



انجمن ققنوس

(جمعیت حمایت از بیماران سوخته)

امید است  
و هر هزار  
نیزی...



## کتابچه‌ی ققنوس | ۱۴۰۱

- معرفی انجمن و خدمات آن —
- روش‌های پیشگیری از سوختگی —
- روش‌های ارتقای زندگی افراد سوخته —



انجمن ققنوس (جمعیت حمایت از بیماران سوخته)

بهار ۱۴۰۱

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

هر سال در ایران، چندین هزار نفر در اثر انواع حوادث، دچار سوختگی می‌شوند. انجمن ققنوس با انسانها و سازمانهای مسئول، شجاع و شفاف، برای پیشگیری از سوختگی و کاهش آسیب‌های جانی، روانی، اقتصادی و اجتماعی سوختگی همکاری می‌کند.  
با کارهایی ساده، می‌توانید سفیر ققنوس باشید و به جریان پیشگیری از سوختگی و نیز حمایت از زندگی دوباره‌ی افراد سوخته کمک کنید.





انجمن ققنوس

(جمعیت حمایت از بیماران سوخته)

The contents of this document is created for Ghognoos NGO. Please be responsible and respect originality of these contents.

محتوای ارایه شده در این کتابچه اصالت بر انجمن «ققنوس» خلیق شده است.  
انتشار و استفاده از این مطالب فقط با ذکر منبع و ارجاع به انجمن آزاد است.

بھار ۱۴۰

کتابچه‌ی ققنوس

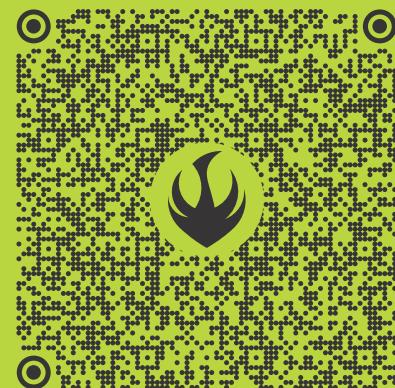
## (انجمن حمایت از بیماران سوخته)



انجمن ققنوس

# انجمن فنوس شماره ثبت ۳۶۲۳۳

• ୨୧୯୦୨୨୭୮୬୭      • ୨୧୯୦୨୨୭୮୭୦



0098 21 40 22 78 70  
0098 920 951 29 79  
life@ghoghnoosngo.com  
www.ghoghnoosngo.com  
◎◎◎◎

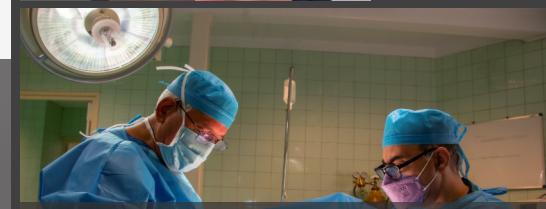
    / ghoghnoosngo

Original Contents  
@ Ghoghnoos NGO | 2022



Honorably Designed by  
Tajrobeh Design Studio

## فهرست مطالب



## این کتابچه چیست؟

این کتابچه جهت آشنایی شما با روش‌های پیشگیری از سوختگی، نحوه‌ی کمک به افراد سوخته، و نیز آشنایی با انجمن ققنوس (جمعیت حمایت از بیماران سوخته) تدوین شده است.

انجمن ققنوس، سازمانی مردم‌نهاد و داوطلبانه است که برای اطلاع‌رسانی در جهت پیشگیری از سوختگی و نیز کمک به درمان و بازتوانی افراد سوخته، به همت جمعی از کارشناسان و فعالان حوزه‌های پزشکی و اجتماعی، از سال ۱۳۹۴ فعالیت خود را آغاز کرده است. تمامی فعالیت‌های انجمن، با کمک نیروهای داوطلب و بدون منافع مالی انجام می‌پذیرد.

بسیاری از مطالب آموزشی این کتابچه، نه فقط در مورد سوختگی، بلکه در مورد بیشتر حوادث منجر به آسیب‌های جانی و روانی صدق می‌کند.

## مقدمه

## آیا باید به موضوع ناخوش آیند سوختگی فکر کنیم؟

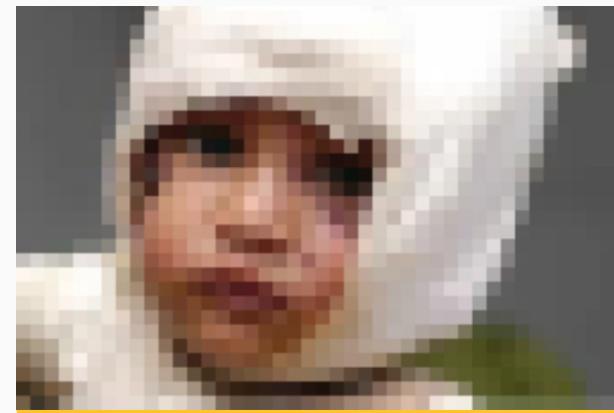


آمار سوختگی در  
ایران،  
۸ برابر متوسط  
جهانی است.

(آمار تقریبی ۱۳۹۷)

آمار حوادث سوختگی در ایران حدود ۸ تا  
۹ برابر متوسط جهانی است.  
در ایران سالیانه حدود ۱۸۰ هزار نفر می-  
سوزند که ۳۰ هزار نفر از آن‌ها با سوختگی  
متوسط یا شدید در مراکز سوختگی  
کشور بستری می‌شوند.  
حدود ۵۰ هزار نفر از این افراد در اثر  
شدت سوختگی می‌میرند (۶ انفر در روز)  
که تقریباً ۷ برابر متوسط کشوارهای  
توسعه یافته است.  
هر سال تقریباً ۲۰۰۰ نفر در سراسر کشور  
چهار برق گرفتگی می‌شوند که حدود  
۱۳۵ نفر از آنان معلوم می‌شوند.

سوختگی یک مشکل جهانی سلامت است و در رده‌ی  
چهارم صدمات قرار می‌گیرد که هر ساله باعث مرگ  
حدود ۱۸۰ هزار نفر در سراسر جهان می‌شود.  
سوختگی از لحاظ بار بیماری‌ها (هزینه‌ای که برای کشور  
ایجاد می‌کند) سیزدهمین رتبه را دارد.  
همچنین از لحاظ شاخص «عمر از دست رفته» به علت  
مرگ یا از کارافتادگی زودرس (شاخص دالی DALI)،  
رتبه بیستم را دارد.  
غلب بیماران سوخته، جوان و در سن مولد هستند.



حدود ۳۰ درصد  
سوختگان،  
کودکان هستند.



تصاویری که از افراد سوخته و نیز سایر همراهان در این کتابچه به نمایش درآمد، با هدف افزایش آگاهی عمومی نسبت به پیامدها و مشکلات سوختگی است. رضایت این افراد و خانواده‌ها یا این برای استفاده از تصاویرشان جلب شده است. انجمن، نهایت تشكیل را از این عزیزان به خاطر همراهی‌ها و کمک‌هایشان ابراز می‌دارد و خود را موظف می‌داند که با تمام توان در کنار این انسان‌های شجاع بماند.

تقرباً همه بیماران با سوختگی شدید که زنده می‌مانند معلوم می‌شوند. به طور معمول بیماران سوخته، به خاطر پیامدهای مصدومیت و معلولیت، فقیرتر هم می‌شوند. درکش و رمان تنها نیمی از افراد با سوختگی در حدود ۶۰٪ درصد را می‌توانیم زنده نگه داریم (LA50=60)، در حالی که در کش ورهای توسعه یافته (High-Income) نیمی از بیماران با سوختگی ۹۵٪ درصد زنده می‌مانند (LA50=90). سوختگی از صدماتی است که نیاز حتمی به درمان توسط تیم درمانی متخصص دارد. تیمی متخصص کل از جراح پلاستیک، جراح عمومی، متخصصان عفونی، داخلی، تعذیب، روانپزشک، روانشناس، فیزیوتراپ، کاردرمان و متخصصان سی‌یو. متناسبانه در اغلب مراکز درمانی ما این تیم‌های درمانی به درستی شکل نگرفته است.

### استاندارد نبودن شرایط محیطی وابزارهای کارگاهی، دلیل عدم داشتن سوختگی گارگران است.

در حال حاضر به ۲۴٪ تخت سوختگی درکش و رمانیز داریم، در حالی که حدود ۱۰٪ تخت موجود است که همین تعداد نیز اغلب دارای شرایط مناسب و تجهیزات کافی نیستند. علاوه بر این، لباس‌های مخصوص بیماران سوختگی، کاردرمانی، پمادهای ترمیمی و پس‌سواری از جراحی‌های ترمیمی تحت پوشش بیمه‌ی کامل نیستند.

**بیش از**

**% ۷۰**

**سوختگی‌ها  
در خانه  
اتفاق می‌افتد.**

به ۱۳۵۰ نفر معلول هر سال باید حدود ۸۰ میلیارد تومان حقوق ازکارافتادگی پرداخت شود.

سوختگی سالانه حدود ۶۰۰ میلیارد تومان هزینه در بردارد (۲۰۰ میلیون تومان برای هر فرد) که بخش بزرگی از آن توسط خود بیماران تامین و پرداخت می‌شود. هزینه متوسط برای بستری هر بیمار سوخته در ایران حدود ۶۵۰۰ دلار است (هزینه‌ی مستقیم).

هزینه‌های غیرمستقیم درمان سوختگی مانند هزینه‌های شغل از دست رفته، صدمات روحی-روانی، تاثیرات منفی روی اقتصاد خانواده و نیز از دست رفتن نیروهای مولد جامعه، غیر قابل محاسبه است.

۳۰ درصد افراد سوخته کودکان زیر ۱۸ سال هستند.

**”سوختگی می‌تونه  
توى يه روز عادي،  
توى يه جاي عادي  
اتفاق بیافته...“**



## چرا سوختگی اتفاق می‌افتد؟

سوختگی، بیشتر برای افراد و خانواده‌های فقیر رخ  
می‌دهد. دلیل اصلی آن، استاندارد نبودن وسایل زندگی  
ونیز نداشتن آگاهی و آموزش کافی است.

استاندارد نبودن فضای فیزیکی منازل و اماکن عمومی،  
نواقص و اشکالات سیستم‌های گرمایشی و پخت و پز،  
آموزش ناکافی و سهولت انگاری، از دلایل عدمه‌ی بروز  
حوادث منجر به سوختگی اند.

تعداد زیادی از اماکن عمومی (خصوصاً مدارس)، وسایل  
نقليه، ابزارهای کارگاهی و شرایط محیطی، استاندارد و  
ایمن نیستند و در خطر آتش سوزی قرار دارند.

علاوه بر شرایط محیطی و فیزیکی، شرایط ذهنی افراد و  
تصورات نادرست در مورد سوختگی نیز در بروز حوادث  
دخلی است. تصوراتی مانند نمونه‌های زیر:

- **”سوختگی برای من اتفاق نمی‌فته“**
- **”فرد سوخته مقصود“**

افراد دوست ندارند به سوختگی فکر کنند و  
آن را همیشه دور از خود می‌بینند.

فضای ذهنی عموم  
در مورد سوختگی و  
افراد سوخته

عموم افراد تا حدی این احساس  
رادارند که فرد سوخته احتمالاً  
مقصود است. به خاطر همین  
ممکن است کمتریه آن‌ها (و نیز  
موضوع سوختگی) توجه کنند.

- **”سوخته = نامید“**

خیلی از افراد این احساس را دارند که شرایط افراد سوخته  
نامیدکننده تراز آن است که بتوانند به زندگی برگردند. در مورد  
سوختگی امید زیادی به بازگشت (به زندگی) نیست؛ ولی (مثلاً)  
در مورد سلطان، امید زیادی به بازگشت وجود دارد.

به طور متوسط، ماهی ۲۵۰ نفر در  
ایران بر اثر سوختگی می‌میرند...

(آمار تقریبی ۱۳۹۷)

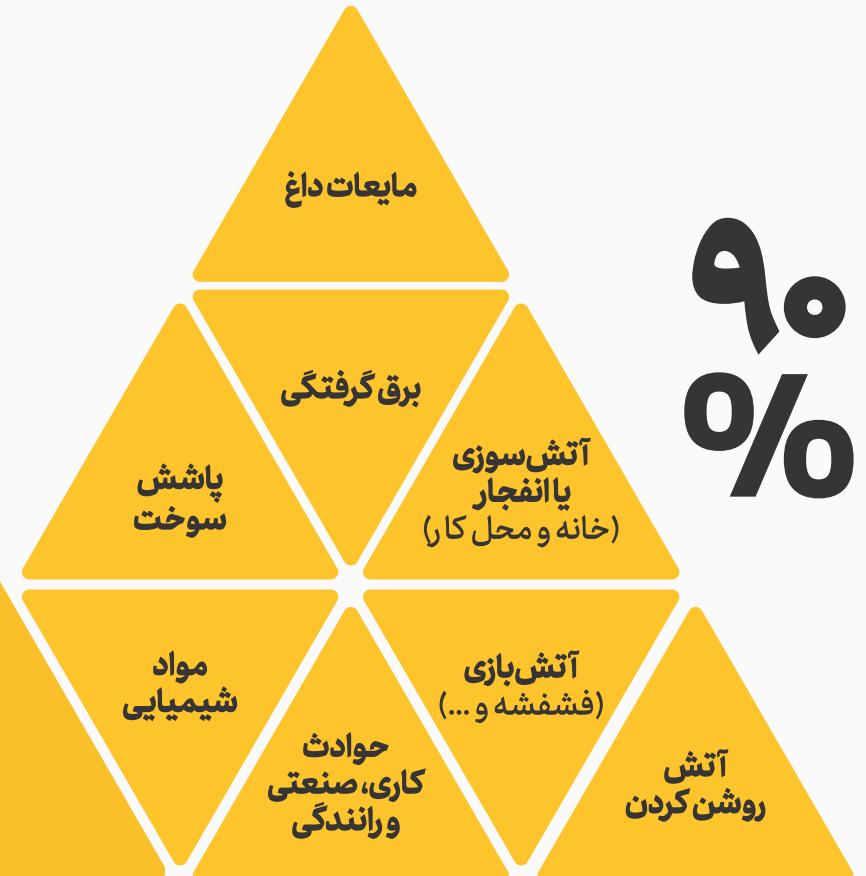


... معادل تلفات  
کشته شدن مسافران  
۷ اتوبوس در هر ماه.



## هشت دلیل عمدی حوادث سوختگی

این دلایل، باعث وقوع بیش از ۹۰ درصد از سوختگی‌ها هستند.



محیط زندگی و کار خود را بررسی کرده و نقاط و رفتارهای پرخطر را در خود و اطرافیانتان پیدا کنید تا بتوانید آگاهانه‌تر، تغییرات لازم را ایجاد کنید.



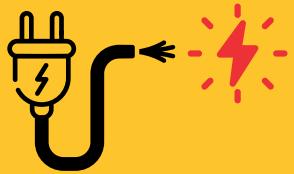
بسیاری از لباس‌های الیاف مصنوعی با پایه‌ی نفت دارند که می‌توانند در مجاورت شعله‌هایی مانند شومینه یا شمع به سرعت شعله‌ورشوند.



استفاده از بنزین و سایر مایعات آتش‌زا برای آتش روشن کردن هنگام پیکنیک، از عوامل اصلی سوختگی دست است.



آتش‌افروزی‌ها و استفاده از وسایل آتش‌بازی در چهارشنبه‌ی آخر سال در ایران هر سال منجر به سوختگی و نقصان عضومی شود.



سوختگی الکتریکی در اثر تماس با کابل‌های برق هر سال بیش از ۱۰۰۰ نفر را در ایران دچار نقصان عضوی می‌کند.



حدود ۱۰ درصد از سوختگی‌های در اثر تماس با آب داغ رخ می‌دهد.



سالیانه چند هزار کودک در ایران در اثر تماس با وسایل داغ در خانه می‌سوزند.



آفتاب‌سوختگی هر سال باعث حدوداً ۱۰ درصد از سوختگی‌های پوستی است.



ریختن و پاشیدن مایعات داغ دلیل اصلی حدود ۴۰ درصد از سوختگی‌های است.



مریم زندی  
سفیر ققنوس



## معرفی انجمن ققنوس

## Mission

### ماموریت برنده

**خلق یک بستر برای هدایت منابع و افراد و مشارکت متخصصین، عموم مردم، مسئولان، سازمان‌ها و افراد سوخته جهت پیشگیری از سوختگی، درمان موثر سوختگی و بازتوانی افراد سوخته.**

### Brand Promise

### قول برنده

**برخورد کاملاتخصصی، حرفه‌ای و شفاف**

**با روند حمایت از «پیشگیری، درمان و بازتوانی سوختگی»**

### Positioning Statement

### بیانیه‌ی موقعیت‌گذاری

- ﴿ برای دو گروه (عموم مردم) و (افراد سوخته) گروه هدف﴾
- ﴿ که نیاز به حفظ سلامتی در برابر حوادث منجر به سوختگی (عموم مردم) نیاز با فرصت گروه هدف﴾
- ﴿ یا حمایت برای بازیابی سلامت فیزیکی و نقش اجتماعی خود دارد (افراد سوخته) خدمات - محصولات﴾
- ﴿ خدمات پیشگیری، درمان و بازتوانی سازمان مردم نهاد ما شامل فعالیت‌هایی است برپایه‌ی مسؤولیت اجتماعی به صورت تخصصی و (ویژگی و نفع اصلی)﴾
- ﴿ که با دید میان مدت (پیشگیری و درمان) و بلند مدت (بازتوانی) با مردم (به طور عموم) و با افراد سوخته (به طور خاص) همراهی می‌کند. (در مقایسه با رقبا) ﴿ برخلاف سازمان‌های خیریه‌ای که فقط نقش مشکن را دارند، فعالیت‌های انجمن سوختگی (پیشنهاد تمایز‌کننده) درجهت یارگیری (عموم جامعه) و توانمندسازی (افراد سوخته) است تا بتوانند در فرآیند پیشگیری از سوختگی (عموم جامعه) و بازآفرینی زندگی خود (افراد سوخته)، نقش موثر و تا حد امکان مستقلی را داشته باشند.

### تاریخچه، نگاه و مسیر انجمن

انجمن حمایت از بیماران سوخته، سازمانی مردم‌نهاد و داوطلبانه است که برای اطلاع‌رسانی در جهت پیشگیری از سوختگی و نیز کمک به درمان و بازتوانی افراد سوخته، به همت جمعی از کارشناسان و فعالان حوزه‌های پژوهشی و اجتماعی، از سال ۱۳۹۴ با مجوز شماره ۳۶۲۳۳ وزارت کشور و با نام «انجمن ققنوس» فعالیت خود را آغاز کرده است.

انجمن ققنوس تلاش می‌کند تا بتواند در کاهش میزان سوختگی، پیشگیری موثر، آموزش عمومی، بهبود درمان و حمایت مدام‌العمر از بیماران سوخته گام‌های مؤثری بردارد.

تمامی فعالیت‌های انجمن، با کمک نیروهای داوطلب و بدون منافع مالی انجام می‌پذیرد. بدینهی است همه‌کری نخبگان جامعه، همکاری مردم و خیرین عزیز در تأمین منابع و امکانات لازم، حسن نیت مسئولان در اصلاح قوانین و انجام اقدامات مناسب در استاندارد سازی و سایل، تجهیزات و فضاهای فیزیکی، همکاری وزارت بهداشت، درمان و آموزش پژوهشی در ایجاد واحدهای درمانی و مراقبتی مناسب سوختگی و تأمین هزینه‌های درمان و نیز بازتوانی جسمی، روحی و اجتماعی این بیماران، درست یافتن به این اهداف نقش اساسی خواهد داشت.

نگاه ققنوس این است که «هستیم تا دیگر کسی نسوزد و آنکه سوخته تنها نماند».

#### انجمن ققنوس سه‌هدف‌کارکردی را مدنظر دارد:

۱- آموزش عمومی، فرهنگ‌سازی و استانداردسازی برای **پیشگیری از سوختگی افراد جامعه**:

۲- **بازیابی**، حفظ و ارتقای سلامت و زندگی فردی و اجتماعی افراد سوخته:

۳- مطالبه‌گری در مورد ارتقای کیفیت و استانداردشدن **درمان سوختگی** در ایران.

## سخن موسس

همه‌ی شما فرزندان ایران، مثل اعضای خانواده‌ی ققنوس هستید. حتی تصور اینکه برای هر کدام از شما اتفاقی بیفته، برای ماسخته.



دکتر محمد جواد فاطمی  
موسس انجمن ققنوس



هموطن عزیزم سلام

من محمد جواد فاطمی، پژوهش فوق متخصص جراحی‌های ترمیمی و پلاستیک، و موسس انجمن ققنوس، جمعیت حمایت از بیماران سوخته هستم. من دو فرزند دارم. وقتی که به اون‌ها فکر می‌کنم، مهمترین چیزی که برashون می‌خوام، سلامتی و سرزنده‌گیه. حتی تصور اینکه می‌توشه اتفاقی برashون بیفته برای من سخته. ولی سهل‌انگاری من به عنوان پدر، یا سهل‌انگاری خودشون، می‌توشه اتفاقات تلغی رو رقم بزنه؛ و البته تصور اشتباهی که اکثر ما در مورد حوادث داریم اینه که "برای من اتفاق نمی‌افته".

وقتی افراد سوخته داستان نحوه‌ی سوختن‌شون رو برای من تعریف می‌کنن، بسیار آزرده می‌شم از اینکه می‌بینم چقدر ساده می‌شد از اون اتفاق جلوگیری کرد؛ ولی به خاطر ندونیستن یک نکته‌ی ساده یا یک سهل‌انگاری کوچیک، خسارت‌های جانی و روانی جبران ناپذیری به بار می‌داد.

همه‌ی ما می‌تونیم با دونستن و به‌کارگیری روش‌هایی بسیار ساده، از بروز حوادث منجر به سوختگی، پیشگیری کنیم.

ما اعضای انجمن ققنوس، انتظار زیادی از شما نداریم. فقط ۳ درخواست بسیار ساده داریم: اول اینکه با خودن کتابچه‌ی انجمن ققنوس، روش‌های ساده‌ی پیشگیری از سوختگی رو یاد بگیرید تا از خودتون و اطرافیانتون بهتر و مطمئن‌تر مراقبت کنید.

دوم اینکه سفیر ققنوس باشید و این روش‌های پیشگیری از حوادث سوختگی رو به اطرافیانتون هم منتقل کنید. و سوم اینکه، به ما کمک کنید که از افراد سوخته حمایت کنیم تا بتوون به زندگی اجتماعی و روزمره‌شون برگردن. همه‌ی شما فرزندان ایران، مثل اعضای خانواده‌ی ققنوس هستید. حتی تصور اینکه برای هر کدام از شما اتفاقی بیفته، برای ماسخته.

در ایران سالی حدود ۱۸۰ هزار نفر می‌سوزند که ۸ برابر متوسط جهانیه. با هم کمک کنیم که این عدد رو کم کنیم. اگر کمک‌های شما بتوون سالی فقط ۱۰ درصد از آمار سوختگی کم کنه، اونوقت تقریباً سالی ۱۸۰۰۰ نفر رو از سوختگی نجات دادید.

در کنار ما و حامی زندگی و تندرستی باشید. با ما همراهی کنید تا تعداد افراد بیشتری رو از سوختگی نجات بدیم و تعداد افراد سوخته‌ی بیشتری رو به زندگی برگردونیم.



دوستتون داریم و از سلامتی شما حمایت می‌کنیم.  
به ما سر برزینید.

## Targeting



## هدف‌گذاری‌ها

## Vision

## چشم‌انداز ققنوس

دوكليدو ازه مبنای نگاه و فعالیت‌های انجمن ققنوس است:

# پیشگیری

ایفای نقش موثر برای رسیدن به جامعه‌ای که در آن احتمال سوختن افراد، نزدیک به صفر باشد؛  
(آموزش، فرهنگ‌سازی و استانداردسازی برای پیشگیری از سوختگی افراد جامعه)

...

# بازگشت

... و اگر فردی دچار سوختگی شد،  
احتمال بازگشت کامل او به روند عادی زندگی نزدیک به صد درصد باشد.  
(بازیابی، حفظ و ارتقای سلامت و زندگی فردی و اجتماعی افراد سوخته)

## Brand Values

## ارزش‌های ققنوس

این ارزش‌ها مبنای اخلاقی رفتار سازمانی و تصمیمات انجمن ققنوس هستند.

تفکر و کار جمعی  
(مسئلولیت اجتماعی)

شفافیت و صداقت  
(وجودان فردی و جمعی)

نگاه تخصصی و  
بلندمدت  
به زندگی فرد سوخته

توانمندسازی  
(نه صرفاً رفع نیاز)



ققنوس صرفایک «خیریه» نیست؛  
 بلکه یک «سازمان تخصصی مردم-زهاد»  
 برپایهٔ مسئلولیت اجتماعی است.

## Design Approach

## رویکرد طراحی هویت انجمن

مهتمرين بنيان های طراحی هویت برای انجمن ققنوس در این بخش معرفی شده است. اعضاء انجمن تلاش می کنند تا بر مبنای این کلیدواژه ها، رفتار سازمانی و هویتی خود و برنامه های انجمن را بسنجند و بررسی کنند.

## IDEA Branding Approach

I ntegrity

همانگ بودن هویت بزند با ماموریت و تصویر بزند  
کارکردها و خروجی های ققنوس باید با رفتار سازمانی و  
بنیان های فکری هویت ققنوس منطبق باشد.

D emocracy

امکان رشد ارگانیک برای خانواده ای انجمن ققنوس  
بزند به اعضای خود اجازه می دهد که با درجه بالایی از  
آزادی و اختیار، سفیرانش باشند (در عین رعایت کردن  
قواعد هویتی بزند).

E thics

همانگ روشهای فرهنگ کاری بزند با ارزش های بزند  
تمامی فعالیت ها، ارتباطات و تعاملات انجمن باید مطابق  
ارزش های بنیادین انجمن باشد.

A ffinity

تفسیم کردن اعتبار با همکاران و همراهان بزند  
در برنامه ها، همکاران و همراهان بیرون سازمانی ققنوس  
را هم ردهی خود انجمن معرفی می کنیم. آن ها برای ما و به  
عنوان زیرمجموعه‌ی ما کار نمی کنند؛ بلکه این کنند.

## Core Messaging

## پیام‌های انجمن

این پیام‌ها، اصلی‌ترین پیام‌هایی است که انجمن قصد دارد به صورت عمومی به مخاطبان مختلف بررساند.

### ۱ سوختگی قابل پیشگیری است.

- ۱-۱ (دانستن) روش‌های پیشگیری از سوختگی
- ۲-۱ انتقال دانش پیشگیری از سوختگی به اطرافیان
- ۳-۱ وسایل و محیط ایمن - استانداردسازی (مانند وجود کپسول در خانه و محل کار)

### ۲ آمار سوختگی در ایران بالاست.

- ۱-۲ بی احتیاطی (و این تصور که "برای من اتفاق نمی‌افته")
- ۲-۲ استاندارد نبودن وسایل و محیط
- ۳-۲ عدم آگاهی از روش‌های پیشگیری از سوختگی

### ۳ فرد سوخته به حمایت نیاز دارد.

- ۱-۳ سوخته، اما هست. می‌تواند کارکند؛ زندگی کند (حمایت درمانی، مالی و کاری - حمایت قانون و دولت):
- ۲-۳ تنهاست. نیاز به همراهی و همزبانی دارد (حمایت روانی و احساسی):
- ۳-۳ فرد سوخته جزئی از جامعه است و حضورش در محیط‌های عمومی باید پذیرفتی و عادی باشد (پذیرش اجتماعی - حمایت اجتماعی).

## Target Groups

## مخاطبان

بخش‌بندی مخاطبان انجمن ققنوس به صورت زیر است. تیم مدیریت انجمن در مقاطع مختلف، برای هر بخش برنامه‌های ارتباطی طراحی می‌کند که با کمک سفیران ققنوس اجرایی می‌شود.



## کمیته‌های ققنوس

### تیم اجرایی ققنوس



لیلا آشوری  
مدیر عامل



دکتر ذرا غاجوچی  
مسئول تیم بازتوانی



زهره آشوری  
مسئول روابط عمومی



سلما علاء الدین  
دبیر کمیته‌ی بازتوانی



شیما مرادی  
حسابدار



سپیده پیشو  
مدذکار



فرهاد ترکمان بوذری  
خواهند دار



الهام گودرزی  
کمک مدذکار



فرشیده عمران  
دبیر کمیته‌ی پیشگیری



دکتر محمد جواد گفامچی  
مسئول کمیته‌ی درمان و پیشگیری



همیده غزیری  
مسئول دفتر



سهرامینی  
دبیر کمیته‌ی درمان



نگار فرزانه  
مدذکار



شیرین داغ بلندان عراقی  
بازرس

حل مشکل سوختگی از پیشگیری می‌گذرد. پیشگیری ساده‌تر، ارزان‌تر و موثرer است. این کمیته با توصیه و کمک به ایجاد الزامات قانونی، استانداردسازی و آموزش، تلاش می‌کند از وقوع حوادثی که منجر به سوختگی می‌شوند پیشگیری کند.

### کمیته‌ی پیشگیری

کمیته‌ی درمان انجمن ققنوس به دنبال فراهم کردن استانداردهای لازم برای درمان مصدومین سوختگی و تحقق بخشیدن به آن‌ها در سطح کشور است.

### کمیته‌ی درمان

بازتوانی و توانبخشی شامل کاردرومی، فیزیوتراپی، روانشناسی، مددکاری و... است که به فرد آسیب‌دیده برای بازگشت به زندگی عادی کمک می‌کند. ققنوس بر برنامه‌ریزی طولانی مدت و حتی مادام‌العمر برای توانمند کردن بیماران تاکید دارد.

### کمیته‌ی بازتوانی

تیم طراحی، روابط عمومی و تبلیغات ققنوس، مسئول برنامه‌های ارتباطات و تعامل با مخاطبان مختلف انجمن است. ماموریت این کمیته، خلق خانواده‌ای از اعضاء و سفیران انجمن ققنوس است که در تعامل با یکدیگر، انسان‌هایی آگاه‌تر، توانمندتر و موثرer باشند.

### کمیته‌ی روابط عمومی

هدف کمیته‌ی پشتیبانان و خیرین خلق بسترو منابع مالی و کاری از طریق جذب کمک‌های مردمی و سازمانی، ساماندهی حامیان انجمن برای حمایت از درمان و توانمندسازی افراد سوخته و نیز پشتیبانی از فعالیت‌های انجمن در جهت پیشگیری از سوختگی است.

### کمیته‌ی پشتیبانان



خدمات انجمن به بیماران سوخته



ققنوس چه می‌کند؟

## ۱ خدمات درمانی

باتوجه به اینکه سوختگی در ایران پوشش  
بیمه‌ای کامل ندارد، انجمن از طبق جذب کمک-  
های مردمی، درمان افراد سوخته را با خدماتی  
مانند اعمال جراحی، پانسمان‌های مؤثر و  
مکمل‌های غذایی تسهیل می‌کند.

- جراحی‌های ترمیمی؛
- پانسمان‌های مؤثر.



## ۲ خدمات بازتوانی جسمی

انجمن ققنوس تلاش می‌کند تا بالایه  
کاردرومی و فیزیوتراپی راگان، تهیه‌ی  
لباس ویژه و اعمال جراحی پلاستیک،  
افراد سوخته را به روند عادی و طبیعی  
زندگی فردی بارگرداند.

- کاردرومی؛
- فیزیوتراپی؛
- لباس سوختگی.



بزرگترین کمک به رفع مشکل سوختگی، پیشگیری از آن است. انجمن ققنوس با ارایه بروزرسانی‌های آموزشی، استانداردسازی و اجرای کمپین‌های تبلیغاتی، در جهت اطلاع‌رسانی عمومی برای پیشگیری از سوختگی گام برداشته است.

## ۴ آموزش و اطلاع‌رسانی



خدمات روانی و اجتماعی نقش اساسی در بازگشت افراد سوخته به جریان زندگی دارد. کمک به افراد سوخته برای کسب مهارت‌های شغلی و یافتن شغل، جلوگیری و درمان افسردگی و PTSD، مشاوره روانشناسی رایگان و برگزاری برنامه‌های اردوهای گروهی، از جمله خدمات انجمن ققنوس برای تسبیح روند بازگشت افراد سوخته به جامعه است.

## ۳ خدمات بازتوانی روانی و اجتماعی



- مشاوره روانی؛  
- حمایت اجتماعی؛  
- کمک به فن آموزی  
و اشتغال بیماران.

# فرم درخواست خدمات پزشکی و حمایتی

- برگردان این فرم هیچگونه تعهد قانونی برای شما نخواهد داشت. - اطلاعات شخصی شما نزد انجمن به عنوان امانت محفوظ است.

نام و نام خانوادگی:	*
نام پدر:	*
شماره ملی:	*
تاریخ تولد:	
ایمیل (Email):	
شماره تلفن همراه (ترجمحا قابل دسترس در پیام رسان واتس آپ (WhatsApp):	*
شماره تلفن ثابت:	
محل سکونت:	*
میزان تحصیلات ارشته‌ی تحصیلی:	
آیا برای شما یا نزدیکانتان سوختگی رخداده است؟	<input type="checkbox"/> نه <input checked="" type="checkbox"/> بله <input type="checkbox"/> خیر
نوع و درصد سوختگی:	

انجمن در چه زمینه‌ای می‌تواند به شما کمک کند؟

- درمان و دارو  بازیوانی  مشاوره روانشناسی  حمایت مالی

اگر در زمینه‌ی دیگری غیر از موارد بالا نیاز به همراهی دارید لطفاً اینجا بنویسید:

شماره درخواست:  
این قسمت  
توسط انجمن  
پرداخت شود.  
تاریخ درخواست:

برای ثبت درخواست  
به صورت اینترنتی به  
وبسایت انجمن  
مراجعه کنید و بازدید  
روزرو اسکن کنید.  
[www.ghoghnoosngo.com](http://www.ghoghnoosngo.com)

برای دریافت حمایت از ناجمن ققنوس، این فرم را برگردان و تصویر آن را از طریق واتس آپ به شماره ۰۹۱۶۰۷۷۹۴۵۳ ارسال کنید.

ققنوس مرا از تنهایی در درون  
خودم نجات داد.

[سپیده خرم‌شاهی | سفیر ققنوس]



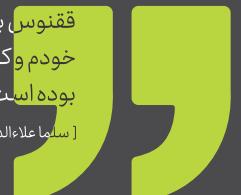
ققنوس واسه‌ی من مثل خونه دوم  
می‌مونه. واقعاً خوشحالم که پیدا شون  
کردم و می‌تونم به خانواده بزرگ  
سوختگی کمک کنم و پیششون باشم.

[سارا آقابابایی | سفیر ققنوس]



ققنوس برای من همراهی با همدردهای  
خودم و کمک به رشد و تعالی همدیگر  
بوده است.

[سما علاءالدین | عضو هیأت مدیره انجمن ققنوس]





شیرین عراقی  
مدیر پرستاری، عضو و بازرس ققنوس



## انجمن ققنوس

(جمعیت حمایت از بیماران سوخته)

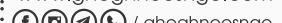
برای اطلاعات بیشتر و دریافت خدمات تکمیلی پزشکی و حمایتی  
در زمینه سوختگی، با دفتر مرکزی انجمن تماس بگیرید و یا به  
وبسایت ما مراجعه کنید:



### انجمن ققنوس شماره ثبت ۳۱۲۳۳

سازمان مردم‌ها، غیردولتی، غیرانتفاعی، غیرسیاسی  
و داوطلبانه حمایت از بیماران سوخته

۰۲۱۴۰۲۲۷۸۶۹ ۰۲۱۴۰۲۲۷۸۷۰

0098 21 40 22 78 70  
0098 920 951 29 79  
life@ghoghnoosngo.com  
www.ghoghnoosngo.com  
 / ghoghnoosngo

در صورتی که مایلید خدمات انجمن به شخص دیگری نیز معرفی و ارائه شود، لطفاً  
اطلاعات تماس ایشان را در کادرهای زیر وارد کنید:

نام و نام خانوادگی:

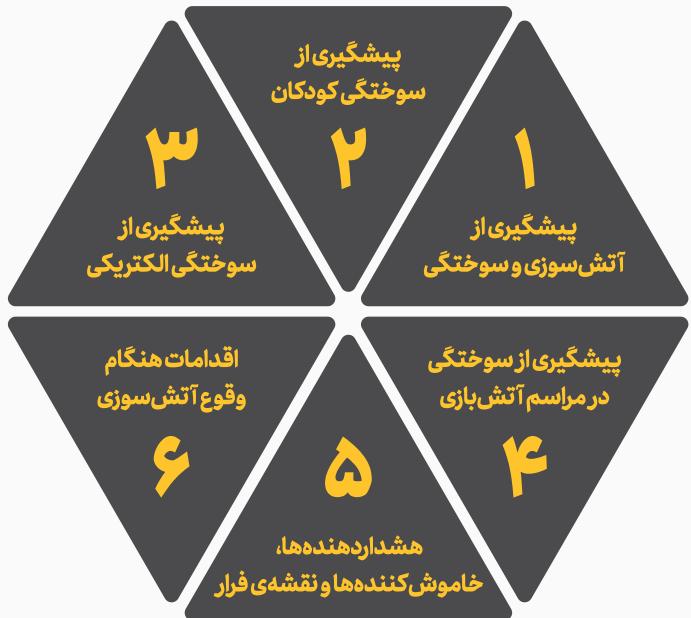
شماره تلفن همراه:



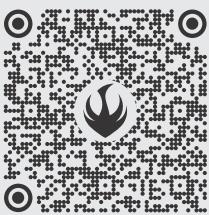
## پیشگیری از سوختگی



مطالب پیشگیری از سوختگی در شش بخش دسته‌بندی شده‌اند:



Download ▾



### دانلود نسخه دیجیتالی

برای دانلود نسخه دیجیتالی کتابچه‌ی پیشگیری از سوختگی، به وب‌سایت انجمن مراجعه کنید و یا بارکد رو برو را اسکن کنید.

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

در این بخش، راههایی بسیار ساده برای محافظت از شما و اطراف‌تان در برابر حوادث و آسیب‌های سوختگی شرح داده شده است. این روش‌ها را یاد بگیرید و به دیگران هم یاد بدهید.



نیم ساعت  
مطالعه

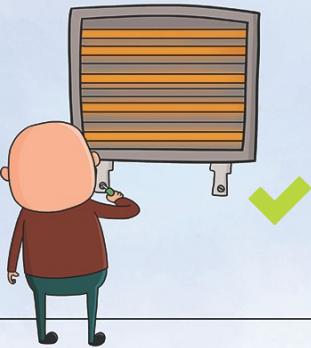
برای یک عمر  
آگاهی و ایمنی

مطالعه‌ی  
این بخش  
وبکارگیری  
مطالب آن  
می‌تواند تا

۸۰%  
احتمال

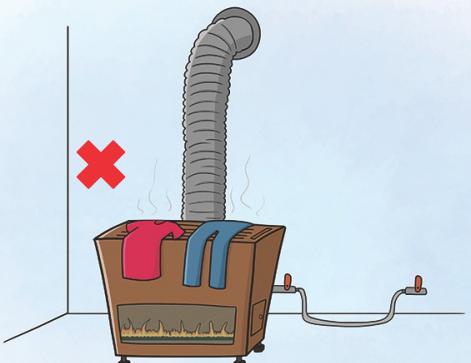
سوختگی  
شمای  
خانواده‌تان  
را کاهش دهد.

## پیشگیری از آتشسوزی و سوختگی



۳

همیشه بخاری را در موقعیتی قرار دهید که پشت آن به دیوار باشد. در صورت امکان آنها را به دیوار محکم کنید تا از خطر سقوط پیشگیری کنید.



۴

هرگز از بخاری برای خشک کردن لباس‌ها استفاده نکنید.



۱

در صورت استنشام بُوی گاز، از روش‌من کردن کلید برق، کبریت و فندک خودداری کنید. ابتدا پنجره‌ها را باز نموده، سپس با یک حوله‌ی مرطوب خروج گاز را تسهیل کنید.



۲

از سیستم‌های تشخیص دود در خانه استفاده کنید و آنها را به طور دوره‌ای بررسی کنید تا از کارکرد آن مطمئن شوید.

## پیشگیری از آتشسوزی و سوختگی



۷

اگر هنگام پخت و پز، لباس گشاد به تن دارید، مراقب باشید به شعله نگیرد.



۸

فر، اجاق گاز، توسترو و کباب پز را از چربی و ذرات روغن تمیز نگهداشید، زیرا به راحتی می‌تواند آتش بگیرد.



۹

ظروف پخت و پز را طوری روی اجاق گاز قرار دهید که دسته‌ی آن‌ها به سمت بیرون نباشد و نیز با شعله‌ها تماس پیدا نکنند.



۱۰

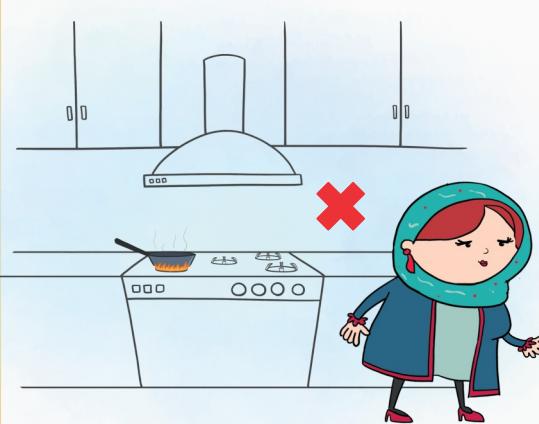
دستمال والبسه را دور از اجاق گاز و قابلمه نگهداشید.

## پیشگیری از آتشسوزی و سوختگی

۱۱



هنگام خرید زودپز به علامت  
استاندارد روی آن دقت کنید.  
همچنین با مطالعه دقيق بروشور  
راهنمای آن، طرز استفاده از زودپز را  
بیاموزید.



۱۲



هرگز درب زودپز را پیش از تخلیه بخار  
آن بازنکنید.  
از زودپزی که سوپاپ تخلیه بخار و یا واشر  
لاستیکی آن خراب است، استفاده نکنید.  
بیشتر از ظرفیت زودپز، در آن مواد غذایی  
نریزید. حدود ۱/۳ آن را همیشه خالی  
بگذارید.



۹

زمانی که در آشپزخانه حضور ندارید،  
ماهیتابه و ظروف را بر روی اجاق گاز  
رها نکنید. اگر قرار است که آشپزخانه  
راتک کنید، اجاق گاز را خاموش کنید.  
زمانی که پخت و پز اتمام یافت، از  
خاموش بودن اجاق گاز و فراطمنان  
حاصل نمایید.

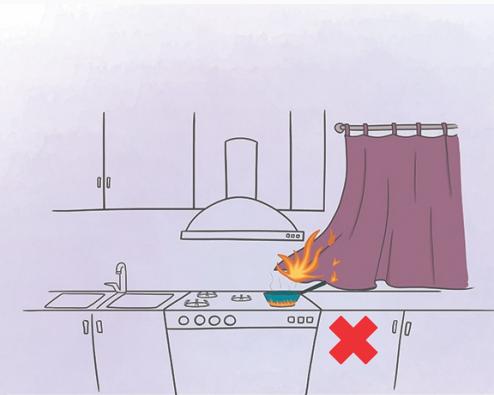
۱۰

از شعله های عقب اجاق گاز برای  
قراردادن ظروف پخت و پز  
استفاده کنید.

## پیشگیری از آتشسوزی و سوختگی

۱۳

مطمئن شوید که اجاق‌گاز، توستر و دیگروسايل گرمایشی، نزدیک پرده و دستمال آشپزخانه نباشند.



۱۵

هرگز شمع روشن را در مجاورت پرده، مبل و هر چیز قابل اشتعال قرار ندهید. مطمئن شوید که شمع به صورت ایستاده قرار دارد و به صورت محکم در یک جای ثابت است به صورتی که امکان افتادن آن نباشد. قبل از ترک اتاق، شمع‌ها را خاموش کنید.



۱۶

همیشه شمع‌ها را بروی یک سطح مقاوم به حرارت قرار دهید. چراغ خواب و شمع‌های تزئینی اگر بالای تلویزیون و یا در کنار وان حمام قرار داده شوند، می‌توانند سطوح پلاستیکی را ذوب کنند.



۱۴

بخاری را نزدیک پرده و مبلمان قرار ندهید. اگر نمی‌خواهید داخل اتاق بمانید و همچنین هنگامی که به رختخواب می‌روید، کلید بخاری را روی خاموش بگذارید.



## پیشگیری از آتشسوزی و سوختگی

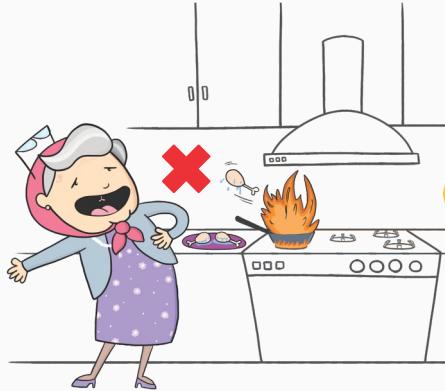
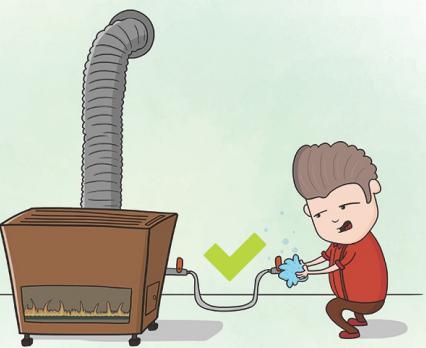
۱۹

هرگز سیلیه‌ای که از فلز ساخته شده  
را داخل ماکروویو قرار ندهید.



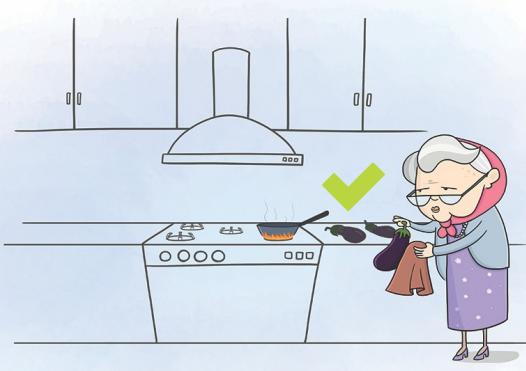
۲۰

برای کنترل نشتی گاز در شلنگ‌های گاز،  
از اسفنج آغشته به کف استفاده نمایید.  
وسایل گازسوز باید توسط افراد  
متخصص نصب شده و حداقل یکبار در  
سال چک شوند.  
همه وسایل گازسوز باید دارای  
ترموکوپل باشند.



۱۷

اگر سرخ کن برقی ندارید و از یک  
ماهی تابه معمولی استفاده می‌کنید،  
هرگز بیش از یک سوم آن را پرنکنید.  
اگر روغن شروع به دود کردن کرد،  
یعنی بیش از حد داغ شد. آن را از  
روی حرارت بردارید و بگذارید تا خنک  
شود.



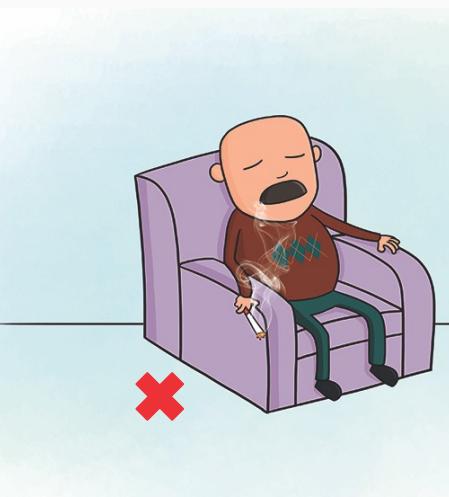
۱۸

مواد غذایی را پیش از قراردادن در  
روغن داغ خشک کنید.  
اگر ماهیتابه آتش گرفت، روی آن آب  
نریزید. بدون اینکه آن را حرکت دهید  
اجاق را خاموش کرده، درب ماهیتابه  
رایگذارید و یا با یک پارچه خیس آنرا  
پوشانید. سپس اجازه دهید که به  
طور کامل سرد شود.



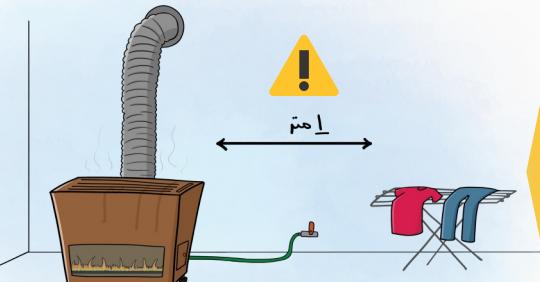
## ۲۳

شمانمی‌توانید مزه و یا بوی گاز  
مونوکسید کربن را حس کنید، اما این گاز  
می‌تواند در طول چند ساعت باعث مرگ  
شما شود بدون اینکه هشدار بدهد.  
مهم‌ترین علت، نصب غلط وسایل  
گازی—وزود دودکش‌ها و یا نگهداری  
نادرست آن‌هاست.



## ۲۱

هنگامی که خسته‌اید، دارویی  
صرف کرده‌اید، چرت می‌زنید یا روى  
تخت خواب دراز کشیده‌اید، سیگار  
نکشید.  
پیش از رها کردن و دورانداختن ته  
سیگار، مطمئن شوید که آتش آن  
خاموش شده است.



## ۲۴

لباس‌ها، پرده‌ها و سایر وسایل قابل  
اشتعال را حداقل به اندازه یک متر دور از  
وسایل گرمایشی (گازی، برقی و یا نفتی)  
قرار دهید.



## ۲۲

برای روشن کردن منقل، از مواد  
سریع الاشتعال مانند بنزین و الکل  
استفاده نکنید. ژل آتش زنه برای این  
کار مناسب‌تر است.  
هنگام درست کردن آتش صبور  
باشید.

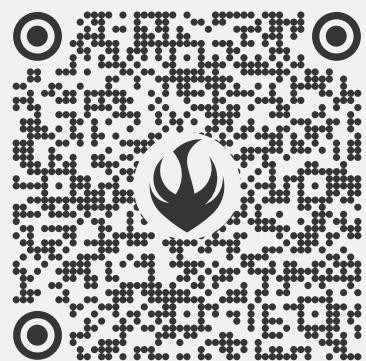
# ۲

سوختن و طی کردن  
مراحل طولانی درمان!



# ۱

پادگیری روش‌های  
پیشگیری از سوختگی

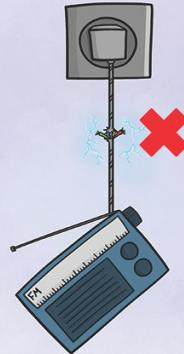


برای کسب اطلاعات  
در مورد سوختگی،  
از یکی از روش‌های  
زیر استفاده  
کنید:

## پیشگیری از آتش‌سوزی و سوختگی

### ۲۵

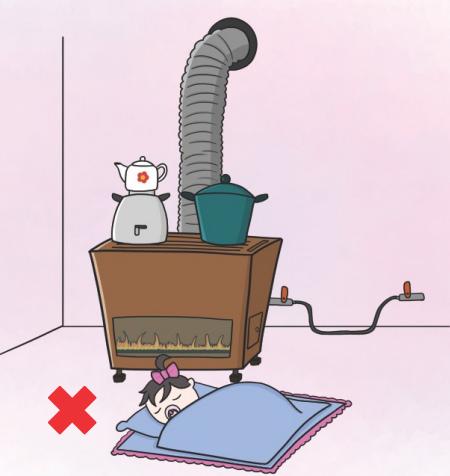
سیم‌های فرسوده و هر سیله‌ای را که  
بیش از حد گرم می‌شود و یا جرقه  
می‌زند و دود می‌کند تعویض کنید.  
لوازم برقی خانه را به طور مرتبت از نظر  
عایق بودن چک کنید.  
اگر کابل برق فرسوده شده یا ترک  
خورده است، باید تعویض گردد.



### ۲۶

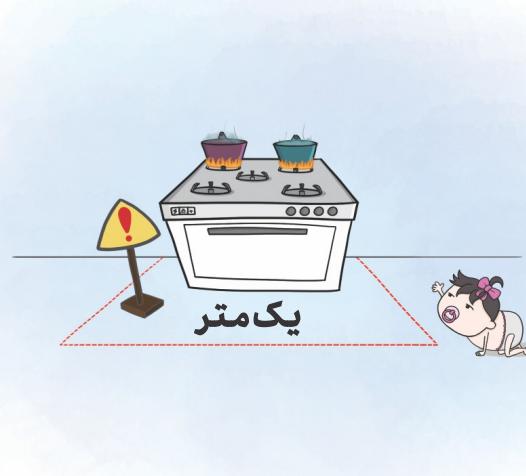
وسایل برقی راهنمایی که از آن‌ها  
استفاده نمی‌کنید خاموش کنید.





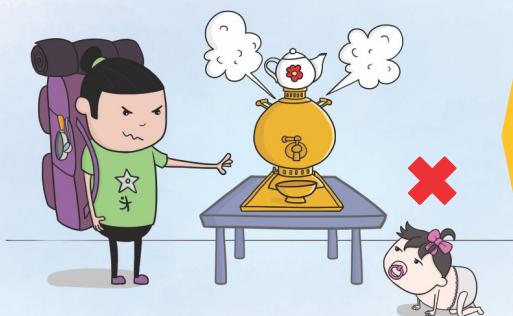
۲۹

هیچگاه کودکان را در کنار بخاری و یا وسایل گرمایشی نخوابانید.  
(امکان افتادن بخاری‌های سبک و متحرک و یا ظروف روی آن برروی کودکان وجود دارد).



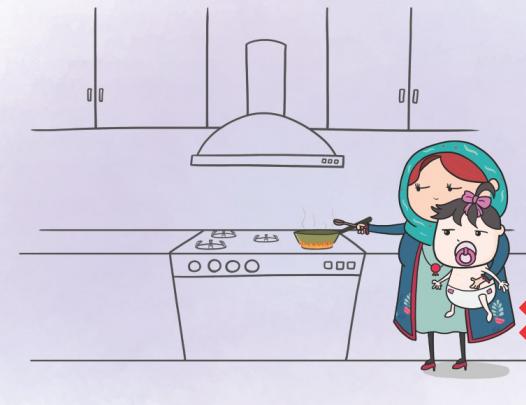
۳۷

منطقه خطر (فاصله‌ی تقریباً یک متر) را در اطراف اجاق‌گاز علامت بزنید و به کودک خود بیاموزید وارد این منطقه نشود.



۳۰

از بازی کردن کودکان نزدیک سماور، بخاری برقی و یا چراغ‌های خوراک پزی به ویژه وقتی کتری و قوری روی آن قرار دارد و نامتعادل است جلوگیری نمایید.



۳۸

هنگام آشپزی، در کنار اجاق‌گاز و در زمان نوشیدن یا حمل مایعات داغ، کودک خود را در آغوش نگیرید. شایع‌ترین علت سوختگی در کودکان زیر ۴ سال، مایعات داغ است.

## پیشگیری از سوختگی کودکان

۳۱

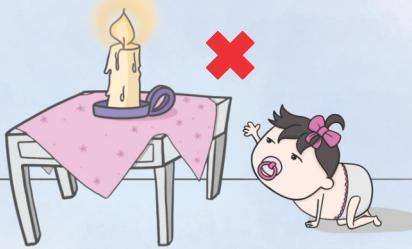
کودکان ممکن است اشیاء داغ مانند اتو یا دستگیره‌ی فربابگیرند. هنگام استفاده از این وسایل مراقب کودکان باشید.

هنگام استفاده از اتو بهتر است از میز بلند استفاده نمایید و پس از اتمام استفاده، تازمان سرد شدن، آن را از دسترس کودکان دور نگهدارید.



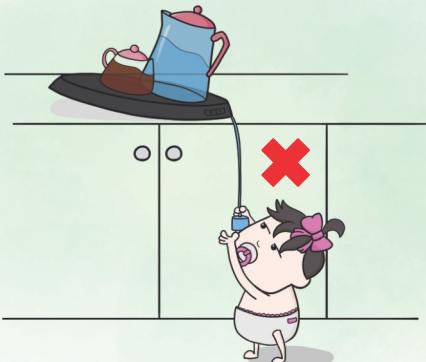
۳۲

مراقب شمع و سیگار باشد. شمع روشن را دور از دسترس کودکان نگهدارید و قبل از خروج از اتاق آن را خاموش کنید.  
اگر سیگار می‌کشید، از کشیدن آن در خانه خودداری کنید. مطمئن شوید که سیگار خاموش شده باشد.



۳۳

سیم وسایل برقی را پشت و سیله جمع کنید تا کودک باشیدن سیم آن، سبب واژگونی وسیله و محتويات آن بر روی خود نگردد.  
وسایل برقی جهت تهیه غذا یا چای ساز را روی کابینت و دور از دسترس کودک خود قرار دهید.



۳۴

قبل از شستشوی کودک، دمای آب را کنترل نمایید (بین ۳۲ تا ۳۵ درجه باشد). هنگام شستشو، کودکان را طوری در آغوش بگیرید که صورت آن-ها به سمت شیرآب نباشد و به آن دسترسی نداشته باشند.  
کودکان خردسال را هرگز به تنها یابی در حمام رهان نکنید.

### ۳۵

سیم برق وسایلی مانند سشوار و شارژر موبایل باید از دسترس کودکان دور بوده و حتماً از برق خارج شوند. هیچ‌گاه به کودک خود اجازه بازی و یا نزدیک شدن به وسایل الکتریکی مانند وسایل گرمایشی برقی، اتو و سشوار را ندهید.



### ۳۶

از قراردادن ظروف حاوی مایعات داغ مانند فنجان چای یا ظرف غذادر لبه میز یا اوپن آشپزخانه خودداری نمایید. این ظروف را در وسط میز قرار ندهید. پارچه‌ی روی میز را کاملاً اندازه سطح میز انتخاب کنید تا آویزان نباشد.



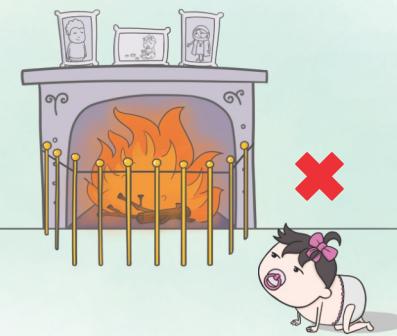
### ۳۷

از نگهداری مواد آتش‌زا مانند بنزین، نفت و الکل در خانه خودداری کنید و به کودکان بیاموزید با آن‌ها بازی نکنند. کبریت، فندک و مواد شیمیایی (انواع جرم‌گیر، لوله بازکن و ...) را در ظرف‌های مناسب و در مکان‌هایی با تهویه‌ی خوب و دور از دسترس کودکان قرار دهید.



### ۳۸

فضای اطراف اجاق گاز، شومینه، بخاری و رادیاتور را برای کودکان غیرقابل دسترس نمایید. کودکان نوپا ممکن است برای ایستادن از این وسایل کمک بگیرند و دستشان را به آن بچسبانند.





## ۴۱

در شب چهارشنبه سوری همواره همراه و هم بازی کودکان خود باشید.  
هرگز فشنگ یا مواد آتش زار به بچه های کوچک ندهید. فقط نوجوانان بالاتر از ۱۲ سال اجازه دارند که وسایل آتش بازی یا فشنگ شه را در دست بگیرند آن هم با حضور یک بزرگتر.



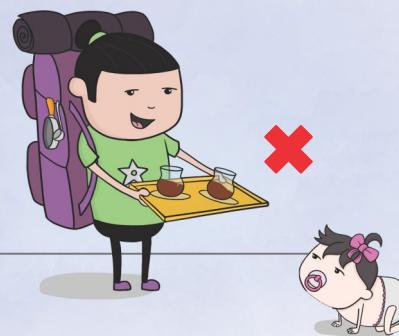
## ۴۹

به کودکان بیاموزید هرگز با آتش بازی نکنند.



## ۴۲

به کودکان بیاموزید که هنگامی که لباسشان آتش گرفت نباید بدوند؛ بلکه باید بلا فاصله بایستند، بخوابند و بر روی زمین بغلتنند.

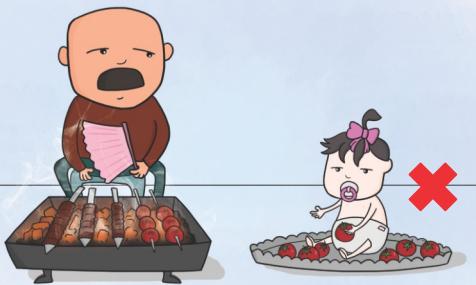


## ۴۰

هنگام حمل نوشیدنی های داغ مراقب کودکان باشید.

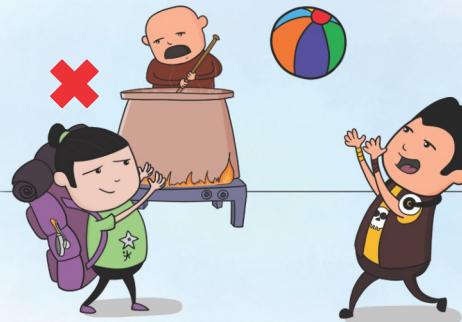
۴۵

اجازه ندهید کودکان در نزدیکی منقل  
کباب و یا گودال آتش بازی کنند.



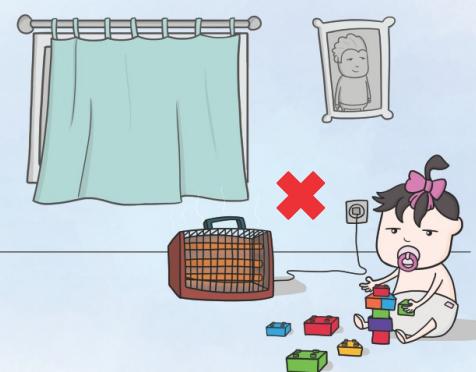
۴۶

هنگام پخت و پز غذا (خصوصا در  
مناسبت‌ها و نذری‌ها) مراقب  
باشید که کودکان اطراف دیگ‌های  
غذا بازی نکنند.



۴۷

اجازه ندهید کودکان در نزدیکی وسایل  
گرمایشی و برقی بازی کنند.



۴۸

مطمئن شوید که چراغ خوابی که در  
اتاق کودک قرار دارد شبیه به اسباب  
بازی نباشد. زیرا اشکال جذاب و  
شبیه به اسباب بازی، حس کنجکاوی  
کودک را بر می‌انگیزد.





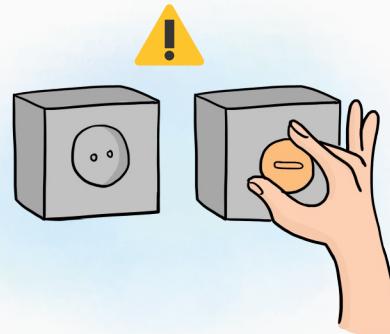
### ۴۹

سفره‌های چیده شده با انواع غذاهای داغ می‌تواند خطرناک باشد. هرگز اجازه ندهید کودکان کنار سفره‌ی غذا بازی کنند.



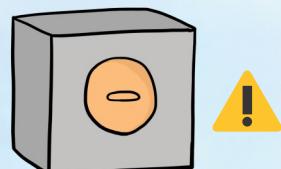
### ۵۰

قبل از قراردادن فرزنده خود بروی صندلی ماشین، بندها و سگ‌های را از نظر داغ بودن چک کنید. اگر اتومبیل خود را در نور مستقیم خورشید پارک می‌کنید، صندلی خود را بایک حوله یا پتو بپوشانید.



### ۵۱

بر روی پریزهای برقی که در دسترس کودک قرار دارد، پوششی به عنوان محافظ قرار دهید. پوشش‌های مناسب پریزهای برق که به آن‌ها پیچ می‌شوند، ایمنی بهتری دارند. وسایل فلزی مانند میخ و سنجاق و غیره را در نزدیک پریزهای برق قرار ندهید.



### ۵۲

مطمئن شوید که پوشش‌های استفاده شده هم رنگ با پریز برق باشند. زیرا متفاوت بودن رنگ آن‌ها باعث برانگیختن حس کنگکاوی در کودکان می‌شود.

## پیشگیری از سوختگی کودکان

کودکان همه چیز را  
اسباب بازی می بینند؛

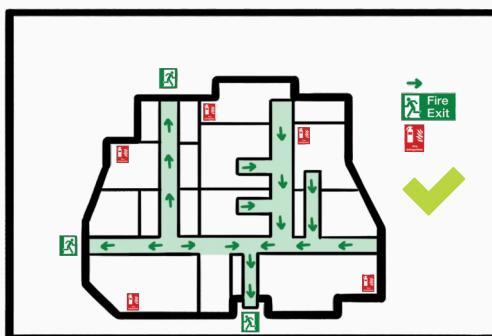


به آنان بیاموزید که  
آتش، بازی نیست.



۵۱

کودکان را باراههای فرار و پله‌های  
اضطراری آشنا کنید و آنان را برای  
مواجهه با آتش سوزی آموزش دهید.



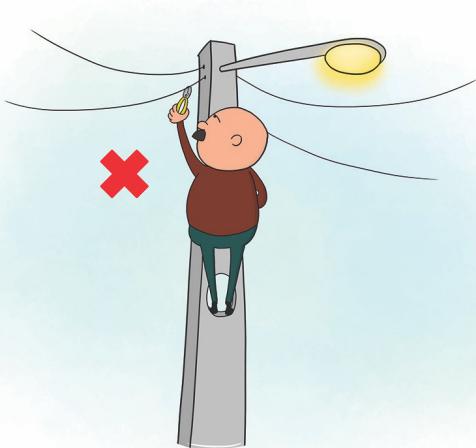
۵۲

طمئن شوید که پرستاران و  
مراقبان بجهه‌ها از نقشه‌ی فرار  
شما مطلع هستند و می‌دانند که  
هنگام آتش سوزی چه کاری باید  
انجام شود و کلید در و پنجره‌ها  
کجانگهداری می‌شود.

## پیشگیری از سوختگی الکتریکی

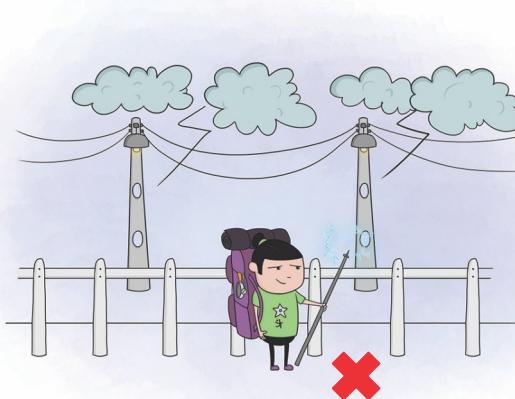
۵۵

هرگز خودتان اقدام به رفع عیوب کابل‌ها و تاسیسات برقی شهری و عمومی نکنید.  
خطوط برق را هرگز لمس نکنید.



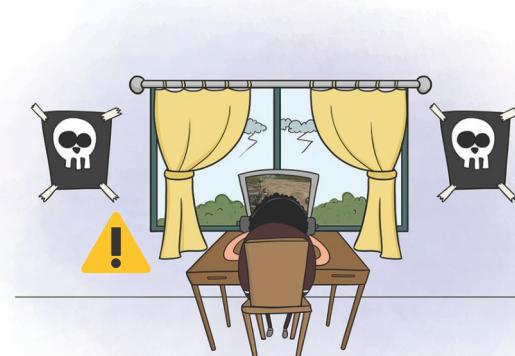
۵۶

حریم مناطق مسکونی از دکل‌های برق  
فشارقوی باید حفظ شود.



۵۳

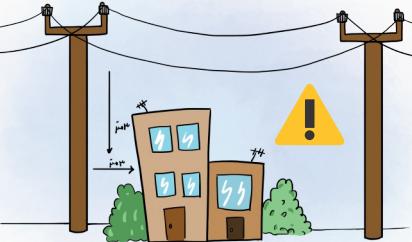
اگر هنگام رعد و برق خارج از منزل  
هستید، از اشیای بلند مانند درخت و  
نیز اشیای فلزی دوری کنید.  
در مکان‌های کم ارتفاع مانند زمین‌های  
حفر شده پناه بگیرید. تا جایی که  
می‌توانید خود را پایین بکشید اما هرگز  
بر روی شکم روی زمین دراز نکشید و  
در عوض چمباتمه بزنید.



۵۴

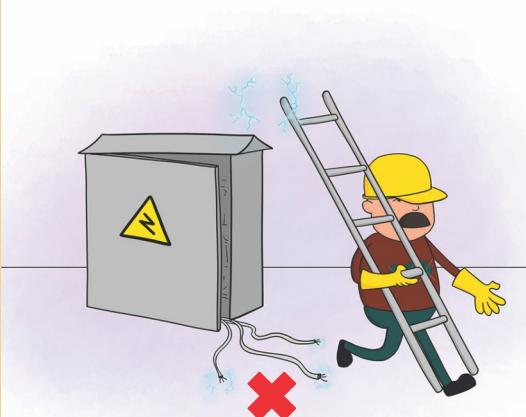
اگر موقع بروز رعد و برق در منزل  
هستید، از درو و پنجره‌ها فاصله  
بگیرید، از تلفن استفاده نکنید.  
هدست خود را در بیاورید. وسائل  
برقی اصلی مانند کامپیوتر و تلویزیون  
را خاموش کرده، از برق بکشید و از  
آنها فاصله بگیرید.

## پیشگیری از سوختگی الکتریکی



### ۵۹

حریم ایمنی مناطق مسکونی از دکل ها و خطوط برق هوایی باید حداقل ۳ متر باشد.  
همواره فاصله خود و هرگونه ابزار فلزی که با آن کار می کنید را به اندازه ۳ متر از دکل های برق حفظ کنید.



### ۶۰

به محل تمامی دکل های برق اطراف خانه و محیط کارخان آگاه باشید و به آن ها نزدیک نشوید.  
مراقب نرده و یا حصار اطراف دکل برق باشید.



### ۶۱



### ۶۲

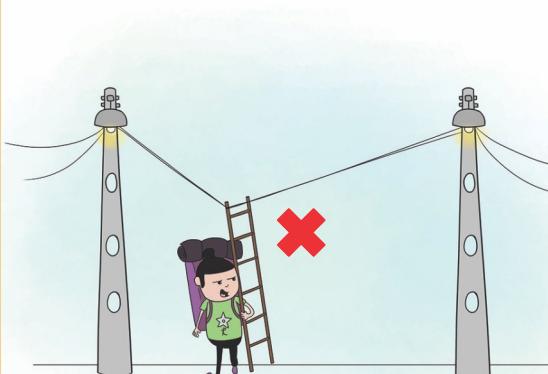
اگر در آب هستید در صورت مشاهده صاعقه به سرعت از آب خارج شوید.

## پیشگیری از سوختگی الکتریکی



۶۳

هرگز از وسایل برقی در محیط مرطوب و نزدیک آب استفاده نکنید.



۶۱

موقع عبور از زیر کابل برق، تردبان و ابزار فلزی را که با خودتان حمل می‌کنید، به صورت افقی قرار دهید.



۶۴

در برق گرفتگی‌ها، ابتدا منبع برق را قطع نمایید، سپس فرد دچار برق گرفتگی را توسط مواد نارسانای جریان برق مانند پلاستیک یا چوب از منبع اتصال به برق جدا نمایید.



۶۲

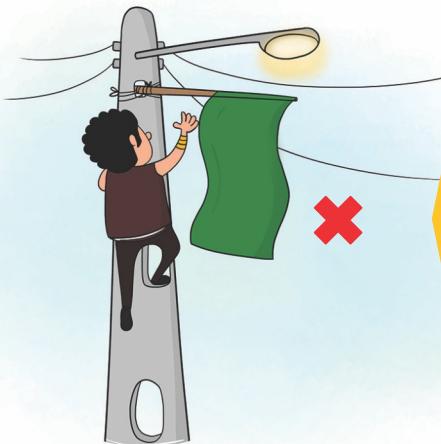
اگر کابل برق فشار قوی بر روی سطح زمین افتاده است، حداقل ۴ متر فاصله بگیرید، تمامی افراد را ز محل دور کنید و با اداره‌ی برق محلی تماس بگیرید.

## پیشگیری از سوختگی الکتریکی



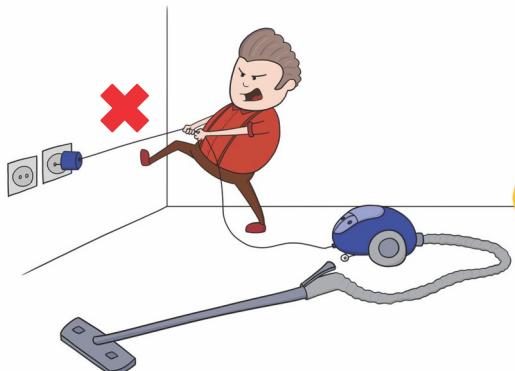
۶۷

سیم‌های برق را آویزان نکنید و یا زیر فرش و تشك، تحت فشار قرار ندهید.



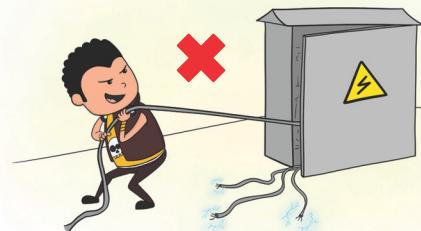
۶۵

پرچم‌های را به تیر برق، فیشار قوی نصب نکنید.  
از لوله‌های آهنی آب جهت ساختن پرچم‌ها استفاده نکنید.



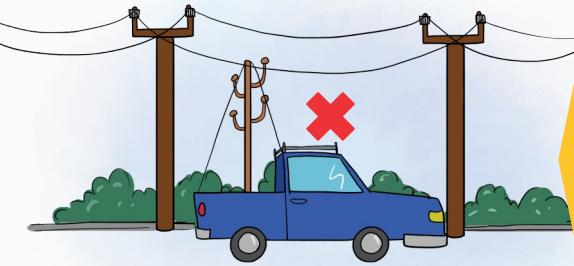
۶۸

وسایل برقی را فقط از طریق دوشاخه از پریز جدا کنید. هرگز با کشیدن سیم برق اقدام به این کار نکنید.  
در مواقعي که از وسایل برقی استفاده نمی‌کنید، آنها را از پریز برق جدا کنید.



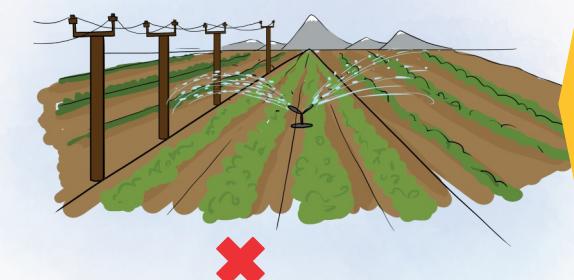
۶۶

سیم‌های برق را از روی زمین رد نکنید و از دسترس دور نگه دارید.



۷۱

قبل از رانندگی و عبور از زیر کابل برق، تمامی ابزارهای فلزی را پایین بیاورید تا با خطوط برق برخورد نکنند.



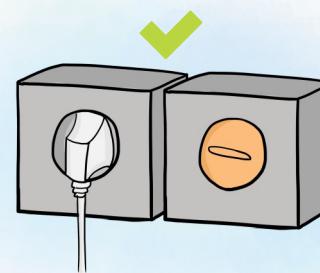
۷۲

از اسپری کردن با سیستم های آبیاری در کنار دکل های برق خودداری کنید.



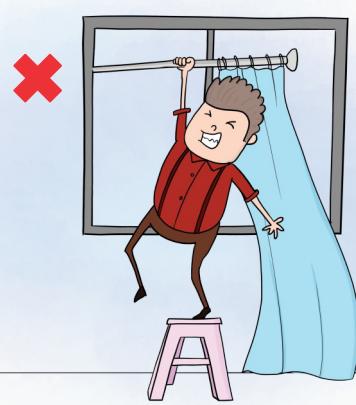
۶۹

بار اضافی به سیم های رابط وارد نکنید. از سیم های رابط استاندارد و مجهز به فیوز استفاده کنید. وسایل پر مصرف مانند ماشین لباسشویی و یخچال نیاز به پریز جداگانه دارند.



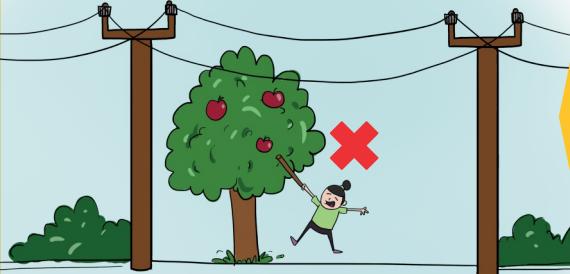
۷۰

از فیوز های برق مناسب با حجم مصرف برق استفاده کنید. از پریز های برق دارای محافظ و دارای سیم ارت استفاده کنید.



۷۵

هنگام تعویض و نصب میله‌های پرده،  
مراقب باشد از پنجره بیرون نرون.  
احتمال دارد با سیم‌های برق بیرون از  
خانه برخورد کنند.



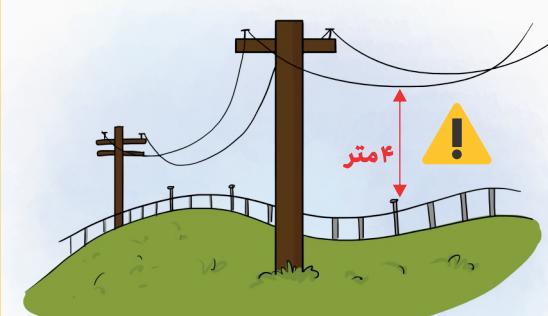
۷۳

هر چیزی را که در تماس با خطوط  
برق قرار دارد لمس نکنید.  
فاصله‌ی حداقل ۴ متری باید برای  
تمامی داربست‌ها و ابزارهای فلزی  
نزدیک خطوط جریان برق رعایت  
شود.



۷۶

لامپ را در حالی که روشن است تعویض  
نکنید.  
در حالی که حباب لامپ داغ است، آن را  
نزدیک پرده و یا پارچه‌های دیگر قرار  
ندهید.  
قبل از کشیدن سیم اتصال و سایل برقی  
از برق، اقدام به تعمیر آن نکنید.



۷۴

مراقب نرده و یا حصار اطراف دکل  
برق باشید.

## پیشگیری از سوختگی هنگام آتش بازی

۷۹

وسایل انفجاری را داخل جیب و کیف خود نگذارید.  
هرگز وسیله‌ی آتش بازی روشن را در دست خود نگه ندارید.



۸۰

از برپایی آتش در معابر باریک، در نزدیکی پست‌های برق، ایستگاه‌های تقلیل فشار گاز، وسایل نقلیه، پارکینگ‌های عمومی و خانه‌ها پرهیز کنید.



۷۷

وسایل انفجاری را داخل آتش نیندازید.  
از سوزاندن وسایلی چون کپسول گاز، لاستیک و آمپول و استفاده از مواد آتش‌راننده بینزین، الکل، کاربیت و مانند آن جداً خودداری نمایید.



۷۸

دوستان و اطرافیان تان را هدف آتش بازی خود نکنید!



## پیشگیری از سوختگی هنگام آتش بازی

۸۳

هنگام آتش بازی از وجود کپسول آتشنشانی و شلنگ آب در نزدیکی خود اطمینان حاصل کنید.



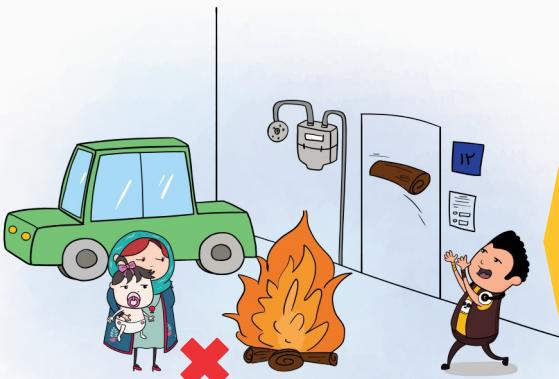
۸۱

همیشه آتش را بروی سطحی سخت، صاف و مسطح روشن کنید، تا از اینمنی و ثبات مواد آتش زا مطمئن باشید.



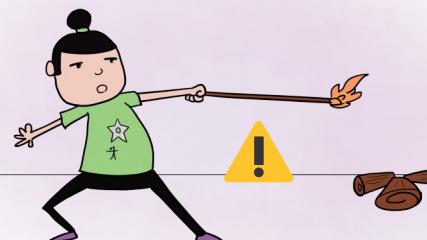
۸۴

تماشاچیان (مخصوصاً کودکان) را در فاصله‌ای امن از محل آتش بازی نگه دارید.



۸۲

هنگام روشن کردن وسایل آتش بازی دقیق کنید و همیشه آنها را بایک و سیله‌ای آتش زای بلند روشن کنید.



## پیشگیری از سوختگی هنگام آتش بازی

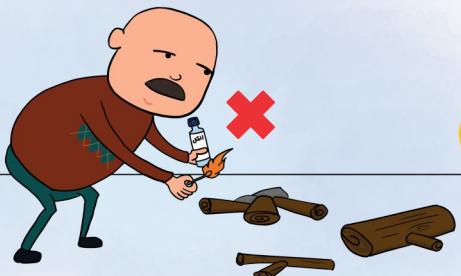
۸۵

از مواد آتش بازی استفاده که مورد تایید است استفاده کنید و سعی نکنید آنها را تغییر دهید و یا ترکیب نمایید.  
هرگز خودتان اقدام به ساخت و آزمایش وسایل آتش بازی نکنید.



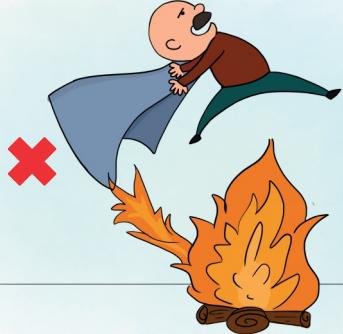
۸۷

هنگام روشن کردن مواد آتش زا، حداقل رفاصله‌ی ممکن را حفظ کنید. هرگز سرو یا هربخشی از بدن خود را در قسمت بالایی وسایل آتش بازی قرار ندهید.



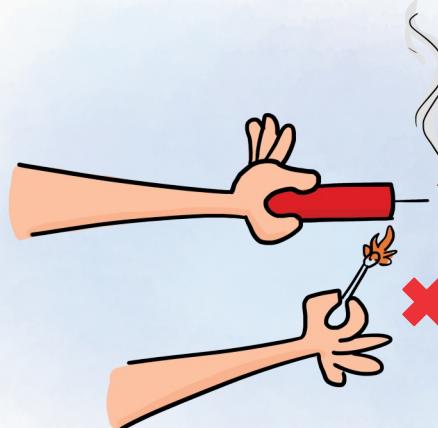
۸۸

هنگام پریدن از روی آتش از پوشیدن لباس‌های پلاستیکی، بلند و آتش‌گیر خوداری کرده و در صورت آتش گرفتن لباس از دویدن پرهیز کرده، بلا فاصله توقف کنید، بر روی زمین بخوابید و بغلتید.



۸۶

هرگز ترقه‌ی خراب یا منفجر نشده را دوباره روشن نکنید. اگر روشن نشد به مدت ۵ دقیقه به آن دست نزنید و سپس آن را در آب غوطه ور کنید.  
هر فرشته یا ترقه را فقط یک بار روشن کنید.



## پیشگیری از سوختگی هنگام آتش بازی

۸۹

مواد شیمیایی مثل اکلیل و سرنج بسیار خطرناک بوده و حتی حرارت دست شمامی تواند منجر به انفجار آنها در دست هایتان گردد. از مواد آتش بازی استاندارد استفاده کنید.



۹۱

وسایل آتش بازی راهنمایی که باد می وزد باید به دور از تماشاچیان روش ن کنید.



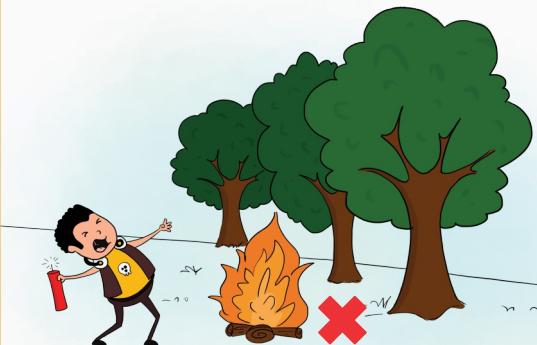
۹۲

هیچگاه مواد آتش بازی (منفجر و محترقه) را در ظروف شیشه‌ای یا فلزی قرار ندهید، زیرا در صورت انفجار ذرات شیشه یا فلز، به اطراف پرتاب شده و سبب صدمات جانی خواهد شد.



۹۰

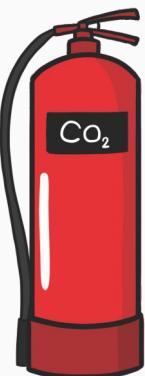
از پرتاب مواد آتش زامانند فششه و موشک برخوبی درخت ها، بام و بالکن خانه ها که از عوامل عمدی بروز آتش سوزی است، جدا خودداری کنید.



## هشدار دهنده‌ها، خاموش‌کننده‌ها و نقشه‌ی فرار

۹۵

هرگز راه‌های اضطراری را مسدود نکرده و از آن‌ها به عنوان انبار استفاده نکنید.



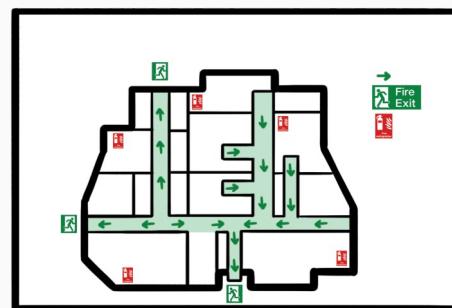
۹۶

- برای استفاده از کپسول آتش‌نشانی:
- ۱- صمن را بپرون بکشید؛
  - ۲- پایه‌ی آتش را نشانه بگیرید؛
  - ۳- دسته را فشار دهید؛
  - ۴- دست را به حالت جارویی حرکت دهید.



۹۷

حداقل یک هشدار دهنده‌ی دود در خانه (یک عدد در هر طبقه) نصب کنید. بهترین محل برای قراردادن هشدارهای دود آن جایی است که شما بتوانید صدای آن‌ها را بشنوید. ایده‌آل در راهروها و پاگرد پله‌های است.



۹۸

پیش از وقوع هر حادثه‌ای، راه‌های فرار محل زندگی و کار خود را بررسی و ارزیابی کنید و نقشه‌ی فرار را طرح ریزی کنید. در هر راه به صورت مرتب بررسی کنید تا از بازشدن آن‌ها از هر دو طرف مطمئن شوید.

## هنگام وقوع آتش سوزی چه کنیم...



۹۹

درها را پشت سر خود ببندید تا از گسترش آتش جلوگیری شود.  
با پشت دست خود داغ بودن درها را بررسی کنید. در صورت داغ بودن، آنها را بازنگنید (آتش در طرف دیگر در است).



۱۰۰

سعی کنید بدون آنکه خود را در معرض خطر قرار دهید، به افراد کمک کنید تا ساختمان را ترک کنند.  
در حین فرار با کوییدن به دربها، به ساکنان آپارتمان های همسایه هشدار دهید.



۹۷

هنگامی که آتش را در ساختمانی مشاهده می کنید یا به آن مشکوک می شوید، نزدیک ترین آذرب حریق را فعال کنید.

۹۸

فقط آتش سوزی های کوچک را که در مراحل اولیه خود بوده و هنوز گسترش پیدا نکرده اند مهار کنید.  
اگر به توانایی خود برای مهار آتش مطمئن نیستید، ریسک نکنید و با آتش نشانی تماس بگیرید.  
بخاطر اشیای با ارزش و یا بررسی آتش معطل نشوید.

## هنگام وقوع آتش سوزی چه کنیم...

۱۰۱

هنگام وقوع آتش سوزی، تحت هیچ شرایطی از آسانسور استفاده نکنید.  
هیچ‌گاه برای فرار به سمت پشت بام نروید زیرا دود و گازهای سمی به سمت بالا حرکت می‌کنند.



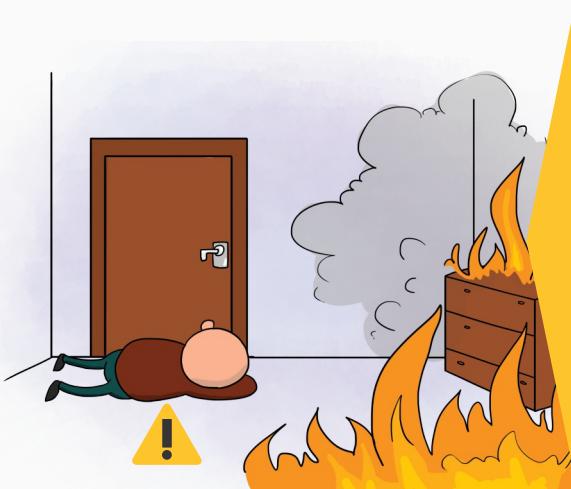
۱۰۲

در صورتی که در داخل ساختمان در حال سوختن هستید و راه فرار ندارید، افراد را به یک اتاق ببرید. ترجیحاً اتاقی پنجره‌دار که تلفن در آن وجود داشته باشد.  
درب را ببندید و صبر کنید تا کمک برسد.



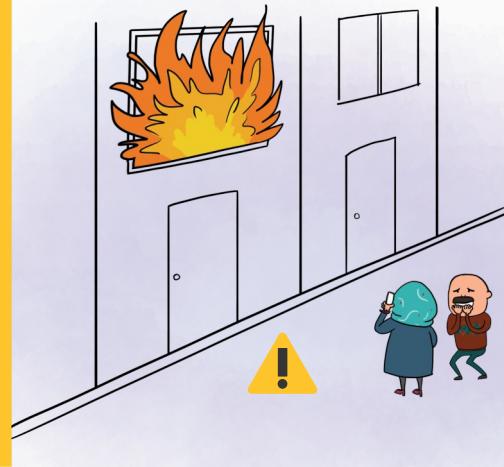
۱۰۳

اقداماتی برای اجتناب از استنشاق دود و گازهای مضر انجام دهید. فضای باز زیر در رام سدود کنید و نزدیک به یک اتاق قرار بگیرید تا با دود کمتری مواجه شوید.



۱۰۴

هرگز به ساختمانی که در حال سوختن است یا پراز گاز است وارد نشود و هرگز دری را که به محل آتش سوزی ختم می‌شود، باز نکنید. این کارها را به گروه خدمات اورژانس واگذار کنید.





اگر فقط جان

انفر را

نجات دهید ...

هنگام سوختگی چہ کنیم؟



## کمک‌های اولیه در مواجهه با سوختگی



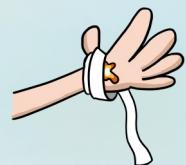
ب بَغْلُت



ل لِبَاس



آ آب



ک کاور

# بلاک را به خاطر بسپار

اگر لباس کسی آتش گرفت اجازه ندهید بدد؛  
باید بایستد، بخوابد و بِغَلْتَد.

توسط قالیچه، پتو یا حolle فرد آتش گرفته را خاموش کنید.

۱

لباس‌ها را خارج کنید؛

۲

محل سوختگی را با  
آب خنک بِه مدت ۱۵ تا ۱۵ دقیقه  
شست و شو دهید و خنک کنید؛

۳

محل سوختگی را  
با یک گاز استریل یا یک دستمال تمیز  
بپوشانید.

۴

به مرکز سوختگی مراجعه کنید.

## هنگام وقوع سوختگی چه نکنیم...



از یخ و آب یخ برای تسکین درد سوختگی استفاده نکنید.  
نباید سوختگی خیلی شدید را در آب خیلی سرد قرار داد. این کار ممکن نیست و باعث شوک شود.



اجازه ندهید فرد سوخته در حالت ایستاده قرار گیرد زیرا شعله باعث صدمه دیدن و سوختن بخش های بالای بدن (سر و صورت) می شود.  
تلash کنید تا فورا او را روی زمین بغلتانید.

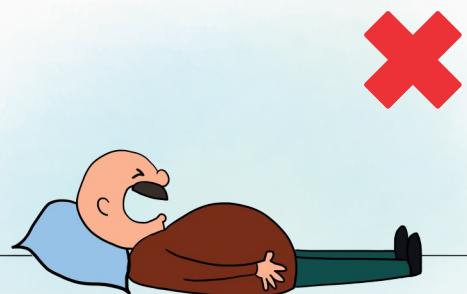


در سوختگی های وسیع، شستشو، حرارت مرکزی بدن را کاهش می دهد و به همین دلیل توصیه نمی شود.  
پس از اقدامات اولیه، سریعا فرد سوخته را به بیمارستان منتقل کنید.



از مالیدن خمیر دندان، سبیب زمینی، پماد، آرد، کره، سفیده تخم مرغ، اسپری های روغنی یا هر گونه مرهم خانگی بر ر روی زخم سوخته خودداری کنید.

## هنگام وقوع سوختگی چه نکنیم...



نباید زیر سر کسی که احتمال سوختگی مجاری تنفسی دارد بالش قرار داد. این کار ممکن است باعث بسته شدن راه تنفس شود.



نباید به کسی که دچار سوختگی شدید شده از راه دهان مایعات یا خوراکی داد.



تاول های سوختگی و یا پوسه های آسیب دیده و مرده ای روی آن را دستکاری نکنید.



نباید لباس های پارچه ای را که به محل سوختگی چسبیده به زور جدا کرد.

## هنگام وقوع سوختگی چه نکنیم...



نباید به محل سوختگی فوت کرد و یا به سمت آن سرفه کرد.



هنگام سوختگی با مواد شیمیایی هرگز سعی نکنید مواد شیمیایی (اسید یا قلیا) را خنثی کنید.



برای خاموش کردن آتش سوزی‌های ناشی از برق، از آب استفاده نکنید.



زخم سوخته با مواد شیمیایی را در ظرف آب غوطه‌ور نکنید، زیرا ماده شیمیایی حل شده در آب ممکن است روی پوست سایر قسمت‌های غوطه‌ور شده در آب اثر بگذارد.

## چه زمانی باید کمک‌پزشکی درخواست کرد؟

در صورتیکه بیمار سوختگی دارای عالیم جسمی دیگری هم باشد یا ضعف سیستم ایمنی داشته باشد.

در مواردی که احتمال آزار جسمی (کودک آزاری و...) وجود دارد.

در صورتیکه فرد سوخته در گروه سنی اطفال یا سالمندان باشد.

در صورتیکه ۴۸ ساعت بعداز سوختگی هنوز درد وجود دارد.

در صورت وجود علائم دهیدراتاسیون (از دست رفتن آب بدن) شامل: کاهش میزان ادرار، گیجی، خشکی دهان و پوست، سردرد، احساس سرگیجه و سبک شدن سر، تهوع با یا بدون استفراغ نشنگی.

در صورت بروز علائم عفونت مانند وجود چرک در محل سوختگی، تشدید درد، تورم غدد لنفاوی، گسترش قرمزی اطراف محل سوختگی و تب.

در سوختگی شدید (سوختگی درجه ۳ و بالاتر که رنگ پوست سیاه یا سفیدمی شود)

زمانی که سوختگی خیلی وسیع است (به اندازه‌ی کف دست بیمار و بزرگتر از آن)



در سوختگی با مواد شیمیایی یا برق گرفتگی.

در مواردی که مطمئن نیستید که سوختگی شدید است یا خیر.



در صورتیکه فرد در دود ناشی از سوختگی تنفس کرده باشد.

در مواردی که عالیم شوک وجود دارد.



## حمایتهای روانی و اجتماعی از بیماران سوخته

سوختگی، به ویژه هنگامی که قسمت‌های قابل رویت بدن (مانند چهره و دست‌ها) را دچار آسیب می‌کند، تاثیر جدی و عمیق روی وضعیت روانی و زندگی اجتماعی فرد سوخته می‌گذارد. در این شرایط معمولاً فرد سوخته تمایل کمتری به حضور در فضاهای جمعی و اجتماعی دارد و رفته رفته گوشش گیری ترو منزوی‌تر می‌شود. این شرایط معمولاً منجر به از دست رفتن عزت نفس، روابط اجتماعی و شغل می‌شود که به تبع آن، مشکلات روحی و روانی فرد سوخته را دروغ‌زناند می‌کند.



# ده فرمان

## کلیدی و مهم برای نحوه برخورد با افراد آسیب‌دیده

بسیاری از بیماران سوخته با وجود آسیب‌های فیزیکی، کماکان می‌توانند در عرصه‌ی اجتماعی فعال و موثر باشند، ولی به دلیل عدم پذیرش اجتماعی از سوی دیگر شهروندان، فرصلات‌های کاری و اجتماعی را از دست می‌دهند. با رعایت نکاتی بسیار ساده می‌توانید از حضور و فعالیت بیماران سوخته در اجتماع حمایت کنید.

۲

آن‌ها را سوال پیچ نکنید.

۱

به آن‌ها خیره نشوید.

۴

سوختگی و مشکلات آنان را موضوع شوخي نکنید.

۳

در فضای اجتماعی و عمومی از آن‌ها فاصله نگیرید.

شکستن این چرخه، همراهی و درک انسانی و اجتماعی شهروندان جامعه را می‌طلبد. پذیرفتن افراد سوخته در محیط‌های اجتماعی، به ویژه در فضای کاری، می‌تواند عزت نفس را به آنان بازگرداند و نیز به آن در به دست آوردن دوباره‌ی استقلال مالی کمک کند.



مهم‌ترین همراهی

با افراد سوخته

احترام به اصالت انسانی

و حق زیست اجتماعی آن‌هاست.

۶

در حضور آنان سیگار و دخانیات مصرف نکنید. دود سیگار می‌تواند برای آنان هم از لحاظ جسمی و هم روانی بسیار آزاردهنده باشد.

۷

برای انجام کارهای بیرون از خانه، به آنان پیشنهاد همراهی و کمک دهید.

۸

در گفتگوهای میدوار و مثبت باشید ولی منکر جدیت و موثر بودن سوختگی روی زندگی نشوید.

۹

اگر در فامیل و دوستانتان فرد سوخته دارید، گاهی به آن‌ها سر بزنید و هم صحبت‌شان شوید.

۱۰

در صورت امکان، و در صورت توافق و رضایت خودشان، از آن‌ها پشتیبانی مالی کنید.



چگونه می‌توانید به پیشگیری از سوختگی  
و درمان آن کمک کنید؟

## ققنوس؛ فرصتی برای آزمودن مسئولیت‌های اجتماعی ما

موارد زیر مهم‌ترین نیازهای انجمن هستند:

### حمایت اجرایی و تدارکاتی

(همایش‌ها و برنامه‌ها)

### اطلاع‌رسانی به مردم

(برای پیشگیری از سوختگی)

### حمایت قانونی و حقوقی

(برای خدمات رسانی به سوختگان  
مانند بیمه و دارو)

### حمایت تخصصی

(درمان، بازتوانی، روان‌درمانگری،  
تبليغات و اطلاع‌رسانی)

### حمایت ارتباطی

(معرفی افراد و گروه‌های فعال و موثر)

### حمایت مالی و اقتصادی

(کمک مستقیم مالی، اشتغال‌زایی)



در صورتی که در هر کدام از این موارد امکان همراهی و  
همیاری با ققنوس را دارید با ما تماس بگیرید.

۰۲۱ ۴۰ ۲۲۷۸۷۰

۰۹۲۰ ۹۵۱ ۲۹۷۹

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

حس و حال خوب ما هر قدر که در گروه سلامتی خودمان است، به همان اندازه به تندرست بودن و سلامتی خانواده و اطرافیانمان وابسته است. وقتی اطرافیانمان سالم‌ترند، ما خوشحال‌تریم. از شمامی خواهیم که با حضور مسئولانه و آگاهانه‌ی خود، در خلق یک زندگی سالم و زیبا برای عزیزان، اطرافیان و هموطنان تان نقشی موثر، ماندگار و لذت‌بخش داشته باشید.

شما چطور می‌توانید کمک کنید؟ ...

۳

### پشتیبانی

برای پیش‌گیری از سوختگی، درمان سوختگی و بازتوانی جسمی، روانی و اجتماعی افراد سوخته با انجمن ققنوس همکاری و همراهی کنید.

۲

### پذیرش

حضور افراد سوخته در اجتماع را تسهیل کنید. به آن‌ها اجازه دهید که مانند سایر افراد، در محیط اجتماعی راحت باشند.

۱

### پیشگیری

از خودتان و اطرافیان تان در برابر حوادث سوختگی مواقبت کنید. روش‌های پیشگیری از سوختگی و مواجهه با آن را یاد بگیرید و به دیگران نیز یاد بدهید.

## کمک مالی مستقیم

برای پشتیبانی مالی از بیماران سوخته و انجمان ققنوس، می‌توانید از اطلاعات حساب بانکی روبرو استفاده کنید. انجمان ققنوس خود را موظف می‌داند که اطلاعات دقیق و شفاف فرآیندهای مالی خود را در اختیار عموم قرار دهد. در این راستا، گزارش‌های مالی انجمان را از طریق وبسایت انجمن پیگیری کنید.

شماره حساب کمک‌های مردمی انجمان ققنوس:

۲۱۳-۱-۴۹۲۸۲۰۱-۱

بانک اقتصاد نوین:

شعبه سید جمال الدین اسدآبادی

کد شعبه: ۲۱۳

شماره کارت:

۶۲۷۴-۱۲۱۹-۴۰۰۰-۵۰۱۰

## کمک از طریق وبسایت

برای کمک نقدی به انجمن ققنوس، می‌توانید به صورت اینترنتی و از طریق مراجعه به وبسایت انجمن ققنوس اقدام کنید. همچنین می‌توانید بارکد رو برورا اسکن کنید. [www.ghoghnoosngo.com](http://www.ghoghnoosngo.com)



## قلک ققنوس

با همکاری "استودیو سرامیک زین دست"، قلک ققنوس به صورت سرامیکی ساخته شده تا دوستدار محیط زیست باشد و نیز نمادی باشد از "دوباره زنده شدن".

در صورت تمایل به دریافت قلک ققنوس، با شماره ۰۱۴۰۲۲۷۸۷۰ تماس بگیرید و یا کلمه‌ی "قلک" را به ۰۹۰۹۵۱۲۹۷۹ پیامک کنید.





چرا و چگونه سفیر ققنوس شوید؟

## فرم عضویت در انجمن ققنوس

- پرکردن این فرم هیچ گونه تعهد قانونی برای شما نخواهد داشت.
- اطلاعات شخصی شما نزد انجمن به عنوان امانت محفوظ است.

نام و نام خانوادگی:	*
نام پدر:	*
شماره ملی:	
تاریخ تولد:	
پست الکترونیک (e-mail):	
شماره تلفن همراه (تجییحاً قابل دسترس در پیام رسان و اتس‌آپ) (WhatsApp):	*
شماره تلفن ثابت:	
محل سکونت:	*
میزان تحصیلات   رشتهٔ تحصیلی:	
تخصص و مهارت:	
آیا سوختگی را در خود یا نزدیکان تجربه کرده‌اید؟	<input type="checkbox"/> خیر <input checked="" type="checkbox"/> بله
امکان همراهی و همکاری در چه زمینه‌ای را ممکن است داشته باشید؟	
<input type="checkbox"/> اطلاع‌رسانی و تبلیغات <input type="checkbox"/> اداری و اجراییات <input type="checkbox"/> درمان یا توانبخشی <input type="checkbox"/> حمایت مالی	
(انتخاب این گزینه‌ها هیچ تعهدی برای شما خلق نخواهد کرد و ما همچنان کمک‌های شما را دو طلبانه و آزاد تلقی خواهیم کرد)	
<small>برای ثبت نام اینترنتی شماره درخواست: این قسمت به وب‌سایت انجمن مراجعه کنید و یا با کد روبرو را سکن کنید: تاریخ درخواست:</small>	
<p>www.ghoghnoosngo.com</p>	

برای عضویت در انجمن ققنوس، این فرم را پرکرده و تمدید آن را از طریق واتس‌آپ به شماره ۰۹۱۵۳۶۷۹۷۹۰ ارسال کنید.



عضویت (سفیر ققنوس) یعنی چه؟ یعنی که؟  
یک ثبت نام بسیار ساده با درخواست‌هایی بسیار ساده



با ثبت نام شما در انجمن ققنوس:

- برای اجرای برنامه‌های انجمن در زمینه‌های مختلف، شما را دعوت به همیاری و همکاری خواهیم کرد.
- از شما برای شرکت در همایش‌ها و مراسم انجمن ققنوس دعوت به عمل خواهیم آورد؛
- شما را در جریان آخرین روشن‌های پیشگیری از سوختگی و حفظ اینمنی و سلامتی قرار خواهیم داد؛

از شما چه همراهی و کمکی می‌خواهیم؟

- با مطالعه‌ی مطالب مربوط به پیشگیری از سوختگی که ما برایتان ارسال می‌کنیم، از سوختن خود و اطرافیان تان جلوگیری کنید و از دیگران نیز بازخواهید که با ملحاق شدن به این خانواده، سفیر ققنوس باشند.
- با به اشتراک گذاشتن توانمندی‌های تان، به انجمن ققنوس برای پیشبرد برنامه‌های مربوط به پیشگیری از سوختگی و نیز درمان و بازتوانی افراد سوخته کمک کنید.
- با مطالعه‌ی مطالب مربوط به اشتراک گذاشتن دانش، به فرهنگ‌سازی در مورد نخوه‌ی مواجهه با افراد سوخته کمک کنید و از دیگران نیز بخواهید که با ملحاق شدن به این خانواده، سفیر ققنوس باشند.

از اینکه در مسیر پیشگیری از سوختگی، درمان و بازتوانی بیماران سوخته با ققنوس همراه می‌شوید از شما سپاس گزاریم. کارت عضویت را برایتان پست می‌کنیم.

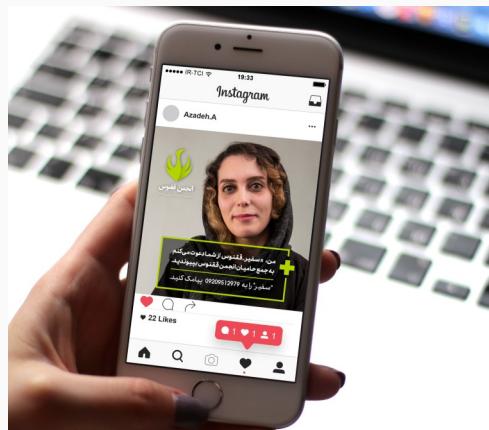
## دفترچه سفیران ققنوس

محتویات این دفترچه جهت آشنایی شما با ساختار و رویکردهای انجمن ققنوس تدوین شده است. انتظار می‌رود سفیران ققنوس به تمامی جنبه‌های کاری و رفتاری انجمن، آگاهی و اشراف داشته باشند.

پس از ثبت نام شما به عنوان سفیر ققنوس، این دفترچه برایتان ارسال می‌شود.

## نشان سفیر ققنوس

در صورت عضویت شما در انجمن به عنوان سفیر، می‌توانید لوگوی ققنوس را بروی آن دسته از محتوای دیجیتال خود که مرتبط با انجمن هستند قرار دهید.



## انجمان ققنوس

(جمعیت حمایت از بیماران سوخته)

برای بررسی بیشتر و دریافت اطلاعات تکمیلی در مورد انجمن، با دفتر مرکزی انجمن تماس بگیرید یا به وبسایت ما مراجعه کنید:

### انجمان ققنوس شماره ثبت ۳۶۲۳۳

سامانه مردم‌ها، غرب‌گلوبی، غیرانتقامی، غیرسپاهی  
و داوطلبانه حمایت از بیماران سوخته  
تهران، میدان هروی، خیابان وفا منش، بیان خیابان آزادی،  
مجموعه اداری لالیا رزک، طبقه ۲، دوره‌گردی احمد قرقش  
کد پستی: ۱۶۷۱۷۴۹۵۱



0098 21 40 22 78 70  
0098 920 95 12 979  
life@ghoghnoosngo.com  
www.ghoghnoosngo.com  
[/ ghoghnoosngo](https://www.facebook.com/ghoghnoosngo)



در صورتی که مایلید دوست دیگری رانیز دعوت به عضویت کنید، لطفاً اطلاعات تماس ایشان را در کادرهای زیر وارد کنید:

نام و نام خانوادگی:

شماره تلفن یا ایمیل:

## دلایل منطقی برای کمک نکردن به انجمن ققنوس:

- ”... وقت ندارم...”
- ”... حوصله ندارم...”
- ”... خودم هزارتا مشکل دارم.”
- ”... اوضاع اقتصادی خوب نیست...”
- ”... موضوع سوختگی ناخوشاینده؛  
دوست ندارم بهش فکر کنم...”
- ”... تومملکت مامشکلات خیلی  
مهمتری هست که باید حل بشه....”

همه‌ی سفیران و همراهان فعلی انجمن ققنوس نیز این مشکلات را می‌فهمند و با آن‌ها مواجه‌اند. آنچه باعث می‌شود بتوانند به ققنوس کمک کنند، اعتقادشان به مسئولیت‌های اجتماعی شان است.  
تلاش‌هایی ساده برای حل کردن شرایط و مسایل غیرساده.



اگر خواستید غیرمنطقی باشید  
باما تماس بگیرید:

◎ ۰۲۱۴۰۲۲۷۸۶۹  
◎ ۰۲۱۴۰۲۲۷۸۷۰  
life@ghoghoosngo.com  
www.ghoghoosngo.com



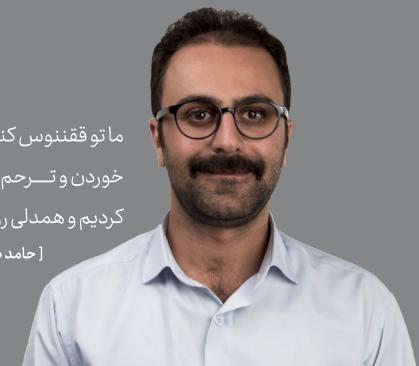
عضوی از خانواده‌ی ققنوس بودن و سروکله زدن بادوستان پر تلاش و روشن انجمن، همراهی با سخت‌ترین و ناخوشایندترین شرایط را آسان می‌کند.

[صبا سعیدی | سفیر ققنوس]



”

ما تو ققنوس کنار هم، به جای غصه خوردن و ترحم، یادگرفتیم، عمل کردیم و همدلی روزنگی کردیم.  
[حامد صادقی | سفیر ققنوس]



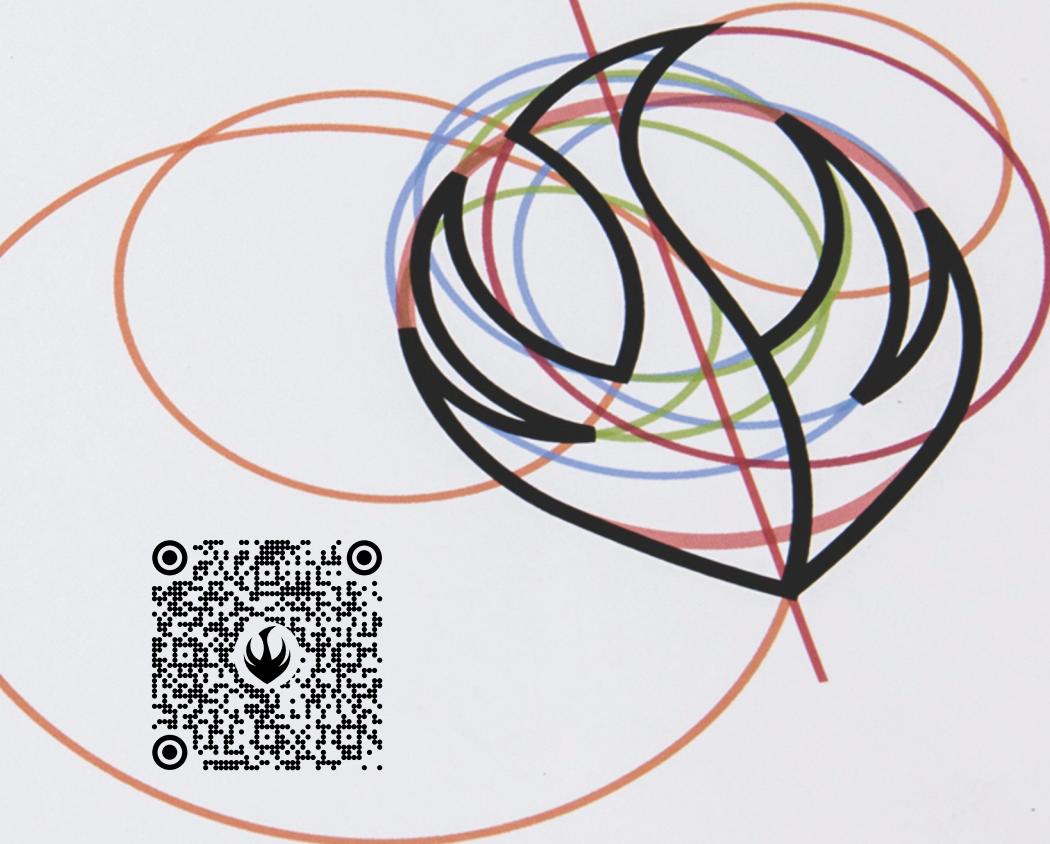
”  
ققنوس یعنی همراهی از جان و دل،  
یعنی دوست داشتن بی قید و شرط  
ققنوس‌ها

[حمیده غذیری | سفیر و مسئول دفتر ققنوس]

”

## عملکرد و آمارهای انجمن ققنوس - ۱۴۰۰

انجمن ققنوس خود را موظف می‌داند تا اطلاعات شفاف مالی و کاری را در اختیار تمامی اعضای خود و عموم مردم قرار دهد. برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت انجمن مراجعه کنید یا مستقیماً با انجمن تماس بگیرید.



## گزارش ققنوس - ۱۴۰۰



## آمارهای کلی وضعیت کنونی (درصد پیشرفت، نیازها، منابع مورد نیاز و...)



## مرامنامه‌ی شفافیت مالی انجمن ققنوس

- ۱- شفافیت مالی اصل اساسی فعالیت‌های مالی انجمن است.
- ۲- کمک‌های مردمی و خیریه، منبع اصلی تامین مالی انجمن است.
- ۳- منشاء‌های کمک‌ها به انجمن (از طرف اشخاص حقیقی و حقوقی) روشن و قابل پیگیری است به نحوی که هر کسی قادر است آن‌ها را بررسی نماید. در صورت درخواست اهداکننده مبنی بر مطرح نشدن نام و هویت، موضوع لحاظ خواهد شد.
- ۴- در صورت لزوم و بنا به درخواست حامیان، کلیه اطلاعات مربوط به کمک‌های مالی به انجمن، به طور کامل در اختیار مراجع ذیربظیر کشور خواهد گرفت.
- ۵- انجمن به عنوان یک سازمان مردم نهاد و در راستای اهداف و اساسنامه‌ی خود، در هیچ فعالیت تجاری به عنوان یک بنگاه اقتصادی فعالیت نخواهد داشت.
- ۶- انجمن منابع مالی خود را فقط برای پیشبرد اهداف انجمن که از طریق مصوبات هیات مدیره إحصاء خواهد شد صرف می‌کند.
- ۷- انجمن هر سال از طریق شرکت‌های مستقل حسابرسی شده و نتایج آن، شامل تراز مالی، در سایت انجمن منتشر شده و قابل دسترس برای همگان خواهد بود.
- ۸- اقدامات مالی انجمن ققنوس تابع مقررات مالی کشور جمهوری اسلامی ایران است.

نمای کلی گزارش مالی انجمن ققنوس | ۱۴۰۰

کمک‌های مالی به انجمن از طرف حامیان حقوقی و حقیقی	
۷/۹۶۵/۹۹۸/۴۶۱	۱۴۰۰ ریال
کمک‌های مالی به مدکاری بیمارستان مطهری	۴/۳۶۰/۰۰۰/۰۰۰
کمک‌های مالی به بیماران سوختگی پیشگیری از سوختگی	۵۷۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال
هزینه‌ی آموزش پیشگیری از سوختگی به بیماران سوختگی	۲/۰۱۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال
(نقدی، بسته‌ی معیشتی، بائسمان، دارو، لیزر، پستره، ترخیص، پیاس سوختگی، مشاوره‌ی روانشناسی، ...)	
پیشگیری از سوختگی به بیماران سوختگی	
هزینه‌ی آموزش پیشگیری از سوختگی به بیماران سوختگی	
کمک‌های مالی کامل ققنوس را در وب‌سایت انجمن بینید یا بارگزید را سکن کنید.	
www.ghoghnoongo.com	
گزارش ققنوس ۱۴۰۰	

## گزارش بخشی از فعالیت‌های فرادرمانی انجمن



برگزاری بازارچه‌های خیریه به  
نفع بیماران سوخته



سفر تفریحی به سراوان برای ۴۵ نفر از بیماران سوخته و اعضاي  
فعال ققنوس



برگزاری نمایشگاه نقاشی  
کودکان شین آباد در چهارمین  
نمایش کشوری سوختگی

انجمن ققنوس تلاش می‌کند تا با برنامه‌های توسعه، حضوری موثر در لایه‌های مختلف پیشگیری، درمان، بازتوانی، تیمسازی، اطلاع‌رسانی و افزایش آگاهی عمومی داشته باشد. برنامه‌هایی مانند:

### ۱- همایش‌ها، نمایشگاه‌ها و برنامه‌های جمعی



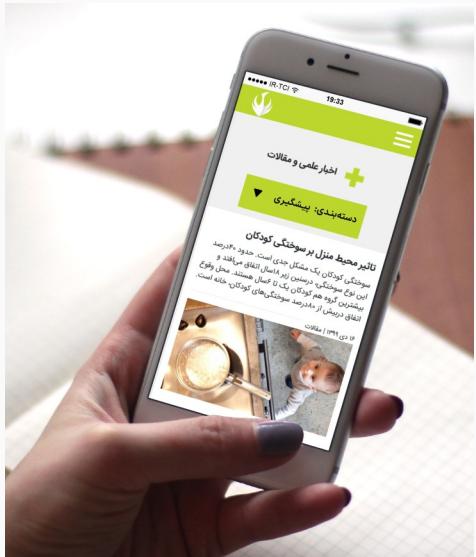
- برگزاری کنفرانس‌های خبری برای اطلاع‌رسانی به عموم در مورد حوادث منجر به سوختگی و وضعیت افراد سوخته در کشور؛



- برگزاری همایش عمومی انجمن سوختگی با حضور مددهکاران مراکز سوختگی از سراسر کشور، معاونت محترم وزیر بهداشت در امور سازمان‌های مردم نهاد، جمعی از بیماران سوخته و خیرین؛

- حضور مستمر در گنگرهای ملی سوختگی (غرفه‌ی اطلاع‌رسانی، سخنرانی و...);

## ۲- تولید محتوا و برنامه‌های آموزشی



### حضور در فضای دیجیتال

تمامی خدمات انجمن در بخش‌های مختلف از طریق وب‌سایت ققنوس در دسترس عموم و به ویژه افراد سوخته و خانواده‌هایشان است.

همچنین محتوای آموزشی و خبری به روز به صورت مداوم بروی وب‌سایت انجمن منتشر می‌شود.

محتواهای آموزشی و مناسبتی در صفحات انجمن در شبکه‌های اجتماعی نیز منتشر می‌شود. در نظر این محتواها، سفریان ققنوس نقش محوری را ایفا می‌کنند.



- برگزاری کلاس‌های آموزشی  
مهارت‌های زندگی به صورت  
عمومی و رایگان برای بیماران  
سوخته؛

- آموزش پیشگیری از سوختگی  
به عموم مردم از طریق سراهای  
 محله؛

- حضور مختص صین و  
کارشناسان در برنامه‌های صدا و  
سیما جهت ارائه آموزش  
عمومی؛

### چاپ و نشر کتاب

- چاپ کتاب پیشگیری از  
سوختگی در کودکان (روشنا) و  
توزیع در مهد کودک‌ها، پیش-  
دبستانی‌ها و دبستان‌ها؛

- انتشار کتاب‌های کار ویژه‌ی  
کودکان ۶-۱۳ سال و آموزش  
مریبان مهد کودک‌ها؛

- رونمایی از کتاب «پیشگیری از  
سوختگی» (ترجمه شده) تدوین  
و نشر سازمان بهداشت جهانی.

### ۳- کمپین‌های اطلاع‌رسانی و تبلیغات

حضور ققنوس در بیمارستان‌ها و مراکز سوختگی کشور در روز یکم دی ماه



به پیشنهاد انجمن، روز اول دی به عنوان روز ملی-مردمی پیشگیری از سوختگی در تقویم ملی ایران نامگذاری شد.

در این روز اعضاء و نیروهای داوطلب ققنوس، هم در فضای شهری و هم در فضای دیجیتال، در مورد سوختگی و روش‌های پیشگیری از آن، به عموم اطلاع‌رسانی می‌کنند.

در یکم دی ماه سال گذشته، انجمن دریش ازه ایستگاه مترو در تهران حضور داشت.

## ۴- توسعه ارتباطات و یارگیری برای ققنوس

ققنوس معتقد است به نیروی جمع و انرژی حاصل از آن. برای پشتیبانی از سلامتی، بازتوانی و ارتقای کیفیت زندگی افراد سوخته، از افراد، گروه‌ها و نهادهای رسمی و غیررسمی یارگیری می‌کنیم. مانند:

همکاری در اجرای طرح‌های پژوهشی با مرکز تحقیقات سوختگی.	ارتباط مستمر و منظم با وزارت بهداشت و سازمان‌های بیمه‌گرجهٔ کمک به حل مشکلات بیمه‌ای بیماران سوخته.
همکاری با جمعیت جوانان و داوطلبان هلال احمر جهت آموزش و توانبخشی بیماران سوخته.	برگزاری جلسات حضوری و مکاتبه با نهاد ریاست جمهوری جهت تشریح شرایط سوختگی کشواره و ارائه پیشنهادات کاربردی.
جلب همکاری و معرفی چند مرکز فیزیوتراپی معتبر در اطراف تهران به بیماران و پرداخت هزینه ایاب و ذهاب بیماران کم‌پضاعت.	جلب مشارکت مسئولان، خیرین و داوطلبان دراستان‌هایی که بخش سوختگی فعال ندارند.
عقد قرارداد برای خلق دسترسی از طریق اپلیکیشن‌های خدماتی مانند آپ و ۷۸۰.	پیگیری برای تدوین استاندارد برای سماورهای توسط اداره استاندارد و تدوین استاندارد برای سیم‌های انتقال برق توسط وزارت نیرو.
کمک به تجهیز بیمارستان‌های یافت‌آباد (خربید پتو، تلویزیون و تخت).	پیگیری برای اعمال پوشش بیمه‌ای لباس سوختگی توسط سازمان تامین اجتماعی و دیگر سازمان‌های بیمه‌ای.



کمپین اطلاع‌رسانی برای افزایش آگاهی عموم در مورد سوختگی (یکم دی، روز ملی-مردمی پیشگیری از سوختگی)

کمپین اطلاع‌رسانی برای افزایش ایمنی در مراسم جشن چهارشنبه‌سوری



## بخشی از دستاوردهای خانواده‌ای ققنوس

در طی سال‌های گذشته، ققنوس توانسته است گام‌هایی در راستای بهبود وضعیت سوختگی در ایران بردارد. بخشی از این گام‌ها و دستاوردهای آن از این قرارند:



گزارش‌های دقیق‌تر و بیشتر را روی وب‌سایت انجمن ققنوس بخوانید:  
[www.ghoghnoosngo.com](http://www.ghoghnoosngo.com)



# What We Do ...

(Ghognoos Services)

## 1 Treatment Services

As burning injuries don't have complete insurance coverage, Ghognoos facilitates proper treatments, financially covered by donations, through medical services such as free operations, providing proper wound dressing and dietary supplements.



## 2 Physical Recovery

Ghognoos tries to help burnt patients get back to their daily routines by providing physiotherapeutic programs, special clothing and free plastic surgeries.



## 3 Psychotherapy

To facilitate their social recovery, Ghognoos helps patients get their mental and spiritual strengths back by depression preventing programs and treatment, free psychotherapy consulting and helping them get a suitable job.



## 4 Education & Campaigns

The greatest help to Ghognoos is Preventing Burning, Ghognoos moves toward reducing burning incidents and injuries, through delivering educational programs, offering standardization plans and advertising campaigns.



# How you can help ...

## 1

Your first and the foremost help to this program is **preventing your own burning injuries.**

Most of the burning incidents and injuries can be prevented if there is a basic training and awareness about prevention methods.

**There is a similarity between you and all those burnt patients;  
You don't think that  
it can happen to you too  
(as they didn't thought so).**

## 2

The second way for your contribution is **to accept burnt patients, personally and socially.**

Behave "normal" when you see a burnt person in public spaces. Don't ask awkward questions. Don't stare. Let them have a comfortable presence in public environments and social spaces.

## 3

And your third help can be **supporting Ghognoos intellectually, professionally or financially** to become a part of this organization through its way to prevent burning incidents and also helping the treatment and rehabilitation of burnt patients.

To know more, visit our website: [www.ghognoosngo.com](http://www.ghognoosngo.com)



# Standing up to Burn



**Ghognoos NGO**

Burnt Patients Support Organization  
(Non-Profit & Non-Governmental)

Registration No. 186233 | Tehran, Iran

Ghognoos means Phoenix in Farsi

## About Ghognoos (Phoenix)

Burnt Patients Support Organization, Ghognoos (Phoenix) is a non-governmental, non-profit and voluntary organization that has been established in 2015 in Tehran, through collaboration of medical and social experts and activists, to help prevent burning incidents and also facilitate the treatment and rehabilitation of burnt patients.

All of the programs and services are operated and delivered as non-profit and by volunteered members.

Ghognoos is  
an organization based on  
**Social Responsibility.**



### Ghognoos Missions:

Ghognoos has two main concerns and goals:

#### 1 Preventing Burn Incidents

Ghognoos aims to reduce the probability of burning incidents, ideally down to zero, through educational programs and campaigns.

#### 2 Treatment and Rehabilitation

Ghognoos aims to increase the probability of burnt patients' complete recovery, ideally to 100 percent, through medical treatment facilitation and rehabilitation programs.

**گزارش عملکرد سالیانه** PDF



گزارش ۱۴۰۰

شـرـحـی اـزـفـعـالـیـتـهـاـ وـ دـسـتـاوـرـدـهـاـیـ اـنـجـمـنـ قـقـنـوـسـ بـهـ هـمـراهـ گـزـارـشـ جـامـعـ وـ شـفـافـ اـزـ جـرـیـانـ مـالـیـ وـ اـقـتـصـادـیـ اـنـجـمـنـ قـقـنـوـسـ

**راهنمای اخذ نمایندگی** PDF



نسخه ۱ - بهار ۱۴۰۰

در صورتی که آمادگی دارید تا نماینده‌ی ققنوس در شهر خود باشید، این راهنمای را بخوانید.

**تقویم ققنوس** PDF

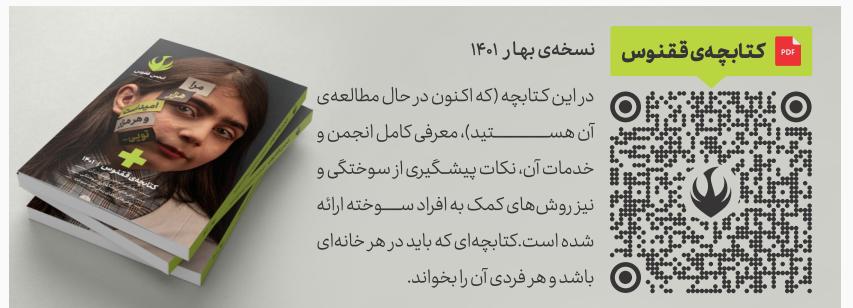


تقویم ۱۴۰۱ خورشیدی

به همراه مناسبات ها و نیز تقویم هجری و سال میلادی

## Download Page

با اسکن کردن بارکدهای زیر توسط گوشی تلفن همراهتان می‌توانید نسخه‌ی دیجیتالی کتابچه‌ها و بروشورهای ققنوس را دریافت کنید.



## دانلود (کتابچه‌ها و بروشورها)

**کتابچه‌ی نسخه ۲ - بهار ۱۴۰۱**  
روش‌های بـسـیـارـسـادـهـ وـ مـهمـ پـیـشـگـیرـیـ اـزـ سـوـخـتـگـیـ رـامـیـ توـانـیدـ درـ اـینـ کـتابـچـهـ بـخـوانـیدـ.

**نسخه ۳ - بهار ۱۴۰۱**  
شرـحـیـ کـوتـاهـ وـ مـفـیدـ اـزـ خـدـمـاتـ کـارـکـرـدـهـاـ وـ اـهـدـافـ اـنـجـمـنـ قـقـنـوـسـ

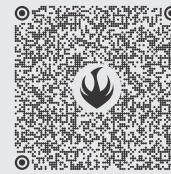
**نسخه بهار ۱۴۰۱**  
در این کتابچه که اکنون در حال مطالعه‌ی آن هستید، معرفی کامل انجمن و خدمات آن، نکات پیشگیری از سوختگی و نیز روش‌های کمک به افراد سوخته ارائه شده است. کتابچه‌ای که باید در هر خانه‌ای باشد و هر فردی آن را بخواند.

## همکاران ققنوس در ایران

انجمان تلاش می‌کند تا با حضور مستقیم در همه‌ی استان‌های ایران، به همه‌ی مردم نزدیک‌تر باشد.  
در این مسیر، در صورتیکه امکان همکاری با انجمان را در هریک از شهرهای دیگر دارد، لطفاً با ما تماس بگیرید.

<b>سیستان و بلوچستان</b> بیمارستان علی بن ابیطالب راهدان، بلوار خلیج فارس ۰۵۴-۳۳۹۵۵۷.	<b>زنجان</b> بیمارستان آیت الله موسوی جاده گوازنگ، مرکز آموزشی درمانی تخصصی و فوق تخصصی ۰۲۴-۳۳۱۳....	<b>خوزستان</b> بیمارستان طالقانی اهواز، امامیه، خیابان مستغان ۰۶۱-۳۳۳۳۰.۸۸۷
<b>قم</b> بیمارستان نکوئی خیابان طالقانی (آذر)، جنب میدان میرزا قمی ۰۲۵-۳۷۲۱۱.۶۱	<b>قزوین</b> بیمارستان شهید رجایی قزوین، خیابان پادگان، خیابان شهید فری ۰۲۸-۳۳۳۳۵۸..	<b>فارس</b> بیمارستان قطب الدین شهرزاد، خیابان فخر آبادی شرقی ۰۷۱-۳۸۲۱۹۶۳۸
<b>کرمانشاه</b> بیمارستان امام خمینی کرمانشاه، خیابان نقلیه ۰۸۳-۳۷۲۸۳۶.۲	<b>کرمان</b> بیمارستان شفا میدان کوثر، بلوار کوثر ۰۳۴-۳۲۱۱۵۷۸۰	<b>کردستان</b> بیمارستان توحید سنندج، خیابان گریاشان ۰۸۷-۳۳۲۸۶۱۱۲
<b>مازندران</b> بیمارستان زارع ساری، کیلومتره ساری، نکا ۰۱۱-۳۳۲۸۳۸۸۶	<b>لرستان</b> بیمارستان شهدای عشاير خرم آباد، خیابان انقلاب ۰۶۶-۳۳۲۳۶۴.۲	<b>گیلان</b> بیمارستان ولایت رشت، خیابان ناموجو، چهارراه پورسینا ۰۱۳-۳۳۳۶۸۸۶۰.
<b>یزد</b> بیمارستان شهدای محرب چهارراه معلم، روپرتوی هتل بهاره ۰۳۵-۳۵۲۵۰.۹۳	<b>همدان</b> بیمارستان بعثت همدان، میدان رسالت، بلوار شهید مصطفی ۰۸۱-۳۲۶۴۰.۳۶	<b>هرمزگان</b> بیمارستان شهید محمدی بندر عباس، بلوار جمهوری اسلامی ایران، خیابان کمرنگی ۰۷۶-۳۳۳۴۷۰..

**آذربایجان غربی**  
بیمارستان امام خمینی  
ارومیه، بلوار آیت الله مدرس، خیابان  
ارشد  
۰۴۴-۳۳۴۶۹۹۳۱



## دفتر مرکزی انجمان ققنوس

۰۲۱ ۴۰ ۲۲ ۷۸ ۶۹  
۰۲۱ ۴۰ ۲۲ ۷۸ ۷۰  
۰۹۰ ۹۵ ۱۲ ۹۷۹

**البرز**  
بیمارستان شهید مدنی  
کرج، شهرک شهید باهنر (جهانشهر)،  
بلوار ماهان، میدان شهید مدنی  
۰۲۶-۳۴۴۲۷۰۰۱

**اصفهان**  
بیمارستان امام موسی کاظم  
خیابان کاوه، نرسیده به پل چمنان  
۰۳۱-۳۳۴۵۷۶۷۰.

**اردبیل**  
بیمارستان دکتر فاطمی  
اردبیل، ایستگاه سرعین، خیابان امام  
Хمینی، نرسیده به میدان شریعتی  
۰۴۵-۳۳۲۳۴۵۲۰.

**تهران**  
بیمارستان شهدای یافت آباد  
ابتداي جاده ساوه، میدان الغدیر، بلوار  
الغدیر جنوبی  
۰۲۱-۶۶۸.۶۵۵۶

**تهران**  
بیمارستان شهید مطهری  
جاده گناوه، برآزان، ۵ کیلومتری  
پلیس راه  
۰۲۱-۸۸۷۷۰.۰۳۱

**بوشهر**  
بیمارستان گناوه  
جاده گناوه، برآزان، ۵ کیلومتری  
پلیس راه  
۰۷۷-۳۳۱۲۴۶۰.

**خراسان رضوی**  
بیمارستان امام رضا  
مشهد، خیابان ابن سینا، میدان امام  
رضاء  
۰۵۱-۳۸۰.۲۲۰۰.

**خراسان جنوبی**  
بیمارستان امام رضا  
بیرجند، خیابان طالقانی  
۰۵۶-۳۷۲۲۲۲۳۰..

**تهران**  
بیمارستان حضرت فاطمه  
یوسف آباد، خیابان  
۰۲۱-۸۸۷۱۷۲۷۷۲

## پشتیبانان و همراهان انجمن ققنوس

Golrang



مرکز آموزشی درمانی  
شهید مطهری



ANAR ABBI  
Creative Studio



ZINDAST  
CERAMICS  
Since 2009

TAJROBEH  
DESIGN STUDIO

استودیو دیرازین تجربه



تعدادی از هموطنان  
حامی و نیکوکار

...

...

در صورت تمایل به پشتیبانی از انجمن ققنوس و افراد سوخته،  
با شماره‌های زیر تماس بگیرید:

۰۹۲۰۹۵۱۲۹۷۹  
۰۹۱۴۰۲۲۷۸۷۰

#ققنوس  
#ghognoos

خوش است درد که باشد امید درمانش  
دراز نیست بیابان که هست پایانش  
- سعدی -



## تیر

١٤٤٣ - ذوالحجہ - والقعدہ

June - July 2022

- ایتیجشن آپ پاشوونک، جشن آغا تاستان  
ایتیروز اضافی  
۵ ایتیروز جهانی مارزی با مادم خندر 26 June  
۷ ایتیانچا دفتر حرب جمهوری اسلامی و شهادت دکتر  
بیشتر و نفر از اعضا حرب و فوج قصاید  
۸ ایتیروز مارزی با سلاح یا شهیدی و میکری  
۹ نیت شهادت امام محمد تقی علیہ السلام [ذوالقعدہ]  
۱۰ ایتیروز صنعت و مدنی  
۱۱ ایتیروز روز شہنشاہی بریگان  
۱۲ ایتیروز حام خواری  
۱۳ ایتیشمند امام محمد باقر علیہ السلام [ذوالحجہ]  
۱۴ ایتیشادت امام علی النقی الحادی ع [ذوالحجہ]  
۱۵ ایتیروز بیرونی و تامین اجتماعی  
۱۶ ایتیعید سعید قیافی [ذوالحجہ]  
۱۷ ایتیروز دادت امام علی النقی الحادی ع [ذوالحجہ]  
۱۸ ایتیروز دید غیر اهل [ذوالحجہ]  
۱۹ ایتیروز دادت امام موسی کاظم ع [ذوالحجہ]  
۲۰ ایتیروز دادت امام علی النقی الحادی ع [ذوالحجہ]  
۲۱ ایتیروز دادت امام علی النقی الحادی ع [ذوالحجہ]

جمعه Friday	پنجشنبه Thursday	چهارشنبه Wednesday	سه شنبه Tuesday	دوشنبه Monday	پکشنبه Sunday	شنبه Saturday
24 <b>۳</b> ۲۴	23 <b>۲</b> ۲۳	22 <b>۱</b> ۲۲				
1 <b>۱۰</b> ۱	9 <b>۲۹</b> ۲۹	8 <b>۲۸</b> ۲۸	7 <b>۲۷</b> ۲۷	6 <b>۲۶</b> ۲۶	5 <b>۲۵</b> ۲۵	4 <b>۲۴</b> ۲۴
8 <b>۱۷</b> ۸	7 <b>۱۶</b> ۱۶	6 <b>۱۵</b> ۱۵	5 <b>۱۴</b> ۱۴	4 <b>۱۳</b> ۱۳	3 <b>۱۲</b> ۱۲	2 <b>۱۱</b> ۱۱
15 <b>۲۴</b> ۱۵	14 <b>۲۳</b> ۱۴	13 <b>۲۲</b> ۱۳	12 <b>۲۱</b> ۱۲	11 <b>۲۰</b> ۱۱	10 <b>۱۹</b> ۱۰	9 <b>۱۸</b> ۹
22 <b>۳۱</b> ۲۲	21 <b>۳۰</b> ۲۱	20 <b>۲۹</b> ۲۰	19 <b>۲۸</b> ۱۹	18 <b>۲۷</b> ۱۸	17 <b>۲۶</b> ۱۷	16 <b>۲۵</b> ۱۶

١٤٤٣ - محرم - ذوالحجہ

July - August 2022

- ۶ مرداد روز ترویج امور شهادتی و حرفة ای  
۷ مرداد مرداد روز جهانی مردان  
۸ مرداد مرداد روز جهانی شهادت الدین سهروردی  
۹ مرداد جان چله تاسیسات  
۱۰ ایغماز افتخار هنرهای شهیدی  
۱۱ مرداد روز فرقہ مسلمو طی  
۱۲ مرداد روز خبرنگار  
۱۳ مرداد روز انسانی حسینی [محرم]  
۱۴ مرداد روز انسانی حسینی [محرم]  
۱۵ مرداد شهادت امام زین العابدین ع [محرم]  
۱۶ مرداد شهادت امام زین العابدین ع [ذوالحجہ]  
۱۷ مرداد شهادت امام زین العابدین ع [ذوالحجہ]  
۱۸ مرداد شهادت امام زین العابدین ع [ذوالحجہ]  
۱۹ مرداد روز جهانی چب دست ها  
۲۰ مرداد سالاروز و زادگان روز اسلام و پیاری و دکتر محمد مصدق  
۲۱ مرداد سالاروز و قاچمه ایام زین العابدین ع [ذوالحجہ]  
۲۲ مرداد سالاروز و زادگان روز اسلام و پیاری و دکتر محمد مصدق  
۲۳ مرداد روز جهانی عکس آیان  
۲۴ مرداد روز جهانی کاپنم [ذوالحجہ]  
۲۵ مرداد روز جهانی کاپنم [ذوالحجہ]  
۲۶ مرداد روز جهانی کاپنم [ذوالحجہ]  
۲۷ مرداد روز جهانی کاپنم [ذوالحجہ]  
۲۸ مرداد روز جهانی کاپنم [ذوالحجہ]  
۲۹ مرداد روز جهانی کاپنم [ذوالحجہ]  
۳۰ مرداد روز جهانی کاپنم [ذوالحجہ]  
۳۱ مرداد روز جهانی کاپنم [ذوالحجہ]

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

- ۱۱ شهریور روز بزرگداشت ایمان سینما و روز پیوشک  
۱۲ شهریور افغانستان دولت  
۱۳ شهریور روز دارالحکوم (خوشش)  
۱۴ شهریور روز دارالحرکات شهروگران  
۱۵ شهریور روز کار بندی  
۱۶ شهریور روز بزرگداشت محمد بن زکریا رازی و روز داروساز  
۱۷ شهریور روز ایوب پیوسیم  
۱۸ شهریور روز مندست ایمان پیریان پیریونی  
۱۹ شهریور روز شعبانیما  
۲۰ شهریور روز ایمان پیشگیری از خودکشی  
۲۱ شهریور روز ایمان پیشگیری از خودکشی  
۲۲ شهریور روز ایمان پیشگیری از خودکشی  
۲۳ شهریور روز ایمان پیشگیری از خودکشی  
۲۴ شهریور روز ایمان پیشگیری از خودکشی  
۲۵ شهریور روز ایمان پیشگیری از خودکشی  
۲۶ شهریور روز ایمان پیشگیری از خودکشی  
۲۷ شهریور روز ایمان پیشگیری از خودکشی  
۲۸ شهریور روز ایمان پیشگیری از خودکشی  
۲۹ شهریور روز ایمان پیشگیری از خودکشی  
۳۰ شهریور روز ایمان پیشگیری از خودکشی

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

- ۱ فروردین حشن نوروز/حشن سال نو  
۲ فروردین عیدنوروز  
۳ فروردین عیدنوروز  
۴ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۵ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۶ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۷ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۸ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۹ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۰ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۱ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۲ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۳ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۴ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۵ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۶ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۷ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۸ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۹ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۰ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۱ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۲ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۳ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۴ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۵ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۶ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۷ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۸ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۹ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۳۰ فروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۳۱ فروردین عیدنوروز روز یادداشت

- ۱ اردیبهشت روز بزرگداشت سعدی  
۲ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۳ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۴ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۵ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۶ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۷ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۸ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۹ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۱۰ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۱۱ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۱۲ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۱۳ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۱۴ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۱۵ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۱۶ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۱۷ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۱۸ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۱۹ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۲۰ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۲۱ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۲۲ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۲۳ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۲۴ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۲۵ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۲۶ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۲۷ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۲۸ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۲۹ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۳۰ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر  
۳۱ اردیبهشت روز بزرگداشت ملکه فخر

- ۱۴۴۳ - رمضان - شوال
- | جمعه Friday        | پنجشنبه Thursday   | چهارشنبه Wednesday | سه شنبه Tuesday    | دوشنبه Monday      | پکشنبه Sunday      | شنبه Saturday      |
|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| 25 <b>۵</b><br>۲۱  | 24 <b>۴</b><br>۲۰  | 23 <b>۳</b><br>۱۹  | 22 <b>۲</b><br>۱۸  | 21 <b>۱</b><br>۱۷  |                    |                    |
| 1 <b>۱۲</b><br>۱   | 31 <b>۱۱</b><br>۲۷ | 30 <b>۱۰</b><br>۲۶ | 29 <b>۹</b><br>۲۵  | 28 <b>۸</b><br>۲۴  | 27 <b>۷</b><br>۲۳  | 6 <b>۶</b><br>۲۲   |
| 8 <b>۱۹</b><br>۶   | 7 <b>۱۸</b><br>۵   | 6 <b>۱۷</b><br>۴   | 5 <b>۱۶</b><br>۳   | 4 <b>۱۵</b><br>۲   | 3 <b>۱۴</b><br>۱   | ۱۳ <b>۱۲</b><br>۲۹ |
| 15 <b>۲۶</b><br>۱۴ | 14 <b>۲۵</b><br>۱۲ | 13 <b>۲۴</b><br>۱۱ | 12 <b>۲۳</b><br>۱۰ | 11 <b>۲۲</b><br>۸  | 10 <b>۲۱</b><br>۷  | ۲۰ <b>۱۹</b><br>۱۵ |
| 20 <b>۳۱</b><br>۱۸ | 19 <b>۳۰</b><br>۱۷ | 18 <b>۲۹</b><br>۱۵ | 17 <b>۲۸</b><br>۱۴ | 16 <b>۲۷</b><br>۱۲ | 15 <b>۲۶</b><br>۱۳ | ۲۷ <b>۲۵</b><br>۱۴ |

## فروردین

March - April 2022

- ۱ افروردین حشن نوروز/حشن سال نو  
۲ افروردین عیدنوروز  
۳ افروردین عیدنوروز  
۴ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۵ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۶ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۷ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۸ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۹ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۰ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۱ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۲ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۳ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۴ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۵ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۶ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۷ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۸ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۱۹ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۰ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۱ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۲ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۳ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۴ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۵ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۶ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۷ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۸ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۲۹ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۳۰ افروردین عیدنوروز روز یادداشت  
۳۱ افروردین عیدنوروز روز یادداشت

- ۱۴۴۳ - شوال - ذوالحجہ
- | جمعه Friday        | پنجشنبه Thursday   | چهارشنبه Wednesday | سه شنبه Tuesday    | دوشنبه Monday      | پکشنبه Sunday      | شنبه Saturday      |
|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| 27 <b>۶</b><br>۲۵  | 26 <b>۵</b><br>۲۴  | 25 <b>۴</b><br>۲۳  | 24 <b>۳</b><br>۲۲  | 23 <b>۲</b><br>۲۱  | 22 <b>۱</b><br>۲۰  |                    |
| 3 <b>۱۳</b><br>۳   | 2 <b>۱۲</b><br>۲   | 1 <b>۱۱</b><br>۱   | 31 <b>۱۰</b><br>۲۹ | 30 <b>۹</b><br>۲۸  | 29 <b>۸</b><br>۲۷  | ۷ <b>۷</b><br>۲۶   |
| 10 <b>۲۰</b><br>۱۰ | 9 <b>۱۹</b><br>۹   | 8 <b>۱۸</b><br>۸   | 7 <b>۱۷</b><br>۷   | 6 <b>۱۶</b><br>۶   | 5 <b>۱۵</b><br>۵   | ۴ <b>۱۴</b><br>۴   |
| 17 <b>۲۷</b><br>۱۷ | 16 <b>۲۶</b><br>۱۶ | 15 <b>۲۵</b><br>۱۵ | 14 <b>۲۴</b><br>۱۴ | 13 <b>۲۳</b><br>۱۳ | 12 <b>۲۲</b><br>۱۱ | 11 <b>۲۱</b><br>۱۱ |
| 21 <b>۳۱</b><br>۲۱ | 20 <b>۳۰</b><br>۲۰ | 19 <b>۲۹</b><br>۱۹ | 18 <b>۲۸</b><br>۱۸ | 17 <b>۲۷</b><br>۱۷ | 16 <b>۲۶</b><br>۱۷ | ۱۸ <b>۲۸</b><br>۱۸ |

- ۱۴۴۳ - خرداد - داد
- | جمعه Friday        | پنجشنبه Thursday   | چهارشنبه Wednesday | سه شنبه Tuesday    | دوشنبه Monday      | پکشنبه Sunday      | شنبه Saturday      |
|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| 27 <b>۶</b><br>۲۵  | 26 <b>۵</b><br>۲۴  | 25 <b>۴</b><br>۲۳  | 24 <b>۳</b><br>۲۲  | 23 <b>۲</b><br>۲۱  | 22 <b>۱</b><br>۲۰  |                    |
| 3 <b>۱۳</b><br>۳   | 2 <b>۱۲</b><br>۲   | 1 <b>۱۱</b><br>۱   | 31 <b>۱۰</b><br>۲۹ | 30 <b>۹</b><br>۲۸  | 29 <b>۸</b><br>۲۷  | ۷ <b>۷</b><br>۲۶   |
| 10 <b>۲۰</b><br>۱۰ | 9 <b>۱۹</b><br>۹   | 8 <b>۱۸</b><br>۸   | 7 <b>۱۷</b><br>۷   | 6 <b>۱۶</b><br>۶   | 5 <b>۱۵</b><br>۵   | ۴ <b>۱۴</b><br>۴   |
| 17 <b>۲۷</b><br>۱۷ | 16 <b>۲۶</b><br>۱۶ | 15 <b>۲۵</b><br>۱۵ | 14 <b>۲۴</b><br>۱۴ | 13 <b>۲۳</b><br>۱۳ | 12 <b>۲۲</b><br>۱۱ | 11 <b>۲۱</b><br>۱۱ |
| 21 <b>۳۱</b><br>۲۱ | 20 <b>۳۰</b><br>۲۰ | 19 <b>۲۹</b><br>۱۹ | 18 <b>۲۸</b><br>۱۸ | 17 <b>۲۷</b><br>۱۷ | 16 <b>۲۶</b><br>۱۶ | ۱۸ <b>۲۸</b><br>۱۸ |

- ۱۴۴۳ - خرداد - داد
- | جمعه Friday        | پنجشنبه Thursday   | چهارشنبه Wednesday | سه شنبه Tuesday    | دوشنبه Monday      | پکشنبه Sunday      | شنبه Saturday      |
|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| 27 <b>۶</b><br>۲۵  | 26 <b>۵</b><br>۲۴  | 25 <b>۴</b><br>۲۳  | 24 <b>۳</b><br>۲۲  | 23 <b>۲</b><br>۲۰  | 22 <b>۱</b><br>۱۹  |                    |
| 3 <b>۱۳</b><br>۳   | 2 <b>۱۲</b><br>۲   | 1 <b>۱۱</b><br>۱   | 31 <b>۱۰</b><br>۲۹ | 30 <b>۹</b><br>۲۸  | 29 <b>۸</b><br>۲۷  | ۷ <b>۷</b><br>۲۶   |
| 10 <b>۲۰</b><br>۱۰ | 9 <b>۱۹</b><br>۹   | 8 <b>۱۸</b><br>۸   | 7 <b>۱۷</b><br>۷   | 6 <b>۱۶</b><br>۶   | 5 <b>۱۵</b><br>۵   | ۴ <b>۱۴</b><br>۴   |
| 17 <b>۲۷</b><br>۱۷ | 16 <b>۲۶</b><br>۱۶ | 15 <b>۲۵</b><br>۱۵ | 14 <b>۲۴</b><br>۱۴ | 13 <b>۲۳</b><br>۱۳ | 12 <b>۲۲</b><br>۱۱ | 11 <b>۲۱</b><br>۱۱ |
| 21 <b>۳۱</b><br>۲۱ | 20 <b>۳۰</b><br>۲۰ | 19 <b>۲۹</b><br>۱۹ | 18 <b>۲۸</b><br>۱۸ | 17 <b>۲۷</b><br>۱۷ | 16 <b>۲۶</b><br>۱۶ | ۱۸ <b>۲۸</b><br>۱۸ |

December 2022 - January 2023							جمادی الاول - جمادی الثاني ۱۴۴۴	
جمعه Friday	پنجشنبه Thursday	چهارشنبه Wednesday	سه شنبه Tuesday	دوشنبه Monday	یکشنبه Sunday	شنبه Saturday		
۲۳	۲	۲۲	۱					
۲۸		۲۷						
۳۰	۹	۲۹	۸	۲۸	۷	۶	۵	
۵		۴		۲		۱	۰	
۶	۱۵	۵	۱۵	۴	۱۴	۳	۲	
۱۲		۱۱		۹		۸	۷	
۱۳	۲۳	۱۲	۲۲	۱۱	۲۱	۱۰	۹	
۱۹		۱۸		۱۷		۱۵	۱۴	
۲۰	۳۰	۱۹	۲۹	۱۸	۲۸	۱۷	۱۶	
۲۶		۲۵		۲۴		۲۲	۲۱	

۱۰) بهمن زادروز درودی

۱۱) بهمن چهنون روی خلیل بهمنگان

۱۲) بهمن چهنون روی خلیل بهمنگان [ع] (۱) رجب

۱۳) بهمن ولادت امام محمد باقر (ع) نوروز

۱۴) بهمن شهادت امام علی (الحادی) (ع) (۳) رجب

۱۵) بهمن شهادت امام رضا (ع) سده

۱۶) بهمن ولادت امام محمد تقی (ع) (۱) رجب

۱۷) بهمن مشن میلانی مسنان

۱۸) بهمن و ولادت امام علی (الحادی) نوروز

۱۹) بهمن وفات حضرت زینب (ع) (۵) رجب

۲۰) بهمن روز عیشی هزار

۲۱) بهمن بیرونی اقبال اسلامی

۲۲) بهمن شهادت امام رضا (ع) (۱۵) رجب

۲۳) بهمن مشن بنیدرانگان کاظمین

۲۴) بهمن مشن عرض و عرضش

۲۵) بهمن عرض و عرضش اکرم (ع) (۲) رجب

جمادى الثاني - رجب ١٤٤٢		جمادى الثاني - رجب ١٤٤٣							بهمن	
جمعة Friday	پنجشہر Thursday	پھیلہ Wednesday	سہمنتہ Tuesday	دوشنبہ Monday	پہکشہہ Sunday	شنبہ Saturday				
٢٧	٢٦	٦	٢٥	٥	٢٤	٤	٢٣	٣	٢٢	٢
٤	٣	٢	٢	١	٢٩	٢٩	٢٨	٢٧	٢٦	١
٣	١٤	٢	١٣	١	١٢	٣١	١١	٣٠	١٥	٩
	١٥	١٥	١٥	٨	٧	٧	٦	٦	٥	٨
١٠	٢١	٩	٢٦	٨	١٧	٦	١٧	٥	١٦	٤
١٨	١٧	١٦	١٥	١٥	١٤	١٣	١٣	١٢	١٢	١٥
١٧	٢٨	١٦	٢٧	١٥	٢٦	١٤	٢٥	١٣	٢٤	١١
٢٥	٢٤	٢٣	٢٣	٢٢	٢١	٢٠	٢٠	١٩	١٩	٢٢
								١٩	١٥	١٨
								٢٧	٢٤	٢٩

۱۲) سفندوز رجهانی زبان مادری

۱۳) سفندوز رجهانی زبان مادری و باوان

۱۴) سفندوز رجهانی شاگرد خواه نصیر الدین طوسی و روز مهندس

۱۵) سفندوز رجهانی شاگرد خواه نصیر الدین طوسی و روز مهندس [شعبان]

۱۶) سفندوز دادت امام حسین (ع) و روز ایضاح [شعبان]

۱۷) سفندوز ایضاً اهل الفلاح (ع) و روز ایضاً [شعبان]

۱۸) سفندوز ولادت امیر احمد بن حنبل [شعبان]

۱۹) سفندوز ساروپ رنجمند کالون و کلکنی دادگستری و روز کلیل مدفع

۲۰) سفندوز رجهانی درگشت علی اکبر [شعبان]

۲۱) سفندوز ولادت اکبر (ع) و روز عروان [شعبان]

۲۲) سفندوز روز درگذشت امیر

۲۳) سفندوز ولادت امیر (ع) و روز عروان [شعبان]

۲۴) سفندوز روز درگذشت امیر

۲۵) سفندوز ولادت حضرت قائم (عج) و جشن نیمه شعبان [شعبان]

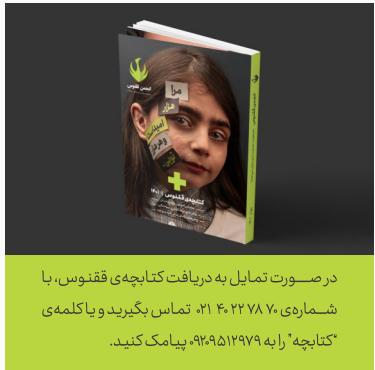
۲۶) سفندوز رجهانی زبان

۲۷) سفندوز روز میلان صنعت نفت ایران

۲۸) سفندوز رجهانی شاهدی

السبت	الجمعة	السبت	السبت	السبت	السبت	السبت	السبت	السبت
Saturday	Friday	Thursday	Wednesday	Tuesday	Monday	Sunday	Monday	Wednesday
٢٥	٢٤	٢٣	٢٤	٢٢	٣	٢١	٢	٢٠
٦	٥	٢	١	١	٢٩	٢٨	١	٢٧
٤	٣	١٢	١١	١	١٥	٢٨	٩	٢٧
١٣	١٥	٩	٨	٧	٦	٥	٨	٢٥
١٣	١١	٩	١٨	٨	١٦	٦	١٥	١٤
١٣	١٢	١٦	١٥	١٤	١٣	١٢	١٢	١٣
١٦	١٧	١٦	٢٥	١٥	٢٤	١٣	٢٢	١٢
١٦	١٧	٢٣	٢٣	٢٢	٢١	٢٠	١٩	١٨
٢٥	٢٤					٢٠	٢٩	٢٨
						٢٧	٢٦	٢٥

السبت Saturday		الجمعة Friday		الخميس Thursday		ال الأربعاء Wednesday		الخميس Tuesday		السبت Monday		السبت Sunday		السبت Saturday	
٢٨	٦	٢٧	٥	٢٦	٤	٢٥	٣	٢٤	٢	٢٣	١				
٢		١		٢٩		٢٨		٢٧		٢٦					
٤	١٣	٣	١٢	١١	٢	١	٦	١٠	٣١	٩	٣٠	٨	٢٩	٣	٧
	٩	٨						٥							
١١	٢٥	١٠	١٩	٩	١٨	٨	١٧	٧	١٦	٦	١٥	٥	١٤		
				١٤		١٣		١٢		١١					
١٨	٢٧	١٧	٢٦	١٦	٢٥	١٥	٢٤	١٤	٢٣	١٣	٢٢	١٢	٢١		
				٢١		٢٠		١٩		١٨					
									٢١	٣٥	٢٩	١٩	٢٨		
										٢٦	٣٥	٢٥	٢٤		



## انجمن ققنوس شماره ثبت: ۳۶۲۳۳

سازمان مردم‌نهاد، غیردولتی، غیرانتفاعی، غیرسیاسی  
و داوطلبانه‌ی حمایت از بیماران سوخته

۰۲۱ ۴۰ ۲۲ ۷۸ ۶۹  
۰۲۱ ۴۰ ۲۲ ۷۸ ۷۰

### Ghoghnoos (Phoenix) NGO

Burnt Patient Support Non-Governmental Organization

0098 21 40 22 78 70  
0098 920 951 29 79  
[www.ghoghnoosngo.com](http://www.ghoghnoosngo.com)  
[life@ghoghnoosngo.com](mailto:life@ghoghnoosngo.com)



Original Contents @ Ghoghnoos NGO | 2022



در صورت تمایل به دریافت قلک ققنوس، با  
شماره ۰۲۱ ۴۰ ۲۲ ۷۸ ۷۰ تماس بگیرید و یا کلمه  
ی "قلک" را به پیام‌ک کنید.



شماره حساب کمک‌های مردمی انجمن ققنوس:

**213-1-4928201-1**

بانک اقتصاد نوین:

شعبه سید جمال الدین اسدآبادی - کد شعبه: ۲۱۳

شماره شبا:

400550021385005442026001

شماره کارت:

**6274-1219-4000-5010**

محظوظ از این مطالب با ذکر منبع و ارجاع به  
انجمن ققنوس خلق شده است. انتشار و

استفاده از این مطالعه با ذکر منبع و ارجاع به  
originality of this document. انجمن مجاز است.