

گرمای تبلیغات انتخابات در استان

صفحه ۴

در پی دیدار استاندار آخال ترکمنستان و هیئت همراه
از خراسان شمالی صورت گرفت؛گام مهم دیگر برای گسترش ارتباطات
بین المللی استان

۲

پیام تبریک کسب رتبه برتر
مسابقات بین المللی قرآن کریم
توسط «هادی اسفیدانی»

۲

رفع تصرف بیش از ۲۶ هکتار زمین
در حریم رودخانه های استان

۲

سینما و تلویزیون

نکته های مهم درباره سرماخور دگی

هشدار درباره بلع مواد سوزاننده
توسط کودکان

۳



ویژه انتخابات

حمایت اقشار مختلف از دکتر «محمد وحیدی»

صفحه ۴



فراخوان مناقصه عمومی یک مرحله ای

اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای خراسان شمالی در نظر دارد بنابر قانون برگزاری مناقصات نسبت
به انتخاب پیمانکار واجد شرایط جهت مناقصه عمومی یک مرحله ای به شرح جدول ذیل اقدام نماید:

| شماره مناقصه | عنوان پروژه | بر آورده اولیه | مبلغ تضمین شرکت در مناقصه (ریال) | مهلت تحویل اسناد | زمان بازگشایی پاکات | زمان بازگشایی پاکات |
|--------------|--|-----------------|----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|
| ۰۲/۳۳/۸۵ | اجرای حفاظت ایمنی (با اولویت حفاظت بتنی مفصلی) محور بجنورد - شیروان (بابامان) | ۱۷۵.۰۴۴.۷۶۸.۶۴۳ | ۸.۷۵۲.۳۳۸.۳۳۲ | روز سه شنبه ۱۴۰۲/۱۲/۲۱ ساعت ۱۹:۰۰ | روز سه شنبه ۱۴۰۲/۱۲/۲۲ ساعت ۰۸:۰۰ | روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۱۲/۲۳ ساعت ۱۰:۰۰ |
| ۰۲/۳۳/۶۵ | اجرای تراش آسفالت و جایزینی با آسفالت سطحی (چپ سیل) پلیمری و روکش کبب سیل محور اسفراین - سبزوار - نوبت دوم | ۳۶۸.۰۰۰.۰۰۰.۰۰۰ | ۱۶.۰۶۰.۰۰۰.۰۰۰ | روز سه شنبه ۱۴۰۲/۱۲/۲۱ ساعت ۱۹:۰۰ | روز سه شنبه ۱۴۰۲/۱۲/۲۲ ساعت ۰۹:۰۰ | روز چهارشنبه ۱۴۰۲/۱۲/۲۳ ساعت ۱۰:۳۰ |
| ۰۲/۳۳/۸۶ | خرید یکدستگاه بیل مکانیکی چرخ زنجیری | ۲۵.۰۰۰.۰۰۰.۰۰۰ | ۱.۲۵۰.۰۰۰.۰۰۰ | روز پنجشنبه ۱۴۰۲/۱۲/۱۷ ساعت ۱۹:۰۰ | ارزیابی ساده | روز شنبه ۱۴۰۲/۱۲/۱۹ ساعت ۱۰:۰۰ |
| ۰۲/۳۳/۸۱ | اجرای عملیات زیرسازی و ابنیه راه حسن آباد اردوغان سرچشمه و سرخ قلعه ترک ها تکمیل آسفالت و ابنیه - نوبت دوم | ۳۷.۶۶۳.۹۸۶.۷۲۸ | ۲.۳۸۳.۱۹۹.۳۳۶ | روز پنجشنبه ۱۴۰۲/۱۲/۱۷ ساعت ۱۹:۰۰ | ارزیابی ساده | روز شنبه ۱۴۰۲/۱۲/۱۹ ساعت ۱۰:۳۰ |
| ۰۲/۳۳/۸۷ | تکمیل عملیات خاکی، ابنیه فنی و آسفالت محور کلاته شامیر شهرستان فاروج | ۱۲۰.۹۳۳.۹۳۰.۷۱۰ | ۶۰.۳۷۲.۲۴۶.۵۳۶ | روز پنجشنبه ۱۴۰۲/۱۲/۱۷ ساعت ۱۹:۰۰ | ارزیابی ساده | روز شنبه ۱۴۰۲/۱۲/۱۹ ساعت ۱۱:۰۰ |

* زمان انتشار در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به نشانی www.setadiran.ir روز

چهارشنبه ۱۴۰۲/۱۲/۰۲

* مهلت دریافت اسناد: جهت دریافت اسناد به سامانه تدارکات الکترونیک دولت (ستاد) به نشانی

www.setadiran.ir تا ساعت ۱۹:۰۰ روز دوشنبه ۱۴۰۲/۱۲/۰۷ مراجعه نمایید.

* مهلت و محل تحویل اسناد: مطابق با جدول فوق در سامانه درج نمایند و پاکات مربوط به ضمانت نامه را تا پایان وقت اداری همان روز تحویل دبیرخانه اداره کل نمایند.

* ساعات، روز و محل بازگشایی پیشنهادها: مطابق با برنامه زمان بندی مندرج در جدول فوق و در محل

دفتر مدیر کل. خواهشمند است در جراید استانی چاپ گردد.

اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای خراسان شمالی

نشانی: اکیه ۱۶۷۱۸۶۵

میلاد با سعادت منجی
عالم بشریت
مهدی موعود (عج)
و همچنین روز مهندسین
را به کلیه مهندسین
گرامی تبریک عرض
می نمایم.

کارگزاری رسمی بیمه - یزدان پناه

فراخوان مناقصه عمومی یک مرحله ای (نوبت اول)

شرکت شهرکهای صنعتی خراسان شمالی در نظر دارد پیمان موضوع «اجرای لکه گیری و روکش آسفالت معابر شهرک صنعتی بیدک» را از طریق مناقصه عمومی یک مرحله ای به پیمانکاران دارای رتبه راه و باند (کلیه پایه ها) از سازمان مدیریت و برنامه ریزی واگذار نماید.

لذا در صورت تمایل جهت دریافت و تکمیل اسناد مناقصه به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت مراجعه نموده و طبق برنامه زمان بندی ذیل اقدام نمایید.

مبلغ برآورد (ریال): ۴۸.۴۰۶.۵۸۹.۵۴۸ (چهل و هشت میلیارد و چهارصد و شش میلیون و پانصد و هشتاد و نه هزار و پانصد و چهل و هشت ریال)

شرح مختصر کار: شامل ۱۰۰۰۰ متر مربع لکه گیری با آسفالت، ۲۵۰۰۰ متر مربع روکش آسفالت و ۴۵۰۰ متر مکعب عملیات خاکی، زیر اساس و اساس مطابق نظر دستگاه نظارت و کارفرما.

محل نامین اعتبار: اعتبارات داخلی شرکت (غیر عمرانی)

مبلغ و نوع ضمانتنامه: ۲.۴۲۰.۰۰۰.۰۰۰ ریال (دومیلیارد و چهارصد و بیست میلیون ریال) مطابق آیین نامه تضمین معاملات دولتی.

آخرین مهلت دریافت اسناد مناقصه از سامانه ستاد ایران: ساعت ۱۴ روز شنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۱۲.

آخرین مهلت بازگشایی اسناد و تحویل پاکت ضمانتنامه: ساعت ۱۴ روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۲۲.

زمان بازگشایی اسناد مناقصه: ساعت ۹ صبح روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۲۳.

شرکت شهرکهای صنعتی خراسان شمالی

نشانی: اکیه ۱۶۷۳۸۸۹

حرف مردم

احداث پل هوایی

احداث پل هوایی در حاشیه چهارراه های دانش آموز و شهید فهمیده بجنورد ضروری است.

چراغ راهنمایی

از مسئولان تقاضا می شود چراغ های راهنمایی چهارراه های بجنورد را به گونه ای تنظیم کنند که رانندگان بعد از گذر از هر چراغ قرمز به چراغ قرمز دیگر برخورد نکنند.

اخبار

پیام تبریک کسب رتبه برتر مسابقات بین‌المللی قرآن کریم توسط «هادی اسفیدیانی»



استاندار خراسان شمالی در پی کسب رتبه برتر رشته قرأت تحقیرق چهلمین دوره مسابقات بین المللی شایسته این دیار را توفیق داد تا رتبه نخست رشته قرأت تحقیق را کسب نماید. کسب این افتخار را در چهلمین دوره مسابقات بین‌المللی قرآن کریم به برادر ارجمند، آقای هادی اسفیدیانی و به جامعه قرآنی استان و همه مردم خراسان شمالی تبریک می گویم و از خداوند بزرگ، دوام توفیقات بیشتر در حوزه های قرآنی و بهره مندی استان از برکتش را مسئلت دارم.

رفع تصرف بیش از ۲۶ هکتار زمین در حریم رودخانه های استان

مدیررودخانه های شرکت آب منطقه ای خراسان شمالی اعلام کرد: بیش از ۲۶ هکتار زمین در حریم و بستر رودخانه های استان از ابتدای سال جاری تاکنون رفع تصرف شده است. به گزارش پایگاه اطلاع رسانی شرکت آب منطقه ای خراسان شمالی، مهندس «برات امیری» گفت: زمین های تصرف شده غیرقانونی در حریم و بستر رودخانه های استان، توسط گروه های گشت و نظارت زیر پوشش این شرکت شناسایی و با همکاری مرجع قضایی و فرماندهی انتظامی، رفع تصرف شده است. او با تأکید بر ضرورت حفظ حریم قانونی رودخانه ها و مسیل های استان به منظور حفظ مسیر جریان رواناب و سیلاب و پیشگیری از خسارت به اموال عمومی، خاطرنشان کرد: قبل از هر گونه ساخت و ساز در مجاورت رودخانه ها و مسیل های استان باید مجوز لازم از شرکت آب منطقه ای و استعلام حدود حریم و بستر آن ها انجام شود. او تصریح کرد: مطالعه و تعیین حدود حریم و بستر رودخانه ها و مسیل های استان در زمره کارهای جاری این شرکت است و از زمان تشکیل این شرکت در سال ۱۳۸۴ تاکنون حدود حریم و بستر هزار و ۴۶۴ کیلومتر از رودخانه های استان به صورت سراسری مطالعه و شناسایی و ۵۷۴ کیلومتر آن علامت گذاری شده است. وی توضیح داد: استان خراسان شمالی شش هزار و ۶۰۰ کیلومتر رودخانه و مسیل دارد که در هزار و ۲۰۰ کیلومتر آن را رودخانه ها و مسیل های مهم تشکیل می دهند.

۱۰۰ هکتار کمربند سبز بجنورد در خنکاری می شود

معاون هماهنگی امور عمرانی استاندار خراسان شمالی در نجمین جلسه کارگروه استانی طرح مردمی کاشت یک میلیون درخت خراسان شمالی از آماده سازی و برنامه عملیات کاشت در عرصه ۱۰۰ هکتاری توسعه کمربند سبز بجنورد داد. «مهدی رشیدی» گفت: این کار با مشارکت شهرداری و اداره کل راه و شهرسازی انجام شد. در ۸ اسفند و ۱۵ اسفند کاشت نهال انجام می شود. وی افزود: هر دستگاهی که امکاناتی دارد با اداره کل منابع طبیعی هماهنگی لازم را انجام دهد تا از حد کثرت فرقیات استان برای محقق شدن طرح به بازه زمانی مفید می دهند که با توجه به اطلاعات پایگاه ثبت احوال از این تعداد ۳۰ هزار و ۳۰۴ نفر از ابتدای تااسیس ثبت احوال استان به نام مبارک ک مهدی و ترکیبات آن نامگذاری شده اند. به گزارش روابط عمومی اداره کل ثبت احوال خراسان شمالی، «زاهدی نیا افزود: طی ۱۱ ماه اسال ۱۲ هزار و ۲۸۶ واقعه ولادت در خراسان شمالی به ثبت رسیده که ۶ هزار و ۴۵۹ نفر آن پسر بودند و از این تعداد ۲۱۵ نفر نام مبارک ک مهدی و ترکیبات آن نامگذاری شده‌اند. وی تصریح کرد: این امر نشان دهنده علاقه و ارادت مردم عزیز استان به خاندان جنگلی در مدرسه ابتدای ابق بجنورد ایجاد شد. وی همچنین از برگزاری جشنواره های مختلف در آموزش و پرورش برای کاشت درخت خبر داد.

نامگذاری ۳۰۳۰۴ نفر در استان به نام مهدی و ترکیبات آن

یوسف پرهیز کار– مدیر کل ثبت احوال خراسان شمالی گفت: بر اساس آخرین برآوردهای جمعیتی در استان، ۵۰۹ هزار و ۷۸۹ نفر از جمعیت استان را مردان تشکیل می دهند که با توجه به اطلاعات پایگاه ثبت احوال از این تعداد ۳۰ هزار و ۳۰۴ نفر از ابتدای تاسیس ثبت احوال استان به نام مبارک ک مهدی و ترکیبات آن نامگذاری شده اند. به گزارش روابط عمومی اداره کل ثبت احوال خراسان شمالی، «زاهدی نیا افزود: طی ۱۱ ماه اسال ۱۲ هزار و ۲۸۶ واقعه ولادت در خراسان شمالی به ثبت رسیده که ۶ هزار و ۴۵۹ نفر آن پسر بودند و از این تعداد ۲۱۵ نفر نام مبارک ک مهدی و ترکیبات آن نامگذاری شده‌اند. وی تصریح کرد: این امر نشان دهنده علاقه و ارادت مردم عزیز استان به خاندان عصمت و طهارت و در واقع پیامگر رفتارهای فرهنگی مردم بر اساس آموزه های دینی است.

در پی دیدار استاندار آخال تر کمنستان و هیئت همراه از خراسان شمالی صورت گرفت؛

گام مهم دیگر برای گسترش ارتباطات بین المللی استان

از میان خبرها

استاندار آخال تر کمنستان و هیئت همراه از روز چهارشنبه مهمان استان خراسان شمالی شدند و طی گفت و گو با استاندار و دیگر مسئولان استان با ظرفیت های مختلف این استان آشنا شدند تا گام مهم دیگری برای گسترش ارتباطات بین‌المللی استان برداشته شود. عصر چهارشنبه، دوم اسفند، استاندار آخال تر کمنستان و هیئت همراه وی پس از استقبال رسمی در بجنورد، با استاندار خراسان شمالی، معاونان استاندار و تعدادی از مسئولان ارشد استان دیدار و گفت و گو کردند. در این دیدار ۲ ساعت ابتدا استاندار خراسان شمالی به بیان زمینه های اشتراکات فرهنگی دو کشور اشاره کرد و گفت: جمهوری اسلامی ایران از اولین کشورهای بود که استقلال تر کمنستان را به رسمیت شناخت. «محمدرضا حسین نژاده افزود: در دولت آقای «رئیس» ، ارتباط با کشورهای همسایه و تر کمنستان رو به افزایش است. وی به پیشینه ارتباطات دو کشور اشاره کرد و عقد تفاهم نامه میان خراسان شمالی و استان آخال تر کمنستان در سال گذشته را مورد توجه قرار داد و اظهار امیدواری کرد با حضور هیئت دولتی و هیئت تجاری تر کمنستان در ایران، مذاکرات، منجر به عقد قراردایی در هر دو بخش شود.

وی اضافه کرد: ۱۰۰ درصد مردم خراسان شمالی ترکمن هستند، ۳۰۰ کیلومتر مرز مشترک داریم و شهر آر کا داغ نزدیکترین نقطه به بجنورد است و شایسته است از هر جایی که ترکمنستان مصلحت بباند، ارتباط دو سوسی مرز باهم برقرار شود.

استاندار آخال نیز ضمن بیان همه ارتباطات گذشته دو کشور به ویژه در سال های اخیر، اراده کنشورش را بر گسترش روابط و مرادوات تجاری بین ایران و تر کمنستان دانست. «شاعر و فیلسوف ترکمن اعلام آمادگی کرده اند که در ترکمنستان، نمایندگان بخش های فرهنگی، عمرانی، سلامت، اقتصادی و بازرگانی حضور دارند و ظرفیت وسیعی برای عملیاتی شدن مفاد تفاهم نامه بین دو استان وجود دارد. «روشن خوجه قلی یف» افزود: روابط پرثمری، هم اکنون بین تاجار دو کشور در حال انجام است و این روابط باید افزایش یابد و به شما اطمینان می دهم استان آخال به وظایفش در تفاهم نامه به طور کامل عمل خواهد کرد. وی اضافه کرد: زمینه تبادل تجریبات، در حوزه های سلامت و درمان نیز وجود دارد و آمادگی داریم پیشنهادهای شما را از طریق دیپلماتیک پیگیری کنیم. در این نشست معاونان استاندار خراسان شمالی و رئیس علوم پزشکی، مدیرکل جهاد کشاورزی و سر کنسول تر کمنستان در مشهد نیز مطالبی را پیرامون زمینه های روابط فرهنگی، مرمان و سلامت، کشاورزی و تجارت بیان کردند. استاندار خراسان شمالی در مصاحبه پایانی نشست مسئولان خراسان شمالی با استاندار آخال تر کمنستان و هیئت همراهش گفت: من سفرهایی به تر کمنستان داشتم و نمایندگان بخش های مختلف دولتی تر کمنستان از ظرفیت های گردشگری و میراث فرهنگی بجنورد و همچنین از نمایشگاه توانمندی های کشاورزی، صنعت، صنایع دستی، فرش و محیط زیست در این شهر بازدید کردند.

استاندار آخال تر کمنستان در نشست مشترک مسئولان عالی رتبه این استان و استان خراسان شمالی در بخش بهداشت و درمان گفت: ارتباطات ما هم به صورت مرزی و تجاری، در برگزاری نمایشگاه ها، رویدادهای فرهنگی و غیره افزایش خواهد یافت. گفتنی است سر کنسول تر کمنستان در مشهد در دیدار استاندار آخال تر کمنستان و هیئت همراه با استاندار خراسان شمالی و جمعی از معاونان وی و مسئولان استانی، رویدادهای فرهنگی مشترک میان دو کشور را بهانه و فرصتی برای گسترش روابط و همکاری ها در سایر حوزه ها دانست. «الیاس قایپ اف» در مذاکرات دو استاندار و هیئت های مذاکره کننده در پاسخ به پیشنهاد «حسن ناهیدی» معاون سیاسی استاندار، برای مشارکت در برنامه های فرهنگی سیصدمین سالگرد ولادت «مختومقلی فراغی» شاعر و فیلسوف ترکمن اعلام آمادگی کرده بود، اظهار کرد: سال ۲۰۲۴ در ترکمنستان به نام «مختومقلی فراغی» نامگذاری شده و رویداد ملی و بین المللی بزرگداشت سیصدمین سال تولد «مختومقلی» برگزار خواهد شد.

وی ادامه داد: پیشنهادهای خوب و قابل قبولی در این نشست مطرح شد که از طریق دیپلماتیک پیگیری خواهد کرد. وی در پاسخ به درخواست استاندار خراسان شمالی در خصوص مرز نیز، مرز ایران و ترکمنستان را مرز دوستی دانست و گفت: پس از سفر رئیس جمهوری ترکمنستان به ایران، انگیزه مضاعفی برای گسترش مرادوات داریم. وی ادامه داد: در هفته آینده در خصوص مرز در کمسیون مشترک کنسولی و مرزی، موضوع را مطرح خواهیم کرد. وی از سفر هیئت ترکمنستان به خراسان شمالی ابراز خرسندی کرد و گفت: این سفر فرصتی برای شناخت بیشتر دو استان از همدیگر در زمینه های مختلف است و تفاهمات صورت گرفته را به نحو احسن انجام خواهیم داد.

گفتنی است، استاندار آخال به همراه هیئتی از تجار و نمایندگان بخش های مختلف دولتی تر کمنستان از ظرفیت های گردشگری و میراث فرهنگی بجنورد و همچنین از نمایشگاه توانمندی های کشاورزی، صنعت، صنایع دستی، فرش و محیط زیست در این شهر بازدید کردند.

استاندار آخال تر کمنستان در نشست مشترک مسئولان عالی رتبه این استان و استان خراسان شمالی در بخش بهداشت و درمان گفت: هیئت همراه حوزه سلامت



خواهد کرد. وی اضافه کرد: ارتباطات ما هم به صورت مرزی و تجاری، در برگزاری نمایشگاه ها، رویدادهای فرهنگی و غیره افزایش خواهد یافت. گفتنی است سر کنسول تر کمنستان در مشهد در دیدار استاندار آخال تر کمنستان و هیئت همراه با استاندار خراسان شمالی و جمعی از معاونان وی و مسئولان استانی، رویدادهای فرهنگی مشترک میان دو کشور را بهانه و فرصتی برای گسترش روابط و همکاری ها در سایر حوزه ها دانست.

«الیاس قایپ اف» در مذاکرات دو استاندار و هیئت های مذاکره کننده در پاسخ به پیشنهاد «حسن ناهیدی» معاون سیاسی استاندار، برای مشارکت در برنامه های فرهنگی سیصدمین سالگرد ولادت «مختومقلی فراغی» شاعر و فیلسوف ترکمن اعلام آمادگی کرده بود، اظهار کرد: سال ۲۰۲۴ در ترکمنستان به نام «مختومقلی فراغی» نامگذاری شده و رویداد ملی و بین المللی بزرگداشت سیصدمین سال تولد «مختومقلی» برگزار خواهد شد.

وی ادامه داد: پیشنهادهای خوب و قابل قبولی در این نشست مطرح شد که از طریق دیپلماتیک پیگیری خواهد کرد. وی در پاسخ به درخواست استاندار خراسان شمالی در خصوص مرز نیز، مرز ایران و ترکمنستان را مرز دوستی دانست و گفت: پس از سفر رئیس جمهوری ترکمنستان به ایران، انگیزه مضاعفی برای گسترش مرادوات داریم. وی ادامه داد: در هفته آینده در خصوص مرز در کمسیون مشترک کنسولی و مرزی، موضوع را مطرح خواهیم کرد. وی از سفر هیئت ترکمنستان به خراسان شمالی ابراز خرسندی کرد و گفت: این سفر فرصتی برای شناخت بیشتر دو استان از همدیگر در زمینه های مختلف است و تفاهمات صورت گرفته را به نحو احسن انجام خواهیم داد.

گفتنی است، استاندار آخال به همراه هیئتی از تجار و نمایندگان بخش های مختلف دولتی تر کمنستان از ظرفیت های گردشگری و میراث فرهنگی بجنورد و همچنین از نمایشگاه توانمندی های کشاورزی، صنعت، صنایع دستی، فرش و محیط زیست در این شهر بازدید کردند.

استاندار آخال تر کمنستان در نشست مشترک مسئولان عالی رتبه این استان و استان خراسان شمالی در بخش بهداشت و درمان گفت: هیئت همراه حوزه سلامت و آموزش علوم پزشکی خراسان شمالی هم با بیان این که در بخش های بهداشت، درمان و گردشگری سلامت، آموزش و پژوهش در بخش بهداشت و درمان دو استان خراسان شمالی و آخال تر کمنستان حاصل شود.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی هم با بیان این که در بخش های بهداشت، درمان و گردشگری سلامت، آموزش و پژوهش در بخش بین الملل است. استان آخال تر کمنستان هستیم، گفت: دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی با توجه به ظرفیت ها و امکاناتی که فراهم آورده در مسیر این همکاری ثابت قدم است. دکتر «جواد شاهین فر» افزود: انعقاد تفاهم نامه و گسترش روابط علمی با مراکز آموزشی کشور ترکمنستان به دلیل قرابت های جغرافیایی و فرهنگی، یکی از اولویت های دانشگاه در بخش بین الملل است. وی خاطر نشان کرد: هزینه تمام شده برای درمان بیماران خارجی در خراسان شمالی بسیار کمتر از استان های دیگر است که به عنوان یکی از مزیت های گردشگری سلامت در استان محسوب می شود و علاوه بر این، پزشکان فرصت کافی برای در مان بیماران خود اختصاص می دهند.

در دومین روز از سفر استاندار آخال تر کمنستان و هیئت همراه به خراسان شمالی، بازدیدیی از دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد، بخش های جراحی عمومی و اطفال و بخش های تخصصی بیمارستان امام حسن(ع) صورت گرفت.

استاندار آخال در بازدید از دانشگاه آزاد گفت: در حوزه دانشگاه ها و سلامت، اقدامات خوبی بین دو کشور انجام شده است. «کاظمی» رئیس دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد نیز از آمادگی پذیرش دانشجویان ترکمنستانی

در پی دیدار استاندار آخال تر کمنستان و هیئت همراه از خراسان شمالی صورت گرفت؛

گام مهم دیگر برای گسترش ارتباطات بین المللی استان

در این دانشگاه خبر داد و گفت: هم اکنون از کشورهای افغانستان، سوریه و عراق در رشته های پرستاری، مامایی و حقوق دانشجوی داریم.

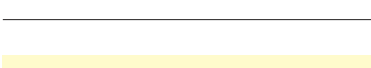
استاندار آخال و هیئت همراه از پتروشیمی خراسان هم بازدید کردند. در ادامه این بازدید، کارگروه صادرات غیرنفتی استان خراسان شمالی در سالن اجتماعات پتروشیمی برگزار شد. در آغاز این جلسه، مهندس یوسف حسینی «مدیرعامل پتروشیمی خراسان، پیرامون ظرفیت ها و فرصت های همکاری دو کشور سخن گفت و اظهار کرد: حاضریم در حوزه سوآپ محصولات ترکمنستان، مشاوره مهندسی، ساخت تجهیزات و انتقال دانش فنی، مشاوره مهندسی، فروش محصولات به ترکمنستان و کمک به پتروشیمی ترکمنستان در همه زمینه ها همکاری کنیم.

استاندار خراسان شمالی در نشست مشترک استاندار آخال و هیئت همراه وی با مسئولان استان خراسان شمالی در قالب کارگروه توسعه صادرات اظهار کرد: با ترکمنستان ۳۰۰ کیلومتر مرز مشترک داریم و اغلب مرز نشین ما تر کمن هستند و به بیان حقیقی با تر کمنستان خوشایوند هستیم. «محمدرضا حسین نژاده افزود: سال گذشته در حضور روسای جمهوری ایران و ترکمنستان، تفاهم نامه ای را بین دو استان آخال و خراسان شمالی امضا کردیم که سفر استاندار آخال و هیئت همراهشان از زمینه های اجرای آن را فراهم کرده است. وی تصریح کرد: خوشحالم که استاندار و هیئت همراهشان از استان آخال از مراکز فرهنگی، صنایع، مراکز بهداشتی و درمانی و هیبر در استان ما بازدید کرده اند و از نزدیک صمیمیت و وحدت قومیت های مختلف اعم از ترک، ترکمن، کرد، تاجک و فارس و غیره را در استان ما از نزدیک دیدند. وی ادامه داد: خراسان شمالی در حوزه درمان و سلامت پیشتاز است و زمینه برای جذب و تبادل دانشجوی، اساتید و کارشناسان، انتقال تجریبات و پذیرش بیمار در مراکز درمانی استان فراهم است.

وی به بیابان زدایی و گذر مرزی به عنوان موضوعاتی برای تبادل تجریبات و مذاکرات اشاره کرد و گفت: در کمسیون مشترک اقتصادی که اخیراً برگزار شد، به نمایندگی از سه استان شرکت کردم و در آن بر شناسایی مکانی برای گذر مرزی تأکید شد که پس از عید نوروز با حضور سر کنسول تر کمنستان در استان بررسی های لازم انجام خواهد شد.

استاندار آخال تر کمنستان هم در نشست پایانی دو استاندار که عصر پنج شنبه و در قالب کارگروه توسعه صادرات خراسان شمالی انجام شد، برای چندمین بار از دعوت استاندار خراسان شمالی و حسن مهمان نوازی وی تشکر کرد و گفت: پذیرای این احترام برای خودم و مردم ترکمن هستم و از روسای جمهوری دو کشور که در دیدار سال گذشته باعث عقد تفاهم نامه میان دو استان شدند و زمینه گسترش همکاری های دو استان همجواری فراهم کردند، قدر دانی می کنم.

«روشن، خوجه قلی یف» افزود: از جاذبه های طبیعی و مراکز تاریخی دیدن کردیم و با مراکز علمی و دانشگاهی آشنا شدیم. وی ادامه داد: این سفر ثمر مبر بود و دیدن ترکمن های استان و اسب ترکمن در استان خراسان شمالی مایه افتخار بود.



مندی، از مزایا و امتیازات نهاد داوروی برای خود افراد قبل از هر چیز و در گام نخست بیشتر مورد توجه قرار گیرد چرا که باور داریم به طور قطع و یقین، این نهاد مهم، با سرعت و سهولت بیشتر واقع پذیرای مشکلات احتمالی خواهد بود. «سید ابراهیم محبوب» انتقال تجریبات حاصل از برگزاری این همایش و معرفی عملکرد چند ماهه نهاد داوروی به جامعه هدف و تمامی شرکت کنندگان در این گروه مایی را گامی مهم و سازنده و یک مشوق و انگیزشی به منظور زمینه سازی ترغیب افراد برای بهره مندی از امتیازات نهاد داوروی بیان کرد.

وضعیت نامطلوب فرونشست زمین در استان



نامطلوب فرونشست زمین در کشور و استان، گفت: خراسان شمالی نیز همانند بسیاری از استان های دیگر کشور برای مقابله با مخاطرات از جمله فرونشست نیز مانند مدیریت منابع آب است. رئیس سازمان مدیریت و برنامه ریزی استان نیز در این نشست ضمن بیان بدفغه ها، تشریح وظایف و اقدامات موثر صورت گرفته توسط سازمان مدیریت و برنامه ریزی در استان، این اقدامات را در راستای ارائه خدمت عدالت محور در دولت مردمی و تقویت توسعه استان بیان کرد. «مرتضی صدیقی» به برشمرن اهمیت و نقش سازمان نقشه برداری در کشور، در تعامل سازنده و همکاری این سازمان نیز قدر دانی کرد.

از میان خبرها

بنیاد شهید «امانی» در استان راه اندازی می شود



مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان شمالی در جمع مدیران رابط کانون های مساجد استان، با تأکید بر حمایت برنامه محور و تلاش برای مردمی شدن برنامه ها، از تلاش ها برای تدوین طرح راه اندازی بنیاد شهید «امانی» به عنوان تنها شهید خبرنگار استان، خبر داد و گفت: این بنیاد در قدم های اول راه اندازی است و طی آن با سه حوزه آموزش، تولید و رویداد در تلاطم است با حمایت از برنامه های مردمی و فرهنگی، بتوانیم در جهت توسعه فرهنگ اقدام کنیم. دکتر «تقی صادقی» توضیح داد: بنیای راه اندازی این بنیاد در استان که ذیل بنیاد شهید «اوبنی» در وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی است، اعتماد به حلقه های مردمی و ظرفیت های اثرگذار با هدف شبکه سازی است که هم اکنون ۳۴ طرح نهادهای مردمی در حال بررسی در دست حمایت دارد. وی ضمن اعلام حمایت از کانون ها، نقش آفرینی و ارائه طرح های خود برای حمایت توسط بنیاد نام برده را خواستار شد. وی همچنین خاطرنشان کرد: مرحله اول اعتبار تصویب شده سفر ریاست جمهوری، ویژه تعمیر و تجهیز کانون های فرهنگی هنری مساجد استان طی ماه جاری تخصصی می یابد. مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی خراسان شمالی گفت: برای رفع مشکلات امروز جامعه، راهی جز بازگشت به مسجد و هویت بخشی انقلابی به مسجد نداریم و باید کار کردهای آن در جامعه احیا شود.

همایش تکریم همکاران جانباز بانک سپه منطقه خراسان شمالی برگزار شد



همایش تکریم همکاران جانباز بانک سپه منطقه خراسان شمالی با حضور رئیس هیئت نظارت شورای نگهبان در استان، مدیر و معاونان منطقه و همکاران معطم جانباز در سالن جلسات ساختمان مدیریت شعب برگزار شد. به گزارش روابط عمومی بانک سپه منطقه خراسان شمالی، «عابدین عابدی مقدم» آزاده و جانباز دفاع مقدس و رئیس هیئت نظارت بر انتخابات شورای نگهبان در استان ضمن تبریک اعیاد مبارک شعبانیه و روز جانباز گفت: لازمه ترویج فرهنگ ایثار و شهادت، تکریم پیشکسوتان ایثار و شهادت است. وی افزود: تا زمانی که روحیه ایثار و شهادت طلایی در کشور جاری باشد امنیت ملی و توسعه پایدار در سطح جامعه جاری و ساری خواهد بود. وی با اشاره به صبر جانبازان در برابر جراحی های دوران جانبازی، گفت: از خودگذشتگی و فداکاری جانبازان، ستودنی و قابل ستایش است و جانبازان برکت نظام جمهوری اسلام هستند. رئیس هیئت نظارت بر انتخابات شورای نگهبان در استان بیان کرد: تکریم همکاران ایثارگر و بازنشسته، یک کار خدایسندهانه و سرمایه گذاری است. وی با ارائه گزارشی از روند پرسی صلاحیت کاندیداهای انتخابات مجلس شورای اسلامی و اهمیت شرکت در انتخابات گفت: مردم با مشارکت فعال خود در انتخابات ۱۱ اسفند، این روز را به عید بزرگ ملی تبدیل می کنند. «عابدی مقدم» گفت: جهاد تبیین یک راهکار بسیار ارزنده برای کل بسیاری از مشکلات امروز جامعه است و در این میان، خانواده شهدا، جانبازان و ایثارگران، باید در این حوزه عملدار باشند. «سپاسمک سعدی» مدیرشعب بانک سپه منطقه خراسان شمالی نیز در این همایش ضمن گرمی ایثار داشت و یاد و خاطره شهدا، به ویژه شهید اعیاد مجموعه بانک سپه و تشکر از تمامی ایثارگران اظهار کرد: اگر هدف این جلسه از تکریم جانبازان عزیز بدانیم باید گفت که یقیناً نه تنها جانبازان سرفراز و نه شهدای عزیز، به تکریم ما نیاز ندارند چراکه ما در جایگاهی نیستیم که جانبازان را به عنوان شهید زنده تکریم کنیم. وی افزود: هرچه بگوییم نمی توانیم حق جانبازان و شوقی و رنجی را که خود و خانواده هایمان متحمل می شوند بیان کنیم. در انتهای این دیدار، لوح تقدیر به امضای دکتر «ابراهیمی» مدیرعامل بانک سپه به جانبازان گرانقدر اهدا شد.

تامین ۱۸ دستگاه اتوبوس برای اعزام کاروان دانشجویی راهیان نور

۱۸ دستگاه اتوبوس برای اعزام کاروان دانشجویی راهیان نور از خراسان شمالی به مناطق عملیاتی جنوب کشور تامین شد. به گزارش روابط عمومی اداره کل راهداری و حمل و نقل جاده ای خراسان شمالی، معاون حمل و نقل این اداره کل گفت: در جلسه بررسی تامین ناوگان اتوبوسی به منظور اعزام کاروان دانشجویی راهیان نور از خراسان شمالی به مناطق عملیاتی جنوب کشور، هماهنگی های لازم برای تامین ۱۸ دستگاه اتوبوس انجام شد. «سعید سبحانی» افزود: در جلسه مذکور، شرکت های مسافری با انعقاد قرارداد، ۱۸ دستگاه اتوبوس را برای اعزام کاروان دانشجویی راهیان نور به مناطق عملیاتی جنوب کشور در ۱۳ و ۱۴ اسفند ماه تامین خواهند کرد.



نکته‌های مهم درباره سرماخوردگی

کمکی نخواهد کرد، نکته این جاست که اثربخش نبودن تنها دلیل عدم استفاده از آنتی‌بیوتیک‌های غیر ضروری نیست چرا که داروهای می‌توانند عوارض جانبی ناخوشایندی مانند آسیب‌ها دل‌پیچه هم داشته باشند و باکتری‌های عامل بیماری به تدریج می‌توانند نسبت به داروها مقاوم شوند و این درمان عفونت‌های باکتریایی واقعی را دشوارتر می‌کند.

دکتر «منیری» ادامه داد: از سوی دیگر، اگر کودک شما به علت سرماخوردگی یا آنفلوانزا دچار عارضه ثانویه‌ای شود که شامل عفونت ریوی و باکتری‌ها باشد، این وقت ممکن است آنتی‌بیوتیک مفید واقع شود؛ برای مثال، اگر او دچار عفونت گوش، برونشیت یا سینه‌پهلوشود آنتی‌بیوتیک (بناظر پزشک) می‌تواند اثربخش باشد. وی در توضیح این که فقط ویروس سرماخوردگی می‌تواند شما را به سرماخوردگی مبتلا کند، اضافه کرد: سرد بودن بدن به خودی خود نمی‌تواند شما را بیمار کند، اما سرد و خیس شدن بدن می‌تواند موجب فعال شدن یک ویروس خفته یعنی ویروسی که در حال حاضر در سیستم بدن شما وجود دارد بشود و باعث شروع علامت‌های بیماری شود. به گفته دکتر «منیری»، محققان معتقدند که سرد شدن بدن باعث می‌شود که رگ‌های خونی موجود در بینی منقبض شوند و این اتفاق، رسیدن خون گرم‌ت‌آمین‌کننده گلبول‌های سفید را که با عفونت مبارزه می‌کنند قطع می‌کند. وی افزود: بسیاری از مردم حامل میکروب‌های سرماخوردگی هستند اما سرد شدن بدن می‌تواند دفاع از مقابل اثرات قرار آفر گیری در معرض میکروب را دشوارتر کند، بنابراین به مقدار معمول لباس پوشیدنی، خود را خشک نگه دارید و سایر توصیه‌های افراطی را کنار بگذارید.

این متخصص بیماری‌های عفونی با اشاره به این که افراد صد درصد سالم هم تسلیم ویروس‌های سرماخوردگی می‌شوند، خاطرنشان کرد: در یک پژوهش انجام‌شده، حدود ۹۵ درصد

گروه سلامت- یک متخصص بیماری‌های عفونی و عضو هیئت علمی دانشگاه، برخی نکته های مهم درباره سرماخوردگی را مطرح و درباره آن‌ها توضیحاتی داد. دکتر «افشین منیری» با بیان این که درباره سرماخوردگی و علل رایج ابتلا به آن باورهای مختلفی وجود دارد، اظهار کرد: برخی از این باورها درست و برخی دیگر اساساً غلط است. وی با اشاره به این که تشخیص تفاوت بین آنفلوانزا و سرماخوردگی می‌تواند دشوار باشد، بیان کرد: سرماخوردگی تقریباً همیشه بدون ایجاد هیچ گونه مشکل جدی برطرف می‌شود، درحالی‌که آنفلوانزا می‌تواند عارضه‌های جدی‌تری مثل عفونت ریه ایجاد کند. وی افزود: تشخیص آنفلوانزا در اوایل بیماری می‌تواند به شما کمک کند تا به طور متناسبی آن را درمان کنید و احتمالاً عارضه‌های ثانویه آن جلوگیری کنید. عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی هشدار داد: اگر فرزند شما به علت یک بیماری زمینه‌ای، ریسک بالایی برای ابتلا به عارضه‌های ثانویه دارد، تشخیص سریع آنفلوانزا ممکن است فرصتی برای درمان بهتر را فراهم کند. دکتر «منیری» با تاکید بر این که استفاده خودسرانه از آنتی‌بیوتیک برای درمان سرماخوردگی یا آنفلوانزا اقدامی کاملاً بی‌ربط خواهد بود، تصریح داد: آنتی‌بیوتیک‌ها باکتری‌ها را می‌کشند و سرماخوردگی و آنفلوانزا توسط ویروس‌ها ایجاد می‌شوند و ویروس‌ها دسته‌ای از میکروب‌ها هستند که هیچ مشابهتی به باکتری‌ها ندارند. متخصص بیماری‌های عفونی دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی با اشاره به این که برخی والدین نگران به پزشکان فشار می‌آورد که برای کمک به بهتر شدن حال فرزندشان آنتی‌بیوتیک تجویز کنند، خاطرنشان کرد: واقعیت این است هیچ آنتی‌بیوتیکی از آموکسی‌سیلین یا سایر دارو گرفته تا آنتی‌روماب‌سین به بهبود سرماخوردگی یا آنفلوانزا

C با دیدن اولین نشانه سرماخوردگی، مکیدن قرص‌های مکیدنی «روی» یا زینک هم‌زمان با شروع گلورد یا تقویت سیستم ایمنی بدنشان با مکمل‌های گیاهی، همیشه جواب می‌دهد، توضیح داد: یافته‌های اندکی برای پشتیبانی از هر کدام از این درمان‌ها وجود دارد و مشکل این جاست که پژوهش‌های زیادی نیز وجود دارند که اثربخشی آن‌ها را رد می‌کنند. در داروخانه‌ها داروهای بدون نسخه زیادی را پیدا می‌کنید که بر این مکمل‌ها متکی هستند، اما این واقعیت معروف و محبوب بودن آن‌ها به معنای اثربخشی یا ایمن بودن آن‌ها نیست، بنابراین قبل از دادن هر نوع مکمل غذایی در هر شکلی به فرزندتان، با پزشک‌اوصحت‌کنید.

وی خاطرنشان کرد: در اولین سال رقتن به مهدکودک، بچه‌ها واقعاً بیشتر از بچه‌هایی که در خانه‌نگه‌داشته‌می‌شوند، احتمال ابتلا به سرماخوردگی دارند، اما طبق پژوهشی که روی تعداد زیادی کودک انجام شد، خطر ابتلا به این عارضه وقتی کودک همچنان رقتن به مهدکودک را ادامه می‌دهد، کاهش می‌یابد و پس از یک سال حضور در مهد، این کودکان دیگر نسبت به کودکانی که در خانه‌می‌مانند احتمال وریسک بیشتری برای ابتلا به سرماخوردگی ندارند. دکتر «منیری» با اشاره به این که قرارگیری زودهنگام در معرض میکروب‌ها ممکن است در بلندمدت منافعی نیز داشته باشد اضافه کرد: پژوهش‌ها بیانگر این موضوع است که بچه‌هایی که در سن پیش‌دستانی در مهدکودک‌های بزرگتری حضور داشتند، در سال‌های بعد یعنی تا سن ۱۳ سالگی، سرماخوردگی‌های کمتری داشتند که از قرار معلوم به این دلیل است که بدن آن‌ها نسبت به شایع‌ترین ویروس‌های سرماخوردگی ایمن شده بود. وی توضیح داد: این درست است که ویروس‌های سرماخوردگی از طریق هوا پخش می‌شوند، به ویژه هنگامی که شخصی بیمار سرفه یا عطسه می‌کند، اما این تنها یکی از راه‌هایی است که ویروس مربوطه، قربانی بعدی خود را از طریق آن پیدا می‌کند. وی ادامه داد: ویروس‌ها همچنین می‌توانند در دستانتان شمایابندند، اگر شما چیزی را که ویروس روی آن است، مانند تلفن، اسباب‌بازی یا دست دوستانتان لمس کنید، ویروس‌هایی که به دست شما می‌چسبند به راحتی می‌توانند از راه‌هایی وارد بدنانتان شوند، به عنوان مثال، اگر چشم‌ها یا بینی خود را با راه‌های ورودی دیگر بدنتان را لمس کنید، ویروس‌های سرماخوردگی معمولی می‌توانند تامدتی روی پوست یا سطوح دیگر زنده بمانند. وی به باور غلطی که برای کاهش علامت‌های سرماخوردگی بین بسیاری از بزرگسالان است اشاره کرد و افزود: بسیاری بر این باورند که داروهای بدون نسخه برای کاهش احتقان بینی، در واقع واکنش‌هایی به تزریق واکسن هستند. دکتر «منیری» ادامه داد: واکسینه شدن در برابر آنفلوانزا به همان اندازه که برای بزرگسالان مهم است، برای کودکان نیز اهمیت دارد، بیشتر پزشکان، تزریق سالانه واکسن آنفلوانزا از سن شش ماهگی برای تقریباً همه افراد، از پیر و جوان و کودک را توصیه می‌کنند، که ترجیحاً در اواخر شهریور و اوایل مهرماه می‌توانند تزریق شود تا زمان کافی برای ایمن‌سازی بدن پیش از شروع کامل فصل آنفلوانزا وجود داشته باشد. وی با بیان این که کودکان زیر پنج سال به طور ویژه نسبت به آنفلوانزا آسیب‌پذیر هستند، ادامه داد: آن‌ها ریسک بالایی برای ابتلا به عارضه‌های ثانویه جدی ناشی از آنفلوانزا مانند عفونت‌های شدید ریوی دارند. این عضو هیئت علمی دانشگاه با بیان این که بسیاری از افراد بر این باورند که خوردن مکمل ویتامین

سلامت نامه

هشدار درباره بلع مواد سوزاننده توسط کودکان



اسیدها خطرناک ترند و این مواد در منازل به عنوان لوله باز کن، جرم‌گیر، جوهر نمک و غیره استفاده می‌شود.

وی افزود: بازها به طور کلی خطرناک‌تر از اسیدها هستند چرا که اولاً اسید بسیار تند و بدبوست و کودک مقدار کمتری از آن را می‌خورد، ولی بازها را به میزان بیشتری می‌خورند و ثانیا اسید نکروز انعقادی ایجاد می‌کند که کمتر در بافت نفوذ می‌کند ولی بازها نکروز میعانی ایجاد و تا عمق بیشتری در بافت نفوذ می‌کنند. متخصص کودکان دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی با اشاره به این که کودکان زیر پنج سال به شدت نسبت به محیط اطراف خود کنجکاو هستند، اظهار کرد: کودکان سعی دارند با اجسام پیرامون خود بازی کنند یا آن را در دهان خود بگذارند، بنابراین والدین باید هوشیار باشند و برای پیشگیری از بروز برخی آسیب‌ها و حوادث احتمالی محیط امنی برای کودک مهیا کنند. این عضو هیئت علمی دانشگاه گفت: متأسفانه گاهی سهل انگاری والدین و افزایش کنجکاو کودکان موجب بروز مسائلی از قبیل سوختگی از طریق مصرف مواد قلیایی و اسیدی می‌شود. وی ادامه داد: نکته مهم این است که ارتباط دقیق بین میزان آسیب دهان و آسیب مری وجود ندارد یعنی این که ممکن است دهان سالم باشد یا آسیب کمی دیده باشد ولی مری، معده یا دستگاه گوارش آسیب جدی دیده باشد.

دکتر «جعفری تبار» درباره داروهای میخچه و شونده‌های سبزی به والدین هشدار داد: این داروها در استرس کودکان قرار ندهید چرا که این مواد دارای ترکیبات شیمیایی هستند و سوزاندگی شدیدی ایجاد می‌کنند. وی به والدین توصیه کرد: زمانی که متوجه مصرف مواد قلیایی و اسیدی توسط کودکان شدید سریعاً کودک را به مراکز درمان ارجاع دهید و از اقدامات خودسرانه پرهیز کنید زیرا هر گونه اقدام اضافی می‌تواند آسیب بیشتری را بر جای بگذارد. دکتر «جعفری تبار» خاطرنشان کرد: انواع و اقسام اجسام خارجی وجود دارند که کودکان با توجه به سن و شرایط سنی خود آن‌ها را می‌بلعند. وی درباره بلع اجسام خارجی توسط کودکان اظهار کرد: اجسام خارجی که توسط کودکان بلع می‌شوند معمولاً انواع سکه‌ها، قطعات اسباب‌بازی، تیله‌ها و هسته میوه‌ها هستند. این متخصص گوارش کودکان با بیان این که سن شایع کودکانی که اجسام خارجی را می‌بلعند شش ماهگی تا سه سالگی و در موارد کمتری پنج سالگی است، اضافه کرد: کودکانی که دچار مشکلات تکاملی و عصبی هستند نیز ممکن است اجسام خارجی را بیشتر از همسالانشان بلعند. وی ادامه داد: بلع برخی اجسام خارجی خطرناک است، مثلاً باتری‌های کوچک سکه‌ای که در اسباب‌بازی‌ها و چراغ قوه‌ها گذاشته می‌شوند می‌تواند در مری گیر کنند و کمتر از یک ساعت باعث سوراخ شدن آن و عوارض جدی برای کودک شود. وی توصیه کرد: نباید اسباب‌بازی‌ها، ساعت‌های میچی و وسایلی را که از این باتری‌ها دارند در دسترس کودکان سنین پایین قرار داد زیرا در صورت بلعیده شدن به آندوسکوپی نیاز دارد بنابراین اگر والدین نسبت به این موضوع شک کردند باید در اولین فرصت به پزشک مراجعه کنند. دکتر «جعفری تبار» تصریح کرد: آهن‌ریا یکی دیگر از اجسام خارجی خطرناک است که در صورتی که توسط کودکان بلعیده شود می‌تواند موجب گیر کردن قسمتی از روده یا معده توسط آن شود که در نهایت سوراخ شدن روده یا معده را در پی دارد و باید با عمل جراحی سنگین خارج شود و در این مورد نیز توصیه می‌شود کودکان زیر چهار سال به آهن‌ریا دست نزنند. وی بلعیدن اجسام نوک تیز مانند سوزن، سوزن ته‌گرد و سنجاق قفلی را عاملی برای سوراخ شدن مری، معده و روده دانست که باید برای درمان، کودک را آندوسکوپی کرد.

عوارض رژیم «کتوژنیک»



برشمرد کرد که به دلیل حذف یک سری مواد مغذی ایجاد می‌شود. این متخصص تغذیه ادامه داد: این مواد باعث رشد باکتری‌های مفید دستگاه گوارش می‌شوند و عدم رشد باکتری‌های م‌ذکور باعث تغییر فلور طبیعی روده و دراز مدت بیوسنت‌های شدید می‌شود. به گفته وی، افرادی که چند ماه از رژیم کتوژنیک پیروی می‌کنند دچار بیوسنت‌شدنی می‌شوند که نیاز به اقدامات درمانی برای بازگشت فلور طبیعی روده دارند. وی آنفلوانزا و راش‌های پوستی خیلی شدید را از دیگر عوارض رژیم‌های کتوژنیک بیان کرد و گفت: رژیم کتوژنیک برای افرادی که می‌توانند با سایر رژیم‌های معمولی لاغر شوند توصیه نمی‌شود زیرا این رژیم عوارض زیادی در بردارد و در واقع باعث یاروش صحیح تغذیه‌ای را رعایت نمی‌کند. دکتر «سهراب» یکی از عللی را که باعث اقبال عمومی بالا نسبت به این نوع رژیم شده است عدم وجود کالری شماری با اشاره به این که در آن اجباری نیست کالری مورد مصرف فرد دائماً شمرار شود. وی با اشاره به این که در این رژیم تولید کتون بادی‌ها در بدن باعث سر کوب کردن و کنترل اشتها می‌شود، گفت: این موضوع باعث می‌شود فرد کمتر احساس گرسنگی کند که یکی از دلایل مهم ملاقات افراد به این رژیم است. همچنین در هفته‌های اول کاهش وزن بیشتری نسبت به رژیم‌های معمولی تجربه می‌کنند که این موضوع نیز به‌یشتر ناخوشایند است. نشانه‌های اختلال استرس در افرادی که تمایل به استفاده از رژیم کتوژنیک دارند تاکید کرد حتماً با مشورت یک متخصص تغذیه اقدام کنند تا رژیم علمی و صحیح برای آن‌ها طراحی و پانجویز مکمل‌های مناسب از بروز عوارض کمبود مواد مغذی پیشگیری شود.

سندرم استرس پس از سانحه

سندرم استرس پس از سانحه یا «بی‌تی‌اس‌دی» اختلالی است که برخی افراد پس از مشاهده یا تجربه یک واقعه تلخ به آن دچار می‌شوند. از علامت‌های این اختلال می‌توان به اجتناب فرد از محرک‌هایی که آن واقعه را تداعی می‌کنند، خاطرات مزاحم که زندگی روزمره و الگوی خواب را مختل می‌کنند، نوسانات خلقی و تغییرات رفتاری اشاره کرد. به گزارش ایسنا، حدود ۷۰ درصد جمعیت جهان با رویدادهای آسیب‌زننده در زندگی مواجه و ۷۰ درصد به اختلال استرس پس از سانحه دچار می‌شوند. یکی از نشانه‌های اصلی استرس پس از سانحه، اجتناب یا کنارگیری است. دو نوع اجتناب مرتبط با بی‌تی‌اس‌دی عبارتند از: اجتناب رفتاری و اجتناب عاطفی.

اجتناب رفتاری | اجتناب رفتاری، اجتناب یا دوری‌گزینی جسمی یا فیزیکی از افراد، مکان‌ها، صداها یا بوهایی مرتبط با رویداد آسیب‌زاست.

اجتناب عاطفی |اجتناب عاطفی، دوری‌گزیدن از افکار و احساساتی است که با رویداد آسیب‌زا مرتبطند. شاید شاهدان متوجه نشوند که فرد مبتلا به «بی‌تی‌اس‌دی» از فکر یا احساس خاصی اجتناب می‌کند. گاهی حتی فردی که آسیب‌هایی مانند آزار عاطفی را پشت سر گذاشته است متوجه نیست که به رفتارها و روش‌های تدافعی متوسل می‌شود. روش‌های مقابله‌ای و دفاعی اجتنابی گاهی نیز به شکل سوءمصرف مواد مخدر یا اختلال در خوردن بروز می‌کند.

خاطرات مزاحم |عوامل و نشانه‌های مداخله‌گر و مزاحم از جمله نشانه‌های باز در اختلال «بی‌تی‌اس‌دی» است که معمولاً به شکل تجربه خاطرات مزاحم یا کابوس‌ها ظاهر می‌شوند. این اختلا مبتلا به این اختلال معمولاً نفوذ ناخوشانه این خاطرات را نمی‌توانند کنترل کنند. این خاطرات مزاحم اغلب با تحریکات حسی مانند بو، تصاویر یا صداهایی

خراسان شمالی

توسعه کسب وکار با تبلیغات

«روزنامه» خراسان شمالی»

۰۵۸۳۲۲۳۹۷۶۴

(آگهی مزایده خودرو)

اتحادیه تعاونیهای کشاورزی عشایری خراسان شمالی در نظر دارد یک

دستگاه خودروی سواری پژو مدل ۱۳۸۶ رنگ نقره ای –متالیک متعلق به

خود را از طریق مزایده عمومی به فروش رساند:
لذا متقاضیان می توانند از

تاریخ نشر این آگهی به مدت ۱۰ روز جهت بازدید و ارایه پیشنهاد قیمت در

ساعات اداری به آدرس:بجنورد –بلوار مدرس،مدرس ۱۹ کوچه شهید

جهانیان نبش کوچه ۲ ،طبقه ۲ دفتر اتحادیه مراجعه نمایند.

با تشکر-اتحادیه تعاونیهای کشاورزی عشایری خراسان شمالی

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۱۲/۱۵ **دعوتنامه تشکیل مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده (نوبت دوم)**

با توجه به عدم حد نصاب اعضای حاضر در جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده نوبت اول در تاریخ ۱۴۰۲/۱۲/۲، جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده نوبت دوم شرکت تعاونی مسکن مهر کوروش خراسان شمالی به شماره ثبت: ۲۲۶۱ و شناسه ملی تعاونی: ۱۰۸۶۰۳۲۴۷۱۳ در روز چهارشنبه مورخ ۱۴۰۲/۱۲/۲۳ راس ساعت ۱۰ صبح در محل اتاق تعاون شمالی واقع در خیابان قیام نبش قیام ۲۷ پلاک ۳۷۹ کدپستی ۹۴۱۳۸۸۶۷۳۶ برگزار می گردد.

از کلیه داوطلبان اعضای شرکت تعاونی دعوت می شود جهت تصمیم نسبت به موضوعات ذیل با در دست داشتن ورقه سهم، کارت و یا دفترچه عضویت راس ساعت و موعد مقرر در محل مذکور حضور بهم رسانند و یا کیل /نماینده خود را کتبا جهت حضور معرفی نمایند.

(ضمناً به اطلاع می رساند که به موجب ماده۱۹ آئین نامه نحوه تشکیل مجامع عمومی؛ تعداد آراء و کالتی هر عضو حداکثر سه رأی و هر شخص غیر عضو تنها یک رأی خواهد بود و اعضای متقاضی اعطای نمایندگی می بایست به همراه نماینده خود از تاریخ ۱۴۰۲/۱۲/۱۸ لغایت تاریخ ۱۴۰۲/۱۲/۲۲ در محل دفتر شرکت تعاونی واقع در شهرک گلستان بلوار گلستان جنوبی پروژه مسکن مهر کوروش بلوک۶ واحد ۱ حاضر تا پس از احراز هویت و تایید و کالت، برگه ورود به مجمع را دریافت دارند)

دستور جلسه:

۱- گزارش هیات مدیره از عملکرد سال ۱۴۰۱

۳- طرح و تصویب صورتهای مالی سال ۱۴۰۱ شامل عملکرد، سود و زیان و ترازنامه

۴- طرح و تصویب بودجه پیشنهادی هیأت مدیره برای سال مالی ۱۴۰۲

۶- تصمیم گیری در خصوص تقویت حساب جاری و افتتاح حساب های جدید

۷- تصمیم گیری در خصوص اعضای که آورده خود را تکمیل نکردند

۸- تصمیم گیری در خصوص اعضای که بدهکار بوده و اخراجی هستند

۹- ارائه گزارش کارشناس رسمی دادگستری در خصوص قیمت تمام شده هر متر مربع مسکونی

۱۰- تصمیم گیری در خصوص متر اژ اضافی هر واحد و پارکینگهای مسقف و غیر مسقف

هیات مدیره

