

گفت و گو با علیرضا شهاب فیز یوتراپیست

شفا بخشی

شبهه زندگی



امیر کوید که در ماساژ به مهارت هایش رسیده و از این طریق می تواند ضمن انصاف پذیری بدن ورزشکاران دردها و زخم های عمیق



به نام ماساژ

مر ترضی قدیمی

ماساژ دادن و استفاده از چند حرکت درمانی روحیه ورزشکاران را افزایش دهد و او را به این باور برساند که می تواند به بازی ادامه دهد.

علیرضا شهاب که حالا دیگر بعد از گذشت چندسال خودش را عضوی از تیم ملی فوتبال ایران می داند، علاوه بر این که همیشه نگران سابق بازیکن تیم ملی است، بازی های تیم نیز برایش بسیار مهم تر شده اند. او بازی های المپیک چین را فراموش نمی کند، زمانی که تیم ایران به فینال نرسید و او هم مثل دیگران بغض کرد.

در تمام بازی های ورزشی، تیم پزشکی باید همیشه از ابتدا تا انتهای بازی در کنار زمین حضور داشته باشد.

علیرضا می گوید: تیم باین موند که چندین بار در دو سال گذشته ۲ بوشک، ۲ فیوزیوتراپیست و ۴ ماساژور داشت. در حالی که تیم ملی ایران را صرفاً دو پزشک و ۲ فیوزیوتراپیست همراهی خواهند کرد.

او که ضمن توانمندی در زمینه فیزیوتراپی در زمینه ماساژ درمانی نیز به مهارت هایش رسیده است، می گوید: یک فیوزیوتراپیست باید حرکات ماساژ درمانی را نیز یاد بگیرد چرا که یک فیوزیوتراپیست ورزشی باید ضمن افزایش انعطاف پذیری بدن ورزشکاران، عضله ها را در حالت منقبض و بعد از آن عضلات او را به سطح اولیه بازگرداند.

او می گوید: ماساژ باعث افزایش جریان خون می شود و استفاده دقیق از حرکات مختلف باعث می شود، عضلات به آرامش و انبساط برسند.

تلاش می شود دردها کاهش پیدا کند. اما امروزه تلاش می شود تا حد امکان کمتر از دستگاه ها استفاده شود. زیرا استفاده از دست ها هر یک فیوزیوتراپیست است و کسی در این رشته باید در البته هنرمندتر است که کمتر از دستگاه ها استفاده کند. یک فیوزیوتراپیست با تجربه صرفاً به کمک دست هایش و با حرکت دادن مفاصل می تواند گیرنده های درد را پیدا کند و با ماساژ دادن و ایجاد حرکت های ویژه درد را کاهش دهد.

او ادامه می دهد: ادامه تحصیل در رشته تربیت بدنی باعث شد توانایی های من به عنوان یک فیوزیوتراپیست افزایش پیدا کند. چرا که بیمار من از فردی که فرستاد او در ارتباط باشم، مصدوم ورزشکار است. تحصیل در رشته تربیت بدنی باعث شد توانم در زمینه فیزیوتراپی موقت تر عمل کنم. علیرضا تصور می کند یک فیوزیوتراپیست به واسطه ارتباطات نزدیک که با بیمار دارد، باید بتواند ضمن درمان او یک رابطه حسنی و روانی نیز برپا و برقرار کند. طوری که در مصدوم فیزیوتراپیست را باور کند.

او معتقد است در بسیاری از موارد فرد مصدوم را صرفاً روان درمانی می کند و تقریباً مشکل فیزیکی خاصی نیست. پیامدها، از بازی ورزشی مثال می ندمی می گوید: اغلب این اتفاق پیش می آید که بازیکنی در طول بازی با او برخورد می کند و او را زخمی می کند. مصدوم شده است، در صورتی که تپش بسیار خسته است و مصدومیت خاصی ندارد و این وظیفه فیزیوتراپیست است که بتواند همراه با

بود، حالا از نزدیک می دید و کنار آنها بود و در ضمن مسؤلیت خطیری در قبال آنها داشت. می گوید: اگر راهمایی ها و انتقال تجربیات دکتر خانلاری در مجموعه ورزشی تیم ملی نبود، شاید به این سرعت نمی توانستم به یاد خود، خودم را از دردی تیم ملی برسم.

علاقه مندی فراوان علیرضا به مثل خودش و در عین حال حضورش در یک موقعیت متفاوت باعث می شود در کارش بسیار پیشرفت کند. با اینکه اغلب حشرش شلوع بود، اما مطالعه و در عین حال تحقیق در زمینه پزشکی ورزشی را رها نمی کند و اینطور می شود که برای افزایش آگاهی های خودش در رشته تربیت بدنی فوق لیسانس می خواند. او می گوید: یک فیوزیوتراپیست زمانی که در دانشگاه مشغول به تحصیل است، بیشتر با تئوری مسائل این رشته آشنا می شود و با وجود اینکه واحد های و نیز به صورت عملی می گذراند اما در واقع زمانی به چنگلی کامل می رسد که در تجربه چیزهای یاد آرد. تجربه در بعضی از رشته ها بسیار مهم و ضروری است.

او که قبل از ورود به مجموعه ورزشی تیم ملی تجربه مناسی کسب کرده بود و در عین حال تئوری خوبی از رشته خودش در دانشگاه به دست آورده بود، تصور می کرد نیازمند توانایی های دیگری هم هست. علیرضا در خصوص مسؤلیت ها و مدل عملکرد یک فیوزیوتراپیست می گوید: «در فیزیوتراپی چند وسیله در دستم داریم که اغلب از طریق انتقال جریان ها توسط دستگاه ها

داروسازی بسیار مشکل داشت. پس از تحقیق در خصوص فیزیوتراپی آن را انتخاب کرد و سعی کرد تمام خاطرات دوران کودکی و نوجوانی اش را در مورد رشته شیمی فراموش کند. می گوید: یاد نمی دهم عاشق شیمی بودم و هر وقت فرصت می کردم خمیر دندان و آسپول و پمادهای هم مخلوط می کردم و ترکیب جدید، داخل ظرف های آزمایشگاهی حرارت می دادم تا شاهد فعل و انفعالات شیمیایی باشم. علاقه مندی اش به شیمی و داروسازی تا قبل از ورود به دانشگاه همچنان ادامه یافت اما سرانجام مصدوم می رسد.

علیرضا که با وارد شدن در رشته فیزیوتراپی آرام بود به فیزیوتراپی را انتخاب کرد. علیرضا که در رشته فیزیوتراپی آموخته بود، در رشته تخصصی اش اوقاتش صرف مطالعه و تحقیق در رشته تحصیلی اش می شود. او از آنجا که پدرش بازنشسته تربیت بدنی بود، خواسته با ناخواسته تیم نگاه می بود. مسائل ورزشی داشت و شاید به همین دلیل بود که ضمن تحصیل در رشته فیزیوتراپی و شناخت و بررسی آسیب های ورزشی توانم نشان داد تا آنجا که پایان نامه اش را نیز در خصوص آنژیومی میج با نوشت.

چنان این شبهه «شبهه زندگی» بعد از فراغت از تحصیل در کلبینک های فیزیوتراپی مشغول به کار شد و البته مدتی را هم در مدارس تربیت بدنی تحقیق هایش را دنبال کرد. او معتقد است: اگر اوضاع بعضی از اتاق ها ناگهان مسیر زندگی را عوض می کنند، گاهی اوقات بعضی از مسیر های اتفاقی را هم عوض می کنند، و خودش به مجموعه پزشکی تیم ملی فوتبال کشور بود. او که حسابی به رشته اش علاقه نشان می داد و او در حرف دیگر مشکلات و مسائل پزشکی ورزشی و نیز زندگی می کرد، نامه ای برای سازمان تربیت بدنی نوشت تا به عنوان فیزیوتراپیست تیم های ورزشی مشغول به کار شود.

کمزور او در همه وقت با او تماس می گیرد و کارش آغاز می شود. اوایل کار کمی همچنان زده به نظر می رسید چرا که وارد اردوی تیم ملی شده بود و کلیه کسانی را که تا روز قبل فیزیوتراپیست بودند و دید و چهار آنها را در مجلات دیده

چشم دوخته آید به مسجدها تا روزی روشن و روشن دانگ حوسان به بازی فوتبال است که به صورت مستقیم پیش می شود. تیم همچونان گل زده است و حساسی سر کیف هستند که تیم مقابل در محله جدید قدم نهالته می برد. دوازدهمین گل هم می خورد و در دره به خودش می بیند. داور کارت قرمز به دست دارد. تیم پزشکی بالای سر بازیکن مصدوم می رسد.

بازی یک- یک می شود و حساسی حالت گرفته می شود. بازیکن مصدوم سر حال تر از قبل وارد بازی می شود و تمام آن لحظات پر از درد را فراموش می کند. با خود فکر می کنی، مگر تیم پزشکی طرف چند دقیقه با او چه کردند؟ اما خودت فکر می کنی حتماً آن بازیکن سر دار کلاه گذاشته و این که می بینی بازی دره تبدیل به مسواقی شده عصبانی می شوی!

اما واقعا تیم پزشکی برای مصدوم کار خاص و خازر ایامه ای انجام دادند و یا اینکه آن بازیکن را دور و فریب داد و توانست نتیجه را تغییر دهد؟

از اغلب بازی های ورزشی، به ویژه در مسابقات فوتبال شاهد برخورد های شدید بین بازیکن ها بوده ایم که با رسیدن دکتر بالای سر آنها پس از گذشت چند دقیقه، آن فرد به وضعیت مناسبی می رسد. شاید دیدن آن لحظات که فرد مصدوم از درد به خودش می بیجد و اینکه بعد از چند دقیقه دوباره می تواند به بازی برگردد برای این سوال را ایجاد کند که که در تکی بازی های ورزشی این سوال را ایجاد کند که که در تکی فیزیوتراپیست تیم ملی فوتبال کشورمان رتیم تا ضمن آشنایی او با مثل و تخصص او بداندیم.

علیرضا وقتی نتایج تکلیف دانشگاه را گرفت این فرصت را داشت تا به رشته باکلاس داروسازی دانشگاه آزاد رشته فیزیوتراپی دانشگاه دولتی فکر کند و یکی از این دو را انتخاب کند. او با آنکه در خصوص برداخت هزینه های رشته

یکی به شکل خود ما

جوان

حیوان دوستی

که نامزد جایزه ای

مهم شد



حیوان ها وقت فراغت زیادی دارند، بعضی از آن ها این وقت را به ورزش کردن می گذرانند، بعضی دیگر در کلاس های آموزشی شرکت می کنند و برخی دیگر هم در میهمانی ها و مجامع دوستانه اوقات گذراشتن روی حیوانات، آن هم حیوانات مجروح، احتمالاً گربه در صد بسیار کمی از جوانان خواهد بود، احتمالاً به همین دلیل است که لورا جیمزبان یک جوان متفاوت از بقیه می شود و البته این متفاوت بودن جایزه ای را هم برای او به ارمغان آورده است.

لورا جیمزبان هفده ساله که ساکن حال یلیت کریست در یکسالت است روزهای تعطیل شنبه خود را در مرکز ملی دامپزشکی، گیلند می گذراند. او که در مرکز ملی دامپزشکی، گیلند این مرکز می رود. این مساله باعث شده که او اسمال یکی از نامزدان نهایی بهترین خیرخواه volunteer of the year انگلستان شود.

او در معرفی او در پروفایل این جایزه آمده است: او به تمام حیوانات بیمار کمک می کند، به پزشکان و پرستاران هر مرکز کمک می کند و حتی لانه ها و محل زندگی حیوانات را هم تمیز می کند. تمام افراد شاغل در این مرکز و تمام کسانی که حیوانات خود را به این مرکز برده اند، از اخلاق و رفتار وی تعریف و تمجید می کنند.

مارتین هج مسؤل مرکز گیلند انیمال می گوید: او بهترین و پایدارترین همیاری است که من طی بیست و دو سال کار در این مرکز دیده ام، رفتار او اصلاً رفتار یک نوجوان هفده سال نیست، رفتار او با حیوانات بسیار عالی است و تقریباً تمامی حیوانات این مرکز به مدتی که اینجا هستند به او وابسته می شوند، مهربانی او با حیوانات طوری است که حیوانات هم متوجه آن می شوند و جذب او می شوند.

لورا در حال حاضر در مدرسه توانایی می کند. وی قصد دارد، تحصیلاتش را در رشته دامپزشکی ادامه دهد و به کار در این رشته بپردازد.

زمین فروشی در شمال

یک قطعه زمین خور به مساحت ۳۸/۰۰۰ متر در حریم شهر سرخرود استان مازندران مسجور جاده صمودآباد، فرودکن گذار به فروش می رسد.

برای اطلاعات بیشتر با تلفن شماره ۰۱۶-۹۱۶ تماس حاصل نمایید.

تلفن: ۸۸۷۳۶۵۹۰ شماره: ۸۸۷۳۶۹۸

ایران خودرو

پدیده ای آگهی

تلفن: ۸۸۷۳۶۵۹۰ شماره: ۸۸۷۳۶۹۸

آگهی شناسایی پیمانکار

موضوع: مناقصه شماره ۸۴/۵۳

مربوط به: ارائه خدمات عملیاتی تعمیرات شیرآلات صنعتی، مبدل های حرارتی و فلزکاری

شرکت پالایش نفت آبادان در نظر دارد، موضوع مناقصه شماره ۸۴/۵۳ را به مشخصات و شرایط کلی زیر از طریق مناقصه عمومی به شرکت های واجد شرایط واگذار نماید.

شرح مختصر خدمات:

خدمات عملیاتی محرک شامل تعمیر فضاها، نشت اوله، رتینه کردن مبدلها، برش نیویها، خالی کردن نیوب با فل ها، تنظیم و بستن بافایا، اسمبل کردن نیوب باندلها و ... و ساخت و ترمیم انواع پلنت فرم، تعمیر و در صورت نیاز ساخت چنل، چنل کاور فلونیک هتد، فرم دادن انواع فلزات طبق نقشه و ساخت انواع ریگها، سینی برچها و ... طبق مفاد اسناد مناقصه محرک

به محل ارائه خدمات: مدت انجام کار و مبلغ برآورد پایه ۰۰۰/۸۹۷/۴۰۰ ریال

محل ارائه خدمات آبادان و مدت اجرای کار یکسال و مبلغ برآورد پایه ۰۰۰/۸۹۷/۴۰۰ ریال

مدارک مورد نیاز:

- ۱- تصاویر مصدق اساسنامه، آگهی تاسیس و کلیه آگهی های تصحیلات و تغییرات و ... بعدی شرکت تکتون و مندرج در روزنامه رسمی.
- ۲- نمودار سازمانی و مشخصات، تحصیلات و سوابق کارکنان شرکت.
- ۳- فهرست کارهای انجام شده یا در حال انجام شرکت با تأییدات مربوطه (گواهی پایان کار - مفاسد حساب و ...)
- ۴- ارائه مدارک و سوابق کاری انجام شده مشابه موضوع مناقصه
- ۵- ارائه مدارک لازم دال بر دارا بودن رتبه خدماتی و گواهی تعهد صلاحیت معتبر و مرتبط با اداره کار و امور اجتماعی.
- ۶- رهایت نامه یا توثیق نامه از کارفرمای قبلی.
- ۷- امکانات و تجهیزات، تخصص و توانایی های، نرم افزاری و مالی برای انجام کار.
- ۸- ارائه مدارک دال بر دارا بودن کم شی و نظام مدیریت HSE (ایمنی، بهداشت فضای و محیط زیست) متناسب با موضوع پیمان.
- ۹- ارائه سایر مدارک و اطلاعات لازم که در ارزیابی توانمندی شرکت موثر خواهد بود. (داخالتن نظمیاتی کیفیت - ابتکارات و ...)

از شرکت هایی که آمادگی انجام خدمات محرک و توان تهیه مدارک محرک و شرکت در مناقصه به مبلغ ۰۰۰/۹۴۰۰۰۰۰ ریال را دارند دعوت می شود مناقصه ای عمومی خواهد بود به همراه مدارک فوق محرک که روز پس از درج آگهی به نشانی، آبادان، امور قراردادهای شرکت پالایش نفت آبادان، جنب درب اصلی پالایشگاه آبادان ارسال نمایند.

بجهت است شرکت پالایش نفت آبادان پس از بررسی اسناد و مدارک واصله و در چارچوب ضوابط و مقررات داخلی خود از شرکت های واجد شرایط دعوت به عمل خواهد آورد. ارائه مدارک و سوابق و سایر مدارک محرک و اطلاعات کلی را برای استعلام باید از شرکت های علاقه مند و متقاضی می توانست برای کسب اطلاعات بیشتر در زمینه موضوع مناقصه محرک با تلفن: ۰۱۶-۲۲۴۶۰۰۱ تماس حاصل نمایند.

ضمناً آگهی های این شرکت در شبکه اطلاع رسانی شاه به نشانی WWW.Shana.Ir درج شده است.

روابط عمومی

تجدید فراخوان عمومی

بانک سپه در نظر دارد، سیستم کارت مغناطیسی و هوشمند خود را از طریق فراخوان عمومی تهیه نماید.

لذا کلیه شرکت ها می توانند تا آخر وقت اداری (۱۴/۳۰) روز یکشنبه مورخ ۸۴/۱۱/۲۳ به مراجعه به دفتر این اداره واقع در خیابان سعدی شمالی، روبروی مسجد قائم (عج) ساختمان ۳۵۰، طبقه هفتم نسبت به دریافت برگ شرایط شرکت در فراخوان اقدام نمایند.

آگهی مزایده شماره ۸۴/۳۰

شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی منطقه آبادان در نظر دارد، تعداد ده دستگاه مطن ۴۰ تنی و سیزده دستگاه مطن ۶ تنی گاز مایع متر از خود واقع در نلسیسات گاز مایع آبادان را از طریق مزایده عمومی به فروش برساند.

مقتضیات می توانست برای اطلاع از شرایط و دریافت مدارک شرکت در مزایده، در ساعات اداری به نشانی آبادان، بریم جنوبی، شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی منطقه آبادان، مطبوعات، رتگی (تلفن: ۰۵۱-۳۳۳۳۰۰۰۰) مراجعه و پس از واریز مبلغ بیست میلیون ریال به حساب جاری ۱۳۴۵۱، بانک ملی مرکزی آبادان به عنوان سوره شرکت در مزایده، در دریافت رسید وجه از امور مالی، پیشهاد خود را در پلاک سرسیفده حاجتر تا ساعت ۱۰ در تاریخ انتشار این آگهی به نشانی فوق تحویل و رسید دریافت نمایند.

روابط عمومی

شرکت ملی پخش فرآورده های نفتی منطقه آبادان

موسسه فرهنگی هنرستان میراث جاوید

توری های کریمه ملت فن آوری اطلاعات کازیری

در تجربه های قبل از طریق آزمون ورودی برگزار میباید.

تلفن: ۲۲۰۵۲۲۹۵ - ۲۲۰۵۱۲۷۶

آخرین مهلت نام نویسی ۸۲/۱۲/۲۳

جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن های درج شده تماس حاصل نمایید.

آگهی دعوت مجمع عمومی فوق العاده

جلسه مجمع عمومی فوق العاده نوبت اول شرکت تعاونی ۱۰۱۳ آبپدر کرستان با نیت تقاضای کتب تکثیر شده، اطلاعیه هیات مدیره شهرتاسر سندخ در ساعت ۱۰ عصر روز شنبه مورخ ۸۴/۱۱/۱۵ در محل شهرک پهران ۳ قرار و باهمر مسجد ایا علی جنوب پروژه ۶۷۲ واحدی تشکیل می گردد. بدینوسیله از کلیه اعضای شرکت تعاونی دعوت به عمل می آید که جهت اخذ تصمیم نسبت به موضوعات زیر در این جلسه در وقت مقرر حضور به هم رسانند. در صورتی که برای هر کدام از اعضا شرکت حضور فیزیکی و اسماعلی در جلسه حضور نیی باشد، طبق ماده ۶۸ اساسنامه شرکت حوزاری خود را به موجب وکالتنامه کتبی به نمایندگی نام انتخاب خود از میان اعضا یا خارج از اعضا وکالت کرد و هر کسی می تواند علاوه بر این خود حاجتر دوری با وکالت داشته باشد.

مدتسور جلسه: ۱- تعیین موباد اساسنامه جدید - ۲- تعیین نام شرکت تعاونی

شرکت تعاونی مسکن آبپدر کرستان (فرع حرکت آگهی سابق)

آگهی مزایده

مجمع صنایع لاستیک کرمان قصد دارد تعدادی از خودروهای مسازاد خود را از طریق مزایده به فروش برساند.

از مناقصه ها دعوت به عمل می آید تا برای مزایده از خودروها و تکمیل اوراق مزایده به نشانی کارخانه واقع در کرمان، یک کیلومتر ۱۸، جاده جویبار مراجعه نمایند.

تلفن تماس: ۰۳۴۱-۲۲۴۴۰۰۹

مجمع صنایع لاستیک کرمان (لاستیک بارز)