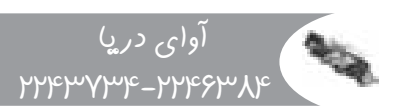
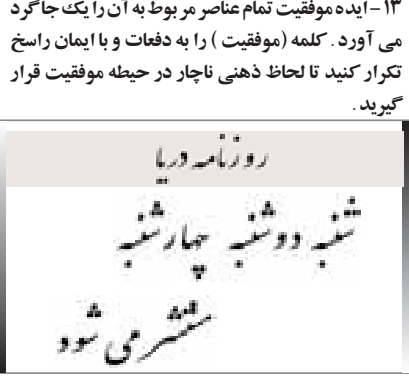




نکات مفیدی که همواره باید به خاطر داشته باشید

- موفقت در زندگی عبارت است از آرام و شاد و سرخوش و سلامت بودن و مطابق دلخواه کاری و شغلی داشتن.
- ابتدا بدانید چه کاری را دوست دارید و سپس به آن کار بپردازید. اگر به توجیه مشخصی دست نیاافتید از افراد خیره و معقول نظر خواهی کنید.
- در زمینه کاری که انتخاب کرده اید متخصص شوید و بکوشید تا در کار خود از تبحر و تجربه‌ای بیشتر از دیگران برخوردار گردید.
- مرد موفق خود پسندی و غرور را از خود دور می‌کند. غایت آمال او خدمت به همنوع می باشد.
- بدون آرامش باطن موفقیتی وجود نخواهد داشت.
- انسان موفق به مفهوم عمیق شناخت روحی خود دست یافته است.
- اگر هدف روشن و مشخصی برای خود در نظر گرفتید ، از طریق نیروی اعجاز گر ضمیر باطن به آرزوهای خویش خواهید رسید.
- اندیشه وابسته به احساسات به صورت یک اعتقاد عینی در می آید و آنگاه ایمان باطن خواست واقعی را تحقق می بخشد.
- نیروی تخیل معجزات شگرف ضمیر باطن را پس خواهد داشت.
- اگر طالب ارتقاء در شغل و مقام هستید در آرزوی این باشید که کارفرما و سرپرست و رئیس مستقیم تان از کار شما تعریف کند و از آن یک تصویر واقعی در ذهن بسازید. این تمرین را مکرر انجام دهید تا روحتان از آن اشباع شود، آنگاه شاهد بر آورده شدن آرزوهایتان خواهید گشت.
- حافظه گوا صدوق ذهن و ضمیر باطن است. برای داشتن یک حافظه نیرومند این کلمات را تکرار نمایید ؛ (هوش بیکران ضمیر باطن من هر آن چه را که نیاز به دانستن و یاد آوری آن داشته باشم در ذهنم حاضر می‌کند).

- اگر در صد فروش ملک و مالی هستید این جملات را تکرار کنید ؛ (تغییل سلیم خریدار این خانه و این آنگاه را به این جایی آورد و کسی است که آن را می‌پسندد و خریداری می‌کند، این حالت سرشار از خوش بینی را در خود حفظ کنید تا جرایباتی باطنی کارها را روبه راه سازد.
- ایده موفقیت تمام عناصر هر بوط به آن را یک جا گرد می‌آورد. (کلمه موفقیت) را به دفعات و با ایمان راسخ تکرار کنید تا لحاظ ذهنی ناچار در حیطه موفقیت قرار گیرد.



اداره کار نظارت کند
کارگر شرکت هستم جهت بررسی پرداخت حق بیمه به دستگاه مورد نظر مراجعه کردیم ولی متوجه شدیم شرکت حق بیمه را واریز نکرده است. چرا اداره کار هیچ نظارتی بر شرکت ما ندارد.

قابل توجه مسئولین بندرلنگه

با خیر صدیم معاون وزیر نیرو جهت افتتاح دستگاه آب شیرین کن به بندرلنگه آمده بود و بدون هیچ اطلاعی به خیر نگاران رفته بود. وقتی این موضوع را با معاون فرماندار در میان گذاشتم گفت : تمام برنامه ریزی ها توسط شرکت آفا صورت گرفته بود. آیا وقت آن نرسیده که مسئولین به وعده هایی که در روز خیرنگار مطرح کردند عمل کنند ؟

درخواست از دامپزشکی

در حالی که تخلفات بهداشتی گسترده از برخی از مرغ فروشی های موجود در سطح شهر قشم برهمه شهروندان و حتی نهاد های متولی بهداشت شهرستان قشم میر هن می باشد ، هیچگاه هیچ برخوردی از سوی مقامات ذریط بعمل نیامده و این شائبه برای شهروندان بوجود آمده که برخی ، توان تخلف از موازین قانونی را داشته و هیچ نهادی قادر به مقابله با آنها نمی باشد .
در دامپزشکی خواهشمند در راستای پاسداشت سلامت عمومی ، دستور رسیدگی و پیگیری در این خصوص از صادر قوانین این شائبه خطرناک در میان مردم از بین رفته ، سلامت عمومی تضمین گردیده و شاید ادارات دامپزشکی و بهداشت و درمان شهرستان قشم به عنوان متولیان نظارت بر رعایت بهداشت این گونه اما کن به وظایف خطیر خود ، وقوت یافته و رعایت موازین بهداشتی ، ضمانت اجرایی لازم را پیدا کند .
یک شهروند از جزیره قشم

لباس فرم مدارس را اعلام کنید

بنده ولی دانش آموز هستم و مانده ام که در آغاز سال تحصیلی چه لباس فرمی برای فرزندانت تهیه نمایم. لطفا مدیران مدارس هرچه زودتر نوع فرم مدارس را اعلام کنند تا ما بتوانیم با حوصله و فرصت کافی لباس مناسبی برای فرزندانتان تهیه نماییم.

جوابیه

احتراما در پاسخ به مطلب مطروحه مورخه ۸۵/۶/۴ شماره ۳۳۲ تحت عنوان قابل توجه مسئولین جاسک در خصوص دریافت وجه در قبال ارائه خدمات در مرکز اورژانس با عنایت به اینکه بر اساس بودجه ابلاغی از سوی هیئت محترم دوات علاوه بر اعتبارات که از محل در آمد عمومی تأمین می شود اعتباری نیز از محل در آمد اختصاصی جهت پرداخت آب ، برق ، تلفن کارته پرسنل و ... دیده شده است که از محل اخذ ویزیت و هزینه دارو تأمین خواهد شد.

از کلیه مراجعین برای دریافت خدمات درمان سرپایی در مراکز بهداشتی درمانی شهری حق ویزیت و پول دارو براین شرح دریافت خواهد شد.

روابط عمومی شبکه بهداشت و درمان جاسک

خانم دکتر تصدیقی در مصاحبه با دریا

چندان میانه خوبی با دارو ندارم

زکریای رازی پزشک و فیلسوفی است که به جرات می توان گفت کسی نیست که نام او را نشنیده باشد . او در سال ۲۵۱ هجری شمس در شهر ری به دنیا آمد . در جوانی به زرگری و صرافی مشغول شد و سپس به علم کیمیاگری گرایش پیدا کرد . رازی در اثر آزمایشات گوناگون دچار بیماری چشم شد و وقتی نزد چشم پزشک رفت از او پانصد دینار مزد در خواست کرد . از اینجا بود که او رو به علم طب آورد . به بغداد رفت و در آنجا که در آن زمان مرکز انواع علوم بود به کسب علوم پزشکی و طبابت پرداخت و ریاست بیمارستان عضدی را بر عهده گرفت .

ابوجوان پیرونی تعداد آثار رازی را بالغ بر ۱۸۴جلد عنوان کرده است که در طب، طبیعیات ، منطق ، ریاضیات، نجوم ، فلسفه ، علوم انسانی ، مافوق الطبیعه، الهیات ، علم کیمیاگری (شیمی) ۵ شهرپرور ماه در تقویم ما ایرانیان مصادف است با روز داروسازی و بزرگداشت حکیم زکریای رازی . به مناسبت این روز گفت و گویی صمیمانه با دکتر دارو ساز رکن خانم تصدیقی داشتیم که تقدیم حضورتان می کنیم.

■ خانم تصدیقی لطفا خود را برای خوانندگان نشریه بیشتر معرفی کنید .

– فاطمه تصدیقی هستم . در شیراز متولد شدم و سال ۱۷۷از دانشگاه شیراز فارغ التحصیل شدم . از همان سال برای گذراندن دوره ی طرح به بندرعباس آمدم .

– حدود ۳ سال در بیمارستان امام رضا (ع) مشغول به فعالیت بودم و بعد از آن دارو خانه ای در منطقه ی ششمسد دستگاه دایر کردم و اکنون نیز مشغول به کار در همین داروخانه ام .

■ چه عاالی در اقامت شما در بندرعباس نقش داشت ؟ من در ابتدا فقط به خاطر گذراندن طرح به بندرعباس آمدم ولی چون نیازمنطقه را مشاهده کردم وهمینطور با برخورد خوب معاونت دارو و غذا و مسئولین مربوطه و راهنمایی های دلسوزانه شان مواجه شدم تصمیم به ماندن گرفتم.

– ضمن بر خورد بسیار گرم وصمیمانه ی مردم بندرعباس هم در این زمینه نقش بسیار موثر و پررنگی داشت .

■ بهر سخن است توضیح کوتاهی نسبت به مراحل تولید دارو دهید ؟

– البته مراحل تولید یک دارو بسیار پیچیده است ولی بطور ساده باید بگویم ابتدا یک بیماری خاص و یک ماده که معمولا شیمیایی است را مورد بررسی آزمایشگاهی قرار می دهند سپس روی تعدادی از حیوانات آنرا آزمایش می کنند و حتی گاهی برخی افراد بصورت طولانی با دارو را مصرف می کنند تا نتایج آن بررسی شود .

پس از طی این مراحل که حتی ممکن است تا ده سال نیز طول بپنجامد اگر آزمایشات موفقیت آمیز بود به آن دارو مجوز ساخت می دهند . در کارخانه های داروسازی تولیدی می شوند ودر داروخانه ها در دسترس مردم قرار می دهند .

■ لطفا در مورد موارد صرف سو ارائه ی دارو که این روزها امر شدایی شده اندکمی توضیح دهید ؟

– مصرف خودسرانه و بدون تجویز پزشک دارو ها کاری بسیار اشتباه است ، چرا که امکان دارد شخصی با مصرف یک دارو بهبود پیدا کند ولی فرد دیگری که میزان در آمد خود و قوانین خانه را به او یادآوری کنید . وقتی با اسرار چیزی را می خواهد ، به جای تنبیه به او راههایی را که می تواند آن را بدست آورد پیشنهاد نمایند . همانطور که خودتان آموخته اید چطور برای خرید ماشین یا رفتن به یک مسافرت باید برنامه ریزی کنید . آن را به فرزندتان بیاموزید . به او بگویید که احتیاجاتش را با شما بر طرف می کنید،ولی برای خرید غیر ضروریها ، خودش باید امکاناتش را در نظر بگیرد .
وقتی پول توجیبی خودش را خرج کند ، وقتی برای خرید چیزی حق اوست یا فشاری می کند و می گوید که حق اوست آن را داشته باشد و یا بدون آن نمی تواند زندگی کند .

به او بگویید که داشتن آن چیز حق او نیست ، بلکه امتیاز ومرتزی است که اگر واقعا علاقمند است آن را کسب کند ، بایستی خودش تلاش نماید . به این صورت مسوولیت را از گردن خود برداشته ، به او منتقل می کنید تا تصمیم بگیرد چه کار می خواهد بکند .

کارهایی که باید انجام داد

به جای شنی ؟ به شخص اهمیت دهید . به فرزندان تفهیم نمایید که اخلاق ، رفتارو دانش شخص است که به او اهمیت وارزش می دهد. نه اشیا و چیزهایی که متعلق به او است .

گفتن : «ماشین جدید... را دیدی ؟ روی چیزی که شخصیتی دارد تکیه می کند. گفتارتان به این صورت باشد : «در این که ... به دوستش کمک کرد و واقعا عالی بود .»در این صورت روی رفتار شخص و ارزشی که برای او قابل هستیصدیصحت کرده اید . وقتی کودکان رفتار را به عنوان سرمایه و ارزش تلقی کرد. یاد خواهد گرفت که همان طور رفتار کند .

فرزندتان را همانطور که هست قبول کرده و دوست بدارید !
وقتی کودک بداند که شما بدون قید و شرط و به خاطر خودش او را دوست دارید ، برای خود ارزش قا بل می شود . دوست داشتن بدون قید و شرط بدان معنی است که کار ناشایسته ای انجام داد ، او را نوازش کرده و بگویید : «من به اندازه این کفش پول دارم . تو کاری را که انجام دادی ،ای دوست نداشته باشم .»
فرزندتان فرصتی بدیدید تا در تصمیم گیری ها و کارهای خانواده سهیم باشد !
کودکاتی که در خانه به آنها وظایفی محول می شود ، با خودشان وخانواده بیشتر اهمیت می دهند . به عبارت دیگر کودکی که هیچ مشارکتی درفعالیت خانواده ندارد خود خواه شده وتنها به خواسته های خود اهمیت می دهد . خودش را جز گروه احساسی

مقالات

چهارشنبه ۸ شهریور ماه ۱۳۸۵

برابر با ۵ شعبان

حضور در بین مردم ؛ گامی جهت تحقق اهداف دولت

علی زاری



دولت دکتر احمدی نژاد در راستای تحقق اهداف

عدالتخواهانه خود و فوئلی که به مردم داده بود با سفر به مناطق مختلف کشور از نزدیک با موکلان خود دیدار و از خواسته ها و انتظارتشان مطلع شده و می شوند. در همین راستا استانداران نیز به عنوان نمایندگان عالی دولت در استانها این شیوه را در پیش گرفته و به منا طق مختلف استانها رفته ویا مردم به گفتگو می نشینند واز نزدیک از خواسته های مردم آگاهی می یابند .

استاندار هرمزگان نیز در مدت تصدی خود در این جایگاه با سفر به شهرهای مختلف استان نشان داده است که همگام با دولت اهتمام جدی در محقق شدن برنامه های دولت و محرومیت زدایی در این خطه از کشور را داراست انتظار مردم بر این است که این بازدیدها و حضور در جمع مردم منحصر به شهرها نباشد و مردم بخش ها و روستائیان نیز بتوانند با استاندار درد ودل کنند و خواسته هایشان را بیان کنند که این حق طبیعی آنان می باشد .
با توجه به اینکه استاندار و مجموعه استانداری به عنوان سیاستگذاران دولت در استان نقش ایفا می نمایند و شاید فرصت کافی جهت سرکشی به شهرها ، بخشها و روستاها نداشته باشد ، می توان با برنامه ریزی مدون فرمانداران ،بخشداران ، معاونت های مختلف استاندار و فرمانداران و... این خلأ را پر نموده و بصورت مداوم به مناطق مختلف رفته و با مردم به گفتگو نشست و خواسته های آنان به سیاست گذاران منعکس کنند تا اینکه بخش زیادی از مشکلات مردم رفع شده و دولت هرچه سریعتر بتواند به اهداف خود دست یابد ودرآینده ای نه چندان دور محرومیت از هرمزگان که بنا حق محروم مانده است ، رخت بپوشد .

مردم انتظار دارند با توجه به ویژگیهای اقتصادی و استراتژیکی استان ،کاستیها و تنگناها مرتفع گردد و زمینه های اشتغال جوانان فراهم گردد .

همچنین بایستی مسئولان ومدیران استانی تلاش نمایند از یک سو مصوبات هیات دولت در سیاستهای راه به طور کامل اجرا نمایند و از سوی دیگر انتظارات مردمی که از طریق سفرهای مدیران استانی و حضور در جمع مردم از آنان آگاه شده اند هرچه سریعتر محقق گرد .

راضی نبودن از هیچ چیز

به فرزندان تفهیم نمایید که اخلاق ، رفتارو دانش شخص است که به او اهمیت وارزش می دهد. نه اشیا ء و چیزهایی که متعلق به اوست



نکرده و مرتب برای پر کردن خلأ شخصیتی تقاضای بیشتری دارد . اگر علاقه به انجام کارها و کمک در خانه ندارد .

تشویق کنیدو در صورت تمام کردن با کلمات محبت آمیز به او یاداش دهید مصالحه وسازش را به فرزندتان بیاموزید !

به جای اینکه به خواسته های کودک جواب مثبت دهید ،سازش کنید وکنار آمدن را به او بیاموزید . برای مثال وقتی می خواهید برای کفشی که قیمت متوسط دارد بخریدو او تقاضای کفش گران قیمت را دارد ، بگویید : «من به اندازه این کفش پول دارم . تو می توانی اضافه قیمت راپول خود بدهی و کفشی را که دوست داری بخری ،»

در این صورت او تصمیم خواهد گرفت چه کار کند . در ضمن می آموزد که شما نمی توانید به همه خواسته های او پاسخ دل خواش را بدهید .

صبر وحوصله او را تشویق کنید !
اگر چیزی را خواست که به او قول دادیدبعلا خواهید

۱۰

طالع بینی

♦ فروردین:

از نشیب و فراز زندگی هراسان و از مشکلات سرراه روی گردان نشوید. افکار خود را بی استفاده رها نکنید. برخیزید و به سراغ افکارتان بروید چرا که اندیشه ذهن را جلا می دهد. دلیل برخی اشتباهات آن است که ابتدا کاری را انجام می دهید و سپس در مورد آن فکر می کنید. یادتان باشد رعایت ترتیب کارها اساس همه چیز است .

♦ اردیبهشت:

روztان را با روی خوش آغاز کنید. در این صورت بی می برید که این روی خوش چه روز شادی بخشی را به وجود می آورد. به خودتان کنید. وقتی روی توانایی هایتان تمرکز کنید به مهارت‌های خود بی می برید. دست به کار شوید که هیچ چیز رضایت بخش تر از گذران درست زمان نیست. بروی آنهایی که به شما علاقه دارند ، عیب نگذارید ، چون ممکن است شما هم عیب داشته باشید .

♦ خرداد:

دیدگاهتان را گسترش دهید ، بدیتان را شفاف کنید ، هرجا خواسته‌ای باشد راهی هم‌ست. یادتان باشد آنچه شما را از پا د نمی آورد و شما را قوی تر می کند امید است. امید شرط اول زندگیست. از دانه امید گل موفقیت به نغم می رسد. اگر نور امید را در قلب خود روشن نگه دارید هیچ وقت از شکست نمی هراسید . هر چیزی که با ارزش است ، ارزش انتظار را هم دارد .

♦ تیر:

با خود دوست باشم . کاری که باید انجام دهم این است که خود را خوب بشناسم و فراموش نکنم که انسان اگر اراده کند می تواند در همه امور موفق شده باشد . همچنین به خاطر داشته باشید که مدارا کردن از درون خود ابتدا آغاز می شود زیرا برای دوست داشتن دیگران ابتدا باید خود را دوست داشته باشید . پیروزی با شماس، به این شرط که مراقب رفتار و کردارتان باشید .

♦ مرداد:

بایبم در پیچ و خم‌های بازی سرنوشت و شکست‌های سخت زندگی به امید روزی که پیروزی را در آغوش خواهیم کشید در جاده زندگی پیش برانیم و از آنچه امروز دلمان را به درد واداشته است نهراسیم. همیشه خدا را در نظر داشته باشید و او را بجویند. آری این است وظیفهٔ انسان. او مدتهاست که به یاد شماس، این شما هستید که او را فراموش کرده‌اید.

♦ شهریور:

تسلیم و رضا در برابر خواست خداوند ، رمز خوشبختی است. چرا سعادت را در خارج می جوئید؟ سعادت درون خود شماس. اگر امروز به کسی صمیمانه مهر ورزیده باشید، امروز غنی تر از بیروزید. بزرگ‌ترین اشتباه، نادیده گرفتن دیگران است. بداندی اعمال‌تان به همان اندازه که بر دیگران اثر می گذارد شما را نیز تحت تاثیر قرار می دهد .

♦ مهر:

ذهن خود را با آرزوی دیدار خداوند پر کنید . همیشه او را ستایش کنید و از شگوه و جلال او لذت ببرید . انسان با سکوت و تفکر خواهد توانست صدای الهی را با گوش جان بشنود. تعصب و بدبینی بلای جان آدمیان است. کسی که نسبت به نزدیکان خود چنین نگرشی داشته باشد روزگار خود و اطرافیان خود را سیاه کرده است. سعی کنید خوش بین و با گذشت باشید .

♦ آبان:

شما به اندازه کافی قوی ، باهوش و شجاع هستید. نیازی نیست سعی کنید خودتان را بزرگ تر از آنچه هستید نشان دهید. این امر باعث می شود که مجبور شوید یک انرژی اضافی برای این بزرگنمایی صرف کنید . با کسی مجادله می کنید که می تواند تاثیر عمیقی بر زندگی شما داشته باشد . یک پول قلمبه به دستتان می رسد. فراموش نکنید که بیهوده آن را خرج نکنید .

♦ آذر:

شهریور ماه برای شما همراه با کشف و شهود بزرگی است. همان قدر که در این ماه برای دیگران عجیب هستید برای خودتان هم متفاوت به نظر خواهید آمد . حتی گاهی اوقات احساس می کنید با خودتان غریبه هستید . نگران نشوید و با آرامش کامل از شناسایی این شخصیت جدید خود لذت ببرید . شخصیت شما آمیزه‌ای از بهترین هاست.

♦ دی:

برخلاف بن بست های سال گذشته امسال تمامی راه‌ها به رویتان گشوده است. پس سعی کنید روشن زندگی کنید و روشنی بخش راه و زندگی دیگران باشید. عقب ماندگی‌ها را به کناری بگذارید و به داشته‌هایتان ایمان آورید. ذهنتان را خانه‌تکانی کنید و خود را از قیودی که دست و پایتان را می بندند رها کنید .

♦ بهمن:

زندگی یک تداوم است . ترانه‌ای است که هرگز پایان نمی یابد. پیش از قبول کردن هر پیشنهادی و یا نقطه نظری به خوبی آن را مطالعه و ارزیابی کنید . سعی کنید قاطعانه نظرات خود را اعلام کنید . بی‌نیاز انتخاب بهترین‌ها باشید و به خودتان بگویید که قادرید یک زندگی پرشکو‌ه را بنا نهد .

♦ اسفند:

همواره به هدفان ادامه دهید و بداندی تفاوت برندگان و بازندگان در این است که برندگان به تلاش خود ادامه می دهند و همواره به هدف می گزیند. اگر به مشکلی برخوردید ببینید بی‌نیاز هستی که هنوز امتحان نکرده باشید. به یاد داشته باشید هنگام رویارویی با مشکلات، قدرت فکر عالی ترین نیروی شماس.