# میلاد لارستان

سال رونق تولید ۱۳۹۸

روزنامه میلاد لارستان – سال بیست و هفتم– خرداد ماه ۱۳۹۸ – شوال ۱۴۴۰ – ژوئن ۲۰۱۹ – ۱۸/ ۰۳/ ۹۸ – شماره ۱۳۴۷ – ۸صفحه –تک شماره ۲۰۰۰ تومان


رهبر انقلاب : سپاه در تاریخ شناخته‌شده‌ی ما، یک پدیده‌ی کم‌نظیر، شاید هم بی‌نظیری است؛ یعنی موجودی است که ولادت و رشد و نمای آن، در صحنه‌ی انقلاب، آن هم در عرصه‌ی دشوارترین آزمونهای انقلاب بود.


۸

تخریب اموال عمومی در سطح شهر لار / لزوم برخورد جدی با هنجارشکنان

۸

امام جمعه لارستان: نقد سالم موجب رشد می شود

۲

کاشت درخت "مورینگا" برای اولین بار در لارستان

۲

مدیر جدید اداره ارشاد لارستان معرفی شد

خبر | گوناگون | کدبانو | سبک زندگی | ویژه | سلامت


# قابل توجه مسئولین

# لزوم راه اندازی مجدد پرواز لار ــ تهران ــ لار در اوایل هفته

**پرواز هواپیمای کیش ایر به مقصد لار و بلعکس که در روزهای شنبه انجام می شده، متوقف و مردم برای رفتن به تهران با مشکل مواجه هستند.**

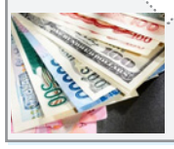

۲

افتتاح کانون فرهنگی و اجتماعی بانوان پس از وقفه ای ۱۳ ساله

۲

جذب فرهیختگان و دانش پژوهان در فعالیت های دانش محور

۳



تخصیص ۲/۸ میلیارد دلار ارز دولتی به کالاهای اساسی

۳

شکستی دیگر برای سعودی

۶

ویژه سالگرد ارتحال حضرت آیت ا... آیت اللهی (ره)


## امام جمعه شیراز: مردم در انتخابات فریب سخنان فاقد برنامه را نخورند

به گزارش میلاد لارستان به نقل از ایرنا، آیت الله لطف الله دژکام در خطبه‌های نماز جمعه ۱۷ خردادماه شیراز گفت: نگاه ما باید در درون عرصه سیاسی کشور تغییر کند.

وی با بیان اینکه براساس قانون اساسی به مردم حق رأی داده شده است، گفت: برخورداری از حق رأی چارچوبی دارد، بر این اساس رأی نباید خلاف رضای خدا باشد و نباید به ظالم و دزد و ضایع کننده حق مردم باشد.

امام جمعه شیراز، با تأکید بر اینکه نمی‌توان خلاف عدالت رأی داد، گفت: رأی گیرنده هم باید مراقب باشد پیش از رأی گرفتن و پس از آن خدا را فراموش نکند.

آیت‌الله دژکام در ادامه ایمان به این باورها را موجب اصلاح مشکلات جامعه دانست.

انتخابات یازدهمین دوره مجلس شورای اسلامی اسفندماه امسال برگزار می شود.

نماینده ولی فقیه در استان فارس در بخش دیگری از خطبه های نمازجمعه شیراز با اشاره به بیانیه گام دوم انقلاب اسلامی اظهار داشت: اخلاص به منزله سلامت نفس انسان و ریا بیماری انسان است.

آیت الله دژکام خاطرنشان کرد: شناخت خدا، یقین به قدرت او و عبادت برای انجام عمل صالحانه موجب اخلاص است.

وی افزود: امروز در عرصه سیاسی عده‌ای از آمریکا و ترامپ ترسیده‌اند چون باورشان به خدا ضعیف است؛ درحالیکه ابرقدرت‌های جهان در برابر خداوند به منزله پوست هسته خرما هستند.

وی همچنین با اشاره به سالروز تخریب بقاع متبرکه ائمه اطهار (س) در قبرستان بقیع توسط وهابیون عربستان در هشتم شوال گفت: باور و عقیده وهابیت در جهان اسلام در حال نشر است و ساخت بقعه برای بزرگان دین را شرک می‌دانند و از همین رو در دین بدعت گذاشته‌اند.

امام جمعه شیراز خاطرنشان کرد: با باورهایی غلط مواجه شده‌ایم که در جهان اسلام هزاران فتنه در پی دارد، باور غلط، امیرالمومنین و امام حسین علیهما السلام را کشت.

****باورهای غلط باعث کشته شدن امام جمعه کازرون شد**

وی رواج باورهای غلط را دلیل کشته شدن امام جمعه کازرون دانست و اظهار داشت: باید با این تفکرات سخیف مقابله کرد چرا که وهابیون سنی نیستند بلکه کافر هستند.

امام جمعه شیراز، گفت: ما با اهل سنت سال‌ها زندگی کرده‌ایم و هرگز تفکرات وهابی گری نداشته اند اما وهابیت، تفکر شیطانی را رواج می‌دهد و جامعه باید نسبت به آن حساس باشد و با این بدعت‌ها مقابله کنید تا در آینده این بدعت را از اصل بخشکانیم.

نماینده مقام معظم رهبری در استان فارس در بخش دیگری از سخنان خود اظهار داشت: نگاه رهبر معظم انقلاب به مسائل کشور، حکیمانه و عالمانه است و باید این شیوه را بیاموزیم و به آن عمل کنیم.

وی افزود: مقام معظم رهبری مشکلات را انکار نمی‌کنند؛ در حالیکه برخی افراد مشکلات را نادیده می‌گیرند و نادیده گرفتن مشکل به منزله حل مشکل نیست.

امام جمعه شیراز عنوان کرد: رهبری فرمودند ممکن است تحریم‌ها مشکل درست کند اما ما از این مشکلات نمی‌ترسیم و از همین رو است که رویکرد ایشان شجاعانه است.

آیت الله دژکام گفت: سران استکبار باید بدانند ملت ما در برابر آن‌ها ایستادگی می‌کند و امیدش به آیه ۲۴۹ سوره مبارکه بقره است که می‌فرماید چه بسا در تاریخ لشکری کوچک با اراده و عزمی پولادین و توکل به خدا بر لشکری بزرگ پیروز شده است.

وی ادامه داد: در دوران جنگ، مردم با دست خالی ایستادگی کردند در حالی که امروز خودمان به دست خودمان موشک می‌سازیم و ترس جایی در قاموس مؤمن ندارد.

نماینده ولی فقیه در استان فارس تأکید کرد: از رحمت خدا نسبت به خود ناامید نباشید؛ چراکه کسی که امیدی به لطف خدا نداشته باشد، کافر است.

امام جمعه شیراز، گفت: باید ابتکار عمل داشته باشیم همانگونه که موشک‌ها را با اراده خود ساخته‌ایم، مشکلات را هم باید بنا بر فرموده رهبری با ابتکار و عاقلانه و هنرمندانه رفع کنیم.

وی در ادامه اقدامات متکی بر برنامه ریزی برای حل مشکلات کشور را خواستار شد و این رویکرد را زمینه ساز تقویت امید در جامعه دانست.

## استخوان‌هایی که سالیان سال لای زخم باقی می‌ماند

حدود ۲ سال پیش در آخرین روز تیرماه سال ۹۶ و مصادف با شهادت امام جعفرصادق(ع) پنج شهید گمنام دفاع مقدس در شهرجدید لار روبروی بوستان پارک شهر به خاک سپرده شدند، تا با وجود مبارک خود روشنی‌بخش این شهر باشند.

حضور این پنج شهید با استقبال گسترده و بی‌سابقه‌ای از سوی مردم مواجه شد و از همان ابتدا و با همکاری مردم و مسئولان محلی و تشکل های فرهنگی مردمی مقدمات تدفین این شهدای والامقام آماده شد؛ اما متأسفانه در ادامه ساخت مقبره و بارگاه شهدای گمنام متوقف شد و اکنون پس از گذشت ۲ سال تنها بهسازی اطراف محوطه و تغییرات جزئی در مزار شهدا صورت گرفته است و هنوز اقدام مؤثری در جهت ساخت اِلمان و بهسازی این مکان صورت نگرفته است.

شهدای گمنام، ستارگان درخشانی هستند که مظلومانه در غربتی ۳۰ ساله مانده و حالا گاه، وقتی پیکرهای مطهرشان شناسایی شده و برمی‌گردد؛ غریب‌تر می‌شوند؛ غربتی که گاه سالیان درازی به درازا می‌کشد. «شهدای گمنام، امامزادگان عشقند که مزارشان تا ابد زیارتگاه اهل یقین است»، این جمله را بارها و بارها شنیده‌ایم؛ جمله‌ای پر معنا از بنیانگذار کبیر انقلاب که حکایت از جایگاه والای شهدای گمنام دارد، اما حقیقت امر این است که نتوانستیم کوچکترین حق شهدا را که داشتن یک یادمان وحرم است، ادا کنیم.

مزار پنج شهید گمنام دفاع مقدس در بوستان شهر، یکی از شلوغ‌ترین مراکز تفریحی لارستان، نمونه ای است که بر این روایت تلخ، مهر تأیید می‌زند؛ مزاری که شهرداری با مصوبه ی رسمی شورای شهر لار در ابتدای کار برای ساخت یادمان قول مساعد داد.

این قصه تلخ که همچون زخمی بهبود نیافتنی بر قلب خانواده‌های شهدا، رزمندگان و مردم ولایتمدار لارستان باقی مانده و مسئولان دستگاه‌های مختلف از جمله شهرداری وشورای اسلامی شهر لار، هر بار به بهانه‌ای از زیر بار مسئولیت شانه خالی می‌کنند.

امروز در حالی مزار خالی و خلوت شهدای گمنام زیر آفتاب گرم تابستان، اشک را میهمان چشمانمان می‌کند .

دیروز شهدای گمنام همه چیز حتی نام و نشان خود را در راه دفاع از اسلام، انقلاب و میهن فدا کردند، اما غفلت و کوتاهی در نظارت بر ساخت یادمان و حرم یا حتی یک سایبان ساده بر مزارشان موجب شده تا امروز به بهانه ترویج معنویت، غریب‌تر از قبل شوند.

و حال در پایان این تراژدی تلخ که سال‌ها است همچون استخوانی لای زخم جا خوش کرده، تنها می‌توان گفت که «شهدا شرمنده‌ایم!»

شرمنده‌ایم که قدرتان را نشناختیم؛ شرمنده‌ایم که سالیان سال پس از جنگ، پیکر نحیف و رنج‌کشیده‌تان زیر خروارها خاک باقی ماند و فراموش‌مان شد؛ شرمنده‌ایم از مادران چشم انتظاری که هنوز در جست‌وجوی مزارتان هستند و شرمنده‌ایم که امروز نیز سهم شما باز هم غربت و تنهایی و مظلومیت است و دیگر هیچ.

تاریخ ورق خورد و برگ های نو به دفترش اضافه شد ولی آنچه هر روز کهنه و کهنه تر می شد، توجه مسئولین لارستان به شهید گمنامی بود که ماه هاست میهمانشان شده است...

• گفتنی است روند حضور شهدای گمنام در یک شهرستان بنابر تعهد و تقاضای مسئولین شهرستان از جمله امام جمعه، بنیاد شهید و امور ایثارگران، شهردار، شورای شهر و فرمانداری با تایید سازمان حفظ آثار و نشر ارزش های دفاع مقدس با حضور بازرسان و ناظران سازمان صورت می پذیرد.

• و در ضمن شهرداری و شورای اسلامی شهر لار طی نامه ی رسمی تقاضای تدفین شهدای گمنام در شهرستان را به تهران اعلام نموده و متعهد به ساخت و سازی در خور شان جایگاه شهدای گمنام در شهرستان شده اند. اما چه شده است که شورای شهر و شهرداری هیچ تعهدی بر وعده های خود نداشته و علی رغم وجود هیئت امنایی جهت رسیدگی به امورات این شهدای والامقام به ریاست امام جمعه ی شهرستان تا کنون هیچ جلسه و مصوبه ای برگزار نگردیده و در مقام پاسخگویی هیچ کدام بعمل نمی آیند.


سامانه مشکلات مردمی

« میلاد لارستان »

۲۰۰۰۳۰۰۰۰۵۰۰۰۰

در خواست از شما ، پیگیری از ما

دو هزار سی هزار پنجاه هزار

# مدیر جدید اداره ارشاد لارستان معرفی شد

به گزارش میلاد لارستان، جلسه تکریم و معارفه مدیران اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی لارستان در تالار فردوسی(استاد جمالی) لارستان با حضور نماینده مردم لارستان، خنج و گراش در مجلس شورای اسلامی، فرماندار ویژه لارستان،معاون فرهنگی اداره کل ارشاد اسلامی فارس، رئیس شورای اسلامی شهرستان لارستان، معاون مدیرکل و رئیس اداره آموزش و پرورش لارستان، رئیس دانشگاه دولتی لارستان، اعضای شورای اسلامی شهر لار و دیگر مسئولین ادارات برگزار شد.

در این مراسم مجید حجتی به عنوان سرپرست جدید اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی لارستان منصوب و از تلاش های عبدالمهدی بهزادی تجلیل شد.

فرماندار ویژه لارستان ضمن اشاره به حُسن تایید در انتخاب مجید حجتی به ریاست اداره ارشاد لارستان، گفت: از نقاط قوت تایید ایشان این است که اکثر هنرمندان، سیاسیون و کسانی که در حوزه اجتماعی فعال هستند اتفاق نظر دارند.

جلیل حسنی، با ابراز امیدواری نسبت به اینکه بتوان مسائل فرهنگی و هنری لارستان را با حضور این مدیر جوان جلو برد، افزود: ما اعتقاد داریم اگر مسائل فرهنگی اصلاح و بهینه شوند بر تمام ابعاد زندگی اجتماعی تاثیر خواهند داشت.

وی با اشاره به اینکه حجتی فردی پرتلاش، کوشا، جوان، با روحیه و پرانرژی است تصریح کرد: امید می رود در راستای آن دستورالعمل‌ها و چهارچوب و وظایفی که دارند گام هایی موثر بردارند و ارزش‌های دینی و انسانی و ارزش های قابل قبولی که در لارستان همه بر روی آن توافق دارند که همان بحث نشاط و شادابی جوان ها است را مورد توجه جدی قرار دهد.

معاون استاندار فارس، با تأکید بر اینکه همه باید از برنامه هایی که می تواند جوان‌ها را به نوعی نسبت به آینده امیدوار کرده و نشاط و انگیزه را در آنها به وجود آورد، حمایت کنند، خاطر نشان کرد: برنامه‌هایی که در چارچوب آنچه مصوب شده در وزارت فرهنگ باشد، ما نیز حمایت خواهیم کرد تا برنامه هایی که به نفع جامعه و جوانان است و می‌تواند نشاط را به ارمغان آورد گسترش یابد و جامعه ای با نشاط داشه باشیم.

این مسئول با اذعان به اینکه با توجه به آن ارزش هایی که داریم راه های مختلفی وجود دارد که برنامه هایی در سطح لارستان اجرا شوند، ادامه داد: حتی کسانی که متولی هستند مثل امام جمعه و علما و . اگر آن مسائلی را که در ذهن و اندیشه شان است را بخواهند به جامعه منتقل کنند یقینا در قالب برنامه هایی که متولی آن اداره ارشاد اسلامی است، بهتر می‌توان به نسل‌های بعدی انتقال داد.

حسنی بیان کرد: من فکر می‌کنم در موضوعاتی که به اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی مربوط است خیلی عقب هستیم شاید دلیل این موضوع محدودیت‌هایی بوده و ما باید با تلاش و کوشش و برنامه‌ریزی بیشتر این عقب‌ماندگی‌ها را جبران کنیم.

فرماندار ویژه لارستان، ابراز امیدواری کرد: مدیر جدید اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی لارستان با برنامه‌ریزی‌های درازمدت بتواند نواقص و مشکلات را در این زمینه بردارد و برنامه ها و فعالیت های هنری را به سمت بهینه شدن پیش ببرد.

وی خطاب به هنرمندان خواستار حضور بیشتر و بهینه تر در اجرای برنامه ها شد و تصریح کرد: انتظار می رود علاوه بر جوانان و نوجوانان به تمام اقشار در زمینه هنر و فرهنگ خدمت کرده و برنامه ها را پیش ببرند.

حسنی در پایان اضافه کرد: ما باید برای پر کردن اوقات فراغت جوانان برنامه داشته باشیم تا آن جایی که امکان دارد از گسترش ناهنجاری‌ها و آسیب های اجتماعی کاسته شود.

مجید حجتی مدیر جدید اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی لارستان در نخستین سخنرانی رسمی خود در مراسم تودیع و معارفه، با بیان اینکه من از بدنه آموزش و پرورش و شاگرد آقای اسماعیلی ریاست کنونی آموزش و پرورش لارستان هستم، اظهار داشت: معتقدم که دیگر نهادها و ارگان ها باید به این نهاد توجه ویژه ای داشته باشند زیرا اگر ما قرار است جامعه ای چه خوب و چه بد داشته باشیم همه اینها از همین نهاد آموزش و پرورش خواهد بود و شکل خواهد گرفت.

وی با بیان اینکه هر اداره ای که بخواهد به بالندگی برسد باید به نحوی در کنار آموزش و پرورش باشد، افزود: صمیمانه این را می‌گویم که هرچه در توان داشته باشم در این حوزه بنا بر جایگاه اداری و رسمی که بعداً ورود پیدا خواهم کرد کاملا در خدمت اداره آموزش و پرورش هستم.

مدیر اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی لارستان، با اشاره به اینکه نکته بسیار مهم و ارزشمند برای من حضور اساتید و پیشکسوتان و اهل هنر و فرهنگ در کنارم است که بنده را دلگرم می کند و یقینا به حمایت ها و مشورت ها و کمک های این دوستان هنرمند و اساتید اهل هنر نیازمندم، تصریح کرد: اگر اساتید و دوستان در حوزه فرهنگ و هنر در کنار من باشند حتماً اتفاقات خوبی خواهد افتاد.

این مسئول، با بیان اینکه این وظیفه بنده است که طبق مسئولیتی که بر عهده من است کاری برای منطقه خود انجام دهم و البته نگاه ویژه‌ای به همسایه های منطقه لارستان خواهم داشت، ادامه داد: لازم است نگاه تعاملی توام با همکاری و همدلی داشته باشیم، رقابت خوب است اما در دین ما تاکید شده که حق همسایه بسیار محفوظ و واجب است.

وی با تأکید بر اینکه برای اتخاذ هر هدف و برنامه ریزی باید ابتدا با اهل فرهنگ و هنر لارستان صحبت کرده و ایده و مشاوره بگیرم تا بعد بتوان تصمیمات خوبی را به اتفاق دوستان و دیگر نهادهای فرهنگی داشته باشیم، یادآور شد: خودم را به رهنمودهای مقام معظم رهبری مقید می دانم، چرا که این جایگاه رکن اصلی نظام ما است.

حجتی با بیان اینکه تاکید ویژه‌ای به این قضیه خواهم داشت و نظرات ایشان را پیگیری خواهم کرد، اضافه کرد: با برنامه ریزی های دولت تدبیر و امید هماهنگ خواهم بود و ارتباط صمیمانه و همدلانه و نه آنچنان رسمی و بلکه دوستانه، با نهادهای مختلف در سطح لارستان و همسایه های منطقه برقرار و مهم تر از همه اینکه از نظرات دوستان هنرمند نیز استفاده خواهم کرد.

خبرنگار: سحر طاهری

# کاشت درخت "مورینگا" برای اولین بار در لارستان

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی معاونت سازمان و مدیریت جهاد کشاورزی لارستان، مسئول مرکز جهاد کشاورزی جویم گفت: درخت مورینگا برای اولین بار در بخش جویم لارستان کاشته شد.

نگهدار اولاد حسین، عنوان کرد: کاشت این درخت در مساحت ۵ هزار متر مربع توسط باغدار جویمی انجام شد.

وی افزود: مورینگا یا گز روغنی یک درخت سریع الرشد، متحمل به شرایط سنگلاخ و کم آبی است و تمام اجزای آن دارای خواص دارویی، تغذیه ای و صنعتی است که می تواند نوید بخش کشاورزان بخش جویم باشد.

اولاد حسین، تصریح کرد: مورینگا به دلیل دارا بودن خواص ویژه در صنعت غذا و دارو، محصولات آرایشی بهداشتی، سوخت بیودیزل، کشتی سازی، ابزار دقیق، ساعت سازی، هوا فضا وغیره از بازار خوبی برخوردار است.

وی خاطر نشان کرد: احداث باغ سازگاری آقای حیدری در منطقه کلون جویم جهت بررسی بیشتر این گیاه مقاوم به کم آبی، و شرایط سخت با استفاده از قلمه انجام شده است.

# افتخارآفرینی دو هنرمند فرهنگی لارستان در جشنواره پرسش مهر رئیس جمهوری

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی آموزش و پرورش لارستان، دو هنرمند فرهنگی لارستان در جشنواره پرسش مهر رئیس جمهوری موفق به افتخارآفرینی شدند.

عبدالرحمن محسنی در رشته وبلاگ نویسی و نادر لادنی در رشته خوشنویسی (نسخ) توانستند در جشنواره پرسش مهر ۱۹ رییس جمهوری در سال تحصیلی ۹۸-۹۷ به ترتیب مقام های نخست و سوم کشوری را بدست آورند.

گفتنی است رئیس جمهوری همزمان با آغاز سال تحصیلی ۹۸-۹۷ در پرسش مهر امسال از دانش‌آموزان خواست که بگویند «تاکنون چه مهارت‌هایی آموختند و بگویند که فکرمی‌کنند آموختن چه مهارت‌هایی برای زندگی‌شان مهم‌تر است»

# خبر خوش برای دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی

به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری صدا و سیما، به منظور حمایت از دانشجویان بازمانده از تحصیل دانشگاه آزاد اسلامی شهریه‌های معوقه دانشجویان بخشیده شد.

مدیرکل امور مالی و عامل خزانه دار دانشگاه آزاد اسلامی استان فارس، گفت: رئیس دانشگاه آزاد اسلامی بخشنامه معافیت شهریه نیم سال‌های وقفه تحصیلی برای دانشجویان بازمانده از تحصیل را ۲۸ اردیبهشت ماه امسال به تمام واحدهای این دانشگاه ابلاغ کرد.

هادی پور، افزود: بر اساس این بخشنامه شهریه معوقه دانشجویان تمامی مقاطع تحصیلی که به دلایلی از جمله مشکلات مالی برای ثبت نام به دانشگاه محل تحصیل مراجعه نکرده و در چند نیمسال تحصیلی وقفه داشته‌اند، بخشیده شده است.

وی افزود: دانشجویان تحصیلات تکمیلی که واحد پایان نامه را در نیمسال‌های متوالی تمدید کرده و شهریه مربوطه در لیست بدهی آن‌ها ثبت شده است، مشمول این طرح نمی‌شوند.

هادی پور افزود: دانشجویان کارشناسی ارشد و دکتری که دارای وقفه تحصیلی هستند تا ۳۱/۶/۹۸ فرصت دارند با مراجعه به واحدهای دانشگاه آزاد اسلامی سراسر استان از بخشودگی شهریه استفاده کنند.

در حال حاضر حدود ۶۰ هزار دانشجو در مقاطع مختلف در ۴۰ واحد و مرکز دانشگاه آزاد اسلامی در استان فارس مشغول به تحصیل هستند.

# برگزاری کلاس‌های قرآن ماه مبارک رمضان در بیش از ۱۰۰ کانون جنوب فارس

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی ستاد کانون های فرهنگی هنری مساجد جنوب فارس، مدیر ستاد کانون‌های فرهنگی هنری مساجد جنوب فارس، گفت: کلاس‌های قرآن ماه مبارک رمضان در بیش از ۱۰۰ کانون جنوب فارس در قالب ۱۰ نوع کلاس آموزشی برگزار می‌شود.

محمدابراهیم اخوت، با بیان اینکه موضوع قرآن آموزی تنها و صرف روخوانی این مصحف شریف نیست، اظهار داشت: یکی از باسابقه ترین کلاس‌های قرآن ماه مبارک رمضان مربوط به کانون فرهنگی هنری شهدا است که به همت مکتب قرآن شهید شیخی برگزار می‌شود.

وی افزود: در حال حاضر سی و یکمین دوره کلاس‌های قرآن مکتب شهید شیخی در ۵ رده سنی با حضور بیش از ۱۰۰ قرآن‌آموز در مسجد شاهزاده لارستان در حال برگزاری است.

مدیر ستاد کانون‌های فرهنگی هنری مساجد جنوب فارس، ادامه داد: به طور مثال در این کانون فرهنگی هنری در رده سنی چهار تا شش سال، با موضوع خلاقیت و قرآن، در رده اول تا سوم دبستان با محوریت مفاهیم قرآنی و افزایش خلاقیت، در رده چهارم تا ششم دبستان با محوریت مفاهیم قرآنی و افزایش خلاقیت، در رده هفتم تا نهم با محوریت اخلاق در قرآن و در رده دهم تا دوازدهم و دانشگاه با موضوع هنر رضایت از زندگی از منظر قرآن و اهل‌بیت(ع) دروسی مشخص و هدفمند توسط اساتیدی برجسته از حوزه علمیه قم در حال تدریس می‌باشد.

اخوت، بیان کرد: قرائت روزانه بخشی از آیات نورانی مصحف شریف و بیان احکام کاربردی و مبتلابه به قرآن‌آموزان، برگزاری کلاس آموزش نقاشی قرآنی و... نیز بخشی دیگر از این کلاس ها را تشکیل خواهد داد.

وی با اشاره به برگزاری کارگاه آموزشی تربیت فرزند ویژه والدین قرآن آموزان به صورت مدون در این مکتب قرآنی، گفت: این کارگاه با موضوع «کلیدهای برخورد با نوجوان» به همت کانون فرهنگی هنری شهدا لارستان برگزار می‌شود.

پذیرش آگهی در میلاد لارستان
۵۲۲۴۴۷۷۵
۵۲۲۴۳۸۴۴

حوادث و کشفیات

## آتش سوزی در ۲۰ هکتار از مزارع کشاورزی شرفویه

به گزارش گروه شهروند خبرنگار میلاد لارستان، حدود ۲۰ هکتار از پسماند کشاورزی و علوفه خشک در زمین های کشاورزی روستای شرفویه در آتش سوخت.

این آتش سوزی با تلاش کشاورزان و آتش نشانی مهار شد.

***

## کشف موبایل های قاچاق در تویوتا

به گزارش میلاد لارستان، سرهنگ داود امجدی در گفت و گو با خبرنگار پایگاه خبری پلیس، گفت: ماموران انتظامی پاسگاه چهاربرکه مطلع شدند شخصی با یک سواری تویوتا قصد انتقال تعدادی موبایل قاچاق به شیراز را دارد که موضوع سریعا در دستور کار خود قرار دادند وپس از اعزام به محل و شناسایی خودرو، در بازرسی از آن، موفق به کشف ۸ دستگاه موبایل قاچاق فاقد مدارک قانونی مدل iphone به ارزش یک میلیارد و ۲۰۰ میلیون ریال شدند که متهم دستگیر و به مرجع قضائی تحویل داده شد.

## کمک درمانی ۸۰۰ میلیون تومانی کمیته امداد به نیازمندان

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی کمیته امدادامام خمینی(ره) لارستان، رئیس کمیته امداد امام خمینی (ره ) شهرستان لارستان، اظهار داشت : خدمات درمان کمیته امداد امام خمینی (ره) لارستان به مددجویان در سال ۱۳۹۷ از مرز هشتصد میلیون تومان گذشت.

هوشنگ دلاور، اظهار داشت: مددجویان کمیته امداد علاوه بر خدمات فرهنگی، مسکن، اشتغال، معیشت، از خدمات بهداشتی و درمانی مناسب نیز برخوردار هستند.

این مسئول، در ادامه افزود: کمیته امداد لارستان در سال گذشته بیش از هشتصد میلیون تومان خدمات درمان در زمینه های خدمات ویژه، تجهیزات بیماران صعب العلاج، موردی، سوء تغذیه کودکان زیر ۵ سال، مادران باردار و شیرده، بیمه روستاییان و عشایر، خسارات متفرقه و امور بیمه اجتماعی را به مددجویان این نهاد مقدس در لارستان ارائه نموده است .

مدیر کمیته امداد لارستان، اضافه کرد: علاوه بر پرداخت هزینه های درمانی، کلیه زنان سرپرست خانوار شهری و مجریان طرح های اشتغالزایی در طرح بیمه اجتماعی و با پرداخت هزینه های بازنشستگی تامین اجتماعی، زمینه را برای توانمند سازی این خانوارها در سالیان آینده با دریافت حق بیمه بازنشستگی تامین اجتماعی فراهم آورده است.

دلاور، بیان کرد: آموزش های بهداشت، پیشگیری از بیماری ها و طرح های غربالگری از قبیل سرطان سینه، دیابت، بیماریهای قلبی عروقی، کولو رکتال و ... و همچنین شناسایی بیماران زمین گیر و دچار زخم بستر و صعب العلاج و خاص و خرید لوازم و تجهیزات مورد نیاز این افراد از دیگر فعالیتهای حوزه بهداشت و درمان کمیته امداد امام خمینی (ره) لارستان بوده است.

## حرکت ۲۰۰ میلیون ملخ از عربستان به سمت سواحل جنوبی ایران

به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری صدا و سیما مرکز فارس، موج جدیدی از ملخ‌ها از شبه جزیره عربستان در حال حرکت به سمت سواحل جنوبی کشور هستند.

مدیرکل مبارزه با آفات عمومی و همگانی حفظ نباتات وزارتخانه جهاد کشاورزی گفت: این ملخ‌ها در دسته‌های ۱۵ تا ۲۰ تایی با ظرفیت هر دسته ۱۵۰ تا ۲۰۰ میلیون ملخ از شبه جزیره عربستان در حال حرکت به سمت سواحل جنوبی کشور هستند.

معین افزود: با توجه به اینکه اغلب پوشش مرتعی استان بوشهر از بین رفته مطمئنا ادامه مسیر ملخ‌ها به سمت استان فارس خواهد بود.

مدیرکل مبارزه با آفات عمومی و همگانی حفظ نباتات وزارتخانه جهاد کشاورزی، گفت: براساس پیش بینی‌ها از پایان تیر تا اوایل مرداد ۸۰ تا ۱۰۰ هزار هکتار از مراتع و اراضی کشاورزی استان فارس تحت تاثیر این آفت قرار می گیرد.

معین اظهارداشت: براساس برآوردها هر هکتار مبارزه با آفت ملخ صحرایی ۶۵ هزار تومان هزینه در بر دارد که باتوجه به پیش بینی‌ها برای مبارزه با این آفت در استان فارس بیش از شش و نیم میلیارد تومان اعتبار نیاز است.

قاسمی رییس جهاد کشاورزی فارس، گفت: از بهمن پارسال تاکنون در بیش از ۱۶ هزار هکتار از اراضی کشاورزی فارس مبارزه با ملخ‌های صحرایی انجام شده و این برنامه با همکاری تشکل‌ها و امکانات سازمان جهاد کشاورزی فارس ادامه خواهد داشت.

وی، از توزیع سم بین کشاورزان مناطق تحت تاثیر هجوم آفت ملخ صحرایی خبر داد و افزود: کشاورزان و باغداران با مراجعه به مراکز خدمات جهاد کشاورزی می‌توانند با این آفت مبارزه کنند.

# افتتاح کانون فرهنگی و اجتماعی بانوان پس از وقفه ای ۱۳ ساله

به گزارش میلاد لارستان، کانون فرهنگی و اجتماعی بانوان لارستان پس از وقفه ای ۱۳ ساله مجددا افتتاح شد.

این مراسم با حضور بانوان فعال در زمینه های مشاغل خانگی و صنایع دستی همراه با برپایی نمایشگاهی متشکل از غرفه های مختلف و محصولات متنوع برگزار شد.

فرماندار ویژه لارستان، معاونین، شهردار لار، جهاندیده از اعضای شورای اسلامی شهر لار، بانوان فعال و مسئول در مراکز و نهادهای مختلف مهمانان ویژه در این مراسم بودند.

در حاشیه این مراسم، باقریه، مشاور فرماندارِ لارستان در امور بانوان و خانواده در گفت و گو با خبرنگار میلاد لارستان با بیان اینکه این کانون فعالیت های خود را در سه بخش مشاوره، آموزش و اشتغال آغاز کرده است، اظهار داشت: این مرکز، روزنه امیدی است برای همه آنانی که بر ضرورت توجه به جایگاه و منزلت زن واقفند و دغدغه ایجاد زیرساخت مناسب برای مشارکت های مدنی و اجتماعی بانوان و حضور پررنگ تر آنان در عرصه‌های مختلف مدیریتی، اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی این قشر تأثیرگذار را در اولویت های ذهنی خود قرار دادند.

وی با اشاره به اینکه محوریت برنامه های کانون در تحکیم بنیان خانواده، توانمندسازی بانوان، ارتقاء سطح آگاهی آنان، اشتغال‌زایی و کارآفرینی بانوان و کاهش و پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی زن و خانواده دانست و افزود: در همین راستا نام نویسی از مربیان و مدرسین و هنرجویان مدتی است که شروع شده و سعی بر آن بوده تا در مرحله آغازین حرکت، بیشترین بهره وری از فضا و امکانات صورت گیرد.

مشاور فرماندار لارستان در امور بانوان، تصریح کرد: یکی از اتاق ها را به ارائه خدمات مشاوره ای، دیگری را در کلاس‌های آموزشی و یک اتاق را به کارگاه تولیدی اختصاص داده ایم، اتاقی را هم تحت عنوان فروشگاه برای عرضه محصولات و تولیدات بانوان هنرمند و صاحبین مشاغل در نظر گرفته ایم.

فرماندار ویژه لارستان، نیز در آئین افتتاح این کانون در سخنانی ضمن ابراز خرسندی از تلاش و انگیزه و پیگیری بانوان فعال در راه اندازی و افتتاح مجدد این کانون گفت: کانون فرهنگی و اجتماعی بانوان به عنوان یکی از مراکز تاثیر گذار و مهمی بوده که برای لارستان باید به بهره‌برداری می‌رسید.

جلیل حسنی، با تأکید بر مشارکت بانوان در فعالیت های فرهنگی و اجتماعی، تصریح کرد: اگر فرهنگ سالم تقویت شود تمام ابعاد اجتماعی نیز بهینه خواهد شد، فرهنگ مراودات اجتماعی و فرهنگ اشتغال ما تصحیح خواهد شد، سیاست ما سیاست اخلاق‌مداری خواهد شد، و مراودات اجتماعی ما فرهنگ محور خواهد شد و حتی در حوزه‌های امنیتی و اجرایی، در تک‌تک موضوعاتی که مربوط به جامعه بشری می‌شود، اگر فرهنگ اصلاح شود همه شیوه های زندگی ما هم اصلاح خواهد شد.

وی با بیان اینکه فرهنگ متشکل از مجموعه باورها، اندیشه‌ها، سنت‌ها و عاداتی است که ما در طول روز در ارتباط با آنها هستیم، ادامه داد: فرهنگ در طول تاریخ شکل گرفته است و به صورت تدریجی در جامعه نهادینه شده است.

معاون استاندار فارس با اشاره به اینکه تاثیرگذاری نهایی به جامعه بانوان برمی‌گردد، یادآور شد: اگر ابعاد شخصیتی آنها بر محورهای اعتقادی و ارزشی و اسلامی و بر اساس یک فرهنگ صحیح شکل بگیرد یقینا نسل‌های آینده ما نیز افرادی با صلاحیت و افرادی با فرهنگ خواهند بود که همه شاخص‌های اجتماعی را تحت تأثیر قرار می‌دهند.

فرماندار لارستان با اشاره به اینکه یکی از دلائل توجه دشمنان در ایجاد ناهنجاری‌های اجتماعی و تهاجم فرهنگی بیگانه متوجه زنان است، تصریح کرد: دشمنان از تاثیرگذاری بانوان در جامعه با خبر هستند و به همین دلیل می‌بینیم که انواع و اقسام ناهنجاری ها را در جامعه ما به خصوص در بین زنان و بانوان رواج بدهند تا بتوانند شیرازه اصلی جامعه را از هم بپاشند و نسل نهایی را که در آینده این کشور را مدیریت می کنند به نوعی به بیراهه بکشانند.

حسنی اضافه کرد: کانون فرهنگی و اجتماعی بانوان لارستان به عنوان یکی از نیازهای اساسی جامعه ما در زمان انقلابی و بخصوص یکی از اولویت‌های اساسی شهرستان ما است و با همت کمیسیون بانوان فرمانداری و جدیتی که سایر بانوان داشتند مجددا افتتاح شد.

خبرنگار: سحر طاهری

# جذب فرهیختگان و دانش پژوهان در فعالیت های دانش محور

به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری آنا، دوره های آموزشی ویژه استادان، مدیران و دانشجویان مقاطع کارشناسی ارشد و دکتری تخصصی در دانشگاه آزاد اسلامی لارستان برگزار شد.

حسن امامی با بیان این موضوع که امکانات سخت افزار و نرم افزاری مناسب به منظور برگزاری کلاس های آموزشی در این دانشگاه وجود دارد، گفت: در راستای استفاده از ظرفیت های موجود و آموزش محققان دانشگاهی، کلاس های End Note و پایگاه های اطلاعاتی (نمایه های استنادی و تخصصی بین المللی) ویژه استادان و مدیران برگزار شد.

امامی متذکر شد: با عنایت به وجود استادان و مدرسان باتجربه این واحد، حوزه پژوهشی آماده است تا دانشجویان مقاطع کارشناسی ارشد و دکتری تخصصی، مدیران و استادان شهرستان حتی استان را آموزش دهد.

وی افزود: امسال برای اولین بار، کلاس های تابستانه آموزش زبان انگلیسی با شرایط ویژه برای کارکنان و فرزندان آنان برنامه ریزی شده است.

امامی در ادامه از جلسه با مدیر مسئول و مدیر داخلی فصلنامه علمی پژوهشی در حضور رئیس واحد جهت ارائه سازوکارهای جدید و به روز، استقرار شرکت دانش بنیان در مرکز رشد، معرفی استاد نمونه به استان و تمرکز بیشتر بر روی باشگاه پژوهشگران جوان دانشگاه خبر داد.

# سپاه: فتح تدریجی سنگرهای کلیدی جهان اسلام محصول نگاه فرازمانی امام خمینی(ره) است

به گزارش گروه دفاعی خبرگزاری تسنیم به نقل از سپاه نیوز؛ سپاه پاسداران انقلاب اسلامی در بیانیه‌ای با گرامیداشت سی امین سالگرد ارتحال جانسوز حضرت امام خمینی (ره)،گزاره راهبردی «اسلام سنگرهای کلیدی جهان را فتح می‌کند» را بیانگر دور اندیشی و افق اندیشه حضرت امام (ره) نسبت به حوادث، رخدادها و پدیده‌های عینی در عرصه‌های مختلف قلمداد و تاکید کرده است: نهادسازی و معماری ساختار و ظرفیت‌های پاسداری از انقلاب و تضمین پیش روندگی و تکامل آن از دستاوردهای راهبردی و نگاه نافذ و فرازمانی آن حضرت به آینده انقلاب و نظام اسلامی است.

در بخشی از این بیانیه آمده است: با گذشت سی سال از ارتحال ملکوتی معمار کبیر انقلاب اسلامی حضرت امام خمینی (ره) و فقدان آن شخصیت تاریخ‌ساز و معجزگون، هنوز یاد و نام او الهام بخش آزادی خواهان و حق طلبان عالم است و جمهوری اسلامی و ملت شریف ایران به رغم توطئه ها و فتنه آفرینی های متعدد و مستمر جبهه شیطانی دشمن، به فضل الهی مصمم تر از همیشه بر پیمان وثیق خود با امام راحل (ره) و امام حاضر انقلاب و شهیدان گرانقدر، وفادار و با هوشمندی و اقتدار از دیواره های سخت تهدیدات و تحریم های ظالمانه امروز عبور کرده و پای بندی ایمانی و انقلابی خود در پیمودن راه و خط روشن حضرت روح الله (ره) در اوج عزت و عظمت را در معرض جهانیان قرار داده است.

این بیانیه می افزاید: امام عظیم الشأن (ره) با نهضت حماسه ساز خود در تاریخ معاصر و پی ریزی حکومتی اسلامی و مبتنی بر آموزه‌های قرآن و عترت و معرفی نظام و الگوی مردم سالاری دینی و ولایت فقیه برای اداره جامعه که هیچ گونه وابستگی به قدرت های سلطه گر و مستکبر جهانی نداشته باشد، نویدبخش تحولات شگرفی فراتر از جغرافیای ایران اسلامی قرار گرفت و قرن جدید را قرن طلوع مجدد خورشید اسلام و شکوفایی تمدن اسلامی و سقوط جاهلیت مدرن و قدرت‌های فرعونی نوین معرفی کرد.

این بیانیه در ادامه با اشاره به درایت و هوشمندی حضرت امام (ره) در مدیریت انقلاب اسلامی و صیانت از آن برابر خطرات و آسیب های طبیعی فراروی انقلاب ها و اشاره به نهادسازی و معماری ساختارهای موردنیاز برای پاسداری از انقلاب و دستاوردهای آن تصریح کرده است: بر اساس ضرورت های فراروی انقلاب، حضرت امام (ره) با تدابیر نورانی و راهبردی که حتی قبل از پیروزی انقلاب اسلامی در اندیشه او شکل گرفته بود، «نهادسازی» برای حفظ و تداوم انقلاب را در دستور کار قرار داده بود که با درخشش و نقش آفرینی های افتخارآمیز نهادهای انقلابی مانند سپاه پاسداران انقلاب اسلامی، کمیته انقلاب اسلامی، دادگاه های انقلاب اسلامی، بنیادهای مستضعفان و مسکن انقلاب اسلامی، جهاد سازندگی، نهضت سواد آموزی، بنیادهای شهید و ۱۵ خرداد، سازمان تبلیغات اسلامی و... بقا، دوام و ماندگاری انقلاب و پیش روندگی نظام مقدس جمهوری اسلامی تضمین گردید.

در این بیانیه با اشاره به اینکه امام خمینی (ره) در کلام و باور خلف صالحش مقام معظم رهبری (مدظله العالی) حقیقت همیشه زنده، رهبر استثنائی و یگانه دوران بود که در دامنه عصمت قرار داشت و ولایت فقیه -به عنوان میراث ماندگار و بزرگ آن حضرت- را شعبه ای از ولایت رسول الله (ص) و ضامن آسیب ناپذیری نظام و نهضت اسلامی برابر دشمنان داخلی و خارجی می دانست، خاطرنشان شده است: انقلاب اسلامی در سایه سار چنین حقیقتی، پدیده ای زنده و جاری و اراده‌ای مقتدر و پایان ناپذیر است که هرگز دچار رکود و ایستایی نمی‌شود و در میان جوشش انقلابی و همت جهادی تربیت یافتگان مکتب امامین انقلاب اسلامی با حفظ صورت، سیرت و شعارهای ناب خود همچنان به پیش می‌رود.

این بیانیه گزاره راهبردی «اسلام سنگرهای کلیدی جهان را فتح می‌کند» را بیانگر دور اندیشی و افق اندیشه حضرت امام (ره) و محصول نگاه فرازمانی و فرامکانی آن حضرت نسبت به حوادث، رخدادها و پدیده های عینی در عرصه های مختلف قلمداد و تاکید کرده است: با گذشت سه دهه از رحلت ملکوتی امام عزیز جامعه بشری و امت اسلامی، به رغم تلاش های دشمن در جلوگیری از نفوذ گفتمان انقلاب و راهبرد مقاومت و ظلم ستیزی در اقصی نقاط عالم و عدم تحقق گزاره راهبردی نوید داده شده توسط امام راحل (ره)؛ با صراحت شاهد فتح تدریجی سنگرهای کلیدی جهان توسط اسلام و شکل‌گیری قطب قدرت اسلامی در هندسه قدرت جهانی هستند.

این بیانیه در پایان با پاسداشت یاد، نام و آرمان حضرت امام (ره) و دعوت از آحاد و اقشار ملت انقلابی و قدرشناس ایران برای شرکت در آیین های پرشکوه سراسری سی امین سالگرد ارتحال آن حضرت و تجدید میثاق با خمینی کبیر (ره) و بیعت مجدد با خلف صالحش مقام معظم رهبری حضرت امام خامنه ای (مد ظله العالی) در طلیعه دهه چهارم زعامت و رهبری نورانی و حکیمانه ایشان و تأکید بر عزم راسخ سپاه پاسداران انقلاب اسلامی در صیانت از قدرت دفاعی و بازدارندگی به عنوان دستاورد های ناموسی و توانمندی های راهبردی کشور و تقویت روند ارتقای آن، آورده است:۱۴ خرداد امسال رستاخیز عظیم بیعت امت با امام و پیشوای حاضر انقلاب اسلامی و نمایش وفاداری کم نظیر ایرانیان غیور به آرمان‌های بلند بنیانگذار جمهوری اسلامی و صحنه اعلام آمادگی آنان برای ادامه مقاومت و ایستادگی برابر دشمنان -به ویژه رژیم فرعونی و دیکتاتور ایالات متحده و رئیس‌جمهور پلید و نادان آمریکا- و «نه» بزرگ به نسخه‌های فریبنده و شیطانی کاخ سفید است و نشان خواهد داد ایران اسلامی در آغاز پنجمین دهه عمر با افتخار خود با تمسک به وصیت نامه الهی-سیاسی امام و بیانیه گام دوم جانشین حکیم و صالحش، برابر حربه تحریم های ظالمانه و راهبرد فشار حداکثری دشمن که نفسهای آخر را می‌زند، نه تنها تسلیم نخواهد شد بلکه مقتدرتر و عازم تر از گذشته با سرعت، عزت و سربلندی از این مقطع حساس تاریخی نیز عبور خواهد کرد.

# عبدالمهدی: موضع عراق در نشست مکه به خوبی به نمایش گذاشته شد

به گزارش میلادلارستان به نقل از تسنیم، «عادل عبدالمهدی» نخست وزیر عراق در کنفرانس خبری هفتگی خود گفت: عملکرد هیات عراقی در نشست مکه خوب بود و موضع عراق را درباره بحران های منطقه به نمایش گذاشت.

وی افزود: کشورهای شرکت کننده در نشست مکه، موضع عراق را درک کردند و عراق نمی خواهد در یک محور و درمقابل محوری دیگر قرار گیرد.

عراق به بیانیه پایانی نشست سران کشورهای عضو اتحادیه عرب در مکه، که خواستار اتحاد کشورهای عربی در برابر «مداخله‌های ایران» شده بود، اعتراض و تأکید کرد که در تدوین بیانیه پایانی مذکور مشارکت نخواهد کرد.

«برهم صالح» رئیس‌جمهوری عراق تأکید کرد: «ایران یک کشور همسایه است و باید امنیت آن را حفظ کرد و محترم شمرد و ایران تمام تلاش خود را برای بازکردن باب گفت‌وگوهای سازنده و رد خشونت به کار خواهد گرفت.»

اتحادیه عرب در بیانیه پایانی خود مدعی شده بود، موشک‌های بالستیکی که نیروهای یمنی به عربستان شلیک می‌کنند، ساخت ایران هستند.

این بیانیه، رویکرد منطقه‌ای ایران را تهدیدی علیه امنیت و ثبات منطقه عنوان کرده و مدعی شده بود ایران از «گروه‌های تروریستی» در بحرین حمایت می‌کند و با دخالت در سوریه اتحاد در این کشور را بر هم زده است.

عربستان روزهای پنجشنبه و جمعه میزبان سه نشست سران اتحادیه عرب، شورای همکاری خلیج‌فارس و سازمان همکاری اسلامی بود.

# رأی اعتماد دولت به رئیس جدید سازمان امور مالیاتی کشور

به گزارش خبرگزاری تسنیم، هیأت وزیران در جلسه ای که به ریاست حجت الاسلام و المسلمین حسن روحانی رییس جمهور برگزار شد، به امیدعلی پارسا به عنوان رئیس جدید سازمان امور مالیاتی کشور رأی اعتماد داد.

رئیس جمهور در این جلسه، ضمن تبریک به پارسا به عنوان رئیس جدید سازمان امور مالیاتی کشور، توسعه و گسترش پایه مالیاتی، مقابله جدی با پدیده فرار مالیاتی و لزوم شفافیت در فرآیندها را مورد تأکید قرار داد.

روحانی، نقش نظام مالیاتی در جریان سالم اقتصادی کشور را با اهمیت دانست و گسترش فرهنگ مالیاتی، رابطه دو سویه رونق تولید و کاهش اتکای بودجه دولت به درآمدهای نفتی و سلامت سازمانی و مبارزه با فساد و بهبود سیستم الکترونیک مالیات را از اولویت های این سازمان ذکر کرد.

گفتنی است پارسا سابقه مدیریت در سازمان برنامه و بودجه کشور را در کارنامه داشته و آخرین سمت وی نیز ریاست مرکز آمار ایران بوده است.

هیأت وزیران در ادامه، از خدمات رئیس پیشین سازمان امور مالیاتی کشور تقدیر کرد.

# تخصیص ۲/۸ میلیارد دلار ارز دولتی به کالاهای اساسی

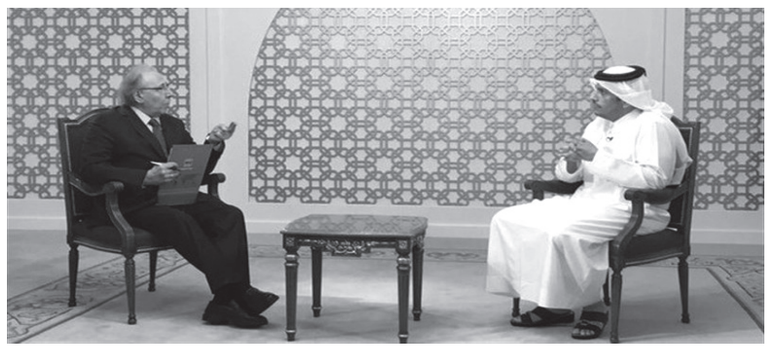
به گزارش میلادلارستان به نقل از تسنیم، مدیرکل دفتر برنامه‌ریزی تامین، توزیع و تنظیم بازار وزارت صنعت، معدن و تجارت از تخصیص بیش از ۲ میلیارد و ۸۰۰ میلیون دلار ارز دولتی برای واردات ۲۵ قلم کالای اساسی تا ۱۰ خرداد ماه و ترخیص ۳ میلیارد دلار کالای اساسی از گمرکات کشور خبر داد.

محمدرضا کلامی، در خصوص آمار ارز تخصیص داده شده به کالاهای اساسی اظهار کرد: بر اساس آمار موجود، طی سال ۹۷، بیش از ۱۰ میلیارد دلار ارز دولتی برای واردات و تامین کالاهای اساسی که شامل ۲۵ قلم کالا می‌شود، تخصیص داده شد و با توجه به برنامه‌ریزی دولت و مجلس، امسال نیز حتماً ارز دولتی بیشتری برای تامین و واردات کالاهای اساسی به کشور تخصیص داده خواهد شد.

مدیر کل دفتر برنامه ریزی تامین، توزیع و تنظیم بازار وزارت صنعت ، معدن و تجارت در خصوص ارزی که طی ۳ ماه گذشته به واردات کالاهای اساسی تخصیص داده شده نیز گفت: تا امروز بیش از ۲ میلیارد و ۸۰۰ میلیون دلار ارز دولتی برای واردات ۲۵ قلم کالای اساسی تخصیص داده شده است و البته یک میلیارد دلار نیز به صورت انتقال ارز، تامین ارز شده‌اند.

وی خاطرنشان کرد: همچنین بر اساس آمارهای گمرک، در سال ۹۸ و تا امروز بیش از ۳ میلیارد دلار کالای اساسی از گمرکات کشور ترخیص شده‌اند.

# وزیر خارجه قطر: پیشنهاد پیمان عدم تعرض ایران در خور پاسخ است



شیخ محمد بن عبد الرحمن آل ثانی، وزیر امور خارجه قطر در گفتگو با شبکه خبری راشا تودی گفت: پیشنهاد پیمان عدم تعرض که وزیر خارجه ایران مطرح کرده است در خور بررسی و تأمل است.

وزیر خارجه قطر در این گفتگو با تأکید بر ضرورت تأمل درباره پیشنهاد پیمان عدم تعرض ایران تصریح کرد که کشورهای عربی در خصوص بیانیه های پایانی دو کنفرانس سران عرب و شورای همکاری خلیج فارس که درباره ایران در مکه برگزار شد، اختلاف دارند.

آل ثانی خاطرنشان کرد که این پیشنهاد [پیمان عدم تعرض] در کنفرانس سران شورای همکاری خلیج فارس مطرح نشد.

# شکستی دیگر برای سعودی

## قطر: نسبت به بیانیه‌های دو نشست مکه ملاحظاتی داریم

به گزارش میلادلارستان به نقل از تسنیم، «محمد بن عبدالرحمن آل ثانی» وزیر خارجه قطر، در گفت‌وگو با شبکه تلویزیونی «الجزیره» اعلام کرد: ما نسبت به بیانیه‌های نشست اضطراری سران اتحادیه عرب و شورای همکاری خلیج‌فارس به خاطر وجود بندهایی برخلاف سیاست‌های قطر، ملاحظاتی داریم. این دو بیانیه، ایران را محکوم کردند بدون این‌که به سیاست اعتدال برای گفت‌وگو با آن اشاره کنند. در این بیانیه‌ها رویکرد واشنگتن در قبال ایران اتخاذ شد نه سیاستی که همسایگی ما با آن را مورد توجه قرار دهد.

وی با طرح سوالی، گفت: بیانیه نشست شورای همکاری خلیج‌فارس از خلیج‌فارسی متحد صحبت می‌کند ولی این اتحاد، در سایه تداوم محاصره قطر کجاست؟

وزیر خارجه قطر متذکر شد، اگر درخواست هیئت فلسطینی نبود، بیانیه اتحادیه عرب از مسئله فلسطین غافل می‌ماند، «قطر با نقض اصول و آرمان‌های فلسطین مخالف است و تجاوز به فلسطینیان را برنمی‌تابد.»

رئیس دستگاه دیپلماسی قطر پیش از این نیز، در گفت‌وگو با شبکه «تلویزیون العربی» مخالفت کشورش را با بیانیه‌های هر دو نشست مکه اعلام کرد و اظهار داشت، نشست‌های مکه «مسائل مهم منطقه‌ای مانند مساله فلسطین و جنگ در لیبی و یمن را نادیده گرفتند، ما امیدوار بودیم اساس بر گفت‌وگو برای کاهش تنش با ایران باشد.»

وی افزود: دو بیانیه پایانی نشست‌های شورای همکاری خلیج‌فارس و اتحادیه عرب از پیش آماده شده بود و قبل از صدور دو بیانیه، رایزنی صورت نگرفته بود.

اعلام موضع قطر درباره نشست‌های اضطراری مکه، خشم عربستان سعودی، امارات و قطر را برانگیخته است.

«عادل الجبیر» وزیر مشاور در امور خارجی دولت عربستان سعودی از ملاحظات قطر بر بیانیه‌های دو نشست مکه انتقاد کرده و گفته است: کشورهایی که حق تصمیم‌گیری دارند زمانی‌که در کنفرانس‌ها و نشست‌ها مشارکت می‌کنند مواضع‌شان و ملاحظات‌شان را در چارچوب نشست‌ها و مطابق با عرف معمول بیان می‌کنند نه بعد از پایان نشست‌ها.

الجبیر در توییتر نوشت: قطر بر دو بیانیه‌ای که مداخله ایران در امور کشورهای منطقه را محکوم می‌کند، ملاحظاتی داشت. همگان می‌دانند که تحریف واقعیت‌ها توسط قطر جای تعجب نیست.

امارات نیز در اولین واکنش به مخالفت قطر با بیانیه‌های نشست‌های مکه، از زبان «انور قرقاش» وزیر مشاور در امور خارجه اظهار داشت، این موضع قطر به دلیل آن است که دولت قطر فاقد حاکمیت و نیات شفافش است.

«خالد بن احمد بن محمد آل خلیفه» وزیر خارجه بحرین نیز گفت که ملاحظات قطر بر بیانیه شورای همکاری خلیج‌فارس ضعیف بودن ارتباط آن با برادرانش را بازتاب می‌کند.

به گفته وی، مشارکت قطر در نشست‌های مکه «ضعیف و ناکارآمد بود و با ضرورت‌های این نشست‌ها هیچ تناسبی نداشت».

نشست‌های اضطراری شورای همکاری خلیج‌فارس و اتحادیه عرب، که روز جمعه به دعوت «سلمان بن عبدالعزیز» پادشاه سعودی در مکه برگزار شد، بیشتر بندهای بیانیه‌های پایانی خود را به انتقاد از ایران اختصاص دادند؛ گویی این‌که خاورمیانه مشکلی به جز ایران ندارد. این بیانیه‌ها اقدامات ایران در منطقه را «بی‌ثبات‌کننده» خواندند و به شدت رویکرد منطقه‌ای ایران را محکوم کردند.

به رغم تلاش‌های گسترده سعودی برای انزوای ایران، دفاع جانانه «برهم صالح» رئیس‌جمهوری عراق از تهران و اعتراض به گنجاندن نام جمهوری اسلامی در بیانیه نهایی نشان داد که اختلافات بر سر پیاده‌سازی اهداف سیاسی سعودی در اجلاس‌های مکه جدی بوده و این رژیم در تحقق این هدف خود نیز شکست خورده است.

**آگهی مزایده(نوبت دوم)**

دایره اجرای احکام حقوقی شعبه اول دادگاه عمومی حقوقی لارستان در نظر دارد در خصوص پرونده کلاسه ۹۵۰۰۰۳ شعبه اول اجرای احکام حقوق دادگستری لارستان، ملک ذیل متعلق به عبدالمولا طالبی فرزند عبدالعزیز را به مزایده بگذارد لذا مراتب آگهی می‌گردد تا هر کس که مایل به شرکت در مزایده می‌باشد در روز دوشنبه ۹۸/۰۴/۱۰ ساعت ۱۱صبح در محل اجرای احکام حقوقی شعبه اول دادگاه عمومی حقوقی لارستان حضور یابد.

مشخصات ملک:

الف)ششدانگ یکباب مغازه چهار دهانه به انضمام اتاق مدیریت و بایگانی در پشت آن به شماره پلاک ۱۱۱ فرعی از ۴۹۲۳ اصلی با کاربری تجاری واقع در فارس - لارستان - خور - بلوار خلیج فارس - روبه‌روی استادیوم ورزشی به مساحت عرصه ۱۹۳،۴۵ متر مربع و اعیانی ۱۹۳،۴۵ متر مربع که کل عرصه به صورت مسقف بوده و از ضلع غربی به طول ۱۵،۵۵ رو به خیابان، و دارای سند مالکیت تک برگ به شماره ورقه ۲۵۹۸۵۲ الف /۹۳ و تاریخ صدور ۱۳۹۳/۱۲/۱۳ می‌باشد، ساختمان به صورت یک طبقه با اسکلت بنایی همراه با دیوار آجری و ستون فلزی و سقف طاق ضربی و نمای کامپوزیت است، قسمت نمایشگاه و اتاق مدیریت دارای کف سرامیک، بدنه و سقف سفیدکاری و رنگ‌آمیزی و سقف کاذب کناف همراه با نورپردازی و چهار درب شیشه‌ای سکوریت به همراه درب کرکره‌ای برقی، اتاق بایگانی دارای کف سرامیک و بدنه سفیدکاری و طرح دکوراسیون چوبی و دارای کمد دیواری طبقه‌بندی شده و درب چوبی می‌باشد، همچنین دارای یک انشعاب آب نیم‌اینچ و دو انشعاب برق سه فاز است.

ب)ششدانگ یک قطعه زمین محصور به شماره پلاک ۱۰۲ فرعی از ۴۹۲۳ اصلی با کاربری تجاری واقع در فارس - لارستان - خور - بلوار خلیج فارس - روبه‌روی استادیوم ورزشی با دیوار آجری که عمده مساحت در پشت و در جبهه دوم قرار دارد شامل دالان ورودی مسقف و زمین پشت آن، که براساس رونوشت سند ابرازی، به مساحت عرصه ۴۹۳،۹۶ متر مربع و اعیانی حدود ۵۵ متر مربع، و دارای سند مالکیت تک برگ به شماره ورقه ۳۴۹۱۴۱ ه /۹۱ و تاریخ صدور ۱۳۹۳/۰۷/۰۱ می‌باشد، اعیان شامل دالان ورودی به مساحت حدود ۵۵ متر مربع به صورت دیوار آجری و سقف طاق ضربی بوده و همچنین یک سایبان چینکو به مساحت حدود ۱۳۰ متر مربع با ستون و خرپای فلزی نیز در ملک احداث شده است.

قیمت کارشناسی پلاک‌های فوق‌الذکر هفتاد میلیارد ریال (معادل ۷۰۰۰۰۰۰۰۰ تومان) تعیین گردیده است.

شرایط مزایده:

۱-مزایده اقلام فوق از قیمت پایه شروع می‌شود.

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

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

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

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

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

دادرس شعبه اول اجرای احکام حقوقی دادگستری لارستان - امین اوجی

م/الف/۲۴۹

**آگهی مناقصه عمومی**

شهرداری لار در نظر دارد عملیات اجرای زیر سازی و آسفالت معابر سطح شهر را با اعتبار ۲۶/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال، از طریق مناقصه عمومی به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید. لذا از کلیه پیمانکاران دعوت بعمل می آید با توجه به موارد ذیل جهت اخذ اسناد مناقصه به آدرس: شهرداری لار واحد امور قراردادها مراجعه نمایند. ضمناً در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر شماره تلفن: واحد امور قراردادها ۵۲۳۴۹۴۹۰ آماده پاسخ گویی می‌باشد.

۱- مبلغ تضمین شرکت در مناقصه ۱/۳۰۰/۰۰۰/۰۰۰ریال بصورت ضمانت نامه بانکی یا فیش واریزی نقدی بحساب سپرده ۱۰۰۷۹۰۳۲۹۷۶۶ بانک شهر -۲- برندگان اول تا سوم مناقصه هرگاه حاضر به انعقاد قرارداد نشوند سپرده آنان به ترتیب ضبط خواهد شد. -۳- در زمان انعقاد قرارداد ۱۰% مبلغ پیشنهادی بعنوان ضمانت حسن اجرای تعهدات بصورت ضمانت نامه بانکی اخذ می گردد. -۴- آخرین مهلت تسلیم پیشنهادات مورخ ۹۸/۰۳/۲۷ می باشد. - ۵ - تاریخ بازگشایی پاکتهامورخ ۹۸/۰۳/۲۸ می باشد. - ۶ - مدت اعتبار پیشنهادها سه ماه می باشد. -۷- بدیهی است هزینه آگهی بعهده برنده مناقصه خواهد بود و شهرداری در رد یک یا تمام پیشنهادها مختار میباشد. -۸- سایر اطلاعات و جزئیات مربوط به مناقصه در اسناد مناقصه مندرج است.

**نوبت اول: ۹۸/۰۳/۰۷ نوبت دوم: ۹۸/۰۳/۱۸**

**محمد رضا قنبرنژاد- شهردار لار** م/الف/۳۱۲۴

**آگهی مناقصه عمومی**

شهرداری لار در نظر دارد عملیات اجرای جدول و رفوژ وسط و کانیوا و اصلاح هندسی معابر سطح شهر را با اعتبار ۵/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال، از طریق مناقصه عمومی به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید. لذا از کلیه پیمانکاران دعوت بعمل می آید با توجه به موارد ذیل جهت اخذ اسناد مناقصه به آدرس: شهرداری لار واحد امور قراردادها مراجعه نمایند. ضمناً در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر شماره تلفن: واحد امور قراردادها ۵۲۳۴۹۴۹۰ آماده پاسخ گویی می‌باشد.

۱- مبلغ تضمین شرکت در مناقصه ۲۵۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال بصورت ضمانت نامه بانکی یا فیش واریزی نقدی بحساب سپرده ۱۰۰۷۹۰۳۲۹۷۶۶ بانک شهر -۲- برندگان اول تا سوم مناقصه هرگاه حاضر به انعقاد قرارداد نشوند سپرده آنان به ترتیب ضبط خواهد شد. -۳- در زمان انعقاد قرارداد ۱۰% مبلغ پیشنهادی بعنوان ضمانت حسن اجرای تعهدات بصورت ضمانت نامه بانکی اخذ می گردد.-۴-آخرین مهلت تسلیم پیشنهادها مورخ ۹۸/۰۳/۲۷ می باشد.-۵- تاریخ بازگشایی پاکتها مورخ ۹۸/۰۳/۲۸ می باشد. -۶- مدت اعتبار پیشنهادها سه ماه می باشد.- ۷- بدیهی است هزینه آگهی بعهده برنده مناقصه خواهد بود و شهرداری در رد یک یا تمام پیشنهادها مختار میباشد.-۸- سایر اطلاعات و جزئیات مربوط به مناقصه در اسناد مناقصه مندرج است.

**نوبت اول: ۹۸/۰۳/۰۷ نوبت دوم: ۹۸/۰۳/۱۸**

**محمد رضا قنبرنژاد- شهردار لار** م/الف/۳۱۲۵

# دانستنی‌هایی در مورد یک روغن گیاهی

## آیا روغن زیتون به همان اندازه که فکر می کنید سالم است؟

ادعایی وجود دارد مبنی بر اینکه روغن زیتون به خاطر چربی‌های سالمی که دارد یکی از سالم‌ترین روغن‌ها است، و آن را به یکی از محبوب‌ترین انتخاب‌ها برای پخت‌وپز و یا به عنوان چاشنی وعده‌های غذایی تبدیل می‌کند. شواهد نشان داده است که یک قاشق سوپ‌خوری روغن زیتون خالص شامل موارد زیر است:

۱۲۰ کالری
۱۰ گرم چربی تک اشباع نشده
۲ گرم چربی اشباع شده
۲ گرم چربی چند اشباع نشده
۱/۹ میلی‌گرم ویتامین ای (۱۰ درصد از نیاز روزانه(
۸/۱ میکروگرم ویتامین کا (۱۰ درصد از نیاز روزانه)

چربی‌های تک اشباع نشده امگا موجود در روغن زیتون حائز اهمیت هستند، چون به افزایش سلامت قلب کمک می‌کنند و برای کمک به پیشگیری از مشکلاتی مانند بیماری‌های قلبی عروقی یا سکته مغزی مفید هستند.

ورزشکارانی مانند دوچرخه سواران بیش از افراد معمولی قلبشان تحت تأثیر فشار قرار دارد، بنابراین نیاز است که مواد مغذی را به رژیم غذایی خود اضافه کنند تا از احتمال بروز حمله قلبی در امان بمانند. چربی‌های تک اشباع نشده، غیرمضر و ضدالتهاب نیز هستند و به بهبود عضله کمک می‌کنند. فعالیت می‌تواند باعث ایجاد پارگی‌های میکروسکوپی در ماهیچه های شما شود که منجر به التهاب و درد عضلانی خواهد شد، اما ضدالتهاب‌ها می‌توانند مانع این واکنش شوند.

علاوه بر این‌ها، ویتامین E یک آنتی‌اکسیدان است که اکثر مردم به اندازه کافی از آن استفاده نمی‌کنند. این ماده مغذی به افزایش قدرت سیستم ایمنی شما کمک می‌کند و از بدن شما در برابر بیماری‌های قلبی و انواع خاصی از سرطان‌ها محافظت می‌نماید. آنتی‌اکسیدان‌ها از سلول‌های شما در مقابل آسیب‌ها محافظت می‌کند، به ویژه در ماهیچه‌ها و ریه‌ها که بسیار مهم هستند.

ویتامین K برای جذب چربی‌هایی مثل تک اشباع نشده موجود در روغن زیتون، مهم است. اگر شما این ویتامین را به اندازه کافی دریافت نکنید، بدن شما در استفاده مؤثر از آن دچار مشکل خواهد شد.

به گفته متخصصین، روغن زیتون برای مصرف روزانه به عنوان یک چاشنی یا برای آشپزی عالی است و آن‌ها غذاهای حاوی این روغن را به عنوان یکی از سالم‌ترین رژیم‌های غذایی می‌دانند. رژیم غذایی مدیترانه‌ای که می‌تواند تا ۴ قاشق سوپ‌خوری روغن زیتون را در روز در بر بگیرد، طبق مطالعات در میان سالم‌ترین سبک‌های رژیم غذایی قرار گرفته است. (همچنین شایان ذکر است که رژیم غذایی مدیترانه‌ای بر استفاده از سبزیجات تازه، میوه‌ها، مجموعه حبوبات، ماهی و گوشت و لبنیات به میزان متوسط، تأکید دارد)

هنگامی که شما ورزش استقامتی انجام می‌دهید، بدنتان به چربی‌های سالم نیاز دارد تا سوخت و ساز انجام دهد. یک‌چهارم کالری شما باید از چربی باشد و توصیه می‌شود در هر وعده و میان وعده مقادیر کمی از چربی‌ها استفاده شود. این به شما کمک می‌کند تا در طول روز احساس سیری داشته باشید. متخصصین توصیه می‌کنند که بیشتر چربی مورد نیازتان باید به طور ایده‌آل از غذاهایی مانند ماهی یا آجیل کسب شود، در این صورت شما مجبور نیستید از روغن آشپزی دوری کنید. فقط به نقطه‌ای که روغن از غذا چکه کند نرسید!

**کدام روغن زیتون را انتخاب کنیم؟**

چند عامل برای انتخاب سالم‌ترین شکل روغن زیتون وجود دارد. مطمئن شوید که به دنبال روغن زیتون خالص در قفسه‌های سوپرمارکت‌ها هستید و با گزینه‌های دیگری مثل روغن‌های تصفیه شده مخالفت می‌کنید.

روغن زیتون اصل نزدیک‌ترین ماده به طبیعت و حداقل خود زیتون است و هر چه روغن زیتون شما بیشتر اصلاح شود، ممکن است چگونگی مراحل پردازش آن شک‌برانگیز باشد. ممکن است آن را با مواد شیمیایی فرآوری کرده باشند و یا با اعمال حرارت بالا موجب صدمه به آنتی‌اکسیدان آن شوند.

روغن زیتون خالص معمولاً غلیظ‌تر بوده و از نظر رنگ تیرتر و سبزتر است و عطر و طعم بیشتری دارد. نکته دیگر که باید هنگام خرید روغن زیتون به آن توجه کنید این است که آیا روغن در بطری شیشه‌ای قرار دارد یا پلاستیکی. به عنوان یک قاعده عمومی، شیشه انتخاب امن‌تری است چون روغن را پایدارتر نگه می‌دارد. بزرگ‌ترین مسئله‌ای که در مورد پلاستیک وجود دارد، این است که مواد شیمیایی بیشتری در پلاستیک هستند و می‌توانند مواد شیمیایی خود را بیشتر در روغن آزاد کنند. اگر این ظروف روغن در دمای اتاق یا در دمایی خنک‌تر قرار داشته باشد، جای نگرانی نیست، اما به هر حال ممکن است ندانید چه اتفاقی در کارخانه می‌افتد.

**آیا باید در مورد چگونگی مصرف آن نگران باشیم؟**

گاهی وقتی با این روغن آشپزی می‌کنید شروع به دود کردن می‌کند. هر چه غذا گرم‌تر می‌شود و هر چه بیشتر آن را گرم می‌کنید مواد غذایی بیشتری از بین می‌روند. اگر غذایی که حاوی چربی باشد به نقطه دود برسد، به جای آنتی اکسیدان، پرواکسیدان ایجاد می‌کند که می‌تواند به سلول‌های شما آسیب برساند..

اما متخصصین می‌گویند در حالی که بسیاری از مردم از پخت و پز با روغن زیتون به این دلیل خودداری می‌کنند، تحقیقات زیادی برای اثبات این که هیچ اثر منفی وجود ندارد انجام نشده است. به عنوان مثال، مطالعه سال ۲۰۱۸ نشان داد که وقتی روغن زیتون تا دمای ۲۴۰ درجه سانتی‌گراد (۴۶۴ درجه فارنهایت) گرم شد و در معرض ۱۸۰ درجه سانتی‌گراد (۳۵۶ درجه

فارنهایت) برای شش ساعت قرار گرفت، آسیبی ندید. روغن زیتون بعد از گرم شدن کاملاً امن و قابل مصرف است. گمانه‌زنی‌هایی وجود دارد که روغن حرارت دیده، ترکیبات سالم قلب را نابود و ترکیبات قطبی ایجاد می‌کند که با مشکلات سلامتی مختلفی مرتبط است. با این حال، روغن زیتون در مقایسه با روغن‌های دیگر مورد مطالعه قرار گرفته است و در رقابت با روغن‌های کلزا و نارگیل به عنوان یکی از روغن‌های با ثبات پس از گرما دیدن معرفی شده است.

اگر با روغن آشپزی می‌کنید، روغن زیتون خالص را انتخاب کنید و اگر ترجیح می‌دهید که بدون استفاده از گرما، آن را بر روی غذاها بریزید، انواع «بسیار خالص» را انتخاب کنید.

## طرز تهیه خوراک سنگدان مرغ

**مواد لازم:**

سنگدان مرغ چرخ کرده :۵۰۰ گرم
قارچ ۱ پیمانه
فلفل دلمه ای کوچک ۱ عدد
هویج نگینی، نخود فرنگی، ذرت از هر سه نوع نصف پیمانه
سیر ۲ حبه
نمک و فلفل به مقدار لازم
زردچوبه به مقدار لازم

**طرز تهیه:**

ابتدا پیاز را نگینی خرد کنید و در کمی روغن تفت بدهید سپس سنگدان چرخ شده را اضافه کنید و پس از کمی تفت، سیر ریز شده را به مواد بیفزایید، در این مرحله قارچ را اضافه کنید و هم بزنید و اجازه دهید کمی پخته شود و سپس فلفل دلمه ای خرد شده اضافه کنید و مخلوط کنید.

وقتی فلفل دلمه ای ها کمی نرم شدند رب و نمک و زردچوبه و فلفل را اضافه کنید و مقداری هویج نگینی و نخود فرنگی و ذرت را از قبل بپزید و به مواد اضافه کنید و با کمی آب اجازه بدهید مواد خوب بپزند و جا افتاده شود می توانید خوراک سنگدان را با چاشنی آب نارنج میل کنید این غذا را می توانید هم با نان و هم با برنج میل کنید.

## طرز تهیه پیپراشکی مرغ

**مواد لازم:**

آرد: ۲ پیمانه
ماست: ۲ قاشق سوپخوری
روغن مایع:نصف پیمانه
نمک و فلفل و آب ولرم: به میزان لازم
پیاز: ۲ عدد
گوشت مرغ: ۳۰۰ گرم
جعفری خردشده:یک تا دو قاشق سوپخوری

**طرز تهیه:**

ابتدا پیازها را خرد کرده و در روغن کمی تفت می دهیم تا نرم شود.

سپس مرغ ها را به پیاز اضافه می کنیم و نمک، فلفل و جعفری خردشده را هم با مواد مخلوط می کنیم تا به خورد هم بروند.

در این مرحله در ظرف دیگری آرد، روغن مایع و ماست را با هم مخلوط کرده و آب ولرم را تا زمانی که خمیر به دست نچسبد اضافه می کنیم تا خمیر یک دستی به دست آید.

در انتها در یک سطح آرد پاشیده شده خمیر را با وردنه باز می کنیم و با لیوان گرد قالب زده، از مواد، به مقدار کمی در هر قالب قرار داده و لبه های خمیر را با چنگال کاملا می بندیم تا باز نشود و در روغن هر دو طرف پیراشکی را سرخ می کنیم.

## طرز تهیه سالاد ماکارونی

**مواد لازم:**

-خیار شور: ۲۰۰ گرم
-هویج : ۲عدد بزرگ
-ماکارونی فرمی: ۱ بسته
-فلفل دلمه: ۱ عدد
-نخود سبزپخته شده: ۲۰۰ گرم
-ذرت شیرین پخته شده: ۲۵۰ گرم
-ژامبون مرغ: ۳۰۰ گرم
-لیمو ترش: ۱عدد
-سس مایونز: ۵۰۰ گرم
-روغن زیتون :نصف ته استکان قاشق غذا خوری
-نمک و فلفل سیاه و زرد چوبه به میزان کافی

**طرز تهیه:**

برای پخت سالاد ماکارونی ابتدا ماکارونی ها را در ظرف آب جوش که به آن روغن زیتون، زرد چوبه و نمک اضافه کردیم میریزیم تا بیشتر از حد معمول که زمان پخت ماکارانی هاست بپزد تا کاملا نرم شود.

بهتر است در آبی که برای پخت ماکارونی آماده کردیم روغن و نمک بیشتری بریزید تا طعم ماکارونی ها بهتر شود.سپس ماکارونی ها را هنگام آبکش کردن چند بار با آب خنک بشویید تا کاملا سرد شوند.

بقیه مواد ترکیبی را که شامل نخود فرنگی ، ذرت ،ژامبون نگینی خرد شده ،فلفل دلمه ریز خرد شده ،هویج رنده شده که البته بهتر است با دنده درشتر رنده شود و خیار شور نگینی خردشده و ماکارونی پخته آماده شده مخلوط میکنیم .

برای درست کردن سس سالاد ماکارونی ابتدا در ظرفی سس مایونز را می ریزیم و به آن فلفل سیاه و آب لیموی تازه گرفته شده اضافه میکنیم و هم میزنیم و به داخل بقیه مواد ترکیب شده اضافه میکنیم و خوب هم میزنیم تا همه مواد در کنار هم میکس شوند.

سالاد ماکارونی آماده شده را در ظرف سر پوشیده مورد نظر بریزید و به مدت یک ساعت قبل از مصرف در یخچال نگهداری کنید و بعد نوش جان کنید.

## شستن راحت خاکشیر به روش حرفه ای ها

خاکشیر یکی از شربت های سنتی ما ایرانیان است که علاقمندان زیادی را در فصل تابستان دارد و سبب رفع تشنگی در تابستان و به خصوص در ایام روزه داری می شود. خاکشیر دارای املاح و شن ریزه های فراوانی است که در صورت شسته نشدن صحیح مشکلات بی شماری را برای شما به وجود می آورد.

طریقه صحیح شستن خاکشیر

-خاکشیر برگ و خاشاک فراوانی دارد بنابراین بهتر است قبل از شستشو مقداری خیسانده شود تا برگ های آن به سطح آب بیاید.

-برای خیساندن خاکشیر آن را درون یک کاسه بزرگ می ریزیم و سپس به آن آب اضافه می کنیم .

-پس از اضافه کردن آب خواهید دید که خاکشیر به شکل گلوله می شود بنابراین باید برای باز کردن گلوله ها خاکشیر را با قاشق یا چنگال هم بزنید تا به مرور ته نشین گردد.

-سپس آب ظرف را آرام آرام خالی می کنیم.

-دوباره ظرف را پر از آب می کنیم و مدتی صبر می کنیم تا خاکشیر در آب بماند سپس باز هم روی سطح آب را خالی می کنیم.

-این کار را تا جایی ادامه می دهیم که آب خاکشیر کاملا زلال گردد و هیچ برگ و خاشاکی روی آب نباشد .

-سپس خاکشیر را هم می زنیم و آرام در ظرف بزرگتری که از جنس روی است می ریزیم.

-این کار را به این علت انجام می دهیم که شن یا سنگریزه جمع شده در ته ظرف با خاکشیر مخلوط نشود و در همان ظرف باقی بماند.

-شن های ته ظرف را خالی می کنیم و ظرف را می شوییم و دوباره خاکشیر را آرام هم می زنیم و درون ظرف می ریزیم.

-این کار را تا جایی ادامه می دهیم که هیچ شنی کف ظرف باقی نماند.

-آب شست و شو خاکشیر را دور نریزید و برای آبیاری گلدان از آن استفاده نمایید.

طرز تهیه شربت خاکشیر

بعد از شستن خاکشیر وقتی از تمیز بودن خاکشیرها مطمئن شدید یک شربت خوش طعم با خاکشیر تهیه نمایید و آن را با لذت بنوشید . شما می توانید برای مهمانی های خود نیزمخصوصا در تابستان این شربت را تهیه کنید تا میزبان خاصی برای مهمان های خود باشید.

**مواد لازم:**

-آب
-خاکشیر
-شکر
-گلاب
-یخ
-آلو بخارا (اختیاری)

پس از شستن خاکشیر آن را درون پارچ آبی ریخته و آب و شکر( به جای شکر از عسل و یا نبات آب شده استفاده کنید ) به آن اضافه می کنیم و هم می زنیم . مقداری از این شربت را می چشیم و اگر شیرینی آن مطابق با ذائقه شما بود به آن گلاب و یخ برای خنک شدن می افزاییم و نوش جان می کنیم. برخی افراد نیز برای اینکه طعم شربت آنها بی نظیر گردد مقداری آب لیمو تازه به آن اضافه می کنند.

در صورت تمایل نیز می توانید چند عدد آلو بخارا که حدود ۷ ساعت خیس داده اید را به شربت اضافه کنید تا آب مزه آلو بخارا را بگیرد .

**آگهی درخواست گواهی حصر وراثت**

خانم شریفه نامورفرزند عبدالحمید به شرح درخواستی که به کلاسه ۹۸/۴۲۷/۹ این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان مرحوم عبدالحمید نامور فرزند خواجه محمد رفیع به شناسنامه ۸ صادره از لارستان - اوز در تاریخ ۱۳۹۷/۱۱/۱۳ در اقامتگاه دائمی خود شهر اوز بدرود زندگی گفته ورثه آن مرحوم منحصر است به

۱-محمدرفیع نامور فرزند عبدالحمید ش ش ۵۹ ت ت ۱۳۲۵ صادره از ح شهری لارستان - اوز
۲-شریفه نامور فرزند عبدالحمید ش ش ۳۴ ت ت ۱۳۲۸ صادره از ح شهری لارستان - اوز
۳-فوزیه نامور فرزند عبدالحمید ش ش ۴۳۱۶ ت ت ۱۳۳۱ صادره از ح ۲ لارستان - اوز
۴-عنایتا... نامور فرزند عبدالحمید ش ش ۶۴ ت ت ۱۳۳۴ صادره از ح ۲ لارستان - اوز فرزندان 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 شهری اوز - مصطفی روزگار
م/الف/۲۴۷

**آگهی درخواست گواهی حصر وراثت**

خانم شکوفه شمس فرزند محمد به شرح درخواستی که به کلاسه ۹۸/۸۵ این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان مرحوم محمد قائدپور فرزند محمود به شناسنامه ۵۰ صادره از ح ۲ لارستان - اوز در تاریخ ۱۳۹۸/۱/۱۱ در اقامتگاه دائمی خود شهر اوز بدرود زندگی گفته ورثه آن مرحوم منحصر است به

۱-شکوفه شمس فرزند محمد ش ش ۳۴ ت ت ۱۳۵۶ صادره از حوزه ۲ لارستان - اوز(همسر متوفی)
۲-هانیه قائدپور فرزند محمود ش ش ۴۷۱۰۸۰۶۲۴۱ ت ت ۱۳۷۷ صادره از ح کشور امارات متحده عربی
۳-هلیا قائدپور فرزند محمود ش ش ۴۷۱۱۳۷۴۵۸۲ ت ت ۱۳۸۲ صادره از ح کشور امارات متحده عربی
۴-حامد قائدپور فرزند محمود ش ش ۲۲۸۵۴۴۸۵۷۰ ت ت ۱۳۸۹ صادره از ح مرکزی شهرستان شیراز فرزندان 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 شهری اوز - مصطفی روزگار
م/الف/۲۴۸

## توصیه هایی کوتاه به کدبانوها

-اگر هنگام گذاشتن هویج در یخچال، سر آن را ببرید مدت بیشتری تازه می‌ماند و پلاسیده نمی‌شود.

-خش‌های ظروف بلوری را می‌توانید با خمیر دندان صیقل داده و محو کنید.

- اگر آب گوشت را قبل از پخت بگیرید، هنگام پختن (بخصوص به شیوه بیفتک) کمتر سفت می‌شود.

-اگر روی گوشت مخلوط سرکه و روغن زیتون بمالید و بگذارید ۲ ساعت بماند، ترد می‌شود.

-اگر می‌خواهید هنگام پخت، طعم گوجه فرنگی حفظ شود، به اندازه نصف قاشق چایخوری شکر به آن اضافه کنید.

-اگر می‌خواهید پوست گوجه فرنگی را بکنید، آن را در آب جوش بیندازید و سپس در آب یخ غوطه‌ور کنید. اگر قبل از این کار با نوک چاقو شیارهایی روی پوست آن ایجاد کنید، به راحتی پوست گوجه فرنگی جدا خواهد شد.

-اگر می‌خواهید گل کلم هنگام پخت سفید و درخشان شود، هنگام پخت کمی شیر به آن اضافه کنید.

-گذاشتن ظرف جوش شیرین در یخچال باعث می‌شود که بوی بد یخچال از بین برود.

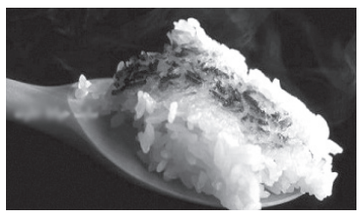
-با گذاشتن ساقه کرفس داخل کیسه نان، می‌توانید مدت بیشتری آن را تازه نگه دارید.

-اگر می‌خواهید موز زمان بیشتری باقی بماند، باید آن را در فویل آلومینیومی پیچید.

## از بین بردن بوی سوختگی برنج

اگر احساس میکنید برنج بوی سوختگی گرفته، موقعی که دمکش روی قابلمه قرار دارد، یک تکه نان روی برنج بگذارید، هنگام سرو برنج می توانید نان را بردارید. اگر فکر می کنید برنج رنگ نون را می گیرد، یک پیاز را پوست پوست کنده را داخل برنج فرو ببرید تا بوی سوختگی رو بگیرد.

نکته : وقتی قصد دارید برنج رو آبکش کنید، آب چلو رو دور نریزید، می توانیند از آب چلو برای سوپ و خورشت استفاده کنید به شرطی که خیلی شور نباشد.



اگر هم برنج دمی درست می کنید، بهتر است کمی شلتوک برنج را خوب شست و شو داده و بگذارید با آن بجوشد، آب آن را صاف کنید و برای آب دمی از آن استفاده کنید.

## طرز تهیه آرد سوخاری

آرد سوخاری یکی از پرمصرف ترین چاشنی ها برای خانم های ایرانی است که در تهیه انواع کوکو، کتلت و غذاهای سوخاری مورد استفاده قرار می گیرد. شما به راحتی به جای استفاده از آرد سوخاری آماده، می توانید آرد سوخاری خانگی درست کنید.

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 وجود خواهد داشت.

# افکار منفی را از خود دور کنید

افکار منفی مزاحم ریشه در چند تله ذهنی مخرب دارند که با پرداختن و پر و بال دادن به آن ها زندگی شما به کل خراب و نابود خواهد شد. باشناخت این افکار و تله های ذهنی و دوری از آنها زندگی لذب بخش خواهد بود.

افکار منفی در حقیقت تله های ذهنی هستند که منشا افکار منفی مخرب و نابود کننده زندگی به شمار می روند. با بررسی و دانستن آنها زندگی خود را از تباهی دور خواهید کرد. اگر احساس ناامیدی، بی مصرفی و ناراحتی می کنید و یا هیچ چیز در زندگی تان خوب پیش نمی رود. همه از شما بهتر هستند و هیچوقت آن آدم کاملی که دوست دارید نخواهید شد. دوست دارید دیگران دوستتان داشته باشند، اما اینطور نیست. این جملات و احساسات به نظرتان آشنا می آید؟

این جملات برای اکثر آدمها آشنا می آید. تله های ذهنی مثل دندان های فرسوده ای هستند که چرخه درد و ناامیدی را ادامه می دهند. در بسیاری از موارد، این تله ها چنان ریشه عمیقی در مغز دارند که قربانی کاملاً ناآگاه از وجودشان به زندگی خود ادامه می دهد.

مهمترین چیزی که باید درمورد این اشتباهات شناختی بدانید این است که آنها روش هایی نادرست برای کنار آمدن با دنیا و خودتان هستند. زندگی کردن در دنیای تله های ذهنی مثل زندگی کردن با یک دروغ است. درک شما آلوده منفی گرایی مالیخولیایی شده است که افکاری پوچ، غیرواقعی و نادرست به ذهنتان می آورند.

اما برای غلبه بر این، نیاز به توجه آگاهانه و مداوم دارید. برای انجام این کار اول باید بدانیم این تله ها چه هستند.

**۱– تصورات**

تصورات در واقع فرضیات هستند. براساس چیزی که فکر می کنید درست است، تصور می کنید که چیزی درست است. بدون هیچ سند و مدرکی. تصورات می تواند درمورد خودتان و دیگران باشد. بعنوان مثال، «او اینطور با من رفتار می کند چون...»، یا «آنها تصور می کنند که من اینطور هستم چون ...»، «من همیشه اینکار را می کنم چون...»

چرا زندگی تان را نابود می کند:شما دردهای احساسی و فکری بی موردی را برای خودتان درست می کنید. مخصوصاً اگر همیشه بدترین ها را تصور کنید. تصورات باعث می شوند قضاوت های نادرستی درمورد بقیه پیدا کنید. این می تواند به روابط شما صدمه زده یا آن ها را نابود کند.

**۲– اعتقادات**

باورهای ذهنی در ذات خود بسیار افراطی هستند. مجموعه الفاظ و کلمات ذهن درست مثل اعتقادات بسیار قوی هستند. بعنوان مثال، جملاتی مثل «دیگر هیچوقت نمی توانم درست حرف بزنم»، «آنها همیشه خیلی عجیب به من نگاه می کنند» و ... اعتقادات هم درست مثل همه تله های ذهنی به طور ناخودآگاه در شما وجود دارند. ممکن است ریشه بسیار عمیقی در ذهنتان داشته باشند، طوریکه به ذهن هوشیارتان حمله خواهد کرد. مثال، «آدم های دیگر می خواهند به من صدمه بزنند.» یا «من واقعاً زشتم.»

چرا زندگی تان را نابود می کند:اعتقادات ذاتی کورکننده دارند. اگر این اعتقادات اشتباه باشند، می توانند تاثیر منفی شدیدی بر شما داشته باشند. این اعتقادات به طرز زننده ای ترس در دلتان خواهند انداخت. درنتیجه زندگی شما بسیار محدود شده و ناراحت و افسرده خواهید شد.

**۳– مقایسه ها**

این می تواند بین شما و دیگران باشد، مثلاً «او خیلی باهوش تر از من است». همچنین مقایسه می تواند بین شما و ایدآل هایتان باشد، مثلاً «من باید درست مثل فلان موقع، فلان طور شوم». نارضایتی چیزی است که موجب مقایسه کردن شما می شود. ما همیشه می خواهیم بهتر، کامل تر و بالاتر از دیگران باشیم. مقایسه همچنین موجب رقابت می شود. ما از آدم های دیگر و ایدآل هایمان بعنوان مقیاس و معیاری برای موفقیت استفاده می کنیم.

چرا زندگی تان را نابود می کند:مقایسه کردن موجب حسادت و دشمنی می شود. همچنین موجب عصبانیت، درد و کلافگی می گردد. این بر روابط شما با دیگران فشار وارد کرده و معمولاً موجب نابود کردن دوستی هایتان می شود.

**۴– آرزوها**

آرزو داشتن یعنی خواستن چیزی که ندارید. علت آن این است که ناراضی هستیم و احساس کمبود می کنیم. هیچ وقت هیچ چیز برایمان کافی نیست. خودمان هم کافی نیستیم. مثلاً، «می خواهم اینطور باشم ـــــ اما نمی توانم.»، «دلم می خواهد او این ویژگی را داشته باشد اما اینطور نیست.» و از این قبیل. آرزوها رابطه نزدیکی با مقایسه ها دارند. ما خودمان را مقایسه می کنیم و نتیجه آن تمایل به داشتن چیزی بزرگتر و بهتر است.

یک اصل اولیه این است که آرزو مساوی با درد است. گاهی اوقات، آرزو منجر به حرص و طمع می شود و طمع موجب بت سازی و عقده های روحی است. نتیجه آن معمولاً درد است. به جنایاتی که در دنیا اتفاق می افتد فکر کنید -- دزدی ، قتل ، تجاوز، خیانت، ... همه اینها بخاطر تمایلات و آرزوهای بشر است. وقتی چیزی را آرزو می کنیم که نداریم، نتیجه آن درد خواهد بود.

**۵– انتظارات**

انتظار داشتن یعنی داشتن این فکر که چیزی باید اتفاق بیفتد یا اتفاق خواهد افتاد. انتظارات معمولاً توسط ذهنی خشک و سخت ساخته می شوند که وقتی به چالش کشیده شود، دچار آشفتگی و پریشانی خواهد شد. مثلاً ناخودآگاه فکر می کنید، «با من مودبانه برخورد خواهد کرد» اما این اتفاق نمی افتد و شما بلافاصله بخاطر انتظاری که داشته اید ناامید می شوید. انتظارات درنتیجه قطعیت های نادرست ساخته می شوند و اینها نشانه رفتارهایی است که به دنبال حفظ امنیت هستند. همچنین ممکن است این انتظارات در قبال خودتان باشد، مثلاً به طور ناخودآگاه تصور می کنید «صورتم سرخ شده و به تته پته خواهم افتاد» و بلافاصله این اتفاق خواهد افتاد.

چرا زندگی تان را نابود می کند:انتظار رفتارهایی خاص از دیگران داشتن معمولاً منجر به ناامیدی، سردرگمی، کلافگی و عصبانیتخواهد شد. توقعات فشار زیادی بر روابط شما وارد خواهند کرد. از طرف دیگر، انتظار داشتن از خودتان هم مسائل زیادی برایتان ایجاد خواهد کرد.

# نحوه مقابله با استرس

ترس ، استرس و فشارهای روحی از جمله مشکلات و به نوعی احساسات روزمره ما هستند که در هر زمان با آنها رو به رو می شویم. باید گفت که این مشکل درد امروز جوامع صنعتی و در حال توسعه است و فشاری است که بر تمام انسان ها وارد می شود. اما چه کنیم که با این ترس و اضطراب و یا فشار های روحی غلبه کنیم.

آیا باید به داروهای شیمیایی پناه ببریم؟ تصور شما از این مسئله چیست و در برابر فشارها چه می کنید؟ در این مطلب شما را با راه هایی ساده و کاربردی برای مقابله با اضطراب و استرس آشنا می کنیم.

**دل آرام گیرد با یاد خدا**

شاید بسیاری از ما در طول زندگی روزانه خود خیلی به حضور و تاثیر خداوند متعال دقت نداشته باشیم اما حقیقت این است که خدای متعال در همه حال و تمام شرایط به کمک بندگان خود می آید و فراموش نکنیم که این وعده حقی است که خداوند متعال در کتاب مقدس خود ، قرآن کریم درباره آن صحبت کرده است.

**اکسیژن و آب**

اکسیژنی که به صورت دائم در ارتباط با آن هستیم از جمله دیگر موادی است که می تواند به ما کمک کند تا در برابر فشارهای روحی مقاوم باشیم. توجه داشته باشید که به صورت معمولی در هنگام فشار روحی و استرس تنفس انسان دچار مشکل شده و میزان اکسیژن دریافتی بدن انسان کاهش میابد.

این کمبود اکسیژن می تواند احساس فشار و به نوعی خفگی را در شما ایجاد کند. سعی کنید تا با نفس های عمیق میزان دریافت اکسیژن خود را افزایش بدهید و این کار را برای چندین دقیقه ادامه بدهید. این حرکت باعث می شود تا مغز و سیستم عصبی شما احساس خوشی و سبکی کند.

نکته بعدی استفاده از آب و خصوصا آب خنک است. مسئله بعدی در مورد زمان فشار عصبی افزایش حرارت بدن است. این افزایش حرارت در کنار کمبود اکسیژن می تواند بسیار مشکل ساز باشد. در صورت در دسترس بودن سعی کنید تا با نوشیدن آب و یا خیس کردن سر و گردن خود درجه حرارت بدن را پایین بیاورید.

**نسخه مادربزرگ ها برای استرس**

گاهی بازگشت به سنتهای قدیمی و استفاده از تجربه موسفیدان نیز می تواند موثر و راه گشا باشد. متاسفانه امروزه شاهد هستیم که بسیاری از افراد برای مقابله با مشکلات روحی به داروهای شیمیایی روی می آورند که بسیار برای سلامت افراد مضر است. اما می توان با استفاده از گیاهان دارویی این مشکل را حل کرد.

برای نمونه قدیمی تر ها معتقد بودند که استفاده از دو فنجان چای پرتقال خونی در طول روز برای کاهش اضطراب و استرس افراد مناسب است.

یکی دیگر از این روش ها بو کردن و استشمام رایحه خوشی همچون گل سرخ است. همچنین می توان در این میان به ترکیبی از چای ریشه گیاهان: سنبل الطیب ، ملیسیا و برگ نعنا اشاره کرد.

# در لحظه زندگی کنید

در این دوره و زمان که آینده می تواند نگران کننده به نظر برسد، سعی داریم یا به گذشته پناه ببریم و یا خود را به سمت آینده پرتاب کنیم.

برای آنکه زندگی حقیقی مان را تجربه کنیم، رها شدن در لحظه حال می تواند ما را در بهتر زیستن یاری دهد.

پزشک آمریکایی، ریچارد موس، نویسنده کتاب چرخه وجود، دلایل زندگی کردن در زمان حال را توضیح داده و راهکار های مهمی برای رسیدن به آن ارائه می دهد.

کتاب چرخه وجود که به کشف قدرت آگاهی می پردازد ۲ محور اساسی در ضمیر انسان را مورد بررسی قرار می دهد؛ یکی محور زمان که در یک قطب آن گذشته و در قطب دیگرش آینده قرار دارد و دیگری محور ضمیر است که در یک قطب آن خود فرد و در قطب دیگرش دیگران قرار دارند. احساساتتان به شما نشان می دهند که ذهنتان به کدام سمت حرکت کرده است.

اضطراب، نگرانی و امید، نشانگر آن است که ذهنتان به «آینده» رفته است.

غم، افسوس و یا احساس گناه به معنای آن است که ذهنتان به «گذشته» رفته است.

غبطه، حسادت، جریحه دار شدن، سرخوردگی و خشم، حاکی از آن است که ذهن متوجه «دیگران» شده است.

افکار گوناگونی که در مورد خودتان دارید مثل تحقیر کردن و یا برعکس بزرگ پنداشتن خود بدان معناست که در حیطه «خود» قدم گذاشته اید.

از صبح نرخ بورس را برای آینده به دقت بررسی می کنیم، هنگام ظهر، گفته های رئیس مان در جلسه را مرتبا به ذهن می آوریم و حالا حقیقتا بین آینده ای نامعلوم و گذشته ای که تمام شده گیر کرده ایم. در نتیجه در حالی که افکار به شدت ذهنمان را به خود مشغول داشته اند، مدام از زمان حال، تنها حقیقت ارزشمند زندگیمان می گریزیم، زیرا دیروز گذشته و فردا روز دیگری است.

**زندگی همین حالا و همین جا!**

لحظه حال نه تنها درمان عوامل تهدید کننده ای چون استرس، خستگی مفرط و بی حالی است بلکه این امکان را فراهم می سازد تا به خود بیاییم و به زندگیمان جهت می بخشد. زندگی کردن در زمان حال، از اصول فلسفی خرد باستان و هدف اصلی روان شناسی نوین به شمار می رود، راه و روشی که با به کارگیری آن در زندگی روزانه می توان مانع از آن شد تا به حواشی زندگی بپردازیم.

لحظه حال را با قضاوت کردن در مورد خودمان، اطرافیانمان و چیزهایی که در ذهنمان می بافیم خراب می کنیم. این گرایش طبیعی، ما را از دسترسی به ماهیت حقیقی درونمان و کیفیت مطلوبی از زندگی که همگی در آرزوی آن هستیم باز می دارد.

**تنها یک چیز در یک زمان**

چه زمانی به خودتان اجازه داده اید که از دیدن قطره ای باران روی شیشه پنجره و یا لبخند فردی که دوستش دارید به وجد بیایید؟

بی تردید مدت زمان زیادی است که این عمل را انجام نداده اید، چون در زمان حال تمرکز ندارید. فراتر از زمان حرکت می کنید و کاملا حق دارید که در یک زمان چندین عمل را با هم انجام دهید.

آیا برای شستن ظرف ها، دندان ها و زمانی که در کنار همسرمان هستیم، رمز موفقیت در این است که در آن لحظات به چیز دیگری فکر نکنیم؟

تجربه چند احساس در یک زمان، بدان معناست که در حالی که به صدایی گوش می دهی ، عطر و یا بوی چیزی را نیز استشمام می کنید و در این هنگام تمرکز روی یک حس خوشایند می تواند به شما کمک کند. در این حالت، حواستان کمتر پرت می شود، در حالت ثابت تری قرار دارید و ذهنتان کمتر به وقایع بیرون سرک می کشد.

**خروج از فکر منطقی**

ما در دوره ای زندگی می کنیم که به ماهیت عقل و خرد پی برده ایم، اما ماهیت روح و خودآگاهی چه می شود؟

اگر با دقت بیشتری به آن بنگریم، به این واقعیت پی می بریم که به شدت گرفتار و یا حتی ذهنمان درگیر سازمان دهی، اداره کردن و طرح ریزی مسائل گوناگونی است و با این حال دچار استرس و خستگی مفرط هستیم؛ نشانه ای که شاید بیشتر باید به آن توجه کنیم!

زمانی که تفکر ذهنتان را به خود مشغول داشته است، بگذارید لذت و شوق همراه شدن با زندگی، شما را در بر گیرد.

مثلا می توانید از عشقی که کودکتان نسبت به شما ابراز می کند، از تابش نور خورشید و... لذت ببرید. تجربه کردن «لحظه» فضایی درونی می گشاید که در آن شکل دیگری از هوش، متفاوت با فکر منطقی و یا درک ذهنی که می شناسیم، به وجود می آورد.

به جای آنکه پشت سرهم اعصابتان را خرد کنید، تکیه بر زمان حال، این امکان را فراهم می سازد تا خود را مملو از انرژی نگه دارید و سبب می شود تا راه حل هایی که به آنها فکر نکرده اید پیش رویتان قرار گیرند.

مطمئنا هیچ چیز نمی تواند ذهنتان را از به اجرا درآوردن این عقیده که به تازگی شکل گرفته، باز دارد.

**هنر تمرکز کردن**

گاه سنگینی بار خاطرات گذشته مانع از آن می شود تا در زمان حال زندگی کنیم. سناریو های تکراری که با حرص و ولع وارد ذهنمان می کنیم حاکی از آن است که برخی از وقایعی که نتوانسته ایم به خوبی با آنها کنار بیاییم، وارد زندگی کنونی مان می شوند. مثلا بدون اینکه متوجه باشید زمانی که صحنه ای از حسادت را جلوی چشمانتان می آورید، نیمی از ذهنتان گیج و منگ می شود.

این حالت زمانی روی می دهد که احساس خطر می کنید و افکاری چون «نمی توانم به او اعتماد کنم و ترجیح می دهم که از هم جدا شویم» را در ذهنتان روی هم انباشته می کنید.

وی پیشنهاد می دهد برای دور نگه داشتن گذشته ای که ذهنتان را منحرف می کند، توجهتان را روی زمان حال، که همچنان آن را هنر تمرکز کردن می نامد، معطوف کنید.

به این ترتیب با مدیریت افکارتان می توانید بهتر تمرکز داشته و در زمان حال و تنها با حقیقت موجود زندگی کنید.

# نقش الگوهای رفتاری در سبک زندگی اسلامی (۱)

یکی از روش‌های تربیتی، روش ارایه الگو است. در این روش انسان‌های پاک، موفق و کامل به عنوان نمونه معرفی می‌شوند و دیگران می‌توانند از رفتار آنها سرمشق گرفته و مثل آنها شوند. در روان شناسی به این مسأله توجه شده که انسان احتیاج به الگوی رفتار و نمونه عمل دارد.

به تجربه نیز ثابت شده است و می‌بینیم که هر انسانی به دنبال الگو می‌گردد و در پی شخصیت ممتازی است که به او دل بندد و ارادت بورزد. وجود الگوهای رفتار و شخصیت‌های نمونه و مربی، نقش بسیار مهمی در سازندگی انسان‌ها دارد. انسان به طور فطری، نیازمند راهنماست.

هدف اساسی و نهایی تمام پیامبران، تربیت صحیح انسان‌ها برای تکامل و سعادت ابدی است. در این مسیر یکی از روش‌های اساسی و راه‌کارهای عملی، پرورش و تربیت از طریق الگوهاست. با مراجعه به قرآن کریم و روایات وارده از ائمه هدی علیهم السلام مشاهده می‌شود که به تربیت انسان از این طریق بسیار تأکید شده است.

خداوند متعال نسبت به نقش الگو در پرورش انسان‌ها تأکید ویژه‌ای دارد و در قرآن کریم در موارد متعدد، پیامبران، انسان‌های صالح و امت‌ها را به عنوان اسوه و نمونه معرفی کرده است، چنانچه درباره پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: برای شما در (سیره) رسول خدا سرمشقی نیکوست، (البتّه) برای کسانی که به خدا و روز قیامت امید دارند و خدا را بسیار یاد می‌کنند.

اهل بیت علیهم السلام به تصر یح قرآن کریم دارای مقام عصمت بوده و از هرگونه آلودگی پاک و پیراسته می باشند:خداوند فقط می‌خواهد پلیدی و گناه را از شما اهل بیت دور کند و کاملا شما را پاک سازد.

منظور از تأسی و الگو قرار دادن، حالتی است که انسان، از هر جهت به مقتدایش اقتدای تام و تمام کند. ائمه هدی علیهم السلام تمام شرایط الگو بودن و مقتدا بودن را دارا می‌باشند و عقل حکم می‌کند انسان دنباله رو کسانی باشد که به گواهی تاریخ و اعتراف دوست و دشمن گوی سبقت را در میدان کمالات و فضایل و خوبی از همه ربوده‌اند و همه خوبان، پاکان و صاحبان کمال، ریزه خوار سفره خصال نیکوی آنها می‌باشند. راهبرانی که با علم خداداد و لدنی کاملا با پیچ و خم راه سعادت آشنایند و خود این راه را تا آخر پیموده اند و با علم و قدرت الهی، توانایی دستگیری و راهنمایی رهروان این راه را دارند.

در الگوگیری، حضور یا عدم حضور افراد چندان مهم نیست؛ بلکه چه بسا کسانی که در گذشته‌ای دور زندگی می‌کردند، بهتر از بسیاری از مصاحبان بتوانند الگو واقع شوند. گذشت زمان هم چیزی را عوض نمی‌کند؛ زیرا محور اصلی در الگوگیری، اصول کلی تربیتی و ارزش‌های اخلاقی است که با مرور زمان، پوسیده و کهنه نمی‌شود. چنانچه مقام معظم رهبری در این باره می‌فرمایند:

من معتقدم که برای جوان مسلمان، به خصوص مسلمانی که با زندگی ائمّه اطهار علیهم السلام و خاندان پیامبر اکرم صلّی الله علیه و آله و مسلمانان صدر اسلام آشنایی داشته باشد، پیدا کردن الگو مشکل نیست و الگو هم کم نیست. البته در زمان خودمان هم الگو داریم. امام راحل الگوست. این جوانان بسیجی ما الگو هستند؛ هم کسانی که شهید شدند و هم کسانی که امروز زنده‌اند. البته طبیعت انسان این گونه است که درباره کسانی که رفته‌اند و شهید شده‌اند، راحت‌تر حرف می‌زند. ببینید چه الگوهایی می‌شود پیدا کرد.

امروزه سردمداران نظام های استکباری جهت دست یافتن به اهداف سیاسی، اقتصادی و فرهنگی استعماری خود از طریق به کارگرفتن تمام امکانات تبلیغی به معرفی الگوهای دروغینی می‌پردازند که جز به فساد و تباهی کشاندن نیروهای خلاق سایر جوامع و یا حداقل سرگرم ساختن قشرهای تأثیرگذار این جوامع به کارهای غیر مفید و غیرلازم نتیجه‌ای در پی ندارند. آنان اغلب از این راه به همواره ساختن زمینه اجرای نقشه‌های شوم خود می‌پردازند تا از طریق مشغول ساختن قشرهای سرنوشت ساز سایر جوامع، خود در عرصه‌های سیاسی، اقتصادی و فرهنگی زمام امور آنان را در دست بگیرند.

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

**آگهی درخواست گواهی حصر وراثت**

آقای فریدون حیدری فرزند شاه‌کوچک به شرح درخواستی که به این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان مرحوم شاه کوچک حیدری فرزند مراد به شماره ملی ۲۴۷۰۲۸۳۴۰۱ صادره از ح جهرم در تاریخ ۱۳۸۳/۱/۱ بدرود زندگی گفته ورثه آن مرحوم منحصر است به

۱-فریدون حیدری فرزند شاه کوچک ک م ۲۴۷۱۲۷۶۷۸۴ ت ت ۱۳۳۰/۱۱/۱۹ صادره از ح جهرم

۲- کنیز حیدری فرزند شاه کوچک ک م ۲۴۷۱۲۹۰۲۴۸ ت ت ۱۳۳۶/۱۰/۳ صادره از ح جهرم

۳-غلامعلی امیرسالاری فرزند شاه کوچک ک م ۲۴۷۱۳۰۸۴۶۵ ت ت ۱۳۴۱/۱/۱ صادره از ح جهرم فرزندان 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 آگهی 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/۲۴۶

**آگهی درخواست گواهی حصر وراثت**

خانم تهمینه یزدانی فرزند محمد حسین به شرح درخواستی که به این شورا ثبت گردیده درخواست صدور گواهی حصر وراثت نموده و چنین توضیح داده که شادروان مرحومه اشرف شکاری فرزند مصطفی به شناسنامه ۷۲ صادره از لارستان در تاریخ ۱۳۹۴/۰۶/۱۴ در اقامتگاه دائمی خود شهر خنج بدرود زندگی گفته ورثه آن مرحوم منحصر است به

۱-تهمینه یزدانی فرزند محمدحسین ش م ۶۷۲۰۰۳۰۴۵۰ صادره از خنج

۲- هانیه یزدانی فرزند محمدحسین ش م ۶۷۲۰۰۵۷۸۵۵ صادره از خنج (دختران متوفی)

۳-ایمان یزدانی فرزند محمدحسین ش م ۲۵۰۰۳۶۵۹۴۸ صادره از لارستان پسر متوفی

۵-فاطمه استواری فرزند عبداله ش م ۲۵۱۰۶۷۹۵۲۱ صادره از لارستان مادر متوفی

۶-مصطفی شکاری فرزند عبدالعلی ش م ۲۵۱۰۶۷۴۱۱۰ صادره از لارستان پدر 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.

مهرداد خسروی - قاضی شورای حل اختلاف شعبه دوم خنج م/الف/۲۹۴

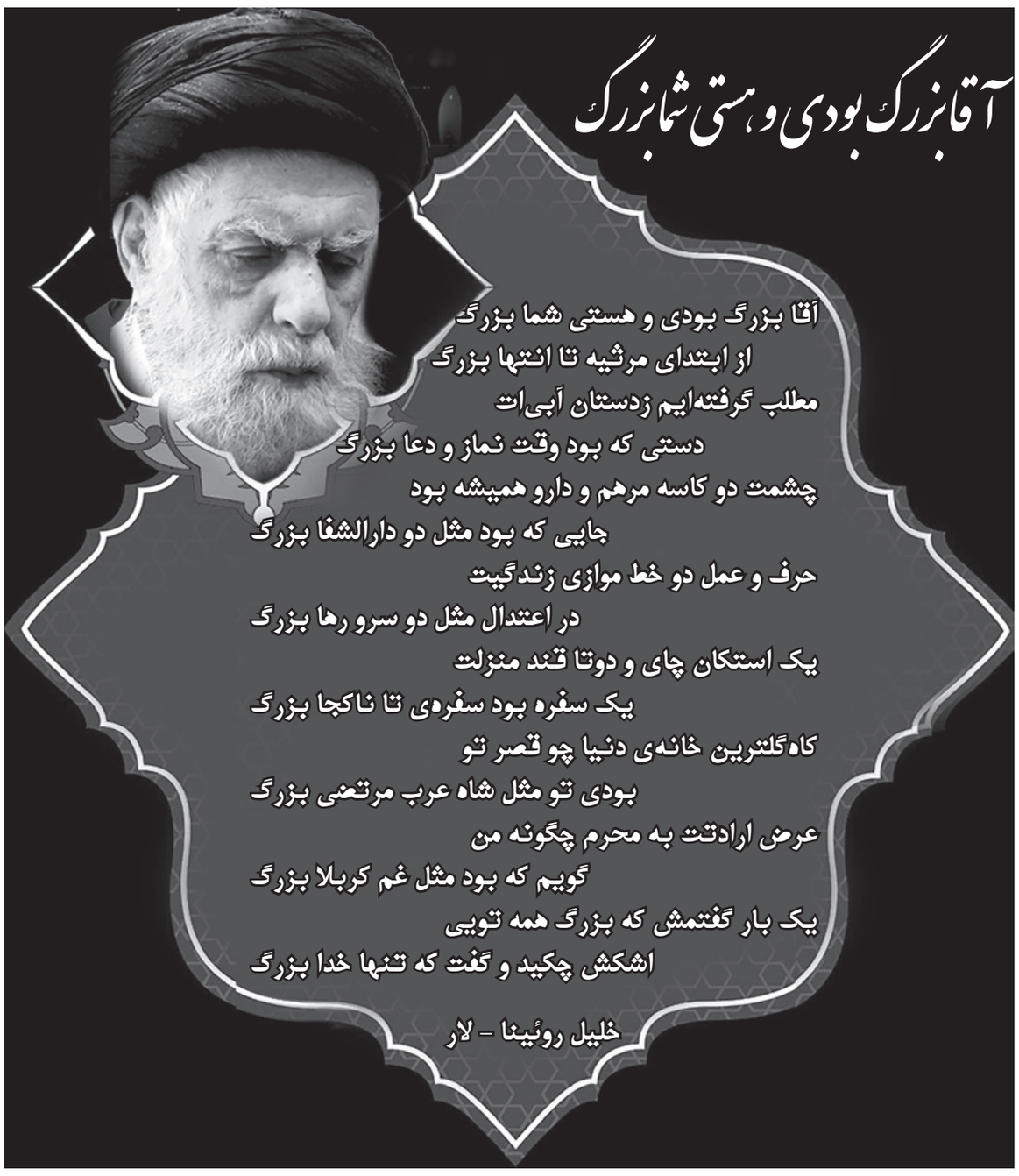
# دلبستگی عجیب آقا به مردم لارستان

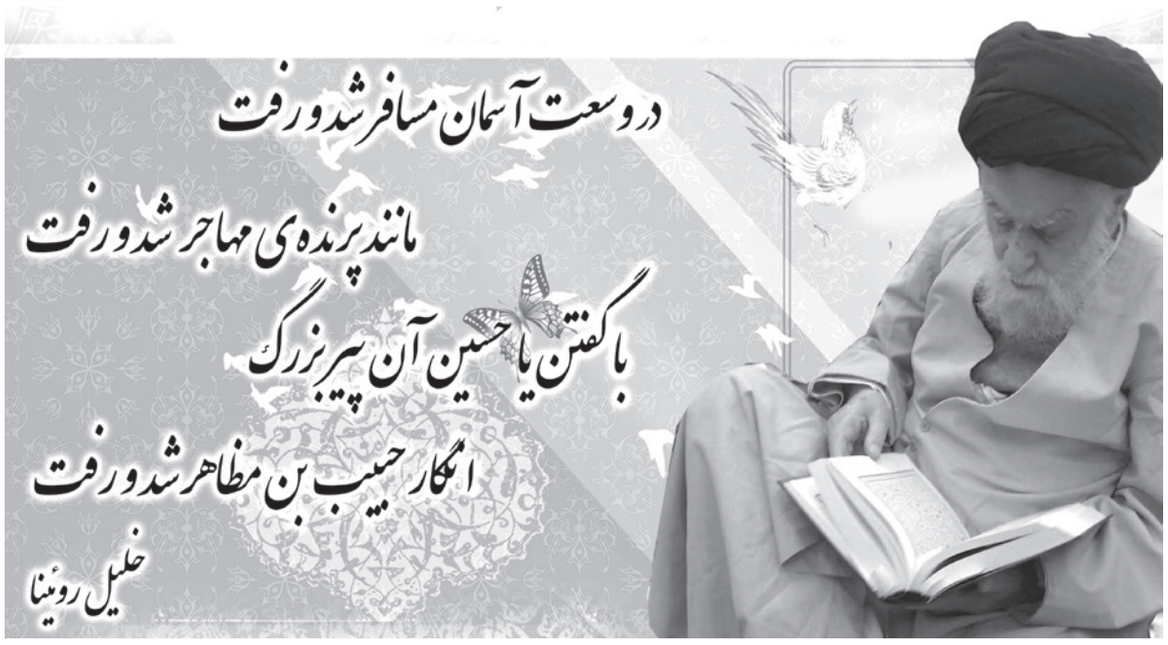
۱)همانطور که احتمالاً می‌دانید حضرت آقا قبل از انقلاب اسلامی ۵۷ با امام خمینی (ره) مکاتبات داشتند و همدیگر را به خوبی می‌شناختند. پس از انقلاب نیز امام خمینی (ره) از حضرت آقا درخواست کردند برای استفاده بهتر مردم از علم و جایگاه ایشان از لارستان به تهران یا قم بیایند که حضرت آقا فرمودند: «مردم لارستان با من و من با مردم لارستان مأنوسیم و جدا شدن از این مردم برایم امکان‌پذیر نیست.» پس از امام راحل نیز مقام معظم رهبری همین درخواست را از ایشان کردند و همان پاسخ را شنیدند. مقام معظم رهبری پس از جواب رد حضرت آقا پیشنهاد کردند پس ۶ ماه از سال را در لارستان و ۶ ماه را در کنار ما باشید که حضرت آقا باز هم نپذیرفتند و مردم لارستان را رها نکردند. این مردم داری و علاقه ویژه به مردم لارستان و در واقع اجتناب از ریاست طلبی از ویژگی‌های خاص حضرت آقا بود.

۲)یادم می‌آید در سال ۴۸ آقا تصمیم به رفتن سفر حج گرفتند. چند روز قبل از سفر دچار خونریزی شدید معده شدند همانطور که می‌دانید آقا با زخم اثنی‌عشر بیش از ۶۰ سال درگیری داشتند. خودشان می‌فرمودند این «درد» سوغات قم است و از زمان جوانی و تحصیل علم در قم با ایشان همراه بود. خلاصه این که در بیمارستان شیراز بستری شدند و پزشک ایشان گفت باید خون به ایشان تزریق شود و اگر کسی حاضر است تا خون او را بگیریم و به حضرت آقا بدهیم. یادم می‌آید بدون این که اطلاع‌رسانی خاصی بکنیم بیش از ۴۰ نفر برای خون دادن صف کشیدند که موجب تعجب همگان در بیمارستان شیراز شده بود.

۳)شب قبل از ارتحال‌شان نیز بنده نزد ایشان بودم. حالشان خوب بود ولی به طور مرتب با خودشان زمزمه می‌کردند و یک جاهایی خیره می‌شدند. روز آخر هم من تا بعد از ظهر در کنارشان بودم و حالشان خوب بود. من پس از آن به سمت لار حرکت کردم که در میانه ره «حسین»، آقا زاده ایشان با من تماس گرفتند و خبر فوت آقا را دادند. من ابتدا ایشان را نشناختم و چون از چند روز قبل فوت ایشان شایعه شده بود با لحن تندی جواب دادم و گفتم زبانت را گاز بگیر! آقا حسین دوباره تماس گرفتند و گفتند من حسین هستم و حضرت آقا بعد از خواندن نمازشان در آغوش «حسن آقا» فوت کرده‌اند. دنیا در آن لحظه دور سرم چرخید و نمی‌دانم چطور خود را به لار رساندم. به خیابان منتهی به حسینیه اعظم که رسیدم دیدم جمعیت بسیار زیادی آنجا هستند و عزاداری می‌کنند.

**محمد ابراری**




# موزه حضرت آیت الله‌العظمی سید عبدالعلی آیت اللهی (ره)

موزه حضرت آیت الله‌العظمی سید عبدالعلی آیت اللهی (ره) در حسینیه اعظم شهر لار واقع شده است.

شهرستان لارستان از شهرستان‌های جنوبی استان فارس است که از جنوب و شرق به استان هرمزگان، از جنوب غربی به شهرستان لامرد، از غرب به شهرستان خنج و از شمال به شهرستان جهرم و داراب محدود می‌شود.

حضرت آیت الله‌العظمی سید عبدالعلی آیت اللهی (ره) در سال ۱۲۹۹ هجری شمسی (۱۳۳۹ قمری) متولد شد .

جد ایشان مرحوم آیت الله سید عبدالحسین نجفی لاری - رهبر قیام جنوب علیه استعمار انگلستان - و پدر ایشان مرحوم آیت الله‌العظمی سید عبدالمحمد آیت اللهی(ره) - فقیه نستوه و مجاهد مبارز - هستند

ایشان تحصیلات ابتدایی را در شهر لار و دروس حوزوی مقدماتی را نزد پدر گرامی اش گذراند سپس در تبعید پدر و خانواده ایشان به شیراز در محضر اساتید بزرگی همچون آیت الله سید نور الدین حسینی شیرازی و حاج شیخ ابوالحسن حدایق (رهما) شاگردی کرد .

ایشان در این دوره نزد استادان مشتاق شیرازی و قدوسی هنر خوشنویسی را آموخت و به درجه استادی رسید .

آیت الله سید عبدالعلی آیت اللهی در ۳۶ سالگی از طرف آیت الله نور الدین حسینی شیرازی (ره) حکم اجتهاد گرفت و سپس برای تکمیل تحصیلات راهی شهر مقدس قم شد.

وی در قم در محضر آیات عظام سیدصدرالدین صدر (پدر امام موسی صدر) بروجردی، سیدمحمدتقی خوانساری (رهم) شاگردی کرد و از سیدصدرالدین صدر (ره) نیز حکم اجتهاد گرفت .

پس از آن حضرت آیت الله‌العظمی آیت اللهی (ره) عازم نجف اشرف شد و در محضر آیات عظام سیدعبدالهادی شیرازی، خویی ، حکیم ، شاهرودی، آقا بزرگ تهرانی، حاج شیخ صدرآباد کوبه‌ای (رهم) کسب فیض کرد .

حضرت آقا اجازه اجتهاد از سه تن از فقهای عصر یکی آسیدنورالدین شیرازی دوم سیدصدرالدین صدر سوم سیدعبدالهادی شیرازی (رهم) دریافت نمودند. ایشان اجازه روایی که مهمتر از اجتهاد می‌باشد را از آسیدنورالدین حسینی شیرازی معروف به نایب‌الامام، سیدصدرالدین صدر، آقابزرگ تهرانی، سیدشهاب‌الدین الحسینی مرعشی نجفی با تأیید آیت‌الله سیدمحمود شیرازی (رهم) دریافت نمود. اجازه در امور حسبه را از آیات عظام بروجردی، حکیم، خویی، شاهرودی از علمای بزرگ شیعه در نجف، امام خمینی، گلپایگانی، مرعشی نجفی، سیدعبدالهادی شیرازی (رهم) دریافت کرد.

به دنبال درگذشت عموی بزرگوارشان مرحوم آیت الله سید علی اصغر موسوی لاری(ره) در سال ۱۳۳۴ و درخواست های مکرر مردم لارستان ، وی از نجف عازم لارستان شد و زعامت مردم این منطقه را بعهده گرفت .

از آغازین مراحل انقلاب شکوهمند اسلامی آیت الله‌العظمی آیت اللهی(ره) به حمایت از حضرت امام خمینی (ره)پرداخت و در سال ۱۳۴۲ عازم تهران شد .

وی به همراه سایر علما مرجعیت امام را تأیید کرد ، تا زمینه آزادی امام از بند رژیم طاغوت فراهم شود .

آیت الله آیت اللهی پس از آن نیز به مبارزات انقلابی خود ادامه داد .

آیت الله آیت اللهی(ره) بزرگترین عامل وحدت تشیع و تسنن در منطقه جنوب فارس و همواره مورد احترام قاطبه اهل تشیع و تسنن منطقه و حتی کشورهای خلیج فارس بود .ایشان از سال ۱۳۵۸ تا پایان عمر شریف‌شان در سال ۱۳۹۱ هـ‌ش امام جمعه محبوب لارستان بودند.

با تلاش و همت آیت‌الله العظمی سیدعبدالعلی آیت‌اللهی (ره) از بازمانده‌ی خانه‌های جد و پدر و عمو و فرزند آیت‌الله‌الظعمی سیدعبدالحسین نجفی لاری (ره) پس از احداث خیابان مدرس و افتادن بخش اعظمی از آن خانه ها در خیابان و جلب رضایت بازماندگان سیدلاری و دادن سهم‌الارث در سال ۱۳۵۳ هـ‌ش در روز عید غدیر پس از جشن عید و با حضور روحانیون و اقشار مردم کلنگ احداث حسینیه‌ای در خور شأن و جایگاه والای مردم لار به زمین زده شد که بعدها مشهور به حسینیه اعظم شد چرا که تا آن زمان و چندی پس از آن بزرگترین حسینیه لار شمرده می‌شد.به دلیل طبع والای حضرت آقا از مصالح خوب و مرغوبی همچون چوب ساج برای درها و... استفاده شده است و از استادکارانی که در شاهچراغ کار مشبک و معرق، کاشیکاری و ... انجام می‌داده‌اند بهره برده‌اند کل حسینیه مساحتی بالغ بر ۵۸۵۹ متر مربع می‌باشد پلان آن حیاط مرکزی و در اضلاع شمالی و جنوبی و غربی حیاط عمارت عالی بنا شد، کاشیکاری و سقف چوبی و گنبد و دربهای چوبی گره چینی و شیشه‌های رنگی و ارتفاع رفیع سقف از ویژگی بارز بناست.

*سرای قدس حسین است و محضر عشق است*
*بنام نامی الله و اکبر عشق است*
*ادب نمای و فرودآ در این سرای رفیع*
*که کاخ کوخ نشینان کشور عشق است*
*زدیم تیشه بر این کوهپایه چون فرهاد*
*که بزم شاهد شیرین نوبر عشق است*
*«سروده حضرت آیت‌الله العظمی آیت‌اللهی (ره)»*

شاگردانی هم از محضر حضرت آیت‌اللهی (ره) تلمذ نموده‌اند از جمله: آیت‌الله العظمی مکارم شیرازی ، آیت‌الله شهید شیخ عبدالرحیم ربانی (نماینده امام خمینی (ره) در فارس)، حاج باقر آقا غفوری، حاج شیخ عبدالحسین نوروزی، حاج شیخ علی ادبی، حاج سیدمصطفی علوی، حاج سیدناصر صحبت‌زاده، حاج شیخ غلامرضا امانت، مرحوم حاج محمد برازجانی وکیل دادگستری، مویدی، فاتحی، امانت.

در سال ۱۳۹۱ با رحلت حضرت آیت‌الله العظمی سیدعبدالعلی آیت‌اللهی(ره) طبق وصیتشان در خانه خود (حسینیه اعظم) در ضلع شمالی آن به خاک سپرده شدند. در دومین سالگرد (خرداد ۱۳۹۳) این عالم ربانی در ضلع غربی حسینیه اعظم با همت میراث فرهنگی و بیت معظم آیت‌اللهی خصوصاً حجت‌الاسلام والمسلمین سیدمحمدحسن آیت‌اللهی دام برکاته موزه راه‌اندازی شد که به دست نایب رئیس مجلس حضرت حجت‌الاسلام حاج آقا ابوترابی افتتاح شد. فاز دوم موزه در سومین سالگرد حضرت آقا افتتاح شد.

برخی اشیایی که در این موزه نگهداری می‌شوند شامل: البسه و لوازم شخصی حضرت آقا(ره) از جمله عمامه، عبا، قبا و نیز سجاده‌ها و ابزار و ادوات خوشنویسی ایشان می‌باشد.

نیز اجازات مراجع عظام، سیدنورالدین الحسینی شیرازی، سیدصدرالدین صدر، سیدحسین بروجردی، سیدشهاب‌الدین حسینی مرعشی، سیدمحمدرضا موسوی گلپایگانی، سیدمحسن طباطبایی حکیم، سیدعبدالهادی الحسینی شیرازی، آقا بزرگ تهرانی (رهم)، در خصوص اجتهاد و امور حسبیه می‌باشد.

رسید وجوهات ارسالی از طرف حضرت آقا به امام خمینی(ره)، حکم حضرت خمینی(ره)، در خصوص انتصاب حضرت آیت‌الله العظمی سیدعبدالعلی آیت‌اللهی امام جمعه لارستان، مرقومه شریف حضرت آیت‌الله‌العظمی حاج سیدحسین طباطبایی بروجردی (ره) در تأیید تأسیس مدرسه علمیه دینی حوزه علمیه علی‌بن ابیطالب لارستان، مرقومه شریف حضرت آقا(ره) به پیرنیا استاندار فارس پیرامون اجرای کارهای عمرانی در استان، سیاهه اشعار به خط حضرت آقا، خرید سهام ارث ورثه مرحوم آیت‌الله‌العظمی حاج سیدعبدالحسین برای احداث حسینیه اعظم لارستان، مرقومه شریف حضرت آقا (ره)به بیت معظم مرحوم آیت‌الله‌العظمی حاج سیدعبدالحسین لاری در خصوص اطلاع برای ساخت حسینیه اعظم در زمین مرحوم حاج سیدعبدالحسین به هزینه حضرت آقا، رقیمه مبارک حضرت امام خمینی (ره) به حضرت آقا و مشورت در امور اجتماعی، جوابیه حضرت آیت‌الله حاج سیدعبدالهادی الحسینی شیرازی (ره) به حضرت آقا در خصوص وقایع ۱۵ خرداد ۱۳۴۲، مرقومه حضرت امام خمینی (ره) به حضرت آقا در خصوص تشکیل مجلس روحانیت در لارستان، مرقومه حضرت آقا (ره) به حضرت آیت‌الله کاشانی (ره)در خصوص مسائل سیاسی روز در سال ۱۳۳۱ رقیمه مبارک رهبر انقلاب به حضرت آقا(ره) در خصوص قصیده‌ای که حضرت آقا برای مصلای تهران سروده‌اند.

کتاب نگارستان خط حاوی آثار خوشنویسی آقا، کتاب جذبه موسوی گزیده اشعار و آثار خوشنویسی حضرت، قاب‌های خاتم دستخط حضرت آقا که با تهذیب زیبایی مزین شده است.

عکس حضرت آیت‌الله سیدعبدالحسین نجفی لاری و تفنگچیان ایشان که در منزل ذالریاستین در شیراز در نماز و بدون اطلاع ایشان گرفته شده است و تنها عکس ایشان می‌باشد.

عکس حضرت آقا در جبهه سال ۱۳۶۱ و نیز تعدادی مرقعات دیگر در موزه موجود است.

قاز دوم موزه گنجینه‌ای از مرقعات و اثار خوشنویسی است که شامل دستخط مبارک حضرت آیت‌الله العظمی سیدعبدالحسین نجفی لاری، حضرت آیت‌الله العظمی سیدعبدالمحمد آیت‌اللهی، حضرت آیت‌الله العظمی سیدعبدالعلی آیت‌اللهی، آیت‌الله سیدعلی اکبر آیت‌اللهی، حضرت آیت‌الله العظمی سیدعلی‌اصغر رکنی موسوی (رهم)، دستخط مبارک مقام معظم رهبری حضرت آیت‌الله العظمی امام خامنه‌ای مد ظله‌العالی، حضرت آیت‌الله العظمی آقا سیدنورالدین حسینی معروف به نایب‌الامام رضوان الله تعالی و استاد معظم حضرت آقا، آیت‌الله العظمی مرعشی نجفی، حضرت آیت‌الله سیدمحمود شیرازی، وصال شیرازی، فتحعلی شیرازی متخلص به حجاب، حاج شیخ عبدالحسین نوروزی، آیت‌الله سیدمجدالدین مصباحی، خط استاد حضرت آقا محمد شفیع ارسنجانی (رهم)، مصالحه نامه و وقف‌نامه‌ها و طومارهای مردمی و ...

# اسکیزوفزنی شدیدترین بیماری روانی

روان‌گسیختگی، اسکیزوفرنی یا شیزوفرنی، که اکثر روانپزشکان و روانشناسان به آن سرطان خاموش نیز می‌گویند یک اختلال روانی شایع است که از ویژگی‌های بارز آن فقدان توانایی در اندیشیدن، عاطفه ضعیف، انجام رفتارهای نامعقول و ناتوانی در درک واقعیت است. البته شایان ذکر است که منظور از ناتوانی در درک واقعیت، توهمات مغزی فرد بیمار می‌باشد. این بیماری در میان همه بیماری‌های عمده روان شناختی از همه وخیم‌تر و شدیدتر می‌باشد و معمولاً خود را به صورت توهمات شنیداری، توهم‌های جنون آمیز یا عجیب و غریب، یا تکلم و تفکر آشفته نشان می‌دهد، و با اختلال در عملکرد اجتماعی یا شغلی قابل توجهی همراه است و فرد را از همه جوانب زندگی عقب می‌اندازد. شروع علائم معمولاً در دوران نوجوانی رخ می‌دهد. روانپزشکان و روانشناسان آن را نوعی جنون می‌دانند. به باور بسیاری از روان درمانگران فرد مبتلا به اسکیزوفرنی دارای هذیان‌ها و توهمات بسیاری از جمله توهم‌های شنیداری و دیداری می‌باشند.

اسکیزوفرنی یکی از بیماری های روانی بسیار خطرناک بوده که از زمان های قدیم نیز گزارش هایی در رابطه با بروز این بیماری در افراد داده شده است.درمان این بیماری به سادگی دیگر بیماری ها نیست همچنین طول درمان آن نیز زیاد است.اسکیزوفرنی یک بیماری روانی بسیار قدیمی است که سابقه ابتلای آن به طول تاریخ بشر می رسد.

در کتاب های قدیمی مانند ذخیره خوارزمشاهی اسماعیل جرجانی از بیماری اسکیزوفرنی به عنوان «قُتْرب» نام برده شده و حتی ابن سینا نیز به این بیماری اشاره کرده اما از حدود ۱۰۰سال قبل نگاه ها نسبت به بیماری اسکیزوفرنی علمی تر شد و فردی به نام کرپلین از نظر معیارهای تشخیصی، این بیماری را مورد بررسی قرار داد و درنهایت بلویلر روان پزشک مشخصه های این بیماری را بیان کرد. بیماری اسکیزوفرنی علمی تر شد و فردی به نام کرپلین از نظر معیارهای تشخیصی، این بیماری را مورد بررسی قرار داد و درنهایت بلویلر روان پزشک مشخصه های این بیماری را بیان کرد.

**مشخصه های بیماری اسکیزوفرنی**

یک بیماری عمده روانپزشکی محسوب می شود که شیوعی در حدود یک درصد در جمعیت عمومی دارد. بررسی های میدانی در ایران نیز شیوعی نزدیک به یک درصد را نشان داده است، یعنی حداقل پانصد هزار بیمار مبتلا به اختلال اسکیزوفرنی در کشور وجود دارد .در بیشتر موارد بیماران مبتلا به اسکیزوفرنی در کنار خانواده زندگی می کنند. گاهی نیز رفتارهایی از اعضای خانواده یا مراقبین سر می زند که باعث هیجانی شدن زیاد در بیمار گشته و منجر به عود بیماری و بستری شدن مجدد می گردد .

افرادی که با بیماران مبتلا به اسکیزوفرنی زندگی می کنند، ازانجام شش رفتار زیر بپرهیزید :

۱- همه کارهای روزمره بیمار را تمام و کمال انجام ندهید بلکه قسمت هایی از آن را به خود بیمار واگذار نمایید.

۲- در جمع خانواده یا دوستان ، انحصاری روی بیمار تمرکز نکنید .

۳- وقتی بیمار در حال صحبت کردن است سرزده و ناخواسته وسط مکالمه وی نپرید.

۴- رفتارهایی که نشان می دهد که مراقب حتی حاضر است برای بیمار خود را قربانی نماید مناسب نیست به عبارت ساده تر ، فداکاری بی مورد نکنید .

۵- از گفتن انگیزه ها و احساسات آرمان گرایانه برای بیماران بپرهیزید.

۶- وقتی بیمار از احساسات خود می گوید با گریه گردن وارد هیجان بیمار نشوید.

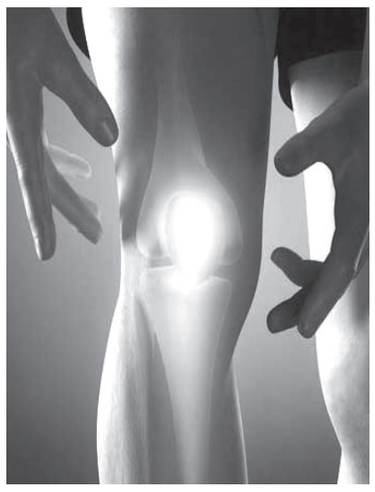
# ساییدگی مفاصل

بدن انسان حدود ۲۲۶ قطعه استخوان دارد؛ قطعات غضروفی که وظیفه حرکت و تحمل وزن را بر عهده گرفته‌اند. مفاصل اندام فوقانی مثل مچ دست برای حرکات ظریف به کار می‌رود و مفاصل بزرگ همانند لگن، زانو برای کارهای سنگین و طاقت فرسا کارکرد دارند. به قسمت‌هایی همچون شانه، گردن، مچ دست، زانو، مفاصل بزرگ گفته می‌شود و در این بین مفاصل بین انگشتان در کار کرد و فعالیت‌ها نقش دارند.

**چرا مفاصل با گذشت زمان دچار ساییدگی می‌شوند؟**

ژنتیک، فعالیت‌های روزانه و مصرف مواد غذایی به شدت بر ساییدگی مفاصل موثر هستند. همچنین برخی بیماری‌ها مثل روماتیسم باعث پوک شدن استخوان‌ها یا خوردگی مفاصل می‌شود، در این بین داروهایی مانند کورتون یا داروهای ضد تشنج هم می‌تواند فرد را دچار پوکی استخوان یا آسیب در ناحیه غضروفی کند. درد مفاصل بیشتر در ناحیه لگن به زانو است؛ زیرا وزن زیاد، فشار زیادی را بر مفاصل خود وارد می‌کند، از این رو ممکن است افراد در سنین بالای ۴۵ سال دچار آرتروز یا تخریب درجات خفیفی از غضروف لگن و زانو شوند.

شایع‌ترین علامت ساییدگی زانو درد است که در ناحیه لگن یا زانو احساس می‌شود. برخی فعالیت‌های سنگین و اضافه وزن هم می‌توانند تاثیر زیادی روی ساییدگی مفاصل داشته باشند. نوع نشست و برخاست یا سبک زندگی فاکتورهای ژنتیکی هم می‌توانند از جمله عواملی باشند که تاثیر بر روی تخریب مفاصل ایجاد کنند. نشانه‌های دیگر این اختلال محدودیت حرکات و خشکی مفاصل است که زمان بیدار شدن فرد به مدت ۴۰ دقیقه تا یک ساعت دچار خشکی مفاصل خواهد شد که در این حالت انجام حرکات و فعالیت‌های روزانه



برای فرد بسیار سخت و دشوار خواهد شد.

با رعایت برخی نکات مهم می‌توان درد مفاصل را کاهش داد؛ به طور مثال برای انجام فعالیت‌ها باید تحرک مناسب داشته باشیم یعنی از فعالیت‌های نابجا مثل استفاده از سرویس بهداشتی‌های غیر فرنگی یا نشستن بر روی زمین یا راه رفتن زیا بر روی پله‌ها یا حمل اشیای سنگین پرهیز کنیم، همچنین بهتر است مصرف مواد غذایی همانند لبنیات غذاهای دریایی را در منو غذایی خود بالا ببریم. مصرف داروهای غضروف ساز هم توصیه می‌شود، اما به تنهایی موثر نخواهند بود.

اگر فرد اضافه وزن داشته باشد ابتدا باید وزن خود را کم کند یا اگر در سطوح شیب دار ورزش می‌کند آن را رها کند، با کفش‌ها و سطوح مناسب ورزش کند؛ تمام این فعالیت‌ها در تقویت کننده عضلات غضروفی موثر هستند. تمام این کارها به هم وابسته هستند و به تنهایی نمی‌توانند در ساختن مفاصلی قوی موثر باشند، البته باورهای غلطی هم وجود دارد همانند حجامت کردن یا زالو انداختن که این‌ها ارزش علمی در دنیا ندارند و بیشتر شبیه افسانه هستند تا حقیقت.

# عوارض جانبی دوش گرفتن های مکرر

عادت استحمام روزانه و دوش گرفتن به صورت مداوم خطراتی جبران ناپذیر برای سلامت و زیبایی بزرگترین عضو بدن خواهد داشت.حمام کردن و دوش منظم در واقع برای بدن خوب تلقی می شود با این حال، عوارض جانبی مختلفی برای استحمام زیاد از حد وجود دارد که بیشتر ما از آن بی اطلاع هستیم.

حمام و یا دوش گرفتن منظم به عنوان پایه روتین زندگی حساب می شود، اکثر ما، هر روز یک دوش کوتاه می گیریم تا از شر گردو خاک، آلودگی، تنبلی خلاص شویم و حس خوبی بگیریم.اعتقاد بر این است که بهداشت فردی برای دور نگه داشتن مشکلات سلامتی متعددی ضروری است با این حال، خیلی تعجب آور است که دوش روزانه و یا استحمام زیادی واقعاً برای بدن مضر است.

پوست ما بسیار حساس و مهم ترین عضو بدن است ، ما از تمام قسمت های بدنمان مراقبت کنیم و همچنین باید از پوست خود نیز مراقبت کنیم. دوش گرفتن بیش از حد ممکن است باعث ایجاد اختلالاتی در رگ های خونی پوست شود.

همه ما از انواع صابون ها، ژل بدن حمام و کرم هایی برای شستن گرد و غبار و میکروب ها استفاده می کنیم با این حال، اغلب مقدار مواد شیمیایی موجود در این محصولات را فراموش می کنیم. این محصولات سطح pH و تعادل طبیعی پوست را مختل می کنند.

**تمیز کردن بیش از حد برای بدن مضر است:**

ما بدن خود را به شدت و هر روز مالش می دهیم، و به پوست خود آسیب می رسانیم. این کار چربی موجود در لایه خارجی پوست را تحت تاثیر قرار می دهد. سبوم برای پوست لازم است، چون از آن در برابر ذرات خارجی محافظت می کند. هر گونه آشفتگی در آن منجر به چین و چروک روی پوست می شود.

**خشکی پوست :**

بیش از حد مورد نیاز حمام کردن، منفذهای پوست را تحت تاثیر قرار می دهد و چربی طبیعی پوست را خشک می کند. منجر به شکستن رگ های خونی موجود بر روی پوست می شود. در نتیجه منجر به خشک شدن پوست می شود.

**افزایش خطر سموم:**

وقتی پوستمان با دوش گرفتن و یا حمام زیادی خشک می شود، تمایل خواهیم داشت که از مرطوب کننده به پوست خود بزنیم. این لوسیون بر پایه روغن نارگیل، منجر به شارش سموم به جریان خون شده و بر سلامت کلی ما تاثیر می گذارد در نهایت باکتری های خوب را در بدن می کشد، باکتری هایی که برای سلامتیمان ضروری هستند. استحمام بیش از حد واقعاً برای بدن مضر است.

**به سلامت کلی بدن آسیب می رساند:**

محصولات شیمیایی حاوی پارابن و زنوستروژن هستند که با پوست ما ترکیب می شوند و سطح استروژن را در بدن بالا می برند بنابراین، حمام کردن بیش از حد برای سلامت کلی بدن ما مضر است.

**توجیه علمی عوارض دوش گرفتن زیاد و استحمام به طور روزانه**

- زمانی که عادت به دوش گرفتن زیاد و بیش از حد داشته باشید به لایه بیرونی پوست آسیب وارد می کنید به این دلیل که پوست شما فرصت کمتری برای ترمیم خود بواسطه تولید چربی طبیعی در اختیار دارد . علاوه بر این لایه بیرونی پوست شما از سلول های مرده ای تشکیل شده است که مسئول محافظت از لایه های زیرین هستند و چربی پوست را حفظ و پوست را مرطوب نگه می دارند ؛ هنگامی که دوش می گیرید و پوست تان را می سابید، این لایه چربی را از روی پوست تان جدا می کنید و در نهایت خشکی پوست حاصل می شود.

- دوش گرفتن زیاد و مکرر برای موهای تان هم مضر است که مهم ترین مضررات آن شامل خشکی و شکنندگی و کدر شدن موها و بیشتر شدن احتمال شوره سر است.

# مکمل های غذایی ضد سرطان

**در رابطه با انواع سرطان، مهم است که بدانید هیچ مکمل غذایی نمیتواند سرطان را به طور کامل کنترل، درمان یا پیشگیری کنند. اگرچه بعضی مکمل ها وجود دارند که میتوانند به صورت بالقوه به پیشگیری از سرطان کمک یا شما را در روند بهبود مساعدت کنند.**

**در حالی که بسیاری ویتامین ها و مواد معدنی میتوانند مزایایی برای سلامتی عمومی شما داشته باشند. بازار وسیعی برای مکمل های غذایی نظارت نشده وجود دارد که هیچ منفعتی برای سلامتی شما نخواهد داشت. بعضی از مکمل ها حتی پتانسیل اینکه تأثیر منفی روی روند درمان سرطان داشته باشند، را دارند. این تأثیر منفی به دلیل این است که بعضی مکمل های غذایی میتوانند روی داروهای شما یا درمان های پزشکی شما تأثیر تقابلی یا خنثی کننده داشته باشند.**

## ۱.تخم کتان

تخم کتان سرشار از اسید های چرب امگا۳ است که ممکن است باعث کاهش احتمال ابتلا به برخی سرطان ها شود. در مورد استفاده از مکمل تخم کتان سعی کنید از روغن تخم کتان استفاده نکنید چون مواد مغذی تخم کتان را ندارد. تخم کتان را میتوانید از عطاری ها بخرید و مقداری از آن را خورد کرده، روی غذایتان بریزید و لذت ببرید.

## ۲.سیر

سیر یک انتخاب عالی برای تقویت قوای دفاعی بدنتان است. برای استفاده از تمام خاصیت های سیر بهتر است روزی یک حبه سیر یا ۳۰۰ تا ۱۰۰۰ میلی گرم از عصاره ی آن استفاده کنید.

تأثیرات محافظتی آن میتواند شامل:خواص آنتی باکتریال- جلوگیری و متوقف کردن فعال سازی مواد سرطان زا-بهبود بازسازی DNA- کاهش گسترش سلول های سرطانی

## ۳.زنجبیل

زنجبیل به دلیل خواص ضد التهاب و ضد تهوعی که دارد به عنوان یکی از عوامل مقابله با سرطان توصیه میشود اما از خوردن مقدار زیاد زنجبیل اجتناب کنید چون ممکن است باعث فعل و انفعالاتی با عوامل رقیق کننده ی خون داشته باشد و میزان قند خون بعضی افراد را تحت تأثیر قرار دهد.

## ۵. زردچوبه

زردچوبه میتواند برای مبارزه با سرطان به شدت مفید باشد، مطالعات نشان داده کورکمین موجود در زردچوبه ممکن است سلول های سرطانی را بکشد و سرعت رشد تومور را کاهش دهد.

خواصی که گمان میرود کورکمین موجود در زردچوبه دارا باشد:

- جلوگیری از تولید مثل سلول های سرطانی
- کشتن سلول های سرطانی روده ی بزرگ، پستان، پروستات و ملانوم(نوعی سرطان پوست)
- کند کردن رشد تومور

مقداری زردچوبه به وعده ی بعدی غذایی خود اضافه کنید یا مکمل غذایی شامل کورکمین تهیه کنید تا تأثیرات مثبت این ماده ی قوی را تجربه کنید.

## ۶.چای سبز

چای سبز یک آنتی اکسیدان فوق العاده است و مطالعات نشان می دهند خواص چای سبز میتواند در جلوگیری از متاستاز (گسترش سلول های سرطانی در اعضای دیگر بدن) برخی انواع سرطان کمک کند، چای سبز همچنین شامل مواد شیمیایی با نام پولی فنول ها ((polyphenols هستند که دارای خواص آنتی اکسیدان و ضد التهاب هستند.

## ۷.ویتامین D

ویتامین D میتواند کلسیم جذب کرده و به سیستم های ایمنی، عضلانی و عصبی کمک کند تا عملکرد بهتری داشته باشند. وقتی سطح ویتامین دی بدن کم باشد خطر ابتلا به انواع مشخصی از سرطان مانند سرطان پستان بیشتر میشود.

مقدار توصیه شده برای مصرف روزانه ی ویتامین دی ۱۵میکرو گرم است. ویتامین دی میتواند از طریق نور خورشید یا مواد غذایی زیر جذب شود:

چربی ماهی- زرده ی تخم مرغ- شیر غنی شده

بهترین راه برای جلوگیری از سرطان، حفظ سلامت بدن است، مثل داشتن یک رژیم غذایی کامل که شامل تمام مواد لازم و مغذی به همراه مقدار زیادی میوه و سبزیجات باشد و همچنین ورزش. درحالی که هیچ ویتامینی وجود ندارد که به تنهایی بتواند سرطان را از بین ببرد، مقداری مکمل های غذایی در بازار هست که ممکن است بیماری را از شما دور کند یا جلوی پیشروی و بدتر شدن آن را بگیرد. این مکمل ها صرفا توصیه هستند. اگر مبتلا به سرطان هستید یا سرطان شما بهبود یافته یا فقط به سلامتی خود اهمیت میدهید با پزشک خود مشورت کنید تا بهترین درمان را برای شما تعیین کنند.

# فواید بی شمار تمرهندی

تمر هندی درختی است مرتفع و بلند که ابتدا در هندوستان و آفریقای شمالی رویش داشته است ولی امروزه به علت موارد استفاده فراوان در اکثر مناطق گرم نیز کشت می شود. درخت تمر هندی بسیار آهسته رشد می کند و عمری طولانی دارد.

این گیاه به عنوان گیاه غنی از پروتئین و اسیدهای آمینه ضروری بدن، مخصوصا غلات و هم چنین کربوهیدرات برای انرژی و مواد معدنی نظیر پتاسیم، فسفر، کلسیم، ویتامین □، ویتامین □ و آهن در صنعت دارویی و غذایی جایگاه ویژه ای پیدا کرده است.

بعضی از بهترین فواید تمر هندی، کاهش وزن، محافظت دربرابر سرطان و افزایش سلامت گوارشی هستند. این میوه خمیر مانند با داشتن ویتامین‌هایی مانند ویتامین ث؛ آنتی‌اکسیدان‌هایی مانند کاروتن؛ و مواد معدنی مانند منیزیم و پتاسیم، معدنی از مواد مغذی است.

در طب قدیم ایران، این گیاه دارای طبع سرد و خشک شناخته شده و معتقد بودند خوردن تمر هندی باعث پایین آمدن تب شده و به هضم غذا کمک می کند. علاوه بر این، تمر هندی خنک کننده بدن و برای رفع تشنگی نیز مفید است.

این گیاه دارای خاصیت ضد درد، ضد باکتریایی و ضد ویروسی است و برای از بین بردن انگل ها و کرم های بدن مفید است.

در بررسی های فیتو شیمیایی نشان داده شده است که حضور بسیاری از ترکیبات فعال مانند ترکیبات فنلی هم چنین اسید های چرب ضروری مانند آلفا لینولنیک اسید و لینولئیک اسید در دانه، ریشه و حتی برگ این درخت به دلیل خواص درمانی بالینی که دارد مورد توجه است.

بعضی از بهترین فواید تمر هندی، کاهش وزن، محافظت دربرابر سرطان و افزایش سلامت گوارشی هستند.

# معنی برچسب روی میوه ها

اگر از آن دسته افرادی هستید که به سلامت خود و اطرافیان‌تان اهمیت زیادی می‌دهید، توجه‌تان را به معنی برچسب روی میوه ها جلب می‌کنیم. از آنجا که دنیای تولید، بسته‌بندی، انبار کردن و توزیع میوه‌ها بسیار پیچیده است، از روی ظاهر و چند واژه نمی‌توان به تمام حقایق درباره میوه‌ها پی برد. برای درک درست معنی برچسب روی میوه ها باید اطلاعات‌تان را درمورد آنها افزایش بدهید.

**معنی برچسب روی میوه ها**

روی برچسب میوه‌ها، علائم و اعدادی وجود دارد که اطلاعات بسیار مفیدی درباره میوه به مصرف‌کننده می‌دهند. مثلا اگر بدانید که اعداد و کُدهای مختلف روی میوه چه معنایی دارند، متوجه می‌شوید که آیا در طول رشد و داشت محصول از مواد شیمیایی استفاده شده است یا خیر یا مثلا از نور و گازهای مخصوص برای رشد سریع‌تر آن استفاده شده است یا خیر. برچسب‌ها، اطلاعات خوبی هم درباره اصلاح ژنتیکی و ازبین بردن میکروب‌ها و... در اختیار مشتریان می‌گذارند.

**کُد جستجوی قیمت (PLU) چیست؟**

کد جستجوی قیمت یا اختصارا PLU، برچسب و کُدی است که برای تسریع فرایند خرید و بررسی محصولی که خریداری می‌شود، روی محصولات مختلف قرار می‌گیرد. سازمان بین‌المللی استاندارد محصولات، این سازوکار را برای شناسایی شیوه تولید میوه‌ها در اختیار تمام کشورها قرار داده است و کشورهای مختلفی هم از آن بهره می‌برند. حتی در برخی از مزارع هم روی بسته‌بندی اولیه محصولات، چنین برچسب‌هایی وجود دارد. البته در ایران روی برچسب میوه‌ها از کد plu به ندرت استفاده نمی شود.

کدهای جستجو، معانی مختلفی دارند. برای مثال با شناخت آنها متوجه می‌شوید که میوه در طول فرایند داشت، سم‌پاشی شده است یا نه؟ آیا برای رشد و دوری از آفات در معرض مواد شیمیایی بوده است یا خیر و... . اطلاعات دیگری هم درباره تولید ارگانیک یا اصلاحات ژنتیکی محصولات کشاورزی روی

این برچسب‌ها دیده می‌شود. مثلا به کمک شناخت معنی برچسب روی میوه ها می‌توان به این نتیجه رسید که آیا در تولید میوه از تابش نور و گاز خاصی استفاده شده است یا خیر. در چنین فرایندی، گاهی آنزیم‌ها و باکتری‌های مطلوب در کنار باکتری‌های نامناسب از بین می‌روند.

**۱. تولید میوه با مواد شیمیایی**

اگر کد چهار یا پنج رقمی میوه با عدد سه یا چهار شروع شود، یعنی میوه به روش کشاورزی مدرن و با کودهای شیمیایی مصنوعی و آفت‌کش‌ها رشد پیدا کرده است. مثلا برچسبی با کد ۳۴۸۸ یعنی انبه قرمزرنگ را با کود شیمیایی، حشره‌کش، آفت‌کش و مواد شیمیایی دیگر پرورش داده‌اند.

**۲. مهندسی ژنتیکی‌شده (GMO)**

اگر کد پنج رقمی با عدد هشت شروع شود، معنی برچسب روی میوه ها حکایت از دستکاری‌شدن محصولات از لحاظ ژنتیکی خواهد داشت. حدود ۲۶ کشور در جهان درباره تولید و ورود میوه‌های اصلاح‌شده از نظر ژنتیکی ممنوعیت‌ها و محدودیت‌هایی اعمال می‌کنند. در صورت نبود چنین کدی روی محصولات هم باید درباره خرید و مصرف میوه‌هایی مانند آلو، سیب، ملون‌ها، خربزه درختی (پاپایا) و گوجه دقت کرد. زیرا بیش از موارد دیگر در معرض دستکاری ژنتیکی قرار دارند. این مثال را هم در نظر داشته باشید: اگر کد میوه‌ای ۴۰۱۱ باشد، یعنی یک موز استاندارد و عادی در اختیار دارید، اما ۸۴۰۱۱ به معنای موزی است که با دستکاری و مهندسی ژنتیکی به دست مصرف‌کننده می‌رسد.

**۳. میوه های ارگانیک**

میوه‌هایی که کدشان با عدد نُه، شروع می‌شود، میوه‌های ارگانیک هستند. یعنی خبری از کودهای مصنوعی، آفت‌کش‌ها، مواد شیمیایی و اصلاحات ژنتیکی در تولید آنها نیست.

**۴. تابش به همراه یونیزاسیون**

اگر کد پنج رقمی روی برچسب میوه با عدد سه شروع شود، یعنی تحت تابش همراه با یونیزاسیون و مشابه فرایند پاستوریزه کردن لبنیات است. علت انجام این عمل، زدودن برخی میکروارگانیسم‌ها (میکروب‌ها) از میوه و بالا بردن ماندگاری آن عنوان می‌شود. متأسفانه این فرایند باعث می‌شود تا ماهیت میوه تغییر کند و برخی از باکتری‌ها و آنزیم‌های مفید آن از بین بروند. البته استفاده از روش تابش به همراه یونیزه کردن میوه، همیشه هم راهکار نامطلوبی نیست و در ماندگاری و از بین بردن برخی میکروب‌ها مفید است. در هر حال، اگر می‌خواهید بدانید که میوه مورد نظرتان با این روش به عمل آمده یا خیر، باید به کد روی آن نگاه کنید و ببینید که با عدد سه شروع شده است یا خیر. عدد سه معنای گسترده‌تری دارد که در ادامه هم به آن پرداخته شده است.

**۵. نداشتن کد PLU**

وجود برچسب روی میوه‌ها باعث می‌شود تا مصرف‌کنندگان در جریان شیوه تولید محصول قرار بگیرند. وجود چنین برچسبی برای محصولاتی که به صورت وارداتی به کشورهای دیگر عرضه می‌شوند کاملا ضروری است. پس اگر میوه‌های وارداتی فاقد برچسب باشند باید در سلامت و کیفیت محصول شک کرد. زیرا احتمال دارد، این برچسب‌ها با هدف خاصی از روی میوه برداشته شده یا برای مصرف‌کننده خطرناک باشند.

**جنس برچسب روی میوه‌ها از چیست؟**

برچسب‌هایی که روی میوه‌ها زده می‌شوند از جنس‌های مختلفی مانند وینیل، پلاستیک یا کاغذ هستند. جنس برچسب‌ها، وابسته به انتخاب تولیدکننده است. باید بدانید که این برچسب‌ها تجزیه نمی‌شوند. بنابراین نباید در زباله‌های تَر قرار بگیرند و با پوست و آشغال میوه‌ها، یک‌جا ریخته شوند.

سازمان غذا و دارو (FDA)، به سلامت و مضر نبودن برچسب‌های روی میوه‌ها تأکید دارد. این برچسب‌ها خوردنی نیستند، اما اگر به‌طور اتفاقی خورده شوند در دستگاه گوارش هضم می‌شوند و مشکلی جدی به وجود نخواهند آورد. برچسب‌های مذکور، نه مشکل خاصی ایجاد می‌کنند و نه ارزش غذایی خاصی دارند. در هر حال، مواد شیمیایی موجود در آنها مانند انواع پلیمرها یا پلی‌وینیل کلراید نباید خورده شوند. پس بهتر است، قبل از خوردن میوه، برچسب‌ها را به‌دقت جدا کنید و میوه‌ها را بشویید.

برای جدا کردن برچسب روی میوه ها، یک نوار چسب را روی آنها قرار بدهید و بعد با برداشتن نوار چسب، برچسب زیرین هم از روی پوست میوه جدا خواهد شد. با این روش، میوه‌های لطیف و حساسی مانند هلو، خراب و مخدوش نمی‌شوند و راحت‌تر برچسب را جدا خواهید کرد.

# آشنایی با خواص بامیه

خواص درمانی بامیه از دیدگاه طب سنتی:

- از دیدگاه طب‌سنتی ایران بامیه سرد و تر است.
- مصرف آن برای افراد گرم مزاج مفید است.
- در برطرف کردن بلغم، صفرا و سودا تاثیرگذار است.
- جوشانده بامیه تقویت کننده و نرم کننده پوست است.
- بامیه ادرارآور است.
- درمان کننده سوزش و درد در مجاری ادرار است.
- لعاب حاصل از جوشاندن میوه یا تخم بامیه نرم‌کننده است و برای درمان سوزاک به کار می رود.
- تخم بامیه محرک قلب و ضداسپاسم است.
- قدیم ترها از بامیه ضماد تهیه کرده و روی زخم می گذاشتند تا آن را التیام دهد.
- طبع بامیه سرد و تر است.
- جوشانده میوه‌ی نارس بامیه مقوی و نرم کننده است.
- ضماد التیام دهنده‌ی زخم است.

**خاصیت درمانی بامیه**

مفید برای دیابتی ها

بامیه در دفع سموم بدن موثر است.

همچنین به پیشگیری از یبوست و درمان فشار خون بالا کمک می کند .

**نکته مهم**

برای حفظ اثرات مفید بامیه و آنزیم های هضمی آن، باید آن را خیلی کم بپزید، یعنی با حرارت کم یا با بخار ملایم پخته شود، ولی اگر خواستید آن را سرخ کنید، از مقدار کمی روغن زیتون یا روغن گیاهی برای سرخ کردن آن استفاده کنید.

**بامیه و جلوگیری از پوکی استخوان**

کلسیم موجود در بامیه نیز می تواند برای جلوگیری از پوکی استخوان موثر باشد.فیبر موجود در بامیه بر باکتری های مفید روده موثر است.استفاده از بامیه به علت داشتن پتاسیم بالا به افراد مبتلا به بیماری های کلیه توصیه نمی شود.

# روزنامه سیاسی _ فرهنگی _ اجتماعی _ خبری

صاحب امتیاز و مدیر مسئول :ابوالحسن مویدی

حروفچینی و صفحه آرائی : روزنامه میلاد لارستان

آدرس دفتر مرکزی : لار - شهرجدید - بلوار امام رضا (ع)- جنب ساختمان نظام مهندسی

تلفن : ۵۲۲۴۴۷۷۵-۵۲۲۴۳۸۴۴ نمابر : ۵۲۲۴۸۱۰۱

کد پستی : ۷۴۳۱۸-۳۴۳۵۵

شماره شاپا : ۹۹۶۱-۲۰۰۸ (زیر نظر هیأت تحریریه )

لیتوگرافی و چاپ : چاپخانه کوثر لار

www.mldl.ir miladelarestan@gmail.com


**اوقات شرعی به افق لار** (طول جغرافیایی ۵۴/۲۰ عرض جغرافیایی ۲۷/۴۱)

| روز | اذان صبح | طلوع آفتاب | اذان ظهر | غروب‌آفتاب | اذان مغرب |
|---|---|---|---|---|---|
| نوزدهم | ۴:۲۶ | ۵:۵۷ | ۱۲:۵۲ | ۱۹:۴۷ | ۲۰:۰۶ |
| بیستم | ۴:۲۶ | ۵:۵۷ | ۱۲:۵۲ | ۱۹:۴۸ | ۲۰:۰۷ |

**حدیث روز**

۱. پیامبر اکرم (ص): نسبت به پدر و مادر نیکوکار باش تا پاداش تو بهشت باشد ولی اگر عاق آنها شوی جهنمی خواهی بود.

اصول کافی، ج ۲، ص ۳۴۸

**نهج البلاغه**

سخاوت آن است که بدون درخواست دیگری، ببخشد و گرنه بعد از درخواست، آنچه می بخشد برای پرهیز از مذمت می باشد.


روزنامه میلاد لارستان – سال بیست و هفتم– خرداد ماه ۱۳۹۸ – شوال ۱۴۴۰ – ژوئن ۲۰۱۹ – ۱۸/ ۰۳/ ۹۸ – شماره ۱۳۴۷ – ۸ صفحه –تک شماره ۲۰۰۰ تومان


## به روایت کارشناسان و نمایندگان مجلس؛ پشت‌پرده استعفای وزیر آموزش و پرورش

دفتر سخنگوی دولت اعلام کرده است سید محمد بطحایی وزیر آموزش و پرورش به دلیل شرکت در انتخابات مجلس از سمت خود استعفا داده و به همین خاطر حجت‌الاسلام حسن روحانی، رئیس‌جمهور نیز پیش از پایان موعد مقرر ثبت‌نام برای کاندیداتوری مجلس با استعفای وی موافقت کرده است. گفته شده که سرپرست وزارتخانه آموزش و پرورش روز (شنبه) از طرف ریاست جمهوری اعلام خواهد شد.

در همین زمینه علی ربیعی سخنگوی دولت، در گفت‌وگو با خبر شبکه یک سیما جزئیات استعفای سیدمحمد بطحایی وزیر آموزش و پرورش را تشریح کرد. ربیعی گفت: ابتدای هفته آقای بطحایی نامه استعفایشان را برای رئیس‌جمهور نوشتند و اعلام کردند که علت استعفا، حضور در مجلس است. روز سه‌شنبه، ایشان با دفتر آقای واعظی رئیس‌دفتر رئیس‌جمهور تماس گرفتند و درخواست کردند تا پیش از اتمام مدت زمان قانونی، با استعفای‌شان موافقت شود که رئیس‌جمهور هم با استعفای ایشان موافقت کردند.

سخنگوی دولت درباره گمانه‌زنی‌ها پیرامون استعفای بطحایی گفت: با توجه به شخصیتی که از آقای بطحایی سراغ دارم، فکر می‌کنم همان چیزی که در نامه استعفا آمده است، در ذهنشان بوده است. البته گمانه‌زنی‌هایی را از طیف‌های مختلف مشاهده کردم، اما هرآنچه که در ذهن آقای بطحایی بوده در نامه استعفا نوشته شده است.

**وزیر دولت یا وکیل ملت؟**

کارشناسان و نمایندگان مجلس و به‌خصوص اعضای کمیسیون آموزش و تحقیقات مجلس که ارتباط مستمر با وزیر آموزش و پرورش دارند پشت‌پرده این استعفا را به‌گونه‌ای دیگر روایت می‌کنند.

محمدمهدی زاهدی عضو کمیسیون آموزش و تحقیقات مجلس اما نظر دیگری دارد. زاهدی می‌گوید: کمتر کسی است که وزیر باشد و استعفا دهد تا نماینده شود و اصلا تاکنون سابقه نداشته است و بنده هم یقین دارم دلیل استعفای آقای بطحایی، نمایندگی مجلس نبوده است.

وی در ادامه مصاحبه خود با فارس تاکید می‌کند: آقای بطحایی تلاش داشت که بحث‌های ملی را جمع کند و برای این موضوع، مطالبات جدی از دولت در زمینه حق‌التدریس‌ها، سربازمعلمان، پاداش پایان خدمت فرهنگیان، اجرای نظام رتبه‌بندی، توجه به دانشگاه فرهنگیان و پایین بودن بودجه فرهنگیان داشت.

زاهدی در ادامه می‌افزاید: شاهد بودیم که آقای بطحایی تلاش می‌کرد این مشکلات را حل کند به خصوص که قبلاً در سازمان برنامه و بودجه بود و حدس بنده این است که به پشتوانه آقای نوبخت، این مسئولیت را قبول کرد و فکر می‌کرد آقای نوبخت کمک می‌کند برخی از این مشکلات آموزش و پرورش جمع شود اما معتقدم همراهی لازم از سوی ایشان [نوبخت] صورت نگرفت و دلیل اصلی استعفا، عدم توجه به مسائل و مشکلات آموزش و پرورش از سوی دولتمردان بود.

جبار کوچکی نژاد نایب رئیس کمیسیون آموزش و تحقیقات شورای اسلامی در صفحه شخصی خود در فضای مجازی نوشته است: سید محمد بطحایی وزیر آموزش پرورش به علت عدم همکاری هیئت دولت با ایشان در جهت حل مشکلات فرهنگیان استعفا داد.

حجت‌الاسلام مجتبی ذوالنور، نماینده مردم قمدرباره دلایل استعفای بطحایی می‌گوید:آقای بطحایی مدت‌هاست که برای چند موضوع با مجموعه ریاست جمهوری و دولت چالش دارد.

ذوالنور، بحث معیشت فرهنگیان را یکی از موارد چالش‌برانگیز بین بطحایی و دولت می‌خواند و می‌افزاید: متاسفانه در این زمینه دولت همت و همکاری لازم را برای حل مشکل با ایشان نکرد. با توجه به این شرایط و توقعی که در فرهنگیان ایجاد شده بود، که حق مسلم فرهنگیان بود که مشکل‌شان حل شود، اما چون دولت همراهی لازم را با بطحایی نداشت، احساس می‌کرد وقتی دولت در حل این مشکلات همراهی نکند، نمی‌شود کاری کرد، لذا حضور خود را در این جایگاه بی‌تاثیر می‌دید.

قاسم جعفری سخنگوی کانون دانشگاهیان ایران اسلامی، در این باره می‌گوید: «واقعیت‌هایی برای استعفای آقای بطحایی وجود دارد. یک احتمال این است که گروه‌های فشار (دوستان اصلاح‌طلب) که احساس می‌کردند، او حرف گوش‌کن نیست و در مقدمه‌چینی‌های انتخاباتی به آنها کمک نخواهند کرد و ممکن است طبق نظر آنها مهره‌چینی را انجام ندهد، به‌خاطر همین فشار آوردند که آقای بطحایی وزارت را ترک کند.» سخنگوی کانون دانشگاهیان ایران اسلامی در ادامه می‌افزاید.

احتمال دوم این است که آقای بطحایی در زمان رأی اعتماد، برنامه‌هایی را از جمله نظام رتبه‌بندی معلمان ارائه کرده است که دولت، سازمان برنامه و بودجه و شخص رئیس‌جمهور برای تحقق این برنامه‌ها او را همراهی نکرده است که همین امر سبب شده تا او آرام صحنه را خالی کند.»

مخالفت های وی با دولت و پایبندی وی به نظرات رهبری در خصوص عدم اجرای مفاد سند ۲۰۳۰ نیز از دیگر مواردی است که در گمانه زنی های استعفای وی می تواند مدنظر قرار گیرد.

## امام جمعه لارستان: نقد سالم موجب رشد می شود

به گزارش میلاد لارستان حجت الاسلام و المسلمین سیدمختار موسوی خرم در آئین عبادی سیاسی نخستین نماز جمعه شهر لار در ماه شوال ضمن انتقاد از پوشش برخی افراد اعم از بانوان و آقایان در سطح جامعه، اظهار داشت: بعضی از پوشش ها مغایر با عفت و عرف جامعه است.

وی با ابراز تأسف از هتک حرمت و تخریب ائمه بقیع در روز ۸ شوال توسط وهابیت در سال ۱۳۴۴ هجری قمری، افزود: این حرکات ریشه در تفکرات افراطی دارد و از همان ابتدای ظهور اسلام به ویژه از قرن هشتم به بعد وجود داشته است.

امام جمعه لارستان، خطاب به وعاظ، خطبا، علما و روحانیون به ویژه در منطقه لارستان خواستار تبیین تفکر وهابی و پاسخ به شبهات مطرح شده از سوی این فرقه شد و تصریح کرد: می بایست در زمینه هایی مثل تبرک، توسل و شفاعت که مورد توجه خاص این فرقه و شایعه پراکنی شده است، اقدام به روشن گری برای نسل جوان کرد.

این استاد حوزه و دانشگاه، الهی بودن، سازش ناپذیری، دائمی بودن، تهاجمی بودن، تکلیف گرا، شکست ناپذیری، حمایت از مستضعفین، مبارزه با دشمن و غیره، را مهمترین شاخصه های استکبارستیزی در اندیشه های متعالی حضرت امام خمینی(ره) برشمرد و ادامه داد: آگاهی و هوشیار بخشی در جامعه، وحدت صفوف مبارزان، ایمان، تقوا و حق خواهی را شرایط لازم برای تحقق مبارزه با استکبار است.

وی با اشاره به حرکات تأثیرگذار «شیخ زکزاکی» در کشور «نیجریه» برای ترویج مذهب تشیع، خاطر نشان کرد: در حال حاضر با مجاهدت های یکی از شاگردان امام راحل(ره) در کشور نیجریه بیش از ۱۰ میلیون نفر انسان شیعه وجود دارد.

حجت الاسلام موسوی، هشدار داد: اگر خدای ناکرده بخواهیم مبانی انقلاب و نظام اسلامی را به جای اینکه برای خدا باشد مبانی جوامع سکولار و لیبرال قرار دهیم، بدانیم این در بلندمدت رو به افول خواهیم رفت.

امام جمعه لارستان، با تأکید بر وحدت رویه و دوری از چندگروهی در جوامع اسلامی، یادآور شد: اختلافات تا زمانی که موجب نقد سالم و رفع نواقص باشد، موجب رشد خواهد شد و یکی از دلائل ایجاد احزاب سیاسی نظارت و نقد منصفانه است اما اگر اختلافها موجب خنثی سازی رفتارهای مثبت شد، به طور قطع شکست می خوریم.

وی با قدردانی از برگزاری مراسم های معنوی در ماه مبارک رمضان و حضور پررنگ جوانان در عرصه های مختلف، تصریح کرد: باید از شرکت حماسی و گسترده مردم لارستان در راهپیمایی روز جهانی قدس در هوایی بسیار گرم و با زبان روزه تقدیر و تشکر کرد.

حجت الاسلام موسوی همچنین از حضور چشمگیر مردم در مراسم بزرگداشت سالروز رحلت امام خمینی(ره) و قیام ۱۵ خردادماه در حسینیه اعظم شهر لار مورد تقدیر قرار داد و افزود: ۵ شوال مصادف با سالروز رحلت آیت الله سیدعبدالحسین نجفی لاری(ره) است که این روز را هم گرامی می داریم.

امام جمعه لارستان، در پایان ۱۹ خردادماه سالروز رحلت آیت الله سیدعبدالعلی آیت اللهی(ره) امام جمعه فقید شهر لار را گرامی داشت.

## زبان فارسی، قوام دهنده هویت ایرانی

به گزارش میلاد لارستان جمشید جعفرپور، عضو کمیسیون فرهنگی مجلس ، در گفت‌وگو با خبرنگار خبرگزاری خانه ملت با اشاره به انتقاد مقام معظم رهبری مبنی بر حفظ زبان فارسی گفت: یکی از مُقوّم های فرهنگی کشور ایران و جمهوری اسلامی، زبان فارسی است یعنی ایران به عنوان مهد یکی از زبان‌های پویای دنیا که همان زبان فارسی است، مطرح بوده است لذا به عنوان یک عامل قدرت و عامل موثر فرهنگی باید از این زبان صیانت کنیم.

زبان فارسی به عنوان نخ تسبیح و عامل ارتباطی می‌تواند اقوام و مذاهب را در کنار یکدیگر قرار دهد

نماینده مردم لارستان، خنج و گراش در مجلس شورای اسلامی، با بیان اینکه زبان مانند یک موجود زنده است و زایش دارد و ممکن است در جاهایی مرگ و لطماتی به زبان وارد شود ادامه داد: مهم این است که پویایی زبان و چارچوب‌های اصلی زبان فارسی محافظت شود.

**برخی افراد باعث سستی زبان فارسی می‌شوند**

وی با ابراز تاسف از اینکه در جاهایی که تقیّدی به این نکته ندارند و از هر واژگان و تعابیری برای رساندن معانی مورد نظر بهره‌برداری می‌کنند، ادامه داد: این افراد گاهی این چارچوب و ضوابط را بر هم می‌زنند و موجبات اضمحلال و سستی زبان قَویم فارسی را فراهم می‌کنند.

**مقام معظم رهبری، به شدت به حفظ و حراست این میراث ارزشمند فرهنگی پایبند هستند**

عضو کمیسیون فرهنگی مجلس، با بیان اینکه رسانه ملی می‌تواند در تخریب یا تقویت زبان فارسی موثر باشد، اظهار داشت: نکته‌ای را که مقام معظم رهبری فرمودند و به آن به شدت پایبند هستند، حفظ و حراست این میراث ارزشمند فرهنگی است. جاهایی هستند که بیش از دیگران می‌توانند در تخریب یا تقویت زبان موثر واقع شوند که یکی از آنها رسانه ملی است؛ برخی واژگان در رسانه ملی معیار صحبت‌های مجریان و گویندگان برنامه است. مردم کوچه و بازار خیلی قابل کنترل و مهار نیستند اما گوینده، مجریان و سخنرانانی که انتخاب می‌شوند باید در این چارچوب و قانون قرار گیرند که رعایت قواعد دستوری زبان فارسی را بکنند چراکه اینها مانند یک کلاس درس محسوب می‌شود.

**رسانه ها از الفاظ و تعابیری که چارچوب ها را زیرسوال می‌برد خودداری کنند**

جعفرپور، تصریح کرد: بعد از صدا و سیما، وظیفه رسانه‌های مکتوب، فضای مجازی و روزنامه‌ها است که از زبان فارسی پاسداری کنند و از به کارگیری الفاظ، عبارت‌ها و یا تعابیری که چارچوب‌ها را زیر سوال می‌برد، خودداری کنند. در واقع باید به عنوان یک مرجع به اینها نگاه کرد لذا باید از نویسندگان و ویراستارهای قوی استفاده کنند.

نماینده مردم لارستان در مجلس شورای اسلامی، عنوان کرد: یکی از شاخص‌های اعمال نظرهای وزارت ارشاد در کتاب‌هایی که چاپ می‌شود باید این باشد تا قواعد زبان فارسی رعایت شود و اجازه ندهد که زبان فارسی از این منظر نیز مورد تهاجم قرار گیرد.

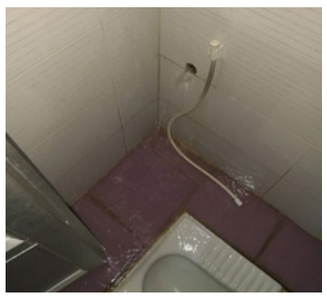
**زبان فارسی به عنوان عامل ارتباطی می‌تواند اقوام و مذاهب را در کنار یکدیگر قرار دهد.**

وی با اشاره به تفاوت‌های فرهنگی در ایران گفت: ایران تک مذهبی نیست بلکه شیعه، سنی، اهل کتاب و اقوام متعددی مثل ترک، لر، کرد و بلوچ در کشور ایران هستند بنابراین آن نخ تسبیحی که اینها را در کنار یکدیگر قرار می‌دهد، زبان فارسی است بنابراین نباید اجازه دهیم که این نخ به عنوان عامل ارتباطی گسسته شود چراکه زبان فارسی مقوم هویت ایرانی است لذا باید بر روی این موضوع تاکید و حرص داشته باشیم همانطور که مقام معظم رهبری خودشان بر این موضوع حساس هستند.

**چارچوب‌های زبان فارسی در همه جا باید رعایت شود**

این نماینده مردم در مجلس دهم خاطرنشان کرد: قوانینی در مجلس وجود دارد و در کمیسیون فرهنگی نیز قوانینی در مجالس قبل بوده که در سر در مغازه‌ها، عناوین و اسم‌گذاری‌ها باید چارچوب‌های زبان فارسی مراعات شود. چنانچه تمام این مجموعه را رعایت کنیم می‌توان گفت که زبان فارسی را حفظ کردیم البته معنای این حرف این نیست که هیچ تغییری در زبان نباید اتفاق بیفتد بلکه قاعدتا کلماتی وارد یا مطرود می‌شوند اما آنها نیز در همان چارچوب و قالب‌های پذیرفته شده باید اضافه یا حذف شود نه اینکه هر چیزی به یک مبنا خود را تحمیل کند و آن استواری که در متون ادبی، گلستان، حافظ و مولوی می‌بینیم بخواهد مخدوش شود و چیزهای بی‌ارزش و دم‌دستی بخواهد جای آنها را بگیرد.

## تخریب اموال عمومی در سطح شهر لار لزوم برخورد جدی با هنجارشکنان



فرد یا عده ای افراد با دلائل نامعلوم هراز چندگاهی با تخریب اموال عمومی باعث ایجاد نگرانی در اذهان می شوند که نیاز به برخورد جدی با آنان احساس می شود.

به گزارش گروه شهروند خبرنگار میلاد لارستان، در شب عید فطر بعضی افراد تمامی شیرآلات سرویس های بهداشتی بوستان محمدی شهر لار را شکسته اند و بعضی از آن ها را به سرقت برده اند.

این اقدام آنان موجب بازماندن و هدر رفت آب پرفشار تصفیه شده تا صبحگاه شده است. به همین منظور شهرداری تا اطلاع ثانوی که این شیرآلات تعمیر شوند این سرویس های بهداشتی را از مدار استفاده خارج کرده است.

پیش از این نیز شاهد تخریب پروژکتورهای نوری شهرداری لار جهت روشنایی قلعه اژدهاپیکر، شکستن چراغ های پایه کوتاه و بلند در بعضی از خیابان ها همچون خیابان مجاور هتل کوثر، به سرقت رفتن سطل های زباله محلات، پاره کردن بنرهای معرفی شهر لار در ایام نوروز و غیره بوده ایم.

یقینا نه شهرداری و نه هیچ ارگان دیگری نمیتواند برای تمامی این امکانات شهری نگهبان قراردهد، لذا از همه همشهریان تقاضامندیم درصورت مشاهده اینگونه افراد بدون هیچ واکنش تحریک کننده ای بلافاصله با نیروی انتظامی تماس حاصل نموده یا مشخصاتی از آنها همانند شماره وسیله نقلیه و غیره را به روابط عمومی شهرداری گزارش دهند.

## اردوی تفریحی کانون فرهنگی هنری بانوان زاهدمحمود

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی ستاد کانون‌های فرهنگی هنری مساجد جنوب فارس، مدیر ستاد کانون‌های فرهنگی هنری مساجد جنوب فارس از برگزاری اردوی تفریحی واحد خواهران کانون فرهنگی هنری امام حسین(ع) روستای زاهدمحمود در گلزار شهدای لار خبر داد.

محمدابراهیم اخوت، هدف از برگزاری این اردوی یک روزه را ترویج فرهنگ ایثار و شهادت عنوان کرد و گفت: تعداد ۳۰ نفر از اعضای گروه سرود و فعالان واحد خواهران کانون فرهنگی امام حسین(ع) زاهدمحمود، اردوی خود را در گلزار شهدای لار برگزار و در کنار قبور مطهر روزه خود را افطار کردند.

وی با بیان اینکه مقصد بعدی این اردو، مرقد شهدای گمنام شهرمان بوده است، افزود: تقویت باورهای دینی و ملی که امروزه جزو اصلی‌ترین مسائل اعتقادی و فرهنگی به حساب می‌آید و در ردیف مهمترین وظایف ما است، از جمله مواردی است که با معرفی و تعمیق شخصیت، منزلت، عقاید و آرمان‌های ناب آن بزرگواران در سطحی فراگیر تحت تأثیر قرار می‌گیرد.

مدیر ستاد کانون‌های فرهنگی هنری مساجد جنوب فارس تصریح کرد: این مفاهیم اثرگذار و حرکت‌آفرین قادر هستند تا فضای یک جامعه را به‌صورت گسترده تحت تأثیر قرار دهند و والاترین برکات را برای آن به همراه داشته باشند.

اخوت، روستای زاهدمحمود را یکی از روستاهای محروم لارستان دانست و افزود: این روستا به همت کانون فرهنگی هنری مسجد خود توانست در سال ۹۷ حائز رتبه‌های برتر کشوری در موضوعات فرهنگی هنری شود که نشان از عظمی والا و پتانسیلی عظیم در جوانان و نوجوانان مناطق محروم است.

## برگزاری نماز عید سعید فطر در مناطق مختلف لارستان

**نماز عید سعید فطر به امامت ائمه جماعات در مساجد مختلف شهرستان لارستان برگزار گردید.**

**از جمله در حسینیه اعظم به امامت آیت الله نسابه و مسجد جامع به امامت حجت الاسلام موسوی خرم و در روستاها ، مراکز و بخش ها نیز این مراسم، با شکوه تمام برگزار شد.**

## قول مساعد مدیر کل برای استقرار نمایندگی میراث فرهنگی در اوز

به گزارش میلاد لارستان به نقل از اوز امروز، محمدحسین آتش‌فراز، بخشدار اوز، از پیگیری‌های بخشداری برای استقرار نمایندگی میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری و قول مساعد دکتر امیری؛ مدیرکل برای بازدید و استقرار آن پس ازماه مبارک رمضان خبر داد.

بخشدار اوز افزود: این موضوع از سال های گذشته توسط بخشداری و سایر مسئولین پیگیری شده اما تاکنون مجوز مکتوب ارسال نشده است و با پیگیری هایی که اخیرا صورت گرفت مدیر کل میراث فرهنگی قول مساعد بازدید از اوز و تسهیل استقرار نمایندگی را داده است.

آتش فراز تصریح کرد: برای راه اندازی نمایندگی میراث فرهنگی در اوز، این بخشداری آمادگی خود را برای اختصاص مکان اداری و یکی از نیروهای خود با حفظ سمت برای انجام امور اداری به اداره کل میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری استان اعلام داشته است.