

چگونه سرطان را همراه غذا می‌خوریم
دود کباب هم سرطان‌زا است



غذاهای خوشمزه و پرچربی که می‌خوریم، همگی سرطان‌زا هستند؛ چون از روغن زیاد و انواع چاشنی‌ها استفاده می‌شود که برای سلامت ما مفید نیستند.

به گزارش خبرنگار مهر، وقتی وارد رستوران می‌شویم و بوی طبخ کباب به مشام ما می‌خورد، تصمیم می‌گیریم چند سیخ کوبیده سفارش بدهیم. در حالی که نمی‌دانیم هر خوردن هر لقمه کباب چرب زغالی، ترکیبات سرطان‌زا را وارد بدن خودمان می‌کنیم. بررسی‌ها نشان می‌دهد که مصرف فست‌فودها و غذاهای سرخ‌شده با روغن‌های زیاد، مهم‌ترین عامل ابتلا به سرطان به شمار می‌آیند و ما از این واقعیت تلخ، خبر نداریم و آن را جدی نمی‌گیریم. سید علی کشاورز متخصص تغذیه، در برنامه پرسشگر، با موضوع بررسی علل شیوع سرطان‌ها در کشور، به وضعیت تغذیه جامعه اشاره کرد و گفت: آلودگی مواد غذایی از لحظه کشت و استفاده بی‌رحمانه از کودهای شیمیایی ازت، آغاز می‌شود. وی افزود: وقتی ازت توتال مواد غذایی بالا باشد، به راحتی ترکیبات نیتروزامین که سرطان‌زا هستند، وارد بدن ما می‌شود. کشاورز با عنوان این مطلب که تغذیه عامل اصلی یک سوم سرطان‌ها است، گفت: در بروز تمامی سرطان‌ها، تغذیه نقش دارد.

وی افزود: غذایی که به شدت سرخ می‌شود و تغییر رنگ می‌دهد، ترکیبات سرطان‌زا ایجاد می‌کند. همچنین، وقتی روغن کباب روی آتش می‌چکد و دود ایجاد می‌کند، این دود سرطان‌زا است. کشاورز با عنوان این مطلب که شیوه پخت غذا در کشور ما و همچنین مصرف فست‌فودها در بروز سرطان‌ها نقش دارند، گفت: در دنیا استفاده از افزودنی‌ها را محدود کرده‌اند و نیتريت هم ممنوع شده و نیترات جای آن را گرفته است، اما در کشور ما همچنان از نیتريت استفاده می‌شود.

این متخصص تغذیه با تاکید بر اینکه باید برنامه ریزی های ما از زمین‌های کشاورزی آغاز شود، تصریح کرد: رستوران‌ها برای خوش طعم کردن غذاها از روغن زیاد و انواع چاشنی‌ها استفاده می‌کنند. کشاورز گفت: متأسفانه رستوران سالم شهری و بین راهی نداریم که بشود غذای سالم خورد و اگر هم باشد، خیلی کم و انگشت شمارند. وی افزود: یک اشتباه استراتژیک هم در دادن سویسید به مواد غذایی داریم، به طوری که این سویسید را به شکر و روغن می‌دهیم؛ در حالی که باید به جای شکر و روغن، این سویسید به شیر، مرغ، ماهی و گوشت داده شود تا این گرفتاری‌ها کم شود.

نوبت اول

نظر به اینکه پروانه فعالیت دفتر خدمات مسافرت هوایی دریا موج پرواز در شهر آبادان با صاحب امتیازی آقای امین جان افزا در شرف تبدیل وضعیت دفتر از حقیقی به حقوقی می باشد ؛ از کسانی که از دفتر مذکور ادعا و یا شکایتی دارند دعوت میگردد مراتب را در نهایت بمدت دو ماه از تاریخ این آگهی بطور کتبی به سازمان هواپیمائی کشوری -دفتر نظارت بر شرکتهای حمل و نقل هوایی و امور فرودگاهها اعلام نمایند .

دفتر خدمات مسافرت هوایی دریا موج پرواز

کابوسی «درمان» برای کارگران!



گرانی دارو و درمان یک معضل بسیار جدی‌ست به خصوص برای خانواده‌هایی که منبع در آمد لایزال ندارند و حیات و سلامتشان به حقوق مزدبگیری ناچیزی بند است که آخر هر ماه به حساب‌شان واریز می‌شود



اتحادملت - گروه جامعه - ریحانه عبدالهی؛ فردی که ۳۶ تا ۴۸ میلیون درآمد ماهانه دارد، خیلی راحت می‌تواند ۴ میلیون تومان برای درمان بپردازد و احتمالاً ۴ برابر کارگری که با سختی ماهی ۱ میلیون و ۴۰۰ هزار تومان هزینه‌ی درمان می‌کند، سلامت و بهداشت خانوادگی خود را تضمین کند.

گرانی دارو و درمان یک معضل بسیار جدی‌ست به خصوص برای خانواده‌هایی که منبع درآمد لایزال ندارند و حیات و سلامتشان به حقوق مزدبگیری ناچیزی بند است که آخر هر ماه به حساب‌شان واریز می‌شود. براساس آمارهای رسمی، کارگران و بازنشستگان در سال قبل و در حالیکه هنوز گرانی کمبود دارو به اندازه‌ی سال جاری تبدیل به موضوعی حاد نشده بود، حداقل ماهی ۱ میلیون و ۴۰۰ هزار تومان خرج دوا و درمان کرده‌اند؛ این در حالیست که ۶۰ درصد این خانواده‌ها، در سال قبل فقط ۶ میلیون تومان یا کمی بیشتر حقوق ماهانه داشته‌اند. به این داده‌های رسمی که مبتنی بر گزارش اخیر مرکز آمار ایران است، در ادامه‌ی این گزارش برمی‌گردیم.

خوددرمانی در میان بازنشستگان

هزینه‌های سنگین و کم‌رشدن درمان، سال‌هاست که یک گرفتاری اساسی برای همه مردم است، از نسخه‌های چند صدهزار تومانی و چند میلیونی داروهای باکیفیت برای بیماران خاص گرفته تا قیمت‌های نجومی بستری و کلینیکی، همه نشان می‌دهد که درمان به یک کالای پولی و قابل خرید و فروش تبدیل شده که هرکس بیشتر بپردازد، از خدمات باکیفیت‌تری برخوردار می‌شود دقیقاً به مصداق ضرب‌المثل

«هرچه پول بدهی همانقدر آش می‌خوری»! اما بعد از کاهش ارزش ریال و حذف ارز ترجیحی مواد اولیه دارو، این گرانی وارد مرحله‌ی جدیدی شد؛ امروز «درمان کیفی» از دایره‌ی توانایی‌های خانوارهای کارگری به شدت دور افتاده است. علی دهقان کیا (رئیس کانون بازنشستگان کارگری تهران) در ترسیم فضای فعلی می‌گوید: بازنشستگان بسیاری هستند که دیگر مدتهاست سراغ دوا و درمان و بازنشستگان به شدت هزینه‌های دارو و درمان، بازنشستگان راهکارهایی مثل «خوددرمانی» روی آورده‌اند؛ دیگر در توانشان نیست که بروند و بیماری‌هایشان را معالجه کنند.

او از مستمری‌بگیرانی یاد می‌کند که به کانون بازنشستگان مراجعه می‌کنند و می‌گویند: هزینه‌های دارو و درمان آنقدر زیاد است که ترجیح می‌دهیم دکتر نرویم، در خانه می‌مانیم تا ببینیم چه می‌شود یا خوب می‌شویم یا..... کم‌درآمدها و مزدبگیران حداقلی به وضوح نمی‌توانند هزینه‌های درمان را بپردازند؛ این ناتوانی یک بحث عمومی و کلی‌ست حالا اگر از بخت بد یک بیمار خاص در خانوادگی مزدبگیر باشد، دیگر واقعاً پرداخت هزینه‌ها ممکن نیست.

مشکلات بیماری‌های خاص

اخیراً کارگری که یک فرزند سرطانی در خانه دارد، در تماس با ما از داروهای گران این بیماری انتقاد کرد؛ داروهایی که تهیه نسخه‌ی آن در هر ماه، گاهی به ۳ میلیون تومان پول نیاز دارد؛ بعد از پرداختن این پول سنگین با یک حقوق حداقلی، باید چندین هفته یا حتی یک ماه منتظر ماند تا بخشی از آن را بیمه تکمیلی بپردازد البته اگر

داده است. دبیرکل خانه پرستار، با عنوان این مطلب که رفع کمبود نیروی پرستاری یک مطالبه مردمی است، در خصوص اینکه چرا این کمبود جبران نمی‌شود، توضیحاتی داد. کمبود نیروی پرستاری به عنوان مهم‌ترین چالش نظام سلامت کشور در حوزه نیروی انسانی است که متأسفانه هر روز در حال وخیم‌تر شدن است. دست اندرکاران حوزه سلامت کشور، متفق القول بر روی کمبود ۱۰۰ هزار نیروی پرستاری اجماع دارند، اما اینکه چرا برای جبران این کمبود اقدام نمی‌شود، سوالی است که محمد شریفی مقدم دبیرکل خانه پرستار، در برنامه تلویزیونی پرسشگر، به آن پاسخ

اطلاعی جذب ۱۱ هزار مربی پرورشی در مدارس هم به زودی منتشر خواهد شد. به گفته وی، برای استخدام این تعداد مربی پرورشی با سازمان اداری و استخدامی مکاتبه شده و مذاکرات همچنان ادامه دارد. فرهادی گفت: تلاش می‌شود این مربیان پرورشی با مهارت‌های چندگانه به کار گرفته شوند که هم نقش مشاوره در مدرسه را داشته باشند و هم به عنوان مربی پرورشی بکارگرفته شوند.

چرا کمبود پرستار جبران نمی‌شود

دیده‌اند که در بیمارستان‌ها، پرستارها با کمبود مواجه هستند و این موضوع نگران‌کننده است. شریفی مقدم افزود: پرستاری در دنیا، یکی از کلیدی‌ترین نیروهای نظام سلامت به شمار می‌رود، اما اینکه در کشور ما به این موضوع توجه شده یا خیر؛ باید بگویم، خیر، توجه نشده است. وی ادامه داد: کمبود نیروی پرستاری یک مطالبه مردمی است، زیرا؛ این بیمار است که از کمبود مراقبت‌های پرستاری متحمل خسارت و آسیب می‌شود.

دیده‌اند که در بیمارستان‌ها، پرستارها با کمبود مواجه هستند و این موضوع نگران‌کننده است. شریفی مقدم افزود: پرستاری در دنیا، یکی از کلیدی‌ترین نیروهای نظام سلامت به شمار می‌رود، اما اینکه در کشور ما به این موضوع توجه شده یا خیر؛ باید بگویم، خیر، توجه نشده است. وی ادامه داد: کمبود نیروی پرستاری یک مطالبه مردمی است، زیرا؛ این بیمار است که از کمبود مراقبت‌های پرستاری متحمل خسارت و آسیب می‌شود.

خدمات درمانی برخوردارند ولی برای فرودستان و نود و نه درصدی‌ها، خرید داروهای ساده یا مثلاً پکردن یک دندان کرم‌خورده چیزی شبیه یک کابوس است....

داده‌های مرکز آمار

گزارش اخیر مرکز آمار ایران نیز طبقاتی شدن درمان در کشور و تفاوت سبب درمانی دهک‌های درآمدی مختلف را نشان می‌دهد؛ نگاهی به چند برش کوتاه از این گزارش ببیندیم. در بخشی از این گزارش، هزینه‌های درمان خانوارها در سال ۱۴۰۱ براساس میزان درآمد ماهانه آن‌ها طبقه‌بندی شده است.

درمان درآمد

براساس این داده‌ها، «خانوارهای شهری که در سال ۱۴۰۱ دارای درآمدی معادل ۱۲ میلیون تومان و کمتر بودند، به طور میانگین حدود ۱ میلیون و ۴۰۰ هزار تومان را صرف هزینه‌های بهداشت و درمان کردند و در جایگاه نخست کمترین هزینه قرار گرفتند». مزدبگیران کم‌درآمد -کارگران و بازنشستگان- در این گروه جای می‌گیرند؛ باید در نظر داشته باشیم، حداقل‌بگیران در سال ۱۴۰۱ خیلی کمتر از ۱۲ میلیون تومان و به طور متوسط فقط ۶ میلیون و ۵۰۰ هزار تومان حقوق گرفته‌اند؛ صرف ۱ میلیون و ۴۰۰ هزار تومان از ۶ میلیون و ۵۰۰ برای درمان، به راستی کم‌رشدن است؛ وقتی یک خانواده کارگری بیمار در خانه دارد، چطور باید اجاره خانه و خرج خوراک و آموزش و سایر هزینه‌ها را بپردازد؟

براساس این گزارش، «خانوارهای شهری دارای گروه‌های درآمدی ۱۲ تا ۱۹.۵ میلیون تومان و ۱۹.۵ تا ۲۷ میلیون تومان در سال ۱۴۰۱ به طور میانگین حدود ۲ میلیون تومان را صرف هزینه‌های بهداشت و درمان خود کردند»، «گروه درآمدی ۲۷ تا ۳۶ میلیون تومانی، هزینه متوسطی معادل ۳ میلیون تومان را صرف هزینه‌های بهداشت و درمان خود کردند» و در نهایت، «گروه‌های درآمدی ۳۶ تا ۴۸ میلیون تومانی، ۴۸ تا ۶۰ میلیون تومانی و ۶۰ تا ۷۲ میلیون تومانی، به طور میانگین حدود ۴ میلیون تومان را صرف هزینه‌های بهداشت و درمان خود کردند».

تفاوت هزینه‌های درمان بین دهک‌های درآمدی نشان می‌دهد که چطور درمان به پدیده‌ای طبقاتی و کالایی بدل شده؛ فردی که ۳۶ تا ۴۸ میلیون درآمد ماهانه دارد، خیلی راحت می‌تواند ۴ میلیون تومان برای درمان بپردازد و احتمالاً ۴ برابر کارگری که با سختی ماهی ۱ میلیون و ۴۰۰ هزار تومان هزینه‌ی درمان می‌کند، سلامت و بهداشت خانوادگی خود را تضمین کند؛ اما برای یک کارگر حداقل‌بگیر همان یک میلیون و ۴۰۰ هزار تومان پول درمان، شبیه به یک کابوس است؛ این کابوس، تلخ و سنگین است وقتی فقط ۶ میلیون حقوق می‌گیری و باید کرایه خانه هم بپردازی....

سازمان اداری و استخدامی درباره استخدام حداقل ۳۰ هزار نیروی سرایدار خدمتگزار مکاتباتی انجام شده و درخواست ارسال شده است که به محض دریافت مجوز این امر انجام خواهد شد. به گزارش مرکز اطلاع رسانی و روابط عمومی وزارت آموزش و پرورش، به گفته فرهادی، برای جبران حقوق و مزایای نیروهای سرایدار مشغول به کار نیز با دوستان سازمان اداری و استخدامی صحبت‌هایی شده است تا از ظرفیت قانونی برای جبران این کمبود اقدامی صورت گیرد.

سختگویی وزارت آموزش و پرورش خبر داد

ورود ۲۵ هزار معلم جدید به مدارس از ابتدای آبان

سختگویی وزارت آموزش و پرورش خبر داد ۲۵ هزار معلم جدید از اول آبان وارد کلاس‌های درس می‌شوند و مسأله کمبود معلم برطرف خواهد شد. به گزارش ایسنا، علی فرهادی افزود: با بکارگیری این تعداد معلم مسأله کمبود معلم در مدارس برطرف خواهد شد و بخشی از ظرفیت‌ها نیز خالی خواهد ماند که درآزمون‌های بعدی تلاش خواهد شد تا جذب شوند. معاون برنامه ریزی و توسعه منابع آموزش و پرورش همچنین درباره جذب مربی پرورشی در مدارس هم گفت:

(فراخوان عمومی خرید خدمات مشاوره به روش کیفیت و قیمت (QCBS))

موضوع: انتخاب مشاور جهت ارائه خدمات مهندسی مشاور و خدمات ستادی در پروژه های طرح ایجاد زیربنای لازم در معادن بزرگ و مناطق معدنی کشور (مشاور کار فرما)

سازمان توسعه و نوسازی معادن و صنایع معدنی ایران به عنوان دستگاه اجرایی طرح ایجاد زیربنای لازم در معادن بزرگ و مناطق معدنی کشور در نظر دارد فراخوان خرید خدمات مشاوره به شرح جدول ذیل را به صورت عمومی از طریق سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) برگزار نماید. کلیه مراحل برگزاری فراخوان از دریافت و تحویل اسناد ارزیابی کیفی، ارسال پیشنهادات کیفی، ارائه پیشنهاد مشاوران و بازگشایی پاکت ها از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد و لازم است مشاوران در صورت عدم عضویت قبلی، مراحل ثبت نام در سایت مذکور و دریافت گواهی امضای الکترونیکی را جهت شرکت در فراخوان محقق سازند. تاریخ انتشار فراخوان در سامانه ۱۰ صبح روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۰۲ می باشد.

موضوع	نوع فراخوان	شماره فراخوان در سامانه ستاد	رتبه و تخصص
انتخاب مشاور جهت ارائه خدمات مهندسی مشاور و خدمات ستادی در پروژه های طرح ایجاد زیربنای لازم در معادن بزرگ و مناطق معدنی کشور (مشاور کار فرما)	فراخوان عمومی خریدخدمات مشاوره به روش کیفیت و قیمت (QCBS)	۲۰۰۲۰۳۰۰۷۰۰۰۰۰۷۲	مشاور رتبه ۱ تخصص راهسازی در گروه راه و ترابری یا مشارکت مشاور حداقل رتبه ۲ به تخصص انتقال نیرو گروه انرژی (الزاماً دفتر مرکزی هر دو مشاور در تهران مستقر باشد)

مهلت زمانی دریافت اسناد فراخوان از سامانه ستاد از ساعت ۱۰ صبح روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۰۲ لغایت ساعت ۱۴ روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۰۸ می باشد.

مهلت ارائه پیشنهادات : آخرین مهلت ارائه پیشنهادات ساعت ۱۴ روز سه شنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۰۲ می باشد. اطلاعات تماس دستگاه مناقصه گزار: تهران، خیابان طالقانی، نرسیده به بهار، شماره ۱۵۴، طبقه ششم، طرح ایجاد زیر بنای لازم در معادن بزرگ و مناطق معدنی کشور ۰۲۱۸۸۳۳۴۰۰۴ و ۰۲۱۸۸۳۳۴۰۰۵

آگهی مزایده فروش خودروهای ملزاد اداره کل بهزیستی استان قزوین

شماره مزایده: ۱۰۰۲۰۰۳۲۴۷۰۰۰۰۰۱



اداره کل بهزیستی استان قزوین

اداره کل بهزیستی استان قزوین با اخذ مجوز از کمیسیون ماده ۲، در نظر دارد تعداد ۵ دستگاه وانت مزدا متعلق به خود را از طریق مزایده به فروش برساند لذا از علاقمندان به شرکت در مزایده دعوت می گردد مطابق شرایط ذیل اقدام نمایند:

شرایط شرکت در مزایده:

- ۱- مهلت دریافت اسناد و بازدید از خودرو: از تاریخ ۱۴۰۲/۰۸/۰۷ لغایت ۱۴۰۲/۰۸/۰۷
- ۲- محل اخذ اسناد: مقاضیان جهت دریافت اسناد به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir مراجعه نمایند.
- ۳- محل بازدید از اموال: قزوین خیابان تهران قدیم کوچه شهید عطایی فر (حمام پیرحصار) اداره بهزیستی شهرستان قزوین
- ۴- مهلت قبول پیشنهادات: از تاریخ ۱۴۰۲/۰۸/۰۱ لغایت ۱۴۰۲/۰۸/۱۸
- ۵- محل تسلیم پیشنهادات: دفتر امور حقوقی اداره کل بهزیستی استان قزوین و سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir
- ۶- زمان بازگشایی پاکت‌ها: روز شنبه مورخ ۱۴۰۲/۰۸/۲۰ ساعت ۰۹ صبح
- ۷- سسای اطلاعات و جزئیات مربوطه در اسناد مزایده مندرج می باشد. کلیه مراحل برگزاری مزایده اعم از دریافت اسناد تا ارائه پیشنهاد و بازگشایی پاکت از طریق درگاه سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir انجام خواهد شد. علاقمندان به شرکت در مزایده می‌بایستی جهت ثبت‌نام و دریافت گواهی الکترونیکی (توکن) با پشتیبانی سامانه به شماره ۱۴۵۶ تماس حاصل نمایند.

دفتر امور حقوقی اداره کل بهزیستی استان قزوین

شماره آگهی: ۱۵۸۶۶۴