

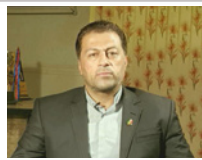


۲



بهره برداری از ۸۸ پروژه در زمینه سلامت و بهداشت

۳



اختصاص ۱۲ میلیارد تومان بودجه به ورزش لارستان

۵



معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان: میراث فرهنگی اصالت و پیشینه تاریخی یک ملت است

۸



گالیه مردم از برخی ادارات در زمینه بهسازی بافت فرسوده

سلامت

اعتقادی

فرهنگ مردم

چاردیواری

ورزشی

خبر

روزنامه میلاد لارستان - سال بیست و ششم - اردیبهشت ماه ۱۳۹۷ - شعبان المعظم ۱۴۳۹ - آریل ۲۰۱۸ - ۹۷/۲/۳ - شماره ۱۱۸۵ - ۵۸ - تک شماره ۱۰۰۰ تومان

## شهرداری لار

### اداره برتر ستاد تسهیلات سفر نوروزی ۹۷ لارستان

۲  
روند تکمیلی آبنمای درز و سایان و کاهش مسافت لارستان-کرمان

۲  
فرمانده ناحیه مقاومت بسیج سیاه لارستان: به زودی از مستند آیت ا... سید عبدالرحمن لاری رونمایی می‌شود

۲  
اعلام ناراضی یاوران شورای کهنوبه از کندی عملیات اجرایی پارک سرداران

۳  
استادیوم فر توت تختی شهر لار جوان می‌شود

۸  
فرونشت خاک در فارس ۱۷ سانتی متر، در دنیا ۴ میلی متر!



صفحه ۸



### آگهی مزایده

#### فروش سرفقلی دو باب مغازه واقع در میدان بار مرکزی لار

شهرداری لار در نظر دارد به استناد مجوز شماره ۱۳۹۵-۹۶/۱۱/۱۶ شورای اسلامی شهر لار نسبت به فروش سرفقلی دو باب مغازه واقع در میدان بار مرکزی لار از طریق مزایده به شرح زیر طبق آییننامه مالی شهرداری و شرایط زیر اقدام نماید لذا کلیه متقاضیان می‌توانند پس از واریز وجه سپرده شرکت در مزایده پیشنهاد مبلغ خود را به همراه فیش سپرده به دبیرخانه شهرداری تحویل نمایند.

۱- مبلغ واریزی بابت شرکت در مزایده مطابق با مبالغ مندرج در جدول ذیل می‌باشد که می‌بایست فیش واریزی مخصوص واحد درآمد اخذ و به حساب شماره ۱۰۰۷۹۰۳۲۹۷۶۶ بانک شهر و یا ارائه ضمانت نامه بانکی معتبر به همان مبلغ واریز گردد

۲- حداقل قیمت پایه واحد تجاری مورد نظر به ازای هر متر مربع مطابق با مبالغ مندرج در جدول زیر می‌باشد

۳- در صورت برنده شدن و استکاف از معامله سپرده نفرات اول تا سوم به نفع شهرداری ضبط می‌گردد

۴- شهرداری در رد یا قبول یک یا کلیه پیشنهادها مجاز و مختار است و به پیشنهادهای خارج از موعد مقرر یا مخدوش ترتیب اثر داده نخواهد شد.

۵- کلیه هزینه‌های آگهی، کارشناسی و غیره که در اثر مزایده حادث گردد به عهده برنده مزایده خواهد بود.

۶- آخرین مهلت شرکت در مزایده پایان وقت اداری ۹۷/۰۲/۲۲ و تاریخ بازگشایی پاکتها مورخه ۹۷/۰۲/۲۳ می‌باشد.

آگهی نوبت اول: ۱۳۹۷/۰۲/۰۳ آگهی نوبت دوم: ۱۳۹۷/۰۲/۱۱

شماره واحد تجاری	کاربری	مساحت قطعه متر مربع	قیمت هر قطعه (ریال)	سپرده واریزی (ریال)	محل ملک
۱۶۳	تجاری	۱۱۰	۱/۲۱۰/۰۰۰/۰۰۰	۶۰/۵۰۰/۰۰۰	میدان بار مرکزی لار
۱۶۴	تجاری	۱۱۰	۱/۱۷۷/۰۰۰/۰۰۰	۵۸/۸۵۰/۰۰۰	میدان بار مرکزی لار

محمد رضا قنبرنژاد - شهردار لار

### میلاد لارستان آگهی می‌پذیرد

شماره تماس: ۵۲۲۴۴۷۷۵

### فروش سرفقلی مغازه در جهرم

۲۲ متر مربع امتیاز آب و برق و تلفن

آدرس: خیابان ۲۲ بهمن نرسیده به چهار راه بهارستان جنب مطب دکتر فروغی و چاپخانه ارشاد

شماره تماس: ۰۹۰۱۴۳۱۳۸۰۰



### آگهی مناقصه عمومی واگذاری انجام خدمات سد معبر و جلوگیری از تخلفات واحدهای صنفی و ساختمانی

شهرداری لار در نظر دارد به استناد مجوز شماره ۱۲۶۸-۹۶/۱۲/۲۰ انجام خدمات عمومی شامل جمع‌آوری سد-معبر و جلوگیری از تخلفات واحدهای صنفی و ساختمانی را با برآورد اولیه ۹۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال به شرکتهای دارای صلاحیت و واجد شرایط واگذار نماید لذا از کلیه شرکتهای خدمات حفاظتی و مراقبتی دارای مجوز معتبر فعالیت در امور خدمات حفاظتی و مراقبتی از نیروی انتظامی (پلیس پیشگیری ناجا) و دارای سابقه مرتبط با موضوع مناقصه دعوت بعمل می‌آید با توجه به موارد ذیل جهت اخذ اسناد مناقصه به شهرداری لار، واحد امور قراردادهای مراجعه-نمایند.

ضمناً در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر شماره تلفن: ۵۲۳۳۹۴۹۰ آماده پاسخ گویی می‌باشد.

\* مدت انجام کار: یک سال شمسی

\* مبلغ تضمین شرکت در مناقصه ۴۵/۰۰۰/۰۰۰ ریال بصورت ضمانت نامه بانکی معتبر یا فیش واریزی نقدی به حساب سپرده ۱۰۰۷۹۰۳۲۹۷۶۶ بانک شهر

\* برندگان اول تا سوم مناقصه هرگاه حاضر به انعقاد قرارداد نشوند سپرده آنان به ترتیب ضبط خواهد شد.

\* آخرین مهلت تسلیم پیشنهادها پایان وقت اداری (ساعت ۱۳) مورخ ۹۷/۰۲/۲۲ می‌باشد.

\* تاریخ بازگشایی پاکتها روز یکشنبه مورخ ۹۷/۰۲/۲۳ می‌باشد.

\* مدت اعتبار پیشنهادها سه ماه می‌باشد.

\* بدیهی است هزینه آگهی به‌عده برنده مناقصه خواهد بود و شهرداری در رد یک یا تمام پیشنهادها مختار می‌باشد.

\* سایر اطلاعات و جزئیات مربوط به مناقصه در اسناد مناقصه مندرج است.

آگهی نوبت اول: ۱۳۹۷/۰۲/۰۳ آگهی نوبت دوم: ۱۳۹۷/۰۲/۱۱

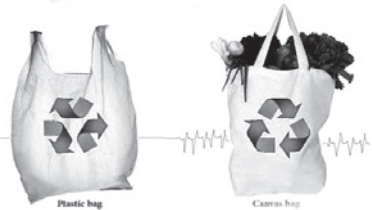
محمد رضا قنبرنژاد - شهردار لار

## پنجم اردیبهشت ماه، سالروز شکست حمله نظامی آمریکا به ایران

در طبرس توسط مأموران الهی گرامی باد



## نه به کیسه های پلاستیکی



به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری مهر، با توجه به اینکه روز ۲۲ آوریل (۲ اردیبهشت ماه) روز جهانی زمین نامگذاری شده «نه به کیسه های پلاستیکی» به عنوان شعار امسال اعلام شده است. همچنین «پایان آلودگی پلاستیکی» به عنوان شعار جهانی روز زمین پاک از سوی سازمان ملل اعلام شد.

روز جهانی زمین پاک، هر ساله در ۲۲ آوریل مصادف با ۲ اردیبهشت در تمام دنیا برگزاری شود و به همه مردم یادآوری می‌کند که نباید سیاره خود زمین را فراموش کنند.

تاریخچه این مناسبت به سال ۹۱۹۱ و زمانی باز میگردد که جان مک مونل فرزند یک مبلغ دینی مستقل و علاقمند به عرصه دین، علم و صلح، ایده برگزاری یک روز جهانی به نام روز زمین پاک را در همایش یونسکو درباره محیط زیست مطرح و در همان سال پرچم زمین پاک را طراحی کرد.

یونان دبیر کل سازمان ملل (۹۱۹۲ - ۹۱۹۹) از ایده مک کونل استقبال کرد و این روز به یک روز جهانی در تقویم های سراسر دنیا تبدیل شد.

در ایران نیز هم زمان با دیگر کشورهای جهان هفته زمین پاک از روز دوم اردیبهشت به نام روز زمین پاک نامگذاری شده است.

## حوادث و کشفیات

### کشف بیش از نیم تن مواد مخدر



به گزارش میلاد لارستان به نقل از ایرنا، فرمانده انتظامی فارس گفت: ماموران انتظامی لارستان یک دستگاه کامیون خاور که حامل ۵۳۰ کیلوگرم تریاک بود در این شهرستان توقیف و در ارتباط با این مواد یک نفر قاچاقچی را دستگیر کردند. سردار سرتیپ دوم احمد علی گودرزی، بیان داشت: ماموران انتظامی شهرستان لارستان در پی کسب خبری مبنی بر ورود یک محموله سنگین مواد مخدر از استان های شرقی به سمت لارستان، موضوع را به صورت ویژه در دستور کار خود قرار دادند. وی افزود: ماموران پس از اقدامات اطلاعاتی و پلیسی در یک اقدام غافلگیرانه، این کامیون خاور را که قصد داشت این میزان تریاک را وارد لارستان کند پس از طی مسافتی تعقیب و گریز، شناسایی و توقیف و یک نفر قاچاقچی را دستگیر کردند. گودرزی گفت: متهم پس از تشکیل پرونده برای انجام مراحل قانونی تحویل مرجع قضایی شد.

### زلزله ۴/۷ ریشتری در خنج

به گزارش میلاد لارستان، فرماندار شهرستان خنج با اشاره به اینکه زلزله در ۸ کیلومتری شهر خنج رخ داده است، گفت: تیم‌های ارزیاب اعزام شده و در شهر مستقر هستند اما هنوز خسارتی از زلزله گزارش نشده است. مختار عباسی، فرماندار خنج در گفت‌وگو با خبرنگار تسنیم، اظهار داشت: هنوز خسارتی از زلزله گزارش نشده و زلزله در ۸ کیلومتری شهر خنج رخ داده است. حسن قیاضی‌پور، مدیرکل مدیریت بحران استانداری فارس نیز گفت: زلزله خارج از منطقه مسکونی رخ داده و به همین دلیل خسارتی نداشته است. زلزله‌ای به بزرگی ۴/۷ ریشتر، شهر خنج را لرزاند. این زلزله در عمق ۱۲ کیلومتری زمین رخ داد.

## روند تکمیلی آبنمای درز و سایبان و کاهش مسافت لارستان- کرمان

به گزارش میلادلارستان به نقل از روابط عمومی اداره کل راه و شهرسازی لارستان، علیرضا راستیپار در بازدید از محور درز و سایبان از نزدیک از مراحل اجرای آبنما لوله ای ۳۰۰ متری بر روی رودخانه بازدید کرد. راستیپار، اظهارداشت: هم‌اکنون تعداد ۳ دیوار دستک این پل ساخته شده و دیوار چهارم هم در حال ساخت می باشد و به زودی عملیات پی سازی زیر لوله شروع خواهد شد تا بتوان هرچه سریعتر لوله گذاری آن انجام شود. وی در خصوص مشخصات لوله های این آبنما تصریح کرد: تعداد ۱۷۵ لوله با قطر دو متر خریداری شده و کلیه این لوله ها به محل احداث پروژه منتقل شده و پس از پی سازی این لوله ها نیز نصب خواهد شد. این مقام مسئول، افزود: مردم می توانند

### دیدار مسئولان لارستان با جانبازان دفاع مقدس



به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، به مناسبت ولادت با سعادت حضرت ابوالفضل العباس(ع) و روز جانباز، جناب آقای علی اصغر علی پور معاون برنامه ریزی و امور عمرانی فرمانداری، منصور محتاجی رییس هیئت مدیره مجمع خیرین سلامت و رضا محمدی رییس بنیاد شهید و امور ایثارگران شهرستان با جانبازان منصور سرورام، اسداله مرسلی و رحمت ا... ایزدپناه، از جانبازان ۷۰ درصد دوران هشت سال دفع مقدس دیدار و گفتگو نمود.

### طنین زنگ سلامت در مدارس لار



دانش آموزان این آموزشگاه نیز در پیام های بهداشتی خود که بر روی تصاویر سیب بعنوان یک میوه کامل ترسیم شده بود، بر شستن دست و صورت، ورزش کردن، استفاده از وسایل شخصی، نوشیدن دوغ و آبمیوه و رعایت بجاگاه های گازدار، عدم خرید مواد غذایی از دستفروشان و در نهایت رعایت بهداشت فردی و اجتماعی، تاکید کردند. یکم لغایت هفتم اردیبهشت ماه بنام هفته سلامت نامگذاری شده است.

### برگزاری کنکور کارشناسی ارشد در لار

به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری تسنیم، سید محسن تقوی، معاون معاون آموزشی و تحصیلات تکمیلی دانشگاه شیراز، در جمع خبرنگاران اظهار داشت: این آزمون در نوبت صبح و بعدازظهر روز پنجشنبه ۶ اردیبهشت و نوبت صبح روز جمعه ۷ اردیبهشت براساس اطلاعات مندرج بر روی کارت شرکت در آزمون رفته امتحانی مربوط برگزار می‌شود. نماینده سازمان سنجش در فارس، با تاکید بر اینکه داوطلبان می‌توانند با مراجعه به سایت سازمان سنجش به نشانی [www.sanjes.org](http://www.sanjes.org) نسبت به مشاهده و پرینت کارت خود اقدام کنند، افزود: چنانچه در کارت‌های داوطلبان

به گزارش میلادلارستان به نقل از روابط عمومی اداره کل راه و شهرسازی لارستان، علیرضا راستیپار در بازدید از محور درز و سایبان از نزدیک از مراحل اجرای آبنما لوله ای ۳۰۰ متری بر روی رودخانه بازدید کرد. راستیپار، اظهارداشت: هم‌اکنون تعداد ۳ دیوار دستک این پل ساخته شده و دیوار چهارم هم در حال ساخت می باشد و به زودی عملیات پی سازی زیر لوله شروع خواهد شد تا بتوان هرچه سریعتر لوله گذاری آن انجام شود. وی در خصوص مشخصات لوله های این آبنما تصریح کرد: تعداد ۱۷۵ لوله با قطر دو متر خریداری شده و کلیه این لوله ها به محل احداث پروژه منتقل شده و پس از پی سازی این لوله ها نیز نصب خواهد شد. این مقام مسئول، افزود: مردم می توانند

### دیدار مسئولان لارستان با جانبازان دفاع مقدس

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، به مناسبت ولادت با سعادت حضرت ابوالفضل العباس(ع) و روز جانباز، جناب آقای علی اصغر علی پور معاون برنامه ریزی و امور عمرانی فرمانداری، منصور محتاجی رییس هیئت مدیره مجمع خیرین سلامت و رضا محمدی رییس بنیاد شهید و امور ایثارگران شهرستان با جانبازان منصور سرورام، اسداله مرسلی و رحمت ا... ایزدپناه، از جانبازان ۷۰ درصد دوران هشت سال دفع مقدس دیدار و گفتگو نمود.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، به مناسبت ولادت با سعادت حضرت ابوالفضل العباس(ع) و روز جانباز، جناب آقای علی اصغر علی پور معاون برنامه ریزی و امور عمرانی فرمانداری، منصور محتاجی رییس هیئت مدیره مجمع خیرین سلامت و رضا محمدی رییس بنیاد شهید و امور ایثارگران شهرستان با جانبازان منصور سرورام، اسداله مرسلی و رحمت ا... ایزدپناه، از جانبازان ۷۰ درصد دوران هشت سال دفع مقدس دیدار و گفتگو نمود.

### طنین زنگ سلامت در مدارس لار

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، به مناسبت هفته سلامت، زنگ سلامت با حضور معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان، علی اصغر علی پور معاون برنامه ریزی و امور عمرانی فرمانداری، دکتر کریمی رییس دانشکده علوم پزشکی لارستان، معاونین وی، مسوولان شبکه بهداشت و درمان و همچنین آموزش و پرورش شهرستان، بصورت نمادین در دبستان دخترانه حاج محمد حسن رجایی لاری واقع در شهرک امام خمینی(ره) شهر لار به صدا در آمد. فرماندار ویژه لارستان، در این مراسم از نامگذاری سال جدید به نام حمایت از کالای ایرانی گفت: برای اینکه قدیمی در حمایت از صنعتگران منطقه داشته باشیم سپاه لارستان آمادگی دارد که تبلیوهای تبلیغاتی خود را به صورت رایگان در اختیار تولید کنندگان بگذارد و امیدواریم سایر ادارات و همچنین شهرداری ها نیز این اقدام را انجام دهند که دلگرمی برای تولید کنندگان و صنعتگران شهرستان باشد. وی در همین خصوص از تهیه طرح های مختلف برای حمایت از کالای ایرانی با همکاری ادارات دیگر خبر داد و گفت: طرح همیار ملی با همکاری اداره آموزش و پرورش لارستان برای فرهنگ سازی شعار های ملی در بین دانش آموزش در حال اجرا می باشد.

پخش کلیپ، اجرای گروه سرود پاسدارن سپاه لارستان، تجلیل از پاسدار نمونه و اهدای سند عاشقی رفیق آسمانی به مسئولین از دیگر برنامه های این جلسه بود.

## بهره برداری از ۸۸ پروژه در زمینه سلامت و بهداشت

شهرستان عنوان کرد: ۸۸ پروژه در شهرستان کلید خورده که تا پایان سال ۹۶ بیش از ۶۰ درصد پیشرفت فیزیکی داشته و تا پایان امسال به بهره‌برداری می‌رسد. کریمی، با بیان اینکه ۷۰ درصد از این پروژه‌ها روستایی است، بیان کرد: مراکز روستایی و نقاط

شهرستان عنوان کرد: ۸۸ پروژه در شهرستان کلید خورده که تا پایان سال ۹۶ بیش از ۶۰ درصد پیشرفت فیزیکی داشته و تا پایان امسال به بهره‌برداری می‌رسد. کریمی، با بیان اینکه ۷۰ درصد از این پروژه‌ها روستایی است، بیان کرد: مراکز روستایی و نقاط

## برگزاری سمینار تخصصی "سبک قلم در مطبوعات"

دبیر جشنواره استانی مطبوعات استان فارس، با بیان اینکه ۶۰۰ اثر در این جشنواره شرکت کردند، افزود: این تعداد آثار ارسالی نسبت به دوره گذشته جشنواره ۴۰ درصد افزایش داشته است و برگزیدگان در این جشنواره معرفی می‌شوند. رفعت حقیقی، بیان کرد: این جشنواره در ۳ بخش حرفه‌ای، ویژه و پیشنهادی برگزار می‌شود که بخش حرفه‌ای شامل سرمقاله و یادداشت، عکس، طراحی و صفحه آرایی، تیترو خبر و مصاحبه و گزارش است. وی عنوان کرد: در بخش ویژه تولیدات تحلیلی

افزود: در لارستان هشت مرکز خدمات جامع سلامت روستایی و استقرار پزشک، ماما، پرستار، آزمایشگاه و دیگر خدمات بهداشتی درمانی راه اندازی شده تا مردم روستاهای دوردست با توجه به گستردگی شهرستان مجبور به طی مسافت طولانی برای دریافت

افزود: در لارستان هشت مرکز خدمات جامع سلامت روستایی و استقرار پزشک، ماما، پرستار، آزمایشگاه و دیگر خدمات بهداشتی درمانی راه اندازی شده تا مردم روستاهای دوردست با توجه به گستردگی شهرستان مجبور به طی مسافت طولانی برای دریافت

## فرمانده ناحیه مقاومت بسیج سپاه لارستان:

به گزارش میلاد لارستان، علی اصغر رفعت حقیقی، در گفت‌وگو با خبرنگار تسنیم با اشاره به برگزاری جشنواره مطبوعات استان فارس در تاریخ ۱۹ اردیبهشت ماه در شهرستان لارستان، اظهار داشت: این جشنواره با حضور معاون وزیر ارشاد و اعضای فرهنگستان زبان و ادبیات فارسی برگزار می‌شود. وی با بیان اینکه احمد سمیعی و همراهانش از سوی فرهنگستان زبان و ادبیات فارسی در این جشنواره حضور دارند، گفت: سمیناری با عنوان "سبک قلم در مطبوعات" با حضور این افراد برگزار می‌شود.

به گزارش میلاد لارستان، محمدحسین کریمی در گفت‌وگو با خبرنگار تسنیم، در آستانه هفته سلامت اظهارداشت: لارستان در حوزه سلامت و خدمات بهداشتی در چند سال اخیر شاهد موفقیت های چشمگیری بوده به گونه‌ای که می‌توان گفت حدود ۵۰ درصد افزایش خدمات اتفاق افتاده است. وی با اشاره به سامانه الکترونیکی خدمات سلامت تصریح کرد: در سال ۹۶ کلیه جمعیت شهری و روستایی شهرستان در این سامانه الکترونیکی ثبت شده است و علاوه بر آن سامانه رضایتمندی از خدمات بهداشتی درمانی بصورت پیامکی نیز راه اندازی شده که هر شخص پس از دریافت خدمت بهداشتی درمانی میزان رضایت خود را از آن خدمت اعلام می‌کند. رئیس دانشکده علوم پزشکی لارستان خاطر نشان کرد: ۹۶ درصد از جمعیت شهری و روستایی حداقل یکبار در مراکز و پایگاه‌های سلامت خدمت‌رسانی را دریافت کرده‌اند و لارستان در سامانه الکترونیک سیب موفق به کسب رتبه اول در کشور شده است. وی با بیان اینکه مراکز شهری و روستایی جدیدی احداث شده،

### بهره برداری از ۸۸ پروژه در زمینه سلامت و بهداشت

شهرستان عنوان کرد: ۸۸ پروژه در شهرستان کلید خورده که تا پایان سال ۹۶ بیش از ۶۰ درصد پیشرفت فیزیکی داشته و تا پایان امسال به بهره‌برداری می‌رسد. کریمی، با بیان اینکه ۷۰ درصد از این پروژه‌ها روستایی است، بیان کرد: مراکز روستایی و نقاط

دبیر جشنواره استانی مطبوعات استان فارس، با بیان اینکه ۶۰۰ اثر در این جشنواره شرکت کردند، افزود: این تعداد آثار ارسالی نسبت به دوره گذشته جشنواره ۴۰ درصد افزایش داشته است و برگزیدگان در این جشنواره معرفی می‌شوند. رفعت حقیقی، بیان کرد: این جشنواره در ۳ بخش حرفه‌ای، ویژه و پیشنهادی برگزار می‌شود که بخش حرفه‌ای شامل سرمقاله و یادداشت، عکس، طراحی و صفحه آرایی، تیترو خبر و مصاحبه و گزارش است. وی عنوان کرد: در بخش ویژه تولیدات تحلیلی

### فرمانده ناحیه مقاومت بسیج سپاه لارستان:

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی سپاه ناحیه لارستان، به مناسبت اعیاد مبارک شعبانیه و روز پاسدار و در سالروز تشکیل سپاه پاسداران، جلسه شورای اداری لارستان به میزبانی ناحیه مقاومت بسیج سپاه لارستان، با حضور مسئولان ارشد شهرستان و روسای ادارات و پایوران سپاه ناحیه لارستان در سالن شهید امای فرمانداری ویژه لارستان برگزار شد.

در این مراسم، سرگرد امیر جاهدی طی سخنانی ضمن تبریک اعیاد شعبانیه با اشاره به سالروز تشکیل سپاه پاسداران گفت: در اصل یکصد و پنجاهم قانون اساسی آمده است که سپاه پاسداران انقلاب اسلامی که در نخستین روزهای پیروزی انقلاب اسلامی تشکیل شده است حافظ انقلاب و دستاوردهای آن می باشد و برای ادامه نقش خود در نگهبانی از انقلاب و دستاوردهای آن محکم و استوار با برجا می ماند. وی با اشاره به اینکه بعضی ها نگاه محدودی را به مجموعه فعالیت های سپاه دارند، خاطر نشان کرد: این نگاه یک نگاه سطحیست؛ سپاه برای حفظ دستاوردهای انقلاب اسلامی تشکیل شد و انقلاب اسلامی محدود به مرزهای جمهوری اسلامی نیست. فرمانده سپاه لارستان، در بخش

### به زودی از مستند آیت ا... سید عبدالحسین لاری رونمایی می شود

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی سپاه ناحیه لارستان، به مناسبت اعیاد مبارک شعبانیه و روز پاسدار و در سالروز تشکیل سپاه پاسداران، جلسه شورای اداری لارستان به میزبانی ناحیه مقاومت بسیج سپاه لارستان، با حضور مسئولان ارشد شهرستان و روسای ادارات و پایوران سپاه ناحیه لارستان در سالن شهید امای فرمانداری ویژه لارستان برگزار شد.

دبیر جشنواره استانی مطبوعات استان فارس، با بیان اینکه ۶۰۰ اثر در این جشنواره شرکت کردند، افزود: این تعداد آثار ارسالی نسبت به دوره گذشته جشنواره ۴۰ درصد افزایش داشته است و برگزیدگان در این جشنواره معرفی می‌شوند. رفعت حقیقی، بیان کرد: این جشنواره در ۳ بخش حرفه‌ای، ویژه و پیشنهادی برگزار می‌شود که بخش حرفه‌ای شامل سرمقاله و یادداشت، عکس، طراحی و صفحه آرایی، تیترو خبر و مصاحبه و گزارش است. وی عنوان کرد: در بخش ویژه تولیدات تحلیلی

## اعلام نارضایتی یاوران شورای کوهپه از کندی عملیات اجرایی پارک سرداران



توانند از این مکان استفاده بهینه کنند، قول هر گونه مساعدت و همکاری دادند.

به گزارش گروه شهروند خبرنگار میلاد لارستان، به دعوت اعضای یاوران شورای کوهپه شهردار لار، اعضای شورای اسلامی شهر لار، پیمانکار و مهندس ناظر پارک سرداران از روند اجرایی این پروژه بازدید کردند. در این بازدید، رئیس شورای محله کوهپه ضمن تقدیر و تشکر از بازدید مسئولان، از کندی اجرای این پروژه علی رغم دستور موکد معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان در مراسم کلنگ زنی در پهنم ماه ۱۳۹۵ جهت تسریع در انجام کار و رفع موانع و مشکلات

به گزارش گروه شهروند خبرنگار میلاد لارستان، به دعوت اعضای یاوران شورای کوهپه شهردار لار، اعضای شورای اسلامی شهر لار، پیمانکار و مهندس ناظر پارک سرداران از روند اجرایی این پروژه بازدید کردند. در این بازدید، رئیس شورای محله کوهپه ضمن تقدیر و تشکر از بازدید مسئولان، از کندی اجرای این پروژه علی رغم دستور موکد معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان در مراسم کلنگ زنی در پهنم ماه ۱۳۹۵ جهت تسریع در انجام کار و رفع موانع و مشکلات

**آگهی ابلاغ وقت رسیدگی به آقای محمد شکوهی فرزند غلام**  
نظر به این که پرونده شکایت خانم عاطفه فرحبخش علیه آقای محمد شکوهی فرزند غلام دایر بر شرکت در سرقت یک عدد عابریانک به این شماره پرونده کلاسه ۱۶۱-۹۵۰۹۹۸۷۱۹۶۰۰۰۱۶۱ دادگاه کیفری دو شهر لارستان (۱۰۱ جزایی سابق) ثبت و وقت رسیدگی مورخ ۱۳۹۷/۰۳/۲۰ ساعت ۹:۳۰ تعیین که حسب دستور دادگاه در اجرای ماده ۳۴۴ قانون آئین دادرسی کیفری مصوب ۱۳۹۲ به علت مجهول‌المکان بودن متهم و درخواست وکیل شاکتی مراتب یک نوبت در یکی از جراند کثیرالانتشار آگهی می‌گردد تا متهم در وقت مقرر فوق جهت رسیدگی و دفاع از اتهام انتسابی در دادگاه حاضر گردد.  
دادرس شعبه ۱۰۱ دادگاه کیفری دو شهر لارستان (۱۰۱ جزایی سابق) - سعید رهسپار  
م / الف / ۱۳۷

**آگهی ابلاغ وقت رسیدگی به آقای جواد شکوهی**  
نظر به این که پرونده شکایت خانم عاطفه فرحبخش علیه آقای جواد شکوهی دایر بر شرکت در سرقت یک عدد عابریانک به این شماره پرونده کلاسه ۱۶۱-۹۵۰۹۹۸۷۱۹۶۰۰۰۱۶۱ دادگاه کیفری دو شهر لارستان (۱۰۱ جزایی سابق) ثبت و وقت رسیدگی مورخ ۱۳۹۷/۰۳/۲۰ ساعت ۹:۳۰ تعیین که حسب دستور دادگاه در اجرای ماده ۳۴۴ قانون آئین دادرسی کیفری مصوب ۱۳۹۲ به علت مجهول‌المکان بودن متهم و درخواست وکیل شاکتی مراتب یک نوبت در یکی از جراند کثیرالانتشار آگهی می‌گردد تا متهم در وقت مقرر فوق جهت رسیدگی و دفاع از اتهام انتسابی در دادگاه حاضر گردد.  
دادرس شعبه ۱۰۱ دادگاه کیفری دو شهر لارستان (۱۰۱ جزایی سابق) - سعید رهسپار  
م / الف / ۱۳۸



اگر به دنبال راهکاری شایسته برای از بین بردن رایحه به جامانده روی لباس‌ها هستید ، توصیه می‌شود از سرکه و جوش شیرین بهره ببرید. در مرحله آبکشی لباس‌ها یک فنجان سرکه در محفظه مخصوص بریزید یا از اسپری جوش شیرین روی لباس‌ها کمک بگیرید . باقی ماندن مقادیری اندک از جوش شیرین به مدت یک ساعت بر لباس‌ها رایحه‌عطر را از بین می‌برد .

یک روش دیگر استفاده از پیاز است. یک عدد پیاز کوچک را در یک کاسه آب سرد قرار دهید و آن‌را به مدت ۲ ساعت در اتاق و نزدیک کمد لباس‌ها بگذارید . پیاز رایحه‌های معطر و نامطبوع لباس‌ها را جذب خواهد کرد . برای از بین بردن رایحه تند عطر از روی پوست بدن نیز میتوانید از اسکراب ملایم جوش شیرین و آب استفاده کنید .

فراموش نکنید معطر کردن لباس‌ها یا فضای خانه نیزروش مختص خودش را دارد . اسانس‌های روغنی موجود در انواع عطر در تماس با پارچه منتهی به آسیب رساندن به لباس خواهد شد .

بنابراین توصیه می‌شود به جای اینکه عطر را

روی لباس‌ها اسپری کنید ، مچ دست ،گردن یا آرنج‌ها و نقاط نبض‌دار بدن را که جریان خون بیشتری از آن عبور می‌کند را آغشته به عطر کنید.هیچ‌گاه ناحیه پشت گوش‌تان‌را به عطر آغشته‌نسازید و سعی کنید پس از استحمام‌که منافذ پوست باز و نرم است ، از عطر استفاده کنید .

در صورتی‌که از جواهرات تزئینی و بدلیجات استفاده می‌کنید ، باید بدانید ، روغن و دیگر ترکیبات موجود در عطر‌ها ممکن است ، رنگ فلز و ساختار آنها را تغییر دهد .هنگام استفاده از رایحه‌های معطر به وضعیت آب و هواتوجه کنید .

برای نمونه در روزهای ابری اسانس‌های روغنی گرفته شده از گل‌ها و اسپری کنید و در روزهای

## روش هایی برای از بین بردن بوی عطر از روی لباس

آفتابی از رایحه هایی با پایه چوب و صمغ درختان استفاده کنید .

در صورتیکه قصد خرید عطر را دارید ، رایحه های اصل و مرغوب را از انواع تقلبی آن تشخیص دهید چراکه عطر های تقلبی به دستگاه تنفسی و پوست آسیب می‌رساند و آفتابی از رایحه هایی با پایه چوب و صمغ درختان استفاده کنید .
در صورتیکه قصد خرید عطر را دارید ، رایحه های اصل و مرغوب را از انواع تقلبی آن تشخیص دهید چراکه عطر های تقلبی به دستگاه تنفسی و پوست آسیب می‌رساند و



به طور قطع ماندگاری لازم را نخواهد داشت . عطر را روی قسمت های نبض دار بدن اسپری کنید، آن هم نه از فاصله خیلی نزدیک. عطری که از فاصله نزدیک اسپری شود روی یک نقطه جمع می‌شود و احتمال اینکه بوی آن به تلخی بزند، زیاد می‌شود.
دستانتان را در فاصله ۱۰ تا ۱۵ سانتی متری این نقاط نبض دار بگیرید و به آرامی عطر را اسپری کنید.

در مورد مچ دستان یک نکته را به خاطر داشته باشید؛ بعد از استفاده از عطر، مچ‌ها را به هم نرسाइید، این کار باعث خراب شدن بوی عطرتان می‌شود. بعضی‌ها عطر را تنها روی گردنشان اسپری می‌کنند اما فقط به گردن اکتفا نکنید چون بخش زیادی از بوی عطرتان رو به بالا خواهد رفت و کم‌رنگ می‌شود. مچ دست‌ها برای تکمیل این

پروژه عالی است!
یادتان باشد که عطر از پوشیدن لباس به خود بزنید. اگر چه ممکن است قسمت‌های اصلی‌که یادآور شدیم با لباس پوشیده شود اما هنگامی‌که عطر را مستقیماً روی پوست خود بزنید، عطر ماندگاری بیشتری نسبت به زمانی‌که روی لباس خود بزنید خواهد داشت چون بیشتر عطرها برای به کار بردن روی پوست طراحی شده‌اند و نکته مهم این است که نوع پوست روی رایحه منعکس شده از عطر تاثیر دارد. به عبارت دیگر برای هر پوستی باید عطر مناسب خودش را انتخاب کرد. تفاوت پوست‌های مختلف عمدتاً در میزان چربی، رنگ پوست و اسیدیته آنهاست. مثلاً پوست را بر اساس میزان چربی به چهار نوع چرب، خشک، نرمال و ترکیبی تقسیم بندی می‌کنند. پوست‌های چرب عطر را بهتر و مدت زمان زیادتری در خود نگه می‌دارند.

همچنین می‌توان گفت افرادی که پوست روشن و بلوند دارند بهتر است از رایحه گل استفاده کنند و پوست‌گندمی‌ها از رایحه‌های مشرق‌زمینی .

### راه های ساده پاک کردن لکه از کف اتو

درون حفره ی بخار هست نکته ای که راجب تمیز کردن اتو بخار و مخزن آب آن ذکر شد را انجام دهید تا رنگ‌ها خارج شود و بتوانید از اتو روی البسه سفید استفاده کنید .

**تمیز کردن اتو با سرکه**

برای تمیز کردن محفظه آب اتوی بخار، محلولی از آب و سرکه سفید تهیه کنید و درون آن بریزید. توجه داشته باشید که مقدار سرکه و آب باید به یک نسبت باشد. بعد از چند دقیقه محلول را خارج و در نهایت مخزن را آبکشی کنید.

**استفاده از الکل صنعتی**

اگر روی کف اتو، لکه‌های سوختگی ایجاد شده، کافی است تکه ای پارچه را به محلول آب گرم و مواد شوینده یا الکل صنعتی آغشته کنید و به کف اتو بکشید. هم چنین محلول سرکه و نمک نیز کمک کننده خواهد بود .

پس از پایان کار به طور حتم آب درون اتو را خارج کنید. اگر اتوی شما دکمه مخصوص خروج بخار دارد آن را آن قدر فشار دهید تا آب درون اتو به طور کامل تخلیه شود. با این حال سعی کنید برای اتوی بخار، همیشه از آب مقطر استفاده کنید چرا که استفاده از آب معمولی، باعث گرفتگی منافذ آن می‌شود .

**جلوگیری از کثیف شدن کف اتو**
بهترین راه برای تمیز ماندن کف اتو استفاده از روکش برای کف اتو می‌باشد. اگر در هنگام اتوکشی از روکش کف اتو استفاده کنید هم از آسیب رسیدن به لباس‌ها جلوگیری کرده اید هم کف اتوی شما تمیز خواهد ماند. همچنین می‌توانید بر روی میز اتو نیز یک روکش مناسب بکشید تا در زمانیکه لباسی دچار سوختگی می‌شود آسیبی به میز اتو وارد نشود .



### شیوه تفکیک زباله در منزل

کمپوست‌ها را دارند، اگر چه گفته می‌شود می‌توان این زباله‌ها را در زمین دفن و کمپوست تولید کرد، اما واقعا چنین کاری در زندگی‌های آپارتمان‌نشینان امروزی، نزدیک به محال است و همین‌که زباله‌تر را که جذب زمین می‌شود، جدا از زباله‌های خشک قرار دهیم، کمک بسیار بزرگی به صنعت بازیافت کرده ایم.

اما زباله خشک، شامل انواع قوطی کنسروها و ظرف‌های فلزی، پلاستیکی، کاغذ و مقواست که همه این مواد در صورت تفکیک شدن از زباله خشک می‌تواند دوباره جذب صنعت شود. نکته بسیار مهمی که باید در تفکیک زباله به آن دقت کنیم، جداسازی زباله خطرناک از سایر زباله‌های خشک و تر است. بسیاری از زباله‌های بیمارستانی و حتی پسماند انواع باتری‌های یکبار مصرف در صورت رعایت نکردن اصول ایمنی برای دفع آنها می‌تواند خطرات زیست‌محیطی جبران‌ناپذیری به بار آورد.

**رونوشت آگهی حصر وراثت**

آقای ولی‌اله جوکار دارای شماره شناسنامه ۴۹۸ متولد ۱۳۴۹/۵/۸ به شرح دادخواست به کلاسه ... از این شورا درخواست گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان محمدرکیم جوکار به شماره شناسنامه ۲۲ در تاریخ ۱۳۵۹/۴/۲ در اقامتگاه دائمی خود بدرود گفته و ورثه حین‌الفتوت آن مرحوم – مرحومه عبارتند از:

۱-متقاضی/ متقاضیه با مشخصات فوق‌الذکر

۲-ولی‌اله جوکار به شماره شناسنامه ۴۹۸ ت ت ۱۳۴۹/۵/۸ ک.م ۲۴۵۰۱۵۰۹۶۱ صادره از حوزه فیروزآباد

۳-علی‌جوکار به شماره شناسنامه ۳ ت ت ۱۳۴۲/۱/۳ ک.م ۱۳۴۲/۱/۳ صادره از حوزه فیروزآباد

۴-کارفرروز جوکار به شماره شناسنامه ۱۹ ت ت ۱۳۳۲/۱/۱ ک.م ۱۴۵۱۵۸۹۰۹۶ صادره از حوزه فیروزآباد فرزندان متوفی

۵-جان افراز براتی به شماره شناسنامه ۶۸ ت ت ۱۳۱۰/۷/۱ ک.م ۲۴۵۰۱۴۶۶۰۱ صادره از حوزه فیروزآباد همسر متوفی ولا غیر...
اینک با انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در روزنامه میلاد لارستان یک مرتبه آگهی می‌نماید تا هر شخص یا اشخاصی اعتراضی دارند و یا وصیتنامه‌ای از متوفی نزد آنها باشد از تاریخ نشر آگهی ظرف یک ماه به شورای حل اختلاف تقدیم نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت وفق مقررات اتخاذ تصمیم خواهد شد.

رئیس شعبه شورای حل اختلاف شهرستان فیروزآباد

م/الف/۴۳۱

**آگهی ابلاغ وقت دادرسی**

بدینوسیله اعلام می‌گردد آقایان و خانم‌ها سیداسدالله، سیدمحمد مهدی و زینب خاتون همگی با شهرت هزبری و خانم زهرا صادقی نژاد دادوستی به خواسته اثبات مالکیت و مطالبه قیمت زمین مسکونی و تجاری به مساحت ۳۰۰ متر تحت پلاک ۹۹۹ واقع در بلوار شهید بهشتی به طرفیت خوانده‌ها عباس، نکیتا، مهین، مینا ، منوچهر، همایون و مهری همگی با شهرت فیروزآبادی تسلیم شعبه دوم دادگاه عمومی فیروزآباد فارس نموده است که به این شعبه ارجاع و به شماره بایگانی۹۷۰۰۵۷ ۹۷۰ ثبت و وقت رسیدگی آن تاریخ ۱۳۹۷/۰۳/۱۰ ساعت ۱۱ صبح تعیین شده است به علت مجهول‌المنکان بودن خوانده‌ها و همچنین به درخواست خواهان پرونده و دستور دادگاه و تجویز ماده ۷۳ قانون آئین دادرسی مدنی مراتب یک نوبت آگهی می‌شود تا خوانده از تاریخ انتشار این آگهی ظرف مدت یک ماه به دفتر این دادگاه واقع در فیروزآباد مراجعه و ضمن اعلام نشانی کامل خود نسخه دوم دادخواست و ضامن مربوطه را دریافت نموده و در وقت یاد شده جهت رسیدگی حاضر گردد در غیر این صورت وفق مقررات قانونی اتخاذ تصمیم خواهد شد .
منشی شعبه دوم دادگاه عمومی شهرستان فیروزآباد – کشاورزی

م/الف/۴۲۶

**رونوشت آگهی حصر وراثت**

آقای امامقلی میرزائی دارای شماره شناسنامه ۳ متولد ۱۳۲۴ به شرح دادخواست به کلاسه ... از این شورا درخواست گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان شاهزاده رضائی مهکویه حنیفقلائی به شناسنامه شماره ۳ در تاریخ ۹۶/۱۲/۷ در اقامتگاه دائمی خود بدرود گفته و ورثه حین‌الفتوت آن مرحوم – مرحومه عبارتند از:

۱-متقاضی/ متقاضیه با مشخصات فوق‌الذکر

۲-ماهزاده رضائی به شماره شناسنامه ۳ ت ت ۱۳۲۴ صادره از حوزه فیروزآباد خواهر متوفی نازی-رضائی مهکویه حنیفقلائی به شماره شناسنامه ۴۵۱ ت ت ۱۳۳۳ صادره از حوزه فیروزآباد خواهر متوفی ولا غیر...

اینک با انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در روزنامه میلاد لارستان یک مرتبه آگهی می‌نماید تا هر شخص یا اشخاصی اعتراضی دارند و یا وصیتنامه‌ای از متوفی نزد آنها باشد از تاریخ نشر آگهی ظرف یک ماه به شورای حل اختلاف تقدیم نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت وفق مقررات اتخاذ تصمیم خواهد شد.

علی زائری بیرمی – رئیس شورای حل اختلاف حوزه قضایی بخش بیرم

م / الف / ۱۴۱

**آگهی ابلاغ وقت دادرسی**

بدینوسیله اعلام می‌گردد آقای محمدرضا امیری دادخواستی به خواسته اثبات مالکیت و الزام به انتقال سند شش دانگ یک قطعه زمین تحت پلاک ۹۹۹/۶/۵ به مساحت ۳۰۰ متر مربع از قطعه شماره ۵۳۱ به طرفیت خوانده‌ها عباس، نکیتا، مهین، مینا ، همایون، مهری و فریده همگی با شهرت فیروزآبادی تسلیم شعبه دوم دادگاه عمومی فیروزآباد فارس نموده است که به این شعبه ارجاع و به شماره بایگانی۹۷۰۰۵۹ ۹۷۰ ثبت و وقت رسیدگی آن تاریخ ۱۳۹۷/۰۲/۰۸ ساعت ۱۱ صبح تعیین شده است به علت مجهول‌المنکان بودن خوانده‌ها و همچنین به درخواست خواهان پرونده و دستور دادگاه و تجویز ماده ۷۳ قانون آئین دادرسی مدنی مراتب یک نوبت آگهی می‌شود تا خوانده از تاریخ انتشار این آگهی ظرف مدت یک ماه به دفتر این دادگاه واقع در فیروزآباد مراجعه و ضمن اعلام نشانی کامل خود نسخه دوم دادخواست و ضامن مربوطه را دریافت نموده و در وقت یاد شده جهت رسیدگی حاضر گردد در غیر این صورت وفق مقررات قانونی اتخاذ تصمیم خواهد شد .

منشی شعبه دوم دادگاه عمومی شهرستان فیروزآباد – کشاورزی

م/الف/۴۲۷



**به جای اینکه عطر را روی**

**لباس‌ها اسپری کنید ، مچ**

**دست ، گردن یا آرنج‌ها و**

**نقاط نبض دار بدن را که**

**جریان خون بیشتری از آن**

**عبور می‌کند را آغشته به**

**عطر کنید .هیچ‌گاه ناحیه**

**پشت گوش‌تان‌را به عطر**

**آغشته‌نسازید و سعی کنید**

**پس از استحمام‌که منافذ**

**پوست باز و نرم است ، از**

**عطر استفاده کنید .**



### معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان:

## میراث فرهنگی اصالت و پیشینه تاریخی یک ملت است

فرماندار ویژه لارستان، تصریح کرد: یکی از حلقه های مفقوده ای که در کشور ما وجود دارد این است که در بعضی مواقع، مصوبات و تصمیمات اتخاذ شده مهم را در یک جلسه به عمل تبدیل نکرده ایم.

فرماندار ویژه لارستان، عنوان کرد: امیدواریم در سال جدید در حوزه میراث فرهنگی خوب کار کنیم تا این اصالت و تاریخ گرانبهای شهرستان احیاء و زنده گردد و همچنین بافت فرسوده شهر قدیم نیز بازآفرینی شود، چون بافت قدیم لار از همه لحاظ توجیه دارد.

وی ادامه داد: یکی از دغدغه های اصلی بنده بافت فرسوده شهر قدیم لار است که بایستی مد نظر جدی ادارات ذیربط بخصوص اداره کل راه و شهرسازی، شهرداری، شورای شهر و میراث فرهنگی باشد.

حسینی، با بیان اینکه در راستای بازسازی و بازآفرینی بافت فرسوده بخصوص حفظ و احیاء

میراث گرانبهای فرهنگی و تاریخی شهرستان کوتاهی کرده ایم؛ افزود: جلسه انجمن میراث فرهنگی لارستان می بایست بصورت ماهیانه برگزار گردد و پیشنهادها و مصوبات آن، هم در بُعد سخت افزاری و هم در بعد نرم افزاری اجرایی و این تصمیمات اتخاذ شده عملیاتی گردد، بنابراین این جلسه بطور جد توسط اداره میراث فرهنگی و گردشگری لارستان بعنوان دبیر جلسه با حضور نمایندگان دستگاههای مرتبط برگزار شود.

فرماندار ویژه لارستان، همچنین از دانشگاه ها، آموزش و پرورش و اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی شهرستان هم خواست که با میراث فرهنگی و شهرداری کمال همکاری داشته باشند.

معاون استاندار فارس، با بیان اینکه ظرفیت های تاریخی و فرهنگی شهرستان زیاد است؛ خاطر نشان کرد: همه گروه ها، انجمن ها

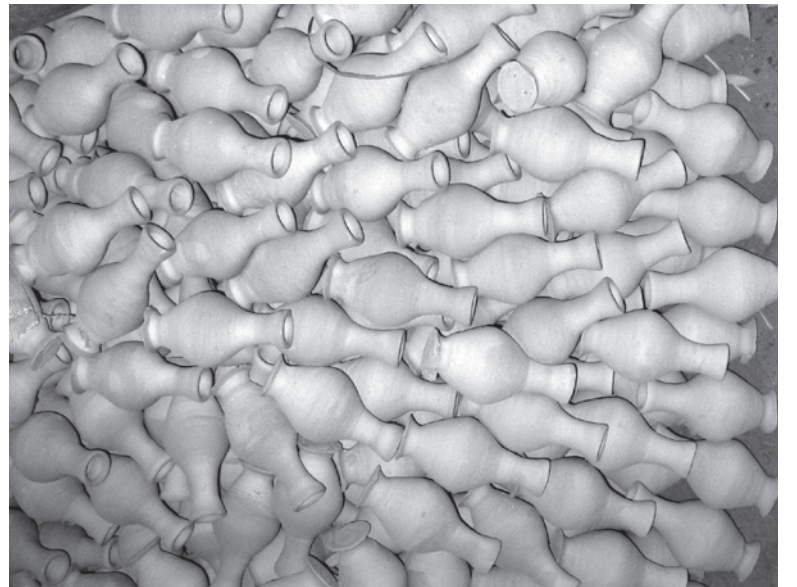
را برای موضوعات مختلف و بویژه برای بافت تاریخی شهرستان و میراث فرهنگی اخذ نماییم. پیش از این نیز سیما علویه رئیس اداره میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری لارستان نیز به ارائه و تشریح وضعیت بافت تاریخی لارستان پرداخت.

همچنین جمعی از فعالین میراث فرهنگی و روسا و کارشناسان دستگاه های اجرایی شهرستان هم پیشنهادات و راهکارهای لازم در خصوص حفظ و احیاء میراث فرهنگی شهرستان ارائه کردند.

سنگ فرش کردن اطراف بازار قیصریه، حمایت خیرین و بخش خصوصی از میراث فرهنگی کل شهرستان، بازسازی آب انبارها و جلوگیری از تخریب آنها، مرمت و تعمیر باغ نشاط، توجه به قلعه اژدها پیکر، عدم حضور رئیس پایگاه میراث فرهنگی در شهرستان، تأسیس بازارچه صنایع دستی در منطقه، جلوگیری از ساخت و ساز اماکن تجاری در بافت تاریخی و فرهنگی شهرستان، ثبت آثار تاریخی شهرستان، تعمیر و مرمت کاروانسراها، حمام های قدیمی و آب انبارها توسط اوقاف و غیره از اهم این پیشنهادها بود.

**سنگ فرش کردن اطراف بازار قیصریه، حمایت خیرین و بخش خصوصی از میراث فرهنگی کل شهرستان، بازسازی آب انبارها و جلوگیری از تخریب آنها، مرمت و تعمیر باغ نشاط، توجه به قلعه اژدها پیکر، عدم حضور رئیس پایگاه میراث فرهنگی در شهرستان، تأسیس بازارچه صنایع دستی در منطقه، جلوگیری از ساخت و ساز اماکن تجاری در بافت تاریخی و فرهنگی شهرستان، ثبت آثار تاریخی شهرستان، تعمیر و مرمت کاروانسراها، حمام های قدیمی و آب انبارها توسط اوقاف و غیره از اهم پیشنهادهای مطرح شده، بود.**

### کوزه (شو براتو)



اسماعیل چشم به آسمان دوخته بود و نسیم، صورت کودگانه‌اش را بوسه‌باران می‌کرد. گلپهای سرخ و سفید و اطلسی دور تا دورش را احاطه کرده بودند و اسماعیل با دستان کوچکش آنها را نوازش می‌کرد.

بوی خوبی به مشامش رسید، بوی خوشی که برایش آشنا بود.

بلند شد و ایستاد، به اطراف نگاه کرد. پر شده بود از گلپهای زرد و سفید ترگس که عطرش فضا را پر کرده بود.

خندید و میان گلها دوید. بعد ایستاد و چند شاخه‌ای از گلها را چید و حلقه کرد و به سوی پدرش دوید. حلقه گلها را بر گردان پدر انداخت و دستاش را بوسید. پدر لبخندی زد و گفت: «اسماعیل کجایی بابا؟»

اسماعیل لبخند پدر را با لبخند کودگانه خودش پاسخ داد و گفت: «تشنه‌ام بابا... تشنه» و پدر...

حاج عزیز از خواب پرید. چشمانش پر از اشک

دزد نکته . بعد ظرف مشربه «ظرفی که برای درست کردن شربت از آن استفاده می‌شد» را آورد و با عرق تارونه دست‌ساز خودش و به همراه شیره و آب، شربتی درست کرد به نهایت گوارا.

عصر که شد، شربت آماده شده را درون کوزه‌های شوبراتی کرد و درون سینی فراشی گذاشت و برای همسایه‌ها برد.

او می‌دانست که اکثر همسایه‌ها، بچه‌های پنج و شش ساله دارند، آخه این کوزه‌ها مخصوص بچه‌ها بود.

و بچه‌ها با دیدن کوزه‌ها سر از نمی‌شناختند و مادرها با دیدن حاج عزیز و کوزه‌ها به یاد اسماعیل می‌افتادند و اشک می‌ریختند و برایش طلب صبر می‌کردند.

و حاج عزیز همه بچه‌ها را اسماعیل می‌دید. شوبراتی، شربت می‌نوشتند.

حاج عزیز هر سال شب ۱۲ و ۱۴ ماه مبارک شعبان به بچه‌های محله کوزه شوبراتی می‌داد و در شب ۱۵ شعبان که مصادف بود با تولد امام زمان(عج) ظرف مشربه خودش را کنار قبر اسماعیل می‌برد و آنجا هم شربت تارونه درست می‌کرد و درون کوزه شو براتی می‌ریخت و به بچه‌ها می‌داد.

حاج عزیز دوباره خواب اسماعیل را دید. اسماعیل پیشانی پدر را بوسید و گفت: «بَب جان م و زُ سی، دست درد نکو، دِگه تشنه نیسم»

و دوباره اذان صبح و اشک و لبخند حاج عزیز و دو رکعت نماز شکر...



حمیدرضا پریدار

### حکایت عقاب و درس گرفتن ما



عقاب می‌تواند هفتاد سال زندگی کند. اما پس از چهل سال باید ۱۵۰ روز دردناک را تحمل کند تا بتواند به زندگی خود ادامه دهد و گرنه باید مرگ را انتخاب کند. سلطان آسمان به ۴۰ سالگی که می‌رسد چنگال‌های بلند و انعطاف‌پذیرش دیگر نمی‌توانند طعمه را گرفته و نگاه دارند. نوک بلند و تیزش خمیده و کند می‌شود. شهبال‌های کهنسالش بر اثر کلفت شدن پرها به سینه‌اش می‌چسبند و پرواز برایش دشوار می‌شود. آنگاه عقاب می‌ماند و یک دوراهی، این که بمیرد یا این که یک روند دردناک تغییرات را برای ۱۵۰ روز تحمل کند. این روند مستلزم آن است که به قلعه کوه پرواز کرده و آنجا بنشیند. در آنجا نوک خود را به صخره‌ای می‌کوبد تا آنجا که کند شود. پس از آن منتظر می‌ماند تا نوک جدید به جای آن برآید. بعد از آن چنگال‌هایش را از جا در می‌آورد تا چنگال جدیدش در بیاید. پره‌های جدید عقاب پس از گذشت پنج ماه از کندن پره‌های کهنه‌اش دوباره در می‌آید و عقاب، پرواز تولد مجدد را انجام می‌دهد و مدت‌ها زندگی خواهد کرد، برای ۳۰ سال دیگر.

از کهنه و نو شدن چنگال‌های عقاب باید ما آدم‌ها که اشرف مخلوقات هستیم درس بگیریم. ما که روزی در این خطه از جنوب کشور به لحاظ مراودات تجاری جایگاه ویژه‌ای داشتیم.

به نوشته تاریخ‌نویسان لاری همین کاروانسراها که این روزها حال خوش ندارند میزبان صدها تاجر از اقصی نقاط کشور بودند و تجار لاری تا هندوستان و افریقا کالاهای ایرانی را صادر می‌کردند و لار پل ارتباطی و شاهراه حیاتی مبادلات تجاری ایران بود پس چه شد که به این روز افتادیم، همچنان سر جای خود در جا می‌زیم. ما با بزدی‌های سخت‌کوش و به لحاظ آب و هوای خشک یکسان هستیم. آنها یا حفر قنات آب خود را تأمین می‌کردند و ما هم نزولات آسمانی را در برکه‌ها ذخیره

این یعنی وضع موجود که به آن گرفتار هستیم. پول و سرمایه وقتی شیرین است و به انسان طراوت و شادابی می‌دهد که چرخ‌های تولید بچرخد و تولیدات بنام لار به سرتاسر کشور صادر شود یکی از رفقای بانکی می‌گفت اینقدر که در شهر لار، بانک و موسسه وجود دارد در شهر یزد که مرکز استان است این همه بانک به چشم نمی‌خورد.

ماهی را هر وقت از آب بگیري، تازه است به شرطی که آب گندیده نشده باشد.

«از کوزه همان برون تراود که در اوست»



اسماعیل شجاعی

### ضرب المثل

دروغ مسخ شده‌اند و اگر توبه کند آنها را به حال اصلی خود ببینند. قاضی و اهل مجلس همه حیران بماندند. شفیق، خرس بچه‌ها را آن شب گرسنه نگاه داشت و به غلامش تعلیم داد، وقتی که من به قاضی حکایت می‌کنم تو خرس‌ها را ببیور و در برابر رفیق رها کن. در وقت معین غلام آنها را در برابر رفیق رها کرد! خرس بچه‌ها را در حضور جمعی کتیر به مجلس درآمده همه را گذاشته پیش آمدند و بر قاعده عادت رفیق را می‌لیسیدند و دست او را گرفته به دهان می‌پرند و بو می‌کردند و به دیگران توجهی نداشتند!

حاضرین که آن حال دیدند همه متعجب و حیران شده گفتند: «مردی اشفیق! صادق کرده است.» و همگی گریه کردند. قاضی و حاکم و مردم همه شفیق را تحسین و وداع نموده از خانه او بیرون آمدند. رفیق به دست و پای او افتاد و گفت: «بد کردم و از من خطا واقع شد و شیطان مرا وسوسه کرد و فریب داد، آن امانت تمام بر جاست!» شفیق گفت: «ای یار نادان! امشب با غلام من بر سر دفينه برو و آنچه هست حمل استران کن و اینجا حاضر نما و پسران خود را صحیح و سالم و به حال اصلی خود ببین.» در ساعت، رفیق دو غلام و استر برداشت و بر سر دفينه رفت و آنچه بود همه را بار استر کرد و به خانه آورد.

شفیق پسران او را در خانه‌ای علیحده نگه داشته بود، چون به خانه آمد و فرزندان خود را صحیح دید شکر خدای به جا آورد و سجده کرد و از دروغ و خیانت، توبه نصح نمود. سپس طلاها را قسمت کردند. از آن وقت این ضرب‌المثل شد که «اگر رفیق شفیقی درست‌پیمان باش»

هیئت و صورت رفیق شکلی ساخت و آن شکل را به روش رفیق لباس پوشانید و دو خرس بچه کوچک تهیه و در آن زیرزمین در جلوی آن شبیه زرگر بست و هر شب گوشت و خوراک به آن خرس‌ها می‌داد به گونه‌ای که موقع چیز خوردن، شبیه زرگر را می‌دیدند. مدت دو ماه بدین روش چیزی می‌خورند و صورت رفیق در دل آنها جای گرفت. روزی شفیق دو پسر رفیق را به زیرزمین برد و در اتاقی آنها را زندانی کرد و وقتی رفیق از او پرس‌و‌جو کرد اظهار بی‌اطلاعی نمود. رفیق حیران شد و پیش قاضی رفت.

شفیق به قاضی گفت: من خبر ندارم شاید پسران این مرد مسخ شده باشند! قاضی گفت این چه سخنی است؟ شفیق جواب داد: ای قاضی میان من و این مرد دوستی قدیمی است و ستری نیز در میان است حال اگر این مرد خیانتی انجام داده پسرانش از شومی خیانت و قسم

گفتند: دیشب مهتر بتان خشم کرده به آسمان رفت. حاکم و راهبان قبول کردند و آن دو را در بی مهتر بتان فرستادند. شفیق به رفیق شبیه زرگر بست و هر شب گوشت و خوراک به آن خرس‌ها می‌داد به گونه‌ای که موقع چیز خوردن، شبیه زرگر را می‌دیدند. مدت دو ماه بدین روش چیزی می‌خورند و صورت رفیق در دل آنها جای گرفت. روزی شفیق دو پسر رفیق را به زیرزمین برد و در اتاقی آنها را زندانی کرد و وقتی رفیق از او پرس‌و‌جو کرد اظهار بی‌اطلاعی نمود. رفیق حیران شد و پیش قاضی رفت.

شفیق به قاضی گفت: من خبر ندارم شاید پسران این مرد مسخ شده باشند! قاضی گفت این چه سخنی است؟ شفیق جواب داد: ای قاضی میان من و این مرد دوستی قدیمی است و ستری نیز در میان است حال اگر این مرد خیانتی انجام داده پسرانش از شومی خیانت و قسم

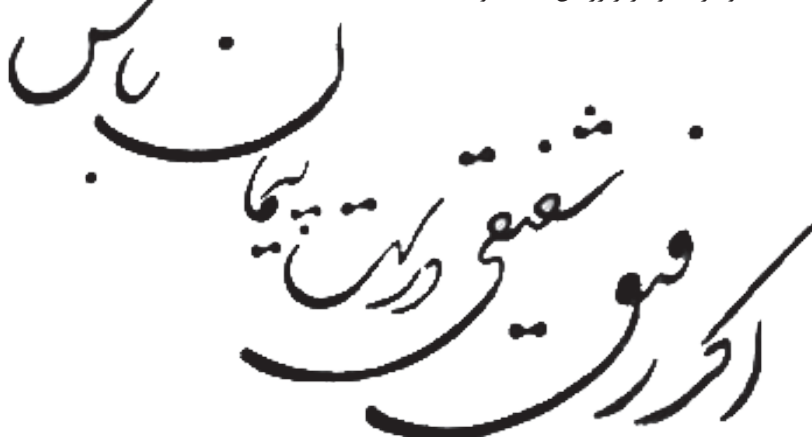
در زمان ماضی در آذربایجان زرگری و نجاری با هم دوستی داشتند. مرد نجار «شفیق» و زرگر «رفیق» نام داشت. چنین اتفاق افتاد که هر دو پریشان شدند. شفیق مردی عاقل بود، با یار خود گفت: «متناع سفر بسیار است بیا تا با هم سفری کنیم.» هر دو متفق شده به طرف روم رفتند و در بین شهر به کلیسایی فرود آمدند. در آن کلیسا بت‌های زرین بود که جواهر بسیار در آن به کار برده بودند.

شفیق به رفیق گفت: از این مکان بت‌شکنی کنیم و جواهر را به دربار اسلام رسانیم و مسجد و مدرسه بسازیم. اما ای برادر اگر رفیق شفیقی درست پیمان باش و هر دو سوگندها خوردند که در میان‌شان خیانتی نشود. سپس خود را به روش راهبان بیاراستند و پیش مهتر کشیشان رفتند و گفتند ما هم دین شما داریم. مسلمانان قصد ما نمودند و بتان ما را شکستند و ما را از دیار خود بیرون کردند. راهب حجرهای به ایشان مقرر نمود. به اندک وقتی، مشهور شدند تا روزی پادشاه ایشان را طلبید و کلید کلیسا به ایشان حواله کرد.

بعد از مدتی آن دو پیش پادشاه رفتند و گفتند فلان بت خشم کرده می‌خواهد به آسمان رود. وقتی که رود ما نیز می‌رویم و از خدمت او هرگز جدا نخواهیم شد.

پادشاه گفت چند سال از بت مهلت بخواید تا برای او بت‌خانه‌ای عالی بسازیم. بعد از چند روز پادشاه با لشکر بیرون رفتند. آن دو، بت بزرگی را که پنجاه من طلا در آن به کار رفته بود را شکستند و آن را در صحرا زیر خاک کردند.

وقتی که پادشاه و خلق در شهر جمع گشتند، به یک بار شفیق و رفیق سر و پا برهنه و گریبان چاک زده از در بیرون آمدند و ناله‌کنان



**آگهی مزایده (در مورد اموال غیر منقول – مرحله دوم)**

به موجب دادنامه مربوط به پرونده اجرایی کلاسه ۹۶/۹/۲۸ آقای عبدالوهاب جوکار فرزند سادات محکوم به پرداخت شصت و شش میلیون و دو صد و هفتاد و هشتاد و نه هزار و پانصد ریال در حق آقای عبدالرسول محمدی و پرداخت دومیلیون و هشتصد هزار ریال بابت حق‌الاجرای دولتی گردیده است که در این راستا ملک مسکونی به متراژ ۴۰/۸۳ و دارای سند تک برگ به شماره ۹۶۲۲۷۸ و ۹۱/۵ و به شماره پلاک ثبتی ۹۹۶/۱ مشاعی ششدانگ عرصه و اعیان دارای اجاره‌نشینی و فاقد حق ارتفاق و انتفاع به آدرس فیروزآباد - خیابان آزادی جنوبی - جنب مسجد امام جعفر صادق - کوچه سمت چپ دو درب مانده به آخر به کد پستی ۴۴۵۵۴ ۷۲۷۱۹ که سند آن توسط محکوم له معرفی گردیده و چون در مرحله اول برگزاری مزایده، خریدار جهت خرید ملک موضوع مراجعه ننموده و محکوم له تقاضای تجدید مزایده با هزینه خود را نموده است، لذا به استناد ماده ۱۳۱ قانون اجرای احکام مدنی، به منظور فروش ملک مذکور و استیفای محکوم به و هزینه‌های اجرایی مربوطه در مورخه ۹۷/۲/۱۹ ساعت ۹ الی ۱۱ صبح در محل دادگستری فیروزآباد واحد اجرای احکام حقوقی مزایده جهت فروش ملک مذکور برگزار خواهد شد. مزایده براساس نظر کارشناس رسمی دادگستری از قیمت پایه پانصد و هفتاد میلیون شروع شده و برنده مزایده کسی است که بالاترین قیمت را پیشنهاد و حداقل ده درصد بهاء را نقداً فی‌المجلس و مابقی بهای ملک را حداکثر ظرف مدت سی روز از تاریخ مزایده به حساب سپرده دادگستری واریز نماید در صورت عدم پرداخت مابقی بهای ملک توسط برنده مزایده در مدت مذکور سپرده تودییعی پس از کسر هر هزینه مزایده به نفع دولت ضبط خواهد شد. در این مرحله در صورت نبود رقابت جهت خرید، مال مورد مزایده به هر قیمتی که خریدار پیدا کند به فروش خواهد رفت. ضمناً شایان ذکر است متقاضیان خرید می‌توانند در مدت پنج روز قبل از مزایده جهت بازدید از ملک مذکور به پس این واحد اجرا مراجعه نمایند تا ترتیب بازدید آنها از ملک موضوع داده شود.

قاضی اجرای احکام حقوقی شورای حل اختلاف فیروزآباد - مریم چوپینه م/الف/۴۲۸

**آگهی مزایده (نوبت اول)**

شعبه اول اجرای احکام حقوقی دادگستری لارستان در پرونده کلاسه ۹۵۰۶۰۰ اجرای ا ح ۱ در نظر دارد املاک ذیل متعلق به محمدمعین کریمی هلیز آباد را به مزایده بگذارد لذا مراتب آگهی می‌گردد تا هر کس که مایل به شرکت در مزایده می‌باشد در تاریخ ۱۳۹۷/۰۲/۲۵ ساعت ۱۲:۰۰ صبح در محل اجرای احکام حقوقی دادگستری لارستان حضور یابد.

املاک:

یک دستگاه سواری پراید تیپ ۱۲۱ SL به رنگ سفید به شماره پلاک ۸۲۸ م ۱۵ ایران ۸۳ مدل ۱۳۹۰ به شماره موتور M ۱۳/۴۱۸۵۱۵۴ و شماره شاسی ۳۴۴۲۴۷-۹۳۳۲۳۹۰ که ارکان اصلی خودرو فوق شامل شاسی و موتور و رنگ فابریک غیر دستکوب و برابر مشخصات حک شده در پلاک منصوب در سینی پشت محفظه موتور از طرف کارخانه سازنده می‌باشد و وضعیت ظاهری اطراف اتاق دارای اثر صافکاری و رنگ آمیزی به صورت غیر مطلوب می‌باشد.

قیمت پایه کارشناسی ۱۰۰۰۰۰۰۰۰۰ ریال معادل ده میلیون تومان شرایط مزایده:

۱-مزایده املاک فوق از قیمت پایه شروع می‌شود.

۲-مورد مزایده به هر کس که بالاترین قیمت پیشنهاد نماید فروخته خواهد شد.

۳-اجرای احکام حقوقی شعبه اول در رد یا قبول پیشنهاد اختیار قانونی دارد.

۴-هر کس مایل به شرکت در مزایده باشد می‌تواند ظرف ۵ روز قبل از تاریخ مزایده جهت اطلاعات بیشتر به دایره اجرای احکام حقوقی شعبه اول دادگاه عمومی حقوقی لارستان مراجعه نماید.

۵- ۱۰٪ قیمت مورد مزایده از شخص برنده مزایده فی‌المجلس دریافت می‌گردد مابقی پس از ۲۰ روز از تاریخ مزایده بایست پرداخت گردد.

۶-در صورتی که برنده مزایده از پرداخت مابقی وجه یا برداشتن مورد مزایده خودداری نماید مبلغ مذکور (ده درصد) پس از کسر هزینه‌های اجرایی به نفع دولت ضبط خواهد شد.

دادرس شعبه اول اجرای احکام حقوقی دادگستری لارستان - امین اوچی م / الف / ۱۴۲

## رازداری ، خوشروی ، شکیبایی ، کلید کرامت انسانی



مثل تبری که در خشاب است؛ تبری که در خشاب است تا نزدیک در اختیار ماست، وقتی زدیم ما گرفتار آن می شویم، چون آن تیر عوارضی ایجاد می کند و ما باید پاسخگو باشیم. در حدیث دیگری از امام صادق(علیه السلام) می خوانیم: «ظَهَارُ الشَّيْءِ قَبْلَ أَنْ يُسْتَحْكَمَ مَفْسَدَةُ لَهُ؛ آشکار کردن چیزی پیش از استوار شدن آن سبب تباهی آن می گردد». بعضی افراد هستند که می گویند ما سر خود را فقط به دوستان صمیمی می گوئیم غافل از این که آن دوستان صمیمی نیز دوستان صمیمی دیگری دارند و به گفته سعدی: «الْكَلَامُ فِي وَاقِفِكَ مَا لَمْ تَتَكَلَّمْ بِهِ فَإِذَا تَكَلَّمْتَ بِهِ صِرْتَ فِي وَاقِفِهِ»؛ یعنی سخن تا چیزی نگفته ای اسیر توست، وقتی سخنی را گفتی، تو اسیر آن می شوی.

هیایی است که در زندگی برای او پیش آمده که اگر بی تابی نکند دیگران از این شکست ها که بر اثر ندانم کاری ها به وجود آمده با خبر نمی شوند و به این ترتیب عیوب او پوشانیده خواهد شد. در غیر این صورت همه از نقطه های ضعف او با خبر می گردند.

مؤمنان علی(علیه السلام) در بحار الانوار می خوانیم که فرمود: «إِذَا لَقَيْتُمْ إِخْوَانَكُمْ فَتَصَافَحُوا وَأَظْهَرُوا لَهُمْ الْبَشَاشَةَ وَالْبِشْرَ تَفَرَّقُوا وَمَا عَلَيْكُمْ مِنَ الْأَوْزَارِ قَدْ ذَهَبَ؛ هنگامی که برادران دینی خود را ملاقات می کنید با هم مصافحه کنید و بشاشت و مسرت را در برابر آنها اظهار کنید و در نتیجه هنگامی که از هم جدا می شوید گناهان شما بخشوده خواهد شد»

**تایر شکیبایی در زندگی**  
تحمل ناملایمات، پوشنده عیبهاست؛ مقصود امام (ع) تحمل سختی و ادبیت از طرف دوستان و سایر مردم است که خود فضیلت بزرگی از شاخه های شجاعت می باشد. عبارت: «قبر العیوب» را به اعتبار این که عیبهای شخصی را در نزد مردم می پوشاند، استعاره آورده است، همان طوری که قبر لاشه مرده را که در داخل آن قرار گیرد، می پوشاند. این احتمال در تفسیر این جمله نیز هست که بسیاری از بی تابی های انسان بر اثر شکست

**نتیجه گیری**  
کرامت انسانی باید خط قرمز هر انسانی باشد. اگر هم خواسته یا ناخواسته اشتباهی از کسی سر بزند نباید آن را فاش کند و از این طریق آبروی خودش ببرد. همچنین در برابر عیب های دیگران باید بصور بود چرا که اگر بخواهیم عیوب دیگران را دفن نکنیم نمی توانیم با کسی ارتباط بگیریم. بزرگی می فرمود:

خامشی به که ضمیر دل خویش با کسی گفتن و گفتن که مگوی ای سلیم! آب ز سر چشمه ببند که چو بر شد نتوان بستن جوی

**بسیاری از بی تابی های انسان بر اثر شکست های است که در زندگی برای او پیش آمده که اگر بی تابی نکند دیگران از این شکست ها که بر اثر ندانم کاری ها به وجود آمده با خبر نمی شوند و به این ترتیب عیوب او پوشانیده خواهد شد. در غیر این صورت همه از نقطه های ضعف او با خبر می گردند.**

## منج و مرنجان

## مهدویت

**دلایل غیبت امام زمان (عج)**  
عدم قابلیت و ناشایستگی اولای بخشی از علت غیبت است نه تمام علت. امام صادق(ع) فرمود: علت غیبت آن حضرت پس از ظهورش کشف خواهد شد.  
اما علت ظاهری غیبت اموری است که برخی از آنها عبارت است از: امتحان مردم: یکی از شدیدترین و سخت ترین امتحان الهی مسأله غیبت است که انسان می تواند در این زمان ایمانش را محک بزند. امام باقر (ع) در پاسخ جابر جعفی - که از فرج و نصرت ائمه(ع) پرسیده بود - فرمود: « فرج و نصرت ما وقتی می رسد که شما غریبال شوید، غریبال شوید تا خالصان از ناخالصان جدا گردند». ظهور امام زمان (عج) فرج و نصرت خداوند برای بشریت است و نصرت خدا وقتی فرو می آید که دلها از غیر خدا پاک گردد و تنها متوجه او شود و فضای یاس و ناامیدی از نصرت غیر او حاکم گردد.



## بهار واقعی در گرو ظهور امام زمان (عج) است

**حکومت مهدوی و فصلی نو**  
«بهار فصل نو شدن، انتظار و خواستن است. ظهور امام زمان(عج) مانند بهار احیاگر دل های مرده و تجلی بخش انسانیت است. در قرآن کریم نیز از ظهور حضرت حجت (عج) به احیا شدن تعبیر شده است. بهار چون ظهور حضرت بقیت ...(عج) پیامدهای گوناگونی دارد و حیات و رویش و زندگی جدید در آن احیا پیدا می شود. نوروز، روزی نو برای آسمان و زمین و ساکنان آن است. روزی است که کشتی نوح پس از تلاطم و سختی بسیار به آرامش رسید نوروز روز خلاصی حضرت ابراهیم از آتش نمرودیان است و روز دوستی با خداست...»

دوره مهدویت، دوره تجدید حیات بشری یا تمام ابعاد متصور و مطرح برای آن است. در عصر حاضر، بشر در شرایط زمستانی به سر می برد. ظلم ها و بی عدالتی ها سراسر جهان را فرا گرفته و قدرت های استعماری پنجه خود را بر مسایل مهم مربوط به بشریت گشوده اند و ما در حال حاضر شاهد وضع ناهنجاری بر جامعه انسانی هستیم و هنگامی که این زمستان به اوج خود برسد، در ورای آن شرایطی جدید و فصلی نو ظهور پیدا می کند. منتظران و معتقدان مهدویت، این فصل جدید را بهار جامعه مهدوی و حکومت ناب مهدوی می نامند.

**رو به خورشید شویم!**  
نوروز، روزی عادی، کوتاه، موقت و گذرا است و برای نهادین کردن و پایداری این روز باید به دعای تحویل سال عمل کرد. ویژگی نوروز اعتدال و هماهنگی است و این هماهنگی موجب ایجاد نشاط در طبیعت شده است و این اعتدال است که ممکن است نوروز را به روز ظهور تبدیل کند. احسن الحال در زندگی می تواند به اعتدال و نظم با پشتوانه معنویت منجر شود. اگر بین معنویت و دنیویت و جسم و روح و ابعاد مختلف زندگی فردی و خانوادگی و اجتماعی اعتدال برقرار شود، احسن الحال در انسان محقق می شود. در چنین شرایطی اگر نوروز بتواند آغاز ظهور باشد ما به عنوان یاران حضرت باید آماده باشیم. در حالی که باران بهاری می بارد و ایام زیا و همیشه بهار برای همیشه حضور دارند، در این شرایط وجود گل های هماهنگ و رو به خورشید کم است. اگر انسان به دعای تحویل سال معنایی نگاه کند از روزی احسن الحالی به معنای عدل خواهی داشته باشد و عدل را اول در خود و روابط اجتماعی محقق کند، نوروز می تواند برای او عید واقعی باشد.

**جامعه مرده، جامعه جاهل**  
در انقلاب امام زمان (عج) مردم به شکوفایی عقلی می رسند و در روایات تعبیر شده است که حضرت دست معنویشان را بر سر انسان ها می گذارند و آنها را به کمال عقلی می رسانند. در روایات داریم که بشر با همه رشدی که در زمینه عقلی داشته پیش از ظهور به دو حرف از قبایلی علوم دست پیدا می کند و بعد از ظهور

## حجاب

### حجاب مورد تأکید همه‌ی ادیان الهی نه فقط اسلام!



مسئله‌ی حجاب امروزه به یکی از مسائل مهم در جامعه‌ی ما تبدیل شده است. چه در حوزه‌ی عملکرد نهادهای نظارتی، چه در حوزه‌ی مباحث عمومی و در میان افراد جامعه با وجود آنکه حقیقت عفاف در سایه حجاب مورد تأکید همه‌ی ادیان الهی بوده و حتی علوم تجربی نیز با تأثیرات عمیق آن پی برده است ولی همواره مغرضان با نگاهی همراه با شک و شبهه به آن نگریسته‌اند. یکی از شبهاتی که آن را به شیوه‌های گوناگون مطرح می‌سازند، شبهه‌ی حجاب اجباری است. «درحالی که تمام ادیان آسمانی، حجاب و پوشش زن را واجب و لازم شمرده اند، زیرا لزوم پوشش، به طور طبیعی در فطرت زنان به ودیعت نهاده شده و احکام و دستورهای ادیان الهی، هم آهنگ و هم سو با فطرت انسانی تشریح شده است. پس مسئله‌ی حجاب اختصاص به دین اسلام ندارد و در تمام ادیان الهی از جمله زرتشت، یهود و مسیحیت، به لزوم رعایت آن تأکید شده است.»

**مسئله حجاب در حقیقت یک قانون اجتماعی است**  
**وعدم رعایت حجاب همانند عبور از چراغ قرمز و به طور کلی عدم رعایت مقررات راهنمایی و رانندگی است**  
**که مجازات خاص خود را دارد؛ زیرا در این صورت حق افراد جامعه سلب شده و وحشت جامعه را فرا خواهد گرفت.**

پس همان طور که همه ادیان الهی در پاسخ به ندای درونی فطرت، حجاب را بر زنان واجب دانسته اند، اسلام که آخرین آیین الهی و باطنی کاملترین آنها است نیز وجوب پوشش زنان را به جامعه بشری ارزانی داشته است. حجاب به معنای پوشاندن بدن زن در برابر نامحرم (ص) و میصومین (ع) به وجوب و کیفیت آن تصریح شده است. پس بر اساس آیات و احادیث حجاب واجب است و برای منع از ترک واجبات به صورت مطلق لازم است امر به معروف و نهی از منکر صورت بگیرد و امر به معروف هم مراتبی دارد. خداوند در قرآن می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ قُلْ لَأُؤَدِّيَنَّ الْأَوْجَالَ وَنِسَاءَ الْمُؤْمِنِينَ يُدْنِينَ عَلَيْهِنَّ مِنْ خَلَابِيهِنَّ ذَلِكُمْ أَذْنِي أَمْ يُغَفِّرُنَّ فَلَا يُؤْذِنُنَّ أُنُور/۱۳۱» و به زنان با ایمان بگو دیدگان خود را (از هر نامحرمی) فرو بندند و آنچه کادامنی ورزند و زیورهای خود را آشکار نگردانند، مگر آن‌چه که طبعاً از آن بی‌داست.» مسئله حجاب در حقیقت یک قانون اجتماعی است و عدم رعایت حجاب همانند عبور از چراغ قرمز و به طور کلی عدم رعایت مقررات راهنمایی و رانندگی است که مجازات خاص خود را دارد؛ زیرا در این صورت حق افراد جامعه سلب شده و هراس و وحشت جامعه را فرا خواهد گرفت. بر اساس این مثال حتی اگر شهروندان، اعتقادی به حجاب نداشته باشند، می بایست به قوانین مصوب احترام گذاشته و آن را اجرا کنند، زیرا قانون فرآگیر است و همگان باید آن را رعایت نمایند. با توجه به ویژگی اسلامیت جامعه و ضمانت قانونی، ضرورت رعایت حجاب در جامعه مشخص می شود.

## احکام

**سوال: فرد کهن سالی دچار فراموشی شده و در بیشتر نمازها، رکوع را فراموش می کند، اگر بخواهد اعاده کند، در آن نماز تکراری نیز این فراموشی به سراغش می آید. وظیفه وی نسبت به نمازش چیست؟**  
به طور کلی اگر بعد از نماز یقین کند که رکوع را انجام نداده باید نماز را اعاده کند، ولی اگر یقین ندارد نمازش صحیح است. از طرفی اگر به هیچ وجه برای او ممکن نباشد که نمازش را به صورت صحیح اقامه کند، همان نماز خوانده شده، کفایت می کند.  
پاسخ مراجع عظام تقلید نسبت به این سؤال، چنین است:  
حضرت آیت ...العظمی خامنه ای (مد ظله العالی):  
اگر امکان نماز به صورت صحیح خواندن برای ایشان به هیچ وجه نباشد، همان نماز خوانده شده کفایت می کند.  
حضرت آیت‌العظمی‌مکرم‌شیرازی(مدظله‌العالی): بنابر نظر ما در صورتی که چنین فردی عقل و هوش کافی دارد و اوقات نماز را تشخیص می دهد باید نماز را به هر شکل ممکن انجام دهد و اگر چنین نیست نماز بر او واجب نیست.

**سوال: در چه مواردی جایز است نماز را بشکنیم؟**  
رها کردن نماز واجب (شکستن نماز) حرام است، اما در حال ناچاری یا برای هر غرض دینی

**به دلیل اهمیت حیاتی و غیرقابل انکاری که شناخت امام و به خصوص امام زمان(عج) یعنی رهبر و الگوی زمان و تنها عامل پیوند ما با خداوند دارد، پیامبر گرامی اسلام(ص) فرمودند: هر کس بمیرد و امام زمانش را نشناسد به مرگ جاهلیت مرده است.**

**نشاختن امام زمان خود به معنی عدم ارتباط با امام است و عدم ارتباط با امام یعنی قطع پیوند هدایت با خداوند و این همان مرگ جاهلیت است و خروج از دین و گمراهی است و امام صادق(علیه السلام) در جواب سؤال از چگونگی معنای جاهلیت فرمودند: منظور از آن جاهلیت کفر و نفاق و گمراهی است.**

پس چنان معرفت و شناختی از امام زمان(عج) باید حاصل شود که ما را از مرگ جاهلیت نجات بخشد و بنابر روایات رسیده از ائمه اطهار(علیهم السلام) بدون تردید مقصود از معرفتی (شناختی) که امامان(علیه السلام) ما را به تحصیل آن امر فرموده‌اند شناخت آن حضرت چنان‌که هست می‌باشد، به گونه‌ای که سبب سالم ماندن از شبهه‌های ملحدان گردد و مایه نجات از گمراه ساختن گمراه‌کنندگان شود و چنین شناختی دو وجه دارد:  
۱. شناخت شخص امام(علیه السلام) به نام و نسب (شناخت اسمی)  
۲. شناخت صفات و ویژگی‌ها و مقامات امام(علیه السلام) (شناخت رسمی)  
تا بتوانیم انطور که خداوند خواسته است به ایشان معتقد باشیم و معرفت داشته باشیم و در این صورت همواره در تمام پستی و بلندی های زندگی راه را گم نکنیم. و کسی که نتواند از این منابع نور بهره برد مانند این است که در زمان جاهلیت به سر می برد و دستش از بهره برداری از این انسانهای کامل کوتاه می ماند.  
منبع: پرسش و پاسخ های عمومی گروه مهدویت مرکز مشاوره



**نشاختن امام زمان خود به معنی عدم ارتباط با امام است و عدم ارتباط با امام یعنی قطع پیوند هدایت با خداوند و این همان مرگ جاهلیت است و خروج از دین و گمراهی است و امام صادق(علیه السلام) در جواب سؤال از چگونگی معنای جاهلیت فرمودند: منظور از آن جاهلیت کفر و نفاق و گمراهی است.**

## چیزهایی آلوده تر از توالت که هر روز به آنها دست می زنید



### ۲- کیبورد کامپیوتر

برخی از افراد هستند که کارشان با کامپیوتر می باشد و روزانه زمان زیادی را با کامپیوتر صرف می کنند و غافل از اینکه کیبورد کامپیوتر می تواند منبع آلودگی ها و باکتری ها باشد! چرا که بین کلید ها کیبورد ، به راحتی گرد و غبار ، مو ، آلودگی و باکتری های دستنمان ... می توانند نفوذ کنند و با گذشت زمان می توانند تجمع گاه باکتری ها را تشکیل دهند و با لمس هر کلید توسط دستنمان جذب شوند .

برای حل این مشکل و معضل ما به شما این ۵ مورد را معرفی می کنیم :

۱. برای امنیت و ایمنی بیشتر صفحه کیبورد را جدا کنید.  
۲. از جارو برقی برای پاکسازی کیبورد استفاده نمایید .

۳. یک سیلندر هوای فشرده تهیه نمایید که اغلب در فروشگاه های کامپیوتر یافت می شوند که با جریان هوای محبوس شده اش می تواند ذرات گرد و غبار روی کیبورد را تمیز و پاکسازی نماید .

۴. صفحه کلید را با الکل یا یک پارچه مرطوب تمیز کنید.

۵. استفاده از دستمال مرطوب زله ای ۳-صفحه نمایش گوشی هوشمند

شما زمانی شروع به پاک کردن صفحه نمایش کردید که

پزشکان همیشه مراقب سلامت ما هستند و تمام تلاش آنها در همین جهت می باشد . روزانه ما با باکتری های زیادی در تماس هستیم و می توانیم آنها را به بهترین وجه و بطور ساده وارد خانه مان نماییم . وسایل زیادی هستند که نسبت به شغل و کارمان با آنها در ارتباط هستیم و از آنها استفاده می کنیم و به ندرت آنها را پاک می کنیم . وسایلی که ما با آنها در طول روز زیاد از آنها استفاده می کنیم عبارتند از :

### ۱- کوله و کیف ورزشی

آیا تا به حال فکر کرده اید که ممکن است کوله یا کیفی که با آن به باشگاه می روید ، آلوده باشد؟ آیا در مدت معلوم و مشخص شده آن را می شویید؟ شاید فکر کنید که چرا باید این کارها را انجام دهید؟!

دلیل این کار کاملا مشخص است و نیاز به توضیح و تعریف زیادی ندارد چرا که در حین تمرین بدن بسیار تعریق می کند و با لمس کردن وسایل ورزشی متفاوت ممکن است برخی باکتری ها را جذب کنید و با خودتان حمل کنید .

برای حل این مشکل باید کیف و کوله پستی تان را در ماشین لباسشویی کاملا بشویید و اگر موافق شستشوی آن نیستید می توانید با استفاده از یک دستمال مرطوب آنرا تمیز کنید

قلمو های آشپزی می توان آنها را با مخلوطی از سرکه و یا مواد شوینده تمیز کرد .

### ۸- لوازم ورزشی خانگی

ورزش کردن روزانه در خانه هایمان کار مناسب و مطلوبی می باشد و هیچ مشکلی ندارند و به همگان توصیه می شود که آن را انجام دهند . با ورزش کردن در خانه ، برای مثال تانامی که زیر پای شما قرار دارد یا دمبل که از آن استفاده می کنید ، تعرق شما را به خود جذب می کنند و می تواند بعدها باعث ایجاد برخی بیماری های پوستی روی شما شوند . برای پاک کردن آنها می توانید آن ها را با مخلوط آب و صابون بشویید .

### ۹- ماشین ظرفشویی

بله درست خواندید ، ماشین ظرف شویی! چرا که ممکن است ماشین ظرفشویی نیز آلوده و کثیف شود و این به این دلیل می باشد زمانیکه شما ظروفتان را همراه با مواد غذایی که روی آن قرار دارند را در داخل این دستگاه قرار می دهید ، در ماشین ظرف شویی باقی می ماند و اگر آنها را تمیز نکنید می توانند باعث جذب میکروب ها و باکتری ها می شوند . برای پاک کردن ماشین های ظرفشویی می توانید از سرکه یا حتی نوشابه نیز استفاده نمایید .

استفاده می کنیم و بجز خودمان با افراد زیادی در تماس است برای مثال در رستوران کارت را به گارسون می دهیم ، در فروشگاه کارت را کارمند فروشگاه مربوطه می دهیم و ... به این دلایل می تواند به راحتی آلوده شود . برای پاک کردن آن می توانید مجدداً از دستمال مرطوب استفاده نمایید و میکروب های آنرا از بین ببرید .

### ۶- برس و اسفنج های آرایشی

خانم ها به شدت از لوازم آرایشی استفاده می کنند و در نگه داری آنها تمام تلاش خود را می کنند ولی هیچ اهمیتی برای برس هایشان نمی دهند و آنها را به ندرت تمیز می کنند . برای پاکسازی برس های تان می توانید هم بعد از هر سری استفاده از آنها توسط مخلوط شامپو و آب بشویید و هم می توانید هفته ای یکبار بشویید .

### ۷- اسفنج های مخصوص شستشوی ظروف

همان گونه که می دانید از این اسفنج ها برای شستشوی ظروف استفاده می شوند که با آنها ظروف کثیف شستشو داده می شوند . برای خلاص شدن از باکتری هایی که در این اسفنج ها وارد می شوند می توانید اسفنج را در مایکروویو قرار دهید و پس از یک دقیقه آنرا از مایکروویو خارج نمایید . همچنین برای تمیز کردن و میکروب زدایی

### ۴- کلید

به یاد داشته باشید که یک دسته کلید می توانند روزانه با برخی اشیاء آلوده ارتباط داشته باشند و باعث انتقال آلودگی به دستانتان و در جاهایی که میرویم با خود حمل می کنیم اعم از اماکن عمومی مانند بیمارستان و... یا محل کار خود که ممکن است آلودگی زیادی آنجا را فر گرفته باشد .

تلفن همراه هوشمند تنها با دست ها در ارتباط است و با این وجود شما باور می کنید که آیا این باعث ایجاد برخی آکنه بر روی صورت شما می شوند؟بله چرا که دستان شما آلوده می شوند و سپس با لمس صورت توسط دستانتان ، آلوده می شود . بنابراین برای جلوگیری از این مشکل با استفاده از یک دستمال مرطوب می توانید تلفن همراه هوشمندتان را تمیز کنید .

### ۵- کارت های پلاستیکی

تا سال های گذشته پول یکی از از کثیف وسایل و اشیاء شمرده می شد که پس از اختراع کارت های بانکی امروزه اغلب مردم بجای حمل پول نقد با خود ، کارت های بانکی شان را حمل می کنند . با این حال از این کارت روزانه زیاد

## کودکان

### عواقب تنبیه بدنی کودک

زدن کودک نه تنها مشکلی را برطرف نمی کند، بلکه به او می آموزد که نسبت به خود احساس بدی داشته و عزت نفس اش را برای همیشه از دست بدهد.

زدن کودک به بهانه تنبیه باعث می شود که او احساس عجز و ناامیدی کرده و به مرور افسرده و پرخاشگر شود. این در حالی است که عزت نفس پائین می تواند تا آخر عمر همراه کودک باشد. از این رو اگر از کودکمان اشتباهی سر زد باید در وهله اول خونسردی خود را حفظ کنیم و حتی ادای کتک زدن را هم درنیآوریم، چون می تواند مثل ضربه های، روح او را زخمی کند.

متأسفانه تنبیه بدنی می تواند کودکان را درباره شناخت و تشخیص درست از غلط به اشتباه بیندازد. از این رو باید به کودکانمان پیامی را که روش های غیر مضر را برای بیان احساسات خود به کار گیرند و بدانند که فقط در این حالت احساساتشان مورد پذیرش قرار می گیرد.

تنبیه بدنی فرزندان به این معناست که رفتار ما درست بوده و حق با ماست، از همین رو به احتمال خیلی زیاد او نیز در آینده، کتک زدن را عمل درستی برای رسیدن به حق و حقوق خود بداند و به اطرافیانش صدمات جسمی وارد کند، مثلاً دوستانش و حتی همسرش را در آینده کتک بزند.

تنبیه بدنی به جد زمینه افت تحصیلی کودکان را فراهم کرده و موجب می شود فرد از پیشرفت و خلاقیت باز بماند، هنگامی که فرزندان بی ادبی می کنند عکس العمل زود و نسنجیده ما راه به جایی نمی برد. بلکه می توانیم با سنگین کردن جو به او فرصت دهیم برای مدت کوتاهی احساس جدایی کرده و به رفتار زشتش فکر کند، چون کودکان در صورت کتک خوردن کنترل درون خود را از دست داده و همیشه برای تشخیص درست از غلط چشمشان به تصمیم دیگران خواهد بود. آموزش دیدن و صحبت کردن با والدین با تجربه و موفق در تربیت فرزندان می تواند سطح اختلالات روحی در نسل های آتی را کاهش دهد و از بسیاری از ناکامی های خانوادگی بکاهد.

### پزشک خود باشید

از سرطان سینه میترسید؛ گندم، سیوس و کلم مصرف کنید. این مواد هورمون های زنانه را در سطح سالم نگه میدارد و از بیماری پیشگیری میکند. زخم معده دارید؛ کلم بخورید. کلم به درمان زخم معده کمک میکند.

از اسهال فراری هستید؛ سیب بخورید. سیب را با پوست رنده کنید. بگذارید تا قهوه ای شود (اکسید) و برای درمان اسهال آنرا بخورید. موز کال هم معجزه میکند.

از گرفتگی عروق رنج میبرید؛ آووکادو بخورید. چربی غیر اشباع شده موجود در آووکادو، کلسترول را پایین می آورد. البته مراقب باشید که با داروهایتان تداخل نداشته باشد.

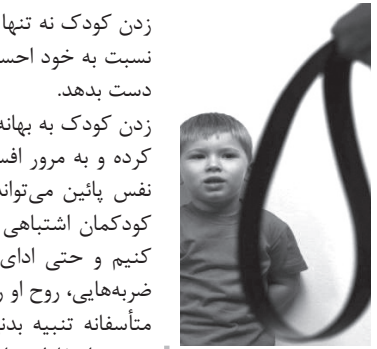
فشار خونتان بالاست؛ کرفس و روغن زیتون دوای درد شماست. هم روغن زیتون و هم کرفس شامل ماده ای است که فشار خون را پایین می آورد.

در هوای آلوده شهری برای فرار از سرطان ریه چه کنیم؟ سبزیهای سبز تیره و نارنجی رنگ مصرف کنید. بتاکاروتن پادزهر مفیدی است که در سبزی هایی مثل اسفناج و هویج وجود دارد و ریه را بیمه میکند.

اگر ناهماهنگی قند خون دارید؛ کلم بروکلی و بادام زمینی و کره بادام زمینی میل کنید. همگی انسولین و قند خون را تنظیم میکند. برای جلوگیری از سکنه؛ چای بخورید چون چای از رسوب چربی بر روی دیواره رگ ها جلوگیری میکند. چای سبز برای سیستم ایمنی و استحکام دندان هم فوق العاده است!

کم خون هستید و دنبال ویتامین B برای جذب آهن هستید؛ کیوی دو برابر پرتقال ویتامین B دارد!

میخواهید روی ماه دکتر را نبینید؛ روزی یک سیب بخورید! سیب گرچه اندازه پرتقال و کیوی ویتامین B ندارد اما دارای آنتی اکسیدان است که فعالیت ویتامین B را در بدن تشدید میکند و خطر سرطان روده بزرگ، حمله قلبی و سکنه مغزی را از بین میبرد! از سنگ کلیه در غذایی؛ پرتقال شیرین ترین داروی شماست . پرتقال سنگ های کلیه را از بین میبرد و سنگ را در خود حل میکند!



### تنبیه بدنی می تواند

کودکان را دربارۀ شناخت و تشخیص درست از غلط

به اشتباه بیندازد. از این رو باید به

کودکانمان پیامی را که روش های غیر مضر را برای بیان احساسات خود به

کار گیرند و بدانند که فقط در این

حالت احساساتشان مورد پذیرش قرار

می گیرد.

از بسیاری از ناکامی های خانوادگی بکاهد.

تنبیه بدنی به جد زمینه افت تحصیلی کودکان را فراهم کرده و موجب می شود فرد از پیشرفت و خلاقیت باز بماند، هنگامی که فرزندان بی ادبی می کنند عکس العمل زود و نسنجیده ما راه به جایی نمی برد.

بلکه می توانیم با سنگین کردن جو به او فرصت دهیم برای مدت کوتاهی احساس جدایی کرده و به رفتار زشتش فکر کند، چون کودکان در صورت کتک خوردن کنترل درون خود را از دست داده و همیشه برای تشخیص درست از غلط چشمشان به تصمیم دیگران خواهد بود.

آموزش دیدن و صحبت کردن با والدین با تجربه و موفق در تربیت فرزندان می تواند سطح اختلالات روحی در نسل های آتی را کاهش دهد و از بسیاری از ناکامی های خانوادگی بکاهد.

از اسهال فراری هستید؛ سیب بخورید. سیب را با پوست رنده کنید. بگذارید تا قهوه ای شود (اکسید) و برای درمان اسهال آنرا بخورید. موز کال هم معجزه میکند.

از گرفتگی عروق رنج میبرید؛ آووکادو بخورید. چربی غیر اشباع شده موجود در آووکادو، کلسترول را پایین می آورد. البته مراقب باشید که با داروهایتان تداخل نداشته باشد.

فشار خونتان بالاست؛ کرفس و روغن زیتون دوای درد شماست. هم روغن زیتون و هم کرفس شامل ماده ای است که فشار خون را پایین می آورد.

در هوای آلوده شهری برای فرار از سرطان ریه چه کنیم؟ سبزیهای سبز تیره و نارنجی رنگ مصرف کنید. بتاکاروتن پادزهر مفیدی است که در سبزی هایی مثل اسفناج و هویج وجود دارد و ریه را بیمه میکند.

اگر ناهماهنگی قند خون دارید؛ کلم بروکلی و بادام زمینی و کره بادام زمینی میل کنید. همگی انسولین و قند خون را تنظیم میکند. برای جلوگیری از سکنه؛ چای بخورید چون چای از رسوب چربی بر روی دیواره رگ ها جلوگیری میکند. چای سبز برای سیستم ایمنی و استحکام دندان هم فوق العاده است!

کم خون هستید و دنبال ویتامین B برای جذب آهن هستید؛ کیوی دو برابر پرتقال ویتامین B دارد!

میخواهید روی ماه دکتر را نبینید؛ روزی یک سیب بخورید! سیب گرچه اندازه پرتقال و کیوی ویتامین B ندارد اما دارای آنتی اکسیدان است که فعالیت ویتامین B را در بدن تشدید میکند و خطر سرطان روده بزرگ، حمله قلبی و سکنه مغزی را از بین میبرد!

از سنگ کلیه در غذایی؛ پرتقال شیرین ترین داروی شماست . پرتقال سنگ های کلیه را از بین میبرد و سنگ را در خود حل میکند!



### تنظیم چرخه خواب در فصل بهار

#### با ساعت بیولوژیکی بدن

خواب آلودگی های قابل توجه در اثر نوسانات فصلی بسیار رایجند. واقعیت این است که بدن ما برای تنظیم چرخه خواب و بیداری و برای مطابقت با الگوهای فصلی نیاز به زمان دارد. تغییرات بیولوژیکی و تغییرات رفتاری ناخودآگاه با تغییرات فصلی منجر به محرومیت از خواب در برخی و افزایش زمان خواب در برخی دیگر می شود.

در اینجا پیشنهادهایی برای کمک به تنظیم چرخه خواب همراه با تغییر فصل بیشتر معرفی شده است:

**در طول روز ورزش کنید.** حتی ترمش های ملایم مانند پیاده روی می تواند به شما کمک کند که شب ها خواب بهتری داشته باشید. انجام روزانه ۳۰ دقیقه ورزش ملایم و یا حتی سه بار در هفته می تواند چرخه خواب و بیداری شما را تنظیم کند. از ورزش های خیلی شدید در هنگام عصر پرهیز کنید که خود باعث دیر به خواب رفتن شما می شود.

از کافئین پرهیز کنید: کافئین محرک است و خواب را مختل می کند. از مواد تحریک کننده مانند الکل، کافئین، چای، شکلات و برخی از داروهای ضد درد که با خواب تداخل می کنند، دوری کنید.

الکل و کافئین خود می توانند خواب شما را ۴ تا ۶ ساعت دچار اختلال کنند. افراد سیگاری نیز باید بدانند که سیگار خود یک محرک دیگر برای اختلال در چرخه خواب و بیداری است.

**روشنی نور اول صبح را ببینید.** روزهای آفتابی با تابش نور خورشید بیدار شوید. پیاده روی کردن در صبح زود و یا خوردن صبحانه در هوای آزاد، باعث بهتر شدن خلق و خو و بهتر خوابیدن در شب خواهد شد.

**غذاهای سنگین نخورید.** سوء هاضمه در نتیجه استفاده از غذاهای تند و چرب می تواند منجر به بی خوابی شود. برای راحت تر خوابیدن، در هنگام عصر غذاهای سبک را انتخاب کنید.

**نزدیک به خواب تلویزیون را خاموش کنید.** یکی از راه هایی که می توان صبح زود بیدار شد، این است که به مقدار کافی شب ها بخوابید و قبل از خواب آرامش داشته باشید. اگر قبل از خواب، تلویزیون ببینید یا با کامپیوتر کار کنید، به سختی خواهید خوابید. حداقل یک ساعت قبل از رفتن به رختخواب، از این وسایل استفاده نکنید.

اگر شب ها دیر بخوابید و صبح با ساعت زنگ دار بیدار شوید، ممکن است ندانید بدنتان به چند ساعت خواب نیاز دارد. به طور کلی بدن، با روش های خاصی ساعات خواب خود را تنظیم می کند، مثل پایین آمدن ناگهانی درجه حرارت بدن، کاهش ضربان قلب و ترشح هورمون ملاتونین در خون ۱ تا ۲ ساعت قبل از خواب.

بیشترین این تغییرات در ساعت ۳ تا ۴ صبح رخ می دهد. سپس بدن خود را برای بیداری شدن در صبح زود آماده می کند. پس یکی از بهترین کارها برای بیدار شدن در صبح زود این است که شب ها ۷ تا ۸ ساعت بخوابید؛ این کار را چند هفته انجام دهید، بعد می بینید که بدون ساعت زنگدار هم می توانید از خواب بیدار شوید.

**خواب نیمروزی داشته باشید.** اگر در طول روز احساس خواب آلودگی می کنید، یک خواب کوتاه بعد از ظهر داشته باشید و البته این زمان خواب نباید خیلی به شب نزدیک باشد. حتی از یک ساعت خواب بیشتر در هنگام صبح خودداری کنید.

**بدانید که چه میزان خواب نیاز دارید.** هر کس با تغییرات سنی خودش، میزان خواب و بیداری مورد نیازش را می داند. این همان ساعت بدن است که باید از آن با خبر باشید تا بدون هشدار زنگ بتوانید از خواب بیدار شوید.

**دلیل خواب آلودگی افراد در فصل بهار چیست؟** با تغییر آب و هوا و افزایش رطوبت و همچنین افزایش ذرات گیاهی موجود در هوا، رخوت و سستی در بدن افراد ایجاد می شود. کم خوابی با توجه به افزایش طول روز و کوتاهی ساعات شب در بهار تشدید می شود و پس از مدتی و گذشت حدود ۲ ماه از بهار خودبه خود خوب می شود.

این موضوع عارضه خاصی به عنوان بیماری نیست و افزایش استراحت در فصل بهار می تواند به از بین رفتن این سستی کمک کند. در سرمای زمستان، رگ های سطحی بدن جمع و منقبض می شوند تا بدن گرمای کمتری از دست بدهد و دمای آن ثابت بماند. لذا خون و اکسیژن بیشتری به سمت اندام های داخلی و خصوصاً مغز می رود اما زمانی که بهار فرا می رسد، با گرم شدن هوا، رگ های خونی گشاد و منبسط می شوند، لذا فشار خون کم شده و بیشتر جریان خون به سمت پوست می رود و خون و اکسیژن کمتری به سمت مغز می رود.

همچنین افزایش فعالیت سوخت و ساز بدن در بهار نیاز به اکسیژن بیشتری دارد، لذا اکسیژن کمتری به طرف مغز فرستاده می شود. لذا مغز به مدت زمانی نیاز دارد که خود را با شرایط جدید وفق دهد و تا این هماهنگی صورت بگیرد حالت خواب آلودگی فصل بهار بروز می کند.

بدن بعضی از افراد سریعاً با این شرایط جدید هماهنگ می شوند، ولی گروه دیگری برای هماهنگ شدن با تغییر دما زمان می خو اهند؛ مثلاً در افراد مسن، زمان بیشتری طول می کشد تا از خواب آلودگی بهار و کسلی آن رها شوند.

## خواص مواد غذایی

### نقش مصرف میوه و سبزی در سلامتی

#### ۱. سیب زمینی

اگر از خوردن سیب زمینی به علت این تصور که سرشار از کربوهیدرات های نشاسته ای است، خودداری می کنید، باید در این صورتنان تجدید نظر کنید. سیب زمینی، منبع عالی از کربوهیدرات های پیچیده است و مقدار مناسبی هم فیبر، پتاسیم و ویتامین C است. در واقع، هر عدد سیب زمینی حدوداً ۲۰ گرم کربوهیدرات پیچیده دارد.

البته نباید در مصرف سس ها، روغن ها و چاشنی های مختلف همراه با سیب زمینی زیاده روی کنید، چون این کار می تواند چربی و کالری سیب زمینی را شدیداً افزایش بدهد. شما می توانید از فلفل چیلی، سیر، گوجه فرنگی تازه و آووکادو همراه با سیب زمینی استفاده کنید تا غذای کاملاً سالم و مغذی ای داشته باشید .

#### ۲. مارچوبه

این سبزی بهاری، یکی از بهترین سبزی هایی است که همواره باید در سبد غذایی شما وجود داشته باشد. مارچوبه سرشار از فولات، مس، تیامین و ریبوفلاوین است. هر فنجان مارچوبه بیش از ۱۰۰۰ درصد نیاز روزانه بدن به ویتامین K را هم تأمین می کند. محققان به طور خاص بر فیتوکمیکال های (مواد شیمیایی گیاهی) موجود در مارچوبه تأکید دارند که می توانند بسیاری از بیماری ها را دفع کنند. شما می توانید از مارچوبه در تهیه پاستا، غذاهایی که در فر تهیه می شوند و... استفاده کنید .

#### ۳. کلم بروکسل

بسیاری از افراد به کلم هایی مانند کلم بروکسل علاقه ندارند، اما مشکل آنان بیشتر به انتخاب شیوه نادرست برای آماده سازی این کلم ها برمی گردد. یکی از بهترین شیوه ها برای خوردن کلم بروکسل، تفت دادن این سبزی همراه با روغن زیتون و کمی نمک است، چون حالت کاراملی و تردی به کلم بروکسل می دهد.

#### ۴. چغندر

چغندر از سبزی هایی نیست که جایگاه ثابتی در سبد غذایی بسیاری از افراد داشته باشد، اما محققان می گویند که باید چنین جایگاهی را برای چغندر قائل شد . طبق مطالعه منتشر شده در مجله Nutrients ، چغندر می تواند اثرات ضدالتهابی و محافظت کننده در مقابل مواد شیمیایی داشته باشد، چون سرشار از ترکیب ویژه ای به نام بتالانین است.

این رنگدانه غنی، رنگ تیره و غلیظ چغندر را به وجود می آورد و خاصیت آنتی اکسیدانی قدرتمندی دارد. مصرف چغندر به طور منظم می تواند به تنظیم فشار خون کمک کند، چون نیترات درون این سبزی به انبساط رگ های خونی منجر می شود .

#### ۵. کرفس

کرفس، با این که بسیار کم کالری است، مقدار زیادی ویتامین K و فولات دارد. شما می توانید از کرفس همراه با پیاز و هویج در تهیه بسیاری از غذاهای کمک بگیرید. هر ساقه بزرگ از کرفس کمتر از ۱۰ کالری به بدن می رساند، درحالی که تراکم مواد مغذی در این مقدار از کرفس واقعاً بالا است .

#### ۶. تربچه

اگرچه تربچه ها به انواع مختلفی تقسیم می شوند، اما تربچه های قرمز بیشتر از همه شناخته شده اند و محبوبیت بیشتری دارند. تربچه های قرمز هم ترد و هم تند هستند و گزینه فوق العاده ای برای تهیه سالادها به شمار می روند. شما می توانید تربچه ها را به صورت خام، گریل شده، بخارپز یا سرخ شده مصرف کنید.

تربچه ها واقعا کم کالری هستند (کمتر از ۱۰ کالری در هر نصف فنجان، درحالی که همین مقدار می تواند ۱۱ درصد از نیاز روزانه بدن به ویتامین C را تأمین کند. به علاوه، تربچه ها حاوی سولفورافان هستند که نوعی فیتوکمیکال است و با کاهش رشد سلول های سرطانی ارتباط دارد .

#### ۷. کنگر فرنگی

کنگر فرنگی سرشار از فیبر است و هر تکه از آن حدوداً ۱۰ گرم فیبر به بدن می رساند. بنابراین، کنگر فرنگی را می توان از بهترین گزینه ها برای افزودن به وعده غذایی شام تلقی کرد. کنگر فرنگی، منبع خوبی برای دریافت فولات، ویتامین K و منیزیم محسوب می شود و همچنین پلی فنول های مهمی دارد که در کاهش خطر ابتلا به سرطان موثر هستند. شما می توانید کنگر فرنگی را به صورت پخته شده، تفت داده یا گریل شده مصرف کنید .



امام محمدباقر علیه السلام فرمودند:

سخن طیب و پاکیزه را از هر که گفت بگیرد، اگر چه او خود، بدان عمل نکند.

(تحف العقول، ص ۳۹۱)

در خطبه بی ۱۵۶ نهج البلاغه آمده است که امام علی بعد از جنگ جمل فرمود:

ولما بعد حرمنا اللّٰه و انساب علی الله تعالی یعنی بحرمنا علیه احترام نخست او برقرار است و سبب سبب اعمال او با خدا بزرگ است.

## گلایه مردم از برخی ادارات در زمینه بهسازی بافت فرسوده

به گزارش میلاد لارستان حجت الاسلام سیدمختار موسوی، در جلسه شورای اداری لارستان، با تریک اعیاد شعبانیه، روز پاسدار و جانباز، اظهار داشت: سیره ائمه اطهار(ع) باعث حفظ و گسترش مبانی اسلامی است که صحیفه سجادیه امام چهارم نمونه ای بارز از مبانی والاست. وی با بیان اینکه در دعایی از امام سجاد(ع) اهمیت موضوع مرزبانی در عرصه های جغرافیایی و اعتقادی مطرح شده است، افزود: مسئولان جامعه اسلامی هدفشان حفظ و گسترش اسلام است که خود ابعاد مختلفی شامل جنگ نرم، اقتصادی و غیره است. امام جمعه لارستان، با بازخوانی شعار سال ۱۳۹۷ با عنوان «حمایت از کالای ایرانی»، تصریح کرد: اگر می خواهیم حمایت از کالای ایرانی به یک مطالبه اجتماعی تبدیل شود، باید این مسئله به گفتمان مسئولان تبدیل شود.

این استاد حوزه و دانشگاه، با تأکید بر اهمیت حمایت از محصولات تولید داخل، ادامه داد: اگر مسئولان از کالای ایرانی حمایت کردند، مصرف کالای ایرانی برای آحاد جامعه به یک فرهنگ مبدل می شود. موسوی، با اشاره به مناسبت نیمه شعبان و میلاد حضرت ولی عصر(عج)، عنوان کرد: دشمنان موضوع مهدویت را یکی از ۲ رکن قوام و عزت شیعه می دانند که مهدویت امید به آینده است و به همین دلیل باید از جهات مختلف در این زمینه در سطح ادارات برنامه ریزی شود. وی با تأکید بر اهمیت رسیدگی به بافت های فرسوده، خاطر نشان کرد: مسئله رفع نواقص موجود در بافت های فرسوده از اولویت های پیش روی مسئولان در سطح کشور است و باید ادارات مرتبط از این ظرفیت در سطح لارستان استفاده کنند. امام جمعه لارستان، با اشاره به نگرانی های موجود در زمان وقوع رخدادهای



طبیعی همچون بارندگی در سطح محلات شهر قدیم لار و بافت های فرسوده، گفت: مردم به دلیل مشکلات موجود ایجاد شده توسط برخی ادارات در زمینه بهسازی اماکن بافت فرسوده گلایه دارند که باید این مسئله برطرف شود و ادارات با ارائه راهکارهای قانونی در این زمینه به مردم کمک کنند. وی با بیان اینکه نمی شود به مردم گفت که شما صاحب ملک خود هستید اما حق تصرف مالکانه در آن ندارید، تصریح کرد: نباید با ایجاد بن بست در مسیر بهسازی بافت های فرسوده، مانعی برای بازسازی این بخش از شهر به وجود آید.

## شهرداری لار، اداره برتر ستاد تسهیلات سفر نوروزی ۹۷ لارستان



به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی شهرداری لار، در جلسه شورای اداری شهرستان لارستان که در محل سالن شهید امامی فرمانداری ویژه شهرستان برگزار شد، شهرداری لار از سوی ستاد تسهیلات سفر نوروزی ۹۷ به عنوان اداره دشت کرپلا حضرت محمدرضا قنبریزاده، شهردار لار، لوح سپاس را از دست مسئولین شهرستان دریافت کرد. مصباح قنای، خبرنگار روابط عمومی شهرداری لار

## تجلیل از جانبازان شاغل در فرمانداری ویژه لارستان



در این مراسم، فرماندار ویژه لارستان در سخنانی ضمن تریک اعیاد بزرگ شعبانیه، رشادت ها، ایثارگری ها و فداکاریهای تمامی جانبازان قهرمان را ارج نهاد و این روز بزرگ را به تمامی جانبازان عزیز تبریک و تهنیت گفت. در این مراسم از محمد اسماعیل محسن زاده و محمد حسین رحیمی نژاد از جانبازان سرافراز دوران دفاع مقدس و شاغل در فرمانداری ویژه لارستان تقدیر شد.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان؛ در مراسمی به مناسبت فرارسیدن ولادت باسعادت علمدار دشت کرپلا حضرت ابوالفضل العباس(ع) و روز جانباز، با حضور جلیل حسنی معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان، علی اصغر علی پور معاون برنامه ریزی و امور عمرانی فرمانداری و کلیه پرسنل این مجموعه، از جانبازان شاغل در فرمانداری تجلیل شد.

## تولید روزانه بیش از ۱۰۰۰ تن زباله در شیراز

تفکیک در مبدأ ، ذخیره سازی مناسب، رعایت تقویم زمان بندی، حذف ناهنجاری های مربوط به زباله ها، مدیریت اصولی پسماندهای ساختمانی و حفظ نظافت و پاکیزگی معابر از جمله مواردی است که به شهروندان آموزش داده می شود تا شاهد با ایجاد روحیه مشارکت جوانانه و ارتقای دانش و آگاهی عمومی آنها باشیم. رییس سازمان مدیریت پسماند شهرداری شیراز عنوان کرد: زمانی می توانیم ادعا کنیم که در زمینه فرهنگ حفاظت از محیط زیست و کنترل و کاهش پسماندها، به دستاوردهایی رسیده ایم که آمار عملکردمان از سخنان و شعارهایمان پیشی بگیرد. خوشبخت بر ارجحیت و اهمیت عمل بر شعار تأکید کرد و افزود: متأسفانه هنوز در برخی سازمان ها که خود به نحوی متولی مراقبت از محیط زیست یا بنیان گذار این قبیل برنامه ها هستند اقدام یکبار مصرف و پلاستیکی مورد استفاده قرار می گیرد که این پسماند شهرداری شیراز است.

نکته نشان می دهد هنوز برنامه ها و شعارها در حد حرف و سخن باقی مانده اند. رییس سازمان مدیریت پسماند شهرداری شیراز با اشاره به اینکه ۲۱ تیرماه روز جهانی بدون نایلکس نام گذاری شده است افزود: در راستای عملی کردن برنامه ها و شعارها در نظر داریم پویای جدیدی راه اندازی کنیم که در آن، برنامه های کاربردی به صورت فصلی یا ماهیانه پیش بینی شده است تا سازمان ها و نهادها بتوانند به صورت عملی و گام به گام در راستای برنامه های بلند مدت کاهش تولید پسماندهای پلاستیکی گام بردارند. وی افزود: آموزش چهره به چهره، ایجاد کارگاه، برگزاری نمایشگاه و فرهنگ سازی از طریق رسانه های عمومی، نصب استند و بلبورد بر روی پل های هوایی، بدنه و پشت شیشه اتوبوس های درون شهری، ایستگاه های اتوبوس شهری، فضاهای مجازی و... از جمله اقدامات فرهنگی- آموزشی سازمان مدیریت پسماند شهرداری شیراز است.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری تسنیم و روابط عمومی شهرداری شیراز، روح... خوشبخت، رئیس سازمان مدیریت پسماند شهرداری شیراز، با گرامیداشت روز زمین پاک، اظهار داشت: تفکیک در مبدأ پسماند، از اهمیت قابل توجهی برخوردار است و در این زمینه ۵۸ ایستگاه ثابت بازیافت در سطح مناطق ۱۱ گانه به صورت دو شیفت در روز در حال خدمات رسانی هستند. وی افزود: همچنین پسماندهای خشک به صورت هفتگی توسط ۴۵ دستگاه خودرو و ۱۰۰ موتور ۳ چرخ، از سطح مناطق ۱۱ گانه شیراز جمع آوری می شوند. رییس سازمان مدیریت پسماند شهرداری شیراز، یکی از وظایف این سازمان را فراهم کردن زمینه های ارتقای آگاهی و افزایش تعامل با شهروندان دانست و تصریح کرد: از ابتدای سال ۹۳ با هدف مدیریت صحیح بر پسماندهای تولیدی اقدام به آموزش شهروندان کردیم. کاهش تولید پسماند،

## تجهیز روستاهای بالای ۲۰ خانوار استان فارس به اینترنت پرسرعت



با قابلیت 4G است که در حال حاضر بالای ۵۰ درصد از روستاهای بالای ۲۰ خانوار استان فارس به این تکنولوژی مجهز هستند. مدیرکل ارتباطات و فناوری اطلاعات استان فارس با بیان اینکه در دهه فجر سال گذشته همزمان با سراسر کشور تمام ۱۰۵ شهر استان فارس نیز به اینترنت 4G و 3G مجهز شدند، خاطر نشان کرد: هم اکنون شرکت خدماتی «iweb» خدمات خود را به شکل سیم کارت های همراه اول، ایرانسل و همچنین سیم کارت های که خود تهیه می کند ارائه می دهد. وی در پاسخ به سوال خبرنگار تسنیم در مورد تصمیم اداره کل ارتباطات و فناوری اطلاعات برای برطرف کردن مشکل اینترنت

به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری تسنیم ، مهرداد سهرابی، مدیرکل ارتباطات و فناوری اطلاعات استان فارس، در جمع خبرنگاران اظهار داشت: در مرحله نخست فاز دوم این طرح در نیمه نخست سال ۹۷ اینترنت پرسرعت سیار در ۶۲ سایت ارتباطی روستاهای بالای ۲۰ خانوار فعال می شود که شامل ۲۲ شهرستان است. وی بیان کرد: مرحله دوم آن نیز نیمه دوم اسفند ماه جاری می خورد و امیدواریم تا پایان تمام روستاهای بالای ۲۰ خانوار استان فارس دارای اینترنت پرسرعت شوند. سهرابی افزود: اینترنتی که به روستاها داده می شود، اینترنت خانگی و اینترنت پرسرعت

## فرازی از شریعت نبلی

و تَعَلَّمَ مَا فِي نَفْسِي وَ تَخَبَّرَ حَاجَتِي وَ تَعَرَّفَ ضَمِيرِي وَ لَا يَخْفَى عَلَيْكَ أَمْرٌ مُنْقَلَبِي وَ مَتَوَاتِي وَ مَا أَرِيدُ أَنْ أَبْدِيَ بِهِ مِنْ مَنَاطِقِي وَ اتَّقَوْهُ بِهِ مِنْ طَلِبَتِي وَ أَرْجُوهُ لِعَاقِبَتِي

و تودانی که در دل چه دارم و از نیازم آگهی و نهادم می شناسی؛ و کار این سرای و آن سرایم بر تو پوشیده نیست. [و تودانی] آنچه خواهیم که به زبانم رانم و بنمایم و خواسته ام گویم و آنچه برای سرانجام خویش بدان امیدوارم.

## گشایش نمایشگاه هفته سلامت



به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان؛ نمایشگاه هفته سلامت همزمان با استاندار و فرماندار ویژه لارستان، حضرت حجت الاسلام والمسلمین سید مختار موسوی امام جمعه لار، علی اصغر علی پور معاون برنامه ریزی و امور عمرانی فرمانداری، دکتر کریمی رییس دانشکده علوم پزشکی لارستان، معاونین وی، فرماندهان نظامی و انتظامی، شهردار و رییس شورای اسلامی شهر و جمعی از مسئولین شهرستان، با شعار "پوشش همگانی، سلامت برای همه، در همه جا" در لارستان گشایش یافت. دکتر کریمی، رییس دانشکده علوم پزشکی لارستان، در مراسم افتتاحیه نمایشگاه هفته

## فرونشست خاک در فارس ۱۷ سانتی متر، در دنیا ۴ میلی متر!



به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری فارس ، اسماعیل تبادار در نشست ستاد اقتصاد مقاومتی استان اظهار داشت: مسئله بسیار مهم در بحث صادرات غیرنفتی استان فارس، رساندن حجم مالی آن به ۲ میلیارد دلار در سال ۹۷ خواهد بود که تمام دستگاه ها و بخش خصوصی این مورد مهم را باید مدنظر داشته باشند.

وی با تأکید بر بازاریابی در بحث صادرات به سفر خود به کشور قطر اشاره کرد و گفت: در سفر به قطر ماستی را در سفره غذا برای ما آوردند که محصول ترکیبی بود و میزبان قطری از ما به دلیل اینکه ماست ایرانی برایمان نیآورده بود عذرخواهی کرد و گفت ماست ایرانی در بازار نبود. جالب آنکه وی اقرار کرد که همیشه در منزل ماست ایرانی مصرف می کنند. مقام عالی دولت در استان فارس با طرح این پرسش که وقتی زمینه جذب محصولات ایران در کشورهای دیگر وجود دارد، چرا نباید این بازارها را به دست آورد؟ تصریح کرد: در محصولات که در حال حاضر صادر می کنیم باید دقت کرد که امکان افزایش آن وجود دارد یا نه و پس از آن مشکلات و موانع بر سر راه موضوع را با حضور تولیدکنندگان حل کرد. استاندار فارس همچنین گفت: مجموعه دستگاه های چون صنعت و معدن، کشاورزی، کار و تعاون و... باید با همفکری زمینه های صادراتی را رصد کرده و در جهت افزایش میزان صادرات استان با همراهی بخش خصوصی قدم بردارند.

تبادار با تأکید بر تولید کالای داخلی خاطر نشان کرد: از تولیدکنندگان نیز انتظار داریم کالای ایرانی با کیفیت تولید کنند چرا که قصد تحویل جنس بیخجل به مردم نداریم. وی اضافه کرد: در سال ۹۶ در اکثر سیمان و... افزایش صادرات داشتیم که امید است این روند صعودی در سال ۹۷ نیز ادامه یابد و رتبه برتر کشور در صادرات غیرنفتی را نصیب استان کنیم. استاندار فارس همچنین با بیان اینکه در بحث محصولات کشاورزی و توسعه صادرات باید به غنی سازی خاک و زمین نیز توجه و برای

مصرف آب استان در حال حاضر از محل خزانه است و این موضوع مخاطرات عدیده ای را ایجاد خواهد کرد و طبق آمار در مصرف آب ذخیره که نداریم هیچ، بلکه ۳ میلیارد مترمکعب آب عقب هستیم و از خزانه مصرف می کنیم.

تمام جلسات استانداری است و موضوع بسیار جدی است: ۹۲ درصد آب استان فارس به بحث کشاورزی اختصاص دارد و اگر بتوانیم ۱۵ تا ۲۰ درصد با روش های گوناگون صرفه جویی کنیم، ۲ میلیارد مترمکعب آب صرفه جویی می شود که یک میزان نجات دهنده است.

تبادار افزود: متأسفانه بارش باران کم شده اما مصرف اگر بیشتر نشده باشد، تغییری هم نکرده که گزارش هایی که بنده دارم نشان می دهد بیشتر هم شده است! استاندار فارس با بیان اینکه مصرف آب استان در حال حاضر از محل خزانه است، تصریح کرد: این موضوع مخاطرات عدیده ای را ایجاد خواهد کرد و طبق آمار در مصرف آب ذخیره که نداریم هیچ، بلکه ۳ میلیارد مترمکعب آب عقب هستیم و از خزانه مصرف می کنیم. وی همچنین گفت: در دنیای پیشرفته ۴ میلی متر فرونشست خاک مخاطره است، در حالی که در استان فارس تا ۱۷ سانتی متر فرونشست داشته ایم که این واقعا نگران کننده است و زیرساخت ها را تهدید می کند. تبادار از تشکیل کمیته مشترک آب در دولت خبر داد و اظهار داشت: وزارتخانه های کشاورزی، صنعت، معدن و تجارت، نیرو و محیط زیست با یک هدف مشترک مسئله آب را در کشور مدیریت خواهند کرد که این اتفاق مبارکی است. استاندار فارس همچنین گفت: سال سختی را به لحاظ آبی پیش رو داریم، اما نمی توان از اقتصاد کشاورزی دست برداشت که با مدیریت منابع آب امکان پذیر است.