

محصول سالم

مؤسسه بسوی
ترویج محصول سالم

شماره ثبت: ۳۳۳۵۱



نشریه مؤسسه بسوی ترویج محصول سالم بهار ۹۴ - شماره ۳

به نام خدا
حضرت علی (ع)
سلامتی بهترین نعمت است.

غررالحکم حدیث ۱۰۵۰



نشریه محصول سالم

صاحب امتیاز:

مؤسسه بسوی ترویج محصول سالم

مدیر مسئول: سید محمود رضا شایسته

سر دبیر: مرتضی مهدویان

مدیر داخلی: مینا رستگاری

هیأت تحریریه: دکتر محمد علی ملبویی - دکتر مهدی نوروزی -

دکتر لیلا فرآورده - دکتر سید مهدی علوی - دکتر وحید نشایی -

محمد حسین دیزجی - سمانه صادقی

بخش انگلیسی: محمد ناصری

صفحه پرداز: فاطمه کبیری یگانه

عکس: زهرا خطیبی

آدرس: تهران - خیابان جمال الدین اسدآبادی - خیابان دوم - پلاک ۱۱ واحد ۱

Website: www.safe-product.org

Email: info@salemclub.org

فکس: ۸۸۹۷۲۶۰۰

تلفن: ۸۸۹۷۴۲۱۲



محصول سالم



مازمین را از اجدادمان به ارث نبوده ایم
بلکه از فرزندانمان قرض گرفته ایم



خواص روغن ها!

زیتون: ترمیم پوست، برطرف کننده درد
مفاصل، سرشار از ویتامین های A و B

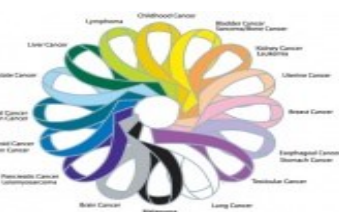
گننه گنه: برطرف کننده دردهای مفاصل (بادرد)،
کمردرد، دیسک کمر، سیاتیک، نفرس، ارتروز)
بفشه: رفع گرفتگی و خشکی بینی و التهاب
سیر: تقویت کننده موی سر، رویش مو و ابرو
الوئه ورا: آبرسان پوست، مرطوب کننده، ضد
لک و جوش، تقویت کننده پوست
میخک رفع کرم خوردگی دندان، ضد درد، مسکن درد
دندان و سردرد، نرم کننده ورم های سخت

اسطوخدوس: آرامبخش، تسکین اعصاب، برطرف
کننده سینوزیت، تسکین دهنده درد مفاصل
بادام تلخ: مرطوب کننده و آبرسان پوست، برطرف
کننده درد مفاصل، تقویت کننده مو و ابرو
روغن نارگیل: نرم کننده و حالت دهنده مو، مرطوب
کننده پوست، برطرف کننده ترک های پاشنه پا

کنجد: نرم کننده پوست، تقویت کننده مو، ملین
ضد ریزش موهای زاید تمام نقاط بدن به مدت طولانی

سیاهدانه: تسکین دهنده دردهای مفاصل،
تقویت عمومی بدن، بهبود زخم
سقز: مسکن درد مفاصل، تقویت ماهیچه ها،
مناسب برای ماساژ
جوانه گندم: ضد ریزش مو و ابرو، تقویت و
مرطوب کننده پوست

در این شماره خواهید خواند... خبرهای بر خط



20 راه برای جلوگیری از خطر ابتلا به سرطان

اهمیت مصرف چربی های مناسب برای کودکان

آبمیوه ایی که مغز را جوان می کند



بعد از هر وعده غذایی کیوی بخورید...

خمیر دندان گیاهی

خواص قارچ چیست؟



برای داشتن پوستهای سالم و درخشان چه کنیم

درمان سیاهی دور چشم

اکسیر جهانی را می شناسید؟



محصولات
سالم و ارگانیک

آشنایی با کمیته های مؤسسه ترویج محصول سالم



بررسی های علمی نشان می دهد گسترش تکنولوژی و افزایش مصرف افزودنی ها، آفت کش ها، آنتی بیوتیک ها و هورمون ها در تولید مواد غذایی اثرات سوء و انکارناپذیری بر سلامت انسان ها در کشورهای رو به توسعه، داشته است. این آلودگی ها باعث بروز انواع ناهنجاری های مادرزادی و سرطان ها به ویژه در کودکان می شود. برای جلوگیری از بروز این مشکلات باید سطح آگاهی کشاورزان و تولیدکنندگان در زمینه تولید محصولات سالم بالا برود و مردم نیز با این محصولات آشنا شوند.

کمیته ارزیابی

این کمیته متشکل از افرادی است که با تسلط کامل بر استاندارد تدوین شده در مؤسسه به آزمایش محصول می پردازند و در صورت مطابقت آنها ممیزی را انجام داده و نظر مساعد خود را برای گرفتن گواهی محصول سالم برای آن کالای خاص اعلام می دارند.

کمیته راهبری

این کمیته متشکل از رئیس هیأت مدیره، مدیرعامل، معاون بازرگانی، و مدیر اجرایی مؤسسه است که عمده فعالیت های آن تدوین استراتژی های مورد نیاز و مطابق با چشم انداز مؤسسه و همچنین حصول اطمینان از اجرای آنها و ارزیابی عملکرد مورد انتظار است.

متخصصان مشاور مؤسسه

این کمیته متشکل است از اعضای هیأت علمی در رشته های مختلف دانشگاهی، که مؤسسه را در رسیدن به اهدافش که همانا سلامت جامعه است یاری می رسانند. متخصصانی در زمینه های پزشکی، دارو، ویروس، میکروب، هورمون، ژنتیک، فلزات سنگین، سموم، آفت کش ها، تغذیه، دامپزشکی، اقتصاد، مدیریت، بازاریابی، بازرگانی و ...

برای نیل به این هدف مؤسسه کمیته های مختلف:

۱- کمیته تدوین استاندارد

۲- کمیته ارزیابی

۳- کمیته راهبری

۴- کمیته متخصصان مشاور

را تشکیل داده است که هریک در حوزه کاری خود راه کارهای

ارتقای سطح سلامت مردم و افزایش آگاهی در زمینه تولید،

شناسایی و مصرف محصولات سالم و ارگانیک را بررسی می کنند.

در زیر به اختصار به توضیح این کمیته ها می پردازیم.

کمیته تدوین استاندارد

کمیته تدوین متشکل است از متخصصان محصول سالم که با بررسی شاخص های محصول سالم در کشورهای مختلف جهان، سازمان های بین المللی، سازمان ملی استاندارد و وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی برای هر یک از نهادهای کشاورزی، محصولات کشاورزی و محصولات غذایی به تعیین شاخص های مورد نظر مؤسسه می پردازند. سلامت کالا یا خدمات برای انسان و محیط زیست در تعیین این شاخص ها مدنظر قرار می گیرد.





امیدواریم بتوانیم بزودی با همکاری ارگان ها و همچنین مؤسسه ترویج محصول سالم دوره های آموزشی جهت افزایش سطح آگاهی مردم نسبت به مواد غذایی و تولیدات سالم و... را داشته باشیم و دسترسی این محصولات نیز برای شما آسان شود.

امیدواریم لبخند مهمان همیشگی لبهایتان باشد.

خوشحالیم از اتفاقات خوب و از شور و هیجانی که در چشم های مردم عزیزمون وجود دارد. یک هفته گذشت؛

هفته ای با حضور گرم شما و با نام سلامت و با شعار ایمنی غذا از مزرعه تا سفره....

در ابتدا تشکر می کنیم از سرکار خانم بدخش و تیم خوبشان در اداره سلامت منطقه پنج تهران که میزبانی بسیار خوبی داشتند و امیدواریم همکاری مؤسسه بسوی ترویج محصولات سالم با این بخش ادامه دار باشد.

ماه شیرین و البته سختی بود که با حضور گرم شما که بیش از حد انتظارمان بود سختی هم به شیرینی تبدیل شد.

خوشحالیم از اینکه هستید ... و خوشحال

تر از اینکه بفکر سلامتی خودتان هستید و خوشحالیمان کامل تر می شود که تنهامان نگذارید و هم چنان گرما بخش باشگاه محصول سالم و مؤسسه سالم باشید.



شرکت در نمایشگاه بین المللی اگروفود

نمایشگاه بین المللی با نام اگروفود این بار میزبان سیل عظیمی از جمعیت مشتاق به مواد غذایی سالم بود. در این میان حضور تولید کنندگان سالم و ارگانیک نیز به چشم می خورد.

مؤسسه ترویج محصول سالم این بار با همکاری و در کنار شرکت سابینا به اطلاع رسانی و آموزش در زمینه مواد غذایی سالم پرداخت. این نمایشگاه در تاریخ ۵ تا ۸ خرداد ماه با استقبال بسیار زیاد مردم برگزار گردید. بدینوسیله از مدیریت محترم عامل شرکت سابینا و ون و هیئت همراهشان سپاسگزاریم.



www.safe-product.org





در ادامه ی تلاش های همکاران رسیدن به اهداف مؤسسه و در راستای اطلاع رسانی و آموزش در زمینه تغذیه سالم با مصرف محصولات سالم این بار با همکاری معاونت فرهنگی و اجتماعی شهرداری منطقه ۶- اداره سلامت - نمایشگاهی در پارک لاله در قسمت آب نمای مرکزی غرفه سبک زندگی سالم و پردیس سلامت از ساعت ۱۹ تا ۲۳ برگزار شد.

در این غرفه به آموزش و اطلاع رسانی در زمینه آشنایی با محصولات سالم و ارگانیک پرداختیم و مردم را با محصولات و شناسایی درست آن برای استفاده غذایی آشنا کردیم.

در این غرفه روزهای خاصی نیز پزشک عمومی جهت ویزیت مردم به صورت رایگان حاضر بود. مشاوره های ما در زمینه طب سنتی - آشنایی و نحوه استفاده و خواص عرقیات - پیشنهاد منوی غذایی - و... مورد استقبال مردم واقع شد.



مؤسسه ترویج محصول سالم و بنیاد دیابت

همچنین راه های پیشگیری از دیابت را نیز برشمردند تا این مراسم علاوه بر ایجاد یک فضای مفرح با آموزش نیز همراه باشد. در انتهای مراسم از گروه دف نوازی طاهای دعوت به عمل آمد تا در دقایق پایانی برنامه به اجرای هنرنمایی بپردازند. در حاشیه این مراسم خانم فاطمه گودرزی بازیگر محبوب سینما و تلویزیون نیز با حضور خود شور دیگری به برنامه بخشیدند که با استقبال خوبی از سوی حضار همراه گشت. ایشان ضمن تقدیر و تشکر از خیرین به عوارض های بیماری دیابت اشاره کردند و برای تمامی بیماران دیابتی آرزوی سلامتی و تندرستی نمودند. از این رو خانم قاسمی سرپرست دفتر تهران ضمن تقدیم لوح تقدیر نماد سفیر تندرستی بنیاد دیابت را بر دوش وی انداختند. در نهایت این مراسم که به نفع کودکان دیابتی مرکز برگزار شده بود با استقبال خوبی از سوی خیرین پایان یافت.

خُرسندیم از اینکه نماینده ای در این مراسم از طرف مؤسسه به عنوان مجری و حامی این برنامه حضور داشته است.

به گزارش روابط عمومی بنیاد بین المللی دیابت مراسم جشن بانوان نیکوکار در تالار روزه واقع در جردن برگزار شد، این مراسم که با حضور جمعی از بانوان خیر و نیکوکار تهران همراه بود با استقبال بسیار خوبی از سوی آنها روبرو گردید.

در ابتدای مراسم مجری برنامه خانم رستگاری (از همکاران مؤسسه محصول سالم) ضمن عرض خیر مقدم و خوش آمد گویی به معرفی بنیاد و عملکرد واحد مددکاری آن پرداخت. پس از آن گروه مولودی خوانی به سرپرستی خانم ناموسی به اجرای مراسم گلریزان پرداختند. در ادامه گروه سما نیز به سرپرستی خانم مکرم همراه با لباس های محلی به همراه دف نوازی قطعاتی از آهنگ های خراسانی را اجرا نمودند. در ادامه مراسم خانم دکتر علوی به نمایندگی از شرکت نوونوردیسک با حضور در راسم دقایقی را به مبحث دیابت و عوارض آن اختصاص دادند.



بازدید از شرکت آدامس طبیعی و لواشک ون (سقز سازی کردستان)



مراحل آماده سازی آدامس ون



این محصول در مدت بسیار کمی با توجه به ویژگیهای خاص خود و سردخانه اختصاصی برای نگهداری پوره های تولیدی که از میوه های درجه یک و دو ساخته می شود، موفق به اخذ استاندارد تشویقی شد که در نوع خود بی نظیر است واحد R&D این شرکت یکی از فعالترین واحدهای موجود در شرکت است که در حال حاضر به طراحی آدامس درآژه بدون قند مشغول است که بزودی در بازارهای جهانی عرضه می گردد.

* این شرکت در مدت فعالیت خود افتخارات زیادی را کسب نموده است:

* صادرکننده نمونه و واحد نمونه استاندارد کشور در سال ۷۹

* اخذ گواهینامه مدیریت کیفیت ISO9001-1994 در سال ۷۹

* صادر کننده نمونه سالهای ۷۸ تاکنون در استان محروم کردستان.

* واحد نمونه سبز سازمان محیط زیست کشور در سال ۸۲

* اخذ جایزه بهترین کیفیت قرن XXI مکزیکو سیتی در سال ۲۰۰۱.

* اخذ جایزه سیمرغ طلایی کیفیت از مؤسسه BID اسپانیا در سال ۲۰۰۲.

* صادرات به ۴ قاره جهان.

* شرکت در بیش از ۴۰ نمایشگاه بین المللی خارج از کشور.

* تنها شرکت کننده ایرانی نمایشگاه محصولات طبیعی المپیک لندن در سال ۲۰۰۵.

* برگزیده سازمان جهانی ژاپن JETRO برای مشارکت در نمایشگاه فودکس ژاپن به هزینه آن سازمان.

* برنده دو دوره تندیس بلورین اقتصاد سبز.

* واحد نمونه کار آفرین کشور در سال ۸۳.

* واحد نمونه کار آفرینی استان کردستان در سال ۸۵.

این واحد در سال ۸۳ پس از عقد قرار داد با کشور ژاپن مورد بازدید سفیر محترم ژاپن در ایران قرار گرفت که بسیار مورد توجه ایشان قرار گرفت. این شرکت پس از ۸ سال کار تحقیقاتی بر روی کاشت درختان بنه که خودرو هستند موفق به باروری نهال همین درختان شده که در صورت حمایت مسئولین ذیربط می تواند این سرمایه ملی را تکثیر نموده و در جهت تقویت اقتصاد منطقه حرکتی استراتژیکی و سر نوشت ساز داشته باشد. شرکت تولیدی سقز سازی کردستان (ون) که در حال حاضر دارای ۷۵ نفر پرسنل می باشد بیش از ۸۰ درصد محصولات تولیدی خود را به خارج از کشور صادر می نماید، این محصولات تاکنون به کشورهای:

آلمان، استرالیا، ژاپن، سوئیس، هلند، سوئد، کانادا، عربستان سعودی، کویت، بحرین، قطر، عمان، امارات متحده عربی، عراق، مالزی، الجزایر، لبنان، و... صادر گردیده است.

(این محصولات در فروشگاه های مؤسسه عرضه می شود)

www.salemkala.ir

شرکت تولیدی سقز سازی ون (کردستان) در سال ۱۳۶۹ با توجه به استعداد منطقه در رویش درختان بنه و در جهت استفاده بهینه از صمغ این درختان که از دیر باز توسط اطباء مشهوری چون ابو علی سینا برای درمان بسیاری از بیماریها تجویز شده، تأسیس شد، پس از چهار سال کار مداوم بر روی فرمولاسیون آدامس طبیعی سرانجام در سال ۱۳۷۳ با ابداع فرمولاسیون آدامس طبیعی به بهره برداری رسید و تحول نوینی را در این صنعت بوجود آورد. در سال ۱۳۷۵ با بضاعت اندکی برای اولین بار در نمایشگاه بهاره دبی شرکت نمود از این تاریخ دروازه بازارهای جهانی به روی محصولات این شرکت گشوده شد بنحوی که در سال ۱۳۷۹ و در شرایطی که بعنوان واحد نمونه استاندارد کشور انتخاب شده بود در همان سال صادر کننده نمونه کشور هم شد ضمن اینکه در جهت ارتقاء روز افزون کیفیت موفق به اخذ گواهینامه مدیریت کیفیت ISO9001-1994 از RWTUV آلمان شد. و اولین واحد دارنده این گواهینامه در غرب کشور شد.



نیاز حضور مستمر در بازارهای جهانی؛ شرکت را بر آن داشت تا همواره در جهت حفظ بازار های جهانی با ایمان راسخ، به ارتقاء کیفیت روز افزون محصولات خود پرداخته و جهش روزمره ای داشته باشد در همین راستا با طراحی خط کاملا مکانیزه تولید آدامس طبیعی که با تکنولوژی روز اروپا همراه شد در سال ۱۳۸۰ این خط که با طراحی یکی از اعضای شرکت توسط بهترین شرکتهای آلمانی و فرانسوی ساخته شده بود.

((طراح ماشین آلات که یکی از سهامداران شرکت می باشد بعنوان کارگر نمونه کشور انتخاب شد.)) توسط اعضای شرکت راه اندازی شد که گام بلندی در جهت ارتقاء کیفیت محصولات این شرکت بود که ضایعات تولید را به صفر رساند. در سال ۱۳۸۰ خط تولید لواشک طبیعی و بهداشتی شرکت با توجه به وفور میوه های فصلی در کردستان راه اندازی شد و یکی از بهترین و با کیفیت ترین لواشکهای میوه- جات مختلف که از میوه های تازه ساخته می شد در بازارهای داخلی وخارجی عرضه گردید که برای کسانی که طالب محصولات پاک و با کیفیت هستند قابل توجه است:



بنابراین بهتر است کیک را به صورت خانگی با آرد سبوس دار تهیه و با مقداری شیر، کشمش و برخی مغزها، ارزش تغذیه ای آن را بالا ببرید. برای همین توصیه مؤسسه ترویج محصول سالم استفاده از کیک های سنتی یا کیک و کلوچه هایی است که حداقل بکینگ پودر را مصرف می کنند، با روش تخمیر ساعتی عمل آورده شده و از مواد با کیفیت بالا استفاده کرده اند. حتی پیشنهاد ما به شما اشترودل است که در تهیه آن جوش شیرین و بکینگ پودر استفاده نمی شود.

برند توصیه شده از سوی مؤسسه ترویج محصول سالم با توجه به بررسی مواد تشکیل دهنده و بازدید از کارخانه کیک، کلوچه و اشترودل با برند (سایننا و شیان است).



همانطور که می دانید کیک و کلوچه یکی از خوراکی های پر مصرف در بین خانواده های دارای فرزنداست، به ویژه آنهایی که کودک مدرسه ای دارند، چرا که این خوراکی ها سرشار از انرژی هستند و توانایی سیرکنندگی بالایی دارند.

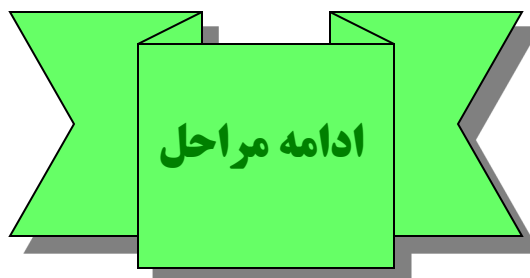
اما به راستی کیک و کلوچه چه خاصیتی دارد؟ آیا می توان این نوع محصولات را در وعده صبحانه یا میان وعده مدرسه دانش آموز وارد کرد؟ کیک و کلوچه دارای کالری بالا است و می تواند انرژی مورد نیاز را به عنوان یک میان وعده تامین کند، ولی موضوع حائز اهمیت آن است که این محصولات به چه شکل و از چه موادی با چه درصد و کیفیتی تهیه می شود.

کیک و کلوچه از آرد سفید بدون سبوس تهیه شده و برای ایجاد پف و تردی بافت کیک از بکینگ پودر استفاده می کنند. این پودر مخلوطی از جوش شیرین، مواد اسیدی خوراکی و ترکیبات مولد CO_2 است که می تواند مولد زخمهای سخت معده و روده باشد و به شدت از قدرت جذب کلسیم و آهن بدن می کاهد.

مراحل تولید:









مدتی می گذرد تا این که راز این ماجرا را برای کسی فاش می کند و به او می گوید که علت نفروختن بستنی در آن سه روز چه بود. آن شخص به اکبر مشدی می گوید: همان تکه از بستنی را که آلوده به فضله موش شده بود را بر می داشتی و بقیه اش را می فروختی. اما او می گوید تمام محتویات آن ظرف نجس است و من چنین بستنی دست مردم نمی دهم. آن شخص دوباره می گوید: شما با این کارتان فلان مبلغ سرمایه را دور ریختی. اکبر مشدی جواب می دهد که خدا رزاق و روزی رسان است. من این کار را بخاطر خدا انجام دادم و او خودش کمک خواهد کرد.

آری، اکبر مشدی آن سه روز بخاطر خدا از خیر سرمایه اش می گذرد و در عوض این شهرت را از خدا می گیرد. او پس از این ماجرا سالیان سال بستنی می فروشد و نامش هنوز هم بر سر زبانهاست. او با خدای خود معامله کرد و جوابش را هم گرفت. براستی تنها تجارتی که تمام آن سود است و ضرر نمی پذیرد، معامله با خداست.

محمدحسین دیزجی

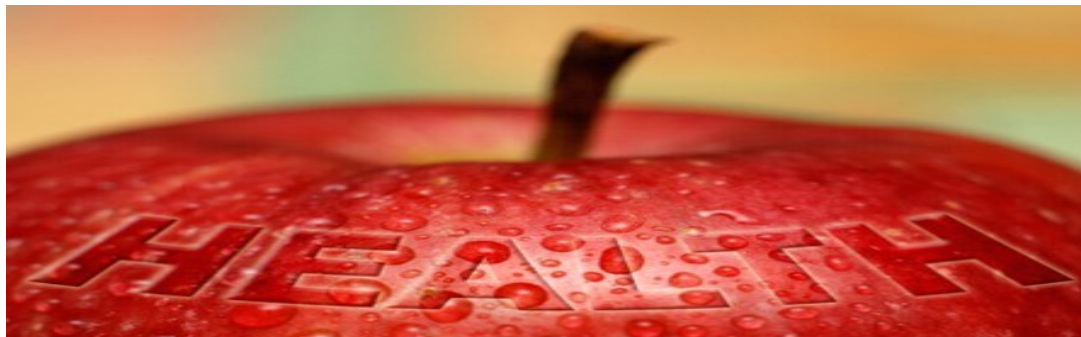


سالها پیش در فاصله ی میان کودکی و نوجوانی، یک بار از پدرم در باره شهرت بستنی اکبر مشدی (اکبر مشهدی) سوال کردم. دلم می خواست بدانم چرا هر وقت صحبت از بستنی می شود، مردم نام این بستنی را بر زبان می آورند. آن روزگار محل زندگی ما جایی حد فاصل دو خیابان معروف آبشار و دردار در خیابان ری بود. هنوز هم قدیمی ها به آن خیابان ها کوچه آبشار و کوچه دردار می گویند. تا جایی که خاطرم هست بستنی فروشی اکبر مشدی در همان خیابان ری بود. اگر اشتباه نکنم حوالی خیابان ادیب بود که امروز با احداث اتوبان آهنگ و محلاتی دیگر هیچ اثری از آن خیابان و مسجد معروف سنگی وجود ندارد.

● و اما علت شهرت بستنی اکبر مشدی

پدرم در باره این بستنی فروشی معروف تهران گفت: من شنیده ام در روزگاری که اکبر مشدی یک بستنی فروش ساده و معمولی بیش نبود، یک روز قبل از فروش بستنی، متوجه می شود که داخل ظرف اصلی و بزرگ تولید بستنی، فضله موش افتاده است. سپس تمام محتویات آن ظرف را دور میریزد. در واقع آن روز هیچ بستنی نمی فروشد و هیچ درآمدی هم کسب نمی کند. این اتفاق سه روز پشت سر هم تکرار می شود و هر بار او تمام تولیدش را که بخشی از سرمایه او به حساب می آمده، از بین می برد. مشتریانش تعجب می کنند که چرا سه روز است اکبر مشدی بستنی می سازد اما آن را نمی فروشد و محصولش را دور می ریزد. با هر دردسر و مشقتی که از نظر مالی پیدا می کند، بالاخره برای روز چهارم دوباره به تولید بستنی مشغول می شود. او هر بار تمام وسایل و ظروف را آب کشیده و با تجهیزات پاک شروع به تولید می کند. این معما برای برخی از مشتریانش سوال برانگیز می شود.

Our vision ...



Scientific research shows the expanding technology and consuming of additives, pesticides, antibiotics and hormones in food products had caused unavoidable effects on men's health in upcoming developing countries. The pollution leads to congenital birth defects and cancers mostly to kids. To avoidance of such abnormalities and diseases we should upgrade the knowledge of farmers and producers in the field of production of safe products and familiarizing with the people. To achieving this goal the technical committees as; (1) Standardization, (2) Evaluation, (3) Steering, and (4) Expert-advisors committees established to present some solution in promoting the men's health and expanding the knowledge in production, recognition and consumption of healthy and organic products.

Standardization Committee

The standardization committee consists of safe product experts which by studying the safe products indexes from the various countries, international organizations, national standard organization and ministry of health and medical education modifying the relevant standards to the organization of agriculture and its products and food stuffs. The safe food and service to human and environment are account in these indexes.

Evaluation Committee

The evaluation-committee experts are fully obey of the standards and follow tough tests of the goods and arrange for obtaining the relevant certificate if it approves.

Steering Committee

The committee consists of Dr. Ali Malboobi , Dr. Seyed Mahmoud Reza Shayesteh, Managing Director, Dr. Vahid Nesaei, Commercial Deputy and Mrs. Rastegari as Executive Manager balances the strategy due to the points of view of the institute as well as the confirmation of its performance and evaluation of expected procedure.

Expert Advisors Committee

The expert-advisors committee is a scientific gathering consist of academic members in various faculties are supporting scientifically which it is society health. The experts in the field of; Medical, Pharmacy, Viruses, Microbes, Hormones, Genetics, Heavy Metals, Poisons, Pesticides, Veterinary, Economic, Commercial and etc...

