنان داده شود. مهلت نهایی و انتقال به عهده خریدار خواهد بود.

رجی- مدیر اجرای احکام مدنی دادگستری بیرجند

قالیشویی و مبل شویی ترنج
 باک و صاف مثل روز اول ✓ کاور شده ✓ ضد چروک
 تلفن: ۷- ۵۶ ۵۵ ۳۲۲۵
 دفتر: توحید ۲۱، نبش نبوت ۲۱، پلاک ۱۰۵
 عضو معتبر اتحادیه مسئول: دستگردی
 ۳۲۴۴۶۶۶۶ - ۳۲۴۲۴۳۲۰-۲
 www.iranwash.ir
 صاف صاف لول لول تفت تفت
قالیشویی و مبل شویی ایران



که به روی آن‌ها گلدوزی و سوزن دوزی می کردند. از همان زمان در بخش اندرونی جای داشت. -مادل-
در سیم کلمه ای اندرونی، در میان خانم های فرانسوی-
وجود داشت و تحت عنوان (Ladies Room) (LADIES ROOM)
از انواع زیورآلات زنانه و عطرها نگهداری می شد. به
طور کلی ترین چنین مکان هایی براساس قوف و
سلیقه ای خانم ها انجام می شد و قضایا کاملاً زنانه
و دلپذیر همراه با بوی خوش اندک و یک ششک
به افروغ ایجاد می شد. البته ناگفته نماند که ندیمه ها
به امور خانه داری رسیدگی می کردند و خانم های
فرهنگ رزق را نظارت داشتند. به هر حال خانم
صنایع دستی و هنری می پرداختند، مانند
فرش بافی، گلیم، قلاب بافی، سیم دوزی،
گلدوزی و هنرهای ظریف و زیبایی از هرمن دوست.

در این تصویر نیز شما نمونه هایی از کوسن های پاره ای، روتختی و برولحافی را می بینید که با سلیقه زنان ماهر و پارچه های اوریشمی، ساتن و مخمل، در یک روزگار های گوناگون با تاوردوزی های بسیار زیاده تزیین یافته اند.خودنوخت پولک و منقوش و مرابدهای آبی و سبز تزیینی، به پوشش های پارچه ای اتاق نشیمن و اتاق خواب جلوه ی زیادی می دهد و در عین حال زیبایی و آرامش است که ارزان هم تمام می شود. برای تزیین اتاق، کارهای ساده که تنها کافی است که به هماهنگی رنگی رنگی باشد، پارچه ها توجه نشان دهید تا به نتیجه ی دلخواهتان برسید و فضایی تحسین برانگیز خلق کنید.

خانم هایی که در پی ارزش نهدان به سنت های فرهنگی و بومی هستند، حتماً از این گونه طرح ها استفاده کرده، با تهیه ی انواع کوسن های رنگین، از زبته بارچیه میجو در خانه، به محیط زندگی خودآرادی شان جذابیت بیش تری می بخشند.

فروش‌های بافت خراسان جنوبی مشهورترین فرش‌های ایران در گذشته بوده که تاریخچه آن به دوران حکومت شاهنشاهی صفویه بازمی‌گردد و از حدود ۷۰۰ سال پیش در این منطقه بافته می‌شد.

افزودن میزان صادرات فرش دستباف استان در ۶ ماهه اول سال بیش از ۴۰ هزار مترمربع بوده است.

محمد حسن کامیابی مسک ارزش ریالی فرش‌های صادراتی استان را در نیمه نخست سال جاری ۴۵ میلیون

افزودن در این بیشترین تولیدات فرش در نقشه‌های ریزه ماهی که از اصیل‌ترین نقشه‌ها بوده، بافته می‌شود. کامیابی

بایان اینکه تعداد ۵۰ هزار بافته به‌صورت تمام‌وقت، پارده‌وقت و یا فصلی در خراسان جنوبی به بافت فرش

بافنده از ارزش افزوده فرش، اتحادیه تولیدکنندگان و بافندگان

فرش دست بافت خراسان جنوبی چهار طرح زیربنایی شامل

فروشگاه اینترنتی تولید سفارش پذیر فرش دست بافت،

ایستگاه تهیه و توزیع مواد اولیه مرغوب به قیمت تمام‌شده،

و افزود: میزان صادرات فرش دستباف استان در ۶ ماهه اول سال بیش از ۴۰ هزار مترمربع بوده است.

محمد حسن کامیابی مسک ارزش ریالی فرش‌های صادراتی استان را در نیمه نخست سال جاری ۴.۵ میلیون

دلار اعلام کرد و افزود: میزان تولیدات فرش دستباف در خراسان جنوبی در ۶ ماهه نخست سال حدود ۲۴ میلیارد

وی فرش خراسان جنوبی را یکی از شاخص‌ترین برندهای جهان دانست و گفت: بیش از ۹۰ درصد فرش استان

صادرات فرش استان هستیم.

نوی بایان اینکه فرش های تولیدی استان در نقشه های ریزه ماهی، خستی، ناین، ایلیاتی و نقوش متفرقه بافته می شود،

دهه اول محرم به پایان رسید و شور عزاداری‌ها کمتر شد تا آخر ماه صفر که یازدهمین فرا رسد و دوباره عشق حسین (ع) که در دل همه شیعیان وجود دارد، متعلنه گشت و زیبایی‌هایی خلق شود از محبتی که میان مولا و پیروانش وجود دارد. برپای برخی از افراد شور عزاداری که کمتر می‌شود متأسفانه در بسیاری از مراسم (احزاب) نیز کمتر می‌شود و همین طور که طبل و سنج و علمشان را جمع می‌کنند پای درس حدیث و تفسیر و مستشرقان نیز به فراوانی می‌سازند تا سالی دیگر و تا سوا و

افزود: در این بین بیشترین تولیدات فرش در نقشه‌های ریزه ماهی که از اصیل‌ترین نقشه‌ها بوده، بافته می‌شود. کامیابی بابایان اینکه تعداد ۵۰ هزار بافنده به‌صورت تماموقت، پاره‌وقت و یا فصلی در خراسان جنوبی به بافت فرش



اشتغال دارند تصریح کرد: از این تعداد تنها پنج هزار و ۳۰۰ نفر از مزایای بیمه قالیباف برخوردار شده‌اند که ۱۱ درصد قالیبافان را شامل می‌شود.

چهار طرح بنیادی فرش
پس از ۹ سال همچنان در انتظار اعتبار

نوی عنوان کرد: برای رونق و ارتقای کیفیت فرش دست

عاشوراای دیگرما عاشورا تنها یک واقعه تاریخی نیست که در سالگردش وقایع تلخ آن را بیان کنیم و بگذریم. عاشورا و محرم منشور فرهنگ ماست که باید زوایای مختلف زندگی و حقیقتی را از منظر خاندانی، اجتماعی و اقتصادی در سطح رفتار کردهای آن عاشورا و سال سالارانه شهیدان می‌گوییم، صرفاً این نیست که ذکر مصیبتی گفته شود و اشکی ریخته شود، بلکه می‌خواهیم از کالال اشک در حسین (ع) و بیان سختی‌های زمین(س) درس بیاموزیم تا در زندگی کنیم و راه را غلط نرویم، اگر همان گونه که علمبردار و پیران ارجاع می‌دهند، آنچه در این عهد عاشورا، ما را به یکایک اوضاع دشمنان بسیار پیر، کرد فرهنگ عاشورا

فرش دست بافتند از ارزش افزوده فرش، اتحادیه تولیدکنندگان و بافندگان فرش دست بافت خراسان جنوبی چهار طرح زیربنایی شامل: تولید دستگاه اینترنتی تولید سفارش پذیر فرش دست بافت، ایستگاه تهیه و توزیع مواد اولیه مرغوب به قیمت تمام‌شده، نمایشگاه دائمی فرش دست بافت و اتحادیه جامع حرفه فرش دست بافت را به دولت ارائه کرد.

وی پایان اینکه این طرح‌ها در سال ۸۶ در سفر دوم هیئت دولت به استان ارائه‌شده بود، ادامه داد: به رغم تصویب طرح‌ها در کمیته فرش استان، کارگروه‌های بازرگانی و اقتصادی استانداری و تأیید ریاست مرکز ملی فرش ایران و تصویب وزیر صنعت معدن و تجارت در مهر و موم‌های اخیر متأسفانه هیچ‌گونه اعتباری به این طرح‌ها اختصاص داده نشده است. رئیس اتحادیه تولیدکنندگان و بافندگان فرش دستبافت خراسان جنوبی افزود: اجرای این طرح‌ها علاوه بر افزایش کیفیت تولیدات، موجب افزایش صادرات این کالا با نرخ خوب و مستقیم از خراسان جنوبی می‌شود.

کامیابی گران شدن مواد اولیه مرغوب از یکسو و عدم تمکن مالی بافندگان از سوی دیگر را تهدیدی برای فرش دستباف خراسان و دستاورد آن افزود؛ دستفراشته‌ای آوردن به مواد اولیه نامرغوب از طرف بافندگان افزایش یافته که گسترش آن می‌تواند هیچ‌جای بدی به برند فرش منطقه وارد کند.

رئیس اتحادیه تولیدکنندگان و بافندگان فرش دست‌باف خراسان جنوبی افزود: در سال ۹۴ هیچ‌گونه تسهیلاتی تا کنون به بافندگان غیر تحت پوشش نهادهای داده نشده است.

که دانشگاه انسان‌سازی است جفا کرده‌ایم و از این گنجینه گرنها بهره کافی نبرده‌ایم.

عباس(ع) را باید زمانی به خاطر بی‌ایرمی که کرکه مغازمان را بالا زد؛ و سوسه می‌شوید برای جذب مشتری و فروش کارایان قسیمی رده می‌نمود بی‌گویی. آن لحظه است که بزرگی ابوالفضل(ع) باید مانع زشتی‌هایی شود که در خرید و فروش انجام می‌دهیم. امام حسین(ع) را باید بیش از تاسوعا و عاشورا در روزهایی یاد کنیم که در خانه، محله، قافلیم و یا جامعه‌مان در حق کسی ظلم می‌شود و او را بگی بستی احقاق نکند. آری آن زمان یک یا حسین باشد تا دایره مظلومی را بگشاید.

نذر کتاب در اهواز

تعدادی از جوانان اهوازی در طرح ابتکاری اقدام بر برپایی غرفه‌ای برای ادای نذر خود کردند ولی نذرهایی که در این خیمه توزیع شد از نوع خوردنی نبود، آن‌ها کتاب نذر کرده بودند به گزارش جماران، نذر کتاب، نذر ویزیت رایگان و سیار همچنین جمع آوری زباله‌های به‌جا مانده از نذورات از فعالیت‌های چشم‌گیر محرم امسال در خوزستان بود.

کوکی عروسی با دستپخت خودتان

می‌خواهم چیزی به شما یاد بدهم که یک عالم حسرتوب دارد. بعضی از تجربه‌ها تو زندگی خیلی هیجانگیزند؛ مثلاً به مهمونی دعوت بشی و خودت شیرینی درست کنی بری. حالا من به خبیر پنهان یادی می‌دم که ایامه شام شیرینی‌های خشکه؛ (کوکو)، اول از همه صد گرم روغن جامد یا جایگزینش صدو پنجاه گرم کره رو در ظرف خاکند کفند تا نصف قاشق چایخوری و ادویه است هزن گرم تا یکصدس و نرم و لطیف بشه و بعد با دست پنجاه گرم آرد سفید رو کن کن و بن این مخلوط اضافه



من، بعد از دست واز (مالش) بدبهدم روشو پوشون
دستی ساعته دلیز لاشن، حال راور روی سطح افقی کی آمد
رومی بعد از نیم درم و لطیف پوشش پناش، آینه که از دژد
منه نشانی میوه هسست. از کمنون از ادیفیه هم کی
ناده کی، بعد میوتم به کیمو و دونه پهن کن به قطر
کن، سات با، با هر قالی که دوست داری - عروسکی، گرد
میوه - مثلث - روی خمیرتوالی قالب، بز - کس سینی
قازغ رویش پهن کن فر رو روی نیم ساعت قلم حتما
من، قالب با حاوره کی روی خمیرتوالی با فاصله بازر سینی
روی کاغذ روغنی تا خمیرتو تموم بشه. اونوقت سینی
رو بدار و روی طبقه بالای فر روی ۱۶۰ درجته سانی کرار
ملا ۴۵ دقیقه، برای سینی سبز که در زیرش
بسته باشه، میوه نرسوده، بعد فر پوشش کن بزرگ
سه و از سینی جاشون کن، حالا چند بار داری، هم می
ونی روشو با ترفیل، شرک با پودر کانکاو با روی یکیش
را ببری بی تا تونی مثل من از خمیر فوندانت استفاده
شون به این طریق که مثل خمیر با وونه پهنش کن
توانی کمتر از یک سانت بعد با موهن قالب با روش
قالب بز، بعد آهسته برار و با برس آب پشت خمیر
وانتستو کیم خیس کن، بعد بدار روی شربنی و با سطح
سافی روشی به فشار کوچک یک بد کن، بچسبه، من این
اصطلاحا با روی فوندانت انجام تم من خمیرتوالی
می تونی به چند قسمت تقسیم کنی و با رنگ های مجاز
تو را ترکیب به کمک خلال دندان رنگیشون کنی و خوب ووز
دی تا به رنگ دلخواهت برسی و به مرحله آخر با ترفیل
آیسینگ رنگیشون و بدمش تو به جعبه خوشگل
درشو و رویون خشک بند و بر موهنی.

املاک میرداماد

* خرید * فروش * رهن * اجاره
 اعتماد سرمایه گذاری پیشرفت
 نبش میرداماد
 ۰۹۱۵۵۶۱۱۴۵۳ - معین ۰۹۱۵۱۶۰۲۳۴۸ - بازرگان



یت جدید»

کرس کارخانه:

۳ - مبتکران ۴

۳۲۲۵۵۳۶۷ -

پرو - پلاک ۵۶

۰۹۱۵۳۶۳۵۸

صنایع سفال نیلوی شرق «بامید»
تنها کارخانه صنعتی استاندارد با کوره تونلی در شرق کشور
تولید کننده انواع آجر تیغه ۱۰ و ۱۵ و آجر نمادارای استاندارد
شهرک صنعتی بیرجند - فاز ۸
دفتر فروش کارخانه : ۸
دفتر فروش بیرجند: خیابان فردوسی - نبش فردوسی ۱ - مقابل بوستان
تلفن: ۳۲۲۳۷۱۴۶ همراه مدیر فروش: ۱۴



صنایع سفال نیلوی شرق

«با مدیریت جدید»

تنها کارخانه صنعتی استاندارد با کوره تونلی در شرق کشور
تولید کننده انواع آجر تیغه ۱۰ و ۱۵ و آجر نما دارای استاندارد

آدرس کارخانه:
شهرک صنعتی بیرجند - فاز ۳ - مبتکران ۴
دفتر فروش کارخانه: ۸-۳۲۲۵۵۳۶۷
دفتر فروش بیرجند: خیابان فردوسی - نبش فردوسی ۱ - مقابل بوستان سرو - پلاک ۵۶
تلفن: ۳۲۲۳۷۴۴۶ همراه مدیر فروش: ۰۹۱۵۳۶۳۵۲۵۴

آیه روز

و نوح پروردگار خود را آواز داد و گفت پروردگارا پسرم از کسان من است و قطعا وعده تو راست است و تو بهترین داورانی سوره هود، آیه ۴۵

شعر روز

پیوستن دوستان به هم آسان است
دشوار بریدن است و آخر آن است
شیرینی وصل را نمی‌دارم دوست
از غایت تلخیی که در هجران است

پلکی احساس

کسانی که شما را دوست دارند حتی اگر هزار دلیل برای رفتن داشته باشند
ترکتان نخواهند کرد
آنها یک دلیل برای ماندن خواهند یافت

عار فانه روز

هرگاه خداوند بخواهد
کسی را خوار گرداند،
او را از علم و دانش بی بهره می سازد.

حدیث روز

کشته شدن حسین آتشی در دل مومنان در انداخته است که هرگز سرد نخواهد شد.

پیامبر اکرم (ص)



چگونه افکار منفی را برای همیشه کنار بگذاریم؟

با یکی از اعضای جدید کتابخانه آشنا شده‌اید، اما از یکی از دوستان می‌شنوید که او بدون هیچ دلیلی با شما قطع رابطه کرده است. اولین فکری که به ذهنتان خطور می‌کند:

احتمالا به خاطر حرفی که گفتم یا من قطع رابطه کرده. به اندازه کافی از او استعقال نکردم؟

علائم بارز: ترجیح می‌دهید بدون توجه به توضیحات دیگران، خود را مسئول تمام اتفاقات منفی اطراف بدانید. هم اکنون مبارزه را آغاز کنید: واقع‌بینی را در خود پرورش دهید تا افکار غلط محو شوند. بار دیگر که رفتار دیگران را به خود گرفتید این جملات را با خود زمزمه کنید، این فقط نگرش منفی است و من مسئول همه چیز نیستم.

برای همیشه از ذهنتان بیرون کنید: دکتر روانپزشک ریکا گلادینگ، می‌گوید که پذیرید ۹۹٪ از مواقع شما قادر به تغییر خلق وخوی دیگران نیستید همواره این امر را مد نظر داشته باشید که در صورت تردید می‌توان درباره‌ی اتفاقات پیش آمده پرس و جو کرد و یا از دوستان درباره‌ی واقعیت ماجرا سوال نمود.

تصور شما ناشی از احساس شماست و بالطبع زمینه‌ساز اتفاقات پیش آمده

گاهی ماندن در خانه هنگام غروب، لذت‌بخش است اما امشب، بی‌برنامه‌گی موجب شده تا احساس تنهایی نمایاند. روی کانایه لم داده‌اید و با خود می‌گویید، هیچکس به فکر من نیست، من همیشه تنها هستم.علائم بارز: ذهن شما احساس و واقعیت را با هم در می‌آمیزد هنگامی که

احساس تنهایی بر شما غالب شود، این تصور نیز برایتان پیش می‌آید که کسی به شما اهمیت نمی‌دهد. هنگامی که احساس گناه می‌کنید، تصور می‌کنید اشتباهی از شما سر زده‌هم اکنون مبارزه را آغاز کنید:از احساساتتان فاصله بگیرید، بدین ترتیب می‌توانید آنها را فقط در حد احساسات نگاه دارید. روانشناس راس هریس توصیه می‌کند که برای بیان احساسات خود از یک عبارت گزرا بهره ببرید. تغییر نامحسوس در احساس خود پدید آورید به عنوان مثال به جای عبارت، من همیشه تنها هستم از عبارت اکنون احساس تنهایی می‌کنم، استفاده کنید. سعی کنید فاصله‌ی بیشتری بین خود و احساساتان ایجاد کنید. با کمی مزاح یک قدم فراتر بگذارید و با آهنگ تولدت مبارک، جملعی من تنها هستم را بخوانید. سپس با صدای یکی از شخصیت‌های کارتون‌ی این جمله را بگویید. حتی اگر لیخنه نمی‌زنید، فاصله‌ی بیشتری بین خود و افکار منفی بی‌اهمیت ایجاد نمایاند.

برای همیشه کنار بگذارید: گرایش به سمت دلایل احساسی را با مدیتیشن و مراقبه از بین ببرید. فردریکسون می‌گوید: مهارت تمرکز که با مدیتیشن شکل می‌گیرد، هوشیاری تمرکز خوانده می‌شود، توانایی تلقی افکار به صورت زودگذر و موقتی. بنابراین اگر احساس ناراحتی می‌کنید، بدین معنا نیست که بازنده هستید. اگر حس خشم دارید، می‌توانید بدون مقایسه بیش از حد، این حس را درک کنید. اگر مدیتیشن و مراقبه موجب بی‌قراری شما می‌گردد،

به‌جای آن یک دقیقه به لحاظ روحی بر روی احساس کلی بدنتان متمرکز شوید.

روی نقطه ضعف خود متمرکز نشوید

برنجی که برای شام مهمانی اخیر درست کرده بودید، بسیار عالی از آب در آمده بود و همه، حتی پسرعموی پرافاده‌ی شما از آن تعریف می‌کند، اما دسر یک چیزیک شل و ول و بهم ریخته شده و بیشتر مزه‌ی شوری می‌دهد تا شیرینی. چند روز بعد از مهمانی، شما همچنان به آن فکر کرده و گریه می‌کنید. علائم بارز: برای دیدن جزئیات، چشمان تیزیبنی دارید و تمایل دارید آنقدر آنها را بزرگ جلوه دهید تا نکات مثبت دیده نشوند.هم اکنون مبارزه را آغاز کنید: در عوض خود را مجبور کنید تا چند نکته خوب دیگر را به یاد آورید. (دسر شل و ول شده اما به خاطر داشته باشید چقدر مهمان‌ها برنج را دوست داشتند). اگر افکار بد برگشتند، تصور کنید، بگویید یا حتی فریاد بزنید ایست! حتی تصور یک علامت بزرگ و قرمز ایست نیز می‌تواند کمک کنده

باشند.برای همیشه کنار بگذارید: اگر این‌گونه افکار درباره موضوعی همیشگی (مثل عکس یا ازدواج) مرتبا به سراغ شما می‌آیند، این کار را انجام دهید: افکار منفی خود را بنویسید و کاغذ را مچاله کنید و دور بیندازید. طبق پژوهشی در دانشگاه Ohio، افرادی که نکات منفی درباره ی بدن خود را می‌نویسند و سپس یادداشت‌ها را دور می‌اندازند در مقایسه با افرادی که یادداشت‌ها را نگه می‌دارند از تصویر مثبت‌تری نسبت به خود برخوردارند.

به یک کارگر ساده خانم برای کار در فست فود نیازمندیم.
۰۹۳۵۳۳۱۵۶۵۶ – ۰۹۳۵۳۶۹۴۵۱۱

به یک فروشنده خانم برای کار در فروشگاه رفاه غرفه پروتئین نیازمندیم.
۰۹۳۵۳۳۱۵۶۵۶ – ۳۲۲۲۳۰۴۱۵

یک شرکت برای تکمیل کادر فنی خود از آشنایان به امور کامپیوتری نیرو می‌پذیرد.
۳۲۲۴۳۲۸۱۱ – ۰۹۳۹۷۴۰۳۸۲۸

مرکز توزیع لبنیات صباح (خراسان جنوبی) استخدام می‌کند:
مدیر فروش یک نفر مرد
بازاریاب ۳ نفر مرد – زن
نیسان یخچال دار با راننده ۲ دستگاه
توزیع کننده یک نفر مرد
۳۲۲۲۲۵۵۶۳ – ۳۲۲۳۱۷۳۵
۰۹۳۷۹۳۷۲۳۰۰

نیازمندیم – یک نفر باز نشسته یا مسن برای کارپردازی – بازاریاب با حقوق ثابت پورسانت ، بیمه ، پاداش
۰۹۱۵۲۰۳۱۲۵۰

آگهی استخدام
یک شرکت در زمینه پخش مواد غذایی برای تکمیل کادر خود تعدادی بازاریاب با تجربه با شرایط حقوق ثابت + پورسانت + بیمه
نیازمند است.
۰۹۱۵۷۷۱۷۹۶۳ – ۰۹۱۵۵۶۲۶۳۹۸

لاستیک فرازی
مزه نقدی تخفیف ویژه ویژه اقساط به دلخواه شما؟؟؟
ضمنا تعویض روغن و خدمات تایر در همان مکان انجام می شود
بالانس تضمینی ، گاز نیتروژن با دستگاه های تمام اتوماتیک ایتالیایی
ضمنا آمادگی این را داریم که با یک تلفن خودروی شما را از هر مکانی برای خدمات انتقال دهیم.
نبش جمهوری ۲۸ و ۳۰ به سمت مزار شهدا (قلعه) ۰۹۱۵۵۶۲۲۲۹۱ – ۳۲۲۱۱۶۸۴

۵
چهارشنبه ۶ آبان ۱۳۹۴ * شماره ۳۳۵۴

نگرش

داستان «شبلی و شاطر»

«شبلی» مرد عارفی بود که شاگردان زیادی داشت، و حتی مردم عامه هم مرید او بودند، آوازه اش همه جا پیچیده بود.

روزی شبلی به شهر دیگری رفت آن زمان عکس و بنر... نبود که همه همذیگرا بشناسند.
شبلی به نانوائی می رود و چون لباس درستی نبوشیده بود نانوائی به او نان نداد، شبلی رفت، مردی که آنجا بود، همشهری شبلی بود، به نانوا گفت این مرد را می شناسی، گفت نه، گفت این شبلی بود. نانوا گفت: من از مردان اویم، و به دنبال شبلی دوید ، که آقا من می‌خواهم با شما باشم، شاگرد شما باشم.

شبلی قبول نکرد.

نانوا گفت: اگر قبول کنی من امشب تمام آبادی را شام میدهم، شبلی قبول کرد.

وقتی همه شام خوردند، نانوا گفت شبلی، من یک سوال دارم! گفت:بهرس گفت دوزخ یعنی چه؟

شبلی جواب داد: دوزخ یعنی اینکه تو برای رضای خدا، یک نان به شبلی ندادی، ولی برای رضایت دل شبلی یک آبادی را شام دادی!!

یک لحظه مکث کن

سبک زندگی

رفتارهای عجیب کودکان نوپا

کودکان نوپا شجاع‌اند، به همین دلیل است که کارهایی چون گرفتن دم گربه و چرخاندن آن، راه رفتن بر لبه ارتفاع یا رقابت با کودکان بزرگ‌تر از خود را انجام می‌دهند. اما نگران نباشید آنها احتیاط را یاد خواهند گرفت. بنابراین تا جایی که امنیت برقرار است آنها را آزاد بگذارید تا کشف کنند.

کودکان هیچ فیلتری ندارند، بنابراین آن چه می‌اندیشند را بیان می‌کنند که حتی ممکن است موجب شرمندگی شما شود. نگران نباشید، او به زودی یاد خواهد گرفت که چه چیزی را در کنجایان کند بنابراین تنها به حرف‌های جالب او بختندید.شاید شما بارها به کودک خود بگویید که ساعت ۴ صبح است اما واقعیت این جا است که او درکی از زمان ندارد. برای او زمان تنها «حال» است. نگران نباشید زمانی که کودک شما وارد پیش دبستانی شود همه چیز به حالت عادی تبدیل می‌شود.اگر شما مجموعه‌ای از اسباب بازی‌های زیبا و دست ساز را به او می‌دهید، کودک شما عجیب‌ترین را انتخاب خواهد کرد. شما برای کودکان غذایی درست می‌کنید که دوست داشته اما اکنون او طوری آن را می‌خورد که انگار زهر است. این حالت طبیعی است زیرا کودک شما در حال شکل گیری حس چشایی خود است.

زمانی که شما می‌خواهید کودکان بخوابد، او امتناع می‌کند و بر عکس، زمانی که می‌خواهید به عنوان مثال او را به پزشک ببرید در ماشین می‌خوابد. نگران نباشید در سن ۳ سالگی راحت‌تر می‌توان کودکان را بیدار نگه داشت.خودشان نیز دیگر در مکان‌های عمومی به خواب نخواهندرفت.

ما آدمها مانند مدادهای رنگی هستیم ؛ شاید رنگ مورد علاقت نباشم ، یا شاید از رنگهای دیگر خوشت نیاید ، اما روزی محتاج هم خواهیم بود تا تابلوی نقاشی را کامل کنیم ...

حرف های ابریشمی

دوست برای آن است که نیازت را برآورد نه اینکه تهی بودنت را پر کند .

موفقیت

موفقیت در این نیست که چه چیزی در پیش رو داریم، موفقیت در این است که چه چیزی در پشت سر به جا می گذاریم.

								جدول ۳۳۵۴			نسرين كاري	
۵	۲	۴	۳	۸	۱	۹	۶	۷				
۸	۱	۷	۶	۹	۵	۲	۳	۴				
۹	۶	۳	۲	۷	۴	۸	۱	۵				
۳	۹	۱	۵	۶	۸	۴	۷	۲				
۲	۸	۶	۷	۴	۳	۱	۵	۹				
۴	۷	۵	۱	۲	۹	۶	۸	۳				
۱	۴	۲	۸	۳	۵	۷	۹	۶				
۶	۳	۸	۹	۵	۲	۷	۴	۱				
۷	۵	۹	۴	۱	۶	۳	۲	۸				

سودوگو جدول اعدادی است که امروزه یکی از سرگرمی های رایج در کشورهای مختلف جهان به شمار می آید. سودوگو مخفف یک عبارت ژاپنی است و به معنی «ارقام باید تنها باشند» است. تاریخچه: این بازی برای اولین بار در یک مجله پازل آمریکایی در سال ۱۹۷۹ اتشار یافت اما انتشار آن به طور مستمر و پی گیر برای نخستین بار برمی گردد به ژاپن در سال ۱۹۸۶ و از سال ۲۰۰۵این سرگرمی به محبوبیت جهانی دست یافت و نخستین مسابقه ملی آن در سال ۲۰۰۸ در فیلادلفیا در آمریکا بر گزار شد.

				۹	۷	۱						
			۴		۲		۸					
۷						۱		۵				
								۴	۵			
	۷		۸						۳			
۶		۳										
					۹		۸			۳		
						۳						
۲							۱					



نیروی انسانی خلاق و کارآمد مهم‌ترین سرمایه اجتماعی است

شیستان– معاون ستاد عالی کانون های مساجد کشور، نیروی انسانی خلاق و کارآمد را مهمترین سرمایه اجتماعی دانست و گفت: باید تلاش کنیم تا تفکر و روحیه جهادی همکاران دبیرخانه مساجد خراسان جنوبی به دیگر استان ها منتقل شود. سعادتی در دیدار با کارکنان دبیرخانه کانون های مساجد خراسان جنوبی گفت: هدف از سفرهای استانی رصد ظرفیت ها و توانمندی های استان ها در سطح همکاران، نخبران، ائمه جماعات و مدیران کانون ها برای تقویت و استفاده در سطح کشور است. وی با تأکید بر اینکه نظارت و ارزیابی به منظور راهبری و کمک است نه با هدف مچ گیری و سیاه نمایی، گفت: همه ما جزء یک خانواده هستیم و اگر بخشی دچار آسیب شود همه مجموعه در معرض خطر قرار می‌گیرد.

۱۴ گونه جانوری خراسان جنوبی در لیست قرمز انقراض

ایسنا– مدیرکل حفاظت محیط زیست خراسان جنوبی گفت: از گونه‌های در حال انقراض استان ۱۴ گونه در فهرست لیست سرخ قرار داد. آرامشش اظهار کرد: پرنده‌گانی نظیر بالابان، کرکس مصری، عقاب تالابی، عقاب شاهی، هوبره و پستاندارانی نظیر یوزپلنگ، پلنگ، قوچ و میش، کل و بز، آهو، جیبر و زرده بر در این فهرست هستند.

وی افزود: خزندگانی نظیر لاک‌پشت همپیدار، لاک پشت آسیایی و آگامای سرزغی نیز در فهرست قرمز اتحادیه جهانی حفاظت از طبیعت نام برده شده‌اند که یوزپلنگ در شرایط جادتری در این بین است. تصریح کرد: درحال حاضر ۴۰ تا ۷۰ قلاهد یوزپلنگ نیز در جهان وجود دارد که یکی از زیستگاه‌های اینگونه حیوانی در معرض خطر انقراض، پناهگاه حیات وحش یابیندان طیس در خراسان جنوبی است که تاکنون ۹ قلاهد در آن شناسایی شده است.

نظارت بر مبادی تهیه و توزیع مواد غذایی شهرستان در میان تشدید می‌شود

تسنیم– رئیس شبکه بهداشت و درمان درمیان از نظارت بیشتر بر مبادی تهیه و توزیع مواد غذایی خبر داد و گفت: افزایش نظارت‌ها سبب ارتقای سلامت و امنیت غذایی می‌شود. محمدشفیع عثمانی در کارگروه سلامت و امنیت غذایی شهرستان نظارت و پایش را یکی از ارکان اساسی بهداشت و سلامت عنوان کرد و اظهار کرد: نظارت بیشتر بر مبادی تهیه و توزیع مواد غذایی سبب ارتقای سلامت و امنیت غذایی خواهد بود. وی با اشاره به بازگشت چجاج و زائران از عربستان و کشورهای عربی افزود: با تشدید نظارت‌ها تاکنون موردی از بیماری‌هایی نظیر کرونا در شهرستان مشاهده نشده است. وی بیان کرد: در ۶ ماهه نخست امسال تعداد ۳۶۵ مورد نمونه‌گیری از مواد غذایی و ۹۹ مورد نمونه‌برداری از مراکز تهیه و توزیع این مواد صورت گرفته که میزان ۳۸۱ کیلوگرم موادغذایی فاسد کشف و معدوم شده است.

برداشت ۶ هزار تن خرما از اراضی استان

تسنیم– رئیس سازمان جهاد کشاورزی خراسان جنوبی با بیان اینکه در استان هزار و ۶۰۰ بهرهمبردار خرما فعالیت می‌کنند، گفت: پیش بینی می‌شود امسال ۶ هزار تن خرما به ارزش ۲۷۰ میلیارد ریال در خراسان جنوبی برداشت شود.

ولی‌پور اظهار کرد: یک هزار و ۹۲۳ هکتار از اراضی خراسان جنوبی زیرکشت درخت خرما است. وی با بیان اینکه بیشترین سطح زیرکشت خرما در استان مربوط به شهرستان طیس است، افزود: شهرستان طیس با داشتن یک هزار و ۵۸۵ هکتار و پیش‌بینی برداشت ۵ هزار و ۱۴۸ تن خرما بیشترین خرمای خراسان جنوبی را دارد.

کمک یک میلیارد و ۱۰۸ میلیون ریالی حامیان به مسئولین طرح محسین سربان

گروه خبر– مدیر کمیته امداد امام خمینی(ره) شهرستان سربان از کمک ۱۳۱۶حامی نیکوکار در ۶ ماهه نخست سال جاری به ارزش یک میلیارد و ۱۰۸ میلیون ریال به ایتام و محسین خبر داد. اربابی اظهار کرد: امسال این نهاد در قالب طرح محسین برای ۲۹۷ نفر از دانش آموزان حامی یابی کرده است که کل افراد مورد حمایت این طرح۴۰۶ نفر است. وی گفت: در طرح محسین برای کودکان ونوجوانان غیر یتیمی که به دلیل عدم استطاعت مالی، بیماری های صعب العلاج، از کارافتادگی و اقشار آسیب پذیر از امکانات اولیه زندگی بی نصیب شده اند چاره اندیشی شده است.

ثبت کوه های مریخی خراسان جنوبی در فهرست میراث طبیعی– ملی

گروه خبر– کوه های مریخی نهندان به شماره ۲۶۱ در تاریخ ۱۲ مهرماه سال جاری ثبت میراث طبیعی– ملی کشور شد. با بررسی پرونده پیشنهاد ثبت طبیعی کوه های مریخی و تأیید شورای ثبت، این کوه ها به ثبت ملی رسیدند. رضایی ملکوتی کارشناس ثبت میراث طبیعی اداره کل میراث فرهنگی گفت: در حاشیه محور نهندان به کرمان و در ۶ کیلومتری جنوب غرب این شهرستان تپه های شگفت انگیزی وجود دارد که اصطلاحاً به آن کوه های مریخی یا مینیاتوری می‌گویند. این کوه ها دارای ۲۵ کیلومتر طول و ۱ کیلومتر عرض بوده و به رنگ های قرمز، خاکستری و سفید دیده می‌شوند. این کوه ها رسوبی بوده و فاقد پوشش گیاهی هستند. ارتفاع آنها نسبت به دشت‌های اطراف از ۵ تا ۱۰۰ متر متغیر است.

گزارش استاندار از روزهای سخت صنعت خراسان جنوبی به وزیر؛

حال صنعت استان خوب نیست

گروه خبر– استاندار خراسان جنوبی در نشست کاری با وزیر صنعت، معدن و تجارت موضوعات کاری مرتبط با این حوزه مهم را بررسی و مورد پیگیری جدی قرار داد. خدمتگزار با یادآوری ظرفیت ها و قابلیت های بالای منطقه در زمینه معدن، افزود: خراسان جنوبی معادن غنی و ظرفیت های خدادادی بسیار خوبی دارد که توجه به این ظرفیت ها و شکوفا شدن آنها می‌تواند علاوه بر ایجاد اشتغال، ارزش افزوده فراوانی را نیز به استان سرازیر نماید.وی جلوگیری از خام فروشی محصولات معدنی در استان را مورد تأکید جدی قرار داد و یادآورشد: توسعه فراوری معادن و نیز توجه ویژه به این مهم علاوه بر توسعه اشتغال، موجب رونق اقتصادی و توسعه فضای کسب وکار در این حوزه نیز خواهد بود.وی به مشکلات موجود در واحدهای معدنی استان اشاره کرد و ادامه داد: برخی از واحدهای معدنی استان نیمه تعطیل بوده یا از حداقل ظرفیت خود استفاده می‌کنند که نیازمند توجه ویژه از سوی مسئولان کشوری در این باره هستیم.وی به فعالیت ۹ شهرک و ۱۱ ناحیه صنعتی در قالب ۳۰۰ واحد در استان اشاره کرد و افزود: با توجه به مشکلات اقتصادی که از گذشته وجود داشته برخی از این واحدها نیمه تعطیل بوده و یا با حداقل ظرفیت خود فعالیت می‌کنند، از اینرو رفع مشکلات موجود در این واحدها و نیز توجه ویژه به آنها می‌تواند تا حد زیادی موجبات ایجاد رونق اقتصادی در استان را فراهم نماید.وی خاطر نشان کرد به طور قطع توجه به واحدهای صنعتی و رفع مشکلات آنها می‌تواند علاوه بر ایجاد امید در تولیدکنندگان باعث جلب سایر متقاضیان و

ساماندهی و تعریض سه خیابان اصلی در دستور کار شورای شهر بیرجند

حسین زاده– صد و دهمین جلسه شورای اسلامی شهر بیرجند با حضور بیشتر اعضا برگزار شد. در این جلسه که با حضور شهردار و معاونان وی تشکیل شد در ابتدا معاون عمرانی شهردار با توجه به جلسه برگزار شده با نمایندگان نزاجا گزارشی درباره کارهای انجام شده و پیگیری به عمل آمده برای تملک اراضی موسوم به پل دزبان و تعریض خیابان ارتش و ساماندهی خیابان جمهوری را ارائه کرد.

موافقت شورا با خرید اتوبوس جدید

در ادامه جلسه با توجه به مصوبه مورخ ۹۴/۴/۷ شورای هماهنگی ترافیک استان مبنی بر پیشنهاد اجرای طرح دو منطقه ای شدن و ساماندهی خطوط اتوبوسرانی بیرجند، مدیرعامل اتوبوسرانی طرح مذکور را به صورت

هزینه سالیانه ۱۸۰ میلیارد ریالی درمان بیماران خاص

و خدمات سربایی و چکاب‌ها گسترش داده شود. وی از راهاندازی بانک خون در این مرکز خبر داد و اظهار کرد:ایجاد داروخانه هالال‌احمر در این مرکز نیز در دستور کار قرار دارد. رئیس مرکز جامع درمان بیماری های خاص استان نیز اظهار کرد: این مرکز با کمک های خیران و دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، در جهت درمان، آموزش و حمایت های دارویی و درمانی بیماران خاص و صعب العلاج فعالیت

کاظمی فرد– اولین جلسه کمیته بیماران خاص استان در سال جاری با حضور اعضا این کمیته در محل مجتمع بیماران خاص بیرجند با هدف کمک بیشتر و روان تر شدن درمان این بیماران برگزار شد. مدیرکل دفتر امور اجتماعی استانداری در این کار گروه از وجود ۶۰۶ بیمار خاص در استان خبر داد و افزود: یکی از سیاست های دولت ارایه خدمات پزشکی رایگان به مردم به ویژه بیماران خاص و صعب الاعلاج است. به گفته وی ۹۰ درصد از هزینه‌های درمانی بیماران خاص را دانشگاه علوم پزشکی پرداخت می‌کند اما با توجه به محدودیت منطقه حتی پرداخت ۱۰ درصد هزینه‌های درمان نیز برای مردم سنگین است. وی خواستار کمک سازمان‌ها، کمیته امداد امام(ره) و بهزیستی در این راستا شد و افزود: اسکان همراهان بیماران، مسکن و اشتغال بیماران خاص از مشکلات این حوزه است. به گفته ابراهیمی اکثر بیماران دیالیزی هستند که ۱۸۰ میلیارد ریال صرف هزینه‌های این بیماران شده است.

راه‌اندازی بانک خون و دارو خانه هلال احمر در مرکز بیماران خاص استان
گنجی فر معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند نیز گفت: خراسان جنوبی جزو محدود استان‌هایی است که به‌صورت جامع به بیماران خاص خدمات‌رسانی می‌کند. وی بایبان اینکه روند گسترش خدماتدهی در مرکز جامع آموزشی درمانی بیماری‌های خاص استان رو به رشد است، ابراز امیدواری کرد: دامنه ارائه خدمات به سایر بیماران



چهارشنبه ۶ آبان ۱۳۹۴ * شماره ۳۳۵۴



با مشکل کمبود نقدینگی مواجه نشود.وی کارخانه شمش منیزیم فردوس را نیز از دیگر واحدهای مهم صنعتی استان دانست و تصریح کرد: این واحد صنعتی نیز در حال حاضر با مشکلاتی مواجه است که مرتفع شدن آنها می‌تواند کمک مناسبی برای توسعه اشتغال در استان باشد. وی توسعه صنایع و توجه به معادن را با توجه به ذخایر مناسبی که در این زمینه در استان وجود دارد را مورد تأکید جدی قرار داد و افزود: با توجه به خشکسالی های چندین ساله در استان، قطعاً توسعه معادن و نیز توجه به صاحبان صنایع می‌تواند تا حد زیادی مشکلات موجود در بخش کشاورزی را پوشش داده و به روند توسعه استان کمک کند. استاندار به فعالیت ۴ بازارچه مرزی در استان اشاره کرد و افزود: با توجه به حجم بالای مبادلات تجاری در بازارچه مرزی ماهرپود نیاز است تا زیرساخت های لازم برای توسعه این بازارچه و نیز فعال شدن سایر بازارچه های مرزی استان نیز فراهم شود. این گزارش حاکی است، در این نشست وزیر صنعت، معدن و تجارت نیز بعد از استماع سخنان استاندار نسبت به مرتفع شدن برخی از آنها قول مساعد داد.

استماع سخنان استاندار نسبت به مرتفع شدن برخی از آنها قول مساعد داد.

ساماندهی و تعریض سه خیابان اصلی در دستور کار شورای شهر بیرجند

شد از طریق شهرداری این موضوع پیگیری شود. در ادامه این جلسه نیز مواردی شامل بازگشایی امتداد خیابان معلم و اتصال آن به خیابان شهید قرنی، تملک ملک مربوط به نزاجا در پل دزبان (که با تملک این ملک مسیر تردد شهروندان از مقابل شهرداری منطقه یک به سمت خیابان صمدی و پل دزبان امکان پذیر می‌شود)، تعریض خیابان ارتش از ابتدای میدان ابودر، آغاز عملیات اجرای پارکینگ طبقاتی خیابان منتظری و تسریع در تکمیل پروژه پل موسی بن جعفر و پیگیری درباره آزادسازی اراضی واقع در مسیر طرح مذکور به اتفاق آرا حذف شده است.وی افزود: این خدمات در مرکزهای دولتی و غیردولتی به بیماران خاص علاوه بر خدماتی که قبلاً داده می‌شد، ارائه می‌شود.

در حاشیه این نشست وزیر صنعت، معدن و تجارت نیز بعد از استماع سخنان استاندار نسبت به مرتفع شدن برخی از آنها قول مساعد داد.

در اولین کمیته بیماران خاص استان در سال جاری عنوان شد:

هزینه سالیانه ۱۸۰ میلیارد ریالی درمان بیماران خاص

وی در ادامه از افزایش شیوع بیماری صعب العلاج سرطان در کشور و همچنین استان خبر داد و گفت متأسفانه سالانه، بالغ بر تعداد ۷۰ هزار مورد جدید، به آمار سرطان کشور افزوده می‌شود.

شهرداری برای صدور پایان کار همکاری کند

دهقانی با اشاره به مشکلات مرکز افزود: تأمین اعتبار حدود یک میلیارد تومان برای خرید دو قطعه زمین در مجاورت این مرکز برای گسترش واحد های دیالیز و شیمی درمانی و پارکینگ ، تهیه یک وسیله نقلیه برای ایاب و دهاب بیمارانو صدور پایان کار این مرکز توسط شهرداری خاص در هرساله مشکلات مالی برای این مرکز به وجود می‌آورد از مشکلات ماست که همکاری شهرداری را می‌طلبد.



یک میلیارد تومان برای خرید دو قطعه زمین در مجاورت این مرکز برای گسترش واحد های دیالیز و شیمی درمانی و پارکینگ ، تهیه یک وسیله نقلیه برای ایاب و دهاب بیمارانو صدور پایان کار این مرکز توسط شهرداری خاص در هرساله مشکلات مالی برای این مرکز به وجود می‌آورد از مشکلات ماست که همکاری شهرداری را می‌طلبد.

حذف فرانشیز بخشی از داروهای بیماران خاص

مدیرکل بیمه سلامت هم بیان کرد: طبق اعلام شورای عالی بیمه، فرانشیز برخی از داروهای بیماران خاص و سخت درمان در سال ۹۴حذف شد. خوبان با بیان

دهمین جشنواره قرآنی مدها متان با حضور ۱۵۷ نفر در بیرجند برگزار می‌شود

شهریاری– مسئول دبیرخانه کانون‌های فرهنگی هنری مساجد خراسان جنوبی گفت: دهمین جشنواره قرآنی «مدها متان» با حضور ۱۵۷ نفر از شهرستان‌های بیرجند، درمیان و خوسف در محل ساختمان مجبان الزهرا (س) بیرجند با حضور مسئولان کشوری برگزار شد. حجت الاسلام رمضان زاهدی گفت: این جشنواره در هفت رشته قرآنی شامل قرائت، حفظ (کل، ۲۰ و ۱۰ جزء)، حفظ، آذان، ترتیل، تفسیر، مفاهیم قرآن و نهج البلاغه و همچنین تصحیح قرائت حمد و سوره و آذکار

نماز برگزار شد. وی افزود: سن شرکت کنندگان بین ۱۸ تا ۳۰ سال است و تنها برای رشته های تصحیح قرائت حمد و سوره و آذکار نماز ۱۸ تا ۷۵ سال و برای رشته تفسیر محدودیت سنی وجود ندارد.

حجت الاسلام زاهدی با اشاره به برگزاری جشنواره منطقه ای مدها متان با محوریت شهرستان بیرجند، گفت: ۱۵۷ نفر از اعضای کانون‌های فرهنگی هنری مساجد از شهرستان های درمیان، خوسف و بیرجند در این جشنواره شرکت کرده‌اند. وی افزود: از این تعداد ۹۸ نفر را آقایان و ۵۹ نفر آن را بانوان تشکیل می‌دهند.وی

ساندویچ آلوده به میکروب سبب

مسمومیت عزاداران حسینی در خوسف شد

مهر– معاون غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی بیرجند با اشاره به مسمومیت عزاداران حسینی در خوسف، گفت: علت این حادثه رشد میکروب استاف به دلیل نگهداری ساندویچ گوشت به مدت طولانی خارج از محیط سرد بوده است. ناصری اظهار کرد: در هفته گذشته مسمومیت ۹۸ نفر از عزاداران حسینی در روستاهای «قریز» و «کاریز» شهرستان خوسف گزارش شد که بلافاصله نیروهای بهداشتی دانشگاه برای نمونه‌برداری به این روستاها اعزام شدند. وی بیان کرد: در این نمونه‌برداری تمامی مواد غذایی محیط از جمله ساندویچ گوشت، خورشت قیمه، پلو، ووفر، کلوجه و... نمونه‌برداری و تحت آزمایش قرار گرفت که در این آزمایش‌ها مشخص شد ساندویچ گوشت آلوده به میکروب‌های استاف، کلی فورم و اشریشیاکلی است. وی گفت: مهم‌ترین عاملی که سبب مسمومیت مواد غذایی شد میکروب استاف بوده که سبب تولید سمی در ساندویچ شده بود.ناصری در ارتباط با دلیل بروز این بابتی‌ری گفت: هیچ‌گونه آلودگی گوشتی در این حادثه وجود نداشته و تنها به دلیل اینکه ماده غذایی بعد از پخت خارج از محیط سرد برای چندین ساعت نگهداری شده و شرایط برای رشد میکروب فراهم‌شده است. وی ادامه داد: احتمالاً ساندویچ بعد از پخت غذا تهیه و روی‌هم قرار داده شدند و همین امر سبب شد که غذا سرد نشود.

۷۰ پروژه عمرانی در بقاع متبرکه استان در دست اقدام است

فارس– معاون اداره کل اوقاف و امور خیریه خراسان جنوبی با بیان اینکه در سال‌جاری هیچ‌گونه اعتبار دولتی برای اجرای پروژه‌های عمرانی به بقاع متبرکه استان اختصاص نیافته است، گفت: حدود ۷۰ پروژه عمرانی در ۴۸ بقعه متبرکه استان در دست اقدام است. حجت‌الاسلام پیش‌پوری اظهار کرد: پروژه‌های عمرانی در بقاع متبرکه در قالب طرح‌های جامع پیگیری و اقدام می‌شود. وی تصریح کرد: اعتبار مورد نیاز برای این پروژه‌ها با کمک خیران در طرح مودت تأمین می‌شود. وی از اتمام ۲۳ پروژه عمرانی در بقاع متبرکه استان در سال جاری خبر داد و گفت: در سال جاری هیچ‌گونه اعتبار دولتی برای اجرای پروژه‌های عمرانی در بقاع متبرکه استان اختصاص نیافته است. وی با اشاره به اینکه برای اجرای هر طرح جامع حدود ۵ میلیارد تومان اعتبار لازم است، افزود: جمع‌بندی اعتبارات هزینه شده برای پروژه‌های عمرانی در بقاع متبرکه در پایان سال جاری صورت می‌گیرد.

انتخابات شورای دانش آموزی در یک هزار و ۶۸۴ آموزشگاه برگزار شد

مهر– هجدهمین دوره انتخابات شورای دانش‌آموزی در یک هزار و ۶۸۴ آموزشگاه خراسان جنوبی برگزار شد. معاون پرورشی اداره کل آموزش‌وپرورش خراسان جنوبی در افتتاح این مراسم اظهار کرد: این دوره از انتخابات در یک هزار و ۱۳۰ مدرسه ابتدایی استان برگزار می‌شود. موسوی‌نژاد بیان کرد: هم‌اکنون انتخابات شورای دانش‌آموزی در ۳۱۰ آموزشگاه متوسطه اول و ۲۴۳ مدرسه متوسطه دوم در حال برگزاری است. وی ادامه داد: در این دوره از انتخابات ۱۳۲ هزار دانش‌آموز پای صندوق‌های رأی حاضر می‌شوند و بیش از هشت هزار و ۶۶۰ نفر از کاندیداها به‌عنوان اعضای اصلی شورای دانش‌آموزی انتخاب می‌شوند. وی بیان کرد: تعداد سه هزار و ۴۶۰ نفر به‌عنوان عضو علی‌البدل انتخاب خواهند شد. به گفته موسوی‌نژاد در این دوره ۱۲ هزار و ۱۳۰ نفر از اعم از مسئولان صندوق‌ها و ... برای برگزاری انتخابات همکاری می‌کنند. وی افزود: در اردیبهشت‌ماه سال آینده نیز برترین‌های شورا‌های دانش‌آموزی استان انتخاب و به تهران اعزام می‌شوند.

بازدید نیم کاوش مشترک باستان‌شناسی ایران و ایتالیا از محوطه‌های پیش از تاریخ خراسان جنوبی

گروه خبر– تیم کاوش مشترک باستان شناسی ایران و ایتالیا در محوطه چلو چارچم خراسان شمالی، از محوطه های پیش از تاریخ خراسان جنوبی بازدید کردند. دکتر رافائل بیشونه از دانشگاه ناپل ایتالیا و علی اکبر وحدتی معاون میراث فرهنگی خراسان شمالی از محوطه های کله کوب سربازان، گوند و سرتخت باغستان فردوس و موزه باستان شناسی بیرجند بازدید کردند. این تیم در این بازدید گفتند: سفالینه های پیش از تاریخ خراسان جنوبی مربوط به یک فرهنگ خاص و محلی بوده و هیچ گونه ارتباط فرهنگی مابین داده های فرهنگی دوره مس و سنگ خراسان جنوبی با سیستان و بلوچستان یا نیمه شمالی استان وجود نداشته است. آنها افزودند: یافته های مربوط به عصر مفرغ که اخیراً در محدوده استان به دست آمده عمدتاً وارداتی بوده و هیچ گونه پیشینه فرهنگی قبلی در زمینه ساخت این گونه سفالینه وجود نداشته است.

پاره ای از رهنمودهای مقام معظم رهبری (مدظله العالی) در باب پدافند غیرعامل:

تنها راه مقابله با تهدیدات این است که وضعیت داخلی به گونه ای ساماندهی شود که دشمن از پیروزی خود مطمئن نباشد

کمیته پدافند غیرعامل فرمانداری شهرستان بیرجند

از تولید به مصرف کلی – جزئی	ورق کرکره – رایبستی	تولید، فروش نصب و اجرا
بیرجند- بلوار فرودگاه – بین امام رضا ۲۰ و ۲۲ تلفن: ۰۵۶-۳۲۳۱۸۰۰۶-۷ ۰۹۱۵۱۶۱۱۴۸۷-۰۹۱۵۳۶۱۳۸۳۴ (آهن آلات یوسفی)		



بزرگترین عزاداری کارگری خراسان جنوبی برگزار شد

حماسه عاشورایی کارکنان کویرتایر در عزای سیدالشهداء(ع)

نماز جماعت ظهر و عصر با شکوهی خاص در خط تولید این کارخانه اقامه شد

کارگری خراسان جنوبی به شمار می آید، کویرتایری های دیار شور و شعورحسینی، در سرزمینی کوچک با دلی بزرگ به بلندای بیرق حسین (ع) همنوا با ناله آسمان و زمین، دوشادوش هم، نوای یالثارات الحسین (ع) سر دادند. همچنین حجت الاسلام والمسلمین حائری زاده در خصوص اهمیت عزاداری سیدالشهدا(ع) و قیام امام حسین(ع) سخنانی ایراد و از مدیریت و کارکنان در برپایی شکوهمند این مراسم عزاداری قدردانی کرد. این عزاداری باشکوه هر سال در شرکت کویرتایر برگزار می شود که امسال نیز با شکوه و عظمت بیشتری صورت گرفت. پس از برگزاری عزاداری و سخنرانی، نماز جماعت ظهر و عصر در خط تولید و با حضور شرکت کنندگان این مراسم باشکوه برگزار شد.



افتتاح شد

نمایندگی انحصاری تشک عروس خواب روبال

تاسیس ۱۳۶۶
شماره ثبت ۱۷۳۸

خیابان مدرس، نبش مدرس ۳۷ ۰۵۶-۳۲۴۴۹۰۸۳

نمایندگی انحصاری داکت اسپلت

سرمایشی و گرمایشی بسیار قوی با صرفه جویی بالا در مصرف گاز و برق در زمستان و تابستان

قابل نصب در واحدهای کوچک آپارتمانی تا ساختمان های تجاری بزرگ و پاساژها با ظرفیت های متنوع کاهش هزینه های تاسیساتی ساختمان تا ۳۰ درصد

بیرجند - بین مدرس ۳۵ و ۳۷ تلفن: ۰۹۲۰۶۰۰۷۶۴۹-۳۲۴۴۹۰۸۴

آگهی همکاری

طراح گرافیکست با سابقه جهت امور طراحی و روابط عمومی نیازمندیم.

تلفن تماس: ۰۹۱۵۳۵۱۸۴۵۵-۳۲۲۱۳۷۲۳

انجمن خیریه حمایت از بیماران کلیوی خراسان جنوبی

با حمایت از بیماران ((خاص)) نیازمند کلیوی غنچه امید را در قلب هایشان شکوفا سازیم.

بیماران نیازمند دیالیزی و پیوند کلیه هم اکنون نیازمندیاری سبزتان هستیم

به یاری شما می اندیشند.

شماره حساب های کمک های مردمی:

شماره کارت: ۶۰۳۷۷۰۱۱۹۹۵۰۲۱۴۴

بانک ملی: ۰۱۰۵۷۸۳۷۷۹۰۰۷

بانک کشاورزی: ۶۹۹۶۱۱۶۹ تلفن: ۳۲۲۲۹۱۵۴ فاکس: ۳۲۲۲۹۰۵۱

آدرس: مدرس: ۵ - پلاک ۲۹

به اطلاع شهروندان محترم می رساند:

موسسه خیریه توانبخشی حضرت علی اکبر (ع) نگهداری سیصد معلول را با حمایت و کمک های شما بزرگواران عهده دار است و آمادگی دارد **همچون سنوات گذشته نذورات نقدی و غیر نقدی شما را با دل و جان پذیرا باشد.**

شماره حساب کمک های مردمی:

کارت بانک پاسارگاد: ۵۰۲۲۲۹۱۹۰۰۰۴۳۳۵۵

کارت بانک توسعه تعاون: ۵۰۲۹۰۸۱۰۱۶۵۲۸۰۹۹

آدرس: بیرجند - شهرک شهید مفتاح - بالاتر از فنی و حرفه ای

فروشگاه عارف در خدمت شما

بیرجند - حاشیه میدان دوم سجادشهر ۳۲۴۴۷۷۲۹ - ۳۲۴۴۶۶۲۲

عرضه کننده کلیه لوازم التحریر مهندسی، معماری، هنری

کیف و کتب درسی و کمک درسی

هفته پیشگیری از مسمومیت ها

۳۱ آبان ماه



ویژه نامه هفته پیشگیری از مسمومیت ها چهارشنبه : ۹۴/۸/۶ ضمیمه رایگان روزنامه آوای خراسان جنوبی

معرفی ایام هفته پیشگیری از مسمومیت ها

پیشگیری از مسمومیت ناشی از داروها

۳ آبان

پیشگیری از بروز مسمومیت ها در اطفال

۴ آبان

پیشگیری از مسمومیت ناشی از گاز ها و منوکسید کربن

۵ آبان

پیشگیری از مسمومیت های ناشی از مواد غذایی و گیاهان سمی

۶ آبان

پیشگیری از بروز مسمومیت با سموم دفع آفات و مواد شیمیایی

۷ آبان

و شوینده خانگی

پیشگیری از مسمومیت ناشی از گزیدگیها

۸ آبان

پیشگیری از مسمومیت ناشی از سوء مصرف مواد

۹ آبان

پیام رئیس دانشگاه علوم پزشکی

به مناسبت هفته پیشگیری از مسمومیتها

(۳-۹) آبان ماه



شیوه جدید زندگی ماشینی و دسترسی آسان به انواع مواد شیمیایی، داروها، سموم و ... بدون داشتن اطلاعات کافی از نحوه نگهداری، مصرف، عوارض، خطرات و هشدارهای مربوط به آن، شیوع مسمومیت های اتفاقی و عمدی را در جامعه به میزان زیادی افزایش داده است. بسیاری از ضایعات ناشی از بروز مسمومیت ها به سادگی قابل پیشگیری می باشند و با نگاهی نو به روند آموزش نحوه پیشگیری از مسمومیت ها و توجه به این نکته که «شاید قربانی بعدی یکی از انواع مسمومیت من یا خانواده من باشد» هیچگاه خطر را از خود دور نخواهیم دید. چراکه یک لحظه غفلت خصوصاً در کودکان می تواند منجر به عوارض دائمی و آزار دهنده ناشی از مسمومیت شود. وقوع مسمومیت های حرفه ای حد و مزمن در کارگران شاغل در کارخانجات صنایع شیمیایی از یک سو و استفاده از وسایل گاز سوز و مواد شیمیایی و شوینده در منازل و فقدان آگاهی های کافی در اغلب خانواده ها از سوی دیگر، خطرات جدی را متوجه آنان می کند. خصوصاً کودکان زیر ۵ سال بر اساس آمار، صدمه پذیرترین گروه به شمار می روند.

چون بودن جمعیت کشور و مسائل اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی مرتبط با آن و همچنین سوء مصرف مواد مخدر، تعداد مسمومیت های عمدی از جمله خودکشی را نیز افزایش داده است. به طوری که بسیاری از افراد بدون توجه به باورهای مذهبی و سایر عواقب اجتماعی و خانوادگی، اقدام به خودکشی می نمایند. اگر چه بسیاری از این مسمومیت ها توسط گروه پزشکی کنترل شده و به مرگ منتهی نمی گردد ولیکن خسارات جبران ناپذیری را به پیکره اقتصاد، سلامت و بهداشت جسمی و روانی جامعه و خانواده ها وارد خواهد نمود.

دسترسی آسان به دارو در منازل و عدم نگهداری صحیح آنها همراه با افزایش تعداد بیماران افسرده و آگاهی عامه مردم از قابلیت کشندگی برخی داروها، متأسفانه جامعه را نسبت به مسمومیت های ناشی از داروها خصوصاً شکل عمدی آن آسیب پذیرتر نموده است.

آمار بالای مصرف داروها در جامعه از یک سو احتمال بروز تداخلات دارویی را بالا خواهد برد و از سوی دیگر اشتباهاتی که ضمن تجویز و مصرف دارو به صورت ناخواسته صورت می گیرد ممکن است بیمار را به سمت مصرف مقادیر بالاتر از دوز درمانی و متأسفانه عوارض ناشی از مسمومیت با داروها سوق دهد. این امر خصوصاً در مصرف دارو توسط سالمندان حائز اهمیت است. به همین علت شمار امسال هفته پیشگیری از مسمومیتها «با افزایش آگاهی، مانع مسمومیت دارویی شویم» مقرر شده است. ضمن اشاره به دلایل فوق، نامگذاری هفته ای به نام هفته پیشگیری از مسمومیت ها می تواند در امر آموزش و اطلاع رسانی کلیه اقشار جامعه و به تبع آن کاهش موارد مسمومیت های اتفاقی و عمدی مفید واقع شود و به میزان قابل توجهی سبب ارتقاء سطح سلامت و بهداشت عمومی جامعه گردد و با توجه به محدودیت تختههای بیمارستانی و هزینه های بالای دارو و درمان، می تواند به کاهش هزینه های درمانی کمک شایانی نماید.

دکتر کاظم قائمی - قائم مقام وزیر در استان و رئیس دانشگاه

مسمومیت چیست؟

تعریف سم:

سم هر ماده یا ترکیبی است که اگر توسط فردی به صورت غیر صحیح، یا در فردی غیر از بیمار یا در مقادیر اشتباهی استفاده شود موجب آسیب می گردد. سمومی که بطور عادی در محیط وجود دارند شامل : مواد شوینده، مواد شیمیایی موجود در محیط یا در محیط کار، داروها، گیاهان سمی، مارها، حشرات است. سموم میتوانند از راه چشم، گوش، از طریق پوست، تنفس و یا خوردن به بدن وارد شوند.

سموم شایع در اطفال چه مواردی هستند ؟ محصولات آرایشی و بهداشتی از قبیل لاک ناخن، عطرها، دئودورانت ها، صابونها، مواد شوینده، داروهای مسکن مانند استامینوفن و ایبuprofen، ترکیبات در دسترس کودک مانند قسمتهایی از پاک کن، عروسک، جاذب الرطوبه موجود در محصولات مختلف، چسب و محصولات موضعی کودک مانند روغن و پودر بچه، کالامین و ...

سموم شایع در بزرگسالان چه مواردی هستند:

داروهای مسکن (شامل داروهای OTC و نسخه ای)، مواد مخدر، داروهای آرامبخش و خواب آور و داروهای اعصاب و روان، داروهای قلبی و عروقی، الکل ها

سموم خطرناک در دسترس چه مواردی هستند:

ضد یخ و شیشه شوی، بعضی داروها، شوینده های خورنده مانند: گاز پاک کن، جرم گیر، لوله بازکن، و جوهر نمک، مواد سوختی مثل نفت سفید، بنزین، گازوئیل، انواع حشره کشها و منوکسید کربن می نکته بسیار اهمیت دارد که بدانیم شایع ترین عامل بروز مرگ ناشی از مسمومیت های غیر عمدی در ایران مسمومیت با منوکسید کربن است در صورتی که آموزشهای مرتبط با نحوه استفاده صحیح از وسایل گازی در رسانه ها مرتب انجام میشود و با رعایت استانداردهای ارائه شده توسط اداره گاز این مسمومیت قابل پیشگیری میباشد.

در اولین برخورد با فرد مسموم چه کار باید کرد:

- در صورتی که فرد مسموم نیازمند کمکهای اولیه است و شما دوره کمکهای اولیه جمعیت هلال احمر را دیده اید به وی کمک کنید.
- در صورتی که فرد مسموم دچار اختلال تنفسی، کاهش سطح هوشیاری و یا کلاپس قلبی شده باشد یا ۱۱۵ تماس گرفته شود. در این موارد حتی اگر مطمئن هستید ماده به تازگی خورده شده از القای استفراغ و یا خوراندن مایعات اجتناب کنید.
- در صورتی که فردی داروی اشتباه خورده یا مقدار اشتباه از داروی صحیح خورده بلافاصله با ۱۴۹۰ تماس گرفته شود.
- در صورتی که فردی گاز سمی استنشاق کرده ابتدا باید به جایی که هوای تازه سالم دارد منتقل شود و سپس با ۱۴۹۰ تماس گرفته شود.
- در صورتی که ماده سمی بر روی پوست ریخته است ابتدا تمام لباسهای آلوده شده را از تن خارج کرده و سپس ۱۵-۲۰ دقیقه زیر آب روان قرار داده و با ۱۴۹۰ تماس گرفته شود. به هیچ عنوان از مواد شیمیایی که از نظر شیمیایی خنثی کننده ماده

۳ آبان پیشگیری از مسمومیت ناشی از داروها



۱- هفتاد درصد از مسمومیت های ارجاع شده به مراکز اطلاع رسانی داروها و سموم کشور، مسمومیت های دارویی می باشد.

۲- دهان، شایعترین راه ورود سموم به بدن می باشد.

۳- با مصرف خودسرانه داروها بدون تجویز پزشک، سلامت خود را به خطر نیندازید.

۴- داروها را دور از دید و دسترس کودکان و در ارتفاع بالا و در کمد مجهز به قفل نگه داری نمایید.

۵- از قرار دادن دارو در کیف دستی پرهیز کنید تا مانع خورده شدن دارو توسط کودکان شود.

۶- بهتر است داروهای بیمار افسرده و یا بیمارانی که تعامل رفتاری ندارند و یا افرادی که سابقه اقدام به خودکشی دارند را دور از دسترس ایشان قرار دهید

۷- مراقبت دقیقی در خصوص میزان داروی مصرفی ایشان به عمل آورید.

۸- بر مصرف داروی افراد مسن خانواده نظارت داشته باشید چراکه ایشان به دلایل زیر ممکن است

۱- داروی خود را به اشتباه یا بطور تکراری مصرف نمایند؛ تشابه ظاهری شکل داروها، ابتلا به فراموشی، عدم اطلاع از نام داروها، بی سوادی یا کم سوادی و یا خوانا نبودن مقادیر مصرفی دارو و یا مندرج روی جعبه دارویی.

۲- بهترین کار برای پیشگیری از خوردن دوز تکراری دارو، یادداشت کردن دفعات مصرف دارو و یا قرار دادن قرصها در داخل جعبه های مخصوص تقسیم بندی شده (برحسب صبح، ظهر و شب) می باشد.

۳- داروها را مطابق با توصیه پزشک یا داروساز و نه بیشتر از آن مصرف نمایند چراکه با مصرف چند برابر مقادیر درمانی داروها به طور خودسرانه، نه تنها روند درمان شما سریعتر نمی شود بلکه دچار عوارض سوء و یا مسمومیت با داروها خواهید شد.

۴- مصرف بیش از مقادیر توصیه شده داروهای مسکن سبب سمیت و تخریب کلیه ها خواهد شد.

۵- در برخورد با فرد مسموم غیر هوشیاری که در کنارش بسته های

۶- به هیچ وجه در تاریکی داروها استفاده نشوند

۷- از مخلوط کردن مواد شوینده اجتناب شود

۸- در صورت استفاده از مواد شوینده جرم زدا و لکه بر تمام درها و مبادی ورودی هوا باز نگهداشته شود

۹- در هنگام استفاده از سموم حشره کش یا دفع آفات نکات ایمنی توصیه شده توسط تولیدکنندگان آن رعایت شود

۱۰- در صورت مواجهه خوراکی یا تنفسی با سموم دفع آفات یا توجه به اینکه ممکن است عوارض سمی آنها به صورت تاخیری بروز پیدا کنند حتماً حتی اگر علامتی وجود ندارد با مرکز ملی اطلاع رسانی داروها و سموم ۱۴۹۰ تماس بگیرید

۱۱- در صورتی که یکی از اطرافیان تهدید به خودکشی با داروها و یا مواد سمی کرد در مواردی که سابقه اختلالات اعصاب و روان در او وجود دارد حتماً باید این تهدید را جدی گرفت و با متخصص اعصاب و روان وی مشورت کرد

۱۲- هرگونه تغییر در رفتار غیر عادی مانند گوشه گیری، بیخوابی، بی حوصلگی، پرخاشگری، غیبت از محل کار یا تحصیل، بی نظمی و ناهمبندی در اطرافیان را جدی گرفته و در پی بررسی علت آن و مشورت با مشاور روانشناس باشید

۱۳- مسمومیت با مواد مخدر یکی از عوامل مهم مرگ ناشی از مسمومیت در ایران و بسیاری از کشورهاست

۱۴- در بسیاری از موارد امتحان کردن مصرف مواد مخدر یا توهّم را در جمع دوستان اولین پله از حرکت به سمت اعتیاد و بروز عوارض ناشی از آن است

۱۵- استفاده از داروهای غیرمجاز دست ساز یا ماهواره ای که بصورت غیرمجاز در فروشگاه های اینترنتی یا عطاری ها عرضه میشوند میتواند عامل بروز مسمومیت های خطرناک گردد و جهت ترک اعتیاد توصیه شود بیمار به مراکز درمانی معتبر مراجعه کند.

معاونت غذا و دارو بر گزار میکند:

کنفرانس علمی «مسمومیت های دارویی شایع»

دارای امتیاز بازآموزی

زمان: شنبه مورخ ۹۴/۸/۹

مکان: سالن آمفی تاتر معاونت غذا و دارو

ثبت نام از طریق سایت آموزش مداوم به آدرس:

<http://www.ircme>

گروه هدف:

دکترای حرفه ای داروسازی، پزشکان عمومی، پزشکان متخصص رشته های داخلی، عفونی، قلب و عروق، کودکان، مغز و اعصاب، جراحی عمومی، جراحی کلیه و مجاری ادراری، جراحی مغز و اعصاب، گوش و حلق و بینی، زنان، پزشکی قانونی، طب سالمندی، روانپزشکی، طب اورژانس، سم شناسی، فارماکولوژی، کارشناسان رشته های پرستاری، مامایی و فوریتهای پزشکی.

۴آبان پیشگیری از بروز مسمومیت هادر اطفال

- کودکان زیر ۵ سال، پر خطرترین گروه سنی از نظر بروز مسمومیت هستند.
- کودکان خردسال ممکن است هر چیزی را به دهان ببرند. این عمل بخشی از آموزش و درک این گروه سنی از محیط اطرافشان است و این عمل زمینه ساز بروز مسمومیت است.
- داروهای مصرفی افراد خانواده را دور از دسترس کودکان نگهدارید.
- داروهای خود را در مقابل چشم کودکان نخورید، چرا که کودکان از رفتار بزرگسالان تقلید می کنند و ممکن است دور از چشم والدین داروها را به دهان ببرند.
- در هنگام بیماری کودکان مراقب باشید تا دوز تکراری دارو به وی ندهید.
- به کودکان بیاورید هیچ چیزی ننوشند و یا نخورند مگر اینکه با اجازه بزرگسالان باشد.
- اگر به کودک خود دارو می دهید به او تهمیم کنید که این دارو است و از کلماتی مثل اینست، شکلات و یا خوراکی استفاده نکنید.
- گلیا و گیاهان آپارتمانی را دور از دسترس کودکان قرار دهید و هنگام بازی کودکان در فضای باز مراقب آنها باشید تا توسط گلیا و گیاهان سمی مسموم نشوند.
- از نگهداری گیاهان و گلیاهای آپارتمانی مانند خرزهره و دffen باخا در منازل که دارای کودک

۵آبان پیشگیری از مسمومیت ناشی از گازها و منوکسید کربن



- مسمومیت با منوکسید کربن یکی از مرگبارترین انواع مسمومیت ها می باشد. برای پیشگیری از بروز آن توصیه های ایمنی در مورد استفاده از وسایل حرارتی را رعایت نمایید.
- منوکسید کربن گازی بی رنگ، بی بو و بدون طعم و غیر محرک است که در اثر سوختن ناقص سوخت های فسیلی مانند نفت، گاز، بنزین ، گازوئیل، دود آگروز اتومبیل و ذغال چوب حاصل می شود.
- استفاده از آب گرمکن نفتی یا گازی و یا دستگاه بکچ در داخل محیط حمام و یا محیطهای کوچک درسته منجر به سوخت ناقص و مسمومیت با گاز خواهد شد.
- در هنگام استفاده از بخاری های نفتی و

۶آبان پیشگیری از مسمومیت های ناشی از مواد غذایی و گیاهان سمی



- باکتری ها، ویروس ها، قارچ ها، مواد افزودنی غیر مجاز، فلزات سنگین، باقیمانده سموم نباتی از عوامل مهم ایجاد مسمومیت های غذایی محسوب می شوند.
- مسمومیت با مواد غذایی می تواند در اثر آلودگی غذا در جریان تولید فرآورده های غذایی، تهیه و نگهداری آنها ایجاد شود.
- از مصرف کنسروهای که در قوطی آنها آثار نشته، برآمدگی و فرو رفتگی و رنگ زدگی مشاهده می شود خودداری کنید.
- آیا می دانید نوعی از مسمومیت غذایی موسوم به «بوتولیسم» از کشنده ترین انواع مسمومیت ها بشمار می رود؟
- بوتولیسم در اثر مصرف مواد غذایی مانند سوسیس، کالباس، کنسرو ماهی، کنسرو ذرت، کنسرو لوبیا، کشک خام و عسل طبیعی که در شرایط نامناسب و غیر بهداشتی تهیه و نگهداری شده اند ایجاد می شود.
- علامیم و نشانه های بوتولیسم به صورت ناخیری (۱۲ تا ۲۴ ساعت بعد از مصرف غذای آلوده به باکتری) و به صورت تاری دید، دوبستی

۷آبان پیشگیری از بروز مسمومیت با سموم دفع آفات و مواد شیمیایی و شوینده خانگی



- در هنگام استفاده از فرآورده های شیمیایی و سموم مختلف اعم از سموم خانگی یا صنعتی، حتما در نور کافی برچسب روی بسته بندی را مطالعه نموده سپس مصرف نمایید.
- در هنگام استفاده از مواد شیمیایی و فرآورده های شوینده و پاک کننده پنجره ها را باز کنید

- گازی، جهت پیشگیری از مسمومیت با گاز منوکسید کربن، اطمینان از نصب صحیح و کارکرد مناسب دودکش ها الزامی است.
- هرگز دودن لوله دودکش بخاری، دلیل بر خارج نشدن دود و گاز سمی می باشد.
- علامیم تماس طولانی با منوکسید کربن، سردرد، گیجی، ضربان شدید شقیقه ها، وزوز گوش و خواب آلودگی می باشد در ادامه تماس، فرد مسموم دچار تهوع، استفراغ و تپش قلب، کاهش هوشیاری، آسیب دائمی عصبی، کما و مرگ شود.
- علامیم مسمومیت با منوکسید کربن در کودکان تهوع، استفراغ و اسهال می باشد که با مقادیر پایین تری از منوکسیدکربن بروز می نماید.
- تماس طولانی مدت با گاز منوکسیدکربن بویژه در کودکان، می تواند با بروز اختلالات رفتاری و کاهش حافظه و ضریب هوشی همراه باشد.
- در هنگام بروز آتش سوزی علاوه بر ایجاد گاز منوکسید کربن، گاز سیلیند را سوختن مواد پلاستیکی ایجاد می شود که شدیداً سمی است.

- در صورت تماس سموم دفع آفات با پوست، ناحیه آلوده را با مقادیر فراوان آب و صابون شستشودهید.
- هر گونه مصرف خوراکی با سموم دفع آفات را جدی بگیرید و بیمار را برای درمان در اسرع وقت به نزدیکترین مرکز درمانی منتقل کنید.
- آیا می دانید علامه و نشانه های مسمومیت با برخی از سموم موش کش می تواند به صورت تاخیری (۲۴ تا ۴۸ ساعت بعد از مصرف) ظاهر شوند؟
- علامیم و نشانه های مسمومیت

- همهی از حشره کش ها (موسوم به ترکیبات ارگانوفسفره) با تهوع، استفراغ، دردهای شکمی، اسهال، اشک ریزش، آبریزش از بینی، تعریق، تنگی نفس، افت فشارخون، تنگی مردمک چشم، اختلالات قلبی و عصبی همراه است.
- در صورت تماس پوست و یا چشم با مواد اسیدی و یا قلای سمی و چشم را با مقادیر فراوان آب به خصوص سرد و صاف به صورت مداوم شستشو دهید.
- درمان مسمومیت با مواد اسیدی و قلای سمی

- استفراغ نکنید. این کار می تواند سبب وخیم شدن وضع بیمار گردد.
- در منازل قدیمی، لوله های آب سربی و رنگ مورد استفاده در چارچوب و دیوار که حاوی سرب است می تواند منجر به مسمومیت با سرب شود.
- آیا می دانید که آب آشامیدنی در مناطقی که حاوی سرب، حاوی مقادیر بالای سرب می باشند از مصرف آنها خودداری کنید.
- مصرف غذا های چرب سبب افزایش سرعت جذب سرب توسط بدن انسان می گردد.

۸آبان پیشگیری از مسمومیت ناشی از گزیدگیاها



- در مناطقی که حشرات زیاد وجود دارد، حشرات را با سموم دفع آفات مخصوصا سرب یا سموم دیگر از کرمهای دور کننده حشرات استفاده کنید.
- اصلی ترین عوارض سوء سرب در تکامل سیستم عصبی کودکان و بهره هوشی کودک بروز می نماید.
- شستشوی مرتب دستها در کودکان مانع تماس آلودگی سرب محیط با دهان آنها می شود.
- در مناطقی که حشرات زیاد وجود دارد، حشرات را با سموم دفع آفات مخصوصا سرب یا سموم دیگر از کرمهای دور کننده حشرات استفاده کنید.
- اصلی ترین عوارض سوء سرب در تکامل سیستم عصبی کودکان و بهره هوشی کودک بروز می نماید.
- شستشوی مرتب دستها در کودکان مانع تماس آلودگی سرب محیط با دهان آنها می شود.
- در مناطقی که حشرات زیاد وجود دارد، حشرات را با سموم دفع آفات مخصوصا سرب یا سموم دیگر از کرمهای دور کننده حشرات استفاده کنید.
- اصلی ترین عوارض سوء سرب در تکامل سیستم عصبی کودکان و بهره هوشی کودک بروز می نماید.
- شستشوی مرتب دستها در کودکان مانع تماس آلودگی سرب محیط با دهان آنها می شود.
- در مناطقی که حشرات زیاد وجود دارد، حشرات را با سموم دفع آفات مخصوصا سرب یا سموم دیگر از کرمهای دور کننده حشرات استفاده کنید.
- اصلی ترین عوارض سوء سرب در تکامل سیستم عصبی کودکان و بهره هوشی کودک بروز می نماید.
- شستشوی مرتب دستها در کودکان مانع تماس آلودگی سرب محیط با دهان آنها می شود.
- در مناطقی که حشرات زیاد وجود دارد، حشرات را با سموم دفع آفات مخصوصا سرب یا سموم دیگر از کرمهای دور کننده حشرات استفاده کنید.
- اصلی ترین عوارض سوء سرب در تکامل سیستم عصبی کودکان و بهره هوشی کودک بروز می نماید.
- شستشوی مرتب دستها در کودکان مانع تماس آلودگی سرب محیط با دهان آنها می شود.

- زنبورها و زنبورهای سرخ بطور مکرر نیش می زنند و محل گزش آنها به سادگی عفونی می شود.
- چنانچه گزش زنبور در نقاط مختلف و آن هم در ناحیه گردن و سر بروز نماید جدی تر است و می تواند تهدید کننده زندگی باشد.
- فرد زنبور گزیده برای چند روز از نظر تشدید درد یا باقی ماندن تورم با علامت شبیه انفولانزا و یا تب باید تحت نظر باشد و در صورت بروز این علامت سریعا به پزشک مراجعه شود.
- درمان زنبور گزیده برای معمولی زنبور شستشوی محل زنبور گزیدگی با آب و صابون می باشد.
- روی محل زنبور گزیدگی کمپرس سرد یا کیسه محتوی یخ قرار دهید و به طور متوالی هر ۱۵ دقیقه یکبار کیسه یخ را از روی پوست بردارید. از قراردادن مستقیم یخ روی پوست اجتناب نمایند و از گرم کردن موضع پرهیزند.
- حشره «دراکولا» یا «بند» نه نیش می زند و نه گاز می گیرد بلکه ترکیبات سمی و محرکی ترشح می کند که باعث ایجاد زخم در محل عبور خود از روی پوست می شود.
- سم حشره «دراکولا» یا «بند» باعث ایجاد ضدمات بافتی، زخم و تاؤل می شود. علامت به صورت قرمزی، بروز طاول و یا جوشهای کوچک همراه با خارش و در انتها ورقه ورقه شدن و پوسته پوسته شدن پوست می باشد.
- درمان قطعی برای سم حشره دراکولا یا بند وجود ندارد و عارضه بعد از مدتی خود به خود خوب می شود.
- له شدن حشره دراکولا یا بند روی پوست و یا خاراندن پوست سبب انتشار سم و تشدید زخمهای روی پوست خواهد شد.
- برای تخفیف عارضه پوستی سم حشره دراکولا، می توان در ساعات ابتدایی، با آب و صابون معمولی محل عارضه را شستشو داد و با تمیز نگه داشتن محل عارضه می توان از بروز مشکلات ثانویه از جمله عفونتهای باکتریایی جلوگیری کرد همچنین هرچه پوست مرطوتر باشد شدت عارضه بیشتر است.
- به طور تجربی استعمال الکل سفید بر روی موضع آلوده به سم حشره دراکولا یا بند می تواند در کاهش علامیم موثر باشد.

۹آبان پیشگیری از مسمومیت ناشی از سوء مصرف مواد



- آیا می دانید در طول تاریخ، روح پرورانی قرض اکستازی و شیشه می باشند.
- مخدر با هدف استعمار ملتها صورت گرفته است. مصرف مواد توهم زا مانند حشیش، اکستازی، ناخالصی های موجود در انواع سیگار و LSD و شیشه می توانند سبب بروز حوادث برخی موارد از خودماده مخمری مانند کوکائین، آمفتامین، اکستازی، تصادف، تراف، مشکلات خانوادگی، طلاق، بزهکاری، اعتیاد و مشکلات روحی را عوالم مستعد کنند.
- آیا می دانید مصرف همزمان مواد مخدر با فرآورده های تقلبی تمیزکننده لباس می تواند سبب بروز مسمومیت های شدید و حتی در اغلب آنها مواد سمی و کشنده می شود؟
- فرآورده های مخدر را با مواد دیگر مانند سوزش آلودگی، آمپول های مخدر، آمپول های «پراگ» برخلاف آمپول های آلوده، غیر استریل و مشترک یا شده مبین بر خوشبو کنندگی و طعم بهتر، بروز انواع بیماری های عفونی ترک سیگار، سبب بروز اعتیاد می شود.
- آیا می دانید بر اساس گزارش های سازمان بهداشت جهانی، ریه، مثانه می شود.
- مصرف حتی یک عدد قرص آمپول مخدر می تواند سبب مرگ در ۱۰۰ درصد موارد شود.
- مصرف بیشه گرچه ظاهر فاضحانه و خطرناک است، اما در صورت استفاده صحیح و دگرگون وقایل شناسایی نمی کنند.
- آن به مراتب خطرناکتر از مواد مخدر است و به بزرگ شدن سینه در مردان سکنه های قلبی و عروقی و برونمی و خشونت صفا در خانمها گردد.
- نارسانیه کید و کلیه و تخمیر کننده، ۱۰۰ درصد نایجای استروئیدهای آنابولیک در معزی و عضلاتی از عوارض آن است. جوانان جهت بدنسازی و رقابت های ورزشی با

شعار سال جاری هفته پیشگیری از مسمومیت ها:

با افزایش آگاهی

مانع مسمومیت دارویی شویم.

آشنایی باتعدادی از گیاهان سمی



خرزهره

خرزهره درختچه ای سمی وهمیشه سبز است که به طور معمول در پارک ها وفضای سبز کاشت می شود. مسمومیت با خرزهره درانسان به فراوانی اتفاق می افتد ودر برخی از کشور ها یکی از علل عمده مسمومیت های گیاهی در انسان محسوب می شود.

اجزاء سمی : تمام قسمتهای گیاه حاوی سم است. بلع تصادفی برگ، گل یا دانه های گیاه توسط کودکان ، خوردن برگ و یا جوشاندن آن برای خودکشی ، استفاده از قسمتهای مختلف گیاه به عنوان گیاه دارویی ، مصرف عسلی که از گل‌های گیاه به وسیله زنبور ساخته شده است، استنشاق دود وبخار ناشی از سوختن شاخ وبرگ خرزهره ، خوردن گوشتی که با استفاده از ترکه های این گیاه به جای سیخ کباب شده است ، خوردن سوپی که با ترکه های خرزهره به هم زده شده است وبه حتی خوردن حشراتی که قبلا از خرزهره تغذیه کرده اند از مواردی می باشد که به مسمومیت در افراد ودر مواردی به مرگ آنها منجر شده است . سم موجود در این گیاه از دسته cardioactive steroid محسوب می شود.
گلیکوزیدهای قلبی در بسیاری از گیاهان اطراف ما وجود دارند وجزه اصلی سمیت زایی آنها محسوب می شوند. این مواد باعث مهار برگشت پمپ سدیم پتاسیم می شود.

دوز سمی : خوردن حتی یک برگ ویا ۸ تا ۱۰ عدد از دانه های خرزهره توسط انسان بالغ می تواند منجر به بروز اثرات سمی خطرناک شود.

علائم ونشانه های مسمومیت : علائم قلبی (تغییر ریتم قلب ، درد قفسه سینه ، تنگی نفس ،گیجی وخستگی)از بارزترین علائم ابتلا به مسمومیت بااین گیاه است. همچنین علائم گوارشی (تهوع ، استفراغ ودردهای شکمی)، هم با این سم دیده می شود.

اقدامات اورژانسی اولیه : باز نگه داشتن راههای هوایی ، اکسیژناسیون و تهویه کافی و اگر منعی وجود نداشته باشد، شارکول فعال تجویز می شود.

تدابیر درمانی : درمان های حمایتی در جهت درمان اختلالات تنفسی و قلبی ودر شرایط تهدید کننده حیات می توان از digoxin antibody fab استفاده می شود. گیاهان دیگری که سمیت مشابهی دارند و به عنوان گیاهان زینتی استفاده می شوند شامل : گل انگشتانه و موگه



دیفن باخیا

جذب شده باشد نارسایی کلیوی هم می تواند رخ دهد. در صورت تماس با مخاط چشم التهاب همزمان قرنیه و ملتحمه چشم وخراش قرنیه ممکن است رخ دهد.
تدابیر درمانی : اغلب علائم خود محدود شونده می باشد. در صورت تماس پوستی باید پوست با آب و صابون شسته شود ودر صورت تماس دهانی در خانه توصیه به شستشوی مناسب دهان ونوشیدن یک لیوان شیر مفید خواهد بود، مکیدن یک تکه یخ وبا خوردن بستنی نیز می تواند در کاهش عوارض مخاطی و بی حش شدن آن مؤثر واقع گردد. برای کاهش درد التهاب از استروئیدهای موضعی می توان استفاده کرد و آنتی هیستامین ها در این خصوص تأثیر زیادی ندارند ، استفاده از بی حس کننده های موضعی هم برای کاهش درد مفید است. در صورت درگیری شدید مخاط و احتمال انسداد مجاری هوایی انجام اقدامات اورژانس در باز نگه داشتن مجاری هوایی انجام شود.



ریواس

تدابیر درمانی : شست وشوی دهان ونوشیدن یک لیوان شیر ودر موارد شدید ارجاع به مرکز درمانی.

گیاهان دیگری که سمیت مشابهی دارند : کالادیم یا بال فرشته ، فیلودندرون ،آنتوریوم و گل شبپوری



بنت قنصول

کودکان خورده شود ، موجب بروز تحریکات نخاعی می شود.



تاتوره

علائم ونشانه های مسمومیت :افزایش ضریان قلب ، خشکی دهان ، میدریاز(گشادی مردمک)، تاری دید، ترس از نور ، گیجی ، بی قراری، فراموشی برگشت پذیر ، افزایش نمای بدن ، اختلال در بلع ، اختلال عضلانی و احتباس ادرار می شود ودر حالات شدید مسمومیت کما وتشنج بروز می کند.
تدابیر درمانی : اقدامات اورژانسی اولیه مثل باز نگه داشتن راه هوایی واکسیژن رسانی و قطع تماس از دستگاه گوارش اولویت دارد.استفاده از شارکول فعال در این جهت کمک کننده خواهد بود.
القای استفراغ به دلیل خطر بروز تشنج و انجام شستشوی معده به دلیل خطر بروز اسپیراسیون (ورود مواد به ریه) توصیه نمی شود. در موارد خاص از داروی فیزوستیگمین که مهارکننده آنتی کولین استراز است می توان استفاده نمود.

آزالیا

آزالیا یکی از گیاهان آپارتمانی با رنگ های فوق العاده زیباست که با نام عمومی Azalea شناخته می شود
آزالیا دارای گونه های زیادی است.
اجزاء سمی : ماده اصلی سمی از این گیاه از خانواده گلیکوزین ها است. مسمومیت عمدتاً بعد از مصرف برگ ها یا گل های آن رخ می رهد.

علائم ونشانه های مسمومیت : علائم مسمومیت باآن عمدتاً قلبی و نورولوژیک است. انقباضات بطنی نارس، کاهش ضریان قلب، بلوک قلبی ، کاهش فشارخون و هاپیرکالمی است. علائم نورولوژیک اغلب غیراختصاصی بوده وشامل ضعف و تغییر وضعیت هوشیاری است
علائم گوارشی آن شامل تهوع واستفراغ ودردهای شکمی است.

تدابیر درمانی : بازنگه داشتن راه های هوایی واکسیژناسیون(تنفس با اکسیژن خالص و با فشار) ، تجویز شارکول فعال ودرمان حمایتی است.
القای استفراغ به دلیل علائم نورولوژیک واتجام شستشوی معده به دلیل خطربروز برگشت مواد به ریه توصیه نمی شود.

مسمومیت در بیشتر مواقع اتفاقی وناشی از بلع اشتباهی بخور اکالپیتوس است.
علائم ونشانه های مسمومیت : مصرف بخور اکالپیتوس وجود مواد فرار و خطر ایجاد پنومونی شیمیایی بسیار خطرناک است.
علائم گوارشی (تهوع ، استفراغ و درد شکمی)، علائم ربوی (اسپاسم ریه، تنگی نفس ، پنومونی شیمیایی)، علائم اختلال انعقادی (خونریزی) ودر موارد شدید مسمومیت کما و مرگ است.مصرف مستقیم برگ این گیاه سمیت زیادی ایجاد نمی کند و می تواند باعث تحریک مستقیم مخاط گردد.

درمان حمایتی علامتی شامل : وادارکردن بیمار به استفراغ در این مورد ممنوعیت مطلق دارد ودر مراکز درمانی چنانچه کمتر از ۳۰دقیقه از زمان بلع گذشته باشد شست وشوی معده نیز فایده ای ندارد.
تجویز داروهای گشادکننده ریه در صورت تنگی نفس در مراحل اولیه ممکن است تجویز هیدروکورتیزون وریدی تک دوز در جلوگیری از بروز پنومونی شیمیایی مؤثر باشد. در صورت بروز تب تجویز آنتی بیوتیک ضرورت دارد.
گیاهان دیگری که سمیت مشابهی دارند : عشقه

گل ادریسی که در اوایل بهار گل می دهد و حاوی گلیکوزید های سیانوزینیک می باشد

اجزاء سمی : تمام قسمت های گیاه حاوی این گلیکوزید ها است.
علائم و نشانه های مسمومیت : خارش پوست ، تهوع ، ضعف و تحریق گرازشاتی موردی از مسمومیت شدید هم وجود دارد که به سیانوز ، تشنج و کما منجر شده است. این گیاه می تواند برای حیوانات هم سمی باشد.
تدابیر درمانی : درمان حمایتی است.

اجزا سمی : مغز دانه کرچک دارای دو سم ریسین (Ricin) و ریسینین (Ricinine) است که از لکترین ها (Lectins) بوده و سایتوتوکسیک است . دانه ها و یا روغن خالص تصفیه شده کرچک می تواند منجر به مسمومیت شدید و کشنده شود.

دوز مسمومیت : خوردن ۳ تا ۴ مغز دانه کرچک در کودکان و حدود ۱۰ مغز دانه کرچک در بالغین موجب بروز علائم مسمومیت خواهد شد . خوردن دانه سالم یا پوسته ، اثرات سمی چندانی ندارد زیرا پوسته دانه این گیاه نسبت به آنزیم های گوارشی مقاوم است.

علائم و نشانه های مسمومیت : علائم مسمومیت عموماً ۲ تا چند روز پس از خوردن دانه بدون پوسته یا جویده شده گیاه رخ داده و عبارت اند از: علائم گوارشی (تهوع ، استفراغ ، درد شکمی)، کلاپس قلبی عروقی (کاهش فشار خون و شوک)، درگیری اعصاب (خواب آلودگی تا تشنج و کما)،اختلال کلیوی (نارسایی حاد کلیه) و اختلال انعقادی (خون ریزی گوارشی)، وجود خون در ادرار، خون ریزی شبکیه، سیانوز .

تدابیر درمانی : اقدامات اورژانسی اولیه : باز نگه داشتن راه های هوایی ، اکسیژناسیون و تهویه کافی ، سم زدایی اقدامات گوارشی : در صورت بلع در اولین ساعات القاء استفراغ و شستشوی معده و تجویز شارکول فعال و مسهل (در صورتی که اسهال و یا خون ریزی گوارشی وجود داشت از تجویز مسهل خودداری شود).

اجزاء سمی : دانه ها و پوست آنها حاوی Robinia lectin سمی هستند.
علائم و نشانه های مسمومیت : علائم مسمومیت با آن استفراغ و دل درد شدید می باشد و سم آن رویبین نام دارد که منجر به اختلال انعقادی (همولیز ،هماچوری و هماتوچزی) می شود.

تدابیر درمانی : تخلیه معده ، القای استفراغ در دقایق اولیه پس از بلع به عنوان اقدام پیش بیمارستانی و یا شستشوی معده در ساعات اول. تجویز شارکول فعال و سایر درمان های حمایتی .

مسمومیت با شوکران یا هر کدام از این دو گیاه شوکران سمی یا شوکران آبی رخ میدهد

اجزاء سمی : ریشه این گیاهان حاوی بیشترین غلظت سم در هر گونه است اگرچه تمامی قسمت های این دو گیاه سمی است.شوکران سمی حاوی چندین سم الکلوئیدی پی پریدینی است که از نظر ساختار شبیه نیکوتین بوده وکونین نامیده می شود. کونین ها اثرات مستقیم بر رسپتورهای نیکوتینی دارند که در این بین همه اثرات آنتاگونیستی از آنها دیده می شود. شوکران آبی حاوی سم سیکوتوکسین هم می باشد. در شوکران سمی مرگ عموماً به دلیل نارسایی تنفسی رخ می دهد.
امادر شوکران آبی بدلیل وجود سم سیکوتوکسین معمولاً مرگ به دنبال STATUS EPILEPTICUS رخ می دهد .

علائم ونشانه های مسمومیت :
شوکران سمی : تهوع واستفراغ ودردهای شکمی ، افزایش بزاق ،ترمور ، تشنج ، کوما،در ابتدا تاکی کاردی وسپس برادی کاردی ، فاسیکولاسیون اولیه و سپس فلج شل ، مدریاز ، آرتیناسیون ، دلریوم ، تشنج وکما

علائم گوارشی در مسمومیت شوکران آبی حدود۶۰ دقیقه پس از بلع ظاهر می شود.

تدابیر درمانی : باز نگه داشتن راه هوایی و در صورت لزوم تجویز اکسیژن و مایعات ، لاواژ معده در صورتی که به سرعت بعد از بلع انجام شود ، ممکن است تا حدی سoudمند باشد. تجویز شارکول فعال در صورتی که حداکثر یک ساعت از بلع گذشته باشد ، از القای استفراغ و سایر درمان های حمایتی خودداری شود.

مسمومیت با فلزات سنگین



شدید
استنشاق بخار،گردو غبار جیوه یا بخار ترکیبات آلی جیوه یا جذب پوستی جیوه طی یک دوره طولانی باعث مرگوربالیسم میشود که عوارض آن عبارت اند از ترمور، ترشح بزاق، لق شدن دندان ها،خط آبی روی لثه ، درد و بی حسی اندامها، اسهال، اضطراب ، سردرد،کاهش وزن و تحریک پذیری
پیشگیری:
همواره باید حد تماس با جیوه مدنظر باشد.جیوه ریخته شده را باید فوراً با ساکنش توسط پمپ آب یا با یک ترکیب جارو کننده مرطوب جمع اوری کرد. هیچ اقدام درمانی مؤثری به عنوان اقدامات خارج از بیمارستان مسمومیت با جیوه وجود ندارد.
نیکل

نیکل در پروت‌های دندانی، دود آگزوز خودروها، پسماندهای صنعتی، کودها و روغن های هیدروژنه موجود می باشد.
تظاهر اصلی مسمومیت با نیکل کربونیل، تنگی نفس می باشد.

مسمومیت حاد:
استنشاق نیکل کربونیل فوراً باعث سرفه، گیجی، سردرد و کسالت میشود که معمولاً با خارج کردن بیمار از محیط آلوده و انتقال به هوای تازه بهبودی می یابد. تنگی نفس پیشرونده، سرفه، سیانوز، تب، نبض تند و تهوع و استفراغ ممکن

است طی ۱۲–۲۴ ساعت و نهایتاً مرگ ناشی از نارسایی تنفسی بروز کند.

مسمومیت مزمن:

انسیدانس سرطان ریه در کارگرانی که با نیکل کربونیل سروکار دارند بالاست.

پیشگیری:

همواره باید حد تماس با نیکل کربونیل را ارزیابی کرد.
بیماران دچار بیماری تنفسی مزمن نباید در مکانی که امکان تماس با نیکل کربونیل است، کار کنند.

پیش آگهی:

اگر بیمار بیش از ۱۴ روز زنده بماند، بهبود خواهد یافت.
سیانوز و تنگی نفس حاکی از مسمومیت شدید است.

کادمیوم

کادمیوم به عنوان روکش فلزات و آلیاژ و لحیم نقره مصرف می شود. روکش کادمیوم در اسید غذاها مثل آب میوه ها و سرکه حل میشودوقتی که محصولات حاوی کادمیوم تا درجه بالاتر از نقطه ذوب آن (۳۲۱ درجه سانتی گراد) گرم میشوند، گازدوهای کادمیوم آزاد میشوند.

مسمومیت حاد:

تهوع و استفراغ، اسهال، سردرد، دردهای عضلانی، ترشح بزاق، درد شکمی، شوک، آسیب کبدی و نارسایی کلیه
استنشاق گازدوهای کادمیوم باعث مزه فلزی در دهان، کوتاه شدن تنفس، درد قفسه سینه، سرفه، ضعف و درد در ساق پاها می شود.

مسمومیت مزمن:

مسمومیت مزمن ناشی از استنشاق بوجود می آید. فقدان حس بویایی، سرفه، تنگی نفس،کاهش وزن، آنمی، تحریک پذیری ، رنگ زرد دندان ها و آسیب کبد و کلیه از علائم آن است.

انسیدانس سرطان پروستات در تماس با کادمیوم در کارگرانی که با آن سروکار دارند،افزایش می یابد.

پیشگیری:

همواره باید حد تماس برای گازدوهای کادمیوم نظارت گردد.غذاهای اسیدی نباید هرگز در ظروف پخت وپز حاوی پوشش کادمیوم آماده یا نگهداری شوند.

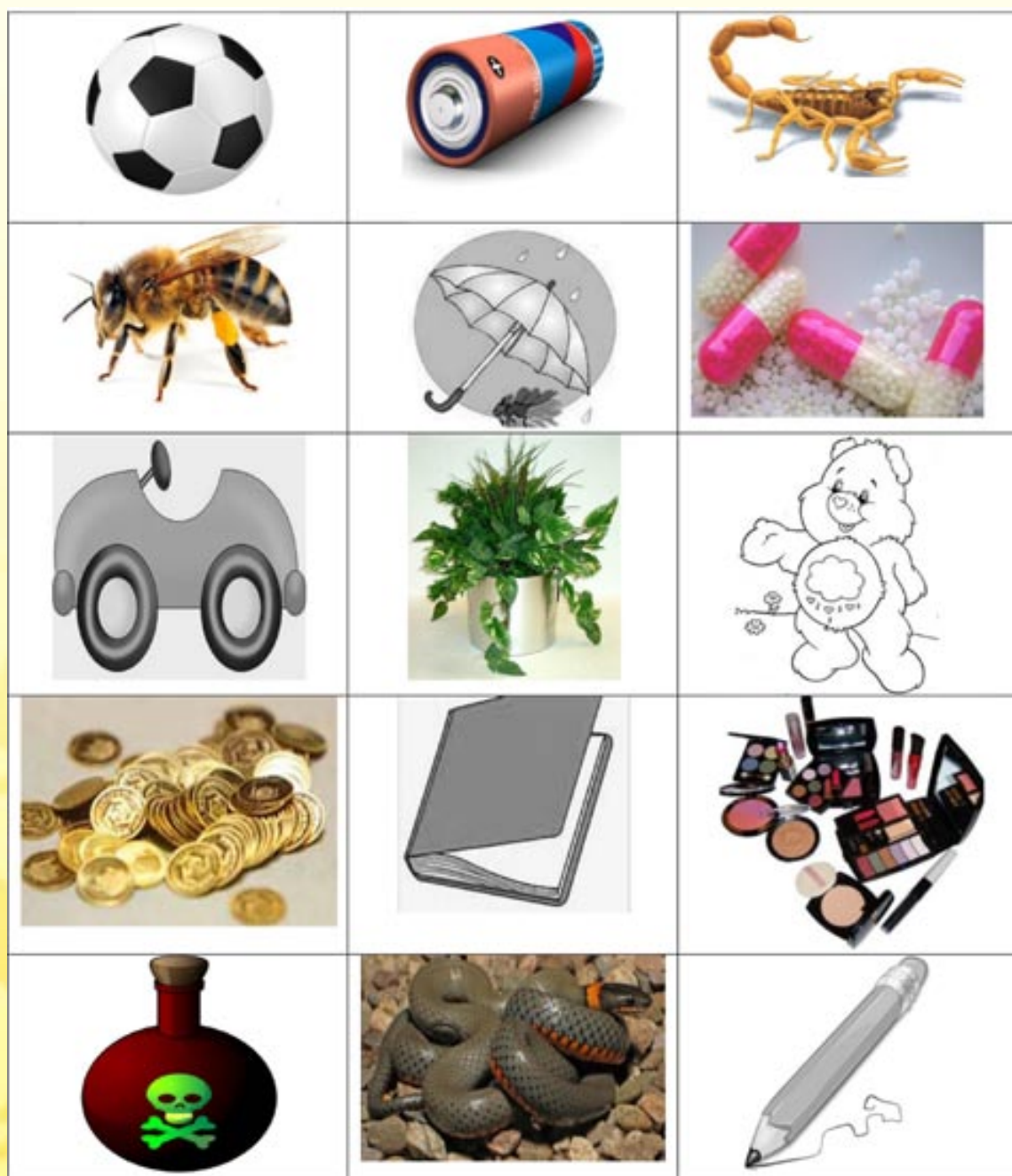
پیش آگهی:

علائم ناشی از خوردن کادمیوم معمولاً بیشتر از ۲۴ ساعت طول نمیکشد. در صورت استنشاق گازدود، میزان مرگ ومیر حدود ۱۵ درصد است. اگر بیمار بیش از ۴ روز زنده بماند، بهبودی یابد ولی بهبودی کامل ممکن است ۶ ماه طول بکشد.

کودک و پیشگیری از مسمومیت‌ها

موادی را که میتوانی بخوری رنگ آمیزی کن

وروی بقیه خط قرمز بکش.



فلز سرب و مسمومیت

سرب امروزه یکی از پر مصرف ترین فلزات در صنایع مختلف است همچنین از میان تمام فلزات سنگین ، سرب قدمت بیشتری در الودگی محیط زیست و مسمومیت انسان دارد.

در حال حاضر استفاده از سرب در لوازم آرایشی، مانند ظروف کسرسو، مواد غذایی و داروهای که جهت ن گیاهان و حیوانات می شود .
به بدن بچه ها و ۲۰ درصد از سرب ورودی به بدن
مده و روی بافت های نرم و سخت رسوب می کند .

هداشت، مسمومیت باسرب و خطرات ناشی از آن را است. افزودن سرب به هروئین، اوپیوم و آمفتامین سیگاری ها حدود ۲۰ تا ۳۰ میکروگرم سرب نیز به

منابع دارای سرپ:

منابع سرب بسیار متنوع اند. منابعی نظیر هوا، آب، خاک، رنگ ها، ظروف سفالی لعاب دار و

ست . خوشبختانه در ایران از لوله های سرب دار در و چرخه غذایی انسان از جمله راه های انتقال سرب س سوپر از سرب استفاده می شود. در مکان هایی که

مشاغلی که با سرب سر و کار دارند:

ساخت ظروف سفالی لعاب دار ، لحیم کاری با سرب ،
سه ، صنایع چاپ ، تولید پلاستیک ، تصفیه و پالایش
صورت مستقیم و غیر مستقیم در تماس با سرب اند .

مسمومیت با سرب در کودکان :

ن امر منجر می شود تا در صد بالاتری از سرب وارد
و اختلالات حافظه ای غیر قابل درمان شود.

مراقبت های لازم:

ده که اغلب حاوی سرب هستند آلوده نکنند. دست

(۲) اسباب بازی های با گرد و غبار و دود آغشته نشده باشد.

(غنی باشد. اغلب کودکان دچار مسمومیت با سرب دهد. اکثر کودکانی که سرب خون بالایی داشته اند

ویژه نامه هفته پیشگیری از مسمومیت های معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی

مدیر مسئول: غلامرضا جعفر پور مقدم طراح: لیلا خودکار

نگار آوری: دکتر اعظم سلمانی - دکتر نازنین درانی - دکتر عطیہ شیدری

با تشکر از: دکتر کبری ناصری - دکتر علی راستی

ساعت پاسخگویی
۸-۲۲

نحوہ مصرف داروہا

عوارض جانبی داروها

موارد مصرف و منع مصرف داروها

تداخلات دارو ها با هم و با غذا

نحوه نگهداری داروها

مصرف داروها در بارداری و شیردهی

اطلاعات دارو های گیاهی و مکمل ها

مسمومیت های دارویی و شیمیایی

رسیدگی به شکایات دارویی

کمیودهای دارویی



دانشگاه علامه طباطبائی
معاونت پژوهش و فناوری