رئیس دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی خبر داد:

انعقاد قرارداد برای پخت نان با آرد کامل در ۳ نانوایی بجنورد

دانشگاه علوم پزشکی استان برای سال تحصیلی آینده در ۱۴ رشته جدید پذیرش دانشجو خواهد داشت

رئیس دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی از برنامه ریزی و انعقاد قرارداد برای پخت نان با آرد کامل در ۳ نانوایی شهر بجنورد خبر داد. دکتر «جواد شاهین فر» در نشست خبری از تدابیر این دانشگاه برای راه اندازی ۳ نانوایی با آرد کامل خبر داد و گفت: معاونت غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی با ۳ نانوایی در شهر بجنورد و همچنین یک کارخانه آرد قرارداد منعقد کرده است تا نان کامل به دست مردم برسد. وی تصریح کرد: چالش این اقدام، قیمت گذاری و طعم و مزه نان است که در این بخش حضور فعال رسانه ها می توانند کمک کننده و موثر باشد. وی همچنین در این نشست، ارتقای دانشگاه علوم پزشکی استان به رده دانشگاه های تیپ ۲ علوم پزشکی کشور را رویکردی محوری و اساسی دانست و اظهار کرد: تمام تلاش ها و عزم جزم مدیران این مجموعه با رویکرد توسعه ای در ۳ محور مجازی سازی، هوشمند سازی و بین المللی سازی انجام می شود. با بیان این که زیرساخت های تحول و توسعه در بخش های درمان، بهداشت و آموزش فراهم شده است، پردیس دانشگاه را کارگاه عمرانی بزرگی دانست که در آن همزمان پروژه های درمانی، آموزشی و رفاهی در حال اجراست.

وی این مجموعه را یک شهر دانشگاهی دانست که تامین کمترین نیازها نیز در آن تدبیر شده است و سهولت، رفاه و آسایش را برای مراجعه کنندگان به ارمغان می آورد و برای این هدف امروز طرح های عمرانی در حال مراحل مختلف ساخت است. حرکت رو به جلوی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی در سکوت خبری، بخشی از سخنان رئیس دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی بود آن جا که گفت از کلنگ زنی ها پرهیز می کنیم و پس از شروع احداث بناها و بهره برداری از آن ها، اقدامات را به مردم و رسانه ها اطلاع رسانی می کنیم زیرا معتقدیم همه چیز برای مردم است و باید برای آن ها امیدآفرینی کرد. وی به دستاوردهای آموزشی این دانشگاه طی امسال اشاره و اضافه کرد: امسال در ۳ رشته اطفال، داخلی و جراحی با اخذ مجوز پذیرش دستیار داشته ایم و با این که صندلی های دستیاری در بسیاری از دانشگاه های علوم پزشکی خالی است اما استان بیشتر از تعداد صندلی ها، جذب دستیار داشته است. وی با بیان این که در سال تحصیلی آینده در ۱۴ رشته جدید پذیرش دانشجو خواهیم داشت، خاطرنشان کرد: با رویکرد توسعه ای در بخش آموزش، دانشگاه به سمت توسعه تحصیلات تکمیلی و تخصصی گام برداشته است و در هفته جاری ۲۷ عضو هیئت علمی جدید وارد عرصه خدمت می شوند. دکتر «شاهین فر» به راه اندازی طرح توسعه دانشکده پرستاری اشاره و بیان کرد: طرح های توسعه دانشکده پرستاری در بخش های فرهنگی شامل سلف دانشگاه، آمفی تاتر و خوابگاه متاهلی که سال ها معطل مانده بود، از فروردین امسال آغاز شده است و به زودی دانشجویان زیادی از آن منتفع می شوند. این مسئول همچنین به معطل ماندن ۱۰ ساله خوابگاه دانشجویی اشاره و اعلام کرد: این پروژه فروردین امسال آغاز شده است و اردیبهشت سال آینده به بهره برداری می رسد. دکتر «شاهین فر» تاکید کرد: عزم مدیران دانشگاه جزم شده است و امروز صد در صد دانشجویان متقاضی به خوابگاه دسترسی دارند و همزمان با تدابیر تامین خوابگاه برای دانشجویان عملیات ساخت ۲ خوابگاه در دست اقدام است. وی ایجاد مجتمع های آموزشی را نیز بخشی از تحول در حوزه دانشگاه ذکر و خاطرنشان کرد: مجتمع باباامان و روستای بدرانلو احداث شده ات و آماده بهره برداری هستند. رئیس دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی راه اندازی بخش آی پی دی بیمارستان امام حسن (ع) را در راستای برنامه های بین المللی سازی دانشگاه ذکر و تصریح کرد: رایزنی هایی با دیگر کشورها از جمله کشورهای همسایه برای جذب بیماران خارجی انجام شده است.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی همچنین در گفت و گو با وبدا از بهره‌مندی ۲۰۹ هزار و ۳۲۵ نفر از خدمات تصویربرداری در مراکز تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی با تعرفه دولتی طی ۹ ماه امسال خبر داد و گفت: این تعداد از خدمات مربوط به رادیولوژی، سونوگرافی، ماموگرافی، سی تی اسکن و ام آر آی بوده است. دکتر «شاهین‌فر» با بیان این که در مجموع ۹ بیمارستان دانشگاه دارای دستگاه‌های رادیولوژی، دستگاه سونوگرافی، دستگاه سی تی اسکن، دستگاه ام آر آی، هستند، اضافه کرد: در مدت یاد شده ۹۹ هزار و ۹۵۰ بیمار سرپایی و ۱۰۹ هزار و ۳۷۵ بیمار بستری خدمات تصویربرداری را دریافت کرده اند.

وی با بیان این که وجود دستگاه‌های متعدد تصویربرداری به ارائه خدمات تشخیصی مناسب در این حوزه در استان و کاهش هزینه‌های بیماران بسیار کمک کرده است، خاطرنشان کرد: اکنون ۵ بیمارستان دانشگاه خدمات سی تی اسکن را ارائه می کنند اما برای نخستین بار در استان دستگاه پیشرفته و به‌روز سی تی اسکن ۱۲۸ اسلایس وارد استان و در بیمارستان امام حسن(ع) بجنورد مستقر شده است. وی افزود: این دستگاه از پیشرفته ترین تجهیزات پزشکی جهان است که با راه اندازی آن تصویر برداری از عروق کرونر قلب ممکن می شود و به تشخیص و درمان بهتر و دقیق تر بیماری های قلبی کمک می کند. دکتر «شاهین فر» با اشاره به استقرار یک دستگاه ام آر آی جدید و پیشرفته در بیمارستان امام حسن (ع) بجنورد ادامه داد: اکنون ۲ بیمارستان امام علی (ع) بجنورد و خاتم الانبیا(ص) شیروان به آم آر آی مجهز هستند و روزانه به مراجعان خدمات ارائه می کنند. وی اضافه کرد: دستگاه ام آرآی جدید بیمارستان امام حسن(ع)، محدودیت وزنی ندارد و پس از تست های نهایی، امسال برای استفاده همه مراجعان و بیماران مورد استفاده قرار می گیرد.

سلامت نامه

نقش مصرف شیر در رشد جسمانی نوجوانان

شیر به دلیل داشتن ترکیبات غذایی منحصر به فرد، بخشی جدایی ناپذیر از برنامه غذایی مدارس دولتی در کشورهای مختلف است. به گزارش دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، یک لیوان شیر ۱۳ ماده مغذی ضروری را برای رشد و یادگیری کودکان به ارمغان می آورد و آن را جزو مهمی از رژیم غذایی کلی آن ها می کند. شیر سرشار از کلسیم است که برای استحکام دندان ها و استخوان ها لازم است. یک لیوان شیر حاوی یک سوم کلسیم مورد نیاز کودکان و بزرگسالان و حاوی فسفر لازم برای رشد مناسب و استحکام استخوان هاست. مطالعات نشان داده اند که مصرف شیر با قد کودکان رابطه مثبت دارد و مصرف شیر به‌ویژه در دانش آموزان دختر باعث افزایش تراکم استخوان می شود و مصرف شیر نقش مثبتی در رشد جسمانی نوجوانان دارد. نوجوانی نیز دوره رشد فکری و عاطفی همراه با رشد جسمانی است و تغذیه نقش مهمی در یادگیری دانش آموزان دارد. مطالعات نشان داده اند که مصرف شیر و فرآورده های شیر با بهبود عملکرد تحصیلی در نوجوانان ارتباط دارد بنابراین توصیه می شود والدین حتمائیکی از میان وعده های مدارس فرزندان خود را به یک پاکت شیر اختصاص دهند تا کمک خوبی به یادگیری و سلامت فرزند خود کنند.

کاهش خطر پوکی استخوان با مصرف محصولات لبنی

پوکی استخوان یک اختلال اسکلتی با کاهش تراکم معدنی استخوان (BMD) و استحکام استخوان است که منجر به افزایش خطر شکستگی می شود. پوکی استخوان ممکن است به اولیه و ثانویه تقسیم شود(به ترتیب ۷۰ و ۳۰ درصد موارد). پوکی استخوان ثانویه می تواند ناشی از چندین بیماری باشد؛ به عنوان مثال، بیماری های التهابی روده، بیماری سلیاک یا اختلالات غدد درون ریز. عوامل خطر پوکی استخوان، از جمله نوع تغذیه، استعمال سیگار، استرس، آلودگی هوا، سن بالاتر، فعالیت بدنی کم و بیماری های همزمان است. به گزارش دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، پوکی استخوان در زنان به دلیل شرایط فیزیولوژیک دو برابر مردان است. پوکی استخوان در ایران شیوع بالایی دارد. تازه‌ترین آمار وزارت بهداشت حاکی از این است که بیش از ۶۰ درصد افراد بالای ۵۰ سال درگیر این بیماری هستند. آماری نگران کننده که می گوید از هر ۲ زن یک نفر و از هر ۴ مرد یک نفر در سنین بالای ۵۰ سال شکستگی ناشی از پوکی استخوان را تجربه می کنند. این آمار در بین افراد بالای ۷۰ سال، حدود ۸۰ درصد است؛ یعنی از هر ۵ فرد بالای ۷۰ سال، ۴ نفر پوکی استخوان دارند. یکی از عوامل تاثیر گذار در ابتلا به پوکی استخوان مواد مغذی مانند کلسیم، فسفر و پروتئین هستند که از عوامل اصلی تعیین کننده تغذیه‌ای در تشکیل توده استخوانی هستند. این مواد مغذی در محصولات لبنی با هم وجود دارد و مصرف محصولات لبنی مثل شیر و ماست و کشک به میزان مورد نیاز بر حسب سن بسیار تاثیر گذار است. محصولات لبنی از جمله شیر، ماست و پنیر با بهبود تراکم مواد معدنی استخوان مرتبط هستند. مصرف این گروه غذایی از دست دادن استخوان را کاهش می دهد و با کاهش خطر پوکی استخوان همراه است. پروتئین لبنیات با افزایش تراکم مواد معدنی استخوان مرتبط است. پروتئین گیاهی با کاهش تراکم معدنی استخوان مرتبط است. بنابراین برای سلامت استخوان های خود حتماً مصرف روزانه شیر یا ماست یا کشک را فراموش‌نکنید.

مزایای مصرف چغندر

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با اشاره به وجود مقدار بسیار زیاد آنتی‌اکسیدان در چغندر، آن را ماده غذایی مفیدی برای بهبود بسیاری از عوارض ناشی از دیابت عنوان کرد. دکتر «سمیرا ربیعی» اظهار کرد: با وجود بالاتر بودن میزان قند موجود در چغندر نسبت به سایر سبزیجات، این ماده غذایی باعث افزایش ناگهانی قند خون نمی شود. به گفته وی، میزان قند موجود در چغندر در مقایسه با سایر سبزیجات بالاتر است اما به دلیل این که اندیس و بار گلیسمی آن بالا نیست، پس از خوردن، قند آن به آرامی وارد جریان خون فرد می شود و باعث افزایش ناگهانی قند خون نمی‌شود، البته به شرط آن که هنگام پخت از افزودن شکر به چغندر خودداری شود. وی با اشاره به مزایای مصرف این ماده غذایی خاطرنشان کرد: چغندر دارای محتوای بالای آنتی‌اکسیدان است که با توجه به این محتوای بالای آنتی اکسیدانی به بهبود بسیاری از عوارض ناشی از دیابت نظیرآسیب‌های بینایی، عصبی و قلبی عروقی در افراد مبتلا به این بیماری کمک می‌کند. وی با توجه به اگزالات و پتاسیم بالای موجود در چغندر تاکید کرد: به دلیل بالا بودن میزان اگزالات و پتاسیم در چغندر به بیماران دیابتی که مبتلا به سنگ کلیه و نارسایی‌های کلیوی هستند باید در مصرف چغندر احتیاط کنند.

جمهوری اسلامی ایران
وزارت راه و شهرسازی
اداره کل راه و شهرسازی خراسان شمالی

آگهی نوبت اول مزایده زمین در بافت فرسوده بجنورد

اداره کل راه و شهرسازی خراسان شمالی در نظر دارد در راستای برنامه اجرایی سال ۱۴۰۲ شرکت باز آفرینی شهری ایران و همچنین ساماندهی محدوده مداخله بافت فرسوده بجنورد با رعایت موارد تفویض اختیار از طرف هیأت مدیره محترم شرکت باز آفرینی شهری ایران نسبت به واگذاری سه قطعه زمین با کاربری مسکونی واقع در بجنورد حدفاصل خیابان شهید منصور حصاری و شهید پور آدینه، طبق جدول ذیل اقدام نماید.

ردیف	پلاک (فرعی و اصلی)	مساحت (مترمربع)	بخش ثبتی	کاربری	قیمت پایه هر مترمربع (ریال)	قیمت هر قطعه (ریال)	سپرده ضمانت نامه شرکت در فرآیند کار
۱	۱ فرعی از ۲۶۲۲	۱۰۸	یک بجنورد	مسکونی – تجاری	۳۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۳۲/۴۰۰/۰۰۰/۰۰۰	۱/۶۲۰/۰۰۰/۰۰۰
۲	۲ فرعی از ۳۱۴۸	۲۲۴.۷	یک بجنورد	مسکونی	۱۴۰/۰۰۰/۰۰۰	۳۱/۴۵۸/۰۰۰/۰۰۰	۱/۵۷۲/۹۰۰/۰۰۰
۳	۷ فرعی از ۲۶۹۶	۱۰۳.۵	یک بجنورد	مسکونی	۱۹۰/۰۰۰/۰۰۰	۱۹/۶۶۵/۰۰۰/۰۰۰	۹۸۳/۲۵۰/۰۰۰

متقاضیان محترم می بایست ظرف مهلت اعلام شده در سامانه ستاد ایران نسبت به دریافت اسناد و مدارک مزایده (زمین مورد نظر) تا تاریخ ۱۴۰۲/۱۱/۱۸ اقدام نمایند در غیر اینصورت قادر به ادامه فرآیند و شرکت در مزایده نمی باشند. لذا از متقاضیان محترم دعوت به عمل می آید تا ساعت ۱۹:۰۰ مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۲۸ مدارک مربوطه را در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس setadiran.ir بارگذاری و همچنین امضای الکترونیکی را انجام دهند . (شماره تلفن تماس ۳۲۲۹۷۴۵۸-۰۵۸-شماره داخلی ۲۲۶)

۱- متقاضیان محترم می توانند جهت ملاحظه کروکی و اسناد مزایده ظرف مهلت اعلام شده به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت به آدرس setadiran.ir مراجعه نمایند.
۲- کلیه هزینه های متعلقه شامل نقل و انتقال، انتشارآگهی ها، عوارض و مالیات متعلقه، تامین خدمات زیربنایی و غیره به عهده برنده مزایده می باشد.
۳- بدیهی است پیشنهادات واصله توسط کمیسیون مزایده در محل این اداره کل مفتوح و حداکثر ظرف مدت ۳ روز پس از اتمام مهلت شرکت در مزایده نسبت به اعلام نتیجه اقدام خواهد شد.
۴- ارائه پیشنهاد قیمت از سوی متقاضی به منزله اطلاع کامل از شرایط عمومی مزایده می باشد.
۵- برنده مزایده مکلف است کل بهای زمین را به صورت ۱۰۰٪ درصد نقداً از زمان ابلاغ، ظرف مدت ۷ روز پس از اعلام به حساب شرکت باز آفرینی شهری ایران واریز نماید. تا مراحل انتقال سند در دفاتر اسناد رسمی صورت پذیرد.
۶- طرف قرارداد مکلف است در نقشه های ساختمانی قطعه مورد نظر کلیه ضوابط و مقررات شهرسازی ، ساخت و گذر بندی مطابق طرح تفصیلی را رعایت نماید.
۷- لازم به ذکر است پس از عقد قرارداد و تحویل زمین ، اخذ پروانه ساختمانی و کد برو کف از شهرداری مربوطه و نیز اخذ کلیه استعلامات لازم از مراجع ذیربط بر عهده طرف قرارداد می باشد.
۸- کلیه مدارک و مستندات و فرم های شرکت در مزایده می بایست توسط متقاضی مهر ، امضای الکترونیکی و در سامانه بارگذاری شود.
۹- به پیشنهادات ارائه شده بدون بارگذاری مدارک درسامانه setadiran.ir ترتیب اثر داده نخواهد شد.
۱۰- شرکت کنندگان در مزایده مکلف به رعایت قانون منع مداخله کارکنان دولت در معاملات دولتی می باشند.
۱۱- اداره کل راه و شهرسازی در رد یا قبول پیشنهاد طبق قانون مختار است.
۱۲- شرکت کنندگان محترم جهت دریافت رمز و کلمه عبور به دفاتر پیشخوان مورد تائید سازمان صنعت ، معدن و تجارت استان مراجعه نمایند.
۱۳- برنده مزایده مکلف به انجام امور مالی و تائید کلیه مراحل در سامانه setadiran.ir می باشد.
۱۴- شرکت در مزایده برای عموم آزاد است.

لازم به ذکر است در صورت تمایل به شرکت در مزایده متقاضیان می بایست ۵٪ بهای زمین را به عنوان سپرده شرکت در مزایده به حساب شبا شماره IR۴۰۰۱۰۳۷۲۰۶۳۷۳۷۳۳ با شناسه واریز ۳۶۶۸۲۵۵۵۵۵۵۵۵۵۵۵۵۵۵۵۵۵۵۵۵ به نام حساب تمرکز وجوه سپرده نزد بانک مرکزی ج.ا.ا به نام شرکت باز آفرینی شهری ایران اقدام و رسید ارائه نمایند. تبصره: شرکت کننده محترم جهت واریز نقدی سپرده شرکت در فرایند ارجاع کار می بایست نسبت به اخذ شناسه واریز از اداره کل راه و شهرسازی (شماره تلفن تماس ۵۸- ۳۲۲۹۷۴۵۳-۰۵۸-شماره داخلی ۲۲۶) اقدام نمایند.
زمان بازگشایی پاکات و پیشنهادات مورخ ۱۴۰۲/۱۱/۲۹ ساعت ۱۰:۰۰ در محل سالن جلسات اداره کل راه و شهرسازی خراسان شمالی واقع در ضلع غربی بیمارستان امام علی (ع) می باشد.

شناسه آگهی:۱۶۵۶۱۶۳
اداره ارتباطات و اطلاع رسانی راه و شهرسازی خراسان شمالی ۱۴۰۲۱۹۱۵۲/و