



تاریخ	۲۴
آبان	
۱۳۹۶	
چهارشنبه	

بر اساس گزارش ارسالی شرکت پیشگامان؛

آزمایشگاه آبفا شیراز عنوان نتایج مطلوب و قابل قبول را کسب کرد

مدیر روابط عمومی و آموزش همگانی آبفا شیراز گفت: آزمایشگاه آبفا شیراز بر اساس گزارش ارسالی شرکت پیشگامان عنوان نتایج مطلوب و قابل قبول را کسب کرد. به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابط عمومی و آموزش همگانی آبفا شیراز، با عنایت به الزام استاندارد ۱۷۰۲۵، آزمایشگاه مرکزی آب آبفا شیراز در آزمون کفایت تخصصی (PT) که در تیرماه سال ۹۶ برگزار شد بر اساس گزارش ارسالی از شرکت پیشگامان در سه بخش شیمی - فیزیک، فلزات سنگین و میکروبیولوژی نتایج مطلوب و قابل قبول را کسب کرد. گفتنی است تمامی آزمایشگاه‌های شرکت‌های آب و فاضلاب کشور که دارای گواهی نامه ۱۷۰۲۵ بین‌المللی و داخلی هستند جهت کنترل و بررسی، صحت و دقت نتایج آزمایشگاه خود موظف به شرکت در این آزمون می‌باشند.

خبر

صفحه	۴
شماره	۲۱۰۴
سال	بیست و سوم

به مناسبت هفته کتاب و کتابخوانی صورت می‌گیرد؛
تخفیف ۵۰ درصدی عضویت در بزرگترین کتابخانه دانش آموزی کشور در شیراز



رئیس سازمان دانش‌آموزی فارس از تخفیف ۵۰ درصدی ثبت نام عضویت در کتابخانه دانش‌آموزی فارس به‌عنوان بزرگترین کتابخانه دانش‌آموزی کشور، به مناسبت هفته کتاب و کتابخوانی خبر داد. به گزارش روزنامه طلوع به نقل از اداره اطلاع‌رسانی و روابط عمومی آموزش و پرورش فارس، محسن کلاری گفت: هفته کتاب فرصتی است تا مسئولین با ایجاد یک تلنگر در جامعه، شهروندان و مردم را به کتابخوانی تشویق کنند. وی تصریح کرد: در راستای تسریع در خدمت‌رسانی به علاقمندان به کتاب و کتابخوانی، بزرگ‌ترین کتابخانه دانش‌آموزی کشور در شیراز به سامانه ثبت نام الکترونیک مجهز می‌شود. وی اظهار داشت: به همین مناسبت و در راستای تشویق علاقمندان به کتابخوانی، رئیس سازمان دانش‌آموزی فارس تصریح کرد: کتابخانه دانش آموز خود را متعهد می‌داند تا با به روزآوری ماهانه منابع خود مجموعه کم‌نظیری از منابع نوشتاری و الکترونیکی را در فضای آرام در اختیار علاقمندان قرار دهد. کتابخانه دانش‌آموزی همه روزه از ساعت ۷:۳۰ لغایت ۱۹ در روزهای زوج برای برادران و روزهای فرد برای خواهران آماده ارائه خدمات است.

شهردار منطقه ۲ شیراز خبر داد

شروع مجدد عملیات اجرایی پارک جوان با اعتبار ۵ میلیارد ریال در بلوار دلاوران بسیج



بسیج، خیابان شاهزاده بیگم این منطقه از شهرداری مقداری از تعهدات خود را نسبت به شهروندان فهمید ادا می‌نماید. شهردار منطقه دو با بیان اینکه این پارک در متراژ ۳/۷ هکتار زمین را در بر می‌گیرد؛ افزود: این پارک دارای پنجمین زمین چمن مصنوعی ۱۵۰۰ مترمربع می‌باشد و پیست دوچرخه‌سواری با ۶۵۰ مترطول، دو پارکینگ مجزا با ظرفیت ۹۶ خودرو، محوطه‌های چند منظوره روباز جهت برپایی مراسم‌های مذهبی و آئینی، اعیاد و عزاداری با مساحت ۲۷۷۰ مترمربع، همچنین در پروژه مذکور قسمتی برای ساخت حسینیه و در طراحی اولیه مکانی برای ورزش زورخانه‌ای در نظر گرفته شده است. اکبری ادامه داد: در این پروژه و قسمتی از پارک با مساحت ۱۱۰۰ مترمربع به بازی‌های کودکان اختصاص داده شده است. علاوه بر این کافی‌شاپ و سرویس بهداشتی نیز تعبیه شده است.

رئیس اداره اوقاف و امور خیریه ناحیه سه شیراز خبر داد

برگزاری مراسم عزاداری و سوگواری بیست و هشتم صفر در بقاع متبرکه شیراز

این مسئول با بیان اینکه در محل قدمگاه حضرت ابوالفضل العباس (ع) نیز مراسم عزاداری و نوحه‌خوانی برپا می‌شود گفت: این مراسم مداحی و نوحه‌خوانی حیدری و رحمان ستایش می‌باشد و حجت‌الاسلام تجرد ایراد سخن خواهد کرد. رئیس اداره اوقاف و امور خیریه ناحیه سه شیراز در ادامه از برگزاری مراسم عزاداری حضرت رسول اکرم (ص) و حضرت امام حسن مجتبی (ع) در محل امام زاده سید محمد (ع) قصر دشت خبر داد و افزود: این مراسم در شب شهادت از ساعت ۲۰ شب با حضور مداحان اهل بیت و حرکت هیئت‌های عزاداری برگزار می‌شود و در روز ۲۶ آبان در محل این آستان مقدس این مراسم عزاداری و سوگواری از ساعت ۹ برگزار می‌شود.

با شب شهادت در پنج‌شنبه ۲۵ آبان‌ماه جاری بعد از اقامه نماز مغرب و عشاء با سخنرانی حجت‌الاسلام و المسلمین رضوی اردکانی و با حضور مداحان اهل بیت (ع) برگزار می‌شود. وی با بیان اینکه در محل حرم مطهر حضرت سید تاج‌الدین غریب (ع) مراسم عزاداری و روضه‌خوانی با سخنرانی حجت‌الاسلام منصور خادمی و مداحی حاج جعفر دهقان و رسول زارع می‌باشد، گفت: در آستان مقدس حرم مطهر علی ابن حمزه (ع) مراسم عزاداری در شب شهادت بعد از اقامه نماز مغرب و عشاء و در روز بیست و هشتم صفر المظفر با سخنرانی حجت‌الاسلام و المسلمین ذوالانوار و مداحی راسخ قدم برگزار می‌شود.

رئیس اداره اوقاف و امور خیریه ناحیه سه شیراز از برگزاری مراسم عزاداری و سوگواری رحلت پیامبر اکرم (ص) و شهادت امام حسن مجتبی (ع) در بقاع متبرکه شهر شیراز خبر داد. به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابط عمومی اداره کل اوقاف و امور خیریه فارس، حجت‌الاسلام رحیم صفری گرائی گفت: هم‌زمان با فرارسیدن رحلت پیامبر اکرم (ص) و شهادت امام حسن مجتبی (ع) آئین عزاداری و سوگواری در بیش از ۱۰ بقعه متبرکه و مساجد شهر شیراز برگزار می‌شود. صفری گرائی افزود: این مراسم معنوی با حضور عموم عزاداران شهر شیراز در آستان مقدس حرم مطهر سید علاءالدین حسین (ع) مصادف

در ۷ ماهه ابتدایی سال جاری در فارس صورت گرفت؛

صدور نزدیک به ۱۱۰ هزار سند مالکیت کاداستری

حقوقی می‌باشد عنوان داشت: از مهم‌ترین اسناد را فراهم نماییم. اقبال افزود: از ابتدای سال‌جاری تا پایان مهرماه تعداد ۱۰۹ هزار و ۲۱۱ فقره سند مالکیت کاداستری در واحدهای تابعه این اداره کل در سراسر استان صادر و تحویل متقاضیان گردیده است و بیش از ۵۵ هزار فقره از اسناد صادر گردیده فوق سهم مناطق پنج‌گانه ثبت شیراز می‌باشد که در این ادارات صادر و تحویل مالکین شده است.

مدیرکل ثبت اسناد و املاک فارس گفت: نزدیک به ۱۱۰ هزار فقره سند مالکیت کاداستری طی ۷ ماهه سال جاری در واحدهای تابعه این اداره کل در سراسر استان صادر شد. به گزارش روزنامه طلوع به نقل از واحد روابط عمومی اداره کل ثبت اسناد و املاک فارس مهدی اقبال با اشاره به اینکه اختلاف مالکیت‌ها زمینه‌ساز مشکلات

از سوی مؤسسه اعتباری نور صورت گرفت؛

ارسال ۱۵ کامیون حاوی کمک‌های موردنیاز به مناطق زلزله‌زده کرمانشاه

مدیر روابط عمومی مؤسسه اعتباری نور از ارسال ۱۵ کامیون حاوی کمک‌های موردنیاز به مناطق زلزله‌زده کرمانشاه توسط این مؤسسه خبر داد. به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابط عمومی مؤسسه اعتباری نور، این مؤسسه در پیامی درگذشت تعدادی از هموطنان عزیز در حادثه وقوع زلزله کرمانشاه را به مردم ایران تسلیت گفته و با آسیب دیدگان و داغدیدگان این حادثه ابراز همدردی نموده است. همچنین در راستای همدردی و کمک به هم‌میهنان عزیز در زلزله کرمانشاه ۱۵ کامیون حاوی کمک‌های موردنیاز به مناطق زلزله‌زده از سوی این مؤسسه ارسال شد.

کمبود ویتامین‌هایی که سبب بروز سرطان در زنان می‌شود

کمبود ویتامین A و C و اسید فولیک زنان را در معرض خطر ابتلا به انواعی از سرطان قرار می‌دهد، گفت: تشخیص به‌موقع سرطان، موفقیت ۱۰۰ درصدی در درمان را می‌تواند به همراه داشته باشد. سرطان دهانه رحم یکی از شایع‌ترین سرطان‌ها در زنان است، این سرطان به‌راحتی در مراحل اولیه قابل تشخیص و درمان کامل است. در صورتی که تشخیص این بیماری به تأخیر افتد، درمان مشکل و گاهی ناموفق است همچنین زنانی که چندین بار ازدواج کرده‌اند، بیشتر مستعد ابتلا به این سرطان هستند. در ادامه بیشتر بخوانید: این سرطان با یک آزمایش ساده و بدون درد به نام پاپ اسمیر به‌راحتی تشخیص داده می‌شود و در صورت تشخیص به‌هنگام، میزان موفقیت درمان در مراحل اولیه ۱۰۰ درصد است و بیمار بهبودی کامل خود را به دست می‌آورد. سرطان دهانه رحم در مراحل اولیه اغلب بدون علامت است و با پیشرفت بیماری می‌توان علائمی را مشاهده کرد که شایع‌ترین آن‌ها خونریزی غیرطبیعی و ترشح واژینال غیرطبیعی که اغلب نیز بدبو هستند. این جراح و متخصص زنان گفت: تقریباً ۸۰ تا ۹۰ درصد از بیماران الگوهای مختلفی از خونریزی‌های غیرطبیعی را نشان می‌دهند که شامل، خونریزی غیرطبیعی قاعدگی، لکه‌بینی بین قاعدگی‌ها و خونریزی پس از یائسگی و در بعضی از بیماران نیز تنها نشانه وجود سرطان دهانه رحم، ترشح واژینال غیرطبیعی است. زنانی که دخانیات مصرف می‌کنند و افرادی که دچار کمبود ویتامین A.C و اسید فولیک هستند، بیشتر در معرض خطر ابتلا به این سرطان هستند.



مصرف روزانه ۲ تا ۳ واحد لبنیات را برای پیشگیری و درمان پوکی استخوان جدی بگیریم!

کارشناسان تغذیه مرکز بهداشت شهیدی والفجر شیراز و مراکز خدمات جامع سلامت زیرپوشش این مرکز، به مناسبت هفته جهانی غذا از یک کارخانه تولیدی محصولات لبنی، بازدید کردند. به گزارش وب دا در شیراز، مسئول واحد بهبود تغذیه مرکز بهداشت شهیدی والفجر، گفت: به مناسبت هفته جهانی غذا و ارتقای سطح دانش و آگاهی کارشناسان تغذیه در زمینه فرآیند تولید محصولات لبنی، با حضور کارشناسان تغذیه مراکز تحول سلامت جامعه از یک کارخانه تولیدی محصولات لبنی بازدید شد. «بریم مهربان» افزود: در این بازدید، کارشناسان به‌صورت تئوری با فرآیند آماده‌سازی مواد اولیه و مراحل تولید، فرآوری و بسته‌بندی محصولات آشنا شدند. او ادامه داد: همچنین با توجه به

کاهش بار میکروبی و حفظ بیشتر مواد مغذی در محصولات صنعتی، بر اولویت مصرف محصولات پاستوریزه و استریلیزه نسبت به محصولات سنتی، تأکید شد. مهارت در زمینه تأثیر این فعالیت بر سلامتی مردم، گفت: با توجه به نقش ریزمغذی کلسیم در پیشگیری و درمان پوکی استخوان، کارشناسان تغذیه مصرف روزانه دو تا سه واحد لبنیات را توصیه می‌کنند، همچنین آشنایی با نحوه فرآیند تولید انواع محصولات لبنی به‌ویژه انواع غنی‌شده، سبب ارتقای کیفیت خدمات مشاوره تغذیه به افراد جامعه متناسب با شرایط سنی و فیزیولوژیکی آن‌ها است.

ادویه‌ها نه تنها گزینه‌های غذایی حاوی ویتامین، املاح و فیبر هستند، منابع غنی از آنتی‌اکسیدان‌ها برای خنثی کردن اثرات منفی رادیکال‌های آزاد در بدن نیز به شمار می‌روند. مفیدترین ادویه‌ها با خواص آنتی‌اکسیدانی که همه ما باید آن‌ها را در رژیم غذایی خود مصرف کنیم، از این قرارند: دارچین: کاهنده قند خون است و مصرف آن به افراد مبتلابه دیابت بسیار توصیه می‌شود. دارچین حاوی ترکیبات آنتی‌اکسیدانی و ضدالتهابی است که احتمال آسیب سلولی و بیماری‌های مزمن را به حداقل می‌رساند. نشان داده‌شده است که برای محافظت در برابر بیماری‌های قلبی، دارچین یک گزینه بسیار مفید است. میخک: یک منبع غنی از آنتی‌اکسیدان است که به مبارزه با رادیکال‌های آزاد می‌رود و به‌عنوان یک ضد قارچ قدرتمند عمل می‌کند. رز ماری: حاوی ترکیبات آنتی‌اکسیدانی و ضدالتهابی است و منجر به حذف رادیکال‌های آزاد مرتبط با التهاب مزمن می‌شود. رز ماری حاوی فلاونوئیدها است و ثابت‌شده که مانع رشد سلول‌های سرطانی با انکراس و جلوگیری از باسیور

آشنایی با خواص قهوه سبز

قهوه سبز دانه‌های خام و بو ن داده قهوه است که مدت‌ها است مورد توجه مصرف‌کننده‌ها و محققان قرار گرفته است و بسیاری از افراد از آن به‌عنوان ماده معجزه‌گر لاغری نام می‌برند. به گزارش وب دا در شیراز، کارشناس ارشد تغذیه در دانشکده تغذیه و علوم غذایی شیراز، گفت: امروزه تبلیغات زیادی در مورد خواص لاغرکنندگی قهوه سبز شنیده می‌شود و بعضی مطالعات نشان داده‌اند که مصرف قهوه سبز می‌تواند به کاهش وزن کمک کند. «زهره مصلاهی» ادامه داد: قهوه سبز ممکن است در کاهش قند خون و پرفشاری خون مفید باشد، اما مقدار مطلوب برای این اثرات هنوز مشخص نشده است؛ در حقیقت اگر در مصرف قهوه سبز زیاده‌روی نشود، می‌تواند منافعی داشته باشد. او با بیان اینکه این ماده تا حدی باعث کاهش اشتها می‌شود، افزود: قهوه به دلیل دارا بودن کافئین می‌تواند تا حدی متابولیسم بدن را افزایش دهد؛ همین افزایش متابولیسم، چربی‌سوزی را افزایش می‌دهد، بنابراین قهوه‌سبز تا حدودی روی کاهش وزن تأثیر دارد، اما این خاصیت زمانی است که قهوه به‌طور منظم مصرف شود، به‌علاوه این تأثیرات به شکل اعجاب‌انگیز نیست و نمی‌تواند کاهش وزن چند کیلوگرمی در ماه ایجاد کند. این کارشناس ارشد تغذیه اضافه کرد: به نظر می‌رسد کافئین موجود در قهوه می‌تواند منجر



ادویه‌هایی با خواص آنتی‌اکسیدانی

زنجبیل نیز برای مبارزه با التهاب، درد، تسکین درد عضلات و درمان حساسیت استفاده می‌شده است. ترکیبات موجود در زنجبیل مانند داروهای ضدالتهابی مانند ایبوپروفن برای درمان آرتروز عمل می‌کند. زنجبیل علاوه بر این ادویه مفیدی برای گلودرد، سرماخوردگی، و... محسوب می‌شود. حتی شما می‌توانید زنجبیل را به‌طور مستقیم روی مفضل درون‌ک از طریق کمپرس قرار دهید.

