میلاد لارستان

رهبر انقلاب : تردید نسبت به آینده، ترفند تبلیغاتی دشمن است.
ما مسلمین، به شیوه‌های تبلیغاتی دشمن وقوف پیدا نکرده‌ایم.

روزنامه میلاد لارستان – سال بیست و ششم–شهریور ماه ۱۳۹۷ – ذی الحجه ۱۴۳۹ – آگوست ۲۰۱۸ – ۰۱/ ۰۶/ ۹۷ – شماره ۱۲۳۹ – ۸ صفحه –تک شماره ۱۰۰۰ تومان

۸

اولین پرواز "کیش ایر" در لارستان به زمین نشست

۸

انحصار واردات کاغذ در دستان وزارت ارشاد، بحران بازار را بدنبال دارد

۲

کمک ۹۷۰ میلیون ریالی خیرین اوزی به بیمارستان امیدوار

۲

تجهیز بیمارستان بیرم به دستگاه اندازه گیری گازهای خونی(ABG)

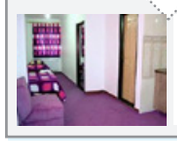
خبر | آگهی | کدبانو | سبک زندگی | علمی | فناوری

مسئولین لارستان، با تلاش شبانه روزی و جهادی مشکلات شهرستان را سامان دهید

امام جمعه ، نماینده ، فرماندار و ... بوسیله ارتباط با مقامات بالاتر در فع کمبود ها و جبران کاستی ها همت نموده و سستی ها را مهار سازید. موقعیت به گونه ای نیست که بدون تلاش همه جانبه و مستمر، مشکلات حل و کاستی ها سامان یابد .

۲

گلایه مینی بوس داران عمادده از مسئولین شهر در تامین سوخت

۲

ساخت ۲ خانه معلم در اوز لارستان

۵

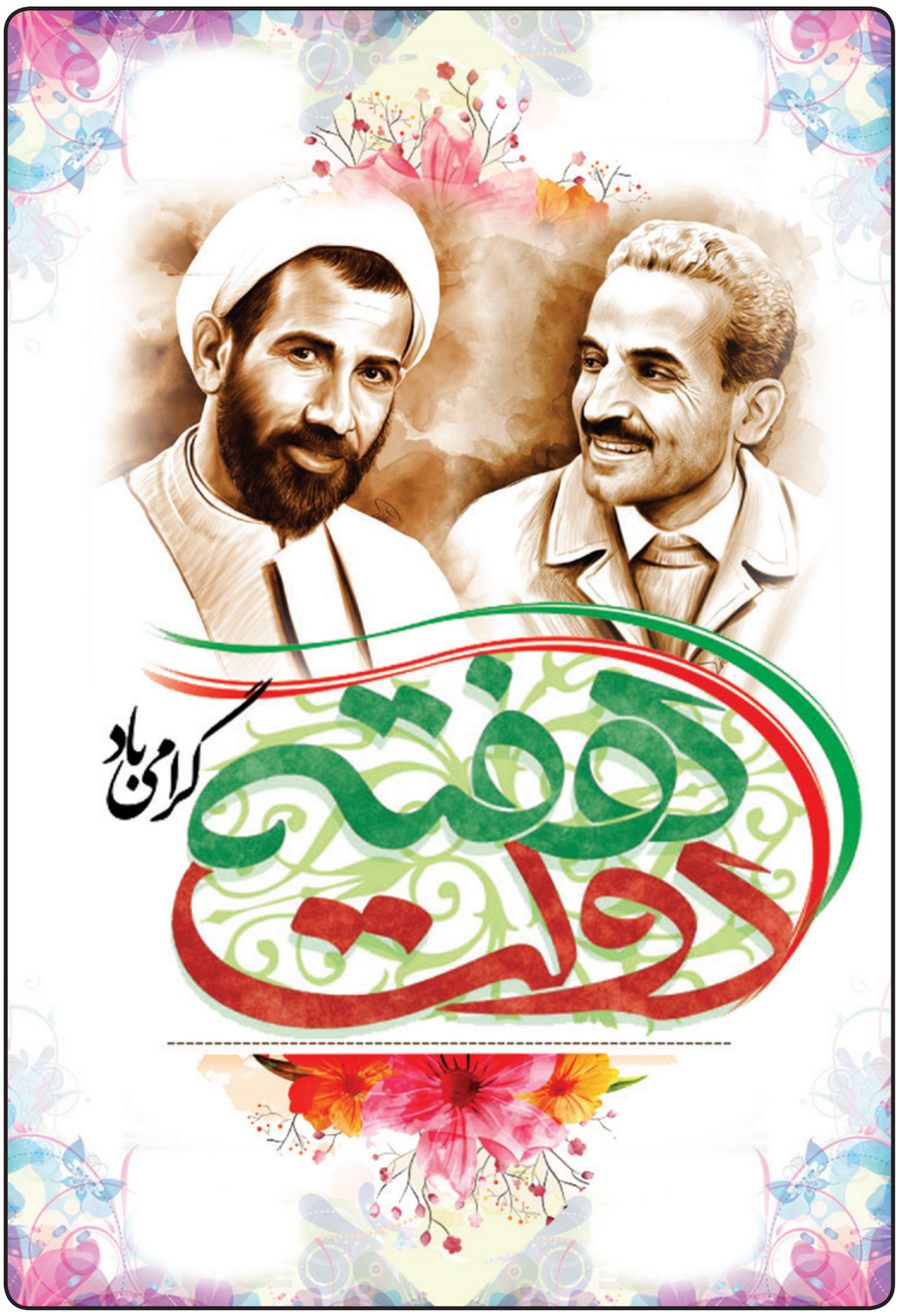
بهترین زمان برای تعیین هدف

۶

مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک و عواقب آن

۷

رییس سازمان فناوری اطلاعات: کنتورهای آب و برق هوشمند می‌شوند



تامین آب ۸۰ درصد فارس از آب‌های زیرزمینی

به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری تسنیم، در وضعیت کنونی که تامین آب آشامیدنی برای بیشتر شهرستان‌های استان دغدغه‌ای مهم به شمار می‌رود، به گفته کارشناسان احداث سد می‌تواند اقدامی راهگشا و سنجیده باشد و در این راستا مراحل عملیاتی احداث ۸ سد در استان با جدیت سپری می‌شود تا بخش مهمی از این معضل کاهش یابد و آب آشامیدنی بهداشتی در اختیار فارسی‌ها قرار گیرد. با این حال عده‌ای اعتقاد دارند در شرایطی که بارش نزولات آسمانی کاهش یافته، ساخت سد اقدامی بیهوده است.

معاون طرح و توسعه شرکت آب منطقه‌ای فارس، در پاسخ به اینکه با توجه به خشکسالی‌های اخیر آیا تعریف پروژه های مطالعاتی و اجرای طرح های سدسازی برای استان کارآمد خواهد بود یا خیر، می‌گوید: در حال حاضر ۸۰ درصد شهرستان های فارس از منابع زیرزمینی و چاه های آهکی، آب آشامیدنی و بهداشتی مصرفی خود را تامین می‌کنند؛ این در حالی است که در اکثر کشورهای توسعه یافته همچنان تلاش می‌کنند با ساخت سد، روان آب های دائمی را به سدها منتقل و از آن بهره‌برداری کنند.

نوذر جلالی، با بیان اینکه در حال حاضر بیش از ۸ سد مهم کشور در فارس در حال ساخت و طرح مطالعاتی چند سد دیگر نیز آغاز شده است، می‌گوید: پیش‌بینی می‌شود در آینده نزدیک با بهره‌برداری از این طرح‌های آب‌رسانی ۵۰ درصد جمعیت استان از نعمت آب آشامیدنی سالم برخوردار شوند.

وی می‌افزاید: در هر شرایطی نیاز به این سدها برای استان به عنوان یک نیاز اولیه در امر تامین آب آشامیدنی به شمار می‌رود که با بهره‌برداری از این ۸ طرح بزرگ آب‌رسانی تمامی روستاهای پایین‌دست سدها از آب سالم برخوردار می‌شوند.

جلالی، با اشاره به اینکه تاریخچه ساخت سد درود زن به قبل از انقلاب باز می‌گردد، اضافه می‌کند: هم‌اینک حجم آب‌های مخازن سدهای فارس تنها جوابگوی آب آشامیدنی و بهداشتی و بخشی از نیاز صنعت کم آب بر را تامین می‌کند که همواره تلاش داریم با افزایش تعداد سدهای استان از روان آب‌ها بهترین استفاده را ببریم.

رئیس گروه آبرسانی شهری شرکت آب منطقه‌ای، با یادآوری اینکه پروژه آب‌رسانی سد سلمان فارسی با ذخیره آب بالغ بر ۱۷/۵ میلیون مترمکعب با پیشرفت ۷۸ درصدی تا پایان دی‌ماه امسال به بهره‌برداری خواهد رسید، می‌گوید: این پروژه با هدف آب‌رسانی به شهرستان‌های جهرم، قیر و همچنین روستاهای پائین‌دست سد خواهد بود که امیدواریم با بهره‌برداری از این پروژه کیفیت آب در این مناطق تغییر یابد.

وی میزان هزینه سرمایه‌گذاری کل پروژه های آب‌رسانی در حال اجرا را بالغ بر یک هزار و ۹۰۰ میلیارد تومان اعلام می کند و می‌گوید: این پروژه‌های تامین آب تا ۲۰ سال آینده برنامه‌ریزی‌شده است و اجرا می‌شود و تمامی آنها با استفاده از نیروهای متخصص داخلی در حال اجرا بوده و هیچ کارگاهی تعطیل نشده است.

وی با تاکید بر اینکه امروزه اهمیت سدسازی در تامین آب آشامیدنی کشور بسیار مشهود است، ادامه داد: مصداق این موضوع، بارش های به‌یاد ماندنی سال ۹۵ است که اهمیت ساخت سد در فارس را به اثبات رساند.

جلالی، اضافه می‌کند: طی سال‌های گذشته طرح‌های متعدد آب‌رسانی توسط این شرکت اجرا شده است که مهم‌ترین آنها آب‌رسانی به شهرها و روستاهای حاشیه خلیج فارس از سد کوثر، آب‌رسانی به شیراز از خط یک، آب‌رسانی به لارستان از سد سلمان فارسی، آب‌رسانی به شهرهای نی‌ریز، آباده، فسا، مرودشت، کازرون، و آب رسانی به شهرهای مهر و لامرد از خط محرم است.

برگزاری انتخابات اعضای اتاق اصناف ایران در استان فارس

به گزارش میلادلارستان به نقل از خبرگزاری تسنیم، انتخابات تعیین نمایندگان اتاق اصناف استان فارس بین صنوف توزیعی ـ خدماتی و صنوف تولیدی ـ خدمات فنی با ۲۴ نفر داوطلب برگزار شد که ۷ نفر از کاندیداها با کسب اکثریت آراء به عنوان نمایندگان فارس در اتاق اصناف ایران انتخاب شدند.

رئیس سازمان صنعت، معدن و تجارت استان فارس، گفت: در جریان این انتخابات ۴ نفر از کاندیداها به ترتیب آرا عبدالحمید رئیسی از از اتاق اصناف شهرستان لامرد، افشین کشاورز بوانات، طمراس محمدی فراشبند و احمد خارچینه داراب، همچنین مجید شجاع از اتاق اصناف شهرستان خرمبید، محمدرضا زارع مرودشت و کاظم شاه‌حسینی سپیدان از صنوف توزیعی -خدماتی به عنوان اعضای اتاق ایران با کسب اکثریت آرا به عنوان نمایندگان فارس در اتاق ایران انتخاب شدند.

علی همتی افزود: طبق قانون سید محمود هاشمی به عنوان رئیس اتاق اصناف فارس به صورت مستقیم وارد اتاق اصناف ایران می‌شود.

وی گفت: براساس انتخابات بین داوطلبین اعضاء هیئت رئیسه اتاق‌های اصناف استان فارس ۴ نفر از رسته شغلی صنوف تولیدی- خدمات فنی و۴ نفر دیگر از صنوف توزیعی - خدماتی به عنوان نماینده از استان فارس برای مدت زمان فعالیت دوره ۴ سال در اتاق ایران انتخاب شدند که این افراد نمایندگان استان در اتاق اصناف ایران محسوب می‌شوند .

همتی با اشاره به اینکه حدود ۱۶۰ هزار واحد صنفی ثبت شده در استان وجود دارد، عنوان کرد: حدود ۶۰ هزار از این واحدها در مرکز استان و مابقی در شهرستان‌های استان فعالیت می‌کنند .

رئیس هیئت اجرایی انتخابات استان فارس، افزود: حدود ۶۲۰ اتحادیه در استان وجود دارد که این اتحادیه‌ها با توجه به صنوفی که زیر مجموعه خود دارند و جمعیتی که در آن واحدها اشتغال دارند سبب شده استان فارس با ۸ نفر نماینده بتواند در بین اعضای ۱۴۱ نفری اتاق اصناف ایران قرار گیرد .

همتی با اشاره به اینکه پهناوری فارس ایجاب می‌کند تا نمایندگان استان در اتاق ایران تعداد بیشتری باشند، افزود: ضرورت دارد تا روسای اتاق‌های شهرستان‌ها در صدور پروانه‌های کسب واحدهای صنفی تلاش وافری داشته باشند تا با افزایش تعداد صنوف و نیز با همگرایی، تعامل، همراهی و همکاری یکدیگر با سایر استان‌ها مقدمه افزایش تعداد نمایندگان فارس در اتاق ایران را فراهم کنند.

ایجاد ۱۵۷ هزار شغل در حوزه میراث فرهنگی

به گزارش میلادلارستان به نقل از خبرگزاری تسنیم ، علی‌اصغر مونسان، در مراسم افتتاح اقامتگاه بومگردی سرای همایونی اظهار داشت: براساس برنامه‌ریزی که صورت گرفته است باید در حوزه میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری ۱۵۷ هزار شغل ایجاد شود و تسهیلات ارزان قیمت نیز به این اشتغال‌ها اختصاص یابد.

وی با بیان اینکه در جهت ایجاد اشتغال ارزان قیمت در این سازمان ۸ هزار و ۷۰۰ میلیارد تومان تسهیلات در نظر گرفته شده است، افزود: یکی از دستورالعمل‌ها حمایت از اشتغال‌های سریع است و بخشی از این طرح‌ها ایجاد خانه‌های تاریخی و بومگردی است.

مونسان خاطرنشان کرد: در حوزه بومگردی نیز ۶۰۰ واحد در کشور در حال فعالیت‌اند و برای ایجاد ۲ هزار واحد بوم‌گردی دیگر در نقاط مختلف کشور برنامه‌ریزی شده است.

رئیس سازمان میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری گفت: یکی از برنامه‌های سازمان میراث فرهنگی احیا بناهای تاریخی و ایجاد اشتغال در این مکان‌ها است تا در کنار ایجاد فضای مناسب در بافت‌های تاریخی نسبت به احیای این بافت‌ها نیز اقدام شود.

مونسان با بیان اینکه ظرفیت ایران سالانه ثبت جهانی یک اثر است، افزود: محور ساسانی با ۱۰۰ کیلومتر فاصله به ثبت جهانی رسیده است و هر اکتشافی در این‌محور زیر نظر صندوق جهانی انجام خواهد شد.

وی درباره ایجاد وزارت‌خانه میراث فرهنگی نیز گفت: کلیات وزارت‌خانه در مجلس تایید شد اما شورای نگهبان ایراداتی گرفته است که این لایحه به مجلس برگشته است.

رئیس سازمان میراث فرهنگی، صنایع دستی وگردشگری درباره اداره شدن هیئت امنایی تخت جمشید نیز عنوان کرد: باید شرایط مدیریت هیئت امنایی تخت جمشید فراهم شود و باید بر اساس برنامه‌ریزی این طرح در زمان مناسب اجرایی شود.

آگهی نوبتی سه ماهه اول سال ۱۳۹۷
املاک واقع در حوزه ثبتی شهرستان خنج

برابر مقررات ماده ۱۲ قانون ثبت و ماده ۵۹ آئین نامه قانون مذکور اسامی اشخاصی که املاک آنها واقع در قطعه ۶ بخش ۱۸ فارس شهرستان خنج در سه ماهه اول سال ۱۳۹۷ قبول درخواست ثبت گردیده به ترتیب با ذکر شماره پلاک و قید نام و نام خانوادگی متقاضی ثبت ، نام پدر، نوع، مساحت و محل وقوع ملک جهت اطلاع عموم بشرح ذیل آگهی می گردد؛

ردیف	پلاک ملک	مشخصات مالک یا مالکین	نوع و میزان ملک	مساحت	آدرس ملک
۱	۱۲۸۳۹/۷	عباس رضایی فرزند حسن	ششدانگ دوباب تجاری وزمین متصله مسکونی	۲۴۶/۵۶	شهرخنج خیابان آزادی

برابر مواد ۱۶و۱۷ قانون ثبت وماده ۸۶ آیین نامه ، هر کسی نسبت به املاک در خواست ثبت شده مندرج در این آگهی اعتراضی دارد طبق ماده ۱۶ قانون ثبت از تاریخ اولین اعلان نوبتی تا مدت ۹۰ روز اعتراض خودرا کتباً به اداره ثبت اسناد واملاک شهرستان خنج تسلیم و رسید اخذ نماید و چنانچه بین مستدعی ثبت ودیگری قبل از انتشار نسبت به پلاک مندرج دراین آگهی اقامه دعوی شده ودر دادگاه مطرح است کسی که طرف دعوی یا مستدعی ثبت است می تواند طبق ماده ۱۷قانون ثبت گواهی لازم مشعر بر طرح دعوی ازدادگاه اخذ و به اداره ثبت تسلیم و رسید اخذ نماید ضمناً معترض مکلف است طبق تبصره۲ ماده واحده قانون ثبت تعیین تکلیف پرونده های معترضین ثبتی که فاقد سابقه بوده یا اعتراض آنها در مرجع قضائی ازبین رفته است و همچنین دیگر معترضینی که ظرف مدت ۹۰ روز اعتراض خود را به اداره ثبت محل تسلیم کرده اند ،ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض به اداره ثبت محل ،دادخواست لازم به مرجع قضائی تقدیم نمایند در غیر این صورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی می تواند به دادگاه مربوطه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید اداره ثبت بدون توجه به اعتراض عملیات ثبتی را با رعایت مقررات ادامه میدهد و حق ارتفاقی درموقع تعیین حدود که طبق ماده ۱۴و۱۵ قانون ثبت بعمل خواهد آمد ،منظور می گردد و مدت واخواهی نسبت به حدود ویا حقوق ارتفاقی طبق ماده ۲۰قانون ثبت پذیرفته خواهد شد ./.

تاریخ انتشار نوبت اول : ۱۳۹۷/۵/۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۷/۶/۱
عبداله جهان‌پور عمله - رئیس اداره ثبت اسنادواملاک خنج
م / الف / ۲۳۴

تجهیز بیمارستان بیرم
به دستگاه اندازه گیری گازهای خونی(ABG)

به گزارش میلادلارستان به نقل از روابط عمومی بیمارستان حضرت علی اصغر(ع) بیرم، پیشرفته ترین دستگاه اندازه گیری گازهای خونی (ABG) برای ارائه بهتر خدمات به مراجعین خریداری و در بیمارستان حضرت علی اصغر(ع) بیرم نصب شد.

دکتر کورش سلطانیه رئیس بیمارستان با اشاره به این نکته که با اجرای طرح تحول سلامت، پیشرفت ها و دستاوردهای مهمی در این بیمارستان حاصل شده است، عنوان داشت: با اجرای این طرح در مناطق محرومی از جمله بیرم، دستاوردهای کم نظیری در بخش درمان حاصل شده که علاوه بر تکمیل کادر متخصص می توان از تجهیز بیمارستان به دستگاه های به روز و جدید نام برد.

وی اظهار داشت: خوشبختانه، با پیگیری های مستمر رئیس و مسئولان دانشکده علوم پزشکی لارستان و توجه خاص آنان به بیرم به عنوان دورترین نقطه از مرکز شهرستان، از ابتدای طرح تحول تا کنون بیش از ۲۰ میلیارد ریال جهت هتلینگ بیمارستانی ، تجهیز و به روز رسانی دستگاهها و بازسازی بخش های بیمارستانی اختصاص یافته است.

گفتنی است به دلیل عدم وجود دستگاه ABG همچنین نبود شرایط تشخیصی مناسب برای پزشکان ، بیمارانی از جمله بیماران دیالیزی، تنفسی، متابولیک و کلیوی که برای تشخیص و درمان به موقع به این دستگاه احتیاج داشتند به مراکز درمانی در شهرها و شهرستانهای همجوار منتقل می شدند که به حمدا... با تجهیز بیمارستان به این دستگاه دیگر نیازی به اعزام این عزیزان نخواهد بود.

کمک ۹۷۰ میلیون ریالی خیرین اوزی
به بیمارستان امیدوار

به گزارش میلادلارستان به نقل از روابط عمومی دانشکده علوم پزشکی لارستان، خیرین بخش اوز با اختصاص مبلغ ۹۷۰ میلیون ریال به بیمارستان این بخش، در جهت تجهیز و بازسازی این مرکز همت گماشتند.

دکتر وحید شمسایی، رئیس بیمارستان امیدوار، با اعلام این خبر افزود: بر اساس نیاز سنجی های انجام شده مشخص شد که در بخش هایی از جمله اتاق عمل، زایشگاه و دیالیز با کمبود تجهیزات روبرو هستیم. طی جلسه ای با خیرین مسئله را مطرح نموده که مقرر شد مبلغ ۵۶۰ میلیون ریال جهت تجهیز بخشهای مذکور در اختیار بیمارستان قرار گیرد.

وی در ادامه افزود: با تامین اعتبار مورد نیاز، تجهیزات بیمارستانی از جمله دو تخت اتوماتیک بخش دیالیز، یک دستگاه دی سی شوک برای اتاق عمل و ۲ کات نوزاد برای زایشگاه خریداری شد.

رئیس بیمارستان امیدوار اوز، اذعان داشت: در ادامه نیازسنجی های انجام شده و همچنین رایزنی های صورت گرفته با خیرین با هدف ایجاد شرایط محیطی مناسب جهت افزایش ماندگاری پزشکان، هزینه مورد نظر جهت گازکشی پانسیون این عزیزان با اعتباری بالغ بر ۴۱۰ میلیون ریال نیز از سوی هیئت امنای این بیمارستان تامین گردید.

دکتر شمسایی، در پایان از خیرین به عنوان بازوی توانمند ارگان های دولتی خصوصا بخش بهداشت و درمان در منطقه یاد کرد و اظهار داشت: سازماندهی کمک های مردمی با هدف رفع نیازمندی های بیمارستان ها و ایجاد رفاه بیشتر برای مردم منطقه از اولویت های دانشکده علوم پزشکی لارستان می باشد و به جد باید گفت که همت و تلاش خیرین منطقه مثال زدنی است.

گلایه مینی بوس داران عمادده
از مسئولین شهر در تامین سوخت

به گزارش شهروند خبرنگار میلاد لارستان، مینی بوس داران عمادده تسریع در افتتاح جایگاه سوخت این شهر را با توجه به مشکلات موجود خواستار شدند.

باتوجه به تلف شدن وقت مسافران، رانندگان امکان استفاده از جایگاه های بین راهی را نداشته و جایگاه داران شهر لار نیز از تحویل سوخت به مینی بوس داران شهرهای حومه خودداری میکنند و این مساله مشکل زیادی را برای آنان بوجود آورده است

از بخشدار محترم، شورای شهر، شرکت پخش و پالایش فرآورده های نفتی و تقاضا میشود مشکلات پیش روی جایگاه سوخت رسانی شهر عمادده را زودتر برطرف کرده تا به زودی شاهد افتتاح این جایگاه باشیم و مشکلات کاهش یابد.

ساخت ۲ خانه معلم در اوز لارستان

به گزارش میلاد لارستان به نقل از پیام دانش، محمدرضا رضایی، رئیس اداره آموزش و پرورش منطقه اوز، از ساخت دو واحد خانه معلم خیرساز در سرای فرهنگیان آموزش و پرورش خبر داد.

وی با اشاره به اینکه قریب به ۸۰درصد نیروهای این اداره غیر بومی بوده و در اوز ساکن هستند، افزود: به همت خیر گرانقدر عبدالقادر فقیهی بزودی شاهد شروع بکار ساخت دو واحد خانه معلم خواهیم بود.

رضایی افزود: هرساله بسیاری از فرهنگیان با مشکلات مسکن مواجه هستند که این یکی از عوامل مهم در کیفیت آموزشی و ارتقای سطح کیفی است و به ناچار مجبورند برای سکونت به شهرهای مجاور اقامت کنند.

با توجه به جلساتی که در کارگروه های مختلف شورای آموزش و پرورش و کمیته مشورتی و همچنین شورای معاونین اداره داشتیم جهت برون رفت از این موانع تصمیماتی اتخاذ شد که بحمدالله به همت خیر گرانقدر عبدالقادر فقیهی این پروژه کلید خواهد خورد و ان شاءالله که شاهد مشارکت سایر خیرین در ساخت خانه معلم با واگذاری زمین از طرف اداره باشیم .

این پروژه، به صورت دو واحد ۱۲۰مترمربعی ساخته خواهد شد که فریدون نامی در مناقصه ای که برگزار گردید بعنوان پیمانکار ساخت این پروژه انتخاب شد.

پذیرش آگهی در میلاد لارستان
۵۲۲۴۴۷۷۵
۵۲۲۴۳۸۴۴

بازدید سرزده فرماندار ویژه لارستان از پایگاه امداد و نجات جاده ای چهار برکه

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت استانداری و فرمانداری ویژه لارستان، جلیل حسنی، معاون استاندار و فرماندار ویژه لارستان، به اتفاق علی اصغر علی پور و احسان طاهری معاونین سیاسی و برنامه ریزی فرمانداری ویژه لارستان از پایگاه امداد ونجات بین شهری(جاده ای) چهار برکه یادمان شهدای لارستان بازدید کرد و از نحوه فعالیت، عملکرد، آمادگی و امداد رسانی به موقع امدادگران و نجاتگران اطلاع یافت.

فرماندار ویژه لارستان، در حاشیه این بازدید در سخنانی اظهار داشت: امدادگران و اعضا داوطلب جمعیت هلال احمر درکنار دیگر دستگاه ها در طول سال یا در موقع بروزحوادث خدمات ارزنده ای به هموطنان ارائه می کند که جای تقدیر دارد.

حسنی تصریح کرد: سرکشی و دیدار از نزدیک با نیروهای زحمت کش حاضر در پایگاه امداد ونجات بین شهری(جاده ای) چهار برکه در مسیر لارستان-بندرعباس، در این هوای بسیارگرم تابستان که اکثرا از داوطلبان هستند، بسیار برایم خوشایند بود.

وی ادامه داد: این عزیزان برای خدمت رسانی سریعتر و بهتر به هموطنانمان در جاده ها، بطور شبانه روزی تلاش می کنند و واقعا با ایثار و از خود گذشتگی به همونوعان خود، آنهم در حساس ترین زمان و سخت ترین شرایط، موجبات کمک و مساعدت را فراهم می آورند و باعث جلوگیری از آسیب دیدگی بیشتر خانواده ها در حوادث می شوند.

دادنامه ۹۷۰۹۹۷۷۱۹۴۷۰۰۷۷۷

رأی دادگاه

راجع به دادخواست خانم معصومه رحیمی فرزند فریدون با وکالت خانم آرزو توکلی، به طرفیت آقای بهادر بدل‌زاده فرزند سیروس و به خواسته صدور گواهی عدم امکان سازش جهت اجرای صیغه طلاق به لحاظ تحقق بندهای ۱ و ۲ و ۸ ضمن عقد نکاح دادگاه: اظهارات وکیل خواهان به شرح متن دادخواست و لایحه تقدیم شده و صورتجلسات منضمه، اظهارات خواهان، لوایح متعدد تقدیم شده، نظریه داوران منتخب و تعیینی زوجین، مندرجات سند نکاحیه شماره ۷۹۱۱ منضمه مورخ ۱۳۹۰/۱/۱۶ شهادت شهود تعرفه شده خواهان، نظر مرکز مشاوره و گواهی پزشکی مربوط به عدم باروری زوجه و دادنامه کیفری اصداری علیه زوج از بابت ترک نفقه همسر و فرزند و عدم حضور و دفاع از ناحیه خوانده در جلسات دادرسی و داوری، را مورد توجه قرار داده و معتقد است به جهت احراز ترک زندگی مشترک به مدت مدید بیش از شش ماه متوالی، ترک نفقه در مدت طولانی و حداقل بیش از ۶ ماه، دعوی خواهان موجه و منطبق با مستندات نامبرده است بنابراین و با در نظر داشتن حقوق مالی زوجه که به اتکاء نظریه داوران و وکیل وی و کارشناسی مربوطه که بلااعتراض باقی مانده است به کیفیت ذیل در مورد آن اظهار نظر می‌شود: ۱-در مورد مهریه زوجه و وکیل وی عنوان داشته‌اند که در حال پیگیری در پرونده مجزا است که یک سکه از مهریه را بذل می‌کنند. ۲-در مورد نفقه زوجه، اجرت‌المثل و نحله زوجه فعلا ادعایی ندارد. ۳-در مورد جهیزیه تحویل زوجه می باشد ۴-در مورد فرزند مشترک حضانت فرزند مشترک بابک بدل‌زاده متولد ۱۳۹۱ به جهت وابستگی عاطفی به مادر و عدم حضور پدر، با مادر تعیین می‌شود و پدر با داشتن حق ملاقات مکلف است ماهانه ۴ میلیون ریال نفقه فرزند مشترک در سال ۱۳۹۷ با امکان افزایش نرخ تورم در سالهای بعدی را طبق نظر کارشناس پرداخت کند ۵-در مورد هدایا زوجه ادعایی ننموده است ۶-زوجه به موجب گواهی پزشکی مذکور غیربارداری (غیر حامله) است. سرانجام و به استناد مواد ۱۱۱۹ و ۱۱۳۳ قانون مدنی و ۲۴ الی ۳۹ قانون حمایت خانواده ۱۳۹۱، حصول شرایط اعمال وکالت بندهای ۱ و ۸ سند نکاحیه احراز می‌شود بر همین اساس به زوجه اجازه داده می‌شود تا در صورت اصرار بر طلاق به تجویز مقررات پیش گفته با وکالت اعطاء شده (از طرف زوج) و با داشتن حق توکیل به غیر با مراجعه به یکی از محاضر رسمی طلاق (پس از انتخاب نوع طلاق - بائن خلع بار اول) خود را مطلقه نماید. بدیهی است حسب تبصره ماده ۳۳ قانون حمایت خانواده ۱۳۹۱ در صورت امتناع زوج سردفتر مربوطه نمایندگی در اجرای صیغه طلاق خواهد داشت. مدت اعتبار این حکم شش ماه پس از تاریخ ابلاغ رأی فرجامی یا انقضای مهلت فرجام خواهی است. رأی صادر شده غیابی و ظرف بیست روز از تاریخ ابلاغ قابل واخواهی در این دادگاه و پس از آن ظرف بیست روز قابل تجدیدنظر در محاکم تجدید نظر استان و رسیدگی فرجامی می‌باشد.

رئیس شعبه دوم دادگاه عمومی حقوقی لارستان - یاسر محبی م / الف / ۴۵۸

آگهی نوبتی سه ماهه اول سال ۹۷ بخش ۱۸ فارس حوزه ثبتی لارستان

برابر مقررات ماده ۱۲قانون اسناد و ماده ۵۹ قانون آیین نامه مذکور اسامی اشخاصی که نسبت به املاک مجهول المالک واقع در قطعات مختلف حوزه ثبتی لارستان از اول فروردین ماه لغایت ۹۷/۰۳/۳۰ درخواست ثبت نموده اند به ترتیب قطعه و بخش و شماره پلاک و نام ونام خانوادگی مالک و نوع و مقدار و محل وقوع ملک جهت اطلاع عموم به شرح ذیل آگهی میگردد.

قطعه ۱

۴۷۲/۲- خانم عنبریه صفائی فرزند محمد علی موازی ۴ سهم مشاع از جمله ۵ سهم سهام ششدانگ یکبابخانه به مساحت ۳۵۳/۸۷ متر مربع مجزا شده از پلاک ۴۷۲ واقع در قطعه ۱ بخش ۱۸ فارس شهر قدیم لار.

۱۵۸۰۳- آقای رضا علی استوار فرزند ماندنی ششدانگ یک قطعه زمین به مساحت ۴۵/۲۳ متر مربع واقع در قطعه ۱ بخش ۱۸ فارس شهر قدیم لار .

قطعه ۲

۴۱۵۸/۱۷- آقایان یوسف ، محمد طیب ،احمد نور ،عبدالصمد ،عدنان ، یونس ویعقوب همگی اسماعیلی فرزندان اسماعیل هر یک موازی۲ سهم مشاع از ۱۶ سهم و خانمها فاطمه و نسرین اسماعیلی فرزندان اسماعیل هر یک موازی ۱ سهم مشاع از ۱۶ سهم سهام ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۸۶۸۳/۸۱ متر مربع مجزا شده از پلاک ۴۱۵۸ واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس شهر لار .

۴۱۵۸/۱۸- آقایان یوسف ، محمد طیب ،احمد نور ،عبدالصمد ،عدنان ، یونس ویعقوب همگی اسماعیلی فرزندان اسماعیل هر یک موازی۲ سهم مشاع از ۱۶ سهم و خانمها فاطمه و نسرین اسماعیلی فرزندان اسماعیل هر یک موازی ۱ سهم مشاع از ۱۶ سهم سهام ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۵۱۲۵/۲۰ متر مربع مجزا شده از پلاک ۴۱۵۸ واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس شهر لار .

۴۱۵۸/۱۹- آقایان یوسف ، محمد طیب ،احمد نور ،عبدالصمد ،عدنان ، یونس ویعقوب همگی اسماعیلی فرزندان اسماعیل هر یک موازی۲ سهم مشاع از ۱۶ سهم و خانمها فاطمه و نسرین اسماعیلی فرزندان اسماعیل هر یک موازی ۱ سهم مشاع از ۱۶ سهم سهام ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۳۷۶۸/۳۷ متر مربع مجزا شده از پلاک ۴۱۵۸ واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس شهر لار .

۴۴۳۳/۷- آقای صمد خیراتی فرزند رضا ششدانگ یک قطعه زمین به مساحت ۲۴۲/۵ متر مربع مجزا شده از پلاک ۴۴۳۳ واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس شهرک بوستان لار .

۴۵۳۲/۴۷- آقای علیرضا دریانورد فرزند رجب موازی ۶ سهم مشاع از جمله ۵۶ سهم سهام ششدانگ یکبابخانه به مساحت ۲۵۲ متر مربع مجزا شده از پلاک ۴۵۳۲ واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس شهرک بوستان لار .

۴۷۱۴/۱- آقایان یاسین و جاسم دامن کش فرزندان غلامحسین بالمناصفه ششدانگ یکبابخانه به مساحت ۲۴۷ متر مربع مجزا شده از پلاک ۴۷۱۴ واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس شهر خور.

۵۱۳۱/۸- خانم نسرین اسماعیلی فرزند اسماعیل ششدانگ یکبابخانه به مساحت ۴۰۲/۴۵ متر مربع مجزا شده از پلاک ۵۱۳۱ واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس شهر خور .

۵۱۶۸/۲۴- خانم فاطمه صحبتی فرزند علی ششدانگ یک قطعه زمین به مساحت ۳۹۹ متر مربع مجزا شده از پلاک ۵۱۶۸ واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس شهر لار .

۵۳۸۴- آقای علیرضا تاجدار فرزند عبدالرحیم موازی ۱۱ سهم مشاع و آقایان علیرضا شجاعی فرزند محمد و علی شیخی فرزند عبدالمولا هر یک موازی ۳ سهم مشاع و آقای وحید صفایی فرزند عبدالعزیز موازی ۶ سهم مشاع و محمد رسول تاجدار فرزند اکرم موازی ۱۳ سهم مشاع ازجمله ۳۶ سهم سهام ششدانگ یک قطعه زمین به مساحت ۲۶۸۳/۵۷ متر مربع واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس شهر خور.

۵۴۳۶/۲- خانمها فرحناز ،کوثر ،عاطفه ، قدریه همگی قطبا فرزندان احمد هریک موازی ۱۲ سهم مشاع از ۱۹۲۰ سهم و آقایان کرامت الله و عبدالحمید هر دو قطبا فرزندان احمد هر یک موازی ۴۲ سهم مشاع از ۱۹۲۰ سهم و خانم گوهر قطبا فرزند عبدالرحیم موازی ۱۲ سهم مشاع از ۱۹۲۰ سهم و خانم فاطمه مهتابی فرزند عبدالحسین موازی ۱۲ سهم مشاع از ۱۹۲۰ سهم سهام ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۵۱۷۶ متر مربع مجزا شده از پلاک ۵۴۳۶ واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس شهر خور .

۵۶۲۴/۴- آقایان یوسف ، محمد طیب ،احمد نور ،عبدالصمد ،عدنان ، یونس ویعقوب همگی اسماعیلی فرزندان اسماعیل هر یک موازی۲ سهم مشاع از ۱۶ سهم و خانمها فاطمه و نسرین اسماعیلی فرزندان اسماعیل هر یک موازی ۱ سهم مشاع از ۱۶ سهم سهام ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۸۸۷۶/۸۵ متر مربع مجزا شده از پلاک ۵۶۲۴ واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس شهر لار .

۵۹۵۰- آقای ناصر بلند گرامی فرزند کاظم موازی سه دانگ مشاع از ششدانگ یک قطعه زمین به مساحت ۶۴۲۴/۶۴ متر مربع واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس شهر جدید لار .

۱۵۰۵۶- آقای محمد ابراهیم خوش سیما فرزند اسماعیل ششدانگ یک قطعه زمین محصور به مساحت ۴۷/۰۴ متر مربع واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس شهر جدید لار .

قطعه ۳

۷۵۶۳/۱- آقایان یوسف ، محمد طیب ،احمد نور ،عبدالصمد ،عدنان ، یونس ویعقوب همگی اسماعیلی فرزندان اسماعیل هر یک موازی۲ سهم مشاع از ۱۶ سهم و خانمها فاطمه و نسرین اسماعیلی فرزندان اسماعیل هر یک موازی ۱ سهم مشاع از ۱۶ سهم سهام ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۴۹۴۷/۸۱ متر مربع مجزا شده از پلاک ۷۵۶۳ واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس شهر لار .

۷۵۷۳/۱- آقایان یوسف ، محمد طیب ،احمد نور ،عبدالصمد ،عدنان ، یونس ویعقوب همگی اسماعیلی فرزندان اسماعیل هر یک موازی۲ سهم مشاع از ۱۶ سهم و خانمها فاطمه و نسرین اسماعیلی فرزندان اسماعیل هر یک موازی ۱ سهم مشاع از ۱۶ سهم سهام ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۱۵۵۲۳/۷۹ متر مربع مجزا شده از پلاک ۷۵۷۳ واقع در قطعه ۲ بخش ۱۸ فارس شهر لار .

قطعه ٤

۸۷۹۷/۲۷- آقای هوشنگ رجائی فرزند عبدالله ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۳۳۸۰۰۰ متر مربع مجزا شده از پلاک ۸۷۹۷ واقع در قطعه ۴ بخش ۱۸ فارس صحرای اناغ .

۸۷۹۷/۲۸- آقای هوشنگ رجائی فرزند عبدالله ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۲۴۷۱۲ متر مربع مجزا شده از پلاک ۸۷۹۷ واقع در قطعه ۴ بخش ۱۸ فارس صحرای اناغ .

۸۷۹۷/۲۹- آقای هوشنگ رجائی فرزند عبدالله ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۲۹۰۰۰ متر مربع مجزا شده از پلاک ۸۷۹۷ واقع در قطعه ۴ بخش ۱۸ فارس صحرای اناغ .

۸۷۹۷/۳۳- آقای هوشنگ رجائی فرزند عبدالله ششدانگ یک قطعه زمین زراعتی به مساحت ۳۳۰۰۰ متر مربع مجزا شده از پلاک ۸۷۹۷ واقع در قطعه ۴ بخش ۱۸ فارس صحرای اناغ .

۹۸۴۸/۶۷- آقای غلامرضا ایزدی فرزند محمد رسول ششدانگ یکبابخانه به مساحت ۳۹۶/۵ متر مربع مجزا شده از پلاک ۹۸۴۸ واقع در قطعه ۴ بخش ۱۸ فارس شهر اوز .

۹۸۶۴/۲۳- خانم طیبه قاضی زاده فرزند عبدالله ششدانگ یک قطعه زمین محصور به مساحت ۳۸۰ متر مربع مجزا شده از پلاک ۹۸۶۴ واقع در قطعه ۴ بخش ۱۸ فارس شهر اوز .

۱۰۱۵۸/۳۰- خانم عارفه صالح فرزند محمد ششدانگ یکبابخانه به مساحت ۲۹۸/۲۵ متر مربع مجزا شده از پلاک ۱۰۱۵۸ واقع در قطعه ۴ بخش ۱۸ فارس شهر اوز .

۱۰۱۶۲/۷- خانم خدیجه عباس نژاد فرزند دادالله ششدانگ یک قطعه زمین به مساحت ۵۰۵/۴۰ متر مربع مجزا شده از پلاک ۱۰۱۶۲ واقع در قطعه ۴ بخش۱۸ فارس شهر اوز .

۱۰۸۱۰/۴۷- آقای یوسف خادمی فرزند ابراهیم ششدانگ یک قطعه زمین محصور به مساحت ۴۲۵/۵ متر مربع مجزا شده از پلاک ۱۰۸۱۰ واقع در قطعه ۴ بخش ۱۸ فارس شهر اوز .

۱۰۸۱۰/۴۸- آقای یوسف خادمی فرزند ابراهیم ششدانگ یک قطعه زمین محصور به مساحت ۴۵۰ متر مربع مجزا شده از پلاک ۱۰۸۱۰ واقع در قطعه ۴ بخش ۱۸ فارس شهر اوز .

بنابراین هرکس نسبت به رقبات بالا واخواهی دارد و یا قبل از انتشار این آگهی اقامه دعوی نموده است و جریان در دادگاه مطرح است میتواند واخواهی و گواهی طرح دعوی خود را در ظرف مدت ۹۰ روز پس از انتشار آگهی نوبتی اول به اداره ثبت اسناد و املاک لارستان تسلیم نماید و در غیر این صورت و نرسیدن واخواهی و انقضای مدت واخواهی مدت مقرر، حق او ساقط خواهد شد . تحدید حدود املاک بالا برابر مقررات ماده ۱۴ و۱۵ قانون ثبت بعدا» به عمل خواهد آمد. واخواهی به حدود و حقوق ارتفاقی طبق ماده ۲۰ قانون ثبت پذیرفته خواهد شد.

نوبت انتشار اول:۹۷/۰۵/۰۱
نوبت انتشار دوم :۹۷/۰۶/۰۱
شمسعلی اسکندری
رییس ثبت اسناد و املاک لارستان م / الف / ۵۱۲

آگهی نوبتی سه ماهه اول سال ۱۳۹۷ بخش ۱۸ فارس شهرستان گراش

برابر مقررات ماده ۱۲ قانون ثبت و ماده ۵۹آئین نامه قانون مذکور اسامی اشخاصی که املاک آنها واقع در قطعه ۵بخش ۱۸ فارس شهرستان گراش که تا تاریخ۹۷/۰۳/۳۱ قبول در خواست ثبت گردیده به ترتیب شماره پلاک و ذکر نام و نام خانوادگی متقاضی ثبت ، نام پدر ، نوع ملک ، مساحت و محل وقوع ملک جهت اطلاع عموم به شرح ذیل آگهی می گردد.

ردیف	قطعه پنج بخش ۱۸ فارس		
۱	۱۰۸۲۷/۱۰۰۶۱	قاسم خورشیدی فرزند علی اصغر	ششدانگ یکبابخانه به مساحت ۳۵۷/۵۷متر مربع واقع در شهر گراش خیابان بسیج پشت استادیوم
۲	۱۰۸۲۷/۱۱۵۸۵	اصغر و امراله و رحمت اله شهرت همگی عظیمی فرزندان احمدعلی	ششدانگ یک قطعه زمین محصور به مساحت ۳۰۶/۳۰متر مربع واقع در شهر گراش خیابان امام خمینی خیابان شهدای بیدله(سهام مستدعیان ثبت هر کدام دو دانگ مشاع (از ششدانگ
۳	۱۰۸۲۷/۱۱۵۸۷	حمیدرضا فرسوده فرزند محمود و محمود فرسوده فرزند غلامرضا و غلامرضا زارعی فرزند حسین و یونس صادقی فرزند قدرت و مسعود پولادسنج فرزند غلامرضا و عوض جدی فرزند محمدعلی و اسماعیل آذربادگان فرزند کریم و احمد برازش فرزند عزیز و حسین کشاورز فرزند حمزه و مسلم کشاورز فرزند غلامعلی و محمود کشاورز فرزند حمزه و حمید کشت کاران فرزند محمدعلی و سید مهدی محقق فرزند سید جعفر و سید یوسف محقق فرزند سید جعفر و حسینعلی فولادی فرزند اصغر و مرتضی قاسمی زاده فرزند حسن	ششدانگ یک قطعه زمین محصور به مساحت ۳۸/۵۴متر مربع واقع در شهر گراش خیابان امام خمینی (ره) (حمیدرضا فرسوده نسبت به ۵/۸۸سهم محمود فرسوده نسبت به ۵/۸۹سهم غلامرضا زارعی ۵/۸۸سهم یونس صادقی ۲/۹۴سهم مسعود پولادسنج ۵/۸۸سهم عوض جدی ۵/۸۸سهم اسماعیل آذربادگان ۵/۸۹سهم احمد برازش ۵/۸۸سهم حسین کشاورز ۵/۸۸سهم مسلم کشاورز ۵/۸۸سهم محمود کشاورز ۵/۸۹سهم حمید کشت کاران ۵/۸۹سهم سید مهدی محقق ۵/۸۸سهم سید یوسف محقق ۱۱/۷۶سهم حسینعلی فولادی ۸/۸۲سهم مرتضی قاسمی (زاده ۵/۸۸سهم
۴	۱۰۸۲۷/۱۱۶۲۱	معصومه فانی فرزند محمدعلی	ششدانگ یکبابخانه به مساحت ۲۱۰متر مربع متخذه از پلاک ۱۰۸۲۷/۱۸۰۵واقع در شهر گراش خیابان شهیدان عظیمی خیابان بیدله
۵	۱۰۸۲۷/۱۱۶۹۰	یعقوب جعفریان فرزند مراد	ششدانگ یک قطعه زمین پی کنی شده بمساحت ۴۷۰/۵۲متر مربع متخذه از پلاک ۱۰۸۲۷/۱۹۹۳ واقع در شهر گراش شهرک شهیدان عظیمی
۶	۱۰۸۲۷/۱۱۷۴۱	محمدرضا فدائی فرزند اصغر	ششدانگ یکبابخانه به مساحت ۴۸۳/۲۵متر مربع متخذه از پلاک ۱۰۸۲۷/۱۱۳۳واقع در شهر گراش انتهای خیابان بسیج
۷	۱۰۸۲۷/۱۱۷۵۰	غلامرضا اسدی لاری فرزند محمد	ششدانگ یکبابخانه به مساحت ۱۹۴/۴۳متر مربع متخذه از پلاک ۱۰۸۲۷/۸۶۴واقع در شهر گراش بلوار فلسطین

ردیف	قطعه پنج بخش ۱۸ فارس		
۸	۱۰۸۲۷/۱۱۷۵۱	اسداله اسدی لاری فرزند محمد	ششدانگ یکبابخانه به مساحت ۱۹۵/۷۱متر مربع متخذه از پلاک ۱۰۸۲۷/۸۶۴واقع در شهر گراش بلوار فلسطین
۹	۱۰۸۲۷/۱۱۷۵۲	اسداله شبانی فرزند ابوالحسن	ششدانگ یک قطعه زمین پی کنی شده به مساحت ۳۵۹/۰۷متر مربع متخذه از پلاک ۱۰۸۲۷/۸۶۵واقع در شهر گراش بلوار فلسطین
۱۰	۱۰۸۲۷/۱۱۷۵۳	علیرضا حسینی فرزند محمود	ششدانگ یک قطعه زمین پی کنی شده به مساحت ۱۴۱/۴۰متر مربع متخذه از پلاک ۱۰۸۲۷/۸۶۵واقع در شهر گراش بلوار فلسطین
۱۱	۱۰۸۲۷/۱۱۷۵۴	اسفند حجازی فرزند محمدرضا	ششدانگ یکبابخانه به مساحت ۲۶۶متر مربع متخذه از پلاک ۱۰۸۲۷/۱۷۸۹واقع در شهر گراش خیابان شهدای بیدله جنب مخابرات
۱۲	۱۰۸۲۷/۱۱۸۱۷	هدی افشار فرزند اصغر	ششدانگ یک قطعه زمین پی کنی شده به مساحت ۲۶۴متر مربع متخذه از پلاک ۱۰۸۲۷/۱۹۹۱واقع در شهر گراش بلوار شهداء شهرک شهیدان عظیمی
۱۳	۱۰۸۲۷/۱۱۸۱۸	علی اکبر یوسفی فرزند الیاس	ششدانگ یکبابخانه به مساحت ۲۱۴/۳۰متر مربع متخذه از پلاک ۱۰۸۲۷/۲۳۷۱واقع در شهر گراش بلوار سرداران کوچه شماره ۴
۱۴	۱۰۸۲۷/۱۱۸۱۹	اسداله پورشمسی فرزند عیدی	ششدانگ یک قطعه زمین پی کنی شده به مساحت۲۵۶/۸۰متر مربع متخذه از پلاک ۱۰۸۲۷/۱۹۸۸واقع در شهر گراش بلوار شهداء شهرک شهیدان عظیمی
۱۵	۱۰۸۲۷/۱۱۸۲۰	فوزیه امانتی فرزند سیف اله	ششدانگ یک قطعه زمین پی کنی شده به مساحت ۲۶۴متر مربع متخذه از پلاک ۱۰۸۲۷/۱۹۸۸واقع در شهر گراش بلوار شهداء شهرک شهیدان عظیمی
۱۶	۱۰۸۲۷/۱۱۸۲۱	علیرضا امانتی فرزند امراله	ششدانگ یک قطعه زمین پی کنی شده به مساحت ۳۰۳/۵۰متر مربع متخذه از پلاک ۱۰۸۲۷/۱۹۹۱واقع در شهر گراش بلوار شهداء شهرک شهیدان عظیمی
۱۷	۱۰۸۲۷/۱۱۸۲۲	ستاره حیدری فرزند منوچهر با ولایت قهری آقای منوچهر حیدری	ششدانگ یک قطعه زمین پی کنی شده به مساحت ۲۳۷/۶۰متر مربع متخذه از پلاک ۱۰۸۲۷/۱۹۹۳واقع در شهر گراش بلوار شهداء شهرک شهیدان عظیمی

بنا براین برابر مواد ۱۶ و ۱۷ قانون ثبت و ماده ۸۶ آئین نامه هر کس نسبت به ماهیت املاک درخواست ثبت شده مندرج در این آگهی واخواهی دارد طبق ماده ۱۶ قانون ثبت از تاریخ نشر اولین اعلان نوبتی تا مدت ۹۰ روز اعتراض خود را کتباً به اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان گراش تسلیم و رسید اخذ نماید و ظرف مدت یک ماه از تاریخ اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست به مرجع قضایی تقدیم نماید . در غیر این صورت متقاضی ثبت یا نماینده قانونی وی می تواند به دادگاه مربوطه مراجعه و گواهی عدم تقدیم دادخواست را دریافت و به اداره ثبت تسلیم نماید . اداره ثبت بدون توجه به اعتراض عملیات ثبتی را با رعایت مقررات ادامه می دهد و چنانچه بین مستدعی ثبت و دیگری قبل از انتشارنسبت به پلاک مندرج در این آگهی اقامه دعوی شده و در دادگاه مطرح رسیدگی است کسی که طرف دعوی با مستدعی ثبت است می تواند طبق ماده ۱۷ قانون ثبت گواهی لازم مشعر بر طرح دعوی از دادگاه اخذ و به اداره ثبت تسلیم و رسید اخذ نماید ضمناً معترض مکلف است طبق تبصره دو ماده واحده قانون ثبت تعیین تکلیف پروندهای معترضین ثبتی که فاقد سابقه بوده یا اعتراض آنها در مراجع قضایی از بین رفته ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به اداره ثبت محل دادخواست لازم به مرجع قضایی را تقدیم نماید و الا پس از پایان مهلت مقرر و نرسیدن اعتراض حق او ساقط خواهد شد. وحقوق ارتفاقی در موقع تعیین حدود که طبق ماده۱۴و۱۵قانون ثبت بعمل خواهد آمد ، منظور می گردد ومدت واخواهی نسبت به حدود یا حقوق ارتفاقی طبق ماده۲۰قانون ثبت پذیرفته خواهد شد./.

تاریخ انتشاراول : ۹۷/۰۵/۰۱
تاریخ انتشاردوم : ۹۷/۰۶/۰۱
هدایت اله رحیمی درازی
رئیس اداره ثبت اسناد واملاک شهرستان گراش
م / الف / ۳۹

آگهی ابلاغ وقت رسیدگی به آقای غلام حسینی فرزند علی نظر

شاکی آقای سلمان ذوالفقاری شکایتی علیه آقای غلام حسینی فرزند علی نظر دایر بر تحصیل مال از طریق نامشروع مطرح که پس از صدور کیفرخواست به این شعبه ارجاع و به شماره پرونده کلاسه ۹۷۰۲۷۱ شعبه ۱۰۱ دادگاه کیفری دو شهر لارستان (۱۰۱ جزایی سابق) ثبت و وقت رسیدگی مورخ ۱۳۹۷/۰۷/۱۱ ساعت ۰۹:۰۰ تعیین که حسب دستور دادگاه طبق موضوع ماده ۷۳ قانون آئین دادرسی مدنی به علت مجهول‌المکان بودن متهم و درخواست شاکی مراتب یک نوبت در یکی از جراید کثیرالانتشار آگهی می‌گردد تا متهم ظرف یک ماه پس از تاریخ انتشار آگهی به دفتر دادگاه مراجعه و ضمن اعلام نشانی کامل خود، تصویر کیفرخواست را دریافت و در وقت مقرر فوق جهت رسیدگی در دادگاه حاضر گردد.
دادرس شعبه ۱۰۱ دادگاه کیفری دو شهر لارستان (۱۰۱ جزایی سابق) - سعید رهسپار م / الف / ۴۵۴

تهیه ویژه نامه با کمترین هزینه در روزنامه میلاد لارستان
با ما در تماس باشید ۰۷۱ ۵۲۲۴۴۷۷۵

طرز تهیه آرد سوخاری

آرد سوخاری که معمولاً برای سرخ کردن مرغ، ماهی یا میگو از آن استفاده می‌شود، فرمول تهیه پیچیده‌ای ندارد. خیلی از خانم‌های خانه‌دار از آرد سوخاری در تهیه کوفته، کتلت و شامی کمک می‌گیرند.

آرد سوخاری از آسیاب کردن نان‌های حجیم خشک یا نان‌های سوخاری که کاملا خشک هستند، به دست می‌آید. شما هم می‌توانید برای پایین آوردن هزینه‌های سبد خانوار، به جای تهیه آردهای سوخاری آماده، اگر نان باگت خشک‌شده دارید، آن را کنار بگذارید و در صورت تمایل، خمیر وسط نان‌های حجیم را هم دربیاورید و آن‌ها را هم خشک کنید. سپس با آسیاب کردن این نان‌ها یا خمیرهای خشک یا ترکیب آن‌ها با پودر حاصل از نان‌های سوخاری، آرد سوخاری خانگی آماده کنید.

اگر دوست دارید آرد سوخاری خانگی کمی درشت‌تر باشد و بتوانید از آن برای سرخ کردن مواد گوشتی استفاده کنید، می‌توانید به جای آسیاب کردن نان‌ها و خمیرهای خشک، آن‌ها را در هاون بکوبید تا به اندازه دلخواهتان خرد بشوند.

ضمن اینکه می‌توانید آرد سوخاری خانگی را با ادویه‌هایی مانند فلفل سیاه، فلفل قرمز، پودر کاری و پودر سیر و کمی نمک طعم‌دار کنید. برخی از افراد، عصاره سبزی‌ها یا مرغ و گوشت هم به پودرهای سوخاری خانگی می‌افزایند. در این صورت، باید پودر افزودنی کاملا خشک باشد و در جای خشک و خنک نگهداری شود. در غیر این صورت، امکان کپک زدن و فساد پودر سوخاری خانگی وجود خواهد داشت.

نکاتی در مورد سرخ کردن غذا

روغن را تا حد دمای مطلوب سرخ کردن که ۱۹۰ درجه سانتیگراد است، داغ کنید، نه بیشتر و نه کمتر.

سطح ماده غذایی را قبل از سرخ کردن آن، با یک لایه خمیر بپوشانید. این کار باعث می شود که روغن به داخل غذا نفود نکند و خیلی چرب نشود. در این حالت غذا با حرارت غیرمستقیم خواهد پخت.

اگر روغن به اندازه کافی داغ نشود، سریعا به داخل ماده غذایی نفود می کند و آن را چرب می کند.

اگر روغن خیلی داغ شود، قبل از اینکه ماده غذایی به اندازه کافی بپزد، سطح آن خواهد سوخت.

قبل از سرخ شدن غذا به آن نمک نزنید، زیرا نمک آب موجود در ماده غذایی را بیرون می کشد، در نتیجه وقتی ماده غذایی را در داخل روغن داغ قرار دهید، روغن داغ به اطراف می پاشد.

همچنین نمک، نقطه دود روغن را کاهش می دهد، در نتیجه روغن سریع تر تجزیه می شود. لذا بعد از سرخ کردن غذا و هنگام خوردن، به آن نمک بزنید.

اگر ماده غذایی را شسته اید یا آب دارد، مثل خلال سیب زمینی یا بادمجان، قبل از سرخ کردن کاملاً آن را خشک کنید ، زیرا درغیر این صورت روغن به اطراف می پاشد.

موقع سرخ کردن ماده غذایی، یک جا مقدار زیادی از آن را در ماهیتابه نریزید، چون این کار دمای روغن را کاهش می دهد و غذا دیرتر سرخ می شود.

به مقدار کافی روغن در ماهیتابه بریزید، نه کم و نه زیاد.

قبل از سرخ کردن غذا، ابتدا روغن را به میزان ۷ تا ۸ درجه بیشتر از دمای مطلوب سرخ کردن، حرارت دهید، ولی بیشتر از این مقدار نشود، زیرا ساختمان مولکولی روغن را خراب می کند.

نحوه تمیز کردن هود

تمیز کردن هود آشپزخانه و چربی آن کار ساده ای نیست. هود چرب و کثیف شاید بتوانیم بگوییم یکی از زننده ترین جلوه هایی است که می توان به محض ورود به آشپزخانه با آن روبرو شد. گاها شاهد این موضوع هستیم که چربی ها با اسکاچ آغشته به مایع ظرفشویی پاک نمی شوند. استفاده از سیم ظرفشویی به هیچ وجه گزینه مناسبی برای تمیز کردن هود آشپزخانه نیست چون در آخر حتی اگر لکه های چربی را پاک کنید، با یک هود پر از خط و خش روبرو خواهید بود که دیگر زیبایی خود را ندارد. برای تمیز کردن لکه چربی هود آشپزخانه می توان از پودر ماشین لباس شویی آنزیم دار استفاده کرد. همانطور که می دانید پودر ماشین لباسشویی دارای آنزیم های مختلف و قوی از بین برنده لکه و چربی است که به همین دلیل می تواند یک گزینه مناسب برای پاک کردن لکه های چربی روی هود باشد. این روزها برای پاک کردن هر قسمت از خانه از جمله سطح گازهای شیشه ای و صفحه ای ، سینک ظرفشویی و ... مواد شوینده مخصوص در بازار وجود دارد. در مورد تمیز کردن هود آشپزخانه می توان از مایع یا محلولهای گاز پاک کن استفاده کرد.

هود آشپزخانه دارای معمولا دو نوع فیلتر است. برخی مدل های هود دارای فیلترهای هود از جنس الیاف هستند . وقتی هودی خریداری می کنید که در داخل آن از فیلتر الیافی استفاده شده است، باید هر چند وقت یکبار فیلتر هود را عوض کنید. بهتر است قبل از نوع تمیز کردن وسایل و تجهیزات خانه به فکر سلامت خود باشید. پس بهتر است در هنگام کار با مواد شوینده حتما از دستکش استفاده کنید و در صورت داشتن حساسیت بالا حتما از ماسک های مخصوص استفاده کنید. همین طور بهتر است دستمالی که برای تمیز کردن چربی هود می خواهید از آن استفاده کنید حتما از نوع حوله ای و نرم باشد. تمیز کردن هود آشپزخانه در خانه تکانی عید، گاهی آنقدر سخت است که بعد از کلی تلاش و خستگی مجبور می شوید آن را نیمه کاره رها کنید! چون لکه‌های چربی آشپزخانه روی هر وسیله ای که بنشیند هنگام پاک کردن و تمیز کردن بسیار سفت و سخت می شود. برای پاک کردن بدنه های شیشه ای و فلزی هود هم می توانید از محلول تترا استفاده کنید ولی این ماده برای بدنه های پلاستیکی کاربرد نداردو چربی ها را از سطح آنها پاک نمی کند. نوع چیدمان میز ناهار خوری متناسب با فضا در اولویت هر خانه ای قرار دارد.

مایع گاز پاک کن را روی هود اسپری کنید و کمی به آن فرصت بدهید بعد با اسکاچ مرطوب آن را در تمام سطحی که کثیف است پخش کنید و بعد از ازبین رفتن لکه ها، با دستمال مرطوب مواد و لکه ها را پاک کنید. این کار را چند بار تکرار کنید تا اثری از لکه ها باقی نماند. اگر فیلتر هود آشپزخانه تان از جنس الیاف است بهتر است آن را تمیز نکنید به جای آن یک فیلتر نو بخرید چون این نوع فیلتر ها در اثر شستشو و تمیز کردن تغییر شکل می دهند و بعد از آن دیگر قابل استفاده نیستند. اما اگر فیلتر هودتان از نوع فلزی است می توانید آن را پاک کنید. بعد از این که کار تمیز کردن هود تمام شد و بدنه آن خشک شد، بهتر است برای مدتی آن را روشن کنید و اجازه دهید تا کار کند. همچنین برای اینکه در پاک کردن و نظافت بعدی آن کمتر زحمت بکشید بهتر است بعد از چند بار استفاده از هود آن را تمیز کنید تا عمر لکه های باقی مانده روی هود زیاد نشود. چون هر چه عمر لکه بیشتر شود پاک کردن آن به همان میزان دشوار می شود.

ضرورت وجود هود در آشپزخانه

- از بین رفتن ویروس ها، باکتری ها و جلوگیری از شایع شدن بیماری های واگیردار
- نابود کردن آلوده کننده های دستگاه های الکتریکی از قبیل لامپ های فلورسنت و مانیتورها و....
- تهویه هوا که این هوای سالم کمک به مشکلات تنفسی و خروپف کردن در خواب خواهد کرد و خوابی راحت و بدون استرس را به همراه دارد.
- قابلیت جذب گازهای مضر و سمی که در هوا وجود دارد از جمله گازهای خطرناکی مثل CO و....
- تبدیل کردن هوای فضاهای بسته به هوایی سالم و مفرح
-از بین بردن بوهای نامطبوع مانند بوی سیگار
- از کاهش ضریب هوشی کودکان جلوگیری می شود
- برای کسانی که مشکل آلرژی یا آسمی دارند کمک بزرگی است و این تهویه هوا موجب کاهش حملات آنها می شود.
-جلوگیری از رشد و تکثیر کپک ها و قارچ ها

نکاتی برای خوش‌طعم کردن غذا

رب انار + مرغ

پس از اینکه تکه‌های مرغ را با آب و کمی نمک پختید، ۲ قاشق غذاخوری رب انار را با نصف لیوان پیاز سرخ‌شده و یک قاشق چای‌خوری زعفران دم‌کرده کمی تفت بدهید و روی مرغ‌ها بریزید. سپس اجازه دهید تکه‌های مرغ طعم‌دار شده به مدت ۲ تا ۳ دقیقه روی حرارت بمانند تا آماده خوردن شوند.

قهوه +استیک

اگر قصد درست کردن استیک یا حتی گوشت تنوری دارید، می‌توانید از پودر قهوه نیم‌کوب برای طعم دادن به گوشت استفاده کنید. ترکیب پودر قهوه اسپرسو، نمک، فلفل قرمز، پودر فلفل دلمه‌ای، زیره سبز و چند دانه فلفل سیاه بهترین ترکیب برای طعم‌دار کردن گوشت‌های استیک و کبابی است.

مایونز + جوجه کباب

اضافه کردن یک قاشق غذاخوری سس مایونز به مواد جوجه‌کباب می‌تواند هم طعم جوجه را دلپذیرتر کند و هم بافت آن را نرم‌تر، بنابراین اگر تصمیم به پخت این غذا دارید، کمی سس مایونز قبل از پخت تکه‌های گوشت به آن اضافه کنید.

آب‌لیمو +ماکارونی

خیلی‌ها به آب در حال جوش ماکارونی، کمی نمک اضافه می‌کنند. این بار به جای این کار یک قاشق غذاخوری آب‌لیموی تازه را به آب ماکارونی اضافه کنید و هنگام سرو ماکارونی هم کمی آویشن یا پودر ریحان خشک روی آن بریزید. به این ترتیب هم حجم سدیم دریافتی را کاهش می‌دهید و هم طعم جدیدی را در ماکارونی تجربه خواهید کرد.معمولاً بیشتر افراد طعم سبزی‌های بخارپز را دوست ندارند اما می‌توانید با افزودن کمی روغن کنجد و سرکه بالزامیک به سبزی‌های بخارپز، طعمی مطلوب به آن‌ها بدهید

آب سیب +کتلت

اگر می‌خواهید طعم کتلت شما با تمام کتلت‌های تمام دنیا متفاوت باشد، به جای پیاز رنده شده، از آب سیب غلیظ در تهیه مواد اولیه آن کمک بگیرید. افزودن کمی نان خشک خردشده به مواد اولیه کتلت می‌تواند شلی حاصل از افزودن آب سیب را نیز برطرف کند.

برنج +شامی

اگر مقداری از برنج مهمانی شب گذشته‌تان باقی مانده است، اصلاً نگران نباشید. شما می‌توانید یک لیوان برنج پخته را خوب بکوبید و با کمی گوشت چرخ‌کرده و پیاز رنده شده آن را مخلوط کنید و پس از افزودن ادویه و سبزی‌های معطر، یک شامی بسیار خوشمزه سر میز غذایتان بگذارید.

پنیر پیتزا+ فیله سوخاری

معمولاً بچه‌ها علاقه فراوانی به خوردن فیله سوخاری و مرغ کبابی دارند. شما می‌توانید برای بالا بردن کالری و بهبود طعم گوشت‌های سوخاری از کمی پنیر پیتزای رنده شده و آب‌لیموی تازه استفاده کنید.

خامه + سوپ سفید

اگر اضافه وزن ندارید، چربی خونتان بالا نیست یا می‌خواهید مهمانی برگزار کنید، حتماً به سوپ‌های سفید خود کمی خامه هم بزنید. افزودن خامه و جعفری تازه به سوپ‌های سفید عطری دل‌پذیر و طعمی به یاد ماندنی به آن می‌دهد.

پنیرصبحانه +ماکارونی

وقتی ماکارونی را پختید و در ظرف مخصوص سرو آن ریختید، کمی پنیر صبحانه روی آن رنده کنید .مطمئن باشید با این کار یک رشته ماکارونی هم ته ظرفتان باقی نخواهد ماند.

پنیرخامه‌ای + تخم‌مرغ

۲ تخم‌مرغ خام را خوب هم بزنید. سپس ۲ قاشق غذاخوری کره را با یک‌چهارم فنجان پنیرخامه‌ای و کمی نمک مخلوط کنید و این مخلوط را روی حرارت ملایم بگذارید. وقتی پنیر و کره کاملاً آب شدند، تخم‌مرغ‌ها را به ظرفتان اضافه کنید و پس از هم زدن تمام مواد با یکدیگر، در ظرف را تا پف کردن و پختن کامل تخم‌مرغ‌ها ببندید. بعد از حدود ۵ دقیقه یک املت فوق‌العاده خوش عطر و طعم خواهید داشت. افزودن کمی پودر آویشن به این املت ، خوشمزه‌ترین صبحانه عمرتان را برای شما فراهم خواهد کرد.

نحوه تمیز کردن کفپوش

پارکت، امروزه یکی از متداول ترین کف پوش خانه هاست. پارکت ها به رنگ ها و طرح های مختلف وجود دارند. اما شاید شما هم در تمیز کردن پارکت خانه تان دچار مشکل شده باشید. این مطلب به شما در تمیز کردن و مراقبت از پارکت کمک می کند. مثل همیشه، اول گرد و خاک پارکت را بگیرید. این کار را می توانید با یک جارو برقی یا تی شو که آب آن به خوبی گرفته شده باشد انجام دهید. از شوینده های قوی مثل محلول های حاوی کلر یا سرکه استفاده نکنید. هر مایع و رطوبت باقی مانده را به خوبی خشک کنید، چرا که جذب پارکت می شود. برای پاک کردن از مواد مرطوب استفاده نکنید. از محصولات مناسب پارکت استفاده کرده و دستورالعمل آن ها را رعایت کنید.لکه ها را می توانید با محلول الکلی پاک کنید. مراقب باشید، چرا که اشتعال زا است. یا اینکه به جای آن سرکه سفید روی لکه ریخته و بعد از ۳-۴ دقیقه با یک دستمال نرم و خشک پاک کنید.

از پولیش های مخصوص پارکت برای برق انداختن و برگرداندن جلای اولیه اش استفاده کنید. جلوی هر ورودی در، یک پادری بگذارید که از ورود گرد و خاک جلوگیری کند. آن ها را مرتب جارو کرده و تکان دهید تا کف خانه تمیز بماند. مراقب باشید از مواد شوینده غلیظ و قوی برای تمیز کردن سرامیک استفاده نکنید. برای دوام و حفظ زیبایی کف‌پوش‌های سرامیکی بهتر است آن‌ها را به طور مرتب با اسفنج مرطوب تمیز کنید و بعد با استفاده از پارچه ای نرم با اسفنجی خشک، رطوبت آن‌ها را بگیرید. چنانچه به طور مرتب سرامیک‌ها را تمیز کنید از تجمع لکه های پایداری که به سختی از بین خواهد رفت، جلوگیری خواهید کرد. ریختن کمی الکل و پودر ماشین لباس شویی در آب برای تمیز کردن سرامیک هم راهکار خوبی است. در حین تمیز کردن سرامیکها، اگر متوجه شدید خطوط بین سرامیک کدر و بدرنگ شده است، مقدار کمی ماده شوینده به یک لیتر آب بیفزایید. سپس با اسفنج آغشته به این محلول، با دقت خطوط میان سرامیک‌ها را پاک کنید تا لکه‌ها و مواد زائدی که در این خطوط میان سرامیک‌ها به وجود آمده است با استفاده از همان محلول یا حتی آب خالص پاک شوند.

مراقب باشید از مواد شوینده غلیظ و قوی برای سرامیک استفاده نکنید. زیرا ممکن است روی سطح آن‌ها خط بیفتد و آسیب جدی ببیند. همیشه پیش از هر نوع ماده پاک کننده، برچسب زوی آن را مطالعه کنید تا با اطمینان کافی استفاده کنید. بهتر است برای تمیز کردن هر نوع کف‌پوش، کار را از قسمت انتهایی سالن یا اتاق جایی که از در و راهرو دور است شروع کنید و تکه تکه کف را تمیز کنید و جلو بیایید تا به در نزدیک شود. به این ترتیب شما پایتان را روی قسمت‌های تمیز شده نمی‌گذارید و از دوباره کاری جلوگیری می‌شود. رای تمیز کردن سرامیک اگر از سفید کننده استفاده می‌کنید برای از بین بردن اثر ماده سفید کننده در مرحله بعد از یک ماده شوینده ملایم استفاده و دوباره تمام کف را با دستمال خیس پاک کرده سپس همه بخش ها را با پارچه ای نرم خشک کنید. گاهی اوقات چربی و مواد دیگری روی سرامیک‌ها و کاشی‌ها هستند اما ما قادر به دیدن آنها نیستیم. هر دو راه بالا برای تمیز کردن کاشی و سرامیک‌ها کارآمد هستند؛ با این حال یک پیشنهاد دیگر، استفاده از مایع ظرفشویی و آب گرم است.در ظرفی مایع ظرفشویی و آب را به میزان مساوی با هم ترکیب کنید و با استفاده از دستمال یا حوله به تمیز کردن تمام منطقه بپردازید. به یاد داشته باشید که روی قسمت‌هایی که تمیز شده‌اند قدم نگذارید و تا بیست دقیقه از راه رفتن در آن نقاط بپرهیزید. البته این کار ممکن است باعث سر شدن سرامیک‌ها شود. در صورتی که این اتفاق افتاد می‌توانید با دستمال مرطوب روی نواحی شسته شده بکشید. ممکن است برایتان جذاب باشد که اطلاعاتی در باره مبل استیل کلاسیک کسب کنید.

توجه داشته باشید هنگام تمیز کردن سرامیک‌ها با محلول‌های پاک کننده، حتماً هواکش را روشن یا حداقل پنجره ای را باز کنید و برای جلوگیری از ایجاد هرگونه حساسیت دستکش بپوشید. حدود ۱۰ تا ۲۰ دقیقه بعد تمام قسمت‌ها را به طور کامل با دستمال خیس پاک کنید. اگر از سفید کننده استفاده می‌کنید برای از بین بردن اثر ماده سفید کننده در مرحله بعد از یک ماده شوینده ملایم استفاده و دوباره تمام کف را با دستمال خیس پاک کرده سپس همه بخش ها را با پارچه ای نرم خشک کنید. همچنین می توانید سرکه و آب داغ را به مقدار مساوی مخلوط کنید. سرکه به علت داشتن خاصیت اسیدی به طور طبیعی در پاک‌کردن چربی‌ها فوق‌العاده عمل می‌کند. همین خاصیت عامل تاثیر این مخلوط در نظافت کاشی‌ها و سرامیک‌ها است. سطل دیگری را پر از آب کرده و برای شستشوی کف کنار بگذارید. تمام قسمت‌ها را به خوبی تمیز کنید و توجه داشته باشید که گوشه‌ها و ناحیه‌های بین سرامیک‌ها و کاشی‌ها را از قلم نیندازید. در آخر کاشی‌ها را با آب بشویید و زمانی را برای خشک شدن به آن اختصاص دهید. همچنین می‌توانید یک دوم فنجان الکل (ایزو پروپیل الکل) را به عنوان جایگزینی برای سرکه به کار ببرید. اسیدهایی مانند سرکه و برخی دیگر از محصولات مشابه، باعث فرسایش کاشی‌هایی می‌شوند که از سنگ‌های طبیعی ساخته شده‌اند. برای این کاشی‌ها از مایع ظرفشویی، هیدروژن پراکسید، آرد ذرت و جوش شیرین استفاده کنید.

صبحانه های چاق کننده

املت

تخم مرغ سرشار از کالری و پروتئین است.

مواد لازم

تخم مرغ۲ عدد -سیب زمینی پوست کنده و رنده شده۱ عدد بزرگ -هویج پوست کنده و رنده شده۲ عدد -پیاز بزرگ و خرد شده۱ عدد -نمکبه میزان لازم -کره آب شده۲ قاشق غذاخوری -برگ گشنیز خرد شده۱ قاشق غذاخوری -زیره سبز۱ قاشق چایخوری -پودر فلفل به میزان لازم

طرز تهیه :یک ماهی تابه را بر روی حرارت متوسط گرم کنید.۱ قاشق غذاخوری کره را درون ماهی تابه ریخته و بگذارید تا آب شود.

زیره سبز را به آن اضافه کرده، بگذارید تا به جلز و ولز بیفتند. پیاز را اضافه کرده و آن‌ها را سرخ کنید تا رنگ آن‌ها طلایی شود.

سیب زمینی را اضافه کرده و آن‌ها را سرخ کنید.درون یک ظرف، تخم مرغ‌ها را شکسته و خوب هم بزنید تا پف کند.

به پیاز و سیب زمینی، هویج، نمک، برگ گشنیز و ادویه جات را اضافه کنید و با قاشق هم بزنید.یک ماهی تابه دیگر را بر روی حرارت متوسط گرم کنید.

کره باقی مانده را درون ماهی تابه ریخته و مخلوط مواد را به آن اضافه کنید.بگذارید مواد پخته شوند تا رنگ آن قهوه‌ای مایل به زرد شود.مواد را پشت و رو کرده و حدود ۳۰ ثانیه دیگر بگذارید تا پخته شود.در زمان مصرف کمی پودر فلفل سیاه بر روی آن بریزید.

ساندویچ بادام و پنیر

مواد لازم

نان چند غله۴ عدد -بادام۱۲ عدد -کره بادام زمینی۲ قاشق غذاخوری -پنیرخرد شده یک چهارم فنجان -پودر کاکائو -۲ قاشق غذاخوری -کرهآب شده۲ قاشق غذاخوری

طرز تهیه :یک ماهی تابه را بر روی حرارت متوسط گرم کنید.ماهی تابه را با ۱ قاشق چای خوری کره آب شده، چرب کنید. تکه‌های نان را درون ماهی تابه گذاشته و آن‌ها را برشته کنید.

یک دوم قاشق غذاخوری کره را درون یک تابه کوچک ریخته و بگذارید گرم شود. بادام‌ها را به کره اضافه کرده و آن‌ها را با شعله کم، برشته کنید.

پودر کاکائو را با کره بادام زمینی ترکیب کنید.

مخلوط را به ۴ قسمت مساوی تقسیم کنید. مخلوط را بر روی تکه‌های نان بمالید.

پنیر را بر روی دو تکه نان بمالید.بادام‌ها را بر روی پنیر قرار دهید.سپس نان‌هایی که کره بادام زمینی به آن‌ها زده‌اید را بر روی دیگر نان‌ها قرار دهید.ساندویچ خود را با سیب و شیر میل کنید.

بدون اشک پیاز پوست بکنید

قسمت ریشه پیاز را نگیرید و از سر پیاز آن‌را ریز کنید.

پیاز را در یخچال قرار دهید و پس از چند ساعت آن را ریز کنید.

به هنگام خردکردن پیاز، دهان خود را ببندید.

پیاز را هنگام پوست کندن زیر شیر آب سرد بگیرید.

پیازهای خیلی تند را یک ساعت در آب‌سرد خیس کنید، پیاز شیرین می‌شود.

خانواده موفق(۳)

اهمیت «مبارزه با نفس والدین» در تربیت فرزندان

خوب بودن پدر و مادر، برای تربیت فرزند کافی نیست، فرزندان باید «مبارزه با نفس والدین» را ببینند. چرا فرزندان برخی خانواده‌های مذهبی، مقید به امور دینی و رفتار اسلامی نیستند؟

پایهٔ اصلاح نفس، مبارزه با هوای نفس و مخالفت با تمایلات بی ارزش است. پدر و مادری که مبارزه با هوای نفس را در عمل و رفتار خودشان به بچه یاد ندهند و این تجربه را در خانواده به فرزند خود منتقل نکنند، زیاد نباید انتظار داشته باشند که فرزندشان اصلاح شود و خوب بار بیاید.

خوب بودن پدر و مادر، برای تربیت فرزند کافی نیست. مثلاً اگر هر یک از پدر و مادر به صورت ژنتیک آدم‌های مهربان یا خوش‌اخلاقی باشند، این ویژگی به تنهایی نقش تعیین‌کننده‌ای در تربیت فرزند ندارد. مهم این است که فرزند در رفتار و گفتار پدر و مادرش، مبارزه با هوای نفس را ببیند تا تأثیر بپذیرد. و الا هرچقدر کارهای خوبی از پدر و مادرش ببیند که این کارهای خوب توأم با «مبارزه با نفس» نباشد و مثلاً ناشی از صفات خوب ژنتیکی آنها باشد، در تربیت فرزند نقش چندانی نخواهد داشت.

اگر فرزند در رفتار پدر و مادرش ببیند که آنها بارها عصبانی شده‌اند، ولی خودشان را کنترل کرده و چیزی نگفته‌اند یا لبخند زده‌اند، به تدریج می‌پذیرد که بسیاری از اوقات باید مخالف هوای نفس رفتار کرد و پا روی درخواسته‌های نفسانی گذاشت. پدر و مادری که وقتی عصبانی می‌شوند هرچه دلشان خواست به زبان می‌آورند، طبیعتاً بچهٔ آنها هم هرکاری دلش بخواهد، انجام خواهد داد و مقابله با خواهش‌های نفسانی را فرانخواهد گرفت.

اگر پدر و مادر، هنگامی که ناراحت و یا عصبانی هستند بچهٔ خود را تنبیه کنند، و هنگامی که خوشحال و سرحال هستند او را تشویق کنند، این بچه درست تربیت نمی‌شود، چون پدر و مادر ملاک تشویق و تنبیه را رفتار درست و غلط فرزندشان قرار نداده‌اند بلکه ملاک را حال خوب و بد خودشان و تمایلات خودشان قرار داده‌اند؛ یعنی هروقت سرحال باشند می‌بخشند و هروقت عصبانی باشند نمی‌بخشند و مجازات می‌کنند. وقتی رفتار پدر و مادر باعث شود که بچه این‌طور نتیجه‌گیری کند، طبیعی است که این بچه هم طبق هوای نفسش عمل کند.

بعضی از خانواده‌ها، مذهبی هستند، ولی بچه هایشان زیاد به امور دینی و رفتار اسلامی مقید نیستند و در واقع پدر و مادر نتوانسته‌اند آنها را متدین بار بیاورند. غالباً علت این وضعیت این است که بچه ها از پدر و مادر رفتار خوب و مؤمنانه دیده‌اند اما مبارزه با هوای نفس مشاهده نکرده‌اند. این موجب می‌شود بچه‌ها تصور کنند پدر و مادر چون علاقه به رفتار مذهبی داشته‌اند اینگونه رفتار کرده‌اند، پس خودشان هم طبق دوست‌داشتنی‌هایشان عمل می‌کنند؛ و لذا نتیجهٔ تربیت خراب از آب در می‌آید. باید به بچه ها مبارزه با هوای نفس را یاد دهیم و تجربهٔ مخالفت با تمایلات را انتقال دهیم، نه اینکه صرفاً رفتار مؤمنانه را نمایش دهیم.

در نمایش مبارزه با هوای نفس، مثل غالب موارد دیگر، نقش مادر در تأثیرگذاری تربیتی بیشتر است. یعنی اگر از مادر مبارزه با هوای نفس و صبر در ناملایمات دیده شود، اهمیت بیشتری دارد.

محمّدرضا فاریابی

مهارت های زندگی

آئین همسرداری (۵)

راه کمک به همسر و دلگرمی در زندگی

خستگی مختص روح است نه جسم و نه مشکلات ، درد و رنج مختص روح است نه بدن ، ترس و بزدلی مختص روح است نه بدن ، خود باختگی مختص روح است نه بدن ، مرکز اصلی اغلب صفات انسان روح است ، گرچه زمینه آن در مسائل مادی ایجاد می شود، مشکلات در خارج وجود انسان پدید می آیند، ولی روح خسته می شود. آنچه سخت است وجود مشکلات نیست ، بلکه سختی در خستگی روح است ، و الا روح بلند و پر استقامت از مقابله با مشکلات نه تنها ضرر نمی بیند که آبدیده تر هم می شود و بر تجربیات خود نیز در مقابله با مشکلات می افزاید.

مشکل حقیقی این است که سختی های زندگی اگر روح کسی را افسرده و خسته و بی طاقت کند، دچار بزرگترین نقصها شده است گرچه هیچ مشکلی در زندگی مادی نداشته باشد، و برعکس روح اگر با نشاط و نیرومند شد بزرگترین موفقیتها را داشته و بدست خواهد آورد، گر چه مشکلات چون کوهها بر سر راه او باشند.

راه موفق شدن در زندگی برای هر کسی در مقابله با مشکلات و سختیها یکی از دو راه است : ۱ - برداشتن مشکلات خارجی و موانع ۲ - تقویت روحیه ، راه اول ، راهی است که اغلب مردم به آن می اندیشند و آن را تنها راه حل مشکل نیز می پندارند، و سعی می کنند که این مشکلها بوجود نیاید و اگر هم آمد می خواهند همانها را برطرف کنند، و به همان نیز قانع هستند، و هر کس را نیز بدون مشکل مادی یافتند خوشبخت می دانند و طبعاً هر که مشکلات مادی دارد همچون فقر و مرض و شغل پائین و غیره بی چاره و ناکام می پندارند، و این طرز فکر در عکس العمل مردم نسبت به طبقات جامعه کاملاً هویدا است .

و لذا چون راه حل این مشکلات را در بر طرف کردن آن می دانند، اگر نتوانند مثلاً به یک بیمار کمک کنند و یا نیاز نیازمندی را بر طرف کنند، خود را ناتوان از کمک به وی می بینند، در مسائل خانوادگی هم اگر با این سطح فکر رفتار کنیم ، چه بسا همسری بگوید من که نمی توانم در مسائل مالی ، اداری و غیره به او کمک کنم ، پس وظیفه ای ندارم .

اما راه حل دومی نیز هست که بسیار مؤ ثرتر و مفیدتر نیز خواهد بود، به این صورت که انسان توجه کند، فشار مشکلات بر روح آدمی است ، لذا با تقویت روحیه خود و یا کسی که درگیر مشکلات است او را در مقابله با مشکلات قدرتمند گرداند، کاری کند که خود بتواند مشکلاتش را بر طرف کند، یعنی درست از همان راهی که مشکلات فشار می آورند، آن را برطرف کنیم ، این راه از جهتی بسیار آسان تر و عمومی تر خواهد بود، و بسیار نیز مؤ ثر می باشد.

وقتی کسی را یافتند که در اثر مشکلات تحت فشار روحی قرار دارد نگران است و دلگرمی را از دست داده ، روحیه او را تقویت کنید، تفاوت و امتیاز مهم این راه از روش اول این است که اگر بخواهیم مشکلات خارجی را برطرف کنیم، چون مشکلات انواع مختلف دارند، یکنفر نمی تواند از هر جهت به او کمک کند. همچنانکه تعداد زیاد مشکلات اگر با کمک مداوم توأم باشد موجب تنبلی و وابستگی روحی می شود و امکان کمک هم برای امثال همسران نیست ، بر خلاف روش دوم که ربطی به زیادی مشکلات و تنوع آنها و مخراج گسترده ندارد. گفتن چند جمله سنجیده و مؤ ثر، همراه با اخلاق و رفتار محبت آمیز و تشویق صمیمانه ، بهترین کمک برای تقویت روحیه است چه از معلم به شاگرد، یا همسر به همسر، یا پدر به فرزندان و دیگران .

ساختمان وجودی هر انسانی به گونه ای است که خواه و ناخواه در مقابل تشویق و دلگرمی و صمیمیت و محبت قوت می گیرد و متأثر می شود. چرا از این وسیله مهم در راه موفقیت زندگی استفاده نکنیم؟ با محبت و ایجاد علاقه و اخلاق خوب و مؤدبانه و صفا و صمیمیت می توانیم پشتوانه محکمی برای زندگی خود و موفقیت شوهر در مقابله با مشکلات و در نتیجه سعادت خود فراهم کنیم.

انسان هر قدر هم که بزرگ باشد، چه از نظر سن و یا مقام ، باز از تنهائی گریزان است ، احتیاج به دوستی صمیمی و یکرنگ دارد، دوست دارد علاقه خود را برای کسی که نسبت به وی علاقه مند است صرف کند، بشرط آنکه طرف او واقعاً به وی علاقه مند باشد.

زوجین باید سعی کنند، این نیاز را برطرف کنند، یعنی از نظر دوستی نیز یکدیگر را غناء کنند، اگر پای محبت در میان آمد، فضای محبت و عالم دوستی و شور و هیجان محبت، عالم دیگری دارد با آثار و روشهای مخصوص بخود.

در فضای محبت معادلات و معیارها بطور کلی دگرگون می شود، و انسان به جهت ساختمان روحی خود مثل یک ماهی می ماند که در فضای محبت ، نشاط می یابد و رشد می کند، خطاها، سختی ها، کمبودها، مرضها، همه و همه جلوه دیگری دارند، تو گوئی اکسیری است که اگر به سخت ترین مشکلات زده شود آن را راحت و زیبا می کند. افسوس که قدر این گوهر و ارتباط و تأثیر آن در زندگی خانوادگی و اجتماعی ناشناخته است .انسان تشنه محبت است ، اگر آب زلال محبتی از کسی یافت با تمام وجود به او علاقه مند می شود و انس می گیرد وگرنه بناچار وقتی آب زلال و شیرین نبود به آب شور هم بسنده می کند.

برای همسرتان آب شیرین ، و گوارائی باشید در محبت ، و غذای لذیذ و خوشمزه ای از محبت تدارک ببینید که مشتاقانه بسوی خانه آید، نه آب شور، دوای تلخی که بناچار باید خورد و تحمل کرد.

ادامه دارد...

محمدرضا فاریابی

ده فرمان آداب معاشرت

نشست های اجتماعی بخش مهمی از کار را تشکیل می دهند. در این گردهمایی هاست که می توان به همراه دوستان تفریح کرد، با مشتری های جدید آشنا شد و قراردادهای مختلف بست.

اما از سویی دیگر این نشست ها می توانند دام هایی خطرناک باشند. کافی است بیش از حد احساس راحتی کنید و خودمانی شوید، قوانین پنهان اجتماعی را زیر پا بگذارید و در نتیجه به راحتی خود را نابود کنید، در حالی که هیچ وقت نمی فهمید چرا؟

در متن زیر ده دستور آداب معاشرت آورده شده، که توصیه می کنیم به دقت آنها را بخوانید و سعی کنید به اندازه بیماری وبا از آنها دوری کنید. اگر همکاران بی احتیاطتان می خواهند به این محدوده ممنوعه پا بگذارند، به خودشان مربوط است ولی بهتر است شما حواستان را جمع کنید که درگیر چنین دردسرهایی نشوید.

عدم توجه:

روی برگرداندن از شخصی که در حال صحبت با شماست، نشانه بی ادبی است. بذل توجه یکی از اصلی ترین نشانه های آداب معاشرت، و بهترین تمجید از طرف مقابل است. برای کسب نتیجه بهتر، می توانید با حالت های مختلف صورت و بدن حرکات بدن نشان دهید که به بحث علاقه مند هستید.

شُل دست دادن:

این حرکت نشان دهنده عدم اطمینان شما به خود است. به نرمی دست بدهید. این کار بیانگر اعتماد به نفس، خونگرمی، گشاده رویی و صداقت است. ولی مراقب باشید زیاده روی نکنید و دست طرف مقابل را خیلی محکم نفشارید، چون آن وقت فکر می کند که شما آدمی سلطه جو و طالب برتری هستید.

پشت کردن به دیگری:

زبان بدن (ایما و اشاره ها) شما می تواند شخصیتتان را نشان دهد. اگر به خوبی با همکار خود برخورد نکنید، اعلام کرده اید که هیچ علاقه ای به صحبت ندارید. این کار به نوعی توهین است و می تواند منجر به ایجاد احساسات و تفکرات منفی و حتی خصمانه دیگران نسبت به شما شود.

سیگار کشیدن:

مروزه، در بیشتر قرارملاقات های عمومی از سیگار کشیدن به شدت اجتناب می شود. امتحانش مجانی است؛ در جمع سیگار آتش بزنید تا چه غیر سیگاری ها و چه سیگاری های مطیع قانون از شما بیزار شوند!

برداشتن ظرف نوشیدنی با دست راست:

همیشه نوشیدنی خود را با دست چپ بردارید. این طوری می توانید هنگام برخورد با دیگری، بدون دردسر و ریختن نوشیدنی روی لباس های خود یا طرف مقابل، با او دست بدهید. به علاوه دست راستتان گرم می ماند، چرا که نگهداری نوشیدنی با یخ، دستتان را سرد و مرطوب می کند.

نپوشیدن کت:

هیچ وقت لباسی مانند کت را در نیاورید یا اگر فرضاً برای کلاس گذاشتن کراوات زده اید، گره کراوات خود را شل نکنید مگر این که میزبان پیش از شما، چنین کاری بکند. به طور کلی، لباس نامرتب در نشست های عمومی بسیار ناپسند است.

بیش از حد نزدیک ایستادن:

هر یک از ما برای خود یک «حد آسودگی» داریم (که درافراد مختلف، متفاوت است) و دوست نداریم دیگران بدون اجازه به این فضای شخصی تجاوز کنند. اگر هم کسی این کار را بکند سعی داریم از او دوری کنیم و از متجاوز به خاطر نزدیکی بیش از حد بیزار می شویم.

بلند صحبت کردن:

با صدای بلند صحبت نکنید. این کار شما را مغرور و از خود راضی جلوه می دهد. صدایتان باید آرام و یکنواخت باشد و لحنتان باید با زمان و موقعیت حاضر در آن هماهنگ باشد

زمان پایان میهمانی:

یک مهمانی رسمی هیچ وقت نباید بیشتر از دو ساعت طول بکشد. ساعت ۶ بعدازظهر شروع شود و حداکثر تا ساعت ۸ به پایان برسد. تا نیم ساعت پس از ساعت پایان مهمانی باید آنجا را ترک کرده باشید.

صحبت همزمان:

وقتی شخص دیگری صحبت می کند، بهترین روش اهانت کردن پریدن وسط حرف اوست! قبل از پاسخ دادن، اجازه دهید حرفش را تمام کند. به این ترتیب نشان می دهید که فرد مؤدبی هستید و طرف مقابل هم بهتر می تواند گفته های شما را بشنود و بفهمد. در ضمن راز سخنور خوب شدن، خوب گوش کردن است.

بهترین زمان برای تعیین هدف

همه می دانیم که تعیین هدف مهم است و به ما کمک می کند تا به چیزهای بزرگتر و بهتر دست پیدا کنیم ، ولی چه زمانی باید هدفمان را تعیین کنیم؟بررسی و ارزیابی اهداف، کاری است که باید به طور منظم انجام شود. خیلی از افرادی که اهدافشان را نوشته اند ، هر هفته آن را بررسی می کنند. بقیه یک صفحه دیداری به همراه یک یادآوری کننده تصویری از کارهایی که در حال انجام آن هستند، درست می کنند برخی دیگر حتی اهدافشان را روزانه می نویسند با این حال، چه وقت نیاز دارید، تا زمان بگذارید و تمام اهدافتان را دوباره بازرسی کنید و دوباره وارد فرآیند تعیین اهدافتان شوید؟ و یا اگر هنوز هیچ هدفی برای خودتان تعیین نکرده اید، چه چیزی می تواند شما را وادار کند تا اهدافتان را تعیین کنید؟

زمانی که نتایج جدید می خواهید:

اگر شما تشخیص دهید که بخشی از زندگیتان می تواند بهتر شود، این نشانه ی خوبی است که شما نیاز دارید که هدفتان را تعیین کنید. آیا نگران روابط کاری خود هستید؟ آیا هر صبح در حالی از کنار همسرتان بلند می شوید، که حس قبلی را به او ندارید؟ اگر به آینه نگاه می کنید و فرد داخل آن را دوست ندارید، زمان تعیین هدفتان فرارسیده است. برای نتایج جدید، احتیاجی نیست که از کار یا روابطتان انصراف دهید ، ولی برای نتیجه بهتر باید رفتار و کردارتان را تغییر دهید ؛ اهدافتان را بنویسید، و ببینید که شرایط فعلی شما از آن حمایت می کند یا خیر.

زمانی که چیز غیر منتظره ای اتفاق می افتد:

همه چیز عالی است، ولی ناگهان تلفن زنگ می زند و خبری به شما می رسد و شما فورا متوجه می شوید که زندگی دیگر مثل سابق نیست. مهم نیست که این سوپرایز خوب است یا بد، چیزی که اهمیت دارد این است که جایی که باید از این نقطه برویم را ارزیابی می کنیم و بر طبق آن برنامه ریزی می کنیم. چند بار در مورد افرادی شنیده اید که برنده بخت آزمایی شده اند و همه چیز را از دست داده و شرایطشان بدتر از قبل شده است؟ یا اینکه افرادی که از ، از دست دادن کارشان به عنوان بهترین اتفاق زندگیشان یاد کرده اند ، چطور؟ اگر اتفاق غیر متقربه ای پیش آمد از آن به نفع خودتان استفاده کنید و آن را در مسیر خود بگنجانید ، در نهایت هیچ کس نمی گوید که مسیر دسترسی به اهداف راحت بوده است.

زمانی که به پیسی خورده اید برای خود هدف تعیین کنید:

گاهی اوقات ما به جایی می رسیم که دوست نداریم. افرادی که قادر به فرار هستند، اغلب باید تغییر بزرگی در زندگی خود ایجاد کنند، تا آن را امکان پذیر کنند. اگرچه ما هیچ وقت نمیخواهیم به نهایت بدبختی برسیم، ولی گاهی اوقات این دقیقا چیزی است که ما به آن احتیاج داریم، تا باعث شویم که چیزهای خوب در زندگیمان اتفاق بیفتند.

در دانشگاه برای خود هدف تعیین کنید:

زمانی که از کودکان در مورد شغل دلخواهشان در آینده سوال می کنید، پاسخ های الهام بخش زیبایی می شنوید. اگرچه ، وقتی زمان بیشتری را در مدرسه می گذرانند ، پاسخ های آن ها به اهداف کوتاه مدت تر مانند گذراندن امتحان هفته آینده، تغییر می کند. جایی میان آرزوی فضانوردن شدن و گذراندن امتحان هفته آینده، هدف بزرگ آن ها ناپدید می شود. به وسیله تعیین هدف منظم در طول دوره تحصیل و خلق کردن نقشه های فعال که همزمان با تحصیلات و نه به جای آن، به دستیابی به اهداف کمک میکند ، می توانیم به جای از بین بردن رویاها، آن ها را پرورش دهیم.

تعیین کردن هدف بعد از یک شکست بزرگ:

حتی اگر همه چیز در مسیر خوب پیش می رود ، گاهی اوقات ناگهان چراغ قرمز می شود اگرچه همه ما امیدواریم که چیز بدی برایمان اتفاق نیفتد، ولی همه شکست را تجربه خواهیم کرد.برای خیلی از افراد، همین کافی است تا تسلیم شوند. با این حال، تعیین کردن اهداف تاثیر مثبتی بر ثبات قدم و توانایی مقابله شما با ناملایمات دارد. بدون شک باید نقشه را عوض کنید، ولی نباید اجازه دهید که این شکست شما را از رسیدن به اهدافتان منصرف کند. این موضوع ربطی به کارتهای در دست شما ندارد ، بلکه به نوع بازی شما مربوط است.

تعیین کردن هدف بعد از یک موفقیت بزرگ:

زمانی که نقل و نبات ها تمام شدند، خماری ها محو شدند و پیام های تبریک دیگر نرسیدند، چه می کنید؟ اغلب، زمانی که به هدفی می رسیم، برای رسیدن به آن تمرکز و تلاش زیادی کرده ایم و به بعد از آن فکر نکرده ایم. بعد از یک موفقیت بزرگ، وقت بگذارید و برای چالش بعدی تصمیم گیری کنید. شما نشان داده اید که می توانید، پس به هدف بعدی توجه کنید. این بدین معنی نیست که نباید از موفقیتتان لذت ببرید ،ولی این مقصد نیست، بلکه سنگ مهمی در مسیر طولانی رسیدن به موفقیت است که باید از آن گذر کنید.

تعیین هدف و تصمیم برای سال جدید:

در آخر، ما می توانیم از سال جدید به عنوان نشانه ای استفاده کنیم، که به ما می گوید باید مسیر زندگیمان را دوباره ارزیابی کنیم. اگرچه تعیین هدف در روزهای اول سال به خودی خود کارآمد نیست، ولی بازگشت به نتایج و تجربیات به دست آمده از سال قبل ، می تواند شرایط خوبی ایجاد کند، تا زندگیمان پیشرفت کند. استفاده از تمرین هایی مانند چرخه ی زندگی کمک می کند تا تصمیم بگیرید،که در چه بخش هایی نیاز به پیشرفت دارید.

اهمیت بازی برای کودک

بازی کردن یکی از مهم ترین کارهایی است که شما می توانید همراه با فرزند خود انجام دهید. زمانی که شما صرف بازی با کودک می کنید، امکانات فراوانی را برای آموزش و یادگیری او فراهم می کند.

بازی به کودکان کمک می کند که:

اعتماد به نفس پیدا کنند.

احساس شادی و امنیت کنند.

مهارت های اجتماعی، زبانی و ارتباطی خود را گسترش دهند.

یاد می گیرند که چطور از دیگران و محیط زیست خود مراقبت کنند.

مهارت های فیزیکی خود را گسترش دهند

مهارت های مغزی خود را تقویت کنند.

آگهی درخواست گواهی حصر وراثت

آقای علی یار اتابک فرزند حسینعلی به شرح درخواستی که به کلاسه ۵ سیار این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان مرحومه سکینه اکبرپور فرزند غلام به شناسنامه ۷۵۱ صادره از لارستان در تاریخ ۹۵/۱۲/۱۲ در اقامتگاه دائمی خود شهرستان لارستان بدرود زندگی گفته ورثه آن مرحوم منحصر است به

۱-علی‌یار اتابک فرزند حسینعلی ش ش ۶۴۹ 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 اگهی ظرف یک ماه به این شورا تقدیم دارد و الا گواهی صادر خواهد شد.

ناصر فنونی - رئیس شورای حل اختلاف شعبه اول لارستان

م / الف / ۴۵۶

آگهی درخواست گواهی حصر وراثت

خانم نسرین خویشکار فرزند قاسمعلی به شرح درخواستی که به این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان مرحوم قاسمعلی خویشکار فرزند غلام به شماره ملی ۲۵۱۱۷۶۰۵۳۳ صادره از ح ۳ لار در تاریخ ۱۳۹۶/۱۱/۱۵ بدرود زندگی گفته ورثه آن مرحوم منحصر است به

۱-خدیجه خویشکار فرزند قاسمعلی ک م ۲۵۱۰۹۱۶۵۲۱ ت ت ۱۳۵۵/۴/۱ صادره از ح ۳ لار

۲-نسترن خویشکار فرزند قاسمعلی ک م ۲۵۱۱۸۲۴۴۵۰ ت ت ۱۳۵۹/۱/۱ صادره از ح ۳ لار

۳-نادیا خویشکار فرزند قاسمعلی ک م ۲۵۱۱۸۳۷۸۹۷ ت ت ۱۳۶۱/۱/۱ صادره از ح ۳ لار

۴-سمیه خویشکار فرزند قاسمعلی ک م ۲۵۱۱۸۶۰۳۲۵ ت ت ۱۳۶۳/۱/۱ صادره از ح ۳ لار

۵-محمدرضا خویشکار فرزند قاسمعلی ک م ۲۵۱۲۰۹۶۲۴۶ ت ت ۱۳۶۶/۳/۲۰ صادره از ح ۳ لار

۶-جابر خویشکار فرزند قاسمعلی ک م ۲۵۰۰۱۶۰۱۲۲ ت ت ۱۳۶۹/۶/۲۸ صادره از ح ۳ لار فرزندان متوفی

۷-فاطمه خویشکار فرزند علی ک م ۲۵۱۱۷۵۴۲۸۲ ت ت ۱۳۳۰/۱/۱ صادره از ح ۳ لار همسر متوفی 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 اگهی ظرف یک ماه به این شورا تقدیم دارد و الا گواهی صادر خواهد شد.

قاضی شورای حل اختلاف شعبه اول جویم - امین حشمتی

م / الف / ۴۵۵

ابلاغ وقت رسیدگی

با توجه به شکایت محمد هادی شهبازی فرزند راه خدا مبنی بر سرقت علیه علی محمدی فرزند حسین علی حسب ماده ۱۷۴ قانون آیین دارسی کیفری مصوب ۹۲ ، بدین وسیله وقت دادرسی ۹۷/۰۶/۳۱ ساعت ۱۳ جهت شرکت متهم در جلسه دادرسی تعیین و اعلام می گردد.(بایگانی پرونده ۹۷۰۴۰۰)

منشی شعبه ۲ دادگاه کیفری دادگستری فیروزاباد

م/الف ۵۵۹

پذیرش آگهی در میلاد لارستان
۵۲۲۴۴۷۷۵
۵۲۲۴۳۸۴۴

راه های افزایش انرژی بدون کافئین

اغلب افراد ساعات بعد از ظهر را با وجود خستگی و کسلی سپری می‌کنند. از بهترین راه‌های مقابله با این خستگی چرت کوتاه بعد از ظهر است که البته حدود ۱۰-۲۰ دقیقه به طول انجامد؛ اما نکته اینجاست همیشه این راه افزایش انرژی برای ما مقدور نیست! مثلاً زمانی که در محل کار و یا کلاس درس حضور داریم.

در این مواقع انرژی خود را چگونه باید افزایش دهیم؟ یا اگر ورزشکار هستید و نیاز به انرژی بیشتر برای تمرینات خود دارید چه‌کار باید بکنید؟

برای افزایش انرژی خود چه می‌کنید؟

نوشیدنی‌های کافئینی مانند قهوه نیز البته راه مناسبی می‌توانند باشند، اما برخی افراد در نتیجه مصرف این نوشیدنی‌ها خواب شب خود را در خطر می‌بینند.

با ۶ راه افزایش انرژی آشنا شوید:

۱. دارچین، اولین راه افزایش انرژی و هوشیاری

طبق تحقیقاتی، دارچین می‌تواند سبب افزایش هوشیاری و انرژی شما شود. حتی عطر و رایحه دارچین نیز چنین تأثیر مثبتی به روی شما خواهد داشت و شما را سرزنده و بانشاط می‌کند.

دارچین سرعت پاسخ بصری شما را تسریع می‌کند و همین‌طور حافظه شناختی شما را بهبود می‌بخشد. برای افزایش انرژی می‌توانید از دارچین در نوشیدنی‌های گرم خود مانند چای سبز بهره ببرید.

۲. آلو بخارا؛ مفید اما کم استفاده

استفاده از این ماده غذایی ارزشمند و پر انرژی متأسفانه به حاشیه رفته است. شاید بیشتر نام این ماده خوراکی را برای مقابله با یبوست شنیده باشید، اما آلو بخارا فواید بسیار دیگری نیز دارد که افزایش انرژی هم یکی از آن‌هاست. علاوه بر بحث تأمین انرژی که بحث اصلی این مطلب است، آلو بخارا منبع غنی عنصر بور و همچنین آنتی‌اکسیدان‌ها است. علاوه بر این برخی تحقیقات تأثیر مثبت آلو بخارا در جلوگیری از پوکی استخوان را نشان داده‌اند.

آلو بخارا به دلیل فیبر زیاد، انرژی خود را به آرامی آزاد می‌کند و باعث بالا رفتن ناگهانی قند خون نخواهد شد. علاوه بر این، آلو بخارا داری سوربیتول است. همان‌طور که می‌دانید سوربیتول نوعی قند است که به آهستگی توسط بدن متابولیزه می‌شود. می‌توانید به‌عنوان میان وعده از آلو بخارا استفاده کنید و انرژی بیشتری در طول روز داشته باشید.

۳. اجازه دهید طبیعت انرژی شما را بازیابی کند!

قطعاً ساعت‌ها نشستن مداوم روی صندلی کار و خیره شدن به یک منظره تکراری شما را خسته و کسل خواهد کرد! تحقیقات نشان می‌دهند تغییر منظره تنها برای چند دقیقه می‌تواند تأثیری به اندازه یک فنجان قهوه از خود نشان دهد.

حتی بلند شدن از صندلی و ایستادن در کنار پنجره در این فرایند مؤثر خواهد بود و باعث افزایش انرژی شما خواهد شد. می‌توانید تماس‌های کاری خود را کنار پنجره باز اتاق خود و یا حتی در محوطه محل کار خود بگیرید تا با یک تیر دو نشان بزنید.

۴. آجیل، بهترین انتخاب به‌عنوان تنقلات

تنقلات بی ارزشی مانند کیک و شیرینی، چیپس و پفک را به‌کلی کنار بگذارید و برای افزایش انرژی از آجیل استفاده کنید.

پروتئین گیاهی با کیفیت، املاح و مواد معدنی فراوان و همچنین چربی‌های مفیدی که احساس سیری را در شما افزایش می‌دهند دلیل اصلی این انتخاب هستند.

آجیل‌ها تأمین‌کننده انرژی مناسبی برای شما هستند و سطح هوشیاری شما را افزایش خواهند داد. آجیل‌ها اغلب حاوی املاح معدنی مانند پتاسیم و منیزیم هستند که در سطح انرژی شما مؤثر خواهند بود.

فیبر موجود در آجیل سبب هضم آرام غذا و در نتیجه آزاد شدن تدریجی انرژی غذاها خواهد شد. در نتیجه سطح انرژی پایدار و مساعدی خواهید داشت.

گردو حاوی سروتونین است که حس رفاه و شادی را در شما افزایش می‌دهد. گردو همچنین به همراه بادام حاوی اسیدآمینه ضروری فنیل آلانین است که قدرت مغز را افزایش خواهد داد و در نتیجه هوشیاری شما را بهبود می‌بخشد.

۵. چند ثانیه تنفس سریع!

همان‌طور که از نفس عمیق به‌عنوان راهی برای ریلکس کردن یاد می‌شود، تنفس سریع نیز برعکس آن می‌تواند افزایش انرژی شما را سبب شود.

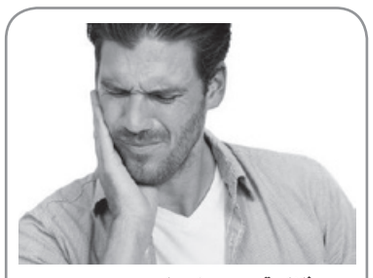
اگر در جایی هستید که نمی‌توانید جابجا شوید و از راه‌های ذکرشده استفاده کنید، این تکنیک بهترین راه افزایش انرژی پیش روی شماست.

۶. خنک کردن!

فقط کافی است خود را خنک کنید! قرارگیری در معرض سرمای نسبی سبب فعال شدن سیستم عصبی سمپاتیک، ترشح بیشتر آدرنالین و اندورفین می‌شود؛ به عبارت دیگر می‌توان گفت ضربان قلب، فشارخون و هوشیاری شما بهبود می‌یابد.

اگر فرصت دارید، دوش گرفتن با آب سرد و یا شیرجه زدن در استخر آب سرد می‌تواند فوق‌العاده باشد و برای شما احساس بهتر و افزایش انرژی به همراه داشته باشد. هرچند باز کردن پنجره در محل کار و یا کلاس، سبک کردن لباس و همین‌طور آب زدن به دست و صورت نیز می‌توانند شما را سرحال و سرزنده کنند.

درمان خانگی تسکین درد دندان



پودر فلفل قرمز و زنجبیل

زنجبیل و فلفل هر دو داروهای ضد درد هستند و هرکدام از این دو ادویه را به تنهایی می توانید برای درمان دندان درد استفاده کنید ولی برای نتیجه بهتر، می توانید مخلوطی از این دو ادویه را تهیه کنید به این روش که :میزان مساوی از این دو ادویه را با آب مخلوط کنید و یک مخلوط با غلظت سس آماده کنید ، سپس توپ کوچکی از پنبه آماده کنید و به میزان کافی به سس مورد نظر آغشته اش کنید ؛ حالا آن را درست روی دندان تان بگذارید و تا زمان فروکش کردن درد یا حداقل تازمانی که طاقتش را دارید، پنبه را از دهان تان خارج نکنید ؛ پنبه آغشته به سس را جایی که لثه و زبان شما به آن برخورد نکند قرار دهید.

روغن میخک

دو قطره روغن میخک را روی یک پنبه بریزید و آن را تا زمان رفع درد، پشت دندان تان قرار دهید.

روش دیگر استفاده از میخک برای دندان درد جویدن آن است به این روش که :یک دانه میخک را آنقدر بجوید که روغنش بیرون بیاید.

دم کرده نعناع

برای تسکین فوری دندان درد یک قاشق چای خوری نعنا خشک را در یک فنجان آب جوش بریزید و ۲۰ دقیقه زمان بدهید تا خوب دم بکشد وقتی که دمنوش تان خنک شد، آن را در دهانتان بچرخانید و بعد بیرون بریزید.

چای نعناع

یک قاشق چایخوری نعناع را در یک فنجان آب جوش بریزید و به مدت بیست دقیقه دم کنید. بعد از اینکه چای سرد شد آن را در دهان تان بگردانید، می توانید آن را قورت بدهید یا بیرون بریزید.

مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک و عواقب آن

آنتی بیوتیک ها (یا در اصطلاح عموم چرک خشک کن ها) در بین داروهای امروزی، بیشترین داروهای تجویزی هستند. آنتی بیوتیک ها از طریق کشتن میکروب ها یا توقف تکثیر آنها با عوامل بیماری زا مقابله میکنند. پنی سیلین ، اولین آنتی بیوتیکی بود که به طور تصادفی از محیط کشت کپک کشف شد. امروزه متجاوز از ۱۰۰ آنتی بیوتیک مختلف وجود دارد که پزشک برای درمان ناراحتی های کوچک تا عفونت های تهدیدکننده حیات از آنها استفاده میکند، ولیکن اگر نابجا مصرف شوند بسیار خطرناک خواهند بود. با شناخت اهمیت مصرف بجا و نابجای آنتی بیوتیک ها، شما می توانید به سلامتی خود و خانواده خود کمک کنید.

هرچند برخی آنتی بیوتیک ها علیه انواع گسترده ای از عفونت ها مؤثر هستند ولی مهم است که بدانیم هر آنتی بیوتیکی تمام عفونتها را نمی تواند درمان کند و نیز آن ها فقط علیه عفونت هایی به کار می روند که توسط باکتریها، قارچ ها و انگل های بیماری زا به وجود آمده باشند و علیه بیماری های ویروسی مثل سرماخوردگی و آنفولانزا تاثیری ندارند. بهترین کاری که شما میتوانید در این مواقع انجام دهید این است که اجازه دهید سرماخوردگی و آنفولانزا، دوره خود را که گاهاً ۲ هفته ممکن است طول بکشد، طی کند و فقط علایم را تسکین دهید. اگر بیماری شما طی ۲ هفته بدتر شد یا شروع به بهبود نکرد جهت بررسی بیشتر به پزشک مراجعه کنید.

به عنوان مثال بیماری های زیر در اکثر موارد علت ویروسی دارند:

- سرماخوردگی (گرفتگی بینی، گلودرد، عطسه،سرفه، سردرد)
- آنفولانزا (تب، لرز، بدن درد، سردرد، گلودرد، سرفه خشک(
- خیلی از سرفه ها
- برونشیت حاد (سرفه و تب) در بسیاری موارد توسط ویروسها ایجاد میشود.
- فارنژیت (گلودرد) نیمی از این موارد توسط ویروسها ایجاد میشود.
- گاستروانتریت های ویروسی (اسهال و غیره.)

بیماریهای زیر در بیشتر مواقع علت باکتریایی دارند:

- عفونتهای گوش - عفونتهای شدید سینوسها (که ۲ هفته یا بیشتر طول بکشد) -گلودرد استرپتوکوکی- عفونت ادراری

تنها پزشک است که می تواند از بین انواع مختلف آنتی بیوتیکها، آنتی بیوتیک مؤثر بر بیماری شما را تشخیص دهد. بعنوان مثال اگر شما عفونت گوش داشته باشید، پزشک تشخیص میدهد که چه نوع از باکتریها اغلب میتواند باعث عفونت گوش شود. اگر عفونتی باشد که بتواند توسط گونه های مختلفی از باکتری ها ایجاد شود یا توسط باکتری هایی ایجاد شود که قابل پیش بینی نباشد که به چه آنتی بیوتیکی حساس است، آزمایشگاه نمونه هایی از خون، ادرار یا نسج فرد بیمار را می گیرد و از طریق تکنیک های خاصی مثل رنگ آمیزی یا کشت به تشخیص باکتریهای ایجاد کننده عفونت و یا تعیین حساسیت آنها به آنتی بیوتیکها کمک میکند.

عوامل مؤثر دیگر در انتخاب آنتی بیوتیک از طرف پزشک، اطلاع از سابقه حساسیت بیمار به یک آنتی بیوتیک خاص - قیمت دارو - زمانبندی دوز دارو - عوارض عمومی دارو، سن بیمار، بقیه داروهایی که فرد دریافت میکند و محل اکتساب عفونت در جامعه است، مثلاً اینکه آیا بیمار در خانه سالمندان زندگی میکند یا نه، زیرا باکتری های متفاوتی در این گونه محیط ها میتوانند عامل بیماری باشند.

استفاده از آنتی بیوتیک ها در بیماری های ویروسی :

نه عفونت را درمان میکند، نه مانع از سرایت بیماری میشود، نه حال بیمار را بهتر میکند، ممکن است عوارض جانبی خطرناک داشته باشد، باعث گسترش مقاومت آنتی بیوتیکی میشود.

مقاومت آنتی بیوتیکی چیست؟

آنتی بیوتیکها از طریق مقابله با عوامل بیماریزا باعث بقای زندگی میشوند، اما بعضی باکتریها آنقدر قوی میشوند که میتوانند مقابل این داروها مقاومت کنند و در نتیجه داروها به خوبی عمل نکنند ، این یعنی مقاومت آنتی بیوتیکی. در این صورت انواع قویتر باکتریها کشته یا متوقف نمیشوند بلکه می مانند رشد میکنند و گسترش پیدا میکنند . این بار دیگر باکتریها سخت تر کشته یا متوقف میشوند.

مقاومت آنتی بیوتیکی یکی از مهمترین معضلات بهداشتی جامعه امروز است. این مساله بطور آشکار باعث خطر برای افرادی میشود که عفونت ساده ای داشته و در صورت درمان تحت نظارت پزشک میتوانستند بخوبی بهبود یابند، اما با مصرف نابجای آنتی بیوتیک در دفعات قبل باعث بی تاثیر شدن این داروها شده اند.

زمانی که آنتی بیوتیک نتواند تاثیر کند، نتیجه این خواهد بود که : بیماری طولانی تر و پیچیده تر میشود. مراجعه متعدد به پزشک یا حضور طولانی در بیمارستان را به دنبال خواهد داشت. نیاز به داروهای گرانتر و سمی تر خواهد بود. چه بسا عفونت های مقاوم منجر به مرگ ایجاد شود.

فقط خود بیماران تنها کسانی نیستند که از این نتیجه رنج میبرند، بلکه افراد سالم جامعه هم ضربه خواهند خورد. باکتری های مقاوم به سرعت بین اعضای خانواده، همکلاسی ها و همکاران گسترش خواهد یافت و سلامت افراد جامعه با گونه بیماریزای جدیدی که به سختی و با هزینه زیاد درمان میشود،تهدید خواهد شد. گونه هایی از انواع باکتریهایی که به آنتی بیوتیک مقاوم شده اند،شامل انواع ایجاد کننده عفونتهای پوستی، مننژیت، بیماری های قابل انتقال از راه جنسی و عفونت های دستگاه تنفسی مثل ذات الریه و نیز فارنژیت یا گلودرد چرکی است، بنابراین:

استفاده بیش از حد یا نادرست از آنتی بیوتیکها، یعنی مشارکت در گسترش مقامت در باکتریها

برای مقابله با این پدیده:

۱-در صورت داشتن بیماری ویروسی از پزشک تقاضای آنتی بیوتیک نکنید و پزشک را برای تجویز آنتی بیوتیک تحت فشار قرار ندهید.

۲-دوره درمان را حتی در صورت بهبودی کامل کنید، در غیر این صورت باکتری ها بطور کامل از بین نمیروند و باکتری های باقیمانده باعث عفونت مجدد میشوند که ممکن است این بار مقاوم شده و دیگر به آنتی بیوتیکها جواب ندهند.

۳-داروهای باقیمانده را دور بریزید و برای روز مبادا ذخیره نکنید، زیرا آنتی بیوتیک تجویزی روی همان عفونت بخصوص مؤثر و صرفاً برای شما در آن ایام تجویز شده است.

۴-دارو را در ساعات معین شده توسط پزشک یا داروساز مصرف کنید. آنتی بیوتیک زمانی مؤثر خواهد بود که بطور منظم مصرف شود.

۵-آنتی بیوتیک های خود را به دیگران پیشنهاد نکنید حتی اگر علایم شما یکسان باشد، زیرا ممکن است برای بیماری آنها مناسب نباشد. دریافت داروی اشتباه ممکن است درمان صحیح را به تاخیر بیندازد و باکتریها در این فاصله تکثیر پیدا کنند.

۶-در مورد نحوه مصرف صحیح آنتی بیوتیکها با پزشک یا داروساز مشاوره کنید. مصرف نادرست آنها میتواند جذب آنها را تحت تاثیر قرار داده و باعث کاهش یا حذف اثر آنها شود.

۷-در صورت فراموش کردن دوز مصرفی یا اشتباه در مصرف، با پزشک یا داروساز مشاوره کنید.

زمانی که شما آنتی بیوتیک را به درستی مصرف کنید، بهترین کار را برای سلامت خود، خانواده و اطرافیان انجام داده اید.

در موقع دریافت آنتی بیوتیک باید بدانید:

که چه عوارضی دارد و برای پیشگیری از عوارض جانبی چه کار میتوان کرد. بهترین زمان مصرف دارو چیست؟ پس از غذا یا با معده خالی؟

آیا آنتی بیوتیک مورد نظر با داروی دیگر مصرفی ما مثل داروی جلوگیری از بارداری تداخل دارد؟ آیا در صورت مصرف با داروهای دیگر، غذا یا الکل امکان واکنش های ناخواسته وجود دارد؟ بهترین شرایط نگهداری آنتی بیوتیک چیست؟ روش آماده سازی پودرهای آنتی بیوتیک را از داروساز سؤال کنید.

هنگام مراجعه به پزشک او را در جریان مسایل زیر قرار دهید:

حساسیت دارویی که در گذشته داشتید،رژیم غذایی بخصوصی که دارید، حساسیت به داروها یا غذاها، بارداری و یا شیردهی، داروهایی که مصرف می کنید، مکمل های گیاهی که در حال حاضر مصرف می کنید، سایر بیماری هایی که به آن مبتلا می باشید از جمله فاویسم یا کم خونی داسی شکل.

نتیجه گیری:

یکی از مشکلات اصلی ایجاد شده این است که آنتی‌بیوتیک‌ها در مصرف بی رویه میکروب‌های مفید در دستگاه‌های گوارش را هم از بین می‌برند. از سویی اگر آنتی‌بیوتیک به میزان کافی هم مصرف نشود، غلظت آن در سرم خون کاهش می‌یابد و تنها میکروب‌های مفید یا کمتر مقاوم از بین می‌رود و در واقع اجازه رشد برای باکتری‌های مقاوم صادر می‌شود بنابراین مصرف تشخیص درست و به موقع برای استفاده از آنتی بیوتیک ها یکی از هنرهای پزشکان است تا بیمار با کمترین تعداد آنتی بیوتیک، بهبود کامل بیابد. متاسفانه برخی معتقدند که مثلاً باید برای گلودرد یا دندان درد،حتماً از این دسته ی دارویی استفاده کنند و گاه تا حدی جلو می روند که حتی به داروی خوراکی بسنده نمی کنند و فقط و فقط داروی تزریقی را علاج دردشان می دانند

پس بهتر است تصمیم گیری برای مصرف کردن یا نکردن آنتی‌بیوتیک‌ها را بر عهده پزشک معالج خود بگذارید تا از ایجاد خطر ذکر شده در آینده جلوگیری شود.به خاطر داشته باشید که در غیر این صورت ممکن است خود شما در آینده قربانی گونه‌های میکروبی مقاوم به درمان شوید

دکتر المیرا صالح پور
مدیر تحقیق و توسعه معاونت غذا و دارو دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لارستان

مصرف جگر در دوران بارداری

شاید پس از چند روز بی‌میلی به غذا خوردن، خوردن جگر هم اشتهای‌تان را تحریک کند و هم توان از دست رفته‌تان را به شما برگرداند، اما متخصصان می‌گویند حتی برای از بین بردن ضعف‌تان در این روزها یا برای فرونشاندن ویارتان، حق ندارید به خوردن جگر روی بیاورید .

از نظر آنها برخی از غذاهایی که به اشتباه آنها را تقویت‌کننده و پرخاصیت تلقی می‌کنیم، می‌توانند به سلامت شما و جنین‌تان آسیب بزنند پس تا بسته شدن پرونده دوران بارداری تان با وسواس بیشتری منوی غذایی‌تان را انتخاب کنید و از مصرف آنچه در ادامه مطلب آورده‌ایم پرهیز کنید.

باید مکمل ویتامین A را با احتیاط مصرف کنید! علاوه بر این که در خوردن جگر باید احتیاط کنید بهتر است حواستان به مکملهای ویتامینی که مصرف می‌کنید هم باشد تا سطح ویتامین A آن بیش از حد مجاز نباشد زیرا در دوران بارداری خوردن آنها مجاز نیست.

بهترین کار این است که پیش از مصرف هرگونه مکملی با پزشک مشورت کنید، زیرا ممکن است در موارد برخی مواد غذایی که برای بدن مفید هستند در دوران بارداری ضرر داشته باشند .

به یاد داشته باشید این اقدام احتیاطی را درباره مکمل‌های روغن مایع هم داشته باشید چون روغن ماهی یا از بدن ماهی تهیه شده یا از کبد ماهی و حتما میدانید که نباید از مکملهایی که از کبد ماهی تهیه شده استفاده کنید چون روغن کبد ماهی غلظت بسیار بالایی از رتینول را دارد.

ویتامین A را از کجا تامین کنید

شما نیاز به مقدار لازم و کافی ویتامین A در طول دوران بارداری دارید چون این ویتامین برای پوست، چشم، و سیستم ایمنی بدن بسیار مفید است. ویتامین A به دو شکل وجود دارد برخی مطالعات نشان داده است سطح بالای ویتامین A میتواند منجر به نقص جنین شود. بهترین اندازه استفاده از ویتامین A برای یک خانم باردار روزانه ۲۵۶۵ واحد بین المللی است.

در تحقیقی که انجام شد مشخص شد زنانی که در طول دو ماهه اول دوران بارداری بیش از ۱۰ هزار واحد بین المللی ویتامین A مصرف کردند دوبرابر بیشتر در معض خطر نقص جنینی قرار داشتند. از سوی دیگر مشخص نیست مصرف کم این ویتامین میتواند با نقص جنینی مرتبط باشد یا نه.

اما تنها ویتامین A موجود در جگر نیست که باید دلیل پرهیز شما از آن باشد؛ متخصصان می‌گویندخوردن جگر گوسفند یا مغز آن‌که از خوراکی‌های محبوب ایرانی‌ها هستند، در خود باکتری «لستریا» دارند و بر جنین در حال رشد اثر منفی می‌گذارند، حتی می‌توانند باعث سقط جنین یا مرده‌زایی شوند.

بهتر است بدانید که مصرف ۸۵ گرم جگر، حاوی ۲۷ هزار واحد بین المللی ویتامین A است و همین مقدار جگر مرغ نیز ۱۲ هزار واحد بین المللی ویتامین A دارد.

اگر مکمل مصرف میکنید نباید محتوای ویتامین A در آن بیش از ۵ هزار واحد بین المللی باشد.

دقیقا به همین علت است که می گویند خوردن جگر در دوران بارداری خوب نیست .

هویج: درست است که مصرف هویج در دوران بارداری ممنوع نیست اما اگر برای تقویت خودتان هر روز یک لیوان آب هویج می‌خورید، با دریافت بیش از اندازه ویتامین A به جنین‌تان آسیب می‌زنید. پس بیشتر مراقب خوراک تان باشید.

جدا از ضرر های خوردن جگر که برای زنان باردار مناسب نیست برای افراد عادی دارای فوایدی نیز هست که در زیر به فواید و ضرر های این ماده غذایی لذیذ برای زنان در غیر دوران بارداری می پردازیم :

خواص جگر گوسفندی در غیر دوران بارداری زنان

توجه داشته باشید که خوردن جگر گوسفند در دوران بارداری ضرر دارد و توضیحات زیر برای زنان غیر باردار بوده

خوردن جگر سیاه گوسفند باعث انتقال ویتامین های حیاتی زیر به بدن می شود .

-ویتامین A
-ویتامین E
-ویتامین D
-ویتامین های گروه B شامل B12,B6,B2,B1-

می باشد و همچنین سرشار از املاحی چون آهن، اسید فولیک و روی و پروتئین است. جگر سیاه گوسفند که در واقع همان کبد گوسفند است برای بیماران دارای کلسترول بالا توصیه نمی شود اما در صورت عدم ابتلا به این بیماری کسانی که کم خونی یا فقر آهن دارند می توانند هفته ای دو بار جگر میل کنند. چربی جگر سیاه نصف گوشت قرمز است.

به قسمت ریه یا شش گوسفند جگر سفید گفته می شود که دارای پروتئین بسیاری می باشد که از این نظر حائز اهمیت است. پروتئین موجود در جگر سفید به رشد بدن و عضلات کمک زیادی می کند و چربی کمتری نسبت به جگر سیاه دارد. ارزش غذایی جگر سفید کمتر از جگر سیاه است و کالری کمتری دارد.

خواص درمانی جگر سیاه گوسفند

سرشاز از آهن و ویتامین B12 که برای درمان کم خونی بسیار موثر است.

دارای ویتامین A که برای درمان و جلوگیری از خشکی پوست خشکی چشم و شب کوری مفید است.

حاوی روی است که برای رشد کودکان حیاتی می باشد.

جگرسیاه دارای ویتامین های E و D نیز هستکه برای رشد استخوان و درمان پوکی استخوان مفید است.

مضرات جگر گوسفندی چیست؟

خوردن جگر گوسفند جدا از عوارضی که در دوران بارداری دارد و باعث اختلال و نقص عضو جنین می شود ، مصرف بیش از حد جگر سیاه گوسفندی برای افراد دیگر نیز می تواند خطرناک باشد زیرا ممکن است موجب جذب کلسترول بیش از نیاز طبیعی و بالا رفتن آن در بدن شخص شود. همچنین ممکن است بر اثر مصرف بیش از حد جگر سیاه، آهن در بافت کبد و کلیه بیش از حد تجمع یافته که باعث آسیب به این اندام ها می شود.

آگهی درخواست گواهی حصر وراثت

خانم سروناز مزیدی فرزند پنجعلی به شرح درخواستی که به کلاسه این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان مرحوم غلامحسین منصوری فرزند میرزاعلی به شناسنامه ۹۳۴ صادره از لارستان در تاریخ ۹۶/۸/۱ در اقامتگاه دائمی خود شهرستان لارستان بدرود زندگی گفته ورثه آن مرحوم منحصر است به

۱-منصور منصوری فرزند غلامحسین ش ش ۸۷ لارستان
۲-وفادار منصوری فرزند غلامحسین ش ش ۸ لارستان
۳-شهناز منصوری فرزند غلامحسین ش ش ۲۴۷۷ لارستان
۴-مهناز منصوری فرزند غلامحسین ش ش ۲۰۹۶ لارستان
۵-آب‌ناز منصوری فرزند غلامحسین ش ش ۱۸۵۷ لارستان
۶-سکینه منصوری فرزند غلامحسین ش ش ۱۰ لارستان فرزندان متوفی
۷-سروناز مزیدی فرزند پنجعلی ش ش ۴۹ 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 اگهی ظرف یک ماه به این شورا تقدیم دارد و الا گواهی صادر خواهد شد.

ناصر فنونی - رئیس شورای حل اختلاف شعبه اول لارستان
م / الف / ۴۵۷

آگهی فقدان سند مالکیت پلاک ۱۰۸۲۷/۱۰۲۱۰ بخش ۱۸

عبدالکریم جعفری به موجب وکالتنامه شماره ۲۸۰۸۶-۹۷/۰۵/۰۱ تنظیمی دفتر اسناد رسمی ۲۰۴ شیراز به وکالت از آقای علی اکبر فروزش با تسلیم دو برگ استشهادیه که در دفتر اسناد رسمی شماره ۳۵۷ گراش تنظیم گردیده است مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به پلاک ۱۰۸۲۷/۱۰۲۱۰ واقع در بخش ۱۸ فارس که ذیل ثبت ۷۶۷ صفحه ۵۴۰ دفتر ۴ املاک بنام آقای علی اکبر فروزش فرزند شیخ علی ثبت و سند مالکیت به شماره چاپی ۸۲۲۷۵۱ صادر و به علت سهل‌انگاری مفقود گردیده و نامبرده تقاضای صدور سند المثنی نموده است. مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آئین‌نامه قانون ثبت آگهی می‌شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله‌ای کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می‌باشد تا ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله، تسلیم نماید. و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسیده و یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت سند مالکیت المثنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.

تاریخ انتشار: ۹۷/۰۶/۰۱
هدایت‌اله رحیمی درازی - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک گراش م/الف/۹۴

هدف از فیلترینگ سایت ها

یکی از عجیب‌ترین روش‌های اعمال فیلترینگ که مدتی است اجرا می‌شود، به نوعی است که به جز بستن دسترسی برای کاربران ایرانی، دسترسی کاربران خارجی را نیز محدود می‌کند. هدف کار مشخص است: عدم امکان دسترسی به برخی سایت‌ها و سرویس‌ها حتی با فیلترشکن. خارج‌کردن سایت‌های ایرانی از دسترس کاربران از اوایل دهه ۱۳۸۰برای جلوگیری از انتشار محتوای نامناسب در کشور آغاز شد. اما به مرور داستان شکل دیگری به‌خودش گرفت. به مرور شرایطی پیش آمد که دیگر فقط سایت‌های مستهجن یا معاند زیر تیغ فیلترینگ نبودند. این‌روزها تقریبا هر سایتی در هر زمینه‌ای را می‌توان پیدا کرد که دست‌کم یک‌بار فیلترینگ را تجربه کرده باشد؛ از فروشگاه‌های آنلاین و استارتاپ‌ها با موضوع‌های مختلف بگیر تا وبلاگ‌ها، سایت‌های سرگرمی و بسیاری زمینه‌های دیگر. تا پیش از این، روش این بوده که سایت‌هایی که به هر دلیل مشمول فیلترینگ حساب می‌شوند از دسترس کاربران ایرانی یا آی پی ایران خارج باشند اما گزارش‌ها نشان می‌دهد که حالا اوضاع تغییر کرده است. گفت‌وگو با کارشناسان امنیت سایبری، اطلاعات فنی دقیقی درباره شیوه اجرای فیلترینگ ارائه می‌کند. این بررسی‌ها نشان می‌دهد، یکی از عجیب‌ترین روش‌های اعمال فیلترینگ که مدتی است اجرا می‌شود، به نوعی است که به جز بستن دسترسی برای کاربران ایرانی، دسترسی کاربران خارجی را نیز محدود می‌کند. هدف کار مشخص است: عدم‌امکان دسترسی به برخی سایت‌ها و سرویس‌ها حتی با فیلترشکن!

فیلترکردن داخلی‌ها؛ به‌سادگی آب خوردن

وقتی در اوایل دهه ۸۰ فیلترینگ در دستور کار قرار گرفت، هنوز سایت‌های رمزگذاری شده مبتنی بر https وجود نداشتند. تمام سایت‌ها مبتنی بر http بودند که دستکاری محتوای آنها یا سدکردن راه‌شان امکان‌پذیر بوده و هست. برهمین اساس، فیلترکردن‌شان نیز ساده و کم‌هزینه است. این‌روزها که بازار فیلترینگ داغ‌تر از قبل شده اما دیگر روش‌های قدیمی جواب نمی‌دهد. در نتیجه، برای رسیدن به این هدف چند روش به‌صورت همزمان به‌کار گرفته می‌شود.

یاشار شاهین زاده، کارشناس امنیت سایبری در این‌باره می‌گوید: راحت‌ترین روش که در گذشته نیز بسیار مورد استفاده بود، فیلترکردن سایت‌ها از طریق بستن دامنه‌ir. است. این‌کار را می‌توان با تغییر رکوردهای DNS انجام داد. فیلترکردن راه دسترسی به سایت نیز به‌سادگی امکان‌پذیر است چون اطلاعات در داخل کشور قرار دارد و در اختیار سازمان فیلترکننده است. با توجه به شناخته‌شده‌بودن برخی روش‌ها برای کارشناسان فنی، گاهی برای پیچیده‌ترشدن فرایند، چند روش به‌طور همزمان تست می‌شوند. این روش‌ها مدت‌هاست استفاده می‌شوند و برای سایت‌های ایرانی کاربرد دارند.

ترزیق کد مرگ به سایت‌های خارجی

هدف اولیه فیلترینگ بستن راه ورود به سایت‌های نامناسب برای کاربران داخل کشور بود اما شیوه جدیدی که در فیلترینگ استفاده می‌شود، عملا برای کاربران خارجی هم تعیین تکلیف کرده، راه دسترسی آنها به سایت‌های مختلف را بند می‌آورد. تزریق‌کردن کدهای مخرب در داخل بخش کدنویسی سایت‌ها(Code injection) یکی از روش‌های خاص فیلترینگ است .

سیدمجتبی مصطفوی، کارشناس فناوری این شیوه فیلترینگ را از نظر فنی بررسی کرده، می‌گوید: «روی چند سایت که گفته می‌شد با همین شیوه فیلتر شده‌اند، بررسی‌هایی را انجام دادیم. در داخل کدنویسی این سایت‌ها، درست زمانی که سایت از طرف کاربر صدا زده می‌شود و باید صفحه اصلی سایت باز شود، نشانی سایت پیوندها به نمایش درمی‌آید. در واقع اینطور به‌نظر می‌رسد که کاربر می‌خواسته وارد سایت پیوندها بشود، نه وب‌سایتی که آدرسش را تایپ کرده بود.

این شیوه فیلترینگ برای سایت‌های خارجی و ایرانی کاربرد دارند و دسترسی کاربران را در ایران یا هرجای دیگری از جهان محدود می‌کنند. البته این روش، درباره سایت‌هایی که امنیت فنی کمتری داشته باشند، کارایی دارد. علیرضا ابراهیمی، کارشناس فنی در این‌باره به همشهری می‌گوید: این کد را می‌توان داخل سایت‌های مبتنی بر HTTP تزریق کرد که رمزگذاری خوبی ندارند و این‌روزها تعدادشان خیلی کم است. تحقیق و توسعه برای تغییر شیوه فیلترینگ بررسی‌ها نشان می‌دهد که بخش عمده فیلترینگ در ایران توسط یک شرکت خصوصی انجام می‌شود. یکی از کارشناسان فنی در این‌باره می‌گوید: یکی از مهم‌ترین کارهای این شرکت، ارائه روش‌های جدید فیلترینگ است که با توجه به شرایط مختلف می‌تواند تغییر کند. بخش تحقیق و توسعه (R &D) این شرکت روش‌های جدیدی را برای فیلترینگ ابداع می‌کند. واقعیت این است که روش‌های مختلفی برای فیلترکردن سایت‌ها وجود دارد. از نظر تئوری همه‌چیز مشخص است و شرکت‌هایی برای پیاده‌سازی این روش‌ها باید به‌کار گرفته شود که یک شرکت خصوصی می‌تواند آن را اجرا کند.» سایت‌های ناامن داخلی، همچنان در خطرند سایت‌های ایرانی به اندازه کافی امن نیستند. فارغ از اینکه هاست‌هایشان را از کجا گرفته باشند، برخی سایت‌های پربازدید فارسی‌زبان هنوز روی بستر http کار می‌کنند که رمزگذاری شده و امن نیست. سیدمجتبی مصطفوی، کارشناس امنیت سایبری در این‌باره می‌گوید: ترافیک این سایت‌ها قابل شنود است و نام کاربری و رمز عبور کسانی که مطلبی را در آن بارگذاری می‌کنند، رمزنگاری‌شده نیست و هرکسی با دانش فنی متوسط می‌تواند به آن دسترسی داشته باشد. تزریق کدهای غیرعادی به داخل سیستم نیز در این سایت‌ها امکان‌پذیر است.

با وجود این، برخی سایت‌های ایرانی که اتفاقا پربازدید هم هستند، تمایلی به استفاده از این بستر نسبتا جدید ندارند. هرچند تبدیل http به https که سیستم رمزنگاری قوی‌تری دارد، در کمتر از یک روز و توسط یک متصدی با حداقل دانش فنی انجام‌پذیر است اما برخی آن را به چشم یک چالش جدید می‌بینند و تمایلی نسبت به آن ندارند. درعین‌حال بسیاری از مرورگرهای معروف جهان سایت‌هایی مبتنی بر http را به‌عنوان صفحه خطرناک می‌شناسند و محتوای چنین سایت‌هایی را برای کاربران نمایش نمی‌دهند. علیرضا ابراهیمی، کارشناس فنی در این‌باره می‌گوید: در جهان برنامه‌هایی تدارک دیده می‌شود که مردم با خطرات بازکردن سایت‌های http آشنا شده و در عین حال، صاحبان سایت‌ها از چنین پلتفرم‌هایی استفاده نکنند.

واردات گوشی‌های مسافری قاچاق محسوب نمی‌شود

محمدجواد آذری‌جهرمی، در جمع خبرنگاران با اشاره به واردات گوشی مسافری اظهار داشت: واردات گوشی‌های مسافری با مقوله قاچاق متفاوت است چراکه قاچاق گوشی زمانی است که خارج از روال گمرک وارد و فعال می‌شود ولی گوشی مسافری اقدامی که برای واردات آن انجام می‌شود قاچاق نیست.

وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات، واردات گوشی مسافر را واردات خارج از کانال رسمی دانست و تصریح کرد: واردات کالا با توجه به وجود نمایندگی‌های داخل کشور خدمات پس از فروش دریافت می‌کند که می‌تواند در قالب کالای مسافری هم وارد شود.

آذری‌جهرمی، با بیان اینکه گوشی مسافری به معنای استفاده شخصی است افزود: اگر این ظرفیت مسافری در بازار به فروش برسد حقوقی از مصرف کننده نهایی ضایع می‌شود چراکه خدمات پس از فروش برای آن گوشی فراهم نشده است.

وی، مقررات وزارت صنعت، معدن و تجارت در عرصه واردات کالا را مورد اشاره قرار داد و بیان کرد: این مقررات، واردات کالا را منوط به وجود نمایندگی خدمات پس از فروش تعیین کرده است.

وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات، با بیان اینکه با سوء استفاده واردات کالا از کانال مسافری مواجه هستیم گفت: چون در اتصال سامانه ناجا در استعلام تردد و گذرنامه به سامانه گمرک مشکلاتی وجود دارد سامانه گمرک قادر به اصالت سنجی کالای همراه مسافر نبوده چون با هر شماره پاسپورتی می‌توان در واردات گوشی استفاده کرد.

آذری جهرمی، با بیان اینکه دولت الکترونیک نیازمند اتصال همه دستگاه‌های اجرایی به هم است که بتواند پوشش کامل ایجاد کند خاطر نشان کرد: هر چند از قبل با ناجا مکاتباتی هم شده بود که این مهم صورت بپذیرد اما فرایندها قدری کند پیش می‌رفت و هنوز جلساتی با مجموعه ناجا تشکیل شده ولی هنوز اتصال بین سامانه گمرک و ناجا برقرار نشده و خلأ واردات گوشی مسافری وجود دارد هر چند وزارت ارتباطات و فناوری اطلاعات به سبب عدم اصالت سنجی واردات آنرا محدود کرده است.

وی با تاکید بر حل مشکل واردات گوشی همراه مسافر بیان کرد: امید می‌رود با تلاش‌های انجام شده این مشکل و خلأ سریعتر برطرف شود که ظلمی در حق مردم صورت نگیرد. وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات تاکید کرد: اتلاق «قاچاق» به گوشی همراه مسافر صحیح نیست.

کارهایی که از دردسرهای سایبری شما می‌کاهد

به گفته کارشناسان و متخصصان فعال در حوزه امنیت سایبری، رعایت برخی از نکات ریز و بی‌اهمیت می‌تواند تا حد زیادی به افزایش ضریب امنیت سایبری دستگاه‌های الکترونیکی متصل به اینترنت کمک کند.

بر اساس تازه‌ترین گزارشی که محققان و پژوهشگرانی که در موسسه چک پوینت فعالیت می‌کنند، ارائه داده‌اند می‌توان گفت که موارد زیر درصورتی که توسط کاربران رعایت نشود، می‌تواند حریم خصوصی آن‌ها را به شدت به مخاطره بیندازد و راهی برای هکرها و مجرمان سایبری بازی کند تا به اطلاعات شخصی آن‌ها دسترسی پیدا کنند.

در زیر به مهم‌ترین مواردی که در افزایش ضریب امنیت اطلاعات کاربران اشاره شده است:

۱. افراد غریبه و ناشناس را در شبکه‌های اجتماعی دنبال نکنید

ممکن است این روزها برای بسیاری از کاربران و علاقمندان به شبکه‌های اجتماعی، داشتن تعداد فالوور و دنبال‌کنندگان زیاد مایه افتخار باشد، اما جالب است بدانید بیش‌ترین حملات سایبری و فیشینگی از طریق داشتن افراد ناشناس و غریبه و راه دادن آن‌ها به حساب‌های کاربری شخصی در شبکه‌های اجتماعی است.

۲. گذرواژه حساب‌های کاربری خود را تغییر دهید

یکی دیگر از راه‌هایی که همواره کارشناسان فعال در حوزه امنیت سایبری به کاربران پیشنهاد می‌کنند، تعویض زود به زود گذرواژه یا رمز عبور حساب‌های کاربری مختلفی است که هر روزه از آن استفاده می‌کنند.

۳. نرم‌افزارهای خود را به‌روزرسانی کنید

کاربران با به‌روزرسانی و آپدیت کردن نرم‌افزارهای مورد استفاده خود قادر خواهند بود به بهترین و به‌روزترین نسخه از نرم‌افزارهای موردنظر خود دسترسی پیدا کنند چراکه معمولا شرکت‌های توسعه‌دهنده مختلف همواره با انتشار به‌روزرسانی‌های امنیتی و جدید، سعی دارند امنیت سایبری گوشی‌های کاربران را افزایش دهند.

۴. هر فایلی را دانلود نکنید

یکی از عواملی که موجب می‌شود بسیاری از کاربران مورد هجوم و حملات بدافزاری، ویروسی، باج‌افزاری و فیشینگی واقع شوند، آن است که در پیام‌رسان‌ها و شبکه‌های اجتماعی هر فایلی را اعم از تصویر، ویدیو و فایل صوتی باز کرده و دانلود می‌کنند. لازم است کاربران به این نکته توجه داشته باشند که دانلود فایل‌های آلوده می‌تواند بدافزار و ویروس‌های خطرناکی را با خود وارد گوشی شما کند که نتایج و عواقب ناخوشایندی همچون سرقت اطلاعات شخصی کاربر را به دنبال دارد.

۵. اطلاعات خود را پشتیبانی کنید

کاربران به منظور حفاظت از اطلاعات ذخیره شده خود در گوشی، باید هر از گاهی از تمامی داده‌های موبایل خود یک نسخه پشتیبان تهیه کرده و به اصطلاح از آن پشتیبان بگیرند.

۶. ورود دو مرحله‌ای را فعال‌سازی کنید

یکی دیگر از مواردی که در افزایش امنیت حساب‌های کاربری شبکه‌های اجتماعی کمک می‌کند، فعال‌سازی ورود دو مرحله‌ای است که به کاربر اجازه می‌دهد هنگام ورود به اکانت موردنظر، در ابتدا یک کد دریافت کرده و سپس با تایپ کد مربوطه در آن، وارد اکانت خود شوند.

۷. پس از هربار استفاده، از حساب کاربری خود خارج شوید

این نکته وقتی که گوشی شما به سرقت می‌رود و یا گم می‌شود، کاربرد بیش‌تری دارد چراکه هکرها قادر نخواهند بود، به‌راحتی به اطلاعات موردنظر خود دسترسی پیدا کنند.

۸. سیستم عامل گوشی هوشمند خود را به‌روزرسانی کنید

شرکت‌های توسعه‌دهنده سیستم‌های عامل مختلف نظیر گوگل و اپل، همواره با انتشار به‌روزرسانی‌های امنیتی و نرم‌افزاری سعی دارند علاوه بر عرضه قابلیت‌های جدید و منحصر بفرد، امنیت سایبری دستگاه‌های مجهز به اندروید و iOS را نیز بالا ببرند؛ بنابراین دریافت نسخه‌های به‌روزرسانی سیستم‌های عامل موردنظر، می‌تواند تا حد زیادی دستگاه الکترونیکی کاربران را از خطر نفوذ هکرها حفظ کند.

منبع:ایسنا

چگونه اندروید را امن نگه داریم؟

سیستم عامل اندروید یکی از سیستم عامل‌های پرطرفدار گوشی های هوشمند است. اندروید، یک سیستم عامل متن باز است و این موضوع آسیب‌پذیری اندروید را افزایش می‌دهد. توسعه دهندگان امکان تغییرات برنامه‌های پیش‌فرض و رابط کاربری را هم دارند که این موضوع می‌تواند سبب به وجود آمدن آسیب‌پذیری‌های زیادی در سیستم عامل می‌شود.

نکات امنیتی

برای جلوگیری از آسیب‌های احتمالی به گوشی خود، حتما اپلیکیشن‌ها را از مارکت‌های رسمی و معتبر دانلود کنید. به هیچ عنوان از مارکت‌های غیررسمی برای دانلود اپلیکیشن‌ها استفاده نکنید. موزیک، ویدیو و عکس‌های مورد نظر خود را نیز از سایت‌های معتبر و امن دانلود کنید.

همچنین همواره سیستم عامل اندرویدی خود را به روز رسانی کنید. معمولا شرکت‌های بزرگ، گاهی سیستم های خود را به روز رسانی می‌کنند و در این به‌روزرسانی‌ها، باگ‌ها و مشکلات امنیتی را در سیستم عامل از بین می‌برند. برای مشاهده به‌روزرسانی دستگاه خود کافی است وارد بخش setting یا تنظیمات شوید و به قسمت About بروید و سپس گزینه Android Security را چک کنید.

در همین بخش می‌توانید با گزینه System update ، سیستم را به روز رسانی کنید. همچنین در بخش Security تنظیمات نیز می‌توانید در قسمت Security policy updates و با فعال کردن آپدیت اتوماتیک، امنیت گوشی را بالا ببرید.

اپلیکیشن های امنیتی

برای امنیت سیستم عامل اندروید خود و جلوگیری از نفوذ ویروس‌ها از یک آنتی ویروس مناسب و امن استفاده کنید. بر اساس اطلاعات سایت پلیس فتا، آنتی‌ویروس Avast را معرفی می‌کند که یک آنتی ویروس رایگان و امن برای شناسایی ویروس هاست. این آنتی ویروس از منابع سیستم شما کم استفاده می‌کند تا سرعت سیستم شما کاهش زیادی پیدا نکند. این آنتی ویروس، اطلاعات گوشی و کارت حافظه را اسکن و تماس‌ها و پیام های ناخواسته را مسدود می‌کند. وبگردی با این نرم‌افزار امن خواهد بود و همچنین قابلیت پیدا کردن گوشی با زنگ هشدار، پاک کردن اطلاعات و قفل کردن گوشی از راه دور را هم دارد.

یک ضد تروجان امن برای سیستم عامل اندرویدی خود نصب کنید. اپلیکیشن CM Security ، یکی از برترین و پرطرفدارترین اپلیکیشن‌های امنیتی در گوگل پلی است که تاکنون بیشتر از ۱۰۰ میلیون دانلود داشته است.

این آنتی‌ویروس و اپلیکیشن امنیتی برای سیستم عامل اندروید طراحی شده و قادر است ویروس‌ها، تروجان‌ها و اسپای‌ویرهای موجود در تلفن و یا تبلت را به سرعت شناسایی و آن‌ها را از سیستم حذف کند. با این اپلیکیشن می‌توانید گوشی و یا تبلت خود را پاک‌سازی کنید و این پاک‌سازی باعث افزایش سرعت دستگاه شما می‌شود. این اپلیکیشن همچنین دارای یک ابزار امنیتی بسیار مهم است. قفل نرم‌افزار این اپلیکیشن یک قفل نرم‌افزار بسیار حرفه‌ای برای قفل کردن نرم‌افزارهایی از قبیل واتس‌اپ، فیس‌بوک، گالری‌های عکس و فایل‌ها و سایر قسمت‌ها و برنامه‌ها برای حفظ حریم خصوصی شماست. از ویژگی‌های مهم این قفل نرم‌افزار عکس گرفتن از چهره شخصی است که سعی در جاسوسی در نرم‌افزارها و گوشی شما داشته باشد و با دو بار وارد کردن اشتباه رمز عبور به صورت خودکان از چهره او عکس گرفته خواهد شد.

منبع: ایسنا

رییس سازمان فناوری اطلاعات:

کنتورهای آب و برق هوشمند می‌شوند

رسول سراییان، معاون وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات خبر از توسعه فناوری‌های نوین خانه هوشمند به صورت آزمایشی داده و اعلام کرده که به زودی کنتورهای آب و برق منازل هوشمند می‌شوند.

سراییان در کنگره جهانی فناوری‌های هوشمند با اشاره به اینکه نخستین رکن شهر هوشمند زیرساخت ارتباطی است افزود: باید تغییرات اندازه گیری، داده‌ها جمع‌آوری و سپس مدیریت شود که به واسطه زیرساخت ارتباط تلفن همراه موجود در کشور فعالیت‌های اولیه برای خانه‌های هوشمند به‌صورت آزمایشی در حال انجام و اولویت بندی است.

به گفته وی تفاوت اصلی خانه های هوشمند با خانه های معمولی در این است که همه وسایل در خانه های هوشمند به یکدیگر متصل است و با یک دستگاه مرکزی کنترل می شود. معاون وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات به امضای تفاهمنامه با وزارتخانه های نیرو و جهاد کشاورزی اشاره کرد که به موجب آن فناوری‌های نوینی برای کاهش هزینه‌ها و افزایش بهره‌وری در دستور کار قرار خواهد گرفت: با اجرای این تفاهمنامه ها، کنتورهای آب و برق، کلیدها، پست های برق و روشنایی معابر هوشمند می شود و میزان مصرف آب و برق کاهش پیدا می‌کند. انرژی، محیط زیست، اشتغال، بهره‌وری، رشد اقتصادی و مهمتر از همه شفافیت از چالش های پیش روی کشور است که فناوری اطلاعات، رکن موثر برای مقابله با آنها به شمار می رود.

کنتور هوشمند آب و برق پیش‌تر هم در کشور وجود داشت ولی «مهدی جعفری» در گفتگو با دیجیاتو عنوان می‌کند که دولت‌های حاکم تا به امروز روی خوشی به این فناوری‌های هوشمند نشان ندادند و حالا بالاخره با تاخیری چند ساله قصد ورود به این مساله را به طور جدی دارند. او تاکید می‌کند که کنتورهای هوشمند فعلی نسل بعدی و جدید کنتورهای هوشمند اوایل دهه ۹۰ شمسی هستند:

ایده ساخت کنتور هوشمند آب و برق در سال ۸۱ دنبال شد و در سال ۸۵ به تولید انبوه رسید و از سال ۸۶ هم وارد بازار شد ولی کنتور هوشمندی که امروزه از آن در بدنه دولت صحبت می‌شود با کنتورهای قدیم تفاوت اساسی دارد و مبتنی بر اینترنت اشیا است. کنتورهای جدید تا ۲۰ درصد در مصرف برق هم صرفه جویی می‌کنند و کنترل و خوانش آنها از راه دور می‌تواند بسیار سودمند باشد.

وی می‌گوید که ارتباط این کنتورها مبتنی بر بستری به نام LPWA بوده و فناوری به کار رفته در آنها تکنولوژی IoT است. جعفری تاکید دارد که دقت بیشتر در اندازه‌گیری، توانایی قرائت از راه دور و یک سیستم یکپارچه دوطرفه می‌تواند در صرفه‌جویی انرژی برق و مایع حیات بسیار ثمربخش باشد: نخستین گام در پیاده‌سازی و اجرای راهکار مدیریت انرژی، ایجاد سیستمی جامع برای انتقال و تجمیع اطلاعاتِ مربوط به انرژی‌های مصرفی (و یا تولیدیِ) در سطح یک سیستم به منظور مانیتورینگ، کنترل و تجزیه‌وتحلیل اطلاعات است.

جعفری، هدف از اجرای کنگره جهانی فناوری های هوشمند بررسی اصلاح فرآیندها، برنامه الکترونیکی سازی خدمات دستگاه ها، واکاوی برنامه دوم نقشه راه اصلاح نظام اداری (توسعه دولت الکترونیک و هوشمندسازی اداری) و ارائه تجربیات بین‌المللی در مبحث فناوری‌های هوشمند عنوان می‌کند و باور دارد که این کنگره‌ها و مباحث مطرح شده در آن، کشور ایران را گام به گام به کشورهای پیشرفته نزدیکتر می‌کند.

آگهی فقدان سند مالکیت بخش ۱۸

آقای عبدالکریم جعفری به موجب وکالت شماره ۲۸۰۸۶-۹۷/۰۵/۰۱ تنظیمی دفتر اسناد رسمی ۲۰۴ شیراز به وکالت از طرف آقای علی اکبر فروزش فرزند شیخ علی تسلیم دو برگ استشهادیه که در دفتر اسناد رسمی شماره ۳۵۷ گراش تنظیم گردیده است مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به ششدانگ یک قطعه زمین مسکونی پلاک ۱۰۸۲۷/۱۰۲۵۹ واقع در بخش ۱۸ فارس شهرستان گراش که ذیل ثبت ۸۴۲ صفحه ۱۶۶ دفتر ۵ املاک بنام آقای علی اکبر فروزش ثبت و سند مالکیت به شماره چاپی ۸۲۲۶۳۴ صادر و تسلیم شده است و به علت سهل‌انگاری مفقود گردیده و نامبرده تقاضای صدور سند المثنی نموده است. مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آئین‌نامه قانون ثبت آگهی می‌شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله‌ای کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می‌باشد تا ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله، تسلیم نماید. و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسیده و یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت سند مالکیت المثنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.

تاریخ انتشار: ۹۷/۰۶/۰۱

هدایت‌اله رحیمی درازی - رئیس اداره ثبت اسناد و املاک گراش

م/الف/۹۵

مشکلات شهری اجتماعی ، فرهنگی و ...
با سامانه مشکلات مردمی میلاد لارستان
۲۰۰۰۳۰۰۰۰۵۰۰۰۰

روزنامه سیاسی _ فرهنگی _ اجتماعی _ خبری
صاحب امتیاز و مدیر مسئول :ابوالحسن مویدی
حروفچینی و صفحه آرائی : روزنامه میلاد لارستان
آدرس دفتر مرکزی : لار - شهرجدید - خیابان فرهنگ ۱۲ - بلوک اول
تلفن : ۵۲۲۴۳۸۴۴-۵۲۲۴۴۷۷۵ نمابر : ۵۲۲۴۸۱۰۱
کد پستی : ۷۴۶۶۵-۷۴۳۱۸
شماره شاپا : ۹۹۶۱-۲۰۰۸ (زیر نظر هیأت تحریریه)
لیتوگرافی و چاپ : چاپخانه کوثر لار
www.miladelarestan.ir miladelarestan@ gmail.com

نهج البلاغه

از نافرمانی خدا در خلوت‌ها بپرهیزید؛
زیرا همان که گواه است داوری کند.

حدیث روز

- سه چیز است که محبّت می آورد : دین ، فروتنی و بخشش

تحف العقول، ص ۳۱۶

اوقات شرعی به افق لار (طول جغرافیایی ۵۴/۲۰ عرض جغرافیایی ۳۷/۴۱)

روز	اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب‌آفتاب	اذان مغرب
دوم	۵:۰۷	۶:۲۸	۱۲:۵۵	۱۹:۲۲	۱۹:۳۹
سوم	۵:۰۸	۶:۲۸	۱۲:۵۵	۱۹:۲۱	۱۹:۳۸
چهارم	۵:۰۹	۶:۲۸	۱۲:۵۵	۱۹:۲۰	۱۹:۳۷

روزنامه میلاد لارستان – سال بیست و ششم– شهریور ماه ۱۳۹۷ –ذی الحجه ۱۴۳۹ – آگوست ۲۰۱۸ – ۰۱/ ۰۶/ ۹۷ – شماره ۱۲۳۹ – ۸ صفحه –تک شماره ۱۰۰۰ تومان

انحصار واردات کاغذ در دستان وزارت ارشاد، بحران بازار را بدنبال دارد

سیدحسن میرباقری، رئیس انجمن واردکنندگان کاغذ و مقوا، در گفت‌وگو با خبرنگار فرهنگی باشگاه خبرنگاران پویا، با اشاره به موضوع واردات کاغذ و نقش تاییدی وزرات فرهنگ و ارشاد اسلامی در این خصوص گفت: آن چیزی که مورد توافق ما در جلسات کارگروه کاغذ وزارت صنعت بود، این بود که ۳ گروه می‌توانند وارد کننده کاغذ با ارز دولتی باشند، وزرات آموزش و پرورش و شرکت‌های وابسته آن، وزرات فرهنگ و ارشاد اسلامی و افرادی که زیرمجموعه آن هستند و بخش خصوصی از طریق انجمن واردکنندگان کاغذ و مقوا.

وی ادامه داد: البته این را نیز بگویم که هفته گذشته جلسه‌ای در وزارت صمت برگزار شد که در رابطه با ستاد تنظیم بازار بود، من به دلیل برگزاری انتخابات انجمن نتوانستم در این جلسه شرکت کنم. اما پیش از این قرار ما این بود که چاپ و تحریر و روزنامه را هر سه این گروه‌ها بتوانند وارد کنند.

میرباقری تصریح کرد: در هفته‌های اخیر برخی از اعضای انجمن که از واردکنندگان با

سابقه کاغذ هستند، برای دریافت مجوز به وزارت صمت مراجعه کردند ولی با این مواجه شدند که باید مجوز خود را از وزارت ارشاد بگیرند، در حالیکه توافق ما این بود که انجمن نیز بتوانند فهرست را تایید کند و افراد باسابقه و مورد تایید بتوانند کاغذ وارد کنند.

وی با اشاره به مشکلاتی که ورود ارشاد به تایید فهرست واردکنندگان کاغذ پیش می‌آورد، گفت: وزارت ارشاد تنها به فکر تامین کاغذ مصرفی زیرمجموعه خود است، تنها کالاهایی که در بخش چاپ و تحریر و روزنامه مورد نیاز است، در حالیکه بازار کاغذ اکنون نیازمند امدادرسانی سریع است. مگر نیاز بازار با ورود این تعداد واردکننده مورد تایید ارشاد و تناژ اعلام شده تامین می‌شود؟

رئیس انجمن واردکنندگان کاغذ تصریح کرد: این شیوه‌ای که اکنون پیش گرفتند و بدون نظرخواهی از افرادی که سابقه در واردات کاغذ دارند و کارشناس این کار هستند و بدون اینکه بیایند از بخش خصوصی و فعالان شناسنامه‌دار مشورت بگیرند، در نهایت منجر به ایجاد بحران در بازار کاغذ خواهد شد، آن زمان دیگر نمی‌گویند وزارت ارشاد که تخصص و صلاحیت نداشت، مقصر است، آن زمان می‌گویند، واردکنندگان کاغذ را احتکار کرده‌اند یا گران می‌فروشند.

وی با اشاره به اینکه انجمن واردکنندگان کاغذ مراتب اعتراض خود را به وزارت صمت در این خصوص مکتوب ارائه خواهد کرد، گفت: دخالت وزارت ارشاد بازار را بهم خواهد ریخت و موجب ایجاد بحران در بازار می‌شود. چرا که ما د رآینده دچار کمبود کالا خواهیم شد.

میرباقری با اشاره به شعار دولت در برون‌سپاری و حمایت از بخش خصوصی گفت: وقتی دولت چنین شعاری می‌دهد، حداقل انتظار این است که نظر تشکل‌ها را اعمال کند. متاسفانه بخش خصوصی در تصمیم‌گیری برای کاغذ جایگاهی نداشت، اعضای انجمن واردکنندگان حاضر هستند، زیر نظر دولت با نظارت دولت کالا وارد کنند و بازار را تامین کنند، در حالیکه دولت اساسا بخش خصوصی را بازی نداده است.

وی افزود: اینکه وزارت ارشاد کار را به افرادی که چندان سابقه‌ای در واردات کاغذ ندارند و اساس فعالیتشان در راسته دیگری است، مجوز واردات کاغذ داده موجب رانت خواهد شد، مانند بسیاری از اتفاقات گذشته افرادی که مجوز دریافت کرده ولی تخصص و اعتبار مالی لازم را ندارند، حاضر می‌شوند، مجوز خود را اجاره دهند، تا فرد دیگری برایشان کاغذ وارد کند. همین الان نیز برخی از همکاران ما این پیشنهاد را دریافت کرده‌اند.

آنچه در خشت‌خام می‌دید ....(۲)

نگاهی به مواضع رهبر انقلاب درباره نتیجه مذاکره با آمریکا از ابتدای دولت یازدهم و مذاکرات منتهی به برجام به خوبی شرایط امروز پیش آمده برای کشور را چه به لحاظ اقتصادی و چه از منظر سرانجام توافق هسته‌ای پیش‌بینی می‌کند. «بی اعتمادی» به آمریکا و تاکید بر «توان داخلی» ۲گزاره مهمی است که رهبر انقلاب در همه این سال‌ها بر آن تاکید کرده‌اند و اکنون صحت آن برای همه ثابت شده است. موضوعی که برخی مسؤولان در جریان مذاکرات هسته ای باور چندانی به آن نداشتند اما اکنون برای آنها ملموس شده است. «وطن امروز» مواضع رهبر انقلاب در همین رابطه را از سال ۹۲ تاکنون بازخوانی می‌کند.

سال ۱۳۹۴

بیانات در دیدار مسؤولان نظام (۲ تیر)

از اول نگاه ما به مذاکره‌کنندگان و طرف آمریکایی نگاه شک‌آلود بود ما هم می‌گوییم توافق خوب، آمریکایی‌ها هم می‌گویند توافق خوب؛ منتها ما که می‌گوییم توافق خوب، منظورمان توافق منصفانه و عادلانه است؛ آنها که می‌گویند توافق خوب، توافق تمامیت‌خواهانه است.

:::::::::::::::::::::::::::::::

بیانات در دیدار مسؤولان نظام (۲ تیر)

هدف اینها (آمریکایی‌ها) ریشه‌کن کردن و از بین بردن صنعت هسته‌ای در کشور است؛ هدف این است، دنبال این هستند؛ قصدشان این است که ماهیت هسته‌ای کشور را از بین ببرند؛ ولو حالا یک اسمی، یک تابلوی بی‌محتوایی، یک چیز کاریکاتوری‌ای وجود داشته باشد.

:::::::::::::::::::::::::::::::

پاسخ به نامه رئیس‌جمهور درباره مذاکرات هسته‌ای(۲۴ تیر)

در صورت تصویب، مراقبت از نقض عهدهای محتمل طرف مقابل صورت گرفته و راه آن بسته شود. بخوبی می‌دانید که برخی از ۶ دولت طرف مقابل به هیچ رو قابل اعتماد نیستند.

:::::::::::::::::::::::::::::::

بیانات در دیدار مسؤولان نظام (۲۷ تیر)

به اینها نمی‌شود اعتماد کرد؛ اینها کسانی نیستند که حرف راست از دهان‌شان خارج شود؛ صداقت در اینها نیست.

:::::::::::::::::::::::::::::::

بیانات در دیدار اعضای مجمع جهانی اهل بیت (۲۶ مرداد)

نیت آنها این بود که از این مذاکرات و از این توافق، وسیله‌ای پیدا کنند برای نفوذ در داخل کشور؛ ما این راه را بستیم.

:::::::::::::::::::::::::::::::

بخشی از نامه رهبر انقلاب درباره شرایط نه‌گانه (۲۹ مهرماه)

جنابعالی [رئیس جمهور] با سابقه چند دهه حضور در متن مسائل جمهوری اسلامی طبعاً دانسته‌اید که دولت آمریکا نه در قضیه هسته‌ای و نه در هیچ مسأله دیگری، در برابر ایران رویکردی جز خصومت و اخلال در پیش نگرفته است و در آینده هم بعید است جز این روش عمل کند.

:::::::::::::::::::::::::::::::

بخشی از نامه رهبر انقلاب به رئیس‌جمهور (۲۹ مهرماه)

چگونگی رفتار و گفتار دولت آمریکا در مسأله هسته‌ای و مذاکرات طولانی و ملال‌آور آن، نشان داد این نیز یکی از حلقه‌های زنجیره دشمنی عنادآمیز آنان با جمهوری اسلامی است. محصول مذاکرات که در قالب برجام شکل گرفته است دچار نقاط ابهام و ضعف‌های ساختاری و موارد متعددی است که در صورت فقدان مراقبت دقیق و لحظه به لحظه، می‌تواند به خسارت‌های بزرگی برای حال و آینده کشور منتهی شود. از آنجا که پذیرش مذاکرات از سوی ایران اساساً با هدف لغو تحریم‌های ظالمانه اقتصادی و مالی صورت گرفته است و اجرایی شدن آن در برجام به بعد از اقدام‌های ایران موکول گردیده، لازم است تضمین‌های قوی و کافی برای جلوگیری از تخلف طرف‌های مقابل، تدارک شود.رفع تحریم‌ها هر چند از باب رفع ظلم و احقاق حقوق ملت ایران کار لازمی است، لیکن گشایش اقتصادی و بهبود معیشت و رفع معضلات کنونی جز با جدی گرفتن و پیگیری همه‌جانبه اقتصاد مقاومتی میسر نخواهد شد.

:::::::::::::::::::::::::::::::

بخشی از پاسخ رهبر انقلاب به نامه رئیس‌جمهور (۲۹ دی)(

- مراقبت شود طرف مقابل تعهدات خود را کاملا انجام دهد.
- به همه مسؤولان دولتی تذکر داده شود که حل مشکلات اقتصادی کشور در گرو تلاش بی‌وقفه و خردمندانه در همه بخش‌ها در جهت اقتصاد مقاومتی است.
- در تبلیغات توجه شود که در برابر آنچه در این معامله به دست آمده، هزینه‌های سنگینی پرداخت شده است.

سال ۱۳۹۵

بیانات در حرم مطهر رضوی (اول فروردین)

در همین توافقی هم که ما با آمریکایی‌ها در قضیه ۱+۵ و مساله هسته‌ای کردیم، آمریکایی‌ها به آنچه وعده داده بودند عمل نکردند همچنان معاملات بانکی ما دچار مشکل است. آمریکایی‌ها گفته‌اند ما تحریم‌ها را برمی‌داریم و روی کاغذ هم برداشتند اما از طرق دیگر جوری عمل می‌کنند که اثر رفع تحریم‌ها مطلقاً به‌وجود نیاید و تحقق پیدا نکند. بنابراین کسانی که امید می‌بندند به اینکه بنشینیم با آمریکا در فلان مساله مذاکره کنیم و به یک نقطه توافقی برسیم - یعنی ما یک تعهدی بکنیم، طرف مقابل هم یک تعهدی بکند - از این غفلت می‌کنند که ما ناگزیر باید به همه تعهدهای خود عمل کنیم [اما] طرف مقابل با طُرق مختلف، با شیوه‌های مختلف، با خدعه، با تقلب سر باز می‌زند و به تعهدهایی که کرده است عمل نمی‌کند. این چیزی است که ما امروز در مقابل چشم خودمان داریم می‌بینیم؛ یعنی خسارت محض.

در قضیه برجام بدعهدی کردند و به تحریم‌های دیگری ما را تهدید کردند. انتخابات ریاست جمهوری آمریکا هم چند ماه دیگر - هفت، هشت ماه دیگر- شروع خواهد شد و تا ۹ ماه دیگر این دولت فعلی آمریکا عوض خواهد شد و هیچ تضمینی وجود ندارد که این دولتی که بعداً به‌وجود خواهد آمد، همین تعهدات اندکی را هم که این دولت [فعلی] کرده است عمل بکند.

:::::::::::::::::::::::::::::::

بیانات در دیدار جمعی از دانشجویان (۱۲ تیر)

این کسانی که امروز طرفدار گرایش به غربند، به نظر من عقل‌شان را باخته‌اند، تعقل نمی‌کنند.

:::::::::::::::::::::::::::::::

بیانات در دیدار اقشار مختلف مردم (۱۱ مرداد)

۶ ماه هم از امضای برجام می‌گذرد، هیچ تأثیر محسوس و ملموسی هم در وضع معیشت مردم به وجود نیامده است آن روز مسؤولان، هم به ما می‌گفتند، هم به مردم می‌گفتند که در این مذاکرات، قرار بر این است که وقتی ایران تعهدات خود را انجام می‌دهد، یکباره همه تحریم‌ها برداشته بشود؛ یعنی این مانعی که آمریکا سر راه ملت ایران ظالمانه و خباثت‌آمیز به وجود آورده بود، برداشته شود؛ خب! حالا ۶ ماه از این موعد گذشته است، برداشته نشده؛ ۶ ماه برای یک مملکت ۸۰ میلیونی زمان کمی است؟

:::::::::::::::::::::::::::::::

بیانات در دیدار اقشار مختلف مردم (۱۱ مرداد)

این برجام شد برای ما یک نمونه، یک تجربه.

:::::::::::::::::::::::::::::::

بیانات در دیدار اعضای هیأت دولت (۳ شهریور)

در مورد برجام اولاً بدحسابی‌های طرف غربی را یعنی به‌خصوص آمریکا را به حساب بیاوریم؛ مطلقاً در صدد این نباشیم که بدحسابی طرف مقابل را و بدقلقی طرف مقابل را و خیانت طرف مقابل را یک‌جوری توجیه کنیم.

:::::::::::::::::::::::::::::::

بیانات در دیدار بسیجیان (۳ آذر)

دولت آمریکا کارهای متعددی کرد، تخلف‌های متعددی کرد، یکی دو تا نیست، تازه‌ترینش این تمدید تحریم ۱۰ ساله است.

:::::::::::::::::::::::::::::::

بیانات در دیدار دانش‌آموزان و دانشجویان (۱۲ آبان)

[این] از آن اشتباهات عجیب‌وغریب و بسیار خطرناک [است]. [می‌گویند] اگر ما با آمریکا سازش کردیم، مشکلات کشور حل می‌شود ۱۵-۱۰ دلیل وجود دارد و می‌شود شمرد و ردیف کرد برای این قضیه؛ آخری‌اش همین قضیه برجام است.

:::::::::::::::::::::::::::::::

بیانات در دیدار فرماندهان نیروی دریایی ارتش (۷ آذر)

مشکلات فعلی در توافق هسته‌ای به خاطر عجله در زودتر به سرانجام رساندن توافق است.

:::::::::::::::::::::::::::::::

بیانات در دیدار مردم قم (۱۹ دی(

از حالا نشسته‌اند دارند برای دوران بعد از پایان برجام فکر می‌کنند که بعد از آن چه محدودیت‌هایی را بر ایران تحمیل کنیم.

اولین پرواز "کیش ایر" در لارستان به زمین نشست

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی اداره کل فرودگاه لارستان، با لندینگ اولین هواپیمای کیش ایر در فرودگاه لارستان پرواز مسیر دبی - لار- دبی این شرکت هواپیمایی آغاز شد.

هواپیمایی کیش ایر، فعالیت خود را در فروگاه لارستان شروع نموده و مقرر است بصورت هفتگی دو پرواز درمسیر مذکور و از هفتم شهریور نیز یک پرواز در مسیر مسقط-لار- مسقط انجام دهد.

آغاز برداشت خارک و رطب در خنج

به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبر گزاری صدا وسیما، مدیر جهاد کشاورزی خنج گفت: برداشت رطب و خارک از نیمه دوم مرداد در این شهرستان آغاز و تا پایان شهریور ادامه دارد .

بستان اسلامی، پیش بینی کرد: تا پایان تابستان بیش از پنج هزار تن خارک و رطب و تا پایان مهرماه بیش از ۱۶ هزار تن خرمای خشک از ۲ هزار و ۷۰۰ هکتار نخلستان های مثمر برداشت و به بازار داخلی و خارجی صادر شود .

اسلامی افزود: شهرستان خنج با تولید سالانه ۲۰ هزار تن خرمای تر و خشک، یکی از قطب‌های مهم تولید این محصول در استان فارس است.

هلیله ای، خاصویی، شاهانی، کبکاب، پنجه عروسی، مجول و گیهانی از مهم‌ترین واریته‌های خرما در خنج است که علاوه بر تامین نیاز داخلی به استان‌های فارس ، تهران یزد و اصفهان و شهرهای شمالی کشور و کشورهای حوزه خلیج فارس صادر می‌شود.

سامان دهی فعالیت های قرآنی اهل سنت در لارستان

به گزارش میلاد لارستان به نقل از ایکنا، سید حمید موسوی، سرپرست اداره امور قرآنی تبلیغات اسلامی فارس، گفت: طی نشستی که با مدیر عامل مؤسسه فرهنگی قرآن و عترت فرزانگان نور جاوید لارستان در اداره امور قرآنی فارس برگزار شد، در خصوص فعالیت‌های قرآنی اهل سنت لارستان و لزوم ساماندهی آن بحث و تبادل نظر شد.

وی افزود: در این جلسه، به لزوم ایجاد هماهنگی بین دو مجموعه تأکید و پیشنهاد شد از امکانات دفتر اهل سنت استان فارس جهت اجرای برنامه های قرآنی استفاده شود.

موسوی، با تأکید بر اینکه در این نشست مقرر شد تا فعالیت‌های قرآنی اهل سنت در لارستان ساماندهی شوند، گفت: همچنین در این نشست قبادی، مدیرعامل مؤسسه مذکور ضمن ارائه گزارشی از عملکرد خود، طرح‌هایی که تا پایان سال پیش‌بینی شده را ارائه داد.

اشک تمساح وطن‌فروشان برای خزر

VOA از قول رضا ربع پهلوی، ابوالحسن بنی‌صدر و شیرین عبادی مدعی شد حقوق ایران در کنوانسیون در دست تهیه نقض شده است.

رضا ربع پهلوی که پدر نوکرمآبش، تمام بحرین را به آمریکا و انگلیس واگذار کرد، ادعا کرده توافق خزر تمامیت ارضی کشور را به خطر می‌اندازد.

بنی‌صدر رئیس‌جمهور فراری هم که اسناد جاسوسی او برای سفارت آمریکا بعدها منتشر شد و در اواخر ریاستش با سازمان تروریستی منافقین همکاری می‌کرد، مدعی شده ایران به روسیه باج داده است. برخلاف این ادعا، کشورهای حاشیه خزر پنج کشور هستند نه فقط روسیه و ایران.

جالب اینکه بنی‌صدر به هنگام حمله ارتش متجاوز صدام به خاک کشورمان و تسخیر بخش اعظمی از مناطق جنوب غربی کشورمان، درمقابل گسیل نیروهای نظامی و تجهیزات جنگی به مناطق تحت محاصره و دفاع کارشکنی می‌کرد و مدعی بود زمین می‌دهیم و زمان می‌گیریم. این خیانت او به قیمت شهادت ۳۰۰ هزار جوان برومند ایرانی تمام شد.

منبع: کیهان

برقراری پرواز مستقیم جهرم به نجف و مشهد مقدس

به گزارش خبرگزاری تسنیم ، محمدرضا رضایی، در نشست خبری اظهار داشت: هم اکنون شهرستان جهرم دارای یک پرواز داخلی جهرم به تهران است که با استقبال خوب مردم رو به رو شده و در تلاشیم که تا پایان شهریورماه پروازهای دیگر نیز در این فرودگاه برقرار شود.

وی افزود: طبق توافقی که با هواپیمایی پارس ایر انجام شده خطوط هوایی فرودگاه جهرم افزایش می‌یابد و علاوه بر افزایش ساعات پرواز خط هوایی جهرم - تهران، پروازهای جهرم به نجف اشرف و مشهد مقدس نیز به لیست پروازهای این فرودگاه اضافه می‌شود.

نماینده شهرستان جهرم در مجلس تاکید کرد: تمام هدف ما برقراری پرواز روزانه در این فرودگاه است که برای محقق شدن این امر نیاز به سیستم ناوبری هوایی است که به زودی در فرودگاه جهرم مستقر می‌شود.

وی با اشاره به ساخت ترمینال جدید فرودگاه جهرم افزود: ۷ میلیارد تومان اعتبار برای ساخت ترمینال فرودگاه جهرم اخذ شده است که مراحل عمرانی آن شروع شده و تا ۱۵ ماه دیگر به بهره‌برداری می‌رسد.

رئیس کمسیون عمران مجلس با اشاره به تعریض باند فرود هواپیما در فرودگاه جهرم گفت: ۸۰ هکتار زمین فاقد استفاده که در حوزه دانشگاه آزاد اسلامی جهرم است به باند فرودگاه جهرم اضافه شده است.

وی با اشاره به اینکه۳۰ میلیارد تومان هزینه اشتغال‌زایی برای ۱۰۰۰ نفر در شهرستان جهرم اختصاص یافته است، بیان کرد: برای ایجاد اشتغال و کارفرینی جذب سرمایه‌گذاران بسیار مهم است و شهرستان جهرم از این ظرفیت به خوبی برخوردار است.

رضایی گفت: بیشتر زیرساخت های اقتصادی در منطقه ویژه اقتصادی شهرستان جهرم موجود است و سرمایه‌گذاران علاوه بر مکانیزه کردن کشاورزی و اصلاح الگوی کشت می‌توانند به سمت مشاغل خانگی روی آورند.

وی با اشاره به ایجاد یک مکان اختصاصی برای ورزش بانوان در شهرستان جهرم، افزود: تا پایان سال اعتباری برای سالن ورزشی اختصاصی بانوان اخذ و کار اجرایی آن آغاز می‌شود.

پلمپ داروخانه گران‌فروش شیراز

علی مبشری، در گفت‌وگو با خبرنگار تسنیم، با بیان اینکه یکی از داروخانه‌های شیراز به علت تخلفات متعدد توسط گشت نظارت اداره کل تعزیرات پلمپ شد، اظهار داشت: این داروخانه دارای تخلف ارائه دارو بدون نیاز به نسخه پزشک، عدم حضور مسئول فنی در داروخانه و گرانفروشی بود.

مبشری بیان کرد: با وصول گزارشی از دانشگاه علوم پزشکی شیراز مبنی بر گران‌فروشی و عدم حضور مسئول فنی در یکی از داروخانه های شهر، رسیدگی به موضوع در دستور کار شعبه دهم این اداره کل قرار گرفت که در بررسی‌های انجام شده مشخص شد که این داروخانه دارای سوابق متعدد تخلف همچون فروش دارو بدون نسخه، گرانفروشی و عدم حضور مسئول فنی است.

وی در خصوص ادامه روند فعالیت این داروخانه گفت: شاکی این پرونده دانشگاه علوم پزشکی است و باید این دانشگاه پس از طی روال قانونی و ضمن ارائه گزارش به تعزیرات نسبت به امکان فعالیت و یا عدم فعالیت این داروخانه گزارش دهد.

مدیرکل تعزیرات حکومتی، همچنین در خصوص پلمپ واحدهای بستنی بندی که پیشتر در شیراز اتفاق افتاده بود نیز گفت: یکی از این واحدها با رعایت قوانین، امکان فعالیت دوباره را کسب کرده و در حال فعالیت است.