

بیتس

پیام دکتر احسان ریخته گر معاون بهداشت دانشگاه بمناسبت روز جهانی بهداشت

هر ساله ۷ آوریل مصادف با ۱۸ فروردین ماه، توسط سازمان جهانی بهداشت (WHO) به عنوان روز جهانی بهداشت به ابعاد مهم بهداشت جهانی در سطح کشورها می پردازد. تمام محافل سیاستگذاری سلامت بر این باورند، راه حل مشکلات نظام سلامت از معبر بهداشت و توسعه خدمات بهداشتی می گذرد. توجه به جوانی جمعیت و سالمندی سالم، سبک زندگی سالم و مشارکت مردم، افزایش خودمراقبتی، توجه به اقتصاد سلامت، عدالت در سلامت و سیاستگذاری مبتنی بر پیشگیری و بهداشت، مهمترین شاکله های توسعه سلامت هستند.

شعار سازمان جهانی بهداشت در سال ۲۰۲۳ سلامت برای همه بوده و شعار هفته سلامت ۱۴۰۲ که از ۹ لغایت ۱۵ اردیبهشت برگزار می گردد (سلامت برای همه با پزشکی خانواده)) می باشد که امید است با اجرای برنامه پزشکی خانواده و اقدامات موثر در امر جوانی جمعیت به این هدف دست یابیم.

جامعه خدوم بهداشت استان آذربایجان غربی در روستاها و شهرهای استان به عنوان اصلی ترین متولیان ارائه خدمات بهداشت، از ابتدای انقلاب اسلامی تاکنون دستاوردهای متعددی در زمینه های مختلف سلامت برای استان رقم زده اند و منجر به سربلندی استان عزیزمان شدند.

اینجانب ضمن تبریک و گرامیداشت این مناسبت جهانی، از تلاش جهادگونه، فداکاری و ایثار کم نظیر تمامی شما تلاشگران عرصه سلامت که بی هیچ چشمداشتی سلامتی را به مردم عزیز استانمان هدیه می دهید، تقدیر و تشکر می نمایم.

دکتر احسان ریخته گر
معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی استان
و خدمات بهداشتی درمانی ارومیه



گرامی باد

بمناسبت

۹ لغایت ۱۵ اردیبهشت

گاه شمار سلامت در سال

سلامت برای همه



۱۴۴۴-۱۴۴۵ 2023-2024

با پزشکی خانواده

سلامت برای همه
با پزشکی خانواده

75

World Health Day 2023:
Health For All

۱۸ فروردین روز جهانی بهداشت

علامت احتمالی بیماری سل

- بی‌اشتهایی
- سرفه بیش از ۲ هفته
- کاهش وزن ناگهانی
- درد قفسه سینه
- عرق شبانه
- تب بالا
- ضعف و خستگی
- سرفه به همراه خلط خونی

۴ فروردین روز جهانی مبارزه با سل

آب آبادانی است، با حفظ آب از آبادانی حفاظت کنیم

روز جهانی آب گرمای باد

WORLD WATER DAY MARCH 22

۲ فروردین روز جهانی آب

سفید پوشان گمنام روزتان مبارک

۳۰ فروردین روز علوم آزمایشگاهی

۲۳ فروردین روز دندانپزشکی گرمی باد

۲۳ فروردین روز دندانپزشک

علامت بیماری پارکینسون

- اختلال یوایی
- نرخ بیش از حد بزاق
- عدم تعادل وضعیتی
- لرزش
- مشکل در راه رفتن
- تفسیر خلق و هو
- مشکل شدن خواب
- تفسیر خلق و هو
- کندی حرکت
- اختلال در دستگاه گوارش
- احساس درد در پا
- اضطراب و افسردگی
- از دست دادن حرکات انیوماتیک

۲۲ فروردین روز جهانی بیماری پارکینسون



۱۴۰۲

فروردین

<https://phc.umsu.ac.ir/>

شعبان / رمضان / ۱۴۴۴ March/April/2023

جمعه Friday	پنجشنبه Thursday	چهارشنبه Wednesday	سه‌شنبه Tuesday	دوشنبه Monday	یکشنبه Sunday	شنبه Saturday
۲ ۲۴	۱ ۲۳	۲۹ ۲۲	۲۸ ۲۱			
۹ ۳۱	۸ ۳۰	۷ ۲۹	۶ ۲۸	۵ ۲۷	۴ ۲۶	۳ ۲۵
۱۶ ۷	۱۵ ۶	۱۴ ۵	۱۳ ۴	۱۲ ۳	۱۱ ۲	۱۰ ۱
۲۳ ۱۴	۲۲ ۱۳	۲۱ ۱۲	۲۰ ۱۱	۱۹ ۱۰	۱۸ ۹	۱۷ ۸
	۲۹ ۲۰	۲۸ ۱۹	۲۷ ۱۸	۲۶ ۱۷	۲۵ ۱۶	۲۴ ۱۵

۱. عید نوروز، ۲. عید نوروز، ۳. عید نوروز، ۴. عید نوروز، ۵. روز هنر و نمایش، ۱۲. وفات حضرت خدیجه (س)، ۱۳. روز جمهوری اسلامی ایران، ۱۴. روز طبیعت، ۱۷. ولادت حضرت امام حسن مجتبی (ع) و روز اکرام و تکریم خیرین، ۱۸. روز سلامتی، ۲۰. شب قدر، روز ملی فناوری هسته ای، روز هنر انقلاب اسلامی، سالروز شهادت سید مرتضی آوینی، ۲۱. ضربت خوردن حضرت امام علی (ع)، روز نوجوانان، ۲۲. شب قدر، ۲۳. شهادت حضرت امام علی (ع)، ۲۴. شب قدر، ۲۵. روز بزرگداشت عطار نیشابوری، ۲۹. روز ارتش جمهوری اسلامی و نیروی زمینی.

سلامت برای همه
با پوشش یک خانواده

روز جهانی بهداشت ۲۰۲۳

- ۱۱ مه ۲۰۲۳
- ۱۲ مه ۲۰۲۳
- ۱۳ مه ۲۰۲۳
- ۱۴ مه ۲۰۲۳
- ۱۵ مه ۲۰۲۳
- ۱۶ مه ۲۰۲۳
- ۱۷ مه ۲۰۲۳
- ۱۸ مه ۲۰۲۳
- ۱۹ مه ۲۰۲۳
- ۲۰ مه ۲۰۲۳
- ۲۱ مه ۲۰۲۳
- ۲۲ مه ۲۰۲۳
- ۲۳ مه ۲۰۲۳
- ۲۴ مه ۲۰۲۳
- ۲۵ مه ۲۰۲۳
- ۲۶ مه ۲۰۲۳
- ۲۷ مه ۲۰۲۳
- ۲۸ مه ۲۰۲۳
- ۲۹ مه ۲۰۲۳
- ۳۰ مه ۲۰۲۳
- ۳۱ مه ۲۰۲۳

شیوع رو به رشد آسم را متوقف کنیم

آسمان آبی / هوای پاک / تنفس خوب

روز جهانی کارگر

روز جهانی کارگر

روز جهانی بهداشت ۸ اردیبهشت

بهداشت حرفه ای

آینده ما، سیاره ما

۹ لغایت ۱۵ اردیبهشت
هفته سلامت هفته بهداشت مدارس

۱۲ اردیبهشت
روز جهانی آسم

۱۱ اردیبهشت
روز جهانی کارگر

۸ اردیبهشت روز جهانی
بهداشت حرفه ای

۲ اردیبهشت
روز جهانی زمین پاک

افزایش جمعیت، پیش نیاز توسعه پایدار است

روز ارتباطات و روابط عمومی

با اندازه گیری دقیق فشارخون و کنترل آن، زندگی طولانی تری داشته باشید.

اطلاع از میزان صحیح فشار خون و مفهوم آن

کمتر از ۱۲۰	۱۳۰ تا ۱۳۹	کمتر از ۱۲۰
و بیشتر	۱۴۰ تا ۱۴۹	کمتر از ۸۰
	۱۵۰ و بیشتر	و بیشتر

فشار خون طبیعی پیش فشار خون فشار خون بالا

۱۸ اردیبهشت
روز جهانی تالاسمی
7th May World Thalassaemia Day

قدرت ما ناشی از با هم بودن ماست

INTERNATIONAL MIDWIVES DAY
روز جهانی ماما گرامی یار

۲۴ لغایت ۳۰ اردیبهشت هفته ملی جمعیت
و ۳۰ اردیبهشت روز ملی جمعیت

۲۷ اردیبهشت
روز روابط عمومی

۲۷ اردیبهشت
روز جهانی فشار خون

۱۸ اردیبهشت
روز جهانی تالاسمی

۱۵ اردیبهشت
روز جهانی ماما

جمعه Friday	پنجشنبه Thursday	چهارشنبه Wednesday	سه‌شنبه Tuesday	دوشنبه Monday	یکشنبه Sunday	شنبه Saturday
۱ ۳۰ ۲۱					۳۱ ۱ ۲۱	۳۰ ۲۹ ۲۰
۸ ۷ ۲۸	۷ ۶ ۲۷	۶ ۵ ۲۶	۵ ۴ ۲۵	۴ ۳ ۲۴	۳ ۲ ۲۳	۲ ۱ ۲۲
۱۵ ۱۴ ۵	۱۴ ۱۳ ۴	۱۳ ۱۲ ۳	۱۲ ۱۱ ۲	۱۱ ۱۰ ۱	۱۰ ۹ ۳۰	۹ ۸ ۲۹
۲۲ ۲۱ ۱۲	۲۱ ۲۰ ۱۱	۲۰ ۱۹ ۱۰	۱۹ ۱۸ ۹	۱۸ ۱۷ ۸	۱۷ ۱۶ ۷	۱۶ ۱۵ ۶
۲۹ ۲۸ ۱۹	۲۸ ۲۷ ۱۸	۲۷ ۲۶ ۱۷	۲۶ ۲۵ ۱۶	۲۵ ۲۴ ۱۵	۲۴ ۲۳ ۱۴	۲۳ ۲۲ ۱۳

۱. روز جهانی قدس / روز بزرگداشت سعدی. ۲. عید سعید فطر / تأسیس سپاه پاسداران انقلاب اسلامی. ۳. تعطیل به مناسبت عید سعید فطر / روز بزرگداشت شیخ بهایی، روز معماری. ۵. شکست حمله نظامی آمریکا به ایران در طیس. ۷. روز ایمنی حمل و نقل. ۹. روز شوراها. ۱۰. روز ملی خلیج فارس. ۱۱. روز جهانی کار و کارگر. ۱۲. شهادت استاد مرتضی مطهری، روز معلم. ۱۸. روز فرهنگ یلوانی و ورزش زورخانه‌ای. ۲۵. روز پاسداشت زبان فارسی و بزرگداشت حکیم ابوالقاسم فردوسی. ۲۶. شهادت حضرت امام جعفر صادق (ع). ۲۸. روز بزرگداشت حکیم عمر خیام. ۳۰. روز ملی جمعیت. ۳۱. ولادت حضرت معصومه (س) / روز دختران، آغاز دهه کرامت / روز اهدای عضو، اهدای زندگی.



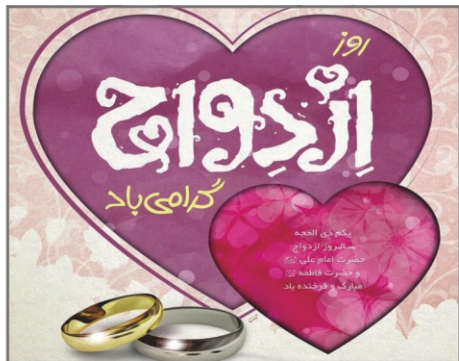
۱۱ خرداد روز جهانی شیر



۴ خرداد روز جهانی تیروئید



۴ لغایت ۱۰ خرداد هفته بدون دخانیات
۱۰ خرداد روز جهانی دخانیات



۳۰ خرداد روز ازدواج



۲۴ خرداد روز جهانی اهدای خون



۱۵ خرداد روز جهانی محیط زیست



۱۴۰۲

خرداد

<https://phc.umsu.ac.ir/>

ذی القعدة ذی الحجة / ۱۴۴۴ May/June/2023

جمعه Friday	پنجشنبه Thursday	چهارشنبه Wednesday	سه‌شنبه Tuesday	دوشنبه Monday	یکشنبه Sunday	شنبه Saturday
۵ ۶ 26	۴ ۵ 25	۳ ۴ 24	۲ ۳ 23	۱ ۲ 22		
۱۲ ۱۳ 2	۱۱ ۱۲ 1	۱۰ ۱۱ 31	۹ ۱۰ 30	۸ ۹ 29	۷ ۸ 28	۶ ۷ 27
۱۹ ۲۰ 9	۱۸ ۱۹ 8	۱۷ ۱۸ 7	۱۶ ۱۷ 6	۱۵ ۱۶ 5	۱۴ ۱۵ 4	۱۳ ۱۴ 3
۲۶ ۲۷ 16	۲۵ ۲۶ 15	۲۴ ۲۵ 14	۲۳ ۲۴ 13	۲۲ ۲۳ 12	۲۱ ۲۲ 11	۲۰ ۲۱ 10
		۳۱ ۲ 21	۳۰ ۱ 20	۲۹ ۳۰ 19	۲۸ ۲۹ 18	۲۷ ۲۸ 17

۳. فتح خرمشهر، ۴. روز دزفول، روز مقاومت و پیلادری، ۵. روز بزرگداشت حضرت احمد بن موسی شاهچراغ (ع)، ۱۰. ولادت حضرت امام رضا (ع)، ۱۴. رحلت حضرت امام خمینی (ره) / انتخاب حضرت آیت‌الله امام خامنه‌ای به رهبری، ۱۵. قیام خونین ۱۵ خرداد / روز جهانی محیط زیست، ۲۰. روز صنایع دستی / روز ملی فرش، ۲۷. روز جهاد کشاورزی، ۲۹. شهادت حضرت امام محمد تقی (ع) / درگذشت دکتر علی شریعتی، ۳۰. سالروز ازدواج حضرت امام علی (ع) و حضرت فاطمه (س)، روز ازدواج، ۳۱. شهادت دکتر مصطفی چمران / روز بسیج استادان.



۷ تیر روز جهانی فنیل کتونوری



۲۵ تیر روز بهزیستی و تامین اجتماعی



۵ تیر روز جهانی مبارزه با مواد مخدر



۱۵ لغایت ۲۲ تیر هفته اطلاع رسانی
بیماریهای مشترک بین انسان و حیوان



معاونت بهداشت

۱۴۰۲

تیر

<https://phc.umsu.ac.ir/>

June/July/2023

ذی‌الحجه/۱۴۴۴/محررم/۱۴۴۵

شنبه Saturday	یکشنبه Sunday	دوشنبه Monday	سه‌شنبه Tuesday	چهارشنبه Wednesday	پنجشنبه Thursday	جمعه Friday
۳۱ ۲۲ ۴					۱ ۲۲ ۳	۲ ۲۳ ۴
۳ ۲۴ ۵	۴ ۲۵ ۶	۵ ۲۶ ۷	۶ ۲۷ ۸	۷ ۲۸ ۹	۸ ۲۹ ۱۰	۹ ۳۰ ۱۱
۱۰ ۱ ۱۲	۱۱ ۲ ۱۳	۱۲ ۳ ۱۴	۱۳ ۴ ۱۵	۱۴ ۵ ۱۶	۱۵ ۶ ۱۷	۱۶ ۷ ۱۸
۱۷ ۸ ۱۹	۱۸ ۹ ۲۰	۱۹ ۱۰ ۲۱	۲۰ ۱۱ ۲۲	۲۱ ۱۲ ۲۳	۲۲ ۱۳ ۲۴	۲۳ ۱۴ ۲۵
۲۴ ۱۵ ۲۶	۲۵ ۱۶ ۲۷	۲۶ ۱۷ ۲۸	۲۷ ۱۸ ۲۹	۲۸ ۱۹ ۱	۲۹ ۲۰ ۲	۳۰ ۲۱ ۳

۱. روز اصفاف. ۵. شهادت حضرت امام محمد باقر (ع). ۷. روز عرفه/شهادت مظلومانه آیت‌الله دکتر بهشتی و ۷۲ تن از یاران امام خمینی (ره). روز قضاچه. ۸. عید سعید قربان. آغاز دهه امامت و ولایت. ۱۰. روز صنعت و معدن. ۱۳. ولادت حضرت امام علی نقی (ع). ۱۴. روز قلم. ۱۶. عید سعید غدیر خم. ۱۸. ولادت حضرت امام موسی کاظم (ع). روز ادبیات کودکان و نوجوانان. ۲۱. روز عفاف و حجاب. ۲۲. روز میاهله پیامبر اسلام (ص). روز بزرگداشت خوارزمی. روز فناوری اطلاعات. ۲۳. روز خانواده و تکريم باز نشستگان. ۲۵. روز پزشکی و تأمین اجتماعی. ۲۶. سالروز تأسیس نهاد شورای نگهبان. ۲۸. آغاز سال ۱۴۴۵ هجری قمری/روز شعر و ادبیات آیینی. روز بزرگداشت محترم کاشانی.



با اهدای خون **زندگی**
را به اشتراک بگذاریم

اهدای خون؛ اهدای زندگی

روز جهانی اهدای خون گرمی باد

۹ مرداد روز اهدای خون (روز ملی انتقال خون)



مشارکت مردم در امر سلامت، خود از جمله مسائل مهمی است که همگام با اقدامات دولتی و بخش های توسعه کشور می بایستی تقویت و تشویق گردد.

روز
و مشارکت های
اجتماعی

۲۲ مرداد روز شکل ها و مشارکت اجتماعی



۶ مرداد روز جهانی هپاتیت

حمایت از ترویج تغذیه با شیر مادر
از طریق توانمند کردن و افزایش ظرفیت افراد مرتبط
در سطوح مختلف جامعه با توجه به نقش آنان = تشکیل زنجیره گرم حمایت و پشتیبانی

<p>مداخلات در راستای توانمند کردن افراد جامعه و سیستم ها به سمت بهبودی</p>	<p>حمایت سازمان ها، ارگان ها و افراد جامعه از زنجیره گرم حمایت از شیردهی</p>	<p>تغذیه با شیر مادر به عنوان یک تغذیه مناسب در بهبود امنیت غذایی و کاهش نابرابری ها</p>	<p>آگاهی مردم در مورد نقش خود برای تقویت زنجیره گرم حمایت از شیردهی</p>
---	---	---	--

۱۰ لغایت ۱۶ مرداد هفته جهانی شیر مادر



مرداد

<https://phc.umsu.ac.ir/>

July/August/2023

مهرم / صفر ۱۴۴۵

شنبه Saturday	یکشنبه Sunday	دوشنبه Monday	سه‌شنبه Tuesday	چهارشنبه Wednesday	پنجشنبه Thursday	جمعه Friday
	۱ 23 ۵	۲ 24 ۶	۳ 25 ۷	۴ 26 ۸	۵ 27 ۹	۶ 28 ۱۰
۷ 29 ۱۱	۸ 30 ۱۲	۹ 31 ۱۳	۱۰ 1 ۱۴	۱۱ 2 ۱۵	۱۲ 3 ۱۶	۱۳ 4 ۱۷
۱۴ 5 ۱۸	۱۵ 6 ۱۹	۱۶ 7 ۲۰	۱۷ 8 ۲۱	۱۸ 9 ۲۲	۱۹ 10 ۲۳	۲۰ 11 ۲۴
۲۱ 12 ۲۵	۲۲ 13 ۲۶	۲۳ 14 ۲۷	۲۴ 15 ۲۸	۲۵ 16 ۲۹	۲۶ 17 ۳۰	۲۷ 18 ۱
۲۸ 19 ۲	۲۹ 20 ۳	۳۰ 21 ۴	۳۱ 22 ۵			

۵. تاسوعای حسینی / سالروز عملیات افتخار آفرین مرصاد. ۶. عاشورای حسینی. ۷. روز تجلیل از اسرا و مفقودان. ۸. شهادت حضرت امام زین العابدین (ع)، ۹. روز اهدای خون. ۱۴. روز حقوق بشر اسلامی و کرامت انسانی. ۱۷. روز خبرنگار. ۱۸. روز بزرگداشت شهیدای مدافع حرم. ۲۱. شهادت حضرت امام زین العابدین (ع) به روایتی. ۲۶. آغاز بازگشت آزادگان به میهن اسلامی. ۲۸. کودتای آمریکایی برای بازگرداندن شاه. ۳۰. روز جهانی مسجد.



۵ شهریور روز داروساز



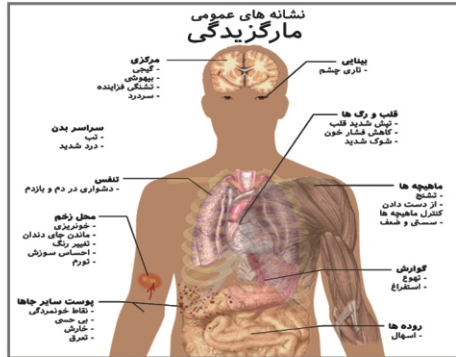
۴ شهریور روز کارمند



۱ شهریور روز پزشک



۳۰ شهریور روز جهانی آنزایمر



۲۸ شهریور روز جهانی آگاهی از مارگزیدگی



۱۲ شهریور روز بهروز



معاونت بهداشت

۱۴۰۲

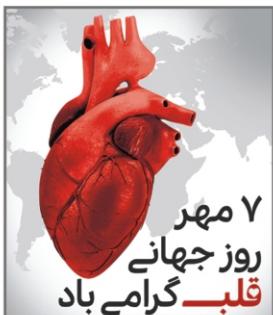
شهریور

<https://phc.umsu.ac.ir/>

August/September/2023 صفر /ربیع الاول/ ۱۴۴۵

جمعه Friday	پنجشنبه Thursday	چهارشنبه Wednesday	سه‌شنبه Tuesday	دوشنبه Monday	یکشنبه Sunday	شنبه Saturday
۲۵ ۸ ۳	۲۴ ۷ ۲	۲۳ ۶ ۱				
۱ ۱۵ ۱۰	۳۱ ۱۴ ۹	۳۰ ۱۳ ۸	۲۹ ۱۲ ۷	۲۸ ۱۱ ۶	۲۷ ۱۰ ۵	۲۶ ۹ ۴
۸ ۲۲ ۱۷	۷ ۲۱ ۱۶	۶ ۲۰ ۱۵	۵ ۱۹ ۱۴	۴ ۱۸ ۱۳	۳ ۱۷ ۱۲	۲ ۱۶ ۱۱
۱۵ ۲۹ ۲۴	۱۴ ۲۸ ۲۳	۱۳ ۲۷ ۲۲	۱۲ ۲۶ ۲۱	۱۱ ۲۵ ۲۰	۱۰ ۲۴ ۱۹	۹ ۲۳ ۱۸
۲۲ ۶ ۳۱	۲۱ ۵ ۳۰	۲۰ ۴ ۲۹	۱۹ ۳ ۲۸	۱۸ ۲ ۲۷	۱۷ ۱ ۲۶	۱۶ ۳۰ ۲۵

۱- روز بزرگداشت ابوعلی سینا، روز پزشک- ۲- شهادت حضرت امام حسن مجتبی (ع) به روایتی /روز بزرگداشت سلمان فارسی/ آغاز هفته دولت- ۴- روز کارمند- ۵- روز بزرگداشت زکریای رازی، روز داروسازی- ۸- روز مبارزه با تروریسم- ۱۳- روز تعاون /روز بزرگداشت ابورحمان بیرونی- ۱۵- اربعین حسینی- ۱۷- قیام ۱۷ شهریور- ۲۱- روز سینما- ۲۲- روز وقف- ۲۳- رحلت حضرت رسول اکرم ص/شهادت حضرت امام حسن مجتبی (ع)- ۲۵- شهادت حضرت امام رضا (ع)- ۲۷- روز شعر و ادب فارسی، روز بزرگداشت استاد شهیدریار- ۳۱- آغاز جنگ تحمیلی، آغاز هفته دفاع مقدس.



۱۶ مهر
روز جهانی کودک

۹ مهر
روز جهانی سالمندان

۷ مهر
روز جهانی قلب

۶ مهر روز
مبارزه با هاری

۴ مهر روز جهانی
بهداشت محیط



۲۸ مهر روز
جهانی پوکی استخوان

۲۴ مهر
روز جهانی غذا

۲۳ مهر
روز ملی مبارزه با سل

۲۲ لغایت ۲۸ مهر
هفته ملی سلامت بانوان ایرانی

۱۸ لغایت ۲۴ مهر
هفته سلامت روان



۱۴۰۲

مهر

<https://phc.umsu.ac.ir/>

ربیع الاول / ربیع الثانی / ۱۴۴۵ September/October/2023

جمعه Friday	پنجشنبه Thursday	چهارشنبه Wednesday	سه‌شنبه Tuesday	دوشنبه Monday	یکشنبه Sunday	شنبه Saturday
۷ ۱۳ 29	۶ ۱۲ 28	۵ ۱۱ 27	۴ ۱۰ 26	۳ ۹ 25	۲ ۸ 24	۱ ۷ 23
۱۴ ۲۰ 6	۱۳ ۱۹ 5	۱۲ ۱۸ 4	۱۱ ۱۷ 3	۱۰ ۱۶ 2	۹ ۱۵ 1	۸ ۱۴ 30
۲۱ ۲۷ 13	۲۰ ۳۱ 12	۱۹ ۲۵ 11	۱۸ ۲۴ 10	۱۷ ۲۳ 9	۱۶ ۲۲ 8	۱۵ ۲۱ 7
۲۸ ۴ 20	۲۷ ۳ 19	۲۶ ۲ 18	۲۵ ۱ 17	۲۴ ۳۰ 16	۲۳ ۲۹ 15	۲۲ ۲۸ 14
					۳۰ ۶ 22	۲۹ ۵ 21

۱. شهادت حضرت امام حسن عسکری (ع)، آغاز امامت حضرت ولی عصر (عج)، ۲. روز سرباز، ۳. ولادت حضرت رسول اکرم (ص) به روایت اهل سنت، آغاز هفته وحدت، ۴. روز آتش نشانی و ایمنی، ۵. روز بزرگداشت شمس، ۶. روز بزرگداشت مولوی، ۷. روز جهانی ناشنوایان، ۸. روز جهانی سالمندان، ۹. ولادت حضرت رسول اکرم (ص) و روز اخلاق و مهرورزی، ولادت حضرت امام جعفر صادق (ع)، ۱۰. روز نیروی انتظامی، ۱۱. روز دامپزشکی، ۱۲. روز روستا و عشایر، ۱۳. روز بزرگداشت حافظ، ۱۴. روز جهانی نابینایان، ۱۵. روز ملی پارالمپیک، ۱۶. روز تربیت بدنی و ورزش، ۱۷. روز صادرات.

دیابت: آموزش برای حفظ آینده

بیش از ۹۰ درصد مراقبت‌های دیابت اقدامات خودمراقبتی است. آیا دانش تصمیم‌گیری آگاهانه را دارید؟ مراقبت از دیابت خود را بر عهده بگیرید.

۲۳ آبان روز جهانی دیابت

برای دیدن فردا به چشم هایم نیاز دارم

۱ لغایت ۷ آبان هفته ملی تبلی چشم

هفته ملی اطلاع رسانی هپاتیت

هپاتیت A نوع
هپاتیت B نوع
هپاتیت C نوع
هپاتیت D نوع
هپاتیت E نوع

۱ لغایت ۷ آبان هفته ملی اطلاع رسانی هپاتیت

ایستادی تا بخند زندگی

ساروز ولادت باسعادت حضرت زینب(س) و روز پرستار مبارک باد.

۲۸ آبان روز پرستار

هفته خود مراقبتی گرمای باد

خودمراقبتی گام اول سلامت

۲۷ آبان ماه لغایت ۲۳ تیر ماه

۲۷ لغایت ۳ آذر هفته جهانی خود مراقبتی

روز جهانی نوزادان نارس، ۲۷ آبان (۱۷ نوامبر)

از هر ۱۰ نوزاد در جهان یک نوزاد نارس متولد می شود.

۲۶ آبان روز جهانی نوزاد نارس



معاونت بهداشت

۱۴۰۲

آبان

<https://phc.umsu.ac.ir/>

ربیع الثانی / جمادی الاولی ۱۴۴۵ October/November/2023

شنبه Saturday	یکشنبه Sunday	دوشنبه Monday	سه‌شنبه Tuesday	چهارشنبه Wednesday	پنجشنبه Thursday	جمعه Friday
		۱ ۷ ۲۳	۲ ۸ ۲۴	۳ ۹ ۲۵	۴ ۱۰ ۲۶	۵ ۱۱ ۲۷
۶ ۱۲ ۲۸	۷ ۱۳ ۲۹	۸ ۱۴ ۳۰	۹ ۱۵ ۳۱	۱۰ ۱۶ ۱	۱۱ ۱۷ ۲	۱۲ ۱۸ ۳
۱۳ ۱۹ ۴	۱۴ ۲۰ ۵	۱۵ ۲۱ ۶	۱۶ ۲۲ ۷	۱۷ ۲۳ ۸	۱۸ ۲۴ ۹	۱۹ ۲۵ ۱۰
۲۰ ۲۶ ۱۱	۲۱ ۲۷ ۱۲	۲۲ ۲۸ ۱۳	۲۳ ۲۹ ۱۴	۲۴ ۱ ۱۵	۲۵ ۲ ۱۶	۲۶ ۳ ۱۷
۲۷ ۱۸ ۴	۲۸ ۵ ۱۹	۲۹ ۶ ۲۰	۳۰ ۷ ۲۱			

۱. ولادت حضرت امام حسن عسکری (ع)، ۴. وفات حضرت معصومه (س)، ۸. شهادت محمد حسین فهمیده، روز نوجوان و بسیج دانش آموزی، ۱۳. تسخیر لانه جاسوسی آمریکا به دست دانشجویان پیرو خط امام، روز ملی مبارزه با استکبار جهانی، روز دانش آموز، ۱۴. روز فرهنگ عمومی، ۲۴. روز کتاب، کتابخوانی و کتابدار، ۲۸. ولادت حضرت زینب (س) و روز پرستار، ۳۰. روز حکمت و فلسفه، روز بزرگداشت ابونصر فارابی.

جامعه ایمن یعنی نگاه و اقدام پیشگیرانه از بروز سوانح و حوادث

آیا میدانید :
سالانه بین ۳۰ تا ۵۰ نفر
زورندی در تصادفات چاده ای
از دنیا می روند

بابی احتیاطی جان و مال خود و دیگران را به خطر ناندازیم!!!!



۱۰ آذر روز جامعه ایمن (سوانح و حوادث)



۲۵ آذر روز پژوهش



۴ لغایت ۱۰ آذر هفته اطلاع رسانی ایدز
۱۰ آذر روز جهانی مبارزه با ایدز



۲۳ آذر روز حمایت از بیماران کلیوی



۱۴ آذر روز جهانی داوطلبان سلامت



۱۲ آذر روز جهانی معلولین



معاونت بهداشت

۱۴۰۲

آذر

<https://phc.umsu.ac.ir/>

جمادی الاولی/جمادی الثانیه/۱۴۴۵ November/December/2023

شنبه Saturday	یکشنبه Sunday	دوشنبه Monday	سه‌شنبه Tuesday	چهارشنبه Wednesday	پنجشنبه Thursday	جمعه Friday
				۱ ۸	۲ ۹	۳ ۱۰
۴ ۱۱	۵ ۱۲	۶ ۱۳	۷ ۱۴	۸ ۱۵	۹ ۱۶	۱۰ ۱۷
۱۱ ۱۸	۱۲ ۱۹	۱۳ ۲۰	۱۴ ۲۱	۱۵ ۲۲	۱۶ ۲۳	۱۷ ۲۴
۱۸ ۲۵	۱۹ ۲۶	۲۰ ۲۷	۲۱ ۲۸	۲۲ ۲۹	۲۳ ۳۰	۲۴ ۱
۲۵ ۲	۲۶ ۳	۲۷ ۴	۲۸ ۵	۲۹ ۶	۳۰ ۷	

۵. روز بسیج مستضعفان. ۶. شهادت حضرت فاطمه زهرا(س) به روایتی. ۷. روز نیروی دریایی. ۱۰. شهادت آیت ا... سید حسن مدرس و روز مجلس. ۱۲. روز قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران/روز جهانی معلولان. ۱۶. روز دانشجو. ۲۵. روز پژوهش. ۲۶. شهادت حضرت فاطمه زهرا(س). ۲۷. شهادت آیت ا... دکتر محمد مفتاح، روز وحدت حوزه و دانشگاه. ۳۰. شب یلدا.

هوای پاک تعهد مسئولان مشارکت مردم



۲۹ دی ماه روز هوای پاک
گرامی باد

۲۹

۲۹ دی روز هوای پاک



تغذیه سالم با جایگزین های غذایی سالم

- | | |
|--|---|
|  نان بدون سوس / بونج ساده |  گوشت فرمزره بر چسب / مرغ با پوست / کله پاچه |
|  مسرغ بدون پوست / ماهی بوفلمون / تخم مرغ / حبوبات |  آبمیوه صنعتی |
|  میوه فصل |  روغن جامد نباتی |
|  روغن مایع |  نمک درسا / سنگ نمک |
|  نمک پد دار تمبیه شده |  نوشابه گازدار / دانستر |
|  دوغ بدون گاز | |

۹ لغایت ۱۵ دی هفته بسیج تغذیه



آیا در مقابل زلزله آماده اید؟

زلزله پدیده ای طبیعی است
آماده نبودن غیر طبیعی است

۵ دی روز ایمنی در برابر زلزله
و اثرات بلایای طبیعی گرامی باد

۵ دی روز ایمنی در برابر زلزله



۱۴۰۲

دی

<https://phc.umsu.ac.ir/>

جمادی‌الثانیة/رجب/۱۴۴۵ December2023/January2024

شنبه Saturday	یکشنبه Sunday	دوشنبه Monday	سه‌شنبه Tuesday	چهارشنبه Wednesday	پنجشنبه Thursday	جمعه Friday
۳۰ ۲۰ ۸						۱ ۲۲ ۸
۲ ۲۳ ۹	۳ ۲۴ ۱۰	۴ ۲۵ ۱۱	۵ ۲۶ ۱۲	۶ ۲۷ ۱۳	۷ ۲۸ ۱۴	۸ ۲۹ ۱۵
۹ ۳۰ ۱۶	۱۰ ۳۱ ۱۷	۱۱ ۱ ۱۸	۱۲ ۲ ۱۹	۱۳ ۳ ۲۰	۱۴ ۴ ۲۱	۱۵ ۵ ۲۲
۱۶ ۶ ۲۳	۱۷ ۷ ۲۴	۱۸ ۸ ۲۵	۱۹ ۹ ۲۶	۲۰ ۱۰ ۲۷	۲۱ ۱۱ ۲۸	۲۲ ۱۲ ۲۹
۲۳ ۱۳ ۱	۲۴ ۱۴ ۲	۲۵ ۱۵ ۳	۲۶ ۱۶ ۴	۲۷ ۱۷ ۵	۲۸ ۱۸ ۶	۲۹ ۱۹ ۷

۴- ولادت حضرت عیسی مسیح (ع) / روز بزرگداشت رودکی. ۶- سالروز وفات حضرت ام البنین (س). / روز تکریم مادران و همسران شهید. ۷- سالروز تشکیل نهضت سواد آموزی به فرمان حضرت امام خمینی (ره). ۹- روز بصیرت و میثاق امت با ولایت. ۱۱- آغاز سال ۲۰۲۴ میلادی. ۱۳- ولادت حضرت فاطمه زهرا (س) و روز زن / تولد حضرت امام خمینی (ره) / روز جهانی مقاومت، شهادت الگوی اخلاص و عمل سردار سپهبد حاج قاسم سلیمانی به دست استکبار جهانی. ۱۹- قیام خونین مردم قم. ۲۰- شهادت میرزا تقی خان امیرکبیر. ۲۳- ولادت حضرت امام محمد باقر (ع). ۲۵- شهادت حضرت امام علی النقی الهادی (ع). ۲۶- فرار شاه معدوم. ۲۹- روز غزه.

بیماری هاری یک معضل عمده برای سلامت عمومی بشر است.

هاری پس از بروز اولین علائم بیماری بسیار کشنده است.

بیش از ۹۹٪ موارد ابتلا به هاری در انسان بواسطه گاز گرفتن سگها رخ می‌دهد.

هر ۱۵ دقیقه یک نفر بر اثر ابتلا به هاری جان خود را از دست می‌دهد.

هاری عامل ۴ مورد از هر ۱۰ مورد مرگ و میر در کودکان است.

مرگومیر صفر تا ۲۰۳۰

۱۰ بهمن روز جهانی بیماری هاری

۱۰ کام برای پیشگیری از سرطان

- مصرف نمک، قند، شکر و روغن روزانه خود را کاهش دهید.
- روزانه ۵ وعده میوه و سبزی بخورید.
- روزانه حداقل ۳۰ دقیقه، تند راه بروید.
- سگار و قلیان نکشید و در معرض دود آن قرار نگیرید.
- ۱۴ لاینده های سرطان زا را بشناسید و از خود محافظت کنید.
- اکثر نوشیدنی ها و از عسوه مخدر دوری کنید.
- با گرم ضد آفتاب و پوشش مناسب از پوست خود محافظت کنید.
- وزن خود را مدیریت کنید، چاقی و اضافه وزن بیماری زاست.
- علائم هشداردهنده سرطان را بشناسید و به موقع مراجعه کنید
- با خود دکتران و محیط زیست همزیان باشید

۱۸ لغایت ۱۵ بهمن هفته ملی مبارزه با سرطان - ۱۵ بهمن روز جهانی مبارزه با سرطان

علائم جذام پیشرفته

ریختن ابرو

تغییر فرم بینی

زخم های بدون بهبود مزمن در کف پاها

کوتاه شدن انگشت های پاها و دست به دلیل جذب و خوردگی

نابینا شدن

فلج شدن و لنگیدن دست و پا

۸ بهمن روز جهانی کمک به جذامیان

۱۴ الی ۲۸ بهمن ماه هفته ارتقا آگاهی بارداری

۱۴ تا ۲۸ بهمن ماه هر سال به عنوان هفته ارتقا آگاهی درباره بارداری نام گذاری شده است

هدف از نام گذاری این هفته ارتقای آگاهی درباره بارداری با هدف تقویت آموزشی و تاکید بر مسائل مهم بارداری و ترویج حاملگی سالم و ایمن میباشد.

۱۴ لغایت ۲۸ بهمن هفته ارتقاء آگاهی درباره بارداری



معاونت بهداشت

۱۴۰۲

بهمن

<https://phc.umsu.ac.ir/>

رجب/شعبان/۱۴۴۵ January/February/2024

جمعه Friday	پنجشنبه Thursday	چهارشنبه Wednesday	سه‌شنبه Tuesday	دوشنبه Monday	یکشنبه Sunday	شنبه Saturday
۶ ۱۴ ۲۶	۵ ۱۳ ۲۵	۴ ۱۲ ۲۴	۳ ۱۱ ۲۳	۲ ۱۰ ۲۲	۱ ۹ ۲۱	
۱۳ ۲۱ ۲	۱۲ ۲۰ ۱	۱۱ ۱۹ ۳۱	۱۰ ۱۸ ۳۰	۹ ۱۷ ۲۹	۸ ۱۶ ۲۸	۷ ۱۵ ۲۷
۲۰ ۲۸ ۹	۱۹ ۲۷ ۸	۱۸ ۲۶ ۷	۱۷ ۲۵ ۶	۱۶ ۲۴ ۵	۱۵ ۲۳ ۴	۱۴ ۲۲ ۳
۲۷ ۶ ۱۶	۲۶ ۵ ۱۵	۲۵ ۴ ۱۴	۲۴ ۳ ۱۳	۲۳ ۲ ۱۲	۲۲ ۱ ۱۱	۲۱ ۲۹ ۱۰
				۳۰ ۹ ۱۹	۲۹ ۸ ۱۸	۲۸ ۷ ۱۷

۲. ولادت حضرت امام محمد تقی (ع)، ۵. ولادت حضرت امام علی (ع) و روز پدر، آغاز ایام ایض (عتکاف)، ۷. ارتحال حضرت زینب (س) / تغییر قیله مسلمانین از بیت المقدس به مکه معظمه، ۱۲. بازگشت حضرت امام خمینی (ره) به ایران، آغاز دهه مبارک فجر، ۱۴. روز فناوری فضای، ۱۷. شهادت حضرت امام موسی کاظم (ع)، ۱۹. میثت حضرت رسول اکرم (ص) / روز نیروی هوایی، ۲۲. پیروزی انقلاب اسلامی ایران و سقوط نظام شاهنشاهی، ۲۴. ولادت حضرت امام حسین (ع) و روز پاسدار، ۲۵. ولادت حضرت ابوالفضل العباس (ع) و روز جانباز، ۲۶. ولادت حضرت امام زین العابدین (ع)، ۲۹. قیام مردم تبریز / روز اقتصاد مقاومتی و کار آفرینی.

پنجم اسفند ماه روز مهندس و بزرگداشت
خواجه نصیرالدین طوسی گرامی باد



۵ اسفند روز مهندس

روز جوان مبارک



۲ اسفند روز جوان

چند توصیه ساده
برای سلامتی مردان



۱ لغایت ۷ اسفند هفته ملی سلامت مردان ایرانی

نهم مارتن
مصطفی پاداسفندماه
روز رژیم درمانگر
گرامی باد



۲۳ اسفند روز جهانی متخصصین تغذیه

گلوکوم



۱۸ لغایت ۲۴ اسفند هفته جهانی گلوکوم

روز جهانی شنوایی



رعایت مراقبت های بهداشتی اولیه می تواند بیش از ۶۰ درصد نیاز به خدمات مراقبت های گوش و شنوایی را کاهش دهد
مراقبت از گوش و شنوایی برای همه!
بیاپید آن را به واقعیت تبدیل کنیم

۱۳ اسفند روز جهانی شنوایی



۱۴۰۲

اسفند

<https://phc.umsu.ac.ir/>

شعبان/رمضان ۱۴۴۵ February/March/2024

شنبه Saturday	یکشنبه Sunday	دوشنبه Monday	سه‌شنبه Tuesday	چهارشنبه Wednesday	پنجشنبه Thursday	جمعه Friday
۵ ۲۴ ۱۴	۶ ۲۵ ۱۵	۷ ۲۶ ۱۶	۸ ۲۷ ۱۷	۹ ۲۸ ۱۸	۳ ۲۲ ۱۲	۴ ۲۳ ۱۳
۱۲ ۲ ۲۱	۱۳ ۳ ۲۲	۱۴ ۴ ۲۳	۱۵ ۵ ۲۴	۱۶ ۶ ۲۵	۱۷ ۷ ۲۶	۱۸ ۸ ۲۷
۱۹ ۹ ۲۸	۲۰ ۱۰ ۲۹	۲۱ ۱۱ ۳۰	۲۲ ۱۲ ۱	۲۳ ۱۳ ۲	۲۴ ۱۴ ۳	۲۵ ۱۵ ۴
۲۶ ۱۶ ۵	۲۷ ۱۷ ۶	۲۸ ۱۸ ۷	۲۹ ۱۹ ۸			

۲. ولادت حضرت علی اکبر (ع) و روز جوان. ۵. روز بزرگداشت خواجه نصیرالدین طوسی، روز مهندسی. ۶. ولادت حضرت قائم (عج) و روز جهانی مستضعفان. ۱۴. روز احسان و نیکوکاری، روز ترویج فرهنگ قرص الحسنة. ۱۵. روز درختکاری. ۱۸. روز بزرگداشت سید جمال الدین اسدآبادی. ۲۰. روز راهبان نور. ۲۱. روز بزرگداشت نظامی گنجوی. ۲۲. روز بزرگداشت شهدا، سالروز تأسیس بنیاد شهید انقلاب اسلامی. ۲۵. روز بزرگداشت پروین اعتصامی. ۲۹. روز ملی شدن صنعت نفت ایران.



آینده ایران، به توان فرزندان



ایران
قوان
نمان