

سیستم ایمنی بدن شبکه بزرگی از اعضا، گلبول‌های سفید خون، پروتئین‌ها (شامل پادتن‌ها) و مواد شیمیایی است. این مجموعه با هم کار می‌کنند تا از ما در برابر مهاجمان خارجی (شامل باکتری‌ها، ویروس‌ها، انگل‌ها و قارچ‌ها) که باعث عفونت و بیماری می‌شوند، محافظت کنند.

سیستم ایمنی با عملکرد طبیعی از ورود میکروب‌ها به بدن جلوگیری می‌کند و آنها را از بین می‌برد یا در صورت ورود، آسیب‌شان به بدن را محدود می‌کند. خواب کافی، ورزش و فعالیت، مصرف غذاهای سالم،داشتن وزن مناسب، کنترل فشار روانی و سایر عادات سالم به داشتن سیستم ایمنی سالم کمک می‌کنند.

وقتی سیستم ایمنی به‌خوبی کار کند، توانایی تشخیص سلول‌های خودی بدن از سلول‌ها یا عوامل بیگانه را خواهد داشت. همین افتراق باعث فعال‌شدن سیستم ایمنی، حمله به میکروب‌های مهاجم خارجی و از بین بردن آنها می‌شود.

سیستم ایمنی بدن با پس از اینکه در معرض میکروب‌ها قرار می‌گیرد، در مورد میکروب‌ها می‌آموزد و پادتن‌هایی تولید می‌کند تا از ما در برابر میکروب‌های خاص محافظت کند.

نمونه‌ای از این مفهوم زمانی رخ می‌دهد که ما واکسینه می‌شویم. سیستم ایمنی بدن پادتن‌هایی را علیه سلول‌های خارجی موجود در واکسن می‌سازد و اگر در آینده در معرض میکروب‌های واکسن قرار بگیریم، به‌سرعت این سلول‌های خارجی را به‌خاطر می‌آورد و آنها را از بین می‌برد. گاهی اوقات پزشک تشخیص می‌دهد که برای کمک به سیستم ایمنی در مبارزه با باکتری‌ها، آنتی‌بیوتیک تجویز کند. باید بدانیم که آنتی‌بیوتیک‌ها فقط باکتری‌های خاصی را از بین می‌برند و بر ویروس‌ها مؤثر نیستند.

زمانی که سیستم ایمنی به‌درستی کار نکند زمانی که سیستم ایمنی نتواند با موفقیت عامل مهاجم را از بین ببرد، عفونت ایجاد می‌شود. همچنین، گاهی اوقات سیستم ایمنی زمانی فعال می‌شود که عامل مهاجمی وجود ندارد یا با وجود ازین‌رفتن عامل مهاجم، فعالیت خود را متوقف نمی‌کند. چنین وضعیتی منجر به مشکلاتی مانند بیماری‌های خودایمنی و واکنش‌های آلرژیک می‌شود.

علی محمودی یک پزشک عمومی به گزارشگر کیهانی می‌گوید: «بسیاری از کمپوها و اختلالات می‌توانند به سیستم ایمنی بدن آسیب بزنند یا عملکرد آن را مختل کنند. مصرف برخی داروها مبارزه با عفونت را برای بدن دشوارتر می‌کنند. برخی از بیماری‌ها باعث می‌شوند که سیستم ایمنی به سلول‌های سالم بدن حمله کند یا محافظت از ما در برابر میکروب‌های آسیب‌رسان را برای سیستم ایمنی سخت کنند.

الرژی به واکنش بیش از حد سیستم ایمنی بدن به یک ماده بی‌ضرر (مانند غذا یا گرده گل) گفته می‌شود. بدن ما با ترشح هیستامین، با محرک‌های آلرژی مبارزه می‌کند. شدت یک واکنش آلرژیک

یک متخصص طب سنتی؛ یکی از مهم‌ترین فاکتورها در ارتقای سیستم ایمنی بدن تنظیم ساعت خواب و بیداری است. اساسی‌ترین تنظیمات بدن از جمله سیستم ایمنی، مغز و اعصاب، غدد درون‌ریز و حتی گوارش، تحت‌تأثیر خواب عمیق است. تنها زمانی که خواب عمیق می‌شود، اندام‌های مختلف بدن خود را بازسازی و تنظیم می‌کنند.

♦♦♦

جانشین فرمانده انتظامی خراسان رضوی؛

امنیت «محلهمحور» دشمنان را ناکام گذاشت

مشهد - خبرنگار کیهان:

جانشین فرمانده انتظامی استان خراسان رضوی گفت: امنیت «محلهمحور» اتحاد و همکاری مردم در کنار ارتقای زیرساخت‌های استان، دشمنان آمریکایی و صهیونی را در جنگ‌های تحمیلی اخیر علیه کشورمان ناکام گذاشت و ترغندهای آنها را یکی بعد از دیگری خنثی کرد.

به گزارش ایرنا، سردار سرسپرده خود و افراد سلطنت‌طلب به دنبال به معارفه فتنه‌های انتظامی گنبداف‌پوش دشمنان در استمرار توطئه‌های خود، در جنگ‌های تحمیلی اخیر طی سال جاری و سال قبل با شیوه‌های مختلف با همراهی عوامل سرسپرده خود و افراد سلطنت‌طلب به دنبال خنثی به نظام جمهوری اسلامی ایران بودند که شکست خورد. وی تصریح کرد: با هوشیاری رهبر شهید انقلاب و بعد از شهادت معظم له، با درایت سومین رهبر انقلاب و با شرکت پرشور و میدانی مردم در صحنه دفاع از دستاوردهای این نظام و اقتدار نیروهای مسلح در ۲۱۰ شب و طی ۲۰ هفته گذشته با وجود جنگ سخت نه تنها وضعیت کشورمان بحرانی نشد، بلکه خط‌طلایی بر ترغندهای معاندان کشیده شد.

جانشین فرمانده انتظامی استان خراسان رضوی ادامه داد: با وجودی که شهادت رهبر شهید انقلاب و دانشمندان و فرماندهان ارشد نیروهای مسلح جمهوری بزرگی برای کشور ما بود ولی جنگ‌های تحمیلی اخیر دشمنان آمریکایی و صهیونی علیه ایران اسلامی دستاوردهایی به دنبال داشت که از جمله آنها می‌توان به چالایی در تصمیم‌گیری و سرعت در فرماندهی میدان نبرد مقابله با دشمنان و متجاوزان اشاره کرد. جانشینری گفت: در کنار حضور میدانی و تأثیرگذار مردم در ۲۱۰ شب گذشته در تجمع حمایت از نظام جمهوری اسلامی ایران و بیعت با سومین رهبر انقلاب، شش‌تام افزون بر ۳۶ میلیون جان‌فدا برای دفاع از کشورمان دیگر دستاوردهم مهم به شمار می‌رود و امنیت محلهمحور حاصل تعامل و همراهی بخش‌های مختلف و آحاد مردم در همراهی با این نظام است.

فرماندار گنبداه هم از امنیت به عنوان یک امر چندوجهی یاد کرد که تحقق مطلوب آن نیازمند همراهی و مشارکت همه بخش‌ها است. ابوالفضل حکیمپور با بیان اینکه تأمین امنیت از ارکان مهم توسعه و تسریم‌گذاری است، بیان کرد: در سال‌های اخیر به برکت تأمین امنیت مطلوب و افزایش مشارکت عمومی، شاهد افزایش مهاجرت معکوس به گنبد از سایر شهرستان‌ها بودیم.

وی گفت: با تأمین زیرساخت‌های لازم از همه ظرفیت‌ها برای افزایش بیش از پیش امنیت پایدار در گنبداف استفاده می‌کنیم و در کنار نیروهای مسلح و فرماندهی انتظامی در این بخش هستیم.

بررسی میدانی وضعیت زیرساخت‌های فرهنگی چهار محال و بختیاری

شهرکرد - خبرنگار کیهان:

هیئت پنج نفره کارشناسان تخصصی ارزیابی عملکرد وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی در ادامه حضور خود در چهارمحال و بختیاری و اجرای طرح جامع پایش و بررسی خدمات و عملکرد اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان است. کارشناسان فرهنگی شهرکرد بازدید کردند. نگارخانه شهید شهریاری، پردیس سینمایی غدیر، فرهنگسرای بزرگ، انجمن سینمای جوانان دفتر شهرکرد، انجمن خوشنویسی شهرکرد، انجمن موسیقی استان، مجتمع فرهنگی هنری مهر، هنرستان هنرهای زیبا و مجتمع فرهنگی هنری امیرکبیر از جمله مراکز فرهنگی است که شرایط عمرانی و نحوه اجرای فعالیت‌ها و برنامه‌های آن‌ها از نزدیک و در گفت‌و گو با مسئولان، هنرمندان و فعالان انجمن‌ها و مؤسسات فرهنگی بررسی شد. همچنین این هیئت با حضور در یکی از مراکز هنری در جریان روند تولید یک اثر هنری انقلابی و حماسی که به زودی رونمایی خواهد شد، قرار گرفت.

در طرح جامع پایش و بررسی خدمات و عملکرد تلمعی ادارات کل استان‌ها زیرمجموعه وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی که از اواخر شهریور اسنال کلید خورده است، میزان تحقق اهداف و اجرای دقیق سیاست‌های ابلاغی وزارتخانه برمبنای کلان برنامه‌های وزیر فرهنگ در بازه زمانی دو سال گذشته و بر اساس شاخص‌های تعیین شده ارزیابی می‌شود



تثقیوت سیستم ایلمنی بدن و پیشگیری از بیماری‌های فصول سرد سال

تارا وحیدی

بخش یایانی

می‌تواند از خفیف (عطسه یا گرفتگی بینی) تا شدید (مشکلات تنفسی و حتی مرگ) متغیر باشد. اختلالات خودایمنسی زمانی رخ می‌دهند که سیستم ایمنی به‌اشتباه به سلول‌های سالم بدن حمله می‌کنند. لپووس، دیابت نوع یک و آرتریت روماتوئید نمونه‌هایی از بیماری‌های خودایمنی رایج هستند. اختلالات نقص ایمنسی اولیه، اختلالات ارثی هستند که انواع مختلفی دارند و مانع از عملکرد طبیعی سیستم ایمنی بدن می‌شوند.

انواع خاصی از سرطان (مانند لووسمی، لنفوم و میلوما) مستقیماً بر سیستم ایمنی بدن تأثیر می‌گذارند. این سرطان‌ها زمانی رخ می‌دهند که سلول‌های ایمنی به طور غیرقابل‌کنترلی زیاد شوند.» وی در ادامه می‌افزاید: «سیسیس پاسخ شدید سیستم ایمنی به عفونت است. این پاسخ باعث ایجاد التهاب گسترده در بدن و ابشاری از رویدادها می‌شود که می‌توانند به آسیب یا نارسایی اندام‌های بدن و حتی مرگ ختم شوند.

برخی داروها، مانند کورتیکواستروئیدها و داروهای سرکوب‌کننده سیستم ایمنی که برای افراد

♦♦♦

یک متخصص طب سنتی؛ یکی از مهم‌ترین فاکتورها در ارتقای سیستم ایمنی بدن تنظیم ساعت خواب و بیداری است. اساسی‌ترین تنظیمات بدن از جمله سیستم ایمنی، مغز و اعصاب، غدد درون‌ریز و حتی گوارش، تحت‌تأثیر خواب عمیق است. تنها زمانی که خواب عمیق می‌شود، اندام‌های مختلف بدن خود را بازسازی و تنظیم می‌کنند.

♦♦♦

گزارش روز/ شهرستان‌ها



رازهای قدرت بدنی؛ خواب کافی، ورزش و تغذیه مناسب

است به شکل بازی فعال، دویدن، دوچرخه‌سواری، ورزش گروهی و کاهش زمان نشستن باشد. مریم شکیبایی یک مربی ورزش توصیه دارد: «برای بالابردن سیستم ایمنی بدن، بهتر است به‌جای تمرکز روی مصرف داروها و ویتامین‌ها، چند عادت روزانه را همزمان اصلاح کنید. روش‌های تقویت سیستم ایمنی بدن زمانی نتیجه بهتری دارند که مداوم و قابل‌اجرا باشند. خواب ۷ تا ۹ ساعت برای بیشتر بزرگسالان، مصرف میوه و سبزی، پروتئین کافی، تحرک روزانه، مدیریت فشار روانی و کنترل بیماری‌هایی مثل دیابت یا کم‌کاری تیروئید می‌تواند بدن را در وضعیت دفاعی و تابماین‌های خاص هستند به سیستم ایمنی در مبارزه با بیماری‌ها کمک می‌کند. شواهد علمی نشان می‌دهند خواب کافی، تغذیه سالم، ورزش، کنترل وزن، ترک سیگار و واکسیناسیون از پایه‌های اصلی حمایت از ایمنی هستند.

راه‌های تقویت سیستم ایمنی بدن فقط به مصرف قرص یا ویتامین محدود نمی‌شود. سیستم ایمنی برای اینکه درست کار کند به خواب کافی، رژیم غذایی متعادل، فعالیت بدنی منظم، کنترل فشار روانی، وزن مناسب، رعایت بهداشت و دریافت واکسن‌های توصیه‌شده نیاز دارد. اگر کسی دنبال بهترین راه برای تقویت سیستم ایمنی برای بدن باشد، باید اول سبک زندگی خود را بررسی کند. ورزش را آرام افزایش دهد. افراد مبتلا به بیماری قلبی، آسم، درد مفاصل، چاقی شدید، بارداری یا بیماری‌های مزمن باید درباره نوع ورزش با پزشک مشورت کنند. ورزش برای تقویت سیستم ایمنی کودکان هم بهتر پیاده‌روی در بیشتر روزهای هفته انتخاب مناسبی است. اگر فرد مدت‌ها بی‌تحرک بوده، بهتر است شدت ورزش را آرام افزایش دهد. افراد مبتلا به بیماری قلبی، آسم، درد مفاصل، چاقی شدید، بارداری یا بیماری‌های مزمن باید درباره نوع ورزش با پزشک مشورت کنند. ورزش برای تقویت سیستم ایمنی کودکان هم بهتر

وی با اشاره به ضرورت جذابیت‌بخشی به برنامه‌ها یادآور شد: برای استمرار و پایداری حضور مردم، طراحی برنامه‌ها باید کوتاه‌تر، متنوع‌تر و متناسب با ذائقه مخاطب باشد، به‌گونه‌ای که مدت‌زمان اجرای هر بخش از برنامه‌ها بیش از ده دقیقه به طول نینجامد تا از فرسایش‌شدن تجمعات جلوگیری شود.

جلی‌نژاد بر ضرورت بهره‌گیری هوشمندانه از توان تشکلی‌های مردم‌پند و سمن‌ها تأکید کرد و افزود: تشکلی‌های مردم‌پند با نفوذ اجتماعی گسترده و سرمایه‌عظیم اعتمادی که نزد مردم دارند، نقشی حیاتی در حفظ آرامش و تقویت تساب‌آوری ملی ایفا می‌کنند و در این راستا، دولت باید با ایفای نقش «کارگردان هوشمند»، زمینه تعامل، همراهی و همکاری سازنده با این تشکلی‌ها را فراهم آورد. وی درخصوص پیام‌رسانی و محتوای تجمعات خاطرنشان کرد: محتوا و سیستم صوتی تجمعات نباید صرفاً به بخش مداحی و نوحه محدود شود؛ بلکه حمایت از کسبه محلی و رونق اقتصاد محله‌ها باید مدنظر قرار گیرد، به‌گونه‌ای که مردم و حضارن در تجمعات به خرید از مغازه‌ها و بازارهای محلی تشویق شوند، چراکه به‌ساز بودن مغازه‌ها اقدامی امیدافزین و نشانه‌ای روشن از استمرار جریان طبیعی و باطراوت زندگی اجتماعی در شهر است.

وی با اشاره به الزامات انتظامی و حفاظتی عنوان کرد: رعایت دقیق ملاحظات امنیتی یک اصل حیاتی است؛ به‌طوری‌که تمامی برنامه‌های خیابانی و میدانی باید با هماهنگی کامل و مستمر با مجموعه‌های امنیتی و انتظامی انجام گیرد و در تجمعاتی که در اماکن و فضاهای بسته برگزار می‌شود، حتماً تعبیه گیت و بازرسی‌های دقیق در مبای‌ورودی پیش‌بینی و اعمال گردد.

جلی‌نژاد در بخش دیگری از سخنان خود به موضوع اقتصاد محلی اشاره کرد و گفت: حمایت از کسبه محلی و رونق اقتصاد محله‌ها باید مدنظر قرار گیرد، به‌گونه‌ای که مردم و حضارن در تجمعات به خرید از مغازه‌ها و بازارهای محلی تشویق شوند، چراکه به‌ساز بودن مغازه‌ها اقدامی امیدافزین و نشانه‌ای روشن از استمرار جریان طبیعی و باطراوت زندگی اجتماعی در شهر است.

فرماندار اصفهان در بیان اینکه در این رویداد باید صرفاً به بخش مداحی و نوحه محدود شود؛ بلکه حمایت از کسبه محلی و رونق اقتصاد محله‌ها باید مدنظر قرار گیرد، به‌گونه‌ای که مردم و حضارن در تجمعات به خرید از مغازه‌ها و بازارهای محلی تشویق شوند، چراکه به‌ساز بودن مغازه‌ها اقدامی امیدافزین و نشانه‌ای روشن از استمرار جریان طبیعی و باطراوت زندگی اجتماعی در شهر است.

فرماندار اصفهان در بیان اینکه در این رویداد باید صرفاً به بخش مداحی و نوحه محدود شود؛ بلکه حمایت از کسبه محلی و رونق اقتصاد محله‌ها باید مدنظر قرار گیرد، به‌گونه‌ای که مردم و حضارن در تجمعات به خرید از مغازه‌ها و بازارهای محلی تشویق شوند، چراکه به‌ساز بودن مغازه‌ها اقدامی امیدافزین و نشانه‌ای روشن از استمرار جریان طبیعی و باطراوت زندگی اجتماعی در شهر است.

فرماندار اصفهان در بیان اینکه در این رویداد باید صرفاً به بخش مداحی و نوحه محدود شود؛ بلکه حمایت از کسبه محلی و رونق اقتصاد محله‌ها باید مدنظر قرار گیرد، به‌گونه‌ای که مردم و حضارن در تجمعات به خرید از مغازه‌ها و بازارهای محلی تشویق شوند، چراکه به‌ساز بودن مغازه‌ها اقدامی امیدافزین و نشانه‌ای روشن از استمرار جریان طبیعی و باطراوت زندگی اجتماعی در شهر است.

فرماندار اصفهان در بیان اینکه در این رویداد باید صرفاً به بخش مداحی و نوحه محدود شود؛ بلکه حمایت از کسبه محلی و رونق اقتصاد محله‌ها باید مدنظر قرار گیرد، به‌گونه‌ای که مردم و حضارن در تجمعات به خرید از مغازه‌ها و بازارهای محلی تشویق شوند، چراکه به‌ساز بودن مغازه‌ها اقدامی امیدافزین و نشانه‌ای روشن از استمرار جریان طبیعی و باطراوت زندگی اجتماعی در شهر است.

فرماندار اصفهان در بیان اینکه در این رویداد باید صرفاً به بخش مداحی و نوحه محدود شود؛ بلکه حمایت از کسبه محلی و رونق اقتصاد محله‌ها باید مدنظر قرار گیرد، به‌گونه‌ای که مردم و حضارن در تجمعات به خرید از مغازه‌ها و بازارهای محلی تشویق شوند، چراکه به‌ساز بودن مغازه‌ها اقدامی امیدافزین و نشانه‌ای روشن از استمرار جریان طبیعی و باطراوت زندگی اجتماعی در شهر است.

فرماندار اصفهان در بیان اینکه در این رویداد باید صرفاً به بخش مداحی و نوحه محدود شود؛ بلکه حمایت از کسبه محلی و رونق اقتصاد محله‌ها باید مدنظر قرار گیرد، به‌گونه‌ای که مردم و حضارن در تجمعات به خرید از مغازه‌ها و بازارهای محلی تشویق شوند، چراکه به‌ساز بودن مغازه‌ها اقدامی امیدافزین و نشانه‌ای روشن از استمرار جریان طبیعی و باطراوت زندگی اجتماعی در شهر است.

صفحه ۹

شنبه ۱۱ مهر ۱۴۰۵

۲۴ربیع‌الثانی ۱۴۴۸ - شماره ۲۴۲۵۰

خواب کافی کلید طلایی تقویت سیستم ایمنی بدن دکتر فاضله حیدریان مقدم متخصص طب سنتی، پیروی از سبک زندگی سالم زندگی را برای تقویت سیستم ایمنی مؤثر دانست و خاطرنشان می‌کند: «یکی از مهم‌ترین فاکتورها در ارتقا سیستم ایمنی بدن تنظیم ساعت خواب و بیداری است. اساسی‌ترین تنظیمات بدن از جمله سیستم ایمنی، مغز و اعصاب، غدد درون‌ریز و حتی گوارش، تحت‌تأثیر خواب عمیق است. تنها زمانی که خواب عمیق می‌شود، اندام‌های مختلف بدن خود را بازسازی و تنظیم می‌کنند.

وی اولویت خواب و استراحت کامل را برای ارتقای سیستم ایمنی بدن ضروری ذکر کرده و می‌افزاید: «حدود ساعت ۱۱ شب تا چهار صبح برخی هورمون‌هایی که برای سلامت بدن بسیار ضروری هستند در خواب ترشح می‌شوند و اگر فردی در این ساعات بیدار باشد، قطعاً این هورمون‌ها نمی‌توانند به‌طور مناسب در بدن ترشح شوند.»

این متخصص طب سنتی در ادامه با بیان این مطلب که با سردتر و خشک‌شدن هوا، طب ایرانی و دانشگاهی توصیه‌های کاربردی را با این هدف که در این فصول به بخوریم و چه نخوریم؟ به مردم توصیه می‌کند: «خاطر‌نشان می‌کند: «باید از رژیم‌های خاصی در این فصول استفاده کنیم. به‌ریمز از مصرف غذاهای ترش، شور، پر ادویه، تند، سرخ‌کردنی‌ها، غذای فوری‌ها را مورد تأکید قرار دارد و استفاده از غذاهایی آن‌کی مثل سوپ، آش و یا نخود آب را برای فصل پاییز گزینه بسیار مناسب است. این غذاها می‌توانند علاوه‌بر تقویت سیستم ایمنی بدن، در زمان بیماری نیز طول درمان را کاهش دهند.»

دکتر حیدریان مقدم با بیان این که دفع گوارشی، ادرار، تعریق و دفع ترشحات مخاطی به ترتیب به پاک‌سازی گوارشی، شای قاعده و اعضاء کمک می‌کنند، تأکید دارد: «مصرف خاکشیر ضمن افزایش حرکات روده به پیشگیری و درمان یبوست کمک می‌کند. مصرف خاکشیر حدوداً درونی‌که به آب گرم تهیه شود به درمان یبوست کمک می‌کند و در طب سنتی از خاکشیر برای پاک‌سازی روده‌ها و درمان بیماری اسهال استفاده می‌شود. مصرف خاکشیر به‌صورت ناشتا و با آب گرم می‌تواند راهکار مؤثری برای رفع یبوست باشد.»

وی با اشاره به این که هوای سرد یکی از مهم‌ترین عوامل ابتلا به عفونت‌های ویروسی است، توضیح می‌دهد: «باید سرورصورت، بینی و سینوس‌ها در معرض باد سرد قرار ندهیم و در زمستان با پوشاندن این نواحی احتمال ابتلا به بیماری‌های عفونی را به میزان قابل‌توجهی کم کنیم.»

متخصص طب سنتی دانشگاه در ادامه ضرورت شست‌وشوی مکرر دست‌ها، پوشیدن ماسک، استفاده از مواد ضدعفونی‌کننده و رعایت فاصله اجتماعی را در پیشگیری از اسایر بیماری‌های شایع فصل سرما ضروری دانند.

وی در تکمیل صحبت‌هایش مصرف دمنوش بابونه را برای دردهای استخوانی شدید و دمنوش گل‌گاوزبان شیرین را نیز برای ایجاد یغف اضطراب و کاهش دردهای عضلانی مؤثر می‌داند.

گاهی اوقات پزشک تشخیص می‌دهد که برای کمک به سیستم ایمنی در مبارزه با باکتری‌ها، آنتی‌بیوتیک تجویز کند. باید بدانیم که آنتی‌بیوتیک‌ها فقط باکتری‌های خاصی را از بین می‌برند و بر ویروس‌ها مؤثر نیستند.

♦♦♦

میز خدمت دولت وفاق ملی با هدف رسیدگی مستقیم به مسائل و مطالبات شهروندان

تالش - خبرنگار کیهان: رضا جمشیدی سه‌ساروی فرماندار تالش به همراه مدیران دستگاه‌های اجرائی شهرستان، با حضور در مسجد امام جعفر صادق(ع) بازار خلیه‌سرا، از ساعت ۱۰ صبح پاسخگوی درخواست‌ها، مسائل و مشکلات مردم بودند.

جمعی از مردم شریف گرگانرود مطالبات و درخواست‌های خود را به‌صورت مستقیم مطرح کرده و در جریان روند پیگیری امور قرار گرفتند. و مال شهروندان قدردانی به هدف رسیدگی مستقیم به مسائل و مطالبات شهروندان ب‌فرا می‌گردد.

همچنین به مناسبت هفتم مهر، روز آتش‌نشانی و ایمنی، از آتش‌نشانان شهر لیسار با حضور رضا جمشیدی سه‌ساروی فرماندار تالش، تجلیل شد. در این مراسم که با حضور معاون هماهنگی امور عمرانی، امام جمعه و بخشدار بخش گرگانرود، شهردار لیسار و اعضای شورای اسلامی شهر لیسار برگزار شد، از تلاش‌ها و خدمات آتش‌نشانان در تأمین ایمنی و حفاظت از جان و مال شهروندان قدردانی به هدف رسیدگی مستقیم به مسائل و مطالبات شهروندان ب‌فرا می‌گردد.

نخستین دفتر نوآوری معادن و صنایع معدنی کشور در همدان راه‌اندازی شد

همدان - خبرنگار کیهان:

نخستین دفتر نوآوری معادن و صنایع معدنی کشور با هدف بهره‌گیری از ظرفیت‌های فناوری و شرکت‌های دانش‌بنیان برای هوشمندسازی معادن، توسعه صنایع معدنی و کاهش خام‌فروشی در همدان راه‌اندازی شد.

رئیس مرکز نوآوری معادن و صنایع معدنی ایران در آیین افتتاح دفتر، راه‌اندازی آن را کامی مهم در مسیر توسعه فناوری و حمایت از نخبگان، فناوریان و کارآفرینان بخش معدن دانست و افزود: همدان از ظرفیت‌های قابل توجهی در حوزه معدن و صنایع معدنی برخوردار است و زمینه مناسبی برای توسعه فناوری‌های دانش‌بنیان در این بخش دارد.

مجید وفاقی فرد اظهار کرد: بهره‌گیری از فناوری‌های نوین و عبور از روش‌های سنتی می‌تواند زمینه‌ساز تحول در بخش معدن استان و افزایش بهره‌وری در زنجیره ارزش باشد.

رئیس مرکز نوآوری معادن و صنایع معدنی ایران، حمایت از زیست‌بوم شرکت‌های استارت‌آپی و توسعه شرکت‌های دانش‌بنیان را از راهبردهای اصلی این مرکز عنوان کرد و گفت: اولویت ما حمایت از ایده‌های نوآورانه و ایجاد هم‌افزایی میان فعالان مختلف حوزه فناوری است تا روند توسعه فناوری در بخش منابع شتاب بیشتری بگیرد.

وفاقی‌فرد ادامه داد: استقرار دفتر نوآوری در همدان می‌تواند زمینه خلق ارزش افزوده بیشتر در زمینه تولید مواد معدنی و کاهش خام‌فروشی را با ورود فناوری‌های پیشرفته به این بخش فراهم کند.

مدیرکل صنعت، معدن و تجارت استان همدان نیز گفت: این استان به عنوان پایلوت کشور در زمینه پایش تصویری معادن شناخته می‌شود و راه‌اندازی دفتر نوآوری معادن و صنایع معدنی، ظرفیت‌های علمی و فناوریانه استان را بیش از پیش به بخش معدن متصل می‌کند.

مسلم مروجی‌فرد راه‌اندازی این دفتر را فرصتی برای توسعه اقتصادی استان و حمایت از ظرفیت‌های نخبگانی و فناوریانه دانست و اظهار کرد: همدان برای توسعه صنایع معدنی هوشمند در کشور دارد.

وی افزود: استقرار دفتر مرکز نوآوری معادن و صنایع معدنی ایران (ایم‌سی) در همدان می‌تواند به شتاب گرفتن این روند کمک کند. مدیرکل صنعت استان همدان با تأکید بر ضرورت استفاده از ظرفیت جوانان، فناوریان و شرکت‌های دانش‌بنیان گفت: انتظار می‌رود فعالیت این دفتر به ارائه و اجرای راهکارهای نوآورانه و کاربردی برای حل چالش‌های بخش معدن و صنایع معدنی استان منجر شود.

آغاز لایروبی ۹۰۰۰ پل در بوشهر

بوشهر - خبرنگار کیهان:

مدیرکل راهداری استان بوشهر: با هدف پیشگیری از وقوع سیلاب، جلوگیری از آسیب به ابنیه‌های راه‌ها و تسهیل عبور آب‌های سطحی، برنامه‌های پیشگیرانه جهت بازسازی بستر پل‌ها در محوره‌ای مواضعی استان با دقت بالا در دستور کار قرار گرفته است. این اقدام برای جلوگیری از انسداد دهانه‌ها و تجمع گل‌لای ضروری است؛ در همین راستا، ۴۰۰ پل دسگاه ماشین‌آلات سنگین و تخصصی به‌کار گرفته شده است تا فرآیند بازسازی با سرعت و کیفیت مطلوب انجام پذیرد.