

Knowledge Exchange

N	Indicator	actions
1.4. 1	Local start-up assistance Year: 2023	Training courses organized by the Growth and Technology Park, the Growth Center, etc. for entrepreneurs and URL: https://ecpd.smums.ac.ir/ https://techpark.umsha.ac.ir/
1.4. 2	Local start-up financial assistance Year: 2023	Allocation of loans and facilities to technology centers and companies as financial assistance from the university to start up start-up businesses.(File 1.3.2) URL: https://techpark.umsha.ac.ir/%D8%A7%D8%B3%D8%A7%D8%B3%D9%86%D8%A7%D9%85%D9%87
1.4. 3	Programs for services access Year: 2023	Departments of health, treatment and food and medicine: all training courses and programs held on various occasions such as the celebration of Saba week (Iranian women's health), SAMA (Iranian men's health), blood pressure, diabetes, etc. and consistent training courses for student ambassadors, ambassadors Departments, seminaries and family health ambassadors URL: https://dme.umsha.ac.ir/ https://vec.umsha.ac.ir/ https://fdo.umsha.ac.ir/%D9%85%D8%B7%D8%A7%D9%84%D8%A8-%D8%A2%D9%85%D9%88%D8%B2%D8%B4%DB%8C
1.4. 4	Policy addressing poverty Year: 2023	The seventh development plan of the country: This strategic plan means a document containing goals, policies, strategies, plans and necessary measures, and it seems that the following strategies should be taken into consideration in the formulation of the seventh development plan: economic growth of at least eight percent; Gini coefficient 35/. Eradication of absolute poverty; achieving single-digit inflation and strengthening Iran's share in world trade. Identifying and explaining development drivers and priority issues at national levels, regional, provincial, and serious attention to the land preparation documents approved in 2019, legal reforms of the tax and banking system, an independent approach in formulating a development model and program and the importance of paying attention to balance and sustainability in development. Including justice-oriented development; intergenerational; Eco-friendly and versatile.

N	Indicator	actions
		<p>Implemented programs:</p> <p>Deputy Minister of Health: health transformation plan in the outskirts of cities, supplementary aid plans, support basket for pregnant women and children under 6 years old suffering from malnutrition or growth disorder (monthly subsidy of 6 to 10 million Rials per month according to the percentile, which includes items approved by the Ministry of Health .)</p> <p>Deputy of treatment: free treatment of incurable patients or their assistance and assistance of patients who need assistance, free distribution of some medicines in both areas</p> <p>Nutritional support for the people with the electronic product catalog (subsidy increase up to the amount of 3,200,000 Rials for each person on the condition of using 11 food items specified by the Ministry of Health.)</p> <p>Implementation of the full bread program (whole grain bread supply) approved by the Ministry of Health</p>

برنامه‌های دسترسی به خدمات

سفیران سلامت: در سال ۱۴۰۰ به دلیلی استمرار پاندمی کووید ۱۹ دوره های منسجم آموزشی غالباً در ادارات و مراکز آموزشی و مدارس به پیشگیری گووید ۱۹ اختصاص داشته است و نشر محتوای آموزشی با هماهنگی (ادارات /آموزش پرورش/مرکز مدیریت خدمات حوزه های علمیه)در فضای مجازی مجاز صورت گرفته است.

- ۲۰۰ سفیر سلامت ادارات در ۹ شهرستان تابعه

- ۷۶۵ سفیر سلامت دانش آموزی

هفته سبا:

توضیحات	واحد	پاسخ	فعالیت
	تعداد جلسه	۱۱	برگزاری جلسه هماهنگی درون بخشی

نام سازمان های مدعو: کلیه ادارات و سازمان های شهرستان های زیر مجموعه) فرمانداری، آموزش و پرورش و-) کارگروه سلامت و امنیت غذایی	بلی / خیر	بلی	برگزاری جلسه هماهنگی برون بخشی
سمت اعضای کمیته: مدیریت سلامت خانواده - واگیر و غیرواگیر-روان-تغذیه-آموزش سلامت- مدارس و جوانان- گسترش-بهورزی	بلی / خیر	۲	تشکیل کمیته اجرایی هفته ملی سلامت بانوان
موضوع همایش و تعداد افراد شرکت کننده: پنل آموزشی سلامت باروری، سلامت روان، سرطان های زنان و ناباروری با حضور ۴ متخصص زنان و یک روانپزشک جهت ۵۰۰ نفر از بانوان دانشگاه) امور بانوان(- همایش آموزشی سلامت زنان و جوانی جمعیت با حضور متخصص زنان در شهرستان تویسرکان	تعداد همایش	۲	برگزاری همایش علمی (حضور و غیر حضوری)
موضوع آموزش و تعداد افراد شرکت کننده: ۱. دوره فعالیت بدنی) تجویز نسخه ورزشی و حرکات اصلاحی در سلامت و بیماری(با تدریس متخصص طب فیزیکی جهت ۳۰ نفر از کارشناسان میانسال و پزشکان هسته آموزشی برنامه میانسالان و مربیان بهورزی ۲. ارتباط با همسر و خانواده همسر) امور بانوان (۳. سرطانهای شایع (سرویکس و برست):۱۴۱جلسه جهت ۲۴۷ نفر ۴. سلامت خانواده و فرزند آوری (۲۰جلسه) (۵. فعالیت بدنی ۲۰ جلسه) (۶. سلامت روان ۱۴ جلسه) (۷. شیوه زندگی سالم) (تغذیه، فعالیت بدنی و دخانیات) (۸. قلبی و عروقی ۱۵ جلسه) (۹. پوکی استخوان ۲۵جلسه) (۱۰. ناباروری ۱۶جلسه) (۱۱. پیامدهای تک فرزندی ۳۸جلسه) (۱۲. پیامدهای سالخوردگی ۱۴جلسه) (۱۳. نقش شیوه زایمان بر افزایش جمعیت ۲جلسه) (۱۴. قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت ۳جلسه) (۱۵. مشکلات شایع میانسالی ۱۰جلسه) (۱۶. سرطان ها ۱۵۰جلسه) (۱۷. فرزند پروری ۵ جلسه) (۱۸. پیامدهای سقط ۱۰جلسه) (۱۹. چاقی ۵جلسه) (۲۰. زنان مددجو و کارکنان بهیستی) مهارت های فرزند پروری ۵۰ نفر (۲۱. پایگاه بسیج محله حسن آباد) فرزند آوری (۲۲. پایگاه بسیج شاهزاده محمد) فرزند آوری - مهارت های فرزند آوری (۲۳. پایگاه بسیج پای قلعه) زنان و بیماریهای شایع (۳۰ نفر	تعداد جلسه	۷۲۰	برگزاری جلسه آموزشی (حضور و غیر حضوری)
موضوع برنامه و سمت فرد شرکت کننده: برنامه نبض زندگی - خانم دکتر پيله ور) متخصص زنان و رییس بیمارستان زنان دانشگاه همدان(با موضوع نقش شیوه زایمان و سقط در سلامت باروری زنان)	تعداد برنامه	۱	پخش برنامه در تلویزیون

موضوع:-	تعداد	۰	رادیویی با رئیس محترم دانشگاه
موضوع:-	مصاحبه برنامه / رادیویی	۰	مصاحبه خبری و برنامه رادیویی با معاون محترم بهداشت دانشگاه

<p>موضوع: زنان، سلامت خانواده و جوانی جمعیت</p>	<p>۱</p>	<p>مصاحبه خبری و برنامه رادیویی با مدیر محترم سلامت خانواده دانشگاه</p>
<p>اجرای برنامه های رادیویی (۷ برنامه) با موضوعات: ۱. شیوه زایمان و سقط در سلامت باروری زنان- متخصص زنان و زایمان ۲. زنان و امنیت غذایی خانواده - رییس گروه تغذیه معاونت بهداشتی همدان ۳. سلامت زنان و سلامت روانی خانواده - مدیر سلامت روان معاونت بهداشتی همدان ۴. سلامت زنان، سلامت خانواده و جوانی جمعیت- مدیر سلامت خانواده معاونت بهداشتی همدان ۵. زنان و بیماری های شایع (استئوپروز)- رییس گروه غیرواگیر معاونت بهداشتی همدان ۶. زنان و تعلیم و تربیت نسل آینده- مدیر سلامت روان معاونت بهداشتی همدان ۷. زنان و آسیب های شغلی- مدیر سلامت روان معاونت بهداشتی همدان</p>	<p>۸</p>	<p>مصاحبه خبری و برنامه رادیویی با سایر افراد</p>
<p>موضوع و محل درج مطلب آموزشی / مقاله: درج مطالب ذیل: ۴ مطلب معایب تک فرزندی، ازدواج، سبک زندگی و باروری و سلامت باروری و سرطان ها در خبرگزاری های همدان پرس، ایسنا، فارس و همدان آنلاین ۵. زن و شاغل بودن) سایت دو مرکز بهداشت)</p>	<p>تعداد مقاله</p>	<p>درج مطلب آموزشی / مقاله در سایت معاونت بهداشتی، خبرگزاری ها، شبکه های اجتماعی و ...</p>
<p>موضوع و گروه هدف مسابقه: ورزشی) هفت مسابقه (آشپزی) دو مورد (. نقاشی) سه مسابقه)</p>	<p>تعداد</p>	<p>۱۲ برگزاری مسابقه ورزشی،</p>
<p>بیمارستان قلب فرشچیان همدان- محل نماز جمعه (ملایر و همدان)- مرکز بهداشت بهار</p>	<p>بلی /</p>	<p>بلی برپایی چادر سلامت /</p>
<p>گروه های هدف: ۱. بانوان معاونت بهداشتی ۲. بانوان شاغل در دانشگاه) امور بانوان (۳. زنان میانسال و جوانان خانه های بهداشت و شبکه های بهداشت شهرستان ها ۴. سازمان تربیت بدنی</p>	<p>تعداد برگزار شده</p>	<p>۸ کوه پیمایی و پیاده روی</p>
<p></p>	<p>بلی /</p>	<p>خیر نصب بنر / پلاکارد / پوستر</p>
<p></p>	<p>عدد</p>	<p>۰ نصب بیلبورد / تابلوهای</p>

			تبلیغاتی شهرداری
--	--	--	---------------------

سما:

توضیحات	واحد	پاسخ	فعالیت	
مدیر سلامت خانواده/ رییس گروه میانسالان و سالمندان/ کارشناس برنامه میانسالان/ کارشناس برنامه سالمندان / مدیر سلامت روان/ کارشناس سلامت روان/ کارشناس بهداشت محیط و کار (دخانیات) جهت برگزاری سمینار پیشگیری و ترک دخانیات معاونت بهداشتی. واحدهای سلامت خانواده، روان، تغذیه، غیرواگیر و آموزش بهداشت در کمیته های درون بخشی شهرستان ها	تعداد جلسه	۱۱	برگزاری جلسه هماهنگی درون بخشی	جلسات و همایش ها و جشنواره ها
نام سازمان های مدعو: کلیه ادارات حاضر در کارگروه سلامت و امنیت غذایی (ملایر- دهیاران روستاها و پایگاه های بسیج روستایی و نهاندهیاری و شورای علیصدر کیبودراهنگ	بلی/ خیر	۳	برگزاری جلسه هماهنگی برون بخشی	
سمت اعضای کمیته: ریاست ماکز بهداشت و کارشناسان فنی	بلی/ خیر	بلی	تشکیل کمیته اجرایی هفته ملی سلامت مردان	
موضوع همایش و تعداد افراد شرکت کننده: سمینار پیشگیری و ترک دخانیات با حضور مدرس کشوری) ۱۲۰ نفر)	تعداد همایش	۱	برگزاری همایش علمی (حضور و غیر حضوری)	
شیوه زندگی سالم و ناباروری در مردان ۲۸۸ نفر / پیشگیری از سرطان های شایع مردان ۷۴ نفر/ عوارض دخانیات در ناباروری مردان ۲۱۴ نفر/ پیشگیری از حوادث ترافیکی ۱۹۴ نفر/ پیشگیری از رفتارهای پرخطر در مردان ۷ نفر/ نقش مردان در پیشگیری از سقط جنین ۱۸۵۶ نفر/ ازدواج سالم و فرزندآوری ۵ نفر/ آلودگی محیطی و ناباروری ۳۱ نفر/ فعالیت بدنی و تغذیه سالم ۱۱۲	تعداد جلسه	۰	برگزاری جلسه آموزشی (حضور و غیر حضوری)	
موضوع برنامه و سمت فرد شرکت کننده: ۱. بیماری های شایع در مردان و ناباروری برنامه راز سلامتی- آقای دکتر امیرحسینی متخصصی اورولوژی	تعداد برنامه	۱	پخش برنامه در تلویزیون	
موضوع:-	تعداد مصاحبه/ برنامه	۰	مصاحبه خبری و برنامه رادیویی با رئیس محترم دانشگاه	
موضوع:-	رادیویی	۰	مصاحبه خبری و برنامه رادیویی با معاون محترم	

موضوع:-	۰	مصاحبه خبری و برنامه رادیویی با مدیر محترم
	۱	مصاحبه خبری و برنامه رادیویی با سایر افراد

موضوع و محل درج مطلب جراید: ۱.مطلب ناباروری در مردان و شیوه زندگی سالم در خبرگزاری ایرنا	درج مطلب هفته در سایت دانشگاه و معاونت بهداشتی و مراکز بهداشت شهرستان ها شیوه زندگی سالم و ناباروری در مردان در خبرگزاری ایسنا ۴. درج مطلب ناباروری در مردان در پایگاه خبری صدای نهبوند	تعداد مقاله	۴	درج مطلب آموزشی / مقاله در سایت معاونت بهداشتی، خبرگزاری ها، شبکه های اجتماعی و ...
مسابقه علمی ناباروری در مردان در دانشگاه آزاد اسلامی تویسرکان / مسابقه شنا و فوتبال در مرکز رفاهی علیصدر کبودرآهنگ	تعداد مسابقه	۳	برگزاری مسابقه ورزشی، علمی، نقاشی و سایر	اقدامات مبتنی بر جامعه
در سه مرکز خدمات جامع سلامت شهرستان بهار و محل نماز جمعه نهبوند	بلی / خیر	بلی	برپایی چادر سلامت / ایستگاه سلامت / غرفه سلامت /	
	تعداد برگزار	۰	کوه پیمایی و پیاده روی	
جهت سمینار دخانیات معاونت بهداشتی	بلی / خیر	بلی	نصب بنر / پلاکارد / پوستر	رسانه های چاپی
	عدد	۰	نصب بیلبورد / تابلوهای تبلیغاتی شهرداری	

موضوعات: نکات لازم در غربالگری، ارجاع و درمان دخانیات ۱۵۰/ پمفلت سبک زندگی سالم در پیشگیری از بیماری های غیرواگیر ۱۲۵۰/ پمفلت سرطان های شایع در مردان ۱۰۰۰/ ناباروری در مردان ۱۵۰/ تحکیم روابط همکاران ۱۰۰	تعداد بر حسب موضوع	۰	تهیه تراکت و پمفلت و توزیع آن	اطلاع رسانی
موضوعات: ناباروری مردان در هفته نامه فرهنگ ملایر	تعداد	۱	درج خبر و مقالات علمی در روزنامه ها	
موضوعات و گروه هدف: ۲۴۰ پیامک از طریق بهورزان به معیت تحت پوشش روستاهای نهاوند	بلی / خیر	بلی	ارسال پیامک مربوط به هفته ملی سلامت مردان	
موضوعات: معرفی هفته سلامت مردان/ ناباروری در مردان/ سرطان پروستات مردان/ ازدواج سالم و پایدار	بلی / خیر	خیر	ارسال پیام کوتاه در شبکه های اجتماعی	
	بلی / خیر	بلی	بارگذاری شعار، جدول روز شمار و پوستر هفته ملی سما در سایت معاونت بهداشتی	
	بلی / خیر	بلی	ارسال پیام ها، شعار و روزشمار هفته ملی سما به کلیه کارکنان شاغل در مرکز بهداشت استان	
محل و تعداد مکان های نمایش: نمایش فیلم های آموزشی برنامه در ۵ مرکز بهداشتی درمانی شهرستان بهار	بلی / خیر	بلی	نمایش تیزر، شعار، روز شمار هفته و ... در تلویزیون شبکه بهداشت و مراکز بهداشتی درمانی و کلینیک بیمارستان برای مراجعین	

			درج پیام بهداشتی در سربرگ نامه های اداری، قبوض، تلویزیون دیجیتال شهری و ...	معاینات و
محل درج: سربرگ نامه های اداری	بلی / خیر	خیر	درج شعار در صفحه اول اتوماسیون اداری	
	بلی / خیر	بلی	ویزیت رایگان از مراجعه کنندگان	

نام ادارات سازمان ها: کلیه آقایان شاغل در معاونت بهداشتی / کارکنان آموزش و پرورش کرفس شهرستان درگزین/ کارخانجات کبودرآهنگ/ اداره برق، مدارس و بسیج نهاوند	تعداد ادارات/	۱۰۰	انجام معاینات کارکنان شاغل در ادارات	خدمات سلامت
محل توزیع: رابطین ادارات ملایر و بهار . مسجدها و کارخانه ها در رزن/ کارخانجات کبودرآهنگ و کلیه مراکز خدمات جامع/ پایگاه های سلامت و خانه های بهداشت دانشگاه.	بلی / خیر	بلی	توزیع ویتامین د	
نام سازمان ها: کلیه آقایان شاغل در معاونت بهداشتی دانشگاه/ اصناف در شهرستان تویسرکان/ کارکنان آموزش و پرورش کرفس شهرستان درگزین/ اداره برق، مدارس و بسیج نهاوند/ کارخانجات کبودرآهنگ	بلی / خیر	بلی	تشکیل پرونده الکترونیک سلامت برای سازمان خاص به مناسبت هفته	
سایر ابتکارات و فعالیت ها				
برگزاری سمینار یک روزه پیشگیری و ترک دخانیات با حضور مدرس کشوری آقای دکتر آذری جهت همکاران بهداشت خانواده، سلامت روان، بهداشت محیط، ماما و پزشکان				
منتخب هسته آموزشی شهرستان ها (تعداد ۱۲۰ نفر)				

**Mental health support for
students & Mental health
support for staff in 2023**

**Actions of hamadan university of
medical sciences**

	<p align="center">“Your Advisor” project (<i>Moshaver-e Hamrah-e To: Hemmat</i>)</p>
<p align="center">Description of the experiences</p>	<p>A society's well-being depends largely on mental health. People's health, including their mental health, is at risk when they experience crises, disasters, or accidents. All societies have faced problems due to the COVID-19 crisis. Therefore, people's mental health needs more attention, especially when they cannot get health and treatment services face-to-face. In order to ensure that individuals can easily access mental health services and receive confidential psychological counseling with peace of mind, a dedicated phone line, 3113, has been designated for public communication with mental health professionals and for the follow-up of high-risk cases.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Obtaining permission from the university. 2. Coordination with the university's informatics unit to create a communication structure and implement the internet phone platform. 3. Establishing a virtual working group to provide technical content and training to the professionals involved in the program. 4. Organizing and assigning mental health specialists into three groups and devising a schedule so that each group handles citizen inquiries for 10 days from 8:00 am to 2:00 pm. 5. Supplying VOIP phones to health centers in affiliated towns and setting up a separate communication network for expert staff at the secondary level to manage follow-up cases. 6. Receiving a report detailing the number of calls and the duration of consultations with each consultant. 7. Promoting public awareness of this initiative through the creation of specialized educational materials focused on mental health topics, titled "Shahid Soleimani Plan".
<p align="center">Results and learned lessons</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. During crises, it is crucial to prioritize the mental well-being of the community. 2. Ensuring individuals' privacy within service delivery facilities (appropriate physical settings) will also boost the involvement of target groups in seeking in-person services.
<p align="center">Suggestions</p>	<p align="center">It is inevitable and necessary to address mental health alongside physical well-being during crises and pandemics.</p>

"Mental, social, and addiction health management"

Report on measures to support the mental health of health workers:

1. Performing mental health screening of employees from selected centers for COVID-19 and providing counseling services for positive screening cases.
2. Teaching resilience and life skills
 - ✓ The ability to deal with negative emotions
 - ✓ Problem-solving skills
 - ✓ Effective communication skills
 - ✓ Stress management skills

Statistical report	Skills	Number of 90-minute workshops	Number of participants in the workshop
Teaching resilience and life skills	The skill of dealing with negative emotions		
	Problem-solving skills		
	Effective communication skills		
	Stress management skills		
	Healthy teenager		
	Prevention of smoking		
	Prevention of substance abuse		

حمایت از سلامت روان (معاونت بهداشتی)

«مدیریت سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد»

گزارش اقدامات در راستای حمایت از سلامت روان کارکنان بهداشتی:

۱. انجام غربالگری سلامت روان کارکنان مراکز منتخب کووید-۱۹ و ارائه خدمات مشاوره ای برای موارد غربال مثبت

۲. آموزش تاب آوری و مهارت های زندگی

✓مهارت مقابله با خلق منفی

✓مهارت حل مساله

✓مهارت ارتباط موثر

✓مهارت مدیریت استرس

تعداد افراد شرکت کننده در کارگاه	تعداد کارگاه های ۹۰دقیقه ای	عنوان مهارت	گزارش آماری
۲۳۷۴	۲۰۶	مهارت مقابله با خلق منفی	آموزش تاب آوری و مهارت های زندگی
۲۲۲۰	۱۸۳	مهارت حل مساله	
۲۳۰۶	۱۹۰	مهارت ارتباط موثر	
۲۴۶۶	۱۷۳	مهارت مدیریت استرس	
۳۰۰	۱۰	نوجوان سالم	
۳۰۰	۱۰	پیشگیری از دخانیات	
۴۷۰	۱۱	پیشگیری از سومصرف مواد	

	حیطه
<p>طرح «مشاور همراه تو: همت»</p>	عنوان
<p>۱ سلامت روان یکی از مهمترین شاخص‌های سلامت و بهداشت در یک جامعه محسوب می‌شود. در بحران‌ها و در هنگام وقوع بلایا و حوادث، سلامت افراد در همه ابعاد از جمله سلامت روان آنان تهدید شده و در معرض خطر قرار می‌گیرد. همه‌گیری کرونا نیز به عنوان یکی از تاثیرگذارترین شرایط بحرانی همه جوامع را دچار معضل کرده است. لذا ضروری است به سلامت روان افراد توجه بیشتری گردد بویژه که امکان دسترسی به خدمات حضوری در حوزه بهداشت و درمان کم‌تر شده است. در همین راستا تامین شرایطی که افراد بتوانند به سهولت به خدمات سلامت روان دسترسی داشته و ضمن حفظ حریم شخصی از آرامش خاطر جهت دریافت مشاوره روانشناسی برخوردار باشند می‌توان خط تلفنی ویژه‌ای برای این موضوع در نظر گرفت. بدین منظور شماره ۳۱۱۳ برای ارتباط مردمی با کارشناسان سلامت روان و پیگیری موارد پرخطر از طریق همین شماره تخصیص داده شد.</p> <p>۱- اخذ مجوز از دانشگاه.</p> <p>۲- هماهنگی با واحد انفورماتیک دانشگاه جهت ایجاد ساختار ارتباطی و بهره‌گیری از بستر تلفن اینترنتی</p> <p>۳- ایجاد گروه مجازی کاری جهت ارائه محتوی فنی و آموزش کارشناسان فعال در این طرح</p> <p>۴- گروه بندی و توزیع کارشناسان سلامت روان در سه گروه و تدوین برنامه کاری به صورتی که هر گروه به مدت ۱۰ روز از ساعت ۸ صبح لغایت ۱۴ پاسخگوی تماس شهروندان باشند</p> <p>۵- تهیه گوشی VOIP برای مراکز بهداشت شهرستانهای تابعه و ایجاد ساختار ارتباطی مستقل برای کارشناسان ستادی در سطح دوم جهت پیگیری موارد ارجاعی</p> <p>۶- دریافت گزارش تعداد تماس و زمان مشاوره‌ها به ازاء هر کارشناس</p> <p>۷- اطلاع رسانی به عموم شهروندان در خصوص این برنامه به وسیله تولید محتوی آموزشی ویژه با موضوعات سلامت روان در قالب طرح شهید سلیمانی</p>	شرح تجربه
<p>۱- در شرایط بحرانی توجه به سلامت روان جامعه اهمیت فراوان دارد.</p> <p>۲- در صورت حفظ حریم شخصی افراد در واحدهای ارائه خدمت (فضای فیزیکی مناسب)، مشارکت گروه‌های هدف جهت دریافت حضوری خدمات نیز افزایش خواهد یافت.</p>	نتایج و درس‌آموخته‌ها
<p>توجه به بعد سلامت روان در کنار سلامت جسم در بحران‌ها و پاندمی‌ها غیرقابل اجتناب و ضروری است.</p>	پیشنیادها
	ضمیمات و مستندات