



سرپرست اداره کل تعاون کار و رفاه اجتماعی
استان فارس مطرح کرد:
توسعه مشاغل خانگی و اشتغالزایی
نیازمند طرحی نو با اتکا
به مهارت‌افزایی



تولودaily@gmail.com پست الکترونیک: www.tolounews.com آدرس سایت:

منطقه جنوب ایران (فارس/خوزستان/بوشهر/کهگیلویه و بویراحمد/هرمزگان)

شنبه ۲۷ بهمن ۱۴۰۳ | ۱۶ شعبان ۱۴۴۶ | ۱۵ فوریه ۲۰۲۶ | سال سی ام | شماره ۴۱۲۸ | بها ۲۰۰۰۰ تومان

سرپرست معاونت سیاسی استانداری فارس:
حکمرانی با پشتوانه مردمی
از استحکام لازم برخوردار
می‌باشد



یادداشت
دو روز
تحلیل خبر
دکتر محمدمهدی جعفری زاده

تأمین سلامت ملت
با تغذیه سالم

تغذیه سالم، بخش زیربنایی سلامت مردم و افزایش عمر توأم با نشاط اجتماعی به علت دوری از انواع بیماری‌هاست. مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفته است: «نان کامل که با حفظ سبوس و جوانه گندم تولید می‌شود، سرشار از ویتامین‌های گروه B و مواد مغذی است. این نان به کنترل قند خون کمک کرده، خطر ابتلا به دیابت را کاهش می‌دهد و حتی می‌تواند از سکنه‌های قلبی و مغزی پیشگیری کند.»

موقعی که نان کامل، به این اندازه، در مبارزه با دیابت و سکنه‌های قلبی و مغزی مؤثر است و می‌تواند بخش مهمی از سلامت انسان را تضمین کند، چرا ترتیبی اتخاذ نمی‌شود که همه نان‌های کشور، نان کامل عرضه کنند؟ مدیریت اثربخش، باید چنین توانایی را داشته باشد که حداقل بهترین نان را در سفره مردم بگذارد. همیشه گفته‌اند نان و آب کمترین امکانات زنده ماندن است.

اگر مسئولان بتوانند سالم‌ترین نان و آب را در دسترس عموم مردم قرار دهند، جلوی هزینه‌های درمانی ناشی از بیماری‌های گوناگون را خواهند گرفت. هزینه کردن دولت در مسیر تأمین تغذیه سالم مردم، مانع صرف هزینه‌های کلان مبارزه با بیماری‌ها خواهد شد و با هزینه‌ای بسیار کمتر، می‌توانیم ملتی سالم‌تر، قوی‌تر، با نشاط‌تر و کارآمدتر داشته باشیم.

کمبود انواع ویتامین‌ها، پروتئین‌ها و ... بیماری‌ها را بر انسان مسلط کرده و هزینه‌های هنگفتی را بر خانواده، جامعه و حکومت تحمیل می‌کند. همچنین ملتی ضعیف و نحیف و فاقد توان و انرژی پرورش می‌دهد که با راندمان و بهره‌وری کمتری ظاهر خواهد شد. پس بر مسئولان است که از نان کامل با ویژگی‌های فوق‌الذکر شروع کرده و سپس نظام تغذیه‌ای کشور را به بهترین وجه مدیریت کنند.



مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت اعلام کرد؛

مرگ سالانه ۶۰ هزار نفر به دلیل

فقدان مصرف نان کامل

نان کامل که با حفظ سبوس و جوانه گندم تولید می‌شود، سرشار از ویتامین‌های گروه B و مواد مغذی است. این نان به کنترل قند خون کمک کرده، خطر ابتلا به دیابت را کاهش می‌دهد و حتی می‌تواند از سکنه‌های قلبی و مغزی پیشگیری کند.

تحلیل این خبر را در ستون «تحلیل خبر» بخوانید



شهردار شیراز و عضو هیئت‌مدیره اتحادیه شهرهای تاریخی جهان؛
مثلت گردشگری علاقه‌مند به جذب سرمایه‌گذاران است



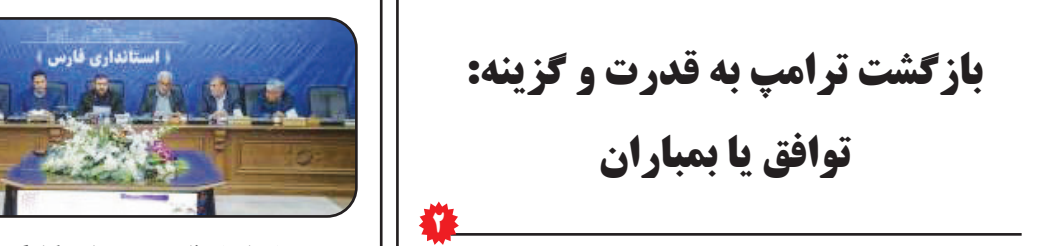
با همت اداره کل امور عشایر استان فارس رقم خورد؛

رفع نیازهای عشایر اولویت پروژه‌های

دهه فجر فارس

سرپرست سازمان امور عشایر ایران و نماینده ویژه وزیر جهاد کشاورزی در فارس:

تأمین آب شرب پایدار عشایر جزء اولویتهای دولت چهاردهم است



استاندار فارس در جلسه کارگروه ملی مدیریت مصرف انرژی؛
ضرورت بازنگری در تخصیص سهمیه مصرف انرژی مطابق با شرایط اقلیمی هر استان

بهداشت با همکاری وزارت کشور برای ۲۰ شهر دیگر نیز برنامه‌هایی را آماده می‌کند که امیدواریم شهرهای بیشتری را بتوانیم در این فهرست داشته باشیم. امیدواریم با مشارکت مردمی و هماهنگی بین بخشی و بهره‌گیری مناسب از هوش مصنوعی بتوانیم این مسیر را با کیفیت‌تر و عادلانه‌تر و سریع‌تر انجام بدهیم. در کشورهای اطراف ما، قطر همه شهرهایش گواهی بین‌المللی سلامت گرفته است.

مدیرکل دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت در پاسخ به این سؤال که آموزش‌های حوزه سلامت که در فضای مجازی صورت می‌گیرد چه تبعاتی به همراه داشته است؟ گفت: به طور ایده‌آلی نظارتی بر این آموزش‌ها وجود ندارد و در کشور ما نیز این نظارت وجود ندارد. بدآموزی‌هایی که در فضای مجازی به عنوان یک مسیر یادگیری وجود دارد، باعث ترویج رفتارهای غلط، ترویج رژیم‌های غذایی نادرست و ورزش‌های بدنی نادرست می‌شود. بخصوص موضوعات سلامت روان غیرعلمی ترویج می‌شود و اینجاست که سواد رسانه مهم می‌شود.

او خاطرنشان کرد: به همین دلیل از سال ۱۴۰۱ دفتر آموزش و ارتقای سلامت پس از تجربه‌ای که در دوره کرونا دیدیم و پخش شدن اطلاعات درست و غلط در فضای مجازی، در صدد برآمد تا موضوع سواد سلامت رسانه را در دستور کار قرار بدهد که امسال کوریکولوم آموزشی آن آماده شد و الان در سراسر کشور دانشگاه‌های علوم پزشکی به صورت شبکه‌ای این آموزش‌ها را انتشار می‌دهند. امیدواریم در طی یکی دو سال آینده این آموزش‌ها، همان‌طور که برای سفیران سلامت دانش‌آموزی ما در مدارس منتقل می‌شود، در سطح خانواده‌ها نیز گسترش بیشتری داشته باشد و کم‌کم اثراتش را ببینیم. از امسال پاییز آموزش‌ها را شروع کردیم و امیدواریم سال بعد بتوانیم نتایج مثبتی را از آن دیده باشیم.

او تصریح کرد: یکی از موضوعات دیگری که در دنیای آموزشی انقلاب ایجاد کرده، موضوع تأثیر هوش مصنوعی در فرایندهای آموزشی است. در سه چهار سال اخیر در مقالات علمی می‌بینیم که بعضی از کشورها با بهره‌گیری از فناوری هوش مصنوعی، درسی که در طی دو سال دانش‌آموز می‌تواند یاد بگیرد را در عرض کمتر از دو ماه به او ارائه کردند. در واقع دانش‌آموزان، به خصوص دانش‌آموزان مناطق محروم یا دانش‌آموزانی که دسترسی دشواری به مدرسه دارند، توانستند از آن بهره‌گیری و آموزش‌های زبان و موضوعات دیگر مثل ریاضی را یاد بگیرند.

رضایی با اشاره به نقش هوش مصنوعی در توسعه برنامه‌های شهر سالم گفت: موضوع دیگر بحث نقش هوش مصنوعی در توسعه برنامه‌های شهر سالم است. یکی از برنامه‌هایی که در حوزه ارتقای سلامت، همکاران ما بر روی آن کار می‌کنند، مربوط به شهر سالم است. شهر سالم شهری است که با مشارکت مردم و سازمان‌های دولتی و غیردولتی، محیطی برای ترویج زندگی سالم و پیاده‌سازی برنامه‌های سواد سلامت و زندگی سالم است.

وی ادامه داد: در شهر سالم، محیط سبز، محیط زیست، محیط شهری و انسان‌ها و حیوانات همه در مسیر ارتقای سلامت قرار دارند. طبق مطالعاتی که انجام شده، هوش مصنوعی در چند سال اخیر در بعضی از شهرهای بزرگ کمک کرده که این برنامه به طور عادلانه‌تر و با کیفیت‌تری اجرا شود و محله‌های مختلف با درآمد اقتصادی مختلف، با فرهنگ‌ها و شرایط اجتماعی مختلف، بهره‌برتری از شهر سالم ببرند.

وی افزود: لذا در توسعه برنامه شهر سالم کشور نیز انجمن هوش مصنوعی ایران می‌تواند به ما کمک کند. در حال حاضر در کشور ما دو شهر سهند و مراغه گواهی بین‌المللی را گرفتند و دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت

مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت اعلام کرد؛
مرگ سالانه ۶۰ هزار نفر به دلیل فقدان مصرف نان کامل



این ماده با احتیاط استفاده کنید. مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی ادامه داد: بدن انسان به‌طور متوسط در طول روز تنها به حدود یک قاشق مرباخوری نمک نیاز دارد اما این به معنای آن نیست که هر روز باید این مقدار نمک را مستقیم مصرف کنیم بلکه باید به این نکته توجه کنیم که نمک مصرفی ما تنها به نمکی که در نمکدان است و روی غذاها می‌پاشیم؛ محدود نمی‌شود.

اسماعیل‌زاده تصریح کرد: بسیاری از مواد غذایی که روزانه مصرف می‌کنیم به‌طور طبیعی حاوی نمک هستند. برای مثال، نان و برنج مقدار قابل توجهی نمک دارند و حتی برخی از میوه‌ها و سبزیجات نیز حاوی سدیم هستند. وی اظهار داشت: در مصرف نمک باید با دقت و احتیاط عمل کرد به خصوص اگر دچار دردهای استخوانی هستیم یا نگران ابتلا به پوکی استخوان در دوران سالمندی باشیم. رعایت این نکات می‌تواند مؤثری در حفظ سلامت استخوان‌ها و پیشگیری از عوارض ناشی از مصرف بیش از حد نمک داشته باشد.

مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با تأکید بر مصرف نان کامل گفت: از مجموع ۴۲۰ هزار مرگ سالانه در کشور، حدود ۶۰ هزار مورد ناشی از فقدان مصرف نان کامل است.

احمد اسماعیل‌زاده در گفت و گو با خبرنگار حوزه سلامت ایرنا، افزود: نان کامل که با حفظ سبوس و جوانه گندم تولید می‌شود، سرشار از ویتامین‌های گروه B و مواد مغذی است. این نان به کنترل قند خون کمک کرده، خطر ابتلا به دیابت را کاهش می‌دهد و حتی می‌تواند از سکنه‌های قلبی و مغزی پیشگیری کند.

وی با بیان اینکه استفاده از محصولات غلات کامل باید به یک فرهنگ عمومی تبدیل شود تا جامعه‌ای سالم‌تر داشته باشیم، اظهار داشت: نان کامل باید به مطالبه مردمی تبدیل شود زیرا در کاهش ابتلا به بیماری‌های غیرواگیر و مرگ و میر نقش بسزایی دارد.

مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با بیان اینکه سرانه فیبر دریافتی در کشور به طور متوسط ۱۳ تا ۱۴ گرم در روز است، ادامه داد: یکی از منابع اصلی دریافت فیبر، غلات کامل است و توصیه می‌شود عموم مردم به صورت روزانه از نان کامل استفاده و مصرف نان‌های تهیه شده با آرد سفید را محدود کنند.

پرهیز از زیاده‌روی در مصرف نمک

اسماعیل‌زاده، مصرف زیاد نمک را یکی از عوامل اصلی در بروز بسیاری از بیماری‌های مزمن مانند پوکی استخوان، پرفشاری خون و حتی سرطان معده برشمرد و گفت: سدیم موجود در نمک موجب افزایش دفع کلسیم از طریق ادرار می‌شود و خطر پوکی استخوان را به‌طور قابل توجهی بالا می‌برد. وی افزود: برای پیشگیری از این عوارض، لازم است در تمام مراحل زندگی، از کودکی تا سالمندی، مصرف نمک را به حداقل برسانید و از

پیام تقدیر و تشکر خانواده زنده‌یاد

«شهیدی غلامحسین مقدسی و همسر مرحومه تازه سفر کرده»

از مردم و مسئولین استانی و شهرستان

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
«مَنْ لَمْ يَشْكُرِ الْمُنْعِمَ مِنَ الْمَخْلُوقِينَ لَمْ يَشْكُرِ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ»
هنگامه ولادت امامی که نام دلنشینش جان را معطر و یاد دل‌انگیزش روح را طراوت می‌بخشد، روح مادری مهربان به ملکوت اعلی پیوست

اینک جلوه‌ای پرمننا از ابراز همدردی و بذل محبت شما عزیزان با حضور در مراسم و مجالس ترحیم مادرم، ارسال گل، تماس تلفنی و پیام‌های تسلیت است که زبان از توصیف و تجلیل همدلی، مشارکت و همدردی قاصر است.

بدین وسیله از عنایت و حسن توجه کلیه سروران عزیز، روحانیت معزز، سادات جلیل القدر، حجت‌الاسلام‌والمسلمین سید علیرضا ادیبانی ریاست سازمان عقیدتی سیاسی انتظامی جمهوری اسلامی ایران، سردار رهام بخش حبیبی فرماندهی انتظامی استان فارس و همکاران خدم، امام جمعه شهرستان نی ریز حجت‌الاسلام‌والمسلمین حاج سید محمود حسینی، بیت مکرّم حضرت آیت‌الله فال اسیری وحجت‌الاسلام‌والمسلمین حاج سید صادق فال اسیری، حجت‌الاسلام‌والمسلمین سید میر احمد قفیه نی‌ریزی، حجت‌الاسلام‌والمسلمین سید جواد قفیه، حجت‌الاسلام‌والمسلمین حاج آقا رعیت گری، حجت‌الاسلام‌والمسلمین حاج آقا ملک مسئول تعلیم و تربیت بسیج سپاه نی ریز، معاونین عقیدتی سیاسی ستاد فرماندهی انتظامی استان فارس و روسای عقیدتی سیاسی شهرستان‌های نی ریز، استهبان، فسا، فیروکارزین، جهرم و مرکز آموزش شهید دستغیب، سرهنگ کرمی فرماندهی انتظامی شهرستان نی‌ریز و کلیه همکاران خدم، سرهنگ احمدیان فرماندهی انتظامی شهرستان استهبان و همکاران خدم، فرمانده انتظامی شهرستان بختگان و همکاران خدم، سرهنگ هاشمیان فرماندهی بسیج سپاه پاسداران شهرستان و همکاران، سرهنگ خواجه‌زاده فرمانده گردان کمیل و همکاران، مداح اهل‌بیت سرهنگ خسروانی از ستاد فرماندهی انتظامی استان، اعضای ستاد نماز جمعه شهرستان نی ریز، مهندس حقیری معاونت فرمانداری شهرستان، سید رضا قطبی مسئول بنیاد شهید و امور ایثارگران شهرستان، مهندس صفی مدیریت اداره برق، شهرداری، هیئت زرمندگان اسلام و پایگاه‌های بسیج شهر، عزیزانی که از استان‌های شیراز، کرمان، یزد و شهرستان‌های همجوار قدم رنجه نمودند، دوستان، آشنایان، همسایگان، اقشار مختلف مردم ولایت‌مدار شهرستان نی‌ریز، که در مراسم تشییع، خاکسپاری و ترحیم مادر مهربان و دلسوزمان شرکت نمودند، از صمیم قلب تشکر و قدردانی می‌نمایم.

برای همگان از خداوند رحمان، سلامتی، شادکامی و حضور در مرکب نورانی امام زمان (عج) را در عصر ظهور خواهانیم.

تحلیل این خبر را در ستون «تحلیل خبر» بخوانید

ایران چند شهر سالم دارد؟

تمام شهرهای قطر، گواهی بین‌المللی سلامت گرفته‌اند

توانمند در آن هستند، انجمن ملی هوش مصنوعی ایران است. او هدف تفاهم نامه همکاری دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت با انجمن هوش مصنوعی ایران را چنین عنوان کرد: این تفاهم‌نامه در راستای افزایش سواد و ارتقای فرهنگ دیجیتال و هوش مصنوعی حوزه سلامت منعقد شد و دو طرف، یعنی دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت و انجمن ملی هوش مصنوعی ایران متعهد هستند که در عرصه‌های مختلف از جمله سیاست‌گذاری‌ها، آموزش، پژوهش، مشاوره‌ها، تولید محتوا و انتشار، فرهنگ‌سازی استفاده از فناوری‌های هوش مصنوعی و ارتقای مهارت‌های جامعه و کارکنان در این حوزه‌ها با هم همکاری کنند. لذا این تفاهم‌نامه منعقد شد که محصولات و خدمات مبتنی بر هوش مصنوعی در حوزه سلامت توسعه پیدا کند و خانواده‌ها و کارکنان در مورد نحوه بهره‌گیری از فناوری‌های دیجیتال و هوش مصنوعی، توانمند شوند و فرهنگ‌سازی صحیح صورت بگیرد.

مدیرکل دفتر آموزش و ارتقای سلامت وزارت بهداشت تأکید کرد: دیر یا زود، هوش مصنوعی بخش مهمی از تولید محتوای جهان را تحت تأثیر قرار خواهد داد. به طور مثال به زودی ممکن است فیلم سینمایی تمام تولید به وسیله هوش مصنوعی ساخته شود و ما باید مردم را در این زمینه‌ها آماده کنیم.