



تاریخ
۲۳
مهر
۱۳۹۶
یک‌شنبه

مدیرعامل شرکت شهرک‌های صنعتی فارس:

## امسال ۱۵۵ طرح اقتصاد مقاومتی افتتاح شده است



مدیرعامل شرکت شهرک‌های صنعتی فارس در حال بازدید از واحدهای صنعتی در پارک صنعتی فارس.

مدیر عامل شرکت شهرک‌های صنعتی فارس گفت: امسال در سطح شهرک‌ها و نواحی صنعتی فارس، ۱۵۵ طرح اقتصاد مقاومتی به بهره‌برداری رسیده و برای ۱۱۳۰ نفر ایجاد اشتغال شده است.

به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابطعمومی شرکت

شهرک‌های صنعتی استان فارس، احد فتوحی در بازدید از

طرح‌های اقتصاد مقاومتی شهرک‌های صنعتی آب‌باریک و

بزرگ شیراز، گفت: براساس هدف‌گذاری انجام شده تا پایان

سال بیش از ۳۰۰ طرح اقتصاد مقاومتی با اشتغال ۲۸۰۰ نفر

در شهرک‌ها و نواحی صنعتی استان فارس به بهره‌برداری

می‌رسد.

او با بیان اینکه روند ثبت نام و پرداخت تسهیلات رونق تولید

به واحدهای صنعتی در حال انجام است گفت: ازخرداد امسال

تاکنون هزار ۱۷۷ واحد تولیدی و صنعتی در استان فارس در

سامانه بهین یاب ثبت نام کرده‌اند که تاکنون درخواست‌های

۴۱۸ واحد در کارگروه استانی بررسی و تسهیلات ۱۹ واحد

پرداخت شده است.

مدیر عامل شرکت شهرک‌های صنعتی فارس یادآور شد: در

طرح رونق تولید که در راستای تحقق اقتصاد مقاومتی، تولید

و اشتغال و با مصوبه ستاد فرماندهی اقتصاد مقاومتی اجرا

می‌شود، تأمین مالی بنگاه‌های تولیدی و صنعتی کوچک و

**مدیرکل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان فارس:**

## قصه‌گویان اندیشمندانی هستند که در انتقال باورها تأثیر گذارند

مدیرکل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان فارس با بیان این‌که قصه‌گویان اندیشمندانی هستند که در انتقال باورها تأثیرگذارند گفت: بزرگ‌ترین سرمایه ما در کانون مریبان متخصص و خوبی هستند که هنر قصه گویی را به خوبی به انجام می‌رسانند و در انتقال باورها و ارزش‌ها مؤثر هستند. به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابط عمومی اداره کل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان استان فارس، زهرا افتخاری در مراسم معرفی قصه‌گویان برگزیده استانی بیستمین جشنواره بین‌المللی قصه‌گویی گفت: قصه‌گوها با شخصیت‌پردازی‌ها، تصویرگری‌ها، تخیل و ابزار متنوع ما را با دنیای قصه و آدم‌های مختلف بیشتر آشنا کردند.

مدیرکل کانون فارس گفت: قصه‌گوها ما را به خیال فرو بردند و تمامی قصه‌ها نشان دهنده توجه مریبان به موضوع، محتوا، خداشناسی، انسان دوستی، مهر و محبت، شخصیت‌های تاریخی و تمامی ارزش‌های اخلاقی است که با استفاده از نمادهایی چون عدالت، آزادیگی، شجاعت، ظلم‌گریزی و ستم ناپذیری، این مفاهیم را برای ما نهادینه می‌کنند. به گفته افتخاری، قصه‌گویان اندیشمندانی هستند که با قصه و انجام فعالیت‌های متنوع فرهنگی هنری در انتقال باورها، ارزش‌ها، معارف و تمامی مهارت‌ها، الگوی دیگرانند. مدیرکل کانون فارس در ادامه یادآور شد، مریبان، نوجوانان، پدران و ماران و پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌های قصه‌گو با انواع قصه‌ها،

### توقیف کامیون حامل تریاک در فارس

فرمانده انتظامی استان فارس گفت: یک دستگاه کامیون حامل بیش از ۲۰۰ کیلوگرم تریاک در شمال استان شناسایی و توقیف شد.

به گزارش روزنامه طلوع به نقل از پایگاه خبری پلیس فارس، سردار احمدعلی گودرزی گفت: در راستای تشدید اقدامات نظامی و برخورد جدی با قاچاقچیان مواد مخدر و درپی اخبار رسیده مبنی براینکه قاچاقچیان قصد جابه‌جایی و انتقال مقادیری مواد مخدر از شیراز به تهران را دارند، موضوع به جد در دستور کار قرار گرفت.

وی گفت: مأموران ایستگاه بازرسی شهید جنتی‌فر در شهرستان خرم‌بید با هماهنگی قضایی و برنامه‌ریزی دقیق، مسیر را به طور نامحسوس مراقبت کرده و با شگردهای خاص پلیسی، کامیون ایسوزوی حامل مواد مخدر را توقیف کردند.

گودرزی با اشاره به دستگیری یک نفر در این خصوص، گفت: از کامیون یاد شده بالغ بر ۲۰۵ کیلوگرم تریاک کشف شده است.

فرمانده انتظامی فارس تأکید کرد که پلیس با اقتدار و اشراف کامل وظایف محوله را به نحو احسن انجام داده و با سوداگران مرگ مبارزه می‌کند.

صفحه
۴
شماره
۲۰۷۸
سال
بیست و سوم

## خبر



## آغاز عملیات اجرایی زمین ورزشی خیرساز در شیراز

شکل گرفت و امروز پس از گذشت چندین سال، برخی از افرادی که هسته اولیه شکل‌گیری این مجمع بودند در بین ما حضور ندارند اما اتفاقات خوشی همچون احداث این زمین، قطعاً باقیات صالحاتی برای آن‌ها نیز خواهد بود که برای شکل‌گیری مجمع تلاش کردند.

اسدی با تأکید بر اهمیت تقویت این مجمع از شورای اسلامی شهر شیرازخواست به تحکیم مبانی این مجمع کمک کرده و با سیاستگذاری‌های هوشمندانه خود در راه نهادینه ساختن امر ورود خیرین به حوزه شهرسازی و فرهنگ‌سازی گام‌های اثربخش بردارند.

رییس شورای اسلامی شهر شیراز نیز بر گسترش فضا برای حضور و مشارکت بیشتر خیرین پیش از پیش تأکید کرد.

سید احمد رضا دستغیب ضمن قدردانی از حضور خیرین در امور شهرسازی، یکی از مصارف زکات را معبرسازی، پل سازی و شهرسازی دانست و افزود: شهر باید به تمام نیازهای شهروندان پاسخگو باشد و از آنجا که شهرداری‌ها و دولت‌ها به تنهایی نمی‌توانند تمام این نیازها را بر طرف کنند، مردم

و خیرین نیز باید به میدان بیایند.

رییس شورای اسلامی شهر شیراز با بیان اینکه خیرین می‌توانند در تمامی امور شهر مشارکت داشته باشند و هر نامی را مایل باشند بر سررد آن بنا نصب کنند، افزود: باید در تسریع امور خیرین در شهرداری تلاش کرد و در این راستا اگر نیاز به مصوبه‌ای از جانب شورا باشد با وی همکاری و همراهی خواهیم کرد.

دستغیب با بیان اینکه خیرین بزرگی همچون آقایان مصلح و جوکار در شهرسازی فعالیت چشمگیری دارند، گفت: باید روند کار را به گونه‌ای قرار دهیم که زمینه حضور همه مردم و خیرین دیگر نیز حتی با انجام کارهای کوچک فراهم شود.

رییس شورای اسلامی شهر شیراز به مضلات فرهنگی در شهرها اشاره و اضافه کرد: در جامعه امروزی با مشکلات فراوانی روبه‌رو هستیم و به عبارتی درد و مشکل داریم اما درمانی برای آن نداریم که به نظر من بخش بزرگی از این مشکلات در فرهنگ ما ریشه دارد که باید در جهت رفع آنان تلاش کرد. وی با اشاره به وجود معضل بیکاری در جامعه افزود: ریشه همین معضل را نیز باید در فرهنگ‌مان جست‌وجو کنیم.

## آب گرم و لیمو چه فایده‌ای برای سلامتی در فصل سرد دارد؟

محیطی و شیمیایی موجب بیشتر شدن سطح چنین ترکیباتی گشته است. با این وجود، ساختار بدن ما به شکلی است که به تنهایی می‌تواند این سموم را دفع کند. در واقع، کبد ما از این قدرت برخوردار است که با تولید آنزیم‌های مشخص بدن را از وجود سموم مختلف پاک کند.

بنابراین، محصولاتی تحت عنوان سم‌زدا که در بازار به وفور یافت می‌شوند یا نوشیدنی‌های مانند آب گرم و لیمو هیچ نقشی در سم‌زدایی ایفا نمی‌کنند؛ و تنها باعث بروز نوعی گرم‌راهی در سیستم سردزایی بدن می‌شوند و این فرآیند را به تعویق می‌اندازند.



## دماسنج‌های دیجیتالی صحیح‌ترین و ارزان‌ترین راه اندازه‌گیری دمای بدن هستند

واقع تب به زمانی گفته می‌شود که دمای زیر بغل بالای ۳۷٫۲ و دهانی بالای ۳۷٫۱۵ و گوشی و مقعدی بالای ۳۸ باشد. دکتر فاطمی بهترین راه برای پایین آوردن تب را استفاده از استامینوفن دانست و ادامه داد: باید برای کودکان با سن و وزن خاص به طور جداگانه تنظیم دوز صورت بگیرد.

کارشناس مرکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم دانشگاه گفت: نباید برای کاهش تب در کودکان کمتر از ۱۸ سال از آسپرین استفاده کرد، زیرا ممکن است باعث ایجاد سندرم ری شود؛ سندرم ری مجموعه علایمی است که به صورت راش پوستی، تهوع، استفراغ، گیجی، کما، تشنج و وقفه تنفسی بروز می‌کند.

او اقدام بعدی برای کاهش تب را پاشویه برشمرد و تأکید کرد: البته پاشویه باید همراه با داروهای ضد تب استفاده شود. مردم استان فارس برای دریافت اطلاعات بیشتر و یا دریافت دوز مناسب داروهای ضد تب با مرکز اطلاع‌رسانی

داروها و سموم، می‌توانند موضوع را به کمک شماره‌های ۰۷۱۳۲۳۳۱۷ و یا ۱۴۹۰ با کارشناسان این مرکز در میان بگذارند.

خیلی‌ها فکر می‌کنند اگر صبح بیدار شوند و یک لیوان آب گرم و لیمو بخورند، سموم بدن‌شان پاک می‌شود! نه! از این خیرها نیست. آب گرم و لیمو ویتامین سی دارد، کالری‌تان را کاهش می‌دهد، و بدن‌تان را مرطوب نگاه می‌دارد، اما سم‌زدایی… نه!

آیا شما جزء آن دسته افرادی هستید که صبح خود را با آب گرم و لیمو شروع می‌کنند؟ آیا تصور می‌کنید این نوشیدنی قابلیت از بین بردن سموم بدن شما را دارد؟ سال‌های سال است که بسیاری از مردم با خیال اینکه آب گرم و لیمو خاصیت سردزایی دارد روز خود را با این نوشیدنی آغاز می‌کنند. باوری نشأت گرفته از صحبت‌های برخی پزشکان که از این نوشیدنی به عنوان محرکی که موجب فعالیت بیشتر کبد برای خارج کردن سموم از بدن می‌شود یاد می‌کردند. این در حالی است که قائل شدن ویژگی سم‌زدایی برای ترکیب آب گرم با لیمو کاملاً بی معنا است.

براساس مطالعات انجام شده توسط دانشمندان استرالیایی، هیچ گونه شواهدی مبنی بر نقش این نوشیدنی‌ها در سم‌زدایی یافت نشده است. اگرچه آب گرم همراه با لیمو مزایای بسیاری از جمله: افزایش ویتامین C، کاهش کالری و جلوگیری از خشکی بدن را به دنبال دارد؛ اما نقشی در کاهش میزان سموم بدن انسان ایفا نمی‌کند.

به گفته محققان: به صورت طبیعی در بدن ما میزانی از سم وجود دارد که زندگی مدرن و افزایش آلاننده‌های

### با بیماری پراشتهایی عصبی بیشتر آشنا شویم

نسبت به خود و بدنش، ارتباطات او با اطرافیان و احتمال آسیب به خود را مورد بررسی قرار دهد.

**تدابیر درمانی**

این کارشناس تغذیه، ادامه داد: درمان بیمار بستگی به درجه آسیب فیزیکی وارد شده به او در اثر پرخوری و شدت اختلال آسیب رساندن به خودش دارد، در صورتی که تعادل کنترولیت‌های بدن بیمار به صورت جدی به هم خورده باشد، باید او را در بیمارستان بستری کرد و تحت مراقبت قرار داد.

کهنسال اضافه کرد: بسیاری از کسانی که به پرخوری عصبی مبتلا هستند نیازی به بستری شدن ندارند و میزان بستری شدن این افراد خیلی کم‌تر از بیماران مبتلا به بی

اشتهایی عصبی است زیرا، در حالت معمول وزن آن‌ها در حد طبیعی است.

او گفت: درمان روزانه یا بستری شدن نیمه وقت یعنی حالتی که بیمار هر روز تحت درمان قرار می‌گیرد، مناسب بوده و با این روش می‌توان زمان بندی‌های غذایی، آموزش تغذیه‌ای، درمان‌های چندجانبه و مراقبت‌های دارویی را به خوبی برای او انجام داد.

این کارشناس تغذیه، افزود: اگر این روش ناموفق باشد، باید بیمار را کامل بستری کرد و تحت مراقبت قرار داد؛ درمان بیماران بستری نشده شامل تنظیم برنامه منظم دارویی، مشاوره تغذیه، استفاده از روش‌های مناسب برای کمک بیمار به خودش و روان درمانی است.

کهنسال بیان کرد: بیماران در گروه‌های درمانی می‌توانند از نظرات متخصصان مختلف که با این‌گونه افراد سر و کار دارند بهره ببرند؛ در بعضی از این گروه‌های درمانی، از بیمار چنان حمایت می‌شود که قادر می‌شود عادت پرخوری، تخلیه غذای خود را ترک کند.

**راه‌های پیشگیری از پراشتهایی**

کارشناس تغذیه دانشکده تغذیه و علوم غذایی، در ادامه به برخی از روش‌های پیشگیری از پراشتهایی عصبی اشاره کرد و گفت: اگر فرزندی داریم، نسبت به وزن خود وسواس نداشته باشیم و شکل ظاهری خود و رژیم غذایی را در حضور فرزندان به چالش نکنیم، فرزندان را به خاطر شکل بدن آن‌ها ملامت نکنیم و هرگز آن‌ها را با دیگران مقایسه نکنیم، به فرزندان خود بگوییم که آن‌ها را همان‌گونه که هستند دوست داریم، سعی کنیم هر زمان که امکان‌پذیر باشد همراه با خانواده غذا بخوریم و به کودکان خاطر نشان کنیم که هنرپیشه‌های تلویزیون و مدل‌های مجلات مُد، بدن سالم و طبیعی ندارند.

او در ادامه این توصیه‌ها گفت: کودک را تحت رژیم غذایی قرار ندهیم مگر آن که پزشک، ما را به این کار تشویق کند، اجازه ندهیم کودک در تارنماهای ویژه افراد پراشتهاستنجو کند؛ این تارنماها توصیه‌های نامناسبی از سوی بیماران به کودک منتقل می‌کنند، به آن‌ها یاد می‌دهند که چگونه غذا را تخلیه کرده و رفتار همدیگر را مورد حمایت قرار می‌دهند، اگر فرزند در ورزش‌های رقابتی فعالیت می‌کند، نقطه نظرات مربی او را در زمینه وزن بدن، مورد بررسی قرار دهیم، از نشانه‌های اعتماد به نفس پایین، اضطراب، افسردگی و اعتیاد به مواد مخدر یا الکل آگاه باشیم و هر زمان که چنین چیزی در فرزند خود مشاهده کردیم، نسبت به درمان آن اقدام کنیم و اگر فکر می‌کنیم کودک مبتلا به اختلال تغذیه‌ای است، برای کمک پزشک و مداخله انجام شده از طرف او صبر نکنیم، هرچه این اختلال زودتر درمان شود عوارض آن کمتر شده و درمان راحت‌تر انجام می‌شود.

کهنسال در پایان یادآور شد: بسیاری از بیماران مبتلا به پراشتهایی عصبی دچار شکست می‌شوند؛ این افراد برای پیشگیری از این مسئله می‌توانند توصیه‌هایی شامل هرگز رژیم نگیرند؛ در عوض برنامه‌ریزی کنند تا از غذاهای سالم استفاده کنند، با بقیه افراد غذا بخورند و به تنهایی از غذا استفاده نکنند، درمان را ادامه دهند و نکات توصیه شده را به صورت کامل اجرا کنند، افکار منفی را تحت نظر قرار داده و سعی کنند مثبت فکر کنند، هر روز سعی کنند زمانی را به انجام امور لذت بخش اختصاص دهند، همیشه مشغول باشند، اما نه خیلی فعال، روزی هفت ساعت استراحت کافی داشته باشند، هر روز زمانی را با افرادی که دوست دارند و آن‌ها نیز به آن‌ها علاقه دارند، بگذرانند.

<sup>[1]</sup> نسبت به خود و بدنش، ارتباطات او با اطرافیان و احتمال آسیب به خود را مورد بررسی قرار دهد

<sup>[2]</sup> این کارشناس تغذیه، ادامه داد: درمان بیمار بستگی به درجه آسیب فیزیکی وارد شده به او در اثر پرخوری و شدت اختلال آسیب رساندن به خودش دارد، در صورتی که تعادل کنترولیت‌های بدن بیمار به صورت جدی به هم خورده باشد، باید او را در بیمارستان بستری کرد و تحت مراقبت قرار داد

<sup>[3]</sup> کهنسال اضافه کرد: بسیاری از کسانی که به پرخوری عصبی مبتلا هستند نیازی به بستری شدن ندارند و میزان بستری شدن این افراد خیلی کم‌تر از بیماران مبتلا به بی

<sup>[4]</sup> او گفت: درمان روزانه یا بستری شدن نیمه وقت یعنی حالتی که بیمار هر روز تحت درمان قرار می‌گیرد، مناسب بوده و با این روش می‌توان زمان بندی‌های غذایی، آموزش تغذیه‌ای، درمان‌های چندجانبه و مراقبت‌های دارویی را به خوبی برای او انجام داد