ارائه آموزشهای کاربردی و عملی در مراکز آموزش فنی و حرفه ای استان فارس

به گزارش روابط عمومی آموزش فنی و حرفه ای فارس، دکتر حشمت کوشکی در یکصد و بیست و یکمین جلسه علنی شورای اسلامی شهر شیراز اظهار داشت: یکی از معضلات اجتماع ما که مردم و مسئولان نگران آن هستند معضل بیکاری است، از سویی این بیکاری در فارس نرخ بالاتری نسبت به سایر استان ها داشته و متاسفانه در تحصیل کردگان افزون تر است.

سرپرست اداره کل آموزش فنی و حرفه ای فارس افزود: یکی از راه های ریشه کن کردن بیکاری، آموزشهای فنی و حرفه ای است که به عنوان مثال در برق و الکترونیک ۹۰درصد فراگیران ما از تحصیلکرده های دانشگاه هستند که گاه با مدرک فوق لیسانس و دکترا نیاز داشته اند از آموزش های عملی برخوردار شوند.

کوشکی ادامه داد: امروز ۵۰ مرکز آموزش فنی و حرفه ای دولتی و بیش از ۷۰۰ آموزشگاه آزاد در استان فارس فعالیت می کنند و علاوه بر مراکز ثابت در زندان ها، پادگان ها و کمپ ها در محل حضور عشایر و سکونت گاههای غیر رسمی نیز این آموزش ها ارائه می شود.

وی اضافه کرد: آموزش های ما کاربردی و عملی است و از این رو تجهیز کارگاه برای آن هزینه بالایی دارد و نیاز است که مسئولان استانی و شهری از این مراکز که نقش مهمی در کاهش بیکاری آسیب های اجتماعی دارند، حمایت کنند.

کوشکی تصریح کرد: ۷۰ درصد آموزشگاه های آزاد ما ویژه بانوان است و گاه فراگیران آن ها خانم های بد سرپرست و بی سرپرست هستند و از سویی با توجه به استیجاری بودن ساختمان این مراکز آموزشی، این مساله برای ما مشکل ایجاد کرده و برخی مراکز ما سبب خالی ماندن صندلی های خود و افزایش هزینه ها تعطیل شده اند.

وی در پایان مجددا خواستار حمایت همه جانبه مسئولان از آموزشهای فنی و حرفه ای به عنوان یکی از مهمترین راهکارهای خروج از بحران بیکاری در استان شد.

در دانشکده داروسازی شیراز صورت گرفت؛

تولید داروی موثر در درمان مسمومیت با قرص برنج برای نخستین بار در دنیا

استاد دانشکده داروسازی شیراز برای نخستین بار در دنیا توانست داروی درمان مسمومیت با قرص برنج (فسفید آلومینیوم) را تهیه و تولید نماید.

به گزارش خبرنگار وب دا در روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی شیراز؛ دکتر حسین نیک نهاد، استاد دانشگاه علوم پزشکی شیراز مطالعه بر روی درمان مسمومیت با قرص برنج را که از سال ۱۳۸۸ در دانشکده داروسازی شیراز آغاز نموده بود، به سرانجام رسانده و برای نخستین بار در دنیا داروی موثر در درمان مسمومیت با قرص برنج را ارائه نمود.

وی در این خصوص به خبرنگار وب دا گفت: با مصرف قرص برنج، ترکیب آلومینیوم فسفید با اسیدمعده و آب واکنش نشان داده و تولید گاز فسفین می کند که سمی بسیار مهلک برای سلول های بدن است و به سرعت تولید انرژی سلول را متوقف می کند و سالانه تعداد بسیاری را به کام مرگ فرو می‌برد. دکتر نیک نهاد با بیان اینکه مسمومیت با قرص برنج تا کنون درمان خاصی نداشته و بالغ بر ۷۰ درصد افراد دچار مسمومیت با این ماده جان خود را از دست می دهند، اظهار داشت: درمان این مسمومیت عمدتاً به صورت حمایتی و عمومی است و پس از هند، ایران بیشترین آمار مرگ و میر در اثر مسمومیت با قرص برنج را در دنیا دارد که سالیانه بیش از ۷۰۰ نفر در کشور در نتیجه مسمومیت با این قرص جان خود را از دست می دهند.

این استاد دانشکده داروسازی شیراز، ادامه داد: نخستین مطالعات برای درمان این مسمومیت بر روی سلول آغاز شد و با توجه به مکانیسم سمیت فسفین، ترکیبات مختلف مورد مطالعه قرار گرفتند، سپس ترکیب موثر در سلول، ابتدا بر روی حیوانات آزمایشگاهی مطالعه شد و پس از کسب نتیجه موفقیت آمیز و مطالعه بی ضرر بودن این ترکیب برای بدن، فرمولاسیون قابل مصرف برای انسان از داروی DHA تهیه شد.

دکتر نیک نهاد افزود: ترکیب به دست آمده از نوع طبیعی است که مشتق آن در بدن تولید می شود. وی افزود: در هفته های اخیر با تزریق دارو به هفت بیمار مبتلا به مسمومیت با قرص برنج که پنج نفر در یکی از مراکز مسمومیت‌های تهران و دو نفر در مرکز مسمومیت های شیراز بوده اند، موفق به نجات جان هر هفت نفر از مرگ شده ایم که این نتیجه کاملا رضایت بخش و امیدوارکننده ای است. این عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شیراز تصریح کرد: مصرف این دارو در انسان توسط کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی شیراز به تایید رسیده است و امیدواریم پس از مطالعه در موارد بیشتری از مسمومان به مرحله تولید در کشور برسد.

دکتر نیک نهاد کشف این دارو را حاصل پنج تز تحقیقاتی برای دانشجویان دانشکده داروسازی شیراز در رشته های داروسازی کارشناسی ارشد سم شناسی عنوان کرد. وی اضافه کرد: داروی تولید شده باید به صورت چند ساعت متوالی برای بیمار تزریق و تجویز شود، تا زمانی که سم تقریبا به صورت کامل از بدن دفع شود. این استاد دانشکده داروسازی شیراز، تاکنون پنج مقاله علمی در مجلات پزشکی معتبر دنیا در این خصوص منتشر کرده است.

گفتنی است دکتر حسین نیک نهاد دارای مدرک دکترای داروسازی و دکترای تخصصی (Ph.D) در رشته سم شناسی است.

آغاز دومین دوره المپیادهای ورزشی درون مدرسه ای دانش آموزان استان فارس

معاون تربیت بدنی و سلامت آموزش و پرورش فارس گفت: المپیادهای درون مدرسه‌ای اقدامی در راستای ایجاد شادابی و نشاط در دل مدرسه است.

به گزارش اداره اطلاع رسانی و روابط عمومی آموزش و پرورش فارس، محمد جعفری در آیین افتتاحیه دومین المپیاد درون مدرسه‌ای استان فارس که با حضور ناظر عالی وزارت آموزش و پرورش در شیراز برگزار شد، گفت: این پروژه، فعالیتی تیمی است که با محوریت دانش آموزان و همراهی و همکاری اولیا و مربیان آنها انجام گرفته و ارتقا و توسعه می یابد.

جعفری با بیان اینکه دانش آموزان با اجرای المپیادهای درون مدرسه‌ای حس دوستی، محبت و رفاقت را در کنار رقابت تجربه می کنند افزود: مرام‌نامه پهلوانی دانش آموزان همواره احترام به بزرگان، منش پهلوانی و مطالب و محتوای مفیدی به همگان ارائه می کند.

معاون تربیت بدنی و سلامت آموزش و پرورش فارس تأکید کرد: تمام دانش آموزان سفیر المپیادورزشی درون مدرسه‌ای هستند تا پیام شادابی، نشاط و سلامتی را به خانواده‌ها و جامعه انتقال دهند.

جعفری افزود: استان فارس بر اساس سهمیه وزارتی سال گذشته ملزم به اجرای طرح المپیاد ورزشی درون مدرسه ای در ۳۰ درصد مدارس بود، اما فارس از برنامه جلوتر حرکت کرد به نحوی که نزدیک به ۷۰ درصد مدارس استان در قالب این طرح فعالیت داشتند. وی با بیان اینکه" دانش آموزان سفیران المپیاد درون مدرسه ای در سطح جامعه هستند "افزود:سبک زندگی ماشینی نسل کنونی موجب بروز مشکلات جسمی و روحی زیادی در بین نوجوانان و جوانان شده و اجرای این طرح راهی است برای فرهنگ سازی و توسعه سلامت جسمی و روحی در جامعه. مردان پور، ناظر عالی وزارت آموزش و پرورش نیز در این مراسم، پس از ابلاغ پیام مهرزاد حمیدی، معاون تربیت بدنی و سلامت وزارت آموزش و پرورش، اظهار داشت: المپیادهای ورزشی درون مدرسه‌ای با محوریت دانش آموزان، اولیا و مدارس به منظور ارتقای نشاط دانش آموزان طراحی و اجرا می‌شود. وی با بیان اینکه استان فارس جزو پیشتازان اجرای المپیادهای ورزشی درون مدرسه‌ای بوده است افزود: با توجه به اینکه ورزش از گذشته در مدارس وجود داشته و مسابقات مختلفی نیز برگزار می‌شده اما در چند سال اخیر این رشته مهم نظام‌مند و دچار تحول شده است. در بخشی از این مراسم که به صورت نمادین در دبیرستان دخترانه بهادر گراشی ناحیه ۳ آموزش و پرورش و دبیرستان شبانه روزی عشایری مالک اشتر شیراز برگزار شد ،دانش آموزان رشته های مختلف ورزشی این دو آموزشگاه ضمن راهپیمایی ورزشی ،به اجرای فعالیت های ورزشی پرداختند. گفتنی است در این دو مراسم علاوه بر ناظر عالی وزارت آموزش و پرورش و مسئولین آموزش و پرورش استان و نواحی شیراز، جمعی از مدیران و مدرسان میانی درس تربیت بدنی ادارات آموزش و پرورش نواحی شیراز حضور داشتند که در قالب کار کارگاهی با اهداف و برنامه های این طرح آشنا شدند.

ساروی خبر داد:

تبدیل وضعیت احکام سرپرستان واحدهای استان فارس

رییس دانشگاه آزاد اسلامی فارس از تبدیل وضعیت احکام پنج نفراز سرپرستان واحدهای دانشگاهی استان فارس خبر داد.

به گزارش روابط عمومی دانشگاه آزاد اسلامی شیراز،دکترحمزه ساروی اظهار کرد: با توجه به عنایت ویژه رییس دانشگاه آزاد اسلامی، مدیرکل انتصابات دانشگاه و پیگیریهای انجام شده با تبدیل وضعیت احکام سرپرستی واحدهای دانشگاهی مرودشت،استهبان،زرقان، سروستان، اقلید به ریاست واحد موافقت شد و این رؤسا احکام خود را از ریاست دانشگاه دریافت کردند.

دبیر هیات امنای دانشگاه آزادفارس افزود: با توجه به سیاستهای دانشگاه آزاد اسلامی که در جهت ارتقای علمی و جایگاه دانشگاه در جای جای کشور می‌باشد،تصریح کرد: تمدید حکم رؤسای واحدها مبتنی بر عملکرد آنان در کیفیت آموزش و برنامه های دانشگاه، درآمد زایی، شرکت های دانش بنیان، مراکز رشد و.... می باشد.

رییس واحد شیراز از رؤسای واحدهای دانشگاهی استان خواست با سعه صدر و تأکید بر اخلاق مداری از هیچ کوشش و تلاشی نسبت به اهداف عالیه دانشگاه دریغ نورزند و تمام هم و غم خود را در حل مشکلات دانشجویان و مسائل ضروری دانشگاه بکار گیرند.

ساروی بر مواردی از قبیل:تسریع در امر پاسخگویی، مسئولیت پذیری، کنترل هزینه‌ها، حضور و غیاب اساتید و برگزاری منظم کلاسها تأکید کرد و از نگاه متوازن و پدرانه به دانشجویان و مجموعه کاری سخن گفت. وی تاکید کرد: قصور، کوتاهی و عدم مسئولیت پذیری از هیچ رییس و مسئولی در حوزه مدیریتی قابل قبول و پذیرفتنی نیست.

توسط دانشجوی دختر دانشگاه پیام نور رستم صورت گرفت؛

کسب مقام دوم مسابقات جهانی کونگ فو نیمه آزاد آلمان

دانشجوی رشته حقوق دانشگاه پیام نور رستم درمسابقات جهانی کونگ فونیمه آزاد در کشور آلمان به نائب قهرمانی رسید.

به گزارش روابط عمومی پیام نور رستم ،خانم انسیه یونسی دانشجوی ترم آخر رشته حقوق این دانشگاه نایب قهرمان مسابقات کنگ فو دختران در کشور آلمان شد. این بانوی ورزشکار که با غلبه بر حریفانی از کشورهای فرانسه و آلمان خودرا به فینال این مسابقات رسانده بود، در مبارزه آخر و در امتیازی نزدیک نتیجه را به حریف انگلستانی خود واگذار و به مقام دومی بسنده کرد و مدال نقره این دوره از مسابقات را به گردن آویخت.

جای ژلوفن و بروفن با این خوراکی های خوشمزه سردردتان را ساکت کنید!

سردرد یکی از بدترین دردهایی که ممکن است به سراغ تان بیاید. به جای استفاده از قرص های مسکن می توانید با روش های طبیعی سردردتان را درمان کنید.

سردردتان را با روش های طبیعی درمان کنید

وقتی سردرد می گیریم ساده ترین کار ممکن این است که قرص بخوریم. اگر در تلاش هستید که از مسکن ها استفاده نکنید، ما به شما کمک می کنیم درد را با راه حل های طبیعی دور کنید.

سیب زمینی برای جلوگیری از سردرد

سیب زمینی سرخ کرده را از سرتان بیرون کنید و به جایش سیب زمینی آب پز استفاده کنید. غذاهایی که سرشار از پتاسیم هستند می توانند مانع سردردهای شدید شوند، و سیب زمینی پخته همراه با پوستش حاوی ۶۰۰ میلی گرم پتاسیم است.

درمان سردرد با موز

با استفاده از موز می توانید ترکیبی از پتاسیم و منیزیم را با هم مصرف کنید. خواص آرامش بخش منیزیم برای کاهش فشار یک سردرد بسیار کمکتان می کند.

درمان سردرد با هندوانه

بیشتر وقت ها که درگیر سردرد هستید، ممکن است در واقع بدنتان کم آب شده باشد. میوه ی آبداری مانند هندوانه علاوه بر تامین آب می تواند باپتاسیم و منیزیم سردردتان را بهبود ببخشد.

آناناس برای تسکین سردرد

آناناس تازه نیز می تواند به تسکین سردرد کمک کند. آنزیم طبیعی بروملین، سالهاست که به عنوان مسکن درد شناخته می شود. آناناس خواص ضد التهابی نیز دارد که به کاهش سردرد کمک می کند.

خیار سردردتان را خوب می کند

درست مانند هندوانه خیار نیز به تامین آب بدن کمک می کند. ۹۵ درصد خیار را آب تشکیل می دهد، به همین دلیل انتخابی بسیار مناسب برای چنین مواقعی است.

بالاخره خنده بر هر درد بی درمان دوا هست یا نه؟

خنده بر هر درد بی درمان دواست یا این حرف، به کلیشه بدل شده است؟ به واقع، اگر شما، برای درمان خود، مابین انتخاب خنده، و مثلا، پنی سیلین یا شیمی درمانی، مخیر باشید، احتمالا دارودرمانی را انتخاب می کنید. با این حال، بخش وسیعی از محققان نشان داده اند که طنز، چه به لحاظ جسمانی و چه روانی، درمان فوق العاده ای است.

به نظر، خندیدن به مصیبت، آدمی را از آثار مصیبت محافظت می کند. مروری بر مطالعات سال ۲۰۱۳ نشان داد که این کار از بین بیماران سال خورده، به اندازه قابل توجهی، علایم افسردگی را کاهش می دهد. یک مطالعه دیگر، که در اوایل همین سال منتشر شد، نشان داد که آن گروه از آتش نشانان که از خنده به عنوان یک راهبرد حفاظتی استفاده می کنند، تا حدی از "ناهنجاری استرس پس از حوادث" در امان اند.

به نظر، خنده حتی در برابر دردهای فیزیکی هم خصلت تعدیل کننده دارد. یک تحقیق در سال ۲۰۱۲، نشان داد آن ها که برای شان یک ویدئوی خنده دار نمایش داده شد، نسبت به آن ها که یک مستند جدی را تماشا کردند، درد شدیدتری را تحمل می کنند.

در یک تحقیق دیگر، بیماران پس از عمل جراحی، اگر که فیلم کمیکی که خودشان انتخاب کرده اند، ببینند، داروی مسکن کم تری درخواست می کنند. متون دیگر حتی خواص درمانی مشخص تری را نشان می دهند: خنده سختی دیواره شریان ها را (که به بیماری های قلبی و عروقی منجر می شود) کاهش می دهد.

به طور کلی، یک زندگی شاد و خرم، احتمالا زندگی طولانی ای خواهد بود. مطالعه ای درباره نروژی ها نشان داد که احساس شادبودن با احتمال بالاتری برای زنده ماندن در بازنشستگان پیوند دارد.

متاسفانه، اما یک پاورقی نه چندان خنده دار باید به همه این نکات افزود: آن‌هایی که در جک گفتن بهترین اند بیش از دیگرانی که به آن ها می خندند، مشکلات درمانی دارند. یک مطالعه درباره افسران پلیس فنلاندی نشان داد آن‌ها که به سیگار کشیدن های خنده دار شناخته می شوند، نسبت به هم سن وسالان خود، چاق ترند و بیش تر در معرض بیماران قلبی و عروقی قرار دارند. هنرمندان، معمولا زودتر از دیگر چهره های مشهور می میرند، و کمدین ها بیش از دیگران، دچار "مشکلات روانی" می شوند.

خلاصه همان طور که مطالعاتی را می بینیم که این ایده معقول را تایید می کنند که "خنده، درمان است"، هم چنین گویا این قول معروف هم حقیقت دارد که آدم های اهل خنداندن (خنداننده ها) خودشان کم تر چیزی برای خندیدن دارند. شایداین حس خوبی باشد که الان یا هر زمان دیگری، دیگران را از خنده [منفجر کنی] اما بعید نیست که مخاطب شما آخرین خنده را از شما بگیرد.

خواص انار و دانه های یاقوتی اش

انار و دانه‌های یاقوتی آن هزاران سال است، که بعنوان دارو مصرف می‌شود. از خواص و فواید انار می توان به اثرات درمانی و بهبود دهنده آن در بیماریهای قلبی، فشارخون بالا و بعضی از انواع سرطان همچون سرطان پروستات اشاره کرد. مصرف روزانه یک لیوان آب انار برای مدت دوهفته میزان تستوترون موجود در بزاق را ۲۴ درصد افزایش داده و تاثیراتی هم برروی فشارخون، حال و حوصله، اضطراب و احساسات افراد دارد. انار سرشار از آنتی اکسیدان بوده (حدودا به اندازه چای سبز) و دارای مقادیر زیادی ویتامین C و پتاسیم می باشد و هرچند تحقیقات علمی کامل تر و بیشتری لازم است، اما طبق بعضی از تحقیقات ممکن است فواید درمانی زیر را بدنبال داشته باشد:

کاهش خطر ابتلا به بیماریهای قلبی، کاهش خطر سرطان، بخصوص سرطان پروستات و پستان، کمک بدرمان اسهال، کاهش کلسترول خون

کمک به حفظ وزن مناسب و کاهش وزن، مفید برای زنان در دوران قاعدگی

کمک به درمان هموروئید، جلوگیری از آسیب دیدن سلول ها

کمک به سلامت لثه‌ها، کمک بدرمان عفونت ها

مصرف روزانه آب انار به کاهش فشارخون می تواند کمک کند.

مصرف روزانه ۲۲۷ میلی لیتر آب انار بطرز چشم گیری پیشرفت سرطان پروستات را کاهش می‌دهد. مصرف انار و یا آب انار می تواند، جریان خون به قلب را در افراد مبتلا به بیماری عروق کرونر قلب ایسکمیک که در آن خون به خوبی به ماهیچه‌های قلبی نمی‌رسد، بهبود بخشد. آنتی اکسیدان‌های درون انار یا آب آن ممکن است بتواند از ایجاد لخته در خون جلوگیری کند. انار، از کلسترول بد (LDL) در برابر اکسیده شدن محافظت می کند.

آب انار همانند آسپیرین عمل می کند. آب انار از به هم پیوستن پلاکت‌های خونی جلوگیری می کند، پس مانع از لخته شدن خون می گردد.

آب انار باعث کاهش چربی خون می شود. تحقیقات نشان داده است که اگر روزی سه چهارم لیوان آب انار بنوشید و این کار را مدت ۳ ماه انجام دهید، مقدار اکسیژن بیشتری به قلب می رود و باعث سلامتی قلب می شود. آب انار، جلوی تخریبات DNA و بیماری های حاصل از تخریب آن را می گیرد. آب انار به کاهش خطر سرطان پستان کمک می کند.

انار از سرطان پروستات جلوگیری می کند و یا رشد آن را آهسته می کند. از سرطان پوست نیز جلوگیری می کند.

انار، از بی نظمی و اختلال در کار کلیه ها می کاهد و به طور کلی ادرارآور است. افرادی که در هفته ۲ لیوان یا بیشتر آب انار می نوشند، احتمال پیشرفت و بروز آلزایمر در آن ها نسبت به افرادی که در هفته نصف لیوان آب انار مصرف می کنند، ۷۶ درصد کمتر است. انار از تعداد کرم های روده می کاهد. با نوشیدن آب انار، بیماری های عفونی را از بدن دور کنید.

انار و آب انار برای بهبود بینایی و جلوگیری از ضعیف شدن چشم خوب است. انار از خرابی دندان و لثه جلوگیری می کند.

آب انار برای صدای گرفته و خشن مفید است.

طرز تهیه «بلدرچین بریونی با سس کره»

بلدرچین های نازه کوچولو را به همراه سیب زمینی و فلفل دلمه‌ای درون فر قرار دهید، پس از آن شما یک بلدرچین بریونی دارید که با لذت می‌توانید آن را میل کنید.

مواد لازم برای ۲ نفر:

۴ عدد بلدرچین

۵ ق س زعفران آب کرده

به میزان لازم نمک و فلفل سیاه

۵ ق س روغن زیتون

۵ عدد سیر خرد شده

۱ عدد پیاز

۱ عدد فلفل دلمه‌ای

۱ عدد سیب زمینی

مواد لازم برای سس کره:

۵۰ گرم کره

۵ ق س آب لیموی تازه

۱ ق چ زعفران آب کرده

به میزان لازم فلفل سیاه و نمک

طرز تهیه :

۱. در یک ظرف مناسب بلدرچین‌ها را به زعفران آب کرده، روغن زیتون، فلفل سیاه، نمک و سیر خوب آغشته کنید، سپس آن را به مدت ۳ ساعت کنار بگذارید تا بلدرچین‌ها کاملاً مزه دار شوند.

۲. فر را با دمای ۱۸۰ درجه سانتی گراد روشن کنید تا گرم شود. ظرف مخصوص فر را چرب کنید. سیب زمینی و پیاز را بعد از شست وشو پوست بگیرید، سپس آنها را به‌صورت حلقه‌ای خرد کنید. فلفل دلمه‌ای را هم بشویید و آن را هم خرد کنید.

۳. حالا سیب زمینی، پیاز و فلفل دلمه‌ای را داخل ظرف قرار دهید، سپس بلدرچین‌ها را داخل ظرف بچینید. روی ظرف را با فویل بپوشانید و چند سوراخ روی فویل ایجاد کنید. حالا ظرف را داخل فر به مدت یک ساعت قرار دهید.

۴. در ده دقیقه آخر فویل را بردارید و گریل را روشن کنید تا بلدرچین‌ها طلایی شوند. در انتها سس را روی خوراک بلدرچین بریزید و سرو کنید.

دستور تهیه سس کره :

برای تهیه سس، کره را با آب لیمو، نمک، فلفل سیاه و زعفران در یک قابلمه مناسب بریزید و آن را روی حرارت ملایم قرار دهید تا زمانی که کره آب شده و مواد باهم مخلوط شوند. قبل از اینکه مواد جوش بیاید، قابلمه را از روی حرارت بردارید.