

در دیدار مدیر عامل بانک ملت با رئیس جمعیت هلال احمر تاکید شد

تدوین و اجرای تفاهمنامه‌های کارآمد و عملیاتی



عکس: یعقوب پوربختیاری

مدیر عامل و جمعی از مدیران ارشد بانک ملت با رئیس جمعیت هلال احمر دیدار کردند. در این دیدار بر تدوین تفاهمنامه‌های روزآمد، کارآمد و عملیاتی از سوی تیم کارشناسی متبخر با حضور نمایندگان طرفین و اجرایی شدن آن تا قبل از پایان ماه مبارک رمضان با هدف گسترش همکاری‌ها تاکید شد.

جذب‌مشتربان بیشتر

دکتر سیدامیر محسن ضیایی، رئیس جمعیت هلال احمر در جمع مدیران ارشد بانک ملت ضمن تبریک فرارسیدن ماه مبارک رمضان و قبولی طاعات و عبادات روزه‌داران، اظهار امیدواری کرد: «همه ما بتوانیم، دست کم به اندازه ظرف وجودی خود از برکات و ثوابت این ظرف راهموار بزرگ‌تر از گذشته کنیم.» او با اشاره به فضای رقابتی گسترده در دنیای کنونی بانکداری گفت: «در دنیای کنونی بانکداری، با توجه به تسهیلات و امکانات متنوعی که بانک‌های مخاطبان خود فراهم کرده‌اند، فضای رقابتی گسترده‌ای شکل گرفته و لذا در این فضا هر اندازه بانک‌ها پیشنهادات و گزینه‌های خدماتی بیشتری را برای بهره‌وران خود فراهم و هزینه کمتری در ریافت کنند، شانس بیشتری برای جذب‌مشتربان خواهند داشت.»

زمینه‌های گسترده همکاری

رئیس جمعیت هلال احمر با یادآوری این که این جمعیت، مجموعه‌ای عام‌المنفعه و با مأموریت‌های مختلف است، گفت: «این جمعیت در سه حوزه نیروی انسانی، تجهیزات و گسترش فعالیت خود در سراسر کشور، مأموریت اساسی دارد و هم‌اکنون در ۳۱ استان کشور و ۳۵۰ شعبه شهرستانی به مردم خدمات ارائه می‌دهد.» او با اشاره به این که جمعیت هلال احمر علاوه بر جوانان، داوطلبان و امدادگران داوطلب خود، ۹ هزار پرسنل و حقوق‌بگیر دارد، افزود: «به علاوه جمعیت هلال احمر شرکت‌های وابسته‌ای دارد که دو شرکت مادر تخصصی را زیر پوشش دارد و در این زمینه سازمان تدارکات پزشکی جمعیت هلال احمر وظیفه اصلی ساخت تجهیزات پزشکی، تولید و واردات دارو و توزیع آن در سطح کشور را بر عهده دارد.»

نساجی هلال، تامین کننده اصلی

نیاز صلیب سرخ در منطقه دکتر ضیایی با اشاره به فعالیت شرکت سرمایه‌گذاری هلال در زمینه املاک و ساخت و سازهای جمعیت، خاطر نشان کرد: «همچنین شرکت

صنایع نساجی هلال در زمینه تولید چادر، پتو، البسه امدادی، جعبه کمک‌های اولیه و سایر ملزومات امدادی فعال بوده و تامین‌کننده نیاز کشور در این زمینه و نیاز خارج از کشور بوده و همچنین تامین‌کننده اصلی نیاز صلیب سرخ به مایحتاج نساجی در منطقه است.»

۳۰ مرکز درمانی فعال در دنیا

او با اشاره به فعالیت شرکت هلی‌کوپتری نوید در هلال احمر، گفت: «به علاوه هلال احمر در ۲۰ کشور دنیا ۳۰ مرکز درمانی فعال داشته و در بخشی دیگر خریدهای بین‌المللی انجام می‌دهد و طبیعتاً است موضوعات بسیاری در وظایف گسترده هلال احمر وجود دارد که بانک ملت در بسیاری از آنها می‌تواند همکاری خوبی برای جمعیت باشد.» رئیس جمعیت هلال احمر به برنامه‌ها و موضوعات متعدد حمایتی و فرهنگی این جمعیت اشاره کرد و گفت: «پیشنهاد می‌کنیم بانک ملت به لحاظ اعتبار و خوشنامی در برنامه‌های حمایتی و فرهنگی جمعیت هم حضور موثری داشته باشد و این مهم در تفاهمنامه نهایی نیز آورده شود.»

تقویت ارتباطات و همکاری‌های دوجانبه

علی رستگار، مدیر عامل بانک ملت نیز در این دیدار گفت: «بانک ملت از ابتدا همکاری و ارتباط مستحکمی با جمعیت هلال احمر داشته و با وجود این که در

خبرنامه

رئیس سازمان امداد و نجات مطرح کرد:
افزایش سرعت و دقت در ارزیابی پایگاه‌های امدادی



رئیس سازمان امداد و نجات جمعیت هلال احمر در دیدار با امدادگران و نجاتگران پایگاه شهیدی زرننده استان مرکزی گفت: «با توجه به برنامه‌ریزی انجام‌شده، ارزیابی پایگاه‌ها با دقت بیشتری در دستور کار قرار گرفته است.» دکتر ناصر چرخساز به همراه معاونان سازمان امداد و نجات جمعیت هلال احمر با امدادگران، نجات‌گران و نیروهای کادر پایگاه امداد و نجات شهیدی زرننده استان مرکزی دیدار و گفت‌وگو کرد و اقطار را میهمان امدادگران این پایگاه بود. رئیس سازمان امداد و نجات جمعیت هلال احمر در این دیدار افزود: «زحمات نجاتگران و امدادگرانی که در ماه مبارک رمضان به امداد رسانی و خدمت به مردم می‌پردازند، نزد خداوند پاداش و اجرایی اخروی خواهد داشت.» او ادامه داد: «سازمان امداد و نجات جمعیت هلال احمر در تلاش است تا با اجرای طرح‌های ویژه و حمایت‌های همه‌جانبه در جهت کاهش مشکلات امدادگران و پایگاه‌های امداد و نجات اقدامات لازم را انجام دهد.» چرخساز همچنین به افزایش سرعت و دقت در ارزیابی پایگاه‌های امدادی اشاره کرد و یادآور شد: «با توجه به برنامه‌ریزی انجام‌شده، ارزیابی پایگاه‌ها با دقت بیشتری در دستور کار قرار گرفته است.» در این دیدار، مرتضی سلیمی، مدیر عامل جمعیت هلال احمر استان مرکزی، محمدرضایی رئیس جمعیت هلال احمر شهرستان ساوه و جمعی از معاونان جمعیت هلال احمر استان مرکزی نیز حضور داشتند.

مدیر عامل جمعیت هلال احمر مازندران خبر داد:
آماده‌سازی ۴۵۰۰ بسته غذایی برای توزیع در طرح‌های رحمت

مدیر عامل جمعیت هلال احمر مازندران گفت: «امسال نیز طرح‌های رحمت در راستای کمک به معیشت اقشار آسیب‌پذیر مانند هر سال به مناسبت ماه مبارک رمضان با کمک داوطلبان و خیراتی که با جمعیت هلال احمر مازندران همکاری دارند، انجام می‌شود.» مهدی ولی‌پور با اشاره به آغاز عملیات اجرایی طرح‌های رحمت اضافه کرد: «تا کنون ۴ هزار و ۵۰۰ بسته اسفلم مواد غذایی و بهداشتی تهیه شده و در حال بسته‌بندی است که از هفته ماه دوم مبارک رمضان در سطح استان میان خوارهای نیازمندی که از قبل شناسایی شدند، توزیع می‌شود.» او در بخش دیگری از سخنانش خود درباره اجرای طرح‌های تابستانه امداد و نجات اول تا ۳۱ خردادماه امسال، خاطر نشان کرد: «در خردادماه سال جاری ۵۲۷ عملیات امداد و نجات شامل امداد و نجات جاده‌ای، ساحلی، کوهستانی، آتش‌سوزی جنگل‌ها و گمشدگی از سوی امدادگران و نجاتگران جمعیت هلال احمر در سطح استان انجام شد.» او پایان این که طی این مدت ۲ هزار و ۶۷۲ نفر حادثه دیده داشتیم، افزود: «در این مدت یک هزار و ۴۴۶ نفر در سواحل و یک هزار و ۲۴۶ نفر در جاده‌ها و نقاط کوهستانی از خدمات جمعیت هلال احمر مازندران بهره‌مند شدند که از این تعداد ۲ هزار و ۴۴ نفر به صورت سریایی مداوا و ۲۰۹ نفر نیز به مراکز درمانی منتقل شدند.»

کارگاه آموزشی مهارت‌های پیش از ازدواج در اندیشک‌گززار شد

کارگاه آموزشی مهارت‌های پیش از ازدواج با هدف گسترش راهکارهای ازدواج آسان و ارتقای شاخص‌های یک ازدواج سالم توسط جمعیت هلال احمر اندیشک‌گززار برگزار شد. علی قلاوند گفت: «حضور جوانان در کلاس‌های مشاوره‌ای پیش از ازدواج، مهارت‌های ازدواج و زندگی، همانند آزمایش پیش از ازدواج اجباری است و آموزشی‌هایی که در کلاس‌های مهارت‌های پیش از ازدواج داده می‌شود، نه تنها سرلوحه زندگی مشترک می‌باشد بلکه می‌تواند مشاوره‌های بعد از ازدواج را پیش از طلاق را کم‌رنگ کند.»

سفره مهریانی با حضور ایتم در هلال احمر شهرستان اردستان گسترده شد

رئیس جمعیت هلال احمر شهرستان اردستان گفت: «در پنجمین روز از ماه مبارک رمضان، سفره مهریانی با حضور ایتم در جمعیت هلال احمر این شهرستان گسترده شد.» منصور خانی افزود: «مهرمانان با پنجمین روز از ماه مبارک رمضان، سفره مهریانی ویژه ایتم با حضور مربیان، اعضای هیات‌مدیره خانه‌های ایتم و ۶۰ تیم از شهرستان اردستان، زواره و کوچومثال در محل این جمعیت گسترده شد.» او تصریح کرد: «در این مراسم که با حضور پروردگار، کارشناسان امور جوانان استان و جمعی از مسئولان شهرستانی و اعضای این جمعیت برگزار شد، مدعوین پس از اقامه نماز جماعت مغرب و عشاء، بر سر سفره مهریانی هلال، روزه خود را افطار کردند.»

جهان

تحصن فلسطینیان در مقابل مقر صلیب سرخ در کرانه باختری



شماری از شهروندان فلسطینی در مقابل مقر صلیب سرخ در کرانه باختری تحصن کردند. شبکه تلویزیونی المنار از تحصن شماری از شهروندان فلسطینی در مقابل ساختمان صلیب سرخ در شهر البیره در کرانه باختری خبر داد. به گزارش المنار این تحصن اعتراضی برای اظهار همبستگی با خضر عدنان، اسیر فلسطینی بود که مدت پنجاه روز است در زندان رژیم صهیونیستی اعتصاب غذا کرده است.

تحصن کنندگان در مقابل مقر صلیب سرخ همچنین حمایت خود را از احمد سعادت، مدیر کل جبهه مردمی آزادیبخش فلسطین اعلام کردند. سعادت اعلام کرده است که اگر جاسوسان رژیم صهیونیستی بیش از این از دیدار اعضای خانواده‌اش با وی جلوگیری کنند، دست به اعتصاب غذا خواهد زد. امین شومان، رئیس هیأت عالی وابسته به امور اسرای فلسطینی در گفت‌وگو با المنار گفت: «چهار نفر هستند که در زندان‌های رژیم صهیونیستی اعتصاب غذا کرده‌اند که شیخ خضر عدنان در رأس این اسرا در وضع بسیار خطرناکی قرار دارد.»

قدوره فارس، رئیس باشگاه «الاسیر» ویژه رسیدگی به امور اسرای فلسطینی نیز در این باره گفت: «بدون مبالغه باید بگویم که اوضاع اسرای فلسطینی بسیار نگران‌کننده و وخیم است و هر آن ممکن است که این اسرا به شهات برسند.»

آموزش

روزهداری و نکات مراقبتی بیماران چشمی



محسن رحمتی کامل

مسئول فنی چشم پزشکی مجتمع دارویی درمانی هلال ایران

با آغاز ماه مبارک رمضان، دغدغه‌های افراد برای یک روزه‌داری بدون مشکل و با سلامت کامل بیشتر می‌شود. افراد در ماه مبارک رمضان از برکتی برخوردار می‌شوند که شاید خیلی از اقوام و ملل دیگر از آن برخوردار نیستند اما محدودیت‌های خاصی هم وجود دارد که در بیماران چشمی باید به آن توجه کرد که به دو دسته کلی تقسیم می‌شوند. بیماران که تحت عمل جراحی قرار گرفتند و افرادی که دچار بیماری‌های چشم هستند. بیماران که تحت عمل جراحی قرار گرفتند و کمتر از یک ماه از عمل آنها گذشته باشد مثل اعمال جراحی لیزیک، لازک، آب مروارید، شبکیه و... با توجه به این که نیاز به مصرف دارو دارند و می‌بایست ناحیه زخم جراحی ترمیم شود و بدن بیمار باستانی به عمل جراحی پاسخ دهد؛ لذا ملزم به رعایت رژیم غذایی و دارویی خاصی هستند که روزه‌داری برای این افراد توصیه نمی‌شود.

بیمارانی که بیشتر از یک ماه از عمل جراحی آنها گذشته در واقع در ماه دوم عمل جراحی می‌باشند، روزه‌داری با نظر مشاوره پزشک معالج صورت گیرد. افرادی که درگیر بیماری‌های چشمی هستند و نیاز به استفاده از قطره‌های چشمی در طی روز دارند، محدودیتی برای روزه‌داری ندارند و فقط می‌بایستی در موقع ریختن قطره با دو انگشت شست و سیبانه دست گوشه‌های داخلی چشم را به مدت دو دقیقه نگه داشته تا قطره وارد مجاری اشکی و حلق نشود.

در مورد بیماران که دچار ضعف بینایی به صورت دروبینی، نزدیک‌بینی و آستیگماتیسم هستند، روزه‌داری به هیچ‌وجه باعث کم یا زیاد شدن نمره چشم نمی‌شود. ممکن است افت قند خون و یا کاهش مایعات بدن باعث تاری دید گذرا شود اما اثر دایمی روی بینایی ندارد. در بیماران میوپی یا نزدیک‌بینی شدید که همراه با نازک شدن شبکیه است به دلیل این که روزه‌داری و کم‌آبی ناشی از آن باعث کاهش آب زجاجیه می‌شود - که این امر ممکن است موجب جدا شدن زجاجیه از شبکیه در اثر خشکی شود - توصیه‌ای به روزه‌داری نمی‌شود. افرادی که دچار بیماری‌های زمینه‌ای خاص مثل خشکی شدید چشم هستند از آنجایی که روزه‌داری سبب کاهش آب بدن می‌شود و این امر منجر به تشدید خشکی چشم می‌شود و عوارضی روی قرنیه می‌گذارد به این افراد روزه‌داری توصیه نمی‌شود.

رامین کهن خاکی، رئیس اداره هماهنگی عملیات بهداشت و درمان اضطراری داخل و خارج کشور:

مادران، بهترین پرستاران جامعه هستند

دریافت این نشان شدم. یکی از موارد مهم در فرم ثبت فلورانس نایتینگل اشاره به عملیات و رشادتهایی است که انجام شده است.»

تجربه‌های عملیاتی موفق

کهن خاکی با اشاره به انجام بالغ بر ۲۰ تجربه عملیاتی موفق در داخل و خارج از کشور می‌گوید: «تاکنون در عملیات‌های مختلفی در منطقه سمرجی و مالاریاخیز آندونزی، طوفان فلیکس در نیکاراگوئه در ۲۰۱۲، سومالی، زلزله قاین-بیرجند، زلزله اردبیل، زلزله افغانستان و سیل پاکستان و... فعالیت کرده‌ام.» او ادامه می‌دهد: «همچنین راه‌اندازی سامانه‌های بهداشت و درمان اضطراری ویژه BHCU و RDH و بیمارستان‌های ارجاعی در مناطق و کشورهای مختلف مانند تونس، عراق و لبنان، از دیگر فعالیت‌های من است.»

رئیس اداره هماهنگی عملیات بهداشت و درمان اضطراری داخل و خارج کشور که کتاب‌های جست‌وجو و نجات در بهمن، تریاز در سوانج، اصول کمک‌های اولیه و مقالاتی در مورد حوادث و سوانح طبیعی، آموزش کاهش اثرات سوانح، سونامی، انفولزا تپ A از جمله تالیفات اوست، در پایان می‌گوید: «مادران ما بهترین پرستاران جامعه ما هستند و این مدال هم به پرستاران اهدا می‌شود، به همین دلیل من این مدال را به تمام مادران سرزمینم که بهترین پرستاران هستند، تقدیم می‌کنم.»



می‌گوید: «این کار از طریق نظام پرستاری و هلال احمر انجام شد و در فرم ثبت نام آن در مورد تجارب، انتشارات، سمت‌ها، رشادتهای عملیاتی‌ها و غیره باید توضیحاتی داده شود.» او با اشاره به دریافت نشان از آکادمی‌های مختلف، می‌افزاید: «هدای نشان لیاقت و شایستگی فلورانس نایتینگل هر ساله در عرصه جهانی برگزار می‌شود که در سال جاری از بین ۱۸ کشور به ۲۶ پرستار اهدا شد و من به‌عنوان تنها پرستار ایرانی موفق به

هدف ما از روزه گرفتن در ماه مبارک رمضان علاوه بر اجر معنوی آن، بهره بردن از منافع جسمانی و روانی این ماه مبارک است. البته ماه رمضان اسفند به دلیل مصادف شدن با روزه‌های گرم و طولانی تابستان دارای حساسیت و تحمل بیشتری است که با یک برنامه غذایی درست هنگام افطار و سحر می‌توانیم بدون هیچ گونه مشکلی از مزایای آن بهره ببریم. ضعف و بی‌حالی، کمی سردرد، تشنگی و گرسنگی همه از عوارض طبیعی روزه است که در روزه‌های آغازین ماه مبارک، افراد دچار آن می‌شوند. بدانید که اینها همه ناشی از تغییر رفتار غذایی است که به تدریج برطرف می‌شوند و مهم‌ترین که هیچ یک از این حالت‌ها مجوز خوردن روزه نمی‌باشد.

آب‌نوشا خسروییانی | کارشناس تغذیه و رژیم درمانی مجتمع دارویی درمانی هلال ایران

سبزیجات و سبزی‌زمینی که قند کمتری دارند و میزان کربوهیدرات‌های پیچیده آنها بالاست سبب کاهش احساس گرسنگی و افزایش قوای جسمی می‌شوند. گوشت کم‌چرب، ماهی، تخم‌مرغ، شیر و مغزی‌جات سطح قند خون را متعادل کرده و احساس ضعف و گرسنگی را کمتری کنند.

بهرتر است در برنامه غذایی سحری از خوردن غذاهایی مثل انواع کوکو، بادمجان، سوسیس و کالباس، سس مایونز و سیر و پیاز و همچنین غذاهای چرب و پر نمک و پر ادویه که سبب تشنگی زیاد در طول روز می‌شود، پرهیز کنید.

بروزتان را به آهستگی باز کنید

با کمی آب یا شیر ولرم با عسل روزه را باز کنید، پس از آن، پیش‌غذای گرمی مثل سوپ نوش جان کنید اما نه زیاد نان و پنیر کم‌نمک با سبزی یا گردو و ۳ تا ۴ خرما هم می‌تواند معده را کم‌کم آماده کند. پیاز و است هنگام افطار از مخلوط آب‌لیمو تازه با آب یا چای کم‌رنگ یا شربت خاکشیر به جای قهوه‌چای پررنگ استفاده کنید زیرا چای پررنگ به دلیل دفع مکرر اسید تشنگی اوراست.

مصرف خوراکی‌هایی مثل غلات کامل، جو، گندم، برنج سیوسدر (برنج قهوه‌ای) و خشکبارهایی مثل عدس و لوبیا و محصولات تازه‌ای مثل انواع میوه، سبزی‌ها و پیاز است.

آداب روزه‌داری در تابستان و تغذیه سالم در ماه رمضان چگونه در فصل تابستان روزه بگیریم؟

آب‌نوشا خسروییانی | کارشناس تغذیه و رژیم درمانی مجتمع دارویی درمانی هلال ایران

خوردن ۸ تا ۱۲ لیوان آب از افطار تا هنگام سحر سبب می‌شود تا شما در طول روز کمتر دچار تشنگی شوید. نوشیدن مایعات گازدار یا شور توصیه نمی‌شود. برای این که بعد از خوردن افطار و سحری دچار سوزش معده و ترش کردن نشوید بهتر است از غذاهای سبک و کم‌چرب استفاده کنید. در ضمن مایعات را پس از اتمام غذا بخورید و بلافاصله بعد از خوردن سحری به رختخواب نروید.

عده سحری را به هیچ‌عنوان حذف نکنید زیرا ادامه دادن به این روال در طول ماه رمضان سبب افت قند خون و تحلیل عضلاتی خواهد شد. اگر غذایی که در عده سحری استفاده می‌کنید، زود هضم شود شما خیلی زود احساس گرسنگی خواهید کرد و این درحالی است که تا افطار زمان زیادی مانده است؛ بنابراین توصیه می‌شود در عده سحری از غذاهایی استفاده کنید که به اصطلاح دیر هضم‌اند مانند نان و غلات، حبوبات، میوه، سبزی، فرنی و...

سعی کنید وعده‌های غذایی مانند پلو و خورش را دو ساعت بعد از افطار میل کنید تا هضم آن آسان باشد. برای جلوگیری از بروز بیوست و مشکلات روده، بعد از خوردن افطار ال‌و‌انجیر خیس شده و میوه‌هایی