



۸



خاطره ای از جانفشانی یک خلبان در امدادرسانی به مردم زلزله زده شهر لار

۸



برای انجام ندادن کار، بی نهایت ماده و تبصره است!

۲



ایمن سازی جاده های گراش با اعتباری بالغ بر ۴۵ میلیارد ریال در سال ۹۶

۲



معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان: شناسایی مناطق آلوده از اولویت اصلی شورای مبارزه با مواد مخدر شهرستان

سلامت

اعتقادی

سبک زندگی

کدبانو

ورزشی

خبر

افتتاح مرکز خدمات جامع سلامت روستایی درز و سایبان

۲

پرداخت ۴ میلیارد و ۴۰۰ میلیون تومان توسط اداره مالیات به شهرداری اوز

۳

حسرت شیرازی‌ها برای صعود به لیگ برتر فوتبال پنج ساله شد

۵

زن های فداکار ولی دوست نداشتنی

۷

دلایل و درمان پوکی استخوان

۸

رونمایی از نخستین بالگرد بدون سرنشین بسیجیان شیرازی در نمایشگاه فناوری کیش



از پایه تا دانشگاه

تدریس خصوصی مجموعه ریاضیات و آمار

زیر نظر خانم زارع، استاد دانشگاه و مدرس آموزشگاه

با ما تماس بگیرید: ۰۹۱۷۷۸۱۱۵۱۸

- مفهومی، با بیانی ساده و روان
- تدریس خصوصی ریاضی ابتدایی با بیانی ساده و مفهومی
- «تدریس مباحث کتاب، مرور، یادآوری و حل سوالات امتحانی»
- تدریس ریاضیات و آمار دانشگاهی
- بررسی و تحلیل تست‌های کنکوری
- کار با نمونه سوالات تخصصی ورودی مدارس تیزهوشان و نمونه دولتی

Design by :R.Kaveh

جناب آقای رسول احمدلو

افتخار آفرینی شما در آزمون سراسری دکترای سال ۱۳۹۷ در رشته تاریخ (گرایش ایران اسلامی) و کسب رتبه ۹ کشوری تبریک عرض نموده، از خداوند منان سربلندی و پیروزی‌تان را آرزو می‌کنیم.

روزنامه میلاد لارستان

با حمایت از **نرم افزار ایرانی ای‌تا** دست بینگاتان و امنیت و آرامش را به کشور خود هدیه کنیم.

با نصب نرم افزار پیام رسان ایرانی و بسیار کاربردی و کاملاً شبیه تلگرام ای‌تا و عضویت در کانال اخبار میلاد لارستان به آدرس زیر با ما همراه باشید

اگر در ای‌تا عضو هستید آدرس زیر را در قسمت جستجو تایپ کنید:

@miladeelarestan

24

آخرین زویندهای ایران و جهان

NEWS

جدیدترین اخبار و تحلیل‌های لارستان و جنوب کشور

دل نوشته های ادبی و علمی، تاریخی و ...

مصاحبه با مشاهیر و نخبگان شهر

عالمگیر حضرت علی

ولادت حضرت علی اکبر روز جوان تبریک عرض نموده، از خداوند تعالی ولایت مداری و سرافرازی برای جوانان آرزو مندیم

روزنامه میلاد لارستان

شناسایی مناطق آلوده از اولویت اصلی شورای مبارزه با مواد مخدر شهرستان



عملیاتی سازیم.

حسنی، گفت: قانون، وظایف کمیته های شورای مبارزه با مواد مخدر را مشخص کرده است که بایستی این کمیته ها فعال باشند و موارد، متناسب با موضوعات در کمیته ها مطرح گردد و جلسات تخصصی با حضور کارشناسان اهل فن ادارات برگزار و خروجی جلسه کمیته ها در شورای هماهنگی بررسی و پیگیری گردد. لذا همه کمیته های عضو شورای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر شهرستان، جلسات کاربردی خود را جدی بگیرند.

رییس شورای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر شهرستان، تصریح کرد: برای مبارزه جدی تر با مواد افیونی به ویژه پیشگیری از اعتیاد باید توجه بیشتری شود و برنامه ها و اقدامات پیشگیرانه در راس قرار گیرند.

وی با بیان اینکه برای مقابله با

ظرفیت های موجود باید مد نظر قرار گیرد.

فرماندار ویژه لارستان، با تاکید بر شناسایی مناطق آلوده و اولویت بندی آن برای پیشگیری و مقابله با اعتیاد گفت: باید برای انجام این مهم از همه ظرفیتهای اجتماعی و همچنین دستگاه های اجرایی، سپاه، آموزش و پرورش، بهزیستی، دانشگاه ها، کمیته امداد امام خمینی(ره) و فنی و حرفه ای بهره لازم را برد.

حسنی از اعضای شوراها هم خواست برنامه های اجرایی یک ماهه خود را در راستای مبارزه با مواد مخدر که در شهرستان اجرایی و عملیاتی کرده اند، در هر جلسه مطرح و تجزیه و تحلیل گردد، تا نقاط قوت تقویت و نقاط ضعف برطرف شود.

معاون استاندار فارس، افزود:

دانشگاه ها، ادارات فرهنگی، آموزش و پرورش، ورزش و جوانان

و دیگر دستگاه ها نیز می بایست

برنامه های خود را برای اوقات فراغت جوانان و نوجوانان تدوین

و در شهرستان اجرا کنند، تا

مستقیماً با جان مردم سرکار دارد و به هیچ

وجه این موضوع قابل اغماض نیست ، ما نیز

موظفیم با افراد و نهاد های مختلف به شدت و

جدیت بسیار برخورد کنیم .

باقری فرد، ادامه داد: رعایت مسائل شهرسازی

و اجرای مناسب طرح های جامع و هادی

شهرها از جمله موارد بسیار مهمی است که

عدم رعایت این موارد میتواند لطمه بسیاری

به سیمای شهری و کیفیت ساخت و ساز وارد

نماید .

در ادامه، مدیران مسکن و ساختمان ، معماری

و شهرسازی ، رئیس اداره نظام مهندسی از

اداره کل و اعضای نظارت عالی به گردشی از

عملکرد خود و فعالیت های انجام شده در

راستای نیل به اهداف مدنظر و اقدامات جهت

اجرای قانون نظام مهندسی و مقررات ملی

ساختمان ارائه نمودند .

مثال بیمه نمازگران در مساجد می

تواند باشد.

معاون مدیر کل امور مالیاتی استان

فارس، نیز در سخنانی ضمن تقدیر

از خدمات مرادپور و کارکنان گروه

مالیاتی اوز گفت: در ارزیابی به

عمل آمده مراد پور رئیس سابق

این اداره و کارکنان گروه مالیاتی

اوز از نظر تعامل با مردم و رعایت

طرح تکثیرم ارباب رجوع جزء

بهترین گروه های مالیاتی منطقه

بوده است.

محمدرضا مروج، باید فرهنگ

مالیاتی نهادینه شود و مردم بدانند

که برخی از مالیات ها از جمله

مالیات بر ارزش افزوده در محل

هزینه می شود، گفت: از محل

درآمدهای ارزش افزوده از سال

۹۲ تا سال ۹۶ مبلغ ۴ میلیارد و

۹۲ میلیارد و ۴۰۰ میلیون تومان توسط اداره مالیات به شهرداری اوز

۴۰۰ میلیون تومان به شهرداری

اوز پرداخت شده و نیز مبلغ یک

میلیارد و ۷۵۰ میلیون تومان به

دهیاری ها در سال های ۹۵ و ۹۶

پرداخت شده است.

وی در پاسخ به درخواست بخشدار

عنوان کرد: با توجه به ارتقای

اداره لرا به معاونت مدیر کل

پس از درخواست ارتقا و ارائه

آمار و مستندات به استان موضوع

را پیگیری خواهد کرد تا این

درخواست محقق شود.

در ادامه از زحمات مراد پور، رئیس

سابق این اداره و کارکنان گروه

مالیاتی اوز که از نظر تعامل با

مردم و رعایت طرح تکثیرم ارباب

رجوع جزء بهترین گروه های

مالیاتی منطقه بوده است، تقدیر و

تشکر گردید.

عباس افشارکی، به عنوان رئیس

گروه حسابرسی مالیاتی اوز طی

حکمی که از سوی محسن کاویانی

مدیر کل امور مالیاتی استان

انتصاب شد.

وی اهل زین دشت و ۲۱سال

سابقه کاری را در کارنامه کاری

خود دارد و در حال حاضر

دانشجوی ترم آخر حسابداری می

باشد.

۱۳۹۷/۰۱/۲۲ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۷/۰۲/۰۶

م/الف/۱۵۲

افتتاح مرکز خدمات جامع سلامت روستایی درز و سایبان



فرمانداری ارائه کنند.

وی خاطر نشان کرد: اگر یک جوان برنامه نداشته باشد و بیکار باشد، خدای نکرده به سمت مواد مخدر و یا دیگر آسیب های اجتماعی می رود، پس ادارات ذیربط توجه ویژه به این موضوع داشته باشند، البته این برنامه ها مختص مرکز شهرستان تنها هم نباشد، بلکه در تمام بخشها، شهرها و روستاهای منطقه لارستان بایستی برنامه های فرهنگی و ورزشی و غیره اجرا گردد.

حسنی با تاکید بر اینکه نشاط، شادابی، امید، انگیزه و طراوت می تواند در سالم سازی جامعه نقش بسزایی داشته باشد؛ خاطر نشان کرد: دستگاه های اجرایی شهرستان از این موضوعات غفلت نکنند و تا می توانند از خود خلاقیت نشان دهند و برای جوانان شهر و روستا برنامه های شاد و مفرح ارائه دهند.

وی در پایان سخنانش با بیان اینکه اقدامات ما باید مبتنی بر نیاز جامعه باشد، اظهار داشت: ادارات برای جامعه هدف خود نیز برنامه ریزی کنند و آموزش های لازم را به آنها بیاورند.

پیش از این نیز جمعی از اعضای جلسه پیشنهادها و راهکارهای لازم در خصوص مبارزه با مواد مخدر در شهرستان ارائه کردند.

به گزارش میلا لارستان به نقل از روابط عمومی اداره کل راه و شهرسازی لارستان، محمدباقر تنهایی پور از ایمن سازی محورهای حوزه راه و شهرسازی این شهرستان در سال ۹۶ به ارزش ۴۵ میلیارد ریال خبر داد .

تنهایی پور، اظهارداشت: عملیات راهداری در جاده ها امری ضروری است و به منظور رسیدن به اهداف خود در این مسیر لازم است با ارتقاء ایمنی برای تردد وسایل نقلیه در محورهای حوزه استحفاظی گامی بلند تر در جهت کاهش تصادفات برداشته شود .

وی افزود : به موجب آرمش در رانندگان عبوری از مسیرها و نیز برای مشکلات موجود در راه باید اقدامات موثری صورت پذیرد و مشکل را در آن ناحیه مرتفع نمود

چرا که بخشی از مشکلات موجود در جاده ها با کمترین هزینه و اقدام درست بر اساس راهداری محوری برطرف خواهد شد.

رییس اداره راه و شهرسازی گراش، با بیان اینکه در محور اوز حوزه گراش نسبت به نصب حدود ۴۰۰۰ عددانواع علائم ترافیکی، ۱۶۵۰۰۰ متر مکعب خاکریزی پرتگاه ها ۶۰۰ کیلومتر خط کشی و صورت پذیرفت.

... به ارزش ۴۵ میلیارد ریال در سال گذشته انجام گردیده ، افزود: با این اقدامات کمتر آمار تصادفات در حوزه راه داشتیم و با برنامه ریزی های انجام شده در سال ۹۷ این روند را ادامه خواهیم داد.

تنهایی پور۷ همچنین تصریح کرد : ابنیه فنی راه ها از بخش های مهم و دخیل در زمینه ی ایمنی جاده ها می باشد و طبیعتاً جهت ترخ بالای تصادفات می بایست اقدامات جدی و موثری را نسبت به ایمنی آن صورت داد و بر این اساس بازدید از ۳۰۰ دستگاه پل حوزه استحفاظی شهرستان گراش برای بررسی وضعیت پل ها و ابنیه فنی واقع در جاده ها در ابتدای سال ۹۷ توسط پرسنل این اداره صورت پذیرفت.

منطقه جغرافیایی در سازمان جهانی مالکیت فکری ثبت جهانی شده است که دو منطقه آن متعلق به استان فارس است.

وی با بیان اینکه ثبت جهانی مناطق جغرافیایی فرش ایران تنها یک اقدام اولیه و حقوقی است که مانع از دست اندازی به این میراث می شود، افزود: این ازین به بعد باید در بازارسازی و تجاری سازی این فرش ها تلاش شود و این برند باید در بازارهای جهانی مدام تبلیغ شود تا مشتریان برون مرزی به دنبال خرید این برندها باشند.

زمینه توسعه صادرات فرش دستباف قشقایی و گبه فارس فراهم شود

اسماعیل تبادار، استاندار فارس نیز در این مراسم با بیان اینکه ۵۰ درصد رشته های صنایع دستی کشور در فارس موجود است، اظهار داشت: در استان فارس ظرفیتهای زیادی وجود دارد که فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از آنهاست و بافندگان فرش و تجار استان فارس باید در راه توسعه این ظرفیت تلاش کنند.

وی با بیان اینکه فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از سرمایه های مهم استان جهانی نیز شده اند باید در حفظ و صیانت از این هنر تلاش شود، خاطرنشان کرد: امید است که ثبت جهانی این دو هنر استان فارس رونق و شکوفایی آنها را به دنبال داشته باشد.

تبادار با بیان اینکه محصولات صادراتی ما در واقع نماد و نماینده ارزش کار و هویت ماست و هر چه سطح تولید فرش دستباف فارس افزایش یابد و کیفیت آن نیز بالاتر رود این هنر برجسته و منحصر به فرد بیشتر به جهانیان معرفی خواهد شد، گفت: ما نباید اجازه دهیم که جنس بی کیفیت به نام فرش قشقایی و گبه فارس به فروش برسد و باید زمینه اشتغال را در این زمینه توسعه دهیم.

فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس

منطقه جغرافیایی در سازمان جهانی مالکیت فکری ثبت جهانی شده است که دو منطقه آن متعلق به استان فارس است.

وی با بیان اینکه ثبت جهانی مناطق جغرافیایی فرش ایران تنها یک اقدام اولیه و حقوقی است که مانع از دست اندازی به این میراث می شود، افزود: این ازین به بعد باید در بازارسازی و تجاری سازی این فرش ها تلاش شود و این برند باید در بازارهای جهانی مدام تبلیغ شود تا مشتریان برون مرزی به دنبال خرید این برندها باشند.

زمینه توسعه صادرات فرش دستباف قشقایی و گبه فارس فراهم شود

اسماعیل تبادار، استاندار فارس نیز در این مراسم با بیان اینکه ۵۰ درصد رشته های صنایع دستی کشور در فارس موجود است، اظهار داشت: در استان فارس ظرفیتهای زیادی وجود دارد که فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از آنهاست و بافندگان فرش و تجار استان فارس باید در راه توسعه این ظرفیت تلاش کنند.

وی با بیان اینکه فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از سرمایه های مهم استان جهانی نیز شده اند باید در حفظ و صیانت از این هنر تلاش شود، خاطرنشان کرد: امید است که ثبت جهانی این دو هنر استان فارس رونق و شکوفایی آنها را به دنبال داشته باشد.

تبادار با بیان اینکه محصولات صادراتی ما در واقع نماد و نماینده ارزش کار و هویت ماست و هر چه سطح تولید فرش دستباف فارس افزایش یابد و کیفیت آن نیز بالاتر رود این هنر برجسته و منحصر به فرد بیشتر به جهانیان معرفی خواهد شد، گفت: ما نباید اجازه دهیم که جنس بی کیفیت به نام فرش قشقایی و گبه فارس به فروش برسد و باید زمینه اشتغال را در این زمینه توسعه دهیم.

فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس

منطقه جغرافیایی در سازمان جهانی مالکیت فکری ثبت جهانی شده است که دو منطقه آن متعلق به استان فارس است.

وی با بیان اینکه ثبت جهانی مناطق جغرافیایی فرش ایران تنها یک اقدام اولیه و حقوقی است که مانع از دست اندازی به این میراث می شود، افزود: این ازین به بعد باید در بازارسازی و تجاری سازی این فرش ها تلاش شود و این برند باید در بازارهای جهانی مدام تبلیغ شود تا مشتریان برون مرزی به دنبال خرید این برندها باشند.

زمینه توسعه صادرات فرش دستباف قشقایی و گبه فارس فراهم شود

اسماعیل تبادار، استاندار فارس نیز در این مراسم با بیان اینکه ۵۰ درصد رشته های صنایع دستی کشور در فارس موجود است، اظهار داشت: در استان فارس ظرفیتهای زیادی وجود دارد که فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از آنهاست و بافندگان فرش و تجار استان فارس باید در راه توسعه این ظرفیت تلاش کنند.

وی با بیان اینکه فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از سرمایه های مهم استان جهانی نیز شده اند باید در حفظ و صیانت از این هنر تلاش شود، خاطرنشان کرد: امید است که ثبت جهانی این دو هنر استان فارس رونق و شکوفایی آنها را به دنبال داشته باشد.

تبادار با بیان اینکه محصولات صادراتی ما در واقع نماد و نماینده ارزش کار و هویت ماست و هر چه سطح تولید فرش دستباف فارس افزایش یابد و کیفیت آن نیز بالاتر رود این هنر برجسته و منحصر به فرد بیشتر به جهانیان معرفی خواهد شد، گفت: ما نباید اجازه دهیم که جنس بی کیفیت به نام فرش قشقایی و گبه فارس به فروش برسد و باید زمینه اشتغال را در این زمینه توسعه دهیم.

فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس

منطقه جغرافیایی در سازمان جهانی مالکیت فکری ثبت جهانی شده است که دو منطقه آن متعلق به استان فارس است.

وی با بیان اینکه ثبت جهانی مناطق جغرافیایی فرش ایران تنها یک اقدام اولیه و حقوقی است که مانع از دست اندازی به این میراث می شود، افزود: این ازین به بعد باید در بازارسازی و تجاری سازی این فرش ها تلاش شود و این برند باید در بازارهای جهانی مدام تبلیغ شود تا مشتریان برون مرزی به دنبال خرید این برندها باشند.

زمینه توسعه صادرات فرش دستباف قشقایی و گبه فارس فراهم شود

اسماعیل تبادار، استاندار فارس نیز در این مراسم با بیان اینکه ۵۰ درصد رشته های صنایع دستی کشور در فارس موجود است، اظهار داشت: در استان فارس ظرفیتهای زیادی وجود دارد که فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از آنهاست و بافندگان فرش و تجار استان فارس باید در راه توسعه این ظرفیت تلاش کنند.

وی با بیان اینکه فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از سرمایه های مهم استان جهانی نیز شده اند باید در حفظ و صیانت از این هنر تلاش شود، خاطرنشان کرد: امید است که ثبت جهانی این دو هنر استان فارس رونق و شکوفایی آنها را به دنبال داشته باشد.

تبادار با بیان اینکه محصولات صادراتی ما در واقع نماد و نماینده ارزش کار و هویت ماست و هر چه سطح تولید فرش دستباف فارس افزایش یابد و کیفیت آن نیز بالاتر رود این هنر برجسته و منحصر به فرد بیشتر به جهانیان معرفی خواهد شد، گفت: ما نباید اجازه دهیم که جنس بی کیفیت به نام فرش قشقایی و گبه فارس به فروش برسد و باید زمینه اشتغال را در این زمینه توسعه دهیم.

فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس

منطقه جغرافیایی در سازمان جهانی مالکیت فکری ثبت جهانی شده است که دو منطقه آن متعلق به استان فارس است.

وی با بیان اینکه ثبت جهانی مناطق جغرافیایی فرش ایران تنها یک اقدام اولیه و حقوقی است که مانع از دست اندازی به این میراث می شود، افزود: این ازین به بعد باید در بازارسازی و تجاری سازی این فرش ها تلاش شود و این برند باید در بازارهای جهانی مدام تبلیغ شود تا مشتریان برون مرزی به دنبال خرید این برندها باشند.

زمینه توسعه صادرات فرش دستباف قشقایی و گبه فارس فراهم شود

اسماعیل تبادار، استاندار فارس نیز در این مراسم با بیان اینکه ۵۰ درصد رشته های صنایع دستی کشور در فارس موجود است، اظهار داشت: در استان فارس ظرفیتهای زیادی وجود دارد که فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از آنهاست و بافندگان فرش و تجار استان فارس باید در راه توسعه این ظرفیت تلاش کنند.

وی با بیان اینکه فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از سرمایه های مهم استان جهانی نیز شده اند باید در حفظ و صیانت از این هنر تلاش شود، خاطرنشان کرد: امید است که ثبت جهانی این دو هنر استان فارس رونق و شکوفایی آنها را به دنبال داشته باشد.

تبادار با بیان اینکه محصولات صادراتی ما در واقع نماد و نماینده ارزش کار و هویت ماست و هر چه سطح تولید فرش دستباف فارس افزایش یابد و کیفیت آن نیز بالاتر رود این هنر برجسته و منحصر به فرد بیشتر به جهانیان معرفی خواهد شد، گفت: ما نباید اجازه دهیم که جنس بی کیفیت به نام فرش قشقایی و گبه فارس به فروش برسد و باید زمینه اشتغال را در این زمینه توسعه دهیم.

فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس

منطقه جغرافیایی در سازمان جهانی مالکیت فکری ثبت جهانی شده است که دو منطقه آن متعلق به استان فارس است.

وی با بیان اینکه ثبت جهانی مناطق جغرافیایی فرش ایران تنها یک اقدام اولیه و حقوقی است که مانع از دست اندازی به این میراث می شود، افزود: این ازین به بعد باید در بازارسازی و تجاری سازی این فرش ها تلاش شود و این برند باید در بازارهای جهانی مدام تبلیغ شود تا مشتریان برون مرزی به دنبال خرید این برندها باشند.

زمینه توسعه صادرات فرش دستباف قشقایی و گبه فارس فراهم شود

اسماعیل تبادار، استاندار فارس نیز در این مراسم با بیان اینکه ۵۰ درصد رشته های صنایع دستی کشور در فارس موجود است، اظهار داشت: در استان فارس ظرفیتهای زیادی وجود دارد که فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از آنهاست و بافندگان فرش و تجار استان فارس باید در راه توسعه این ظرفیت تلاش کنند.

وی با بیان اینکه فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از سرمایه های مهم استان جهانی نیز شده اند باید در حفظ و صیانت از این هنر تلاش شود، خاطرنشان کرد: امید است که ثبت جهانی این دو هنر استان فارس رونق و شکوفایی آنها را به دنبال داشته باشد.

تبادار با بیان اینکه محصولات صادراتی ما در واقع نماد و نماینده ارزش کار و هویت ماست و هر چه سطح تولید فرش دستباف فارس افزایش یابد و کیفیت آن نیز بالاتر رود این هنر برجسته و منحصر به فرد بیشتر به جهانیان معرفی خواهد شد، گفت: ما نباید اجازه دهیم که جنس بی کیفیت به نام فرش قشقایی و گبه فارس به فروش برسد و باید زمینه اشتغال را در این زمینه توسعه دهیم.

فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس

منطقه جغرافیایی در سازمان جهانی مالکیت فکری ثبت جهانی شده است که دو منطقه آن متعلق به استان فارس است.

وی با بیان اینکه ثبت جهانی مناطق جغرافیایی فرش ایران تنها یک اقدام اولیه و حقوقی است که مانع از دست اندازی به این میراث می شود، افزود: این ازین به بعد باید در بازارسازی و تجاری سازی این فرش ها تلاش شود و این برند باید در بازارهای جهانی مدام تبلیغ شود تا مشتریان برون مرزی به دنبال خرید این برندها باشند.

زمینه توسعه صادرات فرش دستباف قشقایی و گبه فارس فراهم شود

اسماعیل تبادار، استاندار فارس نیز در این مراسم با بیان اینکه ۵۰ درصد رشته های صنایع دستی کشور در فارس موجود است، اظهار داشت: در استان فارس ظرفیتهای زیادی وجود دارد که فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از آنهاست و بافندگان فرش و تجار استان فارس باید در راه توسعه این ظرفیت تلاش کنند.

وی با بیان اینکه فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از سرمایه های مهم استان جهانی نیز شده اند باید در حفظ و صیانت از این هنر تلاش شود، خاطرنشان کرد: امید است که ثبت جهانی این دو هنر استان فارس رونق و شکوفایی آنها را به دنبال داشته باشد.

تبادار با بیان اینکه محصولات صادراتی ما در واقع نماد و نماینده ارزش کار و هویت ماست و هر چه سطح تولید فرش دستباف فارس افزایش یابد و کیفیت آن نیز بالاتر رود این هنر برجسته و منحصر به فرد بیشتر به جهانیان معرفی خواهد شد، گفت: ما نباید اجازه دهیم که جنس بی کیفیت به نام فرش قشقایی و گبه فارس به فروش برسد و باید زمینه اشتغال را در این زمینه توسعه دهیم.

فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس

منطقه جغرافیایی در سازمان جهانی مالکیت فکری ثبت جهانی شده است که دو منطقه آن متعلق به استان فارس است.

وی با بیان اینکه ثبت جهانی مناطق جغرافیایی فرش ایران تنها یک اقدام اولیه و حقوقی است که مانع از دست اندازی به این میراث می شود، افزود: این ازین به بعد باید در بازارسازی و تجاری سازی این فرش ها تلاش شود و این برند باید در بازارهای جهانی مدام تبلیغ شود تا مشتریان برون مرزی به دنبال خرید این برندها باشند.

زمینه توسعه صادرات فرش دستباف قشقایی و گبه فارس فراهم شود

اسماعیل تبادار، استاندار فارس نیز در این مراسم با بیان اینکه ۵۰ درصد رشته های صنایع دستی کشور در فارس موجود است، اظهار داشت: در استان فارس ظرفیتهای زیادی وجود دارد که فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از آنهاست و بافندگان فرش و تجار استان فارس باید در راه توسعه این ظرفیت تلاش کنند.

وی با بیان اینکه فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از سرمایه های مهم استان جهانی نیز شده اند باید در حفظ و صیانت از این هنر تلاش شود، خاطرنشان کرد: امید است که ثبت جهانی این دو هنر استان فارس رونق و شکوفایی آنها را به دنبال داشته باشد.

تبادار با بیان اینکه محصولات صادراتی ما در واقع نماد و نماینده ارزش کار و هویت ماست و هر چه سطح تولید فرش دستباف فارس افزایش یابد و کیفیت آن نیز بالاتر رود این هنر برجسته و منحصر به فرد بیشتر به جهانیان معرفی خواهد شد، گفت: ما نباید اجازه دهیم که جنس بی کیفیت به نام فرش قشقایی و گبه فارس به فروش برسد و باید زمینه اشتغال را در این زمینه توسعه دهیم.

فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس

منطقه جغرافیایی در سازمان جهانی مالکیت فکری ثبت جهانی شده است که دو منطقه آن متعلق به استان فارس است.

وی با بیان اینکه ثبت جهانی مناطق جغرافیایی فرش ایران تنها یک اقدام اولیه و حقوقی است که مانع از دست اندازی به این میراث می شود، افزود: این ازین به بعد باید در بازارسازی و تجاری سازی این فرش ها تلاش شود و این برند باید در بازارهای جهانی مدام تبلیغ شود تا مشتریان برون مرزی به دنبال خرید این برندها باشند.

زمینه توسعه صادرات فرش دستباف قشقایی و گبه فارس فراهم شود

اسماعیل تبادار، استاندار فارس نیز در این مراسم با بیان اینکه ۵۰ درصد رشته های صنایع دستی کشور در فارس موجود است، اظهار داشت: در استان فارس ظرفیتهای زیادی وجود دارد که فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از آنهاست و بافندگان فرش و تجار استان فارس باید در راه توسعه این ظرفیت تلاش کنند.

وی با بیان اینکه فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از سرمایه های مهم استان جهانی نیز شده اند باید در حفظ و صیانت از این هنر تلاش شود، خاطرنشان کرد: امید است که ثبت جهانی این دو هنر استان فارس رونق و شکوفایی آنها را به دنبال داشته باشد.

تبادار با بیان اینکه محصولات صادراتی ما در واقع نماد و نماینده ارزش کار و هویت ماست و هر چه سطح تولید فرش دستباف فارس افزایش یابد و کیفیت آن نیز بالاتر رود این هنر برجسته و منحصر به فرد بیشتر به جهانیان معرفی خواهد شد، گفت: ما نباید اجازه دهیم که جنس بی کیفیت به نام فرش قشقایی و گبه فارس به فروش برسد و باید زمینه اشتغال را در این زمینه توسعه دهیم.

فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس

منطقه جغرافیایی در سازمان جهانی مالکیت فکری ثبت جهانی شده است که دو منطقه آن متعلق به استان فارس است.

وی با بیان اینکه ثبت جهانی مناطق جغرافیایی فرش ایران تنها یک اقدام اولیه و حقوقی است که مانع از دست اندازی به این میراث می شود، افزود: این ازین به بعد باید در بازارسازی و تجاری سازی این فرش ها تلاش شود و این برند باید در بازارهای جهانی مدام تبلیغ شود تا مشتریان برون مرزی به دنبال خرید این برندها باشند.

زمینه توسعه صادرات فرش دستباف قشقایی و گبه فارس فراهم شود

اسماعیل تبادار، استاندار فارس نیز در این مراسم با بیان اینکه ۵۰ درصد رشته های صنایع دستی کشور در فارس موجود است، اظهار داشت: در استان فارس ظرفیتهای زیادی وجود دارد که فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از آنهاست و بافندگان فرش و تجار استان فارس باید در راه توسعه این ظرفیت تلاش کنند.

وی با بیان اینکه فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از سرمایه های مهم استان جهانی نیز شده اند باید در حفظ و صیانت از این هنر تلاش شود، خاطرنشان کرد: امید است که ثبت جهانی این دو هنر استان فارس رونق و شکوفایی آنها را به دنبال داشته باشد.

تبادار با بیان اینکه محصولات صادراتی ما در واقع نماد و نماینده ارزش کار و هویت ماست و هر چه سطح تولید فرش دستباف فارس افزایش یابد و کیفیت آن نیز بالاتر رود این هنر برجسته و منحصر به فرد بیشتر به جهانیان معرفی خواهد شد، گفت: ما نباید اجازه دهیم که جنس بی کیفیت به نام فرش قشقایی و گبه فارس به فروش برسد و باید زمینه اشتغال را در این زمینه توسعه دهیم.

فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس

منطقه جغرافیایی در سازمان جهانی مالکیت فکری ثبت جهانی شده است که دو منطقه آن متعلق به استان فارس است.

وی با بیان اینکه ثبت جهانی مناطق جغرافیایی فرش ایران تنها یک اقدام اولیه و حقوقی است که مانع از دست اندازی به این میراث می شود، افزود: این ازین به بعد باید در بازارسازی و تجاری سازی این فرش ها تلاش شود و این برند باید در بازارهای جهانی مدام تبلیغ شود تا مشتریان برون مرزی به دنبال خرید این برندها باشند.

زمینه توسعه صادرات فرش دستباف قشقایی و گبه فارس فراهم شود

اسماعیل تبادار، استاندار فارس نیز در این مراسم با بیان اینکه ۵۰ درصد رشته های صنایع دستی کشور در فارس موجود است، اظهار داشت: در استان فارس ظرفیتهای زیادی وجود دارد که فرش دستباف قشقایی و گبه استان فارس یکی از آنهاست و بافندگان

برگزاری شورای ورزش همگانی در شهرستان‌های استان فارس



مکان‌های آسیب پذیر ایجاد کنند، گفت : ورزش فارس موفقیت‌های خوبی کسب کرده است که جای خوبی قیدراند دارد اما باید روند رو به رشد خود را با شتاب بیشتری ادامه دهد.

وی تأکید بر لزوم حضور مدیران تمام دستگاه‌های مرتبط با امر سلامت جامعه در جلسه شورای ورزش استان، اظهار داشت: انتظار این است که در این نشست‌ها به

همایش پیاده روی کارکنان مجموعه علوم پزشکی



با قرائت فاتحه ای یاد و خاطره شهدای عزیز را گرامی داشتند.
گفتنی است در پایان به قید

توسعه هرچه بیشتر ورزش در شهرستان‌ها، فرمانداران شهرستان‌های استان را ملزم می‌کنیم نسبت به تقویت یا ایجاد شورای عالی ورزش در شهرستان‌ها اقدام کنند.

در این نشست حیدرعلی کامیاب مدیرکل ورزش و جوانان استان فارس و همچنین سیروس پاک‌فطرت رئیس

ورزش و قهرمانی و همگانی در فارس پرداخته و بر لزوم مشارکت تمام دستگاه‌ها به ویژه مدیران استانی و فرمانداری در برگزاری جلسه‌های شورای عالی ورزش در شهرستان‌ها تأکید کردند.

دنبال دارد، کمک کند.

تبادار افزود: با هدف کمک به

باشگاه را به خانه خود بیاورید

ورزش کردن فعالیتی است صد برابر مفرح‌تر از بیمارستان رفتن و هزار بار کم خرج تر از آن. کسی که روزی نیم ساعت صرف ورزش کند مثل کسی می‌ماند که خودش را بیمه عمر کرده و هر ماه مبلغ کمی را برای آینده‌اش کنار می‌گذارد. اما با این وقت فشرده‌ای که داریم چطور ورزش کنیم؟ یکی از راه‌هایی که داریم این است که باشگاه را به خانه خود بیاوریم. وسائلی که مناسب منازل آپارتمانی باشد و بتوان یک ساعت قبل از صرف شام کمی با آن‌ها عضلات خود را تقویت کرد.

۱- هولاهوپ

این وسیله از آن وسایلی است که ورزش کردن را به فعالیتی کاملاً مفرح تبدیل می‌کند. فقط به ۲ متر فضا احتیاج دارید تا بتوانید با حلقه ورزش کنید. ورزش که چه عرض کنیم، قِر بدیدید. این وسیله برای عضلات میان تنه و ماهیچه‌های شکم بسیار مفید است و باعث می‌شود خون در این ناحیه بهتر به گردش بیاید. یکی از خوبی‌های کار کردن با این وسیله این است که شما را قادر می‌کند سباز کم کنید، شاید فکر کنید که با این وسیله به شما کمک می‌کند که ۱۰۰ کالری بسوزانید. ورزش کردن با این وسیله بیشتر برای خانم‌ها مناسب است اما برای سایر اعضای خانواده هم تفریح خوبی است.

۲- صفحه گردان

همان چیزی که در باشگاه‌ها وجود دارد و حرکت «مِسگری» را روی آن اجرا می‌کنند، مدل ارزان‌تر و خانگی‌اش هم در بازار موجود است. ممکن است در بازار اسامی دیگری نظیر دیسک چرخونگ هم به گوش‌تان بخورد. این وسیله خوراک آب کردن چربی پهلوها (یا همان دسته‌ها) است. در مدل‌های خانگی دندانه‌هایی بر روی قسمت کف این صفحه‌های گردان به کار برده‌اند که باعث تحریک شدن کف پا و در نتیجه تحریک تمامی بدن شده و کمبود حرکات ورزشی را جبران می‌کند. علاوه بر آب کردن دسته‌ها ماهیچه‌های کمر و پشت را تقویت کرده، پاهای ضعیف را قوی می‌کند و بافت‌های اضافی دور کمر را از بین می‌برد. بچه ها هم می‌توانند با این وسیله بازی کنند و از مزایای آن بهره‌مند شوند.

۳- فتر شکم

یک وسیله کم حجم دیگر که برای شکم رفتن عالی است. این وسیله از یک دسته و یک فتر قوی و دو رکاب تشکیل شده است که شما را قادر می‌سازد از حالت کاملاً خوابیده به حالت نشسته در آید. اگر در روز ۱۰ دقیقه با این وسیله تمرین کنید علاوه بر این که پیه شکم، نشیمنگاه و ران‌های‌تان را آب می‌کنید، عضلات بازو و سینه را هم سفت می‌کنید. بودن چنین وسیله‌ای در خانه غنیمت است.

۴- میل شنا

یادم هست که قدیم‌ها ما در خانه‌مان یک تخته شنای چوبی بزرگ داشتیم که فقط

می‌شد با آن شنا رفت یا نهایتاً برای چند حرکت کششی سبک از آن استفاده کرد. اما اکنون می‌توانید میل شنا تهیه کنید که وسیله بسیار کوچکی است و ۱۰ مدل حرکت ورزشی را آن تمرین کنید که یکی از آن‌ها شنا رفتن است. شنا رفتن با این وسیله به شما کمک می‌کند تا بالاتنه‌ای تنومند برای خود درست کنید، پشت بازو کار کنید و حتی شکم و پاهای‌تان را هم ورزیده‌تر کنید. قیمت و اندازه این دستگاه طوری است که اگر گداهای دور حرم شابدولعظیم هم بخواهند ورزش کنند می‌توانند آن‌را بخرند و یک حال اساسی به بدن خود بدهند.

۵- میل بارفیکس

بجای که بارفیکس کار کند قد می‌کشد و از عضلات بالاتنه ورزیده‌ای خواهد داشت و این از جمله وسایلی است که باید برای کودکان‌تان تهیه کنید

۶- دمبل قابل تنظیم

دمبل را دیگر همه می‌شناسند. یک وزنه کوچک که در یک دست جا می‌گیرد و برای انواع حرکات ورزشی مورد استفاده قرار می‌گیرد. یکی از مشکلات دمبل‌های معمولی این است که باید ست کامل آن‌ها را بگیرید تا به موازات پیشرفت کارتان وزنه‌ها را افزایش بدهید اما با خریدن دمبل‌های قابل تنظیم می‌توانید خیلی راحت وزنه مورد نظرتان را بر روی دمبل عوض کنید. عضلات بازو، سرشانه، پشت بازو، ساعد، پشت ساعد و کول را می‌توان با کمک دمبل تقویت کرد.

۷- چسبوتک دراز نشست

اگر از فرم سنتی دراز و نشست خاطرات خوبی ندارید و احساس می‌کنید که کار کردن با بعضی از وسایل کمک‌تمرینی باعث می‌شود به اندازه کافی به ماهیچه‌های شکم‌تان فشار وارد نشود بد نیست کمی درباره چسبوتک دراز نشست توضیحاتی به شما بدهیم. این وسیله بسیار ساده تشکیل شده از دو دستگیره/پدال که سفت و محکم بر روی سطوح صاف می‌چسبد و به شما اجازه می‌دهد دست یا پای‌تان را داخل آن بگذارید و حرکت دراز نشست را انجام بدهید. دیگر لازم نیست کسی را هم برای نگه‌داشتن پای خودتان بگمارید. موقعی که تمرین‌تان تمام شد هم به راحتی می‌توانید آن‌را از روی زمین جدا کنید و گوشه کمد بگذارید.

۸- کش تمرینی

اگر قصد تقویت توده‌های عضلانی بزرگ، رباطها و لیگامنت‌ها را دارید کش‌های تمرینی راست کارتان است. جسم سنگینی را یکدفعه از روی زمین برداشته‌اید و اکنون روابط شانه دست‌تان آسیب دیده است. یکی از ورزش‌هایی که دکتر برای‌تان تجویز خواهد کرد کار با همین وسیله ساده است. کش‌ها انواع مختلفی دارند که بعضی از آن‌ها دارای قرقره هستند و به در اتاق وصل می‌شوند. کار کردن با کش عضلات ویژه‌ای مثل عضلات چرخش دهنده بازو را تقویت می‌کند که حتی دستگاه‌های بدنسازی هم قادر به قوی کردن آن نیستند.

حسرت شیرازی‌ها

برای صعود به لیگ برتر

فوتبال پنج ساله شد

به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری فارس، تیم فجر شهید سیاسی شیراز در حالی برابر تیم نساجی مازندران قرار گرفت که در صورت برد در این بازی به عنوان تیم مدعی صعود به لیگ برتر شناخته می‌شد. فخری‌ها اما در این بازی همچون دیدار برابر تیم مس باختند تا مانند سال‌های پیش حسرت صعود به لیگ برتر را بر دل هواداران‌شان پنهانند.

شاگردان کلاتری که برای زنده کردن امید صعود به لیگ برتر تنها به یک گل نیاز داشتند، با ۲ گل بازی را به مازندران‌ها واگذار کردند تا حسرت شیرازی‌ها برای حضور تیم‌شان در لیگ برتر ۵ ساله شود.

زردپوشان شیرازی که موقعیت‌های خوبی را یکی پس از دیگری از دست می‌دادند، تنها شاهد گشوده شدن دروازه خود توسط تیم حریف بودند.

با وجود تمام اما و اگر‌ها برای صعود تیم فجر به لیگ برتر در بازی هفته آخر، این امر تنها به شانس این تیم گره خورده که آن نیز غیرممکن به نظر می‌رسد.

فخری‌ها با شکست برابر نساجی مازندران، با دو پله سقوط به رده پنجم جدول تنزل کردند تا حضور در لیگ برتر برای هواداران این تیم به خاطره تبدیل شود.

واژه شناسی بدنسازی

- اسید لاکتیک : شکل احیا شده ((پیروات)) که انتهای هیدروژن اضافی دارند.زیاد شدن غلظت این اسید با احساس خستگی توام است.
- توان بی هوازی بدون لاکتیک : توانی که در اثر تمرین بدون حضور اکسیژن و بدون تجمع بیش از اندازه اسید لاکتیک بدست می آید.
- ظرفیت بی هوازی بدون لاکتیک : ظرفیت تولید انرژی بدون حضور اکسیژن و بدون تجمع بیش از اندازه اسید لاکتیک
- توان بی هوازی لاکتیک : توانی که در اثر تمرین بدون حضور اکسیژن و همراه با تجمع بیش از اندازه اسید لاکتیک به وجود می آید.
- توان هوازی : قابلیت دریافت ؛ حمل و مصرف اکسژن توسط عضلات
- استقامت هوازی : توان اجرای تمرینات هوازی و حفظ آن در مدت زمان طولانی
- آستانه غیر هوازی : نقطه ای در شدت تمرین که بعد از آن میزان تولید اسید لاکتیک بوسیله عضلات در بدن از میزان برداشت آن توسط کبد بیشتر می شود.
- حداکثر اکسیژن مصرفی : حداکثر اکسیژن جذب شده در دقیقه ؛ نسبت به هر کیلو گرم از وزن بدن در ضربان قلب حداکثر
- ریکواری : بازگشت بدن به حالت اولیه
- قدرت حداکثر : حداکثر نیرویی که برای یکبار توسط گروهی از عضلات ایجاد می شود.
- قدرت نسبی : اعمال نیروی مطلوب برای اجرای تکرارهای مورد نظر
- سرعت : مقدار مسافت جابه جا شده در واحد زمان

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
فایده سند رسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی
برابر رأی شماره ۱۳۲۲۷/۱۱۰۰۳۲۴۰۳۱۱۰۰۱۱۰۰۱۴۵ مورخه ۹۶/۱۲/۱۵ هیأت اول/ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک لارستان تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای محمدامین دری فرزند نظرعلی بشماره شناسنامه ۵۵۳۵ صادره از لار در شش‌دانگ یک باب خانه به مساحت ۲۳۴/۸۲ متر مربع پلاک ۱۹۶ فرعی از ۵۶۴۲ اصلی مفروز و مجزا شده از پلاک ۵۶۴۳ اصلی قطعه ۲ واقع در بخش ۱۸ فارس لار خریداری از مالک رسمی آقای علی نقی اسعدی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۷/۰۲/۰۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۷/۰۲/۲۲
شمسعلی اسکندری – رئیس ثبت اسناد و املاک لارستان
م/الف/۱۷۶

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
فایده سند رسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی
برابر رأی شماره ۱۳۲۲۷/۱۱۰۰۳۲۴۰۳۱۱۰۰۱۱۰۰۱۴۵ مورخه ۹۶/۱۲/۱۵ هیأت اول/ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک لارستان تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای ابراهیم قاسمی فرزند ماشالله بشماره شناسنامه ۲۱۵۲ صادره از لارستان در شش‌دانگ یک باب ساختمان تجاری مسکونی به مساحت ۱۱۵/۳۲ متر مربع پلاک ۴۰۴ فرعی از ۴۹۲۳ اصلی مفروز و مجزا شده از پلاک ۴۹۲۳ اصلی قطعه ۲واقع در بخش ۱۸ فارس لارستان خور خریداری از مالک رسمی آقای محمدعقیل خطیبی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۷/۰۲/۰۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۷/۰۲/۲۲
شمسعلی اسکندری – رئیس ثبت اسناد و املاک لارستان
م/الف/۱۷۹

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
فایده سند رسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی
برابر رأی شماره ۱۳۲۲۷/۱۱۰۰۳۲۴۰۳۱۱۰۰۱۱۰۰۱۴۵ مورخه ۹۶/۱۲/۱۷ هیأت اول/ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک لارستان تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی خانم غدیری وادی پیمان فرزند عبدالله بشماره شناسنامه ۱۸۷ صادره از لارستان در یک و نیم دانگ مشاع از شش‌دانگ یک باب خانه به مساحت ۳۲۴ متر مربع پلاک ۲۱ فرعی از ۴۵۲۵ اصلی مفروز و مجزا شده از پلاک ۴۵۲۵ اصلی قطعه ۲ واقع در بخش ۱۸ فارس لار خریداری از مالک رسمی ورثه آقای احدی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۷/۰۲/۰۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۷/۰۲/۲۲
شمسعلی اسکندری – رئیس ثبت اسناد و املاک لارستان
م/الف/۱۸۵

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
فایده سند رسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی
برابر رأی شماره ۱۳۲۲۷/۱۱۰۰۳۲۴۰۳۱۱۰۰۱۱۰۰۱۴۵ مورخه ۹۶/۱۲/۱۷ هیأت اول/ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک لارستان تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی محمدصادق پیرزاد فرزند محمدعلی بشماره شناسنامه ۳۶۴ صادره از لارستان اوز- در شش‌دانگ یک باب خانه به مساحت ۳۹۰/۵۴ متر مربع پلاک ۸ فرعی از ۱۰۱۶۷ اصلی مفروز و مجزا شده از پلاک ۱۰۱۶۷ اصلی قطعه ۴ واقع در بخش ۱۸ فارس اوز خریداری از مالک رسمی ورثه محمدرسول امین‌زاده و محمدامین امین‌زاده فرزند محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۷/۰۲/۰۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۷/۰۲/۲۲
شمسعلی اسکندری – رئیس ثبت اسناد و املاک لارستان
م/الف/۱۸۰

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۳۲۲۴/۱۱۰۰۳۲۴۰۳۱۱۰۰۱۱۰۰۱۴۵ مورخه ۹۶/۱۲/۱۳ هیأت اول/ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبت ملک لارستان تصرفات مالکانه بلاعارض خانم طاهره اعلائی فرزند ماشاءالله بشماره شناسنامه ۴۵۲۵ صادره از لار در شش‌دانگ یک باب خانه به مساحت ۲۴۴/۴۰ متر مربع پلاک ۱۹ فرعی از ۴۵۲۵ اصلی مفروز و مجزا شده از پلاک ۴۵۲۵ اصلی قطعه ۲ واقع در بخش ۱۸ فارس لار خریداری از مالک رسمی ورثه آقای میرزانیان محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۷/۰۲/۰۶

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۷/۰۲/۲۲

شمسعلی اسکندری – رئیس ثبت اسناد و املاک لارستان

م/الف/۱۸۱

هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۳۲۲۴/۱۱۰۰۳۲۴۰۳۱۱۰۰۱۱۰۰۱۴۵ مورخه ۹۶/۱۲/۱۷ هیأت اول/ موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک لارستان تصرفات مالکانه بلاعارض متقاضی آقای رمضان شهیدان فرزند درویش بشماره شناسنامه ۱۹۷ صادره از لار شش‌دانگ یک قطعه زمین زراعتی بانضمام چاه تلمبه و گله‌دان و ضمناً یکباب آب‌انبار به مساحت ۹۰۰ متر مربع در محدوده مورد تقاضا بوده و از آن مستثنی است به مساحت ۳۵۴۴۳۶ متر مربع مفروز و مجزا شده از پلاک ۱۳۷ فرعی از ۸۷۸۹ اصلی سه دانگ مشاع از شش‌دانگ پلاک ۱۰ فرعی از ۸۷۸۹ اصلی قطعه ۳ واقع در بخش ۱۸ فارس لارستان (صحرای حسین لری) خریداری از مالک رسمی آقای محمد کریمی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، طرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواستی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۷/۰۲/۰۶

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۷/۰۲/۲۲

شمسعلی اسکندری – رئیس ثبت اسناد و املاک لارستان

م/الف/۱۸۳

کدبانو ::::::::::::::::::::::::::::

هنگام پختن گوجه فرنگی مقدار خیلی کمی شکر به اندازه یک نوک انگشت به آن اضافه کنید. طعم گوجه فرنگی حفظ خواهد شد.

خیار سالاد را با پوست خورد کنید.پوست خیار طعم جالبی به سالاد شما می بخشد.

مقداری جوش شیرین داخل آب سماور یا کتری ریخته آن را بجوشانیدجرمها برطرف می شود.
لیمو را پیش از آبگیری مدت ۱۵ دقیقه درون آب داغ بیندازید،آب آن تقریبا دو برابر خواهد شد.

برای جلو گیری از خشک و سفت شدن پنیر، روی جلوب بریده شده آن کره یا روغن بمالید .
برای آنکه زرده تخم مرغ درست در وسط تخم مرغ قرار گیرد،هنگام پختن تخم مرغ ها در آب،آنها را بهم بزیند.

پس از آنکه مرغ را آرد زدید،مدت یک ساعت آن را سرد کنید. اینکار باعث خواهد شد که هنگام سرخ کردن مرغ،پوشش آن بهتر چسبیده از هم نپاشد.

دانه های ذرت را باید همیشه در فریزر نگاهداری

نکات مهم خانه داری

کنیدنه تنها تازه می ماند،بلکه انجامداز چروکیده شدن آن جلوگیری خواهد کرد

هنگام پختن نخود و لوبیا و سایر حبوبات،هیچگاه به آن نمک نزنید،زیرا سخت خواهد پخت.

برای زود جوش آمدن آب سماور،ابتدا آن را تا نیمه از آب پر کنیدو پس از گرم شدن،بقیه آب را به آن اضافه کنید.

-هنگام نظافت خانه به همه وسایل توجه داشته باشید، بخصوص وسایلی را تمیز کنید که فکر نمی کنید نیاز به تمیز کردن داشته باشند. مثلا گلدان مصنوعی ای که به نظر شما تمیز است، می تواند آفتدر گرد و خاک در خودش ذخیره کرده باشد که برایتان ایجاد حساسیت کند.

-تمیز کردن تلفن را از یاد نبرید چراکه محققان دریافته اند گوشی تلفن می تواند باعث انتقال ویروس یا باکتری شود. و همین عوامل بیماری زا با لب های شما برخورد می کنند و در نهایت به دهانتان راه می یابند.

-نظافت سطل زباله بخصوص سطل های آشپزخانه و دستشویی نیز اهمیت بسیاری دارند.

به این نکته توجه داشته باشید خالی کردن زباله به معنای تمیز شدن سطل آن نیست پس نیاز است تا خود سطل نیز هر از گاهی کاملا شسته و عاری از آلودگی شود.

-پرده حمام نیز احتیاج به نظافت دارد. این به دلیل آن است که پرده ها در فضای مرطوب قرار دارند و بیشتر اوقات نمناک هستند، از این رو می توانند به محل خوبی برای رشد میکروب بدل شوند.

-اگر در خانه تان ماشین ظرفشویی دارید، نظافت آن را از یاد نبرید. این وسیله نیاز دارد که هر از گاهی کاملا شسته، جرم زدایی شده و ضد عفونی گردد.

-میلمان خانه را حتما گردگیری کنید چراکه یک ضربه آهسته به میل می تواند ذرات گرد و غبار را به هوای خانه انتقال دهد و برای تنفس مشکل ساز شود.

-از بالش و لحاف خانه هم غافل نشوید. هر چند وقت یکبار آنها را بشویید و در صورت امکان در معرض نور خورشید و هوای آزاد قرار دهید .

-ظروف دکور را گردگیری کنید تا از آلوده شدن گرد و خاک که می تواند تولید حساسیت کند پیشگیری نمایید.

چند نکته درباره میوه‌ها:

تشخیص گریپ‌فروت خوب :

از ضخامت و کلفتی پوست گریپ‌فروت به آبدار بودن یا نبودن آن می‌توانید پی ببرید. برای

تشخیص اینکه گریپ‌فروت ضخیم است یا نازک به انتهای آن یعنی قسمتی که به ساقه مربوط می‌شود توجه کنید. در این قسمت از گریپ‌فروت برآمدگی ایجاد شده است و اصولا ناصاف و پر چین به نظر می‌رسد که پوست آن ضخیم است و هر چه پوست گریپ‌فروت ضخیم‌تر باشد پر آب‌تر است.

رسیده شدن خرمالوی نارس :

اگر خرمالوی شما نارس است، آنها را در کنار هم بچینید و در گوشه‌ای بگذارید. مدتی که در همین حال بمانند خرمالوها رسیده و شیرین می‌شوند.

نکاتی در مورد گردو :

۱- اگر می‌خواهید پوست گردوی سبز را از آن جدا کنید و دستتان سیاه نشود، داخل ظرف پر از آب، پوست گردو را بکنید.

۲- اگر می‌خواهید مغز گردو را سالم از پوست آن جدا کنید، گردوها را یک شب تمام، داخل آب نمک خیس کنید، سپس به آرامی پوست آن را شکسته و مغزگردو را بیرون بیاورید. نکته‌ای در مورد روش شکستن نارگیل :

برای شکستن نارگیل به این صورت عمل کنید،ابتدا الیاف آن را کاملا از نارگیل جدا کنید، روی نارگیل لکه‌هایی مانند چشم وجود دارد آن قسمت را سوراخ کنید و شیره داخل نارگیل را کاملا از آن خارج کنید. سپس نارگیل را داخل تابه قرار داده به مدت ۳۰ الی ۶۰ دقیقه بگذارید



رنگ انداختن

-

زعفران چگونه می توان زعفران را دم کرد که عطر و رنگ آن چند برابر شود؟
کافی است زعفران ساییده شده با برنج را با همدیگر داخل قابلمه بگذارید تا دم بکشند.

- کند شدن روند فاسد شدن گوجه فرنگی
برای کند کردن روند فاسد شدن گوجه فرنگی، آن را از محل اتصال به ساقه به پایین قرار دهید این امر مانع از ورود هوا می شود.

- نکاتی برای پخت فویلا
اگر ذرت یک ساعت خیس بخورد هنگام تبدیل شدن به فویلا بیشتر پف می کند.

- تشخیص قارچ سالم
چگونه بفهمیم قارچی که می خواهیم بخوریم

تا با حرارت بالا بیزد بعد از این زمان صبر کنید

تا پوست آن سرد شود. سپس با یک ضربه چکش

پوست نارگیل را از آن جدا کنید.

چند نکته در مورد گرفتن آب میوه :

۱- پرده حمام داشته باشید که وقتی می‌خواهید آب میوه بگیرید به مقدار مصرف تهیه کنید. زیرا مثلا اگر آب هویج بماند، تلخ و اگر آب سیب مدتی بماند سیاه می‌شود. اگر می‌خواهید از آب میوه‌ای استفاده کنید که در آن فصل وجود ندارد، می‌توانید در فصلی که آن میوه وجود دارد، آن را ذخیره کنید.

به این صورت که آب میوه مورد نظر مانند لیموترش یا شربت نعناع و یا آب نارنج را درون قالب یخ ریخته تا ببنند. سپس آن را از قالب جدا کرده و درون کیسه پلاستیکی قرار دهید و از این قالب‌ها را درون لیوان شربت بیندازید و از آن استفاده کنید.

چه کنیم که تخم‌مرغ ترک نخورد ؟

برای آنکه هنگام پختن تخم‌مرغ، آنها در آب ترک نخورند چند راه وجود دارد :

در آبی که تخم‌مرغ‌ها در آن می‌جوشد مقدار زیادی نمک بریزید.

قبلا به وسیله یک سوزن ته‌تخم‌مرغ را سوراخ

کنید و آن را داخل آب سرد بیندازید.

وقتی می‌خواهید تخم‌مرغ بیزد تا سفت شود مقداری سرکه به آب‌اضافه کنید.

نکته های مهم در آشپزی

سالم است یا خراب؟ روی قارچ کمی نمک بریزید اگر رنگ قارچ سیاه شد سالم است و اگر رنگ آن زرد شد خراب است و باید دور ریخته شود.

- برای اینکه از رشد حشرات در برنج جلوگیری کنیم

برای ای یک کیلوگرم برنج خام، پنج گرم پودر نعناع خشک را در کیسه نازکی ریخته و در کیسه برنج نگهداری کنید.

چیسب خانگی

سیب زمینی را برش نازک بدهید داخل کاسه پر یخ ۱ قاشق بکینگ پودر یا نمک بریزید و نیم ساعت بگذارید بماند و بعد روی دستمال پهن کرده ۲ساعت بگذارید خشک شود و سرخ کنید.

- نکاتی برای پخت گوشت

اگر به گوشت در حال پخت آلپیمو اضافه کنید، هم طعم آن را مطبوع خواهید ساخت و هم سرعت پخت را افزایش می دهید.

- در سالاد نان گوجه زیاد بریزید

اضافه کردن گوجه خرد کرده به سالاد باعث آب انداختن سالاد می شود و نیاز به سس سالاد را کاهش می دهد.

چگونه راد قسمت جامیوه‌ای یخچال قرار دهید.
-برای حفظ شادابی برگ‌های کاهو حتی تا یک هفته، پس از شستشوی کامل، برگ‌ها را در ظرفی از آب و کمی سرکه سفید بگذارید و بدون آبکشی، آنها را خشک کرده و مطابق نکات ذکرشده در یخچال نگهداری کنید.

می‌توانید پس از خرید کاهو و جدا کردن برگ ها، آنها را در کیسه پلاستیکی بگذارید و کیسه را مانند بادکنک باد کنید. در آن را گره بزنید و به مدت طولانی در جامیوه‌ای یخچال نگه دارید.
برای تازه نگه داشتن سالاد چه کار کنیم؟
اگر قصد دارید سالاد آماده را چند ساعت در یخچال نگه دارید و همچنان از طراوت سبزیجات آن لذت ببرید، یک نکته مهم را باید رعایت کنید؛ کاهش رطوبت.
حتما این پرسش برایتان پیش می آید که قبل از خرد کردن سبزیجات به خوبی آب اضافی را گرفته‌اید؟ اما باید بدانید سبزیجات، خوراکی هایی هستند که مقدار زیادی آب دارند و حتی اگر پس از شستشو نیز کاملا خشک شوند، باز هم زمانی که خرد شوند رطوبت خواهند داشت.
بهترینترفند برای رفع این مشکل استفاده از دستمال کاغذی است. پس از اینکه سالاد را در ظرف مورد نظر ریختید، دستمال کاغذی روی مواد بگذارید. اگر ظرف بزرگ است از ۲ یا ۳ دستمال استفاده کنید و بهتر است دستمال‌ها را تا کنید تا بلافاصله خیس نشوند.
نکته ظریف دیگر اینکه علاوه بر رطوبت، هوا نیز می تواند شادابی سبزیجات را از بین ببرد. برای مقابله با آن، پس از گذاشتن دستمال

ا

ارزش غذایی سالاد

سبزیجات مهم‌ترین ترکیبات سالادها هستند که فیبرهای موجود در آنها به عملکرد مطلوب سیستم گوارشی کمک می‌کند. اسیدفولیک یا

ویتامین B9 موجود در برگ‌های سبزی نش می‌مهی در حفظ سلامت قلب و عروق، و پیشگیری از افسردگی و مقابله با اختلالات حافظه دارد. این ویتامین همچنین برای خانم هایی که قصد بارداری دارند بسیار ضروری است زیرا مانع بروز ناهنجاری‌های سیستم عصبی جنین می‌شود. علاوه بر این، سبزیجات منابع غنی ویتامین‌ها، کلسیم، آهن و دیگر ریزمغذی‌های مفید هستند که کنار مقدار فراوان آب به حفظ شادابی و سلامت بدن کمک خواهند کرد

همچنین مصرف روغن‌های سالم همراه سالاد در تامین امگا ۳ بدن موثر خواهد بود. البته میزان پروتئین و چربی‌های دریافتی از طریق خوردن سالاد با توجه به افزودن گوشت، تخم‌مرغ، پنیر، حبوبات و... متغیر خواهد بود.

ر

رونوشت آگهی حصر وراثت

آقای محمد صیاد طبیعی دارای شماره شناسنامه ۲۳ متولد ۱۳۶۴/۱/۱۴ به شرح دادخواست به کلاسه ... از این شورا درخواست گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان مدینه عوضیور به شناسنامه شماره ۱۵۷۶ در تاریخ ۹۶/۱۱/۴ در اقامتگاه دائمی خود بدروغ گفته و بره حین‌الوقت آن مرحوم – مرحومه عیارند از:

۱-مقتاضی/ متقاضیه با مشخصات فوق‌الذکر

۲-ثریا صیاد طبیعی به شماره شناسنامه ۱۲۳۰۷ ت ت ۱۳۶۱/۱/۱۰ صادره از حوزه فیروزآباد

۳-محمد صیاد طبیعی به شماره شناسنامه ۲۲ ت ت ۱۳۶۴/۱/۴ صادره از حوزه سمیرم

۴-گلناز صیاد طبیعی به شماره شناسنامه ۵۱۸ ت ت ۱۳۶۷/۱/۱ صادره از حوزه سمیرم

۵-ارژن صیاد طبیعی به شماره شناسنامه ۲۴۶۸۷۶-۲۵۰۰۲۵۰۰ ت ت ۱۳۷۰/۹/۱ صادره از حوزه لارستان

۶-کوروش صیاد طبیعی به شماره شناسنامه ۱۴۵۸۴۱-۱۲۰۰۱۴۵۸۴۱ ت ت ۱۳۷۴/۲/۱۲ صادره از حوزه سمیرم

۷-سیاوش صیاد طبیعی به شماره شناسنامه ۱۹۲۵۸۳-۱۲۰۰۱۹۲۵۸۳ ت ت ۱۳۷۷/۳/۲ صادره از حوزه سمیرم فرزندان متوفی ولاغیر...

اینک با انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در روزنامه میلاد لارستان یک مرتبه آگهی می نماید 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 تقدیمی نماید. بدیهی است پس از انقضاه مهلت وفق مقررات اتخاذ تصمیم خواهد شد. رئیس شعبه پنجم شورای حل اختلاف شهرستان فیروزآباد

م/الف/۴۴۴

نکته هایی درباره نگهداری از سوسیس

روی این فرآورده های گوشتی فرایندهایی صورت می گیرد که زمان ماندگاری آن را بالا می برد با این حال بهتر است که در هر بار کاش خرید فقط به میزان مصرف همان وعده خود خرید کنید و آن را به صورت طولانی در فریزر نگهداری نکنید.مسئله مهم دیگری که وجود دارد این است که بهتر است سوسیس هایی را خریداری کنید که توسط کارخانه های معتبر تولید شده اند و دارای مهر استاندارد هستند زیرا این کارخانه ها تحت نظارت بیشتری هستند و عموما محصولات آن ها دارای ایمنی بیشتری است.

رنگ سوسیس ملاک درست و معتبری از سالم بودن آن نیست بلکه مهم ترین مسئله برای تشخیص سوسیس سالم بسته بندی سالم و مناسب آن و نداشتن بوی زننده و رنگ غیر طبیعی بهترین سوسیس است.

نکاتی درباره پخت و نگهداری سوسیس

سوسیس ها را بیشتر از ۲۶ ساعت در یخچال نگهداری نکنید و برای نگهداری سوسیس ها به مدت طولانی تر آن ها را به فریزر انتقال دهید و آن را منجمد کنید. هر چقدر درسد گوشت موجود در این فرآورده ها بیشتر باشد مرغوبیت

روش های خانگی خشک کردن آلبالو

یکی از تنقلات بسیار خوشمزه آلبالو خشک است که معمولا آن را می شود از مغازه ها و فروشگاه های بزرگ به صورت کیلویی یا بسته بندی تهیه کرد که البته اکثرا خیلی بیرون هستند. آلبالو خشک در منزل و بسیار راحت قابل تهیه هست.

مواد لازم برای تهیه آلبالو خشک:

آلبالو ۳ کیلو

نمک به مقدار لازم

روش تهیه آلبالو خشک خانگی :

روش اول خشک کردن آلبالو : دم آلبالوها را بگیرد و بدون شست و شو روی پارچه ای پهن کنید و به مدت ۲ روز زیر نور آفتاب قرار دهید، پس از این مدت زمان باید با فشار دست به راحتی هسته آلبالوها خارج شوند بدون آنکه آسیبی به بافت آلبالو برسد.پس از اینکه هسته آلبالوها را خارج کردید باید آلبالوها را با آب سرد آبکشی کنید. پس از اینکه آب اضافی آلبالوها خارج شد آن ها روی سینی پهن کنید و در محیط خانه یا بیرون بگذارید تا خشک شوند.

خشک کردن آلبالو

روش دوم خشک کردن آلبالو : دم آلبالوها را بگیرد سپس بشویید، آلبالوهایی شسته شده را نمک بزنید و روی پارچه ای در مقابل نور آفتاب قرار دهید تا خشک شود (بسته به مقدار نرمی یا خشکی ای که دوست دارید ۳-۱ روز در آفتاب قرار دهید. پس از اینکه آلبالوها خشک شدند مجدد

آیا اسفناج را باید پخت؟

همانطور که همه طرفداران ملوان زبل می دانند اسفناج آدم ها را قوی می کند چون سرشار از ویتامین ها و مواد معدنی است و اگر درست پخته شود ارزش برنامه غذایی را دو چندان می کند.

فقط به خاطر این که وقتی کودک بودید مادرتان اسفناج را می جوشاند قرار نیست شما هم همین روش را دنبال کنید. خوردن اسفناج پخته شده هم کسل کننده است و هیچ لذتی ندارد و هم این که ارزش مواد مغذی آن از بین می رود.

جوشاندن سبزیجات باعث از دست رفتن ویتامین های محلول در آب می شود. بنابراین وقتی اسفناج را می پزید به اندازه سالاد اسفناج خام ویتامین و فولات دریافت نمی کنید.

اما خوردن اسفناج خام هم معایبی دارد. اسفناج خام به دلیل دارا بودن اگزالیک اسید نمی تواند منبع کلسیم خوبی باشد. زیرا اگزالیک اسید از

جذب کلسیم جلوگیری می کند. به عبارت دیگر

با خوردن اسفناج خام ویتامین و فولات دریافت نمی کنید.

یکی از معایب اسفناج کهنه شدن آن در فریزر

است. خوشبختانه سبزی های یخ زده مثل اسفناج ارزش غذایی بیشتری از اسفناج تازه

دارند.

- از بین بردن محل سوختگی زبان

اگر در اثر خوردن نوشیدنی و یا غذای داغ زبانتان سوخت مقداری شکر در محل سوختگی بریزید و ببینید که اثری از سوختگی باقی نمی ماند.

- ترفند برای بخت قورمه سبزی

سبزی قورمه سبزی را ریز خرد کنید زیرا اگر درشت خرد شده باشد خورش هر چه بجوشد جا نمی افتد.

- تشخیص روغن زیتون اصل

مقداری از روغن را درون لیوان ریخته و آن را در یخچال قرار دهید. روغن زیتون واقعی باید

در ته لیوان کمی رسوب داشته باشد.

- نکاتی برای پخت قارچ

به هنگام پخت قارچ در قابلمه را کمی باز بگذارید تا هم قارچ ها سیاه رنگ نشوند و هم آب قارچ باه را راحتی بخار شود.

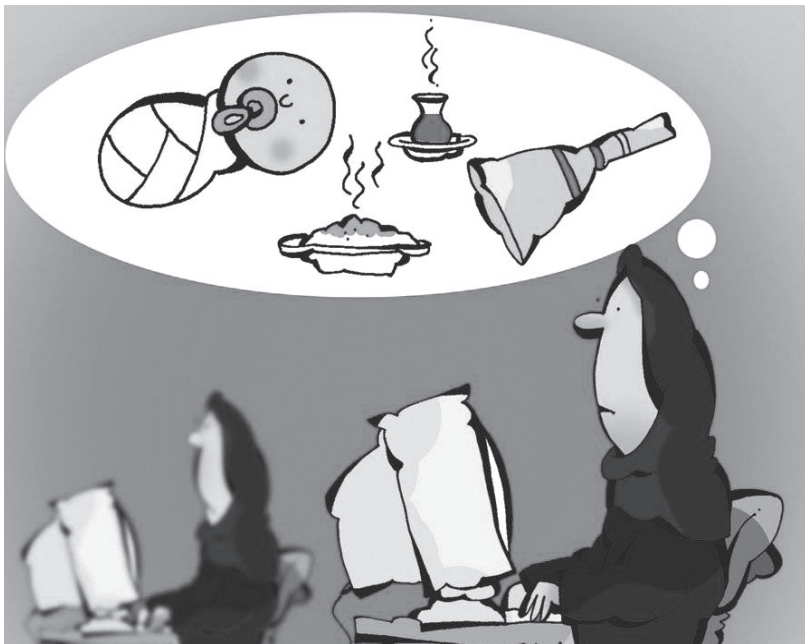
- ترفند سیب زمینی آبیژ

برای اینکه موقع گذاشتن سیب زمینی داخل آب، آب آن زودتر بجوش بیاید، یک دانه سیب زمینی پوست گرفته هم داخل آب بگذارید.

اگر کره سفت و یخ زده است و نباید آن را آب کنید

ظرف آن را از آب جوش پر کنید کمی که ماند آب را خالی کنید و کره را داخل ظرف بریزید کره با گرمای ظرف نرم می شود.

زن های فداکار ولی دوست نداشتنی



خدمتکار خانه نباشید
بعضی از خانم ها عادت کرده اند به شکلی وسواسی خودشان را سرگرم کارهای خانه می

باقی نگذاشته است. اگر چه رسیدگی به کارهای خانه بسیار خوب و موجب فراهم آمدن محیطی آرام و دلپذیر خواهد بود اما نباید زن را تبدیل به خدمتکار خانه کند. برای زن بهتر است که بیشتر خانم خانه باشد نه خدمتکار آقا. عشق مرد ارتباطی با فداکاری ها و نیکوکاری های زن ندارد و اساساً این چیزها در عالم عشق مردانه بی مفهوم است. هر چند ممکن است قدردانی، ستایش و تحسین مردان را برانگیزد. سعی کنید کارها را بیشتر در زمانی که همسران نیست انجام دهید. زمانی که همسران در خانه است ساعاتی را کنار هم بنشینید با هم حرف بزنید و شوخی کنید یا با هم فیلم ببینید و به مهمانی بروید. حتی با هم غذا درست کنید و ... به هر حال سعی کنید با هم باشید.

معلم همسران نباشید
اخلاق گزافی خوب است اما اخلاق گراها گاهی به معلم های اخلاق تبدیل می شوند مخصوصاً اگر تحصیلاتشان از همسران بیشتر است باید توجه داشته باشید که معلم همسران نباشید . معلم ممکن است مورد اعتماد یا مورد ستایش قرار گیرد اما مورد علاقه بودنش تضمینی نیست. معلم همسر شدن از دلبری شما می کاهد. وقتی در جایگاه همسر هستید اولویت اول دلبری و دلربایی است. رفتار خودتان را مدتی مد نظر داشته باشید مواظب باشید اهل نصیحت کردن و راهکار نشان دادن نباشید شما بانوی خانه

هستید باید محبوب باشید. ممکن است مواهب شخصیتی شما زیاد باشد از آن مواهب در جای خودش استفاده کنید. یک زن مامور به تربیت شوهر نیست بلکه مسئول آرامش و محبت خانه است.

مرد زندگی نباشید
هر چند توانایی و مهارت های زیادی داشته باشید خودتان را مرد زندگی نکنید و مسئولیت های مردانه را به عهد نگیرید. گاهی عدم توانایی و ضعف های اخلاقی برخی مردان به مرور از زن های ایشان مردهای توانایی می سازد اما این کار هم موجب ظلم به زن و هم موجب تحقیر مرد است . این چنین زنها اگر چه بسیار فداکاری می کنند و در واقع خودشان را قربانی می کنند اما باز هم محبوبیت و مطلوبیت چندانی ندارند. مرد ها اصولاً عاشق زنی هستند که به او تسلط داشته باشند و بتوانند از او مراقبت و حمایت کنند نه زنی که برایشان مادری می کند. اگر همسران شخصیت افعال کار یا ضعیفی دارد مسئولیت های او را مستقیماً به عهده نگیرید بلکه مانند معلولی که به او یاد می دهند چطور خودش کارهای خودش را انجام دهد به او یاری برسانید که خودش مسئولیتهای خودش را انجام دهد. به جای او کار نکنید به او کمک کنید خودش کارهایش را انجام دهد. البته گاهی هم دستپاچی و عجز بودن زنها را به

دخالت در کارهای مردانه وامی دارد. بهتر است نگاه و طرز فکرتان را اصلاح کنید و در کارهای همسران دخالت نکنید و مزه زن بودن در کنار یک مرد را تجربه کنید.

موتور اقتصادی نباشید
اگر شافل هستید و درآمد خوبی دارید کمک خرج منزل باشید اما موتور اقتصادی نباشید. مدیر اقتصاد خانواده باید مرد خانه باشد. گاهی بعضی زنها با مهریانی و فداکاری همه محصول کارشان را در اختیار خانواده قرار می دهند و هیچ توقعی ندارند اما نهایتاً از این کار ضربه های بدی می خورند. چنین زنانی بیشتر مورد طمع واقع می شوند تا مورد محبت. انتظارات اطرافیان از شما بالا می رود و یک روز متوجه می شود که دیگر نمی توانید کار نکنید و مجبورید ادامه بدهید ولی با همه فداکاریهایی که می کنید خیلی محبوبیت ندارید بلکه انتظارات زیادی که نمی توانید برآورده کنید دیگران را زود از دست شما عصبانی می کند. شما می توانید به کار دلخواهتان مشغول باشید اما حواستان باشد موتور اقتصادی خانواده نباشید. ساعات کاری شما نباید زیاد باشد و اولویت شما باید همسری و مادری باشد. پول جمع کردن و تامین مخارج خانواده وظیفه شما نیست . طوری رفتار نکنید که اگر نتوانستید به کارتان ادامه دهید به زندگی لطمه ای وارد شود یا همسرتان ناراحت شود.

قربانی شدن یکی از بدترین بلاهایی است که زنها گاهی خودشان سر خودشان می آورند زن های فداکاری که بسیار زحمت می کنند خودشان را فدای رفاه اطرافیان می کنند اما متأسفانه زیاد دیده و درک نمی شوند و مهمتر اینکه محبوب و مطلوب نیستند و گاهی از این شکل زندگی ضرات بدی متحمل می شوند. ولی قبل از هر کسی باید خودشان را ملامت کنند نوع نگاه و طرز فکر و عاداتهای اخلاقی خودشان مهمترین عامل در قربانی شدن ایشان است

آداب استقبال همسران از یکدیگر در خانه

از همسران بپرسید که آیا روز خوبی را پشت سر گذاشته یا نه؛ اما از او بازجویی نکنید و از کنجکاوی های بی مورد و سئوالات بیش از حد بپرهیزید. در مورد کارهایش قضاوت نکنید فقط گوش کنید؛ مگر این که خودش از شما اظهار نظر بخواهد.

اول اخبار خوب را به او بگوئید. تا حد ممکن بدها را سانسور کنید. نگذارید رویدادهای ناخوشایند و یا گله و شکایتها لحظات زیبایی با هم بودنتان را تحت تأثیر قرار دهد. برای این که شب خوبی داشته باشید، طرح های خلاقانه به کار ببرید. هر شب فکر تازه ای بکنید تا زندگیتان تکراری و ملالت آور نشود.

اصلاً خوب نیست که موقع ورود همسران به تلویزیون چسبیده باشید یا در آسپزخانه پنهن شده باشید. و مهمتر از همه: حتماً هنگام ورود همسران به خانه لبخند به لب داشته باشید، حتی اگر کوهی از مشکلات بر دوشتان سنگینی می کند.

منبع: دلگرم

محیط جدید، یعنی خانه نیاز به فرصت دارد. انتظار نداشته باشید به محض ورود، بنشینند و درباره مسائل خانه با شما به بحث و گفت‌وگو بپردازد. معمولاً یک فرصت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه‌ای کفایت می‌کند. به حضور همسران در خانه اهمیت بدهید. هنگام بازگشت او را تحویل بگیرید. از شما انتظار نمی‌رود هر شب با یک دسته گل منتظر ورود همسران باشید، گاهی یک سلام و احوال‌پرسی گرم مؤثرتر است. به هر شیوه‌ای که می‌توانید یا بهتر است بگویم به بهترین شیوه به او نشان بدهید که متوجه حضورش در خانه شده‌اید. به سریال مورد علاقه‌تان خیره نمانید. برای چند دقیقه از آشپزخانه یا اتاق بیرون بیایید.

برای بازگشت همسران از قبل برنامه‌ریزی کنید. کارهای مهم و نیازمند توجه و دقت زیاد را پیش از این به اتمام برسانید. به خود فرصتی بدهید تا با همسران بنشینید و یک فنجان چای بنوشید. زمان شام را طوری تنظیم کنید که همه افراد خانواده دور هم باشند.



رفتار صحیح زن:
این که موقع بازگشت همسران به خانه چه کاری انجام دهید اهمیت زیادی دارد. این مسئله تعیین می‌کند که آیا شب خوبی را در کنار هم خواهید داشت یا نه و تقریباً همه زن و شوهرها فقط همین چند ساعت شبانه را برای صحبت کردن و با هم بودن فرصت دارند. پس بهتر است برای هر چه دلپذیرتر کردن آن دست به کار شوید. همسران ساعت‌های طولانی را در محیط کار سپری کرده است. او برای انطباق با

توقع بودن و خشم از خود نشان می دهد. به عکس زنان در سایه «امنیت» بیش از هر زمانی دوست داشتنی می شوند و می توانند زنانگی بیشتر و عزت نفس بیشتری از خود نشان دهند و در مجموع دوست داشتنی تر می شوند.

زن امروزی نسبت به گذشته قدرت و توانمندی بیشتری پیدا کرده است؛ اما با این همه همچنان هر روز با این میراث روانی دست پنجه نرم می کند؛ میراثی که هر روز در گوش آن نجوا می کند که تو بدون مرد تنها و بی پناه هستی و برای ادامه زندگی و رسیدن به «امنیت» به حمایت و حضور مردان نیازمند هستی و بدون کمک آنها به جایی نخواهی رسید.

مسئله این نیست که زنان در واقعیت زندگی به وجود مردان نیازمند هستند و یا نیستند، بلکه منظور سخن این است که بار روانی این مسئله برای زنان فهم و درک شود. اگر این مهم فهم شود علت بسیاری از تعارضات و رفتارهای پیچیده زنان نیز فهم خواهد شد. برای ارتباطی سالم و عمیق با زنان قدم اول در جهت «فهمیدن» آنها بردارید.

منبع: تبیان



واقعیتی تلخ که در وجود همه زنان نهفته است!

خود را فراهم می کردند. به همین منظور به شدت به حضور مردانی نیاز داشتند که از «امنیت» روانی، عاطفی، اقتصادی و جسمانی آنها محافظت کند. برای نگه داشتن این مردان، تمام فکر و ذکر این زنان این بوده که چه رفتاری انجام بدهم تا او من را بیشتر بخواهد و با من بماند تا همچنان «امنیت» داشته باشم!

زن در «نا امنی» از خویش بیگانه و تبدیل به موجودی بی قرار می شود که علائمی چون حسادت، دسیسه و مکر، وابستگی، پر

میراث روانی زنان، کوله باری از «ترس» و «نا امنی» است و حتی قوی ترین و موفق ترین زنان در عصر کنونی بی بهره از این میراث نیستند و همواره ترسی خودآگاه و یا ناخودآگاه از «نا امنی» را در روان خود حمل می کنند. شاید یکی از دلایل اینکه بیشترین اختلالات اضطرابی در زنان دیده می شود نیز همین باشد.

از منظر روانشناسی تکاملی، زنان از دیرباز به دلیل محدودیت های جسمانی و اقتصادی و فرهنگی، همواره باید امنیت خود و فرزندان



هورمون ها: تغییراتی که در تعادل هورمون های بدن به وجود می آید می تواند موجب ایجاد علائم افسردگی شود. صفات ارثی: افسردگی در کسانی که در اطرافیانشان شرایط مشابهی وجود داشته بیشتر خواهد بود. آسیب های زمان کودکی: صدمه خوردن کودکان در کودکی از جمله مشکلات روحی و یا جسمی و از دست دادن والدین می تواند باعث ایجاد تغییراتی در مغز شود که نتیجه آن افزایش احتمال افسردگی است. عادت به الگوی تفکر منفی: افسردگی در نوجوان می تواند نتیجه عادت به ناامیدی باشد. در این حالت نوجوان یاد نگرفته اند که در مشکلات به دنبال راه حل مناسب باشند.

ادامه دارد...

درمان افسردگی نوجوانان (۱)

تغییرات رفتاری است که می تواند مسبب مشکلات گوناگونی در مدرسه، خانه، در روابط اجتماعی و نیز در مراحل گوناگون زندگی شود. این علائم افسردگی می تواند در مقیاس شدت بسیار متفاوت باشد اما تغییراتی که در احساسات و رفتار نوجوان شما بروز می کند می تواند شامل موارد زیر باشد.

تغییرات احساسی
احساس ناراحتی که شامل گریه نیز می شود و هیچ دلیل مشخصی ندارد. احساس ناامیدی و پوچی- عصبانیت و پرخاشگری- بی انگیزگی حتی در امور عادی روزانه- بی توجهی و یا ایجاد نزاع با خانواده و دوستان- کاهش عزت نفس- احساس گناه و بی ارزشی- تمرکز بیش از حد بر روی شکست های گذشته و بزرگنمایی اشکالات خودشان- حساسیت بسیار زیاد نسبت به شکست- مشکلات فراوان در فکر کردن، تمرکز کردن، تصمیم گیری و به خاطر سپردن- داشتن حس این که آینده ترسناک و دلگیر خواهد بود- فکر بیش از حد به مرگ، مردن و خودکشی

تغییرات رفتاری
خستگی و عدم انرژی کافی- بی خوابی و یا خواب بیش از حد- تغییرات غذایی که شامل

افسردگی در نوجوانان یک مشکل جدی ذهنی است که می تواند احساس ناراحتی و بی انگیزگی دائمی را در پی داشته باشد. این نوع افسردگی در نحوه تفکر، احساسات و رفتار های نوجوان شما اثر می گذارد و می تواند مسبب مشکلات احساسی، عملکردی و فیزیکی او شود. اگرچه افسردگی در هر موقعیتی در زندگی می تواند رخ دهد اما ممکن است علائم افسردگی در نوجوانی و بزرگسالی متفاوت باشد.

مشکلاتی مانند فشارهای گوناگون، تحصیل و تغییرات فیزیکی در بدن نوجوانان می تواند باعث ایجاد فراز و فرودهای گوناگون برای نوجوان شما شود. با این حال برای برخی از نوجوانان این تغییرات چیزی بیش از یک احساس لحظه ای هستند و نشانه هایی از افسردگی به حساب می آیند.

افسردگی در نوجوانان چیزی نیست که با اراده زیاد بتوان آن را شکست داد چرا که گاهی اوقات پیامدهای سنگینی داشته و نیاز به درمان بلند مدت دارد. برای بیشتر نوجوانان علائم افسردگی می تواند به کمک روانپزشک و یا روانشناس تقلیل شود.

علائم افسردگی در نوجوانان
علائم و نشانه های افسردگی در نوجوانان شامل

رازهای موفقیت در ازدواج (۱)

دعوا کردن، تسلیم شدن، دادن و بخشیدن را آموزش می دهد.

مقدم دانستن همسران
خب، او اولین نفر است پس از خدا ، او را قبل از بچه ها و یا کار خود و یا مامان ، بابا، دوستان و یا ایکس یاکس ، پلی استیشن یا هر چیز دیگری که شما می توانید فکرتش را کنید قرار دهید.

خدا - اول همسر - دوم کودکان و نوجوانان - سوم به یاد روزهای سخت گذشته باشید که او کنار شما بود.او صدر جدول کار های مهم شما باید شما برای حضور آن فرد خاص آماده هستید؟ ازدواج دشوار است زیرا نیاز به آموزش دارد زیرا ما چیزی از مهارت های قبل از ازدواج نمی دانیم. در حالی که در طول زندگی ما باید با توسعه و افزایش مهارت هایی که لازمه ازدواج موفق هستند، حمایت شویم.

مقایسه نکنید
ازدواج سخت است ، اما زمانی که موفق شوید بسیار شاد می شوید. مزایای آن شامل همسر شاد ، همسر خوشحال ، اعتماد، احترام ، ثبات، حمایت ، عشق بی قید و شرط ، رابطه جنسی عاری از گناه ،همدم زندگی طولانی ، دانشی است که بدون سایه یک شک ، وقتی هر کاری که می کنید و نمی شود فردی وجود دارد که پشت شماست. برای ازدواج ما ۱۰ مهارت های عملی به شما ارائه می دهیم که به منظور موفقیت در ازدواج مورد نیاز شماست.

مهارت های حل مساله
مهارت حل مشکل، مهم ترین مهارت در این فهرست است زیرا اگر این مهارت را نداشته باشید مهارت های دیگر به کارتان نمی آید. با مهارت حل مسئله مشکلی نخواهید داشت ، ۲ سال اول ازدواج سالهای سختی است. در طول دو سال اول ازدواج شما و همسران رویکرد های خودتان را برای حل مشکلات دارید. شما برای پیدا کردن راه حل مشکلات با همسر فقط نصف زمان را فرصت دارید. مهارت حل مساله به شما زمان مناسب برای



آگهی درخواست گواهی حصر وراثت
آقای الیاس زحمتبر فرزند ابراهیم به شرح درخواستی که به کلاس سه سیار این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان مرحوم ابراهیم زحمتبر فرزند رحمت به شناسنامه ۳۷۵ صادره از لارستان در تاریخ ۱۳۱۰/۹/۹۶ در اقامتگاه دائمی خود شهرستان لارستان بدردود زندگی گفته ورته آن مرحوم منحصر است به ۱-محمد ابراهیم فرزند ابراهیم ش ش ۲۵۰۰۳۱۰۶۰۴ لارستان ۲-کورش زحمتبر فرزند ابراهیم ش ش ۲۰۱ لارستان ۳-الیاس زحمتبر فرزند ابراهیم ش ش ۴۰۹ لارستان ۴-راضیه زحمتبر فرزند ابراهیم ش ش ۶۷۵ لارستان فرزندان متوفی ۵-عفت تعالی فرزند اکبر ش ش ۴۳۳ لارستان همسر ۶-رحمت زحمتبر فرزند قربان ش ش ۲۹۸۷ لارستان پدر ۷-ختگل دولابی فرزند غلام ش ش ۶۹۶۰ لارستان مادر ولاغیر...
اینک شورا پس از انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در یک نوبت آگهی می نماید تا هر کسی اعتراضی دارد و یا وصیتنامه از متوفی نزد او باشد از تاریخ انتشار آگهی ظرف یک ماه به این شورا تقدیم دارد و الا گواهی صادر خواهد شد.
ناصر فونونی - رئیس شورای حل اختلاف شعبه اول لارستان م / الف / ۱۴۹

آگهی درخواست گواهی حصر وراثت
آقای عبدالهادی امینیان فرزند غلامعباس به شرح درخواستی که به کلاس دو سیار این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان مرحوم غلامعباس امینیان فرزند داداله به شناسنامه ۱۲۲ صادره از لارستان در تاریخ ۱۳۲۲/۹/۹۶ در اقامتگاه دائمی خود شهرستان لارستان بدردود زندگی گفته ورته آن مرحوم منحصر است به ۱-محمد ابراهیم امینیان فرزند غلامعباس ش ش ۵۰۲ لارستان ۲-عبدالمحمد امینیان فرزند غلامعباس ش ش ۵۴ لارستان ۳-عبدالهادی امینیان فرزند غلامعباس ش ش ۶۳ لارستان ۴-صدیقه امینیان فرزند غلامعباس ش ش ۲۸۶ لارستان ۵-محبوبه امینیان فرزند غلامعباس ش ش ۱۴۶۱۲ لارستان فرزندان متوفی ۶-مریم حق شناس فرزند غلامرضا ش ش ۶۰۵ لارستان همسر ولاغیر...
اینک شورا پس از انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در یک نوبت آگهی می نماید تا هر کسی اعتراضی دارد و یا وصیتنامه از متوفی نزد او باشد از تاریخ انتشار آگهی ظرف یک ماه به این شورا تقدیم دارد و الا گواهی صادر خواهد شد.
ناصر فونونی - رئیس شورای حل اختلاف شعبه اول لارستان م / الف / ۱۴۹

آگهی درخواست گواهی حصر وراثت
آقای بهزاد طاهری فرزند بهروز به شرح درخواستی که به کلاس ۱۲۹-۹۷۰ این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان مرحوم بهروز طاهری فرزند کریم به شناسنامه ۱۱ صادره از لارستان در تاریخ ۱۳۱۵/۹ در اقامتگاه دائمی خود شهرستان لارستان بدردود زندگی گفته ورته آن مرحوم منحصر است به ۱-محمود طاهری فرزند بهروز ش ش ۴۰۰ لارستان ۲-وحید طاهری فرزند بهروز ش ش ۶۲۵۷ لارستان ۳-احمد طاهری فرزند بهروز ش ش ۴۴۲ لارستان ۴-بهزاد طاهری فرزند بهروز ش ش ۲۶ لارستان ۵-محمد طاهری فرزند بهروز ش ش ۸۳ لارستان ۶-رضا طاهری فرزند بهروز ش ش ۲۸۹ لارستان ۷-عبدالکریم طاهری فرزند بهروز ش ش ۳۲ لارستان ۸-مهناز طاهری فرزند بهروز ش ش ۴۶۳ لارستان ۹-معصومه طاهری فرزند بهروز ش ش ۶۵۰ لارستان ۱۰-فاطمه طاهری فرزند بهروز ش ش ۲۳۵۶-۲۵۰۰ لارستان فرزندان متوفی ۱۱-جیران طاهری فرزند معصومعلی ش ش ۳ لارستان همسر ولاغیر...
اینک شورا پس از انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را در یک نوبت آگهی می نماید تا هر کسی اعتراضی دارد و یا وصیتنامه از متوفی نزد او باشد از تاریخ انتشار آگهی ظرف یک ماه به این شورا تقدیم دارد و الا گواهی صادر خواهد شد.
ناصر فونونی - رئیس شورای حل اختلاف شعبه اول لارستان م / الف / ۲۰۲

خانواده بهشتی



تربیت کودک

به صورتی پنهانی و یواشکی فرزندان را ترک نکنید. حتی اگر با دیدن شما هنگام ترک خانه گریه میکند.

ایده ال این است که مادر تا دو سالگی که کودکش اضطراب جدایی دارد از او جدا نشود، اما اگر مجبور به جدا شدن هستید حتما با او خداحافظی کنید.

در غیر این صورت وحشت ترک شدن و تنها ماندن همه عمر همراهش خواهند ماند و اعتماد به افراد نزدیک زندگیش را از دست خواهد داد. ارتباط سالم و وابستگی کودک به مادر در دو سال اول زندگی پایه روابط عاطفی فرزند شما در بزرگسالی خواهد بود.

یکی از روشهای درمان اضطراب جدایی در کودکان نوبا قائم باشک بازی است. تا جای ممکن با آنها قائم باشک بازی کنید.

جایگاه والدین در کنار خداوند است!

جایگاه پدر و مادر بسیار والاست تا جایی که انسان قادر به درک عظمت آن، نمی باشد. پدر و مادر واسطه آفرینش فرزند و مسوول تربیت و پرورش او می باشند، بدین سبب در دین مقدس اسلام بالاترین تأکید در اطاعت و احترام به آنان شده است تا جایی که خداوند متعال در قرآن کریم نام آنان را در ردیف نام خود قرار داده و پس از دستور به شکرگزاری خود، بر لزوم قدردانی از آنان تأکید می نماید: هیچ کس را جز خدا پرستش نکنید و به والدین خویش صدای آنها بلندتر نکنند و هر چه از فروتنی و خاکساری بر ایشان مبالغه نماید، اجر و ثوابش بیشتر است، در صورت اختلاف بین والدین، فرزند باید در اصلاح و اشتی میان آنها به هر طریق ممکن بکوشد.

پیامبر اکرم (ص)از مقام عظیم و والای پدر و مادر، نزد خداوند خیر می دهد و می فرماید: «خداوند با خشنودی والدین خشنود می شود و با خشمگین شدن والدین خشمگین می گردد». و این نشان دهنده توجه و عنایت ویژه پروردگار نسبت به مقام و منزلت والدین می باشد. همچنین ایشان در بیان عظمت و شأن والدین انسان، می فرماید: نگاه محبت آمیز فرزند به پدر و مادرش، عبادت است.

نیکی به پدر و مادر برترین وسیله قرب به خدا

نیکی به پدر و مادر شریف ترین سعادت هاست. هر مومنی سزاوار است که در گرمای داشتن ایشان اهتمام نماید و در خدمت آنها کوتاهی نکند و در معاشرت و مصاحبت با آنها رفتار نیکو

خود را از بوی بهشت محروم نکنیم!!



داشته باشد، نگاه تند به ایشان نیفکنند بلکه به نظر رحمت و عطوفت بنگرد، صدای خود را از صدای آنها بلندتر نکنند و هر چه از فروتنی و خاکساری بر ایشان مبالغه نماید، اجر و ثوابش بیشتر است، در صورت اختلاف بین والدین، فرزند باید در اصلاح و اشتی میان آنها به هر طریق ممکن بکوشد.

پیامبر اکرم (ص)از مقام عظیم و والای پدر و مادر، نزد خداوند خیر می دهد و می فرماید: «خداوند با خشنودی والدین خشنود می شود و با خشمگین شدن والدین خشمگین می گردد». و این نشان دهنده توجه و عنایت ویژه پروردگار نسبت به مقام و منزلت والدین می باشد. همچنین ایشان در بیان عظمت و شأن والدین انسان، می فرماید: نگاه محبت آمیز فرزند به پدر و مادرش، عبادت است.

پدر را در هر چیز اطاعت کن

۲- فراوانی روزی؛ امام صادق علیه السلام می فرماید: هر کس نیکی به والدین نماید هرگز در زندگی به فقر مبتلا نخواهد شد.

۳- آسان شدن مرگ؛ امام صادق علیه السلام فرمود: کسی که دوست دارد خدای متعال سختی های مرگ را بر او آسان سازد، به خویشان و نزدیکان و پدر و مادرش نیکوکار باشد و اگر چنین کند خدای متعال سختی های مرگ را بر او آسان می کند.

۴- نیکو شدن فرزندان؛ امام صادق علیه السلام فرمود: به پدر و مادر خود نیکی کنید تا فرزندانان به شما نیکی کنند....

کلام پایانی

تا وقتی رعایت ادب و احترام به والدین را سرلوحه زندگی خویش قرار ندهیم بوی خوشبختی به مشاممان نخواهد رسید؛ پیامبر خدا فرمود: از عاق والدین شدن بهره‌یزید، زیرا با اینکه بوی بهشت از مسافت هزار سال به مشام می رسد، عاق والدین و کسی که قطع رحم کند آن بو را احساس نخواهد کرد.یکی از ضروریات دینداری اطاعت از پدر و مادر است ، که متاسفانه در جامعه ما مورد غفلت واقع شده است و حتی جوانان دیندار، رضای خدا را در هر چیزی می جویند جز خشنودی والدین خویش!

رابطه بین خرید کالای ایرانی و اختلافات خانوادگی

رهبرانقلاب: شما می روید یک جنسی را از بازار تهیه کنید، نوع داخلی اش هست، نوع خارجی اش هم هست؛ یک مقداری به خاطر تبلیغات خارجی، یک مقدار به خاطر پُر دادن به اینکه این جنس خارجی است، یک مقدار به خاطر رسوبات فرهنگی قبلی که جنس داخلی فایده ای ندارد و یک مقدار هم شاید به خاطر مرغوب‌تر بودن جنس خارجی، شما آن را انتخاب می‌کنید. یعنی چه کار می‌کنید: یک کارگر ایرانی را بیکار می‌کنید و یک کارگر غیر ایرانی را به کار وادار می‌کنید؛ خوب، مگر بیکاری امروز، مشکل عمده ی جامعه ما نیست؟! وقتی شما این طور کردید، بنده این طور کردم، آن برادر دیگر، آن خواهر دیگر و یکی یکی از این روش پیروی کردیم، نتیجه چه می‌شود؟ نتیجه، ورشکستگی کارخانه‌ی داخلی، بیکاری کارگر داخلی و در نهایت باعث ناامیدی سرمایه‌ گذار داخلی می‌شود. بیکاری هم که به دنبال خودش اعتیاد، فساد و اختلافات خانوادگی می‌آورد و به دنبال آن، حوادث سیاسی و اجتماعی فراوان به وجود می‌آید. بنابراین، از یک چیز کوچکی شروع می‌شود: از یک اراده‌ی شخصی من و شما.



یک پسر، خوب تر است از همه ی دنیاها

بنویسید به بالین همه باباها

یک پسر ، خوب تر است از همه ی دنیاها

بنویسید به روی سَر هر مجنونی ،

سهم او خونِ دل است از شَعَفِ لیلِها

تا گدایِ دَرِ ارباب و پسرها هستم

نخورم غصه ی امروز و غمِ فرداها

پسری آمده امروز ، که همتایش نیست

أشبهُ النَّاسِ به "حیدر" ، "نبی" و "زهر" ها

حیدری زاده ی دیگر به جهان چشم گشود

عطر و آئینه بدست ، آمده اند حوراها

پسرِ حضرتِ لیلِاست ، طبیعی است که با

تیغِ ابرویِ دو سر ، دل بِبَرَد از ماها

السلام ای نبی و حیدر و زهرا و حسین

السلام ای پسرِ سبطِ کریمِ طاها

بگذر از نیلِ دلم ، معجزه ای برپا کن

دانش آموزِ تو هستند همه موساها

تیغ ، در دست بگیر و سَر ما را تو بزَن

عاشقان ترس ندارند از این فتواها

روزِ محشر بخدا دست به دامانِ توأم

به دلم راه ندارد خطِرِ عقباها...

نبضِ تو باعثِ جوشیدن آب است ، ولی

پیش چشمان تو شد خشک ، همه دریاها

به فدای لبِ عطشانِ تو و بابایت

تشنه لب ، معرکه کردی وسطِ صحراها

آه... نام تو علی بود و عدویت نامرد...د

جَدَدِ ضربه ی شمشیر ، ز بی پرواها

بدنت دانه ی تسبیح شد و ریخت بهم

تَنِ تو گم شده انگار ، به زیرِ پاها

پدرت آمده و گریه کنان میگوید:

یک پسر ، خوب تر است از همه ی دنیاها

پوریا باقری

جرعه وصال (آیت آ... بهجت)

جای تعجب است که به شخصیت ها و سخنان آنها اهمیت داده می شود و سخنرانی هایشان ضبط می شود، اما قرآن که در دست ما است، این طور نزد ما ارزش ندارد! همه می دانیم که دربارهٔ قرآن، مقصریم!



کسی که این مطلب را که: قرآن، تیانِ کُلِّ شیءِ آبیانگر همه چیزا است دنبال کند، عجایب و غرایب می بیند!

قرآن کتابی است که پیغمبر ساز است؛ زیرا پیغمبران دو گونه اند: قسم اول، پیامبرانی هستند که از جانب خداوند به پیامبری تعیین شده اند. قسم دوم، پیغمبران کمالی، که در اثر ایمان و عمل به دستورات قرآن، به کمالات پیامبر نایل می گردند. بنابراین قرآن، پیغمبران کمالی تربیت می کند و پیغمبر ساز است.

ما وظیفه داریم که در تعلیم، تلاوت و عمل به قرآن کوشش کنیم. ولی ما مشبهای احیا قرآن بر سر می گذاریم؛ و در مقام عمل، آیه های حجاب، غیبت، کذب، آیات: (وَلَيْلُ اللَّطْفَيْنِ: وای بر کم فروشان، و نیز: فَلَا تَقْلُ لَهَا أَف: پس به پدر و مادر، آف نگو، همچنین: وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا: و با ناز و تکبر در روی زمین راه مرو،) و ... را زیر پا می گذاریم.



بهار واقعی در گرو ظهور امام زمان (عج) است

می توانیم به بهار بنگریم؛ هنگام بهار، همه جا پر از حیات و سرزندگی، دنیا متحول و دگرگون می شود و طبیعت طراوت پیدا می کند. در جامعه مهدوی نیز همه جا پر از عدل و حیات و رشد می شود. در جامعه مهدوی، علوم مادی و معنوی مسیر واحدی را طی و همدیگر را تکمیل می کنند، همچنان که همه اجزای طبیعت در فصل بهار نقش تکمیل کنندگی یکدیگر را پیدا می کنند. عدالت مهدوی، عدالت در یک بعد یا عدالت صرفاً اجتماعی نیست، بلکه عدالت درونی و نهفته در ذات انسان و ارتباط تعامل یافته قوای انسانی است

نسیم روح بخش بهاری...

با آمدن بهار، باران فراوان، غرش رودها و جوشش چشمه ها و نهرها را شاهد هستیم و باید عنوان کرد که حضرت مهدی (عج) خود ابر باران خیز و چشمه جوشان است. در جلد یک کتاب ارزشمند کافی در صفحه ۱۹۸ حدیثی به این مضمون نگارش شده است: «امام ابر بارنده، باران پیایی، آسمان سایه افکن، زمین گسترده، چشمه جوشان برکه و گلزار است.» مهدی (عج) هرجا قدم بگذرد، به آن سرسبزی و نشاط می بخشد و در هر منزلی اقامت گزیند، آنجا را خرم و باطراوت می کند. در همین زمینه در کتاب روزگار رهایی آمده است: «هام مهدی (عج) در هیچ مکانی اقامت نمی کند، جز آنکه از مقدم او چشمه ها می جوشد. پس گرسنگان را سیر و تشنگان را سیراب می کند...»

در حدیثی از امام علی (علیه السلام) نقل شده است: «هنگامی که قائم آل محمد (عج) ظهور کند، آسمان باران بهاری را فرو می فرستد و زمین گیاهان خویش را بیرون می فرستد و... تا جایی که اگر زنی از عراق تا شام برود پای خود را جز بر روی گیاه نگذارد... و ترسی برایش نخواهد بود»

سلام بر مهدی، بهار بشریت

در فرازی از زیارت نامه حضرت مهدی (عج) می خوانیم «السلام علی الریبع الایمان؛ سلام بر مهدی، بهار بشریت. البته در خصوص معنی کلمه بهار و بشریت، معانی و توضیحات دیگری نیز عنوان شده است. «طریحی» در کتاب مجمع البحرین، ربیع را باران بهاری عنوان می کند. بارانی که زمین را سرشار از نعمت و طراوت می کند و به گیاهان زندگی تازه می دهد. طریحی در خصوص واژه انام نیز، آن را تمامی مخلوقات معنا می کند. به نظر وی انام، تنها شامل انسان ها نیست و معنای گسترده تری دارد و جن و انس و تمام موجودات را در بر می گیرد و حتی همه هستی در کل کائنات و نظام آفرینش را شامل می شود.

در زیارت نامه حضرت مهدی (عج)، حضرت صاحب الامر به باران بهاری که ثمربخشی بسیاری دارد، تشبیه می شود. نور ملکوتی و جلوه ایزدی پروردگار مثل بهار نشاط می آورد و قلب های پژمرده را که به واسطه گناه افسرده شده اند، نشاط و شادابی می بخشد. برای همین هر پدیده ای که بخواهد زنده شود و شادابی معنوی و کمال و بصیرتش را کسب کند، می تواند از وجود امام عصر(عج) بهره ببرد و بهار، فصل روی آوردن به آستان مبارک امام مهدی(عج) است.

منبع : پایگاه حوزه

تلنگر

پند پیران

دلنان را به اقیانوسی آرام تبدیل کنید، نه یک مرداب ناچیز. چرا ما باید با قبول نشدن در کنکور، نرسیدن به خواسته ای خاص، شکست موقت در ایجاد رابطه ای عاطفی یا اطرافیان و مانند آن، کل زمین و زمان را به زیر سؤال ببریم و دنیا را تمام شده بپنداریم؟ بدانیم آنهایی که دلشان مرداب است، با کوچک ترین حادثه ای به تلاطم می افتند، ولی آنان که دلی همچون اقیانوس دارند، شدیدترین گرداب ها و جریان های حوادث هم آرامشان را بر هم نخواهد زد. در معاملات زندگی، هیچ گاه از علامت منفی استفاده نکنید. به خاطر داشته باشید که تفکر منفی، آن چنان قدرتی دارد که می تواند با قرار گرفتن در پشت یک معادله بزرگ زندگی، همه علامت های مثبت آن را تغییر دهد و مانند خود، منفی سازد. به یاد داشته باشیم که ما جوان ها نمی دانیم در پشت یک واقعه به ظاهر ناراحت کننده، غم بار یا دل شکننده، چه حکمت ها، شادی ها و زیبایی هایی از طرف خدا وجود دارد.

در روابط خود و دیگران، مثل یک قالب یخ نباشید. برخی از ما جوانان فکر می کنیم هرچه سردتر و مرموزتر باشیم، بیشتر تحویلمان می گیرند! بدانیم سردی و بی روحی، مهم ترین عامل از بین برنده صمیمیت است. در عوض، همچون یک بخاری در روزهای سرد زمستان، گرما و آرامش بخش باشید. آن گاه ببینید چقدر تحویلتان می گیرند.

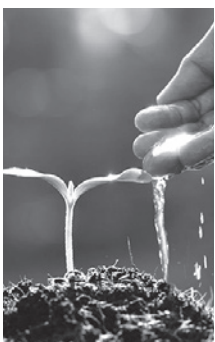
هیچ گاه در گره زدن طناب پاره شده یک دوستی، تعلل به خرج ندهید. گاهی اوقات، یک دوست خوب برای ما جوان ها، بهترین همدم و مونس است. بیایید گاهی اوقات یک دعوی درست و حسابی با غرور بی جایمان که بلاهای زیادی هم بر سر ما آورده است نکنیم. مطمئن باشید گره زدن بند یک دوستی گسسته شده به خاطر کمتر کردن طول طناب، نزدیکی را بیشتر خواهد کرد.

بلندگوی دهانتان را طوری تنظیم کنید که توان داد و جیب زدن نداشته باشد. شاید بتوانید با صرف اندکی زمان، بلندگویی بسازید که به صورتی خودکار، تنها اجازه خروج جملاتی زیبا، سعادت زا و امیدبخش را از خود بدهد. می دانیم برای ما جوان ها این گونه کارها گاهی اوقات بسیار سخت است، ولی مزه مهار کردن خود، به ویژه در مقابل آنهایی که باید احترامشان را نگه داریم، آن قدر زیاد است که به یک بار امتحان کردنش بیارزد.

همواره بر روی قطعه طلایی وجودتان کار کنید. ارزش یک فلز برحسب میزان کاری است که روی آن انجام می گیرد. هیچ گاه قیمت یک کیلو آهن، یک کیلو آهن تبدیل شده به سوزن و یک کیلو آهن تبدیل شده به چرخ دنده های ریز ساعت، با هم برابر نخواهد بود. ما جوانیم و دارای قدرت و ابتکار. حوصله کنیم، پایان بسیاری از رویدادها خوش خواهد بود.

تجربه های تلخ و شیرین زندگی را درس هایی فهمیدنی بدانید و نه حفظ کردنی؛ چرا که مطالب حفظ شده پس از مدت زمانی از خاطر پاک می شود. نگذارید چراغ علم و دانایی تان درباره موضوعی که بدان علاقه مندید، در حد یک فانوس بماند. جوانی، بهترین دورانی است که فرد در آن قادر به یادگیری است. از پروژکتورهای قوی و نیرومند بازآموزی استفاده کنید و مشتاقانه منتظر ثمرات نیکوی آن در زندگی روزمره خود باشید. ضمناً پس از مدتی بازآموزی، نگاهی نیز به درجه اعتماد به نفس خود ببیند؛ مطمئناً از افزایش آن به وجد خواهید آمد.

... و سرانجام بیایید تلاش کنیم تا با استفاده از پاک کننده هایی همچون دعا، نیایش و انجام دادن اعمال نیک، هرچند گاه یک بار، زنگار از صفحه دلمان بزداییم و آن را برای بازتابش انوار الهی آماده تر سازیم. جوانی، زیباترین دوران برای جذب معارف و رحمت الهی است؛ قدر آن را بدانیم!



تجربه های تلخ و شیرین زندگی را درس هایی فهمیدنی بدانید و نه حفظ کردنی؛ چرا که مطالب حفظ شده پس از مدت زمانی از خاطر پاک می شود.

همواره بر روی

قطعه طلایی

وجودتان کار

کنید. ارزش یک

فلز برحسب میزان

کاری است که روی

آن انجام می گیرد.

هیچ گاه قیمت یک

کیلو آهن، یک کیلو

آهن تبدیل شده به

سوزن و یک کیلو

آهن تبدیل شده

به چرخ دنده های

ریز ساعت، با هم

برابر نخواهد بود.

ما جوانیم و دارای

قدرت و ابتکار.

حوصله کنیم، پایان

بسیاری از رویدادها

خوش خواهد بود.

مشکلات شهری اجتماعی ، فرهنگی و ...

با سامانه مشکلات مردمی میلاد لارستان

۲۰۰۰۳۰۰۰۵۰۰۰۰

مضرات مواد غذایی.....

مصرف زنجبیل برای این افراد خطرناک است!!

زنجبیل برای بسیاری از مشکلات جسمی از ناراحتی‌های گوارشی گرفته تا سرماخوردگی و سرفه مزمن خاصیت درمانی دارد اما حتی برای مصرف این گیاه پرفراده نیز محدودیت‌هایی وجود دارد.

۱. زنجبیل برای افرادی که دارای کمبود وزن هستند، خطرناک است

زنجبیل معمولا به عنوان راه حلی برای کاهش وزن توصیه می‌شود و در کاهش اشتها نقش دارد.بنابراین برای افرادی که زیر وزن طبیعی هستند مصرف آن می‌تواند منجر به کاهش اشتها و متعاقبا ریزش مو و کمبود ویتامین شود.

۲ . زنجبیل برای افرادی که مبتلا به اختلالات خونی هستند، خطرناک است

زنجبیل به بهبود گردش خون در بدن کمک می‌کند و از سوی دیگر بدن افراد مبتلا به نوعی اختلال خونی،موسوم بهموفیلی hemophilia یا ناتوانی در لخته شدن خون مواجه است.

اگرچه در حالت عادی لخته شدن خون در عروق می‌تواند خطرناک باشد اما در مواردی مانند آسیب‌دیدگی و خونریزی بر اثر جراحی،این فرآیند طبیعی برای بدن ضروری است و



بنابراین در مبتلایان به هموفیلی،اختلال در روند طبیعی لخته شدن خون می‌تواند موجب تشدید خونریزی شود.

توصیه برای مصرف زنجبیل در افراد خاص
بنابراین زنجبیل که در افراد سالم گردش خون را بهبود می‌بخشد در بیماران هموفیلی می‌تواند موجب تشدید خونریزی شود و حتی می‌تواند تاثیر داروهای حیات بخش را در بدن

این بیماران خنثی کند.

۳. زنجبیل و بارداری

اگرچه مصرف زنجبیل در چند هفته نخست بارداری به بهبود تهوع صبحگاهی و کاهش ضعف در مادر کمک می‌کند اما برای سه ماهه آخر حاملگی به هیچ وجه توصیه نمی‌شودچرا که می‌تواند موجب زایمان زودرس و پیش از موعد شود.

۴. زنجبیل افرادی که داروهای خاص مصرف



می‌کنند، خطرناک است

برای افرادی که داروی دیابت و فشار خون بالا مصرف می‌کنند استفاده از زنجبیل به شدت

منع می‌شود.داروهایی چون بتابلاکرها یا مسدود کننده‌های بتا Beta blocker.داروهای ضد انعقاد و انسولین وقتی با زنجبیل ترکیب می‌شوند می‌توانند بسیار خطرناک باشند.

با این حال متخصصان تغذیه برای افرادی که به طعم زنجبیل در غذاها علاقه دارند ولی به دلایل فوق باید در مصرف آن احتیاط کنند،جایگزین‌های مناسبی نظیر فلفل دلمه‌ای قرمز و فلفل شیرین را توصیه می‌کنند.

با این حال به رغم توصیه‌های فوق این اطلاعات جنبه عمومی دارد و بهترین و مطمئن‌ترین راه‌حل، مشاوره با پزشک متخصص و دریافت توصیه‌های متناسب با شرایط هر بیمار است.

مضرات مصرف زیاد شکر

ماده کریستالی سفید رنگی که بعنوان شکر می شناسیم، یک ماده مصنوعی و فرآیند شده است که اغلب از نیشکر یا چغندر قند بدست می آید. قند موجود در نیشکر و چغندر قند بعد از جداسازی تمام املاح، ویتامین ها، پروتئین، آنزیم و سایر مواد مغذی مفید، در کارخانه تصفیه شده و به ساکاروز خالص تبدیل می شود.چیزی که بعد از فرآیند باقی می ماند، ماده مصنوعی غلیظ شده ای است که استفاده از آن فایده ای برای بدن ندارد.

شکر یک ماده ی اعتیاد آور است مهمترین دلایلی که نشان می دهند شکر از هر سم، دارو و یا ماده مخدري خطرناک تر است، عبارتند از:
۱- هنگامی که شکر را یک نوع ماده غذایی بدانیم و مقادیر زیادی از آن را مصرف کنیم.
۲- از روزی که نوزاد متولد می شود و درغذای تکمیلی او شکر می ریزیم، اثرات مضر آن شروع می شود. حتی اگر مادر شکر مصرف کند، شیر او به این ماده آغشته می شود.

۳- تقریباً ۹۵ درصد افراد با درجات مختلفی به مصرف شکر معتاد هستند. میزان مصرف آن خیلی بالاتس معیاری که نشان می دهد یک ماده برای بدن مفید یا مضر است، مقداری است که بدن از آن ماده استفاده می کند. مثالی را در این باره برای شما بیان می کنیم : همه ما می دانیم زهر مار رنگی، مار کبرا و سایر مارهای سمی در انسان کشنده است. سم



قند خون)

۳-در ایجاد بیماری‌های قلبی، تصلب شرائین، بیماری های روحی، افسردگی، پیری، فشارخون بالا و سرطان نقش دارد.

۴- باعث عدم تعادل هورمونی بدن و آسیب به غدد داخلی بدن مثل غدد فوق کلیوی و لوزالمعده می شود که میزان قند خون را تا حدود زیادی تحت تأثیر قرار می دهد.

۵- باعث خستگی مزمن می شود.

۶- باعث افراط در خوردن مواد غذایی در افرادی می شود که دچار پرخوری عصبی (بولیمیا) هستند.

۷-افزایش علائم سندرم پیش از قاعدگی

۸- افزایش فعالیت در ۵۰ درصد کودکان

۹- افزایش اضطراب و کج خلقی

۱۰- علائم اضطراب و ترس را در خانم های حساس تشدید می کند

۱۱- کاهش وزن را در افراد چاق مشکل می سازد زیرا با مصرف زیاد قند، مقدار انسولین خون افزایش می یابد که این منجر به افزایش ذخیره کربوهیدرات و چربی در بدن می شود.

طب گیاهی.....

درمان گیاهی سوءهاضمه

گیاه دیگری که برای مشکلات گوارشی بسیار مورد استفاده قرار می گیرد، نعنا است. نعنا به عنوان درمانی موثر برای سوء هاضمه، سوزش سردل ، نفخ و درد معده و دستگاه گوارش مورد استفاده قرار می گیرد. این گیاه مفید همچنین اشتها را تحریک می‌کند و در درمان حالت تهوع و سردرد موثر است.

زنجبیل

این گیاه از ۲۰۰۰ سال قبل تا کنون برای درمان کلیه اختلالات هضم مورد استفاده بوده است. زنجبیل حاوی یک ماده فعال به نام «جینگرول» است که طعم گرم و تند این چاشنی را ایجاد می‌کند و خواص تحریک کننده و درمانی دارد. این چاشنی با بهبود عملکرد آنزیم‌های گوارشی به بهبود عملکرد سیستم هاضمه بدن کمک می‌کند.
بادرنجبویه

این گیاه از خانواده نعنا است و از زمان‌های قدیم برای درمان استرس، بی‌خوابی، کم‌اشتهایی و تسهیل در هضم غذا استفاده می‌شده است.

برگ کنگر

این گیاه موجب تحریک کبد و صفرا می‌شود که این دو عضو به نوبه ی خود نقش موثری در گوارش دارند.

دارچین

دارچین به هضم مواد غذایی کمک می‌کند. سایر موارد مصرف این گیاه عبارتند از درمان سردرد، التهابات پوستی، اضطراب و تهوع، اسهال ، دردهای قاعدگی و نفخ.

لفل هندی

کمی گیج کننده به نظر می رسد که یک چاشنی نتیجه عکس داشته باشد. تا آنجا که تحقیقات نشان می داد اغلب چاشنی جات موجب تحریک دستگاه گوارش می شدند ولی فلف هندی موردی استثنا به نظر می رسد و بر عکس ادویه جات تند نقش موثری در از بین بردن نفخ، درد و حالت تهوع دارد.

با تمام این توصیفات مصرف این گیاهان باید به میزان مناسب باشد به خصوص برای زنان باردار، شیرده و یا افرادی که در حال مصرف دارو هستند.

بابونه؛ التیام‌دهنده دردها

بابونه خاصیت ضد التهابی دارد و بهبود دهنده زخم و میکروب‌کش است و افراد می توانند مقداری بابونه را دم‌کرده یا مختصری بجوشانند و با آن دهانشویه کنند یا برای شستشوی زخم از آن استفاده کنند.

خانم هایی که دچار ترشحات زیاد واژینال هستند نیز در صورتی که این ترشحات سفید و پنیری باشد، می‌توانند برای رفع آن داخل دم‌کرده بابونه بنشینند.

عرق بابونه برای دفع سنگ کلیه استفاده می شود، ادرار را زیاد می‌کند و کسانی که سنگ کلیه دارند می توانند از عرق بابونه استفاده کنند که بافت سنگ را نرم و مجاری ادراری را باز کرده و سنگ را به سهولت دفع می‌کند. همچنین این گیاه برای رفع مشکلات پرپود نیز مفید است. در برخی از خانم ها، به دلیل سردی رحم، علی رغم این که فرد علائم پرپود را دارد، عادت ماهانه آغاز نمی‌شود و آنها معمولا درد شدیدی قبل و حین قاعدگی دارند که می توانند از بابونه استفاده کنند و یا اینکه روغن آن را به منطقه زیر شکم و لگن بمالند. خانم های یائسه که دچار گرگرفتگی می شوند نیز می‌توانند در حمام خود را با روغن بابونه ماساژ دهند، چون خود محیط حمام موجب باز شدن منافذ و نفوذ روغن و رفع حرارت بالای بدن می‌شود.

سوءهاضمه یکی از ناراحتی‌ها و بیماری‌هایی است که از نظر پزشکی هیچ علت ارگانیک مشخصی برای آن پیدا نشده است اما مبتلایان به آن احساس ناراحتی شدید هنگام یا بعد از غذاخوردن پیدا می‌کنند.

از نظر پزشکی سوء هاضمه به احساس ناراحتی مبهم در شکم یا قفسه سینه گفته می‌شود که طی آن معده ، مری و روده کوچک فرد مبتلا درگیر می‌شود. سوء هاضمه یک درد گوارشی بدون زخم است و با علائمی چون احساس درد هنگام خوردن یا سوزش شکم ، نفخ، احساس گاز زیاد در شکم، تهوع، استفراغ خونی و ترش کردن همراه است.

هنگام داشتن علائم سوءهاضمه بهترین کار مراجعه به پزشک متخصص است که ضمن معاینه و تجویز دارو می‌توان به پیشنهادهای گیاه‌درمانگران نیز در این زمینه توجه کرد از جمله دالیل شایع سوء هاضمه عبارتند از پرخوری، تند خوردن غذا، مصرف غذاهای چرب، مصرف زیاد کافئین، مصرف زیاد شکلات، عصبانیت و شوک عاطفی.

تمامی این موارد منجر به سوء هاضمه و بروز علائمی نظیر آروغ زدن، سوزش و درد سر دل ، نفخ و حالت تهوع می‌شوند.

از جمله دلایل شایع سوء هاضمه عبارتند از پرخوری، تند خوردن، مصرف غذاهای چرب، مصرف زیاد کافئین، مصرف زیاد الکل، مصرف زیاد شکلات، عصبانیت و شوک عاطفی.

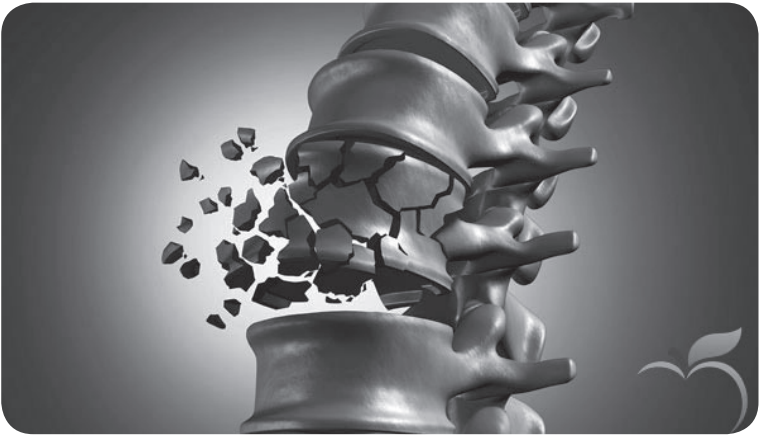
تمامی این موارد منجر به سوء هاضمه و بروز علائمی نظیر آروغ زدن، سوزش و درد سر دل و نفخ و حالت تهوع می شود. از جمله گیاهان موثر برای درمان چنین علائمی عبارتند از:

رازیانه
خاصیت درمانی این گیاه از زمان های قدیم مورد توجه بوده است . از برگ این گیاه می ها) می توانند تا حدی ضعف شوند که مجاله می شوند و منجر به کم‌درد، کاهش قد و قوز می شوند.
درمان پوکی استخوان
اکثر درمان هایی که برای پوکی استخوان انجام می شوند در جلوگیری از کاهش تراکم استخوان و پیشگیری از شکستگی استخوان مفید می باشند.بعضی از انواع پوکی استخوان با رژیم غذایی و تغییرات سبک زندگی قابل مدیریت می باشند.

سایر روش های درمانی استفاده از دارو بوده که باید توسط پزشک تجویز شود. این درمان ها می توانند شامل:
-ورزش هایی که باعث تقویت ماهیچه ها می شوند.
-ترک سیگار
-داروهای درمان پوکی استخوان همچون و همچنین بعضی از انواع هورمون ها
-تزریق داروهایی برای خانم ها که خطر شکستگی را کاهش می دهند.
-اجتناب از مصرف الکل
-مکمل های حاوی کلسیم و ویتامین

مدیریت می باشند.
سایر روش های درمانی استفاده از دارو بوده که باید توسط پزشک تجویز شود. این درمان ها می توانند شامل:
-ورزش هایی که باعث تقویت ماهیچه ها می شوند.
-ترک سیگار
-داروهای درمان پوکی استخوان همچون و همچنین بعضی از انواع هورمون ها
-تزریق داروهایی برای خانم ها که خطر شکستگی را کاهش می دهند.
-اجتناب از مصرف الکل
-مکمل های حاوی کلسیم و ویتامین

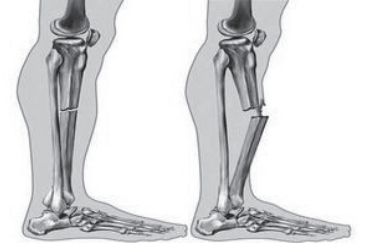
مدیریت می باشند.
سایر روش های درمانی استفاده از دارو بوده که باید توسط پزشک تجویز شود. این درمان ها می توانند شامل:
-ورزش هایی که باعث تقویت ماهیچه ها می شوند.
-ترک سیگار
-داروهای درمان پوکی استخوان همچون و همچنین بعضی از انواع هورمون ها
-تزریق داروهایی برای خانم ها که خطر شکستگی را کاهش می دهند.
-اجتناب از مصرف الکل
-مکمل های حاوی کلسیم و ویتامین



دلایل و درمان پوکی استخوان

شکستگی استخوان در این بیماری شکستن استخوان های ستون فقرات می باشد. شکستگی استخوان، مخصوصا در ستون فقرات یا لگن، جدی ترین عوارض بیماری پوکی استخوان هستند.

شکستگی لگن اغلب ناشی از زمین خوردگی است و عوارض جانبی پس از عمل این نوع شکستگی می تواند منجر به ناتوانی جسمی و



حتی مرگ فرد شود.

در بعضی از موارد، شکستگی ستون فقرات حتی در صورتی که زمین نخورده باشد،افتاق می افتد و استخوان های ستون فقرات (مهره ها) می توانند تا حدی ضعف شوند که مجاله می شوند و منجر به کم‌درد، کاهش قد و قوز می شوند.

درمان پوکی استخوان

اکثر درمان هایی که برای پوکی استخوان انجام می شوند در جلوگیری از کاهش تراکم استخوان و پیشگیری از شکستگی استخوان مفید می باشند.بعضی از انواع پوکی استخوان با رژیم غذایی و تغییرات سبک زندگی قابل مدیریت می باشند.

سایر روش های درمانی استفاده از دارو بوده که باید توسط پزشک تجویز شود. این درمان ها می توانند شامل:

-ورزش هایی که باعث تقویت ماهیچه ها می شوند.

-ترک سیگار

-داروهای درمان پوکی استخوان همچون و همچنین بعضی از انواع هورمون ها
-تزریق داروهایی برای خانم ها که خطر شکستگی را کاهش می دهند.
-اجتناب از مصرف الکل
-مکمل های حاوی کلسیم و ویتامین



۵۲۲۴۴۷۷۵
۵۲۲۴۳۸۴۴

پوکی استخوان یا استئوپوروز (Osteoporosis) بیماری شایعی است که باعث ضعیف شدن استخوان ها شده و خطر شکستگی استخوان ها را افزایش می دهد.

زمانی که شما دچار پوکی استخوان هستید،با افتادن های عادی و یا ضربه های معمولی و یا در مراحل شدید حتی با یک سرفه ممکن است استخوان های شما بشکنند.شکستگی های

مربوط به پوکی استخوان معمولا در لگن، مچ دست و ستون فقرات رخ می ددد.

استخوان بافتی زنده در بدن بوده که دائما جذب و جایگزین می شود.پوکی استخوان زمانی رخ می دهد که تولید استخوان های جدید با مرگ استخوان های قدیمی برابر نمی باشد.

پوکی استخوان در زنان و مردان و همه نژادهای مختلف انسان ها را رخ میدهد.با این حال افراد سفید پوست و زنان آسیایی (بخصوص زنان بعد از سن یائسگی) در خطر بیشتری برای ابتلا به

این بیماری می باشند.

پوکی استخوان زمانی رخ می دهد که تولید استخوان های جدید با مرگ استخوان های قدیمی برابر نمی باشد.در این حالت تراکم استخوان شما کاهش یافته و شما دچار پوکی استخوان می شوید.

عواملی که در ابتلا به این بیماری نقش ایفا می کنند، شامل پنج دسته خطرات و عوامل تغییر ناپذیر،سطح هورمونی، عوامل تغذیه ای، مصرف داروهای استروئیدی و سایر دارو ها و سبک زندگی می شوند.

علائم پوکی استخوان
دلایل پوکی استخوان
معمولا در مراحل اولیه علامت خاصی ندارد و علائم آن کم کم بعد از اینکه بیماری پیشرفت کرد،خود را نشان می دهند، بعضی از علائم شایع شامل:درد مفاصل، مشکل در ایستادن، مشکل در راست نشستن، کوتاه شدن قد در گذر زمان، آسان شکستن استخوان با ضرات کم شدت

دلایل پوکی استخوان و راه های درمان آن
هرچند پوکی استخوان به خودی خود دردناک نبوده، اما شکستن استخوان در اثر پوکی استخوان دردناک می باشد،معمول ترین



معجزه طب سنتی در درمان معده درد

مدت زمان هضم غذا چقدر است؟

مدت زمان هضم غذا بستگی به نوع ماده غذایی مصرف شده دارد، ولی به طور کلی مواد غذایی ۲ تا سه ساعت پس از میل شدن هضم می شوند .

اول مزاج های معده را بشناسید

معده ۱۲ مزاج دارد، اما دو مورد از آنها جزء اصلی ترین مزاج های معده هستند؛ مزاج سرد و تر و مزاج خشک و گرم. وقتی مزاج سرد و تر باشد فرد دچار مشکلاتی از قبیل نفخ، ترش کردن معده، عدم هضم و ... می شود. با این حال از روی علائمی مثل نفخ، گاز معده، بادگلو، قلیج (روده یا بعضی از قسمت های بدن)، تنگی نفس و ... می توان متوجه شد که معده دچار مشکلاتی شده که از دسته سرد مزاج هاست .

اما در دسته خشک و گرم می توان به بیماری های معدوی از جمله زخم معده، سوزش معده و بیماری های دیگر اشاره کرد که معمولا این مشکلات با علائمی مثل سوزش معده، دردهای خنجری (به خصوص هنگام شب)، مدفوع سیاه ... همراه هستند. با این حال بهتر است بدانید که فرد ممکن است دچار هر دو مشکل در مزاج ها شود، مثلا هم معده اش ترش کند و هم زخم اثنی عشر داشته باشد. با این حال با رعایت برخی نکات تغذیه ای می توان این مشکل را تاحدودی درمان کرد .

رایج ترین مشکلات گوارشی

درد معده ، سوءهاضمه ،ترش کردن، حالت تهوع صبحگاهی، تلخی دهان ،احساس سنگینی معده بوی بد دهان ، هضم ناقص غذاها

جلوگیری از بروز مشکلات گوارشی

افراد باید از انجام موارد ذیل خودداری کنند :

پرخوری ،صحبت کردن بین غذا ، تندتند غذا خوردن ، مصرف غذا های ساندویچی، سرخ شده ، نوشیدن مایعات زیاد مانند دوغ، نوشابه و دلستر بین غذا

موثرترین درمان های خانگی برای معده درد

۱. نمک:افراد باید پیش و پس از غذا کمی نمک بجورند. مصرف نمک قبل از غذا به کاهش اسید معده و پس از آن به هضم و ضدعفونی کردن غذا کمک می کند .

۲. اسید زمینی خام:افرادی که دچار معده درد و بالا بودن اسید معده هستند می توانند یک عدد سیب زمینی خام را رنده کنند و به مقدار نصف استکان آب آن را به آرامی بنوشند .

۳. شیرین بیان:مصرف عصاره شیرین بیان ۱۵ دقیقه قبل از غذا با مقداری آب جوش ولرم برای تقویت معده، کاهش اسید معده و رفع دل درد و دل پیچه موثر است. همچنین مبتلایان به رفلاکس برای رفع مشکلاتشان باید ۱۵ دقیقه قبل از غذا عصاره شیرین بیان به همراه مقداری آب جوش و پس از غذا یک استکان عرق بومادران بنوشند .

۴. عرق زنیان:افرادی که به ویژه پس از مصرف غذاهای سنگین و گوستی دچار احساس سنگینی معده می شوند باید برای رفع این احساس مقداری عرق زنیان بنوشند .

۵. سماق:مصرف سماق همراه با غذا های گوشتی ضروری است .

۶ سبزیجات:افراد باید همراه غذا از سبزیجات تازه استفاده کنند. مصرف سبزیجات تازه علاوه بر سم زدایی بدن به بهتر شدن حرکات دودی روده و جلوگیری از بروز یبوست نیز کمک شایانی می کند .

۷. دمنوش های بابونه، گل گاو زبان، سنبل الطیب، بادرنجبویه و افسنتین:مصرف ترکیب این دمنوش ها تاثیر بسزایی در تسکین اعصاب معده دارد. افراد برای تهیه این معجون باید مقدار مساوی از این گیاهان را با هم ترکیب و روزانه سه لیوان از آن را میل کنند .

۸. دمنوش های زیره سبز، آویشن، نعناع، کاکوتی، رازیانه، شیرین بیان، زنیان و بومادران:استفاده از مخلوط این دمنوش ها سبب تقویت معده و دستگاه گوارش می شود. مصرف این ترکیب برای رفع سردی، ترشی و زخم معده، نفخ و دل درد موثر است. همچنین زنان می توانند در ۲ تا سه روز نخست عادت ماهیانه روزانه سه لیوان از این معجون را بنوشند .

۹. ماساژ معده با روغن سیاه دانه یا مصطکی:موجب تقویت معده می شود .
۱۰. پرهیز از پرخوری و روزه داری نیز به دفع سموم از معده و روده کمک شایانی می کند .

۱۱. ترکیب عرق نعناع، عرق بارهنگ، گلاب و نبات:مبتلایان به دل درد، دل پیچه و نفخ برای رفع مشکل خود باید از ترکیب آب جوش به همراه عرق نعناع، عرق بارهنگ، گلاب و نبات استفاده کنند.افراد برای تهیه این مخلوط باید سه قاشق غذاخوری عرق نعناع، یک قاشق غذاخوری گلاب و یک قاشق مرباخوری بارهنگ را به یک لیوان آب جوش بیفزایند. نوشیدن این معجون برای افراد کم اشتها نیز مفید است .

خوراکی های ممنوع !

سرخ کردنی ها ، غذاهای چرب (مثل ته دیگ، کوکو و کتلت هایی که با روغن فراوان پخته می شوند)، گوشت قرمز مثل گوشت گاو ، شیرینی خامه ای، قهوه، نوشابه، چای، نسکافه ، شکلات

نیکوکاری و خوش اخلاقی، خانه ها را آباد و عمرها را طولانی می کنند.

(کافی، ج ۲، ص ۱۰۰، ح ۸)

در آخر خطبۀ ۲۱ آمده است: از گفتن حق، با مشورت و عدالت خودداری نکنید، زیرا خود را برتر از آن که آسبانه گنم و از آن آیین با شتم نمی دانم، مگر آن که خدا و خداوند مرا حفظ فرماید.

روز	اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
هفتم	۴:۵۵	۶:۱۷	۱۲:۵۰	۱۹:۲۴	۱۹:۴۲
هشتم	۴:۵۴	۶:۱۶	۱۲:۵۰	۱۹:۲۵	۱۹:۴۲
نهم	۴:۵۳	۶:۱۵	۱۲:۵۰	۱۹:۲۵	۱۹:۴۳

برای انجام ندادن کار، بی نهایت ماده و تبصره است!



به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری تسنیم، اسماعیل تبادار در جلسه شورای هماهنگی بانکهای استان فارس با بیان اینکه باید نقش بانکهای خصوصی در رونق اقتصادی فارس مشخص شود نه اینکه این بانکها فقط به دنبال ذخیره منابع استان فارس باشند، اظهار داشت: بانکهای خصوصی نیز مانند بانکهای دولتی فعالیت خود را ارائه دهند و شفاف سازی کنند. وی بیان کرد: ما واقف بر اثربخشی بانکهای دولتی و خصوصی استان هستیم اما باید مشخص شود که کدام یک از بانکهای خصوصی در فعالیت اقتصادی استان فارس هیچ نقشی ندارند و تنها منابع مردم را ذخیره کرده اند.

تبادار، با بیان اینکه بانکها می توانند در زمینه ایجاد اشتغال و رونق تولید تاثیر زیادی داشته باشند، اظهار داشت: بانکها اساس رونق استان هستند و اگر در بحث ایجاد اشتغال همکاری نکنند کار به جایی نمی رسد.

استاندار فارس، با بیان اینکه خروجی جلسات شورای هماهنگی بانکها و دیگر جلسات استان باید زمینه رونق، اشتغال و کارآفرینی را فراهم کند، افزود: طرحهای معرفی شده به بانکها باید هرچه سریع تر تعیین تکلیف شود و برای جلوگیری از سلیقه های عمل کردن، بانکها نیز در رد و قبول طرحها باید ضوابطی داشته باشند. برای ما کسب رتبه نخست در جذب تسهیلات یا پرداخت آن مهم نیست بلکه برای ما این حائز اهمیت است که این تسهیلات منجر به ایجاد اشتغال شود.

رشد ۲۶ درصدی منابع بانکهای استان فارس

عبدالتناصربذرافشان، رئیس شورای هماهنگی بانکهای استان فارس، نیز در این جلسه اظهار داشت: منابع بانکهای استان فارس در سال ۹۶ نسبت به سال ۹۵ از ۴۰۷ میلیارد تومان به ۵۱۴ میلیارد تومان رسید که رشد ۲۶ درصدی منابع بانکهای فارس را نشان می دهد. وی با بیان اینکه مانده تسهیلات از ۲۰۴ هزار و

کشور را به خود اختصاص داده است، اظهار داشت: استان فارس تاکنون ۱۵۷۷ ثبت نامی داشته است که ۵۰۷ طرح به بانکها معرفی شده و ۱۳۹ طرح در فرایند رونق تولید پرداخت شده و ۱۶۲۸ طرح در پرداختی مستقیم بانکها بوده است.

وی با بیان اینکه از نظر تعداد پرداختی بانک کشاورزی با ۳۹ طرح، تجارت با ۲۵ طرح و صنعت و معدن با ۲۲ طرح بهترین عملکرد را داشته اند و از نظر مبلغ پرداختی نیز بانک صنعت و معدن بیشترین میزان پرداختی را داشته است، خاطرنشان کرد: در مجموع ۱۷۹ طرح پرداخت شده است.

فولادفر با بیان اینکه در طرح رونق تولید ۱۶۲۸ طرح در پرداختی مستقیم بانکها، ۱۷۹ طرح تسهیلات ثبتی رونق تولید و ۷۲ طرح انتقالی از سال ۹۵ داشته ایم، افزود: در مجموع ۱۸۷۶ طرح پرداختی در طرح رونق تولید در استان فارس داشته ایم.

وی با بیان اینکه در طرح ایجاد اشتغال پایدار در مناطق روستایی و عشایری از منابع صندوق توسعه ملی سهم استان فارس ۵۱۵ میلیارد تومان بوده است که روند بررسی و پرداخت تسهیلات در بانکهای فارس کند است، افزود: در میان ۴ بانک عامل به پست بانک ۲۰۶ طرح معرفی شده که ۴ طرح بررسی و به یک طرح تسهیلات پرداخت شده است، به بانک توسعه تعاون ۲۳۶ طرح معرفی شده که ۱۳ طرح بررسی شده و تاکنون پرداختی نداشته است.

فولادفر با بیان اینکه به بانک کشاورزی نیز ۶۶۱ طرح معرفی شده که ۲۰ طرح در این بانک بررسی شده و هنوز پرداختی نداشته است و صندوق کارآفرینی امید نیز هنوز هیچ طرحی را بررسی نکرده است، خاطرنشان کرد: در طرح اشتغال فراگیر نیز تاکنون ۱۶۲۹ طرح معرفی شده که تنها ۶۱ طرح بررسی شده است.

تخصیص ۹۰ میلیارد تومان

از اعتبارات اشتغال روستاییان و عشایر

سهراب مختاری، مدیرکل تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان فارس، نیز در این جلسه با بیان اینکه ۱۸۰ میلیارد تومان اعتبار در بخش اشتغال روستاییان و عشایر به استان فارس ابلاغ شده که تاکنون ۹۰ میلیارد تومان از آن تخصیص یافته است، اظهار داشت: ۱۰۰۰ میلیارد تومان نیز در بخش اشتغال فراگیر ابلاغ شده که تاکنون ۴۴۶ میلیارد تومان از آن تخصیص یافته است.

وی اعمال رویه متفاوت در روند اجرایی پرداخت تسهیلات، تمرکز برخی بانکهای عامل بر طرحهای خاص در حوزه تسهیلات روستایی را از جمله مشکلات بانکی برای پرداخت تسهیلات روستاییان و عشایر عنوان و بیان کرد: به طور مثال بانک کشاورزی تنها طرحهای مرتبط به حوزه کشاورزی را پذیرش می کند این در حالی است که با توجه به آیین نامه تسهیلات روستایی، تنها ۴ بانک باید این تسهیلات را پرداخت کنند و عمده اعتبارات نیز در اختیار بانک کشاورزی است.

کند بودن روند پرداخت تسهیلات اشتغال روستاییان و عشایر در بانکهای فارس

هاله فولادفر، مدیرکل دفتر جذب و حمایت از سرمایه گذاری فارس، نیز در این جلسه با بیان اینکه فارس در طرح رونق تولید رتبه چهارم

اجرای بیش از ۱۰ هزار طرح اشتغالزایی در کمیته امداد استان فارس

محمد بذرافشان، مدیرکل کمیته امداد استان فارس، نیز در این جلسه با بیان اینکه در سال گذشته ۱۰ هزار و ۸۷۵ طرح اشتغال با ۱۸۸ میلیارد تومان اعتبار در کمیته امداد امام خمینی استان فارس اجرا شده است، اظهار داشت: ۱۴۴ میلیارد و ۵۰۰ میلیون تومان از این اعتبار بانکی، ۳۲ میلیارد تومان از حساب اعتبارات امدادی و ۱۲ میلیارد تومان از منابع صندوق کارآفرینی امید بوده است.

وی با بیان اینکه کمیته امداد استان فارس در سال گذشته در جذب اعتبارات اشتغال رتبه نخست کشور را کسب کرده است، گفت: ۵۳ درصد طرحهای اشتغال کمیته امداد فارس در روستاها و ۴۷ درصد در شهرها اجرا شده است.

خاطره ای از جانفشانی یک خلبان در امداد رسانی به مردم زلزله زده شهر لار



جان ۹۰ نفر از همشهریان را از مرگ قطعی نجات دهد که این خدمت شجاعانه خلبان زمانی مورد تحسین مقامات وقت مردم زلزله زده لار قرار گرفت.

کاش میشد این دلاور نیک اندیش را پیدا میکردیم و بعد از ۵۸ سال این گمنام وظیفه شناس و انسان دوست را به شهر لار دعوت میکردیم و طی مراسم ویژه از ایشان و دیگر خلبانان مراتب تشکر قلبی خود را اعلام می نمودیم.

ارسالی از: عبدالرضا علی زاده

توجه: ضمن تشکر از نویسنده محترم، آقای علیزاده، صحت و سقم مطلب فوق مورد تأیید یا تکذیب میلاد لارستان نمی باشد.

متری به زمین پرتاب کنند و هواپیمای خلبان زمانی مملو بود از دارو و کمک های اولیه درمانی که باید این محموله بصورت صحیح و سالم در شهر لار تخلیه تا به داد مجروحین حادثه برسد.

این خلبان فداکار، با گشت زنی مکرر بر فراز شهر لار هواپیمای خود را با شجاعت تمام در زمینی ناهموار در شمال شرقی شهر لار به زمین نشان داد و پس از تخلیه دارو و وسایل امداد اولیه توسط نیروهای ژاندارمری، مقدمات احداث فرودگاه موقت در شهر لار جهت فرود هواپیمای حامل کمک و امداد سریع فراهم نمود.

ماموریت دوم ایشان انتقال تعداد ۹۰ مجروح وخیم الحال به بیمارستان شیراز و تهران بود که با دقت و سرعت تمام انجام شد و توانست

یکی از کاربران با ارسال مطلبی از جانفشانی یک خلبان در امداد رسانی به مردم زلزله زده شهر لار در سال ۱۳۳۹ به بیان خاطره ای پرداخته که عین مطلب در زیر می آید:

چهارم اردیبهشت ماه سالروز وقوع زلزله دهشتناک سال ۱۳۳۹ در شهر لار است و جا دارد یادای کنیم از افسر فداکار ارتش جناب سروان خلبان زمانی که در ساعت ۱۱ صبح روز ۵ اردیبهشت به اتفاق ۶ خلبان دیگر با ۷ هواپیمای ارتش بر فراز آسمان شهر لار ظاهر شدند و نوید باری و همدردی و کمک به مردم زلزله زده لار را اعلام کردند.

۶ فروند هواپیما حامل چادر و البسه و مواد خوراکی بود که به دلیل عدم فرودگاه در شهر لار ناچار بودند تمام محموله از ارتفاع ۳۰

فرازی از شجاعت مناجات

إِلَهِي أَعُوذُ بِكَ مِنْ غَضَبِكَ وَ حُلُولِ سَخَطِكَ
معبودا، از خشم تو و فرود آمدن کيفرت به تو پناه برم.

إِلَهِي إِنْ كُنْتُ غَيْرَ مُسْتَأْهِلٍ لِرَحْمَتِكَ فَانْتَ أَهْلُ أَنْ
تَجُودَ عَلَيَّ بِفَضْلِ سَعَتِكَ
معبودا، اگر من سزاوار رحمت تو نیستم، تو خود سزاواری که مرا از مهر و بخشش بی شمارت برخوردار کنی.

رونمایی از نخستین بالگرد بدون سرنشین بسیجیان شیرازی

در نمایشگاه فناوری کیش



به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری تسنیم، مسئول علمی پژوهشی سپاه ناحیه احمد بن موسی (ع) شیراز در این مراسم، با بیان اینکه این نخستین بالگرد بدون سرنشین کشور با قابلیت حمل وزن ۷۰ کیلوگرمی است، اظهار داشت: یکی از کاربردهای مهم این بالگرد در سازمان محیط زیست است.

وی افزود: یکی از کاربردهای مهم این بالگرد بدون سرنشین به منظور شناسایی متخلفان محیط زیست است به طوری که به وسیله دوربینی که روی آن نصب شده محیط بان می تواند در ارتفاع وضعیت محیط اطراف را رصد کرده و به شناسایی منطقه بپردازند.

سیدحسام بوستانی، بیان کرد: در صورتی که شکارچی متخلف و یا افراد دیگری که به طور غیرقانونی وارد محیط حفاظت شده باشند، با استفاده از بلندگویی که بر روی بالگرد است به فرد متخلف هشدار لازم توسط محیط بان داده می شود و در صورتی که تیراندازی نیز توسط شکارچی به آن صورت گیرد این بالگرد نیز اقدام به تیراندازی می کند.

مسئول علمی پژوهشی سپاه ناحیه احمد بن موسی (ع) شیراز، گفت: همچنین اگر در ارتفاعات آتش سوزی رخ دهد محیط بان می تواند با استفاده از مخزن ۷۰ کیلوگرمی که بر روی این بالگرد قابل نصب است به ارتفاعات هدایت شده و اقدام به مهار آتش با استفاده از روش های مختلف از جمله پاشیدن آب و یا پودر داشته باشد.

بوستانی به دیگر کاربردهای این بالگرد بدون سرنشین زنده یاب اشاره و خاطرنشان کرد: این بالگرد با استفاده از دوربین های خود اگر افرادی در ارتفاعات نیز مسیر را گم کرده باشند و یا حادثه ای برای او اتفاق افتاده باشد نیز کاربری دارد.

وی گفت: اگر بر روی آب نیز یک کشتی در حال غرق شدن باشد این بالگرد قابلیت این را دارد با دوربینی که بر روی آن نصب است افرادی را که زنده هستند شناسایی و به آنان جلیقه نجات دهد.

مسئول علمی پژوهشی سپاه ناحیه احمد بن موسی (ع) شیراز، با اشاره به اینکه این بالگرد ساخته شده بدون سرنشین همچنین برای تشخیص وضعیت جوی قابلیت دارد بیان کرد: تکمیل این طرح که توسط جمعی از متخصصان باشگاه پژوهشگران و نخبگان دانشگاه آزاد واحد دارپون و همچنین متخصصان علمی پژوهشی و فناوری بسیج احمدین موسی (ع) با استفاده از تکنولوژی ایرانی ساخته شده نیازمند حمایت مسئولان است.

در پیشرفت فناوری اطلاعات غفلت شده است

در مراسم افتتاحیه این نمایشگاه، معاون

شغل است. اثنی عشری، در مورد شعار شهر هوشمند نیز گفت: تحقق این شعار تنها با مشارکت بخش خصوصی و توجه به توسعه زیرساختها امکان پذیر است.

مدیر فروش سازمانی همراه اول، نیز با بیان اینکه همراه اول با پوشش ۹۹/۵ درصد جمعیت بزرگترین اپراتور کشور است اظهار داشت: اولین برنامه این بود که نسل سوم و چهارم در تمام شهرها و روستای کشورهای کشور ایجاد کنیم و امروز به بخش اعظمی از آن دست یافتیم.

یاسر رضاخواه، گفت: موضوع دیگر استفاده از تکنولوژی جدیدتر در هوشمندسازی شهر هوشمند، مصرف انرژی و سلامت از راه دور است که این مهم نیز به زودی پوشش سراسری می شود.

وی بیان کرد: همچنین امروز نیازمند تکنولوژی جدید برای کاربری کنتورهای هوشمند، کشاورزی و آبیاری هوشمند هستیم که این مهم نیز به مرور در کشور ایجاد می شود و با این تغییرات همزمان با کشورهای بزرگ دنیا نسل ۵ را در کشور توسعه می دهیم.

جواد مرادپور، مجری نمایشگاه ارتباطات و فناوری اطلاعات، اظهار داشت: این نمایشگاه سوم تا ششم اردیبهشت در فضای نمایشگاهی به وسعت ۷ هزار مترمربع برگزار می شود که دارای ۳ هزار ۲۰۰ مترمربع فضای مفید است و بیش از شرکت کننده در حوزه های شهر هوشمند، اینترنت اشیا، هوشمندسازی و امنیت اطلاعات آخرین توانمندی های خود را عرضه کرده اند.

مرادپور گفت: شرکت کننده های این نمایشگاه ایده پردازان و نوآوران در زمینه های فناوری از استان های مختلف کشور هستند و به منظور اعتبار بخشی به برگزاری این رویداد مهم، برنامه ریزی شده است.

بر اساس این گزارش، نمایشگاه فناوری اطلاعات و ارتباطات کیش تا ششم اردیبهشت هر روز از ساعت ۱۷ تا ۲۲ در محل دائمی نمایشگاه بین المللی کیش پذیرای عموم علاقه مندان است.