



کرونا در کمین افراد چاق

کارشناس دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: افرادی که دچار چاقی هستند بیشتر مستعد ابتلا به کرونا و مرگ و میر ناشی از این بیماری هستند.

سپیده دولتی با بیان اینکه وضعیت وزنی فرد در خطر ابتلا به کرونا دخیل است، افزود: نتایج ۲۲ مطالعه از هفت کشور در آمریکای شمالی، اروپا و آسیا نشان می دهد که چاقی با افزایش شانس سه برابری احتمال بروز علائم شدید کرونا مرتبط است.

وی اظهار داشت: همچنین نیاز به بستری شدن ۱۶ برابر، بستری شدن در بخش مراقبت های ویژه ۱.۳ برابر و ابتلا به سندرم تنفسی حاد ۲.۸ برابر در افراد چاق که کرونا مبتلا شده اند، بیشتر است. دولتی، تغذیه را یکی از عوامل بسیار مهم در تقویت سیستم ایمنی بدن در برابر کرونا دانست و ادامه داد: سیستم ایمنی افراد چاق و کسانی که دچار سوءتغذیه و کمبود ریزمغذی هستند، مختل شده و اختلالات ایمنی مرتبط با سوء تغذیه، حساسیت به عفونت را افزایش می دهد و به عفونت ها اجازه می دهد تا شدیدتر و حتی کشنده شوند. این کارشناس، تصریح کرد: تغذیه سالم در ترویج باکتری های مفید روده مهم است که به نوبه خود از سیستم ایمنی بدن حمایت و به تقویت سیستم ایمنی کمک می کند در غیر اینصورت فقدان یک رژیم غذایی سالم می تواند منجر به تضعیف ایمنی ذاتی و اکتسابی شود و فرد را مستعد ابتلا به عفونت ها کند.

به گفته وی، می توان با اصلاح الگوی غذایی سیستم ایمنی را تقویت کرد و مصرف یک رژیم غذایی غنی از مواد مغذی برای حمایت از سیستم ایمنی و مقابله با عوامل بیماری زا مهم است. وی افزود: تغذیه نامناسب مقدار کافی از مواد مغذی مورد نیاز سیستم ایمنی را فراهم نمی کند و این امر با افزایش حساسیت به عفونت و ناتوانی در مبارزه با ویروس ها و باکتری ها وارد بدن می شود.

این کارشناس دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت اظهار داشت: عنصر روی که در انواع گوشت، حبوبات و مغز دانه ها موجود است از بسیاری سلول های سیستم ایمنی پشتیبانی می کند و دارای اثرات ضد ویروسی از جمله مهار تکثیر کرونا ویروس ها است.

بررسی مطالعات انجام شده توسط بخش بهداشت درمان بریتانیا نشان می دهد که افراد دارای اضافه وزن در صورت ابتلا به ویروس کرونا بیشتر نیاز به بستری شدن در بیمارستان و یا بخش مراقبت های ویژه خواهند داشت و خطر مرگ ناشی از کرونا برای افراد چاق دو برابر است.

۵۰ تست امیکرون در کرمان منفی شد

رئیس دانشگاه علوم پزشکی کرمان گفت: گام ششم طرح شهید سلیمانی با تأکید بر واکسیناسیون، شناسایی، مراقبت، نظارت و رعایت پروتکل ها ادامه می یابد. حمیدرضا رشیدی نژاد در آخرین اقدامات برای مقابله با کرونا در کرمان عنوان کرد: به صورت تصادفی و طبق پروتکل، حدود ۵۰ تست امیکرون از بیماران در سطح استان انجام شده که هیچکدام مثبت نبوده است. وی افزود: فعلاً در استان کرمان موردی از ابتلا به سویه امیکرون ثابت نشده اما دلیلی بر عدم وجود آن نیست. رشیدی نژاد با اشاره به تأثیرگذاری طرح شهید سلیمانی در کاهش موارد بیماری در سطح کشور ادامه داد: بر همین اساس و با توجه به شیوع سویه امیکرون در کشور، گام ششم طرح شهید سلیمانی با تأکید بر واکسیناسیون، شناسایی، مراقبت، نظارت و رعایت پروتکل ها در استان کرمان ادامه می یابد. رئیس دانشگاه علوم پزشکی کرمان تصریح کرد: با تزریق نوبت سوم واکسن، رعایت و نظارت بر اجرای پروتکل ها و استفاده از ماسک، می شود از بحران امیکرون عبور کرد. رشیدی نژاد با اشاره به دومین سالگرد شهادت سردار قاسم سلیمانی گفت: برگزاری مراسم خواسته مردمی است و اتفاق نظر مسوولان بر برگزاری مدیریت شده سالگرد است. وی ادامه داد: سال گذشته تجربه خوب و مدیریتی شده برگزاری نخستین سالگرد شهادت سردار سلیمانی را در کرمان داشتیم و امیدواریم امسال هم با تدابیر اندیشیده شده، مراسم را به خوبی پشت سر بگذاریم.

با حضور استاد محمدحیدری چهره ماندگار خوشنویسی ایران؛

برگزاری همایش و نمایشگاه شکسته نویسان معاصر خوشنویسی به میزبانی گل گهر



همایش بزرگ شکسته نویسان معاصر هنر خوشنویسی پنج استان همجوار کرمان، هرمزگان، یزد، فارس و سیستان و بلوچستان به میزبانی شرکت گل گهر در سیرجان برگزار و همزمان نمایشگاه آثار این هنرمندان دایر شد.

در این همایش که با حضور معاون فرهنگی اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان کرمان، معاون فرمانداری سیرجان، رئیس اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی شهرستان، مدیر مجتمع گل گهر، جمعی از معاونین شرکت گل گهر و ۶۰ تن از پیشکسوتان و هنرمندان عرصه هنر خوشنویسی در این ۵ استان همجوار برگزار شد، نمایشگاهی از آثار این هنرمندان در محل ساختمان اداری مجتمع گل گهر در سیرجان نیز برپا شد و از ایشان تجلیل به عمل آمد.

در این مراسم معاون فرهنگی اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی کرمان گفت: هنر خوشنویسی یک هنر قدسی و آئینی است که هنرمندان آن قبل از کتابت وضو می گیرند، چرا که علاوه بر ترویج کلام وحی، اخلاق و ادب و علم و کلام بزرگان را منتشر می کند. وحید محمدی افزود: نشاط و روحیه ای که هنرمندان به جامعه می دهند بسیار موثر است اما علاوه بر توجه به کیفیت هنر، در بحث



سامانه بارشی قوی وارد استان می شود

مجید سعیدی در ستاد پیشگیری، هماهنگی و فرماندهی عملیات پاسخ به بحران استان کرمان با حضور رئیس ستاد مدیریت بحران کشور در شهرستان بم با اشاره به هشدار هواشناسی مبنی بر شکل گیری سامانه بارشی در استان طی هفته جاری اظهار داشت: عصر چهارشنبه هشتم دی ماه سامانه بارشی قوی از مناطق جنوب و غرب وارد استان می شود و به تدریج کل استان را فرا خواهد گرفت.

مدیرکل مدیریت بحران استانداری کرمان افزود: تا روز دوشنبه هفته بعد ۱۳ دی ماه شاهد بارش های متناوب در سطح استان هستیم، بارندگی در ارتفاعات به شکل برف خواهد بود و بیشترین شدت برای مناطق جنوبی استان پیش بینی شده است. سعیدی با تأکید بر آمادگی فرمانداری ها، شهرداری ها و ستادهای مدیریت بحران شهرستانی تصریح کرد: آبرگفتگی معابر بسیار محتمل است و شهرداران باید تدابیر لازم را ببینند، فرمانداران نیز دهیاری ها را ملزم بر آمادگی کنند و ماشین آلات دهیاری ها باید فراخوان داده شده و به روستاها برگشت داده شوند.

وی بیان کرد: در این ایام بارش در استان های همجوار فارس، هرمزگان و سیستان و بلوچستان هم بسیار بالاست، لذا هم استانی ها سفر به این مناطق نداشته و حداقل تردد در جاده ها شاهد باشیم. سعیدی یادآور شد: از ابتدای امسال ۱۱ جانباخته در وقوع سیلاب در استان داشتیم، لذا باید اطلاع رسانی ها بیشتر شوند و هشدارها و آگاهی بخشی به هم استانی ها صورت گیرد.

بازدید معاون آبخیزدازی از پروژه

آبخیزداری سیرجان

به گزارش روابط عمومی اداره منابع طبیعی و آبخیزداری سیرجان مهندس شجاعی معاونت آبخیزداری استان به همراه کارشناسان آبخیزداری و مهندس میرشاهی رییس اداره منابع طبیعی شهرستان سیرجان از پروژه های آبخیزداری حوزه آبخیز بید شاهی بازدید کردند. مهندس میرشاهی ضمن خیر مقدم به معاون محترم مدیرکل و هیئت همراه طی گزارشی اعلام کرد که حدود ۲۴۰۰ هکتار خشکه چین به متراژ ۳۸۰۷ مترمکعب درحوزه آبخیز بید شاهی با اعتباری بالغ برده میلیارد ششصد میلیون ریال درحال اجرا می باشد. مهندس شجاعی افزود: هدف از اجرای طرح های آبخوان داری و کنترل سیل، جلوگیری از فرسایش خاک، کاهش اثرات خشکسالی و تغییر اقلیم است. وی با بیان اینکه دیگر هدف این بندها تغذیه سفره های زیرزمینی، استحصال آب های سطحی، کاهش خسارات سیل به تأسیسات زیر بنایی و اراضی کشاورزی و باغات است

آگهی مزایده عمومی

شماره ۰۴/۱۴۰۰/ف ع



شرکت نگین گهر خاورمیانه

شرکت نگین گهر خاورمیانه در نظر دارد تعدادی از **اقلام مازاد انبار فیلتر** خود را از طریق مزایده عمومی به فروش برساند، لذا خواهشمند است متقاضیان لیست قیمت خود را پس از بازدید از اقلام فوق (در صورت تمایل) در پاکات مهرموم شده به آدرس سیرجان- کیلومتر ۶ جاده شیراز، مجتمع سنگ آهن گهرزمین واحد امور قراردادهای و کمیسیون معاملات شرکت نگین گهر خاورمیانه ارسال نمایید.

* تمامی پاکات بایستی مهرموم شده باشند.

* ارائه فیش سپرده معادل ۵۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال به حساب ۹۳۲۸۸۸۵۷۶۴ نزد بانک ملت شعبه

دکتر صادقی بنام شرکت نگین گهر خاورمیانه در پاکت پیشنهاد قیمت

* شرکت در رد یا قبول هر یک یا تمام پیشنهادات واصله بدون آن که محتاج به ذکر دلیل باشد، بدون جبران خسارت مختار است.

* هر گاه برندگان اول، دوم یا سوم حاضر به عقد قرارداد نباشند، سپرده آنها به ترتیب به نفع شرکت نگین گهر خاورمیانه ضبط می گردد.

* به پیشنهادات مبهم، مشروط، فاقد فیش سپرده، پیشنهادهایی که با شرایط مندرج در آگهی اختلاف داشته باشند و یا پس از انقضای مهلت مقرر تسلیم شده باشند، ترتیب اثر داده نخواهد شد.

* هرگاه وقوف حاصل شود که پیشنهاد کنندگان تبانی کرده باشند بنا به تشخیص کمیسیون معاملات، مزایده ابطال خواهد شد و متخلفین تحت پیگرد قانونی قرار خواهند گرفته و از شرکت در مزایده های بعدی محروم می شوند.

* مهلت ارائه اسناد مزایده و قبول پیشنهادات از تاریخ ۱۴۰۰/۱۰/۰۴ لغایت ۱۴۰۰/۱۰/۱۴ می باشد.

* در نظر داشته باشید جهت دریافت لیست اقلام از طریق آدرس اینستاگرام شرکت negingoharco.ir اقدام نمایید.

* جهت هرگونه سوال و هماهنگی لازم در این خصوص در روزهای شنبه تا چهارشنبه از ساعت ۹ الی ۱۴ با شماره تماس: ۰۹۱۲ ۵۰۳ ۸۱۱۵ واحد امور قراردادهای و کمیسیون معاملات شرکت نگین گهر خاورمیانه تماس حاصل فرمایید.

* تمامی هزینه های چاپ و تنظیم آگهی به عهده برنده مزایده می باشد.

نمایشگاه کالای ایرانی

مبلمان، لوستر، سرویس خواب لوازم خانگی و...

زمان: ۶ لغایت ۱۱ دی ماه

مکان: سیرجان- بلوار قائم- جنب اتوبوسرانی

ساعت بازدید: ۱۵ الی ۲۱

ورود افراد زیر ۱۳ سال و سالخورده ممنوع می باشد

جناب آقای مهندس رضاشیردی
(قائم مقام مدیر عامل در مدیریت های توزیع برق شهرستانها)

جناب آقای مرداد مننی تمکو
(مدیر روابط عمومی شرکت توزیع نیروی برق جنوب استان کرمان)

بر خود لازم دانستیم از شما بزرگواران به دلیل تکریم ارباب رجوع و اجابت درخواست شهروندان در خصوص رفع مشکلات روشنایی معابر و رفع آفت و لنتاژ مناطق خرم آباد، شهرک سمنگان و شهرک صدف شهرستان سیرجان مراتب تقدیر و تشکر را به عمل آوریم.

جمعی از ساکنین خرم آباد، شرک سمنگان و شرک صدف شهرستان سیرجان

فروش، نصب، سرویس، شارژ گاز و

لوله کشی زیر کار

نقد و اقساط

کولرهای گازی اسپیلیت



خیابان وحید - روبروی فروشگاه افق کوروش

فروشگاه اسپیلیت صلاحی

۰۹۱۶۴۴۵۸۳۳۵ - ۴۲۳۳۸۷۸۸