

راه های افزایش سلامت روان به بهانه هفته سلامت روان:

زندگی خود را به دست افکار منفی نسپارید

با توجه به افزایش اختلالات روان پزشکی و تأثیری که این اختلالات بر فرد، خانواده و اجتماع می گذارند لازم است توجه بیشتری به سلامت روان افراد صورت گیرد. فردی که از سلامت روانی برخوردار است به طور معمول می تواند یک زندگی مستقل داشته باشد و بر تنش های محیطی غلبه و از وقوع بیماری های شدید روانی جلوگیری نماید...

آذر ۴

امید
هفته نامه
شنبه ۲۲ مهر ۱۴۰۲ - شماره ۳۸۵ - سال نهم - ۴ صفحه - ۱۰۰۰۰ تومان

تیتراها

نژادحیدری، دبیر کل جمعیت توسعه و آزادی استان کرمان:

فضای انتخابات

در بین اصلاح طلب ها مبهم است

آذر ۴

به بهانه پویش اطلاع رسانی و پیشگیری از سرطان پستان:

از هر ۱۰ زن مبتلا ۹ نفر

قابل درمان هستند

شهر ۳

مهم ترین دلایل کم شنوایی دانش آموزان:

مصرف بی رویه آنتی بیوتیک ها

و استفاده از هدفون

شهر ۲

یوسفی، مدیر عامل آتش نشانی سیرجان:

خطر مسمومیت با کربن منو کسید

را جدی بگیرید

شهر ۳



نگاهی به اعضای هیئت اجرایی انتخابات مجلس در شهرستان سیرجان؛ نام رئیس دفتر نماینده دیده نمی شود

شهر ۳

پخش برنج دعاگویی
نماینده گیتی برنج ۵ شیر (طارم محلی)
فریدونکنار ناصر غلامی و پسران
برنج دمسیاه، سر گل، قلم بلند
کشت دوم ارگانیک و نیم دانه اعلاء
انواع برنج خارجی پاکستانی و هندی
۴۲۲-۰۹۲۹۷-۰۹۱۳۳۷۹۱-۳۳
خیابان ولیعصر، حدفاصل چهارراه
انقلاب و ابوذر نبش کوچه ۱۶

پوشاک شیک پوش
گلپه اجناس به قیمت خرید با کیفیت عالی
زمانه بچگانه، بایزی
به علت تغییر شغل زیر قیمت بازار
آدرس: خیابان ابن سینا ترسیده به کلینیک سلامت
تلفن: ۰۹۱۳۶۴۴۲۸۱-۰۹۱۳۶۴۴۲۸۱

صادقی، رئیس دامپزشکی سیرجان:
مرغ هورمونی
صحت ندارد
آذر ۴

رضوی نسب، رئیس دانشکده علوم پزشکی:
بهورزان رکن اصلی نظام
شبکه بهداشت را تشکیل می دهند
شهر ۲

بهاءالدینی، مدیر عامل بنیاد فرزندان سیرجان:
پیگیر زمین و ساخت سرای
سالمندان هستیم
شهر ۳

دکتر صدیقه برزه کار
متخصص داخلی
فوق تخصص غدد درون ریز و متابولیسم
اختلالات تیروئید
چربی فشار خون - تشخیص و درمان دیابت
اختلالات رشد بلوغ - اختلالات کلسیم
پوکی استخوان - اختلالات هموفیز و آدرنال
آدرس: خیابان قدس جنوبی
ساختمان پزشکان بزرگمهر، طبقه اول
تلفن: ۰۳۴۴۲۲۸۱۱۰۳-۰۳۴۴۲۲۸۱۱۰۳

دکتر مرتضی آل سعدی
متخصص جراحی مغز و اعصاب
و ستون فقرات
جراحی انواع تومورهای مغز و ستون فقرات
جراحی اختلالات عروقی مغزی
درمان دیسکوپاتی و شکستگی ستون فقرات
تعبیه شنت مغزی
درمان انواع سردرد و تشنج
شماره جهت نوبت دهی ۰۹۰۳۶۶۹۰۶۵۰
سیرجان خیابان شریعتی
جنب داروخانه دکتر مفیدی
dr.morteza.alesadi.1364

فراخوان تجدید مناقشه عمومی یکم مرداد
تهیه مصالح و اجرای دیوار محوطه و ساختمانی گنبدانی شهرداری مرکز (نوبت اول)
شهرداری سیرجان در نظر دارد: مناقشه عمومی خدمات (شرح مختصر: تهیه مصالح و اجرای دیوار محوطه و ساختمانی گنبدانی شهرداری مرکز به شماره ۱۱۳/۰۵۶۷۴۰۰۰۲۰۲۰ از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید. کلیه مراحل برگزاری مناقشه از دریافت اسناد مناقشه تا ارائه پیشنهاد مناقشه گران و بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس WWW.setad.ir انجام خواهد شد و لازم است مناقشه گران در صورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در مناقشه محقق سازند.
تاریخ انتشار اسناد مناقشه در سامانه مورخ ۱۴۰۲/۰۷/۲۲ می باشد.
مهلت زمانی دریافت اسناد مناقشه از سایت: از تاریخ انتشار اسناد مناقشه تا ساعت ۱۸:۰۰ روز دوشنبه تاریخ ۱۴۰۲/۸/۱
مهلت زمانی ارائه پیشنهاد: از تاریخ دریافت اسناد مناقشه تا ساعت ۱۹:۰۰ روز پنجشنبه تاریخ ۱۴۰۲/۰۸/۱۱
زمان بازگشایی پاکت ها ساعت ۰۹:۰۰ روز شنبه تاریخ ۱۴۰۲/۰۸/۱۳
اطلاعات تماس دستگاه مناقشه گزار جهت دریافت اطلاعات بیشتر در خصوص اسناد مناقشه و ارائه پاکت ها آدرس سیرجان میدان انقلاب شهرداری مرکزی امور قراردادهای و تلفن ۰۳۴۴۱۳۲۵۰۷۷-۰۳۴۴۱۳۲۵۰۷۷
اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه: مرکز تماس ۰۲۱-۴۱۹۳۴-۰۲۱-۴۱۹۳۴
دفتر ثبت نام ۸۵۱۹۳۷۶۸-۸۸۹۶۹۷۳۷

مدیریت ارتباطات شهرداری سیرجان

جناب آقای مهندس حجت نجفی نیا
مدیر عامل محترم توسعه آهن و فولاد گل گهر
با کمال تأسف و اندوه درگذشت پدر بزرگوارتان را خدمت شما و خانواده محترم تسلیت عرض نموده و از خداوند متعال برای آن مرحوم علو و درجات الهی و برای شما و سایر بازماندگان صبر و شکیبایی و طول عمر باعزت خواهانیم.
روابط عمومی شرکت گهر روش سیرجان

فراخوان مناقشه عمومی یکم مرداد
تهیه مصالح و اجرای حفاظ نرده دیپاچه مصنوعی شهر بازی ۱۴۰۲ (نوبت اول)
شهرداری سیرجان در نظر دارد: مناقشه عمومی خدمات (شرح مختصر: تهیه مصالح و اجرای حفاظ نرده دیپاچه مصنوعی شهر بازی ۱۴۰۲ به شماره ۱۱۴/۰۵۶۷۴۰۰۰۲۰۲۰ از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت برگزار نماید. کلیه مراحل برگزاری مناقشه از دریافت اسناد مناقشه تا ارائه پیشنهاد مناقشه گران و بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس WWW.setad.ir انجام خواهد شد و لازم است مناقشه گران در صورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در مناقشه محقق سازند.
تاریخ انتشار اسناد مناقشه در سامانه مورخ ۱۴۰۲/۰۷/۲۲ می باشد.
مهلت زمانی دریافت اسناد مناقشه از سایت: از تاریخ انتشار اسناد مناقشه تا ساعت ۱۸:۰۰ روز دوشنبه تاریخ ۱۴۰۲/۸/۱
مهلت زمانی ارائه پیشنهاد: از تاریخ دریافت اسناد مناقشه تا ساعت ۱۹:۰۰ روز پنجشنبه تاریخ ۱۴۰۲/۰۸/۱۱
زمان بازگشایی پاکت ها ساعت ۰۹:۳۰ روز شنبه تاریخ ۱۴۰۲/۰۸/۱۳
اطلاعات تماس دستگاه مناقشه گزار جهت دریافت اطلاعات بیشتر در خصوص اسناد مناقشه و ارائه پاکت ها آدرس سیرجان میدان انقلاب شهرداری مرکزی امور قراردادهای و تلفن ۰۳۴۴۱۳۲۵۰۷۷-۰۳۴۴۱۳۲۵۰۷۷
اطلاعات تماس سامانه ستاد جهت انجام مراحل عضویت در سامانه: مرکز تماس ۰۲۱-۴۱۹۳۴-۰۲۱-۴۱۹۳۴
دفتر ثبت نام ۸۸۹۶۹۷۳۷-۸۵۱۹۳۷۶۸

مدیریت ارتباطات شهرداری سیرجان



رویا فتیحی زاده: سرطان پستان در سنین جوانی و میانسالی شایع است و طبق دستورالعمل‌ها بهتر است از سن ۴۰ سالگی هر خانم سالیانه ماموگرافی شود. در سنین پایین تر در صورتی که در خانواده درجه اول این سرطان وجود دارد، سونوگرافی پستان در صورت صلاحدید پزشک درخواست شود. سرطان پستان در مراحل اولیه به هیچ عنوان بدون تصویربرداری قابل تشخیص نیست. اکنون سرطان پستان قابل درمان است، اگر به موقع تشخیص داده شود از هر ۱۰ زن مبتلا ۹ نفر قابل درمان هستند و سال‌های طولانی بدون بیماری زندگی خواهند کرد (امید به زندگی بالا).

سرطان پستان از کجا شروع می‌شود؟
سرطان پستان نوعی از سرطان است که از عضو شیرده زنان آغاز می‌شود. سرطان

به بهانه پویش اطلاع رسانی و پیشگیری از سرطان پستان (۹ مهر تا ۹ آبان)؛

از هر ۱۰ زن مبتلا ۹ نفر قابل درمان هستند

غربالگری های سرطان پستان را جدی بگیرید



دکتر مریم صفی متخصص زنان در رابطه با سرطان سینه گفت: سرطان سینه حدود ۳۰ درصد از همه سرطان‌ها را در

سینه دومین سرطان رایج در دنیا است، این سرطان بیشتر در میان بانوان رایج است. سرطان هنگامی آغاز می‌شود که رشد سلول‌ها از کنترل خارج شود. سلول‌های سرطانی پستان معمولاً توموری را تشکیل می‌دهند اغلب توده‌های پستان خوش خیم هستند و سرطانی و بدخیم نیستند.

ریسک فاکتورهای مرتبط با بیماری
موردی مانند عادت‌ها و رفتارهای شخصی مانند رژیم غذایی و فعالیت‌های بدنی، مواردی مانند تصمیم‌گیری در مورد فرزندآوری و مصرف داروهای هورمونی نیز در این زمینه تاثیرگذار و عادت‌هایی مانند نوشیدن الکل، اضافه وزن و چاق بودن، نداشتن فعالیت‌های فیزیکی، چاقی دار نشدن تا قبل از ۳۰ سالگی، شیر ندادن و جلوگیری از بارداری، هورمون‌تراپی بعد از یائسگی، ایمپلنت‌های پستان از فاکتورهایی هستند که می‌توانند منجر به سرطان پستان شوند.

سرطان‌ها را در خانم‌ها تشکیل می‌دهد و بعد از سرطان ریه شایع‌ترین مرگ ناشی از سرطان در زنان محسوب می‌شود. وی در ادامه در رابطه با علائم سرطان سینه و چگونه آن را تشخیص دهید گفت: جهت تشخیص هرچه سریع‌تر سرطان پستان که درمان قطعی در مراحل اولیه بیماری می‌شود، توصیه می‌شود تمام خانم‌ها از سن جوانی سینه خود را معاینه و در صورت سیگار و الکل، مصرف داروهای هورمونی و قرص‌های جلوگیری از بارداری، سن بالای یائسگی دیر هنگام بالای ۵۵ سال و سابقه فردی ابتلا به سرطان پستان در



زمان گذشته و یا ابتلا به سایر بدخیمی‌ها از جمله سرطان تخمدان، کولون و پرستات، و سابقه خانوادگی (ابتلا آقایان به سرطان پروستات) است. این متخصص زنان توصیه کرد: تمام افراد در صورت مشاهده علائم غیر طبیعی در ظاهر و معاینه پستان آگاه باشند و در صورت مشاهده به پزشک مراجعه کنند، غربالگری‌های سرطان پستان را جدی بگیرند تا صورت ابتلا به این بیماری شایع با تشخیص زود هنگام و درمان به موقع به صورت کامل و قطعی درمان شوند.

خطر مسمومیت با کربن منو کسید را جدی بگیرید

گروه خبر: مدیرعامل سازمان آتش‌نشانی سیرجان از لزوم رعایت نکات ایمنی و استفاده از وسایل گرمایشی استاندارد جهت جلوگیری از آسیب‌های احتمالی در ماه‌های سرد سال خبر داد.

روابط عمومی سازمان آتش‌نشانی و خدمات ایمنی شهرداری سیرجان، رضا یوسفی در این رابطه گفت: استفاده از لوله‌های بخاری مناسب، بست فلزی شیلنگ گاز، دودکش مجهز به کلاهک H.I، رعایت ارتفاع دودکش از پشت بام و مسدود کردن شیرهای گاز بدون استفاده با درپوش مناسب از جمله مواردی هستند که رعایت آن‌ها می‌تواند تا حد بسیاری از بروز حادثه جلوگیری کند. او توصیه کرد: گاز مونوکسید کربن (CO) هیچ رنگ و بویی ندارد؛ سرگیجه و حالت تهوع از علائم گاز گرفتگی می‌باشد و اگر در محیط کار و خانه این علائم را داشتید؛ فوراً خود را به هوای آزاد بیرون برسانید. ارتفاع دودکش حداقل ۸۰ سانتی‌متر بالاتر از پشت بام باشد و قبل از راه‌اندازی وسایل گرمایشی، پس از هر گونه تعمیرات ساختمان و ایزوگام پشت‌بام حتماً مسیر دودکش را بررسی نمایید.

یوسفی ادامه داد: از بخاری‌های بدون دودکش در اماکن مسکونی استفاده نکنید. عبور دودکش از فضای داخلی و سقف‌کاذب حمام ممنوع است. از استفاده لوله‌های آکاردیونی به عنوان دودکش پرهیز کنید. به هیچ عنوان از اجاق گاز جهت گرمایش استفاده ننمایید. توجه داشته باشید که باید هوای لازم برای احتراق کامل از طریق فضاهای باز زیر درها تامین شود. ضمن اینکه روشن گذاشتن اتومبیل در پارکینگ می‌تواند عامل مرگ افراد حاضر باشد.

کشف قاچاق سوخت در سیرجان

گروه خبر: فرمانده انتظامی سیرجان از توقیف یک دستگاه کامیون نفتکش حامل ۲۰ هزار لیتر گازوئیل قاچاق با مدارک جعلی خبر داد.

سرهنگ مرتضی امیر سبتکی، فرمانده انتظامی سیرجان گفت: مأموران پاسگاه انتظامی گلستان با همکاری دایره مبارزه با قاچاق کالا پلیس آگاهی سیرجان هنگام گشت رزی در محور مواصلاتی سیرجان - بندرعباس یک دستگاه کامیون نفتکش را جهت بررسی متوقف کردند. وی در ادامه افزود: مأموران در بازرسی از این کامیون که دارای مدارک و پلمپ جعلی بود ۲۰ هزار لیتر گازوئیل قاچاق کشف و در این رابطه یک متهم را دستگیر کردند. فرمانده انتظامی سیرجان اظهار داشت: سوخت‌های قاچاق به شرکت نفت شهرستان تحویل و متهم با تشکیل پرونده جهت سیر مراحل قانونی به مرجع قضایی معرفی شد.

سالمندان در راستای تدوین سند راهبردی سالمندان سیرجان تشکیل شد.



مدیرعامل بنیاد فرزندان در ادامه با اشاره به اهمیت موضوع سالمندان ۶ کمیته در حوزه سالمندان شامل: کمیته فرهنگی، کمیته جذب و مشارکت، کمیته بهداشتی درمانی و ارتقا سلامت، کمیته زیرساخت، کمیته ورزشی تفریحی و کمیته حقوقی تشکیل شدند که هر کمیته امور اداری و یک نفر نیروی خدماتی، تامین مکان و تجهیز دفتر بنیاد، همکاری با اداره بهزیستی، دانشکده علوم پزشکی، کمیته امداد و کانون‌های بازنشستگان کشوری لشکری و تامین اجتماعی در حوزه سالمندان، انتشار آگهی ثبت تغییرات هیئت امنا و هیئت مدیره و پیگیری تمدید مجوز بنیاد از طریق اداره کل موضوع پیگیری دریافت زمین از اوقاف و خیرین جهت ساخت سرای

بهاء‌الدینی، مدیرعامل بنیاد فرزندان سیرجان؛ پیگیر زمین و ساخت سرای سالمندان هستیم



او در ادامه افزود: بنیاد فرزندان سیرجان با هدف خدمت‌رسانی به جامعه سالمندی شهرستان با تشکیل هیات امنا و هیئت مدیره در سال ۱۳۹۶ فعالیت خود را آغاز کرد و طی چند سال گذشته در حد توان در حوزه فرهنگی و اجتماعی خدماتی را با سالمندان شهرستان ارائه نموده‌است و در اواخر سال ۱۴۰۱ تغییراتی در

بیشتر مورد توجه قرار گرفته است. یکی از اقدامات موثر در این زمینه تشکیل بنیادهای فرزندان بوده که به عنوان اولین سازمان مردم‌نهاد در زمینه شناسایی نیازهای سالمندان و تلاش برای فرهنگ سازی، و جلب نظر مردم و خیرین به این موضوع مهم بوده‌است. در حال حاضر هفتاد موسسه تحت عنوان بنیاد فرزندان در کشور فعال است که یکی از آن‌ها در سیرجان است و شورای سالمندان کل کشور، بنیادهای فرزندان را به عنوان بازوی اجرایی خود در موضوع سالمندی می‌داند و انتظار دارد همه دستگاه‌ها در اجرای بندهای سند ملی سالمندی و تحقق اهداف آن برای داشتن جامعه‌ای دوستدار سالمند به وظایف خود عمل کنند.

گروه خبر: با توجه به نقش و اهمیت سلامت بزرگان خانواده و سالمندان در سلامتی جامعه، و ضرورت توجه به این عزیزان که سالیان عمر خود را وقف خدمت به خانواده و جامعه کرده‌اند و اکنون با کوله باری از تجربه و خرد، سرمایه‌های ارزشمند جامعه هستند، در مهرماه یک هفته تحت عنوان هفته ملی سالمندان به نیازهایی این قشر با ارزش پرداخته می‌شود. سرهنگ بهاء‌الدینی، مدیرعامل بنیاد فرزندان سیرجان در این رابطه بیان کرد: در یک دهه گذشته و با تشکیل شورای ملی سالمندان، دولت توجه ویژه‌ای به این موضوع داشته که به ویژه در سال‌های اخیر

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ

جناب آقای مهندس حجت نجفی نیا

مدیر عامل محترم توسعه آهن و فولاد گل گهر

با کمال تأسف و اندوه درگذشت پدر بزرگوارتان را خدمت شما و خانواده محترم تسلیت عرض نموده و از خداوند متعال برای آن مرحوم علو درجات الهی و برای شما و سایر بازماندگان صبر و شکیبایی و طول عمر باعزت خواهانیم.

شرکت سیرجان فولاد

روابط عمومی و امورین الملل

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

جناب آقای مهندس حجت نجمی نیا

مدیرعامل محترم شرکت توسعه آهن و فولاد گل گهر

با کمال تأثر و اندوه درگذشت پدر گرانقدرتان را خدمت شما و خانواده محترم تسلیت عرض نموده، برای آن مرحوم مؤمن طلب مغفرت و برای شما و بازماندگان آرزوی بردباری داریم. جایگاهشان، بهشت برین باد.

اعضای هیئت مدیره، مدیرعامل و پرسنل شرکت حمل و نقل ترکیبی مواد معدنی گل گهر ترابر سیرجان (سهام) (مهم)

OTF

شرکت حمل و نقل ترکیبی مواد معدنی گل گهر ترابر سیرجان (سهام) (مهم)

زندگی خود را به دست افکار منفی نسپارید



اعظم حامدی: با توجه به افزایش اختلالات روان پزشکی و تأثیری که این اختلالات بر فرد، خانواده و اجتماع می گذارند لازم است توجه بیشتری به سلامت روان افراد صورت گیرد. فردی که از سلامت روانی برخوردار است به طور معمول می تواند یک زندگی مستقل داشته باشد و بر تنش های محیطی غلبه و از وقوع بیماری های شدید روانی جلوگیری نماید و در کیفیت زندگی خود، دوستان و خانواده نقش تأثیرگذاری را ایفا کند.

بنابراین بسیار حائز اهمیت است که هفته سلامت روان با شعار «سلامت روان مسئولیت فردی و اجتماعی همه ماست» بسیار پررنگ دیده شود. یکی از مؤلفه های بسیار مهم در سلامت روان، تاب آوری افراد است. تاب آوری نشان دهنده مشخصه های فرد است که سبب می شود علی رغم وجود مشکلات و محدودیت ها به شکوفایی برسد و نه تنها در برابر موانع سرخ نکند؛ بلکه به خوبی از پس آن ها برآید. در اینجا راه کارهایی برای افزایش تاب آوری خدمت شما بزرگواران معرفی می نمایم. زندگی خودتان را به دست افکار منفی نسپارید و سعی کنید اتفاقات پیش آمده را بسیار ناگوار و غیرقابل حل شدن تصور نکنید. مطمئناً برای هر مسأله و مشکلی راه حل وجود دارد. افکار منفی خود را به چالش بکشید و سعی کنید در طول روز احساسات مثبت بیش تری را تجربه نمایید. اینکه ما در طول روز بیش تر زمان خود را به افکار منفی اختصاص دهیم یا مثبت، فقط یک عادت است که باید تلاش کنیم آن را به نفع افکار و احساسات مثبت تغییر دهیم.

آشنایی با نقاط ضعف و قوت، پذیرش نقاط ضعفی که غیرقابل تغییرند و تلاش برای تغییر نقاط ضعف قابل تغییر، تأکید روی نقاط قوت و توانمندی ها.

تقویت ارتباطات اجتماعی به شما کمک می کند تا در زمان مشکلات، حمایت های اجتماعی لازم را که باعث دلگرمی می شود از سمت اعضای خانواده یا دوستان تجربه نمایید.

مشخص کردن اهداف در زندگی و برنامه ریزی برای رسیدن به آن ها مورد دیگری برای افزایش تاب آوری است. تمامی انسان ها در طول هفته و حتی روز، احساس های مختلفی را تجربه می کنند. به خودتان قول دهید حتی در صورت تجربه کردن حال بد، باز هم برنامه های روزتان را پیش ببرید.

زمانی که مسأله و مشکلی پیش می آید، مسئولیت خود را برای حل آن بپذیرید و سعی کنید به جای مقصر دانستن دیگران و منفعل بودن از روش های مختلف و مناسب برای رفع آن تلاش نمایید.

اگر احساس می کنید برای شناسایی و درمان اختلالات روان پزشکی، بهتر شدن روابطتان با همسر یا فرزندان، حل مشکلاتتان، افزایش عزت نفس و اعتماد به نفستان، کنترل خشم و استرس تان و... نیاز به کمک روانشناس دارید می توانید با مراجعه به نزدیک ترین پایگاه بهداشتی از خدمات رایگان کارشناسان سلامت روان معاونت بهداشتی استفاده نمایید.

*مسئول واحد سلامت روان معاونت بهداشتی

رسانه جامعه مدنی اسلامی
هفته نامه خبری، تحلیلی، فرهنگی، اجتماعی
صاحب امتیاز و مدیر مسئول: فرهاد فتحی زاده
دفتر: خ این سینا، ساختمان سینا
تلفن: ۴۲۲۰۷۲۵۰ - ۴۲۲۰۱۶۰۹ فکس: ۴۲۲۳۳۶۷۲

گستره توزیع: استان کرمان
مدیر مسئول: ۰۹۱۳۳۴۷۰۷۲۸
تبلیغات: ۰۹۱۳۳۴۵۰۰۹۶
چاپ: مهدوی
nasimnet93@Gmail.com

www.nasim-omid.ir
https://ble.ir/nasim omidsirjan
https://rubika.ir/nasim omidsirjan
eitaa.com/nasimomidsirjan



رییس دامپزشکی سیرجان در واکنش به نگرانی مردم پیرامون خطر مرغ های هورمونی برای تندرستی؛

مرغ هورمونی صحت ندارد

رییس دامپزشکی سیرجان در پایان به شهروندان توصیه کرد: تمامی گوشت قرمز، سفید و... که با بسته بندی و لیبل دامپزشکی هستند از نظر سلامتی بررسی و مشکلی ندارند، اما شهروندان از افراد دورگرد که هیچ نظارتی بر آن ها نیست، اقدام به خرید، دام، طیور و گوشت نکنند.

دکتر صادقی با بیان اینکه بیش ترین حساسیت ما میزان آنتی بیوتیک است، افزود: در آزمایش هایی که از سوی ما انجام می گیرد باید میزان آنتی بیوتیک صفر باشد، چون هیچ میزانی و درصدی برای وجود آنتی بیوتیک در گوشت وجود ندارد.

و این که در جایی مطرح می شود که از هورمون استفاده می شود، غیرکارشناسی است. رئیس دامپزشکی سیرجان بیش از ۶ مرغداری در سیرجان فعال هستند، ادامه داد: از لحظه ورود جوجه به داخل مرغداری تا زمانی که مجوز گشتارگاه گرفته می شود، به طور مستمر کارشناسان ما بازدید می کنند و زمان خروج نمونه برداری و با تایید آزمایشگاه مورد تایید دامپزشکی مرغ برای کشتار از مرغداری خارج می شود.



به شهروندان می دهیم که تمامی مرغ هایی که با لیبل و بسته بندی از فروشگاه های مورد تایید ما خریداری می شوند، از نظر سلامتی کامل بررسی شدند، گفت: شهروندان مطمئن باشند که جثه بزرگ و وزن بالای گوشت مرغ دلیل بر اصلاح ژنتیکی است

متأسفانه بحث هورمونی بودن مرغ است که این موضوع اشتباه است، افزود: استفاده از هورمون به دلیل سیرجان دارد و طی سال های گذشته شایعات بسیاری پیرامون مسأله مرغ و فرآورده های آن شکل گرفته به طوری که هر چند وقت یک بار مسائل مختلفی از جمله استفاده از هورمون در پرورش مرغ و... مطرح می شود. این موضوع بارها مطرح شده است که اگر مرغ هورمونی نیست، چرا زود رشد می کند و در یک بازه زمانی ۴۰ تا ۵۰ روزه به دو کیلوگرم یا بیش تر می رسند.

محمدرضا صادقی، رئیس دامپزشکی سیرجان با بیان اینکه

نژادحیدری، دبیر کل جمعیت توسعه و آزادی استان کرمان:

فضای انتخابات در بین اصلاح طلب ها مبهم است

گروه خبر: دبیر کل جمعیت توسعه و آزادی استان کرمان در خصوص پیش بینی میزان مشارکت مردم در انتخابات گفت: از الان که نمی توان پیش بینی دقیقی داشت. مشارکت مردم به مؤلفه های فراوانی بستگی دارد. اما آنچه الان مشاهده می شود، البته معتقدیم باید با مردم صحبت کرد و مخاطرات عدم مشارکت را مجدداً بازگو کرد. محمدرضا نژادحیدری در گفت و گوئی با روزنامه هم میهن به تحلیل فضای سیاسی استان کرمان پرداخته است که فشرده می از این گفت و گو از نظرات می گذرد:

مجلس چگونه ارزیابی می کنید؟ فضای سیاسی استان کرمان، مانند سایر نقاط کشور هنوز انتخاباتی نشده است. اگرچه برخی گروه ها مانند اصولگرایان و برخی افراد فعالیت های انتخاباتی خود را آغاز کرده اند اما هنوز نمی توان گفت فضای استان انتخاباتی شده است. در پنجمین کنگره جمعیت توسعه و آزادی استان کرمان تصمیم گیری درباره انتخابات به نشست مشترک شورای مرکزی و رؤسای شهرستان ها موکول شد.

آیا از چهره های شاخص سیاسی استان در پیش ثبت نام، نام نویسی کرده اند؟ از چهره های فراوانی برای نام نویسی دعوت شد اما بعضاً استنکاف کردند، هرچند که تعدادی از نمایندگان ادوار، برخی مدیران کل سابق و برخی فرمانداران دولت قبل در حوزه های مختلف استان در پیش ثبت نام انتخابات شرکت کردند. فضای انتخابات در بین فعالان سیاسی، به ویژه اصلاح طلب ها همانگونه که در صحبت های شما اشاره شد، به نظر می رسد که مبهم است، اما در بین مردم، این فضا با ابهامات بیشتری روبه رو است.

در فروش محصولات کشاورزی و مسأله ای که با آن مواجه هستند، پشتیبان آن ها باشد. لذا اگر نیروهای اصلاح طلب وارد صحنه نشوند، بدنه نیروها و کسانی که سال ها طرفدار اصلاح طلبان بوده اند می روند و جذب نامزدهای دیگری می شوند که به هر دلیل به آن ها احساس نزدیکی می کنند. یک مثال دیگر می زنم: اصلاح طلبان در سال ۹۰ در انتخابات شرکت نکردند، در یکی از حوزه های استان، کسانی که در مراکز، بخش ها یا روستاها تا ۲۰ سال قبل از آن همراه و طرفدار نامزد ما بودند، جذب ستاد اصولگرایی شدند که از نظرشان مقداری نسبت به رقیب متعادل نیروهای اجتماعی و غیرسیاسی بود. بعد در سال ۹۴ وقتی که نامزد معرفی کردیم خیلی از اینها گفتند شرمند شما هستیم و ما از سال ۹۰ در خدمت فلان نفر هستیم. یعنی نگران موضع گیری سیاسی نماینده ما یا یک دوره عدم مشارکت تعداد قابل توجهی از نیروها و طرفداران خود



را در برخی از حوزه ها از دست دادیم. در تهران هیچ وقت به این نکلت ریز دقت نمی شود. فعالان سیاسی و دوستان ما در تهران تصور می کنند همانگونه که ارکان احزاب از تصمیمات آن ها تبعیت می کنند، نیروهای اجتماعی و غیرسیاسی طرفدار جبهه در شهری مثل شهداد یا راین یا راور هم مطیع این دستورات هستند؛ در صورتی که انتخابات در بخشی از جامعه جزئی از زندگی افراد است.

آگهی تجدید مناقصه عمومی دومرحله ای به همراه ارزیابی فنی و بازرگانی پروژه خرید تجهیزات و اجرای سامانه کنترل تردد، پلاک خوان و توزین به صورت یکپارچه

شرکت توسعه عمران و مدیریت منطقه گل گهر

شرکت توسعه عمران و مدیریت منطقه گل گهر در نظر دارد، پروژه خرید تجهیزات و اجرای سامانه کنترل تردد، پلاک خوان و توزین به صورت یکپارچه، را به شرکت های پیمانکاری ذیصلاح دارای کار مشابه واگذار نمایند. لذا از متقاضیان دعوت به عمل می آید جهت اخذ اسناد مناقصه از تاریخ ۱۴۰۲/۰۷/۱۹ به سایت این شرکت به آدرس www.ggz.ir مراجعه نمایند.

- آخرین زمان ارائه پاکت ها و پیشنهادات: ساعت ۱۳:۳۰ روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۷/۳۰
- شرکت در قبول یا رد پیشنهادات مختار است.
- سپرده شرکت در مناقصه ۸/۴۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال
- هزینه درج آگهی بر عهده برند مناقصه می باشند.
- کلیه مشخصات لازم در اسناد مناقصه ذکر گردیده است
- محل تحویل اسناد، پیشنهادات: سیرجان - کیلومتر ۵۰ جاده محور سیرجان - شیراز، شرکت معدنی و صنعتی گل گهر ساختمان های هلدینگ مستقر بر تپه، بلوک ۵ (دبیرخانه شرکت توسعه عمران و مدیریت منطقه گل گهر)
- تلفن جهت هر نوع هماهنگی: ۰۹۱۳۳۴۵۷۴۰۲ آقای شامحمدی (به غیر از ایام تعطیل)

مدیریت حقوقی و قراردادها شرکت توسعه عمران و مدیریت منطقه گل گهر

آگهی مناقصه ۲/۱۴۱۳

شرکت توسعه آهن و فولاد گل گهر در نظر دارد ارائه خدمات مطالعه، مشاوره و نظارت بر پروژه طراحی، تأمین و اجرای تصفیه خانه و بازیافت پساب را از طریق برگزاری مناقصه عمومی به مشاور واجد شرایط واگذار نماید. متقاضیان می توانند جهت دریافت اسناد مناقصه از طریق:

- سایت اینترنتی شرکت به آدرس www.gisdco.com بخش مزایده ها و مناقصه ها اقدام نمایند.
- نشانی: محل تحویل اسناد مناقصه:
- ۱- دفتر کارخانه: سیرجان، کیلومتر ۵ جاده شیراز، کیلومتر ۵ جاده اختصاصی معدن گل گهر، کد پستی ۷۸۱۷۹۹۷۳۸ - دبیرخانه کمیسیون معاملات تلفن: ۰۳۴-۳۱۹۴۴۵۳
- ۲- دفتر تهران: میدان آرژانتین، خیابان الوند، خیابان سی و یکم غربی، پلاک ۲۲، کد پستی ۱۵۱۶۶۱۱۱ - تلفن: ۰۲۱-۸۸۱۹۶۴۰۳ - شماره: ۰۲۱-۸۸۱۹۶۴۰۳

مناقصه حاضر به صورت تک مرحله ای می باشد. بنابراین نحوه ارسال پاکت مناقصه به ترتیب ذیل می باشد:

مناقصه گران به بایست پاکت الف، ب و ج را در زمان و محل مقرر تحویل نمایند.

جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره های ۰۳۴-۳۱۹۴۴۵۳ و ۰۳۴-۳۳۴۵۳۱۰۶ آقای پورجعفرآبادی در روزهای شنبه الی چهارشنبه در ساعات اداری تماس حاصل فرمایید.

پاسخ سوالات فنی مناقصه گران که تا تاریخ ۱۴۰۲/۰۷/۰۶ از طریق فرم Aminpja66@gmail.com موجود در اسناد فنی منضم به آدرس ایمیل ارسال شده، در سایت بارگذاری خواهد شد.

آخرین مهلت ارسال مدارک: ۱۴۰۲/۰۸/۱۰

شرکت پاریز پینترو آگهی شناسایی همکاری جهت شست و شوی ساختمان های اداری و کارخانجات منطقه گل گهر صنعت توسعه

شرکت پاریز پیشرو صنعت توسعه در نظر دارد: در خصوص شناسایی اشخاص (حقیقی-حقوقی) که توان انجام امورات مربوط به شستشوی ساختمان ها و کارخانجات منطقه گل گهر را دارا می باشند در سطح استان کرمان اقدام نماید. لذا متقاضیان در صورت آمادگی برای همکاری می توانند جهت تحویل مدارک تا تاریخ ۱۴۰۲/۰۷/۳۰ به نشانی های ذیل مراجعه نمایند

- سیرجان، محله کوی فرهنگیان، بلوار پیروزی، طبقه همکف، پلاک ۳۶، کدپستی ۷۸۱۶۹۴۷۸۳۸ - آقای خانی (شماره تماس ۰۹۳۸۲۸۸۷۹۱۹)
- ۴۵ کیلومتری جاده سیرجان-شیراز، مجتمع معدنی و صنعتی گل گهر-شرکت پاریز پیشرو صنعت توسعه-کمیسیون معاملات-آقای هاشمی پور-شماره تماس: ۰۹۱۲۹۵۴۱۵۲۲

شماره تلفن جهت پاسخ به سوالات: ۰۹۱۰۳۴۵۴۴۷۴ - آقای پورمهدی آبادی (از ساعت ۰۸: لغایت ۱۵:۰۰) مدارک مورد نیاز پیمانکار جهت ارائه: رزومه کاری مرتبط-کپی شناسنامه و کارت ملی-کپی اساسنامه یا مجوز فعالیت-مجوز کار در ارتفاع و مجوزات ایمنی مربوطه) بدیهی است تحویل مدارک فوق به منظور شناسایی و ارزیابی متقاضی بوده و هیچ گونه حقی برای متقاضیان جهت دعوت به ارائه پیشنهاد مالی و انعقاد قرارداد ایجاد نخواهد کرد.

کمیسیون معاملات شرکت پاریز پیشرو صنعت توسعه