

### آغاز شمارش معکوس جهت افتتاح محور جدید فیروزآباد - فراشند

مدیرکل راه و شهرسازی گفت: محور مهم و بااهمیت فیروزآباد- فراشند به‌زودی به بهره‌برداری خواهد رسید. به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابط عمومی اداره کل راه و شهرسازی استان فارس، فیروز تکاور افزود: محور فرعی و پرحادثه فیروزآباد - فراشند به طول ۳۳ کیلومتر است که تا سال ۹۶ به دلیل شرایط نامطلوب اقتصادی حدود ۳۴ درصد پیشرفت فیزیکی داشت. وی تصریح کرد: با پیگیری مسئولین شهرستان و استان و مساعدت مسئولین وزارت راه و شهرسازی پروژه با جدیت و سرعت بالایی در دست اجرا است و به‌زودی شاهد بهره‌برداری از آن خواهیم بود. تکاور درخصوص اهمیت احداث این پروژه گفت: تبدیل محور فرعی به اصلی و حذف گردنه پرحادثه خرقة و کاهش چشمگیر طول مسیر فیروزآباد فراشند از بزرگ‌ترین محاسن اجرای این پروژه است. تکاور اظهار امیدواری کرد با بهره‌برداری از این محور بتوانیم گامی بزرگ در کاهش تلفات و تصادفات و رونق منطقه برداشته باشیم.

## خبر



### شهردار منطقه پنج تأکید کرد: ضرورت خلایق و نوآوری در ارائه خدمات شهری به شهروندان

شهردار منطقه پنج گفت: پویایی، نشاط سازمانی و کسب رضایت عمومی شهروندان از اولویت‌های مهم شهرداری است.

به گزارش روزنامه طلوع به نقل از امور ارتباطات و فرهنگی شهرداری منطقه پنج معهود طهماسبی با اشاره به اینکه شعار شهرداری منطقه پنج در سال ۹۷ توسعه و نشاط اجتماعی است بیان داشت: شهرداری ازجمله نهادهای است که ارتباط مستمر و نزدیک با مردم دارد و با تلاش بی‌شائبه و شبانه‌روزی در اجرای طرح‌های عمرانی، فرهنگی و اجتماعی زمینه آرامش شهروندان را فراهم می‌آورد. در این راستا با توجه به گسترده‌گی فعالیت‌های شهرداری حفظ کرامت مردم و تکریم ارباب‌رجوع در مجموعه شهرداری یک مسئله مهم سازمانی به شمار می‌رود.

وی با اشاره به اینکه موفقیت یک سازمان به میزان اعتمادی است که مردم به آن دارند، تصریح کرد: سرعت و دقت در عنصر مؤثر در جلب رضایت مراجعین است که این امر می‌تواند موجب کاهش فاصله زمانی بین پرسش و پاسخ شود و از اتلاف وقت مردم جلوگیری نماید.

طهماسبی رضایتمندی شهروندان را مهم ارزیابی کرد و اضافه کرد: بر اساس سخن رهبر کبیر انقلاب اسلامی ما مأمور به وظیفه‌ایم نه نتیجه از این رو مطمئناً چنانچه به وظیفه درست عمل شود، نتیجه قطعاً به بهترین صورت محقق خواهد شد.

شهردار منطقه پنج به نوآوری و خلایق در ارائه خدمات به شهروندان و انجام امورات محوله تأکید کرد و بیان داشت: انتظار می‌رود که مسئولین شهرداری منطقه پنج در انجام وظایف و امورات جاری حوزه‌های مربوطه، برنامه‌ها و در نحوه عملکرد نیروهای تحت نظرشان نظارت و دقت بیشتری داشته باشند و کارها به‌صورت جدی و برنامه‌ریزی‌شده انجام پذیرد.

در پایان وی بر اهمیت برخورد صادقانه، شفاف، مسئولانه و پاسخگویی سریع به مطالبات و مراجعات عمومی تأکید نمود و خواستار تعهد سازمانی و مسئولیت‌پذیری کارکنان شد.

تولیت آستان مقدس حضرت احمد بن موسی الکاظم شاه‌چراغ (ع)، در دیدار جمعی از خیران و همچنین مسئولان و روشن‌دلان موسسه ناینیایان توانگران کارآفرین شیراز با وی اظهار کرد: هر جا زمینه کار خیر فراهم شود و افراد خیر حضور داشته باشند ارزش والایی است و خیران به سمت‌وسوی اهداف اسلامی با ایده‌های متعالی مکتب اسلام پیش می‌روند و امیدوارم چنین روندی در جامعه استمرار یابد.

به گزارش روابط عمومی آستان مقدس حضرت احمد بن موسی الکاظم شاه‌چراغ (ع)، وی ضمن تشکر از خیران استان در حوزه‌های مختلف، ازجمله خیران حوزه سلامت ابراز داشت: تقدیر و تشکر از این عزیزان و بزرگواران برحسب دستور دین ما نسبت به کسانی است که خدمات ارزشمندی به جامعه ارائه می‌دهند.

نماینده مردم استان فارس در مجلس خبرگان رهبری خاطر نشان کرد: افراد مؤمن، صالح و پرورش یافته در مکتب اسلام باوجود گوهایی همچون پیامبر بزرگوار اسلام (ص) و ائمه اطهار (ع)، اگر افرادی را ببینند که مشکلات جسمی و آسیب‌هایی همچون ناینیای دارند، فارغ از منشأ این آسیب، نمی‌توانند بی‌تفاوت باشند؛ از این جهت که مبادا این آسیب سبب شود که کرامت ذاتی آن افراد لطمه ببیند و دیگر اینکه نور امید که همواره در قرآن و روایات بر امیدوار بودن نسبت به تفضلات و عنایات الهی مورد تأکید است، در دل این افراد کمرنگ نشود و روشن نگاه داشته شود. تولیت آستان مقدس حضرت احمد بن موسی الکاظم شاه‌چراغ (ع) عنوان کرد: هم افراد آسیب‌دیده باید قدرت صبر و تحمل را در خود تقویت کنند و هم دیگرانی که موظفانده آنها را از افتادن در

ورطه یأس و ناامیدی - که از گناهان کبیره است - حفظ کنند؛ نه فقط به زبان، بلکه شرایطی ایجاد کنند که توان صبر و استقامت در آنها به میزانی که باید، ایجاد شود و استمرار پیدا کند.

وی تأکید کرد: این نشاط روحی و روانی برای ادامه حیات، آن هم نه فقط صرفاً حیات مادی که حیات طیبه و حیات معنوی ضرورت دارد و باید در آنها پایدار بماند و افزون گردد.

مسئول حوزه علمیه رضویه شیراز بایان اینکه فعالیت‌ها و برنامه‌های خیران ما به الگوی برای دیگر استان‌ها تبدیل شده است، اظهار کرد: عزیزان کم‌بینا یا ناینیای ما که از بینایی ظاهری محروم هستند از این جهت که نباید در هیچ حالی از حالات مایوس باشند الگوی برای تمام قشرها هستند. وی در بخش دیگری از سخنان با اشاره به اینکه نماز که نقطه اتصال انسان با عالم ملکوت و مبدأ هستی است در هیچ حالتی از انسان ساقط نمی‌شود، گفت: حتی اگر کسی در حال احتضار است باید نماز را با اشاره بخواند، این برای این است که انسان امیدش را نسبت به خدای خود از دست ندهد.

وی در بخش دیگری از سخنان گفت: امروزه شرایطی ایجاد شده که عزیزان کم‌بینا یا روشدندل ما لزوماً معنوی و فرهنگی از دوران کودکی و نوجوانی می‌توانند به‌خوبی راه را طی کنند.

تولیت آستان مقدس بایان اینکه عده‌ای هم هستند که از امکانات خوبی برخوردارند و مشکل و آسیب جسمی ندارند؛ اما عللی آنها را از کار خیر و رشد معنوی و حقیقی محروم کرده است، تصریح کرد: این یک نوع انحراف و

### مدیرعامل جمعیت هلال احمر استان فارس عنوان کرد: عضویت بیش از ۲۹ هزار جوان در مقاطع مختلف تحصیلی

مدیرعامل جمعیت هلال‌احمر استان فارس گفت: جمعیت هلال‌احمر استان فارس دارای بیش از ۲۹ هزار عضو جوان در مقاطع دانشجویی، جوانان، روستایی، طلاب، دانش‌آموزی و غنچه‌ها است که این امر نشان‌دهنده پتانسیل بالای استان است.

به گزارش روزنامه طلوع به نقل از روابط عمومی جمعیت هلال‌احمر استان فارس؛ فیض اله جعفری در اولین جلسه مجمع دانشجویی و جوانان جمعیت استان گفت: آشنایی کامل مسئولین و جامعه نسبت به مأموریت‌های جمعیت هلال‌احمر، سطح توقعات غیر معمول را در حوادث و بحران‌ها پایین می‌آورد. جعفری ادامه داد: اجرای طرح‌هایی مانند نه به تصادفات جاده، زنجیره انسانی نه به اعتیاد و... ازجمله طرح‌های سازمان جوانان است که باید تقویت شود. وی ادامه داد: وظیفه ما ایجاد بستر مناسب و شرایط مطلوب برای پرورش آنان است و وظیفه جوانان نیز شناختن مأموریت‌های هلال‌احمر و انتقال به خانواده و جامعه است.



گمراهی است که باید در کنار سایر فعالیت‌ها مدنظر خیران قرار گیرد. آیت‌الله سید علی‌اصغر دستغیب بیان کرد: در این مجموعه شاهد توفیقات قرآنی، معرفتی و تعالی دینی هستیم که ان‌شاءالله روزافزون شود و خدا به همه اجر جزیل عطا کند و ما هم در کنار بزرگوارانی هستیم که این‌ها را در عالم ملکوت بهتر و بیشتر می‌شناسند تا در عالم مادی، زیرا خدایی هستند و کار خدایی انجام می‌دهد و نیتشان خدایی است، ان‌شاءالله از همین نمونه افراد در نزد خداوند متعال شمرده شویم.



دیدار مدیرعامل جمعیت هلال احمر استان فارس با اعضای هیئت مدیره و کارکنان در محل اجتماعات عمومی.

## سلامت

### توصیه به هدایت کنجکاو و هیجان‌خواهی نوجوانان به راه‌های سالم برای پیشگیری از اعتیاد



مدیر گروه سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد دانشگاه علوم پزشکی شیراز، هدایت کنجکاو و هیجان‌خواهی نوجوانان به راه‌های سالم را راهکاری برای پیشگیری از اعتیاد برشمرد.

به گزارش «وب دا» در شیراز، دکتر علی باصری با بیان اینکه اعتیاد به مواد مخدر یکی از مهم‌ترین مشکلات اجتماعی، اقتصادی و بهداشتی است که عوارض ناشی از آن تهدیدی جدی برای جامعه محسوب می‌شود و موجب رکود اجتماعی در زمینه‌های مختلف می‌شود، گفت: اعتیاد نه تنها آسیب‌های عمیق جسمی و روانی در پی دارد، بلکه آسیب‌های اجتماعی نظیر افزایش طلاق، بزهکاری و بیکاری را نیز به همراه می‌آورد. او مواد مخدر و روان‌گردان‌ها را زلزله‌ای خاموش در زمره یکی از بحران‌های عرصه جهانی عنوان کرد و افزود: به‌طور میانگین ۲۵۵ میلیون نفر و یا به‌عبارتی دیگر پنج و سه‌دهم درصد از جمعیت ۱۵ تا ۶۴ سال جهان، دست کم یک‌بار یکی از انواع مواد مخدر یا روان‌گردان‌ها را در سال ۲۰۱۵ میلادی مصرف کرده‌اند.

وی رشد ۲۳ درصدی مصرف مواد در سال ۲۰۱۵ میلادی نسبت به سال ۲۰۰۶ در جهان را نشان‌دهنده نیاز ضروری به تلاش جدی جامعه جهانی برای کنترل مصرف مواد عنوان کرد و گفت: در ایران، هم‌جواری با کشور افغانستان از یک‌سو و از سوی دیگر عوامل اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، روان‌شناختی و خانوادگی سبب شده است تا اعتیاد به مواد مخدر و روان‌گردان‌ها شیوع بالایی داشته باشد؛ به‌گونه‌ای که اعتیاد و مواد مخدر به‌عنوان نخستین اولویت در بین پنج آسیب اجتماعی کشور شامل اعتیاد، طلاق، حاشیه‌نشینی، فساد اخلاقی و مناطق حاد و بحرانی جای

### مهم‌ترین نکته‌های سلامتی برای مصرف مواد غذایی و آشامیدنی کدامند؟

گوشت قرمز، ماکیان و غذاهای دریایی را به‌طور کامل باید پخت و غذاهایی مانند سوپ و انواع خورشت را برای اطمینان از اینکه به دمای ۷۰ درجه سانتی‌گراد رسیده است تا دمای جوش حرارت داد. دکتر بریزی در مورد پخت گوشت قرمز و ماکیان، گفت: باید رنگ عصاره این مواد شفاف باشد نه صورتی و برای استفاده دوباره از غذاهای پخته شده، باید آنها را کامل گرم کرد.

او با تأکید بر اینکه غذا را نباید بیش از دو ساعت در دمای اتاق نگاه‌داریم، یادآور شد: غذای پخته باید در یخچال نگهداری شود.

این عضو هیئت‌علمی دانشگاه با بیان اینکه نگهداری مواد غذایی در دمای اتاق باعث تکثیر سریع میکروارگانیسم‌ها می‌شود، ادامه داد: با نگهداری غذا در دمای پایین‌تر از ۵ و یا بالاتر از ۶۰ درجه سانتی‌گراد، رشد میکروارگانیسم‌ها کاهش یافته و با متوقف می‌شود؛ باین‌حال برخی از میکروارگانیسم‌های خطرناک، در دمای زیر ۵ درجه سانتی‌گراد نیز رشد می‌کنند.

او در مورد شیوه نگهداری در دمای مناسب، توصیه کرد: غذای پخته و فسادپذیر را باید به‌سرعت در یخچال و در دمای پایین‌تر از ۵ درجه سانتی‌گراد نگهداری و غذای پخته شده را قبل از مصرف تا ۶۰ درجه سانتی‌گراد گرم کرده و از نگهداری غذا به مدت طولانی حتی درون یخچال و یخ‌زدایی مواد غذایی در دمای اتاق خودداری کنیم. توصیه دیگر این عضو هیئت‌علمی دانشگاه تغذیه و علوم غذایی شیراز نیز استفاده از آب و مواد اولیه سالم، غذای سالم و تازه مانند شیر، پاستوریزه، شستن میوه و سبزی با دقت کافی، به‌ویژه در هنگام مصرف به‌صورت خام و پرهیز از مصرف مواد غذایی تاریخ گذشته بود.

غذاهای خام به‌ویژه گوشت قرمز، ماکیان، غذاهای دریایی و شیرابه آنها، دارای میکروارگانیسم‌های خطرناکی است که در حین آماده‌سازی و نگهداری مواد غذایی، می‌تواند به سایر مواد غذایی منتقل شود. این عضو هیئت‌علمی دانشگاه در مورد اصول جداسازی مواد غذایی خام و پخته نکاتی شامل جداسازی گوشت قرمز، ماکیان و غذاهای دریایی خام از سایر غذاها، تأکید کرد: نگهداری جداگانه ظروف و تجهیزاتی که برای مواد غذایی خام استفاده می‌شود مانند چاقو و تخته برش، از سایر ظروف و نگهداری غذا در ظروف دربسته، برای جلوگیری از تماس با مواد غذایی خام بسیار مؤثر است.

او با توضیح این مطلب که پخت مناسب مواد غذایی اغلب می‌تواند، تمام میکروارگانیسم‌های خطرناک را نابود کند، ادامه داد: مطالعات نشان می‌دهد که پخت غذا تا دمای ۷۰ درجه سانتی‌گراد به ما این اطمینان را می‌دهد که غذا سالم است؛ البته برخی از مواد غذایی از قبیل گوشت چرخ شده، رول کباب و تکه‌های بزرگ گوشت و مرغ کامل، به توجه ویژه‌تری نیاز دارند.

عضو هیئت‌علمی گروه بهداشت و کنترل کیفی مواد غذایی در مورد پخت مناسب مواد غذایی، اضافه کرد: مواد غذایی به‌ویژه



بر اساس آمارها، سالانه نزدیک به دو میلیون مرگ‌ومیر ناشی از مواد غذایی ناسالم اتفاق می‌افتد که اغلب در گروه سنی کودکان است. به گزارش «وب دا» در شیراز، عضو هیئت‌علمی دانشکده تغذیه و علوم غذایی شیراز، گفت: با توجه به اهمیت غذای سالم، کلبدهایی از طرف سازمان جهانی بهداشت برای دسترسی به غذای سالم، اعلام شده که شامل حفظ تمیزی و پاکیزگی، جداسازی مواد غذایی خام و پخته، پخت غذا به‌صورت کامل و نگهداری آن در دمای مناسب و همچنین استفاده از آب و مواد اولیه سالم است.

دکتر عنایت‌اله بریزی در مورد اهمیت حفظ تمیزی و پاکیزگی غذا، توضیح داد: اگرچه اغلب میکروارگانیسم‌ها باعث ایجاد بیماری نمی‌شوند، باین‌حال میکروارگانیسم‌های خطرناک به‌طور گسترده‌ای در خاک، آب، بدن حیوانات و انسان یافت می‌شوند.

او ادامه داد: این میکروارگانیسم‌ها بر روی دست، پارچه تمیظیف و تجهیزات به‌ویژه تخته برش آشپزخانه یافت شده و با کوچک‌ترین تماس به مواد غذایی، منتقل شده و موجب بیماری می‌شوند.

استادیار دانشکده تغذیه و علوم غذایی درباره نکات مؤثر در تمیزی و پاکیزگی غذا، توصیه کرد: لازم است پیش از دست‌کاری غذا و در طول آماده‌سازی و همچنین پس از رفتن به دستشویی، دستان خود را بشوییم. دکتر بریزی با اشاره به اینکه تمام سطوح و تجهیزاتی که برای آماده‌سازی مواد غذایی استفاده می‌کنیم، باید شستشو و ضدعفونی شود، هشدار داد: غذا و محوطه آشپزخانه را از دسترس حشرات، آفات و حیوانات خانگی، دورنگه داریم. او با اشاره به اهمیت جداسازی مواد غذایی خام و پخته، گفت: