

خبر

مدیرعامل شرکت توانیر:

به شرط تأمین سوخت نیروگاه‌ها
دیگر قطعی برق نداریم

مدیرعامل شرکت توانیر گفت: قطعی برقی در ماه‌های پیش رو سال ۱۴۰۴ نخواهیم داشت البته به شرطی که سوخت لازم نیروگاه‌ها برای ما فراهم شود. مصطفی رجبی مشهدی مدیرعامل شرکت توانیر در گفت‌وگو با تسنیم در زنجان اظهار داشت: قطعی برقی در ماه‌های پیش‌رو سال ۱۴۰۴ نخواهیم داشت البته به شرطی که سوخت لازم نیروگاه‌ها برای ما فراهم شود. وی مطرح کرد: در حال حاضر هیچ گونه کمبود برقی در کشور نیست و فقط کمبود برق در تابستان‌هاست که اقدامات خوبی در زمینه حل اتلاف برق و جایگزینی ترانسفورماتورهای فرسوده انجام شده است. مدیرعامل شرکت توانیر گفت: باید همه باهم کمک کنیم تا وضعیت کمبود برق در تابستان‌ها حل شود که خوشبختانه اقدامات خوبی هم‌شده است.

متخصص طب ایرانی دانشگاه علوم پزشکی کرمان:

پیشگیری و کنترل قند خون از دیدگاه طب ایرانی



متخصص طب ایرانی دانشکده طب سنتی ایرانی دانشگاه علوم پزشکی کرمان گفت: داشتن رژیم غذایی سالم و مناسب، رعایت اصول سبک زندگی مانند خواب شبانه کافی، ورزش مناسب، پرهیز از هیجانات شدید روحی، سلامت سیستم‌های دفعی مانند اجابت مزاج روزانه نقش مهمی در کنترل قندخون در بیماران دیابتی دارد. به گزارش ایرنا به نقل از روابط عمومی دانشکده طب ایرانی دانشگاه، دکتر «هاله تاج الدینی» در این خصوص گفت: در طب سنتی ایرانی برای کمک به درمان بیماری‌های مزمن مانند دیابت سبک زندگی نقش بسیار مهمی دارد و بسیاری از مواد غذایی که طب سنتی پیشنهاد می‌کند، می‌توانند به کنترل قند خون کمک کنند. این عضو هیأت علمی غذاهایی را که در طب سنتی به کنترل قند خون کمک می‌کند را این گونه بیان کرد و گفت: مصرف خوراکی‌هایی که با سبزیجات پخته می‌شود مانند خورش بامیه، خورش کدو، آش سبزیجات، سوپ جو در کنترل قند کمک کننده است.

وی در خصوص این که چه میوه‌هایی برای افراد دیابتی مفید است هم گفت: میوه‌هایی مانند سیب، انار برای دیابتی‌ها با میزان مناسب مفید است.

این متخصص طب ایرانی در خصوص استفاده از دمنوش‌های گیاهی هم گفت: مصرف دمنوش‌هایی مانند برگ گزنه و دارچین با میزان درست و مناسب زیر نظر پزشک می‌تواند در کنترل قند کمک کننده باشد.

وی همچنین توصیه کرد: افراد دیابتی مصرف قند و شکر صنعتی، شیرینی‌ها، غذاهای فست‌فودی و سرخ کرده را باید محدود کنند و از میوز و توت خشک به میزان مناسب به عنوان جایگزین استفاده نمایند.

دکتر تاج الدینی بهترین روغن در رژیم افراد دیابتی را هم این گونه بیان کرد و گفت: روغن زیتون به عنوان روغن‌های مفید است که در رژیم افراد دیابتی توصیه می‌شود.

این عضو هیأت علمی بهترین نان را نان سبوس دار عنوان کرد و گفت: نان سبوس دار شاخص گلیسمی پایینی دارد و قند خون را کنترل می‌کند و همچنین دارای فیبر زیادی است.

وی توصیه کرد: برای افراد دیابتی مصرف غذاهای رشته‌ای مانند ماکارانی و لازانیا توصیه نمی‌شود و افراد دیابتی می‌توانند از مغزهای خوراکی مانند بادام فندق گردو و پسته به عنوان تنقلات بین روز استفاده کنند.

وی همچنین گفت: فعالیت بدنی مناسب و پیاده روی در کنترل قند بیماران بسیار کمک کننده است.

روزشمار هفته ملی دیابت؛ شنبه ۱۷ آبان ۱۴۰۴ با عنوان «دیابت در مراحل مختلف زندگی»، یکشنبه ۱۸ آبان با عنوان «دیابت و آموزش»، دوشنبه ۱۹ آبان با عنوان «دیابت و رسانه»، سه‌شنبه ۲۰ آبان با عنوان «دیابت و سیاستگذاری مؤثر»، چهارشنبه ۲۱ آبان با عنوان «دیابت و تغذیه»، پنجشنبه ۲۲ آبان با عنوان «دیابت و محیط کار» و جمعه ۲۳ آبان هم‌زمان با روز جهانی دیابت با عنوان «دیابت و فعالیت بدنی» اعلام شده است.

با حضور استاندار و شهردار در مراسم نکوداشت:

سردیس «روح‌الله خالقی» در کرمان رونمایی شد



با حضور استاندار، معاون سیاسی اجتماعی استانداری، شهردار کرمان، مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان و جمعی از هنرمندان، مراسم نکوداشت روح‌الله خالقی موسیقی‌دان و آهنگساز فقید در تالار فرهنگ و هنر کرمان برگزار شد. استاندار کرمان در این مراسم که با عنوان شب‌های «فرهنگ و رسانه کرمان» برگزار شد، گفت: جای خوشحالی است که شهرداری پیشقدم برگزاری شب‌های فرهنگ و رسانه شده و مطمئناً اگر همه دستگاه‌های فرهنگی استان دست به دست هم دهند و اتاق فکر قوی پشت این برنامه باشد، با آمادگی که شهرداری و شورای شهر برای برگزاری اینگونه نشست‌ها دارند، در سال‌های آینده خواهیم دید این شب‌های فرهنگ و رسانه چه اتفاقات مبارکی در حوزه فرهنگی استان

رقم زده است.

محمدعلی طالبی با اشاره به زندگی هنری روح‌الله خالقی افزود: افتخار دارم در استانی خدمت می‌کنم که چنین شخصیت‌های بزرگ و اثرگذاری در کشور پرورش داده است.

طالبی درباره روح‌الله خالقی نیز گفت: خالقی موسیقی را از سنت به زبان امروز رساند و تأثیرگذاری بسیار خوبی داشت. او اذل تار و سهار صدای ایران را شنید و میخواست موسیقی را زبان مشترک فرهنگ ایران بکند بدون اینکه در سنت بماند و اسیر غرب‌زدگی شود.

به گزارش ایسنا، شهردار کرمان نیز در این مراسم از اهمیت توجه به ابعاد شخصیتی مفاخر استان سخن گفت و بیان کرد: رسالت ما در شهرداری، بسترسازی برای معرفی شخصیت‌ها و مفاخر کرمان است.

محسن توپسرکانی ادامه داد: امشب اولین پرده از برنامه شب‌های «فرهنگ و رسانه کرمان» رقم می‌خورد و در مرحله بعد شاهد افتتاح فرهنگسرای رسانه کرمان خواهیم بود.

گفتنی است، استاد روح‌الله خالقی موسیقیدان و آهنگساز برجسته متولد ۱۲۸۵ در شهر ماهان از توابع شهرستان کرمان و خالق سرود «ای ایران، ای مرز پرگهر» است.

بنابراین گزارش، در پایان مراسم و با حضور مسئولان از سردیس روح‌الله خالقی که در ورودی تالار فرهنگ و هنر کرمان جانمایی شده است، رونمایی شد.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی کرمان مطرح کرد:

سلامت روان نیازمند توجه ویژه و همکاری بین‌المللی است



رئیس دانشگاه علوم پزشکی کرمان بر ضرورت تقویت نگاه جامعه به سلامت روان و گسترش همکاری‌های ملی و بین‌المللی در این زمینه تأکید کرد. دکتر مرتضی هاشمیان در نشست بررسی صلاحیت روانی و تحقیقات بهداشتی با حضور مدیر بخش بهداشت روان منطقه مدیریتانه شرقی سازمان بهداشت جهانی در کرمان گفت: در کشوری در حال توسعه زندگی می‌کنیم که اختلالات روانی شیوع قابل توجهی دارد و نیازمند توجه ویژه و اقدامات هدفمند است. وی با اشاره به عملکرد دانشگاه علوم پزشکی کرمان در حوزه سلامت روان افزود: نتایج حاصل از فعالیت‌های مادر زمینه سلامت روان و اجتماع، نشان دهنده تعامل سازنده دانشگاه با نهادهای بیرونی و وزارت بهداشت است. این همکاری‌ها شرایط مطلوبی برای فعالیت‌های علمی و کارشناسی فراهم کرده است.

هاشمیان همچنین بر اهمیت تحقیقات مسئله‌محور در حوزه سلامت روان و مصرف مواد تأکید کرد و گفت: پژوهشکده آینده‌پژوهی دانشگاه، همان‌طور که در حوزه آج‌وی دستاوردهای چشمگیری در سطح منطقه داشته، می‌تواند در همکاری با سازمان جهانی بهداشت برای ارتقاء سلامت روان و کنترل مصرف مواد نیز نقش آفرینی کند.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی کرمان با اشاره به وضعیت مهاجران در استان گفت: در منطقه ما مهاجران افغانستانی و پاکستانی آمار قابل توجهی دارند. تلاش می‌کنیم در مسیر تحقیقات سلامت روان، مشکلات این گروه‌ها را نیز بررسی و راهکارهای مناسبی ارائه کنیم.

وی تأکید کرد: نمی‌توان تأثیر تحریم‌های بین‌المللی بر وضعیت سلامت روان، اقتصاد و اشتغال کشور را نادیده گرفت. این تحریم‌ها به‌طور مستقیم بر اقتصاد،

مدیر نمایندگی ستاد دپه استان کرمان:

جلسات صلح و سازش یکی از موثرترین راه‌های آزادی زندانیان غیر عمد است

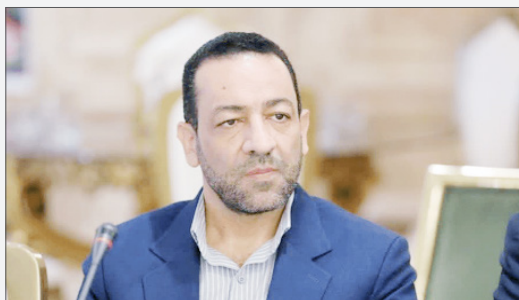
در حمایت از ستاد دپه دارد.

مدیر نمایندگی ستاد دپه استان کرمان با قناردانی از همراهی مسئولان قضایی زندان، بر استمرار این بازدیدها و تعامل مستقیم با مددجویان تأکید کرد و افزود: حضور میدانی و گفت‌وگوی چهره به چهره با زندانیان، زمینه‌ساخت دقیق‌تر مشکلات و برنامه‌ریزی مؤثرتر برای آزادی آنان را فراهم می‌سازد.

به گزارش ایسنا، موسوی در ادامه سفر به منوجان با رئیس دادگستری این شهرستان نیز دیدار کرد و ضمن ارائه گزارشی از عملکرد آزادی محکومان غیر عمد زندان منوجان از ابتدای تأسیس توسط ستاد دپه استان، اظهار کرد: با توجه به اینکه محکومان غیر عمد بدهکارند نه بزه‌کار حوزه‌های قضایی مربوطه می‌توانند با پذیرش اعسار آنان با همکاری ستاد مردمی دپه استان زمینه‌ساز آزادی تعداد بیشتری از محکومان غیر عمد از سطح زندان‌های استان باشند.

وی گفت: رؤسای حوزه‌های قضایی، قضات و افراد دارای کلام نفوذ می‌توانند در تعامل با ستاد دپه در جهت اخذ تخفیف یا گذشت شاکی با میانجی‌گری و صلح و سازش بین طرفین به آزادی فوری زندانی‌های فراهم کنند و تسهیل در صدور حکم اعسار هم زمینه‌آزادی زندانیان معسر را فراهم می‌نماید ضمن اینکه با برگزاری جلسات مشترک و اولویت‌بندی پرونده مددجویان غیر عمد می‌توان زندانیان دارای شرایط خاص را شناسایی و برای آزادی آن‌ها سریع‌تر اقدام نمود.

افشار منش رئیس دادگستری شهرستان منوجان نیز در این نشست ضمن تقدیر از اقدامات ستاد دپه در جهت کاهش آسیب‌های اجتماعی به عنوان یک موسسه مردم‌نهاد بیان کرد: همکاری لازم به‌ویژه در پذیرش اعسار محکومان غیر عمد بر اساس مستندات پرونده آنان دستور کار قضات این شهرستان خواهد بود. وی افزود: مجموعه قضایی با همکاری زندان این شهرستان تلاش مضاعفی در جهت برگزاری جشن‌های گل‌ریزان این شهرستان خواهد داشت.



مدیر نمایندگی ستاد دپه استان ۲۱ آبان در سفر به شهرستان منوجان در جنوب کرمان با حضور در زندان شهرستان، از نزدیک با جمعی از زندانیان جرائم غیر عمد دیدار و گفت‌وگو کرد. سید جت‌الله موسوی قوام ضمن بررسی پرونده‌های جمعی از مددجویان واجد شرایط، بر لزوم تسريع در روند رسیدگی به پرونده‌ها و فراهم‌سازی زمینه آزادی زندانیان جرائم غیر عمد با همکاری نهادهای مسئول تأکید کرد.

موسوی با اشاره به رسالت انسانی و اجتماعی ستاد دپه، اظهار کرد: برگزاری جلسات صلح و سازش یکی از مهم‌ترین راه‌های فراهم‌نمودن زمینه آزادی محکومان جرائم غیر عمد است. وی در ادامه بیان کرد: هدف اصلی ستاد دپه، حمایت از افرادی است که به‌دلیل مشکلات مالی و بدون سوءنیت در زندان گرفتار شده‌اند. در این مسیر، کمک خیران و نیکوکاران نقشی کلیدی