

۲



اعزام ماشین آلات سیاه فجر فارس، برای کمک به سیل زدگان سیستان و بلوچستان

۲



شفافیت یعنی معرفی مسئول تا بودی ۱۸ میلیارد دلار

۳



طرح بازنگری در همکاری با آژانس در مجلس ایران آماده است

۸



دیدار مسئولان حج با رهبر معظم انقلاب اسلامی

روانشناسی علمی آکمی های ثبتی سیاسی خبر روزنامه میلاد لارستان - سال بیست و هشتم - بهمن ماه ۱۳۹۸ - جمادی الاول ۱۴۴۱ - زانویه ۲۰۲۰ - ۹۸/۱۱/۰۱ - شماره ۱۴۴۶ - صفحه ۸ - تک شماره ۲۰۰۰ تومان

«مورینگا» نوید بخش صادرات محصولات جویم به کشورهای حاشیه خلیج فارس



۲



اعزام ۱۵ تیم عملیاتی از لارستان، داراب، نی ریز و سا به مناطق سیل زده سیستان و بلوچستان

۳



تقلای ارتش سایبری آمریکا برای لایوشانی تحقیر پنتاگون در عین الاسد

۶



مناسب ترین ورزش ها برای کودکان و نوجوانان

۷



راه کارهایی برای تحمل نظرات مخالف

۸



رونق صادرات فارس به شرط زدودن مشکلات

«مورینگا» نوید بخش صادرات محصولات جویم به کشورهای حاشیه خلیج فارس



کاشت درخت مورینگا در جویم می تواند نوید بخش صادرات محصول به کشورهای حاشیه خلیج فارس باشد. به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری صدا و سیما، مسئول جهاد کشاورزی جویم گفت: با تطابق شرایط آب و هوایی این منطقه و درخت مورینگا اولیفر (moringa oleifera) سال گذشته در ۵ هزارمترمربع از اراضی بخش جویم لارستان ۸۰۰ اصله این نهال کاشته شد. اولاد حسین، افزود: این گیاه دارای دو گونه مورینگا اولیفر و پورگرینا می باشد که گونه اولیفر به منظور استفاده از برگ و غلاف به صورت مصرف ادویه جات و گونه پورگرینا جهت استفاده از روغن آن کشت می شود. زمان کاشت گیاه مورینگا در این منطقه از پانزدهم بهمن تا اواخر فروردین ماه است. وی افزود: با گذشت بیش از یک سال از کاشت این گیاه و رصد شرایط فیزیکی و رشدی آن، مشخص است که این گیاه قابلیت سازگاری با شرایط منطقه از جمله بازه دمایی از ۱- تا ۴۶+EC آب ۲۰۰۰ میلی موس، بافت خاک سبک (سنگی)، تغذیه صرفا با کود کمپوست محلی و دو بار آبیاری در هفته در تابستان را به خوبی دارا است. اولاد حسین، افزود: مورینگا درختی سریع

ال رشد بوده، بطوری که در سال اول طول آن به ۲/۵ الی ۳ متر می رسد، در اغلب خاکها به غیر از خاک های رسی سنگین رشد میکند و مقاوم به کم آبی است؛ این گیاه گرمادوست بوده و در شرایط سرما ریزش برگ و قرمزی ساقه و برگ در آن دیده شد. این مقام مسئول، تصریح کرد: گونه کشت شده در منطقه جویم از نوع مورینگا اولیفر است و عمر مفید آن ۲۵ سال است، این گیاه ۵ الی ۶ ماه پس از کاشت به تولید رسیده و برگ های آن قابل برداشت است، تولید اقتصادی آن از سال سوم به بعد بوده، که ۴ بار در سال به فاصله هر ۳ ماه یکبار برگ

آن برداشت شده واز هر درخت در سال در حدود ۳ کیلوگرم برگ خشک به دست می آید که در حال حاضر چند شرکت اقدام به خرید برگ آن می کنند. وی در پایان اظهار داشت: درخت مورینگا با خواص دارویی و صنعتی در صنایع غذا و دارو، محصولات آرایشی بهداشتی، سوخت بیودیزل استفاده می شود. برگ خشک مورینگا بدون فرآوری خاصی در کشورهای حوزه خلیج فارس به عنوان ادویه مورد مصرف قرار میگیرد. این امر می تواند نوید بخش صادرات محصول به کشورهای حاشیه خلیج فارس باشد.

با حمایت از نرم افزار ایرانی ایستا دست یکتان و امنیت و آرامش را به کشور خود هدیه کنیم.

اگر در ایستا عضو هستید آدرس زیر را در قسمت جستجو تایپ کنید:
@miladeelarestan



آخرین رویدادهای ایران و جهان



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



جدیدترین اخبار و تحلیلهای لارستان و جنوب کشور



مصاحبه با مشاهیر و نخبگان شهر



هم وطن کنار تم می سازیم تا ساخته شویم

محل جمع آوری پایگاه های مقاومت بسیج و مساجد شهرستان لارستان
شماره کارت بانک انصار ۹۵۱۲ ۹۶۸۷ ۸۱۱۰ ۶۲۳۷ به نام کمک های مردمی

سیستان و بلوچستان را دریابیم

جمع آوری کمک های مردمی جهت
سپل زدگان سیستان و بلوچستان

اقدام مورد نیاز: پتو، ارزاق خشک، کنسرو، لوازم بهداشتی، لباس گرم و لوازم التحریر

Design: R Kaveh

انتقال بیمار قلبی با سفر ده دقیقه ای بالگرد به بیمارستان امام رضا(ع)



رئیس اورژانس پیش بیمارستانی لارستان از انتقال بیمار قلبی در مدت زمان ۱۰ دقیق به مرکز درمانی خبر داد.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لارستان، بالگرد اورژانس شهید قاندی لارستان برای کمک به به بیمار قلبی به پرواز درآمد.

مسعود حاجی رجبی، گفت: طی تماس با مرکز اورژانس لارستان و درخواست کمک از کرمسج مبنی بر درد قفسه سینه و تنگی نفس در یکی از اهالی آن منطقه، بلافاصله کارشناسان فوریت‌های پزشکی به محل اعزام شدند.

وی ادامه داد: طی ارزیابی های به عمل آمده از وضعیت بیمار، با درخواست کارشناسان اورژانس بالگرد اورژانس لارستان به محل اعزام شده و بیمار حین پایش های ویژه درمانی ظرف مدت زمان ۱۰ دقیقه به بیمارستان امام رضا (ع) لار منتقل و جهت دریافت خدمات تکمیلی به بیمارستان تحویل داده شد.

حاجی رجبی با بیان این مطلب که با استفاده از بالگرد مدت زمان رسیدن بیمار به بیمارستان از ۲۵ دقیقه به ۱۰ دقیقه کاهش یافت گفت: برای بیمار قلبی، زمان طلایی حفظ و خطر تشدید بیماری برای بیمار را به حداقل رساند.

صدور حکم شرکت متخلف صنایع فولادی در شیراز

مدیر کل تعزیرات حکومتی فارس از صدور حکم شرکت متخلف صنایع فولادی در شیراز و بازگشت ۶۵ هزار یورو به بیت المال خبر داد.

علی میشری، مدیرکل تعزیرات حکومتی استان فارس، در این رابطه اظهار کرد: با دریافت گزارشی مبنی بر تخلف ارزی یک شرکت صنایع فولاد در شیراز، پرونده‌ای جهت پیگیری موضوع در تعزیرات حکومتی استان تشکیل شد. وی ادامه داد: شواهد اولیه حاکی از این بود که شرکت مذکور به پنهان واردات برخی اقلام مورد نیاز در صنایع فولادی، مبلغ ۶۵ هزار یورو ارز دولتی را دریافت کرده و این در حالی بوده که به تعهد خود در این رابطه عمل نکرده است.

مدیر کل تعزیرات حکومتی فارس، اضافه کرد: طی بازجویی از مدیر عامل این شرکت و تحقیقات انجام شده در شعبه چهارم تعزیرات استان، تخلف انجام شده محرز شد که نهایتا شعبه رسیدگی کننده حکم به تعلیق کارت بازرگانی مدیر عامل متخلف به مدت ۶ ماه و استرداد ۶۵ هزار یورو به بیت المال صادر کرد.

اعزام ماشین آلات سپاه فجر فارس، برای کمک به سیل‌زدگان سیستان و بلوچستان



جانشین سپاه فجر استان فارس با بیان اینکه سپاه آماده خدمت‌رسانی به سیل زده سیستان و بلوچستان است، گفت: ماشین‌های مهندسی سپاه فجر فارس در حال کمک به سیل‌زدگان هستند.

به گزارش میلاد لارستان به نقل از خبرگزاری تسنیم، سرتیپ دوم پاسدار یداله بوعلی در

معاون اول رئیس‌جمهور می‌گوید: هرکس در هر مسئله‌ای پنهانکاری کند، ضرر کرده است. شفافیت با مردم باید مورد توجه قرار گیرد. ابهام چند روزه در بیان علت سقوط هواپیمای اوکراینی ضربه بزرگی بود. اسحاق جهانگیری، در همایش هفته شوراها ی آموزش و پرورش بر تکرار برخی ادبیات شبهه‌افکنانه‌ای پرداخت که روز پنج‌شنبه هم به پنهان سالگرد مرحوم هاشمی عنوان کرده بود. وی گفت: هرکسی در هر مسئله‌ای پنهانکاری کند ضرر کرده است یکی از بزرگ‌ترین ضربه‌هایی که در ماجرای سقوط هواپیمای اوکراینی بیش از سقوط آن و کشته شدن ۱۷۶ نفر آدم محترم که مسافران هواپیما بودند، متحمل شدیم این بود که علت اتفاق را چند روز مهیم گذاشتیم. وی با بیان اینکه مردم بعد از آن ماجرا خیلی عصبانی شدند که چرا دو سه روز به آنها واقعیت گفته نشد، خاطرنشان کرد: شفافیت با مردم مهم‌ترین کاری است که باید مورد توجه قرار گیرد.

شفافیت یعنی معرفی مسئول نابودی ۱۸ میلیارد دلار

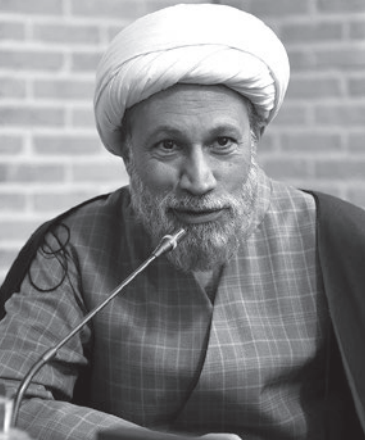


جهانگیری در مراسم سالگرد درگذشت هاشمی رفسنجانی گفته بود: باید به خانواده قربانیان سقوط هواپیما حق داد که گلایه و نقد کرده و اعتراض کنند؛ انصاف آن است که در مدیریت بحران، ببندیم که اشتباهات و خطاهای بزرگی رخ داده و باید زمینه‌ها و شرایط و پیامدهای آن را به درستی شناخته و با سرعت و قاطعیت به آن رسیدگی کرده و هزینه‌های آن پرداخته شود. جهانگیری گفت: همبستگی ملی را باید ارج بنهیم و مثل آیت‌الله هاشمی رفسنجانی تعادل سیاسی

اینکه گروه‌های جهادی زیادی از استان‌های همجوار به سیستان و بلوچستان اعزام شده و ما اعلام شده در حال حاضر نیازی به اعزام گروه‌های جهادی نیست به همین دلیل خدمت‌رسانی ما معطوف به کمک‌رسانی و ارسال اقلام مورد نیاز سیل‌زدگان شد. سردار بوعلی با قدردانی از همراهی مردم و خیران استان فارس در کمک به سیل‌زدگان تصریح کرد: کمک‌های مردمی در تمام نواحی سپاه فجر استان فارس توسط پایگاه‌های مقاومت بسیج در حال جمع‌آوری است و مردم نوع دوست این استان نیز کمک‌های زیادی به سیل‌زدگان انجام داده‌اند. وی بیان کرد: نخستین محموله این کمک‌ها سه روز پیش به استان سیستان و بلوچستان اعزام شده و گروه‌های مردمی نیز در قالب موکب استقرار یافته و با پخت غذا در حال خدمت‌رسانی هستند.

اقتصاد ملی شده، همچنان ماجرای هواپیما را تبدیل به مستمسکی برای فرار از پاسخگویی شفاف به مردم کرده‌اند. به‌عنوان مثال مردم ما هنوز هم نمی‌دانند راز و گدازی ۱۸ میلیارد دلار از ذخایر ارزی در اوایل سال ۹۷ که عمده آن به کام رانت‌خواران شد و رانت ۱۵۰ هزار میلیارد تومانی ایجاد کرد، چه بود؟ و چرا هیچ دولتمردی، از جمله آقای جهانگیری که دلار مذکور به نام وی «دلار جهانگیری» نامگذاری شد، یا آقای روحانی و دیگران حاضر نشدند به خاطر این سوءمدیریت بزرگ از مردم عذرخواهی کنند؟ همین‌طور است بر جای گذاشتن رکود تورم ۵۲ درصدی، افزایش شکاف طبقاتی، کاهش قدرت خرید مردم، حاکم کردن رکود سنگین بر تولید ملی و کارخانه‌ها، فساد گسترده در خصوصی‌سازی و سوءمدیریت گسترده‌ای که موجب فشار اقتصادی سنگینی بر ۹۵ درصد مردم شده است.

کیهان



افراد با ولایت باید دیده شود، گفت: اگر افراد واقعاً ولایی هستند ولو با سلیق متفاوت، یک رکن از ارکان جبهه‌سازی ما شکل می‌گیرد و در همان جهتی که ولایی است او را تشویق کنید، چون بدون ولایت جبهه‌سازی نمی‌شود و انقلاب اسلامی انقلابی بر پایه ولایت است. وی، پیوند اجتماعی دیگر را مسئله اخوت دانست که امروز لطمه خورده است و سپس ادامه داد: گاهی اوقات ما خیلی از هم دور هستیم. مسئله اخوت نباید تنها در شعار مدنظر قرار گیرد. تقویت برادری و ایجاد حس برادری در جامعه ما بسیار نیاز است. چرا فقط در زیر تابوت مقدس حاج قاسم و در مراسم باشکوه تشییع این شهید و الا مقام باید این‌گونه باشد با هم پیوند پیدا کنیم؟ جبهه‌سازی یعنی این حس را تقویت کنیم. امام جمعه شیراز، با بیان اینکه امروز نقشه دشمن همین است که این برادری را به هر بهانه‌ای بهم‌زند، گفت: برای تقویت اخوت باید تلاش کنیم. احساس برادری را باید در جامعه رواج دهیم و اگر نه نتیجه ضعف اخوت همین اتفاقاتی است که در آن‌ماه تجربه کردیم. آیت الله دژکام با یادآوری اینکه برای ایجاد جبهه، رکن اول ولایت و رکن دوم نیز اخوت است، گفت: در رفتارهای شبکه‌ای همه مطلب را مثل هم می‌فهمند و مانند هم واکنش نشان می‌دهند، اما بعضی وقت‌ها ما سازماندهی نکرده‌ایم. این درک مشترک نیاز به کار مستمر دارد و درک مشترک را می‌توان ایجاد کرد به شرط اینکه مبانی را درست توضیح دهیم و نهایتاً اقدام مشترک است و این اقدام انگیزه می‌خواهد که کار تربیتی است. وی با بیان اینکه برای همه این موارد باید برنامه‌ریزی و پیگیری کنیم و به جای خوبی هم خواهیم رسید، گفت: کارمان را باید انجام دهیم و سعی کنیم در این فضای فرهنگی که کار فراوان است و به نوعی سرمان شلوغ است بیشتر همدیگر را درک کنیم.

سال های ۹۶ تا ۹۸ نقطه عطفی در عملکرد اجرایی مجموعه مدیریت شهری لار



به گزارش میلاد لارستان به نقل از روابط عمومی شهرداری لار، سید عبدالمهدی میرپور رییس شورای اسلامی شهر لار، گفت: سال های ۹۶ تا ۹۸ را می توان نقطه عطفی در عملکرد اجرایی مجموعه مدیریت شهری لار در زمینه عمرانی دانست. شهید خوردن پروژه های بی شمار عمرانی در سرتاسر شهر و پیگیری مجدانه طرح های نیمه تمام، نوید یک دوره پرکار و ثمربخش را در زمینه توسعه زیرساختی داد که البته نشانه های آن در تخصیص بودجه های عمرانی این سالها به خوبی دیده می شود. سید عبدالمهدی میرپور، افزود: شورای اسلامی شهر لار نشان داد که به توانایی های شهردار خود اعتماد کامل دارد و به همین دلیل اجرای پروژه های بشمار در لایحه بودجه را در این سه سال بدون هیچ تردیدی مصوب نمود. رییس شورای اسلامی شهر لار، در ادامه خاطرنشان کرد: در راستای اصلاح و مناسب سازی معابر شهری، عملیات پیاده رو سازی و بهسازی ضلع شرقی خیابان معلم حد فاصل چهل متری اول

چهارراه راهنمایی) تا ابتدای ورودی بوستان ملت (پارک شهر) در حال اجرا و انجام است. میرپور، گفت: با اجرای این پروژه، جلوه بصری و شهری این مسیر متحول شده و علاوه بر تأثیر گذاری در فضای ارتباط شهری، شهروندان به راحتی می توانند در این فضای شهری تردد نمایند. وی افزود: این پروژه که از مصوبات شورای اسلامی شهر لار در سال ۹۸ است، در دو فاز اجرا می شود که فاز اول آن با هزینه ای بالغ بر ۶۰۰ میلیون تومان در حال اجراست. رییس شورای اسلامی شهر لار، در خصوص مشخصات این پروژه گفت: پروژه در حال اجرا، شامل طول مسیر ۶۷۰ متر، عرض متوسط ۶ متر و مساحت اجرایی ۴۰۲۰ متر مربع است. در این پروژه به مساحت تقریبی ۲۵۲۵ متر مربع موزائیک فرش، تعداد ۸ عدد آبنما به مساحت ۴۶ مترمربع، سنگ لاشه جهت مسیر دسترسی خیابان اصلی به فرعی به ابعاد ۱۰۵۰ متر مربع، باغچه و فضای سبز داخل پیاده راه، اجرایی می شود.

اعزام ۱۵ تیم عملیاتی از لارستان، داراب، نی ریز و فسا به مناطق سیل زده سیستان و بلوچستان



رئیس جمعیت هلال احمر فارس، از اعزام ۱۵ تیم عملیاتی و فرماندهی به سیستان و بلوچستان خبر داد و گفت: این تیم ها از شهرستان های داراب، لارستان، فسا و نی ریز توسط ۱۰ خودرو کمک دار و چهار خودرو گروهی با تجهیزات انفرادی و تخصصی به منظور امداد رسانی به این منطقه اعزام شدند. به گزارش میلاد لارستان به نقل از شیبستان، حسین درویشی، گفت: در حال حاضر نیروهای امدادی از این استان، در شهرستان فوج استان سیستان مستقر است. وی افزود: وضعیت ۱۵ منطقه توسط امدادگران و نجاتگران و همچنین گروه های تخصصی استان فارس مورد ارزیابی قرار گرفته و توزیع اقلام ضروری بین آسیب دیدگان ناشی از سیل در حال انجام است. درویشی با اشاره به راه اندازی انبار امدادی جمعیت هلال احمر استان فارس در شهرستان فوج، تصریح کرد: در ارزیابی های صورت گرفته از ۵۴۷ منزل مسکونی منطقه، ۳۲ منزل غیرقابل سکونت است و همچنین از ۶۲۱ خانواری که در ۱۵ منطقه ارزیابی شده وجود دارند، ۳۱۳ خانوار نیازمند کمک هستند که اقلام بین آنها در حال توزیع است. مدیر عامل جمعیت هلال احمر استان فارس، بیان کرد: تاکنون جمعا ۸۰۰ میلیون ریال از سوی مردم فارس به حساب های هلال احمر برای کمک به آسیب دیدگان سیستان و

اتمام مرمت بازار تاریخی جهرم تا پایان امسال

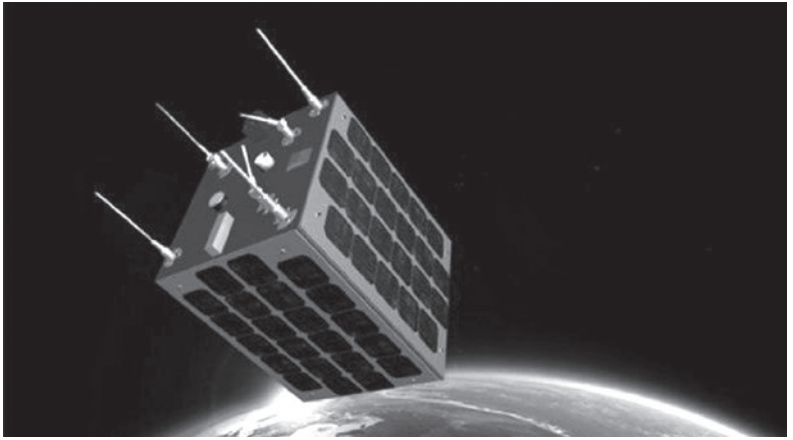
ساخت مرکز فرهنگی محله دشتاب نیز با هزار و ۲۰۰ متر زیربنا توسط این اداره کل تهیه شده و به زودی اجرا خواهد شد. جعفر زاهدی، افزود: در تلاشیم تا سالن ورزشی دو هزار و ۱۰۰ متری محله کوشک جهرم نیز تا دهه فجر امسال به بهره برداری برسد. بازار سرپوشیده جهرم، با بیش از صد حجره و ۸۵۰ متر طول از بناهای تاریخی اواخر دوره زندیه و اوایل قاجاریه است و از آن به‌عنوان خواهر دوقلوی بازار وکیل شیراز نام برده می‌شود.



معاون وزیر راه و شهرسازی، در بازدید از پروژه‌های بازآفرینی شهر جهرم گفت: مرمت بازار تاریخی این شهرستان تا پایان امسال به اتمام می‌رسد. معاون وزیر راه و شهرسازی و مدیر عامل شرکت بازآفرینی شهری ایران، در بازدید از طرح‌های بازآفرینی شهر جهرم گفت: مرمت و مقاوم‌سازی بازار تاریخی جهرم تا پایان امسال به پایان می‌رسد. مهدی عبوری، افزود: با توجه به اینکه جهرم در مسیر بازآفرینی شهری قرار دارد اقدامات خوبی در این زمینه انجام شده و پیشرفت‌های بسیار خوبی را شاهد هستیم. مدیر کل راه و شهرسازی فارس، هم با اشاره به پیشرفت فیزیکی ۸۰ درصدی طرح مرمت بازار تاریخی جهرم گفت: علاوه بر این، طرح

http://telegram.me/miladelairestan
WWW.ML DL.IR
miladelairestan@gmail.com
میلاد لارستان

۹۰ درصد تجهیزات ماهواره ظفر بومی است



حسین بلندی، مسئول مرکز تحقیقات فضایی دانشگاه علم و صنعت، در رابطه با ماهواره ظفر گفت: آنچه تحویل سازمان فضایی شد قراردادی است که سه سال گذشته منعقد شده است. از سه سال گذشته ۵۰۰ هزار نفر ساعت زمان برای ساخت این ماهواره صرف شده است. با توجه به بحث اقتصاد مقاومتی آنچه به سازمان فضایی ارائه شده است، دو نمونه ماهواره است که هر دو از محموله ذخیره داده برخوردار هستند که ۲۵۶ کاربر در جهان می‌توانند با این ماهواره ارتباط برقرار کنند؛ ما در پوشش ایستگاه‌های زمینی خود موبایل ماهواره‌ای داریم که با استفاده از آن افراد می‌توانند با یکدیگر مکالمه کنند. محموله دیگر محموله‌هایی است که می‌تواند تشعشعات را در فضا اندازه‌گیری کند.

رئیس مرکز تحقیقات فضایی دانشگاه علم و صنعت با تأکید بر بومی بودن تجهیزات ماهواره ظفر، بیان کرد: نکته حائز اهمیت این است که در ساخت این دو ماهواره از تکنولوژی روز دنیا استفاده شده است؛ حدود ۴ تجهیز از خارج از کشور تهیه شده و مابقی تجهیزات در داخل کشور توسط دانشمندان و جوانان نخبه طراحی و ساخته شده است. تمام تست‌هایی که یک ماهواره طبق استانداردها باید طی کند در مورد این دو ماهواره به انجام رسیده است.

وی افزود: خوشحالیم که در نودمین سالگرد تأسیس دانشگاه علم و صنعت، این ماهواره را تقدیم سازمان فضایی می‌کنیم. مسئولیت پرتاب با این سازمان نیست، این سازمان با مرآجهی که وظیفه انجام این کار را دارند در ارتباط است و ماهواره را به آن‌ها تحویل می‌دهد. در مقایسه با ماهواره‌های قبلی ماهواره نوید موفق‌ترین

ماهواره‌ای بود که به مدت دو ماه در فضا ماند و موفق عمل کرد ماهواره مبین هم با همین مدت زمان طراحی شده بود. ماهواره ظفر هم پس از طی مراحل لازم، با ماهواره بر سیمرغ پرتاب خواهد شد.

بلندی، درباره مدت زمانی که این ماهواره می‌تواند در مدار بماند گفت: طول عمر مداری این ماهواره یک سال و نیم است. امسال از این جهت برای ما خوب است که سطح تشعشعات بر طول عمر آن می‌افزاید؛ پیش‌بینی می‌شود که تا دو سال و نیم طول عمر داشته باشد و در مدار فعالیت کند.

رئیس مرکز تحقیقات فضایی دانشگاه علم و صنعت، با اشاره به اینکه موتور سوخت برای دو منظور مدار و طول عمر ماهواره مورد استفاده قرار می‌گیرد؛ بیان کرد: در اینجا هیچ موتور سوختی وجود ندارد و عم‌گرها و سنسورها کار تغییر و کنترل را انجام می‌دهند، ما تعیین موقعیت می‌کنیم، اما کنترل موقعیت در این ماهواره طراحی شده است.

بلندی، درباره میزان تصاویر ارسال شده در مقایسه با ماهواره‌های قبلی گفت: میزان کند قابل قیاس با موارد قبلی نیست، ظفر حدود ۳۰۰ الی ۴۰۰ درصد نسبت به چیزی که در گذشته داشتیم، افزایش میزان تصاویر دارد. آنچه مهم است این است که ما ظفر را با نگاه پلتفرمی ساخته‌ایم، یعنی تنها یک ماهواره نساخته‌ایم بلکه زیرساخت، پوشتری برای طراحی و ساخت ایجاد کرده‌ایم. خیلی از این سیستم‌ها ما که ماهواره‌ای شده‌اند این توانایی را دارند که با تکنولوژی‌های پیشرفته

کدام تغییرات در بدن از علائم چاقی هستند؟



روند سوخت و ساز بدن کند می‌شود و این امر منجر به افزایش وزن و بالا رفتن غیر عادی سطح کلسترول می‌شود. اگرچه هیچ درمانی برای آن وجود ندارد، اما می‌توان دست کم میزان تیروئید را تنظیم کرد که تشخیص آن با انجام یک آزمایش خون ساده امکان‌پذیر است.

احساس شدید افسردگی

تحقیقات نشان می‌دهد که چاقی خطر ابتلا به افسردگی را افزایش می‌دهد و افسردگی نیز خطر چاقی را افزایش می‌دهد. روانشناسان در مجله کالج آمریکایی قلب و عروق منتشر شد، نشان داد که هرچه چربی دور شکم بیشتر باشد، خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی بیشتر است. سلول‌های چربی در شکم در برابر انسولین مقاومت نشان می‌دهند که این امر بالا رفتن فشار خون، کلسترول و دیابت نوع ۲ را در پی خواهد داشت که همه آن‌ها خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را افزایش می‌دهد.

چربی دور شکم

افزایش وزن فقط کم‌لباس شما را محدود نمی‌کند بلکه عزت نفس شما را هم تحت تأثیر قرار می‌دهد. طبق برآورد متخصصان تغذیه، در بدن تغییراتی رخ می‌دهد که می‌تواند به معنای افزایش وزن و چاقی باشد و باید جدی گرفته شود.

مصرف زیاد شیرینی

برخی تحقیقات نشان می‌دهد که مصرف قند در واقع باعث ایجاد دیابت می‌شود، اما خوردن بیش از حد بسیاری از شیرینی‌ها به طور قطع بیش از دیابت، باعث افزایش وزن می‌شود که عامل اصلی بسیاری از بیماری‌هاست. به گفته متخصصین غدد درون ریز و متابولیسم در سلامت، تقریباً ۹۰ درصد از بیماران دیابت نوع ۲ اضافه وزن دارند. افزایش وزن با تغییرات متابولیک، به طور عمده مقاومت در برابر انسولین بالا رفته که خطر ابتلا به دیابت را در آینده افزایش می‌دهد. از آنجا که لوزالمعده مجبور است انسولین بیشتری برای تعادل قند خون ترشح کند، در نهایت قند خون بالا می‌رود و سبب ایجاد دیابت می‌شود. یک آزمایش خون ساده می‌تواند میزان قند خون را نشان دهد، از طرفی داروهای دیابت همچنین می‌توانند باعث افزایش وزن شوند، زیرا به بدن اجازه می‌دهند قند بیشتری جذب کند.

سطح پایین انرژی و کم توانی

یکی از دلایل پزشکی برای خستگی های مفرط و مزمن، می‌تواند کم کاری تیروئید باشد که ممکن است وزن شما را هم تحت تأثیر قرار دهد. هورمون تیروئید بر روی تک تک بافت‌های انسان تأثیر می‌گذارد؛ بنابراین اگر تیروئید به اندازه کافی هورمون تولید نکند،

نکاتی در مورد رژیم غذایی مناسب برای بیماران قلبی



می‌توانید این موارد را با اسموتی های میوه ای شیرین نشده و آب میوه های خانگی جایگزین کنید و یا خیلی ساده فقط آب بنوشید. غذاهای سرشار از سدیم و غذاهایی که نمک بالا دارند فشار خون را افزایش می دهند و خطر بروز بیماری های قلبی عروقی و سرطان معده را افزایش می دهند. الکل نیز از مواردی است که در صورت مصرف بالا تأثیر بسیار منفی روی سلامت قلب دارد.

هیچ زمانی برای تشویق کودک به مشارکت کردن در فعالیت ورزشی و ورزش زود نیست؛ البته ورزشی مدنظر است که با سرگرمی و تفریح همراه باشد. پزشکان معتقد هستند که مشارکت در فعالیت‌هایی مانند نفس‌گیری، شناور شدن و شنای کران را از سن چهار تا پنج سال به بعد یاد بگیرد.

مفصلی و عضلانی قرار بگیرند.

سن ۱۵ سال به بالا



از سن ۱۵ سالگی به بعد نوجوان می‌تواند تمرین با وزنه را در فرم‌های بدنسازی انجام دهد، اما این تمرین باید زیر نظر مربی کار آزموده صورت بگیرد. اگر نوجوان در سنین دبیرستان به شرکت کردن در مسابقاتی مانند دوی ماراتن یا مسابقات سه گانه تمایل دارد، می‌تواند در این مسابقات شرکت کند، اما والدین باید نوجوان را با اصول ورزش‌های هوازی، نوشیدن آب کافی، تغذیه و استراحت مناسب در فواصل تمرین آشنا و علائم ناشی از تعریق بیش از حد را در هنگام ورزش به او گوشزد کنند.

فعال بودن در هر سنی شرط سلامت است. پایه‌ریزی یک فعالیت ورزشی اصولی در سنین کودکی، زیربنای نوجوانی، جوانی و بزرگسالی ایده‌آل است. کودکان خود به خود فعال هستند، اما تشویق آنها به انجام فعالیت ورزشی منظم، در آینده به یک عادت ورزشی مفید تبدیل می‌شود.

انجام تمرین‌های کششی قبل و پس از فعالیت ورزشی برای تمام سنین در کودکان پیشنهاد می‌شود. درد در ساق‌ها یکی از شکایات شایع در بسیاری از کودکان به ویژه آنهایی است که فعالیت، تحرک و جست و خیز زیادی دارند؛ این عارضه اغلب بر اثر تجمع اسید لاکتیک در عضلات پشت سابق و آزردهگی عضلانی ناشی از آن اتفاق می‌افتد. انجام ورزش‌های کششی در قالب بازی و فعالیت نقش موثری در کاهش اسپاسم عضله، بهبود گردش خون عضله و کاهش درد و ناراحتی دارد.

سن ۱۲ تا ۱۴ سال



در سنین نوجوانی شاید انگیزه افراد به انجام ورزش منظم کمتر شود و اشخاص بیشتر به بدنسازی و پرورش اندام تمایل داشته، اما والدین باید به این نکته توجه داشته باشند تا زمانی که فرزندشان به سن بلوغ نرسیده است، او را به بدنسازی و انجام تمرین‌های با وزنه تشویق نکنند.



والدین باید نوجوانان را به انجام ورزش‌هایی با استفاده از وزن خود بدن مانند اسکوات یا شنا روی دست‌ها تشویق کنند. انجام اینگونه ورزش‌ها علاوه بر تقویت بیشتر عضلات از بروز آسیب‌های عضلانی-اسکلتی ناشی از تمرین با وزنه جلوگیری می‌کند. نوجوانان تا قبل از سن بلوغ هرگز نباید وزنه سنگین بزنند چرا که این کار موجب می‌شود در معرض آسیب‌های جدی

سن ۶ تا ۸ سال



ببین سن سه تا پنج سال مناسب است، البته کودکان در سنین پایین‌تر (بین ۶ ماه تا سه سال) هم می‌توانند در استخرهای مناسب به همراه والدین خود در آب بازی کنند؛ کودک بهتر است مهارت‌هایی مانند نفس‌گیری، شناور شدن و شنای کران را از سن چهار تا پنج سال به بعد یاد بگیرد.

سن سه تا پنج سال

پیشنهاد می‌شود که کودکان در این سن تمام طول روز از نظر فیزیکی فعال باشند؛ فعالیت فیزیکی مرتب علاوه بر بهبود رشد استخوانی کودک روند وزن‌گیری او را هم در شرایط طبیعی نگه می‌دارد. شرکت کردن در بازی‌های دست‌جمعی مانند فوتبال و بسکتبال در این سن باید فقط به قصد بازی باشد و از هرگونه رقابت پرهیز شود. والدین باید به این نکته توجه داشته باشند که دست‌های کودکان در این محدوده سنی مهارت و قدرت لازم را برای گرفتن توبی که به سمت آنها پرتاب می‌شود، نداشته و امکان آسیب دیدن انگشتان وجود دارد.

شنا یکی از ورزش‌هایی است که برای کودکان

سن ۹ تا ۱۱ سال

همانگونی بین دست‌ها و چشم‌ها در این سن به اندازه کافی تکامل پیدا می‌کند که کودک ورزش‌هایی مانند بسکتبال، بیسبال و والیبال را به خوبی انجام دهد. شرکت کردن در رقابت‌های ورزشی بسیار خوب است به شرطی که کودک تحت فشار روانی پیروزی قطعی قرار



روز	اذان صبح	طلوع آفتاب	اذان ظهر	غروب آفتاب	اذان مغرب
دوم	۵:۲۴	۶:۴۴	۱۲:۰۴	۱۷:۲۵	۱۷:۴۳

رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمودند: لا فخرَ أَتَدُّ مِنَ الْجَبَلِ ، لا مَالٌ أَعُوذُ مِنَ النَّقْلِ؛ هیچ تهیدستی سخت تر از نادانی و هیچ مالی سودمندتر از عقل نیست.

اگر صبر کنی مقدرات الهی بر تو جاری می شود. با نور خوابی بود. و اگر بی تابانی کنی باز هم مقدرات خداوند بر تو جاری می شود ولی کار خوار خوابی بود.

حروفچینی و صفحه آرایی: روزنامه میلاد لارستان
آدرس دفتر مرکزی: لار - شهر جدید - بلوار امام رضا (ع) - جنب ساختمان نظام مهندسی
تلفن: ۰۲۲۴۳۸۴۴-۰۲۲۴۴۷۷۰ تلفن فکس: ۰۲۲۴۸۱۰۱
کد پستی: ۷۴۳۱۸-۷۴۳۰۰
شماره شابا: ۹۹۶۱-۲۰۰۸ (زیر نظر هیات تحریریه)
لیتوگرافی و چاپ: چاپخانه کوثر لار
www.mldl.ir miladlarestan@gmail.com

نماینده ولی فقیه در استان فارس:

دشمن نمی تواند در وحدت شیعه و سنی خدشهای وارد کند



نماینده ولی فقیه در استان فارس و امام جمعه شیراز، گفت: دشمن هرگز نتوانسته بین شیعه و سنی تفرقه بیندازد چراکه محوریت تمامی علماء مکتب و فرق اسلامی اتحاد، انسجام و همبستگی است.

وی بیان داشت: مسلح شدن به ابزار، کتاب، علم و دانش و نیز آشنایی عمیق علمای اهل سنت و شیعه نسبت به اصول عقاید، تفکر و نظریات یکدیگر بستر را برای تاثیرپذیری از دیگر مکتبها خنثی می کند.

امام جمعه شیراز، اضافه کرد: اسلام دین علم است و باید در گسترش آن تبلیغ و سستی نکرده تا بتوان به اهداف خود دست یابیم.

امام جمعه اهل سنت بندرعباس، در ادامه این همایش اظهار داشت: هیچ کشوری در دنیا نیست که در تمامی زیر ساختهای اقتصادی و معیشتی شیعه ایران اسلامی مستقل باشد. سید عبدالباغث قتالی، خاطرنشان کرد: در میان علمای اهل سنت ایران تفرقه و دودستگی معنا و مفهومی نداشته و هرگز تحت تاثیر افراط گریها قرار نگرفته است.

وی افزود: در عصر مدرن و مترقی هیچ یک از علمای اهل سنت اعتقادی به جنایت و کشتن مردم بی گناه نداشته و همواره آن را در تمامی مجامع محکوم کرده است.

اجرای طرح سنجش سلامت طلاب جدید ورود گراش

سلامت طلاب جدیدالورود مدرسه علمیه باقرالعلوم (ع) با همکاری مدیر کارکنان بیمارستان امیرالمؤمنین (ع) گراش اجرا شد.



طرح سنجش سلامت هر ساله در سطح کشور برای داوطلبین ورود به حوزه های علمیه اجرا می شود. پس از انجام طرح سنجش سلامت برای این افراد، اطلاعات به دست آمده در پرونده سلامت الکترونیک ثبت شده و به واسطه آن بانک اطلاعات پزشکی ایجاد می شود.

رونق صادرات فارس به شرط زدودن مشکلات

حضور صادرکنندگان فارس در بازارهای خارجی و توسعه صادرات غیر نفتی در کنار عرضه کالا و خدمات به بازار داخل، موتور محرکه تولید و حتی اشتغال است به شرطی که موانع این صادرکنندگان رفع شود.

آنگونه که صادرکنندگان نمونه فارس می گویند امروزه حضور در بازارهای جهانی و جلب نظر مشتری به ویژه در شرایطی که رقابت بین شرکت های تولیدی بسیار نزدیک و شدید است، سخت و دشوار به نظر می رسد. کیفیت مناسب محصولات و بسته بندی شکل و متناسب با سلیقه مختلف و قیمت پایین کالا تاثیر زیادی در جلب نظر مشتری دارد و مجموعه این ویژگی ها خریدار را ترغیب به استقبال از کالا می کند.

در کشور ما به دلیل وجود برخی محدودیتها و مشکلات ناشی از تحریم، حضور در بازارهای بین المللی به مراتب سخت تر می شود و صادرکننده باید موانع بیشتری را پشت سر بگذارد تا بتواند بازاری را تصاحب کند. یکی از مشکلاتی که صادرکنندگان فارس به آن اشاره می کنند لزوم بازگشت ارز به کشور در قالب سامانه ارز نیما است.

عراق حاضر به پرداخت ارز نیست. وی ادامه داد: دولت در چنین شرایطی باید صادرکننده را مورد حمایت قرار دهد و طبق روال سال های گذشته معافیت مالیاتی صادرات را لحاظ کند.

او اظهار داشت: حتی قبلا مشوق هایی هم به صادرکنندگان داده می شد که از همان مشوق ها هم دیگر خبری نیست و ما هم خوستار آن مشوق ها نیستیم اما حداقل موانع را از پیش پای صادرکننده بردارند.

وی افزود: وقتی صادرکننده درصد سود خود از محل فروش داخل را به دلیل داشتن صادرات کاهش می دهد و در مقابل ارز حاصله را نیز وارد سامانه نیما کند و معافیت مالیاتی هم نداشته باشد، نمی تواند در چنین شرایطی به فعالیت خود ادامه دهد.

سجادیان افزود: اگر به دنبال توسعه صادرات و ارزآوری هستیم باید موانع پیش روی هم تولید و هم صادرات برداشته شود و دولت با کاهش دخالت های خود اجازه دهد که بخش خصوصی کار خودش را انجام دهد.

معافیت محصولات کشاورزی و باغی از بازگشت ارز به سامانه نیما
مدیر عامل شرکت خشکبار خوش شانس امیر نیز گفت: یکی از موانع پیش روی صادرکنندگان ما بحث بازگشت ارز به

دیدار مسئولان حج با رهبر معظم انقلاب اسلامی



حضرت آیت الله خامنه ای رهبر معظم انقلاب اسلامی، در دیدار مسئولان حج، بهره گیری از فرصت حج برای رساندن سخن نو جمهوری اسلامی به دنیا یعنی الگوی مردم سالاری دینی را مورد تأکید قرار دادند و گفتند: ایستادگی جمهوری اسلامی ایران مقابل آمریکا و زیر بار زور نرفتن ملت ایران، حقیقتی جذاب برای دنیا است که باید از این جاذبه برای نشر حقایق اسلام و ملت ایران استفاده کرد.

حضرت آیت الله خامنه ای در این دیدار، هماهنگی و هم افزایی دستگاه های مختلف برای اجرای هر شکوه فریضه حج را قابل تقدیر دانستند و با تأکید بر اهمیت مسئله حج به عنوان یک حرکت سیاسی، اعتقادی و اجتماعی افزودند: البته بسیاری از کشورها از اهمیت و کارکردهای مهم حج غافلند ولی امام بزرگوار به ما آموختند که حج یک نقطه تحرک جدی و بین المللی است و منافع فراوانی از آن برای امت اسلامی مورد انتظار است.

رهبر انقلاب اسلامی، با اشاره به تلاش های گوناگون قدرت های جهانی برای جلوگیری از شکل گیری امت واحد اسلامی، گفتند: امت اسلامی به معنای واقعی آن، یعنی یک واحد منسجم که با اراده و هدف مشترک اقدام کند، هنوز شکل نگرفته است و متأسفانه در مقابل دعوت دلسوزان و خیرخواهان به اتحاد اسلامی، تهمت زنی و تعارض و جنگ در کشورهای اسلامی رواج دارد.

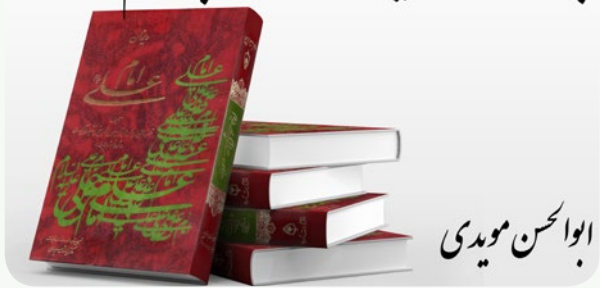
حضرت آیت الله خامنه ای، با تأکید بر «حضور زائران ایرانی در نمازهای جماعت مسجدالحرام و مسجدالنبی»، «تلاوت کلام الله مجید توسط قاریان برجسته ایرانی در این مساجد» و «حضور فعال نخبگان مسلط به زبان های خارجی از ایران برای پاسخگویی به شبهات» گفتند: انعکاس مبانی سیاسی نظام جمهوری اسلامی و تبیین سخن نو آن برای دنیا یکی دیگر از کارهای مهم و لازم در حج است.

رهبر انقلاب اسلامی، منظور آمریکایی ها از این حرف را که ایران باید به یک کشور عادی تبدیل شود، دست کشیدند و جمهوری اسلامی از سخن نو آن برای دنیا یعنی «تلفیق آراء مردمی با افکار اسلامی و مبانی دینی در تشکیل و اداره جامعه» دانستند و افزودند: الگوی مردم سالاری دینی برای دنیا ناشناخته است و در مقابل میلیون ها وسیله تبلیغاتی که امروز در حال فعالیت علیه جمهوری اسلامی است، می توان از فرصت حج برای تبیین این الگو و مسائلی مانند علت دشمنی آمریکا و منطق زیر بار زور نرفتن ملت ایران استفاده کرد.

رهبر انقلاب اسلامی، منظور آمریکایی ها از این حرف را که ایران باید به یک کشور عادی تبدیل شود، دست کشیدند و جمهوری اسلامی از سخن نو آن برای دنیا یعنی «تلفیق آراء مردمی با افکار اسلامی و مبانی دینی در تشکیل و اداره جامعه» دانستند و افزودند: الگوی مردم سالاری دینی برای دنیا ناشناخته است و در مقابل میلیون ها وسیله تبلیغاتی که امروز در حال فعالیت علیه جمهوری اسلامی است، می توان از فرصت حج برای تبیین این الگو و مسائلی مانند علت دشمنی آمریکا و منطق زیر بار زور نرفتن ملت ایران استفاده کرد.

رهبر انقلاب اسلامی، منظور آمریکایی ها از این حرف را که ایران باید به یک کشور عادی تبدیل شود، دست کشیدند و جمهوری اسلامی از سخن نو آن برای دنیا یعنی «تلفیق آراء مردمی با افکار اسلامی و مبانی دینی در تشکیل و اداره جامعه» دانستند و افزودند: الگوی مردم سالاری دینی برای دنیا ناشناخته است و در مقابل میلیون ها وسیله تبلیغاتی که امروز در حال فعالیت علیه جمهوری اسلامی است، می توان از فرصت حج برای تبیین این الگو و مسائلی مانند علت دشمنی آمریکا و منطق زیر بار زور نرفتن ملت ایران استفاده کرد.

بهره ای از دیوان شوب به امام علی (ع)



أَغْضُ عَيْنًا عَلَى الْقَدَى
وَ تَصَبَّرَ عَلَى الْأَفَى
إِنَّمَا الدَّهْرُ سَاعَةٌ
يَقْطَعُ الدَّهْرُ كُلَّ ذَا

شکیبایی
برخاری که به چشم داری، چشم فروپوش و بر آزادهای شکیب.
روزگار لختی بیش نیست. روزگار، خود بدین همه پایان بخشد.

فروپوش چشان به خاری که داری بر آزارها صبر کنی بقراری که این دهر نختی فرو نترنشد به دهر پیمان به آزار داری

بررسی پروژه های عمرانی وزارت نفت در استان فارس

استاندار فارس در دیدار خود با وزیر نفت در محل وزارت نفت، به بررسی موضوعات استان فارس در حوزه فعالیت این وزارتخانه پرداخت. به گزارش میلاد لارستان به نقل از پایگاه اطلاع رسانی استانداری فارس، رحیمی استاندار فارس، در این دیدار با اشاره به اینکه وزارت نفت با توجه به تعداد پرسنل آن وزارتخانه در استان و استان های نفت خیز و گازی در مجاورت استان فارس درخواست احداث مجموعه فرهنگی - رفاهی - توریستی و تفریحی در استان را مطرح نمود که وزیر نفت اعلام نمود در صورت مهیا بودن زمین اقدام خواهد شد.

رحیمی، همچنین به اجرای طرح های پتروشیمی خط اتیلن مرکز و بروز مشکلاتی در اجرای آن اشاره کرد و با بیان اینکه در جهت رفع موانع و مشکلات اجرای طرح ها جلسات متعددی با حضور مسئولین ذیربط در سطح استانی و ملی برگزار شد عنوان کرد: که سرمایه گذار پیگیر عملیاتی کردن این پروژه است و نیاز است وزارت نفت هم حمایت نماید.

استاندار فارس، همچنین به تامین خوراک اتان واحد الفین این مجموعه از پالایشگاه پارسین سپهر اشاره و تقاضا کرد وزیر نفت دستورات لازم به منظور صدور ضمانت صادرات چنانچه بتواند، در کشورهایی که روابط نسبتاً خوبی با ایران دارند صادرکنندگان کشورمان در این کشورها را ضمانت کنند تا این ضمانت نامه پشتوانه ای برای صادرکننده باشد که بتواند تسهیلات ارزان تر هم دریافت کند.



سامانه نیما است. محمد هادی نصری افزود: این دغدغه به ویژه در پرونده های سال ۹۷ ایجاد شده چرا که در این سال مابه التفاوت نرخ ارز بسیار بالا بوده و در نیمه اول سال میانگین فروش ارز ما حدود ۶ هزار تومان و در نیمه دوم سال ۹۷ همان عدد به ۱۲ و ۱۳ هزار تومان رسید. او ادامه داد: تقاضا داریم که محصولات باغی و کشاورزی بحث بازگشت ارز به سامانه نیما را نداشته باشند. وی بیان کرد: یکی دیگر از موانع پیش روی صادرکنندگان استان خودداری بانکها از پرداخت تسهیلات ارزان قسمت و آسان به صادرکنندگان برای توسعه صادراتشان است. نصری افزود: کسی که امروز در کشور در