

# گاهنامه



انجمن خیریه حمایت از  
بیماران مبتلا به سرطان  
استان زنجان





### **Board of Directors:**

Asghar Vosough (Chief Executive Officer), Dr. Hossein Amarloo (Chairman of the Board of Directors), Dr. Seyed Sajad Mohammadi Fard (Vice Chairman of the Board of Directors), Mahmoud Yousefi (Treasurer), Mohammadreza Vosough, Valiollah Bayat, Sirous Miyaneji, Younes Bazargani, Behrouz Kavandi

### **Inspectors:**

Jalal Baharian, Alireza Vosough, Mohammad Saleh Aghayi

### **اعضای هیئت مدیره:**

جناب آقایان: مهندس اصغر وثوق (مدیر عامل)، دکتر حسین عمارلو (رئیس هیئت مدیره) دکتر سیدسجاد محمدی فرد (نایب رئیس هیئت مدیره)، مهندس محمود یوسفی (خزانه دار)، مهندس محمدرضا وثوق، مهندس ولی‌اله بیات، مهندس سیروس میانجی، مهندس یونس بازرگانی، بهروز کاوندی

### **بازرسین هیئت مدیره:**

جناب آقایان: حاج علیرضا وثوق، حاج محمد صالح آقائی



## فهرست

۲.....	پیشگفتار.....
۴.....	معرفی کمیته مددکاری.....
۶.....	بخش روانشناسی.....
۷.....	مصاحبه بیمار.....
۸.....	امیدبخشی.....
۹.....	تغذیه با ویتامین ها.....
۱۰.....	معرفی دفتر شهرستان ابهر.....
۱۲.....	شعر.....
۱۳.....	معرفی خیربزرگوار مرحوم حاج کمال الدین محرمی.....
۱۶.....	معرفی خیر بزرگوار جناب آقای محمدرضا توابی.....
۱۸.....	متهم ردیف اول سیگار.....
۱۹.....	اخبار مهرانه.....
۲۳.....	معرفی بخش پزشکی هسته ای.....
۲۶.....	مقاله ورزشی در خصوص سرطان.....
۲۷.....	ملاحظات تمرینات بدنی برای بیماران مبتلا به سرطان.....
۲۸.....	بازدید خیریه ها از مهرانه.....
۳۰.....	ویژه نامه مهر تا مهرانه.....
۳۸.....	معرفی دفتر بنر.....

### گروه نشریه

سردبیر: مهناز صنعتکار

هیئت تحریریه: دکتر محمود حکمی، دکتر روح اله بیانی، معصومه محمدیاری، آیدا بیات

ویراستار: غزاله دانشور، دکتر کمال ناصری

گردآورانندگان مطالب: لادن ورعی یگانه، مریم جعفری

امور فنی: کانون تبلیغاتی رسا

گرافیک: حقگو - خلفی

عکاس: اشکان کاظمی، بهرام بیات

مترجم: ملیحه انصاری

تایپست: لادن ورعی یگانه، نگار نجفلو، محبوبه گوزلیان

امور چاپ: چاپ نگارستان

## پیشگفتار

امروزه نقش مهم و اساسی اطلاع‌رسانی برای برقراری و ساماندهی روابط فرهنگی و مناسبات اجتماعی بر همگان روشن است، از این‌رو مدیریت اطلاع‌رسانی مهرانه ایجاب می‌کند تا با تکیه بر رسانه‌های جمعی اعم از فضای مجازی و حقیقی، فعالیت‌های انجمن مهرانه و همچنین فعالیت‌های شبانه‌روزی خیرین و حمایت‌های مردمی و خدمات امدادی درمانی انجمن را به صورت شفاف به اطلاع مردم نجیب و سخاوتمند زنجان برساند، به این منظور گاهنامه مهرانه، با رویش مجدد خود و با مدیریت جدید اقدام به تشریح اخبار و خدمات مهرانه نموده است، باشد که با به تصویر کشیدن حماسه مردم زنجان بتوانیم اندکی از وظیفه‌قردانی خود نسبت به تلاشگران خانواده بزرگ مهرانه را به انجام رسانیم.

همچنین گاهنامه مهرانه بر آن است تا با توضیح توانمندی مهرانه عزیز بتواند نقش الگو سازی برای جامعه ایران بطور خدایسندانه ایفا نماید.

در پایان برای دوستان خودم در کمیته تبلیغات و اعضا محترم نشریه مهرانه آرزوی توفیق و موفقیت روز افزون دارم. امیدوارم مطالب نشریه فعلی و نشریات آینده مورد توجه اهل نظر قرار گیرد.

مدیرعامل - اصغر وثوق





Today, the important and fundamental role of information for establishing and organizing cultural relations and social relations is clear to everyone, therefore Mehraneh information management requires that by relying on mass media, both virtual and real, the activities of Mehraneh Association and also To transparently inform the noble and generous people of Zanjan about the round-the-clock activities of the benefactors and public support and medical relief services of the association, for this purpose Mehraneh magazine, with its re-emergence and new management, has tried to describe the news and services of Mehraneh. May we be able to fulfill a little of our duty of gratitude towards the efforts of the great Mehraneh family by portraying the saga of the people of Zanjan.

Also, Mehraneh's magazine aims to explain the capabilities of Mehraneh Aziz so that she can play the role of role model for Iranian society in a godly way.

In the end, I wish my friends in the advertising committee and the respected members of Mehraneh magazine more and more success.

## معرفی کمیته‌های مهرانه



### کمیته مددکاری و درمان انجمن مهرانه

مسئول کمیته مددکاری: خیرگرانقدر سرکار خانم ملیحه قدیمی

ویزیت بیماران در مددکاری مهرانه توسط پزشک روانپزشک  
خیر مهرانه؛ جناب آقای دکتر احمد ذوالقدریها بصورت رایگان  
ویزیت انجام می‌گیرد.  
- معرفی بیماران به گروه ورزشی یوگا  
- معرفی بیماران جهت تهیه کلاه گیس رایگان به فروشگاه‌های  
مادمو و طرفه  
- ارائه معرفی نامه به مهمانسرای تهران برای بیماران که نیاز  
به درمان در تهران دارند.  
- ارائه معرفی نامه به دندانپزشک خیر، و فیزیوتراپیست خیر  
مهرانه در صورت نیاز بیماران  
- پرستاران خیر در صورت نیاز به منزل بیماران مراجعه و تزریق  
رایگان انجام می‌دهند  
- معرفی بیماران به انبار مهرانه جهت دریافت تجهیزات مورد  
نیاز بیماران اعم از تخت، دستگاه هواساز و ... که تجهیزات توسط

#### چرایی کمیته مددکاری و درمان:

کمیته مددکاری انجمن مهرانه از بدو تأسیس مهرانه جهت  
بهبود خدمت به بیماران مبتلا به سرطان و نظم بخشی به  
خدمات برای بیماران مهرانه بوجود آمده است.

#### اهمیت کمیته مددکاری و درمان:

بیماران علاوه بر نیازهای مادی و درمانی که توسط واحد درمان  
تأمین می‌شوند، نیازهای غیر مادی و معنوی نیز دارند. بر  
همین اساس کمیته مددکاری می‌تواند گام بزرگی در جهت  
کاهش آلام و رفع نیازهای مادی و غیرمادی بیماران بردارد.

#### فعالیت‌های کمیته مددکاری و درمان:

- تشکیل پرونده بر اساس الگوهای تعیین شده  
- بررسی دقیق وضعیت مالی بیماران و تعیین درصد صحیح آن  
جهت حمایت‌های مهرانه  
- بازدید  
- روانشناسی روزانه بیماران و خانواده بیمار  
- اهداء کمک هزینه درمان  
- تنظیم برنامه‌های آموزشی، بهداشتی و تفریحی به منظور  
کمک به بیماران:  
به عنوان نمونه: برگزاری سالیانه‌ی برنامه شاد و مفرح برای  
روحیه بخشی به بیماران در باغ یکی از خیرین با اجرای مسابقه،  
جایزه و پذیرایی مفصل که تمامی هزینه‌ها توسط خیرین تأمین  
می‌شود.  
- معیشت:  
بیماران نیازمند بصورت سالی ۴ بار و تعدادی از بیماران  
بصورت ماهانه سبد معیشت دریافت می‌کنند که هزینه‌ها  
توسط اسپانسر تأمین می‌شود.  
- تأمین ایاب و ذهاب  
- پرداخت وام به بیماران  
- معرفی بیماران به روانپزشک:





### قانون کلی:

- حمایت‌درمانی انجمن خیریه مهرانه شامل بیماران ساکن استان زنجان و سه شهر همجوار (بیجار، تکاب و میانه) می‌باشد و برای بیماران دیگر استان‌ها فقط خدمات رادیوتراپی در کلینیک مهرانه و مهمانسرای تهران ارائه می‌شود.

خیرین به انجمن اهدا شده است.  
- هماهنگی با واحد مددکاری شهرستان‌ها و ارسال پرونده مجازی بیماران به هر شهرستان  
- تنظیم و ارائه گزارش فعالیت و آمار مربوطه به مدیرعامل انجمن به صورت ماهانه و سالانه



## اگر می خواهید اضطراب زندگی را تسخیر کنید، در لحظه زندگی کنید

خانم محمدیاری - روانشناس

ذهن آگاهی یعنی چه!؟

حتما تا حالا تو زندگی مشکلاتی براتون پیش اومده یا مشکلات گذشته، ذهنتون رو درگیر خودش کرده و ناامید و افسرده شدید. یا خیلی وقتها نگران اتفاقات و شرایطی بودید که ممکنه در آینده برای خود یا عزیزانتون پیش بیاد.

این افکار کلی هیجانات غیرواقعی و ناخوشایند براتون به وجود آورده و به کندن پوست، پرخوری، پرخواهی، پرخاشگری، وسواس کاری، کنترل گری و اهمال کاری روی آوردید. من به دنبال ریشه‌ها و دلایل به وجود آمدنش نیستم، می‌خواهم یه راهکار فوق العاده ارائه نمایم. ذهن آگاهی یا "mindfulness" یه روش خوب و آرامش بخش برای این است که بتوانید تمرین کنید و در لحظه حال باشید. در زمان سیر نکنید و درگیر اتفاقات گذشته و آینده نباشید.

این فنون شما را به لحظه حال سوق می‌دهند. هر یک را امتحان کنید و ببینید کدام بیشتر با شما سازگار است.

برخورداری از یک روحیه قوی برای ما انسان‌ها، حکم پوشیدن زره فولادین را دارد در برابر تیرهایی که از کمان رها شده و سمت ما می‌آیند، تیرهایی که کمانش در دست زندگی است! چه بخواهیم و چه نخواهیم باید خودمان را در برابر کمان زندگی هوشیار کرده و این زره فولادین را بر تن کنیم. یکی از تیرهای رها شده از کمان نامش "سرطان" است؛ یکی از بیماری‌های سختی که امروزه افراد زیادی از جامعه در حال مبارزه با آن هستند و فرد بیمار علاوه بر تاثیرات جسمی و عوارض جانبی بیماری، از نظر روحی و روانی تحت فشار زیادی قرار می‌گیرد به نحوی که برخورداری از یک روحیه قوی می‌تواند در روند درمان و بهبودی فرد مبتلا در صورت رعایت نکات ضروری به شدت کمک کند به همین دلیل بیمار نباید تنهایی بار بیماری را بر دوش بکشد و نیاز به تقویت روحیه توسط خانواده و اطرافیان خود دارد.

بیمار در این دوره نه به ترحم بلکه به درک نیاز دارد. تیری است که از کمان رها شده و باید زخم را درمان و تیر را خارج کرد اما فرد زخمی باید مقاوم باشد و به این راحتی‌ها پا پس نکشد.

به فرد مبتلا کمک کنید تا حد امکان مانند بقیه یک زندگی معمولی داشته باشد.

با مشورت با او تصمیم بگیرید به چه فعالیت‌هایی علاقه دارد

تا

انجامش دهید.

همراه او باشید تا کارهایی را انجام دهد که از آن

لذت می‌برد چرا که لذت بردن و تزیق شادی بر روحیه فرد مبتلا، چند قدم او را به بهبودی نزدیکتر می‌کند.

ممکن است بیمار در تنهایی‌اش افکار منفی و یا افسردگی یا خشم ناشی از شرایطش، سراغ ذهن و روانش بیاید در صورت لزوم از مشاور و روانشناس کمک بگیرید، و تا جایی که می‌توانید شما دیگر ذهنش را درگیر نکرده و به شدت بپرهیزید.

کارهای بی‌اهمیت را در برابرش کنار بگذارید.

برای او گوش شنوا باشید و بدون نگاه ترحم‌آمیز یا قضاوت اجازه دهید احساساتش را با شما در میان بگذارد و برای شنیدن حرفهایش او را تشویق کنید.

امن و حمایتگر باشید؛

اگر از بیماری‌اش حرف می‌زند و احساساتی می‌شود بگذارید ادامه دهد او را سرزنش نکنید و بحث را تغییر ندهید، اجازه دهید خودش را خالی کند و در تنهایی‌اش خودخوری نکند.

اگر می‌خواهد خودش کارهایش را انجام دهد جلوی او را نگیرید، برای بیمار مهم است که بتواند خودش کارهایش را انجام دهد.

نگذارید یک تنه بار بیماری را بر دوش بکشد همراه او باشید تا با هم از این مرحله سخت زندگی عبور کنید.

گاهی نیاز به خلوت و تنهایی دارد به او این اجازه را بدهید، همه ما گاهی به خلوت نیاز داریم، او را سرکوب نکنید. در عوض مدتی که

کنارش هستید مفید عمل کنید تا مبادا زره فولادی را از تن در بیاورد.

این واقعیتی است که باید بگویم «بیمارانی که در طول درمان خود از روحیه بالاتری برخوردار هستند زودتر بر این بیماری پیروز شدند تا کسانی که احساس ضعف و تنهایی می‌کنند، پس مراقب تنهایی بیمار خود باشیم و از تقویت روحیه غافل نشویم.»

امن و حمایتگر باشید





# مصاحبه با بیمار



۱- خودتان را معرفی کنید.

خانم خ.ح

۲- در چه تاریخی و چگونه متوجه بیماری خود شده‌اید؟

اردیبهشت ۱۴۰۱

۳- مراحل تشخیص بیماری را لطفاً با ذکر مراحل توضیح دهید  
۵ سال قبل مشکلی برایم پیش آمد درگیر کیست تخمدان شدم که برای  
از بین رفتن کیست فروردین ۱۴۰۱ تهران جراحی شدم توسط دکتر  
محققی در بیمارستان امام خمینی که ایشان دکتر مقیمی را معرفی  
کردند جهت ادامه درمان.

با مراجعه به خانم دکتر مقیمی شیمی درمانی را ابتدا در بیمارستان  
ولیعصر شروع کردم و بعد تشخیص دکتر مبینی بر درگیری سینه درمان  
برای سرطان سینه را شروع کردم که الان در جلسه پنجم شیمی درمانی  
هستم.

۴- از چه طریقی و در چه مرحله‌ای از بیماریتان با مهرانه آشنا  
شده‌اید؟

از طریق دکتر محقق بعد از جراحی

۵- همان اول آشنایی با مهرانه تشکیل پرونده دادید یا خیر؟  
ابتدا مشاوره توسط خانم دکتر مقیمی انجام شد و سپس پرونده تشکیل  
شد.

۶- بعد از آشنایی با مهرانه، چه خدمات رایگانی در اختیار شما  
قرار داده شده است؟

درصدی از داروها را مهرانه پرداخت می‌کند و خدمات درمان هم رایگان  
است.

۷- برخورد خانواده بعد از تشخیص بیماری و سایر مراحل  
درمانتان چگونه بوده و همراهی گروه روانشناسان مهرانه با شما  
چگونه بوده است؟

خانواده از بیماری اطلاع نداشتند به دلیل بیماری پدر خانواده

برخورد مناسب خانواده بعد از مشاوره‌های دکتر مقیمی

۸- نظر تان را در خصوص مهرانه بفرمایید.

آشنایی قبلی با مهرانه نداشتم و بعد از معرفی دکتر مقیمی آشنا شدم  
بهترین جایی که وجود دارد تا افرادی مثل من وارد شوند.

محیط آرام، کادر خوش اخلاق محیط مناسب و بدون استرس

۹- الان در چه مرحله‌ای هستید؟ (کاملاً بهبود یافته و یا تحت  
درمان)

جلسه پنجم شیمی درمانی از ۱۲ جلسه مرحله بعد پرتودرمانی خواهم  
داشت.

۱۰- همچنان از خدمات رایگان مهرانه بهره‌مند هستید و استفاده  
می‌کنید؟

بله

۱۱- نظر تان راجع به برخورد کادر مهرانه را بفرمایید.  
مهرانه برای من آرامش و امید را هدیه داد و همه کادر درمان بسیار  
خوش اخلاق و مهربان هستند.

۱۲- در آخر اگر نظر و صحبتی ناگفته هست بفرمایید.

امیدوارم درمانم جواب بدهد ولی اگر حتی یک درصد هم منفی باشد باز  
من تلاش خودم را می‌کنم و مابقی را می‌سپارم به خدا به بیماران مثل  
خودم توصیه می‌کنم ناامید نباشند که قطعاً جواب خوبی خواهند گرفت.

۱۳- سرطان چه تجربه‌هایی را به شما داده است؟

به من پشتکار و مبارزه را یاد داد، من یک دختر کاملاً وابسته به خانواده  
بودم ولی اکنون توانستم به استقلال برسم و کارهایم را خودم انجام دهم  
و توانستم با این بیماری کنار بیام و آن را قبول کنم.

۱۴- در این شرایط چه کسانی همراه شما بودند؟

اعضای مهرانه در درجه اول با امیدی که به من دادند و خانواده ام که  
بیماری مرا قبول کردند.

۱۵- همراهی مهرانه چطور بود؟

عالی بود و از زحماتشان سپاسگزارم.

### چند جمله با عزیزان مبتلا به سرطان

نمیخواهم شعاع دهم، حتی نمیخواهم با حرف‌هایم سردردتان دهم، تنها می‌خواهم واقعیتی را بازگو کنم که شاید با شنیدنش، بتوانیم کمی از تلخی طعمش را بکاهیم.

بر خورداری از یک روحیه قوی برای ما انسان‌ها، حکم پوشیدن زره فولادین را دارد در برابر تیرهایی که از کمان رها شده و سمت ما می‌آیند، تیرهایی که کمانش در دست زندگی ست! چه بخواهیم و چه نخواهیم باید خودمان را در برابر این تیرها هوشیار کرده و این زره فولادین را بر تن کنیم. یکی از تیرهای رها شده از کمان نامش «سرطان» است؛ یکی از بیماری‌های سختی که امروزه افراد زیادی از جامعه در حال مبارزه با آن هستند

و فرد بیمار علاوه بر تأثیرات جسمی و عوارض جانبی بیماری، از نظر روحی و روانی تحت فشار زیادی قرار می‌گیرد به نحوی که برخورداری از یک روحیه قوی می‌تواند در روند درمان و بهبودی فرد مبتلا در صورت رعایت نکات ضروری به شدت کمک کند.

به همین دلیل بیمار نباید به تنهایی بار بیماری را بر دوش بکشد و نیاز به تقویت روحیه توسط خانواده و اطرافیان خود، دارد. بیمار در این دوره نه به ترحم بلکه به درک نیاز دارد.

سرطان تیری است که از کمان رها شده و باید تیر را خارج کرد و زخم را درمان نمود اما فرد زخمی باید مقاوم باشد و به این راحتی‌ها پا پس نکشد.

به فرد مبتلا کمک کنید تا حد امکان مانند بقیه یک زندگی معمولی داشته باشد.

همراه او باشید تا کارهایی را انجام دهد که از آن لذت می‌برد چرا

که لذت بردن و تزییق شادی بر روحیه ی فرد مبتلا، چند قدم او را به بهبودی نزدیک‌تر می‌کند.

ممکن است بیمار در تنهایی‌اش افکار منفی و یا افسردگی یا خشم ناشی از شرایطش، سراغ ذهن و روانش بیاید در صورت لزوم از مشاور و روانشناس کمک بگیرید.

کارهای بی‌اهمیت را در برابرش کنار بگذارد. برای او گوش باشید و بدون نگاه ترحم آمیز یا قضاوت، اجازه دهید احساساتش را با شما درمیان بگذارد و برای شنیدن حرف‌هایش او را تشویق کنید.

ایمن و حمایتگر باشید. اگر از بیماری‌اش حرف می‌زنند و احساساتی می‌شود بگذارید ادامه دهد او را سرزنش نکنید و بحث را تغییر ندهید، اجازه دهید خودش را خالی کند و در تنهایی‌اش خودخوری نکند.

اگر می‌خواهد خودش کارهایش را انجام دهد جلوی او را نگیرید برای بیمار مهم است که بتواند خودش کارهایش را انجام دهد. نگذارید یک تنه بار بیماری را بر دوش بکشد همراه او باشید تا با هم از این مرحله ی سخت زندگی عبور کنید.

گاهی نیاز به خلوت و تنهایی دارد به او این اجازه را بدهید، همه‌ی ما گاهی به خلوت نیاز داریم، او را سرکوب نکنید در عوض مدتی که در کنارش هستید مفید عمل کنید تا مبادا زره فولادی را از تن دریاورد.

این واقعیتی است که باید بگویم «بیمارانی که در طول درمان خود از روحیه ی بالاتری برخوردار هستند زودتر بر این بیماری پیروز شدند تا کسانی که احساس ضعف و تنهایی میکنند، پس مراقب تنهایی بیمار خود باشیم و از تقویت روحیه غافل نشویم.»





اصلی ترین ویتامینی که باعث کاهش سرطان سینه می شود B ۱۷ است که در هسته زردآلو می باشد. منابع غذایی: حبوبات، گوشت، لوبیا، غذاهای دریایی، لبنیات، جوانه جو و موز است. عسل و دارچین، درمان کننده سرطان های معده و استخوان شناخته شده است. به مدت یک ماه و سه بار در روز، یک قاشق غذاخوری عسل به همراه یک قاشق پودر دارچین جهت جلوگیری از سرطان مصرف کنید.

منابع و ماخذ:

کتاب ویتامین درمانی - تألیف: غلامرضا آزادی، انتشارات فانوس دانش  
عسل درمانی برگرفته از کتاب خواص شگفت انگیز عسل از دیدگاه معصومین علیه السلام، دانشمندان و طب جدید تألیف مهندس حسن شکری پیوندی، انتشارات بوستان دانش

## تغذیه، ویتامین ها

### نقش ویتامین D در بدن

رشد و شکل گیری طبیعی استخوان ها و دندان ها \*  
تسهیل جذب کلسیم و فسفر بدن  
تقویت سیستم ایمنی بدن و جلوگیری از سرطان های سینه، پروستات و کولون ( بیماری روده )  
افزایش رشد ماهیچه ها و قدرت بدنی در دختران جوان  
منابع: بهترین منبع طبیعی ویتامین D، نور خورشید است، یعنی قرار گرفتن در برابر نور آفتاب، بین ساعات ۱۰ الی ۴ بعدازظهر، زیرا در این ساعات اشعه های خورشیدی در قوی ترین حالت خود قرار دارند.  
ویتامین D هم چنین در کره، تخم مرغ و ماهی نیز وجود دارد.

### ویتامین های گروه B

ویتامین های گروه B جزء مواد مغذی هستند که در ساخت غشای سلولی و کاهش روند از دست دادن حافظه که با افزایش و کهولت سن، ارتباط مستقیم دارد مؤثر می باشد. مصرف اسید فولیک و ویتامین های B ۶ و B ۱۲ باعث کاهش ابتلا به سرطان سینه در خانم ها می شود.



## معرفی دفاتر شهرستان

### گزارشی از عملکرد فعالیت‌های مهرانه - ابهر

• با فرهنگ‌سازی انجام شده و نهادینه شدن سنت حسنه صلح و هبه توسط خیرین در انجمن خیریه مهرانه ابهر تعدادی زمین و ملک به این دفتر واگذار شده است که از آن جمله می‌توان به

(۱) اهداء یک قطعه زمین به مساحت ۱۲۰۰ مترمربع جنب بیمارستان الغدیر ابهر توسط خیر محترم آقای قربان جعفری (۲) واگذاری یک باب ساختمان به صورت شش دانگ به مهرانه ابهر توسط خیر محترم روشندل مرحومه خانم قیزبس ترکی

(۳) صلح یک باب ساختمان مسکونی آپارتمانی توسط خیر محترم سرکار خانم معصومه حدادی

(۴) صلح چهاردانگ ساختمان مسکونی ویلایی در شهر صائین‌قلعه توسط خیر محترم سرکار خانم صدیقه جعفری

• هم اکنون در دفتر مهرانه ابهر تعداد ۳۹۸ پرونده فعال وجود دارد که بصورت مستمر از خدمات مهرانه استفاده می‌نمایند.

• با حمایت‌های مالی خیرین شهرستانی درآمدهای این دفتر در حوزه‌های مختلف از ابتدای تأسیس همواره سیر

• دفتر مهرانه شهرستان ابهر با همت جمعی از خیرین شهرستان در آذرماه سال ۱۳۹۲ تأسیس گردید.

• با توجه به ضرورت فعالیت بخش شیمی درمانی با پیگیری‌های هیئت مدیره وقت و همت و پشتیبانی مالی جمعی از خیرین نیک‌اندیش از جمله آقای مهندس همایون حاجی‌خانی و سرکار خانم فروغ حاجی‌خانی و پس از پیگیری‌های دفتر زنجان مجوز تأسیس بخش شیمی درمانی در محل بیمارستان امدادی ابهر اخذ و در شهریور سال ۱۳۹۴ مورد بهره‌برداری قرار گرفت که هم اکنون بطور متوسط در ماه بین ۴۰ الی ۵۰ بیمار از خدمات بخش شیمی درمانی مهرانه ابهر استفاده می‌کنند.

• با توجه به تأکیدات مدیریت مهرانه استان در رابطه با داشتن ساختمان ملکی در دفاتر شهرستان‌ها و پیگیری‌های هیئت‌مدیره وقت عملیات احداث ساختمان اداری، آموزشی، درمانی در زمین اهدایی خانواده مرحوم شیخ‌لر واقع در میدان امام کوچه آریا در بهار سال ۱۴۰۱ آغاز گردید که هم اکنون با هزینه بالغ بر دو میلیارد تومان در چهار طبقه و ۷۰۰ متر مربع زیر بنا ۵۰ درصد پیشرفت فیزیکی دارد.





ماه حدوداً ۱۰۰ الی ۱۵۰ نفر و غیر حضوری ۱۵۰۰۰ نفر (خیرین کسر از حقوق و خیرینی که قلم دارند) می‌باشند همچنین ۷ نفر هیئت اجرایی و ۱ نفر بازرس و ۶۱ نفر هیئت مشورتی فعالیت دفتر و امور مربوطه را مدیریت و نظارت می‌نمایند.

• اعضای کمیته‌ها در تمام طول سال و مناسبت‌ها و ایام خاص مبادرت به برپایی برنامه‌ها و جشنواره‌های ویژه می‌نمایند از جمله: جشنواره‌های غذا در مناسبت‌ها، برپایی غرفه در نمایشگاه‌های مختلف هفته سلامت، شرکت در برنامه‌های ویژه روز درختکاری، برپایی ویژه برنامه‌های اعیاد و جشن‌های مناسبتی، برگزاری همایش‌های پیاده‌روی و ورزشی و ...

• دفتر مهرانه ابهر در طول هفته از ساعت ۸ الی ۱۴ به صورت مستمر در خدمت خیرین و مددجویان محترم می‌باشد.

**شماره تماس: ۰۲۴۳۵۲۲۵۹۳۹ - ۰۲۴۳۵۲۳۳۳۳۶**

**شماره حساب بانک ملی شعبه مرکزی دارو و درمان:**

**۰۱۰۹۵۴۸۶۱۵۰۰۷**

**شماره کارت دارو و درمان: ۶۰۳۷۹۹۱۸۹۹۷۰۶۵۹۶**

**شماره حساب بانک ملی شعبه سعدی: ۰۱۱۵۹۵۳۱۱۹۰۰۹**

**شماره کارت احداث ساختمان: ۶۰۳۷۹۹۷۵۹۹۵۱۴۵۱۱**

صعودی داشته است که این مهم نشان دهنده اعتماد خیرین به خدمتگزاران خود در این انجمن می‌باشد.

(۱) درآمد نقدی دفتر مهرانه ابهر در سال ۱۳۹۹ مبلغ ۷/۱۰۴/۰۰۰/۰۰۰ ریال

(۲) درآمد نقدی دفتر مهرانه ابهر در سال ۱۴۰۰ مبلغ ۱۲/۹۰۳/۰۰۰/۰۰۰ ریال

(۳) درآمد نقدی دفتر مهرانه ابهر در سال ۱۴۰۱ مبلغ ۲۷/۳۷۳/۴۱۴/۳۷۳ ریال

(۴) درآمد نقدی دفتر مهرانه ابهر در سه ماهه اول ۱۴۰۲ مبلغ ۱۲/۱۵۶/۰۰۰/۰۰۰ ریال

• دفتر مهرانه ابهر از بدو تأسیس تا سال ۱۳۹۵ در خیابان ولیعصر ابهر که توسط خیر بزرگوار آقای دکتر مسعود هاشم‌زاده به صورت رایگان در اختیار انجمن قرار گرفته بود فعالیت می‌نمود و از سال ۱۳۹۸ تا کنون در خیابان امام خمینی و در ساختمان اهدایی که توسط هیئت امنایی مسجد سادات بصورت رایگان در اختیار انجمن قرار گرفته فعالیت می‌نماید.

• کمیته‌های فعال در دفتر ابهر شامل کمیته بانوان، کمیته منابع انسانی، کمیته امداد و رفاه، کمیته تبلیغات، کمیته قلم، کمیته مالی، کمیته آموزش و تحصیلی، کمیته آموزش و پیشگیری، کمیته هنرمندان، کمیته ورزش می‌باشد.

• تعداد خیرین فعال در کمیته‌ها بصورت مستمر و حضوری در

بسم الله الرحمن الرحيم

فرقی ندارد جان من در خانه باشی  
یادتی مهمان این مهرانه باشی  
ایچانه مهمان بلکه صاحبخانه ای تو  
چندی اگر مهمان این مهرانه ای تو  
ایچا سراسر مهربانی حکم فرماست  
ایچا بهشت کوچک زنجان زیباست  
آیین ما خوبی و عشق و مهرورزیست  
مهرانه یعنی مهربانی  
اصل ایچاست

محسن تقیپو



## زندگینامه مرحوم حاج کمال‌الدین محرمی

دوری از حاشیه از اولویت‌های شغلی ایشان بود.

در کنار مناصب دولتی با همراهی یار دیرین خود، مهندس حاج قاسم حلوچی کارگاه زنجان یدک را از سال ۶۲ راه‌اندازی نمود. کارگاه زنجان یدک در حال حاضر پس از سال‌ها به عنوان یکی از نمونه‌های برتر کارآفرینی در شهر زنجان در عرصه قطعه سازی مشغول به فعالیت است.

### فعالیت‌های اجتماعی:

ایشان از دوران نوجوانی به عنوان یک فعال اجتماعی بی حاشیه و به دور از هیاهو فعالیت می‌کرد.

از حضورشان در جبهه، جهاد سازندگی و مناسک حج به عنوان خادم الحجج می‌توان نام برد.

همچنین مشارکت کارگاه زنجان یدک در ساخت و سازهای عام المنفعه اعم از بیمارستان حضرت ولیعصر(عج) از فعالیت‌های برجسته زندگی اجتماعی ایشان است.

### مهرانه:

از ابتدای تشکیل حلقه اول مهرانه ایشان نقش پررنگی در پیشبرد اهداف خیرخواهانه مهرانه داشتند.

با توجه به تجربیات سال‌ها عضویت و فعالیت در کارهای خیریه و مشارکت‌های جمعی، چه نیکو آموخته بود که تبعیت از خرد جمعی، دوری از حاشیه و نیت خالص از اصول بنیادی کارهای بزرگ است.

### تحصیلات

ایشان مقطع متوسطه را در دبیرستان امیرکبیر شهر زنجان و دوره آموزش عالی را در رشته مهندسی مکانیک در انستیتو تکنولوژی تهران گذراندند.

حاصل سال‌ها تجربیات تلخ و شیرین در شهر زنجان و همکاری با افراد خیر، سرانجام با قبول مسئولیت سنگین کمیته فنی و مهندسی مهرانه و تلاش‌های شبانه‌روزی بی‌شائبه جهت احداث کلینیک تخصصی مهرانه که به برکت وجود ایشان به صورت کاملاً مجهز و استاندارد منتهی شد.

امروز به گواهی همگان، کلینیک مهرانه محلی برای نمایش خیراندیشی و همت عالی زنجانی هاست.

این اتفاق مبارک حاصل نگاه دوراندیشانه، حضور به دور از رنگ و ربا، خلوص نیت و در نظر داشتن خدمت به مردم بدون چشم داشت مجریان این امر، که در آجر به آجر این میراث ماندگار در جریان است.

اینک گرچه از نعمت وجودی‌شان محروم مانده‌ایم اما رد پای مرام و معرفت بی‌بدیلشان در دل‌هایمان جاری است و در پیشینه و احداث مهرانه با الگو قرار دادن وی قدم‌هایمان را استوارتر برمی‌داریم.

### شغل:

حاج کمال‌الدین محرمی یکی از چهره‌های مؤثر و کارآمد در شهرداری زنجان بود و خدماتشان در مدیریت سازمان اتوبوسرانی، کارخانه آسفالت مناسب و سایت کارگاهی، از ایشان چهره‌ای فعال و مشم‌ثر در شهرداری زنجان ساخته بود.

نظم کاری، دوراندیشی، خدمت به مردم و

این سرگذشت کوتاه ما را به دنیای مردی نکونام می‌برد، مردی آرام با روحیه‌ای لطیف اما چون کوه استوار.

مردی که همواره گذشت و ایثار را سرلوحه خود قرار داده و منافع و آسایش دیگران را بر خود ترجیح می‌داد.

جناب آقای مهندس قاسمی چه به جا و درست توصیف کردند: ((مردی با چهره‌ای آرام، تبسمی بر لب، کوه اراده و قلبی مهربان خیلی‌ها مومن از شادابی یاد گرفتیم، یاد گرفتیم ادب آداب داره... .

یادگرفتیم چطور میشه دم نزد و یک دل طوفانی داشت... .

داستان کمک‌های او را به مردم شنیدیم... یادمون داد محکم باشیم، اراده کنیم و خالص باشیم. یادمون داد اگر خالصانه نباشه اگر هم پیش برود به نتیجه نمی‌رسیم. اگر کاری کردیم اگر دستی گرفتیم نیاز به فریادش نیست، یادگرفته‌ایم اگر کارمان را فریاد زدیم در بند تعلق اسیریم.

غلام همت آنم که زیر چرخ کبود

ز هرچه رنگ تعلق پذیرد آزاد است

این سطور درباره حاج کمال‌الدین محرمی است زاده اول مهر ۱۳۳۶ چونان ماه تولدش پر مهر و عطوفت، او اولین فرزند خانواده و دارای سه خواهر در خانواده‌ای پرورش یافت که حساسیت‌های لطیف انسانی و اقتدار روحی و صلاحیت عقیده‌اش در آن بستر شکل گرفت.

فرزند اول خانواده بودن او را یک انسان مسئول بارآورده بود. پدر بزرگوارشان از معتمدین شهر زنجان و از چهره‌های تأثیرگذار زمان خودش بود.

## پیام مدیر عامل مهرانه بمناسبت اولین سالگرد درگذشت زنده‌یاد خیر نستوه حاج کمال‌الدین محرمی

بسم الله الرحمن الرحيم  
يا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً  
مَرْضِيَّةً فَادْخُلِي فِي عِبَادِي وَادْخُلِي جَنَّاتِي.  
ای نفس مطمئننه خوشنود و خداپسند بسوی  
پروردگارت بازگرد و در میان بندگان در آی و  
در بهشت من داخل شو.  
کلام را با نام و یاد مردی آغاز می‌کنم مرد مرد؛  
حاج کمال‌الدین محرمی خیر نستوه و اسوه  
ایمان و اخلاص و صبر.  
هم او که در بنیانگذاری مهرانه یکی از ارکان  
حرکت مقدس مهرانه بود.  
فراموش نمی‌کنیم که در آغازین روزهای مهرانه  
چه فداکاری‌ها که نکرد.  
فراموش نمی‌کنیم که برای برپایی همایش اول  
مهرانه در چهار ماهگی انجمن، برای تهیه فقط  
یک متن دعوتنامه در هوای ۲۵ درجه زیر  
صفر آذرماه ساعت ۲ بعد از نیمه شب پنچری  
ماشینش را برطرف می‌کرد و سخاوتمندانه خم  
به ابرو نیاورد.  
هم او که با تلاش شبانه‌روزی‌اش ساختمان  
کلینیک مهرانه را از خاک به افلاک رساند یادمان  
نمی‌رود زمانی که اثری از این کلینیک چشم نواز  
وجود نداشت و اینجا یک زمین خالی بیش نبود  
چه مخلصانه و زیبا برای در امان ماندن از خار و  
خاشاک شلوارش را در جوراب گذاشته و طرح و  
نقشه کلینیک را تهیه می‌کرد.  
هم او که مسئول کمیته فنی و مهندسی توانمند

مهرانه بود اما درود به غیرت او که یک بار  
حتی یک بار از کلامش کلمه‌ی من مسئولم  
و غیره جاری نشد، خدایا تو شاهد باش  
که با حضور این اسوه پاک می‌توانم قسم  
یاد کنم در هزینه‌های چند ده میلیاردی  
ساخت کلینیک از ابتدا تا انتها یک ریال  
حتی یک ریال به عمد در این پروژه عظیم  
به هدر نرفت و چه سبک بال بودم که با  
حضور پربرکت او و اعضای محترم کمیته  
فنی و مهندسی از امانت مردم به طور  
خداپسندانه‌ای حراست شد و می‌شود.  
هم او که اخلاق اجتماعی‌اش زبانزد خاص و عام  
بود، باور داریم علیرغم همه ناملایمات کسی را  
نرنجاند و از کسی هم نرنجید و سبکبال به دیدار  
معبودش شتافت.  
هم او که کوه و اسوه صبر بود و صبر در دامن او  
صبوری آموخت. از تشرع او چه بگویم شاید این  
مؤمن مخلص از معدود کسانی باشد که در ماه  
رمضان به هنگام بیماری و اجبار برای شکستن  
روزه اقدام به شکستن روزه در خانه نمی‌کرد  
حتما تا سلطانیه بیرون می‌رفت تا حد ترخص  
شرعی را رد کند. نمازش هم قصه خاص مردان  
ناب قدیم الایام را داشت.  
اما افسوس و صد افسوس که مرداد ۱۴۰۱ از  
راه رسید و آن ایمان مجسم سر در نقاب خاک  
کشید و خاک سرد بهشت زهرای زنجان جسم  
رنجور او را در آغوش کشید ولی باور داریم که

روح آسمانیش با ورود به ملکوت اعلی فرشتگان  
آسمان‌ها را به سماع آورد. ۲۲ مرداد ۱۴۰۱، روز  
شروع حیات جاودانه حاج کمال‌الدین محرمی  
بوده و خواهد بود.  
در خاتمه باید بگویم اگر چه مهرانه و ما، امروز از  
داشتن آن همه اخلاص و توانمندی و آن همه  
راستی و درستی محرومیم، اما حاج کمال عزیز،  
خیالت راحت با گوشت و پوست‌مان امانتت را  
پاس خواهیم داشت و از عمق جان‌مان منویات  
را پی خواهیم گرفت و امانت بزرگ مردم  
سخاوتمند زنجان را خالصانه حفظ خواهیم کرد  
و تا جان در بدن داریم نخواهیم گذاشت مهرانه  
به دست نامحرمان بیفتد.  
حاج کمال عزیزم؛ علیرغم آن همه ناملایمات  
نخواهیم گذاشت که اسم و جسمت توأمان زیر  
خاک برود و برای تحقق این امر مهمترین بخش  
مهرانه؛ پزشکی هسته‌ای به نام شما عزیز گرامی  
مزین شده، و تا مهرانه مهرانه است یاد و نامت در  
لوح زرین تاریخ مهرانه خواهد درخشید.  
حاج کمال نازنین؛ هم اینک روح بلند شما به  
آسمان‌ها پرکشیده و زمین خداوند از نعمت  
وجودت خالی شده است اما اطمینان داریم که  
فرشتگان خداوند به پیشوازت آمده و شما در دانه  
را به جایگاه رفیع و بلند در جوار مولایت علی و  
حسین (علیهم السلام) رهنمون شده اند.  
خدمتگزار مهرانه؛ اصغر وثوق







# تخشب

نگهداری می‌شوند.

تخشب هنری کاملاً قرآنی بوده و متون انتخابی آثار همگی از آیات مبارک قرآن کریم و احادیث نبوی انتخاب می‌شوند. پس از تخشب، اواخر سال ۱۳۹۵ مجموعه آتش نهفته را در قالب معاصر و مفهومی به اجرا درآوردیم.

مجموعه‌ای از جنس آتش و چوب همراه اشعار و مضامینی با مفهوم آتش و سوز و گداز، آتشی که از دل خود کلمات و جملات و معانی آن‌ها برخاسته، دامن تمامی حروف و کلمات را گرفته، جایگاه پیشینه‌دار و سنتی آنها را بر هم زده تا رسالتش را که سوزاندن است را به سرانجام برساند و ویرانه‌ای از جملات و کلمات و هر آنچه که وجود دارد بر جای بگذارد، اما فلسفه ساخت این مجموعه، نمایش جدال نابودی و شقاوت در برابر اتحاد، پایداری و زیباییست.

**جدال مفهوم و معنا در برابر ظاهر ...**

مجموعه آتش نهفته از یک نگاه به اشعار بزرگان ادب و شعر پارسی می‌پردازد و از نگاه دیگر و در شاخه‌ای دیگر واقعه شکوهمند و ماندگار کربلا را از نگاه و زبان هنر به تصویر می‌کشد، واقعه‌ای که در آن رسالت شقاوت، سعادت بود نه سنگدلی، رسالت نابودی، جاودانگی بود نه فنا، رسالت جهل، معرفت بود نه نادانی و رسالت ظلم، مهربانی بود نه

اینجانب محمدرضا توایی متولد سال ۱۳۵۵ با آیه ۱۸ سوره مبارکه توبه مزین گردید و به مدت ۲۸ سال است که در زمینه‌های هنرهای کاربردی، سنتی، معاصر و مفهومی با متریال چوب مشغول فعالیت می‌باشم. من هنرمندی خودآمخته هستم و در هیچ زمینه‌ای استادی نداشتم.

در سال ۱۳۸۶ و پس از دو سال طراحی و ساخت، کمر بند قرآنی به طول ۱۳۸ متر و ارتفاع ۸۰ سانتی‌متر را به اتمام رساندم. این کمر بند از چوب ساخته شده و تمامی مراحل ساخت از طراحی تا اجرا را شخصاً انجام دادم. این کمر بند در نوع خود بی‌نظیر بوده و مشابه آن از جنس کاشی و یا گچ ساخته می‌شود.

۲۴۴ اسم مبارک از اسامی خداوند انتخاب گردیده و پس از طراحی و ترکیب‌بندی با چوب‌های روس و گردو مشبک گردید و در ۱۸۱ قاب ۵۰ در ۵۰ سانتی‌متری قرار گرفته است. تمامی مراحل مجموعه به وسیله دست و بدون دخالت دستگاه اجرا شده‌اند. ۹۹ اسم مبارک خداوند از قرآن کریم و باقی

اسما و القاب از دعای عظیم الشان جوشن کبیر انتخاب گردید. سردر درب‌های ورودی ضخامت چوب‌ها و لایه‌های مورد استفاده در تخشب از یک سوم میلیمتر تا ۲ میلیمتر متغیر می‌باشد. طرح‌های تذهیب و خوشنویسی که در تخشب وجود دارند از شاهکارهای جهان اسلام بوده و دوره‌های مختلف تاریخی را در بر می‌گیرد.

تمامی این تذهیبات و خوشنویسی انتخاب شده در کتابخانه‌ها و موزه‌های معتبر جهان





ستم و در نهایت رسالت آتش ماندگاری بود نه سوزاندن و رسالت تمامی اینها پایبندی بود و دلباختگی به معشوق.

آثار من در این سالها در کشورهای مختلف مانند ترکیه، قطر، عربستان، قزاقستان، امارات و ... به نمایش درآمده و در پنج دوره یک اثر از آثارم در حراج‌های داخلی و هنرهای اسلامی ایرانی به نمایش گذاشته شده است.

مدت دو سال است که مشغول تحقیق و ساخت مجموعه‌ای مفهومی - مذهبی هستم با نام یکتاپرستی.

مجموعه‌ای که نگاه هنر را به دو واقعه از زبان قرآن کریم در دو شاخه به تصویر می‌کشد.

مجموعه‌ای که رسالتش اتحاد و یکپارچگی و صلح در میان ملل مختلف با فرهنگ و ادیان متفاوت است.

نگاه اول، دیدگاه و اعتقاد مشترک ادیان ابراهیمی به یکتاپرستی، داستان سخن گفتن خداوند با پیامبرش موسی (ع) و همچنین ده فرمان خداوند به ایشان، واقعه‌ای که موجب پیدایش نخستین دین یکتاپرستی گردید و تمامی پیامبران پس از موسی و ادیان ابراهیمی نیز یکتاپرستی

سخن گفتن خداوند با پیامبرش از درون درخت و تجلی بر او با زبان آتش. استفاده از چوب و برش‌ها و چینش‌های مختلف قطعات، نگاه و اشاره‌ای به شغل پیامبر مسیحیت عیسی (ع) دارد. اقتباسی از داستان زندگی انبیا از کلام معجزه خاتم الانبیا، قران کریم.

هدف این مجموعه نمایش هم کلامی ادیان ابراهیمی (یهودیت، مسیحیت و اسلام) برای بیان وحدانیت و یگانگی خداوند از زبان هنر است، ادیانی که شالوده کلامشان توحید و انسانیت و صلح است.

نگاه دوم، همه موجودات و مخلوقات جهان ذکر و تسبیح خداوند متعال را بر زبان می‌آورند و رسالت این شاخه از مجموعه بیان این رویداد از زبان قرآن کریم و نگاه هنر می‌باشد. دل هر ذره را که بشکافی آفتابیش در میان بینی، استفاده از آیاتی که بیان‌کننده ذکر و تسبیح همه موجودات و مخلوقات جهان است.

مجموعه‌ای برگرفته از آیات مبارک قرآن کریم و زبان هنر در قالب مفهوم و تجسم.

را اولین و اصلی‌ترین رکن دین خود قرار دادند.

قرآن کریم بارها به این واقعه اشاره کرده و سخن گفتن خداوند با موسی و داستان زندگی ایشان را در آیات مختلف بیان می‌کند.



# سیگار

## مترجم ردیف اول

۹۱٪ مبتلایان به سرطان ریه  
سیگاری بوده اند



☎ ۰۲۴-۳۱۰۵

📍 [mehranecharity](https://www.instagram.com/mehranecharity) 📷

مهرانه  
انجمن خیریه مهرانه

## ورزش صبحگاهی

یکی از ساده‌ترین مزایای ورزش همگانی، با هم بودن است. ورزش دسته جمعی علاوه بر آن که به سلامت بدنی شما کمک می‌کند می‌تواند حالات روحی شما را نیز بهبود بخشد و لحظات شادی را برای شما رقم بزند. مهرانه این موقعیت جذاب و فرحبخش را از سال ۱۳۹۰ فراهم کرده است. در چهار فصل سال و هر هفته صبح روزهای جمعه شهروندان عزیز زنجانی در محل پارک ملت، دور هم جمع می‌شوند و یک و نیم ساعت برنامه ورزشی شاد همراه با موسیقی و حرکات اصلاحی اجرا می‌کنند.



## بازدید وزیر کشور

به گزارش خبرگزاری فارس از زنجان، سردار احمد وحیدی وزیر کشور در بازدید از مرکز مهرانه با بیان اینکه مهرانه علاوه بر فعالیت در حوزه درمان، نسبت به حفظ کرامت بیماران هم اقدام کرده است، ایشان اظهار داشتند: امور اداری مالی مهرانه باید به عنوان الگو به کشور معرفی شود.

وزیر کشور بحث الگوسازی مهرانه را در استفاده از ظرفیت‌های مردمی دانست و افزود: مهرانه از ظرفیت مردمی به‌طور شایسته برای کمک به هم‌نوع استفاده کرده است.

وی بر لزوم برگزاری همایش برای ارائه مزیت‌های مهرانه تأکید کرد و گفت: در این همایش باید خدمات رایگان پرتو درمانی، پت اسکن و ... به دیگر خیریه‌های کشور معرفی گردد.

وحیدی با اشاره به ارائه خدمات رایگان در این مرکز گفت: این موضوع موجب آرامش بیماران شده است.

وزیر کشور با بیان اینکه مهرانه با جلب اعتماد عمومی و خدمت بی‌منت به بیماران مبتلا به سرطان به جایگاه واقعی انسانی رسیده است و بر لزوم تبدیل مهرانه به الگوی مطرح کشوری تأکید کردند.

وی با اشاره به جایگاه مهرانه در نزد مردم استان زنجان و حتی کشور گفت: خیرین می‌توانند در رسیدن «انجمن مهرانه» به اهداف و رسالت‌ها، یاری‌گر خوبی باشند.

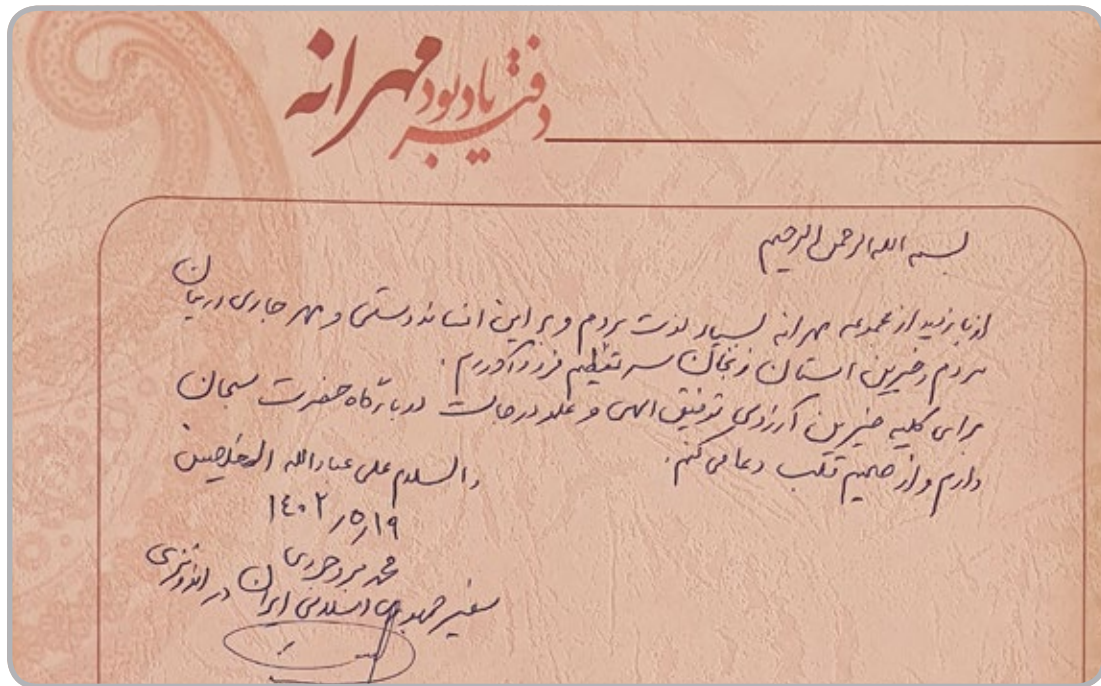
محسن افشارچی، استاندار زنجان هم در این بازدید تأکید کردند که مهرانه بار بزرگی از دوش دولت برداشته است.

شایان ذکر است، در جریان بازدید وزیر کشور و هیأت همراه حوزه‌های مختلف مهرانه معرفی و بر استفاده از همه ظرفیت‌های آن تأکید شد.





## بازدید سفیر جمهوری اسلامی ایران در اندونزی



## یادداشت پروفیسور یوسف ثبوتی در دفتر خاطرات مهرانه





## "اطلاعیه انجمن خیریه مهرانه زنجان"

به نام خدا

در راستای شفاف‌سازی خدمات مخلصانه انجمن خیریه مهرانه و به دنبال سؤالات متعدد هموطنان عزیز به اطلاع می‌رساند:

۱- خدمات مهرانه در حوزه تأمین هزینه‌ی دارو و درمان در استان زنجان و سه شهر خارج از استان شامل میانه، بیجار و تکاب بصورت صددرصد نیاز بیمار پرداخت می‌گردد.

۲- خدمات کلینیک مهرانه شامل رادیوتراپی، شیمی‌درمانی، خدمات آزمایشگاهی، پزشکی هسته‌ای، معیشت، تحصیل و غیره برای استان زنجان و سه شهر خارج از استان شامل میانه، تکاب، بیجار بصورت کاملاً رایگان انجام می‌پذیرد.

۳- در حوزه کمک به بیماران سراسر کشور:

الف) تمام خدمات رادیوتراپی برای بیماران سراسر کشور تا جایی که توانمندی داشته باشیم رایگان است.

ب) اسکان و تغذیه در طول درمان رادیوتراپی برای بیماران سراسر کشور رایگان می‌باشد.

ج) قابل ذکر است که هزینه داروهای شیمی‌درمانی به سایر استان‌ها تعلق نمی‌گیرد.

د) مهمانسرای زنجان برای اسکان و تغذیه بیمارانی که طول درمان رادیوتراپی را در مرکز مهرانه طی می‌کنند رایگان می‌باشد.

ه) مهمانسرای تهران جهت اسکان و تغذیه برای بیماران مبتلا به سرطان کشور با معرفی از انجمن‌های مراکز استان رایگان می‌باشد.

خیرین مهرانه امیدوارند که بتوانند با بهره‌مندی از توانمندی خیرین سایر استان‌ها مراکز درمانی مشابه مهرانه را در مراکز استان‌ها با همیاری مردم مسلمان و نوع‌دوست ایران گسترش دهند، در این راستا مهرانه آماده هرگونه همکاری جهت انتقال تجربیات خود به سایر مناطق کشور می‌باشد.

ضمناً یادآوری می‌شود؛ نشر اطلاعیه‌های متعدد درباره نحوه پذیرش کلینیک مهرانه و ارائه خدمات به بیماران که محتوای متن فوق در آن تحریف شده باشد از جانب انجمن مهرانه نمی‌باشد.

روابط عمومی انجمن حمایت از بیماران مبتلا به سرطان مهرانه زنجان

شماره تماس انجمن:

۰۲۴-۳۱۰۵





## افتتاح پت اسکن

### دستگاه پت اسکن

طور رسمی پذیرش بیماران انجام شد.

قبل از اینکه این دستگاه مستقر و راهاندازی شود، بیماران برای سیر مراحل بیماری خود به تهران مراجعه کرده که در حال حاضر برای استفاده از این دستگاه در تهران در حدود نزدیک ۱۷ میلیون تومان بیمار باید متحمل هزینه شود، اما مهرانه مرهمی است برای زخم همه بیماران چرا که بیماران را به صورت رایگان پذیرش می‌کند.

بخش پزشکی هسته‌ای متشکل از سه بخش، پت اسکن، اسپکت و نیز بخش ید درمانی نیز است.

همان طوری که اشاره شد دستگاه پت اسکن کل بدن بیمار مبتلا به سرطان را تصویر برداری می‌کند اما این در حالی است که دستگاه اسپکت فقط یک قسمت از بدن فرد را تصویر برداری می‌کند.

اما ناگفته نماند که بخش ید درمانی در پزشکی هسته‌ای برای کسانی استفاده می‌شود که افراد مبتلا به سرطان تیروئید هستند، به طوری که داروی رادیو اکتیوی که فرد بیمار مصرف می‌کند، بعد از مصرف در بخش ید درمانی در حدود ۴۸ تا ۷۲ ساعت بیمار در این بخش نگهداری می‌شود.

در بخش ید درمانی اتاق‌ها کاملاً ایزوله شده، دیوارها سرب

### ۱۲۰۰ بیمار مبتلا به سرطان

### از دستگاه پت اسکن استفاده کردند

طبق گفته کارشناسان بخش پزشکی هسته‌ای حدود ۱۲۰۰ بیمار مبتلا به سرطان همزمان با راهاندازی دستگاه پت اسکن در بخش پزشکی هسته‌ای پذیرش شدند.

به گزارش خیر خبرنگار انجمن خیریه مهرانه؛ استقرار دستگاه‌های فوق پیشرفته که به همت انجمن خیریه مهرانه در اوج تحریم‌ها خریداری شده است، به بیماران مبتلا به سرطان خدمات با کیفیت تشخیصی و درمانی ارائه می‌دهد.

دستگاه «پت اسکن» از جمله دستگاه‌های فوق پیشرفته‌ای است که تهیه آن یکی از دغدغه‌های انجمن خیریه مهرانه بود که این پیگیری‌ها بلاخره بعد از ماه‌ها به ثمر نشست و در سال ۱۴۰۰ این دستگاه خریداری شد.

اوایل دی ماه ۱۴۰۰ نصب فیزیکی دستگاه پت اسکن در مجموعه کلینیک پزشکی هسته‌ای انجام و به صورت آزمایشی و عملی راهاندازی و تست شد.

بعد از اتمام راهاندازی کلیه پرسنل این بخش طی یک دوره آموزشی در راستای استفاده صحیح از این دستگاه برای بیماران، آموزش دیدند و در نهایت از بهمن ماه سال ۱۴۰۰ به

خونشان تحت کنترل باشد، بعد از تزریق داروی رادیو اکتیو بیمار یک ساعت منتظر مانده و بعد زیر دستگاه می‌رود. همچنین نوبت‌دهی استفاده از دستگاه پت اسکن به صورت حضوری انجام می‌شود.

زیر بنای پخش پزشکی هسته‌ای در حدود ۱۱۰۰ متر است و هزینه ساختمان و فضای فیزیکی بخش ید درمانی با اعتبار حدود یک میلیارد و هفتصد میلیون تومان توسط مرحوم حاج کاظم غلامیان تامین گردیده است.

تجهیزات دیگری که در این بخش است اغلبشان توسط خیران تهیه شده که اسامی آنها محفوظ است. اما برای خرید دستگاه پت اسکن با اعتباری بالغ بر ۱۲ میلیارد تومان با ارزش دولتی خریداری شده است این در حالی است که قیمت واقعی دستگاه در حال حاضر ۶۰ میلیارد تومان می‌باشد. هدف مهرانه در توسعه خدمات به مبتلایان به سرطان کاملاً مشخص است و در صدد است بیماران در استان تمام نیازمندی‌هایشان برطرف شود و به خدمات دسترسی راحتی پیدا کرده و متحمل هزینه‌های سنگین نشود.

کوبی شده و نیز تمام درب‌های این بخشی سربی است چرا که ید، اشعه فوق‌العاده بالایی دارد و بنابراین هیچ کس نباید در این بخش با بیمار در ارتباط باشد و یا حتی اگر پرسنل‌ها هم در ارتباط باشند تحت تاثیر اشعه قرار خواهند گرفت.

بنا به گفته کارشناسان، تشخیص انواع بیماری سرطان که به صورت توده در بدن رشد پیدا می‌کنند، تصویر برداری به وسیله دستگاه پت اسکن با تشخیص و صلاح دید پزشک هسته‌ای امکان پذیر است.

**در مهرانه، استفاده از دستگاه پت اسکن برای بیماران استان زنجان رایگان انجام می‌شود و برای بیماران خارج از استان تصویربرداری انجام نمی‌گیرد.**

استان‌هایی مثل تهران، شیراز، اهواز، تبریز، البرز، مشهد و اصفهان از این دستگاه برخوردار هستند.

روش استفاده از دستگاه پت اسکن به این صورت است که قبل از اینکه فرد بیمار زیر دستگاه برود، حداقل بیمار باید یک لیتر آب مصرف و نیز در یک اتاق با دمای نسبتاً بالا نگاه داری شود و فعالیت بدنی نداشته باشد و یا بیماران دیابتی باید میزان قند



دستگاه سنجش تراکم استخوان



دستگاه اسپکت



## سرطان و ورزش

دکتر روحاله بیانی - استاد دانشگاه

استخوانی بیان کرده‌اند. برخی از محققان به جای استفاده از اصطلاح ورزش مقاومتی از اصطلاح ورزش آنابولیک یا ورزش سازنده نیز استفاده می‌کنند.

عنوان شده است که فعالیت ورزشی مقاومتی ابزار لازم برای به حداکثر رساندن سودمندی‌های لازم برای عضله، استخوان، سیستم ایمنی، غدد درون‌ریز و عصبی را دارد. در دنیا، سرطان عمدتاً بیماری افراد مسن به شمار می‌رود. برای مثال در سال ۲۰۰۳ حدود ۷۸ درصد از بیماران سرطانی را افراد بالای ۵۵ سال تشکیل می‌دادند. از طرف دیگر شواهد علمی گسترده‌ای وجود دارند که اثرات سودمند فعالیت‌بدنی را در افراد مسن نشان می‌دهند. **فعالیت ورزشی آنابولیکی یا همان فعالیت ورزشی مقاومتی یک روش بسیار مؤثر و آسان برای بهبود قدرت عضله و افزایش جرم بافت بدون چربی بدن در افراد مختلف جامعه از جمله افراد مسن است. هم چنین فعالیت ورزشی مقاومتی (کار با وزنه یا شبیه به آن)، می‌تواند عوارض جانبی سرطان را خنثی کند.**

این بدان معنی است که فعالیت ورزشی مقاومتی با افزایش کارکرد عضله، افزایش بافت بدون چربی بدن و افزایش تراکم مواد معدنی استخوان موجب کاهش میزان خستگی شده و عوارض ناشی از سرطان را کاهش می‌دهد.

تمرین مقاومتی یا قدرتی چیست؟ اطلاق عنوان تمرین مقاومتی (Resistance training) تقریباً به همه‌ی انواع تمرین قدرتی امکان‌پذیر است. به صورت ویژه، به نوعی از تمرین‌های قدرتی گفته می‌شود که هر نوع تلاشی علیه نیرویی اعمال می‌شود که توسط مقاومت ایجاد شده است (مثلاً مقاومت در برابر هل دادن، کشیده شدن، یا خم شدن). تمرینات مقاومتی با استفاده از وزنه، دمبل، باندهای کشی و سایر دستگاه‌ها انجام می‌شود و موجب افزایش نیرو و افزایش اندازه‌ی ماهیچه‌های اسکلتی می‌شوند.

برگرفته از کتاب ورزش برای بیماران مبتلا به سرطان  
دکتر اقلعی قاسم نیان

چرا بیماران مبتلا به سرطان باید در فعالیت ورزشی مقاومتی شرکت کنند؟

یکی از سوالاتی که در ذهن مردم و به ویژه در ذهن بیماران عزیز مبتلا به سرطان وجود دارد این است که آیا بیماران مبتلا به سرطان نیز می‌توانند ورزش کنند؟

اما پس از دریافت پاسخ مثبت و موکد، این سوال در ذهن ایجاد می‌شود که چرا بیماران مبتلا به سرطان باید در فعالیت ورزشی شرکت کنند؟

پاسخ را با یک مثال مستند آغاز می‌نمایم. برای مثال در سال ۲۰۰۶ در استرالیا تقریباً ۱۰۶۰۰۰ مورد جدید از ابتلا به سرطان تشخیص داده شد. پنج مورد از انواع سرطان که در استرالیا بیش از سایر سرطان‌ها مرسوم هستند عبارتند از: سرطان پروستات، سرطان روده، سرطان سینه، سرطان ریه و سرطان ملانوم (ملانوم نوعی سرطان پوست است که در سلول‌های موجود در پوست به نام ملانوسیت شروع می‌شود). روش‌های مختلف درمان سرطان از جمله جراحی، شیمی‌درمانی و پرتو درمانی می‌توانند موجب بهبود حال بیماران شده و از پیشروی بیماری جلوگیری نمایند. ولی نکته قابل توجه این است که خستگی در طی درمان هم‌چنان موجب نگرانی بوده و به عنوان یک مسئله‌ی اساسی مورد توجه بیماران است. **خستگی در طی پرتو درمانی و یا شیمی‌درمانی، اکثریت بیماران را تحت تأثیر قرار داده و عملکرد بدنی و کیفیت زندگی آنان را کاهش می‌دهد. بدیهی است که عدم انجام فعالیت‌بدنی قبل و در طی درمان، به نوعی به خستگی حاصل از درمان کمک می‌نماید، و به عبارت دیگر عدم انجام فعالیت بدنی موجب افزایش احساس خستگی می‌شود.**

چندین مطالعه مزایا و فواید فعالیت ورزشی را در طی درمان و بعد از درمان سرطان نشان داده‌اند. نتایج مثبت و قطعی آنها، حاکی از بهبود خستگی می‌باشد که به تبع آن عملکرد بدنی و

کیفیت زندگی بهبود می‌یابد. درمان سرطان

با روش‌های مختلف، موجب خستگی

می‌شود. ولی نکته جالب توجه آن

است که عدم تحرک موجب نهادینه

و مزمن شدن خستگی در بدن می

شود، ولی تمرین و فعالیت ورزشی

موجب کاهش خستگی می‌شود.

موضوع مهم و قابل تامل آن است

که مطالعات و بررسی‌های

اخیر محققان اهمیت فعالیت

ورزشی مقاومتی (کار با وزنه)

را در بهبود ترکیب بدن و

جلوگیری از کاهش توده





## ملاحظات تمرینات بدنی برای بیماران مبتلا به سرطان

دکتر حکمی - دکترای فیزیولوژی ورزشی

سرطان:

سرطان، مجموعه متشکل از تقریباً ۲۰۰ بیماری است که با نمو و گسترش سلول‌های غیرطبیعی مشخص می‌شود. این بیماری ریشه در آسیب دئوکسی ریبونوکلیک اسید ناشی از عوامل درونی و قرار گرفتن در معرض عوامل بیرونی دارد. بیشتر سرطان‌ها با توجه به نوع سلولی که از آن منشأ می‌گیرند طبقه‌بندی می‌شوند. رشد بدخیم سلول‌ها، از سلول‌های بافت پوششی اندام‌ها گسترش می‌یابد، دسته کم ۸۰ درصد انواع سرطان‌ها را تشکیل می‌دهد. سایر سرطان‌ها از سلول‌های خونی دستگاه ایمنی و بافت‌های پیوندی سرچشمه می‌گیرند میزان شیوع سرطان در مردان یک دوم و در زنان یک سوم می‌باشد. سرطان بر همه سنین تاثیر می‌گذارد اما در بزرگسالان سالمند شایع‌تر است و تقریباً ۷۶ درصد انواع سرطان‌ها در افراد بیشتر از ۵۵ سال شناسایی شده‌اند. از این‌رو به احتمال قوی افراد مبتلا به سرطان به دیگر بیماری‌های مزمن برای نمونه: بیماری‌های قلبی-تنفسی و دیابت ملیتوس پوکی استخوان و آرتروز گرفتار می‌شوند.

درمان سرطان مستلزم جراحی، پرتو افکنی، شیمی‌درمانی، هورمون درمانی و درمان دستگاه ایمنی می‌باشد. در فرایند نابود کردن سلول‌های سرطانی برخی روش‌های درمانی به بافت‌های سالم نیز صدمه

می‌رساند.

ملاحظات ویژه:

● تقریباً ۹۰ درصد همه نجات یافتگان از سرطان، خستگی ناشی از سرطان را به راحتی تجربه می‌کند خستگی ناشی از سرطان در بیمارانی شایع است که تحت شیمی‌درمانی و پرتودرمانی قرار دارند زیرا این روش‌های درمانی می‌تواند توانایی انجام فعالیت ورزشی را محدود کند یا مانع از آن شود. در برخی موارد خستگی ممکن است ماه‌ها یا سال‌ها پس از اتمام درمان نیز وجود داشته باشد با وجود این به نجات یافتگان از سرطان توصیه می‌شود که در دوره درمان از بی‌حرکی اجتناب کنند.

● جایگاه اصلی متاستاز در بسیاری از سرطان‌ها، استخوان است به ویژه در سرطان سینه و پروستات و در سرطان ریه. در افراد نجات یافته از سرطان مبتلا به بیماری متاستاز دهنده به استخوان، خطر افزایش آسیب و شکستگی استخوان ایجاد می‌کند که برنامه فعالیت ورزشی تعدیل شود.

● در افراد مبتلا به سرطان‌های پیشرفته گوارشی کاشکسی یا تحلیل عضله شایع بوده و می‌تواند ظرفیت فعالیت ورزشی را - بسته به میزان تحلیل عضلانی - محدود کند.

● مددجو/بیمار را زمانی که در وضعیت مهار دستگاه ایمنی قرار دارد شناسایی کند (برای مثال داروهای مهارکننده دستگاه

ایمنی

پس از پیوند

مغز استخوان در افراد تحت

شیمی‌درمانی و پرتودرمانی مورد استفاده قرار می‌گیرد) و انجام فعالیت‌های ورزشی در منزل یا محیط پزشکی در مقایسه با باشگاه ممکن است مفیدتر باشد.

● در بیمارانی که در بدن آنها لوله نازک یا سیم‌ها و تیوب‌های تغذیه جایگذاری شده است، افراد دارای توده استخوانی و افرادی که در شرایط مهار دستگاه ایمنی قرار دارند و افرادی که تحت پرتودرمانی‌اند ورزش شنا نباید تجویز شود.

● افراد تحت شیمی‌درمانی ممکن است در طول چرخه درمان دوره‌هایی با نوسانات در بیماری و خستگی تجربه کنند که به جرح و تعدیل پیاپی تجویز فعالیت ورزشی مانند: کاهش دوره شدت و یا مدت زمان جلسه فعالیت ورزشی در صورت بروز نشانگان نیاز دارد.

● درست مثل سایر گروه‌های جمعیتی در نجات یافتگان از سرطان نیز باید خطرهای وابسته به فعالیت بدنی در مقابل - خطرهای بی‌حرکی - متعادل شود همچنین در صورت مشاهده نشانگان غیر عادی مثال: سرگیجه و حالت تهوع و درد قفسه سینه فعالیت ورزشی باید متوقف شود.

## خیریه هایی که از مهرانه الگو برداری داشتند

طی برنامه ریزی صورت گرفته، انجمن خیریه مهرانه در سال ۱۴۰۲ تصمیم دارد برای ۵ سال آینده ۲۰ استان کشور را به فرهنگ مهرانه مسلح نماید. در این راستا جهت تأسیس انجمن‌های خیریه در حوزه حمایت از بیماران مبتلا به سرطان، هدف اصلی اشاعه فرهنگ مهرانه است. لذا این انجمن توانسته است با دعوت از خیرین و مسئولین مؤسسات خیریه، از طریق آموزش‌های لازم و بازدید از دفاتر و کلینیک مهرانه تا به امروز با ۲۱ خیریه و استان رایزنی نماید.

استان	نام خیریه
سیستان بلوچستان	خیریه روشنا
شهر قدس تهران	انجمن حمایت از بیماران خاص
قم	خیریه خورشید فرجاد
کاشان	خیریه عصیریه
لرستان	خیریه سماوات
تبریز	خیریه پژواک
اردبیل	خیریه شمیم مهر
اردبیل	خیریه حمایت از کودکان مبتلا به سرطان
خرم آباد لرستان	خیریه سماوات
تبریز	خیریه ابرار قائم
آذربایجان شرقی (هشترود)	مرکز نگهداری از معلولین موسی ابن جعفر
تهران	بنیاد اجتماعی بنیان مرصوص
اراک	موسسه حامی یار
سمنان	خیریه راه آسمان
البرز	خیریه پور کاشانی
اصفهان	موسسه نیکوکاران ایرانیان
اردبیل	خیریه ریحانه
تهران	مکسا
رفسنجان	خیریه کوثر
اصفهان	بنیاد خیریه آلا
بانه	خیریه حمایت از بیماران خاص شفا گستر



ارومیه



اراک



البرز



مکسا تهران



بنیان مرصوص



رفسنجان



سمنان



معاك تهران

# ویژه نامه مهرانه



مدیر عامل محترم انجمن خیریه مهرانه  
جناب آقای مهندس اصغر وثوق

## سخنرانی بنیانگذاران مهرانه

خیرین محترم و گرانقدر مهرانه و همشهریان عزیز ما روزهای سختی را به تنهایی پیمودیم درحالیکه دست های گرم خیرین سخاوتمند به یاریمان آمد تا بتوانیم آغازی زیبا داشته باشیم برای حمایت از بیماران مبتلا به سرطان. مهندس وثوق در این سخنرانی که در محل کارخانه کبریت سابق برگزار شد با معرفی خیرین فعال و مسئولین کمیته ها از زحمات آنها قدردانی کرده و از همشهریان بخاطر کمک های سخاوتمندانه و حمایت های بی دریغ ایشان تشکر و از آنها درخواست کرد هرچه بیشتر این گوهر مهرانه را یاری دهند تا پابرجا بماند.

همچنین خانم دکتر مینوش مقیمی در سخنرانی در این مکان از زحمات خیرین سپاسگزاری و قدردانی نموده و برای یاری رساندن به بیماران اظهار کردند مهرانه تمام تلاش خود را خواهد نمود. دکتر مقیمی بیان کردند هدف مهرانه پیشگیری است، بعد درمان، آموزش و پیشگیری محور اصلی ماست. مهرانه با الطاف الهی و با کمک دستان پرمهر و توانمند خیرین متولد یافت و برای این نعمت الهی قدردان الطاف خداوند هستیم و تلاش خواهیم کرد تا این رسالت مهم را با کمک مردم پیش ببریم.



سرکار خانم دکتر مینوش مقیمی بنیانگذار و  
رئیس هیئت مدیره انجمن خیریه مهرانه





## نمایی کلی از نمایشگاه

این نمایشگاه مورخ بیست تا بیست و پنجم تیرماه سال ۱۴۰۱ در محل کارخانه کبریت سابق زنجان برگزار شد. در این نمایشگاه غرفه‌های متعددی شرکت داشتند. هدف از تشکیل نمایشگاه، شناسایی بیشتر مهرانه به مردم و آموزش پیشگیری از سرطان بود.

این نمایشگاه با همکاری معاونت محترم فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری، جناب آقای مهندس کریمی برگزار شد. درآمد حاصل از این نمایشگاه صرف تهیه دارو و خدمات درمان برای بیماران مبتلا به سرطان تحت پوشش انجمن خیریه مهرانه شد. کلیه غرفه‌های شرکت کننده در این نمایشگاه با کمک و همکاری خیرین کمیته‌ها انجام گردید.



جناب آقای رامین جماعتی  
هنرمند عزیز شهر



خیرین نالاشکر انجمن خیریه مهرانه حاضر  
در نمایشگاه مهر نامهرانه



گروه موسیقی نیما ارخوانی



جناب آقای فرجیان  
هنرمند محترم شهرمان



گروه رقص آذری زنجان

## بازدید شهردار محترم زنجان از نمایشگاه

جناب آقای دکتر فیروزفر و همراهان از این نمایشگاه بازدید نمودند و ضمن گوش سپردن به مشکلات موجود بر سر راه مهرانه بیان کردند تلاش خواهند کرد تا بتوانند برای برطرف نمودن مشکلات مهرانه اقداماتی انجام دهند و از برگزاری چنین نمایشگاه پرمحتوا و مهم که برای پیشرفت استان زنجان تلاش می‌کند از خیرین تشکر و قدردانی کردند.



## برگزاری غرفه‌های بازی برای کودکان در نمایشگاه

این غرفه که شامل فوتبال دستی و بازی‌های دیگر جهت جذب نوجوانان و کودکان به همراه خانواده‌ها به این نمایشگاه بود و هدف این غرفه، درآمدزایی برای انجمن، به نفع بیماران میتلا به سرطان تحت پوشش انجمن بود که با همکاری نوجوانان و جوانان خیر برگزار گردید. همچنین فرهنگسرای پارسه از جمله مؤسساتی بودند در این غرفه همکاری داشتند.





## غرفه رستوران

در آمد حاصل از این غرفه نیز صرف هزینه‌های درمان بیماران مبتلا به سرطان تحت پوشش مهرانه شد. این غرفه با استقبال بی نظیر مردم شهر و بازدیدکنندگان قرار گرفت.

این غرفه با همکاری بانوان خیر و کمک و یاری کمیته بانوان انجام شد. در این غرفه هر روز غذاهای متنوع شامل آش، پیراشکی، نوشیدنی‌ها و ... عرضه می‌شد.



## غرفه قلک و بانوان

عمده فعالیت این کمیته برگزاری کلاس‌های آموزش خودشناسی و یاری به بانوان شهر در جهت فعالیت و مثمر ثمر بودن است که بانوان زیادی را توانسته این کمیته جذب نماید. ایشان اظهار داشت جذب کمک از طریق قلک بسیار مورد استقبال مردم قرار گرفته است.

این غرفه با همکاری کمیته بانوان به سرپرستی خانم ارغوانی برگزار شد. هدف این غرفه تلاش جهت توزیع قلک بین بازدیدکنندگان، که بنا بر اظهار خانم ارغوانی بسیار مفید و ارزشمند بود و توانست به هدف خود همانا توزیع بیشتر قلک و جذب کمک‌های مردمی دست یابد. ایشان بیان کردند این نمایشگاه باید هر سه ماه یکبار برگزار شود تا بتواند کمک و یاری بیشتری به بیماران مبتلا به سرطان برساند.



## غرفه مالی

این غرفه در جهت جذب کمک های مردمی و با کمک و همکاری اعضا کمیته مالی برپا شد.



## غرفه بنر

بود و با تولید برنامه های موثر در این خصوص به تجربه های تازه ای رسیده است.

در این نمایشگاه بیشترین فعالیت کمیته بنر، پیرامون معرفی خدمات و آشنایی بازدید کنندگان بوده و در آینده طرح های جدید و ایده های نو نیز در راه است که به زودی رونمایی خواهد شد.

آدرس دفتر بنر: زنجان، میدان ۱۵ خرداد، روبروی مزار شهدا،

نبش خیابان نواب صفوی

تلفن: ۰۲۴-۳۳۳۲۶۰۳۰

۵۰۲۲۲۹۷۰۰۰۱۵۵۳۰۴

شماره کارت بانک پاسارگاد

این غرفه با همکاری اعضا کمیته و خیرین به سرپرستی آقای رهبری برگزار شد. جناب آقای رهبری بیان داشتند این کمیته در سال ۱۳۹۲ باهمت جمعی از خیرین انجمن مهرانه تشکیل و بعد از مدت کوتاهی درمیان آحاد جامعه جایگاه شایسته خود را پیدا نمود. بیشتر مراجعان از طریق تماس تلفنی با این کمیته در ارتباط هستند. **سفارشات بنر، تاج گل و استند پذیرفته می شود.**

عمده فعالیت های این کمیته بیشتر در راستای تولید و ارسال بنر دیواری در دوران کرونا، استند و تاج گل در زمان تعطیلی مساجد هم اندیشی در اتاق فکر و با پیشنهاد یکی از خیرین بزرگوار برگزاری مجالس ترحیم و تسلیت در فضای مجازی در دستور کار قرار گرفته





## غرفه آموزش پیشگیری

در زنجان، شهرستان‌ها و روستاها نیز برگزار شده است. لازم به توضیح است موضوع این کلاس‌ها درباره عوامل ایجادکننده سرطان‌های دستگاه گوارش خصوصاً روده بزرگ بود که اشاره به مهمترین‌ها از جمله سبک زندگی، تغذیه، عوامل وراثتی، بیماری‌های زمینه‌ای و سن شد. همچنین ایشان به مواردی که با رعایت آنها می‌توان شاهد کاهش بروز سرطان‌ها بود، اشاره کردند. در زمینه غربالگری‌های استاندارد دنیا نیز برای شناخت هرچه زودتر سرطان‌ها در مراحل ابتدایی باین روش می‌توان از بروز مشکلات پیچیده‌تر جسمانی در آینده برای بیمار و هزینه‌های گزاف وارده بر بیمار و سیستم درمانی جلوگیری کرد.

فعالیت این غرفه با همکاری اعضا کمیته پیشگیری به سرپرستی جناب آقای مهندس مرتضوی صورت گرفت.

آقای مهندس مرتضوی بیان کردند فعالیت کمیته در راستای افزایش اطلاعات پزشکی آموزش تغذیه سالم، دوری از دخانیات و قلیان و تأکید بر نقش مؤثر ورزش منظم و تاثیر آن بر سلامتی همه گروه‌های سنی است. در این راستا کارگاه‌های آموزش رایگان برای مخاطبین با حضور کارشناسان و متخصصین حوزه‌های فوق‌الذکر برگزار گردید. در رابطه با آموزش پیشگیری از سرطان سینه بانوان مدرسین آموزش، بطور منظم کلاس‌ها را برگزار می‌کنند. آموزش‌های پزشکی و تغذیه سالم همچنین برای مادران دانش‌آموزان از طریق انجمن اولیا مدارس برگزار می‌گردد. ضمناً این کلاس‌ها علاوه بر مدارس تاکنون در سازمان‌ها، ادارات و مساجد



## غرفه مدیریت

از جمله هنرمندانی چون آقایان جلال فرجیان، رامین جماعتی، عطا شاهمرادی، روح اله ذبیحیان، کاوه مهاجر، گروه موسیقی شمس، گروه موسیقی آشیق خدایی، گروه رقص زنان دنس و احمد میرزایی و دختر ایشان به همراه فرهاد خمسه پور، گروه ضرب راز نیمارغوانی فرد، محمد دیده بانی و بهروز اسکندری (آموزشگاه موسیقی تاریا) و با مجری گری آقای گلپور و همکاری خانم دادلویی و سایر عزیزانی که در این مجموعه جنگ شادی همکاری کردند.

در این غرفه اعضا و سرکمیته‌ها هرروز حضور داشتند. کمیته تبلیغات که به سرپرستی خانم صنعتکار برگزار کننده این نمایشگاه بود با کمک و همکاری اعضا و خیرین فعال در این کمیته برپا شد. با برنامه‌ریزی خیرین کمیته تبلیغات، برگزاری روزانه جنگ شادی و اجرای موسیقی زنده و برنامه‌های شاد و مفرح برای بازدیدکنندگان و انجام مسابقه و سخنرانی‌ها صورت گرفت. گروه‌های موسیقی که همگی به عنوان خیر حضور داشتند، توانستند لحظات شاد و زیبایی را برای بازدیدکنندگان فراهم سازند.



## کارخانه کبریت سابق زنجان

بسیار قابل توجه و زیبا بود دیدن کار و تلاش خیرین جوان و نوجوان در برپایی این نمایشگاه که همگی برای هدف خاص و نیت درونی خود در این انجمن فعالیت دارند. انجمن خیریه مهرانه نیز از تلاش و همکاری عزیزان این مکان تشکر و قدردانی می‌کند و امید دارد در آینده بتواند نمایشگاه‌های متعددی را در این مکان برپا دارد.

این مجموعه که در خیابان صفا واقع شده است اکنون به یک مجموعه تفریحی و ورزشی هنری تبدیل شده است که نمایشگاه مهر تا مهرانه در این محل با همکاری و مساعدت جناب آقای مهندس کریمی معاونت محترم فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری زنجان برپا شد. مهندس کریمی در این مورد اذعان داشتند تلاش خود را خواهند کرد تا در آینده نیز این مجموعه با مهرانه همکاری نماید و از انسجام و همکاری و نظم اعضا برگزار کننده نمایشگاه یاد کردند و اعلام داشتند

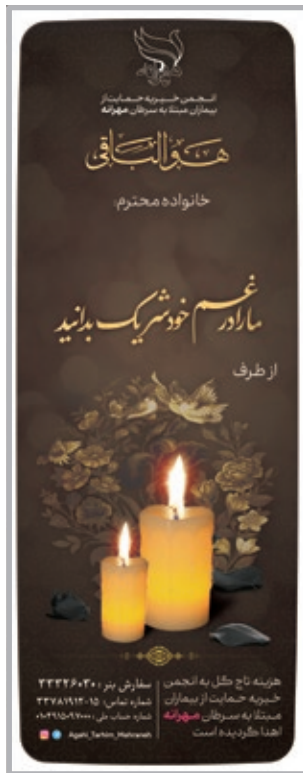




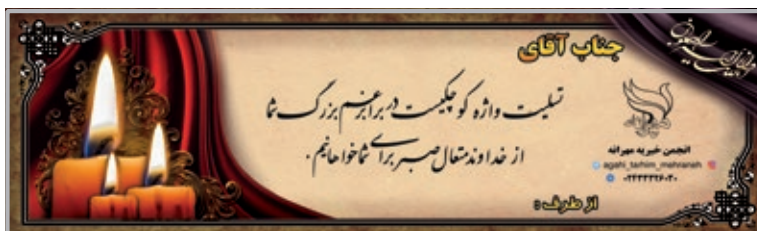
## سفارش هر بنر

### امید به زندگی یک بیمار

قبول سفارشات مناسبی  
(شادی، ترحیم، احسان)  
بنر، تاج گل، استند الکترونیکی



تلفن تماس: ۰۳۳۳۲۶۰۳۰-۰۲۴  
آدرس پیج: agahi\_tarhim\_meraneh







۰۲۴ - ۳۱۰۵



از همراهیتان سپاسگزاریم



[www.mehranehcharity.com](http://www.mehranehcharity.com)



[info@mehranehcharity.ir](mailto:info@mehranehcharity.ir)



[mehranehcharity](https://www.instagram.com/mehranehcharity)



## شماره حساب انجمن مهرانه

شماره حساب بانک ملی: ۳۳۴۴

شماره کارت بانک ملی: ۶۰۳۷ ۹۹۱۱ ۹۹۵۱ ۰۸۵۴

### دفتر قلم

زنجان، خیابان صفا، کوچه شهید  
قزلباش (نهضت سابق) پلاک ۵  
تلفن:  
۳۳۴۴۴۵۵۵ - ۳۳۴۶۸۱۰۰

### امور اداری و کلینیک مهرانه

زنجان بلوار پروفیسور ثبوتی (جاده  
گاوازنگ)، بلوار مهرانه، مرکز مهرانه  
تلفن امور اداری: ۴-۳۳۰۴۴۱۰۱  
تلفن کلینیک: ۳۳۰۴۴۱۰۶

### دفتر موسویان

زنجان، ضلع جنوب غربی چهارراه  
انقلاب، جنب مهمانپذیر فرد  
تلفن:  
۳۳۳۶۶۱۴۰ - ۳۳۳۶۱۱۴۳

### ساختمان حدیدیان

زنجان، میدان ۱۵ خرداد،  
روبروی مزار شهدا، نبش خیابان نواب  
صفوی  
تلفن: ۳۳۳۲۶۰۳۰

### مهرانه تهران (مهمانسرا)

تهران، خیابان ستارخان، خیابان  
پاتریس، انتهای سروناز، کوچه امیری،  
پلاک ۲۱  
تلفن: ۰۲۱-۶۶۹۱۳۷۰۱



حامیان مالی

ریحان





انجمن خیریه حمایت از  
بیماران مبتلا به سرطان  
استان زنجان

**Mehraneh**  
Zanjan Cancer Care Charity



بلوار پروفیسور ثبوتی، بلوار مهرانه، کلینیک مهرانه      تلفن: ۳۱۰۵ (۰۲۴)



 mehranehcharity 

تهیه و تنظیم: کمیته تبلیغات مهرانه

۱۴۰۲